

最新小班跑步教案(大全5篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

小班跑步教案篇一

发展幼儿跑步的能力，增强腿部力量。以下是为你收集整理的小班跑步教案，欢迎阅读！

1、练习身体贴地爬行的动作，提高四肢协调能力。

2、萌发创造性思维和团队合作意识。

1、各种各样的器械总共40件以上。

2、课前教师简单预设4组普通组合。

1、热身，教师带领幼儿在预设好的玩具之间跑步，并根据音乐的节奏变化跑步的节奏，让幼儿模仿教师快、慢、高、低及动作的变化。

2、动作练习。

(1)初玩，幼儿4排，分别用自己喜欢的方法钻爬预设好的4组“时光隧道”。

(2)提高难度：将长凳竖直放，让幼儿从凳脚之间钻过；将轮胎竖起来，让幼儿从中间钻过，且轮胎不能倒；在长凳下加放一个轮胎，使空间变小，幼儿从中间钻过等，让幼儿充分体会身体贴地爬行的动作，并鼓励幼儿独立完成。

3、自主探索操作。

(1)重建，教师将4组玩具组合全部打乱，要求幼儿重新搭建4个时光隧道。以组为单位，限时2分钟，玩具可以随便和其他小组交换，但必须经过协商同意。

(2)修正，教师首先休整“违章建筑”，主要是搭建得不稳，玩起来有危险的地方；其次是对幼儿在搭建过程中出现的问题予以点评，例如争抢器材、将别人搭建好的拆掉、本组人员之间意见不统一等情况，集体稍加讨论并找出解决的方法，即：互助、合作和分享。

(3)再玩，幼儿体验自己搭建好的'时光隧道，体验自己的劳动成果。

(4)互换，幼儿交换组别进行活动，体验分享的快乐。

(5)搭建大隧道，全体幼儿一起将所有的玩具组合成一条长长的时光隧道，限时3分钟。

(6)欢乐一起来，教师 and 所有幼儿一起，体验时光隧道的快乐玩法，教师也可以和幼儿一起玩，也可以将自己当做一个“障碍物”，和幼儿一起互动游戏。

4、结束整理活动。

(1)放松身体动作，小结幼儿活动情况。

(2)幼儿一起将所有玩具放回器材室，教师协助。

小班跑步教案篇二

1、锻炼幼儿跑和跳的能力；

2、发展幼儿注意能力和记忆能力；

3、培养竞争意识和遵守规则的习惯。

小兔、小鸭、小乌龟、小花猫、大象头饰若干，音乐磁带。

创设情境，激发兴趣。

一、小朋友现在来听一首儿歌：“小兔走路蹦蹦跳跳，小鸭走路摇啊摇啊摇，小乌龟走路慢吞吞，小花猫走路静悄悄。”

小朋友们来学学小兔、小鸭、小乌龟、小花猫这些小动物走路的样子好吗？。

师：这些小动物都觉的自己跑的快，所以他们决定组织一场比赛，看看谁跑得快。下面我们一起去看他们的比赛。

二、开始游戏：

幼儿分成人数相等的4组，各组分别扮做小兔、小鸭、小乌龟、小花猫。教师扮大象当裁判。

裁判大喊：预备，跑

各组的第一个幼儿开始跑，这个幼儿跑回来下一个幼儿再跑，看哪一组幼儿先跑完。先跑完的为胜。

一轮完成后，可以交换角色再比。

三、结束部分

孩子们真棒，现在休息休息，甩甩胳膊踢踢腿，我们准备回教室了。

整个活动以幼儿为主体，让幼儿积极主动的参与到活动中来，通过游戏锻炼了幼儿跑和跳的能力，还培养了幼儿竞争意识和遵守规则的习惯，体现了活动的趣味性、教育性。

小班跑步教案篇三

- 1、发展幼儿跑的能力，增强腿部力量。
- 2、培养幼儿团结合作的精神。

在场地上画好一条直线作起跑线和终点线

老师把幼儿分成两组，分别站在起点线后面，听信号，老师说：“跑”各组第一名幼儿将开始跑，一直跑到终点线，然后各组第二名幼儿就接着跑，跑到终点线，就这样依次进行，直到最后一名幼儿跑完，那一组幼儿最先跑完，就那一组为胜。

跑的时候不可以跨出起跑线，不然作犯规。

跑的时候注意安全，不要相互碰撞。

小班跑步教案篇四

- 1、学习多人合作运动走的技能，发展身体的平衡能力。
- 2、培养幼儿不怕困难，互相协作的品质。

1、音乐：一起走

2、长松紧带垫子，拱形门，椅子。

一、听音乐做韵律操。

二、学习多人合作向前走的`动作。

1、小蜈蚣学走路

两人为一只小蜈蚣，练习向前走，并能配上口令：“左右左”、“一二一”。

2、蜈蚣长大

练习三人、四人、五人走，要求动作协调，步伐一致。

告诉他们，小蜈蚣可以站着走，还可以蹲着走，大家试一试。

3、幼儿连在一起，沿场地走一圈，并配上儿歌

小蜈蚣，学走路，

许多只脚不打架，

喊声口令齐步走，

一二一，向前走”。

三、练习脚受束缚向前走的动作。

1、出示脚环，讲解戴法。

2、幼儿五人一组，戴上脚环，练习走路。

要求步伐一致，注意安全。

四、蜈蚣练本领

1、设计三个情景：草地(软垫)、山洞(拱形门)、树林(椅子)。

2、幼儿依次练习，教师给予指导。

五、蜈蚣走路比赛

五人一组，分成四组，过草地，钻山洞，绕树林，比赛哪组走得最快，最稳。

六、做放松动作。

坐在垫上，解下脚环。

小班跑步教案篇五

1、蹲踞式跳远：

a.四路纵队按顺序轮流做蹲踞式跳远，练习内容有：

5米助跑、0.5米起跳点、蹲踞式跳远；

10米助跑、1米起跳点、蹲踞式跳远；

20米助跑、2米起跳点、蹲踞式跳远。

b.练习次数为每项内容各一至二次

c.练习用时10分钟

2、足球与篮球：

(1)学生选项足球进行全场比赛或半场比赛或抢截游戏；

(2)学生选项篮球进行全场比赛或半场三对三、四对四、五对五比赛；

(3) 学生选项足球进行基本技术踢接球练习；

(4) 学生选项篮球进行基本技术练习有：投篮、运球、传接球练习；

(5) 学生选项分组以兴趣、友伴、能力等几种形式组合；

(6) 教师引导学生分组练习，进行场地巡视，了解与解决学生分组练习所出现的问题或与学生一起练习。指导学生练习。

(7) 此部分练习用时18分钟至20分钟。