

好玩的球健康领域教案(优秀9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？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

好玩的球健康领域教案篇一

幼儿的天性就是玩，在我们农村幼儿园里缺少更多好玩的玩具和教具。我看到许多孩子喜欢玩毛线绳，于是我就设计了这个主题。

活动目标

- 1、在活动中观察绳子的用途。
- 2、通过游戏，学习不同绳子的玩法。如：荡秋千、拴气球、跳绳、翻绳等。
- 3、通过游戏翻绳，能使幼儿的小手变得更灵活，能够按顺序翻好每个形状。
- 4、能积极参加游戏活动，并学会自我保护。
- 5、通过活动锻炼幼儿的.跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

教学重点、难点

翻绳的方法和过程。

活动准备

小跳绳、气球、小翻绳、毛线绳等。

活动过程

一、教师：

- 1、那一根两头系在一起的毛线绳，展示给幼儿看，让孩子仔细观察教师能用这个绳子变成降落伞。
- 2、教师拿一个气球吹大，问用什么系上呢？
- 3、教师拿一个跳绳在跳，观察老师的动作。

二、幼儿尝试游戏：

- 1、集体活动跳绳。
- 2、两人合作吹气球。
- 3、两人合作玩翻绳游戏。

三、幼儿自己做自己喜欢的游戏，教师指导。

四、延伸环节：

回家同爸爸、妈妈一起玩翻绳游戏，向爸爸妈妈请教翻绳还有哪些种玩法。

活动反思：

通过游戏，大多数孩子能掌握翻绳的方法和要领，能独自或与他人合作完成游戏。个别孩子需在教师指导下才能完成这个游戏。

好玩的球健康领域教案篇二

- 1、探索绳子的各种玩法，掌握玩绳的基本技能，发展幼儿的

身体动作。

2、会一物多玩，体验创造性玩绳的乐趣，发展幼儿的想象力和创造力。

3、培养幼儿的合作与团结意识。

4、培养幼儿健康活泼的性格。

5、提高动作的协调性与灵敏性。

【重点难点】

重点是引导幼儿和伙伴一起探索绳子的多种玩法。

难点是在玩的过程中幼儿能掌握玩绳技巧。

【活动准备】

1、录音机、磁带、幼儿每人一根绳。

2、幼儿有跳绳和一物多玩的经验。

【活动过程】

一、热身运动：

引导幼儿听音乐做律动，活动身体各个部位。

二、鼓励幼儿开动脑筋，自由探索各种不同的玩法，体验创造性玩绳的乐趣。

1、谈话：小朋友，你们看老师手里拿着什么？(绳子)今天我们就一起来玩绳子，看谁能想出好玩的方法。

2、选几名幼儿自由分散玩绳：

可以让孩子自由选择绳子玩耍，探索不同的玩法。

3、师：孩子们你来想一想，手里的绳除了刚才小朋友的玩法，还有什么不同的玩法？(让幼儿自己找一个空地探索不同的玩法，教师教育幼儿注意安全)师：小朋友真聪明，都想出了这么多的玩法。

4、幼儿展示自己绳的多种玩法。

(1)踩绳跳：

(2)走小路：

两条绳拉成相距有一定距离的平行线做小路，幼儿在小路中间走，踩绳、出绳为犯规。

(3)走钢丝：

把绳子拉成或s形，幼儿踩绳前进。

5、引导幼儿学习同伴的好玩法，探索合作玩绳的方法，体会合作的快乐。

师：绳子除了一个人玩，还能与好朋友一起玩？

(1)幼儿自由结伴，2人、3人或多人合作探索绳子的玩法。

(2)幼儿分组展示自己创编绳子的玩法，老师与其他幼儿及时对展示的玩法做出评价，(让幼儿做评委)，鼓励大家互相学习。

a.跳房子。

b.三人跳绳。两名幼儿抡动绳子，一名幼儿在绳中间跳。

c.捉尾巴：幼儿两人一队，各自在后腰带上系上短绳子当尾巴。游戏开始，四散跑开，每一对幼儿要想办法捉到对方尾巴，同时保护好自己的尾巴。先抓到对方尾巴者为胜。

d.拔河。

三、活动结束：

放音乐：老师带幼儿做创编绳操的模仿动作，进行放松活动。

好玩的球健康领域教案篇三

活动目标

- 1。能助跑跨跳高度不高于40厘米的垂直障碍。
- 2。发展幼儿的跳跃能力及动作协调性，感受自主游戏和集体协作的快乐。

活动准备

幼儿人手一根绳子，热身及放松音乐，闯关场景设置。

活动过程

一、热身运动。

- 1。播放音乐，幼儿随音乐做热身运动。重点活动颈部、腰部、双臂、膝盖、脚踝，练习前跳后跳动作。
- 2。出示绳子，引导幼儿自由探索绳子的玩法

(1) 玩短绳，每人一根绳子，双手握绳的两端拉直扑在地上，双脚或者单脚跳从绳子前后跳过。

(2) 玩长绳，幼儿自由结伴组成小组，每组一根长绳子，每组由两幼儿握绳子两端拉紧铺在地上，其他幼儿依次从绳子前跳过。以后慢慢调整绳子高度，从低到高依次递增。绳子高度不高于40厘米，幼儿依次助跑跨跳。

讨论：绳子高度变高时，你是怎样跳过去的？怎样跳跃可以保护自己？请幼儿做示范。

小结：引导幼儿共同分享玩绳子的经验，相互交流，并请个别示范玩法，互相学习玩绳子中一些技能，如跳、助跑等等。

二、大家都来跳过绳子

1. 教师讲解玩法：请两名幼儿分别握绳子两端，距离地面20厘米拉直。幼儿依次助跑后跳过绳子。注意蹬地、抬脚等动作要领，然后从侧面跑回。

2. 全体幼儿依次进行游戏。

3. 提高绳子高度，进行游戏竞赛。

最后高度调整为40厘米，鼓励幼儿大胆尝试。

三、放松整理、收拾结束。

教师带领拍大腿，拍小腿，甩甩胳膊，松松腰，相互捶后背。带领幼儿整理绳子，收放整齐。

好玩的球健康领域教案篇四

设计意图：

绳子是一种古老的民间活动，具有浓厚的趣味性和娱乐性，选择绳来探索民间的一些玩法，旨在培养幼儿积极主动的参与游戏，建立良好的同伴合作关系，来提高幼儿的合作意识，发展合作技能。

绳子是幼儿平日生活中随处可见的物品，也是一项需要全身协调运动的体育活动，它能很好地锻炼幼儿的身体协调性，幼儿园户外活动时经常会玩。但是在户外活动时我发现有的孩子对跳绳不感兴趣，常常拿着绳子坐着发呆，我想不如让幼儿动脑筋，想办法，创造出绳子的多种玩法。通过这样的活动能够让幼儿探索出绳子的多种玩法，体验创造性进行体育活动的乐趣，从而达到锻炼幼儿身体协调性的目的。

活动目标：

- 1、幼儿能自由大胆探索绳子的不同玩法，并动作协调地玩游戏。
- 2、喜欢绳子游戏，体验民间创造性玩绳子带来的乐趣。

活动准备：

幼儿人手一根绳子、热身及放松音乐、闯关场景设置

活动过程：

一、热身运动。

- 1、播放音乐。幼儿随音乐做热身运动。
- 2、出示绳子，引导自由探索绳子的玩法

二、幼儿尝试探索绳子的不同玩法，能动作协调地玩游戏。

- 1、幼儿自由玩绳子，并知道玩绳子过程注意安全，即找一个

较宽的地方，不要互相影响别人游戏。

2、鼓励幼儿跟自己的绳子玩出多种不同的玩法，体验玩绳子过程带来的乐趣。

3、小结：引导幼儿共同分享玩绳子的经验，相互交流，并请个别示范玩法，互相学习玩绳子中一些技能，如跳、甩、抛等等。

三、引导幼儿探索合作玩绳的方法，体验合作的乐趣。

幼儿自愿组合成若干小组，利用绳子多人合作玩游戏

四、游戏：闯关大冒险

师：刚才是你们跟绳子玩，现在绳子也想跟你们这些小主人玩一个闯关游戏，每关游戏要挑战小主人身体的协调性，每关上面都系有铃铛，铃铛响了说明闯关失败，我们一起来看看谁能挑战成功。

1、过小河（助跑跳过小河）。

2、钻山洞

3、走弯路4、俯地前进

五、放松整理、收拾结束。

好玩的球健康领域教案篇五

游戏目的：

1. 利用各种绳子发展走、跑、跳动作

2. 在尝试花样玩法中，促进多种形式的合作，体验玩绳子的

乐趣。

游戏材料：

1. 长短、粗细、材质不同的各种绳子（如麻绳、尼龙绳、塑料绳、辫子绳、皮筋）若干；
2. 轮胎、塑料圈、小椅子、垫子等辅助材料若干。

指导要点：

一、熟悉材料、明确任务

1. 看，这是什么？这儿有哪些绳子？（麻绳、塑料绳、辫子绳、皮筋、尼龙绳）

二、自主选择、尝试玩绳

幼儿自主选择各个材料进行游戏，教师适时引导幼儿用绳玩出多种方法

1. 引导幼儿用绳玩出多种方法：

“除了拔河的方法，麻绳还可以怎么玩……？”

2. 鼓励并肯定幼儿的创新玩法（多人合作、材料组合、动作组合）

（1）能不能变变花样玩一玩？怎么变可以让更多的小朋友一起玩？

（2）借助椅子、呼啦圈、垫子这些材料可以怎么玩绳子？

三、分享交流，总结点评

1. 今天玩的开心吗？玩了哪些方法？哪些方法最有趣？

2. 点评：今天每位小朋友玩绳子玩得很棒，想出了各种玩绳子的方法，比如走的、跑的、跳的，不过绳子还有其他更多的方法，比如跨越跳，我们以后再继续试试各种玩法。

1) 绳团起来（或打结）：抛、扔、投、踢

2) 绳摆放在地上：过小河、走钢丝、左右行进跳、跳图形……

3) 绳与身体接触：踩绳跳、开火车、花样跳绳、三足跑、揪尾巴、踩蛇尾……

4) 绳与其他物组合：跨越跳、匍匐爬、拖物走（跑）

[大班健康好玩的绳子]

好玩的球健康领域教案篇六

1. 利用各种绳子发展走、跑、跳动作

2. 在尝试花样玩法中，促进多种形式的合作，体验玩绳子的乐趣。

1. 长短、粗细、材质不同的各种绳子（如麻绳、尼龙绳、塑料绳、辫子绳、皮筋）若干；

2. 轮胎、塑料圈、小椅子、垫子等辅助材料若干。

1. 看，这是什么？这儿有哪些绳子？（麻绳、塑料绳、辫子绳、皮筋、尼龙绳）

幼儿自主选择各个材料进行游戏，教师适时引导幼儿用绳玩

出多种方法

1. 引导幼儿用绳玩出多种方法:

“除了拔河的方法，麻绳还可以怎么玩……？”

2. 鼓励并肯定幼儿的创新玩法（多人合作、材料组合、动作组合）

（1）能不能变变花样玩一玩？怎么变可以让更多的小朋友一起玩？

（2）借助椅子、呼啦圈、垫子这些材料可以怎么玩绳子？

1. 今天玩的开心吗？玩了哪些方法？哪些方法最有趣？

2. 点评：今天每位小朋友玩绳子玩得很棒，想出了各种玩绳子的方法，比如走的、跑的、跳的，不过绳子还有其他更多的方法，比如跨越跳，我们以后再继续试试各种玩法。

1) 绳团起来（或打结）：抛、扔、投、踢

2) 绳摆放在地上：过小河、走钢丝、左右行进跳、跳图形……

3) 绳与身体接触：踩绳跳、开火车、花样跳绳、三足跑、揪尾巴、踩蛇尾……

4) 绳与其他物组合：跨越跳、匍匐爬、拖物走（跑）

好玩的球健康领域教案篇七

活动目标

1、训练幼儿的跑、跳、攀登、平衡能力，培养幼儿的合作精

神。

2、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。

3、培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。

4、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

5、喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

活动准备

游戏所用轮胎清洗，消毒后，用油漆漆成五颜六色的样子。

活动过程

一、热身运动

教师带领幼儿去参加动物王国的运动会。大家每人滚动一只轮胎入场。单、双手滚动或推动都可以，幼儿自由探索动作，过程中一直伴有轻松的音乐。

二、游戏练习

青蛙跳

将轮胎摆成两直排，大家从第一个轮胎圈里往第二个轮胎圈里跳。要求；半蹲、两腿弯曲，两手臂用力前后摆动，起身向前跳跃，落到前面的圈里。全部幼儿跳过所有的轮胎才算完成。

步步高

要求幼儿爬上三层的小山，先爬上第一层，往下跳，再爬上第二层，往下跳，最后爬上第三层，往地面跳。跳的要求同

上。

风火轮

大家爬过小山，坐上风火轮。就是两个轮胎扎在一起的大圆筒。两名幼儿做或趴在风火轮内，用身体各部位的力量滚动风火轮，让其在地面上滚动起来。

三、结束部分

放《运动员进行曲》，大家进入了动物王国运动场，幼儿自由作动作。注意安全。

活动反思

本次教学活动，能够根据教学目标开展，运用幼儿已有的生活经验，通过启发感知。讲述与操作让幼儿积极主动参与活动，逐步激发幼儿动手操作活动的兴趣及强烈的探索欲望。发明创新方法，体验创造带来的快乐。动静结合，注意发挥孩子的主体性，让幼儿思维活跃，培养良好的学习兴趣和创新能力。

好玩的球健康领域教案篇八

设计意图：

在“和纸玩游戏”的主题活动中，幼儿已探索并发现生活中有各种各样的纸。在他们眼里，纸就像魔术师变魔术一样变化多端，妙不可言。从纸巾、纸盒到纸袋，从书籍、报纸到海报，从折纸、撕纸到剪纸，他们发现了纸的种种不同，知道了人们是如何造纸和使用纸的。他们还尝试着用不同的纸进行小制作，如制作小书、进行简单的造型，等等。正是在这样的基础上，我们组织了“报纸真好玩”的活动，着重整合健康与社会领域的教育内容，以期让幼儿在与报纸的互

动游戏中锻炼身体，体验用报纸做游戏以及与同伴合作游戏的乐趣，并进一步了解报纸的特性，萌发初步的环保意识。

1. 运用报纸玩各种游戏，练习运动技能，发展身体的灵敏性。
2. 学习与他人配合进行游戏。
3. 探索、发现生活中的多样性及特征。
4. 增强幼儿与同伴合作的游戏的意识，体验游戏的快乐。
5. 提高幼儿思维的敏捷性。

1. 每人两三张报纸。

2. 《水族馆》《进行曲》《和纸玩游戏》的音乐磁带。

活动过程：

一、热身运动

1. 引导幼儿通过游戏“报纸变魔术”把报纸变成魔术棒。

2. 在进行曲的伴奏下，带领幼儿利用魔术棒进行热身运动：举起魔术棒，变成高人走(上肢运动)；放下魔术棒，变成矮人走(下蹲运动)；立起魔术棒，变成小拐杖(腹背运动)；握紧魔术棒，变成小汽车(体侧运动)；骑上魔术棒，变成小竹马(跳跃运动)；摆动魔术棒，向着圆心走(整理运动)。

(活动开始的游戏既满足了幼儿的好奇心，又使活动自然展开。热身运动从表面上看只是走走跑跑，其实是教师根据准备活动的要求而精心设计的。简短的儿歌式语言既能集中幼儿的注意，也是一种运动指令。在活动中，教师的语气语调要神秘、夸张些，以激发幼儿参与活动的兴趣。)

二、探索报纸的玩法

1. 引导幼儿探索报纸的各种玩法：今天我们要用报纸来锻炼身体，谁能想出特别的方法？

(1) 观察幼儿一个人的玩法。

(2) 观察两个或多个幼儿一起玩的方法，对合作良好的幼儿给予鼓励。

(3) 随时注意幼儿的运动情况，适时调节运动强度和练习密度。

(4) 提醒幼儿保持合适的活动空间，注意安全。

2. 鼓励幼儿自由玩报纸，及时发现、肯定幼儿有创意的玩法，组织幼儿互相学习并尝试。

(为了达成目标，教师分层次引导幼儿探索报纸的各种玩法。逐步提出由易到难的要求。在这一环节中，教师应做一个发现者，努力发现玩法独特的幼儿，并让他们在集体面前展示，及时肯定他们的创意，以启发其他幼儿思考。教师除了要捕捉幼儿有创意的玩法外，还要及时组织幼儿体验同伴的玩法。唤起幼儿的创造热情。)

三、游戏：南极冰块

1. 介绍游戏玩法：在《水族馆》的音乐声中，企鹅妈妈带着孩子自由地在大海里游泳。当音乐停止时，大鲨鱼就会游出来抓企鹅。但如果企鹅马上站在冰块上，大鲨鱼就吃不到它了，否则企鹅就有被大鲨鱼抓走的`危险。

2. 教师扮演企鹅妈妈，幼儿扮演小企鹅，配班教师扮演大鲨鱼，报纸当作冰块，游戏开始。在游戏过程中，教师要鼓励幼儿灵活躲闪，以逃避“大鲨鱼”的追捕。

第一次游戏，每张报纸上站一只“企鹅”；第二次游戏，拿走一半数量的报纸，这时每张报纸上要站两只“企鹅”；第三次游戏，再拿走一半数量的报纸，这时每张报纸上要站四只“企鹅”。

3. 当报纸上的人越来越多时，教师提醒幼儿在保证安全的前提下注意保持身体的平衡，同时启发幼儿懂得只有大家相互照顾、相互合作才能保证安全。

(这个游戏是探索环节的延续，与前面报纸游戏不同的是，它要求幼儿在尽情游戏的同时遵守规则，以增强幼儿的活动兴趣。在游戏中，扮演大鲨鱼的配班教师在表现凶恶形象的同时应有意抓不到“企鹅”，以增强幼儿游戏的信心，获得“报纸真好玩”的感受。)

四、放松活动

幼儿用报纸表演歌曲《和纸玩游戏》。

(在紧张而兴奋的游戏之后，教师安排了富有诗情画意的放松活动。幼儿伴着优美的音乐再次利用报纸轻松游戏，如撕纸、揉纸、抛纸、和纸跳舞等。这些活动既符合幼儿好奇、好玩的天性，又达到了放松的目的。)

延伸活动：

1. 在户外活动时间鼓励幼儿与同伴合作，继续探索运用报纸玩各种游戏。

2. 幼儿回家与家人一起玩报纸，并将新玩法带回幼儿园和同伴分享，扩展学习经验。

好玩的球健康领域教案篇九

活动目标：

1. 能创造性地探索绳子的多种玩法，有初步的求异意识。
2. 提高动作的协调性、灵活性。
3. 体验合作游戏的快乐。

活动准备：

幼儿每人一根绳子、音乐磁带《健康歌》、一段舒缓的音乐、贴地彩纸；场景设置一条5米宽的河流；小猴子毛绒玩具若干、一棵大树。

活动实录：

一、自由玩绳子

1. 自由玩。

师：孩子们，今天老师给你们每人带来一个小礼物，请你带着你的小礼物和我一起锻炼一下身体吧！（放音乐，运用绳子带孩子做一些身体舒展的运动。）

2. 讨论：绳子还可以怎么玩？

师：刚才你们和老师一起用绳子锻炼了一下身体，绳子还可以怎样玩，请你说说！（幼儿讨论。）

3. 玩玩你的方法。

师：刚才小朋友说了很多好玩的方法，请你们自己去玩玩。

（幼儿自由玩耍。）

二、营救小猴子

1. 情景展开。

幼儿：愿意去。

2. 带领幼儿走过第一段路。

师：现在我们要去救小猴子，听好，如果在路上遇到大灰狼，你一定要蹲在地上，这样就不会被大灰狼发现了。如果遇到小桥，我们要一个一个地过小桥，一定不要推挤。（幼儿走过第一段路。）

3. 讨论：怎样过河？

师：孩子们，现在我们来到这条小河面前，但是小桥被河水冲走了。我们要怎么过河呢？

（幼儿自由发表意见。）

4. 讨论：用绳子过河。

幼儿：用绳子做一个石头。

师：这个想法好，还有没有？

幼儿：用绳子搭一个桥。

师：也很好。

……

5. 幼儿过河。

师：刚才小朋友们说了很多很好的方法，请你们来试试吧！

（幼儿尝试。）

师：这个小朋友的绳子不够长，你们能帮帮他吗？

（幼儿尝试合作完成。）

（幼儿过河。）

（幼儿收拾自己的绳子，然后继续前进。）

6. 营救猴子。

师：看小猴子在那里，我们快去救它。

7. 送小猴子回家。

师：现在我们要送小猴子回家了，记住过河的时候可以把你们刚才看到的好的办法用起来，当然如果你有更好的方法也可以用。

三、开派对

师：我们终于把小猴子送回家了，猴妈妈说为了感谢我们，为我们准备了一个派对，请你们一起来舞蹈吧！（在音乐伴奏中，做一些放松运动。）

课后反思

本活动的内容、材料来源于生活，有效的利用了绳子，探索了绳子的多种玩法，充分调动了幼儿参与跳绳活动的乐趣，发展了幼儿的想像力和创造力。

活动安排既有个人自由探索，又有小组探索，教师在幼儿自

由探索时，能够较多地观察幼儿，发现幼儿找到的好的玩法，从而介绍给别的幼儿相互交流。通过小组探索，培养了幼儿的合作意识。

作为教师在引导幼儿探索跳绳的玩法时，对能力弱的幼儿没能有针对性的进行帮助和指导。

我和孩子们一起分享了一节中班体育活动《好玩的绳子》。中班幼儿的力量、速度、耐力均处于初步发展的时期，骨骼肌肉有所发展但是非常柔弱；在心理方面，他们的感知能力和活动兴趣逐渐增强，他们喜欢和同伴一起玩耍，会与同伴分享快乐，在相互交往过程中开始有了合作意识。玩绳子是一项比较剧烈的全身性活动，摇绳练臂力，跳绳练腿劲，快摇练速度，多跳练耐力。孩子手脚协调配合，还可以促进幼儿的协调性。根据孩子的年龄特点和身心发展规律，我设计了热身操——自由探索绳子玩法——跳绳闯关等环节，引导幼儿主动参与活动，在达到技能、体能目标的同时，充分感受到了体育游戏的乐趣。

在自由探索绳子玩法。我引导幼儿充分发挥想象，尽情体验一物多玩的乐趣。我边组织幼儿自主探索玩法，边用语言引导幼儿“动动脑筋想一想还有没有与别人不一样的玩法”，认真发现并提炼出幼儿想出、做出的好玩法，让幼儿在愉快的气氛中，探索出绳子的不同玩法。

《3-6岁儿童学习与发展指南》指出，对于玩绳子等技能性活动，不要过于要求数量，更不能机械训练，而是让孩子动作协调地玩绳子。本着这个原则，我认为这节课达到了教学的目标。

总之，在整节活动中，孩子们都是在一种快乐温馨的氛围中进行的，游戏有趣好玩，贴合孩子们的心理特点，自由探索活动有效。整个教学活动，自己感觉还是比较顺利的，幼儿积极参与每一个环节，孩子们能够乐于探索绳子的不同玩法，

感受到玩绳子的乐趣，顺利完成了教学任务。

不足之处：

- 1、场面出现混乱，孩子们游戏时规则意识还不够强。
- 2、幼儿的学习能力和老师的教育能力都得到了充分发挥和发展。但就是常规比较乱，在这方面还要加强。
- 3、最后一个环节中的闯关游戏视乎脱节了，应该把孩子的一些特点玩法融入到闯关中去。