

2023年跳皮筋的教案大班(大全5篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

跳皮筋的教案大班篇一

民间游戏跳皮筋，是幼儿接触比较少，但很感兴趣的传统游戏，它不仅锻炼幼儿身体，发展幼儿基本动作，还有丰富幼儿生活，开发智力和陶冶幼儿情操的作用，是幼儿身心发展的重要途径之一。跳皮筋的游戏简便易行、取材方便、内容丰富、不受时间、场地、人数的影响，随时随地就可以开展的特点，充分挖掘和利用民间体育游戏，促进幼儿身心健康发展。

为了避免民间游戏中单纯的玩会很枯燥，孩子们不太感兴趣，便设计了情景，让幼儿扮演小鸡，来一起做游戏，孩子们会玩得很高兴。而我认为这也是本次活动的亮点。通过音乐乘坐皮筋小汽车来出场，进行热身运动，将皮筋便趁鼓励一辆小汽车，勾起了幼儿的兴趣。整个活动，老师都是在引导孩子们自己想办法去玩，引导他们想出不同的玩法，引导他们去合作游戏。在综合游戏中设计了听指令转换动作，不仅增加了游戏的趣味性，还对孩子们进行注意力方面训练，在转换之间增强了难度，幼儿很有成就感。游戏中设计了有难度的夹沙包跳、爬用轮胎搭成的小山坡，孩子们能够在大家的鼓励下勇敢地去尝试并且渡过难关，表现很棒。而规则意识的培养也是本次活动的难点。本次活动中也存在这不足，在活动过程中没有进行总结性的过度，个别幼儿的关注不够，在对幼儿的探究引导上还需要更细致的斟酌。

小百科：跳皮筋，也叫跳橡皮筋、跳橡皮绳、跳猴皮筋，是

一种适宜于儿童的民间游戏，约流行在20世纪50至80年代。

跳皮筋的教案大班篇二

设计思路：

跳皮筋是民间游戏之一，但是由于现在孩子们对民间游戏不太了解，没有真正的玩起来，感受到其中的乐趣。我们想通过开展民间游戏，让孩子了解民间游戏，在幼儿自主探究的过程中，发现多种方式进行跳皮筋，通过跳既发展了孩子们的平衡协调能力，体验集体游戏中的乐趣，使幼儿在游戏中加强体育锻炼，增强体质。所以我们设计了这个游戏用于孩子们的户外活动。

活动目标：

1. 鼓励幼儿积极思考跳皮筋的方法，与伙伴相互学习，发现和掌握双脚并拢跳，踩、跨、勾等多种方式。
2. 激发幼儿对民间体育游戏的兴趣，体验合作游戏的快乐。

活动重点：

通过玩皮筋，探究多种玩法及跳皮筋的方式。

活动难点：

掌握跳皮筋多种方式。

活动准备：

皮筋：十米的3根、音乐《握手舞》handsup

活动过程：

1、开始部分：在《握手舞》的音乐中出场并进行热身运动。

鸡妈妈：我的小鸡宝贝们，上午好，今天空气真好，我们一起来做做运动吧。看，哪里有个大格子，想不想一辆车，我们都坐在车里，准备出发咯（站在皮筋围成的方形里，放音乐）鸡妈妈：小鸡宝贝们下车咯，这就是咱们今天的新朋友，想不想和它玩一玩？好，听要求，比一比谁的玩法多，而且不一样。

2、自由玩：幼儿自由探索皮筋的玩法。（有的拉绳子、有的在地上摆图形、有的互相套，还有的跳进去、跳进来等等）

小结□a□鸡宝宝展示多种玩法（34位鸡宝宝展示，给与肯定）

b□集体展示跳着玩。（规则：一个接着一个跳，皮筋在中间，左右前进跳）

c□捉小鱼。

3、寻找它的小伙伴：长皮筋。（在路上，带领鸡宝宝练习双脚跳、单脚跳、踩跳、勾勾脚）

4、探究跳皮筋的方法

小结：可以并脚跳，跨过皮筋跳，勾住皮筋跳过去。

5、综合游戏：运用踩、勾、并脚跳、单脚跳的方法跳皮筋。

（1）听指令跳皮筋（指令：并脚跳、并脚跳，并脚跳完踩绳跳）。

（2）请个别幼儿试一试、进一步熟悉游戏规则。

（3）教师评价幼儿游戏比赛情况。表扬能够克服困难，掌握

了鸡妈妈交的本领。

6、结束部分：总结本次活动，在□handsup□音乐中，做放松运动。

活动反思：

民间游戏跳皮筋，是幼儿接触比较少，但很感兴趣的传统游戏，它不仅锻炼幼儿身体，发展幼儿基本动作，还有丰富幼儿生活，开发智力和陶冶幼儿情操的作用，是幼儿身心发展的重要途径之一。跳皮筋的游戏简便易行、取材方便、内容丰富、不受时间、场地、人数的影响，随时随地就可以开展的特点，充分挖掘和利用民间体育游戏，促进幼儿身心健康发展。

为了避免民间游戏中单纯的玩会很枯燥，孩子们不太感兴趣，便设计了情景，让幼儿扮演小鸡，来一起做游戏，孩子们会玩得很高兴。而我认为这也是本次活动的亮点。通过音乐乘坐皮筋小汽车来出场，进行热身运动，将皮筋便趁鼓励一辆小汽车，勾起了幼儿的兴趣。整个活动，老师都是在引导孩子们自己想办法去玩，引导他们想出不同的玩法，引导他们去合作游戏。在综合游戏中设计了听指令转换动作，不仅增加了游戏的趣味性，还对孩子们进行注意力方面训练，在转换之间增强了难度，幼儿很有成就感。游戏中设计了有难度的夹沙包跳、爬用轮胎搭成的小山坡，孩子们能够在大家的鼓励下勇敢地去尝试并且渡过难关，表现很棒。而规则意识的培养也是本次活动的难点。本次活动中也存在这不足，在活动过程中没有进行总结性的过度，个别幼儿的关注不够，在对幼儿的探究引导上还需要更细致的斟酌。

跳皮筋的教案大班篇三

1. 能够快速侧身钻过60厘米以下高度的皮筋。

2. 能够双脚跳过20厘米以上高度的皮筋。
3. 商讨游戏规则，体验合作游戏的快乐。
4. 培养幼儿的自信心，正确对待输赢，有良好的心理素质。

皮筋6根，椅子6把，节奏欢快的音乐。

1. 幼儿随音乐做热身运动，主要活动头颈部、上肢、胸部、腰部、膝盖和腿部，重点练习侧伸腿、弯腰。

2. 请幼儿练习侧身钻。

(1) 将皮筋系在椅子把上，距离地面大约60厘米，围成一圈。请幼儿围在外围，就近依次侧身钻过皮筋到圈内，绕过下一把椅子再侧身钻出去。要求身体不碰皮筋。

(2) 皮筋降低5厘米，请幼儿再次侧身钻，交流不碰皮筋的做法。

小结动作要领：低头、弯腰、缩身。

(3) 皮筋再次降低5厘米，请幼儿再次侧身钻，要求手不能扶地。幼儿交流办法，请能力强的幼儿示范。

师生共同总结动作要领：伸腿、低头、弯腰钻过去、收腿。

(4) 放松活动，围绕小椅子外围小跑步一圈，并做放松动作。

3. 请幼儿跳过距地20厘米的皮筋。

(1) 请幼儿自由练习双脚跳过20厘米高的皮筋。

(2) 根据幼儿情况，逐步提高皮筋高度，请幼儿原地双脚跳过。

4. 放松运动。幼儿跟随音乐自由做放松的动作。

本次活动的设计十分符合大班幼儿的年龄特点及动作的发展需要。在活动中充分利用皮筋，整个活动孩子们都感兴趣，而且对提高幼儿身体动作的协调性与灵敏性颇有帮助，在注重身体锻炼，发展能力，都符合总的教育目标。

跳皮筋的教案大班篇四

跳皮筋是一项民间传统的游戏活动，较为普及。经常参加跳皮筋游戏活动，不但能够提高跳跃能力，同时也能发展协调性和灵敏性，跳皮筋的方法很多，有单人跳、双人跳、多人跳，以及单脚跳、双脚跳、花式跳等。还可以自己创编一些跳跃方法来跳皮筋。

本课教学主要是学生自编的跳跃方法的跳皮筋，学会基本的双起双落动作，加强同伴间的合作。在练习前的准备活动中，引导学生模仿动物的跳，充分活动学生的各关节部位，避免因活动不充分，导致跳跃时扭伤踝关节等意外事故的发生。本课主要以小组形式进行，分组时特别注意了学困生，尽量将不同素质的学生分布到各个小组，达到互帮互学的教学效果。

但在练习中，还是有部分学生不能很好地与同伴交流合作，表现出排斥同伴、强占练习次数、不架皮筋等不良行为，针对这种现象，教师要细心做工作，多教育鼓励学生，更要正确的引导学生，同学之间要和睦相处，友好合作，共同进步，体验关心帮助他人的快乐。

小百科：皮筋是一种塑料制的有弹性的物品，一般小孩子爱玩，可同时供多人玩耍，但需要俩个人同时架着，也有的人架在俩颗距离较近的树之间玩。适合户外活动。

跳皮筋的教案大班篇五

- 1、尝试跳皮筋的简单方法，学会基本动作，发展动作的灵活性。
- 2、提高脚的控制能力和跳跃能力。
- 3、锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。
- 4、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

1、简单装饰的皮筋若干。

2、学会游戏儿歌《小皮球》。

1、教师示范指导幼儿跳皮筋的简单方法。

2、引导幼儿尝试跳皮筋基本动作：踩线跳、跨跳、单脚跳、双脚跳等。

跳皮筋是一项民间传统的游戏活动，较为普及。经常参加跳皮筋游戏活动，不但能够提高跳跃能力，同时也能发展协调性和灵敏性，跳皮筋的方法很多，有单人跳、双人跳、多人跳，以及单脚跳、双脚跳、花式跳等。还可以自己创编一些跳跃方法来跳皮筋。

本课教学主要是学生自编的跳跃方法的跳皮筋，学会基本的双起双落动作，加强同伴间的合作。在练习前的准备活动中，引导学生模仿动物的跳，充分活动学生的各关节部位，避免因活动不充分，导致跳跃时扭伤踝关节等意外事故的发生。本课主要以小组形式进行，分组时特别注意了学困生，尽量将不同素质的学生分布到各个小组，达到互帮互学的教学效果。

但在练习中，还是有部分学生不能很好地与同伴交流合作，表现出排斥同伴、强占练习次数、不架皮筋等不良行为，针对这种现象，教师要细心做工作，多教育鼓励学生，更要正确的引导学生，同学之间要和睦相处，友好合作，共同进步，体验关心帮助他人的快乐。