

最新体育教案跳远幼儿园(大全17篇)

在编写初一教案时，需要考虑学生的认知特点和学习需求。小编为大家整理了一些精选的高一教案，希望能够为大家提供一些实践经验和指导意见。

体育教案跳远幼儿园篇一

一、指导思想：

贯彻“健康第一”的指导思想和以学生发展为中心的教育理念，转变传统教学观念创建教学新模式，树立“学生为主体，教师为主导”的思想，增强学生创新能力，个性和特长，重视学生的全面发展，为学生形成终身体育意识和良好的运动习惯打下基础。

二、教学目标：

- 1、认知目标：认识跳跃练习能发展人体特弹跳能力和游戏的方法规则
- 2、技能目标：通过练习，更好的改进提高立定跳远的动作质量。
- 3、情感目标：通过讲练结合，让学生们即能用心去理解，又能通过锻炼去提高。从中培养学生认真学习的态度和刻苦锻炼的品质。

三、教材分析：

跳跃是人体的基本活动之一，，深受青少年的喜爱。它对于发展身体的跳跃能力以及促进下肢肌肉、关节和身体器官系统的发展，体验学习跳跃队长动作的乐趣，有着积极的作用。本年级立定跳远主要是使学生掌握双脚蹬地跃起，向远处跳

出，并能双脚落地的方法。重点是双脚起跳双脚同时落地，难点是上下肢配合协调。

四、教学重点、难点：

重点：双脚起跳，用力向前上方跃起，上下肢协调配合。

难点：上肢的摆动配合空中展体

五、教法、学法：

教法：引导法，探究法、指导法、比赛法、评价法等。

学法：让学生通过小组合作学习探究、观察、模仿，相互学习来完成学、练的目标。

六、课的设计：

（一）活跃情绪、启发兴趣

1、通过教师导入激发学生的学习兴趣，明确了学习的内容。

2、超市（自选练习）这样的设计学生能根据自己的爱好选择，能充分激发学生的学习兴趣，从而满足学生的运动乐趣。

3、健身操：在音乐伴奏下，做健身操，起到健身的作用，并且能提高学生的音乐节奏感。

（二）保持活跃情绪、发展运动能力

1、立定跳远在教学过程中以引导、提示、参与、游戏、竞赛等教学方法，激发学生的运动和学习兴趣，通过学生的创造、思考、练习、等学习方法，培养学生的终身体育意识。

2、游戏：齐心协力保护小树苗，通过导入引导学生热爱家乡、

爱护校园，保护环境，让学生养成良好的行为习惯。

（三）稳定情绪、恢复身心

在轻松欢快的舞蹈中得到身心的放松，使紧张的机体得到调节。

体育教案跳远幼儿园篇二

教学内容：

立定跳远

教学任务：

一、通过本节课的学习，让每个学生在“玩中学，学中玩，玩中创”感受到愉悦，在愉悦中初步掌握双脚蹬地跃起向远处跳出，并能双脚落地的方法。发展学生跳跃能力，培养学生运动兴趣。

二、通过游戏发展学生的上肢力量，培养学生认真、负责的积极态度，团结协作的团队精神。

三、让学生在特定的情境中通过观察、体验、掌握学习的方法，使学生热爱体育运动，并能够乐意接受教师的指导，从而体验成功。

教学重点：

双脚起跳，用力向前上方跃起，上下肢协调配合。

教学难点：

双脚轻巧落地。

教具准备：

40个垒球、4个筐子、画满荷叶的操场1个、糖果、录音机一台。

教学程序：

一、导入新课

1、师：同学们你们见过青蛙跳吗？他们是怎样跳的呀？你们原地学学好吗？

2、学生：原地学习青蛙跳。

3、师：老师这里有一群小青蛙肚子饿了要去找食物吃，青蛙妈妈决定带孩子们到池塘里去抓虫子吃。

4、师把学生带到画满荷叶的操场。

5、师：在抓虫子时不能掉到水里，掉到水里的青蛙要回到岸边后才能继续跳到池塘去找食物，找到食物的同学要把虫子放到岸边的盒子里后再继续去找食物。等大家抓完了虫子后才能一起分享劳动成果。

6、学生：学生听着音乐学着青蛙的跳跃的样子在荷叶上去找食物。（在找食物时教师用漂亮星星评价那些跳得好的，用太阳鼓励那些需要努力的学生。）

设计意图：一个生动学习情景的营造，可以引起学生的新鲜感和亲和感，使他们情不自禁的注入自己的热情，主动参与学习活动，在轻松愉快的环境中达到事半功倍的教学效果。此活动还让学生达到了热身的效果，充分调动了孩子们的学习体育兴趣，为下一步学习新知奠定了良好的基础。

二、学习新知

立定跳远

- 2、学生观看教师示范，教师边示范边讲解动作方法。（动作方法：两脚自然平行分开，上体稍前倾，两脚屈膝，两臂后举。然后两臂向前上方用力摆起，同时两脚踏地，迅速向前上跳起出。落地时，小腿前伸，用两脚跟着地，屈膝缓冲，保持身体平衡。）
- 4、学生边讨论边举手回答。
- 5、现在就请同学们自己来学一学，看谁学得快。
- 6、学生自由练习。（教师巡视指导及时用手势评价奖励优、中、差生）
- 7、分组练习。（小组长评出动作做的最好的）
- 8、各组优秀者上前表演。（学生评价好与坏的地方）
- 9、分组跳过河看谁跳的最好，动作跳的最漂亮。（教师巡视指导及时评价奖励）

设计意图：教师进行完整示范后，使学生获得了完整的动作表象，然后分组学习、讨论、练习，使学生的学习成为一种自觉自愿的行动，真正变“要我学”为“我要学”，同时又使学生获得自学、自练、互学、互练的学习方法。整个课堂充分给予学生自主学习的时间和空间，学生间相互指导，讨论指正，真正发挥了“小团体”与个人相结合的学习方法，促进互助互学，在练习中突破难点，掌握动作。并且通过及时的评价使学生最大限度的发挥水平，让每个孩子都体验到成功的乐趣。

三、整理放松

1、师：可爱的孩子们经过强烈的体育运动后一定很累吧，那就请你们听着音乐跟我一起做放松操吧！

2、教师和学生一起做放松操。

3、教师小结

4、师生再见

5、整理器材

体育教案跳远幼儿园篇三

《体育课程标准》要求初步掌握基本运动技术，这是《国家学生体质锻炼标准解读》书中五六年级的测试项目。

通过教学和实践，使学生掌握立定跳远的技能和方法，锻炼学生下肢力量，发展全身协调能力。通过练习悟出立定跳的方法与技巧。

二、教学目标分析

1、学生初步了解立定跳的方法与技巧，发展下肢力量。

2、学生通过游戏悟出跳远的方法，能有效调整下肢发力与全身协调关系。

3、养成勤于思考的好习惯，形成良好的的组织性与纪律性。

三、学习者特征分析

农村学校，学生基本素质都比较好，尤其力量方面是强项，但是运动协调能力较差，对于他们来说，学习的重难点就在于逐渐体会和掌握身体协调用力的技术，使身体下肢力量优

势得以充分发挥，再进行动作技术指导，提高立定跳远成绩。

四、教学策略选择与设计

根据体育教学大纲和本校的实际情况我采用两组互相比赛互相监督的方法，提高学生的运动能力。

五、教学资源与工具设计

教学资源与工具包括两个方面：一是为支持教师教的资源；二是支持学生学习的资源和工具，包括学习的环境、多媒体教学资源、特定的参考资料、参考网址、认知工具以及其它需要特别说明的传统媒体。

六、教学过程教师检查人数

1、明确本节课学习内容并明确学习目标

2、教师讲解动作，学生仔细听讲

3、教师巡视观察，及时给予纠正（距离、动作）

4、教师巡视提醒安全，教师再次示范强调动作要领以及下肢发力时机，学生练习。要求互帮互助，完善动作。

5、划分场地，分5组进行，每组8名学生，确定组长，明确小组位置。

6、教师巡视指导

布置练习作业，整理器材。

1、体育委员整队，师生问好。

2、游戏“蛙跳”

3、学生分小组进行练习

4、教师和学生一起总结练习时的问题，并想出解决办法。

5、学生结伴进行比赛

6、学生分组练习

七、教学评价设计

教学中通过游戏进行练习，避免了学生对立定跳远产生恐惧，有利于学生掌握动作要领，教师也可以把更多精力放在指导上，收到了良好的效果。学生身体的下肢发力掌握不好，另外在协调性方面表现不好，特别是女生成绩不理想，有待在协调性训练上下功夫。

八、帮助和总结

体育教案跳远幼儿园篇四

1、立定跳远

2、迎面接力跑

1、学会立定跳远的各种分解动作，提高学生立定跳远的.能力，培养学生的原地弹跳能力。

2、发展学生速度和奔跑能力。

一、准备部分

1、开课式

2、队列练习

3、准备活动：慢跑两圈、放松活动。

二、基本部分

1、立定跳远

(1) 动作：

1、准备动作，原地向上往高处起跳10次，向上的时候手臂向上摆，跳得越高越好。

2、基本动作，听教师的口令，一是手向上举，二是手从上往下摆，身子下蹲，三是向前起跳（重心向前）。

2、教师讲解示范

学生跟着教师完成动作，接着学生分组完成动作十遍，直到大部分同学掌握为止。

2、迎面接力跑

(1) 方法：接棒人站在起跑线后，右手前伸准备接棒，传棒人以后遥将棒竖起传给接棒人，接棒人握棒后迅速跑向对面。

(2) 组织教学：学生分成四组进行，在场地上画两条相距25米的平行线作起跑线，成纵队相对立在两端的起跑线后。

(3) 要求：

1、传递棒时不准抛，传棒是落后由传棒人捡起继续进行。

2、严格遵守纪律、遵守规则。

三、结束部分

- 1、整理放松
- 2、小结、讲评
- 3、宣布下节课的内容
- 4、下课

体育教案跳远幼儿园篇五

(1)、通过“立定跳远”的学习，初步掌握“立定跳远”的技术动作，形成正确的概念。

(2)、增强学生的弹跳力以及灵敏、速度、协调等身体素质的发展。

二：教学内容和活动：跳远（立定跳远）

(1) 准备部分：

1、整队，报告人数，师生问好

要求：集队要做到：快、静、齐，精神饱满，动作正确、整齐

2、宣布课堂内容和要求

3、准备运动：绕场慢跑两圈

(2) 立定跳远动作要领：

1、两脚左右开立与肩同宽，上体稍前倾，两脚用前脚掌和脚趾抓紧地面。

2、两臂自然前后预摆，同时两脚随着协调屈伸。当两臂从后

向前上方做有力摆动时，两脚迅速蹬地，充分蹬伸髋、膝，踝关节向前跳起，使身体在空中成一斜线。

3、收腹，屈膝，小腿前伸，两臂从上向下后摆。

4、脚跟先着地，落地后屈膝缓冲，上体仍保持前倾。

(3) 易出现的错误：

1、单脚起跳，单脚落地。

2、两次起跳。

3、落地时不能屈膝缓冲。

重点：向前上方摆臂迅速有力，蹬地收腿。难点：动作连贯，蹬摆配合

三、组织教法：

(1) 教师出示立定跳远下蹲摆手动作图片。提问：你们知道图片上这个动作的名称吗？教师引导学生模仿下蹲摆手动作。对模仿最像的小朋友进行表扬对模仿不像的小朋友进行激励。

(2) 教师出示立定跳远完整动作图片，让学生把整个动作图片连贯起来，试试自己行不行。

(3) 教师提问：你们知道刚才做的这个动作的名称吗？教师出示“立定跳远”四个字，学生齐读两便。

(4) (青蛙过河) 教师讲解故事情景，提问：青蛙怎样才能顺利过河？试试用自己的方法能不能过去，小组讨论总结经验在来一次。

(5) 进行“立定跳远”的完整练习。第一次试跳后选出小组

跳的最好的一名小朋友。让他们教教跳的不好的小朋友。第二次试跳后小组讨论找出难点，教师对照图片进行示范指导。第三次进行“立定跳远”比赛，以优、良、中、差作为评价标准，得优最多的队为冠军队。

四、结束部分

(1)、集队

(2)、整理运动：原地踏步

(3)、小结

(4)、解散

体育教案跳远幼儿园篇六

学生：原地学习青蛙跳。

设计意图：一个生动学习情景的营造，可以引起学生的新鲜感和亲和感，使他们情不自禁的注入自己的热情，主动参与学习活动，在轻松愉快的环境中达到事半功倍的教学效果。此活动还让学生达到了热身的效果，充分调动了孩子们的学习体育兴趣，为下一步学习新知奠定了良好的基础。

体育教案跳远幼儿园篇七

体育课教案

上课日期:2004年10月19日授课老师:.

班级

初一（5）班

第7周

场地

器材

与

媒体

场地：田径场

器材：实心球

媒体：

人

数

58

男30

第1次课

女28

教

材

内

容

1, 立定跳远 {新内容}

2, 掷实心球 (旧)

教学

任务

与

教学

目标

1, 使学习初步掌握立定跳远和投掷实心球的动作和方法

2, 通过学习, 提高学生上下肢和腰腹力量。

3, 培养学生集体精神, 学生的创新能力

重点

难点

立定跳远的摆臂和腾空; 实心球以腰腹力量带动挥臂

教学

过程

教学内容和达成目标

教学组织与方法

练习

教师教法

学生学法

次

数

时

间

1, 由体育委员集合整队, 检查人数。

2, 宣布本节课的内容及要求

3, 检查服装, 安排见实生

1由体育委员整队, 并报告人数

组织: 对形如下 (背对太阳)

0

要求:

1集合快。静。齐

2精神饱满精力集中

1徒手操(4x8拍)

- (1) 头部运动
- (2) 肩绕环运动
- (3) 扩胸运动
- (4) 腰部运动
- (5) 膝关节运动
- (6) 腕踝运动
- (7) 正压退运动
- (8) 侧压腿

4辅助练习

- (1) 两人压肩
- (2) 高抬腿

目标：使学生全身肌肉进入工作状态，为上课做好准备。

教师领操

口令正确

声音洪亮

压肩：教师找同学示范，也可以三人一组压肩)

组织：

XXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXX

0

要求：1、动作方向一致

2、动作幅度要大

压肩：两人相对站立，用手掌压着对方的肩，两腿分开，略大于肩，膝关节不能弯曲，两人上身往下压。

基本部分

一、学习立定跳远动作：

1、让学生自己体会向上原地向上跳动作。

2、学习原地摆臂动作

3、学习原地摆臂向上跳。

4、学习立定跳远完整动作

1、两脚自然开立，与肩同宽，膝微屈上体前倾，两臂放在身后，起跳时，两腿用力蹬地，膝关节充分伸直，踝关节充分打开，同时，两臂急剧向前上方摆出。

2、教师找出动作较好的学生出来示范动作

3、纠正学生错误动作

1、生自己感受向上跳的动作

2、双臂下沉后由下而上急剧向上方摆起

二，掷实心球

1握球的手形

2投球的连贯动作

3持球做投掷实心球动作

4、发挥学生的想象能力。

三、游戏：传接实心球比赛；

教师讲解并示范：

1，握球：两手稍靠拢，手指自然分开，两拇指成八字形，两手握球的后下方

3□<?xml:namespaceprefix=vns="urn:schemas-microsoft-com:vml"/>两脚前后开立面向投掷方向，双手举球于头上方，上体后仰，快速用力蹬地，挺胸，拔指将球向前上方投出。同时迅速收腹屈体。

4，让学生自己创造投掷方法，选出较好的动作再一起练习。

教师介绍游戏方法并组织游戏。

1学生不持球跟着老师做动作

2组织：

XXXXXX

XXXXXX

0

XXXXXX

XXXXXX

3练习队行:

XXXXX

XXXXX

1放松

2小结

3收放器材

作业和学

生学习

参考文献

病弱处理

课

后

小

结

体育教案跳远幼儿园篇八

1、启发引导：在教学过程中，我首先以“请你跟我这样做”的形式引导学生利用拼板进行跳跃练习，然后提出问题：利用你手中的拼板想想还能有其它的跳法吗？鼓励学生积极创想各种跳跃的方法，激发学生的学习兴趣。学生经过个人、结伴、小组的积极讨论、交流与实践创想出了各种跳跃的方法。之后，通过学生的展示引出本课的学习内容“立定跳远”。接着，请学生尝试模仿并鼓励其能跳得远。这样，在教师的启发引导下学生对立定跳远动作有一个初步的概念。

2、设疑探究：接下来教师所要做的就是让学生进一步掌握动作要领，此时教师设疑：怎样跳才能跳得远？并请一位动作好且跳得远的学生展示。学生以四人小组通过观察——思考——实践——讨论——交流从而归纳出“两手用力摆，两脚用力蹬，全身协调用力”的动作要点。学生在教师的引导下主动参与整个学习过程，在解决问题的实践过程中，通过自身的感受和体验，既掌握了动作要领又培养了学生的自主探究意识，同时也让学生体验到了探究的乐趣。

3、提高发展：在学生掌握了动作要领后，教师提出：你能跳多远？组织学生强化学练，进行分层练习，让每个孩子都尝到成功达到喜悦。之后教师鼓励学生挑战老师，激发学生的斗志，让有能力的学生得到进一步的发展。

4、教学评价：整个环节中，教师始终以微笑和表扬性语言肯定学生的创想与回答。学生在教师不断地鼓励与表扬中充满了自信，并不断地享受着成功的喜悦。

体育教案跳远幼儿园篇九

1. 启发引导：在教学过程中，我首先以“请你跟我这样做”

的形式引导学生利用拼板进行跳跃练习，然后提出问题：利用你手中的拼板想想还能有其它的跳法吗？鼓励学生积极创想各种跳跃的方法，激发学生的学习兴趣。学生经过个人、结伴、小组的积极讨论、交流与实践创想出了各种跳跃的方法。之后，通过学生的展示引出本课的学习内容“立定跳远”。接着，请学生尝试模仿并鼓励其能跳得远。这样，在教师的启发引导下学生对立定跳远动作有一个初步的概念。

2. 设疑探究：接下来教师所要做的就是让学生进一步掌握动作要领，此时教师设疑：怎样跳才能跳得远？并请一位动作好且跳得远的学生展示。学生以四人小组通过观察——思考——实践——讨论——交流从而归纳出“两手用力摆，两脚用力蹬，全身协调用力”的动作要点。学生在教师的引导下主动参与整个学习过程，在解决问题的实践过程中，通过自身的感受和体验，既掌握了动作要领又培养了学生的自主探究意识，同时也让学生体验到了探究的乐趣。

3. 提高发展：在学生掌握了动作要领后，教师提出：你能跳多远？组织学生强化学练，进行分层练习，让每个孩子都尝到成功达到喜悦。之后教师鼓励学生挑战老师，激发学生的斗志，让有能力的学生得到进一步的发展。

4. 教学评价：整个环节中，教师始终以微笑和表扬性语言肯定学生的创想与回答。学生在教师不断地鼓励与表扬中充满了自信，并不断地享受着成功的喜悦。

体育教案跳远幼儿园篇十

本课教学对象是低年级学生，自控能力与认知能力均较差，但是低年级小朋友具有好动、好玩、好思考等特点。应抓住这一特点，在立定跳远教学时，综合运用练习、思考、探索、讨论等教学方法，在教师引导下，逐渐完成探疑过程。这样不但学会了立定跳远的动作，而且培养了学生分析问题、解决问题的能力。另外，要使游戏活动贯穿教学的全过程，使

体育教学的进行与游戏有机地结合起来，让学生始终沉浸在良性的学习氛围中自觉、自主、能动地学习。

体育教案跳远幼儿园篇十一

1、教学过程中体现主体意识和情感意识。

力求教学思路清晰，课堂结构严谨，给学生创造机会，有自主练习的时间与空间，让他们主动参与、主动发展、面向全体、关注差异。

2、教学方法中体现身体练习意识。

力求精讲多练，体现体育课让学生在身体练习的过程中掌握知识技术、技能特点。教学方法灵活多样，符合教材、学生和教师实际，注重课堂效率。

3、场地、器材运用中体现资源意识。

针对农村学校实际，采用“一材多用”充分体现体育器械的多功能性，同时合理布局场地，最大限度体现出场地的功效性。

体育教案跳远幼儿园篇十二

1、透过本节课的学习，让每个学生在“玩中学，学中玩，玩中创”感受到愉悦，在愉悦中初步掌握双脚蹬地跃起向远处跳出，并能双脚落地的方法。发展学生跳跃潜力，培养学生运动兴趣。

2、透过教师的启发、引导，学生的自我探索、体验总结并掌握立定跳远的技术动作，构成正确的概念。

3、透过自我挑战游戏发展学生的弹跳力、下肢力量及协调性

等身体素质的发展

体育教案跳远幼儿园篇十三

根据《标准》的实施建议中指出：“在注意选择适当的教学组织形式的同时，必须高度重视教学方法的改革，”结合小学生生活、心理特点，以情知教学为依据，以“健康第一”为指导思想，以素质教育为目标，通过教师组织引导，创设各种情景和条件，充分发挥学生的主体作用，力求达到身、心、知、智同育。

本课在设计上，坚持从新课程理念出发，注重以学生的发展为本，通过欢快有趣的“小青蛙跳荷叶”的教学活动，全面激发、提高学生跳跃的兴趣和能力，也将本课的教学难点有机地落实到每个教学细节中去。整堂课注重学生的体验教育，处处让学生当好学习的主人，教师始终作为学生的引导者，组织者，帮助者，激励者，为学生搭建起“表现”和“展示”的舞台，用激励性的语言正面引导学生“跳”出乐趣，“跳”出友谊，“跳”出创新，使学生在民主、和谐、愉悦的氛围中度过本节课。

体育教案跳远幼儿园篇十四

1、立定跳远

2、游戏：迎春花儿??

1、透过本节课的学习，让每个学生在“玩中学，学中玩，玩中创”感受到愉悦，在愉悦中初步掌握双脚蹬地跃起向远处跳出，并能双脚落地的方法。发展学生跳跃潜力，培养学生运动兴趣。

2、透过教师的启发、引导，学生的自我探索、体验总结并掌握立定跳远的技术动作，构成正确的概念。

3、透过自我挑战游戏发展学生的'弹跳力、下肢力量及协调性等身体素质的发展

双脚起跳，用力向前上方跃起，上下肢协调配合。

蹬摆配合、动作连贯、双脚轻巧落地

一、开始部分

1、体育委员集合整队，报告人数学生活动：

2、检查服装组织：

3、宣布本课资料四列横队

4、安排见习生

要求：快静齐

二、准备部分

1、围绕操场慢跑一圈学生活动：

2、课堂常规教学要求：队伍整齐精神饱满

3、简单的徒手操组织：

4、专项练习

a□原地用力向上跳跃b□原地向上抱腿跳远

5、注意安全

教法：教师前面领操，喊口令学生跟着联系要求：动作到位

三、基本部分

一、导入新课

1、师：同学们你们见过青蛙跳吗？他们是怎样跳的呀？你们原地学学好吗？

2、学生：原地学习青蛙跳。

3、师：那里有一群小青蛙肚子饿了要去找食物吃，青蛙妈妈决定带孩子们到池塘里去抓虫子吃。

4、教师把学生带到画满荷叶的操场，进行活动。

5、师：同学们大家还谁明白和青蛙一样用双脚跳动的动物呢

6、学生：兔子、袋鼠、麻雀等老师引导学生学习、仿这些动物动。

（1）立定跳远

2、动作要领：两脚自然左右开立，上体稍前倾，两臂前后摆动各一次，两腿配合作自然弹性屈伸，然后两臂用力向前上方摆，同时两脚用力蹬地，迅速向前上方跳出，落地时以脚跟先着地。

重点：向前上方摆臂迅速有力，蹬地收腿。

难点：动作连贯，蹬摆配合。

1、教师讲解示范，提出重难点。

2、学生做一、二、三“三拍法”的摆臂练习。

3、学生做摆臂向上跳起的练习。

- 4、在教师的指导下做摆臂向前上方跳跃的练习。
- 5、教师指出易犯错误，并进行纠正。
- 6、学生进行比较练习，分组练习。
- 7、教师根据学生练习状况及时进行提示纠正错误动作。

(2) 游戏：迎春花儿??

- 1、教师讲解游戏规则及游戏方法。
- 2、学生男女分成两组进行游戏□教师进行指导
- 3、游戏进行中要注意安全。
- 4、要求：听从指挥认真游戏

三、整理放松

- 1、学生集合整队
- 1、教师和学生一齐做放松操。
- 2、教师小结
- 3、师生再见、下课。

体育教案跳远幼儿园篇十五

1. 通过“立定跳远”学习，让大部分学生能体验，熟悉双脚立定跳远的动作技术，会做出一些双脚立定跳远的简单动作。
2. 通过“立定跳远”学习，发展学生灵巧、协调、速度等身体素质，增强学生身体平衡控制能力。

3. 通过“立定跳远”学习，培养学生集体意识和责任感，鼓励学生努力展示自我，培养学生活泼、愉快、主动、积极上进的精神。

教学重点：两脚用力蹬地起跳，动作配合协调

教学难点：双脚屈膝缓冲，轻巧落地

体育教案跳远幼儿园篇十六

1、体育委员集合整队，报告人数学生活动：

2、检查服装组织：

3、宣布本课资料四列横队

4、安排见习生

要求：快静齐

二、准备部分

1、围绕操场慢跑一圈学生活动：

2、课堂常规教学要求：队伍整齐精神饱满

3、简单的徒手操组织：

4、专项练习

a□原地用力向上跳跃b□原地向上抱腿跳远

5、注意安全

教法：教师前面领操，喊口令学生跟着联系要求：动作到位

三、基本部分

一、导入新课

1、师：同学们你们见过青蛙跳吗？他们是怎样跳的呀？你们原地学学好吗？

2、学生：原地学习青蛙跳。

3、师：那里有一群小青蛙肚子饿了要去找食物吃，青蛙妈妈决定带孩子们到池塘里去抓虫子吃。

4、教师把学生带到画满荷叶的操场，进行活动。

5、师：同学们大家还谁明白和青蛙一样用双脚跳动的动物呢

6、学生：兔子、袋鼠、麻雀等老师引导学生学习、仿这些动物动。

（1）立定跳远

2、动作要领：两脚自然左右开立，上体稍前倾，两臂前后摆动各一次，两腿配合作自然弹性屈伸，然后两臂用力向前上方摆，同时两脚用力蹬地，迅速向前上方跳出，落地时以脚跟先着地。

重点：向前上方摆臂迅速有力，蹬地收腿。

难点：动作连贯，蹬摆配合。

1、教师讲解示范，提出重难点。

2、学生做一、二、三“三拍法”的摆臂练习。

3、学生做摆臂向上跳起的练习。

- 4、在教师的指导下做摆臂向前上方跳跃的练习。
- 5、教师指出易犯错误，并进行纠正。
- 6、学生进行比较练习，分组练习。
- 7、教师根据学生练习状况及时进行提示纠正错误动作。

(2) 游戏：迎春花儿??

- 1、教师讲解游戏规则及游戏方法。
- 2、学生男女分成两组进行游戏□教师进行指导
- 3、游戏进行中要注意安全。
- 4、要求：听从指挥认真游戏

三、整理放松

- 1、学生集合整队
- 1、教师和学生一齐做放松操。
- 2、教师小结
- 3、师生再见、下课。

体育教案跳远幼儿园篇十七

- 1、运动参与目标：培养学生具有积极参与体育运动的态度和行为，自觉参与学习。
- 2、运动技能目标：将跑、跳的基本技能相结合。

3、身体健康目标：发展学生的身体协调性、灵敏性，及下肢力量

1. 教师带领幼儿跑步热身（跳、爬、旋转、拍手、并腿跳、走、慢跑等），活动开身体的各关节。要求：紧跟教师的动作。

（指导要领：动作变换时，都要事先提醒幼儿。在强度大的动作之间要安排一个动作强度小的动作，帮助幼儿调节运动负荷。）

2. 跑步结束，每人选一块手脚板站好，教师讲解基本动作。

(1) 教师讲解动作要领及步骤：手上举；腿半蹲，手后摆；手前甩，脚蹬地。

(2) 教师带领幼儿练习动作。要求：动作正确、有力。

（指导要领：1. 关注幼儿动作是否标准。2. 充分利用手脚板的长和宽，带领孩子练习。3. 让幼儿摆弄手脚板并练习，为下一环节小组合作组合手脚板做好准备。）