最新大班户外活动跳高 幼儿大班体育活动教案(实用10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

大班户外活动跳高篇一

锻炼幼儿的腿部力量和协调性。

体验团结协作的乐趣,培养竞争意识。

1、观看赛龙舟的录像

2、节奏轻快的音乐，收录机

3、红旗一面

一、准备活动

听音乐，师生一起做模仿动作(体育项目)

游泳(活动上肢)射击(弓箭步，左右开弓)乒乓球(半蹲，体转)竞走(全身运动)体操(放松运动)

二、“开龙舟”游戏

1、幼儿自由结伴五人一组，后面的幼儿依次抱住前面幼儿的腰或者拉住衣服，蹲着向前走。(老师只交待“开龙舟”游戏的基本玩法，让幼儿自己在玩中体验怎样使“龙舟”前进的

技巧)

2、老师观察：幼儿自由结伴的情况。开龙舟游戏时，幼儿能否步调一致，有节奏地蹲着向前走。

3、集中幼儿一起说说，“开龙舟”游戏玩得怎样

师：小朋友，“开龙舟”的游戏好玩吗?你们玩得怎样?

幼：我们“开龙舟”时有一个小朋友掉队了，他没跟上。

大班户外活动跳高篇二

1、练习走、跑、跳、攀爬、平衡、投掷等动作技能，进取探索多种上山、下山的方法；

2、大胆地尝试用自我感到困难的方式上山、下山，体验游戏的乐趣；

3、以进取、勇敢、团结协作的状态参与游戏，培养幼儿不怕困难，勇敢精神品质。

环境布置：将怪兽图案或模型粘贴或放置到山坡对面约4－5米的位置

儿童迷彩装、步话机一对、报纸球若干、简易担架两副、绒布娃娃玩具若干。

备用材料：羊角球、高跷、玩具马、沙袋等游戏器械若干。

一、准备活动：练兵。

1、活动肢体热身运动：队列练习，复习操节：《我是小兵》。

2、齐步走和变向跑练习：游戏“抢占山头”。

玩法：教师带领幼儿在场地中间集合，吹哨练习齐步走，当出现一声长哨时，立刻看教师手势，跑至所指方位。

3、蹲、起□s型小跑步、平衡等技能练习：游戏“战斗机”。

玩法：幼儿做开飞机状，跟着教师做飞行练习，如变向跑，原地转、蹲起等。至“大本营”即山坡下集合。

大班户外活动跳高篇三

1、探索泡沫垫的多种玩法。

2、结合数字规律练习单脚跳、双脚跳及跨跳等多种跳的本事及动作的协调本事。

3、努力听清教师指令，遵守游戏规则。

人手一块泡沫垫，1-10的数字卡片2套。

一、开始部分。

今日天气真不错，我们一齐来玩玩吧！（幼儿随铃鼓的变化变大圆——小圆——蜗牛圆）二、基本部分。

1、出示泡沫垫，你们明白这是什么吗？它有什么用？泡沫垫除了能够作为垫子，还能够和我们玩游戏呢？我们一齐来试试。此刻小朋友们分成2组游戏，能够自我玩，也能够和同组的小伙伴一齐玩。（幼儿四散游戏）师观察幼儿活动情景，对幼儿在游戏过程中出现的情景及时进行指导（合作、交往方面）※幼儿可将各自的泡沫垫连成两条长龙铺在地上，幼儿分成两组，以接龙竞赛形式从泡沫垫的一端爬到另一端。

※幼儿可将泡沫垫每两块连接在一齐，然后，每隔一段距离就摆放一组，泡沫垫横向摆放，共摆五组，其间距要相等。

幼儿做小兔跳的姿势跳过每块泡沫垫。

※可将泡沫垫两块相靠竖向摆放，提高跳跃的难度，加大运动量。提醒幼儿在跳的过程中必须双脚并拢，不得分开。

2、讲评幼儿游戏情景，表扬玩法新颖，合作默契的幼儿。

3、出示袋鼠图片，问：这是谁？它最大的本领是什么？今日我们来和小袋鼠学习跳的本领，看看谁会是跳跃冠军。

4、鼓励幼儿想出多种方法利用泡沫垫进行跳的练习。教师用语言或简单的动作予以提示或帮忙。

※将泡沫垫平放，双脚并拢跳过。提醒幼儿逐步加强高度，看看自我最高能跳过几块泡沫垫。

※将泡沫垫隔必须距离平放，幼儿有序进行连续跨跳（或单脚跳、双脚跳）。提醒幼儿观察并实践不一样的跳法适宜的宽度是多少。

※将泡沫垫两块相靠竖向摆放，连续摆放五处，进行跨跳练习，提醒幼儿尽量不要碰倒泡沫垫，如果碰倒，要立即重新摆放。

5、将泡沫垫平放，幼儿围坐休息。可相互敲敲背、捏捏腿，做一做放松运动。

6、游戏《数字格子跳跳乐》。

出示数字卡片，请幼儿自由挑选一块，并贴在自我的泡沫垫上。将泡沫垫按数字大小摆成两条长龙，要求幼儿听清教师指令，进行跳跃活动。

※单脚跳顺数（或倒数）。

※双脚跳单数。提醒幼儿两排的单数都要跳。

※左脚跳单数、右脚跳双数。提醒幼儿想好再跳。

变化摆放方法，继续游戏。

三、结束部分，游戏《叫号猜猜碰》。

幼儿听教师叫号，叫到的两个同号幼儿为一组，进行剪刀、石头、布的游戏，后结束活动。

大班户外活动跳高篇四

锻炼下肢力量，发展身体的协调性和平衡性。2.学会合作、协商。

皮筋、平衡凳、轮胎、音乐（热身、放松）

一、音乐热身

跟音乐互动身体关节，重点活动下肢关节

二、出示皮筋，引出游戏名称。

1.幼儿自由俩俩结合，用皮筋绑在一齐，试着走一走。在走的过程中，注意走得好的。

2.教师小结，引导幼儿为什么有的小伙伴走的好，不摔跤。让幼儿明白要协商，喊口号一齐走，节奏、脚步统一。

三、分两组赛，闯关。

1.第一关，小伙伴自由分成两组，看哪组走的快。

2.第二关，加大难度，从低到高放置平衡凳。让幼儿一只脚

在上一只脚在下走过平衡凳。

3.第三关，全部放置轮胎。每组投放8个轮胎，一只脚在轮胎里面，一只脚在轮胎外面走过去。

4.第四关，要求幼儿协商好，一只脚在轮胎里面，一只脚在轮胎外面，一齐跳过轮胎。

四、音乐放松

跟小伙伴坐在地上互相捶捶腿，蹬自行车，抱一抱拍拍后背。

两人三足要求幼儿互相协商，喊着统一的口号往前走。刚开始的时候幼儿之间缺乏商量，按自我的节奏走，刚走几步就摔跤。

经过练习，教师的引导，幼儿学会了协商，适应对方的节奏，逐渐找到了方法。在活动中不断地加大难度来增加幼儿之间的默契，大部分走的很好。

再跳轮胎的环节中难度最大，有的幼儿能互相协商喊着“一二跳”的口号顺利的过关，有的幼儿之间缺少沟通，节奏不统一导致摔跤。再放松的环节中，互相为对方着想，增进两人之间感情。

总的来说本节课的目标基本能实现，再配合方面有待加强和锻炼。

大班户外活动跳高篇五

1、经过音乐感受体验孙悟空的特点。

2、运用形体动作表现孙悟空的主角特征。

1、音乐：《小石猴》

2、孙悟空头套、金箍棒道具。

1、教师运用形体动作及道具，表演音乐《小石猴》的情景。

2、请幼儿回想：哪里出现一块很异常的大石头、大石头里蹦出什么东西、小石猴有什么超强本事、小石猴靠什么东西飞上天、小石猴有什么武器。

3、进行“我变变变”的体能游戏：

按照“指令我变、我变、我变……（猴子、蛇、青蛙、石头、妖怪等），请幼儿变出某种身体造型，并做出动作变化（如猴子抓耳挠腮、蛇爬行、青蛙跳、石头静止不动等）

4、可换幼儿主持，进行活动。

5、问幼儿有谁会学猴子转动金箍棒的动作，请幼儿出来示范。教师能够请幼儿参考幼儿用书本，鼓励幼儿尝试。

6、以《小石猴》乐曲作为活动尾声的曲子。

7、可到文具店购买伸缩指挥棒，也能够用报纸卷成粗细不一样的长纸轴，将细的套入粗的轴筒内，一拉到接逢处就犹如金箍棒变长了。

在每一天点名时进行我变变变的游戏，凡点到名字的幼儿就能够变出一种身体造型。

大班户外活动跳高篇六

1、充分利用小椅子做运动，学会跨障碍跑。

2、乐于参与竞争，具有团体荣誉感。

1、人手一把小椅子(课前将小椅子摆放到活动场地)

2、轻柔音乐磁带、录音机

3、小型体育器械---跨栏

一、进入活动场地，做热身运动

1、教师带领幼儿跑步进入活动场地。幼儿自由散开，教师组织在相应的位置上站好。

2、教师带领幼儿做热身运动：扩胸运动、头颈运动、腹背运动、跳跃运动、分别活动脚腕、手腕、膝盖、前后压腿、左右压腿。(教师可根据幼儿体力或者天气变化进行适当的热身运动)

二、谈话、教师引导幼儿简说与奥运会有关的资料

师：今日我们进行一项体育运动，诶，小朋友，请你想一想你明白哪些体育运动

幼：打篮球、打排球、跳高、跨栏·····

幼：明白。我明白奥运会的郭晶晶是跳水冠军·····

大班户外活动跳高篇七

1、尝试站在垫子上拍球，通过调整手臂力量，达到身体平衡完成拍球动作。

2、敢于尝试有克服困难的信心和勇气。

3、调动幼儿的思维，自己想出解决问题的有效办法。

4、锻炼幼儿的反应能力，提高他们动作的协调性。

5、积极的参与活动，大胆的说出自己的想法。

练习控，拍球的能力，在此基础上再进行花样拍球

2、人手一只皮球

3、音乐磁带：电子琴音乐(欢乐操)和(音乐的瞬间)

一、开始环节

在电子琴音乐的伴奏下，幼儿跟着教师单手把球绕场地跑，在已布置好的“小桥”(间隔摆的泡沫垫)上行走，绕迷宫(把体操垫打开后侧立起来)

听音乐做球操

放(欢乐操)的音乐，师幼一起随音乐做球操，(上肢，体传，体侧，腹背，全身，跳跃，整理运动)

二、基本环节活动

1、练习定点拍球

师：现在我们要迎接挑战，这里有两种垫子，一种是体操垫，另一种是泡沫垫，我们要站在这些垫子上拍球，看谁能稳稳地站住拍很多个(老师边说边示范)。大家在拍的时候感觉一下自己站在哪种垫子上拍球容易，哪种比较困难。活动结束后告诉大家，你是怎么克服困难在比较困难的垫子上也能拍球的。

2、幼儿练习(一半站在泡沫垫上练习拍球，一半幼儿站在打开的体操垫上练习拍球，教师了解站在不同的垫子上拍球的感受，帮助幼儿找到合适的拍球方式)

3、交流讨论

师：你刚才是站在什么垫子上拍球的?遇到什么时候困难了吗?你是怎么解决的`?(请拍得好的幼儿示范)，大家集体讨论，发现体操垫比较高，比较大，两脚要站在垫子边沿上，泡沫垫比较好，两脚可分开一些，站得更稳。

4、再次练习

(1)幼儿自由选择一种垫子，并站在上面拍球，然后交换垫子，练习拍球。

(2)分组比一比谁拍球多

三、结束环节

1、幼儿可以回家中拿一些书尝试下当垫子拍球

2、还可以站在其他的平衡台上面拍球，挑战更大难度

3、幼儿还可以第一次单手拍球，第二次可左右手轮流拍球

4、游戏中幼儿坐在椅子上，双手拍球

大班户外活动跳高篇八

1．通过纸箱的一物多玩，提高跳、钻、爬等基本动作技能。

2．提高合作精神与勇敢的品质。

大小不同的纸箱每人一只，教师用特大纸箱一只，红旗若干。

一、准备部分

1．每人抱一只纸箱入场。

2．引导幼儿变纸箱。师：(1)请你们看看，我的纸箱和你们的一样吗?能不能变得和我的一样?(2)纸箱变好以后像什么?(钻筒)

3．放音乐做准备操，活动上下肢及全身。

师：让我们和纸箱一起跳个舞吧。(套纸箱一绕纸箱跳一弯腰一压扁纸箱坐下一踢腿一收扩胸一跳进跳出一体侧一提臀一开汽车绕场一周)

二、基本部分

(一)引导幼儿玩纸箱。

1．练习跳：(1)我们的纸箱可好玩了，请你们想想看，纸箱有几种跳的玩法?你们自己去试试。(可以一个人玩，也可以几个人一起玩)。(2)集合，交流，大家一起学做。从中提示双脚跳、跨跳、立定跳远等动作要领。(3)游戏：狼和小动物。玩法：幼儿扮小动物，教师扮狼，狼睡觉时，小动物可以用自己喜欢的方法跳过纸箱，狼醒时，小动物就原地不动，做各种姿势。

2．练习钻：(1)如果用它来练习钻的本领，有哪些?(爬着钻过，弯腰钻过等)(2)游戏：猫捉老鼠。

3．纸箱还可以怎么玩?探索其它玩法，相互学习。

(二)合作游戏快乐大本营

玩法：用纸箱搭出山洞、小河、矮墙、草地、小山等．让幼儿从大本营出发，钻过山洞，跳过小河，翻过矮墙，爬过草地，跨过小山，套出纸箱，拿一面红旗回到大本营里，看谁最勇敢。

三、结束部分

表扬动脑筋和不怕困难的幼儿，放健康歌音乐做放松运动。

大班户外活动跳高篇九

1、练习匍匐前进，增强四肢肌肉力量，发展协调能力。

2、能遵守纪律，不怕困难坚持到底。

1、现状分析：我班幼儿年龄偏小，活泼好动，纪律意识较差，许多幼儿遇到困难还会哭鼻子。对解放军叔叔十分崇拜，喜欢模仿解放军。

2、重点、难点：

重点是练习匍匐前进；难点是培养幼儿纪律意识，不怕困难坚持到底。

3、材料准备：

垫子、沙包、皮筋、平衡木、筐。

1、请解放军叔叔表演，激发幼儿争做小兵。

2、学做解放军：请解放军带幼儿进行队列、队形及军体拳的练习。作辅助活动：投掷、跨跳、下蹲等活动。

3、请幼儿用各种方法爬过垫子，并请个别幼儿示范。

4、请幼儿用自己没用过的方法在爬一次垫子。

5、请解放军做匍匐前进的动作，教师讲解动作要领。

6、请幼儿练习，教师进行个别指导。

7、游戏：炸碉堡。培养幼儿遵守纪律，不怕困难坚持到底。

8、教师小结。

现在是春天，万物复苏，草木争荣，幼儿脱去厚厚的棉衣，获得了身体运动的充分的条件。学军是我园的办园特色。尤其四月份大班在搞军训活动。每天都会有教官来对幼儿进行队列、队形和军体拳的训练。幼儿对解放军这个响亮的名字十分崇拜，他们有着强烈的做一名解放军战士的愿望。于是我设计了这节体育课，让幼儿穿上迷彩当一回小小兵。让幼儿在与解放军叔叔零距离接触的过程中，一起操练，一起游戏。

体验军人“服从命令听指挥”的顽强作风，增强纪律意识，提高自我控制能力，锻炼勇敢、自信、坚持和不怕困难等良好的个性品质。同时在争做合格小兵的过程中，提高动作的协调性和灵敏性，为入小学做准备。

大班户外活动跳高篇十

编花篮是我们小时候经常玩的游戏，趣味性强，操作简单，不需要什么器械，它不但能锻炼幼儿单腿站立、单脚跳跃的本事，还能促进幼儿之间的相互团结，培养他们之间的感情，是孩子们十分喜爱的游戏。

1、锻炼幼儿单腿站立、单脚跳跃的本事。

2、经过游戏提高孩子们的合作本事，培养他们互相协调、团结友爱的精神。

《健康歌》光盘、一块平坦的场地。

一、准备活动

播放《健康歌》，幼儿随着《健康歌》的音乐在教师的指导下做热身运动。

二、游戏指导

游戏玩法：

孩子们先手拉手站好，其中一名孩子将自我的一只腿放在旁边两孩子的手上，单腿站立，然后，孩子依次将自我的一条腿放在另一小孩的腿上，所有孩子将腿搭好后，最先那个孩子的腿放在最终一名孩子的腿上，开始游戏，边单腿跳边唱儿歌：“编、编、编花篮，花篮里面有小孩，小孩的名字叫花篮”。

游戏规则：

1、参加游戏的人数在三人以上。

2、若有一个小孩的腿掉下来了，游戏必须重新开始。

三、放松活动

幼儿在音乐的伴奏下，活动活动四肢，使身体完全放松。

回家和小朋友们继续玩《编花篮》的游戏。

孩子们很喜欢编花篮的游戏，能进取、踊跃的参与到活动中来，活动锻炼了幼儿单腿站立、单脚跳跃的本事，培养了他们之间的感情，合作本事也得到了提高。