

大班体育快乐拉一拉教案(大全5篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。既然教案这么重要，那到底该怎么写一篇优质的教案呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

大班体育快乐拉一拉教案篇一

在日常的午餐中我发现大多数的孩子不爱吃蔬菜，有的甚至连一点蔬菜都不吃。虽然蔬菜随处可见，种类繁多，是小朋友经常接触到的一种食物，可是它的营养以及对人身体的好处却不是很了解。因此有必要引导幼儿对蔬菜有正确的认识，加深对蔬菜的喜爱，并养成健康向上，不挑食的饮食好习惯。鼓励幼儿多吃蔬菜有益健康。针对这些问题，特设计本活动。

- 1、认识常见蔬菜的名称及外形特征，简单了解一些蔬菜的不同食用部分和使用方法。
- 2、尝试给蔬菜分类（根类、茎叶类、果实类），发展幼儿的分类能力。
- 3、蔬菜好吃有营养，教育幼儿不要挑食。
- 4、知道人体需要各种不同的营养。
- 5、初步了解健康的小常识。

重点：让幼儿了解蔬菜的营养价值，不爱吃蔬菜、挑食对身体不好。

难点：有些蔬菜不能直观的给幼儿展示。

- 1、一些常见的蔬菜实物，卡片画，自制一些蔬菜头饰
- 2、幼儿提前在家里或者和家长一起去市场了解一些蔬菜的知识。

1、让小朋友戴上蔬菜的头饰跳一段“蔬菜宝宝舞”，激发幼儿的兴趣。

老师：“这多的蔬菜宝宝呀，老师都看花眼了，让不出来是什么蔬菜了，小朋友能自己说出来自己头上戴的是什么蔬菜吗？”（幼儿自己说蔬菜的名字）

老师：“哇！小朋友真聪明，认识这么多的蔬菜呢，有的老师还不认识呢。那你们都喜欢吃哪一种蔬菜呢？”（幼儿回答）

老师：“小朋友们还知道这些蔬菜的哪个部分是可以吃的吗？”然后用准备好是蔬菜实物逐一说明，引导幼儿了解蔬菜可以食用的部分是不一样的。

2、通过做游戏，让幼儿学会蔬菜的简单分类。

给每个小朋友发一个蔬菜实物或者蔬菜卡片，然后让幼儿根据蔬菜的食用部分去找朋友。（在活动的过程给与及时的纠正，加深幼儿的印象。）

利用轻松、活泼的游戏，让小朋友在活动过程中不仅能正确地对蔬菜进行分类，并能自由地、夸张地表现可爱的蔬菜宝宝形象。

3、通过角色表演，让幼儿形象的了解多吃蔬菜的好处。

扮演蔬菜的幼儿依次做简单的动作，边做自我介绍。白菜宝宝：我是白菜宝宝，小朋友要和我做朋友，只要吃了我以后，

天天大便很舒畅。菠菜宝宝：你们认识我吗？我叫菠菜宝宝，你想变得强壮有力气吗？小朋友吃了我以后，就会身体棒棒，少生病，记住了，大力水手吃菠菜。西红柿宝宝：我是西红柿宝宝，你看我长得多漂亮，浑身红通通，小朋友吃了我以后，也会变得漂亮、帅气。

只要幼儿明白多吃蔬菜对身体的好处，他们的偏食习惯是能够慢慢地纠正过来的。

幼儿回家后，可一和家长一起榨一些美味的蔬菜汁，进一步了解蔬菜的营养，让幼儿对蔬菜持续不断的对蔬菜产生兴趣。

由于硬件设施的限制，不能更好的展示蔬菜的特征及营养价值

有一部分幼儿不爱吃蔬菜可能是味觉系统还没发育完全，对某些蔬菜的气味适应不了，我们应多和家长沟通，争取把蔬菜做的更美味一些，让小朋友早日爱上蔬菜。

大班体育快乐拉一拉教案篇二

活动意图：

泡沫垫是幼儿身边常见又熟悉的物件。这个活动利用最简单的泡沫垫，进行民间游戏“跳格子”活动。既满足了幼儿喜爱玩民间游戏的心理，又发展幼儿的弹跳能力，同时还结合幼儿学过的关于单数、双数等概念进行游戏，加强了游戏的趣味性。大班幼儿在与同伴交往、合作方面有积极的愿望，教师及时提供这次机会，鼓励幼儿相互合作，共同解决遇到的困难，共同体验得到的欢乐。

活动目标：

1. 结合数字规律练习单脚跳、双脚跳以及动作的协调能力。

2. 努力听清教师指令，遵守游戏规则。

活动准备：人手一块泡沫垫，1~10的数字卡片3套。

活动过程：

一. 开始部分。

泡沫垫在场地上依次摆放，教师带领幼儿齐步入场。在音乐声中跟着老师一起做垫板超，幼儿跟着老师一起做。伸展运动—体转运动—下蹲运动—关节运动—腹背运动—踢腿运动—跳跃运动—整理运动。

二. 基本部分。

1. 我们手上的泡沫垫它有什么用？泡沫垫除了可以作为垫子，还可以和我们玩游戏呢？我们一起来试试。可以自己玩，也可以和同组的小伙伴一起玩。（幼儿四散游戏）教师观察幼儿活动情况，对幼儿在游戏过程中出现的情况及时进行指导（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起，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。

2. 讲评幼儿游戏情况，表扬玩法新颖，合作默契的幼儿。

3. 今天我发现有的小朋友把泡沫垫放在地上跳过去非常好，那我们一起来试一试，我请小朋友动动脑筋还有没有其他的跳的方法。

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助。

※将泡沫垫隔一定距离平放，幼儿有序进行连续单脚跳、双脚跳。提醒幼儿观察并实践不同的跳法适宜的宽度是多少。

5. 游戏《数字格子跳跳乐》。

出示数字卡片，请幼儿自由挑选一块，并贴在自己的泡沫垫上。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。

※双脚跳单数过去，双脚跳双数回来。提醒幼儿两排的单数都要跳。

小朋友跳过去的时候要单数过去，回来要双数回来，拍一下后面小朋友的手以后，后面的小朋友才可以出发。

三. 结束部分将泡沫垫平放，幼儿围坐休息。可相互敲敲背、捏捏腿，做一做放松运动。

活动反思：

在整个活动中，幼儿始终处于宽松、愉快的环境中，他们兴趣高涨，积极主动地学，真正体现了幼儿的主体性，幼儿的积极性得到了充分的调动，在活动最后应引导幼儿遵循游戏规则，不推和拥挤，这也是今后活动中值得注意的问题。

大班体育快乐拉一拉教案篇三

活动目标

1、创设情景，让幼儿体验左右的位置与顺序。

2、通过活动，激发幼儿与同伴交流的兴趣，能比较准确地说

出物体所在的“左”“右”方位，初步体验左右的相对性。

3、使幼儿在学习活动中获得积极的情感体验。

4、让幼儿认识左右。

教学重点、难点

1、学习区分左右，发展幼儿的空间知觉能力

2、学生对左右相对性的理解

活动准备

1、铅笔、橡皮、剪刀、文具盒、尺子。

2、幼儿每人1套图片。

活动过程：

1、举手回答

小朋友们，老师今天遇到一个问题，现在还解决不了，那位小朋友可以帮老师的忙呢？（示意小朋友举手来表示愿意帮忙。）

小朋友们都愿意帮老师的忙，那老师的问题来了。刚刚你举的是哪只手？右手还可以做哪些事？左手呢？左、右手是一对好朋友，你身上还有这样一对对好朋友吗？（左腿、右腿；左脚、右脚；左耳、右耳；左眉毛、右眉毛等）

2、听口令做动作

伸出你的左手，伸出你的右手；耸耸你的左肩，耸耸你的右肩；跺跺你的左脚，跺跺你的右脚；左手摸左耳，右手摸右

耳；左手摸右耳，右手摸左耳，左手拍左腿、右手拍右腿……（放慢速度，纠正个别不对的幼儿，此环节教师应面向全体，看看是否每个幼儿都对）

3、按方位说名称

(1)教师将铅笔、橡皮、剪刀、文具盒、尺子按从左到右的顺序摆好，让幼儿说出文具的名称。“小朋友，你们看一看，放在最左边的是什么文具，放在最右边的又是什么文具？”“谁来告诉老师，尺子的左边是什么文具？尺子的右边又是什么文具？”

4、以客体为中心区分左右

(1)刚才小朋友玩的开心吗？其实不管什么时候在我们的左右边都有人或东西，你们能说说你的左边右边有什么？或者你的左、右边坐着谁？（练说：用左、右说一句话，如：我的左边有什么？或我的右边坐着谁？）

(2)请三个小朋友上来，面向大家站，区分x的左边是x□x的右边是x?□让幼儿体会他们是面对我们站的，方向和我们相反）。

(3)总结性提问：如果我们转变方向左右还一样吗？（四个方向转，区分左右）

5、练习

教学反思

《认识左右》这节课的教学目的是通过有趣的的具体活动让学生体验到左右的`位置与顺序，初步培养学生的的空间观念，让学生能够确定物体左右的位置与顺序，会用左右描述物体的相对位置，初步培养学生按一定的顺序进行观察的习惯，

使学生在学习活动中获得积极的情感体验。我在教学中的设计主要通过让学生体验左右，之后感悟左右，然后理解左右的相对性这几个方面进行的。

一、创设情景，使学生初步体验左右。俗话说：兴趣是最好的老师。于是在情境创设中，我假如要小朋友们帮老师的忙，充分调动学生的学习兴趣。

二、在活动中感悟左右。在本课教学过程中，学生对左右相对性的理解是一个重点也是一个难点。要讲清楚这个问题，单是教师口头讲述，学生理解起来非常地困难。因此在讲解这一部分内容时，我先通过活动让学生感悟左右，比如小游戏“听口令做动作”，说一说文具摆放的位置，自己动手摆一摆等让学生在已有经验的基础上使之获得切身的体会和理解。

三、以客体为中心区分左右。通过让孩子们转身，来验证：站的方向不同，左右也就不同。能让孩子大胆地发言，勇于表达自己的想法，调动学生主动观察、猜测、推理、交流的积极性。最后，以兔子舞的节奏让孩子舞动自己的手脚等，让孩子在愉快的氛围和情境中感受到学习的乐趣，巩固所学的知识。

大班体育快乐拉一拉教案篇四

活动名称：

数字格子跳跳乐

活动目标：

- 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能力及动作的协调能力。

3、努力听清教师指令，遵守游戏规则。

4、了解生病的症状，知道生病后身体不舒服要及时告诉家长和老师。

5、初步了解健康的小常识。

活动准备：

人手一块泡沫垫，1——10的数字卡片2套。

活动过程：

一、开始部分。

今天天气真不错，我们一起来玩玩吧！（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，你们知道这是什么吗？它有什么用？泡沫垫除了可以作为垫子，还可以和我们玩游戏呢？我们一起来试试。现在小朋友们分成2组游戏，可以自己玩，也可以和同组的小伙伴一起玩。（幼儿四散游戏）教师观察幼儿活动情况，对幼儿在游戏过程中出现的情况及时进行指导（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起，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、讲评幼儿游戏情况，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？今天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助。

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

将泡沫垫隔一定距离平放，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同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，并贴在自己的泡沫垫上。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

活动反思：

在整个活动中，幼儿始终处于宽松、愉快的环境中，他们兴趣高涨，积极主动地学，真正体现了幼儿的主体性，幼儿的积极性得到了充分的调动，在活动最后应引导幼儿遵循游戏规则，不推和拥挤，这也是今后活动中值得注意的问题。

大班体育快乐拉一拉教案篇五

活动目标

1. 锻炼幼儿跑、跳等基本动作；
2. 发展幼儿的身体韧性及动作灵敏性；
3. 培养幼儿坚强勇敢及竞争的意志品质。
4. 发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。
5. 乐于参与体育游戏，体验游戏的乐趣。

活动准备

短绳若干、羊角球4个、跨栏4个、运动场地

活动过程

1. 活动准备（热身）师：（组织小朋友到操场后，进行队列练习及进行相关动作练习，幼儿听口令做动作。）所有幼儿按早操队形站好，立正、转成两路众队，原地踏步，转成早操队形，立正，向左转、向右转。

2. 基本部分

(1) 分组师：今天我们要玩的游戏是分组分项目玩的，所以现在老师来分组，总的分为三组（人数均衡），每组选一名组长负责相关事情。

(2) 介绍本次活动项目师：项目一是跳短绳（每人跳15个）；项目二是羊角球跳（从始点到终点跳一次）；项目三是跨栏，小朋友要跨过跨栏，不能把跨栏弄倒了。每一组在进行某个项目时，都是在组内轮流进行。三个小组轮着进行这三个项目，首先是第一组进行第一个项目，第二组第二个，第三组第三个。之后各组去选择此时上一组已经完成的那个项目，各组的组长宣布项目开始及组织大家进行活动。

(3) 项目开始师：好了，各组去指定的地方开始活动吧，组长要组织好各组的小朋友进行平衡活动。如果老师吹了3声哨子就代表可以开始换项目跳了。组长一定要起到提醒的作用。

3. 结束部分

师：小朋友按早操队形集中，跟老师做一些放松动作（拍拍腿、揉揉肩、压压腿、扩扩胸）。（之后老师和幼儿一起收拾器材，把器材放到指定位置）。

活动反思

下面我对我组织的大班体育活动进行简单的反思，我认为这节课活动课有如下几点成功之处：

- 1、设计目标明确，重、难点突出，以发展幼儿各种姿势的跳跃动作为主，提高了幼儿的弹跳能力、灵敏性、协调性。
- 2、发展了幼儿的创造性、探索能力和团结协作的能力。

3、该活动是在幼儿基本掌握跳跃动作的基础上，再进行结组一起跳的练习，收到了较好的效果。

4、本次活动能根据幼儿年龄特点，做到动静交替，幼儿参与活动的积极性较高，合作较好，并能互相学习、共同提高。

5、注重教师与幼儿之间的互动，教师和孩子之间不再是师生关系，而是成了孩子们游戏的合作伙伴和朋友，更亲近了孩子，走进了孩子们的世界。

但也有许多不足：

1、由于活动的场地不够宽敞，以至于孩子们在玩的过程中比较拥挤，不能够完全发展孩子们的创造力和探索能力，孩子们在练习跳跃的动作稍微有些拘束，如果能在户外开展这个活动效果会更好些。

2、孩子们在练习每一个协同跳跃动作的时间稍微长了点，以至于孩子们在体力上消耗稍大，如果在练习时间上缩短些，做到劳逸结合，我想效果会更好。