

2023年心理健康教育反思 大班健康活动教案跳皮筋含反思(汇总6篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

心理健康教育反思篇一

设计意图：

跳皮筋是我国传统的民间体育游戏，把皮筋游戏和民间童谣巧妙的结合在一起，正好符合了幼儿活泼好动的特点。结合念民间童谣《马连开花》，提高幼儿对民间游戏的兴趣。结合我们地域文化特色，所设计了这节健康教育活动。

一、活动目标：

1. 引导幼儿初步掌握跳皮筋的方法。
2. 激发幼儿对民间体育游戏的兴趣，体验合作游戏的快乐。
3. 锻炼幼儿的腿部力量，提高幼儿身育体动作的协调性与灵敏性。

重点：引导幼儿初步掌握跳皮筋的方法。

难点：培养幼儿自由探索的精神，体验合作游戏的快乐。

二、活动准备：

1. 经验准备：熟悉一些简单的民间童谣。

三、活动过程：

（一）教师带领幼儿听音乐做热身运动

1. 小朋友我们听着音乐一起来做做运动吧

出示各种民间游戏图片让幼儿观看，讨论自己是否玩过，怎么玩。

2. 幼儿探索小皮筋在手上的玩法及作用

小朋友们老师给你们变一个魔术大家想看吗？

3. 出示大皮筋，通过游戏，初步掌握跳皮筋的方法

a. 引导幼儿尝试探索跳皮筋的基本方法。

今天冯老师带来了一些皮筋，请你们自由分成五组来进行跳皮筋。

b. 一组由两名幼儿进行撑皮筋其他幼儿进行跳，跳完之后相互交换一下，让幼儿探索皮筋的多种跳法。

c. 结合民间童谣《马兰开花》教师示范双脚跳单脚跳。

（二）教师进行分步骤教给幼儿跳皮筋的方法

(1) 幼儿看视频，分组练习。

(2) 请一组幼儿示范。

(3) 跳皮筋比赛。

（三）结束部分

现在我们要进行跳皮筋比赛了，看哪组小朋友跟着老师的节奏，跳的又快又整齐。

活动延伸：

利用儿歌诗歌等节奏进行单脚跳皮筋。

心理健康教育反思篇二

现在的孩子们对吃都有着丰富的经验，好看又好吃的冰淇淋，是孩子们非常熟悉，特爱吃的，几乎没有一个孩子能抵抗住它的诱惑。由于冰淇淋是孩子们喜欢又感兴趣的，从而能充分调动孩子的积极性，活动中幼儿想说、敢说，同伴间有交流、讨论，有的孩子甚至还伸出手，假装去抓冰淇淋吃。

活动后，发现了活动中的不足之处。当幼儿观看幻灯片时，顺应他们的兴趣，让他们尽情讨论冰淇淋的各种特性，引导他们感知不同的形状、颜色、味道等，这样，活动的效果一定会更好。

[中班教案健康饮食活动反思]

心理健康教育反思篇三

到了大班末期，随着幼儿活动量的增加，个个精力旺盛，争强好胜，常常为了争第一，发生违规现象。如爬网图快不遵守规则而摔跤等。为了帮助幼儿培养良好的规则意识，为入小学做准备。我们试图以体育活动的形式培养幼儿的规则意识，以达到促进幼儿全面发展的目的。

[活动过程]

材料准备：设置运动障碍：小河（宽30—40厘米的平行线），海绵垫，小屏风，小猴、小兔头饰若干，桃子，蘑菇若干；

红五角星若干。

一、准备活动：活动身体的各个部分

- 1、幼儿玩机器人的游戏：分别做上肢、下肢腰腹及全身的准备活动。
- 2、追逐跑（听音乐，教师追，幼儿躲闪跑）

二、幼儿第一遍游戏

- 1、教师介绍游戏规则：第一跑到小河边，双脚并拢立定跳远跳过小河；第二爬过草地；第三绕过树林原路返回；第四回到队伍时拍一下第一个小朋友的手接着玩；完全按老师规则做的幼儿能得到一颗红星。
- 2、幼儿按规则游戏，教师记录结果。
- 3、给完全遵守规则的幼儿得红星。
- 4、集合提问：为什么他们得到了红星？为什么老师要制定规则？规则有什么好处？

三、第二遍游戏：

- 1、交代新规则：第一先跑到篓子处，男孩子取小猴头饰，女孩子取小兔头饰并戴好；第二双脚并拢立定跳远跳过小河；第三爬过草地；第四小兔采2只蘑菇，小猴采了3只桃子返回；第五拍下位小朋友的手继续玩。
- 2、幼儿按新规则游戏，教师记录情况。
- 3、给遵守规则的幼儿得红星。
- 4、小结后再次游戏，鼓励没得红星的幼儿要遵守规则。

四、评价小结活动的情况：

1、提问讨论：除了在体育活动中有规则，什么时候我们还要遵守规则？规则有什么好处？

2、教师小结：在日常生活中时时处处都有规则，有了规则我们可以有秩序、安全、愉快地活动，小朋友们就要上小学了，更要懂得遵守规则。

3、表扬三次都得红星的小朋友，教育大家向他们学习。

[收获]：

活动中教师记录结果如下

第一次游戏（人）

第二次游戏（人）

第三次游戏（人）

遵守规则的幼儿数

3

12

17

不遵守规则的幼儿数

17

8

由上表可以看出，通过教师一次次发红星进行鼓励，并采用游戏形式不断强化，遵守规则的幼儿越来越多。既培养了幼儿良好的规则意识，又发展了幼儿跑、跳、爬等体育技能。幼儿懂得了不仅在竞赛中速度要快，更重要的是不能违反规则。在日常生活中，教师应采用多种鼓励方式强化幼儿执行规则的能力，及时地对幼儿遵守规则的行为给予鼓励和肯定，树立幼儿目标的信心。

[活动延伸]

- 1、在日常的教育活动中，我们还可以开展类似的活动：制定活动区游戏规则，制定午睡，午餐的规则。
- 2、表扬在集体活动中遵守规则的幼儿，并给予奖励，为其它幼儿树立榜样。

大班健康活动教案《跳皮筋》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

心理健康教育反思篇四

主性，并获得了自我认知、身体运动、语言、思维、想象力等方面的发展。

以下是具体设计思路与设计意图：

和小朋友一起做游戏，请小朋友闭上眼睛，然后教师把玻璃球放入水中，激发幼儿的兴趣和探索欲望。

，以调动幼儿参与活动的积极性。

趣，对自己想出的办法进一步得到验证是幼儿最大的快乐。

说一说自己是用什么方法捞球的？

捞球最多的组获胜。

6. 启发引导幼儿如何合理有效地利用盆中的水？让幼儿懂得节约用水，与游戏导入“水还能用来干什么？”

相互应。

【活动目标】

1. 体验水中捞球的乐趣。
2. 养成遇事善于创新思考的好习惯。
3. 培养动手操作能力和发散思维能力。

【教学重点、难点】

充分调动孩子的积极性进行动手操作和创新。

【活动准备】

水盆、镊子、筷子、布头、磁铁、勺子、废旧奶盒、塑料袋、漏勺、泡沫、吸管、音乐磁带等。

【活动过程】

1. 热身导入活动：随音乐《洗衣歌》做律动进入活动室。

、解渴、浇花等）”

师小结：水对我们非常重要，我们的生活时时刻刻都离不开水。

2. 让幼儿通过多想多说捞球的方法，发散其思维。

一想用什么办法才能捞起水中的球呢？”让部分幼儿上前操作，以调动幼儿的积极性。

心理健康教育反思篇五

活动目标：

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。

活动准备：

1. 简单装饰的皮筋若干。

2. 学会游戏儿歌《小皮球》。

活动过程：

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。

活动反思：

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，同学之间要和和睦相处，友好合作，共同进步，体验关心帮助他人的快乐。

心理健康教育反思篇六

活动目标：

1. 探索皮筋的多种玩法。
2. 通过游戏提高幼儿的弹跳能力，增强下肢肌肉力量。
3. 体验民间体育游戏以及与同伴合作游戏的乐趣。

重点难点：探索皮筋的多种玩法，能用不同的方法跳皮筋。

活动准备：废旧轮胎制作的皮筋若干、音乐

活动过程：

一、开始部分：热身运动

1. 和幼儿做约定：活动中要遵守游戏规则，听清楚老师的指令再行动，注意安全，保护自己的同时保护好同伴。
2. 教师带领幼儿听音乐做热身操（将皮筋以各种造型摆于地面，教师带领幼儿绕皮筋跑、跳，活动全身）。

二、中间部分：有趣的皮筋

（一）探索皮筋的不同玩法

1. 幼儿每人1根皮筋探索不同的玩法，教师个别观察引导。

教师：今天老师为小朋友每人带来1根皮筋，试试看皮筋可以怎么玩。

2. 请个别幼儿示范自己的玩法，其他幼儿相互模仿学习。

教师：你是怎么玩的？我们也来试试他的玩法。

3. 请幼儿小组合作探索皮筋的玩法，教师观察引导。

教师:刚才我们自己探索了皮筋的玩法,现在找你的好朋友一起试试看皮筋还可以怎么玩。

4. 请幼儿相互分享皮筋的不同玩法,鼓励幼儿大胆创新。

教师:你们组是怎么玩的?我们一起试试他们的玩法,哪个组还有不同的玩法?

(二) 花样跳皮筋

1. 小组探索不同跳皮筋的方法。

教师:刚才我们探索了皮筋的不同玩法,接下来请小朋友6人1组(依据幼儿人数确定小组人数)试试看如何跳皮筋。

2. 请幼儿分别展示自己组的玩法,相互学习好的方法,尝试不同组不同的跳皮筋方法。

3. 游戏:勇者大冲关

游戏规则:将幼儿分为2队,分别为挑战者和守关者,首关者2人一组将1根皮筋撑为长方形,将皮筋变成一排,挑战者以跳的方式通过皮筋,每队有三次闯关机会,动作不能重复,小组成员全部通过则为闯关成功,挑战者可以选择皮筋的难度,每组2名幼儿当裁判,根据皮筋难度和闯关情况判定获胜队。

教师:刚才我们小组尝试了不同跳皮筋的方法,现在我们来玩一个“勇者大冲关”的游戏(介绍游戏规则)。

4. 请获胜队发表获奖感言,鼓励另一队幼儿不怕困难、敢于挑战的精神。

三、结束部分:放松活动

1. 教师小结今天孩子们的表现,鼓励幼儿在今后的活动中继

续合作探索皮筋的花样玩法。

教师:今天我们一起玩了跳皮筋的游戏,其实皮筋还有很多玩法,今后我们继续探索皮筋的花样玩法。

2.听音乐做放松运动:幼儿每人1根皮筋跟着舒缓的音乐做放松运动,可以将皮筋拉长、举高,或者请幼儿发挥想象创作不同的动作,感受皮筋的特性,放松身体。

活动总结

本次活动的目标已基本达成,活动过程中充分发挥幼儿的主体地位,让幼儿自由探索皮筋的多种玩法,相互学习,教师总结引导提升经验,同时尊重幼儿的个体差异,让孩子自主选择皮筋的高度,当裁判,孩子们真正成为游戏的主人,在发展幼儿弹跳能力、下肢肌肉力量的同时让孩子体验到了民间体育游戏以及与同伴合作游戏的乐趣。