

2023年跳绳幼儿园教案(优质8篇)

教案模板可以规范教学过程，确保教学环节的有序进行。每份范文都经过教师的精心设计和实际教学验证，具有一定的参考价值和借鉴意义。

跳绳幼儿园教案篇一

- 1、引导幼儿探索跳绳的各种玩法。
- 2、通过玩跳绳，进一步发展幼儿的平衡、协调的能力。
- 3、体验玩跳绳的乐趣。

跳绳若干，音乐。

- 1、幼儿入场，做准备运动。

幼儿手拿跳绳开着直升机进入活动场地。

- 2、热身运动：《健康歌》。

幼儿在教师的带领下听着音乐有精神的做运动。（提醒幼儿把跳绳放地上）

- 3、幼儿自由探索，跳绳的玩法。

教师鼓励幼儿相互探索跳绳的玩法。教师加以引导。

师：好啦，小朋友们。

请你们大声地告诉我手里拿的是什么？

幼：跳绳。

幼：知道了。

师：好，现在我们开始玩手中的跳绳吧！

（请个别幼儿展示探索结果——两个人拉绳跳；捉尾巴；开火车等。）

4、教师示范动作，幼儿挑战。

师：刚才小朋友都展示了玩跳绳的方法，现在我们一起来做一做。（请个别幼儿示范，师幼跟着学）刘老师这里还有其他的玩法要介绍给小朋友们，大家要不要一起来玩一玩。看看我们的小朋友能不能顺利的完成每个玩法。

（1）双脚跳过横放在地上的跳绳。

师：下面让我们把跳绳横放在我们面前，然后像刘老师一样跳过去。

（2）单脚跳圈。

师：好样的，现在请小朋友把跳绳围成一个圈，怎么跳呢？

看老师跳一遍。请小朋友单脚站立，准备。

（3）跳绳。

每人一根一米长的短绳，两手拉紧跳绳的两端，双脚踩在跳绳的中间部位，两手拉紧跳绳，双脚用力向前跳。

师：现在我们来比一比谁跳的多。

（4）走“蛇形”，幼儿分成两路纵队。

师：看来我们的小朋友都跳的非常棒，那么接下来我要看看

我们的小朋友走的怎么样，能不能走稳了。来跟刘老师一样把跳绳弯弯曲曲的摆放在地上，像条小蛇一样。然后脚踩在跳绳上走过去。听口令，准备。

(5) 走“小路”，幼儿分成两路纵队。

两条绳拉成相距一定距离的平行线做小路（路有宽，有窄的）幼儿在小路中间走，踩绳，出线为犯规。

师：当我们走这条小路的时候一定要小心，千万不要踩到跳绳或者走出线，只能在里面走。好，下面就让我们来看看谁走的最好。

5、游戏“过障碍”。

组成两路纵队，教师用跳绳设置障碍。

要求：速度快、方法对者获胜。

师：下面我们要玩一个游戏叫“过障碍”。老师来说一下游戏的玩法，小朋友要仔细听哦。

当老师发出口令后，小朋友要双脚跳过前面这些跳绳，然后看到圈后就单脚跳，接着走过“钢丝”，一定要走稳了哦。

再接着走过“小路”，拿起地上的跳绳双脚跳一个后迅速跑回来和下一个小朋友击掌跑到队伍的后面，第二名幼儿按同样方法过障碍，速度快、方法对者获胜。

6、游戏结束。

幼儿坐在原地敲敲腿和抖抖手，带上小绳回教室。

附游戏活动图示：

跳绳幼儿园教案篇二

设计意图：

学习数学就是为了更好的运用于生活中。大班幼儿是一个特殊的群体，处于幼儿期向少儿期的过渡阶段，面临着幼升小的重要挑战。为了提高幼儿的数学能力，引导幼儿学习等分。因此设计了此次活动《小熊过生日》。使幼儿在不知不觉中感悟数学真谛，学会用数学的思维方法去观察和认识客观世界，从而促使孩子的思维向科学的思维发展。

活动目标：

- 1、对形状、容量、数量进行四等分，了解同一物品等分的不同方法。
- 2、把自己的方法大胆的介绍给同伴。
- 3、运用数学丰富幼儿的生活经验。
- 4、引导幼儿积极与材料互动，体验数学活动的乐趣。
- 5、发展幼儿逻辑思维能力。

活动准备：

- 1、食物（糖果、鱼柳丝、饮料、熟肉片）。
- 2、正方形与圆形纸片、剪刀等。

活动重点难点：

活动重点：

在游戏中积累生活经验。

活动难点：

了解一物等分的不同方法。

活动过程：

一、问题导入

小熊要过生日，它邀请了小猫、小猪、小兔、长颈鹿四个小动物来做客。帮助小熊来平分4份好吃的。

二、分纸片——积累等分经验。

1、尝试对正方形的纸片进行四等分

用什么方法把正方形的东西分成4份？

教师巡回观察幼儿的操作，对分的好的幼儿给予鼓励。

2、分享交流（幼儿演示）

你是怎么分的？怎么知道分出来的四份是否一样大？

有哪些小朋友有不一样的分法？

将正方形的三种分法摆给幼儿看，然后请幼儿比较整体与部分的关系。

小结：像这样把一个东西分成一样大的四份叫四等分，四等分后的每一份都是一样大的，等分出来的每一份都比原来的整体小，整体比部分大。

三、分食物——分享等分的方法

1、对食物进行四等分

小熊还准备了其他的食物，可是他也不会分，你们还愿意帮他吗？

颗粒、条状、液体食物的四等分。

2、你刚才分了什么？你是怎么分的？

小结：条状的东西我们可以用对折的方法分，一颗一颗的糖果我们可以数着分，液体的饮料我们可以用眼睛看的方法，我们也叫做目测进行四等分。

活动结束：

1、出示生日蛋糕，引导幼儿一起唱“生日快乐歌”。

2、时间不早了，我们该回家了，明年再来过生日。

延伸活动：

小熊还准备了一个生日蛋糕，那要怎么分呢？隐含有厚度食物四等分的方法。

活动反思：

活动与生活密切相连，很投幼儿的胃口，上起来较轻松。此次活动注重幼儿的情感体验，使幼儿在心情愉悦的情况下，不知不觉中主动的学习，体验数学活动的快乐。活动当中，幼儿能够通过动手操作，个体演示，学会对物体二等分，四等分的方法，对同一物体进行不同分法等分时幼儿做得不够全面，但幼儿能够去尝试已是很不容易了。让幼儿在学中玩，玩中学，发挥孩子的主体作用，促进幼儿各种能力的发展。把枯燥的数学活动变动生动形象。用实物来进行教育活动，调动起幼儿的学习积极性。

不足之处：

语言不够生动，表情也缺少亲和力。

跳绳幼儿园教案篇三

1、练习运用绳子做各种动作的技能，增强幼儿的弹跳力，发展幼儿动作的协调性和灵活性。2、激发幼儿参加跳绳活动的乐趣，培养幼儿合作游戏的能力和活泼开朗的性格。3、能利用绳子进行多种玩法，体验创造性进行体育活动的乐趣。4、提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。5、锻炼幼儿坚持到底的意志，吃苦耐劳的精神。

教学重点、难点

掌握跳绳的方法，锻炼幼儿手、脚的灵活性。

活动准备

呼啦圈。

活动过程

教学反思

这节活动课是我以游戏的形式进行教学，幼儿对事物充满好奇且善于模仿，以趣味性和灵活多样的运动形式，来调动、培养和保持幼儿对体育运动的兴趣。我以做“照镜子”的游戏方式展开热身运动，幼儿兴趣点很高，接下来引导幼儿自己尝试用各种不同的方式跳绳，引导幼儿探索跳绳的多种方法。老师并总结出几种方法如：如单人单、双脚跳、左右脚交替跳等。幼儿相互交流各自跳法。教师请跳得好的幼儿进行示范，并没有评价，这样可能会导致幼儿并没有很标准的掌握新动作。

小百科：跳绳，是一人或众人在一根环摆的绳中做各种跳跃动

作的运动游戏。这种游戏唐朝称“透索”，宋称“跳索”，明称“跳百索”、“跳白索”、“跳马索”，清称“绳飞”，清末以后称作“跳绳”。作为一种古老的汉族民俗娱乐活动，南宋以来，每逢佳节都跳绳，家家户户都要比赛。

跳绳幼儿园教案篇四

- 1、通过小游戏，使学生初步了解跳绳，并对跳绳产生兴趣。
- 2、尝试学习跳绳的方法，做到摆绳轻松，动作连贯。
- 3、培养学生快速奔跑能力和快速反应能力及不怕困难的优良品质。

一、准备部分

1、常规

体委整队，师生问好，报告人数，检查服装。

宣布本课的内容和任务。

2、准备活动

队列

绳操

专项准备活动。

师：

- 1、老师导语：小朋友们，今天一起和老师做游戏好吗？
- 2、老师宣布本课内容及要求。

3、学生认真听讲注意观察。

4、跟着老师做准备活动。

二、基本部分

（一）、踩尾巴

组织：散点小组形式

老师：

1、老师讲解游戏规则及要求。

2、带领学生体验练习。

3、老师评价

4、老师巡视指导。

生：

1、认真听老师讲解游戏规则。

2、尝试性练习。

3、两人一组练习。

4、小组评价练习。

5、师生评价。

（二）、跳绳

重点：摇绳轻松

难点：轻松、协调，动作连贯

组织：四列横队

师：

- 1、老师讲解示范跳绳的动作方法。
- 2、让学生体验练习。
- 3、老师纠正错误。
- 4、老师巡视指导。
- 5、加强个别生的知道。
- 6、老师积极性的评价。

生：

- 1、注意观察、模仿老师的跳绳动作方法。
- 2、自我尝试性体验练习。
- 3、比比谁的动作对，谁跳得好。
- 4、典型示范练习。
- 5、小组纠错练习。
- 6、小组间，互相评价练习。

要求：认真练习，不怕困难。

三、结束部分

放松 《歌声与微笑》

组织：自我组合

- 1、表情轻松自然，注意呼吸，动作优美大方。
- 2、布置课后作业，总结本课，宣布下课。场地器材：标志物4个、跳绳人手一条

平均心率：135

最高心率：155

全课密度：55%

基本密度：50%

跳绳幼儿园教案篇五

活动目标：

1. 乐于探索绳的不同跳法，初步学会双人跳绳的技巧。
2. 增强动作的协调性，发展幼儿腿部肌肉的跳跃能力。
3. 感受跳绳的乐趣和与他人合作带来的快乐。

活动准备：

每位幼儿一根跳绳，幼儿已有双脚同时跳绳的经验。

活动过程：

一、列队入场

教师带领幼儿排成四列纵队入场后，听口令进行热身运动。

（根据情况可将绳对折，带领幼儿进行上肢、体转、腹背、跳跃等动作练习。）

二、引导幼儿探索跳绳的多种玩法。

1. 交流讨论绳子的多种玩法。

2. 自由玩绳：教师带领幼儿自由玩绳，刚开始可以探索一个人玩绳的方法，然后探索两个人玩绳的方法，最后可以探索许多个人一起玩绳的方法。每当有幼儿想出一种好玩的方法时，教师可以先请这个幼儿示范，然后带领大家跟这个孩子一起玩。

3. 教师一起参与幼儿跳绳，并与幼儿配合“双人跳”。请幼儿观察并尝试结伴跳，教师提示两个人要动作一致，可通过喊拍子让幼儿同步跳。

4. 在教师的引导下，尝试玩法多人跳绳的方法。

（1）引导幼儿尝试找出多人跳绳的方法。

（2）根据幼儿描述，教师交代玩法和规则后进行示范练习。

（3）幼儿集体参与多人跳绳的练习，感受跳绳的乐趣和与他人合作带来的快乐。

小结：多人跳绳离不开大家的合作，只有大家一起跳齐了才能顺利的跳下一个，所以这就需要大家合作的默契。

三、结束活动。

教师带领幼儿做放松活动后，带幼儿回教室。

跳绳幼儿园教案篇六

活动设计背景

为了激发幼儿对小游戏的学习热情，促进孩子之间情感交流，检测和考验宝宝的身体素质与协调能力，设计了此活动。在跳绳活动中感受跳绳的快乐。

活动目标

- 1、手脚协调，动作跳动有节奏，首位的要求是把握节奏感，随着宝宝对动作不断熟悉，可以加快节奏，多跳时间和个数，考验宝宝的反应与执行能力。
- 2、在跳绳过程中增进幼儿之间的情感交流，增进友谊。
- 3、在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。
- 4、探索、发现生活中的多样性及特征。
- 5、通过活动幼儿学会游戏，感受游戏的乐趣。

教学重点、难点

重点：让幼儿熟记跳绳的动作要领；在做动作的时候强调先慢慢跳，手与脚协调好，两手紧握绳索，先轻后快，让幼儿在表演的时候感受到快乐。

难点：动作的时候力求身体与绳索等动作的协调。

活动准备

“跳绳”的绳索，可用“找朋友”的音乐。

活动过程：

先讲解跳绳绳的活动要领，温习老师以前教过的儿歌“找朋友”。然后让小朋友自己手拿绳，单脚双脚分别练习，也可组织其它的小朋友一起跳，可单人跳可双人跳，还可以一边一人甩，中间一个人跳，还可多人到中间跳，并且可跳进跳出。跳完之后，孩子们就站成多排同时跳，享受集体跳绳绳的快乐，让孩子们在玩中学，学中玩，不知不觉就到了下课时间，结束本课。

教学反思

1、跳绳绳这个活动，在我与学生一起做的时候，开始自己也跳得不太好，有点僵硬，因此，自己要先多训练，活动的效果才会很好。

2、教学形式上有点生硬，如果在教学前先可以给孩子播放一段生动的音乐观看一段跳绳绳的比赛视频，那孩子们的热情会一下子调动起来。

3、在这个活动中，幼儿都参与了游戏，孩子们在与老师跟同伴之间的中掌握了跳绳的技巧，增进了友情。

4、孩子们跳绳绳感觉很开心，愉快。看到他们高兴我也很开心。自己对这次活动有了更深的了解和体会，对以后开展类似活动积累了经验。

跳绳幼儿园教案篇七

1、手脚协调，动作跳动有节奏，首位的要求是把握节奏感，随着宝宝对动作不断熟悉，可以加快节奏，多跳时间和个数，考验宝宝的反应与执行能力。

2、在跳绳过程中增进幼儿之间的情感交流，增进友谊。

- 3、在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。
- 4、通过活动幼儿学会游戏，感受游戏的乐趣。
- 5、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

教学重点、难点

重点：让幼儿熟记跳绳的动作要领；在做动作的时候强调先慢慢跳，手与脚协调好，两手紧握绳索，先轻后快，让幼儿在表演的时候感受到快乐。

难点：动作的时候力求身体与绳索等动作的协调。

活动准备

“跳绳”的绳索，可用“找朋友”的音乐。

活动过程：

先讲解跳绳的活动要领，温习老师以前教过的儿歌“找朋友”。然后让小朋友自己手拿绳，单脚双脚分别练习，也可组织其它的小朋友一起跳，可单人跳可双人跳，还可以一边一人甩，中间一个人跳，还可多人到中间跳，并且可跳进跳出。跳完之后，孩子们就站成多排同时跳，享受集体跳绳的快乐，让孩子们在玩中学，学中玩，不知不觉就到了下课时间，结束本课。

教学反思

1、跳绳这个活动，在我与学生一起做的时候，开始自己也跳得不太好，有点僵硬，因此，自己要先多训练，活动的效果才会很好。

2、教学形式上有点生硬，如果在教学前先可以给孩子播放一段生动的音乐观看一段跳绳绳的比赛视频，那孩子们的热情会一下子调动起来。

3、在这个活动中，幼儿都参与了游戏，孩子们在与老师跟同伴之间的中掌握了跳绳的技巧，增进了友情。

4、孩子们跳绳绳感觉很开心，愉快。看到他们高兴我也很开心。自己对这次活动有了更深的了解和体会，对以后开展类似活动积累了经验。

跳绳幼儿园教案篇八

1. 学习绳子的几种玩法，练习走、跑、跳，增强下肢力量。

2. 提高身体动作的灵活性和协调性，体验运动的快乐。

4. 教幼儿养成细心、认真的学习态度。

5. 能大胆、清楚地表达自己的见解，体验成功的快乐

教学重点

连续跳过地面一定宽度的障碍物。

教学准备

每个幼儿一条中等粗的彩色尼龙绳，无障碍物的教学场地，录音机，磁带等。

教学过程

一、准备部分

(一)教师带领幼儿一路纵队绕场慢、中速交替跑2~3圈。

(二)在教师带领下幼儿跟着教师的示范一起做摆臂、扩胸、压腿、下蹲、膝、踝关节绕回等热身运动。

二、教学与练习部分

(一)教师：老师手上有一条绳子，我们都能用它来怎么锻炼身体呢？(幼儿回答后)教师：大家都去拿一条绳子，看看自己能进行几种不同的方法来锻炼身体。幼儿在场地上分撒锻炼，教师观察指导。

(二)跳跃摆在地上的绳子。

1. 将绳横向面对自己摆在地上，练习双脚并拢来回跳。
2. 将绳纵向面对自己摆在地上，练习来回快跳过绳。

(三)幼儿四人一组进行小组跳跃锻炼。

1. 将四条绳子横向面对小朋友放在地面上，绳与绳之间间隔40厘米左右。四个幼儿按顺序一个接一个地双脚连续跳过四条绳。
2. 将四条绳结成一条长绳纵向面对小朋友幼儿按顺序由绳的一侧跳向绳子的另一侧，连续行进跳过绳子。

(四)绳子锻炼比赛。

将幼儿分成两个大组，站在场地一侧的起点线。场地上各组三分之二的绳横向间隔摆放，绳与绳的间隔50厘米左右；三分之一的绳子连接起来纵向摆放。

1. 先双脚跳跃过地面上一条条横向摆放的绳子，然后踏上地面上纵向的绳走过长绳子，跑回起点。如此反复数次。
2. 先单脚跳跃过地面上一条条横向摆放的绳子，然后再用左、

右行进侧跳方式跳过长绳，跑回起点。如此反复数次。

教学结束

一、在音乐的伴随下，教师带领分散在场地上的幼儿进行放松运动：肩胛、胸腹、腰跨、膝盖、脚踝等部位。

二、整队，教师进行教学总结后，带领幼儿拿绳离开操场。

教学反思

1、跳绳这个教学，在我与学生一起做的时候，开始自己也跳得不太好，有点僵硬，因此，自己要先多训练，教学的效果才会很好。

2、，教学形式上有点生硬，如果在教学前可以先给孩子播放一段生动的音乐观看一段跳绳的比赛视频，那孩子们的热情会一下子调动起来。

3、在这个教学中，幼儿都参与了游戏，孩子们在与老师跟同伴之间的中掌握了跳绳的技巧，增进了友情。

4、孩子们跳绳感觉很开心，愉快。看到他们高兴我也很开心。自己对这次教学有了更深的了解和体会，对以后开展类似教学积累了经验。