

最新幼儿园大班体育跳绳教案反思 大班 体育教案跳绳(汇总12篇)

编写好教案需要教师对教材内容的深入理解和对学生的教育需求有清晰的把握。范文四：《认识动物和植物》教案。本教案通过观察和比较的活动，帮助学生认识动物和植物，并培养学生的科学兴趣和探究能力。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇一

1、初步掌握向前甩绳，双脚并拢向上跳的`跳绳方法。

1、绳操。头部运动：双手叉腰，头部跟着节奏做前、两侧、后的摇动。腿部运动：伸脚、勾脚、屈腿、伸直等。手腕和脚踝运动：双手五指相交摇动手腕、脚尖地绕环等。

1、引导幼儿自由探索跳绳的方法：跳绳有许多种玩法，现在我们用手中的跳绳玩一玩。

2、幼儿分散玩跳绳。

3、幼儿集中，重点讲解双脚并拢向上跳绳的方法：你们用了什么方法玩跳绳？请小朋友来示范一下他的方法。

4、小结并分解示范：看清楚他是怎样跳的吗？双手摇绳向前甩，双脚并拢跳过绳。

5、幼儿用双脚并拢向上跳的方法练习跳绳，老师巡回指导。

三、跳绳大擂台。

1、全体幼儿进行跳绳比赛。在一分钟时间内，跳绳没有间断者为胜。

2、鼓励没有取得名次的幼儿不要气馁，继续练习，一定能够跳好绳。

1、幼儿两两结伴，将绳子拉成两条平行线当“小船”，幼儿坐在小船上，以“在河里洗脚”等情节拍一拍、揉一揉、放松腿部肌肉。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇二

1、学习花样跳绳，掌握基本的动作要领并能连贯协调地跳绳。

2、发展幼儿上下肢的'力量，弹跳力和身体的灵活性、协调性。

3、培养幼儿对花样跳绳的兴趣。

幼儿每人一根小跳绳，大绳四根，音乐磁带。

1、引导幼儿听音乐做活动前准备工作。

2、请幼儿自由练习双脚跳绳，鼓励幼儿自由创编花样跳绳；

3、教师示范讲解花样跳绳的种类：

（1）双脚交替跳：即双脚交替落地跳绳。教师示范讲解；幼儿自由练习，教师巡回指导。

（2）绞花跳：两臂在胸前交叉论绳跳；教师示范；幼儿练习，教师对个别幼儿进行帮助指导。

（3）带人跳：一幼儿论跳绳带另一幼儿同时跳，教师示范并请幼儿自由练习。

（4）跳大绳：两幼儿在两端论绳，一幼儿或若干幼儿在中间跳，教师示范并请幼儿操作练习。

4、幼儿自由组合，展示花样跳绳成果。

5、教师进行评析，并鼓励幼儿大胆表现自己。

活动延伸：鼓励幼儿在日常生活中学习更多的花样跳绳。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇三

练习新玩法，提高幼儿身体的`灵敏性。

球类、毽子、跳绳、球拍

1、让幼儿在班级规定的场地内活动，进行各种器械活动。

2、天气转凉，提醒幼儿增减衣服，小心受凉。

分小组活动，若要轮换器械，有秩序地进行。

体育游戏作为幼儿生活中最基本的活动，是幼儿园的重要教育教学手段，幼师必须高度重视，在今后的教学工作中，不断探索，真正做到使幼儿处在一个自由轻松的环境中，随着意愿活动，在愉快的气氛中获得宝贵的知识和经验。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇四

1、学习花样跳绳，掌握基本的动作要领并能连贯协调地跳绳。

2、发展幼儿上下肢的.力量，弹跳力和身体的灵活性、协调性。

3、培养幼儿对花样跳绳的兴趣。

幼儿每人一根小跳绳，大绳四根，音乐磁带。

1、引导幼儿听音乐做活动前准备工作。

2、请幼儿自由练习双脚跳绳，鼓励幼儿自由创编花样跳绳；

3、教师示范讲解花样跳绳的种类：

（1）双脚交替跳：即双脚交替落地跳绳。教师示范讲解；幼儿自由练习，教师巡回指导。

（2）绞花跳：两臂在胸前交叉论绳跳；教师示范；幼儿练习，教师对个别幼儿进行帮助指导。

（3）带人跳：一幼儿论跳绳带另一幼儿同时跳，教师示范并请幼儿自由练习。

（4）跳大绳：两幼儿在两端论绳，一幼儿或若干幼儿在中间跳，教师示范并请幼儿操作练习。

4、幼儿自由组合，展示花样跳绳成果。

5、教师进行评析，并鼓励幼儿大胆表现自己。

活动延伸：鼓励幼儿在日常生活中学习更多的花样跳绳。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇五

1、练习新玩法，提高幼儿身体的灵敏性。

2、培养幼儿健康活泼的.性格。

3、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。

4、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

球类、毽子、跳绳、球拍

1、让幼儿在班级规定的场地内活动，进行各种器械活动。

2、天气转凉，提醒幼儿增减衣服，小心受凉。

分小组活动，若要轮换器械，有秩序地进行。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇六

1、乐于探索跳绳的方法，感受跳绳的'乐趣。

2、练习双脚连续跳绳或双人跳绳的技能，训练手脚动作的协调性。

1、教师自编绳操。

2、幼儿每人一根跳绳。

3、幼儿已有双脚同时跳绳的经验。

1、教师和幼儿每人手里一根跳绳，走趣味队形，如“8”字形、“之”字形做教师自编的绳操。根据情况可将绳对折，带领幼儿进行上肢、体转、腹背、跳跃等热身运动。

2、引导幼儿玩跳绳。

(1) 幼儿分散在场地上自主玩绳。

(2) 教师发现幼儿有好玩的玩法时，就请该幼儿师范演示，并请其他幼儿学一学。

(3) 教师参与幼儿跳绳，并与幼儿配合进行双人跳，请其他幼儿观察。

(4) 幼儿结伴尝试双人跳，教师提示两个人要动作一致，可尝试通过喊拍子的方法实现同步跳。

3、放松活动：踩绳游戏。

(1) 将所有的绳放到地上连在一起，摆出多种图案，教师与幼儿踩绳走。

(2) 放松动作：拍胳膊、拍腿。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇七

1、学习花样跳绳，掌握基本的动作要领并能连贯协调地跳绳。

2、发展幼儿上下肢的力量，弹跳力和身体的灵活性、协调性。

3、培养幼儿对花样跳绳的兴趣。

幼儿每人一根小跳绳，大绳四根，音乐磁带。

1、引导幼儿听音乐做活动前准备工作。

2、请幼儿自由练习双脚跳绳，鼓励幼儿自由创编花样跳绳；

3、教师示范讲解花样跳绳的种类：

(1) 双脚交替跳：即双脚交替落地跳绳。教师示范讲解；幼儿自由练习，教师巡回指导。

(2) 绞花跳：两臂在胸前交叉论绳跳；教师示范；幼儿练习，教师对个别幼儿进行帮助指导。

(3) 带人跳：一幼儿论跳绳带另一幼儿同时跳，教师示范并请幼儿自由练习。

(4) 跳大绳：两幼儿在两端论绳，一幼儿或若干幼儿在中间跳，教师示范并请幼儿操作练习。

4、幼儿自由组合，展示花样跳绳成果。

5、教师进行评析，并鼓励幼儿大胆表现自己。

活动延伸：鼓励幼儿在日常生活中学习更多的花样跳绳。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇八

现在的孩子都是独生子女，吃得好而又不愿意运动，以至于很多大人只会得的病小孩子也得了，如高血脂、糖尿病等；为此作为学前教育的幼儿园应该积极开展体育活动。而跳绳是一项需要全身运动的体育活动，它能很好地锻炼幼儿的身体，幼儿园户外活动时经常会玩。但是在户外活动时我发现有的孩子对跳绳不感兴趣，常常拿着绳子坐着发呆，我想不如让幼儿动脑筋，想办法，创造出绳子的多种玩法。通过这样的活动能够让幼儿探索出绳子的多种玩法，体验创造性进行体育活动的乐趣，从而达到锻炼幼儿身体的目的。

- 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。

录音机、磁带，幼儿每人一根绳子。

教师发出信号后，幼儿两人一组站成二路纵队，听口令一对一队整齐地走，走成双圈后，两人面对面做“照镜子”的游戏，一人做动作，另一人模仿。练习跳跃和上肢动作，如向前、后、上、左跳、蹲跳，向前、后、绕绕臂，单双手绕、举起手臂绕等。

- 1、幼儿自由探索跳绳的各种玩法。如单人单、双脚跳、左右

脚交替跳等。

2、教师引导幼儿相互交流示范各自玩法。

(1) 利用绳子进行套和跳的玩法。

幼儿每人一根绳子套在腰上，双手各握绳子的一头，一前一后拉动绳子，或拿绳子进行左右脚交替跳。

(2) 利用绳子进行跑跳的玩法。

幼儿手拿绳子边跳边跑。

(3) 利用绳子进行走和平衡的玩法。

把绳子摆成直的走直线，摆成弯的走曲线。把两根绳子摆成平行直线，在绳子中间走小路。

3、引导幼儿探索合作玩绳的方法，体验合作的乐趣。

(1) 幼儿自由结伴合作探索绳子的玩法。

(2) 请幼儿交流合作玩绳的方法。

如两人合作玩跳绳，两人面对面站立，一人晃绳，另一幼儿跟着晃绳的幼儿同步跳。然后幼儿两人合作玩跳绳。如多人跳，可请两位幼儿分别拉住长绳的两端，一位幼儿站在长绳的中间，两位幼儿摇动长绳后，中间的幼儿随着绳子的上下有节奏的'跳过绳子。

(3) 幼儿自愿组合成若干小组，利用绳子玩游戏。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇九

1、练习新玩法，提高幼儿身体的灵敏性。

- 2、培养幼儿健康活泼的'性格。
- 3、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 4、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

球类、毽子、跳绳、球拍

- 1、让幼儿在班级规定的场地内活动，进行各种器械活动。
 - 2、天气转凉，提醒幼儿增减衣服，小心受凉。
- 分小组活动，若要轮换器械，有秩序地进行。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇十

- 1、引导幼儿探索绳子的多种玩法。
- 2、通过玩绳，进一步发展幼儿的平衡协调的能力。
- 3、发展幼儿的创造性和发散思维能力。活动准备：长绳短绳若干。

1、带领幼儿跑步进入活动场地，做热身操。

2、导入：小朋友，今天我们一起来玩绳子，看谁能想出好玩的方法。

3、自由玩绳：教师带领幼儿随音乐自由玩绳，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。

4、玩法：

(1)跳绳：幼儿可以一个人练习跳绳，还可以练习花样跳绳。

(2)给娃娃打领结：幼儿分成人数相等的四队，各队第一名幼儿手拿短绳当领带站在起跑线后。游戏开始，教师发令，幼儿去给娃娃系好领带后返回并拍第二个幼儿的手，比赛依次进行，快的为胜。

(3)踩绳跳：每人一根一米长的绳子，两手捏住绳子的两端，双脚踩在绳子的中间部位，两手拉紧绳子，双脚用力前跳。

(4)走小路：两条绳拉成相距有一定距离的平行线做小路，幼儿在小路中间走，踩绳、出绳为犯规。

(5)走钢丝：把绳子拉成——或s形，幼儿踩绳前进。

5、放松活动：小朋友们刚才想出了各种玩绳子的好方法并一起玩了绳子，大家一定有点累了吧，那么现在就让我们一起随着音乐来放松一下。幼儿随音乐做放松活动。

6、小结结束：教师对幼儿刚才玩绳的情况做一简单小结，然后带领幼儿回活动室，结束。

1、通过尝试松紧带圈的多种玩法，发展幼儿走、跑、跳等基本动作。

2、培养幼儿的尝试精神和创造力。

3、继续培养幼儿遵守集体规则的良好品质。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇十一

1、学习跳绳的方法，尝试手脚协调的进行跳绳游戏。

2、探索绳子的多种玩法，通过思考跳绳的`其他玩法，发展

创造思维能力。

3、能与同伴合作，协调地进行跳绳和荡绳。

1、绳子人手一根。

2、《朋友舞》音乐磁带，录音机。

列队练习：纵队---大圆---开花---放纵。

要求：精神饱满，喊口号声音响亮。

玩绳游戏：幼儿人手一根绳子，鼓励幼儿自主地探索各种玩绳游戏。请个别幼儿示范，其他幼儿学习模仿。

老师师范跳绳，请幼儿仔细观察老师的动作，并说一说老师是怎么跳绳的。

幼儿分散练习跳绳。让幼儿手持绳子的两端，将绳子垂在身体前面，幼儿双脚向前跳过后，将绳子从后绕过头顶绕到身前，幼儿双脚向前跳过后，再将绳子从后绕过头顶绕到身前，然后重复上述动作。在幼儿练习过程中，老师在一旁指导幼儿的动作。

教师再次示范，讲解跳绳要领后，幼儿再分、散联系跳绳。

教师可以引导三人一组玩跳绳游戏。

教师：绳子除了一个人跳，还可以几个人跳呢？

两位幼儿各持绳子来回摆动绳子（绳子高度接近地面），第三位幼儿站在中间，随着绳子的摆动，在绳子的两端来回跳跃。

学习将绳子绕成团，并放在指定的筐中。

音乐起，大家一起跳集体舞。

幼儿园大班体育跳绳教案反思篇十二

跳绳，是幼儿冬季锻炼、增加体质、进步免疫力、预防感冒等疾病的一种很好的锻炼方式。深得孩子们的宠爱。跳绳不仅可以锻炼幼儿的体质，还有利于幼儿心智进展，真是一项身心进展的双益运动工程。

- 1、能探究出绳子多种玩法把握跳绳的根本技能进展幼儿的身体动作。
- 2、活动中体验制造性跳绳的乐趣进展幼儿的想象力与制造力，培育幼儿的合作意识与合作力量。
- 3、体验人多力气大，同伴间应当互相合作的情感。
- 4、情愿参加体育嬉戏，体验在嬉戏中奔跑、追赶的乐趣。

一根长绳子。短绳假设干。

- 1、教师带着幼儿做热身运动。
- 2、听教师口令练习跳动及上肢动作。

师：跳、跳、跳，幼儿跟着教师跳、跳、跳，原地双击此处
师问：“还可以怎么跳？”引导幼儿向前跳、向后跳、向上跳、蹲跳、向左跳、向右跳、单、双脚跳。

- 3、上肢活动师绕绕臂，绕绕臂。幼儿跟着教师绕绕臂。

师问“还可怎样绕”引导幼儿向前绕、向后绕、单、双手绕、举起手臂绕等，进展幼儿动作的敏捷性。

活动开头：引导幼儿探究跳绳的多种玩法

1、单人双脚跳。幼儿两人或三人一组，有人单脚跳绳，其他人跟着节奏数数。看一看谁跳的多。

2、双人双脚跳。两人一根绳子，幼儿面对面，两人同时双脚一起跳，跳得多者为胜。

3、幼儿自由结伴2人、3人或多人合作探究跳绳的玩法。

长绳一根，两名幼儿在两头摇动绳子，其他幼儿2—3人一起跳。看谁跳得多，多者为胜。

4、请幼儿互相沟通合作玩嬉戏的方法。

放松整理

随着教师做整理运动

活动延长

回家后与爸爸妈妈及小伙伴做跳绳的嬉戏。

通过跳绳活动，不仅可以锻炼幼儿的体质，还有利于幼儿心智进展，有助于幼儿体力、智力和应变力量的协调进展；能培育幼儿身体的平衡感和动作的节奏感。尽管在活动中有些幼儿动作不是很敏捷，但是重在参加。在嬉戏的活动中培育幼儿的合作意识和合作力量，让幼儿体验合作嬉戏的欢乐。