

2023年小班健康教案小兔跳跳及反思(通用8篇)

教案能够帮助教师把握好教学的步骤和方法，提高教学效果。以下是一些适用于二年级的综合素质教育的教案范例，供大家学习。

小班健康教案小兔跳跳及反思篇一

1. 入场老师扮演兔子妈妈，幼儿扮演小兔子。兔妈妈带小兔到草地上去玩。双脚行进跳入场地。
2. 准备活动在场的大圆圈内，幼儿随音乐跟着老师做律动：伸耳朵（上肢）、吃青草（下肢）、搬蘑菇（体转）、蹦蹦跳跳（跳跃）等。
3. 跳彩圈老师将彩圈分散放在场地上，启发幼儿自由的在圈中间跳进、跳出。
4. 游戏“小兔跳彩圈”教师将各色彩圈隔一定的距离放成一个大圆圈，幼儿分散站在大圆圈上，教师站在中间。游戏开始，幼儿随着音乐在大圆圈内向顺（逆）时针方向走，看到圈就跳进、跳出。当教师高举一块彩色板时，小兔子迅速跳跃到与板相同颜色的圈内，每个圈内只能跳进一只小兔子。当小兔子跳入同色圈后，教师给予表扬，并继续进行游戏。
5. 游戏结束教师：“今天小兔子玩的很高兴，也很累了，我们一起回家吧！”幼儿跟着教师走出场地。

教案设计频道小编推荐：[幼儿园小班教案](#) | [幼儿园小班教学计划](#)

小班健康教案小兔跳跳及反思篇二

根据本节课的需要准备小兔背景图一幅，为了激发幼儿的学习兴趣。

- 1、练习行进跳和立定跳远，锻炼跳的能力。
- 2、体验成功的喜悦和体育活动的乐趣。
- 3、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。
- 4、锻炼平衡能力及快速反应能力。
- 5、培养幼儿对体育运动的兴趣爱好。

重点：立定跳。

难点：行进跳

小凳，纸皮，录音带

- 1、准备活动。

放音乐，模仿动物行走的动作。

- 2、跳一跳。

1》 ， 什么动物是跳着走路?学一学, 跳到画有圆圈的家。

2》 ， 教师示范双脚跳， 幼儿模仿。腿稍弯曲， 动作连贯。

3》 ， 比一比谁跳的'快， 幼儿模仿动物行进跳。教师鼓励幼儿坚持到达终点。

4》 ， 小兔跳过小沟吗?鼓励幼儿双脚跳过平行线。

5》，请两个幼儿比赛跳过不同的平行线。

6》，幼儿选不同宽度的平行线练习跳远，比一比谁跳的远。教师指导幼儿收腿和落地的动作。

3、游戏：《小兔学本领》。

玩法：幼儿扮演小兔分组进行比赛。每组第一个幼儿从第一个幼儿出发，双脚小登绕过，跳过小沟，跳回家。游戏依次进行，速度快的组为胜。

4、放松活动。

教师带幼儿做放松动作，放松双腿。

5、课后小结。

通过这节课让幼儿练习双脚跳，锻炼跳跃能力，感受游戏的乐趣。不足之处：幼儿兴趣高，持久性短。

小班健康教案小兔跳跳及反思篇三

1、初步学习自己洗自己的袜子，体验洗袜子的快乐。

2、懂得爱劳动，养成自己的事情自己做的习惯。

1、小盆子、肥皂、凉衣夹。

2、自备一双干净袜子。

3、洗袜子的音乐。

4、配班老师扮演兔姐姐。

1、动物舞会

师：“今天有一位客人来到我们班。”

兔姐姐出场：“我是来邀请小朋友参加动物舞会的”

师：“那我们就跟着兔姐姐到草地那边参加动物舞会吧！”
(幼儿脱鞋，跟着音乐早草地上跳舞)

2、引导幼儿发现自己的袜子变脏了。

师：“袜子这么脏怎么办呢？”请幼儿说说自己的想法

师：“兔姐姐洗得真干净，你们想不想也把自己的袜子洗得这么干净啊？”教师介绍材料提出注意事项。

3、幼儿洗袜子。（音乐）

4、晾晒袜子，幼儿自由交流比比谁的袜子最干净。

小班健康教案小兔跳跳及反思篇四

设计意图：

小班幼儿特别喜欢蹦蹦跳跳，为了锻炼幼儿有节奏的蹦跳，同时锻炼幼儿蹦跳的能力，我设计了本节课。

活动目标：

- 1、能用身体动作有节奏地表现跳跳糖。
- 2、体验与同伴共同舞蹈的快乐。

活动准备：

- 1、《会跳舞的跳跳糖》音乐、课件。《火车快开》音乐。
- 2、实物跳跳糖若干。杯子、小勺与幼儿人数相等
- 3、粘好红色大嘴巴的活动场地。

活动过程：

（一）品尝并交流感受

2、让幼儿看一看、闻一闻、尝一尝、说一说、学一学多种感官了解跳跳糖。

——看一看：颜色、形状

——闻一闻：它是什么味的？

——尝一尝：引导幼儿到品尝区，品尝跳跳糖，体验跳跳糖在嘴里的感觉。

（二）学做跳跳糖

——跳跳糖是怎样跳舞的呢？我们一起来听一听、看一看。

——播放音乐。

——跳跳糖在大嘴巴里跳得高兴吗？我们也来学一学跳跳糖跳舞好不好？

——幼儿随音乐有节奏的模仿跳跳糖跳舞。

——请个别幼儿演示跳跳糖是怎样跳舞的？

——鼓励幼儿想出各种跳的方法：如草莓跳跳糖这样跳！苹果跳跳糖那样跳……同伴间相互模仿学习。注意要有节奏，

体现出跳的感觉。

——随音乐有节奏的模仿跳跳糖跳舞。

(三) 师幼共同玩“开心跳跳糖”的游戏，加深对音乐的体验。

——教师带领幼儿来到贴有红色大嘴巴的场地，示范游戏玩法。注意提醒幼儿要用各种跳的动作表现跳跳糖的舞姿。听清音乐中跳跳糖什么时候跳进、跳出。

——教师和幼儿一起玩游戏一遍。

——第二遍游戏，提示幼儿要相互合作，体验与同伴共同舞蹈的快乐。

(四) 活动结束，教师小结。

——播放《火车快开》的音乐，开着火车离开教室。

小班健康教案小兔跳跳及反思篇五

1、初步学习自己洗自己的袜子，体验洗袜子的快乐。

2、懂得爱劳动，养成自己的事情自己做的'习惯。

1、小盆子、肥皂、凉衣夹。

2、自备一双干净袜子。

3、洗袜子的音乐。

4、配班老师扮演兔姐姐。

1、动物舞会

师：“今天有一位客人来到我们班。”

兔姐姐出场：“我是来邀请小朋友参加动物舞会的”

师：“那我们就跟着兔姐姐到草地那边参加动物舞会吧！”
(幼儿脱鞋，跟着音乐早草地上跳舞)

2、引导幼儿发现自己的袜子变脏了。

师：“袜子这么脏怎么办呢？”请幼儿说说自己的想法

师：“兔姐姐洗得真干净，你们想不想也把自己的袜子洗得这么干净啊？”教师介绍材料提出注意事项。

3、幼儿洗袜子。（音乐）

4、晾晒袜子，幼儿自由交流比比谁的袜子最干净。

小班健康教案小兔跳跳及反思篇六

1. 让幼儿练习在一定范围内绕着障碍物四散跑，培养幼儿的动作灵活性。

2. 在游戏中体验参与活动的乐趣。

3. 促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。

4. 愿意参与体育游戏，体验在游戏中奔跑、追逐的乐趣。

5. 培养竞争意识，体验游戏带来的挑战与快乐。

1. 场地布置：小路，圈圈作河中的石头，若干小伞作蘑菇，布置森林情景。

2. 狐狸和兔妈妈的头饰各一。

3. 《刷牙歌》 《悄悄话》 音乐。

一、开始部分

1. 以兔妈妈带宝宝做游戏的形式导入，创设游戏情境。师戴兔妈妈头饰：“兔宝宝们，起床了。（播放刷牙歌，带幼儿做动作）今天天气很好，妈妈带你们去玩，好吗？”

2. 以师生共同游戏的形式通过练习双脚跳跃、踮脚走的身体动作练习，发展身体协调能力和平衡能力，为游戏做好准备。

师：妈妈带兔宝宝们去森林采蘑菇吃好吗？（介绍场地，教师先完整示范）

（1）踮脚走的形式走小路，发展幼儿平衡能力。

师：我们要先走过小路，这条小路太窄了，兔宝宝们要踮起脚尖，张开双臂走。

（2）以师生双脚跳跃的形式过小河，发展跳跃能力。

师：前面有条小河挡住了去路，应该怎么办？河面上有石头，我们可以跳在石头上过河。兔宝宝可要小心了，别掉进河里去了。（孩子开始走小路，过小河，要求幼儿不推不挤，一个跟着一个走）

二、基本部分（游戏）

森林到了，兔宝宝们我们来玩一个《抓人》的游戏吧！

1. 教师讲解游戏规则：妈妈在睡觉的时候，兔宝宝们就绕着蘑菇跑。妈妈醒来的时候，就开始抓你们，你们要赶紧蹲下来躲到蘑菇伞里。（提出要求：不能跑到森林外面去，不能碰到蘑菇伞。）

2. 第二次游戏。森林里有一只狡猾的狐狸，它专门抓我们小兔子。妈妈教你们一个好办法，狐狸要抓你们时，赶紧蹲下来，或者躲到蘑菇伞里，这样狐狸就抓不到你们了。

三、结束部分

1. 放松活动。

2. 师：“下雨了，我们赶紧撑着蘑菇伞回家吧。”（兔宝宝们一起合作撑着蘑菇伞回家，结束活动）

整个活动以幼儿为主体，让幼儿积极主动的参与到活动中来，通过游戏锻炼了幼儿跑、跳、钻、爬的能力，还培养了幼儿竞争意识和遵守规则的习惯，体现了活动的趣味性、教育性。

小班健康教案小兔跳跳及反思篇七

1、感知小兔的外形特征和生活习性，对小动物有喜爱、关心之情。

2、练习走、跑、跳的基本动作。

3、做到动作灵敏及协调，初步树立自我保护意识。

4、体验模仿的乐趣。

5、初步培养幼儿有礼貌的行为。

1、小兔胸饰人手一份，兔妈妈头饰一个，狼头饰一个。

2、胡萝卜人手一份

3、音乐磁带、录音机。

1、引起兴趣(1)教师将头饰戴在头上作兔妈妈，带领幼儿去

玩。

(2) (兔妈妈带领小兔四散跳入场。)妈妈发现萝卜，请每个宝宝拔一个萝卜2、游戏：放气球(1)刚才有的小兔用力拔起了萝卜，高兴得拿着萝卜跳了起来。想一想我们可以用什么办法来表示高兴呢?(把萝卜当气球向上抛。)(2)幼儿练习“放气球”，教师引导幼儿观察为什么有的“气球”高，有的“气球”低。(力气大一点抛“气球”高，力气小一点“气球”就低。)(3)引导幼儿根据讨论结果再次练习“放气球”。

3、游戏：我的萝卜不见了(1)小兔们都很聪明，下面我们边听鼓声边来练习跑步吧!鼓声快，就快跑，鼓声慢，就慢跑。鼓声一停，你们就立即把萝卜藏在身体的任何部位，最好让妈妈找不到。

(2)幼儿游戏，教师根据游戏情况请个别幼儿说说萝卜藏在哪儿。

(4)幼儿第二次游戏，教师鼓励幼儿积极创造，想出与众不同的藏法。

4、游戏：小兔与狼(1)玩到现在，肚子有点饿了，一个萝卜不够吃，我们再去找一个吧!不过，你们要小心被狼发现。如果听到“狼来了”的声音，就马上躲在萝卜下面不动，要不就会被狼抓住。

(2)配班教师扮“狼”蹲在一角。幼儿听音乐学小兔跳等动作。当听到“狼来了”的声音时，“小兔”马上用萝卜把自己遮住，或蹲或站或趴。这时“狼”来了，它可以边检查边说：“真想找只小兔当点心呀!咦?这儿怎么都是萝卜呢?”如果没有抓到“小兔”，“狼”就说“等会儿再来吧”，然后离开场地。“狼”走了之后，“小兔”一起用“放气球”等方法庆祝胜利。

3、游戏进行数次，活动结束。

小班孩子很喜欢到户外活动，能到户外做游戏，孩子们都跃跃欲试。本次的体育活动我以兔妈妈带宝宝们去拔萝卜游戏导入活动，一开始就吸引了孩子们的注意及兴趣。感到不足的是：在活动中教师的调动做得不是很好，在场地设置方面也做不够，还有就是讲解的时候语言不够精炼。

小班健康教案小兔跳跳及反思篇八

1. 能积极参加游戏活动，并学会自我保护。
2. 学说：“你不推，我不挤”，“一个跟着一个走”。
3. 集体活动时，初步学会：一个跟着一个走，以及钻、跳、拔等技能。
4. 商讨游戏规则，体验合作游戏的快乐。
5. 培养竞争意识，体验游戏带来的'挑战与快乐。

1. 山洞、独木桥、小河、小兔头饰、布制萝卜。
2. 音乐磁带(录有欢快的音乐)

一、开始部分：游戏激趣，谈话导入

1. 师：“孩子们，今天天气真好，妈妈要带你们去很远很远的地方拔萝卜，你们高兴吗？”
2. 师：“咱们去拔萝卜的时候，路上不管遇到什么困难，一定要注意安全，要紧紧跟着妈妈，千万不要离开大家。”

二、进程部分：设置情境，多次感知

1. 过山洞。

(放音乐)教师带幼儿上路，遇到山洞，提问：“山洞洞口很窄，如果挤在一起钻会发生危险怎样才能又快又安全的钻过山洞？”学说短句：你不推，我不挤，一个跟着一个走。

2. 过小桥。

安全钻过山洞后，来到小桥跟前。

师：“有这么多小兔宝宝要过小桥，咱们怎样才能安全的过桥？”学说短句：你不推，我不挤，一个跟着一个走。

3. 拔萝卜。

最后来到“萝卜地”拔萝卜。

提问：“萝卜是什么颜色的?是什么样子的?拔萝卜时要注意什么?”

学说短句：你不推，我不挤，一个挨着一个拔。

三、结束部分：快乐体验,巩固行为。

“终于拔完萝卜，小兔宝宝们一定累了，现在咱们拿着萝卜和妈妈一起回家吧。”

在音乐声中，幼儿模仿小兔动作“你不推，我不挤，一个挨着一个”出活动室。