# 大班跳跃教案8篇

来源：网络 作者：柔情似水 更新时间：2024-02-17

*教案是教师为了顺利开展教学预先撰写的文字载体，工作以来，教师一定都熟悉教案的书写方式，小编今天就为您带来了大班跳跃教案8篇，相信一定会对你有所帮助。大班跳跃教案篇1活动来源：本次活动主要是利用生活中的小盒子来练习孩子的跳跃能力，来源于幼儿平...*

教案是教师为了顺利开展教学预先撰写的文字载体，工作以来，教师一定都熟悉教案的书写方式，小编今天就为您带来了大班跳跃教案8篇，相信一定会对你有所帮助。

大班跳跃教案篇1

活动来源：

本次活动主要是利用生活中的小盒子来练习孩子的跳跃能力，来源于幼儿平时的生活经验，在户外运动时，孩子利用自己周围的体育器械，创造出了不同的跳跃方式。因此我把这个点放大，以盒子为载体，练习孩子的跳跃能力。

活动亮点：

（一）活动材质：生活中常见纸盒。

（二）体现幼儿主动探索的过程。

在活动中，来测试幼儿能够跳多高？跳多远？是通过小朋友探索盒子的组合，创造出不同高度，不同距离的盒子组合来实现。

（三）自己摆设场地。

往往我们看到体育活动比赛的场地是老师事先摆好的，只是一个技能的巩固过程。我在最后的比赛环节中设置了小朋友根据样本来摆设自己的比赛场地，让小朋友通过自己的观察，根据自己探索出的组合设置比赛的场地。

不足之处：

（一）活动环节不紧凑

在我设计的这个活动中，由于双脚并拢跳小朋友都有一定的基础，因此对于跳的难度在高度和距离上设计，在前面解决双脚并拢的环节上，教师过多的反复让幼儿观察同伴的动作，我此目的是想产生生生互动，让幼儿在观察中加深对动作技巧的熟悉，但是在实际过程中，孩子们对于箱子特感兴趣，因此在规范幼儿的行为所花地时间比较长，因此这个环节所用的时间相应增加，由此环节显得冗长，不紧凑。

（二）探索的程度不够

在第一环节中探索不同的跳法，在教师的引导下，孩子们可以想出不同的跳法，并且能够愿意去尝试别人的跳法。在箱子垒高和拼长的环节中，教师的引导语没有达到效果，孩子们没能理解教师的提问和要求，致使有些组合是老师直接摆出来的，因此小朋友主动探索的时间较少，教师主导作用还很多。

（三）比赛环节

在比赛环节中，幼儿没有能够听清楚比赛的规则，因此孩子在比赛的时候有点混乱，障碍物之间的距离较短，因此在跳的时候有点难度。

大班跳跃教案篇2

活动设计背景

大班幼儿活泼好动，各种动作发展日趋完善。在平时开展主题活动时，发现部分幼儿做跳跃动作时，有身体不够协调，跳时落地不稳，起跳时双脚不同步等现象。本次活动训练内容主要是以向上跳为主，锻炼幼儿的肌肉力量，四肢配合的协调性和关节的灵活性。

活动目标

1,、愿意参加体育活动，体验跳跃的乐趣。

2、练习向上跳的动作技能，尝试用手够到距离30厘米左右的物体。

3、在游戏中尝试、观察、讨论跳跃的方法。

4、通过这次游戏促进幼儿身体的协调性和灵活性。

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：探索向上跳的方法。

难点：用手够到距离30厘米的物体。

活动准备

音乐、气球、长椅

活动过程：

一、热身运动，随音乐活动身体各部位，激发幼儿参与活动兴趣。

二、尝试向上跳，探索向上跳的方法。

1、想一想，怎样够到气球。

2、试一试，初次尝试向上跳。

3、说一说，幼儿总结向上跳的方法，学习向上跳基本动作要领。

4、练一练，巩固练习，教师个别指导。

5、玩一玩，鼓励幼儿站在长椅上向上跳够气球。学会保护自己，尽最大的努力完成任务。

三、放松运动师幼随音乐调整呼吸，有针对性的放松全身。

大班跳跃教案篇3

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、有参加体育活动的兴趣，并能勇敢的尝试各种挑战。

2 幼儿园大班跳体育教案：重点难点

活动重点：

锻炼幼儿跑、跳等基本动作。

活动难点：

有参加体育活动的兴趣，并能勇敢的尝试各种挑战。

3 幼儿园大班跳体育教案：活动准备

1、短绳若干、羊角球4个、跨栏4个；

2、教师在课前为幼儿进行安全教育准备；

3、运动场地及教学ppt课件准备。

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（从始点都终点跳一次）；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）。

大班跳跃教案篇4

活动目标

1．鼓励幼儿大胆运用多种材料建构游戏环境，培养幼儿独立解决问题的能力，使幼儿从中体验自主练习和成功的快乐。

2．练习跨跳等动作，发展幼儿下肢的肌肉力量和动作的协调性。

活动准备

教师用三把椅子和两根皮筋搭成两个障碍，一个高一些，另一个低一些；师幼共同准备活动材料，如短的粗绳、积木、塑料板、易拉罐、可乐瓶、油桶、大沙包、纸盒等。

活动过程

1．做准备活动

幼儿跟随教师的口令，在活动场地上做伸展、下蹲、腹背、绕膝、绕脚腕、跳跃等动作。

2．引入主题

(1)教师将幼儿带到事先搭好的两个障碍处，请幼儿排好队，依次练习从障碍上跳过去的动作。

(2)提问：“你们在跳老师搭的障碍时有什么感觉?”(难易不同)

(3)引出主题：“老师搭的障碍不能让每个小朋友都满意，想一想，怎样做才能让大家都满意?”(自己来搭障碍)

3．启发和鼓励幼儿自己想办法搭障碍、过障碍

(1)请幼儿观察教师提供的多种材料，想一想：自己选什么材料，怎样搭障碍?

(2)鼓励幼儿用自己想的方法尝试搭障碍，过障碍。

(3)教师进行观察，给予适宜的指导。

4．师幼进行交流和总结

将幼儿集中起来，相互交流自己的做法，并尝试着总结一些经验，如，障碍的高矮要适合自己，随时调整；跳较高的障碍时要有一段助跑；跳连续障碍时，材料之间要有适当的.间隔等。

5．鼓励幼儿尝试跳他人搭建的障碍

鼓励幼儿把每个小朋友搭的障碍都跳一遍。

6．收拾和搬运材料

教师带领幼儿一起做整理和放松运动。活动结束，大家一起收拾和搬运活动材料。

大班跳跃教案篇5

活动目标：

1、通过游戏，激发顽强的竞争意识。

2、增强腿部的弹跳力以及灵敏、速度、协调等身体素质的发展。

3、能正确掌握“立定跳远”跳跃的动作要领。

活动重难点：

重点：立定跳远的动作要领。

难点：手脚协调，两脚同时用力蹬地，迅速向前上方跳跃。

活动过程：

一、热身运动：

a、快、慢跑交替(快跑2组，慢跑2组，变速跑同时，教师要多关注幼儿及时提醒幼儿，避免相互冲撞的现象出现。

b、徒手操：

头部运动4×8、肩部运动4×8、 膝关节运动4×8

跳跃运动4×8、手腕脚踝关节运动4×8

（通过热身运动，拉开幼儿的各个关节，减少运动中的伤害。）

二、基本部份

1、情景导入：小朋友们你们知道在动物王国中，哪几种动物是跳着走路的吗？我们以前也练习过几种跳跃的本领，展示出来看看能不能比小动物跳得好。 （通过与小动物比赛，激发幼儿活动的积极性，使幼儿迅速融入活动中。）

2、教师示范并讲解：立定跳远

动作要领：两脚自然左右开立，上体稍前倾，两臂前后摆动各一次，两腿配合作自然弹性屈伸，然后两臂用力向前上方摆，两脚同时用力蹬地，迅速向前上方跳出，落地时以脚跟先着地。

（教师示范正确的立定跳姿势，让幼儿看得更清楚，明白！）

3、幼儿进行对比练习，分组练习。

（在幼儿自由练习的过程中，教师以观察为主，并以支持者和同伴的身份参与活

动。）

4、游戏：看谁跳的格子多。

要求：认真游戏，听从指挥，注意安全。教师讲解游戏规则及注意事项，每组每次跳4个人，从起跳线起跳，每人向前连续跳5次，跳得远的为胜。

（通过比赛进一步激发幼儿游戏的兴趣，进行再次的练习。）

5、教师活动小结

三、放松运动：师幼一起随音乐做放松运动。

刚才玩的太累了，现在跟着老师一起听音乐休息休息吧：睡觉——起床打哈欠深呼吸——伸懒腰——揉眼睛——转转脖子——锤锤胳膊——锤锤腿——锤锤腰——转转膝盖——加上手的动作慢慢地走一走。

( 幼儿边听音乐边扭手臂、腰、膝盖、脚。达到放松的效果。)

大班跳跃教案篇6

一、指导思想：

本课坚持“健康第一”的指导思想，依据新的课程规范，以同学发展为中心，从同学的健康动身，结合低年级同学身心的特点，利用情境教学，创立一个宽松、和谐、民主的学习氛围。并关注个体差别，让每个同学都能体验到学习和胜利。充沛调动同学学习的主动性和积极性，在不时体验进步和胜利的过程中，增强自尊心和自信心，形成积极向上、乐观开朗的学习态度。

二、教学目标：

1、运动参与目标：乐于在情境中扮演角色，积极参与活动，自尊，自信。

2、知识与技能目标：90%的同学能初步掌握立定跳远的方法和要领，体会全身协调用力，发展腿部力量和跳跃能力。

3、情感目标：激发体育兴趣，培养观察、自主创新能力。在活动中学会与他人合作、交流，增强集体主义精神。

三、教材与学情分析：

本节课为跳跃单元教学的第一课时。跳跃是小学低年级体育运动的主要内容，也是促进身体全面发展的重要手段。通过跳跃练习，能增强肌肉、关节、韧带的力量，发展协调性和弹跳能力，促进内脏器官的发展。小学二年级的同学身体正处在迅速发育时期，他们的直观思维能力较强，具有活泼好动、喜欢竞赛、喜欢做各种游戏的特点。但注意力容易转移，自控能力差。小学一年级已接触了向高处跳和向远处跳，因此对学习立定跳远有一定的基础。

四、教学重难点：

重点：双脚用力蹬地，腿尽量伸直，展髋。

难点：蹬摆协调配合，平稳落地。

五、教学方法与手段：

１、本节课的主要任务是使同学在一年级的基础上，学会双脚用力蹬地，展髋收腹，双脚平稳落地。因此创设了“小青蛙学身手”这一情景，让同学通过模仿青蛙跳跃；对比教师示范动作，从而找出立定跳远的动作要点以和通过摆“荷叶”，跳“荷叶”完成立定跳远的教学。同学自始自终在愉快、活跃的气氛中进行学习。

２、课一开始就以童话入手，同学一边看着老师手中头饰的变化，一边跟着老师模仿各种动物的动作。教师再加入适当的童话语言，让同学在开始局部中的学习就能达到认真、专心并激发同学的兴趣。

３、在课的主要局部利用尝试教学法，让同学模仿青蛙跳跃。紧接着教师做出正确的立定跳远动作，利用评比的方法，让同学说一说老师和同学们跳跃的不同点，让同学通过自身的观察、对比，直观形象地明白了立定跳远的教学要点，为下一步的练习打下了很好的基础。

４、一改以往教师做示范，同学学示范的课堂教学模式。教师和同学一起戴上青蛙头饰，一起在池塘里学身手。体现了教学双方的互动性、自主性。而教师也走下讲台与同学一起探究、合作学习，体现了教学的创新性。

5、在课的后面两个环节中，为了不使同学的兴趣有所转移，还是利用与青蛙有关的游戏和舞蹈来吸引同学的注意力，从而把他们的学习兴趣，从课的开始一直坚持到最后。

６、教学中利用奖励法，激发同学学习的兴趣，提高同学练习的积极性，使整堂课的学习达到了高潮。

７、继续为下一节课设计情境，让同学在学习完本节课后更加期待下一节课的学习。

大班跳跃教案篇7

指导语：

1、本组游戏让幼儿练习动作的控制能力、跳跃能力以及合作能力。通过亲子跳跃游戏，发展幼儿肢体协调性。

2、本组游戏一个或几个家庭都合适。

游戏一：袋鼠和狗熊

游戏功能：

1、训练孩子动作的控制能力。

2、培养亲子情感，营造和谐的家庭气氛。

游戏材料：

袋鼠、狗熊头饰。

游戏过程：

1、孩子扮演小袋鼠站在前面，妈妈扮演袋鼠妈妈站在后面。

2、家长双手搭在孩子的肩上，然后两人节奏一致地向前跳跃。

3、演大狗熊的爸爸从另一处走出，袋鼠妈妈和小袋鼠赶紧站住不动。

4、大狗熊绕着他们转一圈，并做一些怪相。

5、袋鼠妈妈和小袋鼠不许笑也不许动，直到大狗熊走后才可以继续向前跳。

游戏二：袋鼠赛跑

游戏功能：

发展协调性和合作配合的能力。

游戏过程：

1、父子面相对，孩子的双脚踩在父亲的双脚背上，双手相拉，组成\"企鹅\"。

2、妈妈发令后，从起点出发，孩子的双脚始终不得离开父亲的脚背，全程父亲要跳跃移3、途中需绕过三个障碍物，看爸爸和宝宝是否可以完成。

游戏三：袋鼠妈妈

游戏功能：锻炼幼儿手部力量和合作配合的能力。

游戏材料：袋鼠头饰

游戏过程：

1、让袋鼠宝宝双手从前面抱紧袋鼠妈妈的脖子，双腿夹紧妈妈的腰。

2、宝宝像小袋鼠一样紧紧的挂在妈妈胸前。

3、妈妈抱着宝宝，双脚向前跳跃，跳至对面爸爸处，再换成爸爸做袋鼠爸爸，和宝宝跳回来。

大班跳跃教案篇8

【活动设计指导】

中班体育活动《向上跳跃游戏》

一、活动目标

1.认知目标：理解游戏规则，知道在游戏中保护自己的方法；

2.技能目标：掌握原地纵跳的动作要领，能够纵跳用手触物；

3.情感目标：喜欢参加体育游戏，体验纵跳游戏带来的乐趣。

二、活动重难点

1.活动重点：知道游戏的规则，能够纵跳用手触物；

2.活动难点：在游戏进行过程中，知道如何保护自己。

三、活动准备

1.物资准备：红色、黄色场地标记，挂有纸球的渔网，沙包；

2.经验准备：幼儿之前了解过袋鼠跳的方法。

四、活动过程

（一）开始部分——热身导入

1.热身活动，教师与幼儿共同做热身操《拉个圆圈走走》。

师：小朋友们让我们跟着音乐一起动起来吧。

拉个圆圈走走，拉个圆圈走走，走走走走，走走走走，看谁先站好，拉个圆圈跑跑，拉个圆圈跑跑，跑跑跑跑，跑跑跑跑，看谁先蹲下。

2.创设情景，介绍向上跳跃的动作要领。

小朋友们，今天老师想和大家一起玩一个小袋鼠的游戏，小袋鼠是怎么跳的？怎么才能像小袋鼠一样跳的高呢，现在请小朋友试一试吧！

（二）基本部分——活动展??

1.游戏：袋鼠调高

（1）所有幼儿场地内散开。

（2）幼儿尝试在原地向上跳跃，探索如何才能跳的更高。

（3）幼儿分享经验，教师总结。

师：先身体向下蹲，双脚并拢，膝盖弯曲，起跳时，脚后跟逐渐离开地面，前脚掌发力，纵身向上，同时手臂从下面往上面挥动。

2.游戏：袋鼠摘苹果

（1）两名教师配合将挂着苹果（纸球）的渔网撑开。

（2）将幼儿分成两组，在一分钟内向上跳跃采摘不同高度的苹果，将苹果放入小组的框子，摘下苹果数量多的小组胜利。

注：游戏中提醒幼儿注意避免同伴之间推挤、撞到。

（3）幼儿进行游戏，教师在旁观察指导。

3.游戏：躲避炸弹

（1）所有幼儿分成三组，站成三列横队。

（2）讲解《躲避炸弹》玩法：二组幼儿分别在黄、红线标记处手拿沙包炸弹，沿地面轮流向前方滚沙包；第三组幼儿站在红色与黄色标记线内原地跳跃躲避炸弹，脚踩炸弹或被炸弹碰到，受伤离开场地。中间的幼儿均被击中后，与其中一组互换。

（3）幼儿进行游戏，教师在旁观指导。

（三）结束部分——放松结束

教师带领幼儿做放松运动《小雪人融化了》

小雪人，手拉手，走走走，转个圈。小雪人的头融化了，小雪人的肩膀融化了，小雪人的胳膊融化了，小雪人的腿融化了，小雪人的全身都融化了，

五、活动延伸

亲子活动，幼儿回到家里，可以和自己的爸爸妈妈一起进行游戏，增进亲子之间的感情。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！