# 关于幼儿篮球实施方案

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2025-04-08

*关于幼儿篮球实施方案一、指导思想《幼儿园工作规程》中指出，幼儿体育活动要努力促进幼儿身体正常发育，机能的协调发展，体质的增强，培养对体育活动的兴趣。同时《幼儿园教育指导纲要》也强调幼儿园应为幼儿提供健康、丰富的生活和活动，满足幼儿多方面的需...*

关于幼儿篮球实施方案

一、指导思想

《幼儿园工作规程》中指出，幼儿体育活动要努力促进幼儿身体正常发育，机能的协调发展，体质的增强，培养对体育活动的兴趣。同时《幼儿园教育指导纲要》也强调幼儿园应为幼儿提供健康、丰富的生活和活动，满足幼儿多方面的需要，使他们在快乐的童年生活中获得有益于身心发展的经验。

二、教育目标

（1）以篮球为基础：在幼儿阶段，对幼儿进行篮球运动的训练，一方面能增强孩子的身体素质和其他各器官的功能（因为篮球运动依赖于准确的传、接、投、运以及起动、快跑、转身和急停

等动作技术水平的高低），另一方面也能够弥补幼儿园体育锻炼中注重发展下肢而忽视上肢动作的不足，从而进一步促进孩子的全面发展。篮球运动即是一项不错的选择,其所涉运动技能的多样性与所包含的多重教育价值,都值得在幼儿园体育教育中予以尝试和推广。

（2）

以幼儿身体基本：在幼儿园体育教育实践中,我们必须始终坚持以健身为主、促进幼儿全面发展的方针,注意通过丰富多彩的体育运动与游戏培养幼儿创新、竞争、合作的意识与能力,促进其自尊心、自信心及抗挫折能力的发展。这就要求幼儿园教师要善于设计和组织具有基础性、兴趣性、科学性和综合性的幼儿体育活动,能够为幼儿提供锻炼爬、走、跑、跳、投等多方面运动技能的机会,同时实现健身、启智、育德、培养和发展个性等多方面的教育目标。

三、活动准备

四、具体实施方案

小班：针对刚入园的小班幼儿来说，二月份到七月份，老师可组织幼儿玩一些关于有趣的游戏，比如滚球，抛球，这些游戏都会培养幼儿对篮球运动的兴趣。七月份后，老师要用“示范法”的形式教幼儿正确的拍球方法，首先练的都是拍高球。拍高球的动作要领以上已经讲过，关键是如何能让幼儿掌握这种方法，用这种方法把动作技能练的更好。首先让幼儿在拍的过程中站在自己的位置不动，保持球不会乱跑就好，老师指导幼儿在拍的过程中要慢，特别针对力量弱的幼儿，拍好每一个球，不求快，幼儿能达到这点就算是完成目标了。到了第二学期，对于幼儿的要求要加大，左右手拍球和双手交替拍球。口令数拍：练习时老师先用口令的方式进行教学，有节奏的1

8，按着8拍的节奏练习拍球，每次球落地与地面接触时开始数拍，接触一次数一拍；“音乐数拍”，老师可选择一首非常有动感节奏的音乐，幼儿结合音乐，跟着音乐里的节奏拍球。在拍球的过程中，幼儿的身体亦可跟着音乐抖动，在练习身体抖动之前，要不听音乐的练习。身体抖动练习方法：每次数拍时只要膝盖上下弯曲，连贯幼儿上身的抖动，原地的左右手和双手交替都用此方法来练习。

中班：经过小班一年的练习，中班幼儿就可以练习拍高球走动了。拍球走分为右手拍高球走、左手拍高球走、双手交替拍高球走。

说到拍球走，有很多人就很迷惑，拍高球走不就是运球，为什么在幼儿园运球叫拍高球走，不叫运球呢？这样理解很正常，也没有什么不对，在篮球运动的课程里面，运球是专业的用词，但对于幼儿角度来讲，运球这个含义他们还不理解。根据幼儿的年龄特点小，在幼儿园我们只能说他们更懂的词来诠释。

到了中班年龄，幼儿就可以练习拍高球走了。在练习的过程中可以采用两种方法来练习。第一，集体分散练习，在一个空旷舒适的地面上，不管是那个幼儿都愿意拍着随意的走动，开始练习时不要要求幼儿一定要走的多好，让幼儿尽情的玩耍。第二种方法是分组练习，通过老师的示范动作，幼儿完全有能力的模仿该动作进行拍高球走的练习。拍高球走的练习方法，a：右手拍球高球走：球持于胸前，右手放在球的上面，左手托住球，刚开始练习时幼儿不要太快，走一步拍一次，根据自身身体的协调性习惯的拍高球，每次拍球的高度不高于胸前，到肚子的高最佳，练习时用直线方法练习，多次练习练习拍高球走直线；b：左手拍高球走，同右手拍高球的方法一样，由于更多幼儿更习惯于右手拿球，因此在练习的过程中，左手要练习的更多；c：双手交替拍高球走，在这个练习的过程，要经过双手的交换拍球，针对中班刚学的幼儿会有点难度，在练习的过程中指导幼儿走的步伐不要太大，慢点拍好每一个球就可。

大班：到了大班，幼儿已经掌握了一定的基本技能，对于篮球已经有了不一样的意识。篮球表演一般在第一学期末和第二学期，篮球表演对于幼儿来说也是一种历练的过程。一个篮球表演活动包括了队形、音乐、技能，集中了幼儿所有的优点，因此如果在幼儿园进行一场幼儿的篮球表演也是非常不简单的。

幼儿篮球表演的练习方法可分为几个步骤练习。第一、让幼儿掌握相应的技能，也就是说，在指定一个篮球节目里，幼儿必须熟练相应的基本技能，必要经历过一断时间相应的训练，包括中班所学内容都会有包含在里面。一场好看的幼儿篮球表演，它里面必须包含了一定技能技巧，而这些技能技巧需要幼儿不断个体练习与整体练习成形，而且还要加以巩固和熟悉，这是表演的最基本条件；第二、逐个练习动作，一场表演下来，中间需要很多细腻的动作，因此老师在教的过程当中一定要针对每个幼儿，尤其是能力差些的幼儿，特别指导，特别练习，练习过程中针对每一个动作都要整齐、完美；第三、熟悉音乐，在没有老师的指导，完全需要幼儿听音乐来做动作，哪一段音乐是多少拍，应该做什么动作，每一段音乐都需幼儿去理解和熟悉；第四：结合音乐和动作练习，因为一场篮球表演包含了许多不同的动作和技能，所以在选择音乐上会有不同，而且形式多样化，不同的动作陪衬了不同的音乐，熟悉音乐，掌握了动作，才能形成一个完整而炫丽的篮球表演。

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！