# 幼儿学跳绳教案6篇

更新时间：2024-04-08

*教师在书写教案中，更好地了解学生的学习成果和学习效果，以便更好地评估教学效果，通过一份优秀的教案，教师可以有针对性地讲解难点知识，提高学生的理解和掌握能力，下面是职场范文网小编为您分享的幼儿学跳绳教案*

教师在书写教案中，更好地了解学生的学习成果和学习效果，以便更好地评估教学效果，通过一份优秀的教案，教师可以有针对性地讲解难点知识，提高学生的理解和掌握能力，下面是职场范文网小编为您分享的幼儿学跳绳教案6篇，感谢您的参阅。

幼儿学跳绳教案篇1

活动目标

1.感受跳绳的乐趣和他人合作的快乐。

2.探索三人跳绳的玩法，初步学习三人跳绳的技巧。

3.能不怕失败小组合作进行跳绳。

重点难点活动重点：

三人跳绳的技巧。

活动难点：

小组合作进行三人跳绳。

活动准备

1.材料准备：人手一根跳绳，音乐

2.知识准备：会双脚跳绳

活动过程

一、热身运动

1.师生问好，集合整队。

2.热身律动:我们一起动起来。

二、幼儿探索三人跳绳的玩法。

1.说一说，我们玩跳绳除了自己一个人跳绳以外还可以几人跳绳呢？

小结:三人一组两人甩绳，一人跳。

2.试一试，幼儿组队，尝试三人跳绳，教师巡回观察。

小朋友们尝试三人跳绳，并且自己思考怎样才能跳的好跳的多。

3.教师请个别幼儿示范，并且讲解主要动作要领。

（1）甩绳方法

甩绳小朋友的方向一致、节奏一致，绳子甩起来最高点要超过跳绳小朋友的头顶，甩到最低时绳子要打到地面。

（2）跳绳方法

站在绳子中间跳绳，跳绳时双脚离地跳起来，并与甩绳的节奏保持一致。

儿歌小结：三人跳绳真好玩，小小绳子长又长，甩绳两人面对面站，一人一头手中拿，检查弧线在地上，一人跳绳站中间，面对小朋友准备好，喊了口令准备跳，123甩过头顶，听到响声要跳起，1234不要停，坚持最后是胜利。所以三人跳绳是要学会共同合作，三人的节奏要一致。

4.幼儿再次进行尝试练习三人跳绳，巩固三人跳绳技巧。

三、游戏:跳绳大擂台

1、跳绳我最棒——比赛规则:一名幼儿跳绳，两名幼儿甩绳子，规定音乐时间内每组能跳完十个则挑战成功。

2.我和老师比一比。

四、放松活动

1.我的老师真厉害。

2.师生评议，共同小结。

3.放松音乐律动。

4.收拾整理。

活动反思

大班幼儿的力量、速度、耐力均处于初步发展的时期，骨骼肌肉有所发展但是非常柔弱；在心理方面，他们的感知能力和活动兴趣逐渐增强，他们喜欢和同伴一起玩耍，会与同伴分享快乐，在相互交往过程中开始有了合作意识。跳绳是一项比较剧烈的全身性活动，摇绳练臂力，跳绳练腿劲，快摇练速度，多跳练耐力。孩子手脚协调配合，还可以促进幼儿的协调性。

根据孩子的年龄特点和身心发展规律，我设计了游戏看谁反应快——自由探索三人绳子玩法——发现问题，解决问题——巩固三人跳绳—— 跳绳打擂台游戏—— 我的老师真厉害放松环节等环节，引导幼儿主动参与活动，在达到技能、体能目标的同时，充分感受到了体育游戏的乐趣。

第一环节，我带领孩子进入活动，带孩子和绳子一起热身活动入手，做好全身的准备活动。通过活动手腕、脚腕、拿着绳子活动身体最后与小朋友合作拉绳子的.动作，创造性、趣味性地引导幼儿活动身体的多个部位，孩子们的兴趣被激发起来，个个都很兴奋，在做好运动准备的同时，也为后面的快乐游戏创设了轻松愉悦的氛围。

第二环节：自由探索三人绳子玩法，是本节课的教学重点也是教学难点。我引导幼儿充分调动孩子的积极性，我边组织幼儿自主探索三人跳绳的玩法，大家思考怎样才能跳得好跳的多，我首先让幼儿自我合作尝试进行三人跳绳，然后再进行动作要领的讲解，请个别幼儿示范，讲解主要动作要领。通过自由探索，发现问题大家共同解决问题，这样的环节设计，在一定程度上提高了幼儿的语言表达能力，同时也锻炼了他们自我表现的勇气，最后我们用一首好听的儿歌来总结三人跳绳的玩法：三人跳绳真好玩，小小绳子长又长，甩绳两人面对面站，一人一头手中拿，检查弧线在地上，一人跳绳站中间，面对小朋友准备好，喊了口令准备跳，123甩过头顶，听到响声要跳起，1234不要停，坚持最后是胜利，这有效帮助幼儿初步掌握三人跳的技巧和动作要领。活动中我们一起练习了甩绳，大家共同听甩绳的声音，听到声音跳绳小朋友就数数字。《3-6岁儿童学习与发展指南》指出，对于跳绳等技能性活动，不要过于要求数量，更不能机械训练。本着这个原则，本节课幼儿的合作三人跳绳我认为是成功的，基本达到了教学的目标。

第四环节：我设计了“跳绳打擂台”在这环节中孩子与孩子比拼跳绳，孩子和老师比拼跳绳激发孩子的挑针欲望，最后观看老师跳大长绳鱼贯顺序跳，小朋友给老师加油，给孩子们心中埋下了颗小小运动的种子。

放松环节：我们听着音乐捶捶腿捏捏手，加以趣味性的放松动作，帮助幼儿充分调整今天运动较多的身体部位，很自然也很有趣，孩子们接受起来非常容易。

总之，在整节活动中，孩子们都是在一种快乐温馨的氛围中进行的，游戏有趣好玩，贴合孩子们的心理特点，自由探索活动有效。背景音乐的运用，也让体育与音乐有了一个良好的契合，孩子们在玩的过程中受到了美的熏陶，这些从孩子们那洋溢着快乐的小脸上便可以轻松感受到。整个教学活动，自己感觉还是比较顺利的，幼儿积极参与每一个环节，孩子们能够乐于探索三人绳子的不同玩法，感受到玩绳子的乐趣，顺利完成了教学任务。课后反思活动中如果在孩子们第二遍探索跳绳是发现问题及时停止解决问题，相信活动效果会更加的好，今后的路还很长，我会继续努力！

幼儿学跳绳教案篇2

教学设计意图：

现在孩子大多是独生子女，吃得好，穿得好，而又不愿意运动，以至于很多孩子体质弱，容易生病，为此我们幼儿园积极开展体育活动。而跳绳是一项需要全身运动的体育活动，它能使幼儿争强体质，提高免疫力，预防感冒等疾病的一种很好的锻炼方式。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。

活动目标：

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。

活动准备：

录音机、磁带，幼儿每人一根绳子。

活动过程：

一、准备活动

1、幼儿听《兔子舞》的音乐做热身运动。

2、听口令练习跳跃及上肢运动。如；向前、向后、向左、向右跳、蹲跳。

3、上肢活动：绕绕臂，绕绕臂，幼儿跟着老师绕绕臂。师问；‘还可以怎样绕’，引导幼儿向前、向后绕绕臂，单双手绕，举起手臂绕等，发展幼儿灵活性。

二、引导幼儿探索跳绳的多种玩法

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种玩法。

（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。

三、随着音乐做“骑马”的放松动作。

活动延伸：

回家后与爸爸、妈妈及小伙伴玩跳绳的游戏。

幼儿学跳绳教案篇3

教学目标：

1.让孩子了解影响跳绳快慢的因素

2.设计该课题的研究方案

3.让孩子们通过研究掌握方法增强团队精神。

学情分析：

本次授课的对象是小学六年级的学生，他们对跳绳很感兴趣，也有体力和一些技巧，但是他们平时锻炼的少，团队合作的机会不多，很少有人关注跳绳快慢的因素有哪些，所以我们想通过这节课让孩子以小组合作的方法锻炼身体，增强自信，体验快乐。第一种方案可以将两小组并一大组，这样完成起来就好一些。

教学重难点：

1、提出假设影响跳绳快慢的因素有哪些

2、设计研究方案

教学方法：小组合作探究

教学器材：跳绳，方案的表格，多媒体课件

教学过程：

一、导入：

以音乐导入，让学生感受快乐的气氛。

师问大课间我们都做哪些有意义的活动（生答）

二．开展一次挑战赛

激发学生的兴趣，引出课题（板书课题）

三．我们都尽力去跳了但还是有人快有人慢，那影响跳绳快慢的因素有哪些呢？请同学们先来小组讨论一下再提出假设。

四．小组汇报

教师板书

五、跳绳是一项很好的运动，有的同学跳得很快所以他很自信，可有的同学就是跳不快，要想跳得快，除了持之以恒的训练外，还要掌握方法，所以，我们今天就“影响跳绳快慢的因素”提出了假设，下面请同学们选择一个课题，来设计一个可行的研究方案。（发放表格）

六、小组分工合作

七、小组汇报方案探讨可行性，其他同学补充

八、跳绳不仅能强生健体，娱乐性还很高，花样的跳绳特变得好看我们一去去看看好不好。

九、播放花样跳绳的视频

十、师小结：兴趣是我们快乐的源泉，同学们我们有没有信心将快乐进行到底呢！那就让我们小组团结合作，在课下去继续验证我们设计的方案，我愿意和你们一起将快乐进行到底。记得喊我哦。

幼儿学跳绳教案篇4

活动目标：

1.通过观察、回忆、假想等方式丰富幼儿“跳绳比赛”的经验，小组创作跳绳比赛的场景。

2.采用自选加协商的方法进行分工，并能互相帮助共同完成制版任务。

3.在教师的帮助下，积极参与拓印过程，并尝试用淡彩在背面染色。

活动准备：

1.幼儿用过毛笔和水彩，知道基本的涂色方法;经历过或看过跳绳比赛。

2.课件：跳绳比赛的图片。

3.a4作业纸、白板纸若干张，4k底板纸每组一张，复写纸，夹子，笔，剪刀，胶水，油墨，胶滚，宣纸等。

活动过程：

1.引导幼儿回忆、讲述自己知道的跳绳比赛。

(1)教师：你看过跳绳比赛吗?是什么样子的?几个人比赛?他们是怎么跳的?

(2)教师：除了跳绳的人，还有谁?他们又是什么样子的?他们是在哪里比赛的?

2.通过观察、想象，丰富幼儿有关跳绳比赛的经验。

(1)教师：图片上的人在干什么?有几个人跳?他们是怎么跳绳的?跳绳的人站在哪里?怎么站的?

(2)教师：旁边的人在干什么?他们又是怎么做的?

(3)教师：他们在哪里举行跳绳比赛的?你是怎么看出来的?

3.小组进行创作活动。

(1)讨论制作方法。

①教师：今天我们分小组来创作一幅“跳绳比赛”的场景。你们觉得应该怎么做?

②教师：先做什么?再做什么? (和同伴商量)商量哪些内容? (跳绳的人数、位置、排列方式，其他人的位置、动作，背景、背景的位置等)

③教师：怎么设计? (设计草图——有什么，在什么位置)怎么分工? (根据内容自选、协商)

(2)设计。

①明确分工后，幼儿根据自己的任务进行具体的设计。 (跳绳的人、景物等)

②将各自的.设计稿汇聚在一起，小组评议，提出修改意见。

(3)制版。

①局部制版：修改自己的设计稿，并制成相应的版子。将各自制作的版子汇聚在一起，小组评议，提出修改意见。

②整体制版：将大家做好的局部版拼在底板纸上，进行必要的调整，统一意见后进行粘贴。根据背景的需要可以对背景底版进行一些处理。

4.展示幼儿作品，集体交流、评价。

展示小组创作的作品，引导幼儿说说创作过程中遇到的问题以及解决的方法。

活动建议：

☆活动廷伸在作品的背面用淡淡的水彩染上自己喜欢的、适宜的颜色。

☆区角活动每个幼儿印制一张作品，可以相互帮忙。

幼儿学跳绳教案篇5

活动目标：

1、让孩子尝试绳子的各种玩法，体验在体育活动中创造性玩绳的乐趣。

2、在动作的灵敏性和协调性得到发展的同时，培养孩子良好的合作意识。

活动准备：

1、音乐《玩具兵进行曲》。

2、幼儿每人一根绳子。

3、幼儿有跳绳和一物多玩的经验，事先布置好玩绳比赛场地。

活动过程：

一、幼儿跟着节奏明快的音乐做运动员模仿操。

二、出示绳子，讨论玩法。

1、小朋友，这是什么？绳子除了跳还能怎么玩？请小朋友拿起绳子来试一试吧！

2、请小朋友来讲一讲，你是怎么玩绳的？（可上来做示范动作）

3、请几个小朋友在一起合作，看看绳子还能怎么玩？

三、幼儿集体玩绳。

1、绳子的玩法真多，而且几个小朋友在一起玩会更加有趣。今天，我用很多。

绳子，布置成了比赛场地，请小朋友来参加玩绳比赛，好不好？

2、分成两队，开始比赛（老师做示范），跳绳圈、走钢丝、钻过电网。

3、放松运动，幼儿整理场地。

幼儿学跳绳教案篇6

目的要求

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。

活动准备

每个幼儿一条中等粗的彩色尼龙绳，无障碍物的活动场地，录音机，磁带等。

活动过程

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。

活动结束

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，教师进行活动总结后，带领幼儿拿绳离开操场。

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。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com