

《平衡木》幼儿园大班体育教案

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/zhishi/a/170990689353686.html>

范文网，为你加油喝彩！

2024年3月8日发(作者：牛肝菌的功效与作用)

志之所向，
金石为开，
谁能御之？

《平衡木》幼儿园大班体育教案

作为一名为他人授业解惑的教育工作者，通常会被要求编写教案，借助教案可以提高教学质量，收到预期的教学效果。那么优秀的教案是什么样的呢？下面是作者帮大家整理的《平衡木》幼儿园大班体育教案，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

《平衡木》幼儿园大班体育教案1

活动目标：

- 1.尝试运用多种方式按快慢节奏过平衡木，提高身体的协调性。
- 2.敢于挑战，体验体育活动的乐趣。
- 3.锻炼平衡能力及快速反应能力。
- 4.能根据指令做相应的动作。

活动准备：

音乐、平衡木若干。

活动过程：

1.热身活动。

T：今天我带来了一段很特别的音乐，我们一起跟着音乐动起来吧！

2.幼儿自由走平衡木。

小结：刚才你们在平衡木上走圆场的时候手都伸平了，走得稳稳的，很棒。

3.幼儿示范各种方法走平衡木，教师抓典型讲解要领。

T：你们刚刚是行走过了平衡木，那还有其他什么方法过平衡木呢？（请个别幼儿示范，其他幼儿跟着在原地练习。）

T：现在请你们选一种方法来过平衡木。

4.幼儿练习。

T：你们刚刚有没有遇到什么困难？

(1)没困难——你们真厉害，都能稳稳的过平衡木。

(2)有困难——那你选一种最稳、最安全的方法再来过一次平衡木。

T：这一次我有一个新的要求，请你们听好我的哨声有节奏的过平衡木。

5.听音乐，比较两段音乐旋律。

T：下面我带来了一段音乐，请你们听一听哪里快、哪里慢？

6.幼儿分别根据快、慢的音乐选择走的方法进行练习。

(1)慢音乐——原地练习两个动作，要求按照音乐节奏;熟练后再上平衡木练习。

T：请你用分合的方法，有节奏的来走一次平衡木。

T：你还可以用你喜欢的方法再走一次。

(2)快音乐——直接上平衡木练习。

T：这次音乐变快了，你能又快又稳又安全的走过平衡木吗?好，来试一试吧!

7.教师示范完整的表演。(加高平衡木：两低一高)

T：你们都能稳稳的走过平衡木，真厉害!我也很想来试一试，你们可要看仔细啦!

T：你们刚刚发现了什么?

T：平衡木加高了，我刚刚走了几个慢的?听到什么音乐后亮相?

T：你会做一个很帅气的亮相吗?(教师喊口令，幼儿自由做出亮相的动作。)

8.幼儿尝试跟音乐完整表演两遍。

9.幼儿坐在平衡木上进行放松运动。

《平衡木》幼儿园大班体育教案2

教学目标：

1.探索用平衡木来锻炼身体的方法，在上面平衡走、跑、跳、爬等。

2.发展动作的协调性、灵敏性、培养运动中的合作能力。

3.喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

4.能根据指令做相应的动作。

教学准备：

平衡木4根、小动物图片4张：小鸟、乌龟等。

活动过程：

一、热身运动《奶牛舞》：

师：天气不错，我们来跳跳舞吧！（一次）

二、游戏：自由探索玩平衡木的方法。

师：你们跳得真好！现在我们一起看看我给你们带来了什么好玩的东西？（平衡木）

平衡木可以怎么玩呢？你们一起来试试吧！（幼儿自由在平衡木上玩各种各样的方法。）

三、用平衡木来锻炼。

1.师：小朋友们，现在我们就在平衡木上锻炼身体，看谁的锻炼方法好而且多呢？

2.幼儿分散在物体中独自或结伴尝试各种运动，如：跳、走、跑、爬等等。

3.教师观察指导，称赞好的锻炼方法，并鼓励幼儿一起模仿并提醒幼儿注意安全。

四、幼儿展示在平衡木上玩的方法。

1.在教师的带领下，全体幼儿一起进行鸟飞、大步走、乌龟爬等方法。

师：大家想出了很多方法，我们现在请一些小朋友给大家表演一下。

鸟飞、大步走、乌龟爬等方法来锻炼。

五、竞赛游戏《小乌龟运粮食》。

师：小朋友我们一起来帮助小乌龟运粮食吧。出示图片让幼儿模仿过平衡木。（游戏1-2次）

六、整理各种材料，离开运动场地。

师：你们帮小乌龟运了粮食它们真高兴，现在你们也累了，现在我们开着小火车一起到教室休息一下吧！

小百科：在力学系统里，平衡是指惯性参照系内，物体受到几个力的作用，仍保持静止状态，或匀速直线运动状态，或绕轴匀速转动的状态，叫做物体处于平衡状态，简称物体的“平衡”。

If you can't do great things,
do small things in a great way.

Napoleon Hill

quote fancy

更多 在线阅览 请访问 https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发