# 跑教案精选6篇

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-02-20

*教案在起草的过程中，教师一定要考虑创新教学方法，作为教师为了将教学任务顺利进行，应该提前将教案写好，以下是小编精心为您推荐的跑教案精选6篇，供大家参考。跑教案篇1活动目标：1、初步了解舞蹈，激发幼儿对舞蹈的兴趣。2、能按音乐节拍做动作，初步...*

教案在起草的过程中，教师一定要考虑创新教学方法，作为教师为了将教学任务顺利进行，应该提前将教案写好，以下是小编精心为您推荐的跑教案精选6篇，供大家参考。

跑教案篇1

活动目标：

1、初步了解舞蹈，激发幼儿对舞蹈的兴趣。

2、能按音乐节拍做动作，初步培养幼儿的节奏感。

3、在做动作的同时，体验舞蹈带来的兴趣。

4、经过舞蹈活动促进全身运动。

5、培养幼儿的音乐节奏感，发展幼儿的表现力。

活动准备：

背景音乐。我的身体的音乐

活动过程：

1、引导幼儿复习上节课学过的内容，“勾脚、绷脚、正部位、丁步位、小八字、大八字”【幼儿做动作，教师以鼓励为主纠正幼儿的动作】

2、引导幼儿一起做热身活动，播放背景音乐、

3、休息片刻，以游戏的方式进行教学活动，播放音乐，教师带领幼儿一起模仿动作，让幼儿体验舞蹈带来的兴趣。

4、根据音乐的节奏节拍，不断的鼓励和引导幼儿跟随教师跳2---3遍，初步培养幼儿的节奏感。

5、 请幼儿上台表演给小朋友看。

6、活动小结：

?小朋友们真棒，一会儿爸爸妈妈来接我们的时候，表演给他们看好不好】教师引导幼儿收拾自己的物品准备下课。

活动反思：

从活动的内容上看：幼儿尝试用自己的身体发出声音，感受这个活动的乐趣。幼儿在活动中，也能大胆想象，尝试运用各种方法来让自己的身体发出声音，体验到用身体发出声音的乐趣。

从活动的改变上看：我让孩子以一定的节奏xx xx | x x | x — |来发出声音。幼儿在尝试熟练了之后，对有节奏地发出声音的兴趣很大，这对于幼儿的节奏感，也起到促进的作用。

在听音乐发出声音这个环节中，幼儿能够根据听到音乐发出声音，并且也会有节奏地根据音乐的快慢来发出声音，可见，上一环节的节奏，也让幼儿在这个环节中，用身体根据音乐来发出声音，更加有方向性，给他们一种节奏的习惯。

跑教案篇2

学习目标：在体育活动中发展耐力素质。

学习内容：跳长绳、耐久跑

学习步骤：

一、游戏激趣，活跃身心

教师活动：1、组织学生常规训练

2、组织学生游戏：贴烧饼

3、提出要求，组织柔韧练习

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、在体育委员的指挥下进行常规和队列训练。

3、围成一个圈进行贴烧饼游戏，注意安全充分活动。

4、学生自己进行柔韧练习，能针对自己的不足进行练习。

组 织：四列横队、小组分散

二、合作跳长绳，感受练习的持久性

教师活动：1、讲解分组练习的要求，组织学生分组，轮流指导

2、分组展示，比一比哪一组集体参与的人多。

学生活动：1、按老师要求分成三组，体验不断增加人数同时跳长绳，每个学生都要体验不同的进入顺序和配合时的节奏控制。

2、一组一组展示，用自己觉得最好的方式展示，展示一小组最多的时候能进入共同跳绳的人数。每个小组三次机会。

3、和老师一起参与评价。

组 织：分三小组

三、 听音乐耐久跑，体验有氧练习

教师活动：1、讲解耐久跑的动作要求和练习要求。

2、组织学生进行耐力跑。

学生活动：1、知道耐久跑的动作要求和练习要求。

2、在小组长的带领下听音乐进行耐久跑，自己控制速度。

3、放松慢走

组 织：分组自主活动

场地器材：操场、录音机、每人一绳

跑教案篇3

教学目标：让学生在学习生理知识的基础上，知道初潮是怎样来临的月经期内应注意哪些方面的生理卫生知识及心理卫生知识，心理健康教育教案：初潮的心理特性。

教学过程：

活动一：先在班级进行调查，女生中来月经的比例是多少，在第一次来月经时你的感受如何？从而引入初潮的话题。女孩第一次来月经叫初潮，意味着青春期的开始，有的国家各民族甚至还要举行盛大的庆祝仪式，如日本吃红豆饭，非洲许多部落中要举行隆重的庆祝仪式。

活动二：教师先引导学生回顾生理卫生知识中月经的形成及大概过程，再详细分析初潮的形成。

胎儿期：原始卵泡（数万个）

↓青春期：开始成熟

↓成熟卵泡（每月成熟一个）

成熟卵泡开始旺盛地分泌激素，在其作用下，子宫内膜渐渐增厚，卵子成熟后，从卵泡中分离出来，叫排卵，排卵后卵巢又分泌一种黄体孕激素，如果卵子未受精，黄体孕激素减少，子宫内膜开始萎缩破裂、脱落，内膜上大量的毛细血管在内膜脱落时破裂而少量出血，血和内膜碎片从阴道排出这就是月经。它标志着女性卵巢功能开始成熟，因营养、精神状态、体质、遗传环境因素的影响年龄会有所不同。前后两次月经之间间隔时间叫月经周期，一般为28天，最长30-34天，最短21天，每次大约3-7天干净，经血呈暗红色，初潮后又能出现一些不规律的现象，这属于正常现象。

活动三、引导学生注意初潮的心理卫生及心理调节。

初潮心理特点：情绪波动较大，易怒，心神不定，烦躁不安，对周围的人要求过高，极易与人发生争吵。教后记：月经是女性正常的生理现象，如何度过这一时期是每人都必须面对的，故应多交流探讨，做到发现问题、处理问题于未然。

跑教案篇4

一年里有着许多的节日，“五一”劳动节即将来临，随着孩子逐渐地长大，结合小班幼儿的年龄特点和接爱能力，为了让幼儿了解和懂得尊重他人的劳动。与幼儿园的实际情况相联系，让幼儿走出幼儿园，踏上社会，积极参与公共社会活动，培养幼儿从小懂得关心他人，关心身边的事，提高幼儿的责任感和社会适应能力。

一、活动目标

1、知道五月一日是国际劳动节，是所有劳动人民的节日。

2、了解各行各业人们的劳动，并体验劳动是件辛苦又快乐的事。

3、激发幼儿爱劳动的愿望。

二、活动准备

假日里，布置幼儿去附近的理发店理发，到超市购物等，了解人民的劳动。

三、活动过程

1、教师介绍五月一日是国际劳动节，知道是所有劳动人民的节日。

2、请幼儿回忆参观理发店、超市的情景，进一步了解这些地方的工作人员劳动的辛苦。

教师提问：你在这些地方看到了些什么？他们是怎样劳动的？

3、幼儿讨论，帮助幼儿进一步了解劳动是件辛苦而又快乐的事。

提问：理发店的叔叔阿姨都干些什么事？没有他们会怎样？超市里叔叔阿姨每天站着累吗？既然累为什么还要干？你觉得他们的心情怎样？为什么？

4、带领幼儿参加幼儿园公益劳动（捡石子、捡树叶、扫地），并观察劳动后场地的整洁，让幼儿进一步体验劳动的辛苦和快乐。

跑教案篇5

活动目标：

1、继续巩固“三步”及从单圆变成若干个小圆的队形变化。

2、继续感受3/4拍音乐的特点。

3、用动作表达乐曲优美、抒情的情绪。

活动重点：

巩固“三步”及从单圆变成若干个小圆的队形变化。

活动难点：

动作合拍、优美。

活动准备：

熟悉过乐曲，学习过“三步”动作

活动过程：

1、引导幼儿对舞蹈的兴趣，拍出3/4拍音乐的强拍，用动作表达第一段音乐和第三段音乐是一样的。（指向目标1、2）

“请小朋友告诉老师，上次我们听过的一首音乐叫什么名字？是几拍子的？”“请小朋友跟着音乐拍强拍。”“音乐有几段？什么地方是一样的，可以用一样的动作表示，不一样的那段音乐，要换一个动作。”

2、结合幼儿对水仙花的认识，教师完整示范，让幼儿了解舞蹈中的基本动作及情节。（指向目标1、3）

“冬天，水仙花开了，绿绿的叶子一片一片地越长越高，多好看啊。”（边说边做动作第一段）“小朋友看见了，围着一盆盆水仙花，看呀、闻呀，好香啊！看得可高兴啦。”（边说边表演第二段）“水仙花吸着水，还在长呀开花呀，让小朋友好久好久都闻着花香。”（动作第一段）

3、复习“三步”舞步，并变换舞步的方向，以及对形练习，从大圆到小圆，从小圆到大圆并学习手的动作。（指向目标1、2、3）

“小朋友都来做水仙花；叶子长出来了、长得多美啊……小朋友都来闻花、看花；都来看看这盆花吧！闻一闻好香啊……”（结合队形要求，练习第二段）

“水仙花越长越茂盛，多可爱的水仙花。”（动作同第一段）

活动结束：

小朋友一起回教室。

跑教案篇6

【活动目标】

1、能专心欣赏舞蹈，感受孔雀舞的音乐美与姿态美，初步理解舞蹈所表现的内容与情节。

2、初步学习随乐表现小孑l雀参加选美、奋力扑火等简单的舞蹈动作，激发对傣族舞蹈的兴趣。

3、尝试创编救助小孔雀的舞蹈动作，体验帮助别人的乐趣。

【活动准备】

1、经验准备：通过参观“孔雀园”幼儿已初步了解孑l雀的习性和动作特点；通过欣赏傣族舞蹈，幼儿已简单了解傣族舞的动作特点。

2、材料准备：《美丽的小孔雀》的乐曲cd、小孔雀的头饰服装、火焰道具、ppt图片等。

3、环境创设：创设舞蹈情境小兔的家、小池边等场景。

【活动过程】

1、以“参加森林选美大赛”导入活动，师幼跟随音乐即兴表演舞蹈。

2、欣赏孔雀舞，借助多媒体的动作造型，引导幼儿感受傣族音乐的美和孔雀舞的基本特点。

（1）欣赏孔雀舞。教师随乐示范几个孔雀舞的简单动作，引导幼儿欣赏并思考：孔雀舞美吗？孔雀舞的动作与平常的舞蹈动作有什么不一样？小孑l雀在干什么？

（2）造型对照与模仿：通过多媒体的孔雀造型与教师的舞蹈造型，引导幼儿感受动物的动作与舞蹈艺术造型之间的联系，并选择一两个喜欢的动作造型进行模仿。

3、欣赏舞蹈《美丽的小孑l雀》，引导幼儿理解并尝试运用语言和动作表达舞蹈情节。

①欣赏第一段舞蹈，感受小孔雀参加选美前的美丽。

②欣赏第二段舞蹈，感受舞蹈所表现的小孑l雀在选美路上的故事情节。

③欣赏第三段舞蹈，感受小孔雀的勇敢和美丽。欣赏第四段舞蹈，尝试创编救助小孔雀的舞蹈动作，体验帮助他人的快乐。

④师幼共同表演欢庆舞。

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！