APPLE 幼儿体育户外自主游戏活动案例

班级人数：30 人　　周次：第 10 周　　活动强度：中高强度

活动名称：曲线高低平衡桥

✧ **动作发展：**通过游戏活动发展幼儿的双脚跳、单脚跳、跨、平衡行走等动作。

✧ **体能锻炼：**通过身体活动锻炼幼儿身体灵活性、上下肢力量、四肢协调能力。

✧ **感知觉发展：**通过感知游戏发展幼儿对方向、高度、形状、身体的感知能力。

✧ **品质素养：**通过集体游戏活动发展幼儿的竞争抗挫能力、规则纪律意识、勇敢冒险品质和自我保护能力。

前期准备

1、保育准备提示

（1）幼儿在游戏时易发生推拉拥挤的情况。

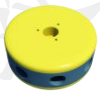
（2）在玩法 4 中幼儿通过平衡桥时易失去平衡摔倒。

2、预防对策和建议

（1）教师引导幼儿有序游戏。

（2）教师检查器械是否拼搭牢固；教师引导幼儿用正确的姿势有序通过。

游戏材料投放

	
大号万能点	大号 717 管
30 个	15 根

身体激活（5min）

1、热身活动

教师带领幼儿进行趣味小游戏或者互动小游戏热身，并活动手、膝、踝等关节，让幼儿身体灵活、情绪高涨投入户外活动。

2、情景创设

今天，我给大家介绍一位新朋友——“平衡桥”，小朋友们可以和“平衡桥”做好多好多的游戏。在做游戏之前，小朋友们和我一起去认识“平衡桥”吧！

活动过程（45～50min）

◆玩法 1：幼儿可以站立或者坐在“万能点”上变化各种身体姿势；例如：燕式平衡、单脚站立等。

◆玩法 2：教师引导幼儿跳越“万能点”（双脚跳、单脚跳、跨跳等）。

◆玩法 3：教师引导幼儿将拼好的“过河石”平行摆放，幼儿以自己的方式依次通过“小桥”。例如：跨、双脚跳，单脚跳。

◆玩法 4：教师引导幼儿把“过河石”组合为曲线高低平衡桥，鼓励幼儿从上面平衡行走通过（连接管上行走、点上行走等）。

◆玩法 5：教师引导幼儿多种方式搬运“过河石”，例如：两人抬“过河石”、一人翻滚“过河石”等方式。

体能活动补充（10～15min）

教师根据参与活动幼儿人数，如遇到锻炼效果不佳、出汗量少、心肺耐力刺激不足，可选择场地上已有的器械进行以下体能活动补充。提高户外活动整体锻炼效果。

练习 1：教师利用大号万能点组织幼儿进行双脚跳上、跳下等练习，连续跳 10 次为一组；练习 4 组。

练习 2：教师利用 10 个大号万能点错落摆放，组织幼儿进行变向跑，幼儿摸一个点后快速跑去摸下一个点，鱼贯的方式进行；练习 3 组。

结束与分享（5min）

1、身心放松

教师通过小幽默、小笑话、引发幼儿一起做些有趣动作等，使幼儿在情不自禁的笑声中调节和放松紧张精神，转移他们的肌肉疲劳感，消除心理疲劳。

2、活动分享

（1）把幼儿集中到一起，对幼儿说：我们今天认识了一位新朋友“平衡桥”，我看到小朋友们和“平衡桥”在一起玩的很高兴！

（2）教师可以在适当时机为幼儿留下精彩瞬间！

（3）到下一次活动时老师只要说：我们想一想上次一起做的“平衡桥”小游戏，孩子们就会和“平衡桥”开心的玩起来！

浙江贝玛教育科技有限公司

活动过程观察记录

教师根据下表在活动过程中对本班幼儿进行观察记录。

幼儿姓名		年龄		观察时间		观察教师	

观察对象	观察方面	观察指标	变化程度		
			不明显	较明显	很明显
幼儿	运动负荷	1、运动后动作迟缓，跟不上其他幼儿的节奏			
		2、幼儿表现出疲劳，不愿意再参与游戏活动			
		3、幼儿呼吸急促，说话上气不接下气			
		4、幼儿运动后脸色泛红			
		5、幼儿运动后脸部、后背出汗			
	行为表现	6、幼儿积极主动参与游戏活动			
		7、幼儿在游戏中能与同伴合作互动			
		8、幼儿能遵守游戏规则和纪律			
		9、幼儿在活动中有较强的自我保护能力			
	动作发展	10、幼儿在活动中动作协调、不笨拙			
		11、幼儿在活动中动作节奏感强，自然流畅无间断			
	体能素质	12、幼儿能持续参与游戏活动，具有一定的耐力			
		13、幼儿在活动中移动灵活、有一定的力量			
		14、幼儿在活动中身体平衡控制能力较强			
教师	活动组织	15、教师材料投放合理、利用率高			
		16、教师在游戏活动中组织合理、不混乱、活动流畅			
		17、教师对活动时间安排合理，无等待、无拖延			
		18、教师使用游戏指导策略适宜，不高控，不放纵			
	安全保育	19、教师安全保护规范，能合理防范幼儿运动中的危险			
		20、教师保育措施得当，擦汗、饮水、帮助及时合理			
课后反思	存在问题				
	改进策略				

浙江贝玛教育科技有限公司