APPLE 幼儿体育教学课活动案例

班级人数：30 人　　周次：第 9 周　　活动强度：中等强度

课的名称：《我们都是木头人》

课的目标

✧ **动作发展：**感知在移动中动作变化产生的身体平衡变化。

✧ **体能素质：**通过跑、跳的练习变化，发展幼儿的平衡能力。

✧ **运动兴趣：**通过趣味生活化的游戏情景提高幼儿运动兴趣。

✧ **社会性发展：**通过一物多玩、一物多练提高幼儿参与运动的兴趣，建立良好的规则意识。

器材准备：

中号万能点
30 个

准备导入部分（5min）

1、热身准备

教师带领幼儿绕场地标志物蛇形跑、快慢跑热身。引导幼儿在万能点上探索动作活动，教师带领幼儿做徒手操活动身体各关节。

2、情境导入

小朋友们都玩过木头人的游戏吗？今天每个小朋友都要做木头人变化游戏，我们一起试一试。

基本练习部分

1、木头人做动作

发展幼儿对不同身体动作的感知。幼儿绕着圆形的场地区域内行走，教师发出言语指令：站着、蹲着、坐着、趴着，幼儿做出相应动作并保持 3 秒即可。循环 3-5 组。

2、木头人开汽车

发展幼儿集体空间内的躲闪与平衡能力。幼儿在指定区域

内手握方向盘，幼儿根据教师语言指令进行动作反应。“绿灯开”——幼儿在区域内自由开汽车；“红灯停”——幼儿刹车停止并保持原地不动 3 秒。循环 3-5 组。

3、木头人玩车轮

幼儿在指定区域内自由滚动车轮，“绿灯开”——幼儿在区域内自由开汽车；“红灯停”——幼儿刹车停止并保持原地不动 3 秒。循环 3-5 组。

4、木头人过小桥

将幼儿均等分组，利用万能点摆出平衡桥，教师发出信号指令后，幼儿鱼贯式通过小桥。练习 2—3 组。

结束分享部分

1、练习经验分享

幼儿分散站立，配合舒缓音乐，教师引导幼儿回想怎样才能变成会一动不动的木头人，引导幼儿用语言描述感受，帮助幼儿积累平衡的动作经验。

2、活动延伸分享

基础部分 1，可增加支撑动作的难度，如：板式支撑、旗撑等；

基础部分 4，可改变平衡桥的路线形状，如：S、L、W 等。

浙江贝玛教育科技