

最新朱自清散文夏原文(实用10篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

初中体育教案篇一

高质量的体育实践教案是上好体育课的前提，教案是教师对一节课如何施教的预设，包括教学的理论和方法等，体育实践课教案是指体育教师对一节室外体育课在理论和方法上的预设。体育实践课教案的重要性也表现在它是上好一节体育课的前提，也是在新课改理念下，提高体育教学质量的基础环节，因此，要实现我们的体育实践课的教学目标，首先要在体育实践课教案上做出有效的努力，随着新课改下“以学生为学习主体，课堂应从执行教案走向互动生成”理念在教学中的渗透，传统的体育实践课教案已经不能适应当前的教学要求，笔者在本文中分析了体育实践课教案中常见的错误，指出了一些行之有效的对策。

一、体育实践课教案常见错误

1. 教案不切实际，可操作性差

很多教师的备课看上去写的形式比较花哨，内容也比较丰富，但遗憾的是教案却远离了体育实践课的实际，对于新课程中所设定的教学目标，没有切实可行的实现方法，虽然在备课中与教学目标结合的内容很多，但是，在实施中由于教案不切实际，可操作性差，往往收效甚微，作用不大，真正达到的目标不多。新课程标准要求以学生为学习主体，注重开发学生的创造力和合作学习能力，在体育教师的教案中似乎也不乏诸如“以学生为学习主体”、“培养学生兴趣”、“开

发学生创造力”“增强合作学习能力”等等时髦的字句，但落实在教学实践中的却微乎其微，那些教案似乎影响不到体育实践课的教学，教师在教学中也表现出远离教案，教、学背离的现象，这也是教案实际操作性不强所导致的。

2. 教案形同虚设

虽然随着新课改的深入实施，一些可行性、实用性较强的教案不断产生，但是这些教案也不同程度的存在着形式主义，甚至教案形同虚设的现象普遍存在，很多教师使用学校统一格式备课本，教师备课的目的之一是把表格里面的内容填满，完成一节课教学的第一项环节，目的之二就是为了应付学校及上级领导的检查，有的教案甚至是产生于体育实践课之后的，补教案的事在体育教学中时有发生。教师在填写教案时，大多是根据自己以往教学经验来填写的，没有很好地结合实际，没有创新的教学策略的探究，其质量就可想而知了，这种形同虚设的教案对于教学来说也就没有多少可利用的价值了。

3. 抄袭教案

二、体育实践课教案常见错误的对策探究

1. 教案管理的科学化

教案管理的科学化体现在体育教师拥有更多的专业自主权，学校对教案的内容，形式等方面的管理不要太过于表面化，要结合体育教师的实际情况和个体的差异，对教案侧重点、详细内容和简要内容等做出不同要求，对于教学经验少的体育教师，应该要求其将教案写得详细、清晰、结合实际、可操作性强等，对于具有丰富经验的体育教师，结合其熟悉教学内容，对体育实践课的教学能够把握有度的特点，提倡他们的教案编写突出多样化、提纲化的特点，学校对教案管理的合理化、科学化表现在有利于体育教师的专业成长，而过

于追求僵化的形式主义的规定是没有实效的。

2. 教案预设要留有空间

根据对一些优质体育课的分析，学生在45分钟的课时中，真正活动的时间大约都在15分钟之内，这对于实现体育与健康的教学目标在时间上显然是不能满足的，新课改理念更加关注学生在体育实践中的兴趣培养、选择性、创造性等等，旨在通过体育实践提高学生的团结协作的意识和精神，因此，在教案的预设中，要给予学生空间，在体育课实践课中，教师要充分利用有效的时间，关注学生学习过程中所表现的可取之处，对其进行鼓励，教师在备课时，尽量为学生留有空间，让学生结合学习的内容充分展现自己，勇于开发自身潜能，充分体现新课改以学生为学习主体的理念，不会因为课时的多少影响学习目标的实现。

3. 结合新课改改革教案

在教案的设计中，要结合新课改理念，体现以学生为学习主体的思想，要从学生的角度来思考，教案要精心预设，注重实际性和启发性的问题设计，尽可能准确地预测在体育实践课中学生可能出现的问题，体育教师要不断提高自己的专业水平，与时俱进地提高自己的综合素质，彻底克服那些缺少可操作性、形同虚设、抄袭教案的错误，从教案改革开始提高教学质量。

4. 研究和借鉴优秀教案

很多体育教师在设计教案的时候感觉比较茫然，虽然渴望写出优秀的教案，但是却感觉无从入手，因此，不妨采用借鉴优秀教案的方式，通过对优秀教案的研究，结合自己的教学实际来选择合理的教案模式作为设计的参考，实现高质量教案设计的目标也就难行能行了。

三、结语

总之，初中体育实践课教案的设计要克服在传统的教学模式下，教案设计中的错误，与时俱进，深入落实新课改理念，体现以学生为学习主体的教学策略，注重教案设计的实效性、可操作性、个性化、多样化、智力化等特点，不断提高教案设计的质量和教学效果，为增强学生的身心健康而更加努力。

初中体育教案篇二

通过学习使学生了解上体育课应注意什么，怎样上好每一节体育课，可以达到全面锻炼身体、掌握知识、方法，促进身心发展、增强体质为目的。

常规教育与安全教育

大家好!祝贺你们顺利的进入了七年级下期了，你们是否意识到你们成熟了，成为了一名好少年。少年时代美妙而珍贵，它不仅富于幻想，而且还是长知识、长身体的黄金阶段。幻想是理想的翅膀；身体则是理想和知识的载体，三者相辅相成、缺一不可。

- 1、对老师有礼貌。上课铃响，体委整队，静候上课。要求：快、静、齐。因故迟到要喊报告。下课时按老师要求整队，听老师下达口令后才下课。
- 2、不迟到，不早退。如有特殊情况要有班主任或医生证明。提前向教师请假并按老师的要求参加适当的活动、见习或全休。
- 3、上体育课要穿轻便的服装和鞋子，尽量穿运动服、运动鞋。严禁携带小刀、钥匙、胸针、钩针等硬物。补充重点对运动服、运动鞋的要求必须要做到。

5、 爱护公共财物。课前按老师要求布置好场地器材，练习是要爱护使用器材，课后要认真清点归还器材。

在体育锻炼中，你会尝试到锻炼的愉快、竞争的刺激、合作的欢乐，体验到勇敢与顽强、胜利与失败、挫折与勇气、拼搏与成功给你带来的兴奋和快乐，而且你会切实的感受到体育锻炼对身体各器官系统机能的促进作用。经常进行合理的体育锻炼，可以促进生长发育，还可以调节神经活动的灵活性。

总之，体育锻炼不仅可以使你获得健康的身体，还可以促进你的身心得到健康发展。

1、多方面了解体育锻炼的重要意义

2、搜集有关体育锻炼方面的资料增强了学生们对课上该作什么有了初步了解，加强了学生们对体育课的兴趣，以及对课堂常规的认识。

初中体育教案篇三

根据学生的身心特点和现有的运动能力，本课将利用日常用品（毛巾）结合教学内容为教学辅助器材，激发学生学练的兴趣。旨意帮助学生加快对所学内容的理解，促进动作的正确形成，循序渐进地实现学习目标。

1. 教材分析：远撑前滚翻和鱼跃前滚翻对于提高学生身体的协调与控制能力有很好的促进作用。本节课旨在使女生基本掌握远撑前滚翻的方法，男生能初步体验鱼跃前滚翻的动作。

教学重点：远撑前滚翻：有力的蹬地和远撑。鱼跃前滚翻：蹬地跃起。

教学难点：远撑前滚翻：两手前撑的位置（远离身体重心）。

鱼跃前滚翻：身体腾起后再支撑的动作。

2. 学情分析：本课是借班上课。因此，班情生疏，在教学中通过观察学生学习能力，逐渐提出练习方式。但是滚翻是学生平时比较喜爱的运动项目之一。而且，学生在小学已经学过前滚翻动作技术，中学阶段学生应该具备了学习远撑前滚和鱼跃前滚翻的能力。

本课次的目标制定是在单元目标的基础上确定的，细化描述如下：

1. 借用毛巾的宽度和长度，参与条件作业练习，以逐渐加大双脚蹬地与双手撑地距离的方式，自然进入远撑前滚翻动作技术的学练，近x%的学生基本掌握两脚蹬地和手臂远撑的动作方法，男生初步体验鱼跃前滚翻蹬地跃起的动作方法。

2. 发展柔韧、灵敏等素质，提高身体的协调与控制能力，合作参与具有教育含义的跑的活动。尝试运用自己的方法完成两人或多人前后衔接式跑的练习，培养团结协作的能力。

1. 兴趣导入

从热身跑开始，接着借助毛巾做一般性和专项准备活动，为学习新教材奠定基础。

2. 体验实践

结合前滚翻、远撑前滚翻、鱼跃前滚翻的图示，提出问题，让学生观察分析前滚翻、远撑前滚翻、鱼跃前滚翻动作的异同点，使学生初步建立正确的动作表象。再讲解技术要领，帮助学生记忆、理解动作的技术特点。利用生活中“毛巾”为教学器材，根据毛巾的大小，摆放不同位置及形状等作变化，设置由易到难的练习方法，使学生循序渐进的学习动作技能。

进入辅教材练习时，利用学生好动的特点，引导学生尝试将毛巾进行拼接，完成多人持毛巾前后衔接式跑的练习。通过原地摆动、曲线跑、穿行跑等，让学生在充满欢乐的氛围中愉悦身心，锻炼身体。

3. 调节身心

采用梁祝的音乐伴奏。通过教师领操，运用毛巾做放松练习，实现调整心理、放松身心的目的。

初中体育教案篇四

：教师及时捕捉住能做出“滚翻”的学生，通过他们的展示，将滚翻渗透于生活中，让学生掌握自我保护的技能。

引导学生进行游戏《小刺猬盖房子》。提高学生的游戏兴趣，培养学生遵守规则，尊重同伴的优良品质，渗透安全教育，鼓励学生大胆创新，积极协作，勇于显示个体的价值。

最后在优美的旋律《森林狂想曲》的伴奏下进行放松练习。

1、在运动技能教学中，应抓住时机及时对学生进行体育锻炼知识的渗透，让学生明确学习前滚翻或其它运动项目不只是为了掌握它的技术动作，而是通过学习学会锻炼身体的方法，引导学生去联系生活实际进行有目的的练习。如果只是为掌握技术动作而学习，就失去了学习锻炼的价值。

2、在滚翻中，有的学生会出现“头手倒立”的现象，（其它运动技能的教学中，都存在不安全因素。）教师应及时制止进行讲解提示，给其他学生敲响警钟。不能为了把课堂放给学生，而不考虑学生的安全，造成伤害事故。并且在整堂课的教育教学当中，对学生学练安全因素考虑不周到，致使很多学生在学练过程中不知道保护自己 and 他人，存在安全隐患。

3、前滚翻动作由于枯燥无味，学生容易厌倦，教师在练习中，要善于发现学生的闪光点，及时进行表扬鼓励，对学生的动作、练习态度、情绪给予肯定，激发学生的练习兴趣。

如：“你做得真棒。”“同学们，看某某同学虽然没有掌握动作，但是他不气馁，仍然练习得非常认真，这种精神值得我们学习。”等等。让学生从心理上得到满足。

4、在最后的盖房子组织上还有待商讨，由于教师设计和讲解不够仔细，活动时学生秩序有点混乱，没有达到预期的效果。

5、对整节课的课堂秩序控制还不够，没有能把学生深深的吸引住，可能与教师对课堂驾驭能力还待提高有关系。

6、故事情景教师讲解还不够生动，在每个环节进入下一个内容的过渡语需要教师继续提高，这样才会使整节课衔接更加紧凑，看起来更合理。

初中体育教案篇五

游戏名称 游戏类型

围圈放物追逐 活动性游戏

游戏目的：

游戏规则： 1. 由全班人围成一个大圆圈坐在地上，不可以向后看。1. 集中注意力。2. 抽取一位同学围圈随即放物到某同学后面，然后跑开，如果放物同学再跑一圈之内，背后有物同学未发现，待放物同学跑完一圈，则有惩罚。

3. 当背后有物同学发现，拿物加速追放物同学，如果在一圈之内追到，则放物同学受到惩罚。4. 如果，放物与被放物同学！都没有失误！则放物同学回到被放物同学的位置，拿

物同学往下某同学放物！随即循环。2. 如果有提醒的同学则受到惩罚，3. 再同一环内不可以重复放物。

游戏方法

结束部分；集合总结！放松！

三亿文库包含各类专业文献、各类资格考试、中学教育、专业论文、外语学习资料、行业资料、应用写作文书、幼儿教育、小学教育、高等教育、文学作品欣赏、生活休闲娱乐、体育游戏教案89等内容。

您可能对以下内容感兴趣：