

单脚接力赛教案(汇总5篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？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。

单脚接力赛教案篇一

迎面接力：当一年级新生第一次接触接力棒的时候，他们并不知道这根小小的、有两种颜色之分的棒子有什么用途，可爱的他们在课间拉着我的手问：老师，这个是用来做什么的？我看到了他们眼中那种渴望知道答案的眼神，然后我笑了笑告诉他们，“这个是用来做游戏的。”

到了操场后，我正式介绍了这根棒的名字“接力棒”，一年级的他们对很多事情都充满了好奇，他们起初听到这个名字的时候都相互间交头接耳，很兴奋。

我将全班分成了两组，由于男生和女生的体质不同，我给他们分成了男女混合组，第一次进行比赛的时候，问题就出现了，很多学生像脱了缰的野马一样，刚接触新的游戏使他们兴奋不已，即使一轮结束了，他们还是没停下来，在他们脑中还没有输赢这样的一个概念，于是我讲接力游戏的规则再集体讲述了几次，并且规定哪个小朋友接力完之后游戏才算真的结束。于是他们记住了每个人只能接力一次，相互监督，游戏就顺利完成了。课后我想，如果能在最后结束的两个学生身上做点标记，强化他们的游戏意识，那就更好了。

之后我对游戏的规则进行了变化，游戏的难度不断加大，学生参与游戏的积极性更加大了，有在接力途中增加障碍物，有绕其他的小朋友传递接力棒，这样既能发展他们奔跑能力的同时，扩大注意的范围，提高团队协作精神，学会为队友

助威呐喊。从小小的接力游戏中培养学生多方面的能力。

单脚接力赛教案篇二

迎面接力：当一年级新生第一次接触接力棒的时候，他们并不知道这根小小的、有两种颜色之分的棒子有什么用途，怎么使用。刚开始，我不急于讲课，而是提了一些问题：他叫什么？什么形状的？一个接力队最少需要几人？同学同你一言我一语，发表着自己的想法。能看得出来他们对这个小棒子很感兴趣。我把刚才提的问题一一作了解答，他们点头重复着我的答案。

首先，我们今天要学习的是迎面接力，采用立棒式交接法。我和一个同学先做了一次示范。并把握棒方式和一些细节慢慢讲解。

接下来，我将全班分成了四组，由于男生和女生的体质不同，我给他们分成了男女混合组，第一次进行练习的时候，我不急于让他们以竞争的方式，而是采用走的方式，让他们体会交接棒的方式。问题出现了，很多学生持棒手不作摆臂动作，而是一直伸着手向前走。经过一轮后，我发现的问题及时的纠正。第二次慢跑，刚才出现的问题经过纠正有很大进步。我还是不急于快跑，又把容易出错的内容强调了几遍，又进行了一次慢跑练习。通过大家的掌握情况，我决定来一次比赛。看到他们已经摩拳擦掌了，比赛结束了，看到他们微笑了脸上微微出汗，我很欣慰。

最后，我把大家召集在一起，一边和同学们放松，一边让大家回忆这节课的内容，并把他们容易出错的地方着重强调。快下课了，我告诉大家，下节课我们来一次真实的较量。

单脚接力赛教案篇三

本课是对二年级的学生进行迎面接力跑的教学。本课主要是

让学生通过学习能够知道迎面接力跑的基本方法，并能够做出迎面接力跑的传接棒动作和错肩方法。我通过循序渐进的教学方法，让学生慢慢掌握迎面接力跑的方法。先让学生四人一组，用走的方式分组练习迎面击掌练习，让学生体会到正确的错肩动作，再从走到慢跑，让学生对错肩动作得到巩固。教师通过讲解示范让学生了解传接棒的方法，再让学生持接力棒慢跑进行练习，从中发现学生出现的问题，教师再一一进行讲解纠正。学生在慢跑中的动作正确以后，再让学生练习快跑中的迎面接力。但同组中，学生的跑的能力不同，再让学生小组商讨，如何安排跑的同学的顺序，提高迎面接力的顺序。最后教师再组织学生进行迎面接力比赛。生的观察很仔细，学习也很认真，游戏中基本上没有看到学生传接棒时发生困难，而且交接棒速度也很快。一堂课下来，学生们领悟了传接棒对游戏“迎面接力跑”的重要性，也基本掌握了传接棒的正确手型和姿势。

但是本节课的学生练习密度非常大。因为练习时分为四人一组，学生练习一组的时间非常快。所以在教学的时候，我增加了学生练习的组数。却发现学生练习密度过大。所以，在练习队伍的编排和练习密度方面，还需要加强改进。

单脚接力赛教案篇四

本节课的教材，是通过游戏化的自然跑练习，保持正确的跑的姿势，发展自然奔跑的能力。

通过教学让学生学会正面传接棒的动作和简单障碍无物的方法，教学前，教师讲清活动的方法、规则和要求，要求学生必须听到教师口令后排头才能跑出，起跑时必须站在起跑线后，不得踏线或越线，传接棒时不得抛接力棒。

本节课带有一定的游戏性和竞赛性，学生非常喜欢，热情很高，因此，在教学中抓住机会，加强对学生进行集体主义、遵守纪律和规则的教育，培养学生团结协作，克服困难的良

好作风和品质意志，充分发挥学生的各种能力和感受体育活动的乐趣。

活动中，注意表扬和激励学生团结协作、遵守纪律的好作风，学生在活动中体现出了很高的学习兴趣和欲望，态度积极，学习认真，并在练习中能注意保持跑的正确姿势。

单脚接力赛教案篇五

本课依据《体育与健康课程标准》的基本理念，以健康第一为指导思想，根据《课标》学习要求和学生的实际情况，以自主探索学习为主要方式，以学生为主体，以学生身体练习为主要手段，突出学生的主体地位，促进创新学习，关注个体差异，让学生主动参与和教学中，体验运动的乐趣，大大纲教学要求，体现体育的真正意义所在！具体反思如下：

一个方面谈谈这节课的亮点之处：整个教学过程都在游戏和比赛中进行，让学生在玩中学，玩中练，玩中育。在技能掌握方面，对下压式传接棒中的技术教学因素做了淡化处理，突出了由传统的“教师教，学生学”变为“学生乐于主动学，自主学，教师辅导”的探究式学习方式。采用分组教学，发挥小团体的作用。各组运用刚学会的技术动作进行接力比赛，去实践尝试，让学生在学习过程中发现问题后，相互帮助、相互改进，进而提高学生通过合作来解决问题的能力，创造良好的合作学习氛围，让学生充分发挥团结协作意识。

另一个方面说说这节课的不足之处：

由于学生的热情延时了对动作的掌握程度，我个人这块过于自信致使学生在原地练习接力棒的次数不够，没有从量变到质变的升华。一般的技术动作要反反复复地练习，才能达到掌握的效果。整个课堂对接力区的解释讲的不够透，学生理解不够到位，在尝试接力赛中，个别学生还站在原地接棒，让我有些失望，在以后的教学中应该加强对接力区的认识和理

解，从心里真正的达到完美的交接棒过程，加油！