

2023年短跑后加速跑教案(优秀7篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

短跑后加速跑教案篇一

幼儿园自开园以来，一直都很重视幼儿的户外游戏活动训练。所以早上开展了一节体育活动——跳圈，通过游戏，让孩子们探索圈圈的多种玩法。

本次预定的活动目标：1、学习双脚并拢跳进或跳出圈。2、通过游戏儿歌联系快速反应。3、体验游戏中放松和紧张的不同情绪。

本次的活动过程：一、教师先让幼儿手拉手站成一个大圆圈，在出示圈圈介绍游戏玩法，激发幼儿的活动兴趣。二、幼儿游戏活动——跳圈游戏：1、跳圈：幼儿四散地站在场地周围，幼儿人手一个大圈放在自己的前面。教师带领幼儿练习双脚跳进和跳出大圈。然后根据老师的口令进行跳圈。教师发出指令：“天黑了，大灰狼要回去睡觉了！”幼儿跳进“家”（大圈）里面；教师发出指令：“天亮了，大灰狼睡醒了！”幼儿跳出“家”（大圈）外；2、让幼儿进行跳圈比赛：以男女生的形式让幼儿进行比赛。

本次活动中还是存在着不足：本节活动中幼儿的兴趣都很高，参与积极性也很大。可是，1、不管教师在游戏前对游戏的预设有多全面，都不可能完全预测幼儿在玩的过程中出现的问题，教师应在活动中关注幼儿的兴趣、经验和表现，只有不断的引导推进游戏，幼儿才会越来越喜欢游戏，游戏才会真正促进幼儿发展。2、教师的引导语不够简单、明了。3、对于小班的小朋友常规还是有点混乱。

总之，游戏是幼儿最好的学习，我庆幸，在快乐的“跳圈”游戏中，幼儿得到了发展。

短跑后加速跑教案篇二

教学后记是教师对自身具体教学工作的检查与评定，是各科课时教案的重要组成部分，它可以在上完课后对本次课的上课过程做出综合的评定，它可以记载下本次课的经验与教训，找出教学具体实施过程的成功与不足之处，但在实际的教学过程中，我们有的教师决认为备好课、上完课就是完成了教学任务，往往就忽视了在课后的教学情况的回顾与审视，忽视了教学后记这一重要的环节。

体育课教学除了具有教学的一般规律外，还具有自身多层次、多变化的特殊性，组织好一堂体育课并不容易，它需要教师具备一定的教学水平以及组织能力。常写教学后记，可以帮助体育教师提高教学智慧，为不断调整体育课堂教学策略积累可*的依据，进而提高教学水平，优化课堂教学，所以，我们在每一次课后可在教学后记中记以下几个方面：

教学过程是一个教师指引学生身心直接参与的过程，所以就决定了教学过程中的复杂性。因此，教学过程中难免有疏漏失误之处，如教学内容安排不合理，技术动作重点和难点处理不当，练习手段和方法缺乏趣味性和启发性等，教师应当客观分析，承认自己在教学中的不足，面对教学失败之处，不仅要及时将问题记录下来并积极在主观上找原因，还应请同行看课、提建议，采用多种形式取长补短，使之成为今后教学中应吸取的教训，并在适当的时机加以弥补和解决，从而改进今后的教学。在记录下失败的同时，也要将教学过程中自己感受深刻的、达到预期效果和引起教学共鸣的做法记录下来，在以后的教学中不断引用和完善，定会直接促进教师教学水平和教学质量的提高。

就体育课而言，体育教学具有课堂活动空间大，可控性差的

特点，易于受到外部因素和偶发事件的干扰。所以在教学过程中常会出现一些不可预见的突发事件，所以教师也可能会在教学中突破备课教案的框框，产生一些有益于教学的灵感，这些可能都是教师教学智慧的闪光点，它们可能稍纵即逝，如果不注意积累，很快就会忘掉。课后要及时利用教学后记去捕捉记录下来，需要同时记录的还有一些学生通过切身感受而产生的一些意想不到的好见解，它可以在一定程度上拓宽教师的思路，使教师的教学能进一步补充和完善，真正做到了教学相长。

总之，记析教材及教法，发现实际教设想之间的差距。教内容还很多，但绝不是每次课都必须按以上内。

短跑后加速跑教案篇三

上课了，学生集合时有个别同学说话，我想这正是利用监控器对学生教育的机会，我走到学生的'面前对学生说：“同学们看到二楼上的监控器了吗？”学生怀着好奇的眼光看着二楼，有些学生发现了。我接着说：“监控器是为了学校师生和财产的安全而安装的，同时我们在操场上上课谁的表现好练习积极遵守纪律校长在办公室都能看到，同学们有上好课的信心吗？”学生齐声回答：“有！”我说：“就看同学们的表现了。”就这样学生上课比平时有明显进步。

虽然是学校安装了一个监控器，只要我们上课善于发现每一个有利于教学的情景变化就有利于促进我们的教学工作。这样领导有利于领导了解学校的安全和教学，有利于促进学生的上课纪律和锻炼积极性，也有利于节省教师管理教学的时间和精力，可谓是一举三得！

这是利用周围环境变化而进行的情景教学，而情景教学的真正定义是情境教学法是指在教学过程中，教师有目的地引入或创设具有一定情绪色彩的、以形象为主体的生动具体的场景，以引起学生一定的态度体验，从而帮助学生理解教材，

并使学生的心理机能能得到发展的教学方法。

短跑后加速跑教案篇四

基础教育课程改革的浪潮滚滚而来，新课程体系在课程功能、结构、内容、实施、评价和管理等方面都较原来的课程有了重大创新和突破，这次课程改革所产生的更为深刻的变化普遍反映在教师的教育观念、教育方式、教学行为的改变上。通过课改，使我充分认识到了这些变化。在新一轮课程改革浪潮的启动下，通过短暂的新课程标准的培训，使我对中学体育新课程标准的理念、特点以及指导思想均有了初步的认识。当我拿到新的体育与健康一书时，看到那更具科学合理教学编排与设计时，着实让我兴奋不已，更从中汲取了大量理论教学素材，可在这时，我也有些迷茫，怎样去教呢？怎样才能把这些理论知识都让学生在快乐的学习实践中消化吸收呢？我想这些对于我来说既是一种挑战、一种考验，更是一种促进。

这一个学期来，通过听别人的课，通过自己的实践，也通过对一些教学理论的学习，我有了以下一些浅显的尝试和几点体会：

- 1、教师的角色发生了变化
- 2、教学策略产生了变化
- 3、教学构思的拓展
- 4、教学过程的系统化

短跑后加速跑教案篇五

这节公开课我讲的是体育游戏：“送货忙”，为了更好的完成教学目标，让孩子达到锻炼身体的目的，在我精心设计和

充分的准备下，在孩子们的密切配合下，这个活动上得很成功。

成功之处：是我能根据中班的年龄特点，设计教学内容，创设情境，提高幼儿参与活动的兴趣。在活动中通过让小朋友当送货员，走过独木桥到河对面送糕点这一环节，不仅，锻炼了幼儿的平衡能力，从中也培养了幼儿的积极性和责任感。活动开始，先让幼儿自由探索，然后再让幼儿说说你是用什么方法送的，找出最佳方法，比赛看那组最快。使幼儿在游戏中体验到胜利的喜悦，在快乐的气氛中结束活动。

不足之处：从活动开始就着急，使得游戏规则说得不够清楚，有些孩子不知从哪回来，通过再次指导才做对。最后游戏达到了高潮，孩子们依依不舍的离开了操场。

短跑后加速跑教案篇六

组内的这次同题异构课的资料为“实心球”，在观摩了其他教师的课以及自我上下来以后，对本节课进行了一些教学反思：

1、课前准备：认真的进行备课，研究教材，熟悉教材，也对双手原地头上掷实心球的动作进行了练习，同时也针对动作的重点、难点寻找练习的方式。但在“备场地”上这一块上没有做好，篮球场上设置了两块练习场地，导致课上要进行大幅度地队伍调动，浪费时间。

2、课中：太过于想要学生能够记住教师所讲，而忽略了精讲多练，也正是因为没有很好地利用起一片练习场地，而使得学生练习的不“精”，在最终组织的小比赛中，采用让学生自我累积加分的形式，虽然当时气氛很热烈，学生都很进取，却也有弊端，就是学生胡乱加分。

3、在身体素质练习中，因为感觉时间紧张，就让学生将实心

球放在了脚边，虽然意识到了安全隐患，但没有及时让学生停止练习，将球放回框中。

同时在观看了其他教师的课以后，也给我带来了许多启发。有的教师利用一个“话题”串起一节课，有的教师利用羽毛球进行挥臂练习，再到利用羽毛球做身体素质的练习，将器材的作用发挥的淋漓尽致。这些都给我今后上公开课带去了经验。

短跑后加速跑教案篇七

担任八年级的物理教学一年时间了，在这其间虽然是我在教学其实在学生身上也有很多值得我学习的地方。很多教学上的问题也不断的让我在思考，教与学不仅仅就是教也学物理知识这么简单，其中参杂着很多因素。要教好物理当然也少不了做好学生的思想工作，带动学生学习物理的兴趣、让学生感觉物理的奇妙。

1、树立物理理念刚出校门，从学生的心态转变过来，来拿起课本走上讲台，这就是我教学的开始。本以为教学教学，传授知识是我最大的职责，第一节课将学生带进物理世界来，有好些小实验都挺有趣的，我选择了几个简便操作，选材方便的小实验给学生演示以便提起学生学习物理的兴趣，让学生了解物理是门其乐无穷的科目，它不仅有去而已神奇。但是我一味想着学生的好奇，在实验之余直接进入枯燥的书本知识。而没给学生树立物理理念，让学生明白这是一门科学严谨的科目，学习它要学会思考，学会观察，而且要有一丝不苟的精神。其中计算需要大家小心谨慎，原理要领会。

2、兴趣是学生最好的老师中学生毕竟还处于朦胧好学阶段，物理知识的奇妙对他们来说是很大的吸引。尽可能用学生的兴趣引导他们自学，这样一来比枯燥的讲解更为有效。重视学生独立性，自主性的培养与发挥，使获取知识，学会学习，掌握知识和技能的过程，成为学生丰富情感完善自我，学会

合作，学会做人的过程。

3、因材施教对不同的学生应该有不同的教学方法。关注学生的情感，关注学生学习兴趣等非智力因素。有的学生确实有明显的偏科情况，有的学生偏向文科，对他们来说物理的学习就是困难，而且由于这种因素他们会对物理的学习产生一种抵制因素。对此要这样的学生好好学习物理首先要解开他的心结。让学生能放开心怀来接受物理，并不是作为一门学习任务，而是作为一种兴趣，给学生培养浓厚的兴趣，让他们自主学习。同时有一些学生很努力但是物理学习就是不得要领，可以尝试改变学生的学习方法。一味的死记硬背知识便不能灵活运用，题海战术以及填鸭式的教学已不适用于新课标的改革。

4、不断提高自身素质我觉得加强自我培训、提高自我素质也很必要。提高教师队伍的业务水平是提高师资素质和教学质量的关键。