

2023年投掷课教案(优质5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。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

投掷课教案篇一

最近，在一次面向某县城镇和农村体育教师的教学规范达标活动中，我上了一节示范课，执教了八年级体育课的投掷。在这次活动结束后，我结合课堂教学实际，谈了一些自己的认识：

首先，我根据上述现象并结合这节投掷课，我先在器材上做了新的尝试，放弃以往的铅球、实心球等重器材，将自制的纸球引入教学，这样既向学生灌输环保与节约意识，又给学生一种新鲜感，让学生在游戏形式的趣味教学中有所学，有所思，使学生真正成为学习的主人。

其次，转换教师角色，这样有助于培养学生的创新精神和实践能力。在这节课上，我大胆地做了师生角色的转换，最大限度的发挥学生的主体作用，体现学生做课堂小主人的特点。教师则是指导者，参与教学活动的组织者，学习过程的帮助者。整个40分钟，80%是由学生支配，学生去参与课堂上的问、谈、议、实践，通过从不同角度，不同的层面的动作创新、技能展示提升自己，也使教与学得以升华。这不但给学生提供了寻求创造成功的机会，增强了学生的自信心，也体现了学生的价值取向，和对社会的责任感。

这样做在某些人眼中，可能会觉得课堂上的基本技术教学太少，或学生学习的内容不多，教学形式不切实际等等，但是我想说作为一位老师对学生的学习兴趣的培养和学习观念的

转变则更是至关重要的，如何真正使教师成为一个课堂的组织者、引导者而不是主体，更是需要我们去动脑筋的。一些教学形式与设计确实需要浪费很多的时间与精力，但从长远的角度、发展的方向去看，这些都是值得的。

体育课如何体现学生的主体地位，如何发挥学生的主体作用，确是一个令人深思的问题。在教学中，教师给学生创设一个宽松的学习环境，可以使学生发挥主观能动性，变学生被动学习为积极主动学习，使教师的教和学生的学融为一体，从而收到事半功倍的效果。

投掷课教案篇二

辽河油田欢喜岭第一小学

吴昊天

2015年11月17日

“持实心球投远”是四年级投掷项目中的一种，它主要锻炼学生的上肢力量和上下肢协调用力的项目。我将游戏与体育教材有机整合，起到了激发学生的求知欲，启迪智慧的火花，活跃思维、训练技能的作用。下面，我结合“背抛实心球”一课的教学实践，谈谈自己的点滴感想。

一. 教学中的特点：

1、生活情境，置身愉悦环境。

创设游戏情境，让学生置身于一种愉快的易于接受的学习气氛中。“背抛实心球”一课在孩子们快乐地游戏中拉开了序幕。我先让学生在原地做一些徒手的背抛实心球动作练习，然后再通过传递实心球的小游戏来激发学生对背抛实心球的练习兴趣，同时也能检验个别同学在徒手练习背抛实心球时

还有那些没有掌握的动作和错误动作。

2、亲身体会，游戏贯穿始终。

重视体育实践，让游戏伴随着孩子们学习与活动是新课标的核心理念。体育课的教学过程是学生实践、游戏的过程。他们在玩中学、玩中练、玩中体验着体育课的童趣、情趣、野趣之所在。

3、主动参与学习。

在讲解完动作要领和教师进行示范后，我组织和学生一起进行练习，同时也能让学生挑一挑自己和老师在做同样动作时的差距以便及时改正。这时操场上学生、教师的肢体在运动；学生、教师的情感在升华，起到了“师生互动、共同参与”的效果，充分体现“现代课堂上让学生成为主体”的精神。

二. 教学中的漏洞与不足：

1、在教案准备过程中教学的重点、难点把握的不够准确

2、准备活动没有音乐导入，常规各关节活动有些死板

3、应该在每一个环节都提到安全问题，但在本课没有得到充分体现

5、在主教材和游戏之间过渡有些生硬

6、在最后结束部分的放松处理有些仓促

三. 在教学中还需要改进的地方：
2、应多做几次高难度的背抛实心球的技术动作，对学生进行感官刺激，激发学生兴趣

3、在主教材与有些之间调动队伍有些耽误时间，以后经多加

注意

在本次教学中通过教研员刘老师和王老师的指导我学到了很多具有实用价值的经验可以运用到以后的实际教学当中，使教学更加生动，学生更感兴趣，更好的达到“健康第一”的指导思想和增强青少年体质的教育目的。

投掷课教案篇三

低年级小学生有一种天性，就是爱玩好动，精神不易集中，而且不太喜欢听从教师的细心讲解，不太喜欢按照老师所规定的练习方式和要求去做，他们总爱根据自己的爱好和想象来进行体育活动，其实这就是小学生这个年龄段所特有的一个特性，他们对各种事物总是充满着好奇。因此这就要求体育教学应从学生的情趣特点出发，采取灵活多样的形式，寓教于玩，这样既能增强学生参加体育活动的兴趣，又能在娱乐游戏中体现体育教学内容，达到体育教学目的，即在体育教学中应注重“教”与“玩”的结合。

在我上投掷课时，我让学生从抛纸球到附加各种动作的抛接练习，提高学生的联系积极性。引导学生去尝试和探索把纸球投的又高又远的方法，然后老师总结讲解屈肘过肩、快速挥臂的动作要领，指导学生集体练习快速挥臂，分小组练习投球。课中由于学生们第一次接触纸球投掷，手中拿着纸球都很兴奋，都想着自己去投着玩，练习中场面有点混乱不受控制；讲解示范时对学生的关注面不够，有少部分同学仍在玩弄纸球；练习中出现的问题没有及时指出、更正，给予评价，只在课后小结中提出，效果欠佳。

在今后的课堂中规范课堂常规，讲解示范时照顾到班上每一名学生，对练习中出现的问题及时给予评价和更正。让自己的课堂更加的精彩！

文档为doc格式

投掷课教案篇四

在以往的投掷课上，“学困生”总是练习兴趣不高，总躲在练习队伍的后面。于是在开课前，我进行了德育教育：“在当今社会竞争日趋激烈的情况下，我们个人的竞争力显然是微不足道，只有个人置于集体内部才能取得成功。今天我们就以小组为单位，组内各成员要互帮互助来学习投掷实心球得方法。比一比，看哪个小组练得最好！哪个小组投掷得成绩最远！”经过这样地说服学生的积极性大增。

以往我总是让能力强的进行挑选本组的学生，他们总是不大愿意那些能力差的学生，能力差的学生自尊心受到了打击，这次我进行换位思考。反之，我挑选出4名原来投掷能力较差的学生让他们“剪子、石头、布”的形式进行挑选本组的学生。他们找回了自尊心，练习的动力十足。接下来，各小组的组员纷纷结成“一帮一”的学习对子，手把手的进行帮扶练习。在最后的“投掷实心球”接力赛中，有许多的“学困生”投掷还很远，也成为了“投掷小明星”，练习效果很好！

思失：

投掷课教案篇五

本节课的主要内容是双手头上掷实心球的基本手型和用力顺序，依据学生的生理特点和心理特点，如果教师一味的讲解基本动作，强调练习要求，容易使学生产生厌倦情绪。教学时，我采用学生体验、学生展示、步步深入的方法引导学生练习，收到了较好的效果。

课的开始我配合音乐让学生绕过垫子和实心球做蛇形跑，为学生营造了良好学习氛围和尝试欲望，从而激发了学生学习动机。在练习投掷的过程中，我先让学生按照掷沙包的方法尝试双手掷实心球，再请有代表性的学生示范，让全体学生评价，最后才由老师讲解示范动作。这样做不但很好的锻炼

了学生的创造性和敢于展示自我的精神，而且使学生更加牢固的掌握了投掷的动作技术要领。接下来运用了学生坐在垫子上、跪在垫子向前掷球；原地向前投准练习和投远了些。课堂中学生还没能完全的掌握好投掷的动作，但基本上掌握了持球的手型和用力顺序，达到不了预期的效果。素质练习采用了跳过垫子和仰卧起坐既提高了学生的身体素质又提高了器材的利用率，使课堂的练习密度达到了提高。

通过本课教学，学生基本掌握持球的方法，能合理运用正确的发力顺序，运动能力和身体素质都得到了提高。在学习过程中，学生自主，合作学习的能力都得到了锻炼，培养了学生的团队精神，创新精神及自信心。虽然整个教学过程完整流畅。在教学过程中还有一些不足之处，如有一些学生练习自觉性较低、不遵守课堂纪律，针对上述现象在今后的教学中多加强学生的养成教育，使学生养成良好的习惯，为自己的终身体育打下基础。

本节课，我自己也感受很深，在以后的教学实践中，还需不断的努力，应根据学生各自不同的身体条件、运动能力和兴趣爱好，做到因材施教，注重个体差异，使每一个学生都体验到体育学习和活动的成功感，使所有学生都学有所得，学有所长。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

搜索文档