

# 最新体育抱树教案反思(实用10篇)

作为一位杰出的老师，编写教案是必不可少的，教案有助于顺利而有效地开展教学活动。那么问题来了，教案应该怎么写？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 体育抱树教案反思篇一

目标：根据平时的 体育活动观察和记忆，选择一个体育活动的动作，制作一幅纸版画。进一步加强学生的动手能力，体育活动培养学生的观察能力。

重点：纸版画 体育活动的制作方法和步骤。

难点：制作的纸版画 体育活动动态生动。

准备：教具：课件、范画

学具：剪刀、胶水、墨汁、厚纸、底纸

过程：

一、激趣：

1、复习、回忆纸版画的制作方法，并总结上节课的作品。

学生自由回答。

2、你喜欢进行体育运动吗？

出示一张纸版画的体育运动作品。

3、揭示课题。

今天就让我们一起来制作纸版画：体育活动。

二、体验探索：

1、你最喜欢什么体育运动？

学生自由回答。

欣赏体育运动图片。

体育运动时人物有什么特点？学生自由回答。

小结：运动时人物动态明显，身体跨度很大。

2、谁愿意上台来表演几个体育运动的动作？

学生自由上台表演。

学生回忆体育运动时的情景。

3、回忆纸版画的步骤。

学生自由回答。

小结：（1）在硬纸上画下要制作的体育运动人物动态。

（2）剪下在硬纸上画下的人物动态。

注意是同时剪下两张纸，一张用来做底纸，一张用来做剪贴细节用。

（3）贴细节部分。

注意不要用太多胶水。

(4) 拓印。

注意油墨不要上得太多。

身体各部分要贴牢。

4、欣赏：

(1) 打开书，观察书上几幅图片。

(2) 出示优秀学生 体育活动作品观察。

三、自由创作：

老师指导、鼓励。

四、作业展示、评价：

(1) 你制作的是什么体育运动？

(2) 你最喜欢谁制作的纸版画？

五、总结。

板书设计：

纸版画      体育活动

形象——生动、简单

制作——细心、清晰

## 体育抱树教案反思篇二

第一段：引言和背景介绍（200字）

茂密的树木是大自然的馈赠，给我们带来清新的空气、美好的环境。为了弘扬绿化意识，我校举办了一次早上种树体育活动。这项活动不仅让我们亲近大自然，更提高了我们的体育锻炼。在活动中，我收获了许多，也对种树和体育锻炼有了更深的体验和认识。

## 第二段：认识种树的重要性（200字）

在种植树木的过程中，我不仅亲手感受到了种树的乐趣，还了解到了种树的重要性。树木不仅可以吸收二氧化碳，释放出氧气，还可以调节温度、减轻噪音、防止土壤侵蚀，保护水源等。种植树木能够让我们的生活环境更加美好，也为后代子孙留下一片绿洲。

## 第三段：体育锻炼的重要性（200字）

除了种树的意义外，这次活动还融入了体育锻炼。在种树的同时，我们不断地挖土、培土、浇水等，全身用力，感受到了体育锻炼的乐趣。从小事做起，积极参与体育活动，不仅可以增强体质，增加体能，还可以提高团队协作精神，培养意志力和毅力。

## 第四段：体育活动的亮点与收获（300字）

在这次体育活动中，我发现了许多亮点和收获。首先，我们通过体育活动锻炼了身体，增强了体质。不仅如此，我们还增进了团队合作意识，学会了互相合作，共同完成了种树任务，感受到了团队的力量。与此同时，我们还体验到了与大自然的亲密接触，感受到了大自然的神奇和美好，更加珍惜与自然的共生。通过这次活动，我还学到了许多关于植物的知识，了解了树木的品种和生长过程，让我对大自然的奥秘有了更深的了解。

## 第五段：对未来的影响和总结（300字）

通过这次早上种树体育活动，我深刻体会到了种植树木和体育锻炼的重要性。作为一个公民，我们应该积极参与绿化活动，为环保事业贡献自己的力量。同时，体育活动也是我们生活中必不可少的一部分，通过锻炼身体，我们可以更好地面对生活的挑战。一片绿叶长成参天大树，需要众人的合作和努力。希望通过这次活动，能够唤起更多人对于环保和健康生活的重视，共同营造和谐美好的未来。

总结：通过这次早上种树体育活动，我深刻地认识到了种树和体育锻炼的重要性。这次活动不仅让我收获了对大自然的敬畏之情，还增强了我的身体素质和团队合作能力。希望以后能够坚持参与绿化活动，保护环境，也能够坚持体育锻炼，保持健康的身心状态。我们的身体是革命的本钱，珍惜每一天的锻炼机会，共同建设美好的未来。

### 体育抱树教案反思篇三

早上种树体育活动是学校组织的一项富有意义的体育活动，目的是提倡绿色环保和锻炼身体。我非常幸运能够参加这次活动，并且从中获得了许多宝贵的体验和体会。在这篇文章中，我将分享我对早上种树体育活动的心得体会。

首先，在早晨清新的空气中体验种树活动，让我深刻认识到了环保的重要性。在活动中，每个人都发挥着自己的作用。有人负责挖坑，有人负责放置树苗，还有人负责浇水。种树的过程不仅帮助我们增加了对大自然的了解，更培养了我們保护环境的意识。树木不仅提供氧气，净化空气，还能防止水土流失和保护土壤。通过亲自参与种树活动，我意识到每个人都应该为保护环境贡献自己的一份力量。

其次，早上种树体育活动对于身体的锻炼也非常有益。这次活动需要我们进行一系列身体力行的动作，如挥锹铲土，搬运树苗等。这些动作不仅锻炼了我们的肌肉，增强了体质，还提高了我们的耐力和协调能力。在活动过程中，大家互相

帮助，默契配合，不仅锻炼了身体，更培养了团队意识。通过这次活动，我深刻认识到体育活动不仅是在体育课上进行的，也能在生活中融入，并且给我们带来很多好处。

此外，早上种树体育活动还让我意识到了自然与人类和谐共处的重要性。现代社会的快节奏使得人们对于大自然越来越陌生。而早上种树活动则让我们重新认识了自然的美好。它教会了我们如何去爱护、保护和利用大自然的资源。同时，我们还要学会与大自然和谐相处，学会欣赏大自然的美丽和纯净。通过亲自参与早上种树活动，我明白到只有我们与自然和谐共处，才能实现可持续发展。

最后，早上种树活动不仅是体育活动，更是一次珍贵的社交机会。在活动中，我结识了许多新朋友，与他们一起合作完成了相应的任务。我们一起协作，互相帮助，这让我们更加团结和合作。通过这次活动，我意识到团队合作的重要性，只有团结一致，齐心协力，我们才能一起成长并取得更好的成绩。

总而言之，早上种树体育活动给我带来了 many 意义深远的体验和体会。它不仅提高了我对环保的重视，增强了我对保护环境的责任感，还锻炼了我的身体和团队合作能力。通过这次活动，我不仅拥有了一种锻炼身体方式，更学会了保护自然，与自然和谐共处。我希望这种体育活动能够常常开展，让更多的人了解到自然的美好并加入到环保事业中来。

## 体育抱树教案反思篇四

1. 通过双脚跳练习，提高孩子们小腿和脚踝的爆发力。。
2. 通过小组竞赛，让孩子们在接力中掌握双脚跳，为期末体能测试做准备。

### 二. 活动重点、难点

1. 重点：使孩子们学会双脚连续跳的动作。
2. 难点：孩子们在接力时相互之间配合，动作衔接熟练。

### 三. 活动准备

1、小足球场 2、袋鼠跳袋子八个、3. 标杆四个 4. 轮胎四个 。  
在起点处放四个标杆，里标杆十米处放置四个轮胎。

### 四. 活动过程

#### 1. 准备部分

(1) 队伍：在四条跑道上按早操队伍站立。

(2) 热身：在校跑道上跑两个来回，做到“四不”。然后进行热身操。

#### 2. 基本部分

(1) 单独练习：把幼儿分成四组，每组人数相等，每组孩子分配两个袋鼠跳袋子。每个孩子进行三次的练习。第一次，孩子们自由练习，发挥自己主观性，教师观察，发现问题；第二次，教师示范讲解，孩子们练习正确动作；第三次，孩子们掌握在袋子里面连续向前跳的动作。

(3) 分组竞赛：把幼儿分成四组，每组人数相等，在十米距离上进行接力比赛，第一个孩子先跳，第二个孩子穿好袋子做好准备，当第一个孩子完成是第二个孩子开始出发，第一个孩子赶紧把袋子交给第三个孩子，然后在后面排队，依次类推，先完成任务一组的为胜利方。

#### 3. 结束部分

(1) 整理队伍，清点人数，按早操队伍站立，做放松整理活

动。

(2) 整理器材，孩子们有秩序的回教室。

## 体育抱树教案反思篇五

学校组织的体育活动一直是同学们参与的重要课外活动。我在学校参加过多次的体育活动，例如田径比赛，冬季运动会等，这些活动给我留下了深刻的印象，使我收获了很多经验和体会。

### 第二段：体育活动增强了身体素质

体育活动有很多好处，最主要的就是能够增强我们的身体素质。每次参加体育活动后，身体都会感到疲惫但是也会更加强壮。通过刚才那场激烈的比赛，我们的锻炼量已经超过平常几倍，这对我们的健康有极大的帮助。而且，体育活动还能让我们放松身心，从而缓解学习压力。

### 第三段：体育活动增强了团队精神

体育活动最好的一点就是可以培养我们的团队精神。在活动中，我们需要紧密合作，才能够顺利完成任务。在参加竞赛前，团队的队员们会交流，确立相互之间的任务分工，并相互协调。在比赛过程中，同学们发扬自己的特长，为团队的胜利贡献力量。在活动结束后，团队成员之间会意犹未尽地聚在一块进行回顾，总结，并共同兴奋和庆祝。

### 第四段：体育活动促进了自我提升

体育活动在一个同学的成长历程中是非常重要的。无论是在比赛还是训练中，我们都需要在一个固定时间内完成任务，完成自我的提升。在训练过程中，我们不断地调整 and 适应，就像一只正在打造铁石般的坚强体魄。在竞赛中，我



们需要应对各种不同变化，改变自己的策略，充分发挥我们的实力，不断迎接挑战。因此，体育活动是一个很好的平台，可以让我们得到更多的体验和锻炼，从而促进自我提升。

## 第五段： 结束语

总之，学校组织的体育活动对我们学子们来说都是非常有益的。通过参与体育活动，我们可以得到身体上的锻炼和增强，同时培养出团队精神和自我提升的意识。更重要的是，我们可以在这个过程中认识到自己的优点和缺点，从而更好地认识自己。尽管在参与过程中会面临各种挑战，但是只要积极对待，努力提高自己的能力，我们一定可以在体育活动中找到自己的位置，收获属于自己的成功。

## 体育抱树教案反思篇六

### 第一段： 引言及背景介绍（200字）

在我们的生活中，游戏体育活动既是身体健康的重要方式，也是促进社交交流和团队合作的重要途径。安吉游戏体育活动作为一项旨在增强人际关系、提高个人能力和团队协作的活动，已经在我们的学校得到了广泛的推广和应用。最近，我有幸参加了一次由安吉游戏体育活动组织的活动，并在这个过程中收获了很多。下面我将分享在这次活动中的心得体会。

### 第二段： 收获和体会（350字）

首先，通过参与安吉游戏体育活动，我得以更好地了解自己的身体状况和潜力。在活动中，我们进行了多种多样的体育运动，如足球、篮球、跑步和瑜伽等。这些运动的丰富性和全面性使我能够更好地认识到自己的兴趣和擅长领域，并确保我能够获得适合自己的锻炼方式。此外，在与其他人合作和竞争的过程中，我也更清晰地认识到自己的优点和不足，

从而为个人的进一步发展提供了宝贵的经验。

其次，安吉游戏体育活动还教会了我如何与他人合作和交流。在这次活动中，我参与了一项团队活动，需要我们共同协作完成任务。在这个过程中，我们需要互相之间分享信息、协调动作和制定策略。通过与队友密切合作，我深刻体会到了团队合作的力量和重要性。我学会了如何有效地与他人沟通，包括倾听和表达自己的意见，从而促进了团队的协作效果。

### 第三段：激发潜力和培养坚持的品质（250字）

参与安吉游戏体育活动还激发了我内在的潜力并培养了我坚持的品质。在活动中，我们经历了一系列挑战，如攀岩、绳技、滑索等。这些挑战不仅考验了我的身体能力，还需要我克服恐惧和不安，勇敢地面对困难。通过这些挑战，我不仅提高了自身的勇气和决心，还培养了坚持不懈努力的品质。我明白只有持之以恒、不怕失败的精神，才能在面临挑战时取得成功，并达到自己的目标。

### 第四段：快乐与分享（250字）

在这次安吉游戏体育活动中，我体验到了很多快乐和乐趣。无论是与好友一起笑闹玩耍，还是在运动中挥洒汗水的那一刻，都让我陶醉其中，忘却了生活的烦恼和压力。同时，在与其他人分享这份快乐的过程中，我也收获了更多的友谊和情谊。我们在这个过程中经历了成功和失败，分享了欢笑和眼泪，这使得我们之间的联系更加紧密，并在人际关系方面有了更深的感悟。

### 第五段：总结（150字）

通过参与安吉游戏体育活动，我不仅学到了很多新技能和知识，而且发展了自己的个性和价值观。这次活动不仅提高了我身体的健康水平，还培养了我与他人合作和沟通的能力，

同时也激发了我内在的潜力。通过与他人的分享和快乐，我不仅体验了团队的力量，还结交了许多新朋友。我相信，在今后的生活中，这些经历将为我打下坚实的基础，并在我成长的道路上发挥生命力。

## 体育抱树教案反思篇七

活动目标：

1. 喜欢玩平衡木游戏，感受集体运动游戏的乐趣。
2. 能在高低不同的平衡木上较灵活、快速地走。
3. 能不怕困难、大胆勇敢地参与活动。

活动准备：

1. 经验准备：观看过运动员平衡木表演，了解可以在平衡木上做运动。
2. 物质准备：录音机、音乐磁带、两种不同高度和宽度的平衡木、小巧的障碍物（软球、塑料隔档）。
3. 场地准备：如图。 活动重点：

引导幼儿在高15厘米、宽20厘米和高20厘米、宽15厘米的平衡木上较灵活、快速地走。

活动难点：

幼儿能够尝试在有障碍物的平衡木上较灵活协调地通过。

活动过程：

1. 较活泼、轻快的音乐声中，教师带领幼儿做准备活动：模

仿小猴走、跑、跳。

2. 学习游戏：“机灵猴练本领”。

(1) 教师介绍角色关系和游戏情境，引发幼儿游戏兴趣。

(2) 教师请做得好的幼儿做示范，并讲解动作要领。

(3) 幼儿分组走过两种不同层次的小桥，由易到难。

(4) 教师添加障碍物，增加游戏难度和游戏情境。

3. 利用平衡木创新玩法。

4. 游戏：“机灵猴巧胜胖胖熊”，复习巩固走平衡木的基本动作要领。

5. 复习游戏：“运粮”，练习推车跑，加大运动量。

6. 放松游戏：教师与幼儿一起随音乐做放松律动“快乐的小猴”。

活动评价：

中班幼儿的平衡能力发展水平差异较大，有的能大胆灵活地走过，有的则胆小慢慢地走；有的能走窄和高一些的。而有的只能走低和宽一些的。但他们都很喜欢走平衡木，而且走平衡木也是体能测查的项目之一。本次活动教师根据幼儿的不同发展水平提供不同的指导和帮助，有效地促进了幼儿平衡能力的发展。增强了幼儿身体的灵活性，培养了他们勇敢的运动精神，较好地完成了预定目标。幼儿在生动、有趣的的游戏情境中扮演机灵猴的角色，既训练了平衡技能，又利用平衡木探索了不同的玩法，体验了成功与胜利的喜悦，并从中充分感受到了集体游戏的乐趣。

建议：

如果幼儿能很好地完成目标，可在下次的游戏中增加一些其他的平衡器材，如轮胎、自制梅花桩等，提高游戏的难度和趣味性。

## 体育抱树教案反思篇八

### 一、引言（200字）

作为人类，我们除了工作学习，还需要体育活动来保持健康。体育活动不仅让我们的身体更加强壮，还能增强我们的意志力与团队合作精神。由于各种原因，我参加了学校举办的“安吉游戏”体育活动。在这个活动中，我感受到了运动的快乐与挑战，也从中得到了一些心得体会。本文将就此展开讲述。

### 二、个人参与感受（200字）

作为一个久未参加体育活动的人来说，我一开始对“安吉游戏”有些担心和紧张。然而，当我亲身参与其中后，所有的担忧都烟消云散了。在比赛的过程中，我感受到了运动带来的快乐和愉悦。不仅是身体上的愉悦，更是心灵的释放。而且，通过和其他队友一起协作，我逐渐克服了困难，提升了自己的能力。特别是在拔河比赛中，我深深体会到了团队合作的力量，每一个人的努力都为队伍争取到了胜利。

### 三、团队合作精神（200字）

在“安吉游戏”体育活动中，团队合作的精神得到了充分体现。作为一个个体，我们很难在体育项目中取得好的成绩。只有通过团队合作，我们才能克服困难，取得成功。在比赛中，队友之间互相支持、互相鼓励，共同克服困难，最终达到了目标。这种团队合作的精神不仅在运动中有所体现，也

会延伸到日常生活中。通过这次活动，我深深感受到了在团队合作中的快乐与成就感。

#### 四、挑战与成长（200字）

参与“安吉游戏”体育活动，让我面对了一系列的挑战。比如，在攀岩比赛中，我曾一度想过放弃。然而，坚持下来后，我告诉自己要勇往直前，不论最终结果如何。正是这种坚持乐于挑战的精神，让我不断超越自我，取得了不错的成绩。通过面对挑战，我感受到了自己的潜力与能力，更加坚定了自信心。我相信，只有在挑战中成长，才能更好地面对未来的困难与挑战。

#### 五、活动价值与心得体会（400字）

“安吉游戏”体育活动不仅带给我身体上的锻炼，还让我从中体会到了许多宝贵的价值。首先，它培养了我与他人的合作精神。在比赛中，我学会了与队友配合，互相支持，共同努力。其次，它增强了我对于团队的认同与凝聚力。通过参与团队项目，我不仅与团队成员建立了深厚的友谊，还体会到了团队的力量和凝聚力。最后，它让我更加懂得珍惜生活中的每一个细节。通过身心的双重锻炼，我深深体会到了生命的可贵与丰富。在这次体育活动中，我体验到了运动所带来的快乐、成长和改变。

#### 总结：

通过“安吉游戏”体育活动的参与，我不仅感受到了运动的快乐与挑战，还深刻体会到了团队合作的重要性以及面对挑战时的勇往直前的态度。这次活动让我成长了许多，不仅在身体上得到了锻炼，更在心灵上得到了滋养。我将会将这次宝贵的体验运用到生活中，不断挑战自我，追求更好的自己。

## 体育抱树教案反思篇九

1. 由简略到难地发展幼儿的钻、跳、走的基本动作。
2. 懂得遵守游戏规则，不相互推闪、不拥挤等。
3. 感受参加集体活动的乐趣，培养幼儿活泼开朗的性格。

### 活动准备：

1. 布置活动场地。
2. 小奖品（桃子）若干。

### 活动过程：

#### （一）开始部分。

幼儿跟着教师起做动物模仿操。

#### （二）基本部分。

1. 设置游戏情境，激发幼儿兴趣。

师：“老师现在要变一个魔术，把你们都变成小猴子，老师变成猴妈妈，我们一起去山上摘桃子吃，怎么样？”

2. 教师讲解游戏规则：对面山上有许许多多桃子，但要摘到桃子可不容易。首先得跨过一条小河，钻过一个山洞，再过一座小桥，才能到达山顶，桃树很高，还要跳着才能摘到桃子。

3. 教师示范。

4. 请两至三名幼儿示范。

5. 开始游戏。

集体游戏三遍，教师即时指导，表彰遵守游戏规则的幼儿。

（三）结束部分。

游戏：拉个圆圈走走。

提醒幼儿松衣，入厕，喝水。

## 体育抱树教案反思篇十

设计意图：

幼儿园体育活动的目标是提高幼儿对身体锻炼的兴趣，发展其基本动作，促进幼儿身体的健康发展。对于中班幼儿来说，已有了一定的平衡、投掷的基础，本次活动《偷炸弹、炸狼堡》，通过幼儿喜欢的电视剧创作的，以引导幼儿走平衡木、顶沙包，主要发展幼儿的平衡能力，并让孩子充分感受到体育带来的乐趣，促进身心和谐地发展。还采用幼儿感兴趣的方式“偷”来开展活动，促进幼儿积极参与体育活动。

活动目标：

- 1、通过偷炸弹游戏，逐步发展幼儿的平衡能力。
- 2、以《喜羊羊和灰太狼》的故事激发幼儿的学习兴趣，培养幼儿保护家园的意识，增强幼儿的集体责任感。
- 3：体验成功的快乐，愉悦身心。

活动准备：

- 1：平衡木四根、呼啦圈四个、小板凳16个、沙包（人数的2



倍)；

2: 村长、灰太狼头饰、羊羊贴纸、狼堡图片;音乐。

活动过程:

1、准备活动。

村长(教师)带领羊羊们(幼儿)在青青草原上锻炼身体。  
(播放音乐)

2、引出偷炸弹。

村长接到电话,知道灰太狼在做炸弹,要毁灭羊村。现在首要的任务就是偷取炸弹,消灭灰太狼,毁灭狼堡。

3、展示路线,村长解说作战方案。(场地布置如下图一)羊羊们先过独木桥,跳过沼泽地,在迷失森林原地(呼啦圈内)转三圈,最后到达炸弹存放处后原路返回。

4、以幼儿试探灰太狼是否在藏炸药的地方为由请幼儿示范路线,教师解说游戏规则。

5、第一次偷取炸弹。

将幼儿分成四队进行偷炸药,提醒幼儿在偷取炸药的时候要注意:如果灰太狼在做炸药,不能偷取,会被发现,马上回来;如果灰太狼睡着了,可以偷取。(请一教师扮演灰太狼)

6、第二次偷取炸弹。

村长:灰太狼发现炸弹少了很多,可是他已经工作几天几夜了,太累了,想回家睡觉,于是他想出了一个办法,就是在独木桥(平衡木)上设了咒语,灰太狼闭上眼睛,摇头晃脑的念到:要想偷炸药,只能顶头上,否则就炸掉。这下子灰

太狼安心的回去睡觉了。可是灰太狼万万没想到正好被我听到了。

幼儿根据咒语的提示进行第二次偷取行动，教师重点提醒幼儿在回来过独木桥时将炸弹顶在头上。（比第一次偷取增加了难度）

7、炸狼堡。

羊羊们完成偷取任务后，出示狼堡模型，集体将狼堡炸飞了。

8、完成任务。

羊羊们看到狼堡炸掉后非常开心，跳起了羊羊舞，村长为了感谢羊羊们，给羊羊们开了个party,准备了很多好吃的。（幼儿随音乐进教室）