

各种姿势的走的教案幼儿园 一年级体育 说课稿(模板7篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么我们应该如何写一篇较为完美的教案呢？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。

各种姿势的走的教案幼儿园篇一

脊柱异常弯曲的预防游戏：《大西瓜、小西瓜》、击鼓传花

模仿性的练习很适宜低年级儿童的心理和生理的特点。模仿操对提高儿童的模仿能力，发展思维扩大知识范围和促进智力的发展都有积极的作用。

养成正确的身体姿势。

教学重点：让学生了解到不正确的姿势会影响到体态美也会影响同学的正常生活。

教学难点：怎样养成正确的姿势。

- 1、使学生了解怎样的姿势是正确的。
- 2、培养学生正确的身体姿势，促进身体各器官的正常发育。
- 3、发展学生的反应能力。

讲授法，直观教学法，分组练习法、演示法。

符合生理特征的原则，适应学生心理的原则，统一性与灵活性相结合的原则

这节课因为儿童活泼好动，好奇心强，兴趣和爱好非常广泛，注意力不集中，容易分散，又对单调持久的动作容易感到疲劳和厌倦，为了能把这节课上的更好，我运用了电教手段，音乐进课堂，下面我通过三个部分来加以说明这节课的内容。

1、准备部分：学生在班级坐好，师生问好，然后进行集中注意游戏的练习，《大西瓜、小西瓜》，目的是从课的开始就使学生对这节课学习的内容感兴趣，注意力集中了，有利于全课教学的任务能够更好的完成。

2、基本部分：脊柱异常弯曲的预防是本课的重点，在教学过程中我采取了直关教学的方法和小组练习的方法来进行站姿的练习，同时根据走动的动作有些简单、连贯、要领好记的特点，我们采取了音乐进行课堂的电教手段，提高学生的兴趣。

在初步掌握动作的基础上，为了使学生建立对正确身体姿势的性趣，我配上了多媒体图片进行演示使学生更清楚地认识到不正确的姿势对身体的影响，同时激发学生对正确姿势会产生姿态美的情趣，不断提高教学效果，这里就达到了本课的教学重点和难点，最后进行游戏，击鼓传花；目的是发展学生的身体的协调性和反应能力。培养学生团体协作精神。

3、结束部份：学生每组选一名学生进行多媒体游戏，学生在轻松愉快的情绪中结束本课。

多媒体设备、录音机。

练习密度：30——35%。

各种姿势的走的教案幼儿园篇二

篮球行进间运球接单手肩上投篮。

此内容用一课讲授，占本学期36课时的2.8%，是考核项目。篮球教材贯穿于学生的整个学习生涯，行进间运球接单手肩上投篮是小学、初中篮球教材的延续加深，更是高中、大学篮球教学内容的基础，甚至是学生终身从事篮球运动的基础。高中篮球教材不仅仅是对初中教材的重复，而是较好地处理从掌握技术到运用技术的过渡，落脚点是实践中的运用能力。本课重点是身体腾空时平衡的控制和投篮的出手动作。难点是较快速度运球投篮时的命中率。

学生积极探究动作方法，通过比较掌握正确行进间运球接单手肩上投篮动作。绝大部分学生能较好完成快速运球跑接行进间单手肩上投篮，通过思维，提高投篮命中率。对动作理解、掌握上，学生能深刻思考，切实探寻动作方法，求知欲、成功感得到满足。

我校采用男、女分班上课，每班男生数在40人左右。本课授课对象为高一男生，男同学普遍喜爱篮球运动，大多数都有一定的篮球技术基础，甚至部分同学技术很娴熟。他们对篮球学习兴趣浓厚，有强烈的掌握更高、更难技战术的欲望，从而提高个人的技、战术能力。相信他们会配合教师积极思索。小骨干能以身作则，组织协调本组队员。

围绕本教材的重、难点，结合我校的教学新模式“导学·讨论·点拨·训练”，根据教材和学生实际，从有利于调动学生学习积极性，有利于培养学生自主学习能力，尽可能适应学生个体差异角度出发。教学手段采用：启发式、激励式、评价式、念动训练法、目标导学等方法，真正发挥学生是课堂主体，教师是课堂引导者作用，提高教学效率，优化课堂结构。

课的开始部分用时1分钟，教师用肢体语言和语言表达集中学生注意力，快速身心俱佳投入课堂学习，明确本课内容，领悟教学目标。

准备部分用时9分钟，采用“四自”——“自编、自导、自练、自评”方式启发教学。根据本课教材分解“行进间—运球—接球—单手肩上投篮”，结合以前学过的篮球技术。启发学生做相关的准备活动，这样就有可能分成四组分别做不同的游戏比赛。每组10人每人一球，利用两块篮球场。如：一组行进间传球接球比赛；二组运球比赛；三组圆形站立传接球抢断游戏；四组单手肩上投篮命中率比赛。教师每组必到参加游戏，并及时点拨，强调动作要领，如在一组示范，口号“一、二、三”和“接、迈、传”动作相结合；在二组引导怎样运球跑得快，点明手按压球的后上方；在三组引导学生传、接球手腕动作；在四组组织讨论提高命中率的捷径。这样既复习了以前教学内容，又为本课主教材的学习奠定了基础。

在基本部分用时31分钟，教师“导学”引导学生在刚才分组游戏基础上，把这几个动作整合在一起，综合成本课教学内容“行进间运球接单手肩上投篮”。教师不急于示范讲解，而安排各组由小骨干带队分组讨论、探究、摸索动作方法。可能会出现不同的动作，甚至有错误动作，同学之间为正误可能出现争议。经过一轮争辩，教师召集学生，观看慢动作过程完整播放，教师打开影像设备，在大屏幕上演示慢镜头动作，通过观察使学生建立正确视觉表象。和自己的动作相对照，动作正确的学生会为自己的成功而欢呼，动作有误的同学会恍然大悟。在此基础上，教师引导学生闭眼念动默练动作，在思想上完成动作过程，发展思维表象，引起神经肌肉系统的相应变化，加深动作记忆，教师接着示范讲解动作方法要领。（以右手投篮为例）跨右脚同时双手拿球为“1、接”，迈左脚蹬地起跳为“2、跳”；当身体接近最高点时，右手肩上投篮为“3、投”让学生结合自己摸索动作联系正确动作方法，建立正确行进间运球接单手肩上投篮的动作表象。组织学生分组练习与篮板成 45° 角，距篮5-6米，运一次球跨步碰板投篮。激励学生把正确视觉表象和自己的动作相结合，指导自己的技术动作，使动作更完善精确，教师召集学生对此略作评价，鼓励学生在练习中多进行相互评价。组织慢速

运球跑接行进间单手肩上投篮时，引导学生根据自己实际，建立空间感、距离感，准确把握起跨拿球的最佳距离及空间最佳投篮距离，教师巡视，对优生给予鼓励，激励学生对本组队员进行赞叹如“好”，“漂亮”“ok”“高”等，对动作技能形成较慢的学生，给予点拨，可让其和教师一起“跟我学”，如影相随，完成动作，强化动作记忆。激励学生动作中要思维，把思维与动作直接结合，提高动作质量，要求每位学生设立自己的投篮目标，每次投篮既要动作优美正确，又要有较高的命中率。启发学生思维，找出提高命中率的捷径，找准角度，反复投篮。通过命中率反馈动作掌握情况建构正确动作：篮下45°角擦板投篮最准。激发学生学习兴趣和成功欲。

结束部分，播放3分钟强烈的“蹦、蹦、蹦”乐曲，让学生任意发挥，充分放松，再加1分钟自我暗示，促进肌肉放松，调节植物性神经机能消除心理紧张、消除疲劳。

在整体结构上，由于场地足，器材多，课的练习密度相对较大可达35%~40%，练习强度稍大，但学生可以自我调控、量力而行。准备部分因有比赛学生脉搏和心率快速增高，但运动负荷并不太大。在基本部分快速行进间运球接单手肩上投篮练习初期脉搏可达最高峰，稍后下降将趋于平稳。

因采用“导学·讨论·点拨·训练”模式，学生是课堂主体，情感体验深刻，在技术上，人人有所获得，通过命中率学生可获得定量的达标目的，我相信学生学有所长，才有所用，定会取得满意的效果。

各种姿势的走的教案幼儿园篇三

游戏名称：

《有趣的绳子》

活动目标：

- 1、通过实际操作绳子，总结绳子的多种玩法，体验活动的快乐。
- 2、通过玩绳的游戏，增强幼儿身体平衡、跳、爬、钻等动作的能力。

活动准备：

4条若干长的绳子，4条红布条，纸箱若干，4个垫子。

活动过程：

（一）导入部分

- 1、幼儿列好对，听教师口令。幼儿进入活动场地。
- 2、幼儿原地踏步在，边走边喊大一班口号。
- 3、整理队伍，幼儿进行报数。

（二）队列展示

- 1、变队形，有二队变成四队，四对变成二队，重复两遍。
- 2、幼儿做课前运动。（四肢伸展运动，扩胸运动，扭腰，踢腿，压腿等运动）
- 3、跨立：幼儿听口令师：“跨立”。幼：“一二”完成。
- 4、蹲下：幼儿听口令师：“蹲下”。幼儿：“一二”全部幼儿下蹲。师：“起立”。幼：“一二”站好。
- 5、练习幼儿向左，向右转法，幼儿认真完成。

6、幼儿整理队伍，将四队变为二对。

（三）游戏活动

1、游戏导入

a□教师讲解游戏规则：游戏中幼儿必须有序的用跳、跨、爬、钻等动作完成，其间身体不能碰到绳子。

b□分组：共两队，男孩一队，女孩一队，游戏时两队同时进行比赛，先完成的队胜出，输的队接受惩罚。

2、游戏进行：

a□邀请一名幼儿做示范，教师讲解游戏过程。共四条绳，第一条绳子幼儿跳过去。第二条绳子幼儿跨过去。第三条绳子幼儿爬过去。第四条绳子幼儿钻过去。然后，绕着凳子转一圈，再走过独木桥，完成游戏。

b□游戏开始：幼儿听教师口令师：’开始‘。两队幼儿同时开始游戏第一名幼儿完成紧接着第二名幼儿直到最后一名幼儿完成为止。

c□在游戏中有违反游戏规则的幼儿要求重新开始。

d□全部幼儿完成，宣布胜出的队，输的队接受惩罚。

游戏结束：

1、做全身放松活动，游戏自然结束。

2、小结游戏：表扬机智、勇敢、动作灵活，大胆参与活动的幼儿

活动延伸：

幼儿交流创编绳子的多种新玩法。

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

各种姿势的走的教案幼儿园篇四

大家好：

我的说课题目是《跑》。

（1）第一册的课程标准

小学教育是基础教育，小学生是祖国的未来。义务教育小学《教学大纲》中，明确规定了小学体育与健康课程的教学目的：“体育与健康的教学以育人为宗旨，与德育、智育相配合，促进少年儿童身心的全面发展。为培养社会主义建设者和接班人做好准备。”

学校教育的基本目标是育人，培养德智体美全面发展的社会主义建设者和接班人，体育与健康作为学校开设的一门必修

课程，它的最基本的目标就是促进学生身心全面发展，这就是说，体育与健康教学目的不仅仅是要增进学生的健康，增强体质，而是要培养身心健康、全面发展的人，反映了健康第一的思想。

一年级的教学目标是：

（一）使学生初步了解上体育与健康课和锻炼身体的好处，能够认真上好体育与健康课。

（二）使学生学习基本运动、游戏、舞蹈和韵律活动等简单的身体活动方法，发展基本活动能力，培养身体正确姿势。

（三）使学生感受到参加集体体育活动的乐趣，遵守纪律、与同伴友好相处。

（2）内容标准。一年级体育与健康课共分为三大块，包括体育基本常识、基本运动、和游戏。

走和跑是人体基本活动能力之一，在日常的生活和学习中，离不开走和跑。走和跑是小学低年级教学内容之一，它不仅可以提高小学生的基本活动能力，发展身体素质，培养身体的正确姿势，也可以使小学生学习一些基本的运动知识和技术，体验运动的乐趣。

小学一年级跑的教材，主要是通过自然奔跑和各种方式的跑，如追逐跑、换物跑等，是儿童初步掌握姿势端正、前脚掌着地、放松的向前跑，发展灵敏素质和奔跑能力。在此基础上，逐渐学习站立式起跑、快速跑、跑走交替等，加快跑的速度，控制跑的方向，维持身体平衡，提高跑的能力。

（1）教学建议

（2）评价建议

(3) 课程资源的开发与利用

各种姿势的走的教案幼儿园篇五

游戏：看数抱团；小足球：脚背正面运球。

学生在练习的过程中体会到学习和锻炼的好处，并在合作中增强竞争和创新能力。

知道脚背正面运球的动作方法，初步掌握运球动作技能，会跑动运球。

教学重点：脚背正面运球的中部；

教学难点：摆小腿脚背面轻推球抬头观察。

- 1、使学生掌握跑动运球的动作，培养学生的协调性和节奏感。
- 2、在宽松和谐的氛围中，增进人与人之间的感情，促进相互间的交流与协作。

讲授法，直观教学法，集体练习法。

符合生理特征的原则，适应学生心理的原则，统一性与灵活性相结合的原则

这节课因为儿童活泼好动，好奇心强，兴趣和爱好非常广泛，注意力不集中，容易分散，又对单调持久的动作容易感到疲劳和厌倦，为了能把这节课上的更好，我运用了游戏加入训练的方式设计教学过程，下面我通过四个部分来加以说明这节课的内容。

- 1、愉悦身心：学生成四列横队站立，师生问好，报告人数，检查服装，宣布课的内容和任务；然后做准备活动，做徒手

操，发展学生的节奏感及表现力活动身体各关节。

2、育心强体：进行集中注意游戏的练习，《看数抱团》，目的是从课的开始就使学生对这节课学习的内容感兴趣，注意力集中了，有利于全课教学的任务能够更好的完成。

3、增知促技：脚背运球是本课的重点，在教学过程中我采取了直关教学的方法和集体练习的方法来进行直线运球的练习，发展身体协调与连贯性，培养学生的跑动运球能力，设计游戏式运球项目“十字路口”增加难度又有娱乐性，锻炼学生在跑动运球中抬头观察能力。

4、恢复身心：学生跳起轻松愉快、优美欢快的集体舞进行放松活动，学生在轻松愉快的情绪中结束本课。

足球场，足球八个，标志桶八个。

各种姿势的走的教案幼儿园篇六

一、指导思想：

在新课程标准实验和体育课程改革中，本着“健康第一”的思想，务实、拓展、探索、创新的思路。根据二年级学生的生理、心理特点和有关故事情景的展开来完成各项教学任务，让学生沉浸在故事的角色中，使被动学习变成主动参与，不断体验的过程。在提出问题，解决问题，自主发展的探索过程中，使每个学生都能体验到成功的满足和快乐，为学生形成终身体育意识打下良好的基础。

二、教材分析：

奔跑是体育锻炼的主要教材之一，是人体基本活动能力的重点教材。根据二年级学生的特点，通过加速跑这一教学，是学生掌握最简单的奔跑逐步加速的方法，提高学生的奔跑能

力;促进学生下肢肌肉、关节、韧带、上下肢协调能力和内脏器官机能的发展。本课的教学,尽量多给学生练习的机会,不过分强调动作的细节,而把教学的重点放在学生跑的动作正确,逐步加速的奔跑能力上。辅助教材安排了听信号快速跑的游戏。

三、学情分析:

一年级学生的年龄特点表现为思想活跃、活泼好动、兴趣广泛、情绪波动大、注意力集中时间短,好胜心强,模仿能力、表现欲和上进心都比较强。这为本课培养学生的创新能力和实践能力为核心的乐学思路,提供了良好的条件。

四、教学目标:

- 1、使学生能够乐于参加本堂课的学习,认真完成本课任务。
- 2、能做到上体放松,两臂前后摆动,逐渐加快跑的速度。
- 3、发展学生的思维能力,表现勇于进取的精神。

教学重点:提示跑的动作正确,逐步加快跑的速度。

教学难点:逐步加快跑的速度。

五、教学方法:

针对本课的教学目标和学生的实际,同时遵循“以教师为主导,学生为主体”的现代化教学原则,本课设计了以下教学方法:

- 1、情景教学法:让学生入境动情,明理知味,用情景激发学生的兴趣,使每个学生在强烈的角色体验中产生浓厚的学习兴趣,获得注意力,从而获得的教学效果。

2、直观教学法：运用挂图展示站立式起跑的动作，吸引学生的注意力，培养学生的学习兴趣，建立所学动作的形象。

3、游戏竞赛法：利用游戏的娱乐性、竞争性、规则性强的特点，精心设计问题让学生产生想象，在思考、领会、比较、体验中掌握动作技术，提高学生的练习兴趣，产生较强的情绪体验，激发好胜心，充分发挥学生主动性和创造性。

六、学法指导：

“方法是打开知识宝库的金钥匙”。本课在学法上我主要采用了尝试学习法、对比学习法和小组合作学习法。先让学生在尝试练习中发现问题，然后在相互对比，小组研讨中领悟出要领，理解道理。最后通过小组协作和个人练习相结合的学习方法，解决发现的问题，从而促进学生积极主动参与练习，提高学生学习的自主性。做到“授之以鱼，不如授之以渔”。

七、教学过程：

本课以“森林探险”为主线，从初如情景，再如情景，发展情景，保持情景，延续情景五个环节展开体育教学。

(一)初入情景：

1、导入：同学们，大家知道大森林里有哪些凶猛的野生动物吗？(知道)谁能给大家介绍一下呢？以提问的方式调动学生学习的兴趣，使学生很轻松的进入到预设的情景教学中。在介绍的时候，学生应该使轻而易举的就可以回答出答案，我稍以语言鼓励，效果会更佳。

(二)再入情景：

老师听说我们班的小朋友特别勇敢，你们愿意参加森林探险

活动吗?(愿意)森林中险恶重生，在探险之前，我们必须做好充分的准备。根据故事情节，模仿各种小动物，小朋友们跟着老师自由自在地做游戏，从而达到身体各关节的充分活动，激发学生学习的兴趣和参与意识。使他们在“玩中学，在学中乐。”

(三)发展情景:

在森林当中我们遇到了不少困难，就要同学们不断的进行克服。尝试自由练习快速跑：怎么样才能快速的通过自己本组的路线?这时候学生在自我的探索中不断的进行较快速度的练习，达到了自学的效果。

2、教师点出：我们在通过森林时不仅要有比较好的越过障碍的方法，还需要有快速跑的能力，因为教师给每组同学都设计了一条必须通过的路线，那就是快速跑过一条“危险”的长距离障碍。该怎样加速，才能使自己在跑道上跑的越来越快。于是同学们带着不同的表情和动作开始在跑道上奔跑。刚开始，学生自由发挥的动作不一定都正确，这就需要教师的帮助。教师组织学生观看挂图，学生自由模仿站立式起跑，学生在尝试中不知不觉的掌握了动作要领，充分体现了新课程的理念。在学生掌握奔跑动作的时候，让学生对比一下，慢跑、快跑和加速跑有什么不同。通过比较自然了解了加速跑的动作。上肢与下肢的配合会更协调，自然速度就越快。最后通过让学生通过比赛，看谁跑的最快，请4个组中的同学出来决赛并发奖。

(四)保持情景：游戏“听信号快速跑”

同学们通过锻炼掌握了探险的本领，教师通过哨声来统一指挥，达到动作的熟练。提问：我们的探险本领已经十分的高强了，让我们比一比谁的本领，好吗?教师按照游戏规则，将学生分为两组，分别在布置场景的场地进行，在音乐的伴奏下，开展游戏，最后教师讲评比赛结果。

(五)情景延续

在课的最后部分安排了放松舞蹈，学生在我的带领下跳起欢乐的《幸福拍手歌》舞，让学生们跳起来，乐起来，笑起来，调节大脑中枢神经的兴奋，使紧张的肌肉得到放松，从而达到体育课的目的和任务。

八、效果回顾：

在本节课的教学过程中，以《加速跑》为主教材，以听信号快速跑游戏为辅助教材。通过情景的创设，让学生在情景的感染下，激发学习兴趣，获得注意力，从而达到的学习效果。另外，通过利用挂图展示动作吸引学生的注意力，培养学生的学习兴趣，建立所学动作的形象。通过利用游戏的娱乐性等特点，精心设计问题让学生产生想象，在思考、领会、比较、体验中掌握技术，提高学生的兴趣，产生较强的情绪体验，激发好胜心，充分发挥学生主动性和创造性。

各种姿势的走的教案幼儿园篇七

一、教学内容：

游戏：看数抱团；小足球：脚背正面运球。

二、教学目的：

学生在练习的过程中体会到学习和锻炼的好处，并在合作中增强竞争和创新能力。

三、教学要求：

知道脚背正面运球的动作方法，初步掌握运球动作技能，会跑动运球。

四、教学重点：脚背正面运球的中部；

教学难点：摆小腿脚背面轻推球抬头观察。

五、教学任务：

- 1、使学生掌握跑动运球的动作,培养学生的协调性和节奏感。
- 2、在宽松和谐的氛围中,增进人与人之间的感情,促进相互间的交流与协作。

六、教学方法：

讲授法,直观教学法,集体练习法。

七、教学原则：

符合生理特征的原则,适应学生心理的原则,统一性与灵活性相结合的原则

八、教学过程：

这节课因为儿童活泼好动,好奇心强,兴趣和爱好非常广泛,注意力不集中,容易分散,又对单调持久的动作容易感到疲劳和厌倦,为了能把这节课上的更好,我运用了游戏加入训练的方式设计教学过程,下面我通过四个部分来加以说明这节课的内容。

1、愉悦身心：学生成四列横队站立,师生问好,报告人数,检查服装,宣布课的内容和任务;然后做准备活动,做徒手操,发展学生的节奏感及表现力活动身体各关节。

2、育心强体：进行集中注意游戏的练习,《看数抱团》,目的是从课的开始就使学生对这节课学习的内容感兴趣,注意力集中了,有利于全课教学的任务能够更好的完成。

3、增知促技：脚背运球是本课的重点,在教学过程中我采取了直关教学的方法和集体练习的方法来进行直线运球的练习,发展身体协调与连贯性,培养学生的跑动运球能力,设计游戏式运球项目“十字路口”增加难度又有娱乐性,锻炼学生在跑动运球中抬头观察能力。

4、恢复身心：学生跳起轻松愉快、优美欢快的集体舞进行放松活动,学生在轻松愉快的情绪中结束本课。

九、 场地器材：

足球场,足球八个,标志桶八个。