

最新健康水果教案反思(汇总5篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。那么问题来了，教案应该怎么写？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。

健康水果教案反思篇一

本课主要体现小学体育与健康课程标准中做出蹲跳起的简单动作这个目标。通过学习了解蹲跳起的动作。在游戏教学中通过自我体验，利用游戏来巩固，既激发了学生的学习兴趣，使他们能在愉悦的氛围里学习，又提高了学习的效率，所以在体育教学中，游戏很重要，让学生在玩的过程中得到锻炼，使学生始终沉浸在愉悦的课堂气氛中。

现在的教学要求我们创新，目前，体育教学方法基本上是教师讲解动作概念、要领，示范，然后学生随教师进行模仿练习，方法单调，吸引不住学生的兴趣，所以我觉得把猜谜、音乐、数学、讲故事等多种形式引进体育课，这样可以吸引了学生的注意力。

多采用小游戏或者小型趣味比赛来调动学生的积极性和学习兴趣。低年级学生争强好胜，热衷于游戏式的比赛，教学中可以充分利用他们的这一心理特点，让他们喜欢体育课里的小游戏，从而喜欢上体育课，并且在游戏中学到该学的东西。

我记得我小的时候最爱上的课就是体育课，上体育课是最高兴的事儿了，所以如果学生对体育课缺乏兴趣，与其责怪学生，不如反问自己。要使体育教学有实效，第一要紧的是要把学生的心抓住，在完成体育教学的基本任务外，要使学生乐学。这样教师的“教”与学生的“学”之间便形成合力，学生端正了学习态度、增强了学习的信心、培养了体育兴趣

提高教学效率，教师授课也轻松了，学生在学到体育技能的同时，身心也得到了愉悦，身体也得到了健康的成长。

健康水果教案反思篇二

课题：

年糕蹲（综合）

活动目标：

- 1、知道年节食品的吉祥语。
- 2、了解游戏规则，享受集体游戏的乐趣。

活动准备：

- 1、橘子、苹果、面条、年糕等过年食物。
- 2、“奇妙的口袋”一个。

活动过程：

- 1、出示奇妙的口袋，引起幼儿兴趣。
- 2、依次从口袋里出示各种物品，让幼儿说出它们的名称，教师告诉他们每种食品所代表的吉祥含义。
- 3、邀请幼儿“闻一闻、尝一尝”。
- 4、玩游戏“年糕蹲”。

（1）教师边念儿歌边示范玩法，如：“年糕蹲、年糕蹲，年糕蹲完苹果蹲。苹果蹲、苹果蹲，苹果蹲完了橘子蹲。”念错或被点到而没蹲的人就被淘汰出局。

(2) 将幼儿分成四组，每组取一个名字，开始游戏。

(3) 根据游戏情况评价。

区域活动：

在益智区里摆放以上食物的图片，供幼儿玩游戏。

日常活动：

引导幼儿和同伴说说其它吃过的食物以及它们所表示的含义。

与家长沟通或请家长参与：

请家长介绍一些本地关于过年时吃食物的' 风俗。

活动应变及反思：

幼儿的应变能力还是有点欠缺，在喊道：“年糕蹲、年糕蹲，年糕蹲完苹果蹲。”往往蹲的还是年糕，幼儿的随从性也很强，不管他是代表什么，只要看到边上的小朋友做什么，他就会去跟着做。

健康水果教案反思篇三

我在二（2）班上了一节蹲跳的考核课，课在学校的足球场上进行。课的大致过程是这样的：准备动作是“老鹰捉小鸡”，方法是散点，让学生自由发挥想象能力，感受“老鹰捉小鸡”游戏的快活，活动后让学生谈体会；两人推掌下蹲前后左右跳，活动后学生互评；原地蹲跳训练；双脚跳过小垫子训练；最后是放松**样跳，让学生充分发挥自己的想象能力，在轻松的环境中放松心情。

1、树立“健康第一”的指导思想，培养学生坚持锻炼身体的

意识。在我20分钟的片段教学过程中，学生始终都是通过自己的努力完成着跳跃的练习，在最后的几分钟时间里学生也都在操场上自觉的练习“立定跳”的动作。

2、锻炼学生跳跃能力，通过游戏激发学生兴趣并对立定跳动作进行初步的练习。本课采用了多种跟跳有关的动作进行练习，例如“斗鸡”单脚跳，推掌前后左右蹲跳、最后过渡到学生双脚过小垫子跳动作。使学生充分参与到了跳的练习当中，同时也对“立定跳”这个动作有了认识和了解。

3、培养学生合作意识，建立良好的师生关系。课的开始就通过情景设计了一个小组合作定点斗鸡的游戏，学生参与的积极性很高涨。

4、95%以上的学生在练习中，情绪高涨，身心得到最大的愉悦。整个课堂教学是在情景、游戏的承托下完成，学生学习的情绪很高涨。练习的积极性有很大提高。95%以上的学生都参与到了本课的学习中。在此依据下我认为达到了本课的教学目标。

健康水果教案反思篇四

回顾本课的教学有收获也有不足。在蹲踞式跳远的教学过程中助跑、踏板起跳、腾空、落地这四个环节中，所有的教师都有自己的教学方法，下面谈谈自己在课的方法。

(1) 练习踏板起跳，起跳腿踏板起跳同时摆动腿，双手同时上摆，形成腾空步，是其技术动作的要领。这里我用到一个简单的教学方法，以左脚起跳为例：数三步起跳跑，在这个练习中，学生通过练习，自然就会慢慢协调这个动作，并达到顺畅完成。

(2) 利用踏跳板练习腾空动作，在空中形成腾空步，起跳腿上靠摆动腿，在空中形成一个蹲的姿势。教学难点就是，很

多学生根本在自身的能力下无法腾空，更别提以后的动作了。这时，教学中就要使用到踏跳板，但是我有不同的使用方法，这样学生直接踏在板上，不会影响他们的起跳动作，之后学生有了腾空。

(3) 今后要在体育的术语上下功夫，配合音乐时，教师的口令要看当时的情况而定，注意学生练习时的练习顺序，解决方法是，在起跳线后放两个标志物，让学生在标志物后站位，学生练习就有序了。

健康水果教案反思篇五

本课内容结构复杂，难度较大，学起来较为枯燥，为了调动学生的学习积极性，诱发学生的学习兴趣，我根据内容的动作结构将其分解成若干“小步子”，学生根据练习程序，结合教师的讲解和示范完成教学任务。课是完成了，大部分学生能完成动作。但是在教学时和课后还是发现了很多的问题。在开始教学时，我没有在下面放海绵垫子。

在讲解和示范后，自己巡回指导去了，结果大部分女生没有完成动作，问其原因都说怕摔疼，我马上拿来垫子并叫了几个高大一点的学生在一旁加以保护。完成动作的学生明显增加。通过学习了解蹲跳起的动作。

在游戏教学中通过自我体验，能使投掷更准确，能在奔跑中也能做躲闪动作。一节课中，使学生始终沉浸在良好的课堂气氛中，保持旺盛的练习热情和积极性。