

2023年小班体育电风扇教案 体育活动心得体会打篮球(大全10篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

小班体育电风扇教案篇一

篮球是一项受到全球热爱的运动，无论是在职业比赛中还是在业余活动中，人们都能感受到篮球带来的乐趣和挑战。身为一个篮球爱好者，我近期参加了一场篮球比赛，这次经历让我对篮球的了解更加深入，也得到了一些宝贵的体会。

首先，打篮球能够锻炼身体。篮球是一项全身的运动，它需要身体各个部位的力量和协调性。在比赛中，我能感受到自己的身体不断运动、用力和适应着比赛的节奏。从起跳、转身、奔跑、跳投、上篮，每一个动作都需要用到各个肌肉和关节。通过长时间的训练和比赛，我的身体变得更加健壮灵活，也提高了我的耐力和爆发力。

其次，打篮球培养了我的团队合作意识。篮球是一项集体运动，只有整个团队的配合和默契才能取得胜利。在比赛中，我们需要相互传球、互相搭档、共同防守和进攻。每一次传球都需要精准的判断和准确的角度，每一个防守都需要配合队友，以保持对手的得分。通过与队友的合作，我学会了倾听和沟通，也学会了在团队中扮演各种不同的角色，并且明白到只有团队的合作和努力才能取得胜利。

第三，打篮球培养了我的耐心和毅力。篮球是一项需要长时间训练和坚持的运动，要达到技术精湛的水平需要付出大量的汗水和时间。在我的篮球之旅中，我经历了一次又一次的

失败和挫折，也经历了无数个辛苦的训练和比赛。但是正是这些挫折和耐心，让我不断地克服困难，不断学习和进步。篮球教会了我永不放弃和永不言败的精神，这种精神不仅可以在比赛中派上用场，也可以在日常生活中帮助我克服困难和面对挑战。

第四，打篮球带给我乐趣和放松。在忙碌的生活中，打篮球是我重要的放松方式之一。在比赛中，我能够忘记一切烦恼和压力，全身心地投入到比赛中。与队友们一起奔跑、冲撞、进球是一种无与伦比的快乐和满足感。即使没有比赛，我也会自己去打篮球，享受一个人与篮球的对话时间。这种乐趣和放松不仅让我疲惫的身心得到了舒缓，也让我对生活充满了希望和动力。

最后，打篮球让我结识了许多志同道合的朋友。在比赛和训练中，我遇到了许多同样热爱篮球的人，我们互相鼓励、互相帮助，在场上切磋技艺，在场下分享生活。这些志同道合的朋友成为了我生活中的支持者和伙伴，我们一起度过了许多快乐的时光，也一起面对了许多困难和挑战。篮球活动让我懂得了友谊的珍贵，也让我明白到只有与他人合作才能取得更大的成就。

打篮球是一项兼顾身体、心理和社交方面的全面培养运动。通过打篮球，我锻炼了身体，培养了团队合作意识，增强了耐心和毅力，同时也享受了乐趣和放松，并且结识了许多朋友。篮球不仅仅是一项运动，更是一种生活方式，它教会了我很多，让我的生活更加充实和有意义。无论是在球场上还是在人生的道路上，我都会坚持打篮球，并将这种精神和体验引导到我生活的方方面面。

小班体育电风扇教案篇二

篮球是一项流行的体育运动，许多人喜欢打篮球作为日常锻炼的方式。我最近参加了一次篮球训练营，体验了真正意义

上的篮球比赛，这给了我许多新的体会和收获。在这篇文章中，我将分享我对打篮球的体验和心得体会。

首先，打篮球锻炼了我的身体素质。篮球是一项需要速度、耐力和灵活性的运动，每天都参与篮球训练，使我的身体变得更加强壮和敏捷。在比赛中，我学会了利用速度和力量，迅速突破对手的防守，进球得分。同时，在场上的奔跑和防守也增强了我的耐力和持久力。通过打篮球，我不仅保持了良好的体型，还增强了我的身体素质。

其次，打篮球培养了我的合作精神和团队意识。篮球是一项需要团队协作的运动，每个队员都需要相互配合，共同达到更好的成果。在比赛中，我学会了与队友沟通，制定战术，并相互协作进行防守和进攻。而在日常的训练过程中，我们通过合作游戏和队内对抗训练，增进了团队意识和信任，这使我们的整个队伍更加紧密。通过打篮球，我学会了如何合作与团队合作，这对我在日常生活和工作中建立良好的合作关系有着积极的影响。

第三，打篮球培养了我的冷静和应变能力。在比赛中，对手的防守或进攻可能会给我们带来压力，需要我们保持冷静和迅速应对。尤其是在比分激烈的比赛中，保持冷静是非常关键的。通过打篮球，我逐渐学会了如何在压力下保持冷静，并通过应变的策略突破对手的防线。这种冷静和应变能力在我日常生活中也起到了很大作用，让我更好地应对各种困难和挑战。

第四，打篮球激发了我的竞争意识和毅力。在每次比赛中，我都迎接了来自对手的竞争。这种竞争意识让我更加努力地训练，提高自己的篮球水平。同时，每次比赛的胜败也激起了我的毅力和意志力。无论输赢，我都学会了从失败中吸取经验教训，继续前行。通过打篮球，我变得更加有耐心和坚持不懈，这对我在所有的事情中都有着很大的帮助。

最后，打篮球给我带来了快乐和满足感。在比赛中，当我得分或防守成功时，我会感到一种成就感和满足感。我与队友们共同努力打球的快乐也是无法言表的。篮球让我找到了一种乐趣和对运动的热爱，这种快乐也激发了我对体育活动的热情和体育精神。

总之，打篮球是一项锻炼身体、培养团队意识、提高个人能力的运动。通过参与篮球训练和比赛，我得到了许多宝贵的体会和收获。这一体育活动不仅提高了我的身体素质，而且培养了我的合作精神、冷静应变能力、竞争意识和毅力。最重要的是，打篮球给我带来了快乐和满足感。我将继续努力，保持对篮球的热爱，并将篮球的精神应用到日常生活中。

小班体育电风扇教案篇三

全面贯彻教育方针，落实《中共中央国务院关于加强青少年体质的意见》和《学校体育工作条例》为全面贯彻落实教育部、国家体育总局、共青团中央提出的“健康第一”的指导思想，全面增强中、小学生的综合素质。

注重对每一个学生的健康教育，使学生在思想上正确认识到健康的重要性，培养他们自觉参加体育锻炼的意识。是在学校形成浓郁的校园体育锻炼氛围和全员参与的群众性体育锻炼风气，提高学生的体质健康水平。共同实现“每天锻炼一小时、健康工作五十年、幸福生活一辈子”的目标，大家一起动起来吧！

活动成员：全体师生

活动内容：

1、每天利用早操20分钟时间坚持做好：

广播操《七彩阳光》、《二十四式太极拳》

2、每天利用下午大课间20分钟和课间10分钟在本班级活动区内活动(跳绳、转呼啦圈、拍球、踢毽子)

3、每天做好可见10分钟的两次眼保健操；

4、给自己定一个运动目标：跳绳、转呼啦圈、拍球、踢毽子

1、加强宣传营造阳光体育运动的良好舆论氛围。充分利用板报、宣传栏等各种宣传手段，开设专题栏目，开展各种体育比赛等活动来大力宣传阳光体育运动，广泛传播健康理念，使“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”的理念深入人心，唤起师生对健康的关注。

2、以体育课教学为基本平台，与课外活动有机结合。从本学期开始，学校将严格执行国家关于体育课时的规定，开足开齐体育课。更加注重对学生进行健康知识教育和科学健身理念的培养，把课外活动纳入学校教育教学计划，不得挪用或挤占课外活动时间，安排看护教师进行课外活动辅导、训练，对参与课外活动辅导的教师按相应时间计算其工作量，确保师生的合法权益。

3、坚持教育与趣味性相结合，提高学生的兴趣，符合中、小学学生的身心特点，寓学于乐，寓练于乐。

4、坚持大课间和课外活动相结合，积极开展快乐体育活动，不断丰富学生课外体育活动的形式和内容。加强安全教育和安全管理，防止意外体育安全事故。

大家一起动起来吧！相信通过这些阳光体育活动，同学们能大大提高体质健康水平！！

小班体育电风扇教案篇四

主题活动：“娃娃餐馆”的反思

活动在笑声和掌声中结束。食物的种类、加工和烹饪等内容，深刻地留在了幼儿头脑中，幼儿的学习能力和老师的教育能力都得到了充分发挥和发展。但就是常规比较乱，在这方面还要加强。

注：查看本文相关详情请搜索进入安徽人事资料网然后站内搜索体育活动反思。

小班体育电风扇教案篇五

篇文章旨在分享我的体育活动心得体会。体育活动对于我们每个人来说都是至关重要的，它能够帮助我们保持健康的身体和精神状态，增强免疫力，减轻压力和提高个人的自信心。在我多年的体育活动经历中，我从中学到了许多宝贵的经验，这些经验对我今后的生活和事业都非常的重要。

第二段：团队合作的重要性

体育运动并不仅是一种个人的活动，更重要的是它关注团队合作。体育项目需要队员之间的信任、配合、沟通和相互支持。我们在追求胜利的同时，跟队友的情谊也在不断增强，增加着团队的凝聚力。在团队中，我们也能够领悟到如何与其他人相处，与人交往的技巧以及如何坚持自己的立场和意见。体育活动是提升个人素质，增长社交经验的最佳途径。

第三段：坚持的重要性

另一点值得注意的体育活动方面是坚持。在坚持我自己喜欢的运动项目上，我学会了如何克服疲劳，挑战自我。体育运动并不仅仅是为了评价或胜利，更意味着在众目睽睽下要对自己的表现负责，这要求我们有足够的毅力、决心和自律精

神。当你能够坚持一定时间后，你就会逐渐发现自己的天赋和潜力。这也让我深刻意识到，只有在不断坚持下，我们才有可能获得成功。

第四段：身心健康的保障

体育活动是一种非常健康的活动，它有着诸多身体与心理方面的好处。通过体育运动能够有效地降低心理压力，增强身体素质，达到良好的身心平衡。我从体育活动中，学会了克服恐惧，尽情享受每个刺激的瞬间。在我运动时，我的思维变得更清晰，身体也显得更加灵活。

第五段：总结与建议

总之，体育运动不光是一种为了保持身体和心理健康的活动，同时也是我们可以获得自我荣誉和彰显个性的方式。在我尝试着开展更多的体育项目中，我发现自己的兴趣更广泛了，也鼓励周围的许多人投入到体育运动之中。因此，我也建议大家尝试着参与到身体锻炼活动中，发现自己的天赋和潜力，在忙碌的学习生活之余，合理安排好自己的身体和心理健康，以成为一个更好的人。

小班体育电风扇教案篇六

以党的十六大“全面建设小康社会”的要求和“三个代表”重要思想为指导，认真贯彻落实《公民道德建设实施纲要》和《关于加强社区建设的意见》精神，紧紧围绕打造人文柯城的奋斗目标，坚持以人为本，以完善活动阵地，健全活动队伍，开展特色活动为重点，传播先进文化，提倡健康新理念，努力促进人的全面发展，展现社区居民健康、文明的精神风貌，形成团结、和谐的社会风尚，为把我区建成充满活力、富有文化特色、人居环境优良的现代化中心城区打好基础。

20xx年“文体进社区”的活动主题是：改陋习、树新风、创

文明。

建设和开辟更多的面向广大居民、便于居民参与的公益性文体活动场所，树立一批社区文体服务中心建设的典型，充分利用社区文化中心、图书馆、文化馆、广场文化、俱乐部、体育场、健身站（点）等文体阵地，组织富有特色、丰富多彩的文化活动，开展图书进社区、文体培训进社区、文体活动、文体队伍进社区活动。重点抓好节庆假日的社区文体活动，提高群众文体活动水平。

（一）开展好“四送体育进社区”活动，即一送体育制度进社区，制定体育指导员管理、器材管理和维护等方面制度；二送体育活动进社区，开展“全民健身月”活动，举办以街道为单位的特色体育项目展演，抓好群众体育组织建设及晨（晚）练点的建设；三送体育指导员进社区，指导群众性体育活动的开展；四送科学健身方法进社区，通过讲座、发放宣传单宣传健身知识，积极倡导科学锻炼。

（二）通过“杭州湾激情文化广场”，组织所辖社区和辖区内的单位、学校轮流参与演出，丰富市民业余文化生活。努力办好“柯城区第一届社区艺术节”和“柯城区第一届社区运动会”，力争通过活动的举办，发现优秀文、体人才，促进文体两类活动上档次、创特色，同时带动全区各个层面文化艺术、体育活动的广泛开展。

（三）通过文体指导员进社区，组织以社区居民为主要成员的业余文体队伍，开展具有社区特色、群众喜闻乐见、易于参加的各类文体活动和文体信息服务活动，以丰富多彩的艺术形式宣传“改陋习、树新风、创文明”。满足广大社区居民的精神文化需求。

小班体育电风扇教案篇七

各位领导，老师，大家好：

我执教的是幼儿园建构式课程中班上学期的一节体育游戏《快乐岛》。

新《纲要》在幼儿健康领域的目标中明确提出：要让幼儿喜欢参加体育活动，动作协调、灵活，要求我们用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性和幼儿的团结合作意识。根据中班幼儿年龄特点和《纲要》要求，我设计了此次活动，并把活动目标定位于：

1. 幼儿能够积极愉快的参与活动，动脑筋想办法。
2. 引导幼儿与同伴合作游戏，体会到合作的愉快。
3. 能与同伴一起站在报纸上，保持身体的平衡。

为调动幼儿对体育活动的兴趣，让他们喜欢参与。我做了如下准备：

1. 报纸若干。
2. 小海*头饰每人一个。
3. 一段适合表演海*的曲子，大海的轻音乐。

1、本活动重点就是幼儿能够积极愉快的参与活动，动脑筋想办法，能与同伴合作游戏，体会到合作的愉快。

2、难点就是能与同伴一起站在面积较小的报纸上，保持身体的平衡。

本次活动以游戏法为主，让幼儿在轻松愉快的音乐氛围中，头戴小海*头饰变成了一群可爱的小海*在沙滩上玩耍，到大海里做游戏等故事情节，带幼儿进入情境，采用了表演法、尝试法、提问法，逐步提高游戏难度来进行游戏活动。

整个活动以幼儿为主体，游戏过程从易到难，通过表演、游戏、体验等方式让幼儿把自己当成一只小海*融入到游戏活动中，使幼儿在玩中学，学中玩，活动活而有序。

第一个环节：组织教学，幼儿头戴海*头饰变成一群可爱的小海*，激发幼儿活动兴趣。

第二个环节：导入活动，我用优美的语言创设海*沙滩游玩的情境。海*妈妈通过带小海*爬到沙滩上踩沙子、跳水坑、学小海鸥飞，和小朋友一起跳舞等，既锻炼了幼儿走、爬、跳等动作技能，又活动了身体，为下一环节作好铺垫。

第三个环节：热身游戏：我设计了“鲨鱼吃海*”这个游戏。老师来扮演鲨鱼，小海*听信号来找小伙伴手拉手，违犯游戏规则就被鲨鱼吃掉。此环节教师注意交待清楚游戏规则，通过这个游戏锻炼了幼儿的反应能力，并让幼儿感受到了朋友多力量大的作用。

最后，“海水上潮了，把快乐岛逐渐淹没，报纸对折，越变越小，难度逐渐提高，将整个活动推向高潮。前两次对折后幼儿很容易就躲到快乐岛上，当第三次对折报纸后，快乐岛面积变得较小，如果直接进行游戏，有些幼儿可能一下想不出好办法，所以这一环节我在游戏开始前先让幼儿到小岛上尝试体验一下，给幼儿充足的时间动脑筋想办法，并让幼儿展示自己的想法，师及时给予表扬鼓励。经过教师的启发引导、同伴的互相学习，幼儿想出了各种各样的办法，我觉得这一环节活动的难点得以突破。

第五个环节：放松活动。我带领幼儿在展开的快乐岛上两个幼儿背靠背，听着美妙的轻音乐安静下来，做放松运动，使整个活动较好地达到动静结合。

本次活动教学中，我始终以饱满的情绪带动孩子，尽力照顾到每一个孩子，努力做到师生互动、生生互动。通过游戏的

形式把兴趣点自然而然地转移给了所有孩子，整个活动气氛高涨，活而有序，动静结合，目标达成，当然还存在一些不足之处，欢迎各位领导和老师多提宝贵意见，谢谢大家！

小班体育电风扇教案篇八

篮球是一项充满激情和团队合作的体育运动。通过参与篮球活动，我得到了很多宝贵的经验和启发。在过去的几年里，我参加了许多篮球比赛和训练，这些经历给了我很多体会和心得。本文将会从锻炼身体、培养意志力、团队合作、增强自信心以及享受成功的角度来阐述我对打篮球的感受和见解。

首先，打篮球是一种非常有效的锻炼身体的方式。篮球运动需要跑动、跳跃和运球等多种动作，可以全面地锻炼身体的力量、速度和耐力。长时间的训练和比赛使我有更强健的体魄，增加了体能和耐力。打篮球还有助于提高协调性和反应能力，提高手眼协调能力和身体的灵活性。通过参与篮球运动，我的体力得到了显著提升，也更加健康和有活力。

其次，篮球运动培养了我的意志力和毅力。在训练和比赛中，我经历了很多困难和挑战，例如受伤、体力透支和失败等。然而，我学会了在困难面前坚持不懈，不放弃追求进步的决心。篮球运动需要坚持不断地练习和磨砺，需要有耐心和毅力去克服困难。通过不断努力和坚持，我逐渐提高了篮球技巧和战术意识。意志力的培养不仅在篮球场上对我有很大帮助，也在我的生活中起到了积极的影响。

此外，篮球运动教会了我重要的团队合作精神。篮球是一项以团队为核心的运动，球场上的每个人都有各自的角色，需要互相配合和信任。在与队友们的合作中，我学会了倾听与理解，学会了相互帮助和支持。篮球场上的战术规划和配合需要整个团队的努力和默契，只有每个人都发挥出自己的最佳状态，才能给对手造成最大的威胁。通过与队友们一起战斗，我也学会了在团队中发挥自己的优势和作用。

另外，打篮球也给了我更大的自信心。当我在球场上投篮命中时，进攻得分或者做出一个漂亮的传球时，我感到非常兴奋和自豪。每个小的成功都给我一种成就感和满足感。通过反复的练习和努力，我逐渐提高了自己的篮球技术，慢慢地坚定了自己的信心。这种自信心在我的生活中也有着积极的影响，使我更加勇敢面对各种困难和挑战。

最后，打篮球让我享受到了成功的喜悦。每一场比赛都有胜负，每个进球都有快乐和成就感。当我取得胜利时，我会感到一种巨大的喜悦和满足。这种喜悦的体验激励着我不断努力和追求更高的目标。篮球运动中的成功体验也教给了我如何应对失败，以及如何从失败中汲取教训，不断成长和进步。

总的来说，打篮球不仅让我更健康、强壮，而且还培养了我意志力和毅力，教会了我团队合作和自信心，给我带来了成功的喜悦。这些体会和心得不仅适用于篮球运动，也能指导我在其他方面的生活和工作中取得更好的成绩。篮球对我来说不仅是一种运动，更是一种人生的体验和启示。

小班体育电风扇教案篇九

体育活动在我们生活中扮演着重要的角色，它可以让我们保持健康、增强体质，并培养我们良好的人生态度和价值观。在近几年的体育活动中，我有着许多的心得和体会。在这篇文章中，我将分享我对于体育活动的看法和体验。

第二段：体育能够培养团队合作的能力

在体育活动中，我意识到了团队合作的重要性。在团队合作中，我们需要与队友密切配合，互相支持，共同克服困难，并最终致胜。这种团队精神不仅可以在体育领域中派上用场，而且在实际生活中也同样重要。团队精神可以帮助我们在工作场所中更容易地与同事相处，形成一个团结协作的集体。

第三段：体育能够让我们超越自我

在体育活动中，我发现在多次训练和努力后，我能够超越自我，突破自己的局限。这种突破是对自己的一个巨大的鼓励和认可。不管是赢了还是输了，都能提高自己的自信心和勇气，更加努力地追求自己的目标。

第四段：体育活动能够让我们培养良好的生活习惯

体育活动需要坚持和耐心，并且需要规律的训练，这样才能达到预期的成果。这种练习习惯会延伸到我们的生活中，让我们养成好的生活习惯。同时，体育活动也需要注意饮食和休息等问题，这让我们进一步地明白了身体健康的重要性。

第五段：结论

综上所述，参加体育活动不仅能够让我们保持身体健康，还能够培养团队合作能力、突破自我、培养良好的生活习惯。当我们经历了体育挑战，才能真正的感受到无所不能，才能真正的活出精彩的人生。因此，我将会继续积极的参加体育活动，让自己更加强大和自信，追逐着更高的目标。

小班体育电风扇教案篇十

为认真贯彻落实《教育部、国家体育总局、共青团中央关于开展全国亿万学生阳光体育活动的通知》文件要求，我校积极响应阳光体育运动的号召，树立“每天运动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”的健康理念，全面实施“阳光体育活动”，让全体师生走向操场，走进大自然，走到太阳底下，积极参加体育锻炼，开展了丰富多彩的校园阳光体育系列活动，在全校掀起健身运动的热潮，现就活动开展情况汇报如下：

为有效引导师生树立正确的健康观念，切实提高学生身体素

质，将工作落到实处，我校高度重视校园阳光体育活动的组织实施。成立了由邹淳校长、赵轶竹副校长为正、副组长的阳光体育活动领导小组。

根据我们全校现有设备情况以及全体学生的实际情况，领导小组加强领导，统一部署，制定了具体的实施方案，在全校范围内形成了一把手亲自抓、分管领导具体抓，确保活动开展得有序、有效、安全。学校要求全体师生以开展阳光体育运动为契机，坚持与体育课教学、课外体育活动相结合，形成良好的体育锻炼习惯，通过开展阳光体育运动，切实提高体质健康水平。

利用间操时间进行学校大课间“韵律操，广播操和武术操”训练，大队部老师和全体班主任协助训练。

学校以年段为单位，开展年段特色的体育集体体育项目训练。全体教师认真对待此项工作，各负其责，团结协作，形成特色，确保了阳光体育活动扎实有效地进行。

20xx年4月27日，我们举行了一小学阳光体育活动推进会活动。

活动程序如下：

- 1、大队辅导员陈宣布活动开始，全体学生放飞氢气球，欢呼。
- 2、校长张致词。
- 3、体育组长赖老师讲话。
- 4、少先队员李发言。
- 5、两操展示。
- 6、各年段学生集体活动。

(1) 一、二年段以游戏为主，建议：丢手绢或是老鹰抓小鸡。

(2) 三、四年段丢沙包或是跨下传球。

7、集队，总结。

同学们，“每天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”是一种时尚健康的生活理念，让我们每一天都拥抱阳光，积极投身阳光体育活动，享受阳光体育活动的快乐，做一个全面发展的好学生。今天的阳光体育活动推动会圆满落下帷幕，祝福同学们健康快乐每一天。

有人曾形容“阳光体育运动”意味着学校体育的春天到来。教育部有关负责人指出，“阳光体育运动”号召学生到阳光下、到操场上、到大自然中去锻炼身体，陶冶情操。当前，全国各地都在积极探索，以创新的手段推进学校体育教育。在今后的教学工作中，我们xx小学还将一如既往地开展好阳光体育运动，确保全体师生的身体健康，把阳光体育活动落实到实处，让学校处处充满阳光。