

# 2023年体育夹球跳教案 体育活动致辞(优质9篇)

作为一名默默奉献的教育工作者，通常需要用到教案来辅助教学，借助教案可以让教学工作更科学化。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

## 体育夹球跳教案篇一

尊敬的各位领导，各位来宾，朋友们：

大家上午好！

今天，我们在这里隆重集会，举行20xx年“全民健身日”活动及“体彩杯”全民健身月系列体育活动启动仪式。值此，我谨代表县委、县政府向关心和支持我县体育事业发展的各级各部门和社会各界人士、广\*\*乡居民表示衷心的感谢！向参与本次活动的广大健身爱好者致以诚挚的问候！

国运盛，体育兴。体育是一个地区经济实力和社会文明的象征。体育锻炼不仅可以增强体质，而且在培养顽强拼搏的精神、超越自我的品质和提高人们的生活质量等方面，都起着重要的促进作用。全民健身活动是一项国家倡导、社会支持、全民参与的社会系统工程。近年来，在县委、县政府高度重视和体育主管部门的全力推动下，全县上下认真贯彻落实《全民健身计划》，努力构建全民健身服务体系，无论是健身场地、健身路径、健身组织，还是健身项目、健身人群都得到了快速发展。到目前为止，全县城参与健身人员数万人，每天清晨或傍晚，县城的各大广场都活跃着健身爱好者的身影，广场舞、交谊舞、健身腰鼓、健身操、太极拳剑等项目同台竞艺，成为我县一道亮丽的风景线。他们在为自己赢得好体魄、好生活的同时，也丰富和美化着城乡生活。

今年是国务院批准设立“全民健身日”的第四年，结合我县实际，今年我县全民健身日的活动主题是“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”。此次活动中，我们将适时开展如篮球、山地自行车公路赛、乒乓球等多种形式的体育赛事，广泛调动广大群众的参与热情和积极性。各乡镇、各部门及企事业单位还将组织小型、多样、分散、就近、就地及群众喜闻乐见的健身活动，从而把我县的全民健身月活动推向\*。

此次活动后，我衷心希望广大健身爱好者继续发扬“天天健身，天天快乐”的体育健身精神，将健身运动进行到底；希望体育主管部门以“全民健身日”为契机，广泛开展丰富多彩、贴近生活、方便群众参与的全民健身活动，努力营造崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好社会氛围；希望全县广大群众能迅速行动起来，积极投身到全民健身行列，牢固树立“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”的理念，享受体育健身带来的健康与快乐，迅速掀起全民健身的新热潮。

最后，预祝本次全民健身月系列体育活动取得成功！

谢谢大家！

## 体育夹球跳教案篇二

本学期体育组按照全面推进素质教育的要求，始终坚持提高学生的身体素质的原则，使学生德、智、体全面发展，既有聪明的头脑，又有健康的体魄。在校长室的正确领导和体卫处的精心组织下，全校的体育工作取得了一定的成绩。现将本学期的主要工作汇报如下：

我校领导十分重视体育工作，把它作为学校工作的一件大事来抓。首先把它纳入学校整体之中，学期初在行政会议上听取体育，并予以审议；学期结束听取总结汇报。对于学校举行和参加的重大体育活动，则在行政会议上予以协调安排，给予人力、物力、时间上的保证。

平时校长除了亲自挂帅以外，学期初协助教研组制订体育工作计划，学期结束帮助我们进行，平时则共同探讨，解决体育教学中所出现的问题。学校领导还亲自督促全校“两操、一课”的进行，以推动学校的体育工作进一步发展。长期以来，由于人们受应试教育的影响，对体育工作的认识不够，学校体育讲起来重要，做起来次要，忙起来不要的情况十分严重。我校领导坚持贯彻“首在体育”的教育宗旨，把体育教学工作放在应有的位置，绝不允许占用学生体育活动的的时间，确保体育课教学活动的正常进行。

学校长期以来，坚持每周对各班进行广播操评分考核以外，还对各班参加体育活动，参加体育锻炼活动的情况和体锻达标率、优秀率作为评选文明班级、优秀班集体的重要依据。这样大大加强了老师对体育工作的重视，在操场上经常可以看见老师的身影，同样也促进了学校各项体育活动的开展。

在本学期日常工作中，我校注重了加强对学生的行为规范教育，班主任平时做了大量的工作。现在每天早晨，学生一听到广播操铃声响了以后，就会自觉地在教室门口列队，排着整齐的队形，随着音乐的节奏，精神饱满地列队进入操场，班级的组织性纪律性得到了加强，增强了学生的集体荣誉感和互助互爱的精神，班级的凝聚力得到了加强，为良好班风的形成创造了有利的条件。这样的促进也为我校获得吴江市广播操比赛一等奖打下了坚实的基础。

## **体育夹球跳教案篇三**

在体活课教学方面领导非常重视，我校继续开展躲避球活动课。力求激发学生的体育兴趣，培养学生的锻炼和健康意识，把提高学生的自我锻炼能力放在首位。通过这几年的努力，我校的躲避球运动得到了全面的普及，每个同学都能参加比赛，每个同学都能够坚持体育锻炼，建立终身体育的概念，为适应未来工作、学习和生活打下良好的基础。

心理健康是健康教育中不可缺少的部分。体活教学以“健康第一”为指导思想，利用躲避球活动课加大学生参与体育活动的的时间，缓解紧张学习生活，释放不良情绪，增强自信心，从而达到让学生认识自我，接受自我，促进心理相容，使全体学生成为体格健壮，心理健全的健康人才。

1. 从“达标”情况看，学生的身体素质下降，主要表现在：耐力、力量、吃苦耐劳精神、勇敢精神、集体主义等方面；2. 学生基本没有时间参加业余锻炼。

1. 增加体育器材，为体育活动课的开展打下坚实的基础；

2. 规范“二课、二操”，使学生有足够的时间参加体育锻炼，增强体质，以更充足的精神来面对繁重的文化课，从而达到更高的学习效率。

## 体育夹球跳教案篇四

为丰富教师的课余文化生活，为员工搭建一个舒缓工作、生活压力展示自我风采的平台，营造“团结、友爱、和谐、发展”的校园气氛，使教师活跃身心，丰富校园生活，共同感受校园生活的快乐，同时培养教师团结合作的精神，增强教师集体荣誉感，增强教职工体质，促进教职工之间的沟通交流，强化学校工会的凝聚力、向心力。倡导每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子的健康理念。在校领导的指导和关心下，校工会、青委会、妇委会本学期专题打造一场以“我运动、我快乐、我健康”为主题的形式多样，轻松活泼趣味体育运动。为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

### 一、活动宗旨

本次趣味体育运动将依托校园团体活动这个平台，力争使体育运动更加趣味化、娱乐化、多样化、创新化、生活化，从

而让每一位教师都能参与进来，达到锻炼的目的。是大家在“十一”到来之际提前感受到欢乐愉悦的气息，引导大家从日常的休闲体育中体味到运动的乐趣，使教师从欢声笑语中得到身体的锻炼，增进在校教师对体育的理解和热爱，增强在团体互动中体现集体主义精神和团队意识。

二、活动时间□20xx年9月25日(周四下午)

三、活动地点：学校操场

四、活动参与者：全体教师

五、活动组织机构

组 长：李玉华

副组长：闫瑞晶 党金玉

组员（裁判员）：全体体育教师

六、活动形式：

1、全体教职工自行到学校操场集合。

2、以教研组为单位参加趣味活动。

3、比赛顺序采取抽签决定。

七、摄影、摄像：王晓丽

八、奖励办法：

团体奖：一等奖1个，二等奖2个，三等奖2个。每个项目分别按名次计分：第一名3分，第二名2分，第三名1分。项目得分总和为该组总分。按得分从多到少决定名次、获奖等级。

个人奖:单项按取得名次设一等奖、二等奖、三等奖各一名。

## 九、活动比赛内容、规则:

1、跳绳比赛 (8字循环跳): 每一队6人参赛, 按顺序列队依次跳过绳子, 不能成功通过绳子或跳失败不计数, 6人全部跳过后再从开始循环, 以2分钟通过绳子的累计人数为最后成绩。(每队选手只有一次比赛机会, 跳绳过程中, 一次跳过绳子的人数不受限制, 若两人同时跳过绳子成绩则计为两人。)

## 2、二龙顶珠:

每队6人, 比赛距离为20米, 比赛开始前, 每队两名队员面对面站

立, 并用额头相互顶托一球, 两人各自将双手搭在对方肩上。听到出发信号后, 横向移动至终点, 并将球交给本队第二对队员, 用同样的方式移动至起点, 将球交给本队第三对队员, 同样用额头顶托球移动至终点。用时最少的队为优胜对, 并以此排列名次。如中途掉球, 应在掉球处将球捡起顶托好后, 再行前移。如不在原处将球顶托好就前移, 则加罚5秒钟。在整个行进过程中, 都不得用手扶球、顶球, 否则每次加罚5秒钟。

## 3、篮球反弹入圈比赛 (每个教研组三人)

(1) 人与圈的距离是5米;

(2) 每人反弹3个皮球, 没有时间限制;

(3) 篮球必须反弹入圈, 直接入圈的不算, 按入圈球的多少决定名次。

4、“迎风飘展”（报纸）活动：（每个教研组三人）

每名教师拿八分之一张报纸置于胸前向前跑，报纸不能落地，用时最少的获胜（60米往返一次）。

5、踢毽子：（人数不限）

在规定时间内（一分钟）内踢毽子，多者胜。

6、接力赛（4\*100米）：

以教研组为单位，每组出五人进行比赛。（背人，依次传递）

趣味体育活动程序

1、领导就位。

2、运动员（教职工）入场。

3、校领导致开幕词。

4、比赛开始。

## 体育夹球跳教案篇五

体育活动是我们生活中不可或缺的一部分，它不仅能够促进我们的身体健康，还能让我们更好地认识自己并增强自信心。在我多年的体育锻炼中，我深刻地认识到了体育活动对我的影响和意义，并且收获了许多宝贵的心得和体会。

第二段：健康

体育活动是促进身体健康的最好途径之一。自从我开始参加体育锻炼以来，我的体质和健康状况都有了明显的改善。我变得更加强壮、有活力，对疾病的抵抗力也有了显著提高。

此外，坚持体育锻炼还可以让我们养成健康的生活习惯，如合理饮食和充足的休息，这也是我从体育活动中受益匪浅的方面。

### 第三段：竞技

在许多体育项目中，竞技是重要的一环。参加竞技可以让我们学习如何与他人合作、竞争和协调，并且锻炼我们的意志力和毅力。相比较而言，体育比赛更重要的是过程的体验而非胜利的果实。体育活动中的竞技让我意识到，不仅要关注成败结果，更重要的是审视自己的表现，及时总结优缺点并且不断改进。

### 第四段：自我认知

体育锻炼也是认识自己的过程之一。在锻炼过程中，我们不仅可以发现自己身体的潜力和极限，还可以更深入地了解自己的个性特点和行为习惯。体育活动可以让我们接受心理上的挑战，培养自信心，并且提高思维逻辑能力。对我而言，体育锻炼让我认识到，只有不断地拓展自己的视野，才能让人生变得更加丰富多彩。

### 第五段：结论

总的来说，体育活动带给我的心得体会是很多的。它对身体健康和智力发展的促进，都非常重要。同时，体育活动也可以锻炼自己的意志和毅力，帮助我更好地认识自己和塑造自我。我相信，在未来的体育活动中，我会更加珍惜每一个机会，不断地提高自己，拓展自己的思考和认知范围，让自己变得更加出色。

## 体育夹球跳教案篇六

### 第一段：引言（120字）

校园体育活动规程是一校之本，规范着学生们的体育活动行为，保障了他们的身心健康。近期，我校对校园体育活动规程进行了更新，我积极参与其中，并从中获得了深刻的体会和收获。以下将就此展开论述，分享个人心得。

## 第二段：制定规则的意义（240字）

校园体育活动规程的制定与实施，保障了全体学生的体育权益，使体育活动更加科学、有序。通过规范化的规则，学生们在体育活动中能够明确边界，清晰自己的责任和义务，同时也感受到公平公正的环境和氛围。这种体验有助于培养学生们的合作精神、意志品质和团队意识。

## 第三段：参与规则制定的感悟（240字）

作为一位学生代表，我积极参与了校园体育活动规程的制定过程。这次经历让我深感规则制定的重要性和复杂性。与众多老师、同学充分沟通交流后，我把自己对校园体育活动的看法提出来并讨论。通过这个过程，我学会了坚持自己的意见、尊重他人的不同观点，也更加明白了集体决策的重要性。

## 第四段：规则执行的收获（360字）

校园体育活动规程的制定一定程度上改变了学校体育活动的面貌。学生们在每次体育活动前都能理解活动的目的、规则和要求，这使得体育项目更加注重规则的执行。一方面，这使得比赛更加公平公正，防止了不公平的情况发生，激发了学生们对竞争的热情和积极性。另一方面，规范的执行也为体育活动的顺利进行提供了保障，减少了事故的发生率。此外，规则执行的过程也培养了学生们守纪律、遵守规则的意识，帮助他们更好地克服困难和挑战。

## 第五段：未来的展望（240字）

从参与校园体育活动规程制定过程中，我深深感受到校园体育活动规程对全校师生的重要性。然而，规程的实施与监督同样重要。未来，我期待能够积极参与到规程的宣传与推广中，帮助更多的同学理解和遵守规则，营造更加良好的体育环境。同时，我也希望在校园体育活动中，更多地培养学生们的团队合作和竞争意识，让体育活动真正成为学生全面发展的重要组成部分。

总结：（200字）

通过参与校园体育活动规程的制定与实施，我深刻认识到规则的重要性和实施的必要性。规则的执行，使体育活动更为公平有序，增加了学生们的参与热情和团队合作意识。未来，我将继续努力宣传和推广规程，为校园体育活动的发展做出贡献。同时，我期望在体育活动中更好地培养学生们的团队意识与竞争意识，促进他们全面发展。

## 体育夹球跳教案篇七

体育活动形式多样，不拘一格。可以是自由活动、也可以是有组织的游戏活动，下面小编给大家带来体育活动总结，欢迎阅读！

为了更好的落实《中共中央“开展生阳光体育运动”方案》，加深“每天活动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子！”健康理念，推动学校群体性体育活动的组织开展，切实提高学生的体质健康水平，进一步展示奎山小学全面落实实施素质教育和体育活动果，我们制定了《徐州市奎山中心小学阳光体育活动实施方案》，根据阳光体育实施方案，我们扎实有效地开展了阳光体育活动，取得了明显的. 活动效果。

校领导高度重视阳光体育活动。为了搞好体育活动，组织老师座谈听取建议并成立了活动领导小组。陈德琴校长、吕桂

庭书记任组长，周兴伟、张颖任副组长，形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，体育组与各年级联动，确保活动有序、安全。为加大宣传力度，扩大影响，学校还订制了横幅悬挂于校门口的。活动前根据学生习惯积极安排活动内容，落实各项活动名称，力求影响深远并规划活动场地，策划活动范围，确定活动时间，为响应启动活动做好充分准备。

我们学校仅有两位专职体育教师，她们工作踏实，努力上进，专业知识精湛，有很强的团结合作意识。她们利用每天早6：30—7：30和下午5点后，进行学校传统项目柔道的训练同时还坚持长年训练常规比赛项目。赵明杰老师负责柔道队及双摇、盘踢的训练；王文文老师训练大绳及长跑。体育组利用间操时间进行学校大课间“特色操、广播操和集体舞”训练，大队部老师和全体正副班主任协助训练。

学校以年级为单位，开展丰富多彩的集体体育项目比赛活动。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。

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，我们学校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。

## 体育夹球跳教案篇八

最近几个月，我参加了各种各样的体育活动。这些活动既有室内运动，也有户外运动。我对这些运动活动的感受非常深刻，因此我想在这篇文章中分享我的心得体会。

## 第一段：了解体育运动的意义

体育运动对于我们的身体和心理健康至关重要。运动可以帮助我们保持健康的身体和心理状态，增强免疫系统，降低心理压力以及促进身体的愉悦感。在现代社会，现代人的生活相对单一，缺少运动，不利于身心健康。未来，我将在我的生活中增加体育运动。

## 第二段：打篮球的体会

打篮球是我的一项最喜欢的运动。篮球是一项团队运动，需要团队协作和默契，这让我更容易与别人产生联系。在球场上，我能够通过短暂的胜利和失败，更好地了解集体和个人的能力。此外，打篮球带来的身体锻炼同样让我感到愉悦。它可以锻炼我的耐力、反应速度和协调性，我希望我能将这项运动继续保持下去。

## 第三段：单车骑行的体会

骑自行车是我最近喜欢做的新事物。骑自行车让我有机会探索城市，并骑行在美丽的风景中。思考自己的一些事情和感慨也常常在骑行中浮现。同时，我也在体验骑行带来的健康益处。骑行对我自己来说，是一个更具挑战性，也更加独立的运动项目。

## 第四段：跑步的体会

跑步同样是我喜欢的体育活动之一。跑步可以改善我的身体健康，可以消耗我过多的能量，同时也可以很好地消除心理压力。我发现，在跑步的过程中，我可以把自己的心思放空，专注于足部、身体和心理的合作力。因此，跑步带给我的好处实在不少。

## 第五段：大门口做的体操

健身操是我一直都在做的运动项目。在我家门口的广场上，总会有很多和我一样的老年人组团健身。这种锻炼方式极为方便，自由，适合个人的爱好。这种简单的健身运动对年龄也没有限制，我时常感觉到身体有了不同的灵动性。正因为如此，我发现在健身操中的心情也更加放松愉悦。

总之，从这些运动中，我有很多想法和想念。通过这些体育运动，我看到了身体对于健康的相关关注，同时也让我认识到自己的潜力可以走得更远。我相信，通过不断地运动和锻炼，我的身体和心理将会变得更加健康，更加强大。我会更加努力，坚持运动，享受这种对身体和心理的好处。

## 体育夹球跳教案篇九

1、发展幼儿跳跃能力和身体的灵敏性。

2、培养幼儿热气运动兴趣。

若干条海绵棒、4个拱门、音乐。

师：引导解说海绵棒玩法多样，如何去探索新玩法；

幼：可以用来木马骑；

幼：可以用来跳跃

幼：可以用来追玩；

师：现在，我们就来一个海绵棒跳跃比赛；

准备游戏一动作分解示范玩法一开始比赛。

跳跃海绵棒比赛：

1、幼儿在教师的指导下，进行玩法的引导：

(1) 双脚张开。

(2) 双腿跟住海绵棒跳线跳跃。

(3) 遵守游戏规则一个跟一个接力，提醒幼儿游戏过程中听从指挥。

(4) 进行男女混合小比赛。

运用海绵棒“大灰狼”游戏。

2、幼儿在教师的指导下，进行玩法的引导：

(1) 幼儿站在圈圈里面，老师扮演大灰狼在圈外拿着海绵棒追赶幼儿。

(2) 幼儿听随音乐的节奏快慢，其中一位老师协助站在圈内扮演羊妈妈，引领幼儿跑的方向。

(3) 幼儿在玩游戏的时候被大灰狼捉了，就放到圈外的拱门里。

1、教师简单总结，表扬孩子的表现。

2、重新集合列队。

3、听轻盈音乐，带领幼儿做放松运动。