

最新体育运西瓜教案反思(大全7篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

体育运西瓜教案反思篇一

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。

体育运西瓜教案反思篇二

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

体育运西瓜教案反思篇三

体育活动是人们日常生活中的一个重要组成部分，它不仅可以帮助我们身体的活力和健康，还可以让人们充分体验到团队协作和竞争的乐趣。最近，我有幸参观了一场精彩的体育比赛，深受启发和感动。下面我将与大家分享我的参观体育活动的亲身体会。

第一段：对体育活动的喜爱和期待

体育一直是我最喜欢的兴趣爱好之一。我热爱运动，热爱挑战自己的极限。因此，当我听说有关于一场重要体育比赛时，我迫不及待地决定参观。我期待通过这次参观，亲眼目睹和感受到高水平体育比赛的激烈与精彩。

第二段：对运动员的敬佩和团队合作的重要性

当我进入体育场馆时，眼前的景象让我感到震撼。台下观众们簇拥在一起，充满了激情和期待。比赛开始后，运动员们充满活力地奔跑、跳跃、发力。他们的表现不仅展示了他们的技术和实力，更重要的是展现了他们对运动的无限热爱和对胜利的渴望。在比赛中，我看到了他们团队协作的精神，无论是在场上还是场下，他们紧密地团结一致，为团队的胜利努力奋斗。

第三段：对比赛过程和紧张的氛围的体验

这场体育比赛进行得淋漓尽致，竞争十分激烈。看台上的观众都激情澎湃，为参赛选手呐喊加油。我被这个热情的氛围所感染，我也情不自禁地为运动员们鼓劲助威。比赛过程中，我深刻体会到了运动员们在竞技中所面临的压力和考验，他们需要时刻保持专注和冷静，以便最大程度地发挥自己的实力和技术水平。

第四段：对胜利与失败的理解和感悟

在比赛结束后，有的队伍获得了胜利，而有的队伍则以失败告终。然而，我理解到体育比赛更注重的是参与的过程，它不仅仅是为了争夺胜利，更是为了展示运动员们的拼搏精神和顽强意志。胜利只是过程中的一个结果，而失败则是一种宝贵的经验，它能够帮助运动员们更好地吸取教训并不断进步。

第五段：对体育活动的积极影响和自我反思

通过这次参观体育活动，我深刻地领悟到了体育对个人的积极影响。参与体育活动，不仅可以锻炼身体，提高体质，更可以培养意志力和坚持不懈的精神，让人们更好地面对生活中的困难和挑战。而作为普通观众，我也反思到自己在生活中应该更加关注和热爱体育运动，不仅仅是作为一种娱乐方式，更是一种修身养性的途径。

总结：参观体育活动是一次精彩而独特的经历，通过观察和体验，在其中我们不仅可以感受到运动员们的热情和拼搏精神，还可以体会到团队协作的重要性以及胜利与失败的理解。参观体育活动对于每个人来说都是一次难忘的体验，它将激励我们更加关注和热爱体育活动，并从中汲取力量和启发。

体育运西瓜教案反思篇四

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。

体育运西瓜教案反思篇五

体育活动一直以来都是人们喜爱的项目，它不仅能够锻炼身体，还能增加团队合作和竞争意识。作为一名学生，我有幸参加了一堂体育活动观摩课，这是一次难得的机会。在这堂课中，我收获了很多经验和启示，让我更加了解体育活动的重要性。

首先，通过观摩课，我认识到体育活动对身体健康的重要性。在观摩课上，我看到了许多优秀的运动员们，他们高高跃起的时候，肌肉线条纹丝不动，每个身体细胞都在不停地为他们忍受着巨大的压力。我被他们的表现深深震撼了，他们的身体力量和耐力是如此出色，让我意识到自己并没有充分利用自己的身体潜力。从那以后，我决心要更加努力地锻炼身体，保持良好的身体状态。

其次，观摩课还让我意识到了体育活动对培养团队合作精神的重要性。在体育比赛中，运动员们不仅要注重个人表现，还要考虑整个团队的利益。在观摩课上，我看到了队员们之间的默契配合，他们互相扶持、相互鼓励，共同努力为团队争取胜利。这种团队合作精神让我深受启发，我明白了一个人虽然可以做到很强，但只有通过团队合作，才能获得更大的成就。

第三，观摩课让我明白了体育活动对培养竞争意识的重要性。在体育比赛中，运动员们要时刻保持积极的竞争心态，不仅要争取个人最好的成绩，还要克服困难和对手的挑战。观摩课上，我看到了队员们在比赛中全力以赴，为了争夺胜利而不停奋斗的样子。这让我深入思考竞争的意义，明白了只有在竞争中才会不断进步，才能取得更好的成绩。

第四，观摩课还让我意识到了体育活动对培养毅力和坚韧精神的重要性。在体育比赛中，运动员们面临着各种困难和挑战，但他们从不轻易放弃。观摩课上，我看到了运动员们在

比赛中遇到困难时的坚持不懈，他们像勇士一样战胜了困难，最终取得了胜利。这让我明白了只有坚持不懈地努力，才能克服困难，取得成功。

最后，观摩课让我明白了体育活动是培养积极向上心态和人格修养的重要途径。在体育比赛中，无论是胜利还是失败，运动员们都能够以积极向上的心态面对。他们从比赛中学会了坦然面对挫折，学会了正确对待成功。观摩课上，我看到了运动员们在比赛中遇到困难时从容应对的样子，他们从不气馁，总能找到解决问题的方法。这让我明白了在生活中也要积极面对困难，学会从失败中吸取教训，不断提升自己的修养和素质。

通过这次体育活动观摩课，我收获了很多，并且对体育活动有了更深的认识和了解。体育活动对于个人的身体健康、团队合作、竞争意识、毅力和坚韧精神以及积极向上的心态都有着重要作用。我将继续坚持参与体育活动，不断提高自己的素质，同时也推荐其他同学积极参与体育活动，让我们共同享受体育带给我们的快乐和成长。

体育运西瓜教案反思篇六

棒球是一项集合了力量、速度、技巧和团队合作的体育运动。在经历了一段时间的棒球训练后，我深切体会到了这项运动的魅力和乐趣。以下是我对棒球的一些心得体会。

首先，我认为棒球是一项需要团队合作的运动。在比赛中，每个队员都有自己的角色和任务，只有大家互相配合才能取得胜利。在每场比赛和训练中，我们都要共同协作，为了一个共同的目标而努力。我记得有一次比赛，当我出现了疏漏，队友们及时地提醒我，让我改正错误，最终我们成功阻止了对方得分。这个经历让我深刻地认识到，只有团结一致，才能在棒球场上发挥出最好的水平。

其次，棒球教会了我坚持和努力的精神。在训练中，教练经常强调“没有捷径，只有坚持和努力”。每当我感到疲惫和努力的时候，我都会想起这句话，从而激励自己坚持下去。棒球让我明白，成功是需要长期的积累和持续的努力的。每天坚持训练，不断地修正和提高自己的技术，才能在比赛中脱颖而出。棒球给了我一个宝贵的机会，让我懂得了坚持和追求梦想的重要性。

此外，棒球也培养了我的团队合作意识和沟通能力。在比赛中，队员们需要互相配合，共同制定出战略和策略。通过与队友的交流和合作，我们能够更好地发挥出自己的优势，并帮助队友克服困难。在棒球场上，我学会了倾听他人的意见，学会了尊重和理解他人。这样的团队合作意识也让我在生活中有更好的沟通和合作能力。

此外，棒球还教会了我如何面对成功和失败。在比赛中，我们有时胜利，有时失败，但无论结果如何，都需要勇敢地面对。如果赢了比赛，我们要保持谦逊和努力，不骄不躁，继续努力提高自己的水平。而如果输了比赛，我们要勇敢地接受失败，并从中汲取教训。棒球让我学会了如何从失败中学习，并不断进步。

最后，棒球也带给我了很多快乐和友谊。在与队友们一起训练和比赛的过程中，我们相互支持和鼓励，共同度过了很多难忘的时光。无论是在训练场上还是在比赛场上，我们都为了共同的梦想而努力，并享受其中的乐趣。通过棒球，我交到了很多志同道合的朋友，我们一起面对挑战、取得成就，在困难和快乐中共同成长。

综上所述，棒球不仅是一项需要团队合作的体育运动，也是一门教会了我很多重要品质和价值观的课程。棒球教会了我坚持和努力的精神，培养了我的团队合作意识和沟通能力，教会了我如何面对成功和失败，同时也带给我了很多快乐和友谊。我相信，通过坚持训练和努力提高自己，我会在棒球

运动中取得更好的成绩，并在人生的道路上受益终身。

体育运西瓜教案反思篇七

校园体育活动一直都是中小学教育中的重要组成部分，不仅有助于学生们的身体健康，更能培养他们的集体协作能力和团队精神。为了更好地组织校园体育活动，许多学校都制定了一套完整的规程。在这个过程中，我深深感受到了规程的重要性，并取得了一些心得体会。

首先，制定规程是体育活动的基础。规程的制定需要考虑到学校的特点、学生的实际情况和活动的目的。比如，对于初中生来说，他们的身体素质还在发展阶段，因此规程的设置需要科学合理。学校体育部门可以参考教育部门出台的相关标准，根据学生的年龄和身体状况，制订出适合学生练习和比赛的项目和时长。只有制定了合理的规程，才能在体育活动中让每个学生都能有所收获。

其次，规程的执行需要全体师生的配合。规程的制定是为了保护学生的身体健康和活动秩序，但只有得到学生和老师的支持和配合，才能真正实施起来。例如，规程规定体育课上学生要按时穿好运动服装，这不仅是为了保护学生的身体安全，还可以培养学生的自律性和集体荣誉感。只有学生和老师们都积极遵守规程，才能营造一个有序、安全、健康的校园体育环境。

此外，规程的执行需要有监督和检查机制。只有建立起监督和检查机制，保证规程的顺利执行，才能更好地发挥规程的作用。例如，学校可以设立专门的体育教师或班主任，负责对体育活动的执行情况进行检查，及时发现问题并加以解决。此外，学生们也可以互相监督，让体育活动更加规范有序。只有建立好监督和检查机制，才能让规程发挥作用，保证每个学生的权益和安全。

另外，规程的不断完善和更新也是必要的。随着时代的发展和学校的改革，校园体育的形式和内容也在不断变化。因此，规程也需要根据实际情况不断更新和完善。比如，可以根据学生的需要增设一些新的体育项目，或者调整原有的规程内容。只有不断完善规程，才能更好地适应校园体育的发展需求。

总结起来，校园体育活动规程的制定和执行对于学校的体育教育工作具有重要意义。规程的制定需要充分考虑学生的特点和需求，以及活动的目的，只有科学合理的规程才能引领学生们的体育锻炼。而规程的执行需要全体师生的合作和配合，其中监督和检查机制的建立尤为重要。此外，规程也需要不断完善和调整，以适应校园体育活动的发展变化。我相信，在规程的引领下，校园体育活动将能够更好地为学生们的成长和发展贡献力量。