

2023年大班体育趣味轮胎教案反思(大全5篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。教案书写有哪些要求呢?我们怎样才能写好一篇教案呢?下面是小编带来的优秀教案范文,希望大家能够喜欢!

大班体育趣味轮胎教案反思篇一

为丰富教职工的业余生活,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,特组织开展趣味体育活动。为保证此项活动顺利实施,特制定本方案。

一、活动目的:

- 1、愉悦心情,缓解工作压力,增强教职工体质。
- 2、增加教职工之间的沟通和交流,增强工会的凝聚力、向心力。

二、活动要求:每个年级选派教职工参加

三、活动地点:学校操场

四、活动内容:奔腾列车、二龙顶珠、托球绕标杆、螃蟹背西瓜接力、跳绳

五、参加人员:学校全体教职工

六、活动时间:2012年11月 日

七、活动形式：1、全体教职工自行到学校操场集合。2、以年级为单位参加趣味活动。

八、比赛方法和规则

一名队员的撞线时间为准。完成比赛用时最短者胜出。

2、二龙顶珠：每队20人，男女不限。比赛距离为30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、托球绕标杆：场地器材包括羽毛球拍、垒球若干

比赛方法：发令后，运动员手持羽毛球拍上托垒球，以s形绕过跑道上的标志，经折返处返回继续绕过标志。跑回到起点，用时少者名次列前。

4、螃蟹背西瓜接力：比赛场地在成才大道，距离20米，每个年级选派16人(男女各8人)参赛，一男一女为一组。要求两人背对背，双手向后相互勾紧，中间夹一个篮球，听裁判号令，一齐向前跑，球若落地则需重新夹起从落地处(由裁判确认)重新出发，按所用时间排名，时间少者为胜。

5、跳绳：每个年级选5人(男女不限)1分钟跳短绳，总个数多的为胜。

九、每项比赛第一名记5分，第二名记3分，第三名记2分，第

四名记1分，最后以所有项目加起来的总分取由高到低取团体前三名。

一、指导思想：

教学是学校永恒的主体，教师是教学任务的重要承担者。健康的身体是教师的个人资本，也是学校的集体资本。为了使教师有一个健康的身体和一份美好的心情，学校将开展教职工文体活动。以锻炼教师身体，缓解工作压力，增进同事间的凝聚力为前提，旨在强健体魄、愉悦身心、丰富精神世界、提升生活品味，真正达到“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的目的。

二、活动宗旨：

通过教师的全员参与，切实挺高教师身体素质，在各项活动中，增强教师团队协作精神。增强党支部、工会组织的凝聚力、向心力、战斗力，营造团结紧张、严肃活泼的工作氛围，进一步营造和谐校园氛围。

三、活动时间：20**年6月13日 下午6:00

四、活动地点：学校篮球场

五、参加对象：全校教职工(没有特殊情况的，请每位教职工都积极参与)

六、项目设置及活动规则：

1、集体跳绳：每参赛队上场7名队员，2名甩绳，其他5名参赛队员原地跳绳，时间为1分钟。在一分钟时间内，各队以5名参赛队员集体成功跳过绳总数排列名次。

2、定点投篮：在规定距离，罚球线及罚球站位的区域指定位

置上

分三点进行每点投篮三次，每参赛队上5名队员，以参赛队员总和进球多少决定名次。

3、端球接力：听到发令后，手持球拍端乒乓球跑到对面，如果乒乓球掉地，需捡起从起点重新跑，每队出6名参赛队员，用时最少的队胜出。

4、自行车慢骑：参赛选手骑自行车从起点出发，慢骑到终点，用时最长者获胜，每参赛队出3名队员。起点、终点均以前轮为准，比赛时双脚和身体任何部位不能触及地面和借助外力，车轮不得压左右边线，违者都将淘汰出局。因其他原因导致落地，经裁判核实后可以重新比赛。以各参赛队的总和成绩取名次，时间最多的名次列前。说明：

1. 各项比赛具体事宜最后由学校工会决定通知，由体育组具体执行安排，希望全体教师在工作之余能积极参与，锻炼身体，增强体质，快乐一生。

2. 比赛未尽事宜将另行通知。

为了响应国家全民健身计划“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的号召，提高教职工的身体素质，丰富教职工业余生活，经工会委员会研究，决定在教职工中开展趣味体育活动，方案制定如下：

一、活动时间

20**年12月第16周。

二、活动地点

麻柳小学旧操场

三、活动人员

麻柳小学在岗教职工

四、人员分组

第一组：组长王路，组员邱超、范小梅、聂心梅、小刘涛、高国庆、杨东、李芬、何明杰、晏方莉、余燕、杨思渊、王淋、刘明春、曾秀川、杨文超、陈钢、邓江伟、杨雪梅。

第二组：组长刘昌明，组员张启全、田容、张毓星、田忠合、王晓菊、杨朝伦、杨朝兵、杨理、张功群、张文胜、肖忠梅、田凤、大刘涛、杨仁伦、殷天宇、徐贵菊、、殷雪林。

五、活动过程

16周星期三学生趣味体育比赛过后，教职工进行25米往返跑接力赛和拔河比赛。比赛裁判：张毓强、杨波。器材准备：张毓星。

六、活动奖励

此次比赛设一、二等奖。奖励学习用品。

七、活动要求

(一)此次活动是工会集体活动，每名教职工均要参加，如无故不参加者将不得奖品。

(二)天气寒冷，参加活动前请每位教职工做好准备活动，防止肌肉拉伤。

(三)其它未尽事宜请询问邱超同志。

八、活动组织机构

(一)领导小组

组 长，王 路，校长。

副组长，刘昌明，党支部书记，副校长。

邱 超，副校长、工会主席。

九、 工作机构

组长，邱超，全面负责活动组织工作。主要负责组织协调、制定工作方案、牵头完成奖品发放工作。

成员，高国庆，协助组长工作。

张功群，协助组长工作。。

杨仁伦，协助组长工作。

杨雪梅，协助组长工作。

20**年12月15日

大班体育趣味轮胎教案反思篇二

体育课是学生在校园里进行体育锻炼的主要方式之一，它通过各种竞技活动，将学生分为不同的组别进行比拼，既锻炼了学生的身体，又培养了学生的团队合作精神和竞争意识。在我参加的体育课竞技活动中，我深切体会到了参与体育课的重要性和对个人成长的促进作用。

首先，参加体育课竞技活动让我深切感受到了团队合作的重要性。在比赛中，每个参赛队都必须有团队合作的意识和配合默契才能取得胜利。我曾参加过一个足球比赛，刚开始的

时候，我们队员之间并没有很好的配合，导致球传不进去、抢不到球。后来，经过教师的引导和训练，我们逐渐意识到只有团队合作才能走得更远。我们开始互相传球、互相支持，结果也越来越好。通过这次比赛，我深切体会到团队合作的力量，明白了一个人的力量是有限的，只有与他人通力合作才能取得更好的成绩。

其次，体育课竞技活动培养了我积极进取的竞争意识。在比赛中，每个人都希望能够取得胜利，但并不是每个人都能成功。竞争是一种积极向上的精神，它使我在比赛中不断努力，不断提高自己的技能和能力。曾经一次篮球比赛，我们队与对方队打得难解难分，每个人都为了胜利不断努力，最终我们赢得了比赛。这次比赛给我带来了很大的鼓舞和信心，让我明白只有不断竞争、不断超越自己才能不断进步。竞争意识激发了我的潜力，让我在体育课上全身心地投入，取得了更好的成绩。

再次，体育课竞技活动让我感受到了体育锻炼对身体健康的重要性。在课堂上，体育锻炼是我最期待的时间，因为它能够让我摆脱学习的疲惫，放松身心。每次体育课都能带给我无与伦比的快乐和愉悦感。我记得曾经一次长跑比赛，比赛开始时，我感到非常紧张，但当我全力奔跑时，体力逐渐恢复，心情也变得开朗起来。长跑结束后，我虽然感到疲劳，但身体和精神都得到了放松和提升。这次体育课让我认识到，运动不仅可以锻炼身体，还可以释放压力，提高工作和学习效率。体育课对身体和心理健康的促进作用不可忽视。

最后，参加体育课竞技活动让我涨了一颗团结友爱的心。在比赛中，我与队友们相互关心、加油鼓劲，建立了深厚的友谊。我认识到，只有与他人和睦相处，才能建立团结的集体，取得更好的成绩。通过体育课，我结交了很多志同道合的朋友，我们一起讨论比赛的策略、分享比赛的经验，相互帮助、共同进步。参加体育课竞技活动让我领悟到团结友爱的重要性，也让我明白了与他人和谐相处的必要性。

综上所述，体育课竞技活动不仅是对学生身体的锻炼，更是对学生团队合作意识、竞争意识、身心健康和团结友爱精神的培养。通过这些活动，我学到了很多，成长了很多。我相信参加体育课竞技活动将对我未来的学习和生活产生积极的影响，使我更加健康、坚强和自信。

大班体育趣味轮胎教案反思篇三

体育课作为学校课程中的重要组成部分，对学生的身体素质和健康发展起着至关重要的作用。竞技活动是体育课中最为重要和富有挑战性的一环，通过参与竞技活动，学生们能够锻炼自己的体能、培养团队合作精神，并体验到竞争的乐趣。在经历了一学期的体育课竞技活动后，我深感体育课竞技活动对我个人的意义以及对社交、身体和心理方面的影响。

首先体育课竞技活动在社交方面起到了极大的促进作用。在参与球类比赛的过程中，我需要与队友相互配合，明确分工，共同为团队争取胜利。这不仅锻炼了我的团队合作能力，还提高了我的沟通、协调能力。每次与队友一起努力、配合默契时，我都深刻感受到集体的力量。体育课竞技活动也为我们提供了与同学互动的机会，从与同学们一起参加运动到共同讨论、策划比赛中的策略，我与同学们的关系愈发紧密。这不仅增加了我对同学们的了解，还让我学会如何与不同性格、不同特点的人相处，提高了我的人际交往能力。

其次，体育课竞技活动对身体的影响也是显著的。在竞技活动中，我们需要全身心地投入，在比赛中追求速度、力量和技巧的完美结合。作为参与者，我能够感受到足球、篮球等运动项目带给我身体的挑战和愉悦。通过反复练习，我的身体灵活性、耐力和协调性得到了明显的提升。经常参与竞技活动，不仅能够促进肌肉发育、增强体质，还能改善心肺功能，提高身体素质，为我今后参与更多体育运动打下良好的基础。

再者，体育课竞技活动对个人心理的培养也起到了积极的作用。在竞技活动中，我们时常面临着困难和挑战，需要克服压力和困难，保持积极的心态。通过竞技活动，我学会了面对失败不轻言放弃，通过总结经验教训，完善自己的不足。每次比赛结束后，我都会思考自己在比赛中的表现，从而改善自身的不足之处。同时，竞技活动也让我内化了一种正确的价值观念。在竞技过程中，胜利并不是唯一的标准，更重要的是享受比赛的乐趣、与队友共同进步的过程，以及展现自我、充分发挥个人特长的机会。

最后，体育课竞技活动让我更加热爱运动。通过竞技活动，我发现体育运动不仅是在完成一项任务，更是能够带给我快乐和满足感的体验。每当我投入到比赛中，我能够释放自己，忘却一切烦恼，只专注于比赛的每一个瞬间。无论是与队友一起庆祝进球，还是在场上感受到观众的掌声，这些都给了我巨大的满足感和成就感，让我对体育运动充满了深深的爱。

总之，体育课竞技活动给我带来了诸多的收获和体验。在与队友的互动中，我学会了团队合作，提高了人际交往能力；在挑战自我的过程中，我更加健康、自信和坚韧；在快乐的比赛中，我找到了我心灵的归属，收获了运动的热爱。体育课竞技活动是我人生中一段宝贵而难忘的回忆，它们将永远激励着我成为更好的自己。

大班体育趣味轮胎教案反思篇四

外一小时体育活动是学校整体推进素质教育的重要窗口，是学生参加体育锻炼的主要途径，我校的课外一小时体育活动每天下午有12项体育类自主体育选修项目”组成，内容丰富多彩，具有较强的创新力和活力，适合于各个年龄段的学生参与。学校通过制定详细的活动方案，严格课外体育活动的组织，确保了课外一小时体育活动的实效性和参与度，极大提高了全体学生参加体育锻炼的主动性、积极性和自觉性，

深受学生喜爱。

我校共有52个教学班，中小學生2600人，300米的塑胶操场一块，学校课外一小时体育活动注重趣味性和实效性相结合，保证学生每天有一小时的体育活动时间；力争使95%的学生在本学年学生体质健康标准测试中达到及格以上，让学生身体素质得到全面提高。

一、合理安排时间，保证锻炼效果

学校坚持体育课与课外体育活动交叉安排的原则，体育课内容：按照中小学体育与健康《课程标准》的要求组织开展教学活动。当天没有体育课的班级组织1小时的课外体育活动，确保学生每天一小时的体育活动。

每天下午5：00—6：00（冬季4：30—5：30）让学生进行一小时课外体育自选活动，从学生兴趣出发，以特色项目为主进行选修活动。各项目每班设立一个安全督导员配合体育教师进行课外体育活动的安全监督。下午课外活动自选项目内容及分工：在没有体育课的当天下午，学生按照自己的兴趣爱好可以进行乒乓球、篮球、足球、足球、田径、健美操、体育舞蹈、跳绳、抖空竹等12项选修活动。整体设计做到科学性、创造性、特色性和可操作性，每个环节责任到人。丰富多彩的课外活动保证了学生锻炼身体的时间，充分调动了学生参与活动的热情。

二、利用群体比赛，激活学生兴趣

1、课内外紧密结合，以活动促教改是我校体育工作的一个出发点。我们注重以小型竞赛为契机，充分调动师生们的积极性、责任心，尽量让更多的同学能够参与到比赛中去，普及、加强学生的健身观念，初步培养学生终身体育观。

2、分年段、分阶段开展丰富多彩的体育竞技比赛，确定每个

阶段的主要项目，全面推进学校每天一小时的校园体育活动。上学期小学年段开展乒乓球、跳长绳、体育舞蹈、二人三足、广播操比赛；中学年段开展负重接力赛、跳短绳接力赛、篮球赛、足球射门比赛、健美操比赛。

三、加强课程管理，注重实际效果

1、课外一小时体育活动由体育老师指导，政教处、班主任全面参与组织和管理；竞赛、活动课由体育教师、班主任组织和管理；各班组织锻炼小组开展课外体育活动。学生在教师的指导下学会锻炼的技术与方法，培养学生对体育运动的乐趣和养成体育锻炼的习惯，促进学生体质健康。

2、严格考核评比，把积极参加体育锻炼活动情况纳入学生体育课程、综合素质评价的重要内容，把班级组织体育活动作为班主任工作考核的重要指标，把上好体育课、指导学生科学锻炼作为体育教师工作实绩的重要方向纳入考核。

3、学校每学年对体育教师、班主任进行评选“优秀体育活动组织者”，对班级和学生分别评选“每天一小时校园体育活动先进班级”、“每天一小时校园体育活动积极分子”的活动，将评选结果列入年度考核、班主任考核内容，以此推动每天一小时校园体育活动有效开展、深入发展。

几年来，我们始终把提高学生综合素质作为工作目标，学校上下齐抓共管，全校师生形成了共同锻炼，健康快乐的良好氛围。在健康体质测量工作中，学生的各项素质明显增强，课外一小时体育活动成为学生锻炼的大舞台。

大班体育趣味轮胎教案反思篇五

贯彻落实各级学校体育工作会议精神，牢固树立“健康第一”、“以人为本”的指导思想，以培养德才兼备、身心健康、体魄强健、意志坚强的一代新人为己任。以阳光体育运

动为载体、以体育运动为题材，在全校掀起体育锻炼热潮，切实增强学生体质，切实减轻学生课业负担，全面推进素质教育，促进学生全面发展。

我运动；我健康；我快乐

人人有项目班班有活动学校有评比

组长：袁新华

副组长：陆春新陆俊

成员：陈金香、姚红霞、葛琴、张怡红、王霞、葛云芳、张国祥、李凤英、周圆圆、吴晓东、花海霞。

以学生兴趣爱好入手，带领学生全员参与，开展学生喜闻乐见的体育活动，突出特色，培养和激发学生对体育运动的兴趣，养成体育锻炼的良好习惯。

1、规范作息時間，坚持大课间活动。坚持科学规范的学生作息制度，制定科学的作息时间表，保障学生睡眠时间和参加体育锻炼的时间和权利。积极开展大课间体育活动，确保学生每天1小时体育活动时间，切实做到“五定”，即定计划、定内容、定时间、定场地、定指导教师。

2、开齐、开足、上好体育课。坚定不移地执行小学1—2年级每周4节体育课、3—6年级每周3节体育课的课程设置计划，同时要积极推进体育教学改革，不断提高体育课堂教学质量。

3、开展常规竞赛活动。每学期，学校体育组联合少先队大队部，组织开展广播操、眼保健操评比，用比赛促规范，用比赛促发展。

4、做好《学生体质健康标准》测试。深入做好《学生体质健

康标准》测试工作，认真执行体质健康测试报告制度，做到规范化、制度化，以此全面落实《学生体质健康标准》。

5、做好体育科目测试。坚持和完善体育科目测试工作。学校要将体育科目测试成绩作为学生综合素质评价的组成部分，进一步完善学生评价机制。

6、着力打造校园体育文化特色。将学校体育工作跟行知校园文化建设有机结合，为孩子们拓展最大的生活空间，让校园体育文化也能展现生活教育的魅力，让阳光体育成为孩子们生活的一部分，让每个孩子从中得到快乐。办好校园体育节，将“小小全运会”打造成学校文化名片之一□20xx年5月，我校首届体育节成功举办，趣味运动会中，所有运动员以省为单位编组，开展各项竞赛，“小小全运会”取得良好效果□20xx年秋季，我们将在此基础上精心策划，合理组织，文明比赛，让“小小全运会”再结硕果。