

# 2023年传球的教案(实用11篇)

教案可以帮助教师合理安排课堂时间，使学生的学习更加有条不紊。通过查阅以下小学教案范文，我们可以发现不同年级和学科的教学重点和特点。

## 传球的教案篇一

目标：

- 1、喜欢玩球，体验游戏的快乐。
- 2、提高幼儿的'合作意识

准备：

球若干

玩法：

- 1、“胯下传球，头上传球”5人一组，间隔一定距离竖排站好，从第一人胯下传至最后一人，然后最后一人从头上往前传，传到第一人，然后再重复胯下传，头上传，好像一轮轮波浪涌来，特别壮观，规定时间内哪一组轮数多，哪一组获胜。
- 2、“间隔滚传球”男孩女孩间隔围圈蹲好，男孩传一颜色的球，女孩传一颜色的球，让两个球在圆圈中滚动传递，看谁的球传的既快又无间断，最先传完一圈的获胜。

## 传球的教案篇二

- 1、引导学生从小注意锻炼身体，养成良好的生活卫生习惯；

2、让学生自己对假期的一些锻炼进行自我总结。

## 设计意图教学流程解析与拓展

### 一、常规教学

1、集合站队，报告人数。

2、师生相互问好。

3、教师宣布教学内容和要求。

二、同学们，愉快的寒假结束了，在假期里，你们过的愉快吗？你们参加了哪些有意义的活动？你坚持锻炼身体了吗？让我们先自己回顾一下。学生自己回想。

分小组讨论：4人一组

教师集合分别提出问题

学生踊跃举手回答教师的问题

### 三、总结

1、只有从小锻炼，才会养成锻炼身体的好习惯；

## 传球的教案篇三

1、喜欢玩球，体验游戏的快乐。

2、提高幼儿的合作意识。

3、使幼儿学会用肢体动作配和游戏的玩法。

4、培养幼儿与同伴之间的相互配合。

球若干

1、“胯下传球，头上传球”5人一组，间隔一定距离竖排站好，从第一人胯下传至最后一人，然后最后一人从头上往前传，传到第一人，然后再重复胯下传，头上传，好像一轮轮波浪涌来，特别壮观，规定时间内哪一组轮数多，哪一组获胜。

2、“间隔滚传球”男孩女孩间隔围圈蹲好，男孩传一颜色的球，女孩传一颜色的球，让两个球在圆圈中滚动传递，看谁的球传的既快又无间断，最先传完一圈的获胜。

## 传球的教案篇四

目标：

1、培养幼儿的规则意识

2、按照规定路线走，做出各式新奇的动作。从中体验游戏的快乐。

准备：

宽敞的场地，圆圈路线

玩法：

边在圆圈上走，边说儿歌“我们都是木头人，拿起枪来打敌人，一不许动，二不许笑，三不许露出大门牙”说完儿歌后，做一个动作保持姿势不动，动了的’幼儿停止一轮游戏。游戏反复进行。

## 传球的教案篇五

□

学生能正确理解单手肩上传球动作的应用方法与时机，85%能够做出传球技术动作并能够合理应用。

通过分组练习，学练结合，发展判断、灵敏、协调等身体素质，提高身体的感知及控制能力。

□

练习过程中形成团结协作、克服困难、勇于挑战自我的`心理品质。

□

手控制球的能力，时间，空间的判断力。

□

传球时落点的控制。

### (一)开始部分(3分钟)

1. 课堂常规：体委整队，报告人数，师生问好，教师简要介绍教学内容，检查服装，安排见习生。

组织教学：四列横队

要求：队列整齐，步伐一致

提问导入：同学们，你们哪位同学知道快攻战术？

对，快攻是由防守转入进攻时，进攻队以最快速度，力争在对手立足未稳之际，合理、果断地进行攻击的一种进攻战术。其实快攻按照其传球的长短分为长传快攻、短传快攻。今天老师就学习长传快攻的传球方式——单手肩上传球。

## (二)准备部分(7分钟)

### 1. 游戏—传球接力

方法：学生分成4个小组，成四路纵队站立，第一名同学将球经头后传递给第二名同学，第二名同学将球经胯下传给下一名同学。当到达最后一名同学时，该同学抱球跑到第一名同学前面，依次进行，直到最后一名同学跑到终点游戏结束。

规则：按老师要求进行传球，球掉后须由掉球人捡起。

### 2. 徒手操

扩胸运动、体转运动、腰部绕环、弓步压腿、侧压腿、压指练习、两人一组压肩。

### 3. 专项练习

颈部绕球、腰部绕球、8字绕球、膝关节绕球、指拨球。

组织教学：四列横队体操队形，教师边做示范，边提示注意事项，语言激励学生，及时表扬鼓励。

要求：动作到位，舒展大方

## (三)基本部分(25分钟)

### 1. 示范

提问：传球时发力顺序是怎样?身体姿势是怎样?

学生回答：发力是自下而上；身体姿势是有蹬地、扭转肩、挥臂和扣几个腕动作组成。

## 2. 讲解

传球时以(右手传球为例)，传球时以(右手传球为例)，持球时，肘要与肩平行，大小臂角度应达到90度或90度以上，传球时，利用蹬地、转体、挥臂、甩腕将球传出。

## 3. 练习

(1) 两人一组原地徒手模仿练习传球，体会用力过程。

(2) 对墙传球相距5~6米传球。

同学们在练习过程中体会全身的协调用力，利用蹬地、扭转肩、挥臂将球传出。

(3) 两人一组相距6~7米进行面对面传接球练习。

纠错：飞行路线尽可能平直，落点准确，球出手后传球要指向落点方向。

4. 教师选出优生进行展示师生进行自评、互评。

## 5. 辅助教材素质游戏接力——推小车

方法：学生分成2人为一个小组，在距离20米的两个端线处，一人充当小车，一人做推车人。到达端线后交换返回。时间最短小组获胜。

要求：注意安全，按要求完成

(四) 结束部分(5分钟)

1. 放松活动—配乐放松操。

组织教学：四列横队体操队形

要求：放松活动，身心充分放松

2. 课堂小结：教师总结学练情况，表扬先进，激励全体学生。

3. 宣布下课、师生再见、回收器材。

篮球40个、录音机1台、标志物10个、磁带2盒、篮球场。

练习密度：30%~35%；平均心率：120~130次/分；运动强度：中等偏上。

本文章用于访问者个人学习、研究或欣赏，，未经本网授权不得转载或摘编。已经本网授权使用作品的，应在授权范围内使用，并注明“来源：”。违反上述声明者，本网将追究其相关法律责任。

## 传球的教案篇六

1、练习胯下传物的动作。

2、提高小朋友的合作和协调能力。

3、遵守社会行为规则，不做“禁止”的事。

4、通过活动锻炼幼儿的跳跃能力，让他们的身体得到锻炼。

一、活动过程1、小朋友分成四队，每队各人分腿站立，上身略前倾，距离适中。

2、领头的幼儿手持皮球一个，听到口令后，迅速把手中的皮球从胯下交给第二人，第二人接到球后依次往后传递。

3、最后一人接到球后跑到队伍头并再次将球往后传,直至原来领头者重新回到排头位置。哪队最快为胜。

1、传递皮球须从跨下传。

2、若中途球失手落地,由失落者拾起,再回到原位传下去。

环境材料:

皮球四个

传球给幼儿带来了快乐,锻炼了幼儿的身体机能,幼儿都能积极主动的参与到游戏中去,在配合中增长了知识,锻炼了身体,养成了守规则好习惯,更进一步感受了集体的合作意识的重要性。

## 传球的教案篇七

1、了解脚内侧踢球的动作要领,学会脚内侧的传接球的方法。

2、体验用脚踢球的乐趣。

脚内侧传接球

一、脚内侧传球

踢定位球时,直线助跑,支撑脚踏在球的侧后方15厘米处,膝关节微屈,踢球腿以髋关节为轴向后向前摆动。在前摆过程中膝盖外转,踢球脚内侧与出球方向约成 $90^{\circ}$ ,脚尖稍翘起,小腿加速前摆,脚掌与地面平行,脚腕用力绷紧,用脚内侧部位踢球的后中部。

脚内侧向前踢球

脚内侧踢球



## 脚内侧踢球练习

### 二、脚内侧接地滚球：

接地滚球时，支撑脚正对来球方向，膝稍屈。当触球时，接球脚向前下轻压，将球接于身前。来球力最大时，接球脚可稍后撤，以缓冲来球力量将球接在脚下。脚内侧切压停球的关键，是当球运行到支撑脚的侧后方或前侧方时。停球脚以脚内侧切压球的后上部，同时稍压膝。

### 脚内侧停球

#### 脚内侧切压停球

- 1、明确安全事项后，分组在预定场地内传接球练习。
- 2、模仿教师动作，由慢到快练习，相互交流动作要领。
- 3、体会传球时的击球部位（后中部），接球时（前中上部）

## 传球的教案篇八

- 1、引导学生从小注意锻炼身体，养成良好的生活卫生习惯；
- 2、让学生自己对假期的一些锻炼进行自我总结。

### 教学过程

#### 设计意图教学流程解析与拓展

##### 一、常规教学

- 1、集合站队，报告人数。
- 2、师生相互问好。

3、教师宣布教学内容和要求。

二、同学们，愉快的寒假结束了，在假期里，你们过的愉快吗？你们参加了哪些有意义的活动？你坚持锻炼身体了吗？让我们先自己回顾一下。

学生自己回想。

分小组讨论：4人一组

教师集合分别提出问题

学生踊跃举手回答教师的问题

三、总结

1、只有从小锻炼，才会养成锻炼身体的好习惯；

2、只有加强锻炼，才会有一个更强壮的身体；才会适应现代社会的需要；

3、新的学期里我们要共同锻炼，共同营造我们的和谐课堂；

## 传球的教案篇九

本课以健康第一为指导思想，注重学生对足球基本技术的掌握与实践应用。教师尝试运用新的教学理念和教学方法，充分强调学生的主体地位，注意发挥骨干学生的模仿带头作用，在班内形成一个个强而有力的学习团队，使学生在愉快、团结的学练气氛中激发对足球的强烈兴趣，感受练习、比赛的快乐，并从中培养学生的坚强意志，协作竞争意识和创新精神。

本节课的教材内容是足球脚内侧传接球，它是整个足球技术

动作非常重要的一部分，体现了足球的基本功，教材的重点是：支撑脚的站位和击球瞬间脚型的控制，培养学生团结协作、密切配合的集体主义精神。难点是：脚内侧传球时对球的传球路线以及力量的控制。

本次课授课对象是高一年级的学生，他们活泼好动，对足球运动有着浓厚的学习兴趣。但由于他们来自不同的学校，在对足球基本技术技能的掌握上存在着很大的差异，我在本次课的安排中非常强调体育骨干的作用，通过师生互动，生生互动，教师引导，同学之间的合作探究，一定能顺利达成本次课的教学目标。

### （一）引入部分分为两个部分

1、创设情景：一开课打破常规的教学模式，引入情景，为了让学生能很快的进入上课状态，抓住学生的心理，利用提问、图片、道具、角色扮演等多种手段创设情景。

2、分配角色：教师提问题：“同学们，你们认识哪些足球运动员？还知道有哪些著名的足球俱乐部吗？”学生积极开动脑筋，伴着提出的问题，教师出示挂图，设计学生扮演职业足球运动员，老师扮演教练员，老师今天的任务就是带领一支职业球队的球员进行训练。

### （二）激发兴趣

分配角色后，开始进行下一个环节的专门性练习，在开课后设计这个环节，是为了使教学进一步情景化，让学生更快进入自己的角色开始学习，主要目的让学生积极主动地热身，活跃课堂气氛，为下面的课做好铺垫及身体、心理的准备。

游戏方法：左右两人一组面对面，两手平行半屈臂互握，同侧脚轻踢，脚内侧相对，左右脚交替小跳中完成，要求大腿外展屈膝前摆，对脚时脚底与地面平行，为课上学习做铺垫。

充分活动各关节。游戏要求：要求学生注意力集中，反应迅速，合理掌握力度，在游戏中注意安全，不能故意用过度力量踢对方。

### （三）共同研究

当学生经过上个游戏的愉悦，对学习产生兴趣的时候，马上进入本节课的主题，星球碰撞（脚内侧踢球），这个环节是本节课的重点部分，在接下来的环节中采用“思考—尝试—对比—讨论—再尝试—评价—提高”的学练流程，让学生充分领会自觉、自主、能动的学习方法和积极参与体育锻炼的乐趣。让学生在游戏中的自主学习，在玩中学，学中玩，开动脑筋。

首先，教师先讲解游戏的规则，并且请学生出来配合教师做示范。（游戏规则：两人一组每人一球，分别相距2米、4米、8米的传球相撞游戏。）激发学生学习的欲望。然后教师提出问题？学生带着问题进行游戏。

在两次游戏中，教师选出不同的学生典型做出对比，让学生很直观地发现问题，并且解决问题，最终引出本次课的内容脚内侧踢球，教师出示挂图并讲解脚内侧踢球的动作要领。动作要领：以右脚踢球为例，直线助跑，左脚支撑在球的侧方15厘米左右，脚尖指向出球方向，膝关节微屈；同时右脚顺势以髋关节为轴由后向前摆，脚尖稍翘起，用脚内侧部位击球的中后部。

### （四）活跃身心

1、分组练习：为了加强练习的强度，更好的让全班学生都动起来，让学生做学习的主人。将全班分成男女两队继续进行碰撞游戏，教师加入其中一对，共同游戏。在这个环节中教师发现学生错误技术动作，给予及时纠正。

2、踢准游戏：为了更好的调动学生学习的积极性，把星球碰撞游戏更换成踢固定球的踢准游戏，教师和学生共同参与游戏，积极给予指导与鼓励！

### （五）巩固拓展

利用本节课所学到的知识，展开游戏，让学生巩固前面所学习的运动技能，进行星球碰撞比赛。游戏方法：全班分成男4队，比赛的两个队员之间相隔4米的距离面对面踢球，再分别选出四名队员做小裁判，分别记下每队碰球的成功次数，成功最多的队伍获得比赛的胜利，游戏2次。要求：不得故意破坏游戏规则，注意安全。素质练习游戏：在进行小的上肢力量游戏，平衡对本节课上肢力量练习的不足，提高本课强度。

### （六）活跃身心

游戏结束，今天的队员很棒！都能按照教练员的要求进行训练，通过刻苦的训练在比赛中我们一定会取得胜利！接下来放音乐，大家和教师一起随音乐“足球人浪”放松身心。

这节课通过星球碰撞游戏为主线，活跃了课堂气氛，调动了学生的积极性，让学生在一种宽松和谐环境中学习，有利于发挥学生的自主性。在基本部分教学中，先讲解示范，然后让学生根据要求练习，允许学生自由发挥，发挥学生的主观能动性；通过练习进一步提高了学生的动作技术。星球碰撞游戏中，不但能够提高传接球技术而且还可以发展协调等身体素质。在此练习中教师巡回指导和主动参与，缩短了师生间的距离，使课堂气氛更加活跃，学习效果更加明显，从而使课堂教学组织活而不乱，生动有序。射固定球比赛把课堂教学推向了高潮，学生之间的团结协作、互相鼓励、积极进取的精神得到了充分的展现。在结束部分中，通过配乐“足球人浪”从激烈的竞争中回归到平和的心态，愉快地结束这节课。

## 传球的教案篇十

我们班幼儿已经能够自主的跑、跳，并能参加一些基本的体育活动，他们很喜欢球，本次活动就是利用幼儿对球类的喜欢，设计传球接力的游戏，让幼儿在游戏中能够手脚并用，达到全身的协调运动，在游戏中能获得很大的乐趣，它既增强了幼儿的体质，又强化幼儿的竞争意识和动作的协作能力。

### 传球接力

- 1、锻炼幼儿的快速反映能力，锻炼幼儿手的敏捷度。
- 2、增强了幼儿的合作意识，培养了幼儿的集体主义感。

### 皮球若干

二、教师带幼儿到户外操场，带领幼儿慢跑一圈，做简单的热身动作。

师：在开始我们的活动之前，我们先来做个热身运动吧。  
（带领幼儿一起做律动）

三、导入游戏，介绍游戏规则。

- 1、师：知道我们今天玩什么游戏吗？对，我们今天玩的游戏要用到皮球，名字叫传球接力。现在呢，先请你们认真看，我是怎么玩的。（教师和一名幼儿做示范，其他幼儿观看。）
- 2、教师说明游戏的规则和过程。师：在开始游戏之前呢，我们要一起来制定一下今天的游戏规则。（在游戏时要听从教师的指挥，不推挤，有团队意识）第一种玩法把幼儿分成两队站好不动，两队的排头各拿一个球，当老师发出命令后，拿球的幼儿快速的把球传给下一名幼儿，（可以从头上传，腿下传或者侧身传），以此类推，看哪一个队最先传完为胜。第二种玩法把幼儿分成两队站在起点站立，教师发出口令后

由每对的排头将球传给下一名幼儿，自己快速的站到队尾，以此类推，按照一定的路线移动，看哪一个队最先传完为胜。

四、注意事项在传球的过程中，幼儿的间隔距离要适当，相邻幼儿要互相配合，避免落地，幼儿要注意安全。

六、活动结束，做放松运动。

师：今天小朋友们表现的都好棒，做完运动，我们一起来放松放松吧。

传球给幼儿带来了快乐，锻炼了幼儿的身体机能，幼儿都能积极主动的参与到游戏中去，在配合中增长了知识，锻炼了身体，养成了守规则好习惯，更进一步感受了集体的合作意识的重要性。

## 传球的教案篇十一

1. 探索足球的多种玩法，提高身体的敏捷性，发展体能。
2. 熟悉球性，尝试用脚掌停球，锻炼脚部的控球能力。
3. 能积极主动参与足球运动，体验玩球的乐趣。
4. 发展走、跑、跳等基本动作及动作的灵敏性、协调性。
5. 喜欢与同伴合作，体验运动的挑战与快乐。

1. 人手一个足球, 自制音乐
2. 女宝宝美羊羊，男宝宝喜羊羊，老师慢羊羊村长
3. 贴有草地的圆形，两条贴有点子的线

活动重点： 探索足球的多种玩法

活动难点： 尝试用脚掌停球，锻炼脚部的控球能力

## 一、开始部分

### 1. 走跑交替成圆形

教师：小羊们，你们好！今天村长要带你们去青青草地玩，你们高兴吗？那带好你们的足球宝宝我们出发吧！（踏步跑步围圈）

### 2. 热身操

教师：请你找好一块草地站好，我们跟足球宝宝一起来做个热身操。（上肢、踏步、跳跃、下蹲等）

## 二、基本部分

### 1. 探索足球的多种玩法

教师：今天村长给你们带来了足球宝宝，请你说说足球可以怎么玩？（拍球、滚球、抛接球、踢足球等）那我们一起玩一玩，看谁玩法不一样。

### 2. 分享足球的玩法

教师：你是怎么玩球的，请你介绍一下。（个别幼儿介绍并展示）

### 3. 我和球儿来赛跑

教师：刚才和足球宝宝玩游戏的时候，我看到有小羊用脚踢的方法让足球宝宝跑起来了，请他给我们表演一下。（教师示范讲解：用脚尖踢在球的下方）你们想玩吗？那我们一起玩一玩，看看谁能让足球宝宝跑得又快又远，你能不能追上它？（幼儿分散练习）



4. 分享和球儿赛跑的经验。(两竖排)

5. 学习用脚停球

教师：足球宝宝跑出去了，我们怎样可以让它停下来呢？用小脚停球你会吗？我们试试看。(原地停球)

示范讲解：用脚掌停球，人要站稳，停球的脚要放松。(原地左右脚交替停球)

教师：足球宝宝真听话，但它跑起来后是不是也这么听你的话呢？看你能不能停住它，我们一起来试一试好吗？(自由练习行进停球)

6. 村长检验部分幼儿停球本领

教师：刚才小羊们练得怎么样，村长要来检查一下。(随意把球踢向羊羊，根据情况进行点评和练习)

7. 游戏：快乐停球

教师：现在请一队小羊把足球放到边上，两队面对面进行传球、停球(可以是用手也可以用脚)

玩法：先练习再比赛，停住球多的一队得奖励。

三、结束部分

1. 评价本次活动。

教师：时间过得真快，足球宝宝们都玩累了，我们一起来放松一下吧。(用足球敲打身体部位、互相用球助同伴敲打放松)

2. 把球送回家整队，结束。