

# 2023年初中体育教案 初中体育教案参考(大全8篇)

教案的编写应该注重个性化，在满足教学目标的同时，符合学生的学习需求和兴趣。小编整理了一些中班教案范文，希望能够给大家提供一些有关幼儿教学的新的想法和方法。

## 初中体育教案篇一

### 一、说教材：

教材内容为篮球(复-原地运球,学-直线运球)和接力跑游戏,均选自省编中学《体育与保健》教材第一册内容。球类是学生喜爱的运动项目,它具有良好的综合健身作用,能够培养学生团结、协作、积极进取和拼搏精神。中学篮球教材由基本技术、简单战术和教学比赛三部分组成,基本技术在整个教学内容中比重较大。初中阶段重点是学-各种基本动作,尤其是在初一教材里基本技术动作所占的比重最为主要。选择直线运球技术作教材,是根据初一学生的生理、心理特点和认知、技能水平情况。因此,将本课直线运球的重点确定为运球时的按拍部位,难点为控制球。初中的接力跑教材分迎面接力跑,圆圈接力跑和接力区交接棒的接力跑,本课利用篮球和呼拉圈在篮球场地进行接力跑,进一步增加接力跑的知识性和趣味性。接力跑游戏的重点定为提高学生的快速跑能力和灵敏素质等。根据以上认识特制定以下三方面的教学目标:

1、认知目标:1)了解本课的练-方法,明确篮球原地运球、直线运球的技术原理及作用,能正确区分原地运球和直线运球的不同之处。认识篮球运动的目的是全面发展身体素质、增进健康。2)90%以上的学生明确本课目标。

2、技能目标:1)通过本课学-,使85%以上的学生正确掌握原地运球技术,75%以上的学生在一定速度中能正确运用直线运球

技术,提高手对球的控制支配能力。2)发展学生的灵敏、速度素质,提高协调性及快速反应能力。

3、情感目标:1)培养学生积极进取、顽强拼搏、力争胜利的竞争意识及团结协作、吃苦耐劳的优良品质,强化学生的爱情感,提高想象、交往能力,发展学生个性和心理素质。2)95%以上的学生对情感目标的接受。

## 二、说教学程序:

在课的结构上,从“身心协同”的基础观点出发,依据初一学生的身心特点,采用“收心热身、愉悦心身——育心强体、磁智促技——稳定情绪、恢复心身”的三段结构。

1、在收心热身、愉悦心身阶段,用我国男篮健儿在奥运会上的优异表现引入教学主题,通过开口螺旋形跑,活跃气氛,集中学生的注意力,紧接着成闭口螺旋形跑至站位做球性练-,通过球性练-能使有关肌肉、关节、韧带得到充分的活动,而且与要学的技术动作有机结合。因学生水平各异,最后一个球性练-为自由创想展示练-,给学生自我展示的机会,从而调动学生的创造性思维和学-的主动性。这部分用时为9分钟。

2、第二阶段,首先,运用各种变化的原地运球练-,改进提高原地运球技术动作及控制球的能力,在运球中要求学生养成观察前方的良好-惯,重点强调正确的身体姿势和脚部动作,为主教材教学做铺垫。在学生情绪已活跃的基础上学-新教材,进入直线运球教学,我用启发性的语言和直观对比,使学生能较清楚地认识到“球的反弹角度与手按拍有直接关系”等道理,并运用不同信号手段组织学生进行直线运球练-,然后安排学生进行直线运球追逐,使教学步骤由浅入深、由易到难、分层递进、对比探索、激发兴趣达到初步掌握技术动作的目标。练-中我突出要求学生相互观察、相互纠错、共同提高,充分体现和谐互助的精神。在这阶段中,我还注重在练-队形图形上进行变化,一方面充分利用篮球场原有的线路,另一方面克服重

复练-带来的枯燥感。这部分用时20分钟。

## 初中体育教案篇二

认识生物

课前准备：

教师制作单元页和课本第3至第第6页的图片，学生查找与生物的特征相关的资

料。

教学过程

一、讲授新课

1. 什么是生物

生：花、草、树、山石、河流等等。

师：同学们回答得很好，我们的环境就是因为有这些花、虫、鸟、兽和它们栖息的环境，才构成了一幅幅美丽的图画。今天我们就来关注一下生物及其生存的环境，进一步了解生物的共同特征。请同学们观看大屏幕单元页的照片和图i-6□i-10□

生：欣赏屏幕上所呈现出的绚丽多彩的大自然。

师：请同学描绘大屏幕中的图像。

生：同学1说：“蓝天、白云、房屋、太阳、山石、车辆等是非生物，因为它们没有生命”。同学2补充说：“还有、流水、土地”。

## 2. 生物的特征

师：出示图i-6□i-1□i-10图片中的狮在追辅斑马，植物光合作用，小鸡觅食等等都是生命现象，到底什么是生物呢？生物有哪些共同特征？怎样判断一个物体是否具有生命？请同学们分组讨论。

生：讨论后回答。

学生1回答：“活着的，具有生命的物体是生物。”

学生2回答：“有感情的物体。”

学生3回答：“生物的存活需要养料，要吃东西。”

师：你们列举一下所知道的生物，看看他（它）都需要什么才能存活？

生：人和动物需要蔬菜、瓜果、肉、粮食等食物，马、牛、羊需要吃草，虎、狼、豹要吃小动物。

师：人和动物需要营养，那么植物需要营养吗？

生：植物也需要营养，它们需要阳光、空气、水和土壤中的肥料。

师：给予掌声鼓励。生物只有在营养充分的情况下才能健康地成长。生物还有什么共同

特征，请举例加以说明。

生：生物能进行呼吸，如鲸在呼气时产生雾状水柱。（图i-3□

师：很好！那么，同学们再思考一下，植物呼吸吗？

生：植物也呼吸，比如夜晚睡觉的屋子里摆放很多的花，容易使人憋闷，贮存白菜的地窖里也是这样。

生：学生讨论后回答。

回答说：“其他的生物也能排出体内产生的废物。例如，小动物可以通过出汗、呼出气体和排尿等方式将废物排出体外。

师：那么植物呢？也是出汗、排尿吗？请大家看i-5□

生：回答说：“植物通过落叶能带走一部分废物。植物也能通过呼吸排出废物。”

师：引导学生继续思考，并举例说明生物还有哪些特征。教师引导学生看图i-7

生：学生讨论后回答。

学生1回答说：“含羞草的叶子被碰到后，它会合起来。”

学生2回答说：“生物还能对外界刺激发生反应。例如，人用苍蝇拍打苍蝇，苍蝇会立即飞走。”

学生3回答说：“狗看到骨头就会流口水。”

师：这些都属于应激性。教师补充说明含羞草的叶子合起并垂下，其实是在保护叶片。让学生用手碰一下盆栽含羞草的叶子，亲自感受一下。继续说明多数情况下动物的应激性比较明显，植物的应激性大多表现在向光生长、向地生长和向水生长等方面。继续让学生思考生物还有哪些特性。

师：出示i-8在生长的蘑菇和i-9种子的萌发图片，以及i-10图学生讨论。生：学生讨论后回答。

学生1回答说：“生物体可以从小长大。”

学生2回答说：“生物还可以繁殖。”

师：接着启发学生思考生物还有哪些繁殖方式。想一想动物、植物、细菌怎样繁殖。生：学生思考后回答。

从同学们的叙述中，不仅可以看到生物之间传递信息这一本领，还可以看出生物适应环境这一本领。另外生物也能影响环境。例如，植被可以保持水土，增加大气湿度，从而可以减少沙尘暴的发生，改善空气质量。接着鼓励学生多观察生物，从而得出更多更新颖的建议。请学生思考：自己是否也有这些特征？任举一种你熟悉的生物，它也有这些特征吗？

生：学生思考后回答。

学生回答说：“有。例如，图片中的猎豹，它有情感，也要呼吸，也要营养，也有对外界刺激作出反应的能力，遇到情况会声音来传递信息，也能从小长大并繁殖后代。”

## 二、巩固练习

生：学生讨论后回答。

珊瑚虫是生物，因为只有它具备了生物的特征，具有生命。而钟乳石和珊瑚是没有生物特征的。

师：教师小结：学完这节课后，你们该知道什么是生物了吧？

生：不是，它们都有生命。

师：那么我们应该怎样去对待那些具有生命的物体呢？

生：我们应该热爱和保护那些生命，让我们的世界变得更加丰富多彩。

## 篇二

### 调查我们身边的生物

#### 教材分析：

《调查我们身边的生物》属教材新增内容，旨在通过调查，认识我们身边的生物，进一步了解生物有别于非生物的共同特征，在学习方法上，从宏观到微观，从学生熟悉的事物入手，有利于激发学生的学习兴趣。

《课程标准》倡导探究学习，而调查是科学探究的常用方法之一，通过对身边生物的调查，力求使学生认识并掌握调查的一般方法，使之具有科学性，合理性，便于后续探究活动的进行。

初一学生对生物的了解有一定基础，但对生物种类的识别及科学调查方法缺少一定的经验，本节内容也是对学生掌握科学的调查方法的一次指导和训练。

#### 教学目标：

1. 学生能说出调查的一般方法，初步学会做调查记录，并将你所知道的生物进行归类。
2. 学生尝试描述身边的生物和它们的生活环境，培养调查实践以及和同学分工合作的能力。
3. 学生通过学习能关注生物的生存状况，从而增强保护生物资源的意识，认识到保护环境要从保护我们身边的生物开始。

#### 教学重点：

1. 说出调查的一般方法，初步学会做调查记录。

2. 初步培养学生调查实践以及和同学分工合作的能力。

教学难点：

1. 描述身边的生物和它们的生存状况，从而注意保护生物资源。

课时准备：

学生：确定调查路线，笔（有条件可带放大镜，照相机）

1、知识方面

（1）全面理解健康的定义。

（2）尝试综合评价自己的健康状况。

（3）说出保持好身体、保持好心情的方法。

2、能力方面

（3）学会调控情绪的技能，保持心理健康。

3、思想情感方面

（1）关注健康问题。

（2）培养关爱健康、珍惜生命的情感，认识到体育锻炼、做好个人卫生和环境卫生、维护心理健康和良好社会关系对增进健康的重要意义。

重点难点

重点：尝试综合评价自己的健康状况。



难点：学会调节情绪的技能，保持心理健康。教学准备

教师准备：

(1)、准备合适的教学多媒体材料。

(2)、准备学生活动的活动资料卡。

## 初中体育教案篇三

教学目标：

1、掌握和应用平衡膳食的要求，指导日常饮食。

2、了解青春期饮食-惯于健康的关系。

3、运用体育锻炼和调整饮食的办法来控制体重。

教学重难点

重点：了解科学合理膳食在成长中的重要性。

难点：设计一份合理的膳食食谱，培养关注自己饮食健康的责任感。

教学过程

情景导入：你是胖还是瘦，怎样衡量呢？你知道体重指数吗？根据下面的公式、和自己测量的数值计算一下自己的体重指数，看看自己的身体胖瘦！

体重指数=体重(千克)/身高(米)

引出课题

## (一) 平衡膳食与健康

1、你知道食物的分类吗？

2、一日三餐如何搭配呢？

具体要求：

食物多样，谷物为主，粗细搭配；多吃蔬菜、水果和薯类；每天吃奶类、大豆或其制品；常吃适量的鱼、禽、蛋和瘦肉；减少烹调油用量，吃清淡少盐的膳食。

3、对青少年学生来说，除了要做到平衡膳食以外，还要重视以下两个方面

(1) 三餐定时定量，保证吃好早餐，避免盲目节食

对初中生来说，三餐定时定量才能更有利于身体的发育和成长。早餐一定要摄入足够的谷物类食物以提供能量，避免因血糖浓度下降而导致大脑能量不足和注意力下降，降低学习效率。长期不吃早餐还会诱发消化道疾病，影响健康。

(2) 吃富含铁和维生素c的食物

## (二) 饮食、锻炼与控制体重

1、判断肥胖的标准

你的身体胖吗？

2、合理控制体重

中学生正处在身体快速发育阶段，如果超重或者肥胖，一般不采用禁食和饥饿疗法，更不能采用药物和手术治疗，的方法就是调整饮食和加强体育锻炼。

### 3、生活现场

你爱吃油炸食品吗?你知道这些吗

(三)你必须了解合理膳食促进健康的知识

#### 1、调整饮食

(1)宜吃的食物

(2)少吃的食物

#### 2、体育锻炼的方法

(1)运动方式：以有氧运动为主，如快走、慢跑、上下楼梯、跳绳、打球、游泳、骑自行车、登山等运动，适当进行一些柔韧练-和力量练-。

(2)运动轻度：采用中等运动强度，建议运动时心率保持在每分钟110~13次左右。

(3)运动时间：开始时可以少些，循序渐进得到每天60分钟或更长，每次在30分钟以上;也可以通过每天进行6次，每次10分钟的段时间积累。

### 七、布置作业

制定一份设计一份合理的膳食食谱

## 初中体育教案篇四

目标：

1、知识目标：

举例说出科学探究的一般方法，并体验其过程。

## 2、能力目标：

认同认真观察记录的重要性，树立实事求是的科学态度。

## 3、情感目标：

体会在探究过程中与同学合作、交流的乐趣。

重点：举例说出科学探究的一般方法，并体验其过程。

教学难点：尝试确定实验变量，设计对照实验。

教学过程：

### 一、激疑，导入新

### 二、引入科学探究的一般方法：

1、提出问题：“蛆是从哪儿的”？引导做大胆的猜想：从而过度到第二步骤。

### 2、做出假设：

(1) 学生自由发言；

(2) 教师引导假设是对问题的一种可能的解释，虽然不是事实，也不是毫无根据的猜想，假设有可能正确，也有可能是错误的。

### 3、实验：

(1) 学生自主设计：

(2) 教师引导：将两块大小相同的猪肉分别放在两个同样大小的玻璃碗里，其中一个碗口覆盖着纱布，另一个碗口敞开。

(4) 小结：

a□实验是验证假设的基本途径，主要包括制定计划、实施计划等方面。

b□所有实验都有变化的因素，即变量，如水、光、温度、时间、体积等都可能是变量。

c□实验中要控制变量，最好的方法是设计对照实验，除了实验变量不同外，其他因素都相同。

4、得出结论：结论可能支持假设，也可能不支持假设。

5、表达交流

三、体验科学探究的一般方法：

实验：蚯蚓在什么样的物体表面爬得快

1、学生分组实验，教师巡回指导

2、讨论：

(1) 你能说出科学探究的一般方法吗？

(2) 你觉得实验要成功应该注意些什么问题？

(3) 为什么活动结束后要把蚯蚓放归大自然？

3、小结：

在科学探究中，提出问题和做出假设是基础；观察、实验、

调查等是获得事实和证据的多种途径；推理、判断是得出结论的重要过程；此外还要善于与他人合作，这些都是成功的关键。

#### 四、情感教育：

通过这次活动，你得到了什么启示？

#### 五、思维拓展：

菊花一般在秋天开放，某生物小组的同学在讨论影响菊花开放生态因素时，有的认为菊花的开放是受温度的影响，有的认为是受日照长短的影响。请你就此问题设计一个实验，探究影响菊花开放的生态因素。

#### 六、总结。

## 初中体育教案篇五

通过各种形式的教学活动，使学生了解地球自转和公转运动的概念、方向、周期。理解昼夜交替、四季的更替的原因和五带的划分的含义。通过回顾人类天地观的发展过程，使学生理解人类对自然的认识是由近到远、由浅入深逐步发展的。

通过观察地球仪自转和公转的演示以及参与各项探究活动，培养学生观察能力，空间思维和想象力，分析概括能力，小组合作学习能力等。

本节的学习过程是学生建立地球体的空间概念，锻炼空间思维和想象力的过程，是探索和发现自然规律、对习以为常的自然现象和生活常识从科学的角度重新认识的过程。是对科学的探索和进行小组合作学习的良好时机。

#### 教学建议

## 教材分析：

本节从动态的角度研究地球的本质属性——地球运动。地球上许多自然现象同地球在宇宙中的空间位置，特别是同太阳的空间位置分不开。充分理解地球自转和公转的原理及地理意义，是了解地理环境结构特点、揭示地理规律，解释自然地理现象的关键，也是学好以后各章节的基础。本节内容都是重点，四季产生是难点。但本节内容涉及的空间概念较多，很难直接感知，会使学生感到抽象。

本节教材由“地球自转和昼夜交替”、“地球公转和四季的产生”、“五带的划分”三方面基本内容组成。为了便于学生学习，教材配置了11幅插图，三个“想一想”两个“读一读”一个“做一做”利于学生对课文的深入了解及增添学习兴趣。三方面知识互为联系。其中空间概念的正确建立是关键。空间概念的难点是地球公转，地轴与公转轨道面成 $66.5^\circ$ 的夹角，导致了太阳直射点的变化，产生了四季。

由于知识点多，程度深，初一年的学生，空间思维和逻辑思维能力都处在起步阶段，是精讲，设计学生能直接参与的动手动脑的活动，使他们对空间充分感知，有利于空间概念的形成。

## 教法建议：

出发点：为学生展现认识的过程和思路，激发学生探索知识的欲望，尽量使教学形式多样化。

第一课时，首先介绍人类天地观的发展过程，激发学生探索宇宙的兴趣，转入对地球运动规律的探讨。“地球自转和昼夜交替”，通过观看演示，初步建立自转的空间概念，明确自转的方向。实物演示和讲解提问相配合，通过对地球不同地点的昼夜更替的观察，理解周期和晨昏圈的概念。通过现场对太阳高度的观测或指导课后做观测作业，加深学生对昼

夜更替、太阳高度和地方时的理解。通过举熟悉的自然和生活实例，了解自转的地理意义。

第二课时“地球公转和四季的产生”是难点，关键抓住地球在公转的过程中，地轴的指示方向不变，从现象入手，通过观看演示，初步建立公转的空间概念，明确方向和周期。设计让学生充当太阳和地球模拟“地球公转示意图”让他们用身心感受地球和太阳的空间位置关系。体验地轴的倾斜，真正理解“二分二至”的含义，突破难点。

第三课时“四季的产生”在前两节的基础上，通过复习，得出了同一地区接受的太阳光热不同，产生了四季。“五带的划分”以小组讨论的形式，填图并指图说明五带的名称及，划分的依据，通过五带的天文和气候特征，（有时间可做填表、填图，并做整章的练习）。

本课也可以通过看录象、电脑课件、幻灯片强化巩固知识。然后，总结归纳。

## 教学设计示例

### 关于“地球自转”的教学设计方案

#### 教学目标：

1. 使学生了解自转的概念、运动方向、周期。
2. 使学生理解自转的地理意义。

#### 教学重点：

1. 自转的概念、运动方向、周期。
2. 理解自转的地理意义——昼夜更替。



教学难点：晨昏线的概念。

教学媒体：手电、地球仪、一块泡沫塑料、一支铅笔、量尺、一段塑料绳、两个夹子。

教学过程：

我们来回顾一下人类天地观的发展。(略)

现在让我们一起探索地球运动的奥秘。

[演示并提问]:教师转动地球仪

1) 地球怎样自转?(绕轴旋转)

2) 描述地球自转方向?地球上指向北极星方向的几点是什么?(确定方向“北”)

3) 为什么感觉不到地球在运动?p10读一读。(讨论或学生举例)

4) 自转一周的时间是多少?(每小时转多少度?)

[演示并讲解]教师用手电照射地球仪

1. 地球是一个球体，向光的一半叫昼半球，背光的一半叫夜半球。昼夜半球相交的大圆叫晨昏圈。(用一段塑料绳折成大圆环放在晨昏圈的位置，两个夹子把绳固定在地球仪底座)

2. 从黑夜进入白天的是晨线，是日出之处。从白天进入黑夜的是昏线，是日落之处

3. 北京是在白天还是黑夜(有红五角星标记)?纽约呢?(兰色)

[演示并提问]一边拿手电照射一边转动地球仪

[小节]：由于地球在不断自转，各地的昼夜在不断交替着。

观察太阳的高度变化。（有兴趣，让学生算赤道的周长）

[学生活动]：弄清教室的东南西北方向，用手画出太阳东升西落的弧线。

[做实验]：（也可留做作业）

在一块泡沫塑料上垂直插入一支铅笔，或木板上垂直钉一个钉子，放在阳光下，使铅笔的影子正好投在泡膜上，用直尺量出铅笔的影长。

利用这个装置，观察记录在一天中不同时间铅笔的影长，说明影长的变化规律

时间

正午

影长（厘米）

[板书]：第二节地球的运动

一. 地球的自转

1. 绕轴旋转

2. 方向自西向东

3. 周期：一天

关于“地球的公转”的教学设计方案

教学目标：

1. 使学生了解地球公转的概念、运动方向、周期。
2. 使学生理解由于地轴与公转轨道面成 $66.5^\circ$ 的夹角、太阳直射点的变化规律、二分二至点的含义。

教学重点、难点：

理解地球公转示意图，弄清二分二至点的含义

教学媒体：

手电、地球仪、自制地轴与公转轨道面成 $66.5^\circ$ 的夹角模型。

教学过程：

[片段]：分析地球公转示意图

七年级地理《地球的运动》教案

[讲解]：地球上的光热来自太阳，冷暖的变化也与接受到的太阳光热密切相关。由于日地距离遥远，地球比太阳小的多，一般把太阳照射到地球的光线看作一组平行光。

[板图]：平行光照身射球体时直射点的图形特征

[提问]：哪儿是直射点？直射点在图形上有什么特征？

[小节]：平行光线延伸过圆(球)心的光线是直射光线，和球的交点就是直射点

[演示]步骤：

(1)地球仪在灯泡的照射下，最亮处就是直射点

(2) 另一地球仪摆在对面(注意观察两者轴的倾斜方向)用教鞭连接两地球仪的直射点，教鞭恰好通过光源中心，三点成一线。(注意两个球体的光点的位置有什么不同)

(3) 旋转教鞭一周，所得轨迹就是公转轨道。

一个学生(个儿稍高)当太阳，在中间，向两侧张开双臂，表示平行光

四个学生(个儿差不多)的头当地球，分别站在p11地球公转示意图的四个位置上。

[演示步骤]:

1. 找齐.“太阳”张开双臂旋转一周，他的手指均指向四位同学鼻子位置。(鼻尖代表赤道)
2. 倾斜.a,b,c,d四个“地球”的头同时指向北极星方向(a前倾□c后仰□b,d侧偏)
3. 观察. 确定二分二至点。(太阳的直射光分别指向---a眼睛□c嘴、c,d鼻子)
4. 公转. 四个“地球”在轨道运行，位置相互替换。辨别新位置(注意保持头的倾斜方向不变)
5. 自转加公转。留一个“地球”，让他自己旋转一周的同时向前跨一步(注意保持头的指示方向不变)

[分小组演示]: 教师指导

[提问]: 哪个时间看不到头顶?哪个时间看不到下巴?这两个时间出现的是什么现象?

读一读：极昼极夜

[小结]：学生用观察和体验的结果填入表中

节气

太阳直射纬度

极昼极夜

春分

3月21日

夏至

6月22日

秋分

9月23日

冬至

12月22日

北回归线

赤道

南回归线

北极圈

南极圈

板书：

## 二. 地球的公转

1. 绕太阳旋转
2. 方向：自西向东
3. 周期：一年(356天)

关于“四季和五带”的教学设计方案

教学目标：

1. 使学生了解四季的产生
2. 使学生了解五带的划分

教学重点：四季的产生和五带的划分

教学难点：四季的产生

教学过程：[片段]

“想一想”

先让学生回忆地球公转轨道图，重述二分二至点，太阳的直射位置。

[师生共同讨论]：得出了地球在公转中，同一地区接受的太阳光热不同，产生了四季

[板书]4. 季节变化

2. 与公转轨道面成 $66.5^{\circ}$  的夹角。(可讨论若地轴垂直公转轨道面，会如何?)

[板书]: 5. 五带的划分

[小组活动] (4-5人)

要求:

1. 读五带的划分的内容，总结出划分五带的两个依据。
2. 画图填写(1)五带的名称(2)五带划分的几条界限
3. (每2组分配到一个带)派代表上台，先在黑板上填写自己在带的名称，划分的界限。

再介绍这个带的特点，太阳照射、昼夜长短、气候、景观、人们的生活、物产等，可参考书上的图片。其他同学互相补充。

教师指导并点评。

板书设计:

4. 季节变化

5. 五带的划分

探究活动

第一课时

请学生在一天当中的早、中、晚三个时段观测太阳高度和热量的情况，并在课堂上总结结论。

## 第二课时

请学生扮演太阳和地球，演示地球公转示意图。

## 第三课时

小组活动，阅读“五带的形成”通过互助学习，找出五带划分的依据，派代表介绍自己所代表的温度带的情况。

# 初中体育教案篇六

本课以《体育与健康课程标准》为依据，以“健康第一”为指导思想。充分体现教师主导作用和学生主体地位的统一。从学生的实际出发，既面向全体学生又兼顾学生的个体差异；以趣味练习来激发学生的学习兴趣，调动学生锻炼的积极性，通过自主学习、合作学习及学法指导，掌握技术、提高能力，培养学生身心健康、全面发展。

## 二、教材分析

运球绕杆动作是足球项目之一，具有脚支配球为主，灵活多变的特点，通过练习可以发展学生速度、灵敏身体素质，特别是对增强协调性具有显著作用，是在学习水平二脚内侧运球的动作基础上学习的，掌握好运球绕杆动作为继续学习运球射门动作奠定基础。

## 三、学情分析

初中学生正处在生长发育的关键时期，他们朝气蓬勃、富于想象，有很强的求知欲和表现欲。有时会出现浮躁的心情，对他们的学习产生不利的影晌。而体育则是他们释放压力的学科，他们的年龄特征是：模仿能力强；好动、好奇心强；敢于表现自我。



## 四、教学目标

**【知识与技能】**了解足球运动的基础知识，并能在比赛中运用所学的技术。

**【过程与方法】**通过足球活动，发展奔跑能力、速度、力量、耐力等身体素质。

**【情感态度与价值观】**通过足球游戏和教学比赛形式，在活动中培养主动地与同伴合作，具有较强的合作意识，良好的心理品质和社会适应能力。

## 五、教学重难点

**【重点】**左、右两脚推拨球的自由转换。

**【难点】**左、右两脚推拨球的自由转换。

## 六、教学方法

1. 讲解示范法：通过精练适度的语言讲解，使学生获得正确的动作概念；以优美的示范，利于学生模仿正确技术。

2. 问答法：通过一问一答的形式启发学生的思维，培养学生的思考能力和语言表达能力。

3. 讨论法：通过对问题的思考、讨论或辩论，促进学生积极参与，主动思考的学习习惯形成，培养学生的合作意识与能力。

4. 演示法：通过动作图片、战术板等小道具的直观展示，让学生通过观察获得感性认识，形成正确的动作表现，为技术的练习做好认知准备。

5. 纠正错误法：由于学生之间存在个体差异，完成练习的情

况各有不同，通过纠正习得正确的技术动作，避免运动损伤的产生，提高学习的自信心。

## 七、教学过程

### (一)开始部分

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。在介绍教学内容环节进行设疑导入，如：提问学生自己喜欢的球星有哪些？根据学生的回答教师及时的表扬学生，加以总结学生的答案，引出他们如此优秀是因为带球技术好，顺势引出今天所要学习的内容——运球绕杆。

2. 队列队形练习：进行原地转法练习

组织教学：四列横队。

**【教学意图】**正由于该年龄段学生求知欲较强，因此在教学中，教师也可根据学生的这一特点采用设疑导入法来激活他们的思维，而体育文化知识的补充能够激发学生的求知欲，真正的做到身心结合，队列队形的练习可以使学生养成良好的课堂常规习惯，培养学生正确的身体形态、认真练习的态度和良好的组织纪律性。

### (二)准备部分

#### 1. 同步卫星游戏

方法：将参加游戏的人分成三组，每组一次出一人。预备时各站于圈内手持一只球。发令后，垂直高高抛起，赶紧按逆时针方向互换位置，并接住前边一人抛起的球。每成功一次可得一分。在规定的局数内，以得分多的队为优胜。

规则：抛球一定要垂直，向右左偏离大于地上圆圈半径时，算失误扣掉一分。

组织教学：平均分成三组，每组分别围成一个圈。

2. 配乐韵律操：伸展运动、下蹲运动、体侧运动、体转运动、腹背运动、全身运动、跳跃运动、整理运动。

组织教学：四列横队体操队形，教师边做示范，边提示动作要领，语言激励学生，及时表扬鼓励。

**【教学意图】**选用球类的游戏即可充分利用器材，还能增加球操的运动量，加强对下肢力量的锻炼，提高跳跃能力，还能够熟悉球性，为接下来学习运球绕杆做铺垫。带有韵律节奏的动作还能降低肌肉的粘滞性，避免在练习中运动损伤，同时培养学生的节奏感，以及自我表现意识，形成优美的身体形态。

### (三) 基本部分

#### 1. 复习脚内侧运球

组织教学：前后两个人为一组

**【教学意图】**复习脚内侧运球的练习既能够使学生快速的进入到课堂节奏，也能够使学生的心率达到适合本堂课的练习，体现了课堂的连续性。

2. 示范后针对重难点进行提问，如：大家想一想运球过程中应该触球的哪个部位？

#### 3. 讲解

动作要点：支撑脚向前跨，踏在球的侧前方，膝关节稍弯曲，上体前倾向里转，提运球脚，用脚内侧推球后中部，改变反

向运球时，经常用两只\*替拨球。

**【教学意图】**示范可以让学生形成初步的动作表象，之后的提问可以激发学生的求知欲，明确本节课学习的重难点，使得后续练习更具有针对性。

#### 4. 练习

(1)运球绕过一个障碍物后换脚运回，并强调脚的触球部位为脚内侧。

组织教学：四路纵队，前后距离5米，一次运球练习。

(2)听口令变向换脚运球，在练习的过程中学生可能会出现运球时低头看球的不足，教师提醒大家练习的时候同伴之间要用信号来提示对方抬头。

(3)绕5-6个障碍物运球练习。

组织教学：以小组为单位，组内一次练习。

**【教学意图】**根据运动技能的形成规律，设置循序渐进的练习，逐渐的体会运球绕杆的动作，便于教师发现学生存在的问题并进行纠正。在学生初步掌握动作和了解正确动作的基础上，组内结伴练习相互观察对方的动作并纠正，进一步加深学生对动作方法的记忆和理解，体现了新课改新型学习方式——合作学习的模式。

#### 5. 检验—运球绕杆接力游戏

(1)方法：以体育小组为单位进行15米的运球绕杆游戏，先完成者为获胜者。

(2)评价：表扬获胜组，鼓励其他组别。

组织教学：学生自行决定运球的顺序以及每个学生间的间隔，哪个小组时间用时少则获胜。

【教学意图】在游戏中我会强调安全问题，同时还要强调在运用本课的动作的要领，以达到巩固的目的，做到学以致用，同时教师积极地为学生的呐喊助威更加拉近和学生之间的距离，一定程度上激发了学生对体育学习的热情，更加有利于良好师生关系的构建。

#### (四) 结束部分

##### 1. 放松活动—配乐放松操

组织教学：四列横队体操队形

2. 课堂小结：教师总结学练情况，表扬先进，激励全体学生。

【教学意图】通过放松环节帮助学生恢复疲劳，为下节做好身心准备。教师针对学练情况给予鼓励、肯定帮助学生建立学习自信，提出的希望为学生指明了努力的方向和要求。

3. 宣布下课、师生再见、回收器材。

【教学意图】培养学生的独立品质。

#### 八、场地器材

足球20、标志桶10个、足球场。

#### 九、预计负荷

#### 十、课后反思

文档为doc格式

# 初中体育教案篇七

## 1、知识目标

(1)认识多种多样的动物，使学生能概述地面上动物适应地面环境的特征。

(2)观察常见的哺乳动物，概述哺乳动物的特征。

## 2、能力目标

(1)通过观察家兔的内部结构图示，培养学生分析、推理和综合的能力。

(2)利用对现实生活中哺乳动物之间形态特点的比较，培养学生从特殊到一般的概括能力。

## 3、情感态度与价值观目标

(1)通过观察多种多样的动物，培养关爱动物的情感。

(2)了解动物与人类具有的密切关系，树立正确利用和保护动物的态度和价值观。

重点难点教学重点：探究哺乳动物的主要特征。

教学难点：对哺乳动物适应环境的理解。

教学方法讨论法

教具准备各种地面动物特征的资料

教学过程

[引入]

生：动物。

师：今天我们就来学习地面上的动物。

思考并回答教师提出的问题，进入学习情境。

[正课]

认识多种多样的动物

组织学生查询信息库中有关“哺乳动物和爬行动物”的知识。查询信息库识记相关的内容。

师：提出问题：除“哺乳动物和爬行动物”以外，你知道地面上还有哪些种类的动物吗？

思考、回答教师提出的问题。

生：得出——地面上还有家禽和昆虫等动物。

组织学生利用课本提供的几种动物图片资料，讨论并回答以下问题：

1、它们属于哪一类动物？

2、请说出这些动物有哪些适应它们生活环境的特征？学生前后四人为一个学习小组，每组一名组长，共同讨论、回答教师提出的问题。

组织学生(组长作为代表)汇报讨论结果。

结合课前查阅的背景材料(见电子稿)，对学生的讨论结果作适当补充。各小组代表汇报讨论结果。

认真倾听教师补充的相关知识。

(有可能需要的知识：地面上的动物主要有哺乳动物和爬行动物等几类，其中最高等的动物是哺乳动物[如：猴、猿、鸭嘴兽、袋鼠、海豚、蝙蝠、家兔等]，它最主要的特征是：体表长毛、恒温、胎生、哺乳。爬行动物包括蜥蜴、壁虎、蛇、龟、鳖、鳄等，它们属于变温动物，大多数有冬眠习惯。

可能需要详细介绍的动物及其资料：[北极熊]生活在有大片浮冰的北极南部边缘地带。媾紧靠着海洋，有一块块断裂开来的浮冰和来这里繁衍的海豹。北极熊以捕食海豹为生，特别是环斑海豹。它们常趴在冰面上海豹的通气孔旁边等着，或是当海豹爬上冰面休息时就蹑手蹑脚地扑过去。北极熊为了觅食而长途跋涉，路程长达70千米。它们每天都找寻食物。当冬天海水结冰，浮冰面积扩大时它们会向南迁徙，夏天再回到北边。初冬时分，雌熊便不再四处游荡，它会在雪地上挖一个洞，在洞里产下2-3只熊仔。熊妈妈乳汁中脂肪含量很高，靠着这么丰富的营养，熊仔会迅速长大，并能保持体温。在3月或4月时，它们便从积雪的家中出来，此后再跟母亲一起呆上两年。北极熊很适应寒冷地区的生活。它们那白色的皮毛与冰雪同色，便于伪装，而且又厚又防水。皮下的脂肪层可以保暖。除了鼻子、脚板和小爪垫，北极熊身体的每一部分都覆盖着皮毛。多毛的脚掌有助于在冰上行走时增加摩擦力而不滑倒。捕猎北极熊现在受到了严格控制。北极的土著——因纽特人，仍每年捕杀少量的北极熊。他们用北极熊的毛皮制衣。除了它那维生素a含量过高而有毒的肝，其他的都被吃掉。[长颈鹿]在非常辽阔的大草原和半沙漠地区，身材高就可以看得很远。这样，很容易看见敌人，自己就能及时逃脱。长颈鹿大约有5.5米高，它就象一座流动的了望塔。顺便提一下，长颈鹿颈堆骨的数量同其他哺乳动物一样也是7块，只是每要长得多。一对对雄性长颈鹿通过打斗来确定谁最强。它们肩并肩站在一起用头互相猛烈撞击。还把脖子缠在一起，但战斗中没有一头长颈鹿会受重伤。成年长颈鹿用它那大而有力的蹄子保护自己，它们可以把一头狮子一脚踢死。而年幼的长颈鹿尽管出生时就已有约2米高，但还不是很强壮，所以它们更多的时候处于危险中。)



组织课前查阅资料的学生向大家展示相关资料。展示相关资料，同时与其他同学交流。

[知识小结]

师：通过前面的学习，我们了解到地面上的生物多种多样，而它们之所以能够生活在不同的环境中，是因为各种生物都具有适应其生活环境的不同的形态结构和生活习性。

学生与教师共同小结本节学习内容。

板书设计

地面上的动物主要有哺乳动物和爬行动物等几类，其中最高等的动物是哺乳动物[如：猴、猿、鸭嘴兽、袋鼠、海豚、蝙蝠、家兔等]，它最主要的特征是：体表长毛、恒温、胎生、哺乳。爬行动物包括蜥蜴、壁虎、蛇、龟、鳖、鳄等，它们属于变温动物，大多数有冬眠习惯。

作业布置预习家兔的知识。

教学后记给予学生充足的的空间的同时，学生涉及问题的答案可能远远超过了初中生物的范围，这是一个问题。教师回答的过于专业学生就听不懂了，而一些问题，教师又很难给出深入浅出的答案。这样对教师“深入浅出”的要求提高了，同时要求教师掌握更多更加接近现实的知识，和把理论知识形象化的能力。

## 初中体育教案篇八

教学目标：

1、知识目标

(1) 学会实验观察细菌的形态结构。

(2) 学会比较细菌和动植物细胞结构图，知道细菌的结构特点。  
(重点、难点)

(3) 知道细菌的生活方式、营养方式及细菌生命活动的特点。(重点)

## 2、能力目标

(1) 增强把理论知识和现实生活中的实例相联系的能力。

(2) 在实验过程中培养学生动手能力、观察、分析推理、概括总结的能力。

3、情感目标通过对细菌的学习，使其认识到讲究卫生、维护人体健康的必要性。

## 学情分析：

学生在此之前，学习了巴斯德的曲颈瓶实验及结论，了解了微生物生命活动的探究方法，能阐述植物和动物的细胞结构，为学习细菌的形态、结构和生命活动奠定了基础。并且学生已经具备了一定的识图能力、处理信息的能力，为讨论交流活动获取知识做好了准备。

## 课前准备：

教师准备：资料、图片、视频、制作课件。

学生准备：查阅有关细菌的发现、分布、形态结构方面的资料。

## 教学过程：

及时间安

排教师活动学生活动设计意图

导入新课

3分钟(课件展示情境图片)

那么细菌究竟是一种什么样的生物?与我们的关系又是怎样的?这节课我们一起走进细菌的世界,了解未知的奥秘。

出示课题:细菌生1:巴斯德的实验告诉我们,肉汤变质是细菌引起的。

生1:这些都与细菌有关系

学生观看图片,通过教师的讲述对图片产生极大的好奇心,快速直接的引起学生的求知欲

通过实例,让学生体会到细菌并不陌生,其实自己时时刻刻在与细菌打交道,激发学生的求知欲。

(一)15分钟知识点一:细菌的形态结构

1、阅读下面小资料来认识一下细菌:从小资料中你能获得哪些信息?