

原地投掷铅球课教案 原地侧向投掷沙包 教学反思(优质5篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。那么教案应该怎么制定才合适呢？下面是小编整理的优秀教案范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

原地投掷铅球课教案篇一

原地侧向投掷沙包是二年级水平一的达标测试项目。这节课原地侧向投掷的第三课时，在复习原有动作的基础上，着重强调蹬转动作，将沙包投过一定高度的横绳，注意投掷的高度，提高学生投掷的高度。第二部分是一个素质练习，通过运沙包的游戏发展学生的配合和奔跑能力。

课的开始，先做准备操，学生的完成情况较好，起到了热身的目的。接下来复习原地的转法和原地踏步走，原地转法利用脚后跟脚尖转完成情况较好，原地踏步走有精神，口令响亮。总体来说这些教学常规完成还可以。

基础部分是原地侧向投掷沙包，首先利用原先教学的方法进行投掷，按照口令一二三的步骤，学生有较高的积极性投过绳子，在投掷过程中发现很多学生没有利用身体的力量，通过示范，让学生看到老师是如何蹬脚转髋转体的动作，接着让学生来练习，练习之后在进行沙包投掷，注意体会蹬转的动作。在讲解的过程中，学生出现注意力不集中的现象，有些同学自己顾自己在那边做小动作，可能任凭我的声音再响，也没有用。有些没有及时的评价，多表扬学生的话太少，所以注意力没有集中到老师这里，这个也是我以后大力改进的地方。

后面一部分是接力运沙包，学生的积极性较高，很多学生帮

在运沙包的同学加油，但是忘记了自己站的队伍。在试教过程中，我已经发现了学生在运沙包过程，要注意防止冲撞等安全问题，所以在上课时，调整了队伍之间的间距，组与组之间的冲撞解决了。但是组内的出现了冲撞现象，比如说跑回队伍的人跟要出发的人，最好规定好从哪一边回队伍比较好，以后还要多关注这种小的细节。

教低段更需要贴近孩子，多用形象的讲解，多用真心的表扬，多用耐心的辅导，需要我学习的还有很多，相信自己一定能做好！

原地投掷铅球课教案篇二

本课通过有效的教学方法、手段和组织形式激发学生主动参与，调动学生练习兴趣。我对本课的各个环节进行了精心设计，开始环节的队列练习进行转法和左转弯走两个内容，使学生迅速进入上课状态，养成良好的组织纪律性形成良好的课堂行为习惯，并达到运动前的热身效果。准备活动简单易行，达到锻炼前充分活动开身体各部位，特别是对上肢以及腰部的活动侧重，以便更好的和主教材的内容结合。练习安排了几种不同方法的抛、接、掷的练习，让学生着重一会脚踏地以及全身协调用力的动作感觉，教师也以参与者的身份进入课堂，与学生融为一体，共同参与到活动中。教学中师生间平等对话与交流呈现了一种民主氛围，学生练习积极，参与兴趣高，为下面练习侧向沙包掷远动作作好铺垫。

新课程重视学生学习方式的转变，实际上是体现了“以学生为中心”的教育思想和理念，有助于培养学生的创新意识和能力，有助于促进学生的个性发展，有助于提高学生体育学习和锻炼的能力。在本课教学中，我设计了学生“徒手练习—尝试练习—带着问题练习—提高练习—比赛练习”等教学环节，练习中同学们要互相观察、互相学习、互相帮助，在练习过程中共同提高。看到学生在练习中会有很多错误的动作出现，教师及时提出要开动脑筋、多观察思考、勤练习

等练习要求，从而把学生引入探究学习环境中来，学生在教师的提示下，学习主动积极，练习氛围浓厚，由于四年级学生对侧向投掷沙包动作要领的讲解还不能深入的理解，所以课上我力求少讲多练，让学生从直观上观察动作，鼓励学生多练习多实践，来达到掌握动作的目的，最后进行小组比赛，学生练习情绪高涨，课堂气氛达到高潮，从而有效达成了本课的教学目标，教师的主导作用得到了学生的积极响应与参与，学生的主体作用得到充分的发展和体现。

通过这节课，也发现了一些不足，总结如下：

- 1、辅助练习内容过多，从而使主体内容的练习时间、次数较少。
- 2、对动作的难点全身协调用力强调的不够，教学过程中对动作的难点解决的方法体现的不足。
- 3、课上应再多一些及时性评价与反馈评价。
- 4、更多的运用激励性的语言，充分调动学生的积极性，参与性。
- 5、学生的情绪不够活跃，今后的教学中还要给学生创设轻松活跃的课堂学习氛围。

文档为doc格式

原地投掷铅球课教案篇三

一、题（学科和年级）：

本题内容为原地侧向投掷，选自《体育与健康程标准》水平二学习领域，授年级为四年级。

二、教材简解：

游戏是小学体育的基本内容，《体育与健康程标准》对水平二的游戏教学有明确的要求，在游戏中促使学生各种身体基本活动能力、身体素质以及技能的协调发展，培养机智顽强的精神。

投掷是人体的基本活动能力之一，是小学体育教学的重要内容，原地侧向投掷教材方法多样、器材丰富、富有童趣深受少年儿童的喜爱。本教材选取纸球，安全便捷，根据小学生的身心特点，通过分组学练，游戏比赛等形式，使学生学会最基本的、较简单的原地侧向投掷方法，发展学生的上肢力量和协调性。

三、目标预设：

能够说出原地侧向投掷纸球的动作方法。

28%的学生能够做到蹬地转体、快速挥臂，增强学生的上肢力量，提高学生的协调性。

3乐于与同伴合作完成各项练习，体验投掷的乐趣，培养学生积极进取的精神。

四、重点难点

教学重点：蹬地转体，快速挥臂

教学难点：投掷时出手角度

五、设计理念

坚持“健康第一”的指导思想，促进学生全面健康发展。激发学生学习兴趣，培养正确的思维方法和锻炼习惯。以学生发展为中心，重视学生主体地位的落实。从多角度给学生刺

激和引导，关注学生的自身体验，确保知识和技能的实用性。本教学设计通过尝试体验、合作学练、游戏竞赛等教学方式活跃课堂气氛，使学生在相互合作中感受体育学习的乐趣和成功的喜悦。

六、设计思路：

准备部分：队列队形练习—&sh—原地三面转法，引导学生以饱满的精神状态投入到本学的学练中□s型绕标记盘慢跑和运动模仿操，帮助学生热身，激发学生学练兴趣。

2基本部分：通过组织学生分组玩飞机的方法，导出原地侧向投掷纸球。教师讲解示范原地侧向投掷纸球的动作要领，传授正确的动作概念，引导学生在教师带领下进行分组练习，提示学生在练习中相互学习、相互鼓励、相互纠错。通过“比谁掷的远”小游戏竞赛活跃课堂气氛，巩固动作要领，让学生体验投掷的乐趣。

情景游戏《春种秋收》，充分利用器材——纸球，通过小组成员努力，各小组之间进行比赛，让学生共享同伴之间合作竞争的快乐。

3结束部分：在音乐中跟随教师进行放松操，放松身心，随后师生相互交流学练感受，教师布置回家作业，将体育锻炼延伸到外，培养学生终身体育的意识。

原地投掷铅球课教案篇四

最近，在一次面向某县城镇和农村体育教师的教学规范达标活动中，我上了一节示范课，执教了八年级体育课的投掷。在这次活动结束后，我结合课堂教学实际，谈了一些自己的认识：

首先，我根据上述现象并结合这节投掷课，我先在器材上做

了新的尝试，放弃以往的铅球、实心球等重器材，将自制的纸球引入教学，这样既向学生灌输环保与节约意识，又给学生一种新鲜感，让学生在游戏形式的趣味教学中有所学，有所思，使学生真正成为学习的主人。

其次，转换教师角色，这样有助于培养学生的创新精神和实践能力。在这节课上，我大胆地做了师生角色的转换，最大限度的发挥学生的主体作用，体现学生做课堂小主人的特点。教师则是指导者，参与教学活动的组织者，学习过程的帮助者。整个40分钟，80%是由学生支配，学生去参与课堂上的问、谈、议、实践，通过从不同角度，不同的层面的动作创新、技能展示提升自己，也使教与学得以升华。这不但给学生提供了寻求创造成功的机会，增强了学生的自信心，也体现了学生的价值取向，和对社会的责任感。

这样做在某些人眼中，可能会觉得课堂上的基本技术教学太少，或学生学习的内容不多，教学形式不切实际等等，但是我想说作为一位老师对学生的学习兴趣的培养和学习观念的转变则更是至关重要的，如何真正使教师成为一个课堂的组织者、引导者而不是主体，更是需要我们去动脑筋的。一些教学形式与设计确实需要浪费很多的时间与精力，但从长远的角度、发展的方向去看，这些都是值得的。

体育课如何体现学生的主体地位，如何发挥学生的主体作用，确是一个令人深思的问题。在教学中，教师给学生创设一个宽松的学习环境，可以使学生发挥主观能动性，变学生被动学习为积极主动学习，使教师的教和学生的学融为一体，从而收到事半功倍的效果。

原地投掷铅球课教案篇五

本课结合新课程理念，注重体现以学生为主体地位，让学生在自主尝试的联系中去发现问题和解决问题，设置不同远度的距离，让学生树立信心，关注个体差异，让每一个学生受

益。教学设计内容围绕教学目标，教学过程衔接紧凑。用儿童话的'语言和活泼有趣的组织形式将整堂课渲染的富有活力和激情，让学生对本有些枯燥的投掷练习兴趣盎然，在轻松愉快的教学氛围中较好的学习和掌握了教学目标要求达到的知识与技能、情感态度与价值观。现将我本节课总结如下：

1、教学目标设计合理，符合水平一学生的学习要求。教学中遵循目标统领内容的核心思想，精心组织教学过程，顺利地完成了本课的学习内容，基本达成了原定的教学目标。

2、教学思路清晰，过程流畅，重难点突出。本节课设计过程简洁明了，主次分明，基本部分的教学利用学生自主尝试体验—教师示范讲解，用口诀的形式引导学生进行分解动作的练习。在徒手分解与完整练习中体会肩上屈肘、蹬地转体、挥臂过肩、快速有力的动作要领，以此突破教学重难点，教学方法比较有效。

3、教学形式多种多样，趣味性强，符合学生学习的心理需求。投掷教学内容相对比较单调乏味。我在教学中应用儿童话的语言和富有情趣的教学形式将学生的兴趣和有意注意始终吸引在教学各个环节本身。让学生快乐学习、轻松掌握动作技能。

4、积极贯彻新课程理念。教学各个环节特别注重学生的学习兴趣，使学生充分体验到体育带给他们的成功，从而不断培养学习兴趣，形成终身体育的意识；通过设置不同距离的标志线，让不同能力层次的学生都能体验到成功、喜悦和满足，达到了既关注个体又面向全体的教育思想。