# 最新初一年级立定跳远教案(六篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-10-16

*作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。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!初一年级立定跳远教案篇一一、通过本节课的学习...*

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。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!

**初一年级立定跳远教案篇一**

一、通过本节课的学习，让每个学生在“玩中学，学中玩，玩中创”感受到愉悦，在愉悦中初步掌握双脚蹬地跃起向远处跳出，并能双脚落地的方法。发展学生跳跃能力，培养学生运动兴趣。

二、通过游戏发展学生的上肢力量，培养学生认真、负责的积极态度，团结协作的团队精神。

三、让学生在特定的情境中通过观察、体验、掌握学习的方法，使学生热爱体育运动，并能够乐意接受教师的指导，从而体验成功。

双脚起跳，用力向前上方跃起，上下肢协调配合。

师：同学们你们见过青蛙跳吗？他们是怎样跳的呀？你们原地学学好吗？

学生：原地学习青蛙跳。

师：今天我们要学习的立定跳远跟我们刚才青蛙跳的姿势很相似，这时候我们就一起来学习立定跳远好吗？

设计意图：一个生动学习情景的营造，可以引起学生的新鲜感和亲和感，使他们情不自禁的注入自己的热情，主动参与学习活动，在轻松愉快的环境中达到事半功倍的教学效果。此活动还让学生达到了热身的效果，充分调动了孩子们的学习体育兴趣，为下一步学习新知奠定了良好的基础。

1、启发引导：在教学过程中，我首先以“请你跟我这样做”的形式引导学生利用拼板进行跳跃练习，然后提出问题：利用你手中的拼板想想还能有其它的跳法吗？鼓励学生积极创想各种跳跃的方法，激发学生的学习兴趣。学生经过个人、结伴、小组的积极讨论、交流与实践创想出了各种跳跃的。方法。之后，通过学生的展示引出本课的学习内容“立定跳远”。接着，请学生尝试模仿并鼓励其能跳得远。这样，在教师的启发引导下学生对立定跳远动作有一个初步的`概念。

2、设疑探究：接下来教师所要做的就是让学生进一步掌握动作要领，此时教师设疑：怎样跳才能跳得远？并请一位动作好且跳得远的学生展示。学生以四人小组通过观察——思考——实践——讨论——交流从而归纳出“两手用力摆，两脚用力蹬，全身协调用力”的动作要点。学生在教师的引导下主动参与整个学习过程，在解决问题的实践过程中，通过自身的感受和体验，既掌握了动作要领又培养了学生的自主探究意识，同时也让学生体验到了探究的乐趣。

3、提高发展：在学生掌握了动作要领后，教师提出：你能跳多远？组织学生强化学练，进行分层练习，让每个孩子都尝到成功达到喜悦。之后教师鼓励学生挑战老师，激发学生的斗志，让有能力的学生得到进一步的发展。

4、教学评价：整个环节中，教师始终以微笑和表扬性语言肯定学生的创想与回答。学生在教师不断地鼓励与表扬中充满了自信，并不断地享受着成功的喜悦。

1、教师和学生一起做放松操。

2、教师小结。

**初一年级立定跳远教案篇二**

1.跳远与游戏：立定跳远。

2.游戏：跳远接龙。

【知识与技能】

了解和学习立定跳远动作，建立立定跳远的技术概念。85%以上的同学掌握让学生正确掌握立定跳远的动作要领以及跳远接龙的游戏方法。

【过程与方法】

通过做游戏和徒手操练习，激发学生对体育活动的兴趣，发展学生身体的协调性。

通过发展学生的跳跃能力，促进身体各器官的正常发育。

【情感态度价值观】

培养学生顽强拼搏的竞争意识和团结协作、密切配合的集体主义精神。

重点：双脚起跳，双脚轻巧落地。

难点：抬腿收腹、摆臂与蹬地协调配合。

(一)开始部分(2分钟)

1.体育委员集合整队、师生问好、检查着装、安排见习生、宣布本堂课内容。

组织：四列横队。

要求：精神饱满、快静齐。

(二)准备部分(6分钟)

1.游戏：“拦网捕鱼”

教学组织：先选出两人作为“捕鱼者”，然后手拉手一起“捕鱼”。

要求：“鱼”不能走出预设正方形，否则，算被捕获。直到全部“捕完”。

2.徒手操练习，学生跟老师随着口令做动作(4\*8拍)：

(1)上肢运动

(2)肩绕环运动

(3)腹背运动

(4)体侧运动

(5)弓箭步压腿

(6)侧压腿运动

(7)膝关节运动

(8)踝关节运动。

教学组织：四列横队，教师指挥学生集体练习。通过清晰洪亮的口令，调动学生情绪，进行准备活动练习。

要求：学生精神饱满、动作协调规范，达到良好的热身效果。

(三)基本部分、主教材(25分钟)

1.立定跳远

(1)创设情景-激情导入(青蛙跳荷叶)

教师在操场预设好场地，让同学设置不同远度的荷叶。让同学们进行尝试练习，看谁能够跳到终点。引导提问：立定跳远很多同学都会，但是怎么样才能跳得更远呢？

组织：成4路纵队依次进行。

要求：学生必须从荷叶上跳过，双脚起跳，注意安全。

(2)出示挂图学生自主探究

运用挂图分解立定跳远的技术，让同学四人为以小组讨论自主尝试练习并回答其中的动作要领。教师总结技术要领并进行讲解示范。

——大家回答的很好，那么我们现在来学习正确的立定跳远技术。

讲解与示范动作要领：两脚自然开立，两腿屈膝，上体稍前倾，两臂后举。然后利用刚才的练习方法，向上预摆双臂同时两脚迅速蹬地双腿屈伸一次，最后双臂迅速后摆，同时前脚掌用力蹬地，向前上方跳出，落地时小腿前伸，用两脚跟着地，即刻屈膝缓冲，保持身体平衡。

教学组织：广播体操队形，学生根据老师的讲解示范进行相应的模仿练习。

要求：学生看清动作的要领，尽量规范自身动作。

(3)集体练习与纠正

练习方法：两脚自然开立，上体稍前倾，两腿屈膝，两臂后举，当听到1时，两臂向上摆起，两腿弹性屈伸一次，数2时，两臂向下摆至后举，两腿弹性屈伸一次，数3时两臂用力上摆，前脚掌用力向上蹬地。

教学组织：四列队形，第一列先进行跳远联系，待跳出一段距离后第二排再练习，以此类推。

要求：动作到位，蹬地迅速有力，练习积极，体会动作。

(4)分组练习

以小组为单位进行进一步细化练习，教师指挥分组练习。学生明确立定跳远动作要领，积极进行练习，优生展示动作，其他学生观看。

教学组织：分四组进行练习。

要求：教师巡视、纠错。

2.在次进行青蛙跳荷叶比赛，检验学习成果把同学分成4组，规定每人必须全部通过所有荷叶累计1分，累计得分最高的小组获胜。

教学组织：分四组进行比赛，教师讲解游戏规则，调动学生情绪，组织学生跟随音乐游戏练习。

要求：动作规范，注意安全集中注意力，动作自然放松，蹬地迅速有力落地前伸小腿，连跳时不能移动脚步，要屈膝缓冲。

(四)结束部分(7分钟)

1.随着音乐放松。

教师和学生一起进行放松徒手操。

(1)上肢运动

(2)下肢运动

(3)拍打膝关节

2.教师小结本课的完成情况。

从学生的反馈中进一步掌握本课的教学情况，总结本课学习情况，指出在学习普遍中存在的问题。提问学生几个关键问题。

3.师生再见。

(五)场地器材及负荷预计

1.场地器材：田径场，标志物20个。

2.预计强度：40%-45%

3.预计强度：中等

平均心率为120-135次/分钟左右，课堂密度为35-40%左右。

**初一年级立定跳远教案篇三**

根据《标准》的实施建议中指出：“在注意选择适当的教学组织形式的同时，必须高度重视教学方法的改革，”结合小学生生活、心理特点，以情知教学为依据，以“健康第一”为指导思想，以素质教育为目标，通过教师组织引导，创设各种情景和条件，充分发挥学生的主体作用，力求达到身、心、知、智同育。

本课在设计上，坚持从新课程理念出发，注重以学生的发展为本，通过欢快有趣的游戏“小青蛙跳荷叶”的教学活动，全面激发、提高学生学习跳跃的兴趣和能力，也将本课的教学难点有机地落实到每个教学细节中去。整堂课注重学生的体验教育，处处让学生当好学习的主人，教师始终作为学生的引导者，组织者，帮助者，激励者，为学生搭建起“表现”和“展示”的舞台，用激励性的语言正面引导学生“跳”出乐趣，“跳”出友谊，“跳”出创新，使学生在民主、和谐、愉悦的氛围中度过本节课。

立定跳远是高年级跳跃动作教学的重点教材，是发展学生腿部力量和弹跳能力的重要手段，同时对促进学生的下肢肌肉、关节、韧带和内脏器官机能的发展，提高学生灵敏、速度、力量等身体素质有着积极意义。本节教学内容的立定跳远（水平二）是学生在基本掌握一些简单单脚、双脚跳跃的技能上加以提升，它是由摆臂、蹬地、起跳、落地四个环节组成，将两脚用力蹬地起跳动作协调作为本课教学重点。为今后学习跳远、跳高等教学内容打下一个坚实的基础。因此，根据小学高年级的学生自制力和理解力相对提高，但情绪变化较大，而身心发育快的特点，结合农村学生的学习与生活习惯，本课将通过语言描述、教师示范、

情景创设、音乐渲染等教学手段，诱发学生学习体育的主动性，让学生置身于情景中去体验各种学习内容，在探究和体验中掌握运动技能，从而达到增强学生健康，促进学生全面和谐发展之教学目的。

1．通过“立定跳远”学习，让大部分学生能体验，熟悉双脚立定跳远的动作技术，会做出一些双脚立定跳远的简单动作。

2．通过“立定跳远”学习，发展学生灵巧、协调、速度等身体素质，增强学生身体平衡控制能力。

3．通过“立定跳远”学习，培养学生集体意识和责任感，鼓励学生努力展示自我，培养学生活泼、愉快、主动、积极上进的精神。

教学重点：两脚用力蹬地起跳，动作配合协调

教学难点：双脚屈膝缓冲，轻巧落地

1、教学过程中体现主体意识和情感意识。

力求教学思路清晰，课堂结构严谨，给学生创造机会，有自主练习的时间与空间，让他们主动参与、主动发展、面向全体、关注差异。

2、教学方法中体现身体练习意识。

力求精讲多练，体现体育课让学生在身体练习的过程中掌握知识技术、技能特点。教学方法灵活多样，符合教材、学生和教师实际，注重课堂效率。

3、场地、器材运用中体现资源意识。

针对农村学校实际，采用“一材多用”充分体现体育器械的多功能性，同时合理布局场地，最大限度体现出场地的功效性。

**初一年级立定跳远教案篇四**

1、通过“立定跳远”的学习，初步掌握“立定跳远”的技术动作，形成正确的概念。

2、增强学生的弹跳力以及灵敏、速度、协调等身体素质的发展。

3、通过游戏，培养学生对工作认真负责的精神，发展奔跑能力。

1、跳远：（立定跳远）2、游戏《换物接力》

（1）准备部分：

1、整队，报告人数，师生问好，

要求：集队要做到：快、静、齐，精神饱满，动作正确、整齐。

2、宣布课的内容和要求，安排见习生。

3、准备运动。

（2）基本部份

一、立定跳远：

动作要领：两脚自然左右开立，上体稍前倾，两臂前后摆动各一次，两腿配合作自然弹性屈伸，然后两臂用力向前上方摆，同时两脚用力蹬地，迅速向前上方跳出，落地时以脚跟先着地。

重点：向前上方摆臂迅速有力，蹬地收腿。

难点：动作连贯，蹬摆配合。

1、教师讲解示范，提出重难点。

2、学生做一、二、三“三拍法”的摆臂练习。

3、学生做摆臂向上跳起的练习。

4、在教师的指导下做摆臂向前上方跳跃的练习。

5、教师指出易犯错误，并进行纠正。

6、学生进行对比练习，分组练习。

二、游戏：（换物接力）：

（3）结束部分

1、放松整理。

2、集队讲评。

3、宣布下课。

延伸阅读——体育与健康课程目标、注意事项及要求

中学阶段是人的身心发育趋向成熟的重要转折时期，也是初步形成健康生活方式的重要阶段。在这一阶段进行体育锻炼可以促进身体的生长发，使身高增长，体重增加，呼吸机能和心脏功能提高。体育锻炼是促进青少年健康成长的最有效、最积极的手段。

通过体育与健康课程学习、学生将：

（1）增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能；

（2）培养运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯；

（3）具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神；

（4）提高对各人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式；

（5）发扬体育精神，形成积极进取，乐观开朗的生活态度。

上课的注意事项及要求：

（1）上课着装要整齐，得体。尽量身穿运动装，必须脚穿运动鞋或布鞋。

（2）上课必须纪律严肃认真，积极听课，认真训练，不做与教学无关的事情。

（3）上课必须听从指挥，服从口令，一切行动听指挥。

（4）上课必须注意安全，不做危险动作，注意自我保护。

体育健康课达到的其他教育效果：

（1）培养吃苦、耐劳、坚韧的精神。

（2）养成力争上游、不服输的思想品德。

（3）加强道德情操的养成、创造能力的培养

为什么体育锻炼能够促进身体形态的发展？

适当的体育锻炼，可使骺软骨的细胞正常增值，促进骨骼和生长速度加快，从而使身体长高。

体育锻炼不仅可以身体长高，还可以使肌肉发达有力。体育运动加速了新陈代谢，使肌纤维增粗，体积增大，肌肉变得粗壮、结实、发达而有力。

初中生形体练习中应注意的事项

初中生的骨骼增长较快，骨骼的弹性大，硬度小，易发生弯曲和变形，能承受的压力和肌肉的拉力都较弱；肌肉的发育以长度增加为主，肌肉细长，肌力较差。容易疲劳，所以在 在形体训练中要注意：

养成正确的站、行、跑、跳的姿势；不宜做过重的负重练习；要变换体位练习，以促进形体均衡发展。注意养成正确的`身体姿势，注意全面发展。

**初一年级立定跳远教案篇五**

一

作为新时期初中体育教育工作者，必须抓住国家大力发展学校体育与工作的契机，转变教学观念，树立“健康第一、终身锻炼、一切为了学生”的新理念，把素质教育落实到实处。每次课都能充分发挥学生主观能动性，激发学生学习兴趣，让“乐中学”贯穿始末。

a、所授班级是初中九年级毕业班，学生要面临初中体育与健康学业水平统测，所以要加强学生的认识，强化学生各项运动技能、技术的巩固与提高。

b、九年级学生对初中体育各项运动技术已基本掌握，技能方面因个体身体素质条件或认识等因素的影响参差不齐，在教学过程中要因材施教分层次教学，提高学生对初中体育与健康学业水平测试的认识，同时重点强化提高各项运动机能。

c、好表现是此阶段学生的特点，激发优秀生助人为乐的品质，帮助后进生共同提高共同成长，形成互帮互助的良好环境。

d、“拉帮结伙”是此时期学生的喜好，要通过各种形式的团队活动、比赛等，正确引导学生形成团结协作积极向上的团队。

（1）、教学内容：

（a）排球双手“自传自垫”练习

（b）立定跳远技能提高

（2）、初中阶段，排球双手“自传自垫”和立定跳远是体育学业水平测试的项目。

（a）排球双手“自传自垫”主要偏重技术，技术的掌握依靠正确的动作和反复的练习。

（b）立定跳远偏重技能，技能 https:/// 的提高主要靠相关身体机能的提高。

（1）、认知目标：让学生充分认识到掌握排球双手“自传自垫”和立定跳远技能技术的重要性和必要性。

（2）、技能技术目标：能达到初中体育与健康水平测试优秀的标准（排球20秒双手自传自垫10次，立定跳远：男生238cm，女生191cm）

（3）、情感目标：让学生在“学、练”过程中能充分感受体会到帮助他人、团结合作的快乐，积极参与、勇于创新、战胜困难的喜悦。

a、通过不同练习方法结合游戏、比赛等激发学生学习积极性提高参与度。

b、通过教师讲解示范动作技术关键环节、学生互帮互助等方法，让学生直观理解掌握排球双手“自传自垫”和立定跳远各项技术动作。

c、挖掘能提高排球双手“自传自垫”和立定跳远相关身体机能的练习手段和方法、合理安排练习次数与密度来激发提高排球双手“自传自垫”、立定跳远的运动能力。

2、 本次课结构

热身------启发------观察------实践------合作学习------改进提高

------兴趣练习------调整放松

3、 本次课教师组织方法

1、集队队伍、宣布本次课内容、安排见习生；

2、热身：讲解示范，喊口令：

3、排球双手“自传自垫”练习：讲解示范、纠正学生错误动作、激励学生：

4、立定跳远相关身体素质练习：讲解示范、纠正学生错误动作、组织调动队伍、激励学生；

5、比赛：巡视观察，组织决赛、激励学生；

6、放松：让学生按队形躺下；

7、集队布置作业：本次课，布置作业；

4、 本次课学生活动（45分钟）

？1、集队队伍（3分钟）；体育委员，全体学生。

2、热身（5分钟）：按教师要求认真做排球操。

3、排球“自传自垫”练习（10分钟）：

（1）熟悉排球球性练习：

a、两人互抛球：两球同时抛；

b、三人互抛球：轮转三球同时抛；

c、四人互抛球：两两对角四球同时抛；

（2）排球双手垫球练习：1、2垫球高度不超过头顶，3垫球高度超过头顶50公分依次循环进行。

（3）排球双手传球练习：1、2传球高度不超过手15公分，3传球高度超过手顶50公分依次循环进行。

4、立定跳远相关身体素质练习（12分钟）：小组每轮结束后冲刺30米

（1） 双腿跳一级台阶（分组轮换4x3）：重点是摆臂；

（2）抱腿跳（全体一起3x5）：大腿前抬尽力向身体躯干靠拢，身体正直，两臂由后向前上方摆至眼前然后下放抱膝；

（3）双腿跳多级台阶（分组轮换4x3）：重点低头团身抱膝落地；

5、立定跳远比赛（10分钟）：

（1）看谁是小组跳的最远的：分组分男女进行；

（2）看哪个小组是立定跳远全班第一（男女成绩相加）：小组男女第一参与；

？6、放松（3分钟）：头枕排球闭眼冥想；

7、集队（2分钟）

5、 场地器材

排球人手一个，立定跳远场地4块，足球场一块。

6、 课后反思

**初一年级立定跳远教案篇六**

●中考体育考试项目（立定跳远）辅导教学

●游戏活动

●身体素质练习

●知识与技能目标：通过教学使学生牢固掌握立定跳远的动作技术要领，并能运用所学技术进行练习。

●过程与方法目标：发展学生的一般性跳跃跳力，增强下肢的力量使学生在练习中体会身体素质练习，养成自觉锻炼身体的习惯，培养学生自主、探究的学习能力。

●情感态度目标：通过教学活动使学生能积极主动的练习，培养学生具有吃苦耐劳与艰苦训练的精神品质。

●重点：臂摆和起跳的协调配合。

●难点：收腹抬腿。

四、教学步骤与过程：

一)开始部分：5′

◆教师主导活动：◆学生主体活动：

1、提前到场布置场地器材。

2、体育委员集合整队，清点人数。向学生“问好”。

3、检查课堂常规。（精力集中，明确目标。）

4、向学生宣布课的练习内容及要求。（遵纪守则，服从安排。）

5、处理见习生活动事宜。

组织形式：

★★★★★★★★（男生）

☆☆☆☆☆☆☆☆（女生）

△（教师）（图示1）

二)准备部分：8′

◆教师主导活动：◆学生主体活动：

1、组织学生自主热身活动。3′1、每人一条绳进行自我热身活动。

2、指导学生练习定位徒手操：5′2、休息时间收好跳绳。

▼扩胸▼振臂3、跟随指导口令进行练习。

▼体转▼压腿

组织形式：（散点式站立）

教学要求：

1、学生呈散点式站立，拿出自己的跳绳在原地做跳绳练习。

2、休息60秒后，将跳绳收起来在原地做徒手操（4×8拍）

三)基本部分：27′

●中考体育考试项目（立定跳远）辅导教学：12′

◆动作方法：

◎预摆起跳：两脚开立与肩同宽，两臂自然前后摆动，前摆时，两腿伸直；后摆时，屈膝降低重心，上体稍前倾（手尽量往后摆）。同时两脚快速用力蹬地，向前上方迅速跳起。

★要点：1、上下肢动作协调配合，摆动时一伸二屈降重心，上体稍前倾。

2、蹬地快速有力，腿蹬和手摆要协调，

◎腾空展体：起跳腾空后，并充分展体（三大关节“髋、膝、踝”伸直）。

★要点：空中展体要充分，强调三大关节伸直要自然、协调。

◎收腹抬腿：收腹抬腿，小腿积极往前伸，并成“蹲距式”

★要点：积极收腹，小腿前伸。

◎落地缓冲：落地时双臂用力向后摆动，并屈膝落地缓冲。

★要点：小腿前伸的时机把握好，曲腿前伸臂后摆，落地后往前不往后。

◆教师主导活动:◆学生主体活动：

1、结合示范动作，提出问题:

1、针对问题积极思考和踊跃回答。

①分为哪几个动作环节？2、认真观看示范动作。

②每个动作环节的要点是什么？

3、按照要求进行分组自主练习。

2、对回答得好的学生给予表扬与肯定。

4、互动交流，团结协作。

3、讲解动作要领，提示要点。

4、练习中巡回观察与指导。

◆练习安排：

练习一：“图形练习法”练习者站在不同小圈内跳向外围大圈（如下图2所示）×（5-6次）

要求：原地节奏预摆后小跳。

练习二：站在跳箱上完成体会练习（预摆起跳—腾空展体—收腹抬腿—落地缓冲）。×（5-6次）

要求：用默念方法进行练习，并注意身体感受。

▲中间休息：1′

●游戏活动：8′

1、游戏名称：“火车赛跑”

2、练习目的：活跃课堂气氛，发展学生一般跳跃能力，培养团结协作意识。

3、场地器材：篮球场、皮尺、秒表

4、练习方法：画两条相距10米相互平行的线。将学生分成人数相等的如干组（每组5-8人），成纵队站在起点线处（每队之间相隔2米）。

教师喊“预备”时，每人以左手扶在前一人的肩上，右手托住后一人向前抬起的右脚踝组成一列“火车”。发令后，各队排头用走步带带领后面的队员以单脚集体向前跳进，以最后一名队员到达终点线的队为胜。

5、规则：①各队为统一动作节奏可由一人用口令指挥。

②在行进中除排头外，如还有人以两脚行走则判为犯规。

③“火车”若中途脱节，必须在原地接好方可继续前进。

◆教师主导活动:◆学生主体活动：

1、讲解练习方法、目的，提示规则。

2、组织演练练习过程。

3、指导学生分组练习，并巡回观察与辅助。

▲中间休息：1′

●身体素质练习：×（2-3次）5′

1、练习方法：以两脚连续向前跳越障碍物。

2、练习目的：发展和提高学生一般性跳跃素质能力。

3、练习要点：注意臂摆与腿跳的协调配合。

4、场地器材：土质跑道、实心球12个

★学法指导：

1、启发学生体验与总结起跳的时机和方法，可用简易语言提示。

2、通过各种练习方式来帮助学生牢固掌握积极、安全的落地方法。

3、建议学生运用默念法和自我暗示进行练习。

★安全教育小专栏：

1、课前要仔细检查跑道和沙坑有无存在安全隐患，即使给予排除。

2、课中要认真做好准备活动，以免发生关节扭伤和肌肉拉伤。

3、练习前，听清方法和要求，遵纪守则、服从安排。

四)结束部分：5′

1、集合整队，清点人数。

2、放松活动（指导学生揉捏、捶拍下肢）

3、总结练习情况及布置课外作业。

4、收齐器材归还。

5、师生“再见”

五)教后反思：本节课是中考体育测试项目辅导教学，我采用结合游戏活动来调动学生练习的兴趣、积极性及自主性，并以此辅助动作技术掌握和素质能力提高；使学生在练习中能“乐”与教师、同学

配合共同完成练习过程的体验，并努力达成练习目标。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找