

小学体育课教案的标准格式(优秀9篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。那么问题来了，教案应该怎么写？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

小学体育课教案的标准格式篇一

1问好

2简单介绍这次外出学习的情况

(1) 时间、地点、路线 (2) 会议情况

3学习心得体会

体育课的说课 如何说课

体育说课，是前这两年刚兴起的一种体育公开课授课方式。是体育实践课与理论课相结合的创新，是体育公开课的一种改革，是对体育教师综合素质的全面检验。其难度要比体育实践课与纯属理论课大。

第一、说课更侧重于对教师口头综合表达能力的培养。说课要求教师必须在规定的15分钟内讲完45分钟的上课内容，这就要求授课者必须有良好的语言组织和表达能力，并且要给听课者提供充足时间提出问题，第二、体育课不是一门独立的学科，说课涉及的内容与其他课有着密切联系。包括：

《运动生理学》、《运动心理学》、《运动医学》、《生物力学》、《生物化学》等学科知识。例如：长跑后肌肉胀痛就是《生物化学》能量代谢造成体内乳酸堆聚所致；弯道跑就是《生物力学》克服离心力原理。

第三、在具体编写教案时，必须钻研教材，抓住教学大纲，根据学生的不同年龄阶段形态、机能、身体素质等方面（特别是在青春发育期）的主要特征，并能根据教学工作，提高教学质量，有效地促进学生身心健康发展。

（一）说指导思想

《体育与健康课程》以“健康第一”为指导思想。因此，体育课程不仅应该注意对学生身体健康的培养，注意学生的体质、体能的增强，还应注意学生的心理健康，注意学生情感、态度、价值观的启迪与教育，使学生身心健康发展。

（二）说教学目标

一、二个目标，有时体现

二、三个目标，有时侧重运动参与、运动技能，有时又侧重于身心健康或社会适应，有时会体现一个目标为主，另一目标为辅。主、辅目标相成。说课中，教学目标的确立，应根据实际授课的具体情况和学生对象的特点来确立。

（三）说教材

在确定教学目标后，应考虑以什么样的教材，什么样的教学内容来寻求教学目标的实现。这也是以目标来统领教学内容的真正含义。如果本堂课的教学目标是促进学生的运动参与，培养学生的运动兴趣，在运动中激发学生的团结协作。这时教师所选择的教学内容应围绕着目标来展开。如果教师选择的是短跑教材，就应该考虑如何通过短跑教材来寻求教学目标实现。例如教师可采用新颖的奔跑性游戏或各样的接力比赛来进行，在游戏和竞赛中，不仅能提高学生的奔跑能力，还能激发学生的参与，促进学生的团结与协作。学生就会被一堂丰富多彩的教学课所吸引，由此引发学生对田径运动的兴趣。此外在整堂教学课中，教师应善于启发学生，使学生

充分认识到，要获得竞赛的胜利，奔跑能力的提高是获胜的基础。团结协作是获胜的关键。

（四）说教材重点、难点

当今的《体育与健康》课程标准。虽淡化了学生对动作技术的掌握，但不等于就不需要动作技术，不需要教材的重点、难点。如果完全不需要动作技术，不需要教材重、难点，

《体育与健康》课程标准又为何要确定运动技能目标？运动技能目标的达成又从何而来？现在的体育与健康教学课，不像传统的体育教学课那样，不是教师的技术讲解与示范，就是学生的动作技术的反复练习，非让学生的动作达到精益求精不可，给学生自主的时间与空间太少。《体育与健康》课程标准的教学理念是充分体现学生的主体作用，给学生主体发挥的时间更多了，让学生在自主学习或小组探究学习过程中，体会到掌握技能与增强体能的重要性和必要性。

（五）说对象

说课中，无论是目标的确立、教材的选择还是教法组织形式的应用，都必须认真考虑教学对象的年龄特点和心理特征。

（六）说教法与手段

体育教学方法与手段多种多样，在教学中，教师应脚踏实地，根据所确立的教学目标和教学对象的特点选择简单易行的教法与手段，不要为了赶时髦，生搬硬套。教法与手段的应用应有利于启发学生的思维，有利于激发学生动手动脑。

（七）说学法

学法大致可包括：自主学习法、探究学习法、协作学习法、自我展示法、学案导入法、收集资料法等等。学法的确立，要适合学生的需求，能激发学生的学习主动性、积极性。

（八）说教学过程

教学过程的设计，应全面考虑，使各环节衔接紧凑，起到承上启下的作用，有利于教学目标的达成，有利于启迪学生的智力，有利于学生技能的培养，有利于激发学生的学习兴趣。

（九）说学习评价

学习评价是课程改革的重点和难点，在说学习评价时，应注意学生自评、同学互评和教师评价三者的结合；定量评价与定性评价的结合；终结性评价与过程性评价的结合绝对性评价与相对性评价的结合，应把握好评价的时机。

（十）说运动负荷

运动负荷是建立身体健康的基础之一。教学中要以培养学生的兴趣和终身体育意识为基本出发点。过大的运动负荷不仅不利学生的身体健康，而且会挫伤学生的学习积极性，不利于学生兴趣的培养；过小的运动负荷不但达不到锻炼学生肌体的目的，还会使一堂教学课松松垮垮，提高不了学生的学习热情。

（十一）说场地器材

教学中，教师对场地的布置和对器材的利用是很有科学性的。场地器材的布置合理，让人有安全感、舒适感，有利于队伍的调动，方便了学生的练习，能为一堂课的成功起到锦上添花的作用。

通过本次的学习，提高了自身的专业素质，进一步加深了自己对课堂教学的理解程度，提高了思想认识，通过这次培训，我更知学习、提升教育教学理论的重要性。在以后的教学工作中，要更加努力提升自己的教学理论，不仅要认真学习各种教育理论书籍，也要时时向专家、同行等学习，从而不断

提高自己的教学质量。

人一旦倦怠就容易原谅自己，一旦原谅自己就永远不会进步。

。。

宁为成功找方法，不为失败找借口

谢谢

小学体育课教案的标准格式篇二

数学教师可以通过实践操作，培养学生的想象力和创造力，提高学生的辨别能力和学习兴趣的目的。以下是小编整理的小学一年级数学教案，可以提供给大家进行参考和借鉴。

教学内容：北师大版(一年级上册)第52~53页的内容

教学目标：

- 1、知识目标：通过活动，初步体会分类的含义和方法，感受分类在生活中的作用，能对物体进行整理分类。
- 2、能力目标：通过学习，培养学生的动手操作能力、判断能力、合作交流能力。
- 3、情感目标：培养有条理地思考问题与良好的生活习惯。

教学重点：学会按一定标准来分类

教学难点：能用不同的标准来分类

教学准备：课件学具

教学过程：

一、激思：

我们的好朋友淘气和笑笑也有自己的房间，想不想去看看？

这是淘气的房间，这是笑笑的房间，你想说点什么？

今天我们就一起来帮淘气整理房间。板题：《整理房间》

二、启思

1、都说笑笑房间整齐，我们来看看她是怎么整理的？学习她的好方法来帮淘气整理好吗？生：好！

2、看看笑笑房间里都有些什么？这么多东西，她是如何摆放的？

3、你知道她为什么把球和玩具熊放在一起吗？仔细想想他们是干什么用的？（引出三类：服装类、学习用品类、玩具类）

4、我们看到笑笑是把有相同用途的物品一类一类来摆放的，分成了“玩具类”“学习用品类”“服装类”。这就是：分类。

三、展思：

例如：这个是铅笔，学习用的，所以放在学习用品类。

2、看看这是什么？应放在哪一类？为什么放在这一类？

（袜子、玩具熊……）

师：现在淘气房间的其余物品都在你们手上了，拿到物品的同学请你想一想，你要把它贴在哪一类？为什么贴在这一类？准备好了来站队，把这些物品在黑板上分类贴好。

- 5、我们来看看淘气的房间中每一类都有哪些物品?(生读)
- 6、经过你们的整理，看看淘气的房间变成什么样了?
- 7、淘气要用铅笔该去哪一类找?玩具小汽车呢?
- 8、淘气的妈妈又买来了故事书，放在哪一类?为什么?
- 9、冬天来了，妈妈给淘气买了一条围巾，应该放在哪一类?为什么?
- 10、现在你觉得分类有什么好处?

四、促思：

其实，在我们的生活中分类也有许多分类，我们一起来看看(欣赏生活中的分类)

五、拓思：

1、今天学习了分类，帮淘气整理了房间，你收获大吗?敢不敢接受挑战?

2、那就让我们一起开启今天的阳光之旅吧!

(1)一缕阳光：

你能按照会飞和不会飞来给下列动物分类吗?

(2)光芒闪耀：

小组合作：你能给下列物品分类吗?温馨提示：

拿出学习袋里的学具，小组内说一说都有哪物品?

小组讨论，你想怎样给他们分类？说说你的理由。

(3) 潜能无限：

请你给下列图形分类。（形状，颜色、大小）

通过这节课的学习我相信你们一定收获不少，用你智慧的眼睛和灵活的大脑去发现生活中的分类吧。

教学目标：

- 1、知识与技能：能进一步认识正方形、长方形、三角形和圆；
- 2、过程与方法：通过实践操作，培养学生的想象力和创造力，提高学生的辨别能力和学习兴趣的目的。

教学重点：

- 1、能用自已的话初步概括各图形的本质特点；
- 2、能利用所学知识拼摆图案。

学具准备：

- 1、积木各小组一套；
- 2、供折叠用的。正方形、长方形纸片每人一张；
- 3、供学生拼图用的色卡纸及各种图形每小组一张。

教学过程：

一、创设情景，导入新课

1、猜谜语(课前): 让小朋友把自己带来的谜语给大家猜一猜, 然后教师提出“今天我也给大家带来了一个谜语, 我们一起来猜一猜: 小家伙, 木脑袋, 要说他的本领可不小, 造房、造桥样样行, 小朋友们喜欢他。”(积木)

(设计意图: 从学生比较喜欢的积木引入, 很容易引起学生的兴趣, 使孩子们能较快的进入学习状态。)

二、实践活动, 激发兴趣

1、初步感知(摸一摸、描一描)

(1)活动: 请你把手中积木的面摸一摸, 你能把你摸的面用水彩笔描在这张白纸上吗?我们要听音乐来比一比, 看哪个小朋友描得又快又好!

(4)联系实际: 请小朋友们想一想在我们生活中有哪些物体的面是这些形状的?学生自由说。

2、认识特点

(1)观察交流: 刚才小朋友们举了许多生活中的例子, 现在请你仔细观察屏幕上的这些图形。想一想, 他们有什么特点?请每个小朋友挑选你最喜欢的图形, 找一找他的特点, 先在小组里说给大家听一听, 教师巡视, 了解情况。

(2)汇报:

a□哪个小朋友能勇敢地站起来, 向大家介绍一下, 你选择的图形有什么特点?

b□哪个小朋友选择的图形和他不一样?自由说, 适当表扬。(正方形方方正正的, 长方形扁扁的, 三角形尖尖的, 圆形圆圆的。)

(3) 比一比

a□你觉得在这些图形里面，有哪些图形长得比较相似？(长方形和正方形)

b□它俩有什么地方非常相似呢？(4条边和4个角)又有什么不同呢？(4条边相等与否)

(4) 折纸验证

a□你真聪明，发现了正方形的4条边相等，长方形上面的边和下面的边相等，左边和右边的边相等。那哪个小朋友有好办法来验证__x的想法？(折纸)

b□那我们就用这个小朋友的方法和老师一起把这张正方形的纸再折一折。(对折)这样折你发现了什么？(变成了长方形)你还发现了什么？(两条边叠在一起，这两条边相等。)这样折你又发现了什么？(变成三角形，这两条边相等。)

c□小结：所以正方形的4条边相等。

d□你能用这张长方形的纸来验证长方形上面和下面的边相等，左边和右边的边相等吗？请你折一折，学生活动。

e□抽生上台边折边讲，集体表扬。

(5) 摆一摆

a□你能根据正方形和长方形的特点，用牙签来摆一摆吗？学生活动，教师适当指导。

b□抽生实物投影较对，有不同摆法的举手？

(设计意图：通过学生动手操作，让学生亲历知识的形成过程，

有利于学生的认知;在学生感知的基础上,进一步让学生想象这些图形的形状,有利于发展学生的空间观念。)

三、小结回顾

四、深化练习

1、课件出示

提问:

(1)图上画的是什么?

2、拼图

(1)出示范品:你们看,这幅图像什么?找一找在这幅图里有哪些图形?你也能用信封中的这些图形拼一幅漂亮的图画吗?听音乐,比一比,看一看哪个小组拼的图画最漂亮。

(2)小组合作活动。

(3)全班交流汇报,教师小结。

(一)激发观察兴趣

教学目标:

1、创设情境帮助学生了解学校生活,激发学生学习数学的兴趣,渗透思想品德教育。

2、通过数数活动,初步了解学生的数数情况,使学生初步学会数数的方法。

3、通过数数活动,培养学生的观察、思维和语言表达能力。

教学内容：教科书第2~5页内容。

教具学具准备：

教科书第2~3页的教学挂图(或挂图制成多媒体课件)，1~10数字卡片一套。

教学设计：

启发谈话，激发兴趣

小朋友们，你们跨入小学的校门感觉新鲜吗？上学了，你已经是一个小学生了。从现在起，你将和老师一起在这所学校，坐在明亮的教室里，共同学习、生活，探讨许多数学问题，学习很多的数学知识，大家高兴吗？让我们来相互认识一下。

1、师生相互介绍。

2、教师简单介绍我们的校园及小学生活。

伸出两只小手，互相数一数同桌小朋友有几根手指。

与老师一起一边伸手指一边数数。

数一数

激发观察兴趣。

出示教科书第2~3页挂图(或挂图制成多媒体课件)，出现一所“美丽的乡村小学”情境图。

教师：小朋友，你们知道这是什么地方吗？

生：知道，学校。

生1：这里有一位老师，还有很多小朋友。

生2：这里有一座大楼。

(二) 数图中的数量

(1) 小朋友们认真地数一数，这里有几面国旗？(配合学生回答，贴一面国旗图)(2) 师：一面国旗，就可以用数字“1”表示。(同时在图右边对应贴出数字卡片“1”。)

(3) 教师领读，学生自己小声读。

(4) 小朋友们再找一找，图中还有哪些也可以用数字“1”来表示？

(5) 小朋友们再数数看，你又发现了什么？有多少？

三、认读1~10各数：

1、10个数都数完后，教师先领读各数，然后同桌两个小朋友互相读一读。

2、可以打乱顺序指数让学生读。

(三) 数身边的事物

认读1~10各数：

1、10个数都数完后，教师先领读各数，然后同桌两个小朋友互相读一读。

2、可以打乱顺序指数让学生读。

数身边的事物：

你有几个铅笔盒?几枝铅笔?

第一行有几位同学?几位男同学?几位女同学?

我们教室有几扇窗户?几枝日光灯?

你的右边有几位同学?左边有几位同学?

黑板的上边贴了几个字?

小学体育课教案的标准格式篇三

体育教学要做到四个统一，即统一教学进度，统一教学内容，统一体育备课，统一课堂常规，做到教有内容，检查有标准，解决体育教学内容的“随意”性和组织的“放羊”式。以下是小编整理的小学体育老师教学计划，希望可以提供给大家进行参考和借鉴。

一、指导思想

坚持“以人为本，健康第一”的指导思想，牢固树立“终身体育”的新课改理念，丰富学生的课余生活，为学生能有锻炼的良好条件，最大程度地发挥学生和老师的主动性和创造性，在活动中体现合作自主、探究、创新的教学理念，体现良好的校风、校纪和学生精神面貌的建设。

二、目标和原则

(一)目标:

1、通过体育活动，促进学生健康成长，并形成健康意识和终身体育观，确保“健康第一”思想落到实处。

2、在体育活动中，让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

- 3、通过体育活动，促进师生间、生生间的和谐关系，提高学生的合作、竞争意识和交往能力。
- 4、通过体育活动，丰富校园文化生活，营造积极向上的学风。
- 5、训练学生跑的能力。如：接力跑、短跑、拍球跑比赛等，设计跑的游戏，激发学生活动的兴趣。
- 6、训练学生跳的能力。如：单腿跳、双腿小兔子跳、青蛙跳、立定跳远、跳绳等，调动学生参与的积极性。
- 7、训练学生掷的能力。如：掷纸飞机、掷垒球、掷沙包等。
- 8、设计各种游戏。如老鹰捉小鸡、两人三足、踢毽子、转呼啦圈等训练学生身体的协调性和综合素质。

(二)原则：

- 1、安全第一原则。严格场地、器材管理，落实辅导老师职责，强化活动过程管理，制订安全预案，全方位贯彻“安全第一”原则。
- 2、全员参与原则。师生全员参加，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。
- 3、因地制宜原则。根据我校班级多，学生多的特点，采取以班级为单位的组织形式。坚持快乐体育活动为主，群体竞赛为辅的原则。
- 4、科学性原则。遵循学生身心发展的规律，我校从实际出发，以全面落实教学计划，又不增加学业负担为前提，合理地安排活动内容，将体育和艺术融为一体。

三、活动要求

1、每一位学生积极行动起来，参加到活动中去。学生因病不能参加活动需向班主任请假。

2、各班在指定位置活动，在活动过程中，教师带领学生认真开展活动，确保40分钟活动时间。活动时，要做好组织及安全防护工作，防止伤害事故发生。

3、各班不准利用课外体育活动时间来补课。

四、器材准备

班级组织自备和学校提供器材相结合。

五、场地划分

根据季节的变化、活动项目的改变而不定期的改变学生的运动场地

六、活动内容安排

依据校本教材内容开展。

一、指导思想

学校遵循“健康第一”的教育指导思想和“育人第一”的宗旨，积极推进素质教育，加强体育课改教研活动，努力施行新课程标准，用新的理念来强化教育教学活动，从学生的兴趣出发，培养学生勤于锻炼的良好习惯，使学生得到身心健康和协调发展。

二、工作要求

加强业务理论学习，提高体育教师业务素质

体育教学方法是指在体育教学过程中完成教学任务所实施的

工作方法。它包括教师教的方法和学生学的方法。在确定了教学任务和教学内容之后，教学方法的选择和运用就成了完成教学任务的重要途径。因此，选择合适的教学方法，建立一定的课堂模式，对于激发学生的学习兴趣，提高效益，完成教学任务都具有重要的意义。做好“三化”（组织趣味化、语言儿童化、动作形象化）教学的研究，课堂教学，形成一定的模式，即把体育课的教学内容，创编成故事，让学生扮演故事中的各种角色，做到玩中学、学中玩，达到发展个性，培养特长，陶冶情操，锻炼身体目的。

1、认真学习，转变观念，力求创新

学校应组织全体体育教师学习各项有关体育教师的工作条例，学习强化新课程标准，加深对课改工作的认识，在工作中积极实施课改要求，转变观念，用现代教育教学的新理念来指导本职工作，用创新的思维，改革课堂教学的模式，从学生的认知特点和兴趣爱好为出发点，培养学生终身锻炼的好习惯。

2、对学生进行正确的课堂评价

正确评价学生能提高参与活动的积极性，根据学生的心理特点，体育教师在课堂教学中，应及时对学生进行正确的评价。评价分教师对学生的评价，学生自评，学生互评。在课堂中，评价要从学生的自身条件出发，因材施教，提高学生的活动兴趣。

3、抓好大课间活动，积极贯彻全民健身活动纲要

学校大课间是反映学生整体面貌的形象“工程”，是学校整体推进素质教育的一个窗口，抓好大课间也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好大课间更能促进学校的全民健身活动的开展。现在针对学校的实际情况，组织学生开展室内大课堂活动。

4、抓好学生体育社团活动的管理

课外体育社团活动要合理运用课余时间，开展各种小型、多样、灵活、自由的运动锻炼。课外体育社团活动可以班为单位，也可以小组为单位，因地制宜地开展。班主任要负责领导、教育，由学生干部负责组织，也可由少数体育爱好者自愿组织活动。学校政教人员要经常检查，协调解决活动中的一些具体问题。这些活动应把达标活动、课外运动和体育竞赛结合起来。在内容方面，坚持生动活泼、讲求实效、持之以恒的原则。同时在安排时要注意场地、器材合理分配，并有防止伤害事故的措施。

5、依照新课程标准，搞好体育课改活动

在教学中，要全面开展体育课改活动。在体育课中要有新的理念，要有创新意识，在上好平时常规课的同时，还要上一堂课改实验课，力求有新意。符合现代教学的发展趋势，并且每位任课教师都要交一份详细的教案和教学设计，逐步使我校的体育课正规化。让学生在体育活动中得到锻炼，身心和谐地发展。

主要措施

1、加大教研教改的管理力度，定时召开有关会议，深入教研组检查学习开展教研的情况，拟定出体育教研计划。

2、体育教学做到四个统一，即统一教学进度，统一教学内容，统一体育备课，统一课堂常规，做到教有内容，检查有标准，解决体育教学内容的“随意”性和组织的“放羊”式。

3、积极开展丰富多采的体育教研活动。根据情况开展好学标、达标等活动，提高教师上课的综合素质和授课能力。

一、课程开发背景：

本课程是学校依据自己的办学理念、办学特色、资源状况以及学生、家长、社会的需求自主开设的课程，由学校统一安排，学生自主参加，以学生自主参与为主，以体验性学习实践活动为主要特征的新型课程。对培养学生的兴趣特长，创新思维习惯和实践能力，培养学生分析和解决问题的能力以及团结协作和社会活动的的能力，全面提高学生素质，提高教师课程建设与开发的能力，具有十分重要的意义。注重普及，在提高与普及的统一中推动乒乓球运动的发展，致力于营造浓厚的乒乓球文化氛围，以球育德，以球益智，以球练志，以球养性，以球会友，以球兴校。通过发展师生乒乓球运动，激发学校活力，“突破一点，带动全局”，抓好乒乓球特色，保持传统项目，打造我校特色品牌。

学校在开发本课程时有着得天独厚的优势：

- 1、硬件基础设施齐全。有专门的训练室，室内外乒乓球台共12张，基本适应学校训练。
- 2、教练队伍合理。我校喜爱乒乓球运动的教师很多，焦兰芝老师曾在市县多次获奖，师资力量很充足。
- 3、家长认可。社区家长充分认识到乒乓球运动的积极意义，从经济上、训练上都给予足够理解和支持。

以上原因，为我们进行乒乓球开发实施提供了有利的条件，也是我校进行该项研究的价值所在。

二、课程目标

- 1、学生了解一些关于乒乓球的知识，掌握一些基本运动技能和方法，认识乒乓球在锻炼身体的有效价值，为以后学习、工作、生活打下良好的基础，形成终身体育的意识。
- 2、学生形成多动脑、多动手的能力，提高灵敏性、协调性。

3、学生逐渐养成准确快速的判断与果敢的意志品质。

4、学生能够自行组织一些小型比赛活动，成为普及推广乒乓球运动的积极分子。

三、课程内容

理论课：乒乓球基本知识

学习握拍方法；站位方法；推挡技术。

复习推挡技术；学习正反手平击发球技术。

复习推挡技术；学习正反手侧旋发球技术。

复习推挡技术；发球技术；素质练习。

学习正手攻球技术；左推右攻技术。

复习正手攻球技术；左推右攻技术。

安排教学比赛

裁判规则学习；教学比赛；素质练习。

步法练习；素质考试。

发球技术考核。

推挡技术考核。

四、课程实施建议

1、结合我校实际情况，乒乓球校本课与其他校本课由全体3——6年级学生自由选报，学校安排每周各年级有一节校

本课程乒乓选修课。

2、场地与资源：场地，乒乓球室；教学资源，自制校本教材。

五、课程评价

1、评价内容

(1)、学生对乒乓球运动的兴趣、程度。

(2)、学生对乒乓球运动技能的掌握。

(3)、学生间人际交往状态的改善程度。

(4)、学生获得的成就感。

2、评价形式

(1)、学生自评：学生针对以上内容对照参加本组以前进行自评。

(2)、教师评价：教师根据学生在学习中的表现、训练实践态度、运用技能的能力等，可用成绩册、记分的方法对每位学生的表现简单记录，作为评价依据。

小学体育课教案的标准格式篇四

1、引导学生知道体育是一门主要在室外上的锻炼身体的活动课，通过参加丰富的练习活动，可以达到提高身体各种活动能力和增进健康的目的。

2、提高学生的积极参与意识，能够和同伴积极合作，友好相处。

3、了解课堂常规，培养学生形成良好的课堂练习秩序。

小学体育课教案的标准格式篇五

一、教材分析：

本课为省编义务教育教材四年级上册第五课《两头翘》，主要教材内容为两头翘、仰卧起坐传递球和投掷。

“两头翘”又称“俯卧挺身”，和“仰卧起坐传递球”一样是一个以腰背腹肌活动为主的素质练习，虽然就练习的形式而言是较为枯燥的，而且与生活实际相关不大，然而，它们对发展学生腰腹背肌弹性和力量有一定的实效性。“两头翘”在二、三年级的教材中曾经出现过，但由于当时学生年龄小、力量素质差、控制能力薄弱，因此完成的质量不高。本课把“两头翘”作为主教材，目的在于通过尝试性的辅助练习和比谁翘得高，提高“两头翘”的动作质量，以便有助于以后学习难度更大、动作更为复杂的滚翻、平衡等技术动作。

投掷在田径运动和达标内容中占有不可缺少的位置，也是学生日常生活必须具有的基本活动能力之一，它对锻炼和发展学生上肢力量、爆发力、协调性等都有着十分重要的作用。投掷教材在一、二年级时以简单的掷纸飞机、掷降落伞等形式出现，到三年级时学习了原地侧向投掷垒球技术，四年级起逐步学习上步、助跑投掷垒球技术。本课通过“投掷过关”、“投掷目标”等练习，复习巩固原地正面、侧向投掷垒球的技术，使学生初步理解投掷时出手的角度与远度的关系，为今后学习上步及助跑投掷垒球奠定扎实的基础。

本课从教材性质出发，把技术性强的“两头翘”安排在课的前半部分进行，这样更有助于学生掌握技术；把趣味性较强的投掷练习安排在课的后半部分，目的在于激发学生的练习兴趣。

二、学情分析：

2、四年级学生运动能力、性格爱好都具有很大的差异：女生文静，男生好动，一些带有表演性、模仿性的练习，学生有很大的兴趣；部分女生往往会表现出怕羞的一面，而男生则会无所顾忌地发挥自己的想象。

3、我所借班的班风活跃，班级凝聚力、荣誉感强，学生守纪律乐学，爱好文体活动，而且大部分学生平衡能力和投掷能力均较强，但也有三分之一左右学生力量素质较差，这样对学习“两头翘”和进行投掷教学可能会产生一定的负效应，因此要求教师区别对待、正面积极引导。

鉴于上述分析，针对本课教学内容，特制定以下教学目标与教学重点、难点：

三、教学目标以及教学重点、难点：

1、认知目标：理解俯卧挺身的动作概念和投掷垒球时的出手角度；

弹性和力量；

b□通过“投掷过关”等投掷游戏，复习巩固原地正面、侧向投掷垒球技术，提高学生投掷能力：

精神：

b□通过学生的分组自练、自创，发展学生的思维能力、创造能力，促进学生

身心的健康发展。

本课重点□a□俯卧挺身时两腿配合上体协调上举；

b□投掷垒球时的出手时机；

本课难点a) 俯卧挺身时两腿夹紧并充分伸展；

b) 投掷垒球时转体和挥臂的连贯性。

四、教学方法运用：

1、教法：根据本课内容枯燥的特点，我首先采用了情景教学法和情绪激励法进行教学，以激发学生的学习兴趣，使学生积极主动地去学习。另外，还采用了示范法，以准确优美的动作示范激发学生“我要学习”的情感，以及采用讲解法和练习法，通过教师的讲解和学生的练习，使学生更快更好地掌握动作要领。

2、学法：本课在学法上主要采用了尝试学习法、对比学习法和小组合作学习法。首先让学生在尝试练习中发现问题，然后在相互对比、小组研讨中悟出动作要领、理解道理，最后通过“小组协作”和“个人练习”相结合的学习方法，最终解决所发现的问题。从而促进学生主动积极地参与练习，提高学生学习的自主性。

五、场地与器材准备：

在一块篮球场的中间摆放三排小垫子（共24块、前后间隔为3米、左右间隔为2米）、两只篮圈间拉一根挂有彩色气球的横绳、自制小地垫49块、小黑板8块、录音机1台。

六、教学过程：

（一）导入（8-9分钟）：

1、常规教学（1-2分钟）：

1) 学生跑进上课场地，师生问好；

2) 队列练习：配以《运动员进行曲》的原地踏步练习。

2、模仿练习（2-3分钟）

教学步骤：1) 教师讲解、示范“摇橹”动作；

2) 学生跟教师做原地和行进间“摇橹”模仿练习；

3) 学生跟随教师模仿渔船出海动作；

组织队形：四列横队——一路纵队，绕垫子行进。

3、自编游戏：“大鲨鱼”（4-5分钟）：

方法：教师扮演“大鲨鱼”，学生们演各种“小鱼”，在音乐的伴奏下，“小鱼”们在“大海”上游动。音乐停，教师喊：“大鲨鱼来了”，“小鱼”们迅速两两一组逃到“礁石”（垫子）上，“大鲨鱼”迅速去追赶“小鱼”，“小鱼”在逃进“礁石”或没有组成小组前被抓住的，与“大鲨鱼”互换角色，游戏重新开始。

教学步骤：1) 教师提示，并模仿各种鱼类游动的动作；

2) 学生发挥想象，进行各种鱼类游动的模仿练习；

3) 教师先扮演“大鲨鱼”，共同参与游戏；

组织队形（同上）

通过上述几种练习手段，集中学生的注意力，并创设情境，通过“愉快——紧张——喜悦”的情绪体验，使学生很快进入角色，并全身心地投入到活动中，活跃了课堂气氛。而且为主教材内容的出现，作好了充分的准备。

方法：俯卧垫子上，两臂前举，头、肩用力上抬，背部用力

后弓，同时两腿用力（并腿）

后举。

教学步骤：1) 教师正确的示范，并结合“造船”创设情境；

2) 学生尝试性练习；

6) 优生表演，相互对比，集体研究，小组自评；

7) 分组比赛□a□看谁“造船”造得高□b□在规定时间内看谁造得多。

组织队形：二人一组一块小垫子

教学遵循了由简到繁、由易到难、由分解到组合的教学原则，使一个枯燥乏味的技术动作教学变得较为生动活泼，使学生在尝试、相互比较、研讨的过程中掌握技术要领。

2、仰卧起坐传递轻物（3-4分钟）

教学步骤：1) 教师讲解、示范；

2) 学生在教师统一的口令下练习；

3) 每组连续做十次，看哪一组先完成。

组织队形：四人两块垫子（合并）同时练习。

3、投掷（8-9分钟）：

教学步骤：1) 教师讲解示范正面和侧向投掷垒球技术；

2) 学生在教师统一口令下练习正面和侧向投掷垒球；并比较两个动作的投掷远度；

3) 带着问题，根据自己的能力选择不同距离进行投掷过关的游戏；

4) 理解道理后，面对气球进行投准比赛；并结合生活实践，进行创造性练习；

5) 教师巡视，个别指导；

6) 教学情况反馈。

组织形式：散点练习。

投掷教学，主要采用对比教学法，通过不同动作比较，找出共同点，研讨得出要想投得远必须有一定的出手角度且挥臂速度要快、要想投得准转体方向正的道理，在理解道理的基础上进行教学比赛，从而对自己的学习情况做出最客观的评价。

4、接力游戏：中国奥运金牌榜（3-4分钟）：

结合第二十七届悉尼奥运会，安排了“中国奥运金牌榜”的接力游戏，将思想品质教育融入到教学之中，激发学生的爱国主义热情。

方法：按小地毯的序号，排成八路纵队。排头学生手持小地毯，站在起跑线后，令下，迅速跑出并将自己的小地毯上写的金牌项目与折返处小黑板上的金牌运动员相对应后跑回，拍第二个同学的手，第二个同学出发；依次进行，看哪一组又快又正确。

教学步骤：1) 教师提示并示范；

2) 学生跨过垫子到折返处，将小地毯贴在小黑板上，直线跑回；

3) 学生绕过垫子到折返处，将小地毯取回，直线跑回。

组织队形：八路纵队

(三) 延伸(4-5分钟)：

1、小地毯拼字游戏：

方法：每组6人，在最前面的垫子上，把6块小地毯拼成一个字，看哪一组最快。

2、自编舞蹈：《歌声与微笑》

方法：在音乐的伴奏下、老师带领学生进行舞蹈。

组织队形：同上。

3、小结讲评，收回器材，师生道别。

学生经激烈运动后所产生的紧张状态和心理负荷，应在课的延伸部分予以消除、减轻和恢复，并将课堂中的兴趣保留到课后。本课安排了游戏和舞蹈，目的在于让学生在轻松、愉快的气氛中结束本课。

七、课堂教学效果预计：

2、生理状况预测：练习密度在45%左右；平均心率在125-135次/分左右；最高心率为175次/分左右。

小学体育课教案的标准格式篇六

1、学生情况：本学期我所教的教学班级仍然是六年级，六年级共31人，学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况：高年级学生喜欢跑、跳、投、跳绳、踢毽子、

游戏等活动，但有些学生因身体原因如：肥胖等，学习动作显得僵硬呆板。

根据xx市九年义务教育全日制小学试用课本：体育与健康和《九年义务教育全日制小学体育教学大纲》以及结合本校实际情况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，养成良好的卫生习惯；掌握科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，从小树立终身体育的思想，并在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

1、使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方法，学会一些体育卫生保健和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、进一步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、舞蹈等项目的技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在学校里，你会获得有助于你强壮体魄的体育运动项目和方法，有助你身心健康的运动心里小知识和卫生小常识，有助你于你与人成功交往的各种小游戏和团队活动，有助你于你感受成功快乐的体育竞赛游戏…到操场上，到阳光下，到大自然中去吧！积极主动地参与体育游戏活动，你将获得更多的新知识、发现更多的新方法、找到更多的新答案：在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，你将会感受体育运动带来的乐趣，你将会发现体育运动增予的益处，你将会体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。同时你还可以不断地发展和张扬你的个性，充分地展示你的特长与你的聪明才智，让你的童年生活更绚丽多姿！让你在小学阶段的学习、生活更加有趣，更美好！

1、教学内容

(1) 体育卫生保健基本常识；

(2) 田径；

(3) 游戏；

(4) 球类；

(5) 希望风帆（第三套）。

2、重难点

在以上五点内容中，（5）为重点内容，其余为基本掌握内容。

1、教育学生热爱祖国，逐步提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。

2、运用体育对学生特有的影响，培养学生的美感和文明行为，逐步提高培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱。互相帮助等集体意识和良好作风。

3、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课。

小学体育课教案的标准格式篇七

1、游泳前必须进行身体检查，体检合格方可游泳。

2、禁止到非游泳区游泳，要在游泳馆、池或标有无危险标记的游泳区游泳。

3、游泳要由家长、老师或可靠的人带领，或结伴，不能单独游泳。

4、游泳前应做好充分的准备活动，使全身各个器官、系统得到活动。

5、头痛、发烧、伤风感冒或者病刚好，及饿肚子、饭后、身体过于疲劳、大量出汗后、喝酒后都不能游泳。

(二) 问题及处理

1、游泳的时间或水温不当时，容易引起抽筋。

这时应立刻停止游泳。仰面浮在水面上呼救，并拉伸抽筋肌肉，舒缓后，要换个泳式游回岸边，一定不要乱挣扎。

2、游泳时身体感到疲劳或寒冷时，要马上游回岸边。

3、游泳时遇到水中有水草缠身时，要赶快像脱手套或脱袜子那样摆脱水草缠身，然后离开有水草的地方。

4、游泳时可能会出现头痛。这时要停止游泳，迅速上岸，用大拇指对准头部太阳、百会、列缺等穴位进行旋转按摩，并用热毛巾做头部保温。

小学体育课教案的标准格式篇八

一、首先说的是本次课的指导思想，依据新课标的要求，新的体育与健康课程在教育方式，教学内容，教学评价等方面都有了新的发展和侧重点，以促进小学生身心全面发展为目标，以“健康第一”为指导思想。对于义务教育阶段初中学生来

说，更要关注其运动的快乐感，培养他们良好的体育锻炼的习惯，并形成终身体育锻炼的意识。因此，在课堂教学中除了传授学生基本技能之外，还要讲明所学内容对发展身体素质和增强体质的作用，让“健康第一”思想落到实处。同时也要注意培养学生组织能力、创新能力、吃苦耐劳的意志品质及团结互助的集体主义思想，为将来适应社会打下良好的基础。

二、教材分析：本课教学内容_____和_____。
（）是（）中最基本的动作，主要锻炼（）、发展（）素质和协调性，是初中体育教学重要组成部分，是更好地学习各种（）的基础，所以我们必须高度重视学习和掌握这一技术，（）基本方法并不复杂，但要做到熟练完整完成技术动作，就比较困难。因此，（）重点是（）。难点是（），身体的协调用力。

第二个内容是（），属于（）类教材，辅助内容。（）技术（）是运动中运用较为广泛的一种技术，对发展学生（）的素质，培养学生在比赛和实际应用的能力具有重要作用。重点是（），难点是（）。

把这两项内容安排在同一课次，一是根据身体全面发展的原则。既有上肢为主的练习，也有下肢为主的练习，既有发展力量的练习，又有发展灵敏、速度的练习，使学生的身体素质和基本活动能力得到全面、协调的锻炼和发展。二是依据合理安排生理负荷和心理负荷的原则，结合人体机能适应性规律。

三、学情分析：本课教学对象是农村中学初二学生，班级男女比例相当，40人左右。学生各方面素质一般，但也存在着个别差异，男生基础较好，女生素质普遍较差。且不喜欢表现自己，所以在练习中需要多鼓励，评价标准要根据实际情况而定。但班风很好，同学间团结互助，有较强的凝聚力。

四、教学方法运用

（一）教法设想：根据人体动作技能形成的规律，结合学生的实际情况，遵循直观性、自觉性、积极性和循序渐进原则，我主要采用：

- 1、启发式教学法：通过语言、动作激发学生的学习兴趣，启发学生积极思考，创新能力。
- 2、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。
- 3、纠正错误法：由于学生间的个体差异，完成练习的情况各有不同，通过纠正获得正确动作的，提高学习的信心。
- 4、循序渐进法：在教学过程中，做到由浅入深，由易到难，使学生更容易掌握动作。
- 5、评价法：通过评价发现问题，解决问题，进一步激发学生的学习兴趣。

（二）学法指导：古人说：给一个人一条鱼，只能勉强满足他的一顿饭的需求，但是教给他一套捕鱼的方法，那就永远都能满足他一辈子的需求了。本课我认为要教会学生学习方法。在本课的学法中，让学生采用“听、看、想、练、问、比”的学习方法，发挥学生的主体地位，活跃课堂气氛，通过学生自主去尝试，互相对比，师生讨论，观察等方式培养学生的思考能力，观察能力和实践能力。面向全体学生，使不同层次的学生从运动得到锻炼，获得快乐。

五、教学目标：根据上面的教材分析和学生实际情况制定教学目标如下：

（一）认知目标：使学生理解（ ）的基本技术原理和（ ）的

技术特点，明确学习的目的性

（二）技能目标：初步学会（）合理的技术动作，使80%学生能独立完成动作。发展学生速度、灵敏、柔韧、协调等素质。培养自主锻炼习惯与他人合作能力。

（三）情感目标：通过（）和（）的教学和练习，培养学生果断、机智能力和良好的纪律性及和谐的师生关系，以游戏和比赛团结协作精神和克服困难的意志品质。

六、教学过程：根据认识事物的规律和人体生理机能变化的规律将本课分为四部分：开始部分，准备部分，基本部分和结束。

（一）开始部分两个内容：安排4。一是常规内容。1二是队列练习，3队列的内容是蹲下及起立，方法：学生以集合队形听老师口令进行练习。它既是大纲规定的学习内容，又能集中学生注意力，振奋学生的精神。后面安排的反应练习“弹钢琴”，方法：以四列横队分别代表哆、啦、咪、发，叫到的蹲下，没叫到的站立。既是对队列练习效果的检验，又能提高学生练习兴趣，为以下的教学作好准备。要求学生精神饱满，步调一致，反应迅速。

（二）准备部分时间安排7，包括游戏“组着地点”和配乐韵律操。“组着地点”方法是在直径15米的圆周上，学生进行慢跑，老师喊点数，学生根据点数以身体任何部位组点着地。把平时枯燥的跑步活动寓于游戏活动之中，激发学生的创造性思维。接着配乐韵律操，方法是也在直径15米的圆周上完成，通过教师讲解示范，学生随着音乐的节奏跟着做的，把徒手操配上音乐，乐与律的结合，造成艺术的氛围，给学生以美的感受。这样安排一是旨在引起学生学习兴趣，激发学习动机。二是使学生的生理机能活动能力从相对较低水平逐渐调动起来，为人体进入活动状态作好生理和心理上的准备，并预防和减少运动损伤的发生。

（三）基本部分：30第一个内容是（ ），时间安排16。为了解决这一内容的重、难点，使学生更好地掌握（ ）技术，设计了以下的教学步骤：

1、向学生介绍（ ）这项运动技术结构、技术要求和对发展人体各项素质的作用，在（ ）运动中的处地位和重要，目的是激发学生的学习热情。

2、教师进行完整示范，让学生头脑中初步形成整体动作表象和了解各个技术环节过程。并按照循序渐进原则：从简单到复杂方法来逐步掌握动作技术，安排如下练习：练习1（ ）练习。目的是（ ）方法：把学生分成（ ）组，在组长的带领下体会（ ）动作。老师巡视指导。

练习2（ ）练习，目的是（ ）方法： 老师巡视指导。

练习3（ ）练习。目的是让学生建立完整的动作技术。方法：老师巡视指导，全面兼顾不同水平的学生。

3、叫3位不同水平的学生展示，老师有针对性的进行讲评和分析。目的是让学生对比自己，引起注意，改正错误。

4、学生根据自己练习情况及结合教师评价，组内边练习边评价，总结各自的优缺点。并采取针对性练习方法。

5、（ ）比赛，方法：

采用比赛形式更能激发学生练习的兴趣，提高练习的效果，进一步巩固动作技术。同时也能培养学生的集体荣誉感和良好的组织纪律观念。便于教师集中观察，教学指导。

第二个内容是（ ）：时间安排14。该内容所要解决的重点问题是合理的（ ）。难点是（ ），克服（ ）。初中学生往往不明确身体协调性对完成动作的作用，从而导致各种错误动作。

以下的教学手段，就是围绕这样的重点、难点展开，根据从易到难、从简单到复杂的循序渐进原则，一步一步进行的。

1、讲解动作要求和注意点。目的是

2、（）的练习。方法：依据学生运动技能形成规律，由易到难进行练习，先在原地体会正确的动作要领，再通过讲解，掌握（）的方法，突破教学难点。

3、（）练习。方法：依据顺序渐进的教学原则，安排了从原地练习过渡到活动练习是为了让学生逐步正确的动作技术，

4、（）比赛。方法：由于学生不随意注意占优势，为了吸引学生注意力，运用竞赛游戏，来检查学生（）技术的掌握情况，并以此锻炼学生的身体素质，提高快速奔跑能力。通过教师引导，充分发挥学生的主体作用。教师再根据练习情况进行点评。同时寓思想教育于竞赛中，有意识地培养学生遵守纪律，关心他人，自觉锻炼习惯。

（四）最后结束部分用配《幸福拍手歌》音乐进行舞蹈放松，时间安排4。组织：学生站在直径为15米的圆。第一遍原地踏步加击掌，第二遍原地跑跳步加拍肩，第三遍行进间跑跳步加跺脚，第四遍原地跑跳步加甩臂。要求学生在放松时做到轻松、快乐，听讲时认真。多样化的练习安排，既提高了学生的趣味性，同时起到放松上、下肢作用，使学生的生理、心理都得到放松，在进行美的教育的同时，又一次体验上体育课的乐趣。之后，作课堂小结，指出优点和不足之处，达到鼓励学生和继续提高的目的。然后布置器材收回，培养学生劳动观念和爱护集体财产的习惯。最后师生道别，再次拉近师生距离，养成文明礼貌习惯。

七、预计课的效果：学生能在教师指导下认真参与各个练习，课堂气氛活跃，师生感情融洽舞蹈。完成率在85%左右，（）能基本掌握正确动作要领。预计课的练习密度为35%左右，最

高心率为150--160次/分，平均心率达到120--130次/分。让学生既出汗又脸带微笑，身心健康前面发展。

八、场地器材：场地：田径场、篮球场；器材：（ ），录音机一台，录音带二盒。

小学体育课教案的标准格式篇九

(水平一)

本课的主要内容是前滚翻，一个较为枯燥的体操教材，怎样才能让学生有兴趣参与学习呢？本课另辟蹊径把前滚翻作为一种十分实用的生活应急技能，配合相应的生活情境创设展开教学，使体育教学联系生活，教学内容更加生活化。学生能够学以致用，学习的积极性自然高涨，达到了较好的教学效果。本课在教材的处理、教学策略的运用、学生学法的创新、学科间的横向联系等方面都较符合新课程的要求。主要运用在以下几点：

1、巧设情境，激发兴趣

前滚翻 设计围绕教学内容，创设了一系列的情景：森林游玩、突遇险情、学技自救、安全脱险、技能拓展。让学生在一系列的情景感染下，产生身临其境的感觉，增加了课堂教学的趣味性，有效地调动学生的学习积极性，使学生产生了一种跃跃欲试的激情，全身心地投入学习活动中。

2、巧设铺垫，层层递进

本课的主要内容是前滚翻，完成动作的重点在于团身紧。在课的导入部分两个游戏活动中，“小刺猬”和“矮人”都有团身动作，学生在游戏中不经意地完成了练习，为接下来学习前滚翻动作打下了基础，使学生对“团身紧”这个动作要领，留下了初步印象。在讲解前滚翻动作要领时，通过“皮

球”与“砖块”滚动的比较，直观地展示给学生，要把动作做好，就要做到“团身滚动像圆球”，再一次强调了本课的重点“团身紧”。

3、小组合作，互助互评

在学法方面，着重于学生的小组合作学习，在学生在学习过程中，对于学困生，教师并没有直接进行指导帮助，而是指导本组的同伴进行帮助、指导，以小组成绩来衡量评判，共同完成学习目标。在教学评价方面，本课采用了学生自评、组内自评、老师评价相结合的方式，关注到每一位学生的差异，让每位学生都体验到学习和成功的乐趣。

4、拓展创新，运用技能

通过创设技能应用情境，使学生的体育技能反复的在实际中应用，深切地感到学到的体育技能是十分有用的。学生在一、二年级已经学过跨越、跳跃、爬行等技能，本课在拓展应用部分，创设的“勇敢者之路”的游戏，为学生各项技能的综合运用，提供了一个平台，让学生发挥自己的想象，设计自己路线。通过应用，既加深了学生对技能的熟练程度，又培养了解决问题的能力和创新意识。同时，也为本单元第5课时“向前跳下接前滚翻”的学习，打下了基础。

5、学科延伸，相互联系

体育是一门综合性很强的学科，在实际教学当中所涉及的领域比较广泛。本课在拓展应用环节，创设了野外迷路的情境，教师引导学生利用二年级语文课文《要是你在野外迷了路》中的知识，解决了问题，成为体育、语文、野外生存几个不同学科的一个融合点。发挥了学科间的横向联系，丰富了课程资源。新课标下的运动技能教学，需要我们教师既基于教材又超越教材，让师生的生活和经验进入教学过程，让师生的情感体验进入教学过程，让教学“活起来”，让教学“生

动起来”。

南昌市邮政路小学体育组

谭铁军