

小学体育教案详案(优质9篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

小学体育教案详案篇一

一、指导思想：

本课以《体育与健康课程标准》为依据，全面贯彻“健康第一”的指导思想，坚持以学生为主，为学生提供一个自主学习的机会和平台，使其将知识学习、实践经验、习惯养成、能力培养统筹起来，最终促使其综合能力形成，激发学生积极思考和大胆想象，充分发挥学生的积极性、主动性、创造性，给学生以自学自练的时间和表演的平台，培养学生在学习中去尝试、去感受、去创造，体会不同的乐趣。

二、教材分析：

篮球是新课程系列模块之一的内容。篮球运球和单手肩上投篮是在初中学习内容的基础上增加难度，使学生进一步了解篮球、熟悉篮球。在教学过程中充分调动学生的积极性，在活跃的气氛下掌握一定的技术动作，同时也发展了体能，为学生独立进行体育锻炼打好基础。

三、学情分析：

根据高中男生的生理、心理特点及其发展要求，从兴趣出发，发展学生的上、下肢力量、协调能力，培养团结协作精神，展现同学的青春活力，并培养学生自主能力、创新能力。通过学习篮球技术中的行进间上篮技术，提高学生的学习兴趣和综合素质。

四、教学过程

- 1、身体预热部分：以篮球活动为主体，并通过游戏对抗练习等方式，激发学生学习兴趣。
- 2、学习技能部分：学习篮球的行进间运球接单手肩上投篮技术，重点解决该技术中的持球时机、步法等，并通过学生的自主学习、探究学习等方式增强学生学习欲望。
- 3、恢复心律部分及评价：采用结合篮球的一些练习，在愉快、和谐的气氛中使学生进行充分的放松。

五、教学特点

- 1、激发学生兴趣：通过篮球专项活动和有对抗性质的持球游戏活动，再加以教师语言的调控，使学生产生学习的欲望。
- 2、学生自主：在学习技能部分，分为六个小组，启发他们积极思考、大胆尝试，为学生提供了自主的平台。
- 3、分层次教学进行提高：设立提高组，使学生中接受能力比较强的能够在掌握教师所传授的部分的基础上得到提高。

六、教材的重、难点重点：

步法“一大、二小，三高跳”

难点：

- 1、三步的节奏
- 2、持球的时机

七、课前预计

全课练习密度预计：45±2%平均心率：135±5次/分60%以上学生能够初步掌握篮球的行进间运球接单手肩上投篮技术动作30%的学生能够进行提高难度练习并运用到教学比赛当中。

小学体育教案详案篇二

1、各小组按要求坐到各自的位置。（事先分好组，并布置好比赛场地）

2、师生问好

师：同学们，今天我们将要进行奥运会知识竞赛了，你们准备好了吗？

生：准备好了！

师：你们的口号是……

各小组按顺序喊出自己的口号。

师：老师相信你们在比赛中一定会成功的！让我们一起说：“相信自己！耶！”

师生一起做出“v”的手势，表示成功。

二、

小学体育教案详案篇三

(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

小学体育教案详案篇四

□

- 1、能知道世界规模最大的体育盛会——奥运会。
- 2、能了解奥运会经历了古代奥运会和现代奥运会两大阶段。

现代奥运会又分为夏季奥运会和冬季奥运会两大类，以及我国体育健儿所取得的成绩。

3、能积极参与活动和讨论、发表自己的见解，能主动从各种媒体中获取体育与健康知识。

小学体育教案详案篇五

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。

小学体育教案详案篇六

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

小学体育教案详案篇七

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、舞蹈等项目的基本技术，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。

小学体育教案详案篇八

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。

小学体育教案详案篇九

一、指导思想

以“健康第一”为宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口，以科学的管理促动学校体育工作全面健康发展，建立完善科学的管理体系，深化体育教学改革，全面推动素质教育。增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，使学生身心得到和协地发展。争创学校的体育特色和大课间活动特色，培养全面发展的学生。

二、工作要求

1. 认真学习，转变观点，力求创新。

认真学习强化新课程标准，加深对课改工作的理解，在工作中积极实施课改要求，转变观点，用现代教育教学的新理念来指导体育工作，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. 依照新课程标准，搞好体育课改活动。

要全面展开体育课改活动。在体育课中要有新的理念，要有创新意识，在上好平时课的前提下，体育教师要在体育健康课上，力求有创意，逐步使我校的体育课正规化。让学生在体育课中得到锻炼，身心得到全面地发展。

3. 对学生实行准确的课堂评价。

准确评价学生能提升学生参与活动的积极性，根据小学生的心理特点，在体育课堂教学中，对学生实行准确的评价。评价还要从学生的自身条件出发，因材施教，提升学生积极参加、主动参与体育活动兴趣。

4. 抓好“一跑三操一活动”积极贯彻

阳光体育活动的实施精神 学校“一跑三操一活动”是反映学生整体面貌的形象“工程”，是学校整体推动素质教育的一个窗口，抓好“一跑三操一活动”也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好“一跑三操一活动”更要促动学校的全民健身活动的展开。所以各班要认真抓好广播操和心理健康操训练工作，要做到人人参与，师生共练。争创体育特色和大课间活动有起色，培养全面发展的学生。

5. 抓好学生身体保健方面

要教好一年级新生的眼保健操，纠正学生的不规范眼保健操，安排好学生检查各班眼操，教师巡回察看。纠正不良读书姿势，发现视力下降，即时通知家长。配合保健部门做好体检、接种等工作。

6. 继续抓好业余训练，特别是象棋训练，争取更大成绩

认真抓好我校业余训练工作。春、冬季是训练的大好时机。为了全面提升我校各运动队的竞技水平，体育组决定对我校各运动队全面选拔和分项强化训练力争在今年的各比赛中取得更好的成绩，为校争光。象棋训练，不但能培养孩子的注意力、独立性、自信心，还有助于幼儿竞争意识和意志品质的培养。在象棋训练中，他们感受到了学习象棋的乐趣，更能感受到通过自己的意志力去战胜困难的乐趣，逐渐建立了“只要我努力坚持，持续训练，我也能成功”的心志，于是孩子们克服困难的勇气就慢慢培养出来了。

三、重视体育课安全问题

体育课的安全问题是我们体育教师所必须重视的问题。首先，我们要有强烈的责任心，用满腔的热情去关爱学生，对学生充满爱心。上课前，应认真检查场地器械是否牢固安全；在课堂中，应仔细观察学生的活动情况；在教学中，应增强学生的安全教育，以免发生意想不到的伤害事故。