

2023年一年级体育跑的教案(优秀5篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。那么我们该如何写一篇较为完美的教案呢?这里我给大家分享一些最新的教案范文,方便大家学习。

一年级体育跑的教案篇一

我担任小学一年级体育教学,我觉得游戏比赛在小学体育教材中占有相当的份量,通过游戏教学能培养学生的创新、竞争、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。游戏深受学生的喜爱,也为教师开展心理健康教育提供了良机。例如,在游戏比赛中一些个性较强的学生因不服输而与对方发生争执,甚至“动武”;也有失利组的学生互相埋怨,导致受指责的学生产生怯场心理而退出比赛。这样一来,不仅影响了游戏教学的正常进行,而且还伤了同学之间的和气。这时,我就要抓住这一契机,耐心地教导学生特别是有偏游倾向的学生认识游戏比赛的意义,正确看待比赛的成败,批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因,找出制胜的有利因素。还有一个例子就是,我们学校举行一个篮球比赛,就因为争一个球,二个学生就准备打架了,我马上跟他们两个人说:友谊第一,比赛第二;不然就请先离场休息。最终使学生化“沮丧”为“振奋”,以积极的心态参赛。

在室内可以做的动作练习有“起立”、“坐下”、“稍息”、“立正”,这些动作本可以在室外练习,在室内练习的目的是室内相对于室外便于组织,在学生还没有在室外的时候已经规范了学生的行为,在学生长时间听讲之后,活动一下,可以起到调节学生学习疲劳的作用。通过动作练习所进行的行为规范练习这在第一节课的时候是必要的,因为体育课毕竟是教学活动,相对开放的课堂,更需要规范学生的行为。

另外，结合动作练习，给学生讲明哨音的意义，长音表示什么，短音表示什么，长短音结合表示什么，也可以用哨音指挥学生的动作。简单动作练习和哨音意义的讲解，将会为将要开始的室外课做好准备，因为学生已经懂得了最基本的要求和行为方法。

一年级体育跑的教案篇二

创造性地培养应该从小开始。实际上，儿童在幼儿时期就常表现出良好的创造力，他们会用积木在自己的床上、地板上构建自己想象中的天地。因此激励学生进行创造性地学习，并使他们形成创造性学习的习惯，不仅能使学生获取更多的知识与技能，挖掘出更多的潜能，而且还能使学生形成创新的意识和能力，获得更多的成功体验。在体育教学中我们要创设条件，提供诱发创新思维的刺激，让学生获得充分的创新体验。本课从教学中的问题出发，刺激和引发学生在解决问题的过程中，使他们充分体验到创新的满足，调动了学生学习的积极性。另外，在教学过程中，如果发现学生的创意与我们的设想不一致时，千万别“一棒子打死”，新的活动方式或游戏规则常常会在这样的情境中产生。提倡学生进行创造性地学习并不意味着排斥教师的指导，也不是说样样事情都需要学生去创造，教师的指导作用是不能忽视的，在体育教学中将教师的指导与学生的创造结合起来。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

一年级体育跑的教案篇三

根据小学生的年龄特点，教师要认清6岁孩子所具有的天性。有些小学一年级体育教学存在模式古板、成人化色彩浓，或教学直奔主题，不能引起一年级孩子的兴趣等问题。用游戏引导，贯穿教学可避免以上缺陷，较好的完成小学一年级教学。

我今年才教一年级体育课没有经验，上好小学一年级体育课，教师要有童心，知道孩子们心里在想些什么，要说孩子们感兴趣的话题，如最近上演的《成龙历险记》，孩子们就很感兴趣，注意力就很快抓住了。这时因势利导，富趣味于教学，孩子们有了偶像就有了动力，学习体育运动能保证身体健康强壮，长大了才能成为成龙式的人物。一方面实现教学目标，完成学习任务，另一方面也培养了学生热爱体育活动的习惯，为终身体育锻炼思想打下基础。根据具体情况，结合游戏进行教学，效果就比较理想。比如，教材中的队形内容集合、解散、立正、稍息，通过快快集合的游戏，培养了学生的组织纪律性。这个游戏比谁最听指挥。重复几次，每次提出一个要求，学生们很自然的理解了集合、解散的含义，学会了立正、稍息的站姿，并能根据教师一定的口令做出规范的动作。也能很快的站成方形、圆形为今后的教学打下了基础。

以快快集合游戏为基础，教师指挥学生就易如反掌了，在此基础上用做高人和矮人的游戏，高人和矮人在游戏中互相衬托，方形、圆形等不同的队形图案依次变化着展现在学生眼前大家觉得既新鲜又兴奋。抓住时机，教师进行韵律操教学，利用分组轮做法，使每个学生能够都有展现的机会，欣赏队形和广播操的美感，享受亲自参与创造美的收获和成功的.兴奋，相互提高促进学习体育的兴趣。使学生的认识到集体的力量，热爱集体，把心贴近集体。这样，枯燥无味的队列队

形教材和韵律操教学合二为一的完成了，经过游戏化处理，活了起来，变得有情趣多了。孩子们也喜欢体育课了。

扩展资料：一年级体育课教学反思

一年级体育课教学反思

一年级体育课教学反思

（一）根据小学生的年龄特点，教师要认清6岁孩子所具有的天性。有些小学一年级体育教学存在模式古板、成人化色彩浓，或教学直奔主题，不能引起一年级孩子的兴趣等问题。用游戏引导，贯穿教学可避免以上缺陷，较好的完成小学一年级教学。

我今年才教一年级体育课没有经验，上好小学一年级体育课，教师要有童心，知道孩子们心里在想些什么，要说孩子们感兴趣的话题，如最近上演的《成龙历险记》，孩子们就很感兴趣，注意力就很快抓住了。这时因势利导，富趣味于教学，孩子们有了偶像就有了动力，学习体育运动能保证身体健康强壮，长大了才能成为成龙式的人物。一方面实现教学目标，完成学习任务，另一方面也培养了学生热爱体育活动的习惯，为终身体育锻炼思想打下基础。根据具体情况，结合游戏进行教学，效果就比较理想。比如，教材中的队形内容集合、解散、立正、稍息，通过快快集合的游戏，培养了学生的组织纪律性。这个游戏比谁最听指挥。重复几次，每次提出一个要求，学生们很自然的理解了集合、解散的含义，学会了立正、稍息的站姿，并能根据教师一定的口令做出规范的动作。也能很快的站成方形、圆形为今后的教学打下了基础。

以快快集合游戏为基础，教师指挥学生就易如反掌了，在此基础上用做高人和矮人的游戏，高人和矮人在游戏中互相衬托，方形、圆形等不同的队形图案依次变化着展现在学生眼前大家觉得既新鲜又兴奋。抓住时机，教师进行韵律操教学，

利用分组轮做法，使每个学生能够都有展现的机会，欣赏队形和广播操的美感，享受亲自参与创造美的收获和成功的兴奋，相互提高促进学习体育的兴趣。使学生的认识到集体的力量，热爱集体，把心贴近集体。这样，枯燥无味的队列队形教材和韵律操教学合二为一的完成了，经过游戏化处理，活了起来，变得有情趣多了。孩子们也喜欢体育课了。

一年级体育课教学反思

（二）体育课是向小学生传授体育基本知识、掌握技能、培养学生基本运动水平的一个重要渠道，也是小学生提高身体综合素质与健康能力、提高身体健康水平的一种基本形式。其教学的形式与方法具有多样性，为此，加强小学一年级体育课的常规教学，就成了我在体育教学过程中面临的一项首要任务。现就本人在一年级体育课的教学基本情况作如下几点反思：

尊重学生个性，创设良好锻炼环境，在自主、合作、探究中学习”“重视学习过程和方法的指导”，认真贯彻新课程理念，切实在体育教学常规中贯彻新课标理念，使之成为我在教学实践中的主要任务之一。为了培养学生们都有着良好的身体素质，让大多数学生在课堂中主动热情，学习中充满自信，在课堂教学我努力让教学充满活力，增进课堂气氛和谐，真正做到师生关系融洽，学生乐学、爱学、好学。下面就教学工作浅谈几点反思：

一、明确目标，让教学实践不盲目。

一年级的体育课，是她们体育兴趣培养阶段的关键时期，也是性格形成期，我们应当通过体育教学培养学生良好的性格，培养她们对体育的广泛兴趣，增强小朋友们的和谐相处和积极进取的良好意识。在体育教学中要把握学校体育工作的总目标，明确本学期学校体育工作阶段性目标，严格按照体育教学常规执行新课程教学目标。只有明确以上三个层面的目

标，在体育教学中才能做到既抓好常规教学，又有效开展特色体育教学。在常规体育中创新教学方法，挖掘学生的运动潜能，培养学生好学、勤练的能力，并给学生营造合作学习的健康氛围，使体育课真正起到促进学生健康的作用，真正提高学生的综合体育素质。

二、科学安排课程资源，让学生健康起来。

作为一年级的体育教师，在体育常规教学中，要努力学习掌握多种体育锻炼的方式方法，运用良好的锻炼手段，培养学生活跃的思维、健康的身体，良好的运动技能等。使她们在体育学习过程中，提高自己的身体机能、健康心理，获得成功和愉快的体验，使她们能热爱体育，增强自尊心和自信心。

小学生正处于身体发育阶段，其骨骼硬度小，韧性大，易弯曲变形；肌肉力量小，耐力差；心率快，肺活量小，负氧能力差，易疲劳。体育教师在体育课教学中要根据学生的特点，科学用好教材资源、利用体育器械资源、捕捉课堂特色。特别是在关注学生个性健康成长方面，要真正开展一些有利于学生身心健康成长的教学活动，使学生在练习时，真正掌握相关教学要求和目标，例如：有的整套动作做得好，有的某一环节做得很棒，有的提出的问题特别有思考价值，有的出现错误带有普遍性等，这些都是我们开展体育运动需要关注和用心并加以利用。

三、抓好常规教学，使学生真正提高素质

在一年级的体育教学中，低年级的小学生，理解能力和应用能力都比较差，在体育教学过程中，要避免长篇大论，才能把学生有效的集中注意力集中起来，如果仅仅是只强调“说教”是不科学的，还必须同“爱好”结合起来，通过体育游戏等趣味活动来启发学生理解教学内容，做到潜移默化。在体育教学中可以大胆地利用小组活动形式，培养她们良好的性格，这对于同学们提高体育锻炼的兴趣，增强对运动技能

的掌握有很大的帮助，在提高学习方法方面具有重要影响，对小学生的身心健康有着密切联系。

在新课程理念的指引下，必须科学的对待学生身体素质提高的问题，实施有效的常规教学，让学生在课堂学习中，既要尊重学生的个性运动需要，也要让学生学会体育基本技能的基本要求。要重视培养学生必要的课堂习惯、独立学习习惯、小组合作性学习习惯的养成。每一个教学活动的目标指向要清楚，过程要落实，要有实在的成效，真正让孩子学有所得。如何落实体育常规教学，是今后我在教学中一定要强化认识的方面，真正以教促思，以思促教，每反思一点，努力进步一点，引导自己不断在实践中成长。

通过抓好体育常规教学，不仅能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而且能使学生在体育锻炼中，养成良好的个性品质，更是学生的身心健康的最集中体现。一名合格的体育教师能不能上好体育课，能不能为学生提供科学安全健康的锻炼机会，培养他们的创造力、竞争力。使学生在心理健康学习得到真正的锻炼，是最好的评价标准。

一年级体育课教学反思

（三）我担任小学一年级体育教学，我觉得游戏比赛在小学体育教材中占有相当的份量，通过游戏教学能培养学生的创新、竞争、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。游戏深受学生的喜爱，也为教师开展心理健康教育提供了良机。例如，在游戏比赛中一些个性较强的学生因不服输而与对方发生争执，甚至“动武”；也有失利组的学生互相埋怨，导致受指责的学生产生怯场心理而退出比赛。这样一来，不仅影响了游戏教学的正常进行，而且还伤了同学之间的和气。这时，我就要抓住这一契机，耐心地教导学生特别是有偏游倾向的学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍

团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素。还有一个例子就是，我们学校举行一个篮球比赛，就因为争一个球，二个学生就准备打架了，我马上跟他们两个人说：友谊第一，比赛第二；不然就请先离场休息。最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态参赛。

在室内可以做的动作练习有“起立”、“坐下”、“稍息”、“立正”，这些动作本可以在室外练习，在室内练习的目的是室内相对于室外便于组织，在学生还没有在室外的时候已经规范了学生的行为，在学生长时间听讲之后，活动一下，可以起到调节学生学习疲劳的作用。通过动作练习所进行的行为规范练习这在第一节课的时候是必要的，因为体育课毕竟是教学活动，相对开放的课堂，更需要规范学生的行为。另外，结合动作练习，给学生讲明哨音的意义，长音表示什么，短音表示什么，长短音结合表示什么，也可以用哨音指挥学生的动作。简单动作练习和哨音意义的讲解，将会为将要开始的室外课做好准备，因为学生已经懂得了最基本的要求和行为方法。

一年级体育跑的教案篇四

有些班级队伍总是站不好，安静不下来，特别在室外就象放飞的鸟儿。老师上课发脾气，对于孩子们来说也许只能镇住几分钟，一会他们又忘记了，玩得忘乎所以。实践教学更需要的是经验和方法，一个老师的人格魅力并不是在于这个老师多么严厉，有多高的学历，关键在于如何教书育人，如何传授知识，能够寓教于乐，让学生轻轻松松学到知识。平时我试着去接触和了解孩子们，试着走进孩子们的世界，希望可以更利于自己的教学。

发现学生上课认真了，按照老师要求做了，哪怕是队伍排好，并且安安静静了，这一天我的心情都会很好。孩子们哪天疯玩，不听指挥了，我也会失落一整天，不知不觉心情起伏受

学生上课的态度和效果影响。今天上一年级1、2班的课，孩子们排队集合比以前有进步，我心里就很高兴。特别是立定跳远考试的时候一2班胡嘉俊小朋友跳出了155厘米的成绩，离满分156厘米只差1厘米了，不知为什么我很高兴，很自豪。相信只要稍微指导和训练一下，这个孩子就可以跳出满分的成绩，毕竟很多高年级的同学还达不到这个成绩。一个班级还是有很多人才的，需要老师用心去发现。有的孩子擅长画画，有的孩子有语言天赋，有的孩子擅长体育运动，还有的孩子擅长音乐，人有所长，尺有所短，这就需要我们老师用发现的眼光来看待每一个孩子的闪光点，能够因材施教。不能总是盯着学生的缺点不放，扼杀了孩子们的天性和特长。

查询了一些关于孩子们心理特点的书刊，发现网上很难找到关于小学一年级体育教学的`视频，发现体育课相比英语，语文等等其他学科已经落后了，关于体育类教学的参考书和教学碟片太少了。正是因为体育教师之间的经验交流太少，才导致体育教学相对其他主科的停滞和发展不前。希望自己能够在经验教训中积累和沉淀，在教学中迅速成长，能够获得长足进步!为推动小学体育教学的发展献出一份力量!

今天的少儿是未来国家的栋梁，他们今天的素质就是明天的生产力、科研能力、战斗力，因此我们应充分发挥体育的教育功能全面发展提高少儿素质，这就成为一项具有战略意义的重大课题。体育课，你上的怎么样?晒课网，随时等待你的点击，帮你提高工作生活的水准，涂写自己更好的人生!

一年级体育跑的教案篇五

体育课是向小学生传授体育基本知识、掌握技能、培养学生基本运动水平的一个重要渠道，也是小学生提高身体综合素质与健康能力、提高身体健康水平的一种基本形式。其教学的形式与方法具有多样性，为此，加强小学一年级体育课的常规教学，就成了我在体育教学过程中面临的一项首要任务。现就本人在一年级体育课的教学基本情况作如下几点反思：

尊重学生个性，创设良好锻炼环境，在自主、合作、探究中学习”“重视学习过程和方法的指导”，认真贯彻新课程理念，切实在体育教学常规中贯彻新课标理念，使之成为我在教学实践中的主要任务之一。为了培养学生们都拥有着良好的身体素质，让大多数学生在课堂中主动热情，学习中充满自信，在课堂教学我努力让教学充满活力，增进课堂气氛和谐，真正做到师生关系融洽，学生乐学、爱学、好学。下面就教学工作浅谈几点反思：

一、明确目标，让教学实践不盲目。

一年级的体育课，是她们体育兴趣培养阶段的关键时期，也是性格形成期，我们应当通过体育教学培养学生良好的性格，培养她们对体育的广泛兴趣，增强小朋友们的和谐相处和积极进取的良好意识。在体育教学中要把握学校体育工作的总目标，明确本学期学校体育工作阶段性目标，严格按照体育教学常规执行新课程教学目标。只有明确以上三个层面的目标，在体育教学中才能做到既抓好常规教学，又有效开展特色体育教学。在常规体育中创新教学方法，挖掘学生的运动潜能，培养学生好学、勤练的能力，并给学生营造合作学习的健康氛围，使体育课真正起到促进学生健康的作用，真正提高学生的综合体育素质。

二、科学安排课程资源，让学生健康起来。

作为一年级的体育教师，在体育常规教学中，要努力学习掌握多种体育锻炼的方式方法，运用良好的锻炼手段，培养学生活跃的思维、健康的身体，良好的运动技能等。使她们在体育学习过程中，提高自己的身体机能、健康心理，获得成功和愉快的体验，使他们能热爱体育，增强自尊心和自信心。

小学生正处于身体发育阶段，其骨骼硬度小，韧性大，易弯曲变形；肌肉力量小，耐力差；心率快，肺活量小，负氧能力差，易疲劳。体育教师在体育课教学中要根据学生的特点，

科学用好教材资源、利用体育器械资源、捕捉课堂特色。特别是在关注学生个性健康成长方面，要真正开展一些有利于学生身心健康成长的教学活动，使学生在练习时，真正掌握相关教学要求和目标，例如：有的整套动作做得好，有的某一环节做得很棒，有的提出的问题特别有思考价值，有的出现错误带有普遍性等，这些都是我们开展体育运动需要关注和用心并加以利用。

三、抓好常规教学，使学生真正提高素质

在一年级的体育教学中，低年级的小学生，理解能力和应用能力都比较差，在体育教学过程中，要避免长篇大论，才能把学生有效的集中注意力集中起来，如果仅仅是只强调“说教”是不科学的，还必须同“爱好”结合起来，通过体育游戏等趣味活动来启发学生理解教学内容，做到潜移默化。在体育教学中可以大胆的利用小组活动形式，培养她们良好的性格，这对于同学们提高体育锻炼的兴趣，增强对运动技能的掌握有很大的帮助，在提高学习方法方面具有重要影响，对小学生的身心健康有着密切联系。

在新课程理念的指引下，必须科学的对待学生身体素质提高的问题，实施有效的常规教学，让学生在课堂学习中，既要尊重学生的个性运动需要，也要让学生学会体育基本技能的基本要求。要重视培养学生必要的课堂习惯、独立学习习惯、小组合作性学习习惯的养成。每一个教学活动的目标指向要清楚，过程要落实，要有实在的成效，真正让孩子学有所得。如何落实体育常规教学，是今后我在教学中一定要强化认识的方面，真正以教促思，以思促教，每反思一点，努力进步一点，引导自己不断在实践中成长。

通过抓好体育常规教学，不仅能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而且能使学生在体育锻炼中，养成良好的个性品质，更是学生的身心健康的最集中体现。一名合格的体育教师能不能上好体育

课，能不能为学生提供科学安全健康的锻炼机会，培养他们的创造力、竞争力。使学生在心理健康学习得到真正的锻炼，是最好的评价标准。