

小学体育线上教学方案 小学体育教学教案 (模板5篇)

方案可以帮助我们规划未来的发展方向，明确目标的具体内容和实现路径。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

小学体育线上教学方案篇一

1跳跃：蹲踞式跳远。

2游戏：推铁环。

1通过全程跳远练习，知道跳远有四个动作步骤，初步懂得丈量步点的方法。

2能做出完整动作，基本做到快速助跑、起跳准确有力、落地平稳，动作连贯协调。

3通过游戏，树立自信心和勇于克服困难的精神。

一、开始部分：

徒手操

二、基本部分：

1、组织学生分组做15---20米加速跑和集体做原地双脚起跳与上一步起跳收腹屈膝练习。

2、示范跳远完整技术动作，讲清其动作的四个步骤：“助跑、起跳、腾空、落地”。

3、讲解确定步点的方法，组织学生两人一组，助跑15---20米起跳，确定助跑距离和步数，调整最佳起跑点。

4、分组全程练习体会四个动作步骤，做到连贯协调，平稳落入沙坑。重点使会糖果调整步点，不断提高助跑与踏跳的衔接。

5、组织学生进行推铁环的游戏，注意安全。

1、按老师要求认真完成蹲踞式跳远辅助练习。

2、通过观察示范和听讲解，并通过反复练习，知道并初步掌握跳远的四个动作步骤。

3、仔细听教师讲解确定步点的重要性和方法。自找伙伴，两人一组互相配合，确定助跑距离和步点。

4、在全程完整动作练习中，提高助跑与踏跳的衔接连贯性，掌握屈膝缓冲落地的动作，安全地进行活动。

5、积极参与推铁环的游戏，学会推铁环的简单技能。

三、结束部分：

1、放松练习。

2、总结评价。

小学体育线上教学方案篇二

《体育课程标准》要求初步掌握基本运动技术，这是《国家学生体质锻炼标准解读》书中五六年级的测试项目。

通过教学和实践，使学生掌握立定跳远的技能和方法，锻炼

学生下肢力量，发展全身协调能力。通过练习悟出立定跳的方法与技巧。

- 1、学生初步了解立定跳的方法与技巧，发展下肢力量。
- 2、学生通过游戏悟出跳远的方法，能有效调整下肢发力与全身协调关系。
- 3、养成勤于思考的好习惯，形成良好的组织性与纪律性。

农村学校，学生基本素质都比较好，尤其力量方面是强项，但是运动协调能力较差，对于他们来说，学习的重难点就在于逐渐体会和掌握身体协调用力的技术，使身体下肢力量优势得以充分发挥，再进行动作技术指导，提高立定跳远成绩。

根据体育教学大纲和本校的实际情况我采用两组互相比赛互相监督的方法，提高学生的运动能力。

小学体育线上教学方案篇三

《阳光体育之歌》

- 1、能用欢乐、充满朝气的声音学会演唱《阳光体育之歌》。
- 2、知道《阳光体育之歌》是根据国家教育部推行的阳光体育活动推出的歌曲。并了解阳光体育的相关知识。

通过歌曲的学习，能积极参与歌曲的表现。

- 1、能与同学分享自己参加阳光体育活动内容。
- 2、通过歌曲的学习和《阳光体育之歌》mtv的欣赏，让孩子们能感受到歌曲快乐的情绪，了解更多参与到阳光体育活动中的'体育活动和游戏，从而能更好的激发学生参加阳光体育活

动的兴趣。

阳光体育活动开展了近两年了，但孩子们对于“阳光体育”这个词还不够熟悉。现在上级部门要求传唱歌曲《阳光体育之歌》，教育部推广第三套广播体操，又赶上第二届阳光体育长跑活动启动之时，于是，我把这首歌曲的教学插入了音乐课堂。为了方便学生的传唱，根据学生的基本情况我降低了难度，只教学了歌曲的第一声部。

由于第三套广播体操中的《七彩阳光》所用到的旋律正好是《阳光体育之歌》，于是，我就以欣赏《七彩阳光》导入“阳光体育活动”的介绍，进而导入歌曲mv的欣赏，激发学生学习的兴趣后开始歌曲的教学。再以“你唱歌，我表演”的形式进行音乐课与体育课的整合，让学生对歌曲更加熟悉，同时，也巩固了刚刚学习的广播体操。最后以“阳光体育活动”的“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”口号，让学生伴随着《阳光体育之歌》走出课堂，进行自己的阳光体育活动。

学会演唱《阳光体育之歌》

1、学生准备歌谱

2、教学课件、《七彩阳光》视频

一课时

一、播放《七彩阳光》视频，学生进教室

二、谈话导入：

2、同学们平时的体育锻炼除了做操以外，还参加过哪些体育活动或是体育游戏？

3、小结：其实，除了同学们刚刚所参加过的体育活动，同学们现在在大课间操时所跳的集体舞、咱们学校举办的趣味运动会都是源于一个活动，它就是国家教育部推广的“阳光体育活动”。

三、了解“阳光体育活动”

1、什么叫“阳光体育活动”呢？（课件显示）

2、让咱们一起来喊喊“阳光体育活动”的口号“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”

四、学唱歌曲。

听赏《阳光体育之歌》

1、这首歌曲的旋律，你们听过吗？它就是《七彩阳光》的背景音乐，你们想学吗？

2、再听歌曲，体会演唱的情绪。（欢乐，充满朝气）

3、读歌词，体会词意，记忆歌词。

4、听老师范唱歌曲旋律，注意节奏（歌曲中的弱起部分）。

5、跟琴用“la”模唱

6、师生接唱，师指导有困难的地方。

7、师范唱歌曲，生做口型，熟悉歌曲前两段。

8、学习结束句的演唱。

9、生完整的唱歌曲。

10、生完整的听歌曲，再次感受歌曲。

11、生完整的表现歌曲。

五、我唱歌，你表演

师：刚才同学们都说到了这首歌曲是《七彩阳光》的背景音乐，那么，现在咱们一起来边唱边来做第一节伸展运动和最后的调整运动合一合，好不好！

六、快乐结束，阳光继续

1、同学们，你们今天有哪些收获？

2、让我们再一次说出阳光体育的口号“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子！”希望每一位同学都能积极地快乐的参加体育锻炼，有一个健康的体魄。

3、现在，让我们在歌声中走出教室，进行我们快乐的阳光体育活动吧！

学生出教室。

小学体育线上教学方案篇四

1、队列队形：立正、稍息、集合、解散；2、游戏；快快集合。

1、通过本次课的学习使学生基本掌握整队的方法和要领。

2、培养学生身体的.正确姿势，发展空间体位感觉。

3、培养学生的纪律性，组织性和集体主义精神。

（一）准备部分

课堂常规：1、体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。2、宣布课的内容和任务。

准备活动：1、小游戏：“抓人”2、做二到三节简单徒手操。3、专项准备活动。

（二）基本部分

1、队列队形立正、稍息、集合、解散：重点；挺胸抬头。难点：腿要伸直直，体要正动作要迅速。

2、游戏：快快集合。

规则：1、必须按信号散开，集合站队时要迅速。2、分散和集合队伍时不准堆人，拉人，冲撞他人。

（三）结束本分

1、放松活动：四肢放松、伸懒腰2、总结本课情况3、宣布下课。

组织：自由站立。

教法：简述方法，师生同练。

要求：动作轻松、自然。

小学体育线上教学方案篇五

1、锻炼幼儿的跳跃和奔跑能力，培养幼儿反应能力及对物品的辨别能力，提高动作的灵敏性和协调性。

2、培养幼儿参与体育游戏的兴趣，团结友爱的精神和集体荣誉感。

通过游戏发展幼儿的腿部力量、身体协调能力。

短时间内让幼儿辨别物品的能力，并让幼儿说出物品在生活当中的作用。

纸杯、矿泉水瓶、包、面巾纸、扑克、铅笔、苍蝇拍、电话、圆珠笔、钥匙、电池、书、本、充电器、手机、网球拍、乒乓球拍、乒乓球、算盘、玻璃杯、宽胶带、夹子、钢笔、橡皮、烟灰缸、纸篓、手巾、网球、网球拍、墨汁、墨水、奖杯2个。

(一)组织活动

1、准备活动，做游戏“贴膏药”目的：让幼儿充分活动开身体的各个关节，避免运动损伤。

2、幼儿分成人数相等、实力相当的两组

(二)讲解游戏规则

游戏规则：

起点到终点的过程中，有黄线、红格子、和粉格子连接，教师吹哨游戏开始，每个幼儿从起点出发，看到黄线跑步、红格子单脚跳过、粉格子双脚跳过，到达第一个宝盒前，拿一个纸条打开看上面写的是什麼，在跑到宝箱前取出“宝贝”按原路跑回起点(同样是黄线跑、红格子单足跳、粉格子双足跳)。到达起点后配班老师拍打下一名幼儿开始进行，进行完的幼儿站在每排的排尾，全部进行完后看那组小朋友快并先完成比赛，每组小朋友都要展示自己的宝贝，并说出自己取回来的“宝贝”其用途和作用。老师出示奖杯并颁发给幼儿，先进行完的`颁发优秀团体奖，后完成的颁发团体优秀奖。

小朋友们都非常的聪明也都通过自己的努力把“宝贝”取了回

来，并且都说出了它们的作用，大家都是好样的！

(三)活动延伸

- 1、培养幼儿的运动兴趣，使运动贯穿于一日生活中。
- 2、使幼儿认识了更多的生活日用品，在日常生活中会更加自如的使用，培养幼儿的识别能力。