

最新体育标准教案(实用5篇)

作为一位兢兢业业的人民教师，常常要写一份优秀的教案，教案是保证教学取得成功、提高教学质量的基本条件。优秀的教案都具备一些什么特点呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

体育标准教案篇一

考试方法：考试时考生须穿着不透明泳装并佩戴泳帽，可选择佩戴泳镜，禁止携带游泳辅助设备（如手蹼、脚蹼、泳圈等）进入考点。考生在泳池出发端水中出发，出发前保持身体触壁并处于静止状态，听到“出发”信号后蹬离池壁开始游进。

出发15米后身体必须有一部分露出水面，考生须在规定的泳道保持连续游进，途中不得脚踩池底、扒扶池壁或水线。转身时允许身体任何部位在水上或水下触及池壁，用脚蹬离池壁继续游进，转身动作须连贯，不得停顿。

游至终点时，身体任一部位触及池壁即为完成考试。考试时当场报出成绩并予以登记。考试中出现以下三种犯规情况之一，成绩无效：游进和转身时身体任一部分触及池底；游进和转身时扒扶池壁或水线；越过水线或妨碍他人。

体育标准教案篇二

1、教师教学能力（35分）（1）教学准备（6分）

目标明确具体，切合实际；教学重点突出、教学步骤与时间安排恰当；场地器材分布合理。

（2）教学方法（8分）

讲解简明扼要、术语准确，口令响亮清楚；示范动作正确、站位适合；培养学生举趣和能力措施有效。

(3) 教学组织 (6分) 课的结构严密紧凑；教学组织形式合理；队伍的安排与调动得当；安全措施落实到位。

(4) 教态仪表 (5分)

着装整齐、端庄；教态和蔼可亲、严慈相济；对学生具有良好的影响。(5) 辅导帮助 (5分)

保护帮助得法，纠正错误得当有效，辅导方法合理有效，对学生耐心细致。(6) 思想教育 (5分) 结合课的内容，从学生实际出发进行思想教育；注重发展学生的个性，激发学生的积极性；能抓住偶发事件正确教育引导。

2、学生掌握三基的程度 (20分) (1) 新授教材 (10分) 完成动作35%-45%。(2) 复习教材 (10分) 完成动作55%-65%。

3、学生表现 (25分) (1) 学习态度 (15分)

注意集中，主动积极，自觉锻炼，遵守纪律，听从指挥。(2) 意志情绪 (5分)

具有进取精神，勇于克服困难，努力完成任务，情绪饱满。

(3) 师生关系学生间关系 (5分) 师生关系融洽，同学间关系互相协作。

4、各项生理心理负荷 (20分) (1) 生理负荷 (7分)

生理负荷的量度与生理负荷过程合理。(2) 心理负荷 (6分) 心理负荷变化曲线合理。(3) 课的密度 (7分)

课的一般密度合理，练习密度25%-40%。

（三）评课的方法

课堂观察法：教师在听课过程中，观察学生在课堂教学中的参与程度，同时记录教师对教学的组织，把评课的重点落成学生身上。

反思讨论法：课后由施教者围绕教研活动的主题方向，对自己的设计意图、教学过程进行反思性自我评价，然后听课者讨论评价。一方面帮助施教者总结提高，另一方面为听课者提供讨论内容，引发思考。

小组评议法：把听课教师分成小组进行听课，课结束后按组讨论。分组评议面广，议题多，既可对照课堂记录进行适当的量化，也可根据观察记录评点，全面解剖或微格分析。在评议中启发内省，在内省中强化提升，最终获得规律性的认识。各小组的评议意见要列表汇总，上交市或县教研室，由主持者对其归纳整理，提出指导性的意见，并反馈到施教者和听课者，这样的评课才能真正做到有利于教师的发展。

总之，在体育教学实践中，应充分应用听课、评课，不断总结经验、提高效益，使其在实施素质教育、课程改革过程中发挥更大的作用，达到交流经验、集思广益、取长补短、共同提高的目的。

体育课，听评什么？

在很多学校的体育课程听课评课中，往往只从教师一方面进行分析、评价，忽视了以学生为主体，场地器材的合理运用等方面的分析评价，这样很难准确、科学、全面地对一堂体育课进行衡量。如果不注意这一点，既可能影响听课评课的效果，还可能对教师产生一些误导，影响教学质量的提高。那么，在体育课的听课评课过程中，首先就应明确体育课，到底应该听评什么，也就是说，听课评课的内容包括哪些方面。

依笔者所见，具体说来，一堂体育课的听课评课必须综合以下几个方面进行。

（一）教师方面

首先看教师的教学目的是否明确，是否符合课程标准和教材的要求，教案的编写是否清楚，是否切合学生生理和心理的实际，是否将传授体育知识、技能、技巧、启迪思维以及进行思想品德教育三者有机的结合起来。

其次看教学方法的运用，是否灵活合理，课的结构安排是否恰到好处，此外教学过程中的讲解与示范、保护与帮助、防止与纠正错误动作、运动量和运动密度的控制，都应是分析评价体育课的内容。

再次应看教师的仪表和行为。教师是否服饰整洁大方、举止从容镇定，语言表达生动形象，吐字清楚、准确、富有启发性，是否具有鲜明的个性特征；上课是否充满信心，是否正确运用口令和手势；一位好的教师要能做到严而不死、活而不乱，既能让学生感到教师的威严，又能体会到教师的亲切。

（二）学生方面

学生是学习活动的主体。教学效果的优劣，主要看课堂上是否充分调动了学生学习的积极性，发挥了学生的主体作用。评课时必须给予高度的重视。

首先应看学生上课过程中是否有浓厚的学习兴趣。这可从学生的精神是否振奋、精力是否集中、学习氛围是否活跃、是否遵守纪律、听从教师指挥等方面进行听课和评课。

其次要看学生课堂中是否积极思维、主动思考和探寻问题的答案。学生与教师之间的关系是否融洽，学生之间是否团结协作，再要看学生掌握“三基”的程度。

（三）教学内容方面

体育课的教学，通过教师的教、学生的学，以达到启发学生的思维、娱乐学生身心的目的。但要使学生接受知识、积极思考、自觉练习教学中所传递的内容也是十分重要的。一堂好的体育课，所传授的体育基础知识必须是先进的，科学切合学生实际的教材的搭配组合、教学内容的选择与安排必须以教学大纲为指南。组织的好的教材内容，不仅能发展学生的思维，而且学生学起来也容易理解、掌握和应用。

（四）场地器材方面

许多听课评课在这方面更是不够重视，或者根本就忽略了这方面。诚然，不少学校场地器材已基本完善，但是也有大量的农村学校的场地器材无论是数量还是质量都还远不能达到要求，在这种条件下进行听课和课后评课，更应视这方面的分析评价，主要应看教师因地、因时制宜，充分运用现有场地器材的能力，以最大的可能发挥有限场地器材的作用，学生分组轮换，器材分配是否合理，还要看教师使用器材替代物的情况如何。只有这样才能鼓励教师想方设法在场地器材不完善的情况下，发挥自己的主观能动性，积极创造条件，搞好体育教学。

综上所述，笔者认为要科学地听好、评好一堂体育课，既要看教师的主导作用与学生的主体作用，也要看课的内容安排是否适度，课的结构是否合理，是否能够充分运用场地与器材，以及一堂课运动密度、运动量大小等方面。以引导参与听课评课的教师通过听课评课去发现一堂课的成败得失，使教师能不断改进教学，提高教师的教学水平和课堂教学质量。

教研员如何评体育课的若干问题分析

评课是对体育教育目标、各项教学指标完成的程度、水平、状况各方面做出价值判断，是对体育课堂教学效果的信息反

馈。它涉及到体育教师的教育思想、教育观念、教学方法、教学行为的全过程，以及学生运动参与，运动技能（技术），生理、心理健康和社会适应等多方面因素。针对这些因素，结合课程改革，作为经常对体育教学进行评价的一线教研员，有必要对评课中若干问题进行分析与探讨。

（一）评课的原则

1、导向性原则：任何体育教学都是因学习目标不同而设定体育课类别的，例如，考核课、展示课、评优课、交流课、研讨课、常规课等。因此，我们评课时，不能仅仅只是针对“体育课”三个字而言去进行评价，而更深层次的则是针对教师设定的体育课类别，带有一定导向性的评价。按照教学类别去评方案的设计、修改、实施，完善体育教学活动的全过程。

2、客观性原则：任何评课，都是为了提高教师综合素质，帮助教师认识教学过程中某些不足和问题，指出优点、亮点和提出改进方法，最终达到提高体育教学质量的目的。因此，在评课过程中，都应针对教学效果的完善和提高，客观地去进行评价。

3、策略性原则：课程改革的重要思想之一就是“以人为本”。如何把握《体育与健康课程标准》（以下简称课标）对教学过程的评价尺度？也就是“人本”和“文本”及其关系的体现（人本即以人为本，文本即以课标、教材为本），是需要评课者依据事件过程的本身，结合其纲领性文件的标准去进行评价，使上课教师心悦诚服地接受评价和指导，才是策略性原则的具体体现。

4、思想性原则：任何体育教学活动的尤其成功，都能体现一种与时俱进的教学思想，没有教育思想指导的体育教学活动是没有灵魂的体育教学。《课标》所体现的教育思想，核心就是“健康第一”。只有深入理解、准确把握其核心所在，

才会评出具有驾驭体育教学活动能力的优秀教师的可能。

5、主体性原则：任何体育教学活动的主体都应该是学生。学生在课堂上乐学、好学的体现不是指某个学生、某部分学生某个方面的发展，而是要体现全体性、全面性、层次性的体育教育全过程。因此，对那些不能体现教学主体，搞选拔甄别、运动训练式的体育课不应该评为好课。

（二）评课的要求

1、理论为先导：任何体育教学活动成功的范例，都是理论与实践结合的经典之作。任何一位有教学指导能力的体育教师，也一定是有着厚实的理论功底。体育教学只有在先进的理论指导和依托下，各种教学方法、形式、手段、器材、设备才有可能不断创新、不断发展、不断进步，体育教学的质量才会不断提高。

2、《课标》为依据：任何体育教学过程的评价，都应该依据《课标》。这是专家们依据国家教育方针和相关的法律、法规，利用现代先进的教育理念而为本学科制定的纲领性文件，是使具体教学活动能进行对照的标准。因此，评课人员除了对教学的全过程有一个清晰的认识以外，还应对《课标》精神掌握得比较透彻。

3、研究为基础：任何体育教学的成功，都是在不断思考、不断的研究过程中完善的。只有深入调查，研究学生和教学器材，认真钻研教材、教学法，才有可能研制出好的教学方案。那些靠排课、练课的形式把自己的方案强加于学生，是绝对不可能展示教学风采的最佳效果的。只有师生双方的心灵和智慧进行沟通和碰撞，才能使教师在体育教学过程中达到游刃有余的境地。

4、条件要正视：我国地域辽阔、层次多、差距大、发展不平衡。因此，体育教学过程是不能一概而论的。要正视不同地

区、不同学校各方面条件的制约，要鼓励因地制宜、因“材”（器材）施教、因人而异的体育教学格局的存在。既要鼓励设备和条件好的学校创建特色，也要鼓励设备条件正处于发展中的学校上好体育课。

除此之外，评课的人还应注意做好五个结合，即严谨治学与热情鼓励相结合，科学研究与辅导交流相结合，实践运用与理论指导相结合，全面评价与分段指导相结合，改革创新与规范实施相结合。

（三）评课的内容与方法 评课之前，至少应做好三个方面的工作。一是听取授课教师课前介绍课的设计与实施意向。如果听得不明确时还可以询问，实际上就是在听课、评课前做一些调查工作，多掌握一些信息。其次是查看授课教师的教学方案。如：目标明确、教材搭配、场地布置、教具运用、运动负荷、重点难点。其三是记录。有经验的教学评价者，常常是边听、边看、边记。三项工作在听课之前完成已构成对教学活动的初步认识了。如何听课、评课呢？我们认为也有“听”、“看”、“记”三个方面。

1、“听”：重点和难点简明扼要，讲解和示范精练准确，学生和教师互动活跃，形式和内容完整统一。

2、“看”：教学设计的科学性，教学常规的规范性，教学方法的创造性，教学气氛的和谐性，场地布置的合理性，器材运用的多样性，运动负荷的适宜性，保护方法的安全性。

3、“记”：高度和远度记适宜程度，组数和次数心中有数，心理和生理都应兼顾，心记、仪器记、听课记笔记。

上述十六句话代表着如何进行评课的十六个方面。当然我们应从新课程理念去理解这十六个方面。如：重点、难点已不再只是过去对知识、技能的理解，而应从《课标》中五个领域中去寻找从一个教材单元计划的深度、坡度、程度中比较；

从学生的基础、能力中去分析；从教师自身条件、专业水平、教学能力等方面去考虑。值得注意的是，我们在接受和运用“以人为本、健康第一”的新概念去评价时，并不是让我们忽视体育的学科性和科学性，而是以不同的权重、方式、内容去客观地反映体育教学实质性、本质性的教育活动全过程。

总之，评课的工作，是一个学习和指导的系列过程，这个过程就是“看”、“记”、“评”的全过程。只有经过前四步，将体育教学活动的事件，通过教育学理论的系列“加工”才可能成为最后评价结果的“优秀产品”。只有对平时体育课堂教学活动事件的“精雕细刻”，才可能使教研员自己成为一个体育教学活动的优秀评价者。

体育标准教案篇三

教学目标：

1. 知识与技能目标：了解诗歌的三美，把握作者蕴含在诗歌中的情感。
2. 过程与方法目标：学生诵读感受诗歌三美。教师指导学生讨论诗歌意象蕴含的情感。
3. 能力培养目标：新诗的欣赏方法。

教学重点：新诗的鉴赏。分析理解诗人独具特色的意象选择。

教学难点：诗的欣赏方法。

课时安排：2课时

体育标准教案篇四

随着科学技术的迅猛发展和经济的全球化，人类社会的物质文化生活水平从整体上有了很大提高，人类的许多疾病得到了根治，健康状况大为改善。但是，现代生产和生活方式造成的体力活动减少和心理压力增大，对人类健康造成了日益严重的威胁。人们逐渐认识到，健不仅是没有疾病和不虚弱，而且是在身体、心理和社会发展方面都保持完美的状态。人类比以往任何时候都更加关注自己的健康状况和生活质量。由于国民的健康对国家的发展、社会的进步和个人的幸福都至关重要，而体育课程又是增进国民健康的重要途径因此，世界各国都高度重视体育课程的改革。

《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》指出：“健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一指导思想，切实加强体育工作。”《全日制义务教育普通高级中学体育(1~6年级)体育与健康(7~12年级)课程标准(实验稿)》(以下简称《标准》)正是在这一思想的指导下制订的。

《标准》突出强调要尊重教师和学生对教学内容的选择性，注重教学评价的多样性，使课程有利于激发学生的运动兴趣，养成坚持体育锻炼的习惯，形成勇敢顽强和坚韧不拔的意志品质，促进学生在身体、心理和社会适应能力等方面健康、和谐地发展，从而为提高国民的整体健康水平发挥重要作用。

(一) 课程性质

体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段、以增进中小学生健康为主要目的的必修课程是学校课程体系的重要组成部分，是实施素质教育和培养德智体美全面发展人才不可缺少的重要途径。它是对原有的体育课程进行深化改革，突出健康目标的一门课程。

(二) 课程价值

体育与健康课程对于提高学生的体质和健康水平，促进学生全面和谐发展，培养社会主义现代化建设需要的高素质劳动者，具有极为重要的作用。

1. 增进身体健康

通过本课程的学习，学生能够提高对身体和健康的认识，掌握有关身体健康的知识和科学健身方法，提高自我保健意识；坚持锻炼，增强体能，促进身体健康；养成健康的行的生活方式。

2. 提高心理健康水平

通过本课程的学习，学生将在和谐、平等、友爱的运动环境中感受到集体的温暖和情感的愉悦；在经历挫折和克服困难的过程中，提高抗挫折能力和情绪调节能力，培养坚强的意志品质；在不断体验进步或成功的过程中，增强自尊心和自信心，培养创新精神和创新能力，形成积极向上、乐观开朗的生活态度。

3. 增强社会适应能力

通过本课程的学习，学生将理解个人健康与群体健康的密切关系，建立起对自我、群体和社会的责任感；形成现代社会所必需的合作与竞争意识，学会尊重和关心他人，培养良好的体育道德和集体主义、社会主义、爱国主义精神学会获取现代社会中体育与健康知识的方法。

4. 获得体育与健康知识和技能

通过本课程的学习，学生能够掌握体育与健康的基本知识和运动技能，学会学习体育的基本方法，形成终身锻炼的意识和习惯；学生可以根据自己的兴趣爱好和不同需求，选择个人喜爱的方法参与体育活动，挖掘运动潜能，提高运动欣赏

能力，形成积极的余暇生活方式；学生可以提高体育运动中的安全防范能力，获得在野外环境中的基本生存技能。

二、课程基本理念

-123-

体育标准教案篇五

一、活动目标：

- 1、能立定跳远（双脚立定跳出一定的距离）。
- 2、初步学会与同伴游戏。

二、活动准备：

- 1、在场地上画上数量不少于幼儿人数的荷叶，荷叶的大小、距离视幼儿能力以及场地大小而定，荷叶中画一小圆。
- 2、自制荷叶若干。

三、活动过程：

- 1、“夏天到了，荷叶长大了，小青蛙出来跳荷叶玩”的情节引出。
- 2、幼儿两人一组，自由选一荷叶站立。一人跳。另一人数所跳荷叶的数量。
- 3、游戏开始，两人相对拍手说：“小青蛙，本领高，可是从来不骄傲；跳得远又准，多把害虫捉。你来跳，我来数，互相帮忙齐进步。”一幼儿随即从原来站立的荷叶想另一荷叶跳（立定跳远），另一幼儿数，当跳完五片荷叶后，就可到老

师处领取一朵荷花作为奖励。然后，两个幼儿互换角色玩。