

# 最新小学体育说课稿(实用7篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 小学体育说课稿篇一

尊敬的各位评委老师：

大家好！今天我说课的内容是

本节课我分为说教材、说学情、说教法、说学法、说教学程序等五方面进行说课。

### 一、说教材

1、教学内容：原地投掷垒球 游戏：击木柱

2、教材分析本课教学内容是全日制九年义务教育小学《体育与健康教学大纲》及基础教育课程改革目标新授教材。掷垒球是田径运动中的投掷项目，也是现代小学运动会的比赛项目之一。通过教学，培养学生形成正确的身体姿势，发展学生的速度、力量、爆发力、柔韧性和协调性等身体素质；逐步培养遵守纪律、尊重他人，团结友爱等集体意识和良好作风；形成勇敢、顽强、克服困难的优良品质；同时进一步提高学生的身体健康和心理健康水平；增强学生的社会适应能力，养成坚持锻炼身体的好习惯。

3、教学目标新课程体育教学的总目标是以“终身体育”与“快乐体育”为指导思想，注重培养学生的终身体育意识，使学生在快乐中掌握锻炼方法，参加锻炼，增强体质。

(1) 认知目标：通过游戏，初步了解和掌握原地投掷垒球的一些方法，并在游戏的过程中学会与他人合作。

(2) 技能目标：经历游戏活动的过程，掌握原地投掷垒球的基本动作，发展投掷能力。体验那投掷活动的运动乐趣和方法。

(3) 情感目标：培养良好的合作精神与创新意识。

4、教学重点、难点根据新课标的要求，教材内容特点，结合学生的实际情况。本节课的教学重点是：体会两腿用力的衔接和向前送髋的动作，掌握良好的用力顺序和正确的用力方向。教学难点是：用力均匀程度，动作协调连贯。

## 二、说学情

1、有利因素小学三年级学生个性天真活泼、好动，而且兴趣广泛，其模仿能力及对新鲜事物的好奇心较强。所以在本课教学设计中，根据小学生的心理和生理特征，我采用以游戏练习为主线，注重诱导、启发，鼓励学生发挥想象，大胆创新。

2、不利的因素是由于一部分的学生已是掌握了一定的技能基础，但是学生的心理素质很不稳定的，容易产生满足而导致厌学的倾向，对于学习新的技术动作带来了一定的阻力。因此，在教学时采用形式多样的教学方法来激发学生的学习兴趣，为下一步学习新知识，奠定了良好的基础。

## 三、说教法

为了营造一个良好的、生动活泼的学习氛围，最大的限度就是发挥学生的主体作用和教师的主导作用。教学中我以游戏贯穿整个教学过程，以活跃单调无味的课堂气氛，同时结合讲解示范法、分组练习法、游戏竞赛法、情境教学法等多种

教学方法交叉使用。以培养学生勇于创新、敢于进取的学习精神，充分调动学生学习积极性，重视学生成为学习的主体、认识的主体、发展的主体，注重体现教与学合理的运行机制，从而达到掌握技能和锻炼身体的目的。

#### 四、说学法

在教学过程中，通过教师引导、启发、学生进行自主练习，使学生动手、动脑、充分发挥学生的主体作用，在学生自主学习的同时，相互交流，讨论探究，再结合师生之间，生生之间的评价，激发学生在学习中建立自主创新意识。

#### 五、说教学程序

本课是根据人体生理机能活动的变化规律，再结合本课的任务和小学生的心理需求，把本节课要学习的内容贯穿于游戏中，使课堂的气氛活跃起来，提高学生的学习兴趣，从而达到良好的教学效果。本一节课我分为：开始准备部分、基本部分、结束部分三个部分进行教学。

##### （一）开始准备部分

##### 1、 课堂准备活动

2、 准备部分：掷纸飞机。学生动手制作纸飞机，在场地上放飞纸飞机，展示自己制作成果，同时为基本部分中的“采蘑菇”游戏作铺垫。这一节约为8分钟左右。运动强度为“中”（为学生创造快乐愉悦的活动氛围，提高学生对体育活动的兴趣）

##### （二）基本部分

这一部分是课的主体部分，是解决教学重点与难点的关键，是“教”与“学”的重点，要充分发挥学生的主体地位，给学

生充分的学习时间与空间，让学生在学中乐、乐中学，从而达到锻炼身体的目的。本课主要是采用了以下的`几种方法进行教学。

1、通过语言的提示与诱导，可以让学生把纸飞机想象成为垒球，相互间进行抛接性的练习。培养学生应变能力和敏捷的视力，激发学生勇于创新，不断进取的探索精神。

2、 让学生自主建立友伴，引导，启发学生创想多种抛接方法。为学生创造一个能展现自我风采的舞台，同时也给学生提供了一个相互交流学习的机会。

3、把全班同学分成四个小组进行“击木柱”比赛，在一定时间，以击中数量多的一组为胜，此游戏有利于调动学生学习的积极性，提高教学效果。

4、“采蘑菇”我们是建设者，为了把我们的祖国建设的更加美好。课堂上组织同学们扮演“采蘑菇”的角色。现实生活中，由于人们不爱护自己的生活环境而随意乱扔垃圾，把我们美好的家园环境破坏了，于是人们的生活周围也笼罩着一层又一层的环境污染的面纱……。为了防止我们的地球环境急剧恶化，我们每个人要踊跃地加入到“采蘑菇”以及捍卫地球的行列中去。树立起同学们爱护环境、保护地球的决心。这一环节约为28分钟，运动强度为“强”。

### （三）结束部分

1、 为了恢复学习的心理和生理的负荷，我们要通过熟悉的音乐和轻柔的舞蹈动作进行放松，让学生在轻松愉快的气氛中完成本课的学习。

2、 小结：总结本课的优点、缺点，以表扬为主。

3、 收还器材。这一环节约为4分钟左右、运动强度为“弱”。

## 小学体育说课稿篇二

本节课出自未来出版社出版的小学体育水平三第六章第二节。

1、本节课分三个部分内容，分别是：1、抢断球游戏 2、运球、传接球游戏 3、运球、投篮游戏。

2、本节课联系了小学五六年级学生的特点和学生的身心状况，为以后进一步培养学生对篮球运动的兴趣具有重要意义。

根据新课标与新课改的要求，本着“健康第一”的指导思想我特制定如下教学目标

1、参与目标：提高学生对篮球运动的认识，培养学生积极参加篮球运动的兴趣。

2、技能目标：能用掌指部位做出正确的持球动作，掌握双手胸前传球的方法。发展学生的上肢特别是手指手腕的力量，使学生能自主学习与锻炼。

3、身体目标：通过运球练习提高学生的灵敏、协调素质。

4、心理目标：通过各种形式的运球、传球练习，培养学生吃苦耐劳精神、互相合作的人际关系，增强学生的自尊心和自信心。

对教材进行了分析并且了解了教学目标之后，那么就不难理解本节课的重点与难点。

本节课应当把激发学生的学习兴趣，调节情绪，提高学生的交往能力，与他人友好相处，团结协作注意学习球出手是翻腕、拨指的动作作为教学重点。在小篮球活动中培养学生对运动能力弱者的尊重与关爱注意传球时协调用力的方法是本节课的教学难点。

水平三的学生正处于身体素质发展的“敏感期”和生长发育期，可塑性大，好胜心强，勇于克服困难，喜欢玩球和参加活动性的游戏。所以在教学过程中应选择适应他们生理和心理特殊的教学方法和手段，以培养学生的独立性和自觉性，激发他们在练习中去思维，去发展他们的体能和智力。

### (1) 有利因素

五年级学生比较好动、活泼、好胜心强，求知欲望高，只要引导得当，学生的学习积极性和主动性就容易实现。

### (2) 不利因素

五年级学生有意注意力集中较差，依赖性强，缺乏合作精神等不良心理倾向，在教学中我采用趣味性、多样性的教学方法吸引学生，还要多表扬、多鼓励学生，培养学生的积极性和团结合作的意识。

那么，究竟应该怎样来完成本节课的任务呢？下面说一下本节课的教法和学法。

1. 常规部分和热身部分：教师主要采用引导、示范法。学生主要采用观察法、模仿练习法。

2. 学习和活动部分：教师主要采用讲解示范法、分解练习法、游戏与比赛法、纠正错误法、评价法。学生主要采用观察法、模仿练习法、团体评价法。

3. 放松和结束部分：教师主要采用引导示范法、评价法，学生主要采用观察法、模仿练习法。

### 1. 整体把握，感知篮球传接球技术

本课一开始，我用两句精彩的导入语引入，直插课题，引导

学生看有关篮球运动的图片和视频看——姚明的接球动作和麦迪的传球动作，利用学生的好奇心的特点，抓住这一小机会，引导比较“传”和“接”两个动作技术的特点，想想这个“传”的动作技术要点和基本方式。这样老师把课堂内容的展示变为一种引导，为学生的学习指明了方向，学生对“传”和“接”在大脑中建立了初步的概念。

## 2. 热身准备，专项引入

体育运动需要人身体机能状态和心理状态进入相适应的运动状态，才能保证练习的安全和质量。利用游戏《反口令》调动学生的思想注意力，刺激大脑神经中枢，为心理状态着准备，游戏《各种图形跑》让神经中枢逐渐兴奋起来支配身体机能达到热身效果。（通过学生的面部表情和脉搏观察学生）同时在跑步过程中运用《叫数抱团》的游戏对学生课堂教学听课的习惯提出要求和训练。在达到基本热身效果后，进行有针对性以上肢关节为主的徒手操练习和各种玩抛球篮球等活动，为篮球传接球专项着准备。

## 3. 重点指导，以目标达成促练

同学们在玩篮球练习中与篮球交上朋友，我首先让学生两人一组，划定距离练习怎样把球交给同伴的体验活动。同时老师也与孩子们一起学习，去享受运动的快乐，我采用“引”的形式，根据低年级学生以身体运动能力的特点，用多媒体课件展示多种传球的方式，正面双手、单手、勾手，侧向，反弹球，地滚等，再配上动听的背景音乐，它们给孩子以强烈的感官刺激，使之对篮球传接球技术动作有了直观形象的认识，主动积极参与运动的感觉油然而生。

此时我注意调控课堂，有意识地引导孩子们一边看，一边自发地鼓掌，他们可能会情不自禁地赞叹：“好帅哟！”“太厉害了！”我会抓住这一契机，灵活驾驭课堂，。老师立即带学生进入情境。问学生：“你们想不想成为篮球巨星呀？”

怎么做呢？”这一问，孩子们在兴奋中更是跃跃欲试，他们想练的情趣被调动起来，这时我顺势而导，让学生把自己变成科比、乔丹、姚明，去体会感知各种传接球技术动作。让学生练好基本动作《双手胸前传接球》，再落实重难点的动作技术训练。鼓励孩子们反复的练习。孩子们虽然练了、做了，但完成的动作质量还不过高，动作不协调，于是我以实现传球到同伴手中和接着同伴的篮球为基本目标，使用会激励学生灵动的评价语让小姚明、小科比们练一练、比一比。

#### 4. 合作练习，提高动作质量

在“引”着学生练习各种传接球和双手胸前传球后，我利用小伙伴合作学习的方式，让学生自主选择喜欢的同伴，分成2-3人一组表演展示动作，引导学生模仿明星的方法，大胆展示动作并尝试着用自己喜欢的方式进行传接球，把自己在练习中领悟到的内容与技术，通过自己的动作、方式展示出来，这时课堂气氛达到高潮，孩子们会更加积极主动的学习篮球技术动作。

#### 5、以技术练习为依托，实现课课练，发展学生身体素质的训练

在一定的技术训练后学生的身体技能达到了一定的水平，正是发展和提高运动能力和身体素质的有利时机，在课堂30分钟左右，用游戏《传球比快》作为体育身体素质课课练的主要内容，发展学生灵敏、速度、协调的身体素质和传接球技能。

#### 6、放松活动

学生的运动技能已经达到了一定高度，为了让学生的身体负荷逐渐平稳的恢复到正常常态，促进身体健康发展，采用放松操，抖手脚并伴随着《健康歌》促进身体技能的放松和恢复。



最后我给孩子们留下了自主创新的作业练习，那就是自己回家同家长比一比那个传球更准。形成学生与家长之间的相互交流和沟通。这样，孩子们学校、家庭、社会都能得到发展的机会，能较好地激发学生的学习兴趣，扩大知识面，提高篮球技术，更重要为孩子们的身心体育在不知不觉中奠定基础。

总之，根据《课标》精神，坚持以学生为主体，教师为主导，贯彻“以练为主”的原则，注意在体育教学与媒体运用方面形成新的整合。同时，在促进学生自主、合作、探究性学习，致力于学生学习运动技能、发展身体素质、促进健康作出自己的努力。

### 小学体育说课稿篇三

体育是学校教育重要组成部分，小学体育教学大纲中特意提出要培养学生综合身体素质，根据小学高年级学生的心理特点和生理特点，有效地锻炼身体，增强体质，小学生对体育活动具有广泛的兴趣，喜欢做游戏，愿意在教师的带领下参加集体活动。

孩子早期是否有充足的爬行训练将影响到心理能力的发展，尤其是前庭平衡能力的发展，现在学校有许多孩子都有不同程度的前庭平衡能力失调的问题，严重影响到学生的身心发展。即使是对前庭平衡能力较好的学生，爬行对上肢、腰、背肌群，对心脏、智力、视力、协调能力、心理品质等的提高都有重要的意义在此的基础上，我制定了这节课。

#### 综合素质练习

- 1 培养学生身体的协调能力，初步学习快速安全通过障碍物的技能，发展灵敏、速度 耐力 平衡等身体的综合素质。
- 2 培养学生勇敢坚强不怕困难，吃苦耐劳等优良品质。

3 培养学生集体主义和积极进取顽强拼搏精神

4 发展弹跳力及快速反映能力

学会徒手操, 培养身体的正确姿势和节奏感

每个学生能按照老师设计的路线完成任务

各节动作的准确性和灵活性。

教学难点: 爬的动作协调程度, 以及跳跃能力的提高。

讲授法, 直观教学法, 集体练习法。

符合生理特征的原则, 适应学生心理的原则, 统一性与灵活性相结合的原则

1、 准备部分: 学生成两列横队站立, 师生问好, 课堂常规的练习

2、 基本部分: 热身操是本课的导入, 在教学过程中我采取了直观教学的方法和集体练习的方法来进行热身操的练习, 同时热身操的动作有些简单、连贯、要领好记, 重点就在后面的身体综合素质练习为目的的游戏中, 目的是发展学生的腿部力量和身体的协调性。

培养学生认真练习和坚持到底的优良作风。是为了更好地提高学生的综合素质, 尤其是薄弱的上肢力量及腰背肌肉力量。一节课的几分钟爬行效果是有限的, 所以重要的是激发学生对爬的兴趣。跨过小溪, 主要是为了增强学生腿部的弹跳能力, 穿过设置好的障碍物发展身体的协调性, 把这些平时看起来, 做起来很单调的各种素质练习, 放在游戏中, 不但达到了锻炼的目的, 而且提高了学生对体育运动的兴趣, 培养他们热爱运动, 并能从中找到快乐。

3、结束部份：学生欢快地进行放松活动，学生在轻松愉快的情绪中结束本课。

田径场地 体操垫子若干 绳子若干 标志物若干 小盖章四个

## 小学体育说课稿篇四

尊敬的各位专家评委好，我是号考生，我说课的题目是《行进间运球》，我将从8个方面来说课分别是指导思想、教材分析、学情分析、教学目标、重点难点、教法学法、教学程序以及教学效果预计。指导思想：本课以“健康第一”为指导思想，以教材为依据，以团结协作为主题。大容量，高密度，小强度的教学模式。充分发挥教师的主导作用，采用多种激励手段，调动学生主观能动性，激发学生的学习兴趣，达到在‘玩中学，学中玩’的目的。

教材分析我说课的内容选自人教版小学四年级《体育与健康》教材中的第五章第二节的课程，针对行进间运球教学枯燥无味的特点，我采用游戏的方法贯穿全课，以此来激发和调动学生学习的兴趣与练习的积极性。

学情分析本课的教学对象是小学四年级学生，这一阶段的学生正处于生长发育的关键期，对体育活动有着广泛的兴趣，他们生性活泼好动，模仿能力强，好奇心强，有强烈的表现欲望，但是自我约束能力差，集体意识淡薄。

1、认知目标：知道行进间运球的动作要领，基本掌握运球动作方法，能按要求进行运球。

2、技能目标：发展同学们快速反应，灵敏协调等身体素质。90%以上的学生基本掌握行进间运球动作要领。并能大胆的向同学展示。

3、情感目标：培养同学们勇敢顽强的.意志品质和团结协作

的精神。

重点是行进间运球动作的正确性。

难点是动作协调连贯。

教法首先采用情景教法和情绪激励法，以激发学生的学习兴趣，另外还采用了师生互动教学法亲身与学生交流，这样有利于发现教学过程中出现的问题。

学法本课主要采用了自学模仿法，多球练习法和游戏竞赛法，让学生多触球，多练习。

### 环节一准备活动

集合整队、检查人数、安排见习生、师生问好。

改掉以往跑圈做操的热身方式用大鱼网这个游戏让同学们以热情饱满的状态做准备活动。游戏方法，开始时由一位同学进行抓人，抓到一位时，两人手拉手成“网”继续抓。每抓到一人“网”增加一人，直到抓完所有的人，为游戏完成。

### 环节二自由玩球

语言引导学生运用篮球进行练习，让同学们拍一拍，运一运，投一投手里的篮球。留出让学生们自由玩球的时间以增强球感。

### 环节三指导练习与改进

练习1同学们能不能用左手运球，能不能左右手交换运球，教师通过语言引导学生练习，逐渐增加练习难度。

练习2通过观察练习情况我发现同学们掌握的非常好，我又进一步提出更难的要求，两个人一组来运球来，一个同学运球、

另一个同学抢球，看看同学们如何保护好自己手里的球。

练习3巡回辅导请学生展示，其余同学认真观察找出错误的动作和正确的动作，对于错误的动作总结出重心太高、手腕僵硬等，对于好的动作鼓掌以示奖励。

#### 环节四放松

随着音乐的节奏跟老师一起做放松操。

检验学习效果小游戏“小小搬运工”对应课题回收器材。

这节课同学们表现得非常好，真棒。希望同学们课下多多练习，下课同学们再见。

#### 教学效果预计

心理状况预测：根据本课特点学生积极主动参与学习，学生的情绪高涨，并能在练习中获得愉悦的心理体验。

我的说课完毕谢谢！

## 小学体育说课稿篇五

良好的技术动作示范和详细的技术动作讲解能够在学生头脑中形成初步的技术动作印象，方便接下来的教学。

(2) 学生散开，做“原地运球比多”游戏(2次)。

组织教学：四列横队体操队形散开。

要求：听从教师统一口令进行运球，教师明确时间要求，统一计时。

以游戏的形式进行练习，可以让学生玩中练，练中玩，增强

学生的积极性和学习兴趣。

(3) 教师示范行进间运球，学生观察球的落点在同侧脚的前方。

(4) 学生自己持球向前运球走。

组织教学：四人一组，进行向前运球走。

要求：每人运球三到四次。

以分小组的形式进行本个环节，可以激发学生练习的积极性，在小组之间形成竞争，利于技术动作的学习。

(5) 学生15~20米慢跑运球。

组织教学：四人一组，慢跑运球。

要求：听从教师统一发令，跑动速度适中。

进行实际的慢跑运球，在慢速跑中逐渐体会运球动作与跑动姿势的协调配合。

## 2. 跨越式跳高

(1) 教师讲解并示范正确动作，然后强调重点、难点。

组织教学：四列横队，前两列蹲下。

要求：认真观察技术动作示范，聆听技术动作要领。

良好的技术动作示范和详细的技术动作讲解能够在学生头脑中形成初步的技术动作印象，方便接下来的教学。

(2) 学生选择不同高度进行练习。

组织教学：男女分组，设置不同高度的横杆，进行练习

要求：依次进行，注意安全。

男女分组进行练习，结合了男女学生的运动能力的实际状况，分层教学，便于体验获得成功的快感。

### (3) 检验

要求：择优讲评，互相学习。

### (四) 结束部分

1. 游戏：充气的娃娃。

教师模仿“打气”的动作，学生模仿正在充气的塑料娃娃，身体由下蹲开始逐渐“长高”。随着教师“充气”与“放气”，不断变换身体的姿态，达到放松身心的目的。

2. 课堂小结：让学生谈一谈本节课的收获。

3. 宣布下课、师生再见、回收器材。

## 八、预计负荷

练习密度：33%~40%；平均心率：128~136次/分；运动强度：中等。

## 九、场地器材

田径场、排球两个、音乐播放器。

## 小学体育说课稿篇六

运行教材是二、三年级的教学内容之一。它在人们的日常生

活、劳动和体育活动中具有很大的实用价值。它也是每个人与生俱来的活动能力。它属于田径运动范畴，是田径运动的基本项目。对提高田径运动水平和其他体育项目的发展具有重要意义。这是一种运动锻炼。在1级教材中出现，但由于学生年龄小，力量素质差，控制能力弱，对运动技能的掌握不强。本课以跑步为教材，旨在让学生通过游戏活动发现问题，提高跑步技能和动作的质量。因此，在这一阶段的跑步教学中，应在学生对跑步有初步认识的基础上，改进跑步动作，加强正确的跑步姿势，以达到提高体育锻炼能力的目的。本课是单元教学的第二课，目的是让学生了解影响跑步的因素。以跳远为辅助教材，培养学生的跳远能力，提高学生的身体素质，为今后发展终身体育打下良好的基础。

### 学习情况分析：

本课程的对象是小学三年级的学生。学生的天性是积极的。他们对体育活动感兴趣，喜欢学习别人的运动技能。但也存在着任性、小气、依赖性强、缺乏合作精神等不良心理倾向。他们的群体意识逐渐加深。除了对个人比赛感兴趣外，他们还集体比赛感兴趣。开始注意老师和学生对自己的态度。因此，在教学中根据学生的心理生理特点，采用游戏的形式，使学生能够在小组中进行协作，有效地激发团队精神和合作精神。使学生在参与活动中获得成功，体验成功的喜悦。

### 学习目标：

1. 通过模拟危险情况，培养学生勇敢前进、不怕困难的精神。
2. 使90%的学生了解影响跑步的因素。
3. 培养学生的协作能力，协调他们的动作，从而发展他们的跳跃能力。
4. 创造问题，开发智力，培养学生勇敢思考的能力。



教学重点与难点：

重点：了解步长和步频的影响因素

难点：提高学生的合作能力

教学方法：

1. 主题情境教学法：本课的主要教学方法是创设快乐岛。
2. 启发式教学法：通过游戏，提问，引导学生实践和分析，解决问题。
3. 团结教学：充分发挥学生主体地位。通过小组比赛，我们可以互相促进，互相提高，加强学生之间的合作精神，帮助学生形成集体互助意识，共同提高。
4. 直观教学法：通过直观教学，使学生更容易理解游戏方法和规则。
5. 在组织形式上，我们采取了集体与分散相结合的方式，让学生在活动中发挥更好的作用。

教学过程及教学思路：

导游组(10分钟)

1. 《快乐小渔人——准备》

(1) 集合团队，向老师和同学问好。

1. 全班分成四列。

2. 检查受训者的人数。

3. 老师和学生的问候。

(2) 创建场景，引入主题。

同学们，你们喜欢大海吗？你知道那些渔民是怎么生活的吗？老师，今天我将带你去岛上散步，玩耍，体验渔民的生活。

组织：全班分成四列。

教师活动：

1. 宣布主题：快乐的小渔夫

2. 提出了本课程的要求。

教学思路：通过情景故事为学生创设活动场景，激发学生学习兴趣。]

2. “快乐小渔夫开始”

同学们，要到达海滩，你们需要穿过危险的地形。你准备好了吗？咱们现在走吧。

组织：老师在整个班级的关系。（通过音乐，学生克服障碍）

教师活动：

1. 教师带领学生参观自然地形。

2. 老师用语言来提示学生 在山路上行走，在水沟里跳水，在悬崖上翻越。

## 小学体育说课稿篇七

各位评委各位老师：

下午好！如果用一句话表达我此刻的心情，那就是在不断地期盼中等待着，在不断地参与中感受并收获着。今天同样希望我的表现能得到各位老师的认可。接下来主要从教学背景分析、学习效果评价设计、本课特点、教学过程、安全措施等方面作具体的阐述。

1、教学内容分析：本次赛课活动的指导思想及主题是：规范课堂教学，提升课堂教学行为的有效性和实效性。因此本次课我选择的教材跪跳起是三至四年级技巧教学内容之一，动作新颖别致，有一定的趣味性，学生的学习积极性较高，容易提升课堂教学行为的有效性和实效性。本单元共3课时，本节课为第2课时。

本课重点：脚背和小腿压垫有力、屈腿上提迅速难点：收腿快，动作连贯、协调

2、教学目标：

1) 95%以上的学生能够积极加入到学习中来，大胆向同学展示动作。（运动参与）2) 70%的学生能完成跪跳起动作。发展学生腰腹、上下肢力量以及身体协调性、灵敏性。（运动技能）

3) 激发学生自主、合作、探究的热情，培养学生坚强的意志品质和团结协作、互帮互学的学习习惯及安全意识。（心理健康）

3、学生情况分析：三年级学生正处于发展身体素质的敏感区，活泼好动，善于模仿，竞争意识比较强。所以教学中我采用生动活泼的语言及教学方法，增加一些竞赛性教学环节。

4、对策分析

跪跳起学习过程中，容易出现因腰腹肌力量不足而无力跳起，

采用互相帮助互相指导的形式，分层次教学，加强练习。

1、解决重难点的辅助练习、讨论、合作交流较多，提高学生练习兴趣

2、主辅教材搭配合理，注重上下肢协调发展

3、器材运用合理

1、开始部分：通过几个铿锵有力的队形队列口令及变化，振奋学生精神，培养良好课堂常规。

2、准备部分：1)语言引导学生师生一起跳“兔子舞”，达到热身及拉近师生间的关系的目的。2)采用谈话激趣法引导学生分组讨论实践。教书师巡视的时候，寻找采用上次课学习的摆臂弹起落动作的学生进行展示，自然过渡到本次课教材。3)引导学生和老师间达成默契：口令倒计时，一起喊至时间停止！达到德育渗透目的：学会控制自己的情感，守纪律。

3、基本部分：

### （一）跪跳起

我主要从“五个一”说说我的教学过程：

想一想：

1、采用复习旧知法引导学生做摆臂弹起落的练习，体会垫上运动的快乐，也会对新知识跪跳起有所期待。学生复习完后提问：在同伴做摆臂弹起落的同时如何将彩带安全放到同伴的膝下？此练习目的是提高巩固学生的摆臂和脚背用力压垫，为完成跪跳起做好充分的准备。学生讨论、探究、合作完成。

2、应用学习新知识的示范讲解法，引导学生看图片讲解动作要领，然后完整示范跪跳起的动作，使学生记住的动作要领，

有跃跃欲试的冲动。强调：摆臂、展髋立腰、伸膝收腹、蹲立过程。

试一试：

3、看完教师的示范讲解后，学生分组尝试练习。在巡视各组练习中，以鼓励为主，适当引导帮助，运用评价法随堂口头评价，使学生更想展示自己。那么对学生呢？观看了图片和老师的示范，学生都有了强烈的自己练习的欲望（自主练习法）。

议一议：

4、分组讨论法引导学生分小组讨论学习，如何能成功跳起？学生互评。相机引导学生相互帮助合作完成（互助学习法）。

练一练：

5、学生根据同伴的展示及教师引导的合作学习，选择辅助学习的方法。区别对待学生的学习，分层教学□a能力强的自己完成□b同伴体后或体侧提臂帮助完成□c稍差点的学生采用同伴正面拉双手的方法保护帮助完成，让每个同学都能体验成功乐趣(分层学习法)。学生根据自己学习情况以及同伴的评价，在小黑板标识出自己的学习等级。充分体现新课标大力提倡的自评，互评，老师评。亮一亮：

6、分小组展示，了解学生的完成情况并要求学生说出完成跪跳起方法成功的关键。

## （二）游戏：“跪跳起接力”

学生喜欢的活动，就是汗流浹背也不会觉得累，也会去练习。所以利用游戏法设计了跪跳起彩带接力游戏。游戏本着“一材多用”的原则，主、辅教材合理运用场地器材，上下肢协

调发展。

#### 4、结束部分：

彩带的作用真大，伴随我们整堂课学习，我们得好好感谢彩带，如何让彩带轻柔自在的飞或者飘起来呢？师生共同讨论，发掘让彩带飘起来的方式方法。共同放松。

1、篮球场地大小。

2、体操垫45块。学生自制彩布条45根。小黑板及支架4块。伴奏音乐。标志柱4根。

1、课前加强安全教育，检查课上所用场地、器材是否存在安全隐患。

2、在互帮练习时，嘱咐学生力度适中，注意安全。

3、教学中注意巡视及时制止不安全动作，并提示所有学生注意。