

最新体育教案教学流程(通用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。优秀的教案都具备一些什么特点呢？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。

体育教案教学流程篇一

- 1、发展幼儿的臂力和提高有的反应能力。
- 2、增强幼儿与同伴之间的合作能力。
- 3、鼓励幼儿大胆的参与体育游戏活动。

在操场上画好端线发球区和接球区的标记，篮子、海绵球若干个。 活动过程：

- 1、教师向幼儿介绍游戏名称，并激励幼儿的兴趣。
- 2、教师向幼儿讲解《快乐发、接球》的游戏玩法：

教师将幼儿分成人数相等的两队，成横队相对分别站在两端线外，再将各队分成两人一组（让幼儿自由组合），一人发球，另一人用篮子接球，一次各队出一组，一分钟以内看哪一组接的多，分别做好记录，到最后统计，看哪一队接的球多为胜。

- 3、教师向幼儿讲解《快乐发、接球》的游戏规则：

- （1）、发球的小朋友，一次只能拿一个球，不可以一次拿多个球，发球时要发向和你一组负责接球的小朋友的篮子里。
- （2）、接球的幼儿，必须要用篮子接球，球从篮子滤过又被

弹出来的不计分。

4、教师当裁判，指导幼儿游戏。

5、刚才发球的小朋友和接球的小朋友交换任务，再次游戏。

活动反思：

第一次游戏时，幼儿在配合方面缺乏默契和技巧，发球幼儿的目标不明确，接球在幼儿不懂判断球的方向，导致失球对分，教师发现问题及时解决，在第二次游戏时，幼儿都能积累经验，让游戏顺利进行了6次。

体育教案教学流程篇二

让学生了解体育运动的不安全隐患。

20xx年4月21日星期一

1、球类运动和田径运动的不安全隐患产生的原因。

2、如何预防球类运动和田径运动的不安全因素

如何预防球类运动和田径运动的不安全因素。

讲授、讨论

一、球类运动安全

球类运动是青少年特别喜欢的体育项目，主要包括足球、篮球和排球。球类活动要求有一定的动作技术和身体活动能力，因此稍有不慎，容易引起大小不等的伤害事故，如挫伤、擦伤、扭伤、碰撞等。

1. 球类活动中有事故隐患

- (1) 动作技术指导上的缺陷和错误。
- (2) 场地设备不安全。
- (3) 动作粗野或违反规则。
- (4) 组织方法不当。

2. 事故隐患的预防

- (1) 加强思想教育，增强防范意识。
- (2) 加强活动设施建设和管理。
- (3) 做好准备活动、加强医务监督。
- (4) 加强保护措施。

不使用错误的推、拉、撞等危险动作。

使用必要的护具，如护膝、护腿、护踝等。

教给学生冲撞摔倒时的正确缓冲动作。

二、田径运动安全

1. 田径运动的伤害事故隐患

(1) 场地不平整，设施不完善，操场是学校开展体育课教学，组织广播操的主要场地，是学校开展体育活动的基础。

- (2) 活动安排不当。

(3) 学生的心理状态不良，未能及时调整。

2. 事故隐患的预防

(1) 改善和规范活动场地、加强设备的建设和维修。

(2) 教学和训练、竞赛活动必须严密组织、严格要求、严格训练、提高质量。

教师要掌握学生合理的运动量，做好运动前的准备放松。

加强纪律教育，培养学生自我保护意识。

重视课前准备。

(3) 建立运动监督制度。

学校运动场地、器械、设备等要定期进行安全、卫生检查。

损坏的场地、器械等要及时维修，维修前一律禁止使用。

教学过程应进行医务监督，防止中暑、脱水等情况发生。

三、学生讨论问题

1、运动时肚子疼怎么办？

运动时发生肚子疼，只要用手揉压一会儿就会逐渐消失的。有时不去管它，适应一会儿也会消失的，加深呼吸也可使肚子疼得到缓解。为了预防运动时肚子疼，首先要在运动前做好准备活动，不要在运动前吃得过多，更不要喝一肚子水。如果在十几分钟内不能接触肚子疼，就要停止运动，立即找医生检查。

2、鼻子出血怎样救治？

如果是由于火气过大发生鼻子流血，注意头后仰（可坐在椅子上，头后部放在椅背上）在鼻部放置冷水毛巾，并在后颈部用冷水清拍。如果在体育比赛中，鼻部受到器械碰或与他人相撞，使血管破裂，则须暂时用口呼吸，以免用鼻呼吸使出血程度加重。如果出血还不停止，可用凡士林纱布卷，塞入出血的鼻腔内，切不可用未消毒的纸巾或脏布塞入。

体育教案教学流程篇三

体育课堂常规

启发式教学

1. 通过讲授, 使学生了解初中体育课课堂常规;
2. 了解初中体育课上课的基本要求;
3. 了解七年级第一学期学习内容;
4. 了解七年级第一学期考试内容及标准

一. “二个制度”:

1. “值日生制度”: 上体育课, 每六人一组, 轮流值日一周, 值周时, 组长带领下按体育教师的要求, 在上课前布置好场地器材, 课后整理好好和收回器材.
2. “请假制度”: 如有事有病必须请假, 并填好请假单.

二. “十个不准”:

1. 不准旷课, 迟到, 早退;
2. 不准穿大衣、裙子、皮鞋、高跟鞋、凉鞋, 不准戴帽子、

头巾和手套、

3. 不准佩戴徽章和携带小刀
4. 不准擅自离开课堂
5. 不准横穿跑道, 投掷区
6. 不准擅自动用体育器材
7. 不准做危险动作
8. 不准做与练习无关的事

三. 课前常规

- 1、体育委员上课前应主动与任课教师联系, 明确课的内容与要求, 教师要了解有无见习生。
- 2、体育教师应组织指导学生或亲自动手, 及时布置和检查场地, 准备教具, 一切准备工作应在课前准备就绪。
- 3、学生因病(包括女生例假)、伤, 不能上课时, 课前应主动向体育教师说明情况。教师应根据学生不同情况, 布置他们随堂见习或参加适当的活动。见习生在见习时不得聊天, 复习功课或离开现场。
- 4、教师检查和整理好自己的服装仪表后, 应提前到达规定的集合地点等候

四. 课堂常规

- 1、准时集合上课: 上课铃响后, 由体育委员及时在指定地点集合整队, 检查上课人数。

2、上课礼节：体育委员整好队伍，下达“立正”口令，然后向教师报告上课人数，随后师生相互问好。教师即向学生宣布本课任务与要求，迟到学生向教师报告，说明原因，经教师允许后方可入列。

3、上课服装：学生上体育课时应穿运动服和球鞋，不准穿大衣、裙子、皮鞋、高跟鞋、凉鞋，不准戴帽子、头巾和手套、不准佩戴徽章和携带小刀等。

4、每次上课教师必须严格点名制度。学生不得迟到早退和旷课，全学期中，缺课1/3以上时间者不予评定成绩。迟到、早退超过15分钟，作旷课论处。

5、上课时，学生必须自觉遵守课堂纪律，注意安全，爱护器材，服从教师及小组长的指挥，努力完成各项练习任务，学生在课堂中不得嬉笑打闹。不经教师允许不得擅自离开课堂。否则作旷课论处。

6、课结束前，教师要集合全班学生，对本次课进行小结评比，指出优缺点，提出课后练习要求，宣布下次课内容，布置学生课后整理场地和归还器材。

7、下课时教师离队前向学生告别“同学们再见”，学生立正齐声回答“老师再见”！

五. 课后常规

1、下课后教师应检查学生整理场地和归还或移交器材的情况，以保证下节课教学的正常进行。

2、课后教师应主动征求学生对本课意见，写好课后小结，认真总结经验，不断改进教学。

3、教师对缺课的学生做进一步了解，必要时给予补课或辅导。

第一学期考试内容及标准

一. 考试内容:测试项目为六项,

1. 其中身高、体重、肺活量为必测项目,

3. 国家体育锻炼标准五项: 50米跑;男生1000米跑,女生800米跑;立定跳远;实心球;仰卧起座.

二. 考试标准:见标准.

三. 考试要求:

1. 端正考试态度,认真对待每一项考试

2. 作好考前考后的准备;

3. 不能擅自缺考;

4. 考试点名不到者作缺考处理

5. 不得代人考

6. 因某原因缺考者,每学期组织一次补考

体育教案教学流程篇四

《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。

体育教案教学流程篇五

学习目标：

在自主的练习中提高跳绳的成绩

学习内容：游戏

《找朋友》短绳

学习步骤：

教师活动：

1. 提出队列练习的要求
2. 组织队列练习.
3. 提出游戏练习的要求、讲解游戏的方法
4. 组织游戏

学生活动：

1. 积极的投入到游戏中去.
2. 大胆的为同伴进行示范
3. 全身心的投入到游戏中去。

重点：在合作中掌握短绳的技能

难点：在合作中提高短绳技能

教师活动：

1. 组织进行柔韧的练习
2. 在示范进行一种角力的小游戏之后请同学们自己和同伴想一种游戏。
3. 组织游戏
4. 提出短绳的练习。（和同伴一起享受自己学会的短绳的方法）
5. 组织进行原地的. 展示。
6. 提出进行短绳冠军赛的要求，讲解方法
7. 组织比赛

学生活动：

1. 和同伴一起进行柔韧的练习。
2. 积极的探求“角力”的游戏方法。

3. 和同伴探求短绳的各种练习方法
4. 积极的投入到短绳冠军赛的比赛中去。

组织：

#####

#####

教师活动：

1. 提出放松的要求
2. 进行放松

学生活动：相互的进行放松

场地器材：短绳若干

体育教案教学流程篇六

水平二

在日常生活和学习中初步具有正确的身体姿势.

50米快速跑

一、情景导入

- 教师活动：1. 教师组织游戏，讲解游戏的放方法和规则.
2. 请同学安排场地和控制赛跑的距离.
 3. 邀请一组同学一起完成一次游戏.
 4. 教师组织进行游戏.
 5. 进行小结，指出存在的错误好继续进行游戏.

同学活动：

1. 认真的听教师对游戏的方法和规则的讲解.
2. 安排好场地让自身在自身能力范围内愉快的完成游戏.
3. 进行游戏时尽自身最大的能力与同伴完成游戏.
4. 在游戏中要和时的纠正存在的错误.

组织：以四列横队完成游戏.

二、合作探究、掌握技能

重点：用前脚掌着地，积极摆臂，加快步频

难点：在跑的速度达到最快的时候仍能坚持动作。

教师活动：

1. 教师组织同学做一些准备活动。原地的摆臂和行进间、间的高抬腿练习。并组织两人一组进行原地的高抬腿跑。看谁做的动作好。
2. 组织30米的' 放松跑让同学体会正确的动作。

3. 进行的快速跑，在跑的过程中要坚持正确的动作。

同学活动：

1. 认真的作好准备活动让自身进入最佳的奔跑状态。

2. 在放松跑的过程中体会正确动作所带来的奔跑快感。

3. 尽力的完成50米快速练习。

组织：四路纵队。

三、放松练习

教师活动：组织同学自身想一种以上的放松自身的方法。并组织练习

同学活动：依照自身想的放松方法进行练习。

体育教案教学流程篇七

1、通过这节课的学习，使学生进一步掌握第八套广播操的要领及动作。

2、培养学生身体的正确姿势和节奏感。

3、培养学生能够遵守纪律和快速集合的能力。

讲授、练习法

第八套广播体操

1课时

无

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、队列：立正、稍息、集合、解散。
- 2、复习广播操的前三节。
- 3、专项准备活动。

第八套广播操（4-6）节：

第四节，体侧运动。

第五节，体转运动。

第六节，全身运动。

重点：各节的动作要领及要求。

难点：动作的准确性和优美大方有节奏感。

- 1、学生站一列横队。
- 2、学生认真听讲，仔细触摸。
- 3、听从指挥注意力集中。
- 4、学生充分活动各关节。

游戏：

块块集合

规则：

- 1、必须按信号散开和集合站队，散开后学生必须离开原位。
- 2、分散集合时不许推拉冲撞他人。

1. 放松

2. 小结

3. 下课

体育教案教学流程篇八

- 1、掌握健康的`概念及组成部分。
- 2、知道健康四大基石及含义。
- 3、列出不良生活方式对健康的影响。
- 4、认同生活方式对健康的影响，选择并逐步养成健康的生活方式。

重点：

掌握健康的概念，知道怎样获得健康。

难点：

养成健康的生活方式。

(一) 导入新课

- 1、播放范晓萱主唱的一段健康歌。
- 2、提问学生这是什么歌?歌词中都唱了什么?
- 3、学生回答,教师归纳,导出学习内容(生活方式与健康)。

(二)提问讲解

- 1、教师提问。请同学们回忆小学阶段学习的健康知识,结合自己生活经验,用自己的语言概括回答什么是健康。
- 2、学生举手回答。
- 3、结合学生回答,教师归纳、讲解健康概念及组成部分。

(三)活动一

怎样才能获得健康

- 1、活动目的。让学生在自主学习、合作学习过程中,在教师指导下,知道合理膳食、适量运动、规律生活、心理平衡对健康的重要性。明确获得健康要树立“健康四大基石”的信念,知道“健康四大基石”的含义。
- 2、活动形式。自学,分组讨论,教师小结。
- 3、具体操作。
 - (1)学生按要求自学教科书中“健康四大基石”内容,并进行分组讨论。
 - (2)教师巡视了解学生讨论情况,并进行指导。
 - (3)小组推代表汇报交流,其他学生补充。

(四) 提问讲解

- 1、教师组织学生阅读教科书中林军一天生活方式表现图;要求学生判断林军的生活方式哪些是健康的, 哪些是不健康的, 并说出理由。
- 2、学生按要求做出选择, 并阐述理由。
- 3、教师及时补充讲解与学生互动。
- 4、教师结合事例(如不注意睡眠、运动, 导致的慢性非传染性疾病)讲解不良生活方式对健康的影响。
- 5、教师小结。生活方式是多种多样的, 有健康的, 也有不健康的, 要获得与保持健康, 就要选择健康的生活方式。因为, 生活方式是健康的基石。

(五) 活动二

思考为什么林军觉得“说来容易做起来难”?改变生活方式的关键是什么?

- 1、活动目的。让学生知道改正不良习惯, 需要健康知识指导, 需要坚定信念支撑, 需要辅助正确的行动和意志努力, 懂得养成健康生活方式的重要性, 进而知道改变生活方式的关键是“知”、“信”、“行”的统一。
- 2、活动形式。自主思考, 同桌交流, 班上交流, 教师小结。
- 3、具体操作。
 - (1) 教师布置活动要求。
 - (2) 学生独立思考后, 同桌之间交流自己的体会。

(3) 教师巡视指导。

(4) 同桌推出代表与教师和同学交流分享。

4、教师小结。在现实生活中，像林军这样的事例是客观存在的。反思我们自己的日常生活方式，是否健康，是否也存在不良生活方式？希望同学们要客观地评价自己。如果存在问题，那么就要对自己提出改正的要求，用健康的知识、坚强的毅力、积极的行动，去战胜不良的生活方式与习惯，这样才能收获与保持健康，提高学习效率。

(六) 教师总结

生活方式与健康密不可分，如果拥有了健康的生活方式，你将拥有健康。今天学习了生活方式与健康的知识与技能，相信它们将成我们今后健康成长的行动指南。同时，我们要关注家人及周围人的健康，成为健康的使者。让我们立即行动起来，告别愚昧，选择文明，在学习、生活中成为现代健康观念的实践中。

小学体育教案

体育游戏在小学体育教学的应用教育论文

中班体育教案

小学体育教学的创新教育论文

小学体育教学渗透德育教育论文

小学体育教学中创新教育论文

浅谈创新小学体育课教学教育论文

浅谈小学体育课游戏教学教育论文

小学体育教学中教育技术的应用论文

小学体育教学中情感教育的运用论文

体育教案教学流程篇九

1. 跳远与游戏：立定跳远。

2. 游戏：跳远接龙。

了解和学习立定跳远动作，建立立定跳远的技术概念。85%以上的同学掌握让学生正确掌握立定跳远的动作要领以及跳远接龙的游戏方法。

通过做游戏和徒手操练习，激发学生对体育活动的兴趣，发展学生身体的协调性。

通过发展学生的跳跃能力，促进身体各器官的正常发育。

培养学生顽强拼搏的竞争意识和团结协作、密切配合的集体主义精神。

重点：双脚起跳，双脚轻巧落地。

难点：抬腿收腹、摆臂与蹬地协调配合。

1. 体育委员集合整队、师生问好、检查着装、安排见习生、宣布本堂课内容。

组织：四列横队。

要求：精神饱满、快静齐。

教学组织：先选出两人作为“捕鱼者”，然后手拉手一起“捕鱼”。

要求：“鱼”不能走出预设正方形，否则，算被捕获。直到全部“捕完”。

(1) 上肢运动

(2) 肩绕环运动

(3) 腹背运动

(4) 体侧运动

(5) 弓箭步压腿

(6) 侧压腿运动

(7) 膝关节运动

(8) 踝关节运动。

教学组织：四列横队，教师指挥学生集体练习。通过清晰洪亮的口令，调动学生情绪，进行准备活动练习。

要求：学生精神饱满、动作协调规范，达到良好的热身效果。

组织：成4路纵队依次进行。

要求：学生必须从荷叶上跳过，双脚起跳，注意安全。

运用挂图分解立定跳远的技术，让同学四人为以小组讨论自主尝试练习并回答其中的动作要领。教师总结技术要领并进行讲解示范。

——大家回答的很好，那么我们现在来学习正确的立定跳远技术。

讲解与示范动作要领：两脚自然开立，两腿屈膝，上体稍前倾，两臂后举。然后利用刚才的练习方法，向上预摆双臂同时两脚迅速蹬地双腿屈伸一次，最后双臂迅速后摆，同时前脚掌用力蹬地，向前上方跳出，落地时小腿前伸，用两脚跟着地，即刻屈膝缓冲，保持身体平衡。

教学组织：广播体操队形，学生根据老师的讲解示范进行相应的模仿练习。

要求：学生看清动作的要领，尽量规范自身动作。

练习方法：两脚自然开立，上体稍前倾，两腿屈膝，两臂后举，当听到1时，两臂向上摆起，两腿弹性屈伸一次，数2时，两臂向下摆至后举，两腿弹性屈伸一次，数3时两臂用力上摆，前脚掌用力向上蹬地。

教学组织：四列队形，第一列先进行跳远联系，待跳出一段距离后第二排再练习，以此类推。

要求：动作到位，蹬地迅速有力，练习积极，体会动作。

以小组为单位进行进一步细化练习，教师指挥分组练习。学生明确立定跳远动作要领，积极进行练习，优生展示动作，其他学生观看。

教学组织：分四组进行练习。

要求：教师巡视、纠错。

教学组织分四组进行比赛，教师讲解游戏规则，调动学生情绪，组织学生跟随音乐游戏练习。

要求：动作规范，注意安全集中注意力，动作自然放松，蹬地迅速有力落地前伸小腿，连跳时不能移动脚步，要屈膝缓

冲。

1. 随着音乐放松。

教师和学生一起进行放松徒手操。

(1) 上肢运动

(2) 下肢运动

(3) 拍打膝关节

2. 教师小结本课的完成情况。

从学生的反馈中进一步掌握本课的教学情况，总结本课学习情况，指出在学习普遍中存在的问题。提问学生几个关键问题。

3. 师生再见。

1. 场地器材：田径场，标志物20个。

2. 预计强度：40%-45%

3. 预计强度：中等