

最新体育与健康教学设计新教案 高一年级体育与健康教学设计(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。优秀的教案都具备一些什么特点呢?那么下面我就给大家讲一讲教案怎么写才比较好,我们一起来看一看吧。

体育与健康教学设计新教案篇一

高中是人生教育中最重要时刻,在高中时刻,只要你努力学习,用功读书,考上大学,那么你的人生转折点就好了,开始慢慢的走向成功,实现自己的梦想。如果你不努力,读书不用功,考不上大学,那你的人生很有可能是暗淡无光的,这是几十年来的前辈总结出来的经验,很少有人逃过这个经验。

在高中学习中,文化课固然重要,可是身体素质也是很重要的,这就是体育锻炼和健康教育的问题了,所以说在高中的时候,体育和健康教学必须要实行下去。

体育与健康教学设计新教案篇二

一、构思

全课在注重师生互动的前提下,有意识地激发学生的学习兴趣、创造性、主动性和独立性,培养学生的动手实践能力、创造思维、创新意识和社会适应性;提高主动参与精神、求知欲、竞争意识;增强学生的自尊、自信、自我判断、自我调控的能力,使学生学会如何学习,如何发展。

二、教法的选择

本课的主要教材是集体舞，由于内容较单调枯燥，我采用了一材多教的方法。在教学中增设音乐伴奏，变换角度、方位，运用竞赛、学生自编、自演等方法，提高学生的韵律感、协调能力和合作能力。体现了课程改革的精神：“玩中学、学中练、练中指导、练中提高”。

三、课程资源开发

在教材的搭配上，准备部分，学生在音乐伴奏下自编舞蹈操。分组活动中安排打布袋、舞蹈表演、羽毛球、篮球、足球、土保龄球、橄榄球等多项活动。这些活动组织简单，器材可以自己制作，培养学生动手能力、创新能力。在放松活动中配上音乐集体跳“兔子舞”，从而达到身心健康的目的。

四、学法

教学中注重以学生学、练为主，突出学生主体性，学生能尽情发挥，充分活动，培养了参与意识和团结协作精神，促进了师生之间、同学之间的感情交流。

课时安排：

任课教师：

教学内容

1. 复习集体舞中青少年十六步基本动作。
2. 学习集体舞中青少年十六步的队形变换。
3. 自选项目练习。

教学目标

1. 学生能说出青少年十六步的动作要点，通过练习有70%以上

的学生基本完成十六步的队形变换。激发学生舞蹈兴趣，主动参与。

2. 在合作与交流中积极探究，塑造美好形体，以强健体魄、愉悦身心、陶冶情操，促进身心和谐发展。

3. 增强学生的自练意识和创新能力。

体育与健康教学设计新教案篇三

一、指导思想

高中体育与健康课程中健康教育模块的设置是正确指导学生科学锻炼，维护学生良好健康水平，提高学生学习效果的重要基石，它也是《体育与健康课程标准》规定的必修内容之一，课程标准目标体系中的五个领域目标对此均提出了相应的要求。本模块以标准的相关具体目标为依据，以体育与健康教材为依托，结合学校现有条件和学生的实际水平，通过合理确定模块教学目标、精选模块教学的内容与方法、制定模块学习评价的方法，旨在为学生健康参与体育锻炼、终身参与体育运动提供理论指导，也为学生身心全面发展打下良好的基础。

二、教学目标：

1. 学生能了解健康知识及影响健康的因素，并能正确的运用健康知识来界定、指导自己的学习和生活。

2. 知道体育锻炼对身体健康的作用，掌握运用体育锻炼增进健康的方法，能根据自身实际合理、科学的进行体育锻炼，逐步形成健康的生活方式。

3. 能够在日常生活中合理调控自己的情绪，表现出坚强的意志品质和良好的体育道德及团队意识。

4. 在教师的启发下，学生能够积极动脑思考，形成自己的见解，提高学习能力。

三、教学内容

在确定模块教学目标的基础上，依据内容标准中的关键词推断模块教学的基本内容，并结合学校健康教育的实际，明确模块教学的内容，以避免体育课程中的健康教育专题和学校层面的健康教育内容重复。据此，我们确定以下内容为体育与健康课程健康教育专题内容。

四、教学组织与方法

1. 备课：成立主题备课组，2—3人一组，按主题进行集体备课，形成教师健康教育知识的资源互补，完成教案、课件及相关材料；同时虚心向其他学科的教师请教，借力弥补体育教师在健康教育知识体系上的不足之处。

2. 上课组织形式：大课，以讲座的形式进行上课，以选项班或行政班的形式进行上课；或者结合校内大型的活动进行。

3. 教学方式与方法：传授式学习与探究学习相结合的学习方法。根据健康教育模块源于生活、服务学生健康的目标指向，以及健康教育模块教学内容的特点，尊重学生的个体知识差异，重视学生已有的生活经验和知识水平，激发学生的学习兴趣，构建融于生活的课堂教学。

五、课后总结与反思

上完课后，根据上课的实际效果结合自己提前的设计进行对比，找出自己和学生的不足与原因，分析形成的原因和问题，找出解决方案，为日后工作积累经验。

体育与健康教学设计新教案篇四

一、本课的指导思想及思路

随着体育与健康课程改革的不断深入，以“健康第一”为指导思想的新的体育与健康课程在教育思想，教育方式，教学内容，教学评价等方面都有了新的发展，它强调以学生的发展为中心、倡导学生的自主、合作，探究的学习方式，具有较强的实践性。它将学生的身体健康、心理健康和社会适应能力提高到一个新的角度。

本课力求以新课程的理念为指导，大胆设计以多种游戏贯穿于教学中，旨在“游戏中练，游戏中学，游戏中表现，游戏中提高”，寓教育、教学于游戏之中。

二、教学目标

通过跑、负重等练习引导学生在练习中初步学会正确的快速跑动作技术，发展学生的速度、力量、灵敏等体能。学生了解正确的途中跑技术，力求途中跑时不低头，不耸肩，眼平视，蹬地有力。培养学生乐于助人、团结合作的优良品质和奉献精神。

三、教学内容

1. 跑的练习：快速跑（第一次课）

跑是比较枯燥的运动项目，学生在小学时曾学过，为了让学生更好地学习本课的内容，整堂课以游戏形式结合教学内容，使学生在玩中学，学中乐。

2. 负重练习：搬运

四、教学对象分析

兴趣是激发学生学习的内部动力。根据初一学生的心理、生理特点，他们好奇性强，对游戏的兴趣较高，特别是对具有强烈的对抗性和趣味性的游戏，更是情有独钟，而对单纯的技术教学却感到很乏味。本课将教学内容与德育教育渗透游戏之中，能满足青少年身心发展的需要，对锻炼身体，锻炼意志、培养优良品质都具有重要的价值。

本课教学对象是初一年级学生，共60人，男生28人、女生32人，该班学生各方面素质比较好，同学间团结互助，有一定的凝聚力和合作意识，但与他人合作方式存在一定困难，学生求知欲强，学习积极性高，上进心强，平时活泼、好动，心理素质较好。但存在体质普遍较弱、运动技术较差的现象。

五、教学过程分析

传统的体育课的结构一般把体育课的教学过程分为几个部分进行。本节课的教学内容打破了传统的教学模式，把本节课的主体内容融成了一个整体。课的主体部分，是“教”与“学”的重点，应充分发挥学生的主体地位，给学生充分的学习空间，积极启发学生进行思维，进行创新。由于学生比较易兴奋，又易抑制，精神不易集中；对于说教过多、技术要求强的教学，因其理性思维还不完善而不易接受，也不感兴趣；相反，对于直观的，新颖的感性思维的体育课比较喜欢，学习兴趣较高。因此，本节课采用了多种教学方式、方法。根据人体的运动规律，人体从静态到动态必须有一个适应的过程。开始部分应充分调动学生的学习兴趣营造快乐的学习气氛。

1、教学常规：师生问好，宣布课的内容和提出相关的要求，以集中学生注意力，使之进入课的良好状态。

2、导入热身：采用“音乐准备操”

前一节课教师让学生听一首音乐，并要求学生搜集资料分组

编操，组合成一套适合同学们自己的操，让学生尝试编操的乐趣。

学生几人一组，根据音乐的节奏，进行准备操。课堂气氛活跃，这有助于感情的融洽和学习兴趣的激发，培养学生之间的合作意识，为进行基本部分做好生理、心理准备。

3、（1）快速集合游戏。老师运用启发教学法引导出情景，学生练习，要求学生听清哨声，迅速集合，练习学生的反应能力。

（2）快速起跑游戏（情景模拟：洪水来临有人需要你帮助时）。老师导出情景运用启发式教学法，让学生采用各种起跑方法练习起跑方式。学生充分展开想象，自主练习，体会何种起跑方式最快？老师提问，师生总结。

（3）快速跑游戏：（方法：一人搬运一个实心球，可单手或双手将球放在体前、体侧、体后沿直线跑进练习）（情景模拟：在洪水中帮助群众抢救物品）。导出情景，老师示范，要求学生练习时眼视前方，尽量沿直线跑进。并引导学生思考影响快速跑的因素，总结动作要领，学生针对自身特点，提高动作技术。（4）两人一组的快速跑接力游戏：（方法：两人搬运一个实心球，方法自定）（情景模拟：物品较重，需在同伴的帮助下才能搬动物品）。要求全组同学合作、探索哪两个人组合最好，而且两人合作哪种方式速度最快。

最后是人体活动由动态恢复到静态的部分，安排一些放松运动，可以使学生身心疲劳得到恢复，课快结束时，学生自我评价本节课学习的情况，教师作个小结同时点一下在现在的社会怎样学习和发扬互相帮助、团结合作的精神。最后收拾器材，宣布下课。

六、场地布置与器材

场地：两只篮球场

器材：录音机：一台、磁带：一盒、实心球：16只

体育与健康教学设计新教案篇五

高三学生年龄一般在17-19岁,正是由少年向青年的过渡时期,也是决定身心健康成长的关键时期,需要通过体育锻炼促进身体的良好发展,而青春发育阶段,由于女子在体格发育,内脏器官功能及身体素质方面逐渐落后于男子,两者学习的内容与要求也不同。因此,体育与健康课采用男、女分班(组)上课,经过一学年的学习锻炼及体育技能的提高,已经掌握了一定的技能,技巧并具备一定的体育基础,在高三阶段主要以提高学生体育锻炼的积极性和锻炼的目的性为主。

因社会的改革开放,目前学生中存在一些特殊的群体,离异家庭的子女;父母长期不在身边,而跟随其他亲人生活的;因经济不好或太好的,等等。这些学生最大的问题是心理是否健康。如何正确的引导他们走向健康,逐步形成积极向上的世界观、人生观、价值观、健康观和审美观是今后教育工作的重点和难点,也是体育教学工作的重点和难点。

二、教学目的要求

- 1、发展体育运动,落实全民健身计划,
- 2、增强学生体质,提高学生的肌体免疫力,
- 3、养成良好的体育行为和体育习惯,
- 4、培养终身体育意识和全民健身意识,
- 5、学会基本的健身方式、方法,

三、教材分析：

高三第一册主要学习体操、篮球、足球、排球。根据学校场地、器材的实际情况。本学期女生将以田径、排球、乒乓球为主要教材，男生以田径、篮球、足球为主。

四、重点、难点

- 1、注重学生的身心健康，不仅要让学生拥有强健的体魄，还要让学生有健康的心理。
- 2、以培养学生的体育兴趣和体育习惯为重点，在教学过程中让学生形成良好的体育审美观和健康观。

五、教学措施

- 1、全面了解和学生的基本情况，对学生的体育基础，身体活动能力、兴趣、爱好、身体素质和健康状况进行全面的了解和分析，以确保教学计划的实施。
- 2、以教学大纲为基本出发点，以教材为蓝本，并最新教学理念为指导思想。从学校的实际情况出发，充分利用学校的场地和器材，备好每一课。
- 3、培养体育骨干，协助开展教学工作，
- 4、总结每次课的教学效果，积累教学经验。虚心请教，积极开展批评和自我批评，并不断完善自我。

六、本期重要活动安排：

9月份-----男女篮球联赛

10月份-----参加市第九届运动会

12月份-----拔河联赛

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](#)

[搜索文档](#)