

# 最新人教版小学六年级体育教案(通用10篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。优秀的教案都具备一些什么特点呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 人教版小学六年级体育教案篇一

### 50米跑（考核）

- （1）能说出快速跑的基本动作要求。
- （2）能完成50米快速跑的考核任务。
- （3）考核中能勇敢顽强，努力进取。

（1）组织学生充分做好准备活动，原地练习快速摆臂和高抬腿练习。

（2）宣布考核标准和办法，分组联系快速跑。两人一组考核，每人考两次，考核结束后进行讲评。

（3）课前画好场地，准备好器材。

（1）分散自由组合两人一组练习，体会如何加快速度。

（2）根据考核办法，分组由小组长带领完成练习50米快速跑1——2次，考前和考核过程中，相互鼓励，争取跑出好成绩。

（3）认真听教师讲评，进一步理解快速跑的要领，明确自己

要改进的地方。

本节课同学们都能很重视考核，也都积极的投入考前练习当中去。在考核的时候同学们也都能按照考核的要求做。考完能积极进行点评。

## 人教版小学六年级体育教案篇二

1、培养幼儿手眼协调能力

2、训练幼儿协作能力和身体的平衡能力3、体验师生共同活动的快乐，激发幼儿共同学习的愿望，提高活动的的能力。

教学重点、难点能准确快速的抓到鱼，在游戏中不能碰到扮演鱼儿的小朋友，只能碰到夹子。

### 活动准备

1、教师提前布置活动的场所，小猫的头饰，小鱼卡片。

2、几十个夹子。

活动过程一、导入1、教师出示准备好的小猫头饰，问：小朋友们，这是什么啊？（小猫）2、“有谁知道小猫最喜欢吃什么？”（鱼）3、“那么我们就来玩一个小猫捉鱼的游戏吧，好不好？”

### 基本环节

#### （一）小猫捉鱼

1、教师请小朋友们带上小猫的头饰，并扮演猫妈妈的角色。

2、猫妈妈找宝宝了：喵喵喵，孩子们，你们在哪里啊？小猫

听到了就回答：喵喵喵，妈妈我们在这里。”今天妈妈发现一个地方有很多的鱼，我们赶紧去捉吧，好吗？”教师带领幼儿到放有小鱼卡片的活动区域，让小猫去把鱼儿捉回来，放到老师提前准备好的盆子里，看是捕鱼能手，捉的鱼最多。

3、幼儿开始自由的捉鱼。

4、“宝贝们，真棒这么快就把小鱼捉完了，可刚刚我们捉的鱼都不会游，下面我们就去

会游的鱼好吗？”

## （二）捉“活”鱼

1、教师首先介绍游戏的方法和规则：在地上圈定一个区域，选几个孩子当鱼，在衣服上夹上十几个夹子代表鱼鳞；其他幼儿当渔夫。游戏开始，鱼儿可以跑出圈外，这时大家可以去追鱼并设法取下衣服上的夹子，当鱼儿回到圆圈里就不能去夹子了，直到“鱼儿”身上的夹子取完游戏结束，取下夹子最多的就是胜利者。

2、教师选定区域让幼儿扮演小鱼，其他幼儿开始捉鱼活动。

3、幼儿活动是教师提醒幼儿只能取夹子，不能碰到扮演小鱼的幼儿。

4、评出胜利者给予表扬。

5、活动课变换角色反复进行。

## 活动总结

1、教师要捉鱼最多的小朋友说说自己的经验，并和其他幼儿交流。

2、教师小结活动内容、表扬、鼓励幼儿。

延伸活动在日常生活中多给幼儿提一些身体动作的要求，以培养他们身体运动的各种能力。

## 猫捉老鼠

目标：

- 1、通过游戏，提高幼儿跑和钻的能力。
- 2、培养幼儿协同一致的情感，发展灵活性。

准备：

猫头饰每人一只，老鼠头饰10--12只，录音机和磁带，设三处鼠洞。

过程：

- 1、部分幼儿戴上猫头饰。听《黑猫警长》的音乐从教室开“摩托车”到活动场地，四散站立。
- 2、听音乐做上肢运动(猫理胡子)；手腕和脚腕活动(磨爪子)；下蹲后跳起活动(捕鼠)。
- 3、做两个模仿动作：大象走和小兔跳。

号后，老鼠要钻出洞到外面偷东西，不能一直躲在鼠洞口。被捉到的老鼠立即站在边上。

察、指导，随时提醒幼儿注意安全。

质量。同时，指出游戏中应改进的事项。

7、调换角色，由原扮猫的扮老鼠，进行第二遍游戏，教师巡回指导。

8、游戏进行3—4遍。每次游戏结束，教师都进行简单的小结，鼓励姿势正确、钻得迅速、跑得灵活的幼儿。

9、游戏结束，教师进行讲评：小猫的本领练得真好，天快亮了，我们捉了一个晚上的老鼠，现在要回家休息了。让我们把精神养得好好的，下次捉更多的老鼠。

## 人教版小学六年级体育教案篇三

学习目标：在小组合作学习中掌握韵律舞蹈的基本动作。

提高学生表现美的能力。

学习内容：集体舞：我把祖爱在心上

学习步骤：

一、 游戏活动，激发兴趣

教师活动：1、师生问好。

2、宣布本课学习内容。

3、组织学生看光碟练习手指操活跃情绪。

学生活动：1、师生问好。

2、了解本课学习内容：集体舞

3、跟光碟听音乐进行手指操练习。

组 织：六列横队、小组分散

## 二、模仿练习、学习动作

教师活动：1、播放光碟，让学生了解整个动作过程。

2、组织学生分组，找到合作伙伴。

3、组织学生模仿练习，体验基本动作。

4、组织学生分组表演，熟练动作，体验音乐的节奏。

学生活动：1、认真观看光碟，了解全套动作。

2、在老师的安排下找到自己的合作伙伴，并了解合作要求。

3、听音乐，跟光碟进行模仿练习，体验各个动作，熟悉整套动作的过程。

4、分小组练习后再进行分组模仿表演。

组 织：两人一组

场地器材：教室、光碟等电教设备

## 人教版小学六年级体育教案篇四

：在游戏活动中学会快速地起跑，并知道哪些游戏可以练习灵敏素质，从而掌握一些健身的技巧。

：快速起跑

教师活动：

1、组织学生常规训练

2、组织学生分组游戏，做好裁判工作。

3、提出要求，组织学生活动关节。

学生活动：

1、体育委员整队，检查出席人数。

2、听口令进行队列练习，做到有精神，动作到位。

3、分组进行贴烧饼游戏。

4、两人一组，自编徒手操，充分活动各关节。

组织：四列横队、分组练习

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

教师活动：

1、讲解游戏方法规则，组织学生进行游戏。

2、从游戏中引导学生分析快速起动的要素。

3、讲解黄河长江游戏方法规则，组织学生游戏。

4、引导学生动脑，改编黄河长江游戏方法规则进行活动。

5、引导学生进行小结。

学生活动：

- 1、了解要求后，看老师手中的信号牌积极地参与游戏，体验快速起动和止动。
- 2、在老师的引导下积极地表达出快速起动和止动的要素。
- 3、认真了解黄河长江游戏的方法和要求，积极参与游戏体验起动后的快速跑。
- 4、大胆地对黄河长江游戏进行改编，加大难度进行游戏，体验不同姿势下的。快速起动。
- 5、积极表达自己的学习收获，听音乐进行柔韧放松。

组织：分组练习

场地器材：操场、乒乓板等

## 人教版小学六年级体育教案篇五

在合作学习中掌握韵律绳操4-6节，感受韵律节奏感。

韵律绳操

一、自主练习，充分活动

教师活动：

- 1、集队，了解出席情况，宣布学习目标、学习内容。
- 2、组织学生队列练习：四路纵队行进走。
- 3、布置练习要求：前跳50、后跳30、交叉跳30、蹲跳20，注意休息。
- 4、组织学生柔韧练习。



学生活动：

- 1、体育委员整队，检查出席人数。
- 2、听口令按要求，认真地体验行进走的节奏和动作要求。
- 3、按老师的要求分散练习，充分活动肢体，充分体验跳绳的乐趣。
- 4、借助栏杆进行压腿。

组织：四列横队、分组

二、合作学习，掌握动作

重点：绳操的4-6节动作。

难点：收绳和放绳动作的快而到位。

教师活动：

- 1、组织学生复习1—3节动作。
- 2、示范第四节动作，并口令指导学生进行模仿练习。
- 3、示范第五节动作，并口令指导学生进行模仿练习。
- 4、示范第六节动作，并口令指导学生进行模仿练习。
- 5、组织学生听音乐，随音乐节奏完整练习前六节。
- 6、提出要求，组织学生分组巩固动作。
- 7、听音乐集体复习前六节动作。

学生活动：

- 1、找一个伙伴进行复习，听音乐随示范复习前三节。
- 2、认真模仿第四节动作，体验双手的交接绳动作。
- 2、随示范模仿第五节动作，体验快速的节奏。
- 3、随示范听口令模仿第六节动作，体验放绳和收绳动作。
- 4、随示范，听音乐初步尝试连贯动作。
- 5、按老师提出的要求，在小组长的带领下认真复习三节动作，把动作练习得比较熟练。
- 6、听音乐熟练地随示范复习前六节操。

组织： 四列横队、在规定场地内分散练习

三、说说学学，身心放松

教师活动：提示学生进行交流，组织学生放松

学生活动：向你最好的伙伴说说今天所学的三节操的名称，说说学后的感觉。

听音乐，在小伙伴的带领下进行柔韧放松。

组织：散坐在草地上

场地器材：操场、录音机

## 人教版小学六年级体育教案篇六

跨越式跳高；

- 1、懂得跳高的关键是起跳迅速有利，尽量使身体向上腾起；
- 2、能改进起跳技术，做到起跳迅速有力，身体尽量向上腾起；
- 3、乐于重复练习，具有坚毅果断、努力进取的精神；

## 一、组织学生整队

- 1、体委整队；
- 2、师生问好，宣布课的内容；
- 3、学生自编徒手操练习；
- 4、组织学生进行步步高游戏；

组织队形：四列横队、圆圈练习

## 二、跳跃：跨越式跳高

- 1、组织学生原地向上摆腿，原地跨越式跳高，助跑3~5步起跳摆腿等练习；
  - 2、教师讲解、示范确定起跳点及丈量助跑距离的方法，（助跑节奏要稳定，起跳点要踏准）
  - 3、组织学生尝试性越过一定高度橡皮筋的练习；
  - 4、请做的好的学生进行表演，教师及时讲评；
  - 5、组织学生分组继续练习；
  - 6、教师对有困难的学生，专门设立一小组降低高度进行练习；
- 1、根据教师的要求进行各种辅助性的练习；

- 2、观察教师的示范，学会丈量助跑距离的方法；
- 3、观察同学的表演，通过教师的讲评，能找出自己的缺点；
- 4、学生继续练习，对动作加以改进和提高；
- 5、设立互帮小组，让“有困难的学生”尽快掌握动作要领；

组织队形：散点、小组练习。

### 三、学生自练

学生用自己准备好的橡皮筋，按能力的不同进行分组练习，争取更好的成绩，为小组比赛做好准备。

组织学生跨越式跳高的比赛。（小裁判根据高度和技术掌握的情况进行打分），教师及时讲评。

### 四、游戏：互挤出圈

- 1、请四个同学当助手讲解、示范游戏的规则和方法；
- 2、组织学生常尝试性练习，并组织学生交流；
- 3、带领学生分组游戏，鼓励学生向强者挑战；（注意安全）

学生活动：

- 1、仔细观察示范的过程，认真听讲，理解游戏的规则和方法；
- 2、在组长的带领下，自我体验游戏的过程，针对问题，积极讨论，积极发言；
- 3、积极参加游戏，战胜本组同学的同时，能勇敢向其他组挑战；

组织队形：8个圆圈。

- 1、教师播放音乐，学生围成圆圈进行放松；
- 2、教师小结，归还器材；

## 人教版小学六年级体育教案篇七

小组学习掌握排球的垫球技能。

小排球

一、体验游戏、学会合作

教师活动：

- 1、组织学生常规训练
- 2、组织学生分组游戏，巡回指导。

学生活动：

- 1、体育委员整队，检查出席人数。
- 2、学习队列：向右转走，初步体验小组协同一致的重要性。
- 3、根据教师提出的要求，在组长的组织下进行游戏，体验伙伴间相互配合传接球和拦截球的乐趣。

组 织：四列横队、小组分散

二、小组探究，熟练技能

重 点：垫球的正确动作。

难点：伙伴间的默契配合。

教师活动：

- 1、提出三级练习目标，观察学生练习。
- 2、提出二人一组练习要求，巡回指导。
- 3、提出小组合作练习要求，巡视指导学生练习。

学生活动：1、一人一球，根据教师提出的三级指标（a80个、b60个、c40个）自选一个目标完成垫球练习。

2、两人一组根据练习水平自我选择抛垫和对垫熟练动作，体验相互间的默契配合。

3、分成六人小组，小组自定练习形式，认真体验多人配合垫球，努力使球不落地或少落地。

组织：

自由分散、小组分散

三、小组合作，参与对抗

教师活动：

- 1、组织学生商讨制定比赛规则。
- 2、协助做好裁判工作。
- 3、引导学生进行小结。

学生活动：

- 1、和教师一起商榷制定比赛规则。
- 2、在小组长的带领下商量、组织好垫球对抗赛，在比赛中熟练技能，培养合作。
- 3、积极地表达比赛时和比赛后的`感受。

: 略

## 人教版小学六年级体育教案篇八

在游戏活动中学会快速地起跑，并知道哪些游戏可以练习灵敏素质，从而掌握一些健身的技巧。

快速起跑

教师活动：

- 1、组织学生常规训练
- 2、组织学生分组游戏，做好裁判工作。
- 3、提出要求，组织学生活动关节。

学生活动：

- 1、体育委员整队，检查出席人数。
- 2、听口令进行队列练习，做到有精神，动作到位。
- 3、分组进行贴烧饼游戏。
- 4、两人一组，自编徒手操，充分活动各关节。

组 织：四列横队、分组练习

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

教师活动：

- 1、讲解游戏方法规则，组织学生进行游戏。
- 2、从游戏中引导学生分析快速起动的要素。
- 3、讲解黄河长江游戏方法规则，组织学生游戏。
- 4、引导学生动脑，改编黄河长江游戏方法规则进行活动。
- 5、引导学生进行小结。

学生活动：

- 1、了解要求后，看老师手中的信号牌积极地参与游戏，体验快速起动和止动。
- 2、在老师的引导下积极地表达出快速起动和止动的要素。
- 3、认真了解黄河长江游戏的方法和要求，积极参与游戏体验起动后的快速跑。
- 4、大胆地对黄河长江游戏进行改编，加大难度进行游戏，体验不同姿势下的快速起动。
- 5、积极表达自己的学习收获，听音乐进行柔韧放松。



组织：分组练习

场地器材：操场、乒乓板等

## 人教版小学六年级体育教案篇九

在合作学习中掌握韵律绳操4-6节，感受韵律节奏感。

韵律绳操

教师活动：

- 1、集队，了解出席情况，宣布学习目标、学习内容。
- 2、组织学生队列练习：四路纵队行进走。
- 3、布置练习要求：前跳50、后跳30、交叉跳30、蹲跳20，注意休息。
- 4、组织学生柔韧练习。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

- 2、听口令按要求，认真地体验行进走的节奏和动作要求。
- 3、按老师的要求分散练习，充分活动肢节，充分体验跳绳的乐趣。
- 4、借助栏杆进行压腿。

组织：四列横队、分组

重点：绳操的4-6节动作。

难点：收绳和放绳动作的快而到位。

教师活动：1、组织学生复习1—3节动作。

2、示范第四节动作，并口令指导学生进行模仿练习。

3、示范第五节动作，并口令指导学生进行模仿练习。

4、示范第六节动作，并口令指导学生进行模仿练习。

5、组织学生听音乐，随音乐节奏完整练习前六节。

6、提出要求，组织学生分组巩固动作。

7、听音乐集体复习前六节动作。

学生活动：1、找一个伙伴进行复习，听音乐随示范复习前三节。

2、认真模仿第四节动作，体验双手的交接绳动作。

2、随示范模仿第五节动作，体验快速的节奏。

3、随示范听口令模仿第六节动作，体验放绳和收绳动作。

4、随示范，听音乐初步尝试连贯动作。

5、按老师提出的要求，在小组长的带领下认真复习三节动作，把动作练习得比较熟练。

6、听音乐熟练地随示范复习前六节操。

组织：四列横队、在规定场地内分散练习

提示学生进行交流，组织学生放松

向你最好的伙伴说说今天所学的三节操的名称，说说学后的

感觉。

听音乐，在小伙伴的带领下进行柔韧放松。

散坐在草地上

操场、录音机

## 人教版小学六年级体育教案篇十

本学期六年级有八个教学班由我任教,共有学生440余人。在五年级经过了刻苦的锻炼,在六年级又经过细致的指导,学生整体身体素质有了很大提高,体育活动中相关的技能技巧都比较熟练。但是随着年龄的增长,女生的运动能力下降了很多,很多女人因为身体的发育而羞于在同学面前表现自己,更多的活动只当个旁观者。学生上体育课的积极性、态度都发生了很大的变化。

1、使学生熟练地掌握队列队行,并且能灵活地根据口令进行站队。

2、使学生熟练掌握50米、100米、200米、800米、立定跳远、垒球掷远、跳绳、跳高等项目的技术要领和技巧。

3、掌握基本的体育基础知识,明确体育锻炼的作用,在锻炼中运用学到的知识,并不断巩固和提高。

4、进一步增强体质,特别是耐力素质和力量素质。

5、通过体育锻炼,培养集体主义精神,进行爱国主义教育,增强自信心,为终身体育打下坚实的基础。

1、精心备课,认真上好每节体育课,按时完成体育教学常规。

2、加强体育课课堂教学的质量，使每一节课都上的有意义，学生有收获。

3、合理使用体育器材和体育设施，加强学生体育活动技巧的教学

4、注重对学生身体素质提高的训练，以强化学生的体质。

5、根据学生的年龄和心理特点，因材施教，培养学生对体育的兴趣爱好。

6、加强对体育课的安全教育和学生对自我保护意识的教育。

### 武术操立定跳远

1、使学生初步掌握少年武术操1-4节的动作要领。

2、通过立定跳远的练习,发展学生的弹跳力和身体的协调性,提高跳远的能力。

3、培养学生的注意力、观察和判断力。发展动作的准确性和节奏感。

动作流畅，协调

教学难点：

一摆二蹲三起跳，动作流畅四、

教学过程：

（一）、准备部分

1、课堂常规教学：

- (1)、体育委员整队
- (2)、师生问好、
- (3)、宣布本课内容与要求
- (4)、安排见习生

## 2、准备活动：

- (1)、慢跑操场两圈
- (2)、广播体操

要求：认真积极，全心投入组织：四列横队

## (二)、基本部分

### 一、武术操

- 1、由教师动作示范结合语言讲解，再进行分解动作练习与连贯动作练习
- 2、指导学生分组练习
- 3、认真跟随老师，听从老师口令
- 4、仔细观察老师动作
- 5、认真按要求练习，分组练习
- 6、巡视指导，纠正错误

要求：动作到位组织：四列横队

## 二、立定跳远

- 1)、教师示范讲解动作要领。
- 2)、原地一摆二蹲三起跳练习。
- 3)、集体向前跳练习。
- 4)、分小组练习。
- 5)、两人合作比赛跳。
- 6)、教师巡视，纠正错误。

要求：动作到位，积极练习。组织：广播体操队形——散点

## （三）、结束部分

- 1、集体放松
- 2、教师讲评小结
- 3、下课