

最新一年级体育课教案(模板8篇)

教学方法是指教师在教育教学活动中运用的各种教育手段和策略，以实现教学目标。请大家仔细研读以下教案模板，参考其中的教学思路和方法，以提升自己的教学效果。

一年级体育课教案篇一

- 1、大胆探索侧身钻圈的技巧，提高幼儿身体的灵敏性及协调性。
- 2、体验帮助他人的乐趣，有勇敢精神。
- 3、培养幼儿健康活泼的性格。
- 4、体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。

钻圈，塑料圈，橡皮筋，椅子、地图等。

一、创设情景，以“解放军”的形象引入，激发幼儿兴趣。

小朋友们，有一位解放军叔叔受伤了，可是他还要送一张很重要的地图，那该怎么办啊？（我们帮他送）他告诉我说，途中要经过很多山洞，跳过一个水坑，还要跑一大段路才能把地图交到解放军阿姨手中。可是我们小朋友的本领还不够，所以让我们一起先来学习一下本领吧。

二、准备活动：现跟老师一起来放松一下吧！

教师带领幼儿做准备运动。（头部运动，四肢运动，下蹲，侧走）

三、基本动作练习。

1、练习侧身走。

(1) 我们送地图的路上要经过很多山洞，那些山洞很窄，就跟老师前面准备的这个一样，那我们怎么经过这个地方呢？谁来试试看？（请幼儿示范）

(2) 教师小结：这么窄的山洞，我们不能正面走，只能侧着身子，一只脚先迈过去，另一只脚再跟过去。

(3) 我们每个小朋友都来走一走。

2、练习有高度的侧身走。

(1) 那些山洞除了很窄外还很低，就跟前面这里一样，那又要怎么走呢？（幼儿探索侧身低头走的方法）

(2) 请一个幼儿示范；

(3) 教师小结：原来我们要弯腰、下蹲、低头，一只脚先跨过去，另一只再跟过来；

(4) 集体尝试；

(5) 纠正错误姿势的幼儿。

四、游戏活动：送地图

小朋友的本领学得真好，现在我们要准备出发了。

1、交代任务：解放军叔叔为了安全把地图分成了好多块，每个小朋友都拿一小块地图藏在口袋里，这样即使敌人抓到了我们其中一个，那他还是不知道地图的内容。

2、交代路线：我们先要跳过一个一个小土坑，然后钻过一连串的山洞，还要跑过一条小路才能把地图交给解放军阿姨。

过山洞时，记住可要用我们刚才学到的本领，侧身、弯腰、低头过去，可别把头给磕破了哦。完成任务后请和解放军阿姨一起等待后面的小朋友，一起给他们加油！

3、完成任务。

五、放松活动：

小朋友们真勇敢，帮助解放军叔叔完成了任务，现在让我们来放松一下吧！

基本完成了本节课预设的教育教学目标，幼儿对老师的提问积极响应，与老师的互动很好。老师的有些引导还不够到位，要多让幼儿表达，以后上课要多注意对幼儿语言表达能力的培养。

一年级体育课教案篇二

课堂常规及注意事项

教学目标：通过学习使学生了解上体育课应注意什么，怎样上好每一节体育课，可以达到全

面锻炼身体、掌握知识、方法，促进身心发展、增强体质为目的。

重点：常规教育与安全教育

大家好！祝贺你们顺利的进入了七年级下期了，你们是否意识到你们成熟了，成为了一

理想的翅膀；身体则是理想和知识的载体，三者相辅相成、缺一不可。

一、讲述《课堂常规》及注意事项。

- 1、对老师有礼貌。上课铃响，体委整队，静候上课。要求：快、静、齐。因故迟到要喊报告。下课时按老师要求整队，听老师下达口令后才下课。
- 2、不迟到，不早退。如有特殊情况要有班主任或医生证明。提前向教师请假并按老师的要求参加适当的活动、见习或全体。
- 3、上体育课要穿轻便的服装和鞋子，尽量穿运动服、运动鞋。严禁携带小刀、钥匙、胸针、钩针等硬物。补充重点对运动服、运动鞋的要求必须要做到。
- 5、爱护公共财物。课前按老师要求布置好场地器材，练习是要爱护使用器材，课后要认真清点归还器材。

二、进行合理的体育锻炼。在体育锻炼中，你会尝试到锻炼的愉快、竞争的刺激、合作的欢乐，体验到勇敢与顽强、胜利与失败、挫折与勇气、拼搏与成功给你带来的兴奋和快乐，而且你会切实的感受到体育锻炼对身体各器官系统机能的促进作用。经常进行合理的体育锻炼，可以促进生长发育，还可以调节神经活动的灵活性。

增强了学生们对课上该作什么有了初步了解，加强了学生们对体育课的兴趣，以及对课堂常规的认识。

队列队形 复习广播操

教学目标：1、通过队列队形练习，可以培养学生正确的身体姿势，促进身体的正常发育，

培养学生的组织性、纪律性、集体动作的能力和朝气蓬勃的精神面貌。

队列队形 学习正步走

教学目标：1、通过队列队形练习，可以培养学生正确的身体姿势，促进身体的正常发育，

培养学生的组织性、纪律性、集体动作的能力和朝气蓬勃的精神面貌。

2、通过广播体操来培养学生的形体美。3、讲解正步走的动作要领。

续练习，争取在比赛中取得好成绩

队列队形练习

教学目标：通过队列队形练习，可以培养学生正确的身体姿势，促进身体的正常发育，培养

学生的组织性、纪律性、集体动作的能力和朝气蓬勃的精神面貌。

为了参加比赛同学们的积极性比较高，都认真严格要求自己，动作质量进一步提高

队列队形 复习广播操

教学目标：1、通过练习进一步培养学生的身体姿势及提高各技术水平。

2、培养学生间互相团结，互相帮助的好品质和朝气蓬勃的精神面貌。

的非常积极，达到了预期的目的，使正堂课的学习气氛非常高，是做操质量更进一步

一年级体育课教案篇三

一个小小的轮胎在大人们眼中是废品，可是到了孩子们的眼中却成了最有趣的一种玩具，正是因为是废旧的轮胎家长们肯定会因为脏，危险不让孩子们玩，可是我发现孩子们是非常喜欢玩轮胎的，而且轮胎也是户外活动的一种体育器械，幼儿多参加户外活动可以增强他们的体质，锻炼幼儿的身体，使幼儿能够健康快乐的成长。我利用这一点，设计了玩轮胎这个游戏，发挥孩子们的想象力和创造力，锻炼幼儿的平衡力和身体协调能力，让幼儿从游戏中体验快乐，让幼儿喜欢玩轮胎。

- 1、引导幼儿自己探索轮胎的各种玩法。
- 2、通过游戏锻炼幼儿的平衡力、手脚协调从轮胎上爬的能力，手脚协调从轮胎上走的能力等。
- 3、配有幼儿主动探索的积极态度。

1、人手一个轮胎

一、导入

“小朋友你们看今天的天气可真是不错呢，让我们一起滚着轮胎到操场去去玩吧。”

二、滚轮胎

小小轮动滚起来，滚轮胎是最基本的玩轮胎的方式，孩子们一开始滚动的时候，没有找到方法，轮胎不是这边倒就是那边歪，滚得时间长了，我们小班的孩子们滚轮胎的技术那是越来越高了，快看，我们的孩子们多棒啊！

“哎呀！我的轮胎。”不怕，我不会让它躺下的。

看，我们滚得多快。

三、爬轮胎

轮胎不仅可以滚，还可以爬呢。

四、从轮胎的洞洞中迈过

孩子们会爬轮胎了，那我们换一种玩法吧！

五、从轮胎上走过

真棒，我们可要增加难度了哦。

六、“开汽车”

这是孩子们自己创的玩法呢，来看看他们怎么玩吧。

七、累了，休息一下 轮胎成了孩子们的家

一年级体育课教案篇四

活动目标：

1. 通过活动，让幼儿了解一些运动项目，培养幼儿对参加运动的喜爱。
2. 能用较完整的句子较连贯地讲述“我最喜欢的运动”，清楚地表达自己的意思。
3. 知道参加体育运动要坚持不懈，有不怕困难的精神

活动准备：

1. 课件-动画片：看着我，跟我做

课件：运动项目知多少

活动过程：

一、导入

启发幼儿谈论运动项目

小朋友，你们观看过运动会比赛吗？你看到了什么比赛项目？

你最喜欢哪一个运动项目？

(让幼儿自由讲述，激发谈论的'兴趣)

二、展开

ppt课件：运动项目知多少

1. 了解运动项目

让幼儿逐项看这些体育项目，并讨论发言

武术、羽毛球、篮球、排球、足球、乒乓球、水上排球、跳水

游泳、花样游泳、田径、击剑、马术、体操、射击、拳击、举重

2. 分组讨论

小结：运动员取得优异的成绩，非常的不容易，这成功的背后付出了许多辛勤的汗水。

3. 运动员故事

(1)教师有选择的将一两个运动员艰苦训练的小故事，让幼儿知道参加体育运动要坚持不懈，要有不怕困难的精神。

(2)教育幼儿为他们的胜利感到骄傲，同时从现在起就要好好学习，坚持参加各种体育活动，夏天不怕热，冬天不怕冷，练出好本领，争取长大后也为祖国做出贡献！

三、结束

观看动画片：《看着我，跟我做》

让幼儿跟随动画片的表演，在愉快的热身运动中自然结束活动。

一年级体育课教案篇五

随着现代家庭生活水平的不断提高，各种时尚玩具（价格高、科技含量高、对幼儿教育意义与发展功能不高）占据了幼儿有限的游戏空间。其实，生活中的许多普通用具都有很强的可操作性，富有潜在的教育功能。小板凳就是我们平时很常见的一种家庭用具。板凳游戏可以锻炼幼儿勇敢的品质、培养善于与人合作、交往的习惯，启迪幼儿利用生活用具自创游戏的创新思维。

- 1、通过板凳游戏进一步培养幼儿活泼开朗、自信大方的个性。
- 2、进一步锻炼、发展幼儿的动协调能力。
- 3、发展幼儿的创造性、锻炼幼儿大胆勇敢的品质。

1、幼儿人手一把塑料椅凳（四条腿，无靠背）

2、长2米，宽1、5米的较厚体育运动软垫2个。

3、进行曲音乐、动物模仿操音乐。

4、活动得到本班其他配班老师的支持。

1、幼儿右手抱椅凳听《进行曲》的音乐入室。行进中自然成体操队形。

2、组织幼儿复习小动物模仿操。

师：小动物模仿操小朋友还记得吗？

幼：记得。

幼：老师，我想站在小板凳上做动物模仿操！

幼：噢，我也想。

师：大家觉得他的主意怎么样？

幼：噢，可以站在凳子上了，太好了……

师：好，我们轻轻站上来，大家可要注意掌握好平衡。要是掉下来了怎么办呢？

幼：可以再站上来。

幼：不能太紧张要不也会掉下来的……

幼：一只脚站的时候很容易摔倒的，最好两只脚都站在凳子上。

（教师倾听、微笑、默许……）

师：我们一起听着音乐来做操吧，动作可以稍轻一点。（幼儿听音乐做模仿操一遍）

师：刚才我们在凳子上做操了，小朋友心里有什么感觉？

幼：我很高兴的！

幼：我觉得自己又长大了。

幼：感觉腿有点酸酸的。

幼：开始有一点点的害怕，后来不害怕了。

幼：我觉得自己比以前高了……

1、引导幼儿利用板凳创造性的游戏。

师：刚才小朋友在板凳上做操了。其实还有许多可以和板凳一起做的游戏呢，我们一起来玩。有新的玩法要记得告诉老师和小朋友。

幼：我趴在凳子上伸开胳膊我就是大老鹰了。

幼：我让小凳子当我的小舞台。

幼：我绕着小凳子转圈玩。

幼：我可以从小凳子的这边跳到那边去。

幼：我的'手从小凳子的下边慢慢过就像火车钻山洞。

幼：我把小椅凳放到头上练习平衡。

幼：我拉着小椅凳在地上走，象开车一样……

师：小朋友们玩的太好了，以后发现还有别的新玩法也要记得和老师、小朋友们一起分享。

2、组织幼儿玩集体的板凳游戏。

(1) 游戏：穿过森林。

幼儿排一队，在间隔1米的树林（椅凳做树）里沿"s"形路线穿梭。

(2) 游戏：过段桥。

幼儿排一队，一个跟一个在间隔20公分的断桥（小椅凳做桥面）上走过。

幼：老师我不敢走。

师：没关系，勇敢一点，看看别人是怎样走的。来，我们一起走过去。

(3) 乌龟爬。

幼儿在连接起来的凳面上爬过。

师：爬的时候感觉一下，怎样才能爬的又快又稳。

幼：身体要收拢，要不就会掉下来。

幼：动作要轻，要不小凳子会翻过来的。

幼：眼睛要看着前面，往前爬才能走的快……

(4) 游戏：小伞兵。（幼儿练习从50--100公分的高度往下跳。）

师：我们怎样让我们的小凳子变的高一点呢？

幼：可以把凳子插起来，就慢慢变高了。

幼：我们来试一试。

幼：好。大家快搬椅子过来。

师：呀，这么高了，我们来做小伞兵好吗？

幼：好的。（教师帮助幼儿从50公分的高度跳到体育垫上）

师：我们的小伞兵还可以从更高的地方往下跳吗？

幼：好。

幼：老师我们想试一试。

师：那我们动手把跳伞台加高吧。（幼儿从80公分高度和100公分高度跳下）

幼：好高呀。

幼：感觉今天我也很勇敢的

幼：呜（哭声）……老师我害怕了。

师：快过来在这边休息，让其他小朋友跳。

师：今天我们和小板凳一起玩游戏，大家都累了，我们一起把小板凳送回家，然后去洗手、喝水，然后休息一下。

从幼儿活动过程中的表现分析：大部分幼儿对游戏活动很感兴趣，积极性很高，活动中教师与幼儿的交流自然轻松。孩子们很喜欢教师在引导语言中用“玩”这个字眼，听到老师说要让大家一起来“玩”，孩子们表现出了异常的兴奋和创意，语言表达的积极性也比往常高了许多，这时，师生互动和生生互动的频率也大幅度的提高了。

在幼儿提出想站上凳面做操时，教师及时的给予了支持和满足，能较好的体现新课程中教师是幼儿探索道路上的支持者

和合作者和游戏的伙伴的观念。基本部分的第一个环节教师引导幼儿和板凳一起游戏，孩子们表现出了较高的创造积极性和创新思维。

在活动目标达成方面：幼儿通过创造性的游戏以及集体的板凳游戏，较好的锻炼了协调、平衡、跳跃的能力，同时进一步培养了幼儿的合作、适度等待、坚强勇敢等品质。同时，站在板凳上做操和从高处往下跳游戏情境也给幼儿创造了体验“刺激”、挑战自我的好机会。

1、集体游戏“穿过森林”“过断桥”以及“乌龟爬”时幼儿均应分成两队或三队。原活动设计中安排幼儿站一队，是有意识的想锻炼幼儿的等待与合作能力，但实践过程中发现幼儿等待的时间过长，影响了孩子充分的探索和体验。

2、教师观察、分析、特别是灵活处理问题的能力还应该加强。如：发现游戏中幼儿消极等待时间有些多，后面的游戏就应该及时的调整和避免。

3、注意处理好新课程“三维目标”的整体性、融合性和平衡性。使游戏活动中知识与技能，过程与方法，情感态度与价值观三方面相互联系，自然的融为一体。如：游戏“小伞兵”中，教师在注重跳跃技能与勇敢品质的锻炼时没有充分考虑幼儿的情绪、情感与心理体验，导致个别孩子因惧怕哭泣。以后再遇到有难度的活动时，可以引导和允许幼儿自主选择是否尝试，而教师也应该积极鼓励幼儿大胆表达自己的感受，在鼓励幼儿尝试、体验的同时还应努力考虑和尊重每一位幼儿在能力与心理机制等方面的差异。

4、活动场地的选择方面还欠妥当。木地板的硬度给幼儿造成了一定的心理威胁如：玩板凳上游戏时，幼儿会担心从板凳上掉下来摔痛身体；扮演“小伞兵”从高处跳下时虽有保护垫，但周围的硬地板也会让孩子产生心理恐惧。本次活动若在幼儿园操场的塑胶垫上进行，则更利于营造幼儿安全的活动心

理环境，促进幼儿更为投入的活动，更为充分的体验、尝试和探索。

一年级体育课教案篇六

小鸡学本领

- 1、发展幼儿跑的能力，且不与他人碰撞。
- 2、激发幼儿在游戏中感受快乐。
- 3、能在游戏中充分发展团结精神。
- 4、促进幼儿手脚和全身动作的协调性和灵活性。
- 5、培养幼儿边玩边记录的学习技能，并能够用自己简短、流利的语言表达自己的意思。

围巾一条，小鸡头饰若干，狐狸头饰一个，游戏场景，“虫子”若干。

引导幼儿学习闪躲能力，在跑的过程中不碰撞他人。

活动的形成是一次我看见孩子们在操场上自发的进行打怪物的活动，一个孩子做怪兽，另外几个孩子去找怪兽并打怪兽。孩子们玩得不亦乐乎。因为这样的活动不仅满足了孩子们奔跑、躲藏的欲望，也满足了孩子们扮演角色的欲望。我当时就想何不就次进行一次有趣的体育活动，在老师的有递进的活动中获得更多能力的发展呢？于是《小鸡学本领》这一活动就出来了。活动的目标是能够进行初步的投掷活动，锻炼孩子们四散奔跑的能力；在活动中培养勇敢、不怕困难的精神。活动开始部分，孩子们还都能够围在我的身边，听我讲解要求，跟我做一些热身的动作。也许是我太关注孩子们活动的纪律了，多次停顿进行等待，孩子们的兴趣明显有了游

离。匆匆出示了小鸡的头饰、匆匆讲解了要求和投掷的方法后，我就让孩子们进行自由的练习。拿到纸球开始练习，我心里就后悔不迭。孩子们投掷的方向我没有统一要求，这就发生了问题，纸球到处飞，很多飞到了孩子的身上，弄的一会就有一个小朋友来向我告状，谁又将球砸到了别人的头上。练习活动显的有些混乱。于是我让孩子们再一次回到了我的身边，及时的补充了要求。我来扮演大灰狼，请小鸡们到外面找吃的时候看到大灰狼要及时跑回圈中的家。大灰狼这一角色的出现让孩子们很兴奋。第一遍游戏是按照我的要求进行的，当我这个大灰狼出现的时候，孩子们都尖叫着跑回了圆圈中。可当第二次，我要求孩子们用软球打大灰狼的时候，鹏鹏却冒出了一句：我来打大灰狼，一下就把你打死了。这下可好，全体都来打我这个大灰狼了，让我哭笑不得。

整个活动，孩子们的兴趣是好的，表明我选择的这个活动的目标和形式是好的。只是现在想想，角色的设置还是值得我好好考虑的。看来小鸡、大灰狼对现在的孩子真的有些过时。另外，在体育活动中，我班的活动常规的培养还需要加强。相信多次的活动，孩子们的游戏常规会在一次次的活动中得到培养！

一年级体育课教案篇七

本设计是针对水平二（三年级）学生身心特征设计的，罗列了一些常见运动操作处理常识，重、难点是让学生能保持临危不惧的心态，正确选择处理方式，避免二次伤害，赢得时间，等待救援，本次课的教学内容主要采用了各种形式的跑，反口令小游戏、游戏“大渔网”，提高学生的灵敏性和快速反应能力，发展学生的奔跑能力，并在活动中传授运动伤害事故的急救与现场处理常识，把体育理论中的救护常识巧妙设置在游戏过程中，做到理论与实践课的自然衔接，同时又不脱离体育课的本质特点，通过高强度游戏，发展学生体能，让学生既锻炼了身体，又学到了学科知识，将传统游戏“大渔网”设计、改编、拓展，有助于提高课堂教学的针对性和

实践性。

三年级学生好奇心强，好动活泼，对新鲜事物有一种尝试的欲望，喜欢表现自己，因此，教学中通过不同形式，不同内容的身体练习，包括角色扮演、场景设置等可加深学生对运动操作处理方法的印象，散发其学练兴趣，掌握基本常识，提高学生学习效果与练习效果。

1. 90%左右的学生能够了解并懂得流鼻血、中暑、擦伤、扭伤的应急措施与简单处理方法。

2. 发展学生的反应能力、奔跑能力、灵敏性等身体素质。 3. 培养学生临危不惧的意志品质，责任心和救助精神。

采用口头评定演练效果的办法、鼓励、激励学生：采用“关键词”提醒，例如：快、有序、仔细听等，对学生起到心理暗示的作用。采用目的性明确的话语，富有启发性地将学生看、听、想、练有机地结合起来。

本课场地设置比较简单，课中采用场景模拟设置，设置了“医疗点”，在场地设计上考虑到学生练习的密度与强度，设计了半径为5-6米的两个相邻大圆圈作为游戏“渔网”的活动范围，在圆圈外面有学生的起跑区域与通道，便于教学的统一组织管理以及教师地活动场面的监控与调控，课中教学主要采用集体教学的组织形式，既便于组织调控，又便于增强教学的实践性。

开始部分 基本部分 结束部分

班级组织（四列横队和一路纵队相结合）散点教学散点教学

图1—3场地设置与组织形式（案例三）

平均心率：1305次/分钟 练习密度：40%~50%

体育游戏是孩子最喜欢的活动之一，学生喜欢奔跑，喜欢获得成功的喜悦。但是，现在大多数孩子缺乏团队合作意识，针对这些情况，结合传统的游戏“大渔网”，进行了一定的创新、拓展。即要求孩子们规定的时间，通过2人或3人的合作“网鱼”。让孩子们领悟到团结协作的重要性。在活动过程中，教师用出其不意的扮演角色的方式引出2种常见的运动受伤：擦伤和扭伤。教师提问、引导，学生观察、回答，师生共同总结出常用的现场急救处理方法，并适时地纠正生活中错误的做法。让孩子们懂得处理原理，并能在今后的学习生活中科学运用。

通过本堂课的教学实践，笔者深刻地体会到一个好的体育教师不能只上好室外实践体育课，还要提高自己的理论修养，设计的课能让学生在得到体育锻炼的同时获得一些必备的理论知识或常识，提高课的内涵，让学生每堂课都有新感受，喜欢上体育课。让理论知识融入课堂，融入孩子们的日常锻炼中，让理论去指导实践，在实践中教授理论，真正做到在玩中学，玩中练。社会在进步，教育教学在创新，只有不断提高教师的业务水平，才能促进教学的发展，才能使快乐体育真正快乐起来。

一年级体育课教案篇八

我在上三年级体育课《前滚翻》的教学过程中，我发现在我演示了猴子滚动后，大部分学生都明白滚翻时要团身的要领，但是在实际的练习中，依然有不少学生不能完成完整动作。关键的原因在于低头的问题。于是，我让两个学生上前展示自己的动作，一位学生低头团身，完成了动作；而另一位学生尽管团身很紧，可是由于低头不够，使得他的前额触垫，怎么也翻不过去。面对这样的现象，很多的学生明白了低头的要领，要后脑勺着地。但是明白了不代表能完成动作，我就引导学生利用准备活动时的“低头看天”和“倒看人”游

戏，使学生充分体验到了后脑勺着地的要领，尽管有些学生团身不紧，但是一低头还是可以翻滚过去。在这样的初步体验的基础上，我尝试让学生翻滚以后能站起来。刚刚有些学生低头能翻滚过去，但是由于团身不紧，无法很好的站起。学生明白了动作要领，在后来的练习中，自然而然的在翻滚中团身，力求在翻滚过后能站起。超过一半的学生能在翻滚后站起，还有部分学生就差一点点就成功，这时候，我又引导学生双脚用力蹬地。我请两个学生展示比较，动作快的学生很容易就翻滚过去，而动作慢的学生尽管翻滚过去了，但是站起来很艰难。我问翻得快的学生有什么秘密？他说：“要用力翻，脚要用力蹬地。”通过对比引导，超过90%的学生利用低头、团身、蹬地等动作要领，出色的掌握前翻滚的技巧。

或通过动作比较，或通过动作演示，使学生理解动作要领，突破重点，克服难点，最后顺利掌握前翻滚技术。

二是学生在自主练习时，我给予学生明确的目标。比如一开始有的学生团身紧，但是翻滚不过去，我就引导学生要低头。通过前面的准备活动“低头看天”“倒看人”游戏，使学生理解前翻滚中低头的重要性，强调在前翻滚时要先低头才能翻滚过去。在学生翻滚过去后不能顺利站起时，又通过分析比较，让学生理解要滚得快，双脚就要用力蹬地。在练习时给予学生明确的目标，学生对于动作的掌握就更容易。