

# 小学生体育教案(优秀8篇)

高三教案是教师为了指导高三学生的学习，制定的一种教学计划和工作安排。科技课程：《电子科技应用》教案。

## 小学生体育教案篇一

体育课是体育教学的基本组织形式，主要使学生掌握体育与保健基础知识，基本技术、技能，实现学生思想品德教育，提高运动技术水平。下面我们一起来看看小学生体育课的安全教育教案吧！希望能够帮助到大家。

为确保体育教学活动的正常进行，预防在体育课上出现人身伤害事故，特制定本预案。

□

在体育课的教学活动中，学生出现意外事故，启用本预案。

组 长：学校校长

副组长：副校长(分管安全)、副校长(分管教学)、体育教研组长

成 员：体育教师、各年级组长、各班班主任

□

1、在每一学期开学的第一节课即室内课上，应对学生进行体育活动方面的安全教育，阐明各项体育活动中所存在的危险性和相应的防范措施，并对所教班级的所有学生进行体质健

康调查，对于有严重疾病而不能参加剧烈活动的学生进行登记，并确保其不参加剧烈的体育竞赛活动。

2、体育教师要严格按照“学生体育课课堂常规”的要求，认真细致地向学生讲清各种注意事项。同时，严格按照要求上课，杜绝上体育课的随意性，严禁上课脱岗。

3、在实践课当中，必须充分做好准备活动后实施新的活动项目，并教育学生严格遵守体育课课堂纪律，严格按教师所要求的练习方法进行练习活动。在教授体操、球类等器械性活动时，教师要根据教学内容制定相关的保护帮助和安全防范措施，并提前对场地、器材的安全进行检查。避免教学事故的发生，安全要求和防范措施应按要求在预案中体现出来。

4、体育课堂教学中，要加强学生课堂行为规范，教师要观察学生的动态，了解学生的身体健康状况，组织教学要得当，内容合适，练习强度科学合理，按规定学生体操、长跑等课程项目必须事先做好防护工作。。

5、高温时段学生体育课因地制宜，或安排到室内，以防学生中暑。

□

□

1、体操课：学生在运用单杠时抓不稳，容易从上面掉下来。联系双杠时，上肢支撑不稳，容易摔杠。

2、球类课：可能场地不平，学生活动不够，易出现摔倒或扭伤现象。

3、田径类：实心球等投掷项目，投掷时可能损伤其他人，跳跃、跑步时易损伤关节。

- 1、坚持实施落实体育教师岗位职责，学校安全小组定期检查。
- 2、体育教师备课教案中必须体现出不同的项目活动中的安全防范措施。考虑到可能出现的不安全因素。
- 3、体育教师必须学会体育课中出现的可能性安全防范技能。
- 4、对技术方面的要求一定让学生弄清、弄懂，掌握要领。
- 5、球类：场地平整好，做好充分的准备活动。
- 6、对周围人员进行隔离，选择较软的场地，充分活动好学生的各个关节。

体育课中如果出现上述风险，应采取如下措施：

- 1、体操类：一旦学生从器械上摔下来，就具体情况进行救护，关节扭伤时，教师就扭伤情况给学生推拿救护，情况严重者可迅速送医院治疗。如果学生失去知觉，赶紧掐人中穴位，使其苏醒，结合情况赶紧送医院进行抢救。
- 2、球类：发现学生摔伤或扭伤，情况不严重者，体育教师自己可对学生进行冷敷、加压包扎，或送医院进行处理，情况比较严重者就立即送医院进行救治。
- 3、田径类：教学中一旦发生有器械碰撞人的现象，就立即就所碰撞的人进行检查，情况严重的立即送往医院进行全方位的检查。
- 4、教学过程中若出现上述突发事件必须及时通知班主任和家  
长，并第一时间报学校安全领导小组。

## 小学生体育教案篇二

本课以“健康第一”为指导思想，围绕《新课标》三维总目标的要求，力求从各个不同的角度，培养学生对体育的兴趣，发展学生的多种活动能力。在教学中我们既要发挥教师的主导地位，又要重视学生的主体地位，始终以学生的发展为中心。以求使学生了解上体育课的方法，为今后上好体育课打下基础。同时养成团结协作的习惯，并发展其力量、灵敏和协调性素质。在教学过程中，充分运用体育游戏这一体育教育的好途径，通过游戏规则要求，教师言语激励，评价反馈等，培养学生团结协作，公平竞争，实事求是，顽强拼搏的优良品质和优秀的体育道德作风，在锻炼身体的同时，潜移默化地对学生进行德育渗透，体现体育的教育性原则。

四年级的学生处于水平二阶段，正处在生长发育的关键时期，他们普遍存在已经懂得学习和锻炼的态度与行为，但对课堂常规未养成良好习惯的现象。他们一般具有依赖性强、模仿力强、好奇心强且自我约束能力差、精神不易集中的年龄特征，对于相对直观、易模仿的体育课兴趣较高。

认知：使学生了解上体育课的方法，为今后上好体育课打下基础。

技能：使学生身体在灵敏、力量、柔韧、协调等方面得到全面的发展；

情感：培养学生坚强的意志品质和良好的合作意识

1、体育课常规习惯的养成

2、保护与自我保护的方法

根据教材的特点和学生的实际情况，本节课我采用语言诱导法、

讲解示范法、分组练习法和游戏比赛法来组织教学。

这节课因为学生活泼好动，好奇心强，兴趣和爱好非常广泛，注意力不集中，又对单调持久的动作容易感到疲劳和厌倦，为了能把这节课上的更好，我运用了电教手段，音乐进课堂，下面我通过三个部分来加以说明这节课的内容。

2、基本部分：良好的体育课常规习惯的养成是本课的重点。在教学过程中我采取了讲解和游戏相结合的方法来进行新课的教学。这样可以不断提高教学效果，以达到突破本课的教学重点和难点的目的。本部分分为一注意安全；二服从老师的指挥，认真观察老师的示范动作；三做好保护与帮助和素质练习等几个方面。

3、结束部分：学生边放松边听讲解，在轻松愉快的情绪中结束本课。

多媒体设备、录音机。

本课的平均心律：80——100%

练习密度：30——35%

### 一、注意安全（详）

- （1）衣服口袋里禁止装钥匙、小刀等坚硬、尖锐锋利的物品。
- （2）不要佩戴各种金属的或玻璃的装饰物。包括发卡、项链、手镯等。
- （3）患有近视眼的同学，如果不戴眼镜可以上体育课，就尽量不要戴眼镜。如果必须戴眼镜，做动作时一定要小心谨慎。
- （4）衣服要宽松合体透气吸汗，最好不穿钮扣多、拉锁多或者有金属饰物的服装。有条件的应该穿运动服。不要穿凉鞋、

拖鞋或皮鞋，应当穿球鞋或布鞋。

(5) 上课的穿着要合体。合身的服装才能便于运动，拖拖挂挂运动受影响。

(6) 体育课上要严肃纪律性，教学活动井然有序，教学活动无序存在安全隐患。

(7) 跑步时严禁互相推、拉、拌、追逐、打闹，跑步中如果有事情需要停下，应逐渐减慢速度，并在场地旁边停下。

(8) 未经允许不得随意移动老师布置过的场地、器材和校园内的各种体育设施。

(9) 只能在空旷地区活动，严禁在花坛、台阶、楼梯等不适合运动的地方运动和游戏。

(10) 体育课中严禁故意推拉他人和作各种危险动作。体育课自由练习时必须在教师指定场地下练习，不得进入其他场地。

二、服从老师的指挥，认真观察老师的示范动作（略）

三、做好保护与帮助（详）

随着我们年级的增长，我们学习的体育运动技术动作将存在着一定的难度和危险性，因此自我保护非常重要。

自我保护是练习者自己由于意外原因或在动作失败时，独立运用自我保护和自我解救动作摆脱危险。常用屈臂、团身、空翻、下蹲等方法进行自我保护。自我保护是自身采用缓冲技术避免伤害，是练习中常用而有效的保护方法。练习者应根据失误时身体所处的状态果断地作出反应。其要点是：防止头、颈直接冲击地面；避免直臂后撑；应该颈肌紧张、头

内扣、屏气、顺势做滚动。如：从高处跳下落地时必须双腿屈膝并拢。前脚掌着地；当重心不稳快摔倒时，立刻低头，屈肘团身，以肩背着地顺势翻滚，切忌直臂撑地，以防手腕或前臂骨折、肩和肘关节脱位等损伤。

体育课是我们进行体育锻炼、学习体育知识的主要方式。但是，如果说上体育课时不注意自我保护，忽视安全，就容易出现运动伤害。轻微的如擦伤、拉伤，扭伤等，严重的会造成骨折、脑震荡，甚至还会造成终身残疾以及死亡。因此，提高自我保护意识，掌握自我保护、预防事故的方法，对我们的健康成长有着极其重要的意义。

## 小学生体育教案篇三

1、二年级学生心理水平还停留在不随意性和具体形象阶段；心理活动的随意性和目的性虽有所发展，但仍以不随意性为主。

2、二年级学生参加集体活动时的集体意识比较模糊，还不能清楚地意识到自己和集体的关系；意识到班级是一个集体，意识到班级的荣誉。

3、二年级学生还不具备自我评价能力，对活动的成功与失败不会放到心上，但喜欢听表扬的话，对批评的话语不放在心理，一会就恢复到原始状态。

### 二、教学目标：

1、进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，

2、知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

3、进一步学会一些队形队列基本运动、游戏、健美操的方法，发展身体素质和基本活动能力。

- 4、体验参加体育活动的乐趣，
- 5、遵守纪律，与同学团结合作。

### 三、教学重难点

#### (1) 教学重点

结合教学常规，进行队列队形教学。二年级的体育教学重点侧重于趣味游戏游戏、健美操、短跑、投掷、跳远等项目，因此在教学中要有意识地进行这些方面的练习。

#### (2) 教学难点

二年级的学生理解老师要求相对较慢，在进行一些协调性方面的练习时，学生可能不容易接受。

### 四、教学措施

- 1、认真备课，创设课堂情境，提高课堂趣味。
- 2、抓好课堂常规，多给予学生表扬、鼓励。
- 3、多培养体育骨干和学生组织能力，开展多种多样的活动
- 4、采用直观教学方法，精讲多练，搞好自主、综合、拓展研究。
- 5、教师处处以身作则，为人师表

### 五、教学进度

第1-2周课堂常规

第3-10周健美操一、二级



# 小学生体育教案篇四

学习目标：

基本掌握侧向投掷动作的要领；能做背后过肩、自然挥臂、侧向投远的动作；能敢于发表意见，善于帮助别人。

学习内容：

掷轻物

学习时间：

第十八周

学习步骤：

一、统一规章、身体力行

教师活动：

- 1、集合队伍，组织学生进行基本队列练习，重点练习：走成圆。
- 2、发现问题当场解决，及时与学生进行交流。
- 3、组织学生进行协调性小游戏活动：“抓耳抓鼻子”，讲解游戏方法及规则，并示范动作。
- 4、教师与学生一起游戏。

学生活动：

- 1、乐于反复练习，动作规范到位，练习时思想集中。走成圆练习中，能按老师的要求去完成。

- 2、及时纠正错误，认真进行练习。
- 3、仔细观察老师的动作，积极参与模仿，按照游戏方法及规则，有序开展游戏活动，能快速做出反应。
- 4、积极参与活动，主动交流，相互合作。

组织：四列横队走成圈散点

## 二、积极参与、认真完成

教师活动：

- 1、引导学生利用沙包创编游戏，教师巡视指导。沙包游戏：抛接沙包、连续踢沙包、喊数接沙包等等。
- 2、分成八组开展创编游戏活动，巡视时注意各组学生的活动安全性，积极引导创编有意义的游戏。
- 3、及时总结点评学生的活动情况，并提出要求。
- 4、邀请小组上台展示创编游戏，及时评价学生的表现。
- 5、组织学生复习投掷徒手动作，教师先讲解示范，再邀请学生示范动作，并提出要求。
- 6、组织学生徒手做投掷动作，教师巡视指导。
- 7、及时评价学生的练习情况，并提出要求。
- 8、邀请学生进行动作交流展示，引导学生相互观察、相互学习交流，对学生的展示及时鼓励表扬。
- 9、组织学生持沙包侧向投掷动作模仿练习，注意动作的连贯性。

10、组织学生侧向投掷沙包练习，分成四组进行，听统一信号进行投掷练习。

11、邀请较好的学生展示投掷沙包动作，引导学生积极观察动作，及时评价学生的表现，并提出练习要求。

12、组织学生反复练习投掷沙包。

学生活动：

1、积极投入到活动中去，发挥自己的想象，相互合作，科学合理地开展游戏活动。

2、小组内先讨论游戏方法，再开展活动，注意安全。

3、对照自己的情况，纠正错误。

4、积极参与展示活动，能把自己小组内的游戏充分地展现给大家看，组与组之间相互学习交流。

5、仔细观察老师的动作，注意脚的站立方式及手部动作。

6、侧向站立，左手伸向前上方，右手肩上屈臂，用力蹬地挥臂。

7、积极改进自己的不足，努力向目标迈进。

8、能大胆的展示自己，把自己自信的一面展现给大家看。积极参与交流展示活动，相互交流学习。

9、乐于反复持沙包徒手练习，在练习时能相互帮助，有序开展。

10、原地做好准备投掷的动作，听统一的哨声投掷，在统一要求下捡沙包，捡沙包后快速排好队伍。

11、积极参与投掷沙包动作展示活动，把正确地动作展现出来，能判断出动作的对与错。

12、乐于反复练习，认真对待每一次练习。

组织：体操队形站立

### 三、活跃身心，快乐比赛

教师活动：

1、组织学生进行“运沙包接力”比赛，请学生示范，输的小组进行原地蹲跳练习。

2、组织学生进行尝试性练习一次。

3、及时评价学生的练习情况，并提出要求。

4、组织学生进行比赛。

5、及时鼓励表扬各组的表现。

学生活动：

1、掌握游戏方法及要求。

2、尝试体会游戏的乐趣。

3、对照自己的不足之处，及时纠正。

4、遵守游戏规则，积极完成任务。

组织：四路纵队

### 四、快乐放松，总结评价

教师活动：

- 1、带领学生做柔韧放松练习。
- 2、评价整节课，及时解决课中问题并提出要求。
- 3、宣布下课。

学生活动：

- 1、积极投入到放松活动中。
- 2、相互交流评价。
- 3、师生再见。

组织：四列横队

## 小学生体育教案篇五

所在班级情况，学生特点分析：本班有学生32名，其中女生18名。优秀学生占30%，合格学生占60%，后进生占10%，学生有课前预习得习惯，学习自觉性较好。

运动参与：通过让学生主动参与运动动作的学习，培养他们参与体育活动的积极态度。

运动技能：在游戏找了个进行各种移动，跳跃的练习，说出不同方式跳跃的术语，使100%的学生掌握基本跳跃的方法，80%的同学掌握不同方式的跳跃方法。

身体健康：发展学生身体的协调能力及跳跃能力。

心理健康：培养学生的创新能力和实践精神。使学生体会到体育的乐趣。树立学生终身体育的意识。

社会适应：培养学生独立和他人合作完成活动的意识。

：先摆臂，后蹬地

双脚用力蹬地迅速向前上方跳出

双脚落地，落地时脚尖先落地，同时两腿自然屈膝，维持平衡。

## 一、准备部分

### 1、课堂常规

a□体委集合整队，清点报告人数

b□师生问好，宣布本课的教学任务

组织图形

xxxx要求：快静齐

xxxx声音洪亮、精神饱满

### 2、准备活动

按图形跑成“龙”的队形，（教师将画好的图形展示给学生，找出领头人带队跑出队形）

图形分别为：四边形、螺旋形□s形、t形

要求：

a□学生手持藤圈放在头顶上，跑出队形，队伍整齐，步伐一致

## b□“相反口令”小游戏

要求：动作迅速，学生邀请听课的老师一起进行游戏。

## 二、基本部分

### 1、游戏“梅花桩”

在教师的引导下，利用“梅花桩”这个游戏，让学生自主学习，体验双脚蹬地向前跳动作技术要领，获得运动技能。

### 2、“青蛙过河”

学生利用藤圈想象出不同的跳法

#### a□教师引导

跨步加双脚跳，先单脚再双脚跳，单脚或双脚跳

b□学生尝试练习，教师指导。

### 3、袋鼠接力

组织学生用已掌握的基本跳跃方法进行一场接力比赛，然学生在竞争中进一步巩固技术要领。通过比赛，对优胜组进行激励性评价。

## 三、结束部分

1、教师让分成的两个小组的学生分别利用小组的藤圈摆出图形，学生以小组为单位，充分发挥学生的想像力，由学生自编自创出不同的图形或字（奥运图形、花环图形等）

2、教师总结本课，冲分表演肯定学生的能力，以笑脸结束本

课。

3、师生再见，收还器材。

## 小学生体育教案篇六

1、玩陀螺

2、游戏：抽陀螺比赛

1、在玩中学生了解陀螺发展的历史和传统的玩法；

2、玩中锻炼学生身体，培养学生的动脑思考、动手操作的能力。

陀螺，鞭子若干

1、抽陀螺是一种民间传统游戏，俗称“抽汉奸”，“抽贱骨头”，它的历史久远，据《帝京景物略》一书记载，此游戏从明代就已经流行，山西夏县西阴村仰韶文化遗址（距今红五六千年）中曾出土陶制小陀螺。

2、认识陀螺的构造特点、种类。

传统陀螺是一漏斗样的上圆下尖的一个锥形体，种类很多，有陶制、木制、竹制、石制多种。常见的是木制的，在尖头上安有一个小钢珠。

3、学生玩陀螺

组织：散点站立

教法：生自由玩，师指导。

要求：散开进行，注意安全。



- 1、你都是怎么玩的，展示给大家看。
- 2、大家评选出玩的最好的，展示。
- 3、你还能怎么玩？（几个人玩同一个陀螺；一个人同时玩几个陀螺……）

- 1、比一比，看谁玩的时间最长；
- 2、看谁的陀螺玩得最有意思；
- 3、老师介绍一种玩法：看谁的陀螺最听话？

方法：在地面上画一个直径120□150cm的圆圈，中央再画一个小圆圈。然后每一个人轮流往圈子里打□a□以使陀螺能进入小圆圈内，能进入的就算胜。

b□能把别人的撞出来的算胜

- 1、说说本节课的收获；
- 2、师小结，补充：贵阳陀螺走出国门，移居海外，成为相互追求健康的见证，架设友谊的桥梁。

## 小学生体育教案篇七

学习目标：了解蹦跳步的动作方法；能积极参与不同动物形象的蹦跳步练习，敢于自我表现。

学习内容：舞步——蹦跳步

学习时间：第十四周

学习步骤：

- 1、集合队伍，组织学生进行基本队列练习，重点练习：踏步、向左、向右转。
  - 2、发现问题当场解决，及时与学生进行交流。
  - 3、组织学生进行小游戏活动：喊数抱团，讲解游戏方法及规则。
  - 4、教师与学生一起游戏。
- 1、乐于反复练习，动作规范到位，练习时思想集中。
  - 2、学会提出问题，把自己的想法用语言表达出来。
  - 3、明白游戏方法及规则，有序开展游戏活动，能快速做出反应。
  - 4、积极参与活动，主动交流，相互合作。

组织：四列横队围圈

- 1、讲解示范“蹦跳步”动作方法。组织学生进行模仿。
- 2、列举几种不同动物形象的蹦跳步，如兔子跳、青蛙跳、袋鼠跳等动作，指导学生模仿练习。
- 3、及时总结点评学生的练习情况，提出要求。
- 4、启发学生的想象力，模仿不同动物形象的蹦跳步。
- 5、邀请学生进行动作交流展示，引导学生相互观察、相互学习交流，对学生的展示及时鼓励表扬。
- 6、组织学生分组展示动作，进行小组比赛。

- 7、及时评价学生的比赛情况，并提出要求。
- 8、播放一段活泼的音乐，激发学生的自我表现欲。
- 1、通过听教师讲解和看教师示范，领会蹦蹦跳步的动作方法。
- 2、跟随教师模仿兔子跳、青蛙跳、袋鼠跳蹦蹦跳步动作。
- 3、对照自己的情况，改正自己的'错误动作。
- 4、自行组织学练，模仿不同动物形象的蹦蹦跳步。
- 5、积极参与交流展示活动，把自己的动作大胆地展示给同学看。
- 6、在比赛中，能大胆的展示自己，把自己自信的一面展现给大家看。
- 7、积极改进自己的不足，努力向目标迈进。
- 8、在音乐伴奏下，自编自演不同动物形象蹦蹦跳步的组合动作。

组织：体操队形？八小组分散

p

- 1、组织学生进行“角力”游戏，围圈进行先小组游戏，后集体“角力”比赛。
- 2、组织学生进行尝试性练习一次。
- 3、及时评价学生的练习情况，并提出要求。
- 4、组织学生进行比赛，教师指导学生游戏。

5、及时鼓励表扬各组的表现。

1、明确比赛方法及要求。

2、练习时能认真对待，按要求进行。

3、对照自己的不足之处，及时纠正。

4、遵守比赛规则，相互合作，积极完成任务。

组织：围圈八小组

1、带领学生做简单放松操。

2、评价整节课，及时解决课中问题并提出要求。

3、宣布下课。

1、积极投入到放松活动中。

2、相互交流评价。

3、师生再见。

组织：四列横队

## 小学生体育教案篇八

能掌握投掷的基本动作及方法；学会互相尊重以及如何在活动中避免危险。

投掷：掷轻物（纸飞机）

第七周

- 1、加强学生的队列队形练习及广播操，注意抓住学生的注意力。
- 2、发现问题当场解决，及时与学生进行交流。
- 3、通过比赛的方式和相互指导的方式，调动学生的积极性。
- 4、及时评比，让学生有榜样学习。

- 1、乐于反复练习，动作基本规范到位，练习时思想集中。
- 2、学会提出问题，把自己的想法用语言表达出来或者肢体语言表达。
- 3、积极参与活动，主动交流，相互学习指导。
- 4、注意观察，及时交流。

组织：四列横队(体操队形)四路纵队

- 1、通过情景式导入主题，引导学生想象。把自己的纸飞机准备好。
- 2、提示学生学习掷轻物，不限形式，按照自己的方式来进行，自由分散在规定的场地内。
- 3、让学生比一比谁掷得最远。
- 4、然后把飞机揉成纸团当作垒球，摆放固定架子，让学生对准目标投掷。
- 5、及时与学生交流，并指导学生正确的投掷方法。

- 1、跟着老师去想象，充分发挥自己的想象力。

2、用自己的方式来进行，想怎样投就怎样投，活动中注意安全，有序地进行。

3、用自己的方法投掷。

4、对准目标，掌握方法进行投掷。

5、及时听取教师的意见或建议，提高投掷效果，让纸团投得更远。

组织：篮球场散点

1、组织学生进行掷远比赛，分八小组，组内先进行比赛，然后推选出最投得最远的一位，代表小组比赛。

2、及时评价，要求学生相互学习交流。

1、积极参与，认真练习，争取做得最好。

2、及时交流评价，有问题及时提出。

组织：

1、带领学生做放松操。

2、评价整节课，及时解决课中问题并提出要求，要求学生回家练习广播操。

1、认真地放松各部位。

2、认真完成练习任务。

组织：四列横队