



华图教师
HTEACHER.NET

小学体育

乘华图翅膀 圆教师梦想

小学体育篮球游戏教案

一、指导思想

根据新课标的要求，本着“学生为本、健康第一”的原则，安排教学内容，在教学过程中注重学生学习简单运动技能的培养；通过学生自觉、自律、互学、互练、自创、互评等教学手段，提高小篮球、小足球的简单组合动作；课的设计富有趣味性、多样性、情景性、实效性。

二、教材选择

本课选用新体育课程标准低年级学习水平 1 的要求，进行小篮球、小足球各种简单组合动作练习；在情景游戏“爱玩球的小兔子”教学内容中，培养学生对运动动作的创造性。

三、课的过程

1、准备部分：以圆形队伍为主要组织教学形式，安排了生动、形象的武术、拳击操练习，以此达到提高学生运动兴趣。

2、基本部分：通过讲解与示范，力求学生在互帮互学的过程中从易到难、从集体学习到两人自由组合练习再到个人创新动作相结合，建立和谐的人际关系，最后又进行集体小结、鼓励胆子较小的学生出来进行示范表演，培养他们的自尊心和自信心。

3、结束部分：师生在快乐的游戏、舞蹈动作中，使师生融合和体会到体育给师生带来的兴趣，整堂课在一片欢乐的气氛中结束。

体 育 课 教 案

学习阶段：水平 1 班级：二年级 授课教师：

学 习 内 容	1、小篮球、小足球各种熟悉球性练习 2、情景游戏：“爱玩球的小兔子”		场 地 器 材		
学 习 目 标	通过教学初步了解学习小篮球、小足球的简单组合动作 在体育运动过程中增强学生之间的合作意识 全面培养学生对球类动作的创新精神		录音机一台 小篮球 15 小足球 15		
教 学 顺 序	时 间	教 学 内 容	组 织 与 教 法		次 数 强 度
第 一 次 练 习	8 ' 9 分 钟	一、课堂常规 1 体育委员整队圆形队形集合、报告人数 2 师生问好 3 宣布课的内容 二、列队练习 原地的转法 三、武术、拳击操练习	组织形式： ◎ 要求：快、静、齐 教法：师生同做 注意力集中、活泼、形象、有气氛		1 2 4 ×8 小 小 小

第四次练习	9 / 10 分钟	一、模仿小兔进行小游戏活动,提高学生在体育课中的积极性和兴趣性。 看兔叔叔指挥, 小兔采蘑菇比赛	组织形式: 在教师的要求范围内自由采集 规则: 必须按规定的信号行动 看谁反映快、移动积极	3	中
		二、听指挥进行放松舞蹈 “采蘑菇的小姑娘”	组织形式: * * * * * * * * * * ★ * * * * * * * * * *	1	小
		三、自由讨论: 这节课我练习了什么运动动作?	教法: 师生同做 希望学生之间建立和谐的人际关系	1	小
		四、宣布下课、收器材	要求: 放松、愉快		
学习步骤	教师只简单讲解几种小篮球、小足球的练习动作方法, 学生在玩耍中熟悉两种球的球性。教学的主要形式是以自由组合、分组教学为主, 主要提高学生对小篮球、小足球运动的兴趣性和教师要求动作以外的运动技术创造性, 发展学生的协调、灵敏等身体素质。				
预计密度: 65%—70%			预计平均心率: 120%—130%次/分		

五年级体育《健美操》教案

授课教师	龚玉梅	时间	10月12日	班级	五年级	课型	新授
内容	健美操基本步伐						
教学目标	1. 知识目标：通过对健美操几个基本步法的学习，使大多数学生了解健美操各种步伐和基本手型。 2. 技能目标：发展学生动作的协调性及腿部力量和健美操动作的灵活性。 3 情感目标：培养学生对健美操的兴趣，树立正确的审美观，提高自信，并提高学生的团队协作意识。						
顺序	教学内容	教师活动	学生活动	次数	时间	强度	
开始部分	一、体育委员集合整队报告人数，请教师上课； 二、师生问好，清点人数； 三、教师宣布本次课的主要内容和任务； 四、检查学生服装，安排见习生。	1. 教师注意体育委员在整队过程中其他学生的表现； 2. 教师清查学生上课人数； 3. 教师检查学生的服装是否符合体育课要求； 4. 若有见习生，协助教师上课。	1. 学生听从体育委员的口令集合快、静、齐； 2. 学生在报数的过程中声音要洪亮短促，其他学生保持安静立正姿势； 3. 体育委员报告教师班级上课学生情况。	1	4	小	

准 备 部 分	一、游戏——捕鱼 二、原地做牵拉各部位 配健美操音乐并加上各种手势的变化，引发学生的情感和兴趣，从而起到更好的热身作用。主要牵拉的部位有：肩部，手臂，上下肢拉伸，腰腹部，腿部	1. 教师引领学生进行游戏，争取每个队伍能够起到锻炼的效果都能够积极加入游戏； 2. 教师口令提示让学生左右间隔两臂前后一米五距离散开； 3. 教师示范并带领学生进行热身练习； 4. 教师口令提示并带领学生进行各部位的牵拉； 5. 教师放节奏感比较强的音乐伴奏，让学生初步体验健美操音乐。	1. 学生能够认真听教师讲解游戏规则和要求，并能积极参与游戏当中； 2. 认真听教师口令提示和要求队伍迅速散开； 3. 认真观察教师示范动作，并能专心的进行原地跑步练习和牵拉，充分热身； 4. 认真听音乐，跟教师的步伐，尝试着学会踏音乐节奏。	4	中
----------------------------	---	--	--	---	---

顺序	教学内容	教师活动	学生活动	次数	时间 强度
基 本 部 分	一、学习健美操基本步法 （一）一字步 （二）并步 二、学生练习展示 1. 小组先练习 2. 小组展示 3. 师生一起跟音乐做 4. 学生分组根据所学内容进行创编两个八拍的动作 三、学生分组展示评出优秀组	1. 教师分别示范各步伐的正确动作； 2. 教师分解进行学习和讲解各动作的要求要领； 3. 教师喊口令并带领学生进行各步伐的练习，并给每一个步伐加一个手势； 4. 教师播放音乐带领学生进行练习，并找出优秀的学生进行领做； 5. 教师观察学生的接受能力较好的情况下要求每组自己创编一个步伐的手势动作。	1. 学生认真观察教师示范动作，并专心学习分解动作； 2. 优秀学生站到队伍前面进行领操练习； 3. 学生认真感受音乐节奏，配乐练习； 4. 学生分成四组，每组为每一个步伐自主创编一个手势。	17	中

结 束 部 分	一、学生成四路横队，左右间隔两臂前后 1.5 米距离散开进行放松活动 主要采用配乐牵拉和调节呼吸的方法进行放松； 二、集合整队，教师点评本课；颁发奖品 三、教师布置课后要求； 四、师生道别。	1. 教师口令提示让学生左右间隔两臂前后 1.5 米距离散开； 2. 教师语言提示，并带领学生进行放松练习； 3. 教师点评本课学生的表现，夸奖优秀学生，并进行奖励，鼓励较差学生； 4. 教师布置课后要求。	1. 认真听教师口令提示和要求队伍迅速散开； 2. 认真跟教师提示和动作示范进行放松活动； 3. 集合整队快、静、齐； 4. 学生课后巩固今天所学习内容，有条件的学生可以回家上网看一些有关少儿健美操的视频，从而进一步提高自己对健美操的了解。	5	小
------------------	---	--	---	---	---

不同开始姿势的前滚翻

时间	第八周			课型	1 课时		
内容	1、技巧： 不同开始姿势的前滚翻 ； 2、复习：前滚翻起立，接球						
目的	1、通过本次课的学习，学会前后的动作方法，掌握要领。 2、通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉和协调灵敏等素质。 3、巩固前滚翻接球的技术，培养勇敢机智和创新的精神。						
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
准 备 部 分	一、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。	组织： ××××× ××××× ××××× ×××××	1、教师语言要清晰。 2、教师讲解课堂要求和任务。	1、学生站四列横队。 2、学生认真听讲，注意关查。	1 1		
	二、准备活动： 1、队列： 变换队形 2、广播操。	◎	3、讲解队列练习的要求。	3、听从指挥注意力集中。		10	小

	3、专项准备活动。	四列横队，体操队型	4、师生一同练习。	4、学生充分活动各关节。	2		
基本部分	一、技巧： 不同开始姿势的前滚翻； 重点：蹬地、低头、团身。 难点：动作连贯，协调。		1、教师讲解动作方法和要领。 2、教师做分解和完整动作示范。 3、教师给学生个别指导。	1、学生认真听讲动作方法和要领。 2、学生集体练习。 3、学生分组练习。	4X8	18	中
基本部分	二、复习：前滚翻起立，接球 重点：蹬地、低头、团身。 难点：动作连贯，协调。		4、找学生表演。 1、教师讲解游戏要求和规则。 2、学生练习比赛。 3、教师做正确评定胜负。	4 神饱满动作轻松整齐一致 1、学生认真听讲游戏规则。 2、学生练习比赛。 3、分组比赛。	2/3	9	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课		1、总结本次课的情况。 2、下课。	1、认真听讲，精神饱满。 2、下课。	1	3	小