# 2024年小学体育教案(九篇)

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2024-07-02

*作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？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。小学体育教案篇一本课以“健康第一”的课程理念为指导思想...*

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的教案吗？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。

**小学体育教案篇一**

本课以“健康第一”的课程理念为指导思想，以《体育（与健康）课程标准》为依据，根据小学四年级学生的生理、心理特点，结合课程资源的开发，设计了“武术基本功组合”一课。，通过激趣引导、体验探究、释疑验证，师生共同评价的教学程序，采用由易到难、层层递进的教学组织方法有效地将感知、思维、实践活动和能力的提高紧密结合，努力达成本课主要学习方面的教学目标。

1、正确进行武术的教育，

学生在电视里看见的武打动作都是被加工和夸大的，长期以来大多数学生都形成不正确的武术观念，本课通过基本功的逐步深入教学，让学生形成正确的武术素养，引导学生有目的的进行一系列的身体练习，发展综合能力。

2、拓展学生思维空间，培养团队协作意识

通过创编武术基本功动作组合，拓宽学生的思维空间。在自主、合作、探究、创新、拓展等一系列教学活动中，培养学生的合作意识，创新能力以及团体协作精神。

3、尊重学生兴趣差异，学习方式多样独特

以学生发展为中心，创设相对开放的教学环境。根据学生素质能力和兴趣差异，采用自主选择性学习、合作研究性学习、创新拓展性学习等方式，充分体现“人人受益”的体育新课程理念，在宽松和谐的教学环境中，使学生个性得到张扬、能力得到发展、团队合作意识得到培养。

1、活跃身心阶段：通过古代故事“闻鸡起舞”的情景设置，在中国功夫的伴奏下，学生散点、自主或两人组合模仿电影中的武打动作，导入本课课题。

2、学习技能阶段：通过教师表演、师生互动的形式进行武术基本功河基本功组合的学习，采用层层推进的教学方法，使学生初步学习和掌握武术基本功动作组合，发展其能力。

3、拓展能力阶段：通过学生分组创编武术基本功组合动作的练习，进一步启迪和拓展学生的思维空间，学以致用满足学生求新、求异、求成功的欲望。

4、身心恢复阶段：在美妙动听的音乐声中，师生互动翩翩起舞，乐曲、舞姿令人陶醉，达到调节身心之目的。

**小学体育教案篇二**

新课标以“健康第一”为指导思想，重视学生的主体地位，重视学生学习兴趣的培养。根据学生的生理特点，选择耐久跑为教材内容。通过耐久跑，发展学生有氧耐力，促进学生身心发展，培养学生坚强的意志、顽强的毅力和坚持到底勇于克服困难的精神。但在以往的耐久跑教学中，由于教法手段单一、枯燥，学生的学习兴趣和积极性不高。本案例采用情境教学模式，将定向运动引入课堂，进行耐久跑教学。采用比赛手段、游戏形式和自主、合作学习方式，让学生学有兴趣、学有所乐、学有所获。

在一节耐久跑的课中，我将定向运动引入到教学中，将学生男、女混合编为人数相等、男女生比例相同的四组（10人一组），然后选出组长。我给每组组长分发五张任务卡，布置好各组的任务后，组长根据任务再将队员分为5人一小组，组长安排好队员的任务后，学生们正在组长的带领下斗志昂扬地准备比赛。比赛开始了，在一个40米×30米的场地的四周分布了10个标志点，听到信号后，各组第一小组先出发，按照各自任务卡上的任务依次跑向5个标志点，到达各个点后并打卡（用彩色笔在任务卡上相应的标志点上画一斜杆）。“加油、加油……”，助威声此起彼伏，学生们个个争先，我也加入到学生的呐喊声中，为各组队员加油助威，还不断地提醒学生：“注意看清标志点在哪个位置，别跑错了”。各组未跑的五人也开始讨论等一下应该怎样跑才好。有几个组已经有两、三位同学完成任务回到起终点了，并把任务卡交给第二小组的同学，他们在边上还介绍经验和技巧。各组第一小组全部回来后，各组第二小组立即出发，“加油、加油”，刚完成任务的第一小组的同学好像忘记疲劳了，也加入到这呐喊声中。

第一轮比赛结束，有的为取得胜利手舞足蹈，有的为失败而沮丧不已，学生个个都满头大汗。我抓住这一时机，让学生思考：怎样才能跑得快并花的时间又最少，完成任务的效率又最高。学生们在组长的带领下开始讨论。有的认为没先找好标志点，而多跑距离了；有的认为前面速度太快，后程就没力气跑了；有的认为……。学生讨论的气氛很热烈，教学效果非常好。讨论完后，学生们都发表自己的意见。有一位同学说：“跑的时候先不要太快，不然的话，最后就没力气了，最好是匀速跑，这样用时应该最短”。我对这位同学微笑的点点头说：“对的，就像我们以前所学的耐久跑一样，要匀速跑，还要注意耐久跑的方法和技巧，这在我们以前的耐久跑的练习中学过的，但也要根据自己的能力控制好速度”，我说完后，另一位同学便说：“还应该跑前先看清标志点在哪个位置，事先在脑子里要有一个路线，这样就不会多跑没必要的路了”。这个时候，很多同学又开始讨论，有的说：“要团结合作”，有的说：“打卡速度要快”。接着，我说：“同学们说的都很对，同学们都很聪明，能去思考，这个练习实际是耐久跑，在跑的过程中，又要不断地去思考，去判断方向和方位，要自己先完成任务才能完成全组的任务，所以又要你们团结合作，而且打卡的时候又要你速度快”。然后，我对学生们提了几个建议，让学生再去思考一下准备第二轮比赛。

第二轮比赛开始了，比赛气氛比第一轮更加激烈，各组也重新布置了同学们跑的顺序，学生们都有自己跑的方法和技巧，各组的实力相当，不像第一轮实力相差那么大，学生们个个都在体验跑的乐趣，课堂气氛非常活跃。

第二轮比赛结束，“同学们，老师最后还想让大家思考两个问题，到底要怎样跑好耐久跑？如果在现实中遇到相似的任务如何去完成？”比赛结束后，我又给学生出了两个问题。这时候，学生开始讨论起来。最后，我微笑着说道：“同学们，今天我们学习了耐久跑，运用新兴的运动项目----定向运动形式进行练习，通过练习，同学们也掌握了耐久跑的方法和技巧，同学们的热情也非常高，我们应该感谢那些提出好的意见的同学，让我们掌握了耐久跑的方法和技巧。所以，老师希望同学们以后在学习上敢于创新、敢于思考、敢于发表自己的想法和意见。”此时，同学们都露出了洋洋自得的神情，最后在同学们热烈的掌声中结束了本次课。

新课标强调要通过体育与健康课程的学习，培养学生参与体育运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯。本案例将定向运动引入到课堂，进行耐久跑的教学，改变跑的形式，注重激发学生的学习兴趣，发挥学生的主体地位，转变学生的学习方式，拓展体育课程资源，将枯燥、无趣的耐久跑教材变得主题鲜明、形式新颖。本案例教学过程充分体现了“以学生发展为本”的教学思想，通过充分利用场地、器材的变化，采用情境教学模式、比赛手段和自主、合作学习方式，活跃了课堂气氛，使学生以情入境、以境乐练，真正体验了运动的乐趣，又激活了学生参与体育活动的热情，提高了耐久跑教学的效果。本教学案例教法新颖，简便实效，有效地激发了学生的学习兴趣和热情，培养了良好的意志品质，发展了学生的耐力素质。

通过这个小小的案例，让我深深的体会到，我们教师要改变以往只注重知识技能传授的思想。在教学中要采用多种教法和手段，激发学生的学习兴趣，营造愉快、和谐、宽松的。

**小学体育教案篇三**

1、学生能够说出脚内侧运球的动作要领，85%的学生能正确的运用该技术动作，运球时动作流畅、自然。

2、通过分组练习，学练结合，发展灵敏、速度、协调等身体素质。

3、在练习过程中养成勇敢拼搏的优良品质，形成团结合作的意识。

【重点】

支撑脚与球的位置，运球时脚内侧触球的部位。

【难点】

行进间运球的协调性。

（一）开始部分

1、课堂常规：体委整队，报告人数，师生问好，教师简要介绍教学内容，检查服装，安排见习生。

导入：同学们，我们都知道在足球运球推进的过程中，跑的速度不如我们平时跑的速度快，这是为什么呢？好，同学们的答案都很多，其实，运球速度的快慢除了取决于我们的跑速之外，运球技术的熟练程度也是关键，同学们想不想在足球场上肆意的驰骋？在绿茵场上留下我们飘逸的身影？想，对吧？那今天我们就一起来学习一个我们足球运球中很帅气的动作—脚内侧运球。

2、队列队形练习：原地三面转法，齐步走立定练习。

组织教学：四列横队。

要求：队列整齐，步伐一致。

（二）准备部分

1、游戏：运球追捕

场地器材：标出一块30×30m的游戏区域，足球30个。

游戏方法：学生分成人数相等的两队，每人一球，其中有一个队为追铺方，另一队为逃跑方，开始运球时可以不要限制运球的方法，只要控制好运球即可。游戏开始，追捕方的学生运球并设法用手擒捉逃跑方的同学，逃跑方的学生则尽力躲避。被捕捉到的学生要离开球场，到场外练习颠球，直到本方所有同学都被捉到为止。然后互换角色再进行游戏。按照捕捉逃跑方全部学生的时间长短来决定胜负，时间短的一方获胜。

组织教学：分散站立。

2、配乐韵律操

伸展运动、下蹲运动、体侧运动、体转运动、腹背运动、全身运动、跳跃运动、整理运动。

组织教学：四列横队体操队形，教师边做示范，边提示动作要领，语言激励学生，及时表扬鼓励。

要求：节拍准确，动作到位，节奏感强。

3、专项练习

足球颠球练习。

组织教学：学生四列横队练习队形站立，每人一颗小足球，做颠球练习。

要求：左右脚连续颠球，尝试用不同的部位颠球。

（三）基本部分

1、示范

可采用侧面示范。

2、提问：刚才老师在做脚内侧运球动作的时候，老师是用脚的什么部位触球的？触球的部位又在哪呢？（脚内侧；触球的后中部）

3、讲解

支撑脚在球的侧前方，膝关节稍弯曲，身体前倾，运球脚屈膝提起，用脚内侧推球的后中部前进，随后运球脚自然着地。

4、练习

（1）原地模仿脚内侧踢球练习，注意动作要点的运用，脚内侧触球的后中部。

组织教学：四列横队练习队形。

（2）每位学生用网兜兜住足球，一手拎住网兜，做行进间慢走脚内侧运球练习，运球行进15米，体会技术动作的要领。

组织教学：四列横队，一列横队为一组，第一组行进5米后第二组开始，依次完成。

纠错：对于技术动作的易犯错误通过引导的方式，让学生能自己发现，自我改正，达到迅速掌握技术动作的目的。

（3）学生做慢走脚内侧运球练习，注意动作运用要正确。

集体纠错：对于学生普遍存在的问题采用集体纠错的方式进行。

（4）学生做行进间慢跑运球练习。

组织教学：四列横队。

（5）以体育小组为单位，行进间脚内侧直线运球游戏。

组织教学：体育小组为单位四路纵队。

5、优生展示

6、教学比赛—运球接力比赛：以体育小组为单位，每个小组排成一路纵队，每人采用脚内侧运球的方式，快速行进10米的距离，到达终点后运球返回，将球交给下一名同学，最后一名同学通过终点结束，所用时间最少的小组获胜。

（四）结束部分

1、放松活动—放松操

组织教学：四列横队体操队形。

要求：放松活动，身心充分放松。

2、课堂小结：老师引导学生做自我评价和相互评价，最好老师做总结性评价，表扬表现好的学生，激励学生参与体育运动的热情。

3、宣布下课、师生再见、回收器材。

足球场、网兜30个、小足球30个、音乐播放器。

练习密度：35%～40%；平均心率：120～130次/分；运动强度：中等偏上。

**小学体育教案篇四**

投掷实心球是一项需要一定力量的比较枯燥的运动。是以练习活动为主要手段，发展学生上下肢、腰腹、肩部、背部力量和身体的协调素质。通过教学还可以培养学生的组织性和纪律性。只有发展速度力量和掌握合理的技术才能充分发挥，并取得良好的成绩。

本课参与对象是四年级的学生。具有一定的辨别思维和动手能力，注意力指向性较强，并对新生事物感到好奇认知和技能有一定的提高，学习新知识速度快模仿能力强，具备一定的探索知识自主创新的能力。本课采用设疑解答等环节，调动学生学习积极性，达到师生之间心理互动，增强学生对上好体育课和乐于参加各种技能学习信心。

1、 学生建立双手头上掷实心球的完整的动作概念。

2、学生安全地进行身体练习，领会双手头上掷实心球时的动作要领，并体会和感悟到掷实心球时上下肢用力协调的重要性。

3、学生能乐意听老师的讲解，认真观察教师的示范，善于思考，通过身体练习，解决问题，找到答案。

4、 体会参与是学习的前提，体验并感悟到与他人合作的重要性和必要性。

教学重点： 体会和感悟由下而上的动作用力顺序，并熟练掌握。

教学难点：球出手的速度和投掷的远度。

准备部分：通过教师安排的活动，活跃气氛同时达到热身效果，开发学生积极思考。

基本部分：通过三种不同姿势的投掷，提出问题，了解全身用力的重要性。本课运用“一帮一”互助的合作探究方式学习，完成原地双手头上前掷实心球的掌握。通过师生共同练习技术动作，再分组通过合作交流、互帮互助以及学生展示、现场评价的方式进一步练习，营造出合作交流、师生互动的学习氛围。

结束部分：通过肌肉放松达到身心共同放松的效果，同时评价学生课堂表现，总结技术要领，提高学生自主学习能力。

**小学体育教案篇五**

1、行进间运球2、“s”形运球接力

1、学会比较原地与行进间运球的异同点。

2、体验行进间运球的身体姿态，发展灵敏协调素质。

3、有序练习，表现出良好的体育道德和集体主义精神。

会比较原地与行进间运球的异同点。

能在行进间运球中保持用正确的身体姿态

篮球12个标志瓶若干

一、身心准备阶段

1、体委整队、报告人数、师生问好、宣布本课内容。

2、队列练习：

要求：注意力集中、站对快、静、齐。

1、螺旋跑、蛇形跑。

要求：一路纵队跑，紧跟队伍。

2、准备活动：徒手操

要求：动作到位

二、学习阶段

（一）、自主学习

1、复习旧知（原地运球）

（1）、强调有关安全问题及要求。

（2）、熟悉球性：学生成散点状用各种玩球方法展示自己。

原地运球：教师巡视学生练习情况，讲解运球技术，并根据学生实际技术的掌握，进行针对性练习。2---3次

2、 自主自学（行进间运球）

（1） 老师提出问题，（原地与行进间运球有什么不同？）请学生回答并独自练习、体验。

（2） 教师示范，讲解行进间运球技术，重点讲解原地与行进间运球的异同点。

（3） 近距离行进间运球（走步运球）。

（4） 学生再次练习（老师个别点拨、对技术差的学生有目的指导）。

（5） 集体练习: 慢跑运球

3、 体验成功，增加难度（“s”形运球接力比赛）

（1）老师讲解比赛方法、要求。

（2）小组运球练习

（3）组间比赛：不断增加障碍，进行往返运球接力赛

（4）老师评价。

三、放松身心阶段

放松游戏：滚球比赛

四、知识回顾与小结本课：师生共同收放器材。

五、教学反思：

在本次课中我采用小组合作学习，小组成员一起练习，一起评价，一起纠错，并且为每个小组设置了一名小组长，负责组织和帮助同学。在本次课中，各个小组在老师布置练习后都积极开展活动，但是小组长发挥的作用还不够，同学们出现的各种错误动作没有得到相互的纠正，取得的效果没有达到预期的目标。其次表现在主教材教学中，在这个过程中，我先让学生跟着老师一起做固定练习，然后让学生进行小组练习，要求学生之间互相观察、纠错，这个时候学生表现的很积极，对其他同学进行指导和纠错不够主动积极。在分散开自由练习的时候我要求各个小组长组织好队伍，并且对同学进行指导帮助，小组同学进行相互评价，课堂气氛比开始活跃了很多，并且学生在小组讨论，相互帮助，相互评价中得到全面发展。

本次课的不足之处：

表现不够亲合力。在课后讲评，我发现自己的语言不够委婉；一直是命令式的语言，一些激励性、鼓励性的语言很少运用。教师的语言的作用很重要对学生的发展有很大的催进作用，在今后的教学中多向其他老师学习语言技巧。

总的来说本次课上比较顺利，教学目标基本上达成。同时也看到了自己的一些不足地方。今后我要多在自己的教学基本功上努力，特别是教学语言上多下点工夫，多向一些老师请教。

**小学体育教案篇六**

通过教学，调动学生运动的积极性，培养其对体育活动的浓厚兴趣，全面锻炼学生身心，提高其基本活动能力和基本运动技术，促进学生德育、智育和美育的发展。

运球绕圈跑

开始部分（集合、热身） 基础部分（小游戏、小竞赛） 结束部分

开始部分（15分钟）

（一）、集合

1、体育委员整队集合，报告人数。

2、检查服装。

3、宣布本课内容任务。

组织：学生排成四排，面向老师。

要求：快、静、齐。

（二）、做热身运动、徒手操

1、热身跑，绕操场慢跑两圈

2、教师领队做徒手操

（1）头部运动

（2）扩胸运动

（3）振臂运动

（4） 腹背运动

（5）体转运动

（6 ）弓步压腿

（7） 膝关节运动

（8）手腕踝关节运动

组织：学生以体操队形散开，由老师带操。

要求：认真对待，动作规范。

基本部分（20分钟）

游戏

游戏目的：1.发展运球跑步速度，培养集体主义精神。

2、提高弯道跑步速度。

准备工作：平坦的场地一块。

组织：将学生分为男女两组，分别围成两个圆圈并面向圈内坐在地上。由老师分别在两队中各选一名学生出列，让这两个学生各拿两个篮球绕圈外走，在行走过程中任选一坐着的学生将其中一个篮球放在他（她）背后，然后运球绕圈跑，被放了篮球在身后的学生在发现后需要拿起身后的篮球运球追，在追跑的过程中被追的学生在跑完一圈后还未被超越的话则可以坐在那个空着的位子上，换追的人继续游戏；若被超越则继续由该同学进行游戏。 要求：1.在追逐的过程中要注意安全，不得为求超越和摆脱追逐而互相推撞

2、超越时应从右边超越，避免受伤。

结束部分（5分钟）

1、整队集合，清点人数。

2、小结讲评。

3、收拾器材，师生再见。

**小学体育教案篇七**

1、技能目标：通过本体育游戏的教学，使学生从玩游戏中提高组织动作能力与身体协调性。锻炼学生的手臂、腿部力量，提高反应能力和灵敏度。

2、认知目标：通过玩游戏的方式，使学生了解该课中所玩的游戏及认识体育游戏的魅力。

3、情感目标：通过玩体育游戏，使学生从中愉悦身心。培养学生的互助精神与集体荣誉感。

1、游戏场地：足球场

2、游戏器材：篮球（4个）

头部运动→肩部运动→腰部运动→膝关节运动→手踝关节运→正压腿→侧压腿→左右压肩→腹背运动加腰绕环

全班分成两队，每队内两人一组相背而立，两背用力靠近夹住一个球。两人需绕过中点的障碍物再返回起点，下一组接力运球。如最后有人单出则由他抱球往返，先运球完毕的一队为胜。

1、运球期间手臂与手不得助力控制球。若有人用手或手臂助力，则原地停留3秒再继续前行。

2、球落地则原地停留5秒再继续前行。

3、完成运球任务的队员在旁观看，不得归队，以免扰乱秩序。

（动作示范）

输的队伍成员每人做10个俯卧撑，由赢的队伍监督实施。

策划人：1 9 号

张 芹

2 6 号

谢 莹

4 1 号

阳 晨

**小学体育教案篇八**

水平三

小组合作学习掌握跳长绳的多种方法，并在学习中学会体验合作与助人的快乐，提高跳长绳的方法。

跳长绳

教师活动：1、组织学生常规训练。

2、组织学生进行游戏活动，注意安全。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、学习向左转走队列要求。

3、全班分两组进行大渔网游戏，积极地参与游戏活动，充分活动开。

组 织：四列横队、分组游戏

重 点：不同的跳长绳的方法。

教师活动：1、提出分组要求，组织学生分组练习8字跳长绳。

2、由8字跳长绳引导学生尝试不同的跳长绳动作，并巡回指导学生练习。

3、组织学生进行展示，为学生提供相互学习交流的机会。

4、引导学生进行小结，了解学生在练习中的问题。

学生活动：1、根据自己跳长绳的动作掌握程度找到适合自己的小组进行练习，在练习中相互帮助改进动作。

2、积极思考，大胆地尝试多种跳长绳的方法，并乐于向别的小组学习，学会在观察中学习。

3、积极地参与展示活动，努力把自己的学习表现展示给大家，并在展示的过程中学会观察，学人之长，补己之短。

4、积极地表达自己的学习感受和练习中出现的问题。

组 织：分组练习

操场、长绳

**小学体育教案篇九**

1、能够正确运用二列成四列横队的脚步移动方法及要领，形成正确身体姿态。

2、通过讲解、示范、演练等活动，掌握队形变化的口令及要领，发展学生的灵敏性、协调性，提高身体活动能力，促进身心健康发展。

3、提升组织纪律性，增强集体荣誉感，养成积极进取、团结合作的品质和良好的行为习惯。

【重点】

队形变化时的要领以及队形变化后的秩序。

【难点】

队形变化节奏和身体控制。

（一）开始部分

课堂常规：体委整队，报告人数，师生问好，教师简要介绍教学内容，检查服装，安排见习生。

组织教学：四列横队。

（二）准备部分

1、无敌风火轮

女生以老师为圆心围成一个内圈，男生围成一个外圈，女生顺时针慢跑，男生逆时针慢跑。

2、徒手操：头部运动，伸展运动，踢腿运动，扩胸运动，体侧运动，体转运动。

（三）基本部分

1、导入

同学们我们在进行练习活动的时候，通常是分男生2排、女生2排进行练习，这种队形练习有什么缺点吗？（学生：有，队形有点长、看不到前面的动作）

2、示范并讲解一（二)列横队变二(四）列横队

变队前先报数，听到动令后，单数的学生不动，双数的学生左腿后退一步，接着右腿后撤顺势向右跨一步，左腿向右脚并拢，站立右侧单数学生的后面。

3、练习

（1）明确单双数站位，集体学练双数学生进行左腿后退一步练习。

要点：迈步是重心跟上，两腿挺直。

（2）单数和双数学生互换站位进行练习。

要点：注意步幅的大小，注意集体的队列的整齐、完整。

（3）听老师口令进行一列横队变二列横队练习（进行二列横队变四列横队练习转移）

要点：注意前后之间的空隙，留有足够的空间，练习时要注意集体的组织及纪律性。

4、检验环节：集体动作展示

5、辅教材：折返跑游戏

（四）结束部分

1、放松活动：两人一组互相拍打肌肉放松。

2、课堂小结：教师总结学练情况，对于学生的表现进行评价，表扬先进，激励全体学生。

3、宣布下课、师生再见、回收器材。

练习密度：35%～40%；平均心率：120～130次/分；运动强度：中等。

体操垫30张、a4纸30张、小排球30个、音乐播放器一台。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找