# 2024年初中体育说课稿万能(三篇)

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-08-03

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。初中体育说课稿万...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**初中体育说课稿万能篇1**

一、教学理念

坚持“健康第一”的指导思想，以学生发展为中心，关注个体差异，关心学生的身心健康。培养学生适应、创造、生存的能力。

二、教学目标

通过“信任背摔”、“钻电网”、“独木桥”、“小垫子”拓展训练，在应对挑战，解决问题的过程中，达到“磨练意志，陶冶情操，完善人格，熔炼团队”的目的。

三、教法

1、“乐中练，动中练，玩中练”

学生爱动爱玩是天性，学生是否有兴趣地参与到体育活动中来，体育课怎样才能吸引学生？关键是教师对学生参与活动的先行设计。在体育课堂上，教师集中一段时间讲授理论知识和练习规范，然后将学生分成若干个小组以体育游戏形式进行应用。如，在讲授“信任背摔”、“钻电网”、“过独木桥”、“小垫子”知识后，将学生分成四个小组进行拓展训练。把“放”与“收”、“教”与“玩”有机结合起来。让学生在“乐中练，动中练，玩中练”的练习氛围中去探索体育运动的乐趣。这样，学生们亲身感受到运动带来的乐趣和满足，更加积极地参与到体育活动中，使体育课的魅力紧紧的吸引着学生。

2、游戏教学法

运动游戏，也称为体育游戏，是由基本活动的动作组成的、具有情节的体育手段。是一项古老的、至今仍充满活力的活动。运动游戏具有基础性、简易性、情节性、趣味性、教育性、适应性、开放性、娱乐性等。为了使教学更有趣味性，我在教学中安排了“障碍接力”游戏，本节课我主要通过让学生沿、爬、翻等动作来完成竞技活动。游戏的目的是培养学生坚毅、果断、不怕困难、敢于拼搏的精神及良好的心理素质。

3、“小团体”教学法

“小团体”教学法，是教师在课堂中留给学生广泛的时间和空间，让学生在各自的小组中练习和巩固学到的知识、技术和技能。它的目的是促进学生合作与协同，促进他们自发、自主地学习。在“小团体”教学中，学生除了直接与教师发生联系外，团队之间、学生之间还存在着密切的联系。他们互帮、互练、互学、互相评价，学生的角色发生了变化。因为采用“分组轮换”的练习方法，各队的小队长不但要负责本队的队员练习，还要和其他小队保持协作。因此，通过“小团体”教学法的运用，不仅增加了练习密度、提高了动作水平，还可增强他们的责任感，发展融洽的人际关系，增强适应社会的能力。

四、学法指导

体育教学是教师与学生互动的双边活动，只有当教师所采取的教法和学生相应的学法积极配合时，才能保证教学任务的顺利完成。这就要求教师要对学生进行学法指导，引导学生掌握科学的学习方法，从而把教与学统一起来收到良好的教学效果。

1、动作表象、技能迁移的方法

直观的教学、控制表象的练习是体育教学是特点，要让学生形成“举一反三”的学习方法。如在野外拓展练习中，我首先向学生介绍拓展训练，让学生能懂得协作、保护得一般方法，让学生能够借助集体的力量完成一些简单的拓展练习动作，促进身体的灵活性和上下肢的协调性。使知识、技能获得迁移。

2、创新性学习法

一个动作教完了，要让学生自己去体会，尝试成败。在教师指导下给学生自由想象的时间和空间，发展体育能力。在学习中，学生创新学习成为学习的重心。练习过“独木桥”和“小垫子”，是较为单调乏味的项目，但在小队长带领下，同学们的建议下，活动进行的非常有意义。在进行“小垫子”项目时，男生有的用“小垫子”铺道，在上面推小车、前滚翻、钻山洞、做仰卧起坐、左右滚翻、匍匐前进等；进行“独木桥”项目时，\_也玩的非常开心。她们采用互帮互助过河、两人交换方向过河、单脚过河、搀扶过河、背对背过河、面对面过河等。活动中，同学们充分发挥他们的聪明才智，创造性地完成了老师规定的学习任务。

五、教学过程

以培养学生的创新精神和合作意识为主线，倡导“健康第一”，积极参与体育运动的教育思想，鼓励一些平时不爱参加体育活动的学生，在大家的帮助下，也能积极投入到体育锻炼者的行列。这节课，我通过让学生做“信任背摔”、“钻电网”、“过独木桥”、“小垫子”等拓展训练，来鼓励学生合作。对于学生的评价，我采用学生自评、小组互评、教师评价相结合的评价方法，给学生学习态度、参与程度、学习效果一个公正、准确、合理的评价。最后是游戏障碍接力，为防止学生求快而采用非正常竞争的现象，我先讲明安全重要性，比赛中必须要稳，不能求快，否则就会出现不安全事故。为了杜绝不安全隐患的发生，从小培养良好的竞争意识，我给学生制定的评比条件是：比比那一队最遵守比赛规则、没有安全事故，就评为先进。结束部分为交流体会，请一部分平时不爱参加运动的学生谈感受，并鼓励大家帮助他们，和他们一起做游戏，多参加体育活动，不断提高身体素质，以适应今后学习、生活对身体的要求。

**初中体育说课稿万能篇2**

素质教育重视人的思想道德素质、能力培养、个性发展、身体健康和心理健康教育。根据这一教学理念，结合本节课的内容特点和学生的年龄特征，本节课我将从教材分析，学情分析，教学目标等几个方面加以说明。

一、指导思想

本课以“以人为本，健康第一”为指导思想，遵循运动技能形成的基本规律，以身体练习为主要手段，以学习体育与健康知识、技能和方法为主要内容，培养学生“不抛弃、不放弃”的坚定品质，锻炼学生团结拼搏的体育精神，提升学生的综合素质。

二、教材分析

侧向滑步推铅球是投掷类项目之一，通过练习可以发展学生的力量、协调性等身体素质，特别是对上肢力量有显著作用。通过侧向滑步推铅球技术的学习，为接下来学习背向滑步推铅球打下基础，还可以培养学生勇敢自信、顽强拼搏的品质。

三、学情分析

水平五的学生，运动基础相对比较好，对动作的领悟能力比较强，自控能力和集体意思较强；但是动作基础不够扎实，学生身体素质差异也大。因此，在实施体育教学中，应充分尊重学生的实际，帮助学生掌握动作，发展身体素质。

四、教学目标

【知识与技能】

能够说出侧向滑步推铅球的动作要点，所有学生能完成侧向滑步推铅球的动作。

【过程与方法】

通过铅球对学生的力量进行提升，通过铅球的发力提高学生的身体协调能力

【情感态度与价值观】

培养相互鼓励、勇敢、不怕困难，勇于进取的心理素质和体育精神。

五、教学重难点

【重点】

铅球的动作：蹬地、转体、推球、拨指

【难点】

蹬地到拨指之间的配合发力

六、教学方法

讲解示范法、纠正错误法、分解练习法、完整练习法、领会教学法、小群体教学法

七、教学过程

（一)开始部分(3分钟）

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。

【教学意图】课堂常规的进行，可以使学生尽快进行体育教学内容的学习，同时，又能激发学生的兴趣。

（二)准备部分(5分钟）

1、击掌接力跑游戏

方法：组织学生呈两组相对30m站立进行击掌接力游戏，游戏过程中我会强调学生注意安全，调整好自己的呼吸节奏。

其次我将组织学生以四列体操横队，配乐韵律操练习。

【教学意图】这样安排一是引起学生的学习兴趣，激发学习动机。二是使学生的生理机能活动能力从相对较低水平逐渐调动起来，为人体进入活动状态做好生理和心理上的准备，并预防和减少运动损伤的发生。

（三)基本部分(27分钟）

1、导入：

找出班级公认有力量的同学随意推铅球，记录距离，在找一名普通同学推铅球，同样记录距离，然后向同学提问，第二名同学能否超越第一名同学，带着问题和学生的好奇心来开始这节课。

【教学意图】通过运动会的情境设置，能够激发学生的学习热情，增强学生的竞争意识，让学生在接下来的学习中，更加严格的要求自己，有利于项目的学习与练习。

2、示范：首先，我会组织学生呈四列横队，前两排蹲下，我在队伍的前方做侧面示范。示范结束后向学生提出问题：下肢动作是怎样的、上肢如何将球推出，经过学生回答总结得出下肢有滑步，上肢经过身体的转体将球推出。

【教学意图】侧面示范有利于展示动作的侧面和按前后方向完成的动作，适当的提问可以加深对动作的印象，引起对动作关键环节的注意。

2、讲解：我会边讲解边做动作，以右手为例，身体转向右侧，双脚开立宽于肩，右手持球，注意五指将球托起，手心为空，将球顶在右侧锁骨窝处。预摆时重心移动到右脚，屈膝，左臂自然下垂，全身放松，发力时蹬地滑步、转体、挺身、推球、拨指，注意出手的初速度与角度，角度在45度。记住动作要点口诀：蹬、转、挺、推、拨。

【教学意图】以关键词的形式讲解可以迅速抓住关键点，帮助学生快速记住动作要领；而边讲解边做示范的方式，可以让学生对分解动作更好的理解，使动作理论迅速回归实践，迅速提取之前学习的记忆，达到事半功倍的复习效果。

3、练习

（1）滑步练习

组织学生成体操队形散开，听老师1、2口令进行原地滑步练习，1为准备，2为滑步。经过多次练习，形成肌肉记忆，加强身体协调能力。

在这个环节，我会指导个别学生出现的滑步不协调，动作生硬，及蹬地与滑步的配合。

（2）整体进行无球练习

以体操队形进行整体的无球动作练习，使学生上下完整配合，形成连贯性。

在这个环节中学生会出现忘记挺身，和出手角度不对的问题，要对这些问题及时纠正。

（3）进行实心球练习

学生整体呈两排站好，一排一排推，利用实心球代替铅球，注意动作，对动作加深肌肉记忆。

在练习过程中，学生会出现出手角度过大的问题，及时纠正在以上练习过程中，会出现太对过高导致脚步过缓，上下肢不协调的问题。我会以正确动作示范和口头提醒的形式帮助学生改进。

（4）侧向滑步推铅球完整练习

两排进行推铅球练习，通过学习进行实际练习，学会铅球的动作

在投掷过程中学生会出现动作不连贯、身体协调性差的问题，练习结束后，我会进行集体纠错，告诉学生要在脑中建立动作表象，先想好动作然后再完成。

【教学意图】通过循序渐进的练习，学生能在游戏的乐趣中掌握动作要领，通过教师的个别纠错与集体纠错，能够迅速帮助学生回归正确动作，且能够发展面对问题解决问题的能力。

4、检验

我会解决开始时的问题，让开始时第二名同学再次进行投掷，通过距离的提高，来达成本节课的教学目标。

【教学意图】在展示环节中让学生进行展示是对整堂课学习效果的检验，在学生发现自己有进步的时候，也能够体现我这节课的成功。让学生对今后的体育课充满信心。

（四)结束部分(5分钟）

1、放松活动—配乐放松操

2、课堂小结：教师总结学练情况，表扬先进，激励全体学生。

3、宣布下课、师生再见、回收器材。

【教学意图】通过放松环节帮助学生恢复疲劳，为下节课做好身心准备。教师的针对本节课的鼓励性评价，也为学生树立信心。

八、场地器材

标志旗6个、录音机1台、磁带、田径场。

九、预计负荷

练习密度：35%左右；平均心率：130次/分；运动强度：中等偏上。

十、课后反思

**初中体育说课稿万能篇3**

一、说教材：

教材内容为篮球（复习原地运球，学习直线运球）和接力跑游戏，均选自省编中学《体育与保健》教材第一册内容。球类是学生喜爱运动项目，它具有良好综合健身作用，能够培养学生团结、协作、积极进取和拼搏精神。中学篮球教材由基本技术、简单战术和教学比赛三部分组成，基本技术在整个教学内容中比重较大。初中阶段重点是学习各种基本动作，尤其是在初一教材里基本技术动作所占比重最为主要。选择直线运球技术作教材，是根据初一学生生理、心理特点和认知、技能水平情况。因此，将本课直线运球重点确定为运球时按拍部位，难点为控制球。初中接力跑教材分迎面接力跑，圆圈接力跑和接力区交接棒接力跑，本课利用篮球和呼拉圈在篮球场地中进行接力跑，进一步增加接力跑知识性和趣味性。接力跑游戏重点定为提高学生快速跑能力和灵敏素质等。根据以上认识特制定以下三方面教学目标：

1、认知目标：1)了解本课练习方法，明确篮球原地运球、直线运球技术原理及作用，能正确区分原地运球和直线运球不同之处。认识篮球运动目是全面发展身体素质、增进健康。

2)90%以上学生明确本课目标。

2、技能目标：1)通过本课学习，使85%以上学生正确掌握原地运球技术，75%以上学生在一定速度中能正确运用直线运球技术，提高手对球控制支配能力。

2)发展学生灵敏、速度素质，提高协调性及快速反应能力。

3、情感目标：1)培养学生积极进取、顽强拼搏、力争胜利竞争意识及团结协作、吃苦耐劳优良品质，强化学生爱情感，提高想象、交往能力，发展学生个性和心理素质。

2)95%以上学生对情感目标接受。

二、说教学程序：

在课结构上，从“身心协同”基础观点出发，依据初一学生身心特点，采用“收心热身、愉悦心身---育心强体、磁智促技---稳定情绪、恢复心身”三段结构。

1、在收心热身、愉悦心身阶段，用我国男篮健儿在奥运会上优异表现引入教学主题，通过开口螺旋形跑，活跃气氛，集中学生注意力，紧接着成闭口螺旋形跑至站位做球性练习，通过球性练习能使有关肌肉、关节、韧带得到充分活动，而且与要学技术动作有机结合。因学生水平各异，最后一个球性练习为自由创想展示练习，给学生自我展示机会，从而调动学生创造性思维和学习主动性。这部分用时为9分钟。

2、第二阶段，首先，运用各种变化原地运球练习，改进提高原地运球技术动作及控制球能力，在运球中要求学生养成观察前方良好习惯，重点强调正确身体姿势和脚部动作，为主教材教学做铺垫。在学生情绪已活跃基础上学习新教材，进入直线运球教学，我用启发性语言和直观对比，使学生能较清楚地认识到“球反弹角度与手按拍有直接关系”等道理，并运用不同信号手段组织学生进行直线运球练习，然后安排学生进行直线运球追逐，使教学步骤由浅入深、由易到难、分层递进、对比探索、激发兴趣达到初步掌握技术动作目标。练习中我突出要求学生相互观察、相互纠错、共同提高，充分体现和谐互助精神。在这阶段中，我还注重在练习队形图形上进行变化，一方面充分利用篮球场原有线路，另一方面克服重复练习带来枯燥感。这部分用时20分钟。

在接力跑游戏按排上我设计了一组以支持北京申办奥运会为主题、益智健体接力游戏。在场地布置上，我用奥运会五环营造团结友谊、积极进取、奋发向上氛围，运用游戏竞赛法，激发学生练习积极性，并在每一次竞赛间隙都设计一些有关奥运会知识问题让负队学生回答，一方面以激发学生爱国主义情感，另一方面给负队一次充分发挥集体智慧获取胜利和成功机会，在教学中充分体现出启迪心智、发展思维、强身健体、体验成功现代体育教学观念。这部分用时12分钟。

3、第三阶段，围着五环放松，后运用“笑与不笑”游戏，以达到稳定情绪、恢复心身目。最后进行小结，对本课练习效果进行讲评，对学生成绩给于肯定和表扬，提出今后注意事项，从而结束本课教学。

三、说教学特色：

1、本课以“愉快教学法、成功教学法”作为指导思想，以发挥学生认识能力为核心，以培养学生基本活动能力为目，充分发挥教师主导作用，突出学生主体地位，始终在师生共同活动中愉快、轻松、活泼地进行教学，力求体现“大容量、高密度”教学特色，以达到化教学效果。

2、整堂课始终在一个篮球场地中进行，布置简单清楚，器材实用，富有喻意，坚持“一场多用、一线多用、一材多用指导思想。

四、课预计：

本课平均心率预计：130--135次/分；心率为：170次/分；出现在约三十八分钟时，即接力跑教材时；估计练习密度为40--45%左右。

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