

最新小学生低年级体育教案(实用5篇)

作为一位无私奉献的人民教师，总归要编写教案，借助教案可以有效提升自己的教学能力。优秀的教案都具备一些什么特点呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

小学生低年级体育教案篇一

2. 游戏：截住空中球

教学任务：1. 掌握臂交叉跳绳的方法，发展弹跳力、灵敏性、协调性。

2. 通过截住空中球游戏，培养机智、反应和传接球能力。

教学过程：

一、准备部分：(8')

1. 开课式。

2. 队列练习：四面转法，横队齐步走。

3. 准备活动：慢跑200米；绳操6节。

(1) 伸展运动：预备姿势：立正两手握绳 两端(将绳对折成短绳)，同时下垂于体前。

1横绳前平举。同时左脚侧出一步。

2横绳上举挺胸。

3还原成1的姿势。

4还原成预备姿势。

5678同1234，但方向相反。

(2) 下蹲运动：预备姿势：双脚 开立，横绳垂于体前。

1横绳前平举。

2. 下蹲。

3. 还原成1的姿势。

4. 还原成预备姿势。

5678同1234

(3) 体转运动：预备姿势，横绳下垂于体前。

1. 横绳前平举。

2. 左臂向左侧摆，同时右臂胸前平屈，头械转，眼看左手。

3. 还原成1的姿势。

4. 还原成预备姿势。

5678同1234，但方向相反。

(5) 体前屈运动：预备姿势：方正，横绳下垂于体前。

1. 屈肘横绳于胸前，同时左脚侧出一步。

2. 上体前屈横绳下垂。

3. 还原成预备的姿势。

4. 还原成预备姿势。

5678同1234，但方向相反

(6)全身运动：预备姿势：立正，横绳下垂于体前。

1. 左脚向左前迈出弓步，同时横绳上举，（抬头挺胸）。

2. 上体前屈，横绳下垂，置左脚前。

3. 还原成1的姿势。

4. 还原成预备姿势。

5678同1234，方向相反。

二、基本部分：（28’）

1. 臂交叉跳绳

(1) 向前摇绳臂交叉跳绳(并脚跳)

动作：两手握绳的两端，绳由体后前摇，当绳摇到前上方时，两臂迅速体前交叉，同时向后快速抖腕(前臂外旋)，两脚立即跳起，绳通过再摇至头上方时交叉两臂还原，用同样方法连续跳。

(2) 向后摇绳臂交叉跳绳(并脚跳)

动作：两手握绳的两端，绳由体前向后摇，两脚立即跳起，两臂由下向上在体前交叉，同时快速抖腕(前臂内旋)，两脚立即跳起，绳通过两脚，交叉臂还原，用同样方法连续跳。

(3) 讲解示范。

(4)练习方法：分组练习。

(5)注意事项：教师应掌握学生练习的次数、速度、时间，每次练习后要有适当的时间让学生做放松活动。

2. 游戏：截住空中球

(1)方法：将参加游戏的分成几组，各组指定两人先站在圈内，其余的人均匀的站在圆圈外，游戏开始，圈外的人相互传接小球，圈内的人积极抢截。截住球后，与传球失误的人交换位置，游戏继续进行。

(2)规则：传球不得进圈，不得递球。

(3)注意事项：1. 课前在场上画2-4个直径5-6米的圆圈，把学生分成2-4组进行练习。2. 游戏前，教师应讲解示范抢断的动作要领，并组织练习。3. 每组人数不宜过多，以提高密度和效果。4. 对体弱的学生适当照顾，及时换人，男女生可分组比赛。

三、结束部分：(4')

1. 整理放松。

2. 小结、讲评。

3. 宣布下次课内容。

小学生低年级体育教案篇二

教学任务：

1. 初步掌握上两步掷垒球或沙包技术，提高投掷能力。

2. 通过拉绳比跳游戏，发展灵敏、力量等素质。

教学过程：

一、准备部分(8')

1. 开课式。

2. 队列练习。

3. 准备活动：慢跑200米，徒手操6节

二、基本部分(28')

1. 上两步掷垒球或沙包(一)

(1)动作：略

(2)讲解示范。

(3)练习方法：成纵队，四人一组依次进行练习。

(4)注意事项：1、先让学生徒手挥臂练习几次，随后听教师口令统一投掷。2、要求投掷时注意蹬腿、转体、挥臂的动作。2、在场地上划两条15米长的并行线距离2米，一条线为投掷线，另一条为预备线。3、听到老师喊“预备”才能进入投掷区，按老师统一口令掷和捡回投掷物。4、注意安全，防止事故。

2·拉绳比跳

(1)方法：参加游戏的分成人数相等的两队，均成一行横队相对站在两条线后，两队排头分别站在两个圆圈内，各握绳的一端。游戏开始，两人同时做连续单脚跳，并用力拉绳，能把对方拉出圈外或迫使对方提起的脚着地，得一分，然后两

队依次换人进行。最后以得分多的队为胜。

(2)规则:1、互拉绳时,绳脱手,脚踩线,换脚跳均为失败。2、双方同时失败均不得份,两队各换下一人进行。(3)注意事项:1、要进行安全教育,严禁开玩笑或在用力拉时松手。2、分组时注意体力强弱调配要适当,男女生可分组进行比赛。

三、结束部分:(4')

1•整理放松;

2•小结、讲评;

3•宣布下次课内容,

小学生低年级体育教案篇三

学习阶段:水平三

学习目标:主动参与广播操的复习,并能做出示范。

积极参与游戏活动。

学习内容:游戏 广播操

学习步骤:

一、快乐游戏,活跃情绪

教师活动:1、组织学生集队。

2、组织学生游戏。

3、组织学生柔韧练习。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、全班学生分成六组大渔网游戏，比一比哪一组用的时间最短。

3、在小组长的带领下做出三种以上的柔韧练习方法。

组织：六列横队、小组分散

二、小组学练，互帮互助

教师活动：1、提出分组练习的队列内容和要求。

2、组织学生分组练习。

3、检验各小组的练习成果。

4、提出复习广播操的要求。

5、组织学生合作复习广播操，个别指导纠正动作。

6、组织学生小组广播操展示、评比。

学生活动：1、知道分组练习的队列是齐步走，立定、看齐。练习的要求是动作到位、规范、有精神。

2、分六组进行练习，并在练习中不断改正动作。

3、积极认真地展示小组练习成果。

4、了解广播操的复习要求，认真地进行广播操的复习，把动作做到位，做正确。

5、积极参加广播操比赛，努力争取表现。并积极参与评比。

组织：

场地器材：操场、录音机

课后小结： 本课我选择了大渔网的游戏来恢复体力，让学生在不知不觉的快乐游戏中恢复体力，不过游戏的量一定要控制好，本课中我把学生分成六组，一组做渔网时前后两组休息，其余三组做小鱼进行游戏，比哪一组捕完所有的鱼的时间最短，这样学生总的活动量就比较适宜。

第 2课时

学习阶段：水平三

学习目标：主动参与广播操的复习，并能做出示范。

积极参与跳长绳活动。

学习内容：跳长绳 广播操

学习步骤：

二、 小组活动，积极参与

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、提出分组练习要求，组织学生分组练习。

3、组织学生比赛展示。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、听口令进行队列练习，复习二路纵队行进走。

3、全班分成三组，在组长的带领下进行“8”字跳长绳和“1+1”跳长绳。

4、在小组长的带领下进行2分钟“8”字跳长绳。

5、分组展示“1+1”跳长绳。

组织：六列横队、小组分散

二、合作学练，提高质量

教师活动：1、讲述上节课广播操练习情况，提出本节课复习要求：对前三节广播操要做到精雕细凿，把每一节动作细细过关。

2、组织学生分组练习。

3、组织学生分组过关。

学生活动：1、了解本课复习的要求。2、在与同学的合作中不断改进动作质量，反复体会各节动作的重难点。3、分两组(女生组、男生组)进行过关，男生过关时女生作评委，女生过关时男生做评委，不仅能积极参与评价，更要做到公正。

组织：

场地器材：操场、录音机、长绳三根

课后小结： 本课仍是恢复体力，在队列练习后就开始分组练习跳长绳，本课吸取第一课的教训，强调了小组的配合，三个班级的各个小组练习都非常认真，而且每个小组长都很尽职，积极地调动起组员的积极性，组织也井井有条，体力消耗也是比较大，比赛了2分钟8字跳，三班效果三个小组都过了百，一班二班好的小组和差的小组距离很大。1+1跳长绳六1班表现。一节课学生都表现得很积极，也很认真，小组合作也较第一课有进步。

第 3课时

学习阶段：水平三

学习目标：主动参与广播操的复习，并能做出示范。

积极参与跳短绳活动。

学习内容：跳短绳 广播操

学习步骤：

三、 合作活动，积极参与

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、提出分组练习要求，组织学生分组练习。

3、组织学生比赛展示。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、听口令进行队列练习，复习二路纵队行进走。

3、全班分成六组，每大组两个同学为一小组，进行练习跳短绳：快跳、后跳、交叉跳、两人前后跳、两人左右跳、一摇一跳等多种练习。

4、分组比赛，比一比哪一组的总分高。

组 织：六列横队、小组分散

二、自主学练，改进动作

教师活动：1、听音乐复习前三节广播操。

2、提出自主复习要求：对三、四、五节广播操要做到精雕细凿，把每一节动作细细过关。

3、组织学生分组练习，巡回指导。

4、组织学生分组过关。

学生活动：1、听音乐认真复习最后四节广播操。

2、了解本课学习的要求。

3、自主地找伙伴进行练习，从不断的练习中改进动作。

3、分两组(女生组、男生组)进行过关，男生过关时女生作评委，女生过关时男生做评委，不仅能积极参与评价，更要做到公正。

组织：略

场地器材：操场、录音机、短绳每生一根

课后小结： 本课运用一根短绳让学生充分地活动，并把每一个学生和小组的荣誉结合在一起，让每一个学生的练习都充满了激情，本课在二班第一次上的时候发现有点乱，为了乱而且较费时，后来改进方法，在后两个班教学时让小组长带着一组队员相对集中在一起，让组长统计分数，特别是一班每次比赛后组长都把分数写上统计的黑板上，这样所有学生都可以了解自己小组的情况和别的小组的情况，更利于二竞争，所以一班的效果也就特别好。每个班除个别学生外，广播操都做得比较到位了。

第 5课时 学习阶段：水平三

学习目标：积极参与游戏活动，轻松自然地进行自然地形跑。

学习内容：游戏 自然地形跑

学习步骤：

四、 游戏活动，积极参与

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、和学生一起复习贴烧饼游戏规则。

3、组织学生围成一个圈进行游戏，学生游戏时老师及时提醒要求，巩固学生对规则的理解。

4、提出分组要求，组织学生分组游戏。（由指定的学生全权负责。）

5、组织学生柔韧练习。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、深入熟悉游戏规则，知道游戏要求。

3、全班围成一个圆按规则进行游戏。

4、全班分成两组，由指定的同学负责游戏，扩大活动的比例。

5、在小组长的带领下进行正压腿、弓步压腿、坐压腿三种柔韧练习。

组 织：六列横队、小组分散

二、自主选组、自主练习

教师活动：1、讲解分组要求（按体能分组，3—6人一组；选好

组长;纵队排好,组长在前。)组织学生分组。

2、提出自然地形跑的要求:(组员听从组长,组长履行职责;合理选择场地和速度;合理控制路程;注意跑时纪律;注意呼吸,轻松自然;时间由老师控制。)

3、观看和指导学生进行自然地形跑。

4、向小组长了解每一组的完成情况。

5、组织学生柔韧放松。

6、小结整节课的学习情况。

学生活动: 1、仔细听好分组要求,自主选择伙伴,选好组长,排好队。

2、认真了解自然地形跑的要求。

3、在小组长的带领下进行自然地形跑,体验不同地形的跑步动作。

4、小组长交流自己一小组的跑步情况,管理感受。

5、听口令进行柔韧放松。

6、认真听,积极参与讲。

组 织: 小组分散、席地而坐、六列横队

场地器材: 校园、操场

课后小结: 本课的大部分活动是在组长的带领下完成的,不过因为本课是跑的练习,学生的体质差别很大,所以本课中所有的组长都不是固定不变的,游戏时的组长由老师指定善

于调控的同学担任，柔韧练习时由常规组长担任，自然地地形跑时学生根据自己的体能选择了小组，推选了小组长，正因为小组长的不断变化，使得本课的骨干作用体现得非常好，而且最值得高兴的是学生分组的要求很明确，跑时也基本能听从组长的带领。

第 6课时

学习阶段：水平三

学习目标：积极参与游戏活动，发展跑的能力

学习内容：游戏：大渔网、黄河长江、绕物接力

学习步骤：

五、 游戏活动，激发兴趣

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、组织学生进行大渔网游戏。

3、提出柔韧练习要求，组织学生进行练习，并巡回指导。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、听口令进行二路纵队行进走。

3、分成两大组进行游戏，体验很多人一起合作游戏的方法。

4、在小组长的带领下进行柔韧练习，充分活动各关节。

组 织：六列横队、小组分散

二、黄河长江练反应

教师活动：1、讲解分组要求(找一个速度和自己相近的伙伴、找到自己所站的位置)组织学生分组。

2、讲解游戏的方法和规则，指定各组的名称。

3、组织学生进行游戏。

4、向学生阐述这个游戏的作用。

学生活动：1、仔细听好分组要求，自主选择伙伴，找到位置站好。

2、明确游戏规则、明确自己一队的代号。

3、积极参与游戏，体验快速起动。

4、认真了解这个游戏对短跑的作用。

组 织：二列横队

三、绕物接力练奔跑

教师活动：1、启发学生制定游戏规则。

2、组织学生尝试游戏。

3、启发学生合理安排小组力量，组织学生比赛。

学生活动：1、积极参与规则的制定。

2、按次序尝试游戏，体验轻松自然的快跑。

3、合理地安排好每个队员的比赛次序，努力争取比赛胜利。

场地器材：校园、操场

课后小结：本课的大部分活动是在组长的带领下完成的，不过因为本课是跑的练习，学生的体质差别很大，所以本课中所有的组长都不是固定不变的，游戏时的组长由老师指定善于调控的同学担任，柔韧练习时由常规组长担任，自然地形跑时学生根据自己的体能选择了小组，推选了小组长，正因为小组长的不断变化，使得本课的骨干作用体现得非常好，而且最值得高兴的是学生分组的要求很明确，跑时也基本能听从组长的带领。

第 7课时 学习阶段：水平三

学习目标：积极参与游戏活动，掌握障碍赛跑的方法。

学习内容：游戏：障碍赛跑

学习步骤：

六、 游戏活动，积极参与

教师活动：1、组织学生排队、队列练习。

2、组织学生利用跳绳进行准备活动。

3、组织学生柔韧练习。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、在小组长的带领下进行裂队、并队走。

3、每人一根绳子进行慢跳、交叉跳、绳操和定数跳。

4、听口令进行柔韧练习。

组 织：六列横队、小组分散 * * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

二、尝试练习，体验成功

教师活动：1、布置学生取器材，并提出布置场地的要求。

2、组织学生在组长的组织下尝试过障碍。

3、提示学生调整障碍。

4、组织学生进行障碍游戏，并作好小结。

学生活动：1、按要求取器材，并把场地布置好。

2、分三个小组在组长的组织下有序在进行尝试练习，选择、最安全的过障碍方法进行游戏。

3、在小组长的带领下调整各个障碍间的距离，为游戏比赛作准备。

4、用自己觉得、最安全的过障碍方法进行游戏比赛。

5、总结自己一小组过障碍跑的情况。

组 织：分三大组进行

场地器材：体育馆、跳箱、体操凳、垫子

课后小结：本课游戏中障碍的设置三个班级是不同的，其中二班的障碍比较小，需要翻过的跳箱比较低，游戏时学生的团队精神体现不是很好，而在另两个班级中我把障碍设置得少些，但难度大些，先让学生去尝试练习，想办法把障碍过一下，做到心中有数，然后组织学生比赛，为了使人员的安排比较公正，我把全班的男女生均分成两大组来进行比赛，比赛时学生的团队精神、学生的主人翁意识都体现得非常好，特别是当我们的女生在跳上纵箱时，自己小组的男生是兴的，而且值得一提的是我们的女生在困难面前表现出了超人的勇敢，这也许就是集体的力量。

第 8课时 授课记录：

学习阶段：水平三

学习目标：在合作学习中掌握“上挑式”和“下压式”传接棒中的一种传接棒方法。

发展跑的能力。

学习内容：接力跑

学习步骤：

七、 游戏活动，充分热身

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、带领学生进行游戏。

3、提出柔韧练习要求，组织学生进行练习，并巡回指导。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、小组长带领自己一小组进行裂队和并队的练习，做到动作正确、有精神。

3、积极地跟着老师进行模仿活动，并按老师提示的信号做动作，听到停后立即静止，听到数字后立即找到相应的小伙伴。

4、在小组长的带领下进行柔韧练习，进行踢腿和加速跑练习。

组 织：六列横队、集体围圈、小组分散

二、合作学习，掌握动作

教师活动：1、通过讲解让学生明白传接棒在接力跑中的重要性。

2、请一位学生配合讲解示范“上挑式”和“下压式”传接棒的方法，提示动作要点。

3、提出要求(想一想用哪只手、想一想怎样才能使又快又稳地进行传接棒，并指导小组长带领学生进行尝试练习。

4、组织学生进行比赛，为学生作好裁判。

5、引导学生作好小结和点评，引导学生说一说自己一小组在接力跑中的优势和不足。

学生活动：1、了解传接棒的重要性，仔细观察了解动作过程，认真听明动作要求，初步建立动作印象。

2、带着问题在小组长的带领下进行传接棒的尝试练习，提高动作的熟练性的同时能找到最适宜自己的传接棒方法。

3、积极参加比赛，为自己一小组争得荣誉。

4、积极参与点评，说出自己一小组在比赛中的优势和不足。

组 织： 小组均匀分配各人的站位

场地器材：操场、接力棒六根

课后小结： 本课中比较令人满意是准备活动的游戏，这个游戏虽说很简单但学生游戏时的兴趣却是非常好，表现得积极而紧张，可以在不同的年级中运用，作为准备活动既可充分活动又能充分调动学生的积极性。对于传接棒的掌握三个班级掌握各不相同，但总体还可以，传接棒都比较稳，但有的

同学的动作做得并不是很好，有的同学的速度也不是很快，还有待进一步提高。以后上这样的课能有站位的图示，这样也许会更利于学生布置位置，同时场地也能保证。

第 9 课时

学习阶段：水平三

学习目标：在小组合作学习中掌握韵律舞蹈的基本动作。

提高学生表现美的能力。

学习内容：集体舞：我把祖爱在心上

学习步骤：

八、 游戏活动，激发兴趣

教师活动：1、师生问好。

2、宣布本课学习内容。

3、组织学生看光碟练习手指操活跃情绪。

学生活动：1、师生问好。

2、了解本课学习内容：集体舞

3、跟光碟听音乐进行手指操练习。

组 织：六列横队、小组分散

二、模仿练习、学习动作

教师活动：1、播放光碟，让学生了解整个动作过程。

- 2、组织学生分组，找到合作伙伴。
- 3、组织学生模仿练习，体验基本动作。
- 4、组织学生分组表演，熟练动作，体验音乐的节奏。

学生活动：1、认真观看光碟，了解全套动作。

2、在老师的安排下找到自己的合作伙伴，并了解合作要求。

3、听音乐，跟光碟进行模仿练习，体验各个动作，熟悉整套动作的过程。

4、分小组练习后再进行分组模仿表演。

组织：两人一组

场地器材：教室、光碟等电教设备

第 10课时

学习阶段：水平三

学习目标：在相互鼓励中自信地完成考核任务。

学习内容：50米跑(考核)

学习步骤：

九、 自主活动，充分热身

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、提出准备活动的要求，巡视指导学生进行准备活动(自己选择活动内容，活动时间十分钟，充分活动，注意安全)。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、了解准备活动的要求，自主地进行准备活动，把上下肢充分活动开，检查好鞋子、服装。

组织：六列横队、自主分散

二、了解标准，积极参考

教师活动：1、讲解50米跑的考核方法和考核标准。

2、组织学生进行考核。

3、统计成绩，做好记录，并对考核作出评价，提出要求。

学生活动：1、认真了解50米跑的考核方法和考核标准，树立信心。

2、两人一组进行考核，每人进行考核二次，努力跑出自己的成绩。

3、记录成绩，了解班级的整体考核情况。

组 织： 分组考核

场地器材： 田径场

第 10课时

学习阶段： 水平三

学习目标： 在相互鼓励中自信地完成考核任务。

学习内容： 50米跑(考核)

学习步骤：

十、 自主活动，充分热身

教师活动： 1、 组织学生排队、队列练习。

2、 提出准备活动的要求，巡视指导学生进行准备活动(自己选择活动内容，活动时间十分钟，充分活动，注意安全)。

学生活动： 1、 体育委员整队，检查出席人数。

2、 了解准备活动的要求，自主地进行准备活动，把上下肢充分活动开，检查好鞋子、服装。

组 织： 六列横队、自主分散

二、了解标准，积极参考

教师活动：1、讲解50米跑的考核方法和考核标准。

2、组织学生进行考核。

3、统计成绩，做好记录，并对考核作出评价，提出要求。

学生活动：1、认真了解50米跑的考核方法和考核标准，树立信心。

2、两人一组进行考核，每人进行考核二次，努力跑出自己的成绩。

3、记录成绩，了解班级的整体考核情况。

组织： 分组考核

场地器材： 田径场

第 13课时

学习阶段： 水平三

学习目标： 在复习中体验出投掷垒球的快速挥臂动作。

学习内容： 投掷： 投掷垒球

学习步骤：

十一、 自主活动，充分热身

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、组织学生游戏：老鹰和小鸡

3、组织学生两人一组活动关节韧带。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、全班分成六个小组进行游戏，充分活动。

3、两个人一组进行互推、压肩、互背练习。

组 织：六列横队、自主分散

二、了解标准，积极参考

教师活动：1、提出要求，组织学生集体练习原地侧向投掷动作。

2、组织学生一个个过关。

3、示范上步投掷动作，提出要求后组织学生继续练习。

学生活动：1、按老师的要求和信号进行投掷练习。

2、一个个进行投掷，了解自己的投掷情况。

3、按老师提出的要求，进行上步投掷垒球。

组织： 分组考核

场地器材： 田径场、

第 14课时

学习阶段： 水平三

学习目标： 在相互鼓励中自信地完成考核任务，培养进取精神，提高奔跑能力。

学习内容： 10米*4(考核)

学习步骤：

十二、 自主活动，充分热身

教师活动： 1、组织学生集队、队列练习。

2、组织学生分成三组进行跳橡皮筋，巡回指导学生练习。

3、提高关节活动要求，组织学生分组活动。

学生活动： 1、体育委员整队，检查出席人数。

2、全班分成三大组进行活动，在相互的学习中学会跳橡皮筋的简单动作。

3、在小组长的带领下进行关节活动、快速跑等练习。

组织：六列横队、自主分散

二、了解标准，积极参考

教师活动：1、讲解10米*4的考核方法、考核标准，鼓励学生努力进取。

2、组织学生进行考核。

3、统计成绩，做好记录，并对考核作出评价，提出要求。

学生活动：1、认真了解10米*4跑的考核方法和考核标准，树立信心。

2、两人一组进行考核，每人进行考核一至两次，努力跑出自己的成绩。

3、记录成绩，了解班级的整体考核情况。

组织： 分组考核

场地器材： 田径场、

第 15课时

学习阶段：水平三

学习目标：在合作学习中复习小排球的垫球动作，进一步熟练垫球动作，提高学生的灵敏反应和对小排球的兴趣。

学习内容：小排球：垫球

学习步骤：

十三、 快快躲闪，调动情绪

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、组织学生分成两大组进行游戏比赛。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、听运动员进行曲在小组长的带领下进行队列练习，在动作正确的同时感受正确的节奏。

3、分成两大组进行游戏，在规定的时间内比一比哪一组击中的敌人多。

组 织：六列横队、自主分散

二、合作学练，熟练动作

教师活动：1、提出练习的要求，巡回指导。

2、组织学生垫球小比赛：看一看谁的球最晚停下来。

3、组织学生两人一组对垫、六人一组互垫。

4、组织学生按小组进行垫球比赛，采用五分制，每边发五球，在宽松规则下进行。

5、总结比赛情况，及垫球中存在的问题。

学生活动：1、按老师的要求取球，进行自垫球练习，体验正确的连续的垫球动作。

2、认真对待比赛，看一看自己最多能垫几个球。

3、找一个伙伴认真地体验对垫球动作。

4、六人一小组进行垫球练习，体验相互间的配合，为垫球比赛作好准备。

5、积极参与垫球比赛，体验相互间的配合及脚步的移动。

6、通过总结清楚的知道自己存在的问题。

组 织： 分组分散

场地器材：体育馆、小排球、横绳

小学生低年级体育教案篇四

1. 各种不同姿势的起跑。

2. 游戏：《捕鱼》。

1. 初步体会各种不同姿势的起跑，以游戏化的方式激发学生的学习兴趣。

2. 让学生在创想练习中感受运动的乐趣，获得运动的心理体验。

3. 初步养成积极参与体育活动的意识，培养诚实守信、遵守规则、团结合作等优良品质。

1. 这是一节根据《课程标准》设计的新教材展示课，尝试以目标的达成统领教学的内容。把教材中的理念，即“坚持健康第一的思想，促进学生健康成长，激发运动兴趣，培养学生终身体育意识，以学生的发展为中心，重视学生的主体地位，关注个体差异”以及体现灵活多变的教学教法。

2. 在课的结构、组织形式、师生参与、游戏的开发、创新，体育文化的传播等方面进行大胆的探索和尝试。

1. 第一教材中用歌谣、音乐营造学习氛围，拉开本课的序幕。

（1）队列队形：

一年级学生课堂的组织要能放能收。放，能活而不乱；收，能整齐划一。本课改变了口令指挥式的训练方式，运用了歌谣的方法进行训练。

师：稍息！

生：（齐声背诵）挺胸抬头向前看。

师：立正！

生：站直不动是关键。

师：向右看——齐！

生：小碎步调整好，伸出右手一臂宽。

师：向前——看！

生：老师让我向前看，我学老师向前看。

运用这种方法，统一了动作，记住了要领，站好了队伍，培养了学生的组织纪律性。

（2）游戏《快快找同伴》：

游戏中学生边跑边唱《跳绳》，在歌声中根据老师发出的信号做出反应，找到同伴。通过这个游戏，融洽学生之间的友情，拉近师生之间的情感。在运作中我没有在找同伴的时间上过分强调，每一个学生都表现得非常积极，有的找不到合适的，还可以和老师组成同伴。有的找得慢了一点，但人人都获得了成功，每张可爱的小脸上都有灿烂的笑容。

（3）模仿操：

在音乐的伴奏下，老师模仿教材中的五节模仿操，然后根据小学生爱模仿的特点，让学生根据电视剧《西游记》中孙悟空的动作，创编《金猴操》。老师对学生创编的千姿百态、惟妙惟肖的动作进行了归纳整理，最后在《西游记》主题音乐的伴奏下，师生同做了《金猴操》。

2. 第二教材中让学生在创想练习和游戏中找到乐趣，师生同

唱主角。

(1) 各种不同姿势的起跑:

这是本课的主教材，运用5种不同姿势进行起跑练习，还让学生创编了几种。学生们以极高的热情模仿起跑姿势，老师也采用了他们创想的不同姿势起跑，以激发其积极性。在教材的处理上，没有把时间过多地花在各种姿势的细节上，而是让他们在线后起跑，不犯规，快速起动，迅速地摆脱静止状态，向着目标跑去而不偏离目标。跑的距离分别限定为15米、20米、25米、30米，并在终点处还拉了一条高1米左右，宽20米左右的横绳，横绳间隔1.5米处各有一朵小红花，每练习一次起跑姿势，改变一次距离。另外，还运用了胸前贴“纸鸽子”的办法让学生练习起跑，教师也参与其中，使课堂显得轻松活泼。

(2) 游戏：《捕鱼》：

将教材中的游戏《钓鱼》加以改进，更名为《捕鱼》，把一个“池塘”改为两个“池塘”。第一次练习老师扮作“渔夫”，其余学生散步在“池塘”中当“鱼”，被“捕”者站在“池塘”的四角。待学生学会游戏方法后，再每组选两名学生扮作“渔夫”，将呼拉圈改制成鱼网，比赛中只要“捕”到肩部以上部位，就算“捕”中了。另外，“池塘”中间设立“安全岛”，可容纳4—5条“鱼”休息，但休息时间不能超过10秒钟。这个游戏，深受学生欢迎。

3. 第三教材中感受藏民族文化的内涵，在优美的乐曲声和翩翩起舞中进入尾声，结束全课：

选用藏族“锅庄舞”作为全课的结束，同学们在《阿东拉依》主旋律的伴奏下，以藏族舞蹈特有的弯腰撅臀、甩袖撩臂、敬献哈达等动作，跟着老师翩翩起舞，舞动着双臂，使人仿佛置身于草原上、篝火旁，使学生的身心得到了放松。

小学生低年级体育教案篇五

1. 向后转走(齐步)

2. 迎面对接跑

教学任务：

1、学会向后转走(齐步)动作，培养学生遵守组织纪律和集体行动的能力。

2. 发展速度和奔跑能力。

教学过程：

一、准备部分：(8')

1. 开课式。

2. 队列练习：立正、看齐、稍息。

3. 准备活动：慢跑200米，第八套广播操(8*2)

二、基本部分：(28')

1. 向后转(齐步)

(1)动作：听到口令后，动令落在右脚上，左脚向前半步，脚尖稍向右，以两脚掌为轴，向右后转180度，出左脚向新方向行进。转时，两臂自然摆动，不得外张。

(2)教师讲解示范。

(3)练习方法：学生集体练习。

(4)注意事项：1. 教学时应把动作要领讲清楚，示范要正确，可将动作分解教学。2. 口令要准确，力求做到规范清楚、宏亮。

2. 迎面接力跑

(1)方法：接棒人站在起跑线后，右手前伸准备接棒，传棒人以右遥将棒竖起，传给接棒人，接棒人握棒后，迅速跑向对面。

(2)组织教学：学生分成四组进行，在场地上画两条相距25米的平行线作起跑线。成纵队相对站立在两端的起跑线后。

(3)要求：1. 传递棒时不准抛，传棒失落由传棒人拾起继续进行。2. 严格遵守纪律，遵守规则。

三、结束部分：

1. 整理放松。

2. 小结、讲评。

3. 宣布下次课内容；

4. 下课。