

小学体育韵律教学方案(精选9篇)

确定目标是置顶工作方案的重要环节。在公司计划开展某项工作的时候，我们需要为领导提供多种工作方案。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

小学体育韵律教学方案篇一

学习目标：通过合作练习不断提高自己的达标水平，并且在练习中培养学生吃苦耐劳和坚忍不拔的精神。

学习内容：短绳和仰卧起坐

学习步骤：

一、自主活动、活跃情绪

教师活动：1、集合队伍，进行常规练习。

2、组织学生自由分组，进行老鹰捉小鸡的游戏。

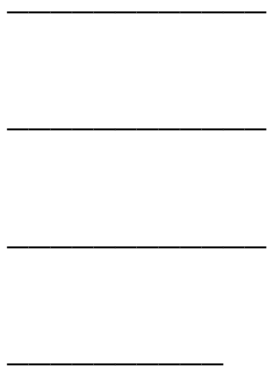
3、提示学生自主进行各种所学过的看过的或想到的准备活动练习，老师监督提示。

学生活动：1、快速安静集合队伍，在老师的口令指挥下认真反复进行队列队型的练习。

2、与小伙伴密切合作，积极快乐进行游戏活动。

3、在准备活动中，能够相互观察学习和积极创编并充分展示自己，表现出良好的自主性。

组织：如图：



二、合作探究、掌握技能

重点：激发学生练习的积极性和培养学生吃苦耐劳的精神。

难点：在活动中激发学生集体练习的活动氛围。

教师活动：1、讲解达标的重要性，使学生知道达标是国家规定的学生必须达到的要求，给学生以清晰的目标。

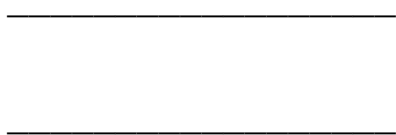
2、组织学生进行短绳活动，进行一次记时练习。

3、组织学生进行仰卧起坐练习，并进行一次记时。

学生活动：1、细心聆听老师的讲解，明确知道自己的任务，鼓足干劲。

2、积极进行短绳和仰卧起坐练习。

组织：短绳练习时四列横队，仰卧起坐时如图：



三、创新延伸、展示技能

教师活动：讲解立定跳远的要求和练习数量，组织学生进行练习。

学生活动：积极刻苦完成练习，高质优数完成任务。

组织：无固定队型，在老师规定的范围内自由练习。

场地器材：短绳36根田径场一片垫子若干

小学体育韵律教学方案篇二

20xx-20xx学体育教学工作方案新的学期开始，随着运动场的建成，我们也将有一个新的面貌和新的目标。随着全民健身运动的蓬勃开展、高考制度的改革，体育也越来越受到学生和家长的重视，学校也把“健康第一”作为学校教育的指导思想。

本学年先要以学生《体质健康》为重点深化体育课堂、体育训练队教学改革，提高体育教学质量，加强出操、集会、集会纪律，做好出操、集会、集会常规训练，以德育教育为核心，在体育教育教学中注重思想教育，培养学生树立远大理想，注意加强提高学生团结协作能力，增强学生集体主义观念，树立集体主义荣誉感，培养不怕苦、不怕累、顽强拼搏、积极进取的个性，提高学生克服困难、战胜困难的能力，为适应未来社会生活和激烈竞争奠定基础。

现在对本学期的体育教学工作做如下计划：

刚刚入学进校什么都不懂的一年级新生，通过学习逐步让学生了解到体育的基本队列队形以及掌握基本的常规训练，提高学生的运动能力，一二年级教学要结合学生喜欢的跑、跳、投、跳绳、游戏等活动。

以合理化，对某些动作技术得掌握也比较快。生性好动，活泼开朗，爱表现自己。课堂组织纪律性比以前有很大进步、情绪变化较大，喜欢竞争。学生在体育课上表现积极勇敢，针对学生的这些特点，在教学中要以讲解诱导为主，以相近的游戏进行巩固，使学生寓教于乐。

5-6年级使学生认识和了解自己身体和掌握锻炼身体的简单常识和自我保护的方法；了解学习和展示简单的运动动作，基本掌握选择项目中规定的动作，了解所学项目知识，掌握简单的动作和术语，在掌握知识和技能的过程中，体验体育活动中心里感受，认识身心发展的关系，初步掌握科学锻炼身体方法和评价锻炼效果的基本方法，基本能够用所学到的知识锻炼身体。

（一）深化常规工作管理，做到有序有效有痕迹

1、上好体育常规课，有组织，有内容，有方法，有风格，有吸引力，有质量意识，有检测。严格规范体育课堂行为要求，确保体育教学的顺利开展并做好规定项目的考核。

2、认真做好《学生体质健康标准》实施工作，及时准确地上报数据，要保存好原始数据，并做好自我检测报告和从中发现体育优秀学生作为后备人才，保持，保持体育竞赛的可持续性发展。

（二）校本教研要有新突破

1、逐步建立“以校为本”的教学研究制度，改进和加强体育教教学工作，形成良好机制，促进教师专业化发展。

2、规范管理，加强校本教研，在问题意识和意志的培养上下功夫，通过教学反思及教学案例的剖析，切实提高学校体育课程实施水平，提高广大学生的体育运动能力，为培养学生终身体育的意识服务。

（三）开展课外体育活动，丰富学校文体生活。

课外体育活动是学校体育工作的重要组成部分，是实现学校体育目的、任务的重要途径之一。

（1）课间两操（广播操眼保健操）

要加强对课间广播操、眼保健操的管理，由老师按时组织。建立课间操常规，严格纪律，保证课间两操的质量。成立课间操检查小组，在精神面貌、出勤人数、动作质量等方面，以班级为单位进行检查评比，并将检查结果纳入班主任的考核，天天公布成绩。在本学年力争使我校课间两操形成自己的特色，努力做到广播操“三个一样”，即：进出场一个样；队伍、队形一个样；做操质量一个样。眼保健操：正确、到位、整齐。

（2）班级体育锻炼

组织学生以班级为单位，利用每天体育活动课的时间，进行体育锻炼，由各任课老师负责，体育教师与班主任密切配合，帮助各班制定、执行锻炼计划，并给予技术上的指导。

班主任要把班级体育锻炼纳入班级教育计划，做好组织发动工作，进行思想教育，保证活动时间和活动质量。学校要定期对各班锻炼情况进行检查评比，及时总结，形成制度。

（3）体育竞赛

以全面锻炼学生身体、保证学生每天有一小时体育活动时间

为出发点，在保证开齐、开足体育课程和课间操的基础上，将根据学校的实际情况，贯彻小型多样、单项分散的原则，按季节气候的不同开展丰富多彩的体育竞赛活动。学校在夏季、秋季要组织开展田径运动会。力争通过这些体育竞赛活动，来激发学生兴趣，锻炼学生身体，活跃学校文体生活，在校内形成浓厚的体育氛围。

（4）课余运动训练

近年来，我校体育运动队在县比赛中成绩不理想。本学年要求做到早选苗，早训练。加大体育训练力度，全力提高运动竞技水平，坚持普及与提高相结合，这是学校体育工作的重点，在抓好普及的基础上，下大力抓提高，才能使学校体育工作得以健康发展。因此我们将加大课余训练工作的科学管理与训练的力度，结合我校实际，坚持长年训练，向科学训练要成绩，不断提高学校竞技体育水平。认真制定训练计划，抓好运动队的日常管理，较为科学系统地对学生进行训练。

九月份：

- 1、制订学校体育工作计划和教学进度计划等。学习新课程标准和校本课程的教学理念；
- 2、清点体育室器材结合器材的使用情况制定教研组工作计划，并组织学习；
- 3、布置本学年体育达标工作内容、要求，做好学生体质健康成绩的上报工作；
- 4、结合学生达标成绩，挑选体育苗子准备组建校运动队。

十月份：广播体操是学生在学校里，课余时间锻炼身体的一项重要内容，让学生在紧张的课程之后，进行放松和锻炼身体的一个有效手段。但是有些同学不会做或者不熟练，做的

时候不认真，没有力度，就起不到锻炼的效果，我们上大课间操也就失去了意义。所以，本学期要抓好低年级广播体操的学习和巩固的工作，包括健身操、广播体操和韵律操。并在教学过程中举行广播体操的比赛。让不会的，不熟练的都能牢固熟练的掌握广播体操的动作，真正达到锻炼身心的目的。

- 1、全体体育教师组织好学校的早操和大课间体育活动；
- 2、继续抓好学校广播操质量（尤其低年级）；
- 3、进行田径和技巧的教学；
- 4、校运动队开展业余训练工作。

十一月份：

组织冬季田径运动会十二月份：

- 1、做好体育课各项成绩的测试
- 2、学期体育工作小结。

二月份：

- 1、制定新学期体育教学工作计划；
- 2、学习新课程标准和校本课程的教学理念；
- 3、组织开展体育大课间活动。

三月份

- 1、开展校田径运动会

2、选拔运动员，进行训练，迎接县运动会；

3、预防春季传染病讲座。

四、五月份

1、进行大课间活动评比；

2、进行田径和技巧的教学；

3、进行校眼保健操比赛；

4、参加县运动会。

六月份

1、做好体育课各项成绩的测试

2、做好学期总结。

小学体育韵律教学方案篇三

本课选择人教版小学体育课程标准水平二（四年级）投掷教学内容，努力贯穿身体健康、心理健康、运动技能和社会适应的基本理念，积极为学生创建一个宽松、和谐、民主的学习氛围，让学生们学会自我锻炼的良好学习的习惯，热爱生活、热爱自然、陶冶情操。通过本课的学习，培养学生自主学练，自主探究，团结协作，创新学习的品质；让学生在玩中学，学中玩。在各种练习中，教师适当引导，让学生自己去寻找、去体会、去享受快乐。从而促进学生身心健康发展。利用已有的器材自创锻炼方法，为终生锻炼打下坚实的基础，通过游戏活动培养学生动手动脑的习惯，培养学生的创新精神以及团队精神。

1、持轻物（飞机）掷远

2、接力跑

1、尝试进行报纸的玩法，并能学会肩上投掷的方法；

3、通过游戏活动培养学生动手动脑的习惯，培养学生的创新精神以及团队精神。

全身协调用力的感觉

教学难点：

动作自然、快速、连贯、协调。

用日常生活中最常用的报纸来进行活动，不拘泥于形式和队形。为了让学生掌握好这一学习内容，解决本课的重难点，我将在教学中采用由浅入深、由易到难、循序渐进的教学原则，课的开始，教师采用提问引导的方式，让学生自制“纸飞机”，玩“纸飞机”，和比试“纸飞机”，提高学生学习的兴趣，培养学生的动手能力；然后把报纸卷成“接力棒”，集体用“接力棒”摆成跑道布置游戏场地，语言导入情景来完成接力跑，学生个个动手，人人参与，充分调动学生的积极性，在求知的过程中加强了能力的训练；在课的结束部分采用集体搭乘“飞机”游戏，让学生体验个人活动与集体活动的区别，享受体育学习的乐趣。本课通过多种练习方法，引导学生学习投掷技术，使学生自主、能动地学习，较好地掌握好原地投掷垒球的技术要领，在练习活动中还引导学生进行自评、互评，教师参与其中，引导学生发现问题，让学生带着问题去学习，学会在学习过程中寻找答案，实现从学会到会学的转变。这样使学生在改进动作的同时，思维拓展能力、纠正错误能力也得到了相应的提高。

1、平地一块；

2、报纸若干，录音机一台。

体育优质课简案

1、预计平均心率 110----130次/分 2、预计平均密度25%--
-35%

小学体育韵律教学方案篇四

教学内容：

- 1、什么是体育课？为什么要上体育课？
- 2、养成正确的身体姿势
- 3、人体的形态。

教学目标：

认知目标：明白体育课的真正含义以及意义；养成正确的身体姿势的要求；人体形态的名称。

教学重难点：学生的认知水平与记忆力水平。

教学过程：

一：导入部分（9-13分钟）

课堂常规：师生问好，宣布教学内容和教学目标，步入课堂。

教与学的方法：（1）导入语：小朋友们，有没看过电视里运动会，那些叔叔阿姨在颁奖台上领金银铜牌，他们厉不厉害的，你们希望自己和他们一样获奖吗？他们都体育的拔尖者，体育都很棒的，他们上体育课上也很棒的，那你们知道什么是体育课吗，平时有没有看过其他小朋友上体育课？体育课

的真正作用是什么？（2）学生作答，教师点评，纠正不足之处。（3）作出总结，可让学生来总结。

部组织，长大才能更好地为祖国服务??

教与学的方法：（1）导语；（2）让学生分小组讨论，派代表回答。（3）教师观察学生讨论。（4）学生总结，教师评价。（5）让个别学生模仿示范，师生进行评价，引以为戒。

注：（1）坐。俗话说“坐如钟”。正确的姿势是：头抬平直、双肩略向后舒展并保持等高，挺胸，直腰，双脚放在正下方，两臂自然下垂，将手放在大腿上。（2）立。俗话说“立如松”。人体站立时，要抬头，挺胸，直腰，两肩等高，两臂自然下垂，两脚自然开立。（3）行。要做到抬头，挺胸，身体平稳，两臂前后自然摆动。

三：结束部分（9-15分钟）

（1）导语：小朋友，抬起你的膝盖，你们知道膝盖在哪里吗？那扭髌扭一下，髌部在哪里？所以小朋友我们一定要知道身体的各个基本部位，不然可会闹出大笑话的。

让一个小朋友上来做示范，老师讲解并指着该小朋友正确的身体部位让学生先猜，然后说出正确的名称以及举例各部位在运动中的用法。比如：踝关节踢足球时控制球的能力。

注：讲解的内容包括头，颈，肩关节，肘关节，腕关节，髌关节，膝关节，踝关节，上下肢

（2）游戏：指鼻子

游戏方法：以同桌为单位，一个小朋友拿着另一个小朋友的左手，做拍状，后者右手食指指着鼻子，当教师发出“头”或其他部位时，前者拍后者的手一次，嘴里喊和老师一样的

身体部位，后者迅速移动右手到该位置，比一比在一轮中谁的失误率高，高的输，低的胜。游戏规则：指错后，另一者提示对方改正，游戏继续直到第二轮开始。教与学的方法：

（1）教师简单讲解游戏方法，并做示范。（2）师生共同进行练习。（3）教师进行评价。

（3）总结上课内容，宣布下课，师生告别。

课题：母鸡爱小鸡

教学内容：

1，排成四路纵队

2，母鸡爱小鸡

教学目标：

技能目标：通过教学，使学生初步掌握跑的基本技术。

素质目标：提高奔跑能力，灵敏性和协调性，促进学生下肢肌肉关节、韧带、和内脏器官机能的发展。

情感目标：培养运动感情，勇敢果断，团结友爱，积极进取的品质和爱国主义教育。

教学重点难点：排成四路纵队。

教学过程：

一：收心热身导入情节

（1）课堂常规：整队，师生问好，宣布本课内容，导入情境教学。组织方法：自由散在规定的场地，围在教师身边听。

小朋友们齐声回答：是公鸡

(2) 模仿动物的叫声和跳跃

大公鸡：喔喔喔地叫小鸭子：嘎嘎嘎地叫，双手交叉放口前做鸭嘴状

企鹅：两手下垂放身旁，手腕后伸，走起路扭身体

猴子：抓抓头，做探视状，也可做翻跟斗。袋鼠；两手屈肘置于胸前，双脚连续向前跳。

小白兔：两只耳朵竖起来，蹦蹦跳跳。

注：老师讲出动物名称，诱导学生动脑经创新，针对不足，加以纠正。

二：故事情节发展

教与学的方法：（1）教师讲解方法，并进行简单的示范。

（2）学生进

行分组分排练习。（3）教师仔细观察，对错误的加以纠正。

（4）把大家容易出现的问题在集合训练后进行讲解。（5）在队列练习前向学生说明：前后间隔一臂距离，以免太拥挤。

排成四路纵队的排法：当教师喊“成四路纵队

一集合”口令，并做出

手势（左手握拳于胸前屈肘，

拳心向内，右臂前平举，

掌心向下）时，

排头学生按口令指示的队形，距离教师2-3

米处站好，其余学生依次向后重叠式排队站立，前后保持约一小臂的距离并自动对齐。

注：因学生反应能力较慢，因此需要结合“解散”

“集合”来训练他们的反应能力，提高集合的速度。

三：尾声恢复

1

，游戏：母鸡爱小鸡

教学的方法：（

1) 导入：小朋友，小鸡们集训顺利结束了，现在他们遇到了一只凶猛的老鹰，小鸡和老鹰要展开一段生死的较量，看看小鸡它们是怎么躲过这场灾难的。（2）教师讲解游戏方法与规则。（3）组织学生进行游戏，教师有时充当哪排的鸡妈妈或者老鹰，组织学生玩得尽兴。（4）仔细观察，发现不足及时进行纠正。

小学体育韵律教学方案篇五

自然站立式起跑各种姿势起动的跑课时第12课时

- 1、通过各种姿势起动的自然跑，使学生初步掌握正确的自然跑方法和由静止到快速起动的动作，培养正确的跑的'姿势。
- 2、发展学生灵敏、速度和奔跑能力。提高学生对游戏的兴趣。
- 3、培养学生机智、友好合作和遵守规则的良好品质。

反应灵敏，启动快。

迅速摆脱静止状态到快速起动。

设计意图教学流程解析与拓展

一、课堂常规

、集合站队，检查人数，师生问好，宣布教学内容和要求。

二、准备活动

1、队列队形

2、模仿动物的走跑：

小兔子跳、小鸭子走、小象走、小黑熊走、小孔雀走、小企鹅走、小猴子走、小马儿跑

三、自然站立式起跑

1、教师示范。

2、教师讲解动作要领：两脚并立，身体前倾，后腿快速前抬，前脚用力后登，互蹬地两臂用力摆动。

3、分小组比赛：分为四个小组运用自然站立式起跑看谁跑的快。

四、各种姿势起动的跑：

采用正对、背对、侧对跑的方向，用自然站立、坐、蹲、躺、撑等姿势起动，向指定目标方向快速跑出。

1、教师示范、讲解各种姿势。

- 2、组织学生练习：正对的站立跑、坐着后起立跑等
- 3、对学生的起跑进行简要评价。
- 4、组织学生用的起跑姿势。

五、小结讲评，鼓励表扬，下课，师生告别

小学体育韵律教学方案篇六

为进一步贯彻《学校体育工作条例》的精神，落实“健康第一”指导思想，深入开展“阳光体育”活动，活跃校园生活，增强学生体质，促进学生全面发展，学校将于9月举办丰富多彩的体育节活动，具体方案安排如下：

通过体育节活动推进学校体育工作的发展，树立“健康第一”的思想以及终身体育锻炼的意识。确保学生每天一小时在校活动时间，增强学生体质，发挥学生特长，促进学生在身体、心理及社会适应能力等方面和谐的发展。提高团结合作，抵御挫折的意识和能力，使学生充分享受运动带来的乐趣，用丰富多彩的校园体育活动，丰富体育文化内涵，对学生实施全面素质的教育，培养学生合作、自信、勇敢、公平竞争及团队精神等良好品质及健身、参与的意识。养成良好的锻炼习惯和健康的生活方式，形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气，在校园内营造注重健康、重视体育的良好氛围。推动我校体育运动向更高水平发展。

活动主题：我运动、我健康、我快乐。

活动形式：趣味项目比赛、体质健康测试、教工社团活动。

活动时间：9月1日至9月30日。

活动参与范围：全体师生。

组长□xx

副组长□xx

组员：全体班主任及科任教师

组织□xx

安全监督□xx

影像采集□xx

校内多媒体宣传□xx

1、各班充分展开准备工作，加强对学生的纪律和安全教育，确保活动正常开展。

2、裁判工作要做到：公平、公正、公开、准确。

3、各班周密安排、注意学生安全、服从指挥、遵守纪律、认真训练。

1、宣传发动：利用学校各方面平台，宣传体育健身的好处，拉开体育节帷幕，各班主任注意宣传发动。

2、开展一系列竞赛活动

（1）各班健身活动：班主任组织丰富多彩的健身活动，积极锻炼，为以后的学习生活打下良好基础。

（2）达标运动会（9月29、30日上午）（具体方案另行通知）

（3）级部趣味项目比赛（9月30日下午）：各级部由班主任组织学生，科任教师裁判，体育教师负责场地器械和记录，

成绩上报体育组。

(4) 教工活动：由工会出具具体活动方案。

健康数据进行测试，根据新标准统计并上报。

1、趣味项目比赛：

跳小绳、踢毽子、跳大绳

一、二年级跳小绳，三、四、五年级跳小绳、踢毽子、跳大绳。每班每项限报3人，不分男女，可兼报。例：五年级一班甲同学报了跳绳项目，也报了踢毽子项目。跳小绳、踢毽子奖励级部前6名，跳大绳分级部设一、二、三等奖。

规则：

(一) 跳大绳

2. 限时1分钟，不计失败次数，按全体成员完成数量记名次，多者列前；

3. 若遇成绩相同，进行1分钟复赛，直至决出名次为止。

(二) 跳小绳

1. 比赛不分男女；

3. 若遇成绩相同，进行1分钟复赛，直至决出名次为止。

(三) 踢毽子

1. 比赛不分男女；

3. 仅限用两脚，其他部位接触毽子只当调整，不计次数。

各项活动结束后利用早操或升旗时间对个人和班级进行表彰奖励。

小学体育韵律教学方案篇七

教师活动：1、集合队伍，进行常规练习。

2、组织学生自由分组，进行老鹰捉小鸡的游戏。

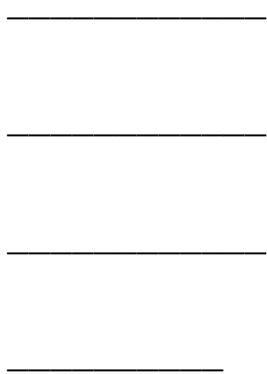
3、提示学生自主进行各种所学过的看过的或想到的准备活动练习，老师监督提示。

学生活动：1、快速安静集合队伍，在老师的口令指挥下认真反复进行队列队型的练习。

2、与小伙伴密切合作，积极快乐进行游戏活动。

3、在准备活动中，能够相互观察学习和积极创编并充分展示自己，表现出良好的自主性。

组织：如图：



二、合作探究、掌握技能

重点：激发学生练习的积极性和培养学生吃苦耐劳的精神。

难点：在活动中激发学生集体练习的活动氛围。

教师活动：1、讲解达标的重要性，使学生知道达标是国家规定的学生必须达到的要求，给学生以清晰的目标。

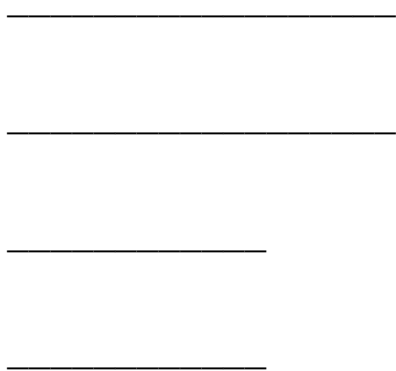
2、组织学生进行短绳活动，进行一次记时练习。

3、组织学生进行仰卧起坐练习，并进行一次记时。

学生活动：1、细心聆听老师的讲解，明确知道自己的任务，鼓足干劲。

2、积极进行短绳和仰卧起坐练习。

组织：短绳练习时四列横队，仰卧起坐时如图：



三、创新延伸、展示技能

教师活动：讲解立定跳远的要求和练习数量，组织学生进行练习。

学生活动：积极刻苦完成练习，高质优数完成任务。

组织：无固定队型，在老师规定的范围内自由练习。

场地器材：短绳36根田径场一片垫子若干

小学体育韵律教学方案篇八

学习目标：在踢毽子和短绳活动中充分与自己的同伴密切合作，相互帮助，共同学习提高自己的该项技能。

学习内容：踢毽子和跳短绳

学习步骤：

一、情景导入

教师活动：

1. 常规队列练习，要求精神饱满，常规到位。
2. 学习向中和看齐和向两边散开的队列练习。
3. 对学生的练习情况给予肯定，表扬比较好的组，以激励其他组同学。

学生活动：

1. 按老师的要求和口令，精神饱满地进行队列练习，细心体验如何走才能与其他同伴保持一致。
2. 能够细心聆听老师的讲解，在学习中，认真体验，积极和其他组进行比试，看看哪组的行动最迅速最整齐。
3. 经过老师的评价后，对自己在练习中的表现能够给自己打一个合理的分数。

组 织：四列横队

二、愉悦身心，快乐练习

重点：在踢毽子活动中充分调动学生练习的积极性。

教师活动：

1. 讲解示范踢毽子的方法要求，组织学生原地徒手模仿练习(练习认真和动作准确到位的同学可以每人拿一个毽子自由练习目的充分调动学生练习的积极性和端正学生练习的态度)。
2. 给予学生练习的目标，组织学生自行练习。
3. 组织学生相互间进行各种比试练习。
4. 组织学生进行拔萝卜和种萝卜的游戏活动，强调游戏规则，注意安全。
5. 组织学生进行短绳练习。

学生活动：

1. 认真观察聆听老师的讲解，积极进行模仿练习。
2. 积极进行毽子的各种练习活动，充分展现自己，在练习中展现出良好的精神风貌。
3. 在跳短绳练习中发扬帮助和吃苦耐劳的良好精神和品质。

三、放松练习

教师活动：带领学生总评该次课练习情况。

学生活动：能够对自己的表现给予正确地评价。

场地器材：

每人自带毽子1个 短绳55根 田径场一片

小学体育韵律教学方案篇九

1、剪刀、石头、布。

2、赶小猪

1、知识与技能:通过教学来提高学生自我锻炼意识。

2、方法与过程:经过反复游戏练习,使学生形成正确动作技能,使动作做到灵敏协调性。

3、素质目标:提高奔跑以及地滚球的能力,灵敏协调性,促进学生下肢肌肉发展。

4、情感态度价值观:培养运动感情,团结友爱,勇敢果断,积极进取的品质。

学生奔跑能力以及体育素质好坏的影响。

一:准备部分(5-7分)

1, 课堂常规:师生问好,检查学生服装问题,宣布本课教学内容,步入课堂。

组织:成四路纵队集合(如图)

要求:动作整齐,优美,活泼,轻松。

1, 模仿操(音乐伴):

(1)伸展运动;(2)头部运动;(3)上肢运动

教学方法:讲解示范,分解领做,连续领做。

小鸟飞行导语:小朋友,小鸟在天空中自由自在的翱翔,你们

想成为一只小鸟和他们一样无忧无虑的飞翔吗?今天老师就带着大家去飞翔一番。

组织(如图):队形变换用小鸟飞形式带到场地。

安全线

安全线

1, 场地布置:中间的两平行线的距离为1米,中间线到与自己相近的线的安全线距离10米。

2, 游戏方法:(1)把学生分成两组或四组,各组相距一米站立,“剪刀”动作伸右手两指,“石头”动作右手握拳,“布”的动作平伸右手,五指分开,各组先悄悄决定出什么动作后,站在平行线后面。(2)“剪刀剪布”剪刀胜,“布包石头”布胜,“石头砸剪刀”石头胜,令下,各组同时出动作,失败的组向本组安全线逃跑,胜组追拍,做完规定次数后,以追拍着人数多的组为胜。

3, 教学方法:(1)学生站在原地听取教师讲解动作以及示范动作;

(2)示范,纠正;

要求:认真听讲,练习,减少失误的次数。

1, 游戏:赶小猪

现在它们的`主人很生气,为了小猪们能尽快进猪圈,他就邀请我们去

帮忙赶小猪,他对我们说赶猪肚子,猪会进猪圈的,要不我们就去试

试?

教学方法:(1)导入;(2)教师讲解游戏方法以及要求, 并做示范;

(3)指引学生进行比赛, 评出优胜队, 指出优缺点。

游戏方法:把全班学生分成人数相等的四组或两组。教师发令后, 游

戏者从起点开始, 手拿球拍, 将一只球边赶边向前滚, 赶到线末, 把

球赶回, 交给第2位同学, 依次进行, 比一比哪组先完成, 最快最标

准的队为胜。

游戏规则:球在滚动中离开路线要拿回离开路线的点继续进行滚动。

注:先进行直线滚动, 后可进行曲线赶小猪。

2, 宣布下课。

3, 回收器材。

场地:一个排球场地;

器材:篮球若干个;

预计心率:150次分