

一年级体育教案反思(汇总5篇)

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。那么问题来了，教案应该怎么写？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

一年级体育教案反思篇一

教学内容：

- 1、看齐。
- 2、沿直线走。
- 3、小姐小姐你要什么水果？

教学目标：

- 1、通过教学使学生明白看齐的重要性，以及沿直线走可以培养走路姿势。
- 3、培养学生下肢一些小肌肉的发展。
- 4、培养学生团结友爱，团队凝聚力。

教学重点：掌握看齐和沿直线走的基本技术。

教学难点：在沿直线走中的德育方面的教育。

课的部分教学内容教师教法学生学法组织与要求运动量

8' 一：课堂常规：

- 1、体育委员整队。
- 2、师生问好，宣布教学内容。
- 3、导入情境。

二：徒手操：

(1) 腹背运动

(2) 踢腿运动

(3) 全身运动一；课堂常规

(1) 师生问好

(2) 宣布内容 导语：无论我们集体做什么事，都要听从指挥……

(3) 导入情境

、二：徒手操：

(1) 导入：首先让我们来做徒手操吧

(2) 老师讲解具体方法

(3) 诱导学生进入练习

(4) 针对不足，加以纠正一：课堂常规

(1) 体育委员整队，报告人数。

(2) 了解本课学习的任务和目的。

(3) 步入课堂

二：徒手操

(1) 复习扩胸运动；体侧运动；体转运动；

(2) 教师进行完整动作示范；

(3) 教师进行动作分解教学；

(4) 连续动作进行教学。组织：成四路纵队集合

要求：快、静、齐

10' 一、学习本领

(一) 看齐

看齐分为向前看齐和向右（左）看齐；

前者：当学生听到口令后，排头不动，其余学生都逐次看前面学生的后颈

，迅速将两臂向前平举，掌心相对，前后对齐。

后者：当学生听到口令后，排头左（右）手迅速叉腰，头不动，目视前方

。其余学生左（右）手迅速叉腰，向右（左）转头。眼看邻近学生的腮部，并瞄

齐。一、学习本领

(一) 看齐

(1) 导入：同学们你们想像解放军叔叔那样把队伍排的整整齐齐吗，那样

多好看……

(2) 老师讲解三种看齐的具体方法，并要求学生出来示范，引导学生观察

□

(3) 诱导学生进行正确的理解。

(4) 引导学生进行看齐练习。

(5) 针对不足，加以纠正。一、学习本领

(一) 看齐

(1) 学生动脑经想象。

(2) 认真听老师讲解示范，有不明白的提出问题。

(3) 学生进行集体练习。

(4) 学生自我检查自己是否做正确、规范。

(5) 对不到位的加以纠正组织（如图）：成四路纵队集合

组织（如图）：成四列横队集合

分

14’ 二：沿直线走

方法：沿直线走时上体正直，自然挺胸，眼向前看，两臂自

然前后摆动或

放在不同部位，两脚向前迈步，脚跟先着地，然后迅速过渡到前脚掌着地。注意

纠正内外八字脚。

三：沿直线走比赛方法：在沿直线走的基础上加快步频，往前走，绕过标

志物走回，排在排尾，游戏继续。二：沿直线走

导入：小朋友们，在路上你们有没有注意到有些人走路八字形，那样多难

看，所以我们从小就得养成走正确的步子……

(1) 讲解具体的做法和示范正确动作。

(2) 组织学生进行比赛。

(3) 观察学生练习情况，针对比赛的突发事故和不足加以纠正。

(4) 评出优秀队伍。二：沿直线走

(1) 看教师进行讲解示范。

(2) 学生练习

(3) 针对不足加以纠正。

(4) 学生正确的动作和错误动作的示范，指出优缺点。

(5) 学生分组进行沿直线走的接力比赛。

(6) 针对比赛的不足加以纠正。

(7) 听取教师赛后小结。组织（如图）

8' 一：游戏

“小姐，小姐你要什么水果”

二：课后小结

三：安排回收器材

四；师生告别一：游戏

“小姐，小姐你要什么水果”

二；教师作小结

三：安排回收器材

四：宣布下课一：游戏

“小姐，小姐你要什么水果”

二：教师作小结

三：协助教师收回器材

四：师生告别组织：学生围成一圈，中间站一人当小姐或先生。

场地：一个排球场；

器材：标志物四个

反思：我觉得看齐和沿直线走这两个教材相结合进行教学，更有利于在游戏沿直

线走发展学生向前看齐的动作要领，学以致用，不会让学生觉得教材枯燥乏味。

我在沿直线走这个游戏中解决了看齐这个动作的重难点，达到了预期的目的。低

年级的学生对一切行动听指挥这些类型的游戏非常感兴趣，他们很难完成单个完

整的动作，而在整体的配合上体现出很默契，而且在这些游戏中，能够提高班级

凝聚力，以及发扬团结友爱，互助的优良品质。在结尾安排了“小姐，小姐你要

什么水果”，使学生这节课的气氛达到高潮，体会到体育课与文化课的根本区别

之处。不过在玩最后一个游戏中，学生由于太过兴奋，有时很容易在游戏中产生

碰撞，应在以后的课堂中引以为戒。

一年级体育教案反思篇二

上午，我们迎来新学期第一节室外体育课，这让我很是欣喜。体育课既能磨练我们的`心志和锻炼我们的身体，又能让我们缓解学习上压力和放松身心。

但看到其他班的同学全是大汗淋漓，校服也像是被洗了一样紧紧地贴在皮肤上。看到这我就明白了，今天必是场“硬

仗”。

结束了一圈热身跑，我的体力已消耗了大半。下面就是体育老师的常规操作，热身运动。做完之后，老师随机的抽查了我们几个在网课上课的动作及名称。我们一问三不知，大多数同学都是利用体育课时间完成一天的作业。

老师见我们此番状况，直接说要对我们进行“魔鬼套餐”。前菜是折返跑和鸭子步，折返跑对我来说还相对容易，但鸭子步对我来说就是种折磨。

经历了前面两道“前菜”的关照，我的腿已经变得又酸又痛了，但一道“硬菜”还在等待着我们。

还是有快慢组之分，因为我有些体力不支，就偷偷到了慢组，但还是被举报了，也因“偷渡”被多罚了一圈，真是聪明反被聪明误。还被要求一圈一分50秒，只好作罢。第一圈时还不太费力，一分50秒刚刚好。跑第二圈时便有些口干舌燥，呼吸困难，有了体考时的感觉。到了第三圈时就是在拿命跑了，因为体力有些透支，就没硬跑，缓了一会儿才慢跑起来。

跑完之后，看到大家在拉伸，我便快速跑去，加入了进去，发现现在我竟连碰到脚尖都有些困难。

经过这节的体育课，我知道自己变菜了不少，有很大的进步空间。直觉告诉我，体育老师对我们的魔鬼训练这才刚刚开始，但这也是对我们水平提高的一大利器。

一年级体育教案反思篇三

各位老师：大家好，今天我说课的题目是《单脚踏跳双脚落地》，首先从教材说起：

一、教材分析

本课以《小学课程标准》水平二学习领域水平发展目标为依据，针对小学中年级学生身心发展和运动技能形成，安排了复习课“前滚翻”和新授课“单脚踏跳双脚落地”。

前滚翻是技巧基础动作，作为一种自我保护的方法，一种应急技能，创设相关的情境开展教学，激发学生的学习兴趣，引导学生运用技能，解决生活中遇到的问题，让学生学以致用。“单脚踏跳双脚落地”是在水平一以单脚跳和双脚跳为基础，所以对于水平二的学生来说应该容易掌握这一技术，所以本课在此基础上提升为“单脚踏跳双脚落地”为重点。教学中不应注重于动作的细节。对学生提出问题，让学生思考、探索，在联系中领悟动作本领，在原有的基础上有明显的提高，从而达到预期的教学目标。

教学重点：“单脚踏跳双脚落地”单脚用力踏跳，双脚轻巧落地。

教学难点：“前滚翻”身体依次着垫，滚动圆滑。

二、教法、学法

根据教学的要求，结合教材的特点，为了完成教学任务，本次课以分组练习为主，培养学生共同合作，相互交流的学习方式。在“前滚翻”教学中以游戏为主线，采用情景教学法，让学生能积极的投入到比赛中，并享受胜利的喜悦。在新授“单脚起跳双脚落地”这一教学环节，我采用了启发式教学，培养了学生分析问题、解决问题的能力。

三、教学过程

根据教材的内容和学生的认知水平，我设计了以下几个教学过程：（一）调动情绪，激发兴趣（二）合作探究，掌握技能（三）激活思维，拓展能力（四）

稳定情绪，恢复身心。

（一）调动情绪，激发兴趣

首先是教学常规，检查学生人数、服装，宣布本课内容，对学生提出要求。为了能使学生尽快的投入到教学中，我安排了“环形跑听数抱团”游戏，提高学生的学习兴趣，然后带领学生随音乐一起做热身操。

（二）合作探究，掌握技能

前滚翻为本课的复习课内容，我安排了2个小游戏“小刺猬过河”和“小刺猬摘果子”对前滚翻技术进行巩固提高。

1、“小刺猬过河”首先语言导入：下面请同学们扮演小刺猬，我们一起来做一个“小刺猬过河”的游戏，向学生讲明游戏规则，重点强调：藏头，团身正确地完成滚翻动作。组织学生分成10个小组（每组四名同学）进行比赛。要求每小组的同学互帮互学，互检互评。

2、“小刺猬摘果子”导入语：同学们，知道小刺猬是怎样来保护自己的吗？对，小刺猬是通过把身体团成一个球来保护自己并通过滚动来进行移动的。下面请同学们继续扮演小刺猬的角色来一起做游戏“小刺猬采果子”好吗？”教师讲解游戏方法，组织学生分成四组（每组十名同学）进行指导。协调而连贯地完成3次连续前滚翻。

（三）激活思维，拓展能力

“单脚起跳双脚落地”为本课的新授部分，首先对学生进行讲解示范单跳双落动作要领，组织学生分组练习并及时表扬和点评。提出疑问一：垫子怎么摆放才能跳得高，让学生认真思考怎样才能跳得高，小组讨论总结，组织练习。提出问题二：垫子怎样摆放才能跳的最远，让学生认真思考怎样才

能跳的最远，小组讨论总结，然后引导学生完成练习并及时进行表扬和点评。让学生相互评价。学生互相鼓励，体验成功与快乐。

（四）稳定情绪，恢复身心。

带领学生随音乐一起放松，使学生在欢快的气氛中身心得到放松；同时培养了美感，展示了自我。最后师生共同总结本节课的收获。让学生在体育课上获取成功感，满足感。

我认为在本节课中，教师应该调动学生积极参与运动的积极性，提高学生的学习兴趣，培养学生思考问题，解决问题的能力。以上是我对《单脚起跳双脚落地》教学设计的说明，有不妥之处，还请老师们批评指正。

一年级体育教案反思篇四

1、左（右）转弯走

2、游戏：双人倒走

1、使学生形成站立、行进的正确姿势和良好习惯。

2、通过队形队列，让学生养成动作正确、反应迅速、整齐一致、服从集体、听从指挥的良好作风。

3、通过游戏，发展学生力量及倒走的能力，提高有氧耐力，培养学生的意志品质。

1、集合整队

2、师生问好

3、宣布课的内容

4、安排见习生

1、教师讲解左（右）转弯走的动作方法并作示

2、范

3、学生分组练习

4、教师个别指导

5、集体讲评，教师纠正错误的动作

6、做游戏：双人倒走

a□教师讲解游戏规则

b□组织学生进行游戏活动

1、集合整队

2、组织学生做放松操

3、教师小结

4、师生再见

一年级体育教案反思篇五

1、培养幼儿手眼协调能力

2、训练幼儿协作能力和身体的平衡能力

3、体验师生共同活动的快乐，激发幼儿共同学习的愿望，提高活动的能力。

能准确快速的抓到鱼，在游戏中不能碰到扮演鱼儿的小朋友，只能碰到夹子。

- 1、教师提前布置活动的场所，小猫的头饰，小鱼卡片。
- 2、几十个夹子。

程

一、导入

- 1、教师出示准备好的小猫头饰，问：小朋友们，这是什么啊？（小猫）
- 2、“有谁知道小猫最喜欢吃什么？”（鱼）
- 3、“那么我们就来玩一个小猫捉鱼的游戏吧，好不好？”

基本环节

（一）小猫捉鱼

- 1、教师请小朋友们带上小猫的头饰，并扮演猫妈妈的角色。
- 2、猫妈妈找宝宝了：喵喵喵，孩子们，你们在哪里啊？小猫听到了就回答：喵喵喵，妈妈我们在这里。“今天妈妈发现一个地方有很多很多的鱼，我们赶紧去捉吧，好吗？”教师带领幼儿到放有小鱼卡片的活动区域，让小猫去把鱼儿捉回来，放到老师提前准备好的盆子里，看是捕鱼能手，捉的鱼最多。
- 3、幼儿开始自由的捉鱼。
- 4、“宝贝们，真棒这么快就把小鱼捉完了，可刚刚我们捉的鱼都不会游，下面我们就去

会游的鱼好吗？”

（二）捉“活”鱼

1、教师首先介绍游戏的方法和规则：在地上圈定一个区域，选几个孩子当鱼，在衣服上夹上十几个夹子代表鱼鳞；其他幼儿当渔夫。游戏开始，鱼儿可以跑出圈外，这时大家可以去追鱼并设法取下衣服上的夹子，当鱼儿回到圆圈里就不能去夹子了，直到“鱼儿”身上的夹子取完游戏结束，取下夹子最多的就是胜利者。

2、教师选定区域让幼儿扮演小鱼，其他幼儿开始捉鱼活动。

3、幼儿活动是教师提醒幼儿只能取夹子，不能碰到扮演小鱼的幼儿。

4、评出胜利者给予表扬。

5、活动课变换角色反复进行。

1、教师要捉鱼最多的小朋友说说自己的经验，并和其他幼儿交流。

2、教师小结活动内容、表扬、鼓励幼儿。

延伸活动在日常生活中多给幼儿提一些身体动作的要求，以培养他们身体运动的各种能力。