# 2025年小学体育说课稿(精选17篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2025-05-14

*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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧小学体育说课稿篇一根据健康第一...*

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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**小学体育说课稿篇一**

根据健康第一的指导思想和体育课程标准水平二的目标，以及四年级学生的特点，确定本课目标如下：

1、90%的学生能列举并做出简单的技巧动作，并能说出所做技巧动作的术语，如：前滚翻、跪跳起等。

2、80%的学生能做出2-3个技巧动作的组合练习，并能够努力展示自我，体验在活动中成功的心理感受。

3、通过游戏教学，培养学生良好的协作、竞争意识。

本课主要学习内容为《技巧组合》，为技巧单元第四课时。依据本课的特点和教学目标的确定，本课的教学重点为：能做出简单的技巧组合动作，并说出动作术语；教学难点为：通过自主探究学习，怎样进行技巧动作组合。根据（水平二）四年级学生的身心特点，在教师正确引导下，使学生通过自主、探究的学习方式，充分发挥学生的创造性思维来进行技巧组合练习。并配以学生喜爱的奥运火炬接力的游戏，培养学生的协作意识。

四年级学生对于一些技术性的东西不是很感兴趣，但通过低年段和前两个课时的教学，该年龄段学生对前滚翻、后滚翻等一些一些简单的技巧已初步掌握，在此基础上利用创设情境，激发学生的学习兴趣，使学生通过自主探究的学习方式，来达成本课的预期目标。预测：根据本课的特点，学生积极参与练习，大胆、积极发挥自己的创造性思维，学习情趣高涨，课堂气氛活跃，能进行一些简单的技巧动作组合练习，并能在练习中获得愉悦的心理体验和情感交流。

1、 谈话启发法：通过语言导入，创设情境（游玩体操训练馆）营造一种欢快的氛围，以调节学生的学习情绪。

2、 复习法：引导学生复习以前所学技巧动作，进一步巩固动作技能。

3、 游戏教学法：敢于打破过去陈旧的准备活动框架，利用游戏来启发、引导学生以积极的心态主动参与练习。

4、 评价法：以鼓励为主，适当引导，运用随堂口头评价。

1、 自主学习法：提出问题，让学生自主寻求答案。

2、 合作学习法：在教师的引导下，通过小组分工，围绕如何组合技巧进行探讨、研究，有绪地进行练习。

3、 探究学习法：教师设疑，让学生自主协作，探究。

4、 互评互帮法：通过相互观察，相互交流讨论，相互评价，互帮互学。

5、 分层学习法：对基础好的学生，提出进行多个技巧的组合练习，并可插入一定难度的技巧动作；对基础差的学生，利用简单的技巧动作，进行2-3个动作的组合练习。

活跃气氛----主动参与----自主学练，合作探究----交流分享

创设情境 自主游戏，复习技巧 了解知识，寓趣于乐，合作探究 体验反馈

本课以技巧组合为教材，搭配奥运火炬接力游戏教材，整节课以游玩体操训练馆，迎接20xx北京奥运为主线。让学生自主学练、探究学联，使学生掌握一些简单的技巧组合动作。利用游戏培养学生的协作竞争意识，培养民族自豪感，树立健康第一的知道思想。

1、 激情引趣

教师采用谈话启发法创设情境开课，让学生了解一些有关奥运体操项目的小常识，并激发学生的学习兴趣，分组以开火车，开汽车等形式去游玩体操训练馆。

2、 主动参与

教师启发诱导学生通过分组合作游戏，充分激发学生的学习兴趣，让学生在玩中学，在游戏中完成准备活动。学生在自主游戏的同时，教师边巡视，边诱导，并参与游戏。

3、自主学练，合作探究

（一） 学习技巧组合

通过教师设问我们学国哪些技巧动作？从而引导学生复习以前所学技巧动作，并进行分组练习，展示，互动评价。在学生展示单个动作并进行评价后，教师设疑能不能把这些单个动作组合起来进行练习？让学生带着疑问进行分组讨论、探究、练习。教师并巡视辅导，然后再进行展示、互评、互学、互练，从而进一步巩固技巧组合动作练习。

（二） 游戏奥运火炬接力

奥运火炬接力是本课的第二教学内容，是在传统游戏十字接力的基础上，根据四年级学生的特点，通过设置障碍、变换距离、变换组别的方法而进行改编的游戏教材。教师通过语言导入游戏教学，引导学生设置山峰等障碍，通过变换距离、组别进行游戏，让学生在游戏中体验运动乐趣，享受成功的喜悦。

3、 交流分享、身心恢复

4、 垫上舞蹈《让我们荡起双桨》：伴随轻松的旋律，学生坐在小船上以舞蹈形式恢复身心，结束本课。

师生共同总结本课的收获，以怎样的实际行动来迎接20xx北京奥运。

**小学体育说课稿篇二**

本课依据新的《体育课程标准》树立“健康第一”的指导思想，体现快乐。主动。健康发展，根据小学身心特点，为学生提供自主学习活动的空间。培养学生想象力。创造力和表现力及合作精神，最终达到健身与健心的目的。

1、初步学习后滚翻动作，发展学生灵敏。协调。柔韧素质。

2、使学生能够掌握动作，提高学生动作协调性控制能力。

3、培养学生美的情感及互相合作，团结协作的集体意识。

根据新课程标准的理念和学生心理。生理的特点，不断激发学生兴趣，感受体育活动的快乐，体现健康的发展。

1、本课的开始，学生随音乐进行小动物模仿的活动，调动学生兴趣，让学生在边唱边跳中培育学生模仿。表现的能力，从而达到热身作用，引导学生积极参加活动。

2、在技巧：后滚翻教学中，教师运用多样化新颖的教具提高学生积极性，吸引学生注意力。学生先通过多样活动体会滚动的感~受，并且满足了学生好奇心理。使教学内容由浅入深地进行，通过学生反复练习熟练动作，体现学生主动参与地位，练习中学生自评。互评培养学生动手。动脑及观察的能力。为了发展学生的个性，加强合作与交流，活动形式由个体发展到结伴练习最后到小群体练习，从而提高学生兴趣，感受成功后的快乐。

3、通过游戏提高学生的多种能力，培养学生丰富的创造能力和表现力让学生在游戏中提高身体素质，让学生在合作游戏中，体验合作的快乐。

4、韵律放松，让学生在快乐的音乐节奏中放松身心，教师及时给予鼓励，全面提高学生的自尊心。自信心。

5、教学预计：全课练习密度：45~50%平均心率：130~5%次/分。

**小学体育说课稿篇三**

1．教学内容：

本课选自小学跳跃教材。教学内容有：学会蛙跳步，初步掌握舞蹈小组合〈〈小青蛙回家〉〉。

2、 2、教材分析：

〈〈小青蛙回家〉〉是一个深受儿童喜爱的舞蹈组合。它以小青蛙跳跃的动作为素材，由“大八字位蹦跳步”与“勾脚旁吸腿”构成两种蛙跳步。

2．教学目标：

根据学生的年龄特点，重在对学习兴趣的培养和感受理解，我对本课教学制订出以下教学目标：

（1）思想教育：让学生在欢快的舞蹈中，感受所描绘的动物形象，培养他们爱护动物的意识。

（2）技能训练：指导学生认识和掌握两种不同的蛙跳步；创编小青蛙蹲的造型。

3、教学重难点：

重点：学会小组合并能边唱边跳。

难点：两种蛙跳步。

4、教具准备： 光碟、录音机、头饰。

1．利用图片与欣赏一段关于小青蛙的舞蹈引入新课，激发学生学习兴趣，调动学生学习积极性，使学生感到学习新课的趣味感，新奇感。

2、直观模仿两只小青蛙不同造型的基础上，两种蛙跳步的不同。之处。既突了教学难点，又培养了学生的模仿力与观察力。

3、 创设情境。让学生扮演青蛙爸爸、青蛙妈妈的角色，提高学生的学习兴趣，初步掌握小组合。

1、以学生为主体，在指导学生学习舞蹈组合的 过程中，重在让学生通过直观模仿，从中找出连两种蛙跳步的不同之处，化难为易。并初步完整地表现小组合。

2、游戏：在《小青蛙找朋友》的游戏中，巩固蛙跳步的学习。

1、听歌曲，学生自由创编小青蛙的动作。

2、直观图片，模仿小青蛙蹲的造型。并通过对比，掌握两种蛙跳步。

3、创设情境，师生分别扮演不同角色学习小组合。

4、游戏：学生分为两个圆圈，分别扮演小青蛙与小狗的家。让学生在愉悦中巩固对蛙跳步的学习。

学生积极性高，每一个学生都能参与到舞蹈组合的学习中。创编出青蛙蹲的造型。并在观察 与比较中掌握了两种不同的蛙跳步。在轻松愉快的气氛里掌握了舞蹈小组合。

1、应在“形体”两字上多下功夫，在适合学生年龄特点的基础上调整课堂结构。2、应注重全体学生，让每一个学生都能各尽其能，各得其乐，各有收获。

**小学体育说课稿篇四**

体育是学校教育重要组成部分，小学体育教学大纲中特意提出要培养学生正常的身体姿势，根据小学生低年级儿童的心特点和生理特点，有效地锻炼身体，增强体质，小学生对体育活动具有广泛的兴趣，喜欢做游戏，善于模仿，愿意在教师的带领下参加集体活动，在此的基础上，我制定了节体育课。

模仿操、游戏:单脚跳接力。

模仿性的练习很适宜低年级儿童的心理和生理的特点.模仿操对提高儿童的模仿能力,发展思维扩大知识范围和促进智力的发展都有积极的作用。

学会本年级的徒手操,培养身体的正确姿势和节麦感,发展想象力和模仿等能力。

教学难点:动作优美大方,节奏感强。

1、使学生掌握儿童模仿操的动作,培养学生的协调性和节奏感。

2、培养学生正确的身体姿势,促进身体各器官的正常发育。

3、发展弹跳力及集配合的顽强精神。

讲授法,直观教学法,集体练习法。

符合生理特征的原则,适应学生心理的原则,统一性与灵活性相结合的原则。

这节课因为几童活泼好动,好奇心强,兴趣和爱好非常广泛,注意力不集中,容易分散,又对单调持久的动作容易感到疫劳和厌倦,为了能把这节课上的更好,我运用了电教手段,音乐进课堂,下面我通过三个部分来加以说明这节课的内容。

1、准备部分:学生成四列横队站立，师生问好，课堂常规的练习，然后进行集中注意游戏的练习，《大西瓜、小西瓜》，目的是从课的开始就使学生对这节课学习的内穴感兴趣,注意力集中了,有利于全课教学的任务能够更好的完成。

最后进行游戏，单脚跳接力;目的是发展学生的腿部力量和身体的协调性。培养学生认真练习和坚持到底的优良作风。

3、结束部份：学生跳起轻松愉快、优美欢快的集体舞进行放松活动，学生在轻松愉快的情绪中结束本课。

录音机一台，四个标志杆。

练习密度：30——35%。

**小学体育说课稿篇五**

学会奔跑是小学低年段《体育与保健》的教材内容之一。根据二年级学生的心理、生理上的特点，个别差异的需求，我在本课奔跑教学中选择以情境教学为主题，提高学生的学习兴趣，在欢乐中学会简单的奔跑动作，为进一步提高跑的技能打好基础。

兴趣是最好的老师，运动兴趣和习惯是促进学生和终身锻炼的前提，只有激发和保持学生的运动性才能使学生自觉、积极的进行体育锻炼，本节课游戏内容选择动物头饰的运用，是为了激发学生的兴趣。以学生发展为中心，重视学生的主体地位。情境教学贯穿整堂课，充分体现“乐中学，学中乐”的现代教育思想。

教学难点：协调、合作意识。

学生学习态度端正，文化课成绩、身体素质普遍较好。但自主学习、合作学习能力意识淡薄，该班级的奔跑能力基础较差，但是班风活泼，班级纪律性较强，班风凝聚力、荣誉感强，对体育课兴趣较浓，小小的体育委员有一定的组织能力。

1、认知目标：学生能够乐于参与本课中的“大灰狼和小白兔”的活动，培养学习兴趣，体验快乐体育。

2、技能目标：认真上好体育课，提高奔跑能力，发展灵敏，柔韧等身体素质，增强学生的体能。

3、情感目标：通过创设平等和谐积极向上的学习氛围，培养学生互相协作、互相帮助的意识，形成良好的学习氛围和态度。

本课以学生喜欢的动物形象“兔宝宝”贯穿课堂，从“兔宝宝早起勤锻炼-----建设家园-----大灰狼抓小兔子-----欢庆胜利”的这样一个流程，内容密切联系，达到提高学生的奔跑能力、灵敏、柔韧等身体素质。

1、教法：

1）、主题式情境教学法。让学生入景动情，明理知味。用情境激发兴趣，使学生在欢乐的气氛中体验到浓厚的学习兴趣，获得最佳注意力，从而提高教学质量。

2）、自主探究法。在练习中，无论在形式上和内容上都突出其自主性，变“机械接受”为“主动探究”。敢于“放”学生，让学生在实践中开动脑筋，培养学生分析问题，解决问题的能力，从而增强合作意识、创造性能力。

2、学法指导：

本课根据小学生身心特点，使学生在创设情境教学活动中能真正认识和体会《大灰狼和小白兔》内涵，培养学生热爱劳动的观念，懂得关心、爱护别人。通过观察引导----诱导表达----模仿练习----设疑----自练----师生共同参与----互相评价、互相激励的过程，使本课的重、难点得到解决，并让学生充分享受体育所带来的快乐。

学生在教师的引导下，能认真参与各项练习，活动积极性高，课堂气氛活跃，师生情感融合。学生学习的自主性、实践性、创造性得到充分发挥，并培养学生的合作意识。

1、音乐贯穿整堂课。

2、故事情节贯穿整堂课。

**小学体育说课稿篇六**

学生们活泼好动，兴趣广泛，体育基础比较扎实，学生们平时都能积极主动地参加各种体育活动。基于以上学情，我确定本次课的教学内容为弯道跑、“十”字接力跑游戏。

根据《体育与健康》课程的标准与教育理念，以学生的发展为中心、以“健康第一”、“快乐体育”为指导思想。根据水平四的目标要求与水平四学生的身心发展，在教师为主导，学生为主体的原则下，创设愉快、与谐、合作的学习氛围、让学生在自主、互动、体验与探究的过程中，感召参与体育活动的乐趣。因此，本人在设计教学过程中，以游戏比赛组织的形式，立足一个“精”字，抓住一个“活”字，突出一个“新”字，体现一个“实”字。广泛应用创设情境、音乐、舞蹈等手段，集情境美，音乐美、体育美于一体。将艺术与体育有机结合在一起。达到以情制动，动中求学，学中取乐，乐中欲学的目的。

（一）教材分析：

跑的实用性较强，是人体基本活动能力，也是人们生活、运动中必不可少的基本活动技能。而弯道跑对发展初二年级学生灵敏、协调素质与跑的能力以及磨练刻苦耐劳的人文素养是很有价值的。再者，弯道跑是一项有固定动作规格，集健身、健美、健心于一体的体育项目之一。在日常的生活圈里常而易见。因此，学好弯道跑的知识技能，终身受益。另外游戏是学生非常喜欢的一项活动，对促进体力与智力的发展，陶治美的情操，发展集体意识与个人才能独树一帜。同时又是品尝体育快乐与人文品位的教学内容，教师在教学过程中结合实际，挖掘一些符合学生身心特点的教材来充实体育教学内容，这与新课标相融相合。而选用的“十”字接力跑游戏正是我本节课的目的所在。

（二）教学目标：

根据新课标中五个学习领域的要求以及个体差异，我确定了以下学习目标，确保大多数学生能完成本课的任务。

（1）认知目标：通过弯道跑练习，使学生了解弯道跑的原理，并学会应用科学的方法解决实现生活中弯道跑的问题。

（2）技能目标：通过弯道跑练习，使学生初步掌握技术要领，体会弯道跑的特点，发展弯道跑能力。

（3）情感目标：通过游戏，培养学生积极参与态度与顽强拼搏的精神，并感受团结互相的.价值与快乐。

（三）教学重难点

根据学生认知水平与动作动力定型规律，锁定；

重点：合理的倾斜角度、正确的摆臂动作、两脚的着地方法。

难点：控制重心、克服离心力、保持身体的平衡。

因为这类教材比较枯燥，因此在教学过程中力求兴趣化，层次化，始终把学生放在主体地位，关注学生个体差异。不求人人成功，只求人人进步。所以本次课所采用教法引导提示法、提问法、游戏法、设疑法、激励法、先练后导式等等进行教学，以便满足中学生心理需求更利于学习与掌握教材。

根据学生、课的类型，教学内容及场地、器材等。本次课学生的学法为体验法，观察法、尝试法、讨论法、合作法、展示法、竞赛法、互评法。

1、激趣导入

良好的开端是成功的一半，课前教师以朋友身份，主动融入学生群体之中，学生上课的积极性初步激发，在学生情感自然表露的同时，更增进了师生间的情感交流，并且很自然地走向过渡。首先，常规教学，接着在伴有音乐的轻松的氛围下师生共同体验螺旋跑。这种别有新意的跑法容易激发同学们的好奇心，产生新鲜感，容易使学生的身心达到一个兴奋的状态，为学习新的教学内容打下良好基础。然后我引用“喊数抱团”数学智能的游戏寓于体育教学，让学生在趣味化的环境中进行体育运动，既能培养学生的反应能力，又能起到热身作用，并逐渐将课引入主题。

2、增智促技（先练后导）

这一阶段是本节课教学的一个重要组成部分，为实现本课目的，依据循序渐进的教学原则，我将主题内容教学分解成三个层次逐步推进。

第一层次：体验练习——大胆探索

跑的练习，按以前的教学方法可以就直接先进行知识的传授，而这节课我改变以往教与学的方式设计先让学生自由去体验弯道跑的动作入手，然后老师设问“弯道跑的动作要点怎样？与直道跑有何不同？”以创设问题情景，让学生带着问题边思考边实践，并启迪学生相互观察同伴之间的动作。鼓励学生大胆去探索，去归纳总结弯道跑的基本动作要领，通过体验练习——观察同伴——合作讨论——大胆探索，这样一个过程让学生在练习中学会思考。

第二层次：评价感知——展现自我

让学生在学练与反馈的基础上，教师再通过语言揭示技术要点，演示动作，进行指导，传授关于弯道跑中上体、摆臂以及腿脚的基础知识技能。通过观察老师的动作来进行思考比较，让学生自己去发现问题——寻找解决问题的方法——最终解决问题的过程，从而实现真正意义上的“我要学”，这样更有利于学生动作技能掌握与技术的升华。最后，让学生进行展示交流。通过展示，进一步提高学生的弯道跑能力，培养学生的竞争意识，张扬学生的团队精神。

第三层次：游戏挑战——张扬技能

弯道跑的练习比较单一，枯燥，为了更好巩固提高弯道跑技术，于是我在最后采用理游戏竞赛法，并在游戏竞赛的设计上做一些创新。这个充满趣味性与竞争“十”字接力游戏，作为辅助教材在展时无形中是对主题内容的彰显。这种富有激情的游戏氛围，既能使每位学生都学有所得，学有所进，学有所乐。同时，又能培养学生团结友爱，交流协作与顽强拼搏的精神。

3、身心愉快

这结束阶段我采用了具有民族特色文化的“秧歌十字步”、与“自由舞”等在娓娓动感的音乐下师生自舞自乐，尽情放松，恢复身心，陶冶情操，让学生真正达到身心愉悦的效果。

以上是我本次课教学设计的全部过程，不足之处，敬请各位领导、老师多多指导。谢谢！

**小学体育说课稿篇七**

本次我执教的是水平三五年级的学生，他们这个班整体体育水平不突出，但学生很单纯且具有较强的合作意识。所以，根据学生的特点，在课的设计中我以闯关游戏为主，让学生在玩中学、动中学、乐中学习踢毽子的方法，并采用形式多样的拓展练习，自主探究学习的比例适当加大，加强学生的合作能力。

毽子是我国民间传统体育项目之一。一个小小的、上下飞舞不定的毽子，要求踢毽者要在最有利的一刹那间来控制它，在空中完成各种接、落、跳、绕、踢的动作，这就需要做到反应快、时间准、动作灵敏、协调。毽子玩法多样，可以投、可以踢、还有许多有趣的玩毽子游戏，所以深得学生的喜爱。将踢毽子作为技能领域的教学内容，让学生知道踢毽子的最有效的练习方法，并能通过练习方法很快掌握踢毽子技巧，学生能够通过对技能的掌握而逐步提高对踢毽子的兴趣。

1、认识目标让学生知道踢毽子是一种民间体育活动，并能让学生积极参与到踢毽子的学习中。

2、技能目标掌握脚内侧、脚外侧踢毽子的方法，并有连续踢毽子的能力，提高学生参与运动的.积极性。

3、情感目标通过活动，使学生心情愉悦，情绪得到调整，培养他们的合作能力和集体主义精神。

本课在健康第一思想的指导下，根据学生年龄及身心发展的特点，把民间体育项目踢毽子作为本课的主教材。突出以学生发展为中心，通过创设学生感兴趣的教学环境，让学生在主题环境的运动体验中通过合作来学习和提高运动技能，让每一个学生都能体验到运动与成功的欢乐，使学生的个性和创造性得到充分发展。

教学难点学生连续踢毽子的能力。

模仿教学法、示范法、游戏参与法。

本课共分为三个阶段，准备（超级模仿秀）、基本（我型我秀）（才艺大比拼）、结束（庆功会）。

1、准备部分：采用“情景式教学”，以学生喜欢的节目星光大道为情境，以毽子为教材，以参加星光大道才艺表演而选拔小明星为题材，选拔是以小组形式闯三关方式进行，展开教学。并打破以前传统式集合的四列横队改为“8”字型队伍，其优点是让学生能够更清楚观察老师的示范动作。随着大河之舞的音乐响起，进入第一关超级模仿秀，以学生感兴趣的踢踏舞为准备活动，让学生模仿教师自创的毽子踢踏舞。

2、基本部分：这一阶段分为学习、发挥创新两个部分。第一步，（第二关）我型我秀。学习两种踢毽子的方法（脚内侧、脚外侧），练习时学生可以自己创新出其他踢法，教师加以点评并检查他们的练习效果。第二步，（第三关）才艺大比拼。毽子除了可以踢外，还可以用来干什么？让学生相互合作，发挥想象力，玩毽子、利用毽子做各种游戏。

这是本节课的重点部分，让学生在学与玩中掌握技能，拓展思维。学生通过两关的练习，达到了一定的运动量，由于是在教师创设的教学情景中学习，加上教师与他们同练、同乐，学生始终能保持新鲜感和学习兴趣。同时让学生根据自生情况自创游戏、玩毽子，合作完成练习。通过相互观察、相互帮助、相互学习、相互评价，不断提高动作质量，培养了学生的自学、自练能力、合作意识、竞争意识和交往能力，完全达到了预期目标。

3、结束部分：通过三关的较量，选出最好的组参加星光大道的才艺表演。播放向前冲，营造气氛，预祝他们的成功。让学生跟着音乐放松。

**小学体育说课稿篇八**

本课以《新课标》为依据，充分体现“健康第一”的教育指导思想。以“发现式教学”模式为理论基础，结合教材与学生的实际进行课的设计。

为了加深同学们的感情认识，激发学生学习接力跑的兴趣，在整个教学过程以游戏和比赛的形式贯穿整个教学。在教与学的关系上，既强调教师“教”的重要性，又突出学生“学”的主体地位，让学生在玩中学，玩中练，重视培养学生的公平竞争、参与意识、团结合作，整体教学立足于《新课标》五个学习领域，服务于学生的健康成长。

本课的教学内容是接力跑，选自人教版《体育与健康》七年级水平四的教材内容。田径运动中的接力跑是初中《体育与健康》教学内容中重点学习部分。在接力跑活动中，学生运用智慧和技巧与同伴团结协作，体验配合的乐趣，增强了身体素质，培养了学生的自信心，而深受学生们的喜爱。

接力跑是田径单纯跑步的一个升级，是唯一一个多人配合的径赛项目，传接棒的方法有上挑式和下压式。本课教学内容是接力跑的第一课时，以上挑式和下压式的传接棒方法为本课学习内容，要求学生学习掌握接力跑的交接棒方法。交接棒在接力跑运动中起到十分关键的作用，好的交接棒配合能够决定接力跑的最终结果。

主教材：接力跑交接棒技术动作新授课;。

辅助教材：接力游戏;。

1、认知目标：通过游戏活动,让学生体验快速跑,了解快速跑的方法。

2、技能目标：通过游戏活动，发展学生的协调性、灵敏性和快速奔跑的能力。

3、情感目标：通过游戏活动增强学生的合作意识和团队精神。

教学重点：在跑中手脚协调配合。

教学难点：在快速跑中保持正确的身体姿势。

本课教学对象为初中学生，中学生身心发展还不成熟，初步具备了独立思考、判断、概括等能力，在身体锻炼中也具备了基本运动能力。但因学生存在体质上的差异，部分学生自控能力较差，在体育活动中自我意识强，团结合作精神不够。因此在教学中围绕接力的方式和时机设置了若干链条式的问题，在整个学习过程中通过小组探讨问题和小组比赛的形式进一步促进同学之间的相互配合、积极参与任务的完成。

在学习过程中有可能遇到两人传接棒的动作不能很好的紧密衔接，手臂晃动等问题，采取由易到难的层次目标，通过建立假说、验证假说，得出结论一系列的教学，发展学生创造性和主动性。

根据教材分析并结合新课标中五个学习领域的要求，确定了本课三个维度的教学目标为：

知识与技能目标：知道接力跑传接棒的方法并能基本掌握两种传接棒技术;。

情感态度与价值观目标：养成积极进取，相互信任，互助共勉的良好作风，形成探究意识。

在学法指导上，确定了以下3种学法：观察与模仿、体验与学习、展示与评价。

场地：田径场;器材：秒表4块、接力棒8根。

根据人体运动生理机能变化的科学规律，对于本节课我将从四个阶段实施教学，分别对开始部分，准备部分、基本部分和结束部分进行相应内容的设计。

第一阶段：开始部分;预设所占课堂时间为5分钟。学生以“快、静、齐”的标准集合成四列横队后，师生问好，检查学生出勤情况，宣布本课内容，安排见习学生，提出练习要求与注意事项。

设计意图：以上内容的实施可以使学生形成良好的课堂常规，培养组织纪律性，明确学习目标。

设计意图：该阶段内容的实施让学生身体预热，充分活动身体各关节，预防运动损伤的发生，通过身体活动操提升学生身体兴奋性，提高课堂教学的教学气氛，为接下来的教学内容打下基础。强化了团队意识，培养了学生的良好的体育卫生习惯。

第一环节：情境创设，激趣课堂——我将创设【传递友谊桥梁】的情景接力游戏，学生成4个比赛小组，在半径10米的圆内按顺序进行游戏;其他小组在场地两侧观察，根据以往经验观察比赛中存在的问题;教师做好比赛记录，宣布比赛成绩。创造民主自由的氛围，激发学生的学练兴趣。

第二环节：建立假说，讨论归纳——比赛结束后各小组讨论，总结本组在接力比赛中存在的问题，并分析它产生的原因;组长着手归纳，将讨论的主要问题汇总，代表全组汇报;教师听取各组的归纳总结，针对典型问题进行3个假说(问题)的建立，教师针对典型问题进行启发式讲解：

(1)传接棒技术如何选择----上挑式与下压式;。

(2)如何选取合理的站位----接棒人站在接力区或预跑区内相应一侧;。

(3)如何落实能力互补----有相关经验的学生可对同组队员进行简单指导;。

该环节通过建立假说，让学生自主讨论和尝试探究，强化学生的学习动机。

第三环节：揭示课题，师生共议——在学生对所学技术有初步认知的情况下，揭示本课所要探讨的课题：“如何有效的提高接力跑的速度?”并提供部分解决问题的线索：

线索1：演示两种传接棒技术：上挑式和下压式，并讲解它们的优缺点;(上挑式需要调整握棒位置，传接棒动作自然容易掌握;下压式不需要调整握棒位置，便于持棒快跑)。

线索2：介绍简要的比赛规则(区域限定，串道);。

线索3：针对学生的能力水平不一提供解决方案。(确定起动标记;通过信号完成传接棒的连贯动作)。

第四环节：齐心协力，强化成果—根据教师提供的线索，针对自身存在的问题进行传接棒技术的改进练习。各组小组长组织本组进行练习，对具体存在的问题进行解决：在该环节的教学实施中我安排如下练习内容：

第二次练习：行走中进行传接棒技术练习;(全组每人练习1次)。

第三次练习：相距5米慢速跑中进行无接力区的传接棒练习;(全组每人练习1次)。

第四次练习：相距15米快速跑中进行有接力区的传接棒练习;(全组每人练习1次)。

教师观察学生练习效果，适时予以诱导帮助;并强调传接棒过程中的安全性;。

这一环节的教学中，激励学生进行展示，组织学生说一说，评一评。目的是以动作完成较好的\'学生起到榜样作用，鼓励其他学生改正错误动作，更好的掌握动作技能。

第六环节：创编游戏，升华课堂—为了满足学生的求知欲和表现欲，体现学生个人能力和团体意识，师生共同创编挑战赛，设置一个相似于正规接力区的小型比赛场地，并将学生分为人数和水平相等的4个参赛小队，学生根据结论对接力跑技术进行改进提高;该环节的设计可以增强学生的集体主义精神，培养学生的竞争意识，提高学生的应用实践能力。

在教学基本部分的教学中，我由情景导入激发学生的学习兴趣，由直观示范到学生的自主学练，坚持循序渐进，层层深入的教学原则，并结合体育游戏达到巩固动作的目的，本课的难点也在此得到了突破。

第四阶段：结束部分;预设所占课堂时间为5分钟。

师生分享本课学习，并对学生提出问题：

(1)本课我们学习了什么?

(2)大家学会几种传接棒技术?解决预跑时机掌握不好的办法是什么?

最后安排收放器材，师生再见，宣布下课，渗透德育和美育教育;。

**小学体育说课稿篇九**

2、教材分析本课教学内容是全日制九年义务教育小学《体育与健康教学大纲》及基础教育课程改革目标新授教材。掷垒球是田径运动中的投掷项目，也现代小学运动会的比赛项目之一。通过教学，培养同学们形成正确的身体姿势，发展同学们的速度、力量、爆发力、柔韧性和协调性等身体素质；逐步培养遵守纪律、尊重他人，团结友爱等集体意识和良好作风；形成勇敢、顽强、克服困难的优良品质；同时进一步提高同学们的身体健康和心理健康水平；增强同学们的社会适应能力，养成坚持锻炼身体的好习惯。

3、教学目标新课程体育教学的总目标是以“终身体育”与“快乐体育”为指导思想，注重培养同学们的终身体育意识，使同学们在快乐中掌握锻炼方法，参加锻炼，增强体质。

（1）认知目标：通过游戏，初步了解和掌握原地投掷垒球的一些方法，并在游戏的过程中学会与他人合作。

（2）技能目标：经历游戏活动的过程，掌握原地投掷垒球的基本动作，发展投掷能力。体验投掷活动的运动乐趣和方法。

（3）情感目标：培养良好的合作精神与创新意识。

4、教学重点、难点根据新课标的要求，教材内容特点，结合同学们的实际情况。本节课的教学重点是：体会两腿用力的衔接和向前送髋的动作，掌握良好的用力顺序和正确的用力方向。教学难点是：用力均匀程度，动作协调连贯。

1、有利因素小学三年级同学们个性天真活泼、好动，而且兴趣广泛，其模仿能力及对新鲜事物的好奇心较强。所以在本课时教学内容的设计中，根据小同学们的心理和生理特征，我采用以游戏练习为主线，注重诱导、启发，鼓励同学们发挥想象，大胆创新。

2、不利因素由于部分同学们已掌握了一定的技能基础，但是同学们的心理素质不稳定，容易产生满足而导致厌学的倾向，对学习新的技术动作带来了一定的阻力。因此，在教学时采用形式多样的教学方法来激发同学们的学习兴趣，为下一步学习新内容知识，奠定了良好的基础。

为了营造一个良好的、生动活泼的学习氛围，最大限度发挥同学们的主体作用和教师的主导作用。教学中我以游戏贯穿整个教学过程，以活跃单调无味的课堂气氛，同时结合讲解示范法、分组练习法、游戏竞赛法、情境教学法等多种教学方法交叉使用。以培养同学们勇于创新、敢于进取的\'学习精神，充分调动同学们学习积极主动性，重视同学们成为学习的主体、认识的主体、发展的主体，注重体现教与学合理的运行机制，从而达到掌握技能和锻炼身体的目的。

在教学过程中，通过教师引导、启发、同学们进行自主练习，使同学们动手、动脑、充分发挥同学们的主体作用，在同学们自主学习的同时，相互交流，讨论探究，再结合师生之间，生生之间的评价，激发同学们在学习中建立自主创新的意识。

本课是根据人体生理机能活动的变化规律，再结合本课的任务和小同学们的心理需求，把本节课要学习的内容贯穿于游戏中，使课堂的气氛活跃起来，提高同学们的学习兴趣，从而达到良好的教学效果。

本一节课我分为：开始准备部分、基本部分、结束部分三个部分进行教学。

（一）开始准备部分。

1、课堂准备活动。

2、准备部分：掷纸飞机。同学们动手制作纸飞机，在场地上放飞纸飞机，展示自己制作成果，同时为基本部分中的“采蘑菇”游戏作铺垫。这一节约为8分钟左右。运动强度为“中”（为同学们创造快乐愉悦的活动氛围，提高同学们对体育活动的兴趣）。

1、通过语言提示与诱导，让同学们把纸飞机想象成为垒球，相互间进行抛接性的练习。培养同学们应变能力和敏捷的视力，激发同学们勇于创新，不断进取的探索精神。

供了一个相互交流学习的机会。

3、把我们全班同学分成四个小组进行“击木柱”比赛，在一定时间，以击中数量多的一组为胜，此游戏有利于调动同学们学习的积极性，提高教学效果。

4、“采蘑菇”我们是建设者，为了把我们的祖国建设的更加美好。课堂上组织同学们扮演“采蘑菇”的角色。现实生活中，由于人们不爱护自己的生活环境而随意乱扔垃圾，把我们美好的家园环境破坏了，于是人们的生活周围也笼罩着一层又一层的环境污染的面纱??。为了防止我们的地球环境急剧恶化，我们每个人要踊跃地加入到“采蘑菇”以及捍卫地球的行列中去。树立起同学们爱护环境、保护地球的决心。这一环节约为28分钟，运动强度为“强”。

（三）结束部分。

1、为了恢复学习的心理和生理负荷，通过熟悉的音乐和轻柔的舞蹈动作进行放松，让同学们在轻松愉快的气氛中完成本课的学习。

2、小结：总结本课的优点、缺点，以表扬为主。

3、收还器材。这一环节约为4分钟左右、运动强度为“弱”。

《前滚翻》说课稿(体育)。

三亚市崖城镇南山小学黄泽驰获市级三等奖。

一、本课教材：1、技巧：前滚翻；2、游戏：轻物投准。

二、教学创意：本课教学以“以人为本，健康第一”教育思想为指导，以教材为依据，以团结协作、竞争欢乐为主题，以游戏练习为主线，结合“三要”、“四自”的教学风格与特色，选用“一材多用”、“大容量、高密度、小强度”的教学模式，充分发挥教师的主导作用和同学们的主体作用，采用多种激励的手段，调动同学们主观能动性，激发同学们的学习兴趣，在玩中学、学中玩。抓住教材本身的德育因素和同学们实际，积极创造机会，自然渗透德育和运动保健教育。

三、教材分析：本课教材选自省编小学《体育与保健》第六册第六课。主教材《前滚翻》是《大纲》要求学会的基本动作之一，它是学习较复杂技巧动作的基础，也是生活中自我保护的一种基本方法。教学重难点是团身紧、方向正、滚动圆。本课另一教材是轻物投准。这也是投掷教材的基本内容。本课主要是学习正确挥臂姿势，屈肘向前，发展投掷能力。对同学们进行投掷安全教育，发展同学们的求异思维和创新精神。两个教材都为发展同学们的灵敏、协调等素质。因此，在课的练习安排上，必须从易到难，循序渐进，既面向全体同学们，又注重同学们个性发展，注意运动保健，严防伤害事故的发生。

四、学情分析：三年级同学们运动基础较薄弱，侧重于感性。同学们对动作的模仿能力较强，且好奇、好学。因此，教师在教学中应运用直观示范法，多用激励手段，激发同学们的学习动机。结合运动保健，注重素质与能力的培养；保健与育人相结合。

五、教学目标：

1、认知目标：使同学们了解前滚翻和多种轻物投准的动作要领—。

**小学体育说课稿篇十**

我今天说课的内容是立定跳远。立定跳远是在跳跃的基础上进一步巩固双腿跳的练习，是发展学生腿部力量和弹跳力量的重要方法，主要是学生学会两腿用力等地跳起、脚跟着地、落地平稳的动作方法，并能熟练的进行跳跃。由于四年级学生还没有足够的力量在瞬间完成复杂的动作过程。因此，本节课主要是学习立定跳远的基本动作，为后面的进一步提高跳跃能力打下基础。

2、学情分析。

小学四年级的学生活泼好动，模仿力、好奇心强，学习积极性高、勇于竞争、自我表现欲强等心理特点，但自我约束能力较差。同时个体间存在身体条件、运动能力等方面的差异。所以，想要让学生整节课都能精神饱满地投入到学习活动中去，就必须在教学中合理安排教学内容，要选择学生感兴趣的教学方法和手段。从而使学生在轻松、愉悦的环境里“玩中学，情境中练”，以达到教学目标。

2、教学目标。

我这一堂课所教的对象是四年级的学生，结合本课的特点与学生的实际情况，我预设一下教学目标：

1）认识目标：

掌握双脚立定跳远的技术动作。

2）技能目标：

通过情景教学，使95%以上的学生够做出双腿起跳、双腿落地的技术动作。

3）情感目标：

通过各种活动，使学生体验集体的学习兴趣，培养集体意识和责任感。

3、教学的重点和难点。

1）重点：双脚起跳，用力向前上方跃起，上下肢协调配合。

2）难点：上下肢协调配合，落地屈膝缓冲。

本课在学法指导中，我从“简明扼要的讲解”、“标准的示范动作”入手，引导学生通过观察、分析、思考、自练、讨论的学习过程，弄清跳跃在日常生活中的重要作用，通过教学使学生感受到学会和会学的双重乐趣，收到鱼渔兼收的效果。

为了很好的完成本课教学任务，本节课我设计了：愉悦热身、激励参与和舒缓身心三个阶段。

（一）、愉悦热身阶段：在这个过程中，我安排了“抢凳子”游戏和专项的关节徒手操。“抢凳子”这个活动我是针对四年级学生勇于竞争这个性格特点来设立的，它有助于学生从下课的兴奋状态转化到上课的注意力集中状态上来，能很好的调动孩子们学习的积极性。本课的课题为立定跳远，因此专项关节徒手操我主要设置了有助于同学们活动手臂，腰部，腿部的专项练习。

（二）激励参与阶段：这是本课的重点部分，本部分我安排了立定跳远基本动作的教学阶段和跳跃障碍接力赛两个内容。在教学立定跳远动作要领时，我由易到难，层层递进，首先把动作分解开来练习再教学完整的立定跳远动作，使学生初步了解立定跳远的.动作要领，并组织学生进行统一自我练习，体验两腿用力蹬地跳起，脚跟着地，落地平稳的方法。针对学生好胜心强，勇于挑战的这一性格特点，在此期间我利用卡纸来帮助孩子们练习，让孩子确定目标，朝着目标用力跳出，这样教学效果又好了一些。接下来，我请出自愿出列的学生进行示范，给予评价。（同时给予学生掌声鼓励——积极学习和思考）针对立定跳远这一教学内容，我安排了障碍接力赛游戏：在以体操垫为障碍的游戏中，要求孩子们必须以立定跳远的动作连续跳跃障碍，以巩固本课的教学内容，在此之前我还了解到奎文小学的孩子们比较喜欢跳绳，因此在比赛终点的位置我还安排了双脚同事起跳的跳绳活动，激发了孩子们参与活动的兴趣。在比赛过程中，教师注意观察学生跳跃的细节动作，并做好学生跳跃动作的指导，这样更有利于帮助学生共同完成本课的比赛活动，同时是本课的重点得到解决，难点得到突破。

（三）舒缓身心。

剧烈活动后，做好放松活动是不可或缺的环节。在音乐的气氛中我带领学生做“大西瓜”的放松运动，使身体由紧张的运动状态逐渐过渡到比较安静的状态，使心跳逐渐缓慢下来。接下来，让学生闭眼，想象自己站在广阔的草原上，做深呼吸，使身心完全放松下来。结束部分的小结，除教师要对本课进行讲评外，还要求学生个人参与，总结学习体会。

总之，这节课的设计我力争使整个教学体现以教师为主导，以学生为主体的原则，让学生学得活波、学得积极，学得愉快，身体素质得到了提高，顺利完成教学任务。

**小学体育说课稿篇十一**

各位专家、评委老师：你们好！

我是杨道发，来自湖南工业大学体育学院09体教一班，来贵校应聘体育教师。

我说课的内容是水平三，小学六年级体育教材第五课。

激发学生运动兴趣，培养学生终身体育的意识。

以学生发展为中心，重视学生的主体地位。

篮球的急停技术（跨步急停和跳步急停），并预（练）习急停后的跳跃投篮（以下简称跳投），游戏是“贴膏药跨步追跳步跑”和急停跳投练习。

本课所学内容在篮球运动中是不可缺少的一部分，急停跳投在篮球中的应用相当广泛，急停跳投在本学期中是第一次出现。

根据水平三，小学六年级学生活跃、好胜心强，求知欲望高的特点和急停跳投在篮球中的作用要求学生必须掌握这一技能，所以制定了以下几个教学目标：

认知目标:使学生知道急停跳投在篮球运动中的作用.

技能目标：学生学会急停的方法。并且能在急停后能进行跳投的连贯动作。

情感目标:培养学生互相帮助，互相讨论，互相学习。

主内容重点：急停的动作方法难点：急停时全身的协调发力。

2、搭配内容重点：急停后的跳投难点：急停后的协调发力投篮。

本课分为准备部分、基本部分和结束部分。

开始部分：

开始部分由整队集合、准备活动、课前游戏和导入课题组成。约10分钟。

集合整队：上课铃响，教师鸣哨20人分两列横队站立，立正稍息，报数。要求学生快齐静。

准备活动：两队都有向右看齐，教师带领第一路纵队第二路纵队跟上第一路纵队，进行正反螺旋跑。

课前游戏：贴膏药跨步追跳步跑，两队体操队形散开呈圆形站立第二队间隔稍大，一二队相距1.5米。教师在围拢的\'圆圈中间进行讲解并且示范游戏方法，要求学生认真进行跨步和跳步的游戏规则。

基本部分：

基本部分由初试身手、请教师傅、深入修炼、武林比武组成，约30分钟。

初试身手：两队向中看齐，教师根据“以学生发展为中心，重视学生的主体地位”，这一教学理念，要学生对篮球中跨步和跳步的理解，自己进行为时五分钟的理解性练习。一队一块篮板，面对篮板方向进行练习。学生练习时，教师用讲解法纠正学生的错误动作，对正确动作进行表扬。

请教师傅：五分钟时间到，集中队伍教师在两队中间进行跨步和跳步急停的讲解和范，要求学生互相帮助，先学会的教不太会的，并且互相交流经验。随后学生分组练习跨步和跳步急停。练习时，教师进行纠正错误，并且示范动作。

深入修炼：学生经过两次练习后，基本上已经学会急停动作。随后教师运用分解法要求学生持球进行跳投的动作，然后再进行连贯性的跳步或者跨步跳投。尽量将球投入篮框之中。练习中教师进行讲解，开导不会的同学，这是下次课的内容，不会也别着急。

武林比武：根据“激发学生运动兴趣，培养学生终身体育的意识。”这一指导思想，两队分别扮演正反面人物。此处运用比赛教学和游戏教学法，要求学生进行急停跳投，将篮球以急停跳投的方式投入篮圈。两队以进30个球为基准，以三局两胜为赛制。每进一个球，本队队友一起喊进的是第几个球。要求学生不准谎报军情，谎报军情的，一律军法处置。

结束部分：

结束部分由处置战败方、析战败原因、做战后恢复、等来日再战、师生再见组成，时间约5分钟。

处置战败方：输了的一队，每人做立卧撑10个，由赢了的一方一人监督一个，并且送还器材。

析战败原因：先学生自我分析，为什么会输给对方，随后教师进行分析。总结本课对方为何会输，为何会赢的原因。并且教导学生：胜不骄，败不馁。

做战后恢复：教师先说打了战肯定是要恢复的，因为打了战，我们都累了，然后我们需要放松，才能使功力升高。随后带领学生进行恢复放松。要求学生互相放松。

等来日再战：输了的学生，不太高兴，教师并开导，我们要拿得起，放得下。今天输了不要紧，我们回去多练习投篮，尤其是急停跳投，我们的命中高了，我们就能获胜了。随后，两队约好下次上课再比武。

师生再见：最后，交代收器材，师生再见。

1.教法：分组教学法、讲解法、分解和完整示范法、游戏教学法。

2.学法:自主学习法、合作学习法。

1.直观性原则2.系统循序渐进原则3.巩固提高原则。

人数：20人器材：篮球20个标准篮球场：一块。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**小学体育说课稿篇十二**

立定跳远是深受学生喜爱的体育教材内容之一，小学三至四年级跳跃与游戏的教学内容，是在一至二年级跳跃基本活动的基础上，安排了一些培养跳跃的正确姿势，增强下肢力量，发展跳跃能力的游戏性跳跃内容，并开始学习简单形式的跳远基本动作。在平时教学中接触的辅助教材也很丰富，如：蛙跳、兔跳、单脚跳、单双脚交换跳等。我将本课教学重点定为对跳跃的远度起到关键的作用的，就是在跳跃过程中上、下肢的协调配合。而把能双臂协调预摆和落地积极屈膝缓冲作为课的难点。根据中年级小学生的身心特征，将立定跳远的教学生活化，游戏化。培养学生练习兴趣，调动学生的积极性，并将德育教育内容也穿插其中。

（二）学情分析。

我在学校担任四年级两个班级的体育教学工作，学生们正处于生长期，朝气蓬勃，富有想象，有很强的求知欲和表现欲。同时，学生作为学习的主体，又具有其独立性。如果我们在教学中给学生一个充分展示自我的舞台，学生就完全可以从“被动接受者”转变为“主动参与者”，在学习活动中表现出应有的主动性和积极性。但是，四年级学生注意力容易分散，因此，我们在教学中要注意创设接近学生生活经验、符合学生心理特点的\'教学情境，采用多种形式的交互式教学方法和变换练习方式来吸引学生的注意力，激发学生兴趣以保证教学活动的顺利进行。这样，本课的教学目标是完全可以达到的。

（三）教学目标：

1.培养学生对学习立定跳远及游戏的兴趣，并对学好动作充满信心。

2.使学生掌握立定跳远的正确动作，培养正确的身体姿势，发展灵敏、协调素质，增强腿部爆发力，提高跳跃能力。

3.体验群体活动的乐趣，表现出良好的集体意识和团结协作精神。

（四）教学重、难点。

教学重点：上、下肢的协调配合练习教学难点：双臂协调预摆和落地积极屈膝缓冲。

（五）教学准备。

呼啦圈人手一个，录音机一台。

我的学生对体育课很感兴趣，他们在课堂上有很强的表现欲望。根据学生的这些特点我将制定以下教学的方法。

（一）讲解和示范法：利用讲解和示范动作，使学生明确动作要领及做法。

（二）分解与完整法：通过分解练习，使学生逐渐体会动作要领，然后逐步提高要求，最后完整掌握动作，本课学习立定跳远，先体会原地手臂摆动与下肢的协调的动作技术，然后掌握完整的立定跳远技术。

（三）辅助练习法：当学生中出现预摆不协调，或者挺身不到位等问题时运用一些辅助练习手段进行教学。

（四）练习与游戏相结合：在练习的过程中间，穿插一些游戏更能提高学生的学习积极性，这样更有利于完成教材的教学目标。

在教学过程中，通过教师引导、启发、学生进行自主练习，动脑、充分发挥学生的主体作用，在学生自主学习的同时，相互交流，讨论探究，再结合师生之间，生生之间的评价，激发学生在学习中建立自主创新的意识。最后还有小组以及个人展示等，一来展示小组实力二来体现个人实力。

（一）导入与热身阶段。

导入语我设计为，“呼啦圈可以帮助我们每一个人跳的更远，大家想不想跳的更远？”队形为四列横队。在这个阶段，我将呼啦圈分发给每一位学生，利用手中的呼啦圈在音乐的伴奏下大家来一段圈操，着重使全身各关节都活动开，动作难度一般。动作包括双手抛接圈，腰部的扭动，利用圈跳进跳出等。

（二）学习与探究阶段。

在这个阶段，我主要针对学生在立定跳远中出现的一些问题，如：预摆不协调、身体腾空过高或过低、落地不稳等问题进行教学，其中着重解决上肢预摆与下肢的协调配合，强调上肢在立定跳远的过程中起到的积极作用。

1.让学生自主练习，体会自己在立定跳远中出现上肢与下肢配合的切身感觉。

2.通过老师观察发现学生们在练习中出现的问题一系列问题，进行集体指导纠正。并且让学生明确，上肢对于立定跳远起的作用也相当大。预摆时要用到它，起跳腾空时要用到它，落地缓冲的时候也要用到它。

3.出示图片的形式让学生很形象的看清楚立定跳远的几个过程中，上肢与下肢在摆动、身体腾空、落地时的轨迹。这样图片与讲解相结合的教学方法更能清晰的在学生脑子中留下深刻的印象，对于真正掌握起到了很关键的作用。

还是利用呼啦圈的形式进行放松，可以用圈来拍打下肢体与上肢也可以前后同学互相拍击对方腰部或背部，从而达到全身放松的效果。

**小学体育说课稿篇十三**

你们好!今天我说课的内容是：水平二四年级《站立式起跑》第一课时。

这节课的主教材站立式起跑是在水平一小学生起跑的基础上，对起跑动作的深入学习。为水平三、四的快速跑学习打基础。主要是通过站立式起跑姿势的反复练习，初步掌握站立式起跑的动作方法。训练学生的反应时，并能把起跑与起跑后的快速跑结合起来。

关于辅教材游戏《抗震救灾》，培养学生爱国主义民族精神，最终使学生身体健康，身心愉快。

(1)知识目标：了解、学习站立式起跑的动作要领，能按口令做出站立式起跑的动作。

(2)能力目标：培养学生观察、分析、模仿动作的能力。

(3)情感目标：乐于接受教师的指导和教育，能积极参与到各种学习活动中。培养爱国主义民族精神和创新能力。

降低重心，身体前倾。

身体放松，反应迅速。

为了完成教学目标，我确立了一个宗旨，四种方法，四个阶段。

(1)教学宗旨：本节课从始至终要贯彻面向全体学生，人人参与体育，人人享有体育，人人都有进步，人人拥有健康的体育精神。

(2)教学方法：语言诱导法，示范讲解法，激励评价法。

(3)教学环节：准备阶段，学习阶段，巩固练习阶段，放松结束阶段。

1、准备阶段。

2、学习阶段。

教师用富有激情的语言来感染、引导学生，从各种姿势的起跑过渡到学习站立式起跑的方法。调动了学生求知欲望。

3、巩固练习阶段。

辅教材游戏，《抗震救灾》。

本游戏体现了学生团结协作克服困难的勇气和坚强的意志，通过游戏使学生体验体育运动中的快乐。培养学生爱国主义精神。

4、结束部分。

深呼吸，放松紧张肌肉。

总之，通过本节课的教学，力求使每个孩子参与到学习活动中来，在快乐中学到知识。

教学效果:本课练习密度预计:35%—40%;平均心律预计:120—130次/分;学生能够较好完成本课教师制定的教学任务和要求。

我的说课到此结束，不妥之处，恳请各位专家评委给予批评指正。

**小学体育说课稿篇十四**

人民的生活水平日趋提高，而生活环境越来越差。日趋严峻的环境问题，已经严重影响了人们生活、工作和学习。环境问题已经成了全世界关注和解决的焦点，而现在的青少年似乎没有意识到这点。因此，想通过《荒山的变化》这堂课，让学生知道我们也能为改善环境作一点贡献。培养学生积极主动的参与环境的保护和改善，增强保护环境的意识,同时也培养学生热爱劳动、珍惜劳动成果和团结协作的优良品质。

认知目标：使学生了解保护环境和改善环境对人类的好处。

情感目标：

1、培养学生主动参与保护和改善环境的意识。

2、培养学生热爱劳动、珍惜劳动成果和集体协作、团结互助的优良品质。

本课教学以新的“体育课程标准”为教育指导思想。

一、以学生发展为中心，重视学生的主体地位。从课的设计到评价各个环节，始终把学生的发展放在中心地位。在教学活动中发挥教师的主导作用的同时，特别体现学生的主体地位。激发每个学生的兴趣，提高学生学习的能力和增强保护环境的意识。

二、关注个体差异与不同需求，确保每个学生体验成功。由于学生在身体条件、运动技能等方面有个别差异，在教学中设计了不同层次的练习，使每个学生都能体验到改善环境的好处和乐趣。

三、每个学生都有自由想象的创造空间，让其大胆创造、发挥。教学中设计了多处空间让学生通过想象创造完成（改善环境的方法）。充分发挥学生学习的积极性和学习潜能，提高课堂的效果。

针对课的教学目标和学生的实际，遵循“从学生的发展出发，培养想象创新能力”的教学理念。在教学过程中，主要采用以下几种教学方法：

(1)、情境教学：创设情境——荒山的变化，激发学生改善环境和学习的兴趣。

(2)、自主教学：给学生以自由、自主的活动和想象空间，发展学生的创新能力。

(3)、启发教学：通过启发、引导学生实践分析，来掌握技术动作，提高学生自己解决问题的能力。

(4)、团体教学：发挥学生的主体地位。通过小团体比赛互相促进提高，加强了学生的合作精神，有助于学生形成互帮互助共同提高的`集体意识。

本次课的主要内容：投准和接力。由于投掷动作练习较单调，而且有捡球费时、不安全等因素。因此在这次课上就采用多种颜色绉纸做成“球”为投掷物。为了提高学生改善环境的积极性创设“荒山的变化”的情景，通过：荒（进荒山开荒）绿（施肥、打害虫）收（摘运果实）庆（庆丰收）的情景路线来展开，让学生体验劳动改善环境后的丰收喜悦。从中学习投掷的技术要领，初步掌握投掷的动作，同时也培养学生主动参与保护、改善环境的意识和培养学生团结协作、热爱劳动、珍惜劳动成果的优良品质。荒：是通过教师情境创设，伴着音乐学生带着劳动工具欢快地进入荒山。学生会看到一幅荒凉的景象，树木已被砍伐剩下些杂草（伴录像）。这时，就让学生发挥想象用各种各样的动作来开劈新地种下各种果树苗。（教师引导、提示）在不知不觉中，活动了身体，做了热身准备。绿：种了果树后的日常管理，这里设计了由易到难两个部分。

（1）施肥：让学生把球用各种不同的方法投到箩筐里（施肥），学生想象创造。先投近的，再投远的，最后投进有高度的大箩筐。（进筐表扬）这里设计了不同的难度，让不同素质的学生都能有成功的体验。而同时让学生通过实践、讨论、动脑得出经验（什么方法能投得更远更准），充分体现学生为主体。

（2）打害虫：把果树上的害虫打死，使学生投掷的兴趣大大提高。收：通过大家的精心栽培，我们的荒山变成了丰收果园。

（1）摘（打）果实：通过打树上的果实（果实会打下）进一步巩固提高投掷技术动作和投准能力。

（2）运果实：这是一个小团体合作由易到难的接力游戏，体现上下肢的协调发展。在分组时分成八个小组——四个合作组合，只有两个小组的全体成员协作好才能完成任务。体现学生集体协作的意识，培养相互配合、珍惜劳动成果的优良品质。庆：学生欢快、轻松的拿着劳动成果跳着舞回家了。（感受劳动改变环境后的丰收喜悦）。

总之，整堂课在促进学生身心健康成长的同时让学生在学习的空间中尽情发挥。感受环境对人类的重要，感受团结互助的集体精神，感受到劳动成果来之不易，从而身体素质得到提高，技术动作得到了巩固，大大提高了课堂效率。

《荒上的变化》一课的设计结合农村小学特色，围绕荒绿收庆的情景路线来展开，通过对教学手段的巧妙设计使学生进一步加深对环境的认识，增强保护环境的意识。同时也培养了学生热爱劳动、珍惜劳动成果和团结合作的优良品质。

1、课的流程设计合理，教学安排紧凑、流畅、自然。通过（荒山开荒种果树）（施肥、打害虫）（摘运果实）（庆丰收）四个环节的设计，贴近学生的生活。

2、教学中能以情激趣，让学生在和谐、快乐、自由的情景中学习，教学中设计了多出空间让学生通过想象创造完成，充分发挥学生学习的积极性和学习潜能，提高课堂的效果。

3、关注个体差异与不同需求，确保每个学生体验成功。教学中设计了不同层次的练习，学生可自由选择，使每个学生都能体验到改善环境的好处和乐趣。

4、自制教学器材的创新：

（1）采用多种颜色的绉纸做成“球”为投掷物既安全又实用，同时球的颜色与彩旗的颜色一致，在分组比赛时学生很快能找到自己的队友。

（2）采用废硬纸板剪成各种形状的果实并图上颜色，挂在“树”上让学生摘（打）果实，学生的兴趣大大提高。

**小学体育说课稿篇十五**

今天我说课的题目是：苏教版《体育与健康》水平一跳跃（欢乐蹦蹦跳）。

本课以《体育健康课程标准》为依据，以“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运用到教学中。

在课的结构、组织形式、师生参与、游戏的开发、创新情境教学等方面进行大胆的探索和尝试。

本课根据（水平一）学生身心发展特点，一选用短绳为教学用具来贯穿整堂课，通过情境教学，让学生在愉快、轻松、和谐的教学气氛中，学习各种不同的跳跃动作，充分体会模仿动物游戏带来的乐趣，提高学生参与体育活动的兴趣。

运用同学间的各种创新，以视觉角度刺激学生的感官，提高学生的兴趣。

小学低年级学生对体育课特别感兴趣，课堂生有很强的表现欲望和竞争意识，乐学、好动爱模仿，喜欢游戏，是他们的特点，但他们对技术动作的学习兴趣不大，认知较粗浅，注意力不够集中，情绪不大稳定，对体育活动的兴趣和热情来得快，去得也快，难以持久，在设计本节课时，以多变的内容和生活化的情境使他们时时有新鲜感，在整节课中为学生营造平等、民主、宽松、和谐的学习气氛，使学生在课堂上参与、体验、创想、感受、达到目标要求。

1、通过情境教学，激发学生积极参与各种体育活动的兴趣和热情，初步形成良好的锻炼习惯。

2、90%的学生能正确模仿动物的跳跃动作，发展学生的灵敏、协调性，提高身体的活动能力，促进身心健康，发展学生形象思维能力。

3、通过学习使学生初步学会了双脚跳的方法，培养学生勇敢顽强，积极进取，团结协作等良好品质。

学习重点：学会单双脚跳的多种方法，并能运用到游戏中。

短绳每生一根。

（一）互帮互学蹦蹦跳(激发兴趣阶段)。

教师活动：

1、组织学生集合整队，练习队形。

2、启发学生练习小兔跳。

3、鼓励学生展示自己。

4、引导学生思考和模仿心目中跳的最远的动物跳，并把自己的动作与小伙伴分享。

5、鼓励学生相互模仿，大胆交流。

学生活动：

1、看老师手势，听老师口令，快速集队，并在集队中体验“快、静、齐”的集队要求。

2、配合儿歌，体验踏步要求。

3、和小伙伴一起练习小兔跳，体验小兔跳的轻松，并尝试为小兔跳配上儿歌。

4、大胆地展示，交流自己的动作。

5、想一想什么动物跳得比小兔更轻松、更远找一个小伙伴一起练一练，它的跳跃动作。

6、大胆地展示，交流不同动物的跳跃动作。

设计意图：没有欢快鼓舞的心情就没有学习的`兴趣，学习也就成了负担，所以我一直在思考，怎样在上课一开始就能使学生马上处于兴奋状态呢？因此，在本课我创设富有生活化的情景，在模仿小动物动作时，让学生模仿小兔的跳法，并配上音乐，再从小兔跳引出其他小动物的跳法并让学生自由组队尝试学习各种跳法。

二、奇思妙想玩树叶（自主探究阶段）。

教师活动：

1、引导学生利用手“中的短绳“画”出心中最美的“树叶”

2、鼓励学生在“画”好的树叶上做单双脚跳的各种活动，并指导和参与学生活动。

3、引导学生自我评价。

学生活动：

1、手持短绳在地上“画”出心中的“树叶”

2、在已经“画”好的“树叶”上尝试不同方法的单双脚跳。

三、合作交流跳小树叶：

教师活动：

1、引导学生自由组合成绘画小组，画一片“大树叶”然后和小伙伴一起玩游戏。

2、鼓励学生积极参与展示。

3、引导学生分成男、女生两大组，进行画一片“大大树叶”比赛，评出优胜小组。

学生活动：

1、找一两个小伙伴一起“画树叶”，并在画好的“树叶”上和小伙伴一起玩游戏，体验不同的单双脚“跳树叶”的方法。

2、和小伙伴一起展示单双脚“跳树叶”的各种方法。

3、分成两大组进行“画树叶”比赛体验合作的乐趣。

设计意图：在这一环节中让学生沉浸在游戏的快乐中运用学生自己画好的树叶做游戏，在这里注重加强学生的合作意识，同时把学习的内容都编到游戏中去练习，同样对学生的表现进行及时的评价以促成他们保持很高的学习热情。

四、参观评价放松乐（恢复身心阶段）。

教师活动：带领学生参观，引导学生评价，鼓励学生表现。

学生活动：随着老师一起参观“大大树叶”欣赏自己的“作品”说说自己的心情，尽情的享受。

设计意图：课堂评价是课堂教学不容忽视的重要环节，评价能够更好的激起学生的学习欲望，使学生随时获得成功的体验增强学习的信心，并为下一堂课做好铺垫。

**小学体育说课稿篇十六**

主题，尤其是三个方面更为突出：

1.积极避免和预防伤害事故的发生，提高课堂安全性。

体育教学课堂是一个身体力行的特殊课堂，教学环境的多边性与学生技术的不稳定性使我们的教学课堂充满着许多能预设但未知的可变因素。这些因素不仅会干扰我们的教学程序，也会使学生产生畏惧的心理，降低参与学习的积极性。而沈老师在这个环节上处理的非常的细致。在热身游戏“红绿灯”的部分不仅使学生了解了基本的交通知识与遵守规则安全参与的意义，并将这种安全意识在“原地侧向投掷”的主要环节中作为学生练习的前提，将安全教育贯穿了课堂教学的始终。营造了一个令人安心、放心的学习氛围，还体育课堂一个健康快乐的空间，无形中增强了学生学习的积极性，提高了课堂教学的有效性。

2.教学过程收放自如，减少消极时间的出现队列调动是体育课堂的一大特色，多变的队列变化能够激发学生的学习兴趣，但也是考验师生配合的一大难题。沈老师的这堂课中依次出现了：一路纵队热身跑、四路纵队发放器材、圆形集合讲解、四列横队投掷练习等四种队型变换，令人目不暇接。但沈老师在每一个队型变化之间只用了几个简洁却准确的指示性口令就快速地调动了队伍，整个场面井然有序、收放自如。由此可见，沈老师的课堂调控能力已经到了炉火纯青的境界。令人由衷的佩服！

3.设置问题，让学生的探索有明确的目的性现今的教学机制一直提倡在学生的学习过程中实行一种能够提高学生创新思维能力的教学方法，而小组合作探究学习方法是我们在教学过程中运用最多的方式。这种方式能通过合作性的学习提高同伴间的交流，懂得如何与人相处的同时，提高学生的社会适应能力。但这种教学方式如果操作不当，对于心理年龄未成熟的小学生而言，很容易成为一种无组织的散漫行为。可是，沈老师通过一张“打狼秘籍”就轻易解决这个难题，他将“原地侧向投掷”的技术重点设置成“秘籍”的内容，通过学习“武功”的过程，使学生有目的性地研究、探索问题，避免了学生无目的性的“瞎碰乱撞”，引导学生“走”向正确的寻求答案之路。

在这里借助浙江师范大学的王章明教授的一句话作为这堂课的一个小建议：“假如我们将体育课堂看成一个有生命的主体，它要有呼吸，有节奏，有高潮。”而纵观这堂课，学生的学习节奏平和，技术难度一般，练习密度偏低，很难设定课堂的高潮在哪个部分。这样的教学过程对于学生的“第一兴奋点”的刺激虽然能达成，却无法通过更高刺激的调节顺利地过渡到“第二兴奋点”，使学生的学习兴趣停留在被动学习与主动学习之间，对于技术技能的强化很难达到预期的教学效果，这将成为本课的一个小遗憾。

再者，沈老师在本次课中出现了一个我们一直在研究探讨的教学课题，即：“投掷教学中的掷远与掷准技术能不能同时在一个课时中进行教学？这种同步教学会不会造成技术的负迁移现象？”

借此机会，谢谢宁波市实验小学沈技峰等老师与省体育界的专家及同仁给我们提供了一个这样难得的学习机会，也希望通过这个平台能给我们的疑问寻求一个合理的答案。

文档为doc格式。

**小学体育说课稿篇十七**

耐久跑是九年义务教育《全日制初级中学体育教学大纲》规定必修教材，是广大青少年锻炼身体、增强体质行之有效手段，对培养青少年坚韧不拔、吃苦耐劳等优良品质和勇往直前、奋发向上精神有积极作用。初中各阶段跑各项教材，应侧重于发展人体有氧耐力。实践证明，耐久跑是各项跑基础。体育科学研究表明，初中阶段是发展耐力素质最佳时期。因此，应加强耐久跑教学和练习，并在此基础上，促进快速跑教学，逐步提高学生快速奔跑能力。

本次课教学目标是：学生知道合理分配体力方法，70%学生途中跑时做到轻松自然，节省体力和加深呼吸克服“极点”现象，并使学生从战胜困难中得到乐趣。

本次课教学重点是如何正确分配体力，教学难点是如何克服“极点”。

希望通过本次课教学，使学生能运用所学正确跑姿势，轻松自然跑完全程。

我们都有知道，学生喜爱上体育课是不争事实，但大多数学生害怕耐久跑也是不争事实，耐力差，怕苦、怕累、缺乏毅力，再加上我校没有田径场，在进行耐久跑练习时有一定难度。

在本次课开始部分，通过游戏方式进行准备活动，目是为了使学生在学习耐久跑之前，有一个愉快心情;调动学生学习积极性，游戏活动强度不大，以免影响以后学习。

基本部分由两个教材组成，一个耐久跑，放在前半部分，另一个是柔韧性练习，前一个教材强度大，后一个强度小，符合合理安排运动量原则。由于本次课是《耐久跑》第一次课，为了使学生能克服畏难情绪，减少练习枯燥感，我采用了越野跑形式，由于我校场地较小，但根据学校地形特点，精心设计跑线路。其中有直线跑，有上坡跑，有绕障碍跑，避免单一地绕场跑圈。为了使大多数同学能顺利完成全程跑任务，我对班级学生进行了分组，能力较强同学在一组，能力较差同学在一组，且两组同学要求也不一样，对较胖同学，我采取用一位成绩较好同学跟跑，进行不断鼓励，适当时侯，拉他跑一段，让他体会全程感觉，符合区别对待原则。

为了使同学们难知道合理分配体力方法，我在不同跑段，设置了不同标语，如：“匀速跑”、“放慢节奏”、“坚持住”“冲刺”等，每位学生在看见不同标语时，自觉调控节奏，合理分配体力。

为了使同学们能克服“极点”现象，在“极点”到来时候，我先用语言对他们进行鼓励，其次，让他们放慢跑节奏，加快呼吸，其他未进行练习同学，在一旁呐喊助威，使他们顺利渡过“极点”难关。在基本部分后半部分，采用是柔韧素质练习，通过柔韧素质练习，进行身体各部分肌肉拉伸，实际上也是对耐久跑后一种放松性练习，这种教材搭配属于放松性搭配，起到调整运动量功效。

课结束部分，主要是调整学生身心，使心率趋于平缓，采取游戏形式教学方法，这个游戏就是“反口令”练习，课堂气氛轻松活跃，身心也得到了调整。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找