二年级体育教学进度计划

(20017------2001X)学年第（二）学期　　二年级

周次	月日至月日	教　学　内　容	节次
1	2.26—3.2	引导课　体育常识：做早操的好处 1.队列队形;2.游戏；块块集合	4
2	3.5—3.9	1.基本体操：2.队列：排纵队，横队；	4
3	3.12—3.16	1.基本体操;2.游戏:一切行动听指挥 3.游戏: 挑战应战	4
4	3.19—3.23	1.队列；原地转法；2.复习基本体操；	4
5	3.26—3.30	游戏课：1.端水平衡；2.障碍赛跑； 复习前后滚动；2.游戏：绕木棒接力；	4
6	4.2—4.6	1.韵律活动；2.走：各种姿势的走；	4
7	4.9—4.13	1.队列：报数；2.各种姿势的走；	4
8	4.16—4.20	1.技巧：前滚翻；2.游戏：跳垫子	4
9	4.23—4.27	1.劳动模仿操；2.游戏：迎面接力；	4
10	4.30—5.4	机动	4
11	5.7—5.11	1.队列：走圆形；2.十字接力； 1.技巧：立卧撑；2.游戏：换物接力；	4
12	5.14—5.18	1.基本体操；2.游戏：“8”字接力； 1.徒手操；2.游戏：改换目标；	4
13	5.21—5.25	1.跳小绳；2.游戏：迎面接力跑；	4
14	5.28—6.1	1.走跑练习；2.游戏：跳进去拍人；	4
15	6.4—6.8	1.跳小绳；2.跳双绳；	4
16	6.11—6.15	1.走跑交替；2.游戏：单脚跳接力；	4

各种学习资料，仅供学习与交流

17	6.18—6.22	期末测试	4
18	6.25—6.29	期末测试	
19	7.2—7.6	期末总结	
检查签字			

本册教学目的和目标

教学目的：在《大纲》中，明确地规定了小学体育的目的：“通过体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，为提高全民族的的素质奠定基础。”

一年级教学目标：

进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

进一步学会一些基本运动，游戏，韵律活动和舞蹈的方法发展身体素质和基本活动能力。

体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

体育课教学常规

体育课教学应丛增强体质出发，加强课堂的“三基”教学经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生各种优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

一、　教师方面：

1.　认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。

2.　认真学习和贯彻教学大纲，钻研教材，明确教材目的与任务，掌握教材重点、难点明确本课的教学任务、几为完成任务而采取的教学原则、教学方法，组织措施等。

3. 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不准旷

课、丢课的因故不能上课，必须经学校领导同意，并做好妥善安排。

4. 在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务。

5. 教学原则、教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据青少年的心理生理特点及学生的实际情况，科学地安排好、密度和运动量。

6. 教师要注意仪表整洁，举止大方，教态严肃、自然、 注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

7. 认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核和评定，重视资料的积累和保管，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。

8. 教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培养和训练工作，使他们真正起到教师助手作用。

9. 教学中要有严密的组织纪律，严格的安全保护措施与要求，严防伤害事故的发生一旦发生伤害事故要及时向领导汇报并作好妥善处理。

二、 学生方面：

1. 学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2. 上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

3. 不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

4. 在课堂上严格执行教师的各项要求，不经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

5. 要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

教材	（室内课） 引导课 体育常识：做早操的好处						
目的	1、通过教学使学生了解做早操的好处，知道体育课简单的常规要求。 2、使学生养成认真做操，遵守课堂常规的习惯，以及坐、立、行正确的身体姿态。 3、培养学生能够经常做早操，养成锻炼身体的好习惯。						
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
开始部分	一、唱歌： 二、师生问好： 三、宣布本次课的内容和任务：	教 室	1.教师语言要清晰。 2.讲解课堂要求任务。	学生坐在教室里按自己的座位坐好。	1	10	小
基本部分	一、讲解本学期体育课的要求和任务内容。 二、讲解做早操的好处。 1.能够清醒头脑，有利于学习。 2.能够呼吸新空气，有利于健康。 3.能够全面锻炼身体，有利于培养良好的姿态。	教 室	1、教室讲解语言要清晰。 2、要求： ①、学生认真遵守纪律。 ②、养成良好的坐立行的正确姿态。 ③、能够自觉做到无故旷课，迟到，有事要请假。	学生坐在教室里按自己的座位坐好。	1	20	小

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

结束部分	一、总结本次课的情况。 二、下课。	教　室	教师总结本次可的情况。	学生按教室的座位坐好。	1	4	小

填补内容：

教材	1.队列队形：立正、稍息、集合、解散；2.游戏；块块集合						
目的	4、通过本次课的学习使学生基本掌握整队的方法和要领。 5、培养学生身体的正确姿势，发展空间体位感觉。 6、培养学生的纪律性，组织性和集体主义精神。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1、小游戏；“抓人” 2、做二到三节简单徒手操。	组织： ××××××× ××××××× ×××××× × ×× ◎	1、教师语言要清晰。 2、教师讲解课堂要求和任务。 3、教师带领学生一起做游戏。 4、教师做徒手操的讲解和示范。	1、学生站成四列横队。 2、学生和教师一同做游戏。 3、学生认真听讲看示范。 4、学生精神饱满。			

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

	3、专项准备活动。	同上队列	5、师生一同练习。				
基本部分	一、队列队形 立正、稍息、集合、解散： 重点；挺胸抬头。 难点：腿要伸制直，体要正动作要迅速。	组织： 同上队列 四列横队。	1、教师讲解动作和要领。 2、教师做完整正确示范。 3、教师个别指导。	1、生认真听动作方法和要领。 2、学生练习，分组练习。 3、学生练习时精神饱满整齐一致。			
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织：	1、教师总结本次课的情况。 2、下课。	1、认真听讲情绪饱满。 2、下课。			

填补内容：

内容	1.基本体操：第八套广播操（1—3）节；2.队列：排纵队，横队；						
目的	1．通过本次课的学习，使学生初步学习规定的徒手操，（第八套广播操）。 2．培养学生身体的正确姿势和节奏，发展学生的良好的姿势。 3．培养学生行动迅速和听从指挥的精神。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散。 2.二到三节简单徒手操。	组织： ○○○○○○ ○○○○○○ ○○○○○○ ○○ ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小
基本部分	一、第八套广播操（1—3）节： 原地踏步（8×2） 第一节，伸展运动。第二节，阔胸运动。第三节，踢腿运动。	组织： 同上队列四列横队，体操队形。	教师讲解动作方法和要求。 教师做完整正确的示范。 教师个别指导。 找学生表演。	学生认真听讲动作方法和要领 学生集体练习。 学生分组练习。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结；	组织： 	1、教师总结本次课的情况。 2、下课。	1、认真听讲情绪饱满。 2、下课。	1	3	小

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

	三、下课						

填补内容：

内容	1.基本体操：第八套广播操（4-6）节；2.游戏：块块集合；						
目的	1、通过这节课的学习，使学生进一步掌握第八套广播操的要领及动作。 2、培养学生身体的正确姿势和节奏感。 3、培养学生能够遵守纪律和快速集合的能力。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散。 2.复习广播操的前三节。 3.专项准备活动。	组织： ×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

基本部分	一、第八套广播操（4-6）节； 第四节，体侧运动。 第五节，体转运动。 第六节，全体运动。	组织： 同上队列四列横队，体操队形。	1、教师讲解动作方法和要领。 2、教师做分解和完整动作示范。	1 学生认真听讲动作方法和要领 2 学生集体练习。 3 学生分组练习。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 自由散开	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

内容	1.基本体操：第八套广播操（7-8）节；2.游戏：一切行动听指挥；						
目的	4、通过这节课的学习，使学生进一步掌握第八套广播操的要领及动作。 5、培养学生身体的正确姿势和节奏感。 6、培养学生快速反应和集体行动的能力。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强

各种学习资料，仅供学习与交流

准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散。 2.复习广播操的前六节。 3.专项准备活动。	组织： ＋＋＋＋＋＋ ＋＋＋＋＋＋ ＋＋＋＋＋＋ ＋＋＋＋＋＋ ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小
基本部分	一、第八套广播操（4-6）节； 第七节，跳跃运动。 第八节，整理运动。	组织： 同上队列四列横队，体操队形。	教师讲解动作方法和要领。 教师做分解和完整动作示范。 教师给学生个别指导。	1 学生认真听讲动作方法和要领 2 学生集体练习。 3 学生分组练习。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 自由散开	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

各种学习资料，仅供学习与交流

填补内容：

内容	1.基本体操：第八套广播操（1-8）节；2.游戏：挑战应战；						
目的	7、通过这节课的学习，使学生进一步掌握第八套广播操的要领及动作。 8、培养学生身体的正确姿势和节奏感。 9、发展学生奔跑能力，培养学生机智、果断和诚实的品质。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散。 2.广播操。 3.专项准备活动。	组织： ＋＋＋＋＋＋ ＋＋＋＋＋＋ ＋＋＋＋＋＋ ＋＋＋＋＋＋ ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小

各种学习资料，仅供学习与交流

基本部分	一、第八套广播操（1-8）节； 重点：各节的动作要领及要求。	组织： 同上队列四列横队，体操队形。	1. 教师讲解动作方法和要领。 2. 教师做分解和完整动作示范。 3. 教师给学生个别指导。	1 学生认真听讲动作方法和要领 2 学生集体练习。 3 学生分组练习。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 自由散开	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

教材	1.队列队形：立正、稍息、集合、解散；2.游戏；块块集合						
目的	7、 通过本次课的学习使学生基本掌握整队的方法和要领。 8、 培养学生身体的正确姿势，发展空间体位感觉。 9、 培养学生的纪律性，组织性和集体主义精神。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强

各种学习资料，仅供学习与交流

准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 4、小游戏；“抓人” 5、做二到三节简单徒手操。 6、专项准备活动。	组织： ××××××× ××××××× ×××××××× ×× ◎ 同上队列	6、教师语言要清晰。 7、教师讲解课堂要求和任务。 8、教师带领学生一起做游戏。 9、教师做徒手操的讲解和示范。 10、师生一同练习。	5、学生站成四列横队。 6、学生和教师一同做游戏。 7、学生认真听讲看示范。 8、学生精神饱满。			
基本部分	一、队列队形 立正、稍息、集合、解散： 重点；挺胸抬头。 难点：腿要伸制直，体要正动作要迅速。	组织： 同上队列 四列横队。	4、教师讲解动作和要领。 5、教师做完整正确示范。 6、教师个别指导。	4、生认真听动作方法和要领。 5、学生练习，分组练习。 6、学生练习时精神饱满整齐一致。			

各种学习资料，仅供学习与交流

结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织：	3、教师总结本次课的情况。 4、下课。	3、认真听讲情绪饱满。 4、下课。			

填补内容：

内容	1.队列：向左转、向右转、向后转；2.复习，广播操；						
目的	1、通过本次课的学习，使学生学会简单的原地转法的队列方法。 2、培养学生身体的良好的姿态，以及行动迅速和听从指挥的能力。 3、培养学生对工作认真负责的精神，发展良好的身体姿态。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散。 2.广播操。 3.专项准备活动。	组织： ×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小

各种学习资料，仅供学习与交流

基 本 部 分	一、队列： 原地的转法： 重点：转体； 难点：腿要靠拢不要外扫。	组织： 同上队列四列横队，体操队形。	1、教师讲解动作方法和要领。 2、教师做分解和完整动作示范。	1 学生认真听讲动作方法和要领 2 学生集体练习。 3 学生分组练习。	4 X 8	18	中
结 束 部 分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 四列横队	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

内容	1.技巧：前后滚动 ；2.游戏：障碍赛跑 ；						
目的	1、通过本次课的学习，使学生学会前后的动作方法，掌握要领。 2、通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉和协调灵敏等素质。 3、培养学生团结协作和集体主义精神，发展学生的奔跑能力。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散、。 2.广播操。 3.专项准备活动。	组织： ×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小
基本部分	一、技巧： （前后滚动） 重点：滚动要圆滑； 难点：团身紧；	组织： □□□□□□ ×××××× ◎ ×××××× □□□□□□	1、教师讲解动作方法和要领。 2、教师做分解和完整动作示范。	1、学生认真听讲动作方法和要领。 2、学生集体练习。 3、学生分组练习。	4X8	18	中

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 同上队列四列横队。	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

内容	游戏课：端水平衡比赛；障碍赛跑 ；						
目的	1、 通过本次游戏课的学习，使学生锻炼学生平衡能力和坚强意志。 2、 培养学生在游戏中锻炼保持平衡的能力。 3、 培养学生团结协作和集体主义精神，发展学生的奔跑能力。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：原地三种转法。 2.广播操。 3.专项准备活动。	组织： ×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小

学习资料

基本部分	一、游戏课： 1.端水平衡比赛； 规则： 球随水泼出应捡回碗内，并由裁判把水加满后再跑。	组织： ＋ ＋ ＋ ＋ × × × × × × × × × × × ×	1、教师讲解游戏要求和规则。 2、学生练习比赛。 3、教师做正确评定胜负。	1、学生认真听讲游戏规则。 2、学生练习比赛。 3、分组比赛。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 自由散开	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

内容	1.技巧：复习前后滚动 ；2.游戏： 绕木棒运动						
目的	1、 通过本次课的学习，使学生学会前后滚动的动作方法，掌握动作要领。 2、 通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉和协调灵敏等素质。 3、 培养学生锻炼奔跑速度和发展动作的灵活性。						
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。	组织：	1.教师语言要清晰。	1.学生站四列横队。	1		

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

准 备 部 分	2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列： 2.广播操。 3.专项准备活动。	×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ◎ 同上队列四列横队。	2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 2	10	小
基 本 部 分	一、技巧： （前后滚动） 重点：滚动要圆滑； 难点：团身紧；		1、教师讲解动作方法和要领。 2、教师做分解和完整动作示范。 3、教师给学生个别指导。	1、学生认真听讲动作方法和要领。 2、学生集体练习。 3、学生分组练习。	4 X 8	18	中
结 束 部 分	一、放松； 二、小结； 三、下课		1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

内容	1.韵律活动；2.走：各种姿势的走；						
目的	1、通过本次课的教学，使学生学会简单的韵律活动，发展学生动作的协调性，节奏感和审美能力。 2、通过学习走的正确方法，培养学生走的正确姿势，发展学生走的能力除尽下肢和内脏器官的发展。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列： 2.广播操。 3.专项准备活动。	组织： ××××× ××××× ××××× ××××× ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小
基本部分	一、韵律活动 节奏，游戏 形式：本律动练习是以踏步和走步与击掌动作相配合，按一		1. 教师讲解动作方法和要领。 2. 教师做分解和完整动作示范。 3. 教师给学	1、学生认真听讲动作方法和要领。 2、学生集体练习。 3、学生分组			

各种学习资料，仅供学习与交流

	定节奏的要求来进行游戏。		生个别指导。	练习。 4. 在音乐下练习			
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课		1. 总结本次课的情况。 2. 下课。	1. 认真听讲，精神饱满。 2. 下课。	1	3	小

填补内容：

内容	1. 队列：向左转、向右转、向后转；2. 复习，广播操；						
目的	4、 通过本次课的学习，使学生学会简单的原地转法的队列方法。 5、 培养学生身体的良好的姿态，以及行动迅速和听从指挥的能力。 6、 培养学生对工作认真负责的精神，发展良好的身体姿态。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强

学习资料

准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散。 2.广播操。	组织： ××××× ××××× ××××× ××××× ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小
基本部分	一、队列： 原地的转法： 重点：转体； 难点：腿要靠拢不要外扫。	组织： 同上队列四列横队，体操队形。	3、教师讲解动作方法和要领。 4、教师做分解和完整动作示范。	1 学生认真听讲动作方法和要领 2 学生集体练习。 3 学生分组练习。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 四列横队	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

填补内容：

内容	游戏课；1.穿称门；2.加球接力；						
目的	1、发展学生速度素质，提高快速反映能力。 2、培养学生齐心协力的集体主义精神。 3、发展速度，提高身体的协调能力。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1、队列练习； 2、小型徒手操； 3、专项准备活动；	组织： ××××× ××××× ××××× ××××× ◎ 四列横队， 体操队型	1、教师语言要清晰。 2、教师讲解课堂要求和任务 3、教师讲解徒手操的动作和要求。 4、师生一同练习。	1、学生站成四列横队。 2、学生认真听队列的要求。 3、师生一同练习。 4、动作一致，精神饱满。	1 1 2 1	10	小

各种学习资料，仅供学习与交流

基本部分	一、游戏（穿称门）： 规则： 1.游戏者必须成一路纵队向前跑，否则判失败。 2.游戏者进行时游戏者之间不准松手。		1、教师讲解动作要求和方法。 2、教师做完整的正确的示范。 3、教师个别指导。 4、找好学生做表演。	1、学生认真听动作要领和方法学生练习。 2、分组练习。 3、动作一致，精神饱满。	3 — 4	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课		1.教师总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲情绪饱满。 2.下课。	1	2	小

填补内容：

内容	1.技巧：前后滚动 ；2.游戏：障碍赛跑 ；						
目的	4、通过本次课的学习，使学生学会前后的动作方法，掌握要领。 5、通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉和协调灵敏等素质。 6、培养学生团结协作和集体主义精神，发展学生的奔跑能力。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强

各种学习资料，仅供学习与交流

学习资料

准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散、。 2.广播操。	组织： ×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小
基本部分	一、技巧： （前后滚动） 重点：滚动要圆滑； 难点：团身紧；	组织： □□□□□□ ×××××× ×××××× ◎ ×××××× □□□□□□	3、教师讲解动作方法和要领。 4、教师做分解和完整动作示范。 5、教师给学生个别指导。	4、学生认真听讲动作方法和要领。 5、学生集体练习。 6、学生分组练习。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 同上队列四列横队。	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

各种学习资料，仅供学习与交流

填补内容：

内容	1.技巧： 前滚翻起立，接球；2.游戏：障碍赛跑 ；						
目的	7、 通过本次课的学习，使学生进一步的巩固和提高前滚翻的技术，发展学生的灵敏柔韧协调等能力，培养学生克服困难等优良品质。 8、 通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉和协调灵敏等素质。 9、 培养学生团结协作和集体主义精神，						
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散、。 2.广播操。 3.专项准备活动。	组织： ×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ◎ 四列横队，体操队型	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小

各种学习资料，仅供学习与交流

基本部分	一、技巧： 前滚翻起立，接球 重点：蹬地、低头、团身。 难点： 动作连贯，协调		6、 教师讲解动作方法和要领。 7、 教师做分解和完整动作示范。 8、 教师给学生个别指导。	7、 学生认真听讲动作方法和要领。 8、 学生集体练习。 9、 学生分组练习。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课		1. 总结本次课的情况。 2. 下课。	1. 认真听讲，精神饱满。 2. 下课。	1	3	小

填补内容：

内容	1. 技巧：复习前后滚动 ；2. 游戏： 绕木棒运动						
目的	4、 通过本次课的学习，使学生学会前后滚动的动作方法，掌握动作要领。 5、 通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉和协调灵敏等素质。 6、 培养学生锻炼奔跑速度和发展动作的灵活性。						
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强

各种学习资料，仅供学习与交流

准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列： 2.广播操。 3.专项准备活动。	组织： ×××××× ×××××× ×××××× ×××××× ◎ 同上队列四列横队。	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小
基本部分	一、技巧： （前后滚动） 重点：滚动要圆滑； 难点：团身紧；		4、教师讲解动作方法和要领。 5、教师做分解和完整动作示范。 6、教师给学生个别指导。	4、学生认真听讲动作方法和要领。 5、学生集体练习。 6、学生分组练习。	4 X 8	18	中

各种学习资料，仅供学习与交流

结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课		1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

内容	1.技巧：前后滚动 ；2.游戏：障碍赛跑 ；						
目的	10、 通过本次课的学习，使学生学会前后的动作方法，掌握要领。 11、 通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉和协调灵敏等素质。 12、 培养学生团结协作和集体主义精神，发展学生的奔跑能力。						
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列：立正、稍息、集合、解散、。 2.广播操。 3.专项准备活	组织： ××××××× ××××××× ××××××× ××××××× ◎ 同上队列四	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小

各种学习资料，仅供学习与交流

	动。	列横队					
基本部分	一、技巧： （前后滚动） 重点：滚动要圆滑； 难点：团身紧；	组织： □□□□□□ ×××××× ◎ ×××××× □□□□□□	9、教师讲解动作方法和要领。 10、教师做分解和完整动作示范。	10、学生认真听讲动作方法和要领。 11、学生集体练习。 12、学生分组练习。	4 X 8	18	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课	组织： 同上队列四列横队。	1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

内容	1.游戏课：踏石过河、攻关：						
目的	1.通过游戏课的学习，使学生进一步发展跳跃能力和下肢力量。 2.培养学生的灵敏性和及速度性和奔跑的能力。培养学生对动作认真负责和集体主义精神。						
顺序	教学内容	场　地	教师活动	学生活动	数	时	强

各种学习资料，仅供学习与交流

准备部分	一、课堂常规： 1.体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。 2.宣布课的内容和任务。 二、准备活动： 1.队列练习： 各种图形跑 2.广播操。	组织： ××××× ××××× ××××× ××××× ◎ 四列横队，体操队型	1.教师语言要清晰。 2.教师讲解课堂要求和任务。 3.讲解队列练习的要求。 4.师生一同练习。	1.学生站四列横队。 2.学生认真听讲，注意关查。 3.听从指挥注意力集中。 4.学生充分活动各关节。	1 1 2	10	小
基本部分	一、游戏课： 1.踏石过河： 规则： ①发令后或击掌后才能跨跳。 ②如踏在圈外，算失败。		1、教师讲解游戏要求和规则。 2、学生练习比赛。 3、教师做正确评定胜负。	1、学生认真听讲游戏规则。 2、学生练习比赛。 3、分组比赛。	3 / 4	15	中
结束部分	一、放松； 二、小结； 三、下课		1.总结本次课的情况。 2.下课。	1.认真听讲，精神饱满。 2.下课。	1	3	小

填补内容：

各种学习资料，仅供学习与交流

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：https://d.book118.com/418113002013006101