

体育课说课稿 15 篇

体育课说课稿 1

一、指导思想

本课以推进素质教育为宗旨，树立“健康第一”的指导思想，使学生积极主动地学习和参与运动，从而增进学生的身心健康。通过排球的练习使学生体验到排球运动的乐趣和价值，了解排球运动的特点。

二、教材的分析

排球运动是通过发、垫、传、扣、拦等动作组成的。是在快速、激烈、的情况下通过接发球，二传、扣球来完成的一项综合性的体育运动，具有集体性、竞争性强、趣味性浓等特点。通过排球运动，可以发展学生跑、跳等基本活动能力，提高灵敏、速度、力量、耐力等身体素质和动作的准确性、协调性，增加内脏器官的功能。本节课不但要使学生开始热爱排球，而且要为后续更深入的学习排球运动提供最基本的技术保障

三、教学对象的分析

本次课的授课班级为初三学生，学生有较强的创造能力和自学能力，本课通过教师的教学讲解示范，让学生在直观有了一个感性的认识。采用启发、模仿、创新、竞赛等教学方法，以及各种新颖的练习方法。充分挖掘每个学生的潜在能力，充分发挥学生的主体作用，更好地促进学生努力达到教学目标

四、教学目标

(1) 知识目标：练过辅助练习，掌握正面双手传球技术，并初步了解排球运动的技术特点。

(2) 能力目标：以排球运动为媒介，发展学生身体的协调能力，提高身体的灵敏性、时空感等综合素质。

(3) 情感目标：培养学生积极思考、大胆创新、团结协作、勇敢顽强的优良品质

五、教学步骤

1：头顶球游戏：为了提高学生的兴趣，同时培养学生情趣，达到热身效果。把学生分成男女各4组。要求用前额去顶球。先练习5分钟，后在进行比赛，比一比那组顶球的个数多。还要通过这个比赛让学生练习传球技术动作的取位。

2：导入课：排球比赛中谁接触球最多，是二传手。场上队长经常是谁。让学生在自由发挥练习传球。目的是让学生发挥自己所认识、所了解的传技术和练习方法。自我感觉怎么传能传好就怎么传，

之后各小组归纳，总结学生的意见和建议。由组长提出在全班共同解决。

易出现的问题有：

1、胸前传球：主要是取位不当，有的学生会说这样传球远、力量大。如背传怎么办，

2、打击球：手上没有缓冲，这样出球没有方向性。

3、持球：在手上停留时间过长，这是违例，要快点出手。

4、两次球：手臂不等长，不要急于触球。

5、戳手：过于紧张、太想触球，手指前伸而僵硬，让学生把手成一平面。

6、漏球：手形不正确，两臂展开过大。不能漏在脸上，漏也得漏在前额。

教师进行示范和讲解

3：学生自由练习，教师巡回指导。

4：传准练习，让学生往呼啦圈里传球，要求有一定的高度。

5：传球接力游戏：把学生分成男女各2组，每组在低网前各安排一路纵队学生，传球后到排尾，球可以在手上停留一段时间在出手。比那组在一定的时间里传球的个数多。

6：总结，放松。

1、在教师的带领下学生来放松，促使学生消除肌肉的疲劳，身心得到恢复。

2、对本课进行小结，学生展示学生评价，小组评价和综合评价。

体育课说课稿 2

一、教材分析

武术中国的一种民族体育项目，受到学生们的普遍喜爱。学生通过演练武术得到美育熏陶。中小学阶段是学生由启蒙教育向正规教育转型的开始，应当把姿态教育和培养武术兴趣放在目标的首位，为以后学习武术奠定基础，发展身体的柔韧性、灵活性、协调性和节奏感，培养学生的武术兴趣，激发民族自豪感，养成经常运用套路锻炼身体的习惯。使学生在提高所学动作质量的基础上，学习和体验不同风格的武术套路动作，了解武术的攻防含义，培养崇尚武德的精神。武德教育应从“抱拳礼”开始。

二、学情分析

1、中学生正处在生长发育的关键时期，他们的年龄特征是：模仿能力强；好动、好奇心强；敢于表现自我。

2、中学生运动参与能力、性格爱好都具有很大的差异，部分女生往往会表现出怕羞的一面，而男生则会无所顾忌地表现自我。因此，一些带有模仿性、表演性的练习，很能激起学生的学习兴趣。

三、教学目标及教学重点、难点

1、认知目标：掌握基本动作及基本组合动作，提高学生对武术的兴趣，发展协调性、力量等素质，培养崇尚武德的精神。

2、技能目标：通过学生观察、模仿、相互交流、尝试练习，使学生领会每个动作的攻防含义，做到路线清楚，手形、步形正确到位。

3、情感目标：使学生能以积极认真的态度学习，在课堂上培养学生团结互助、共同进步的思想意识。

教学重点：弓马步的相互转换及并步接格挡弓步冲拳

教学难点：动作路线清晰，手形、步形正确到位。

四、教学方法运用

1、教法

根据本课教学内容枯燥的特点，结合体育与健康的教学新理念，大胆运用创新教学，一改以往先示范后讲解再练习的常规教学模式，以学生自主探究学习为主线。首先采用情绪激励法和情境教学法进行教学，以激发学生的学习`兴趣，促使学生能积极主动地去学习。还采用示范法、镜面示范法，以正确优美的示范动作感染学生，激发学生“我很想学”的情感，为学生能更快、更好地掌握组合动作要领而打下基础。

2、学法

本课，学生主要采用：尝试学习法、对比学习法、小组合作学习法。首先让学生在尝试练习中发现自身动作的问题。而后在练习中，通过学生间相互对比、交流、评价和小组探讨中悟出动作要领，理解含义。最后通过集体表演、个人展示相结合，解决所发现的问题。促进学生积极主动参与学习，提高学习的自主性。

五、场地设计与组织

在上课和以往的练习队形上没有进行大的调整，以老队形四列横队不便，方便学生观看，也让学生感到学习的严肃性。考虑到学生的个体差异，以学生自由结合两人配对为辅。

六、教学过程

略

七、结束部分

1、放松练习

2、总结体育课说课稿 3

一、设计意图

新《纲要》在幼儿健康领域的目标中明确提出：要让幼儿喜欢参加体育活动，动作协调、灵活，要求我们用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性。中班上学期体育锻炼目标第三条中也提到：中班幼儿能够熟练掌握助跑跨跳的动作。为了充分利用我国的现有资源，发挥其最大的教育价值，我们在日常教育活动中十分注意学生们对各种事物的兴趣点及其所表现出来的动作行为。幼儿园仓库内有现成的拱门非常适合学生们钻爬活动。根据中班学生活泼、好动，对事物充满好奇，乐意遵守体育活动的规则和要求，初步尝试与同伴合作游戏，有一定的运动意识和能力，但注意力不太稳定的心理特点和运动能力基础设计了《勇敢的奥特曼》的活动。因此本次活动选用木板、45cm宽的布条、拱门作为主要教学用具，以《勇敢的奥特曼》游戏方式来发展中班幼儿的跨跃钻爬能力。本活动主要是充分利用我国现有活动资源，创设活动情景，利用游戏的方式组织学生进行体育锻炼，活动中我们注重学生的个性发展和能力基础，尊重学生的能力差异和动作发展的不同层次。通过活动中难度的不同实现不同发展目标，使每个学生都能够在自己原有的基础上有所突破和发展，让每个学生都有成功的感受。

二、说教学目标

- 1:练习助跑跨跳过 45 厘米的平行线。
- 2、巩固钻平衡等身体基本技能。

3、通过活动，使学生们喜欢参与体育活动。具有勇敢精神，能积极完成任务。

三、过程分析

幼儿体育课由三个主要环节构成：既热身——进入状态——放松活动"三个环

（一）导入部分：小朋友，你们看教师今日给你们带来了谁啊？

（奥特曼）奥特曼能干什么啊？（能打怪兽）今日奥特曼来请小朋友来帮忙打怪兽，你们愿意吗？（愿意）那么你们知道怪兽在哪里吗？奥特曼告诉大家：要想找到怪兽需要跨过一条泥沟，走过一条独木桥，钻过山洞才能找到怪兽通过这样的谈话，激发了幼儿学习的兴趣。学生们都喜欢奥特曼，也特别关注他们打怪兽的情节，所以我设计了这样的开头。良好的开头是成功的一半。相信这样会让学生们热情高涨的投入学习活动中。

（二）热身阶段

通过八个八拍的肢体动作训练活动幼儿的四肢，同时缓解幼儿紧张的情绪。由于是去打怪兽，可能胆子小的学生有些紧张。这样会让学生轻松一下。

（三）进入状态

1、练习助跑跨跳

我们只有认真练好各种本领才能保护人类，打败怪兽，今日我们来练习跨小泥沟。这是本节课要求幼儿掌握的技能，学生们只有掌握了跨跳才能下面的环节中去解救小动物。

2、游戏"打怪兽"

我创设了小动物被怪兽抓走的情境，趁怪兽加能量的时候去救小动物。玩法是幼儿分组去救小动物，幼儿跑、走平衡木、钻山洞到达目的地，拿回一个饮料瓶放在纸箱里。然后原路返回下一个小朋友继续，看那组救回的小动物最多。

3、意志品质鼓励：表扬勇敢的奥特曼增强幼儿自信心。虽然有学生在活动中表现的不是很积极，但重在参与，目的是让幼儿通过学习掌握技能，树立良好的自信心。

四、结束部分：

放松整理阶段：目的：使幼儿身心从紧张的游戏环境中逐渐放松，并慢慢恢复平静。

步骤：小动物们被小朋友都救回来了，我们庆祝一下吧。摆着漂亮的姿势和小动物照张相吧。

反思：活动中，学生是精神是放松的，情绪是愉悦的，参与活动的意识是主动的，参与活动的难度可选择的，每个人都能够在自身的原有能力上得到发展，同时在生理心理上有一种获得成功的喜悦感受，从而激发他们更加积极主动的参与体育活动，为"终身体育"打下扎实的基础。体育课说课稿 4

一. 说教材分析：

幼儿活泼好动，摸、爬、滚、打是他们自娱自乐，相互嬉戏的最爱。而《纲要》在健康领域明确指出：用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性，在体育活动中，培养幼儿坚强、勇敢、不怕困难的意志品质和主动、乐观、合作的态度。大班的孩子对自己的身体各部分有一定的认识，在嬉戏中能有意识地积极寻找多种方法运用身体某些部位去完成一些高难动作，并且遇到困难能积极的想办法。我根据本班幼儿的实际能力，设计了本次活动。注重综合性、趣味性、活动性，寓教育于生活、游戏之中，引导幼儿在生活中主动学习，让幼儿在愉悦的情绪下，积极动脑，相互合作，主动地探索出多种办法和途径，按实际能力达到不同层次的要求。在有趣的活动中感受自己身体的灵活和作用，感受探险过程的艰险与寻到宝贝的快乐，从而体验多种情绪，在游戏中培养幼儿动作的协调性，使他们能不怕苦不怕累，努力达到目标，感受成功带来的快乐。

二、 说目标定位：活动的目标是教育活动的起点和归宿，对活动起着导向作用。在本次活动中，我把目标定为：

1、全面锻炼身体，练习钻、双脚跳、侧滚以及双膝不着地爬，增强体能。

2、通过寻宝的游戏方式，提高平衡、手脚协调等技能。

3、能不怕苦不怕累，努力达到目标，感受成功带来的快乐。

三、说活动重点：使幼儿掌握钻、双脚跳、侧滚以及双膝不着地爬的'动作要领，并培养幼儿不怕苦不怕累，努力达到目标的良好品质。

活动难点：学习侧滚和双膝不着爬的动作要领以及引导幼儿探索险路的走法。

四、说教法

兴趣是最好的老师，而游戏是每个幼儿都感兴趣的活动。为了使幼儿轻松、愉快地掌握枯燥的数学概念，我采用了游戏法来吸引幼儿的兴趣。让幼儿在游戏的情景中，主动积极、自愿地去探索和发现，以自己的方式获得经验。真正体现幼儿在活动的主体地位。而教师则以饱满的情绪、适时的指导把游戏贯穿于活动的始终，通过游戏的由易到难，层层深入，进一步使幼儿全面掌握动作要领，使幼儿在攻破难关的过程中体验到成功的快乐。此外，我还采用观察法、示范法引导幼儿在游戏中发现问题、解决问题，树立孩子的自信心，从而使本活动达到科学性、趣味性、愉悦性的和谐统一。

五、活动准备：

为了使活动有序进行，达到目标，也使幼儿在游戏中学习本领，我做了如下准备：

1、2个弓形门，垫子2块，布置探险场景。

2、积木、图书、红花、海洋球等各种玩具，数量为幼儿人数的三倍放在纸箱里。

六、活动过程：

为了充分调动幼儿的各种感官参与活动，我采用由易到难、环环相扣的方法组织本次活动：

开始部分 因为是体育活动，一般都会让幼儿做些准备运动，活动他们的筋骨，所以我让幼儿开始听着音乐做运动，这是整个活动的开始，是让幼儿有个好的心情后进行活动的基础。做完运动后，告诉幼儿活动任务，为下面的活动作下了铺垫工作。

基本部分 我先与幼儿一起观察场地，探讨险路的路径。

1、启发幼儿钻过山洞、跳过小沟走上险路，每人只能从纸箱里拿一个，看看你找到什么宝贝，找到以后跑回来，回到队伍的后面。这一环节主要让幼儿学习行进钻和双脚向前行进跳的动作。一轮游戏结束后，可以让幼儿说说自己找到什么"宝贝"，然后将"宝贝"放在筐子里。

2、在原来的场地基础上累加垫子，拉开两地的距离，练习侧滚。此时教师激励这次寻宝探险更加艰难了，不仅要钻过山洞、跳过小沟，还要侧滚暗道。那么侧滚时应该注意些什么呢？看看这次可以找到些什么。教师讲解并示范动作，幼儿进行钻、双脚向前行进跳以及侧滚前行的动作，请幼儿说说自己的"宝贝"，并放在指定的地方。

3、累加双膝不着地爬，加大起点和终点的距离，在前面活动的基础上，增加一个爬行练习。教师激励幼儿这次我们又加了什么呀？要到这么远的地方去寻宝，你们怕不怕困难？怕不怕累？幼儿练习钻、双脚向前行进跳、侧滚前行以及双膝不着地爬等活动。

4、活动评价。

教师：你们都是能干的小勇士，你们不怕苦，不怕累才能找到"宝贝"，相信你们一定会找到更多、更好的宝贝。教师给遵守规则、找到"宝贝"的幼儿每人颁发一个小奖牌。

5、放松活动："我和空气是朋友"、"我们都是石头人"。

6、 师生共同收集和整理各种器械。体育课说课稿 5

本次体育课的性质，是一堂实践综合课。教学的内容包括两个部分。其中，新授内容是正面双手垫球，课课练内容是中长跑耐力练习。我将从教学目标、教学程序等 6 个（手势）方面来说本次课。

1、说教学指导思想

建国 60 年来我国一共进行了八次课程改革，每次改革都对“学理”和“教法”进行了探究。学校体育以学生的身心健康发展为最高原则，对此，我们秉承张洪潭先生的《技术健身教学论》的思想：体育课必须以学习运动技术为主线，掌握运动技能，以此促进学生的身心健康发展。

2、说教学对象与学情分析

这是一堂 45 分钟的课，他们的身体协调性较差，好胜心强、耐力素质好、接受能力强。

3、说教材分析与教学重难点：

本次课的内容选自于人教社《体育与健康》，第七章的内容，垫球是排球三大技术的首要环节，学好垫球，会为以后学习传球和扣球动作打下坚实的技术基础。

本次课的教学重点是垫球动作的手臂手型，以脚蹬地为主的全身协调用力（侧面示范）。

教学难点是也手臂的手型、用力源点即上下肢的协调用力；中长跑中的身心极点的处理。

4、说教学程序（教学方法）

仍然依据苏联教育家凯诺夫的三段教学模式。

首先，由我集合来整队，师生问好。宣布课的内容。把学生分成四路纵队进行慢跑热身，每组小组长带领成员，在上课区域自行设计进行慢跑路线。教师提示有蛇形、方形、不规则形、也可以是场地上的线条等。总距离约 300 米，时间为 3 分钟。

第二：我安排了七节双人徒手操。

1) 双人拉锯练习

2) 双人压肩

- 3) 同时蹲、起；一蹲一起；
- 4) 拉手侧迈步（配口令，示范一下）；
- 5) 拉手绕圈（两个字的要求：动作慢、距离远）；
- 6) 背靠体转击掌（不抬脚掌，口令逐渐加快速度，示范一下）；
- 7) 互背各三次，时间约为 7 分钟。

这样做的理由有二点：

一、充分活动开各主要关节和肌肉，防止受伤；为学习技术动作创造更好的身体条件。

二、给学生一定的自主学习空间，改变单调乏味的跑圈模式，这也符合小场地上大体育课的中国国情。

进入基本部分

调整好学生的队形，（做手势）教师站中间，学生站两边。教师说明今天要学习的动作名称：正面双手垫球。然后做完整示范，这样做的理由是根据心理学家班杜拉的观察学习理论，运动技术在学习初期，学生是通过视觉的观察与模仿来建立动作表象与动作概念的。所以，我在示范与讲解时，只注重动作的重点与关键环节（整体方向结构与顺序），不会强调动作的细节与局部问题。

对此，我这样讲解：

一、强调手型与接球部位，对于手臂的要求：六个字，三个词（压腕、夹臂、顶肘）。

对于击球部位容易出错，我用圆珠笔标注一同学手臂的正确部位打“√”错误部位打“_”。

二、强调发力点：力来自于脚蹬地，手是平动，而不是以肩为轴的转动。

采用这样一些辅助练习：（边示范、边喊口令一蹲一起徒手练习，先原地、），约15次熟练后，基本定型，再行进间一步一动练习，练习次数约20次。

第二步：用重复练习法，击固定球练习（10次一换）。一人持球于腹前，另一人做原地击球动作，注意感受击球部位，和正确的发力顺序。

第三步：用合作学习法，抛接球练习，两人一组，一人抛，一人垫（10次一换）。

本次课又只是3次教学的第二次，况且学生一般都很着急完整练习，只练徒手或辅助练习，学生会觉得枯燥，所以，用尝试教学法，让学生两人对练，提高积极性。）教师巡回指导，纠正，如果遇集体犯错问题，就口哨召唤学生，停止练习，靠拢纠正后再分散练习。时间约为22分钟。

基本部分的复习内容是中长跑量大，枯燥。学生不喜欢。但它反映的是人的心血管能力，是健康与否的重要指标。因此，老师用鼓励性的语言提高学生心理极点：“这个时间你们一定能行的；你们尽力了就是好学生。”再教授一些克服生理极点的技巧。

如：

- 1) 调整呼吸，
- 2) 加大摆臂幅度，
- 3) 减小步长等等。

我的具体做法是，设计一条安全的校园路线，利用环境变化，转移注意力，降低疲劳感。男生约为 1500m，女生为 1200 米。在学生必经点的 2/3 处，设置未知的惊喜（展示明星图片）。我这样做的理由是：依据心理学家托尔曼的认知论，让学生事前知道有奖励而不知道奖励的结果，使学生有一种未知的诱惑，从而更好的完成练习。

结束部分

做拍手，拍臂，拍腿，抖臂，抖腿放松操，一边做一边说肌肉名称。

教师作总结，鼓励，表扬跑在前面和尽力的同学。

5、通过教学程序拟达到以下目标：

5.1 参与目标：新课程理念要求，为了一切学生，我们绝不抛弃任何一名学生。所以，要求 100%的学生参与到运动学习中来。

5.2 技能目标：约 80%的学生能初步掌握与体会动作；50%的同学能基本掌握垫球技术，长跑优生，男、女同学应该在 6 分钟内跑完。

5.3 情感目标：本次课，通过双人徒手操、明星图片给予新鲜感，调节学生的情绪，刺激学生的情感，克服生理和心理极限，锻炼战胜困难的意志品质。

整堂课负荷强度由低到高，因为有什么内容，什么顺序，所以心率控制在 110-130 次/分。练习密度约 40%。体育课说课稿 6

一、说教材

教材内容为篮球(复习原地运球, 学习直线运球)和接力跑游戏, 均选自省编中学《体育与保健》教材第一册内容。球类是学生喜爱的运动项目, 它具有良好的综合健身作用, 能够培养学生团结、协作、积极进取和拼搏精神。中学篮球教材由基本技术、简单战术和教学比赛三部分组成, 基本技术在整个教学内容中比重较大。初中阶段重点是学习各种基本动作, 尤其是在初一教材里基本技术动作所占的比重最为主要。选择直线运球技术作教材, 是根据初一学生的生理、心理特点和认知、技能水平情况。因此, 将本课直线运球的重点确定为运球时的按拍部位, 难点为控制球。初中的接力跑教材分迎面接力跑, 圆圈接力跑和接力区交接棒的接力跑, 本课利用篮球和呼拉圈在篮球场地中进行接力跑, 进一步增加接力跑的知识性和趣味性。接力跑游戏的重点定为提高学生的快速跑能力和灵敏素质等。根据以上认识特制定以下三方面的教学目标:

1、认知目标

1) 了解本课的练习方法, 明确篮球原地运球、直线运球的技术原理及作用, 能正确区分原地运球和直线运球的不同之处。认识篮球运动的目的是全面发展身体素质、增进健康。2) 90%以上的学生明确本课目标。

2、技能目标

1) 通过本课学习, 使 85%以上的学生正确掌握原地运球技术, 75%以上的学生在一定速度中能正确运用直线运球技术, 提高手对球

的控制支配能力。2)发展学生的灵敏、速度素质，提高协调性及快速反应能力。

3、情感目标

1)培养学生积极进取、顽强拼搏、力争胜利的竞争意识及团结协作、吃苦耐劳的优良品质，强化学生的爱情感，提高想象、交往能力，发展学生个性和心理素质。2)95%以上的学生对情感目标的接受。

二、说教学程序

在课的结构上，从“身心协同”的基础观点出发，依据初一学生的身心特点，采用“收心热身、愉悦心身——育心强体、磁智促技——稳定情绪、恢复心身”的三段结构。

1、第一阶段

在收心热身、愉悦心身阶段，用我国男篮健儿在奥运会上的优异表现引入教学主题，通过开口螺旋形跑，活跃气氛，集中学生的注意力，紧接着成闭口螺旋形跑至站位做球性练习，通过球性练习能使有关肌肉、关节、韧带得到充分的活动，而且与要学的技术动作有机结合。因学生水平各异，最后一个球性练习为自由创想展示练习，给学生自我展示的机会，从而调动学生的创造性思维和学习的主动性。这部分用时为 9 分钟。

2、第二阶段

首先，运用各种变化的原地运球练习，改进提高原地运球技术动作及控制球的能力，在运球中要求学生养成观察前方的良好习惯，重点强调正确的身体姿势和脚部动作，为主教材教学做铺垫。在学生情绪已活跃的基础上学习新教材，进入直线运球教学，我用启发性的语言和直观对比，使学生能较清楚地认识到

“球的反弹角度与手按拍有直接关系”等道理，并运用不同信号手段组织学生进行直线运球练习，然后安排学生进行直线运球追逐，使教学步骤由浅入深、由易到难、分层递进、对比探索、激发兴趣达到初步掌握技术动作的目标。练习中我突出要求学生相互观察、相互纠错、共同提高，充分体现和谐互助的精神。在这阶段中，我还注重在练习队形图形上进行变化，一方面充分利用篮球场原有的线路，另一方面克服重复练习带来的枯燥感。这部分用时 20 分钟。

在接力跑游戏的安排上我设计了一组以支持北京申办奥运会的主题、益智健体的接力游戏。在场地的布置上，我用奥运会五环营造团结友谊、积极进取、奋发向上的氛围，运用游戏竞赛法，激发学生练习的积极性，并在每一次竞赛间隙都设计一些有关奥运会的知识的问题让负队学生回答，一方面以激发学生的爱国主义情感，另一方面给负队一次充分发挥集体的智慧获取胜利和成功的机会，在教学中充分体现出启迪心智、发展思维、强身健体、体验成功的现代体育教学观念。这部分用时 12 分钟。

3、第三阶段

围着五环放松，后运用“笑与不笑”游戏，以达到稳定情绪、恢复心身的目的。最后进行小结，对本课的练习效果进行讲评，对学生的成绩给予肯定和表扬，提出今后注意事项，从而结束本课教学。

三、说教学特色

1、本课以“愉快教学法、成功教学法”作为指导思想，以发挥学生的认识能力为核心，以培养学生基本活动能力为目的，充分发挥教师的主导作用，突出学生的主体地位，始终在师生的共同活动中愉快、轻松、活泼地进行教学，力求体现“大容量、高密度”的教学特色，以达到最优化的教学效果。

2、整堂课始终在一个篮球场地中进行，布置简单清楚，器材实用，富有喻意，坚持“一场多用、一线多用、一材多用的指导思想。

四、本课的预计

本课平均心率预计：130--135 次/分；最高心率为：170 次/分；出现在约三十八分钟时，即接力跑教材时；估计练习密度为 40--45% 左右。体育课说课稿 7

尊敬的各位专家、评委、老师们：

大家上（下）午好！

很高兴有这次学习的机会，请你们多多指导。今天，我说课的题目是 。

下面我从教材分析、学情分析、教学目标、教学法分析、教学程序等五方面进行说课。

一、首先说的是本次课的指导思想

依据新课标的要求，以促进學生身心全面发展为目标，以“健康第一”为指导思想，在教

学中我们既要发挥教师的主导地位，又要重视学生的主体地位，从课的整体设计评价，始终以学生的发展为中心，在教学过程中，充分运用体育游戏这一体育教育的好途径，通过游戏规则要求，教师言语激励，评价反馈等，培养学生团结协作，公平竞争，实事求是，顽强拼搏的优良品质和优秀的体育道德作风，在锻炼身体的同时，潜移默化地对学生进行德育渗透，体现体育的教育性原则。

二、教材分析

1. 教材的地位和作用

本次课的教学内容是 ，选自小学《体育》——九年一贯教材内容。 ，通过教学培养学生 能力，同时进一步提高学生的身体健康和心理健康水平；增强学生的社会适应能力，养成坚持锻炼身体的好习惯。

2、教学目标

根据教材分析并结合新课标中五个学习领域（运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、

社会适应）的要求，我制定了以下三个教学目标：

认知目标：使学生能够了解 的要领。

技能目标：使学生掌握的动作要领，发展学生的身体素质）。

情感目标：培养学生的勇敢、顽强的意志品质，竞争意识和团结协作的精神，激发学生主动参与的热情，培养乐观的心理。

3、教学重点和难点

重点：

难点：

三、学情分析

1、本节课的教学对象是自控力差。

2、学生处在生长发育阶段，是体差异，所以在教学过程中，要根据学生的实际情况有针对性地进行教学。

（本课教学对象是 ，班级男、女比例相当，40 人左右。学生各方面素质一般，但也存在着个别差异，男生基础较好，女生素质普遍较差。且不喜欢表现自己，所以在练习中需要多鼓励，评价标准要根据实际情况而定。但班风很好，同学间团结互助，有较强的凝聚力。）

（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。）

四、教法与学法

1、教法设计：根据人体动作技能形成的`规律，结合学生的实际情况，遵循直观性、自觉性和循序渐进等的原则，我主要采取了讲解示范法、观察法、纠正错误法、评价法等多种教学方法的综合运用，由浅入深逐渐引导，因材施教，区别对待，激发学生学习的兴趣，发挥学生的主体性，以更好地完成教学任务。

2、学法设计：在本课的学法中，让学生采用“听、看、想、练、问、比”的学习方法，充

分发挥学生的主体地位，活跃课堂气氛。采用自主学习和分组练习相结合，通过多次反复的练习，达到熟练程度，同时组织游戏，增强娱乐性气氛，使学生从运动中得到锻炼，获得快乐。

五、教学过程

（一）开始、准备部分 （10 分钟）

1. 首先体育委员以“快、静、齐”的标准集合成四列横队后，师生问好，宣布本课内容，安排见习生，提出练习要求

2 游戏 ，教师创设情景，语言引导， 。

3 在教师带领下，师生同做徒手操 4 个 8 拍共 8 节（从头到脚）

要求：拉伸各个关节，让身体各个器官及机能起到预热作用，防止运动损伤

(二) 基本部分 (25 分钟)

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/688012100074006140>