# 体育教师说课的基本环节 体育课如何说课(5篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-08-29

*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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧体育教师说课的基本环节 体育课如何说课篇一（供...*

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**体育教师说课的基本环节 体育课如何说课篇一**

（供小学五～六年级使用）

第二章 基本体操教学内容介绍

1．基本体操的教学目标

水平

（三）基本体操教材由三部分组成：队列和队形、徒手操和轻器械操。

基本体操对培养学生身体的正确姿势，矫正不良体态，促进机能发展，增进健康，以及提高学生合作交往与协同动作能力，形成良好的组织纪律、集体意识和心理品质，都具有重要意义。水平

（三）基本体操的教学目标，可以归纳成以下4项：

（1）学会简单的基本体操动作方法，培养身体的正确姿态；

（2）提高学生主动学习的积极性，体验活动的兴趣；（3）促进身体协调、匀称发展，增进健康水平；

（4）提高学生集体活动的意识与行为，体验个人与群体合作交流的感受。2．基本体操的特点

水平

（三）的基本体操教学内容，在水平

（二）的基础上增加了新的内容和难度，其特点是：队列队形练习中的向左、右、后转走动作，自然、流畅、活泼，不要求按《队列条令》的转法和节奏操练。行进中裂、并、分、合队走的练习，是一组纵队行进间由多变少或由少变多的队形变换的练习。预令（口令词）较长，有助于培养学生的注意力以及集体动作协调一致的能力。

徒手操，也就是《小学生广播操》第二套，是国家专为全国小学生创编的。这套操具有与一般徒手操不同的特点，如，操节多（共12节），各节操的节拍多（每节操4个8拍至8个8拍）；变化多（每一节拍要做一个以上动作，而且左右肢体动作不绝对对称，只在前后4拍或8拍的反复中动作相同）。整套操节奏鲜明，富有韵律感和表现力。可使学生身心得到全面发展。因此，教师不仅要让学生学会全套操的动作，还应启发学生理解和表现该操所具有的健身、育心、健美的功能，以及活泼欢快、朝气蓬勃等丰富内涵。

棍棒操是在徒手操基础上发展的，是轻器械操的一种。它借助变换握棍的位置和动作，增大动作的幅度和力度，以增强肌肉的伸展性和关节、肩带的灵活、坚韧性，以及提高身体的协调性等；同时对于纠正身体不良姿态具有特殊的功能作用。本套棍棒操结构简单、节奏鲜明，易学易练。学生可以识图自练。3．基本体操的教学内容

（1）队列和队形──① 向右（左）转走；② 向后转走；③ 行进间列队、并队走；④行进间分队、合队走。

（2）徒手操和轻器械操──① 徒手操：小学生广播体操；② 轻器械操：棍棒操（共八节）。4．基本体操的教与学法

（1）基本体操内容丰富，练习的形式和动作的方法各不相同，教与学应针对教材的特色、目标的要求和学生的年龄特点和他们的实际能力而定。

（2）高年级学生已具备较大的自主学习能力，教师应多采用探究法，自学自练法、合作交流法、结伴练习法等教与学方法组织学生进行练习。

（3）基本体操教学时，教师要注意观察和加强指导，适时进行示范与点评。必要时，教师可改变动作的结构、内容的组合、运动量的大小、组织形式的变化或采用游戏方法来提高学习效果。

（4）队列和队形练习，重点应放在培养学生的动作节奏感和整体协同一致上。既要掌握队列和队形的动作方法，又要提高与改善学生的精神状态。（5）教材中的徒手操选用了原第二套小学生广播体操，教师可以根据需要，选用2024年教育部颁发的新的小学生广播体操进行教学。还可根据学生的学习能力对广播操进行创编，以提高学生的学习兴趣。（6）进行棍棒操教学时，教师应建立收发器械的常规要求，以取得安全、有序、快捷的效果。第三章 田径教学内容介绍 1．田径教学内容的教学目标

第三章 田径教学内容介绍

1．田径教学内容的教学目标 五、六年级田径教学内容是一项发展学生基本活动能力的基础性教材，虽然冠名为“田径”，与田径运动项目名称一致，但它的教材内容仍是一些较为简单的跑、跳、投动作，没有过细的技术和规定过严的方法。教材的内容与形式突出了多样性、游戏性、趣味性和实用性特点，注重学生学习目标的全面达成。通过田径教学，要达到以下五条目标：

（1）培养学生积极参与田径运动的意识与行为，提高学习田径的兴趣。

（2）掌握跑、跳、投的动作方法，培养学生身体正确姿势，学会田径运动的简单技术和技能。

（3）发展灵敏、协调、速度、耐力和力量素质，促进身体机能正常发育。

（4）营造生动、活泼、和谐的学习氛围，增强克服困难、战胜挫折的勇气和信心。（5）培养群体意识，增强责任感，提高合作与竞争能力，体验田径运动的乐趣。2．田径教学内容的特点

（1）小学五、六年级的田径教学内容是在三、四年级的基础上发展的，主要是通过形式多样的跑、跳跃、投掷练习和贴近学生学习、生活的一些情境性或主题性的游戏活动，让学生逐步掌握田径运动的正确方法和合理动作。

（2）选编的田径教学内容，无论是分解动作还是连贯动作，个人练习还是集体协作练习，都力争体现以学生发展为主的教学思想，如“小小设计师”、“抢占奔跑空间”，给学生更多的时间和空间，让学生在轻松、自然的教学活动中学会学习、学会认知、学会生活。

（3）教学内容淡化了竞技性，增加了游戏性、趣味性、娱乐性、健身性和教育性内涵，如“青蛙过河”“学习解放军，争当神投手”“欢庆申奥成功”。这些教学内容丰富、生动活泼、贴近学生的认知水平和生活实际，既能使学生理解和掌握跑、跳跃、投掷的知识和技能，又能将课堂延伸至社会，使田径教学内容具有更大的活力。3．田径教材的教学内容（（1）跑 ① 发展快速跑能力的练习（包括：各种快速起动的跑；追拍跑；接力跑；“攻克堡垒”游戏；障碍赛跑；不等距离的追逐跑）

② 发展耐力跑能力的练习（包括：自然地形跑；定时跑；定距跑）（2）跳跃

① 发展跳跃能力的练习（包括：各种方式跳绳；跳竹竿：“协同跳”游戏；摸高跳）② 跳高（包括：跨跳练习；助跑起跳，直腿摆动坐上跳箱；急行跳高）③ 跳远（包括：立定跳远；“青蛙跳荷叶”游戏；助跑几步，一脚跳起双脚着地；急行跳远）（3）投掷

① 发展投掷能力的练习（包括：滚；抛；掷；投；推；撇等）② 发展掷远能力的练习（包括：原地及自然跑几步肩上投掷；原地及自然跑几步背后过肩投掷；推掷实心球等）③ 发展投准能力的练习（包括：固定目标投准；活动目标投准）4．田径的教与学法

（1）重视学生的体验。在一些比较简单动作的教学时，教师只要提示动作要领、方法与要求，对于动作细节不要提出过高、过细的要求。教师要鼓励学生积极投入，引导他们自主选择练习内容，自己参与动作演练，自我感受活动过程，主动探索练习方法和比赛战术，让学生在参与中获得积极的运动体验。

（2）精心设计练习的形式。教师要运用多样化、游戏化、趣味化的教学方法与手段，激励学生参与学习活动，以充分体现田径教学的多种功能，达到全面锻炼、愉悦身心的目的。如，在学习“抢占奔跑空间”游戏时，可采用多种方法完成；进行“消灭老鼠”游戏，可采用长方形、正方形、圆形等场地完成。

（3）不断变化练习的方式。在教学组织时，教师可根据实际情况，改变练习的方式与方法，如调整练习的距离、高度、速度、重量，对前进的路线，器械的摆放，分组的形式，合作的组合等等都可以进行变化，以不断激发学生的练习兴趣。

（4）创设个性发展和群体合作学习的良好环境。教材中有许多发展学生个性和群体合作学习的练习，如“个人抢占空间”、“集体抢占空间”、“障碍赛跑”、“三人追拍”、“四人协作跳”和“提速火车”等等。这些活动是完成课程目标的载体，在教学过程中，教师不仅要重视体育知识、技术、技能和练习方法的传授，更要注重对学生的个性和群体意识、群体行为的培养，如自我展示、顽强意志、互相帮助和集体精神等。

（5）体现“健康第一”的思想。教学中教师应重视学生个体差异和不同需求，贯彻因人而异的原则，尤其是高年级女生中许多同学已进入青春发育期，更要注意安排适合她们生理、心理特点的教学内容。练习中的各种生理指标、心理状态和同学之间的关系，都要体现“健康第一”的思想，使学生在身体、心理、社会适应方面都获得全面和谐地发展。

（6）注意培养学生创造力和思维力。教学中教师要引发学生积极思考，充分发挥他们的想象力，注意培养他们的创造性思维。如“小小设计师”是将单一的往返跑与创造性活动结合起来，让学生自己设计跑步图形；又如“青蛙跳荷叶”，是把双脚连续向前跳的动作与蛙跳的动作相结合，让学生通过想象，形象生动地模仿青蛙轻巧落地的动作，从而帮助他们掌握跳远落地的缓冲动作。

（7）给学生留有自主学习的时间与空间。教材中多数教学案例都给学生留有自主学习的时间和空间，目的是让学生通过自己的努力，探究、发现、实践自己感兴趣的学习内容。在这一段时间内学生是真正的课堂学习的主角，可以自由选择学习内容，自主决定难易程度，自己掌握学习进程。教师要鼓励学生自主学习的积极性和主动性，为学生搭建充分展示才能的舞台，不包办代替。

第四章 技巧与器械体操教学内容介绍

1．技巧与器械体操的教学目标

水平

（三）《教师用书》技巧与器械体操的教材内容分为四项：技巧、支撑跳跃、低单杠、实用性攀爬。这些教材内容形式多样，实用性强，项目较多，器械的高低、宽窄变化较大。有些动作要使身体倒置、跳起、腾空或在杠上完成一定难度的练习，甚至还有一定的危险性。在这样的条件下引导学生锻炼，首先能激发他们的参与意识，促使他们主动地投入到学习中去。其次，在练习的过程中，学生通过自己的努力和群体的帮助，克服种种不适、紧张等心理障碍，不仅掌握了技术动作，而且提高了学习情绪，增强了意志品质，并得到了合作学习的乐趣。同时，学习过程中要求学生严格遵守练习程序和群体活动规范，也为学生遵守社会公共秩序作了一次很好的演练。再次，当学习获得成功和进步以后，学生在体验到自我价值的时候，会产生自我展示的愿望，有利于提高学生的自尊心和自信心。

技巧与器械体操的教学目标有以下五条：

（1）初步掌握技巧与器械体操的内容，在单个动作基础上，学会做组合动作。（2）发展学生的体能，提高灵敏、协调和平衡能力，增强肢体肌肉力量，改善身体机能水平。

（3）培养学生学习的参与意识和积极性，鼓励学生展示自我，体验在运动时的心理感受，克服胆怯、畏难等心理障碍。

（4）增强保护与帮助和合作学习的意识，体验群体学习生活的乐趣。

（5）培养勇敢、顽强、果断和克服困难的优良品质，帮助学生树立安全意识，促进身体、心理的和谐发展。2．技巧与器械体操的特点

（1）

五、六年级既是小学最高的年级段，又要为即将升入初中作好各种准备，具有承上启下的特点。

五、六年级教学内容在三、四年级的基础上，内容有所增加，难度有所提高，是三、四年级教学内容的发展、变化和重新组合。同时，五、六年级与初中一年级教学内容在某些具体的名称上更趋于接近，体现了小学技巧与器械体操教学与初中体操教学内容相衔接的特点。

（2）随着文化知识学习和社会经验的逐渐增加，五、六年级学生对动作的掌握不再满足于表面上粗略的学习，而是开始追求动作内在关系的把握，表现出教学内容的技术因素有所增加。尽管这些技术要求还是很简单的，但反映了该阶段学生学习的一种倾向。教学中教师要善于把握传授技术的“度”，既不能过多地追求技术细节，偏离小学教学的实际，又不能否定技术动作的规范，使学习缺乏深度。

（3）教学内容的针对性。

五、六年级学生随着年龄的增加，教学内容各个项目的力量要求增加了，如出现了以静力性练习为主的倒立动作，单个动作和组合动作的难度和强度都比三、四年级有所加大；同时，又要注意男女生之间的差别。开始进入生长发育第二高峰期的男女生之间的生理、心理差异逐步明显，在一些难度较大的教材中，把男女生的学习内容加以分列，男生更突出刚性，女生更突出柔性，使学习内容更适合男女生的生理、心理特点。

（4）教学内容的选取更贴近学生的学习与生活。

五、六年级的技巧与器械体操教学内容有许多动作接近学生的生活，如从高处跳下，从低处跳上，攀登和爬越各种障碍，出现意外或失去重心时的应急措施等。这些贴近生活的模拟性练习，体现了教学内容的实用价值。

3．技巧与器械体操的教学内容（1）技巧

① 各种滚动与滚翻动作（包括：发展滚动能力的练习──握踝前后滚动、抱球前后滚动、夹物前后滚动、抱头直体左右滚动、抱球直体左右滚动、抱头屈体左右滚动、抱球跪撑屈体左右滚动、屈肘跪撑左右滚动、抱脚团身左右滚动等；发展前滚翻能力的练习──双手握踝前滚翻、双脚夹球前滚翻、双手抱球滚翻、一手抱球，一手支撑前滚翻、双手抱球肩侧前滚翻、跳箱盖上前滚翻、滚翻时低头，以单肩支撑由高处向下前滚翻、连续前滚翻、高处跳下后接前滚翻、模拟被绊倒接前滚翻、前滚翻分腿起、慢跑急停，重心前移做前滚翻、越过障碍前滚翻、双人“车轮”前滚翻等；发展后滚翻能力的练习──双手握踝后滚翻、双腿夹物后滚翻、连续后滚翻成直线、“波浪”式后滚翻、高处跳下后接后滚翻、后滚翻接球等）

② 各种简单的倒立动作（包括：肩肘倒立──双人配合练习、脚蹬墙成手倒立、脚蹬墙手倒立后作前滚翻等）

③ 保护与帮助下做手倒立（包括：靠墙手倒立、靠高垫手倒立、有人扶持手倒立等）

（2）支撑跳跃

① 发展支撑跳跃能力的练习（包括：原地起跳，空中分腿练习；分腿立撑练习；分腿立撑，推手挺身跳起练习；上步助跑，起跳练习；“撑骆驼”练习；助跑，起跳，支撑，分腿练习；助跑起跳，分腿跳上模仿跳箱练习等）

② 山羊分腿腾越（包括：在保护与帮助下练习；在安全条件下练习；完整动作练习）

（3）低单杠

① 发展悬垂能力的练习（包括：仰卧悬垂臂屈伸；屈臂蹲悬垂摆动；屈腿悬垂摆动；穿臂前后翻；蹲悬垂，穿杠成倒悬垂；高杠屈臂悬垂）

② 发展支撑能力的练习（包括：双杠支撑移动；低单杠支撑左右移动；跳上成正撑，前翻下；跳上成正撑，上体前翻慢下成蹲立等）（4）实用性攀爬

① 各种攀爬练习（包括：爬斜梯，跳下成前滚翻起立跳箱；攀爬2米高的障碍物；攀爬轮胎架）② 手脚并用爬竿（绳）（包括：爬垂直竿（绳）；爬斜竿（绳）等）4．技巧与器械体操的教与学法

（1）关注每一位学生，确保每个学生受益。

教学中要关注每一位学生，包括体育能力较强的、较差的和一般的学生。这里尤其需要提出的是，体育能力较强的学生往往因为成绩好，并经常作为教师的助手而受到重视；体育能力较差的学生则是教师传统关注的对象。而作为班级人数占大多数的体育能力一般的学生，因为人数多，又没有更多的特殊情况需要教师“操心”，会有意无意地被教师所忽视，这个现象应该引起注意并加以改进。虽然从表面上看，对体育能力一般的学生的忽视不会影响教学质量，这些学生大多数能够完成学习任务，但从心理健康和社会适应的要求分析，这种忽视是不能允许的。因为，每一位学生都需要教师的注意、关怀和帮助。所以，教学中教师要关注每一位学生，要确保每个学生受益，不仅要关注那些体育能力较强和较差的学生，也不能忽视体育能力一般的学生。例如，有的教师在体育课中建立了体育委员“轮岗值日”制度，让每一位学生在一学期都当一回体育委员。这就改变了以往体育委员由一人“承包”的做法，让每一位学生都能在“值日委员”岗位上，学习服务、学会沟通、锻炼自己、展现自我。（2）注重讲解、示范的启发性。

在教学过程中教师讲什么、怎么讲、讲到哪儿为止，都是讲解中需要注意的问题。例如，技巧教学时提问学生“什么时候交叉腿”，“转体方向怎么判断”，“后滚翻推手时间和方法”。这些带有针对性和启发性的提问，可激发学生积极思维，开动脑筋，活跃课堂气氛，提高学生参与意识。讲解时，还要讲清动作的重点，指出难点。要防止主观臆断讲解。还必须钻研在课的哪一环节，用多少时间、什么方式、怎么精讲，要随时反馈讲解的效果。还要善于运用术语，例如，教学初，可结合挂图讲解动作的术语，使学生初步了解动作术语的形象概念；演示时，可结合动作，重点提示术语，使学生看见动作后，知道“是什么名称，在身体什么部位，该怎么做”；练习中，可让学生根据术语做出动作，使他们建立从术语到动作的联系。

示范方法的运用也要讲究启发性。示范时，应力求稳、轻、美，使学生在动态的示范中得到健与美的享受。教师要根据不同的学习阶段采用不同的示范方法，例如，练习初的完整示范或边示范、边讲解；改进动作时的重点示范；小结时的演示性示范等。（3）重视练习的帮助性。

学生在学习过程中的练习活动，往往都是在教师或同伴的帮助下进行的。由于技巧与器械体操的教学内容大多数与学生平时生活和学习的正常身体姿势和位置不同，学生在练习时会产生不习惯的感觉；有些动作有一定的危险性，学生在练习时会产生犹豫和害怕心理。因此，练习的帮助性是学生在学习动作和锻炼身体过程中，增强信心、增添勇气的必要手段。同时，在互相帮助的练习过程中，学生通过与教师或同伴的互相协作、互相磋商和互相交流，把自己融入到群体之中，体验到合作学习的乐趣，体验到对集体的认同感和归属感。（4）做好专门性准备活动。

技巧与器械体操教材内容对柔韧性和协调性要求较高，除了做一般性准备活动之外，教师应重点指导学生做好专门性准备活动，特别应加强头、颈、肩、腰、腕、踝等部位的活动。

第五章小球类和球类游戏教学内容介绍

1．小球类和球类游戏的教学目标

球类活动是小学生特别喜欢的项目。孩子们都喜欢玩球、打球和赛球，著名的球星也往往是他们羡慕和崇拜的偶像。球类活动不仅具有对抗性、趣味性等特点，而且强调集体合作，灵活多变地运用各项技战术，对锻炼人的体力，发展社会适应能力，充分发挥个人和集体的聪明智慧等都具有不可替代的作用。由于小学生的年龄特点和身体条件的限制，难以运用成人规范的场地、器材和严格的规则进行球类活动。因此，在小学体育教学中，缩小了场地与用球、简化了规则，称之为“小球类和球类游戏”。本章选用了小篮球、小足球、羽毛球、乒乓球四项作为水平

（三）的教学内容。本章的教学目标有如下五条：

（1）通过教学激发学生参与球类活动的意识与行为，提高学习的主动性与兴趣性。（2）学习简单的球类活动基础知识，初步掌握简单的球类活动基本技术和技能。（3）发展学生的速度、灵敏与协调素质，提高与改善学生的身体机能水平。（4）通过球类活动培养学生良好的心理品质、树立自尊与自信心。

（5）增强同伴间的合作与交流，形成关心集体、尊重对手、遵守纪律的良好体育风尚。

2．小球类和球类游戏的特点

（1）在水平

（二）的基础上，提高了小球类的基本技术、集体配合和简单规则的要求，并逐步建立战术概念。

（2）加强了个体与群体之间的对抗性活动和游戏，逐步向小球类的简易教学比赛过渡。

（3）球类教学内容突出了学生在教与学中的地位与作用，注重学生的运动参与、自主学习、集体意识、合作交往、情绪调控的能力培养。

（4）竞技运动项目的改造，保留了球类活动的特征，降低了技术难度要求，体现对体育文化的传承。

3．小球类和球类游戏的教学内容（1）小足球

① 足球基础知识（包括：小足球场地及设备规格、足球基本规则──掷界外球、踢球门球、踢角球、罚点球、任意球）

② 足球基本技术与游戏（包括：颠球与游戏；运球与游戏；踢球与游戏）（2）小篮球

① 篮球基础知识（包括：篮球场地及设备规格；篮球基本规则──推人犯规、拉人犯规、阻挡犯规、脚踢球违例、拳击球违例）

② 篮球基本技术与游戏（包括：耍球游戏；传球游戏；运球游戏；投篮游戏（（3）羽毛球

① 羽毛球基础知识（包括：羽毛球场地；羽毛球基本规则；发球违例的几种情况）② 羽毛球基本技术与游戏（包括：握拍法；耍球游戏；低手击球游戏；高手击球游戏）（4）乒乓球

① 乒乓球基础知识（包括：台面的区域；击球时间划分；握拍法）

② 乒乓球基本技术与游戏（颠球游戏；挡球游戏；发球游戏；攻球游戏）4．小球类和球类游戏的教与学法

（1）

五、六年级的小球类教学，教师要有目的地提高体育文化的内涵，结合教学内容介绍基础知识，引导学生在游戏和竞赛活动中学习规则，掌握安全活动的方法，以增强自我保护意识，懂得安全地参加球类活动。

（2）

五、六年级学生对球类运动的学习正处于启蒙阶段，教师在教学中要尽可能地创造条件让学生多接触球，让学生在熟悉球性中提高控球能力。对场地器材条件较困难的地区和学校，可因地制宜地开发代用器材，例如可以自制麻绳球、藤球、棕球等用于小篮球、小足球活动。

（3）充分发挥球类游戏的功能，激发学生的参与兴趣。要讲究教学方法，加强学法指导，采用主题教学、情境教学等方法，使学生在生动活泼的学习环境中主动、积极、快乐地学习。（4）小球类和球类游戏的教学过程是师生交往、合作的互动过程。教师在引导学生互相观察、互相模仿、互相帮助的同时，应提倡师生之间共同参与，互相交流，在融洽平等的课堂氛围中师生共同发展，共同提高。

（5）在向学生传授知识与技能的同时，教师要关注学生的心理品质和社会适应能力的培养。例如，针对小球类活动对抗性较强，运动量较大的特点，教师可引导学生体验身体疲劳时的心理感受；针对小球类活动对熟悉球性、控制球能力要求较高的特点，教师可引导学生在活动中树立自信、自强，培养勇于克服困难的意志品质；针对小球类活动的群体性特点，教师可在活动中加强学生同伴和群体之间的协作配合，以增强他们对人际和社会交往的适应能力。

第六章 游戏与游戏教学内容介绍

1．游戏与游戏教学的教学目标

根据新的体育课程标准编写的小学体育《教师用书》，没有将游戏作为单独一类教材内容，而是把游戏教材内容与各项体育教材内容相结合，分散在各项身体锻炼实践内容之中，这是新教材结构上的一个特点。因为小学体育教材内容，特别是在小学的中低年级应以游戏为主线，使基本教材游戏化，又多运用游戏的方法进行教与学。

这一章“游戏与游戏教学”教材，虽然也介绍了一些游戏，并尽可能不与各类教材内容中的游戏重复，只是在举例时，联系到五、六年级的教材内容，介绍如何进行游戏教学。本章所列举的案例，也是为说明如何教游戏而选编的。这些方法仅供老师教学时参考。

水平

（三）《教师用书》的游戏教学，是以课程标准目标导向来确定的，它有具体的游戏内容和教学目标，有特定的情节和活动方式、活动规则和活动结果，有别于其他教材中的游戏教学，是实施教学评价的“主体性”游戏。这些游戏是以自身特有的编排体系，以游戏教材为主线，以身体活动为载体，以增进学生身心健康，掌握游戏的知识和技能，培养意志品质，满足心理需求，体验群体学习的乐趣为目标而开展的教学活动。因此它对于学生的发展具有积极的、独特的意义。通过游戏与游戏教学，要达到如下的目标：

（1）培养学生积极、主动参加游戏的态度和行为，记住所学游戏的名称、方法与规则，乐于展示游戏的各类动作。

（2）帮助学生学会和应用游戏技能，提高人体基本活动能力，了解游戏活动的安全、卫生知识和方法，并能运用已有知识、技术和技能，自主设计与组织简单的游戏活动。（3）使学生具有关注自己身体和健康的意识，逐步形成正确的身体姿势，发展学生的体能。

（4）了解游戏对心理健康的作用，体验游戏活动时的心理感受，学会通过游戏调节自己的情绪，逐步形成自尊、自信、自强的心理品质和勇敢顽强、坚毅果断的精神。（5）引导学生处理和谐的人际关系，体验群体活动的乐趣和情趣，培养具有现代社会所需要的合作精神和良好的体育道德品质。2．游戏与游戏教学的特点

（1）具有趣味性。教材中的游戏有六类，内容丰富、形式活泼、趣味性强，能满足小学生好奇、好动和求新、求异、求变的心理需求，深受他们的欢迎。

（2）具有情节性。教材选用的游戏都有一定的故事情节，学生能在游戏活动中扮演某些角色，如“老鹰”、“小羊”、“战士”、“花朵”„„这些角色符合小学生在体育学习活动中喜欢情境的烘托，乐意模仿成年人的行为特征。通过游戏，有助于引导学生逐步懂得社会规范，了解人际关系，处理和解决活动中遇到的各种问题，促进学生的健康发展。

（3）具有竞争性。游戏一般都是以对抗形式开展，对抗中会有胜负，教材要求胜利的一方应充分展示自我、表现自我，失败一方应总结经验、迎头赶上。所以，游戏教学内容能有效地培养学生勇于竞争和善于竞争的精神。

（4）具有简约性。教材中的多数游戏都比较简单，只要稍定几条规则后即可进行活动。由于“简约”，学生必须从简单中寻找成功的方法和途径，这就有利于启发学生积极思考、独立分析、果断决策。在这个过程中，学生自信、自主、自强的意识和行为，便会得到强化。

3．游戏与游戏教学的内容（1）跑的游戏

① “奔向2024”游戏；② “智取”游戏（2）跳跃游戏

① “撑骆驼跳背”游戏；② “圆圈快快跳起来”游戏（3）投掷游戏

① “投球过圈”游戏；② “轰炸‘碉堡’”游戏（4）球类游戏

① “迎面双传球”游戏；② 简易“保龄球”游戏（5）对抗游戏

① “拔河”游戏；②“看谁先拿到”游戏（6）攀爬游戏

① “爬上顶峰”游戏；② “横渡铁索”游戏 4．游戏与游戏教学的教与学法

（1）要重视教育性。学生在游戏中最容易流露出各种行为和情绪，教师要结合游戏教学有针对性地对学生进行思想教育。例如，热爱党、热爱祖国、关注环境、关注生态、勇敢顽强、艰苦奋斗、团结协作、勇于拼搏等思想和品质的培养。要结合游戏的特点，使学生在愉快的环境里寓学于乐。例如，结合游戏规则启发学生遵守纪律，进而使他们逐步养成遵纪守法的意识和习惯。

（2）要具有变化性。变化性反映在两个方面：“老戏新做、变中求趣”。对过去形式很好，但内容有些过时的游戏进行改变，体现“老戏新做”。这样改变，使传统游戏焕发出新的活力。随着学生的认识、思维和活动能力的提高，教师可经常变化教材中的游戏，以增强学生对游戏的吸引力，体现“变中求趣”。例如，迎面接力跑变为“奔向2024”，快快跳起来变为“跳进幸福圈”等等。

（3）要体现可接受性。游戏教学方法必须为全体学生所接受。对动作难度较大，结构较复杂的综合性游戏，要根据学生身心的实际，先学单个动作，然后再学组合动作，最后进行发展性练习。对比较激烈，对抗性强、负荷量比较大的游戏，要善于调节，特别对体弱、病残的学生更要区别对待。

（4）要突出情境性。游戏教学中，根据教学目标、教材特点和学生的实际，教师要有效地创设教学情境，以使学生在喜闻乐见、轻松愉快的环境中得到发展。情境教学中，教师要注意情境设计的生动性、合理性和启发性，要考虑学生的年龄特征、兴趣爱好，不能简单地把低年级的内容照搬到高年级。

（5）要注意科学性。游戏教学中，教学要围绕教学目标精心设计、科学组织。保证让每个学生都积极参与、学有所得、练有所获。课前要安排好场地器材，并注意检查场地器材的安全性。游戏前要使学生的身心都做好充分的准备，游戏中要注意学习的有效性，不仅让学生知其然，而且能知其所以然。讲解与示范要有机结合，根据教学的需要，可以先讲解后示范，边讲解边示范，也可以先示范后讲解。练习时要合理分组，要确定好组长和引导人，组长和引导人可由教师指定，也可由学生推选。游戏时要充分发挥学生学习的主动性与积极性，经常进行群体性的研究、探索活动。发挥每个学生的主体作用，使他们的身心得到发展。

（6）要强调过程性。在游戏教学中要强调过程性评价。要改变以往只是在游戏结束后再进行评价的惯例。过程性评价中教师要特别重视对学生学习态度、创新意识和学习进步给予充分的肯定。

第七章 武术教学内容介绍

1．武术教学内容的教学目标

水平

（三）《教师用书》的武术教学内容是在水平

（二）学习基本功、基本动作和动作组合的基础上，重点学习武术基本功串联和套路动作。本章选编的武术教材，提出五条教学目标：

（1）学习武术基本功串联和套路动作，使学生继承民族体育文化，激发与增强民族自豪感和学习武术的主动性及兴趣性。

（2）通过武术学习，提高学生灵敏、协调、柔韧、速度和力量素质，促进学生身体、心理和社会适应的全面和谐发展，有效增进身体机能能力。

（3）提高学生参与意识，提高自学、自练与合作学习能力，体验合作交流的乐趣。（4）树立安全意识，形成遵守纪律、克服困难、刻苦习武的良好品格和高尚武德。（5）培养学生勇于自我表现、充满自信的良好心理素质，促进身体、心理和社会适应的和谐发展。

2．武术教学内容的特点

（1）

五、六年级武术教学内容动作简单、形式多样，套路动作的选编具有基础性和代表性。例如，基本步型中的并步、开立步、弓步、马步等，都是武术中的基本步型。（2）教材内容体现民族体育的深刻文化内涵，武术术语的使用具有明确、简练、通俗、易懂的特点。武术术语是武术教学内容之一，它既反映了武术动作的科学概念，也是武术知识和技术动作最凝练的语言，又体现武术运动深刻的民族文化内涵。（3）教学内容具有示例性特点，教材中提供了灵活、多样的教与学法主要通过“案例”加以体现，这就为教师的创造性教学，学生的自主学习、合作学习和探究学习，留有较大的选择空间。3．武术教学内容（1）基本步型

① 并步；② 开立步；③ 弓步；④ 马步。（2）基本功串联

① 外摆腿；② 里合腿；③ 弓步冲拳；④ 蹬腿冲拳；⑤ 仆步穿掌。（包括：并步双提膝穿掌、仆步穿掌、弓步前挑）（3）少年拳第一套

① 震脚架打；② 蹬踢架打；③ 垫步弹踢；④ 马步横打； ⑤ 弓步撩掌；⑥ 虚步架打；⑦ 跳步推掌；⑧ 撩掌收抱。4．武术的教与学法

（1）重视基本功练习。武术是中华民族的瑰宝，应很好的继承发扬。在五、六年级的武术教学中，要强化武术基本功的教学和武术意识的培养，使武术课真正做到“像武术”。

（2）培养武术兴趣。练基本功比较枯燥和单调，武术基本步型和基本手型练习时间长了，学生就会感到“没劲”。因此教师应采用活泼多样的教与学方法和手段，如教师要注重自己示范的质量，因为准确、漂亮的示范能让学生建立完整、美好的印象；练习时适当采用分解法，使复杂动作简单化，逐步增强学生学习武术的信心；针对小学生的特点，最好将武术融合在游戏之中，通过游戏引导学生喜欢武术，以提高学生对学习武术的兴趣。

（3）发展武术能力。武术基本功串联和套路动作有利于发展学生的武术能力。教学中教师要采用多种练习方法与手段，让学生在练习过程中提高和掌握串联与套路动作的能力，并通过自主学习和同伴间的合作学习来强化能力。在此基础上，倡导学生对教材进行自主创编、改编或重新组合，以进一步提高学生对武术教材的学习能力。（4）挖掘教育内涵。

五、六年级武术教材的教育内涵，首先体现在武德教育上，武德体现了学习者的行为规范和准则。教学中教师要加强武德教育和思想教育，使学生逐步加深对武术的理解，形成正确的武德观念和行为习惯。其次体现在美育教育上，通过武术教学陶冶学生美的情操，使学生体验武术的劲力美、神态美、造型美，激发学生的民族自尊心和自豪感。

第一章 “五～六年级体育教学概述”内容简介

1．教学目标

（1）运动参与领域。使学生具有主动、积极参与体育活动的意识和行为，表现出乐于学习和对体育活动的浓厚兴趣，并在活动中具有展示自我的愿望和热情，体验到体育活动的乐趣。

（2）知识技能领域。使学生获得一些体育与健康基础知识；初步学习一些运动的技术和技能；学习科学锻炼身体和自我锻炼、自我表现、自我保护、自我评价的方法；培养参与体育活动的良好习惯，树立安全意识，懂得自我保护。

（3）体能领域。使学生形成正确的动作姿势和良好的身体形态，通过多种形式的游戏发展身体灵敏、反应、协调、平衡、速度、耐力与力量等体能，促进身体全面发展，增强关注自己身体和健康的意识与行为。

（4）情意表现领域。使学生在学与练的过程中，体验参加不同项目运动时的愉快与紧张、兴奋与疲劳、成功与挫折等心理感受，学会通过体育活动调控自己的情绪，并在一定困难的条件下进行体育活动，逐渐形成良好的心理素质和意志品质。

（5）社会适应领域。培养活泼开朗、积极向上、友好相处、团结合作、竞争进取的精神，以及勇敢、顽强、坚忍不拔、尊重他人、遵守规则的意志品质，为学生以后的学习、生活和提高身心健康水平及社会适应能力奠定良好的基础。2．教学要求

（1）确保“健康第一”的指导思想落到实处。（2）重视培养学生的运动兴趣。（3）强调以学生发展为中心，确立学生的主体地位。（4）坚持面向全体学生，关注学生的个体差异。

（5）针对实际制订教学实施方案，全面达成学习目标。3．教与学法建议

（1）要改变只研究和强调教师的教法，而忽视学生学法的倾向，加强对学生学法的指导。在教学方案设计和实施过程中，要注重学法的研究与探索，不仅要研究教法与学法，而且要研究教法与学法的变化，不仅要研究学生的“学会”，而且要研究学生的“会学”。

（2）在教学中应采用儿童化、多样化，兴趣化的教法与手段，充分发挥游戏和游戏法的功能作用，激发学生的学习兴趣，培养学生终身体育锻炼的意识与行为。

（3）竞争与合作是体育活动的特点，体现出《课程标准》的课程价值。在教学中，教师应多采用多样化的教学组织形式，精心选取内容，合理设计教学过程，给学生营造良好的交往与合作氛围，变化教学的组织与形式，为发展学生的创造力、竞争力和交往合作能力提供机会。

（4）要改变以教师为中心的教学模式，给学生创造自主学习、合作学习、探究学习的环境和条件，为学生的发展留有时间和空间。在教学活动中，要体现区别对待、因材施教的教学思想，教师要成为学生学习的引导者、启蒙者和支持者。

（5）体育课是以身体练习为主要手段，增进学生身心健康、提高社会适应能力，并向学生进行素质教育的主渠道。教师要改变那种以教材为中心，以运动技术和技能为最终目的的旧观念，在体育教学中采取积极措施、多种手段，使所有学生得到充分的发展。使每个学生都“动”起来，在“动”中得到发展，在“动”中体验价值，在“动”中享受乐趣，在“动”中完善自我。

**体育教师说课的基本环节 体育课如何说课篇二**

体育教学“说课”之技巧及注意事项

一、什么是说课

1、说课的来源

“说课”对于大多数老师来说属于听得多，看得少，说得更少，现在我们学校里搞教研活动也要说课，评职称要说课，评教坛新秀要说课，评优秀教师要说课，学会说课已经成为新世纪我们每位教师必修课，因为它与我们教师职业息息相关。“说课”是怎么来的呢？“说课”这个名词的出现和作为一种单独的教研形式广为运用，始于1987年6月河南新乡市红旗区教研室，1991年7月，《中国教育报》首次介绍了他们的经验，引起教育界的关注，从而揭开了说课活动的序幕。

2、说课的概念

什么叫说课，说课就是指教师以讲解方式，向听的对象（如领导、同事、评委等）就某一个具体的教学内容，述说自己对这一教学内容的分析及教学设计和理论根据的过程。这里所指的教学内容，可以是教材，也可以是自己设计的内容，可以是一个课时，也可以是几个课时。关键是：第一，所说的课，必须是自己亲自上的或备的课，第二，说的内容中，必须有具体的教学过程及理论依据，两者缺一不可。通俗一点说，说课就是你要说清：教什么、怎样教、为什么这样教的问题。

3、说课与上课 说课与上课既有相同点，又有不同点。相同之处在于都是对同一教材进行处理，不同之处在于，第一目的不同，上课的目的在于把知识、技能转化为学生的知识技能，并进行思想教育，也就是使学生会学，说课的目的在于向听的对象说清对所教内容的教学思路，也就是便于听者明白，第二是内容不同，上课主要是教什么？怎么教？而说课不仅要说教什么？怎么教？而且还要说清为什么这样教。第三方法不同，上课是教师与学生双边活动，课中主要通过教师示范讲解，学生尝试练习等方式进行活动，而说课就仅靠教师的解说为主，第四对象不同，上课的对象是学生，而说课的对象是领导、同事、评委等。

二、说课的优点

说课，作为教学改革中涌现出来的新鲜事物，已经被越来越多的教育工作者所接受。不仅能使教师更好地掌握教学理论，进一步熟悉大纲和《新课程》，熟悉教材，提高教师处理教材，合理选择教法学法的实际教学能力，还能提高教师的口头表达能力和逻辑思维能力，进而提高学科教学质量说课针对于其它教研活动来讲，我觉得它有下列明显的优点：

1、组织灵活。说课不受场地，器械、时间、地点、人数的限制，可以在办公室，也可以在大礼堂，可以几个人，也可以是几千人，可以是半天，也可以是一天，相当灵活，可以减少多种因素的干扰。

2、注重理论。我们在平时的教学中往往只注意，我这样去做，而对“为什么这样做”的思考常常无暇顾及，在说课过程中，不但要教师说出“教什么”和“怎样做”更要说清“为什么这样做”？这个“为什么这样教”就是“说理”，要说请这个为什么？教师就必须综合运用教育学，心理学和教学法等教育理论去阐明。

3、短时高效。一般说一堂课的时间在20--30分钟，但所涉及的内容是十分丰富的，包括教师对教材的理解来源分析处理，又包括教师对教学方法的设计，教学过程设计，既要说明怎样教，又要说清为什么这样教，同时在这20--30分钟时间里，教师自身素质的高低也可以完全显现出来。

三、体育课说课的内容

什么是说课内容，说课内容是指说什么问题，它是说课的核心。内容的完整与内容处理合理显示着说课者的说课技能、知识水平和学科教学的专业素质，自然关系到说课的质量。说课内容主要可概括为以下几方面：说教材，说学生，说教法、学法，说教学过程（教学流程），说设计理念等。

1、说教材。

说教材就是说“教什么？”和对所要教的内容理解以及处理，具体包括：

①说教材内容及地位。即所说课是哪个年级的哪节课，主要内容有哪些，这些内容在教材中处于何种地位，有何作用？是复习课还是新授课？课的主要内容是第几次出现，其他内容在本课中的作用等。如：某位老师在说四年级《变速走》这堂课的时是这样说教材的：《变速走》是《体育与保健》四年级上册的一堂复习课，课的的主要内容是改变速度的走和打活动目标。改变速度的走在一二年级已经出现过，学生已经初步建立了正确走的观念，走路姿势较正确，但对于步幅、步频知识的介绍较少，本课通过自然走到变速走、快速走让学生发现走得快的条件主要有步幅和步频决定，并能知道这些知识点；打活动目标在低年级中已经出现过，本课的主要任务是发展投掷能力。

介绍教材内容，不仅是为了让听者了解说课者所授课的内容，也是为听者提供说课者随即要说的根据教材内容所采取的教法、学法及教材处理是否合理作出判断前提条件。

②说教材处理的指导思想和依据。课程标准是课堂教学的依据，也是说课中处理教材的依据。这一环节要说清课程标准中关于所说课和说课有关年级，在水平阶段方面的要求之外，还要说清在课堂教学中如何体现和落实新课程标准的要求。如在《变速走》这课的这一环节中我是这样说的：本课的设计首先考虑体现《新课标》的基本理念，坚持“健康第一”的指导思想，以学生为主体，确保每个学生受益。同时根据四年级学生喜欢模仿，乐于在情景活动中接受教育等特点，在课堂中创设积极情景，使学生想学、会学、爱学、善学。

③说教学目标。教学目标就是指通过教学过程，预期学生可能产生的发展和进步，是教师教学行为的出发点和归宿，也是评判教学效果的标准和手段，我们体育课的教学目标一般分认知目标、技能目标，情感目标，在具体的方法中我们要采用预期可观察，可测量的外显行为来描述，也就是采取“行为观的描述方法”，如刚才说《变速走》这课的技能目标我们把它确定为：通过练习，使95%以上的学生建立一种正确走的动作，能根据要求改变速度的走，并保持动作的正确，能用3种以上方法投掷，提高投准能力；

④说教学重点和难点。一堂课中根据教学目标必须着重讲解、练习的内容称之谓“教学重点”。教学难点是指学生不理解或学习有困难的地方。重点和难点有时是统一的，有时又有区别，应根据具体情况来定。说课不仅要说清教学的重点难点，还要说明确定重点，难点的依据及解决重点，突破难点的措施。

⑤说教具学具安排。就是要说清这节课中你所需要的准备的教具和学生练习用的学具以及这样安排的原因。如《变速走》一课中，需要准备的教具是一只小鼓，用来敲打节奏，使学生能跟着节奏走。两只篮球用来作活动目标。学具是每人准备好一根绳子，作为自制垒球的器械。

2、说学情。

就是针对你所上课的水平段学生的心理生理情况和对本教材的理解程度以及现有基础等进行分析说明。一般可以说说这段孩子的思维能力、模仿能力以及动作协调能力等。

3、说教法、学法

教法就是指教学方法，也就是教师怎样教的问题，学法就是学生如何学形成知识技能的方法。说教法，就是根据本节课的内容特点和教学目标要求，说出适用的教学方法和手段，我们都知道“教学有法、教无定法”，为了达到教学方法的优化。常常在现代教学理论的指导下，选择一种或几种教学方法综合使用，达到优化课堂教学过程的目的。教学方法的选择还要注重和学生特点，教师特长相融合，一般新授课常常采用讲解示范--尝试练习--拓展延伸的方法，在复习课中则采取练习纠错，小组合作学习多方法。说学法，即说明在教学过程中针对所授课内容的难易程度结合学生的实际情况告诉学生掌握知识、技能的方法或技巧，也就是学法指导，一般新授课采取模仿、尝试法，练习课采取练习、竞赛法。说教法学法体育课中，一般采取是先概括说教法、学法，然后在教学过程中穿插说具体的教法和学法。

4、说教学过程（教学流程）

教学过程指的是教师为了实现教学的某一具体的任务，借助一定教学内容和相应的手段，帮助学生掌握知识，形成技能，促使学生身心健康发展的师生共同活动过程。说教学过程是说课中的中心内容，能否说清教学过程是能否说好课的关键。说教学过程，就是要说清自己的教学思维、课堂结构环节，练习的设计、队列队形、时间安排、器材安排等环节。

一般来说，一节体育课的教学环节包括导入，辅助练习，基本练习、巩固活动，课堂小结等。在说教学过程中，就要求我们把这些环节说清楚，如我是怎样导入新课的，大概用时多少？队列是怎样的，为什么要这样做？这样做有何理论依据，在每一教学环节都要说清做什么，怎样做，为什么这样做，并有一定的理论支撑。整个过程要说的详细、具体，但也不是说必须面面俱到，因为毕竟不是课堂实录，我们在说的时候，可以采取主要教学环节，重难点突破详细说，如基本联系，巩固活动等环节就必须说得详细些，其他环节如课堂小结等环节，则可以适当简而言之，但要避免“蜻蜒点水，面面俱到”式的说课。

四、说课的基本要求

要说好课，首先要精心设计，不要信口开河。因为，说课是说给同行、领导听的，是说如何上课，不是简单介绍上课的内容，更不是上课给听说课的老师领导听。在精心设计的基础上，当然也要注意说课的一些技巧，就像演讲时的演讲持巧一样，对整个演讲过程起着举足轻重的作用，说课时，我觉得以下方面是要着重注意的。

1、语言简练，朴实无华。说课关键是说清教什么，怎么教。为什么这么教的问题，在说课中不必用华丽的词汇来点缀。只求说清楚、说明白就可以。同时，说课的时间不宜过长，一般在20分钟以内。

2、层次分明，重点突出。在说课中要突出重点，抓住关键说，防止无重次的泛泛讲解，尤其是对本节课的技能教学，我们要将主要的时间放在说重点、难点的突破上和教法设计上。

3、理论与实践联系。因为说课与授课不同，它不仅要讲\"教什么？怎么教？还要说清为什么这样教？所以，我们做每一次都工作都必须在一定的理论支撑，便理论与实践有机结合。

4、适当运用媒体。如果条件允许的话，我们可以利用教学多媒体进行说课，效果会更好，但要合理运用。

说好课是上好课的重要条件，但课说得好，并不是课一定上得好，这中间当然还有一个过程，但是我相信，只要这样去说课，这样去上课，日久天长，就可以把对课堂教学的认识，从感性阶段上升到理性分阶段。因为感觉了的东西并不能真正地认识它，只有理解了东西才能真正地认识它。只要我们这样去说课，这样去上课，日积月累，就可以提高教学要求水平，熟练教学技巧，娴熟地驾驭课堂，达到预期的教学目标，因为教学不仅是一门科学，而且更是一门艺术。

**体育教师说课的基本环节 体育课如何说课篇三**

体育课说课稿

一、说课的内容

省编教材高中二年级篮球中的反弹传接球(主教材)与耐久跑(辅教材)。

二、指导思想

本课以山东省高级中学试用课本为依据，结合我校上课的实际情况，来安排教学内容。在教案的设计上本着求实、拓宽、创新、教改的思路展开。注意培养学生的勇敢、顽强、相互帮助、团结协作的的优良品质，从而更好地发展学生的个性。

三、教材分析

篮球反弹传接球技术是篮球运动中运用较为广泛的一种传接球技术，重点是手控制球的能力，时间、空间的判断能力。难点是传接球的准确性、成功率。耐久跑重点是耐久跑的呼吸节奏和方法，通过不同形式的跑，掌握正确的呼吸方法，发展学生的有氧耐力，提高学生的耐力素质。

四、学情分析

1、高中学生身心发展渐趋成熟，已经具备了独立思考、判断、概括等能力，在身体锻炼中也具备了较高的基本运动能力。篮球是他们所喜爱的一项运动，有一定基础，但对单个技术的学习并不满足，而对学习对抗性练习特别感兴趣。

2、通过多年的学习，学生已认识到耐久跑是锻炼身体的重要手段之一，但对枯燥乏味、周期性强的耐久跑却心存畏惧，在跑的过程中极易出现呼吸与跑的节奏不相一致的状态，从而影响耐久跑的成绩。

本节课的教学就是让学生把动体与动脑很好地结合起来，给学生提供再认识所学知识、创造性应用所学动作的机会，从而增强教学效果。

五、教学目标

1、认知目标：学习与了解反弹传接球的技术原理及其在篮球运动中的作用、耐久跑中的一些基本知识。

2、技能目标：通过本次课的学习，使80%以上的学生能掌握反弹传接球中反弹点的位置;90%以上的学生掌握正确的耐久跑呼吸方法。

3、情感目标：激发学生学习的积极性、主动性和创造性，增强学生团结协作和安全保健的意识，培养学生奋发向上的品质。

六、教法设想

1、反弹传接球采用比较、尝试教学法，使学生在与双手胸前传接球比较、尝试过程中得出反弹传接球的要点，再结合以往所学技术，进行练习，由浅入深，由易到难，逐步提高。培养学生的想象力和创造力。

2、耐久跑采用绕障碍物跑(树)的方法，使内容丰富，增加趣味性。

3、采用练习法，使学生在多次练习中掌握技术;用演示法，使学生的创造成果得到表现和肯定(让部分完成动作较好的同学做演示，教师点评后学生再练习)。

七、学法指导

本课采用“观察---比较---讨论----练习----评价---巩固”的学练流程，同时渗透德育和保健内容，让学生充分领会主动学习和创造性学习的方法。在体验、想象、演示、分析比较和多向交流中形成正确的动作表象，掌握一定的技术技能。

八、教学流程

一、准备部分：10分钟

1、热身→小游戏：反弹传球打猎(时间：7分钟)

教：提出要求、组织指导。

具体做法：全班男女同学各分成两组，一组围成一个圆圈，一组在中间。个面这一组同学利用反弹传接球，尽量使球打到里面这一组学生的身体上。里面这一组同学利用闪转腾挪，想办法躲开球。凡被球打到的同学即被猎杀出局。直到全部被杀出局，然后两组交换。

这个练习既让学生达到了活动身体的目的，尽快进入课堂角色，又提高了学生的课堂情绪，同时让学生在正式接触反弹传接球之前对其有一个初步的认知。

2、徒手操练习：使学生的身体各关节得到充分的活动。(时间：3分钟)

二、基本部分：30分钟

(一)主教材--反弹传接球。(时间：15分钟)

示范采用实例演示。(找两个有一定篮球基础的同学配合示范)提问：以前老师讲过，在身前有防守人的时候，传球可以分哪几种?回答：上三路和下三路。师：完全正确。以前我们学过上三路的传球，今天我们要学习的反弹传接球，就是下三路的传球。道理和上三路的传球一样，以撕破对方的防守完成进攻为最终目的。那么怎么样才能让你的进攻不被对手打断和破坏呢?这就需要你去选择适当的传球时机、选择适当的传球路线、选择适当的传球方法。反弹传接球就是一种行之有效的，杀伤力极强的一种方法。

一、反弹点的选择(两脚外侧);

二、反弹路线的选择(要错开一定的角度);

三、分散对方的注意力。

学：听、看、论、练、演(做得比较好的学生进行下面示范，老师指导纠正)、再练习。

练习：三人一组，进行练习。

(二)辅教材--耐久跑(时间：15分钟)

教：传授知识、线路指令、讲评练习。

讲解正确的呼吸方法和其它注意事项：

口鼻同时呼吸，吸气时用舌尖抵住上腭，使进入呼吸道的较冷空气得到升温和润化。采用三步一吸三步一呼或两步一吸两步一呼的呼吸节奏。另外身体重心起伏不要过大。跑动路线：绕篮球场地，穿越树木和体育器械跑动。男生：300米×5圈。女生：300米×4圈。

学：障碍跑练习、反馈评价。

整理---→ 放松---→小结---→ 回收器材。(时间：5分钟)

1、走跳练习：四步跳;目的是放松学生的肢体。

2、意念放松。诱导语：闭上双眼，想像--阳光明媚，微风拂面，你坐在草地上，闻着花草的芳香，听着轻松的音乐，舒适极了，身心放松，放松，再放松……。这个练习目的是让学生的心理得到充分放松。

九、学生身心状态预计

整堂课练习密度约为：28--32%，练习强度中上，耐久跑时强度达最高峰。

十、场地器材设计

篮球场两块以及田径场周边自然地形，篮球20个。

**体育教师说课的基本环节 体育课如何说课篇四**

《忆江南》说课

【教材分析】

《忆江南》是长春版小学语文教材中的第一篇词的教学，是唐代诗人白居易所写的《忆江南》中的第一首。这个词牌原名《望江南》，其后又有《谢秋娘》、《梦江南》、《望江梅》等许多异名。白居易则即事名篇，题为《忆江南》。这首词诗人选取了“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝”两个典型景色，借助比喻，渲染了江南春天的绚丽景色，最后用一个反问句“能不忆江南？”真切有力的表达了对江南的思念、眷恋、喜爱和赞美之情。在诵读时，教师要与学生共同分享经典诗词的词句美、韵律美、意境美。使学生产生热爱春天美景的情感。【设计思路】

古诗词是我国文学艺术中的瑰宝，是民族文化的重要载体。古诗词教学应让学生在语言的感悟和情感的熏陶中提高欣赏品味和审美情趣，引领学生走进这民族独特的文化，从而热爱古诗词。为体现新课程标准以“以读为本”的理念，本节课让读始终贯穿着整个教学过程。在读中感受古诗词语言文字的优美精湛和丰富的人文内涵；在读中引领学生入情入境；在读中有所感悟和思考；在读中受到情感熏陶获得思想启迪。

1．示范读激趣

通过范读，引领学生懂得怎样读书，教会学生读书的方法，在潜移默化中训练学生“听”的能力，起到“润物细无声”的效果，激发学生读书的欲望。如在开头以优美的音乐和教师声情并茂的朗读，将使学生在心中荡漾起一种淡淡的愉悦之情，把学生带入一种对江南美景的向往之中，进而有一种渴望要了解这首词的心情，达成“未成曲调先有情”。

2．品味读悟情

古诗词的语言精练，文字精美，短短的几十个字蕴含着丰富的思想、情感内涵。因此古诗词教学要注重品词品句，在品词品句中感悟语言、熏陶感情。语言的感悟就是要培养语感，感悟到语言的精妙之处，语言的表达效果，语言的感情色彩。语言的感悟是“读”出来的，情感的熏陶也是“读”出来的。在本节课中，老师着重通过品味语言、想象情境、体会人物心情来引导学生读出味道，读出情感。在读中悟情、在读中生情、在读中赏文，每读一次都是一次不同的情感体验。

3．想象读入境

诗重感情，诗重想象，没有感情就没有艺术，没有想象就没有审美。古诗词教学要让学生在读中展现画面，在读中想象意境。如、围绕“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝”配乐朗读引导学生展开想象。你仿佛看到了什么？眼前出现了什么样的画面？听着配衬得体的歌声、音乐，读着这优美的诗句学生的情感就悠然而生。再通过展开想象，把仿佛看到的、听到的情境、感受，用自己的诵读传达出来，从而化语言文字的符号为鲜活的画面，鲜活的意境。

我准备充分调动学生的自主探究意识，采用“自主阅读-----相互交流------领悟赏析”的教学模式，让学生在整体感知作品内容的基础上来感悟作品的魅力所在，从而培养学生的想像能力、形象思维能力和欣赏美、鉴赏美的能力。

**体育教师说课的基本环节 体育课如何说课篇五**

教师教学说课小技巧

（1）要在说课前准备好各种课型的框架。这里的框架包含目标框架、理论框架。比如计算课，就要将“理解算理、掌握算法”、“培养估算意识、通过算法多样化发散学生思维”“让学生经历探究的过程，培养探究能力”“培养初步的抽象概括能力”等等。

（2）要合理安排好20分钟。目标一般2~3分钟要确定下来，重点去考虑教学设计的框架，以纲要的形式写下来，特别要记下学生的几种情况和你的对策。不要一字一句去写。

（3）如果遇到不熟悉的教材怎么办？这时你首先要吃准教材，目标不要定错。可以将提供给你的材料（题目）很快的做一遍，你就会心中有一定的底了，然后回想同种课型的课你通常是怎样处理的，可进行套用，当然这是无奈之举。

（4）因为这里的说课是课前的预案，不是课后的反思性说课，想象的空间较大，所以你可以将课堂设计的精美一些。

附：《一位数除多位数商末尾有0的除法》说课稿 《小学数学教学论坛框架》纲要●论坛结构

1、概念界定

阐述概念的内涵与外延，国内外有关该研究的学术动态

2、提出论点

提出自己鲜明的观点和看法，立场要坚定，不要模糊不定。

3、论证依据由教师资格证网—收集整理

阐述自己的观点是正确的，可以是理论依据，也要进行举实例进行论证。

4、操作策略

围绕自己的观点提出在实际操作中可行的策略与教学建议。

●“说课”说什么？

1、教材分析

（1）该节课的教学内容是什么，属于何种课型，包含了哪些知识点，教材在编写上有什么意图和特点，特别要注意挖掘教材中隐含的渗透的数学思想；

（2）该教学内容在教材、单元乃至整个小学数学学习阶段中所处的位置，所起的作用以及前后知识之间的联系。

2、目标定位

（1）教学目标

现在已打破原有的知识技能、思想教育分块目标陈述的方式，新课标倡导我们将知识、技能、情感三大领域目标予以整合，有机结合来定位；

（2）教学重点；

（3）教学难点；

（4）教学准备（如教具、学具的准备等都可简要予以阐述）

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找