**小学体育六年级学期单元计划**

一、**跑（6课时**）

|  |  |
| --- | --- |
| 学习目标 | 发展灵敏、协调、速度和一般耐力，并能在规定的距离内达到一定的速度和耐力水平。乐于参加各项活动。体验个人和集体活动的区别，培养奋勇争先、超越自我、战胜困难的心理品质和发展互助合作、关心集体的社会适应能力。 |
| 课的顺次 | 学习内容 |
| 1 | 各种快速起动的跑 |
| 2 | 二人手拉手追拍 |
| 3 | 往返接力跑 |
| 4 | 折返触物跑（20-30米） |
| 5 | 负重跑（10-15米） |
| 6 | 听信号追拍 |
| 7 | 叫号接力 |
| 8 | 连续跨过几个障碍物跑 |
| 9 | 50米考核 |
| 10 | 定时3－4分钟跑 |
| 11 | 圆圈接力跑 |
| 12 | 简单的定向游戏 |

**二、             队列游戏（1.5课时，带**※占课时，**其余不占课时）**

|  |  |
| --- | --- |
| 学习目标 | 掌握上课和集合的队列、队形的方法和能力，并基本做到转法正确，节奏准确，集体动作协调一致，逐渐形成服从集体、听从指挥，遵守纪律的良好作风。 |
| 课的顺次 | 学习内容(作“※”号的计课时) |
| 1 | 两臂间隔的疏散与密集 |
| 2 | 原地由一(二)列横队变成二(四)列横队及还原 |
| ※3 | **向右（左）—走** |
| 4 | 用跑步法疏散和密集队形 |
| ※5 | 错肩行进：右（左）边错肩走（口令：从右（左）侧错肩――走） |
| ※6 | **向右（左）—走（节奏）** |
| 7 | 跑步立定（口令、节奏） |

三、**跳跃（7课时**）

|  |  |
| --- | --- |
| 学习目标 | 熟练掌握用单双脚跳跃的正确方法，基本学会跳高、跳远的技术动作，提高灵敏、速度、力量和协调素质,培养勇敢、顽强和勇于克服困难的意志品质。 |
| 课的顺次 | 学习内容 |
| 1 | 左右垫步跨跳橡皮筋 |
| 2 | 比比谁跳得远 |
| 3 | 跳高（连续直线跨跳） |
| 4 | 助跑起跳，直线摆动坐上跳箱 |
| 5 | 跳远（跳过一定高度的横绳） |
| 6 | 青蛙跳荷叶 |
| 7 | 跳高擂台赛 |
| 8 | 跳绳比快 |
| 9 | 快快跳起来（双人拉手） |
| 10 | 连续跨越障碍 |
| 11 | 单手摸高物比赛 |
| 12 | 单、双人跳绳 |
| 13 | 跳过障碍物(一定高度、远度) |
| 14 | 纵队跳绳 |

四、**武术（3课时**）

|  |  |
| --- | --- |
| 学习目标 | 初步学习武术基本功、基本动作和简单的动作组合，了解学习武术得意义及健身、健心的功能，发展身体的柔韧、灵敏、协调和平衡等素质，提高自学、自练和自评的能力，体验学习武术的乐趣。 |
| 课的顺次 | 学习内容 |
| 1 | 基本动作复习一（冲拳、推掌、弹踢、蹬腿、摆掌）（要求动作规范，到位） |
| 2 | 基本动作复习二（撩掌、弓步、马步、仆步）（要求动作规范，到位） |
| 3 | 外摆腿、里合腿 |
| 4 | 弓步冲拳、蹬腿冲拳 |
| 5 | 游戏：看谁做的对 |
| 6 | 展示基本功串联动作 |

五、**投掷（5课时**）

|  |  |
| --- | --- |
| 学习目标 | 积极地参与投掷练习和游戏，初步学会跑几步肩上投掷的方法，能将投掷物投中一定的目标，掷向一定的远度。发展上肢力量及身体协调、灵敏素质, 树立安全意识，养成守纪律，听指挥和活泼有序活动的良好品质与习惯。 |
| 课的顺次 | 学习内容 |
| 1 | 对墙掷球反弹比远 |
| 2 | 正向滚实心球比远 |
| 3 | 原地或自然上步投掷轻物 |
| 4 | 两人面对面互投，互接沙包 |
| 5 | 原地或自然跑几步肩上投掷 |
| 6 | 双手从头上向前抛实心球 |
| 7 | 原地双手或自然步跑几步向前推实心球 |
| 8 | 持垒球掷过排球网 |
| 9 | 对地投掷反弹比高 |
| 10 | 掷垒球考核 |

六、**韵律操和舞蹈（6.5课时**）

|  |  |
| --- | --- |
| 学习目标 | 通过学习和实践，对韵律活动和舞蹈有初步的了解并积极参与练习和主动地学习，敢于在同伴面前充分地表现。在做操和舞蹈的表现中，动作协调，姿态优美、自然，通过自我表现和互相观察，矫正姿态，为身体的正常生长发育和以后的学习与提高打下良好的基础。能够与同伴互帮互学，积极合作，相互激励，共同提高，发扬集体主义的精神。 |
| 课的顺次 | 学习内容 |
| 1 | 复习小学生广播操1--7节（初升的太阳） |
| 2 | 韵律活动：身体动作组合练习和游戏动作组合（复习） |
| 3 | 韵律活动：跳跃组合 |
| 4 | 韵律姿态操（1—4节） |
| 5 | 韵律姿态操（5—8节） |
| 6 | 韵律姿态操（完整） |
| 7 | 校园集体舞：找朋友（方形队伍）复习 |
| 8 | 蒙古族舞动作组合：走马步、原地交替滚动步 |
| 9 | 蒙古族舞动作组合：耸肩、笑肩 |
| 10 | 韵律姿态操（完整）（展示） |
| 11 | 藏族舞蹈动作组合复习（动律练习、退踏步、二三步、嘀嗒步、组合动作） |
| 12 | 蒙古族舞动作组合练习 |
| 13 | 校园集体舞：找朋友（圆形形队伍）复习 |

七、**技巧与器械（11课时**）

|  |  |
| --- | --- |
| 学习目标 | 能做出单干动作和简单的组合动作，发展柔韧、协调等身体素质,提高控制身体的平衡能力和时空感,积极展示自我，体验在运动时的不同的心理感受和集体学习的乐趣，树立自尊与自信，克服胆怯、畏难等心理障碍。 |
| 课的顺次 | 学习内容 |
| 1 | 技巧：握踝前后滚动 |
| 2 | 双手握踝前滚翻 |
| 3 | 仰卧悬垂屈伸 |
| 4 | 屈臂蹲悬垂摆动 |
| 5 | 肩肘倒立：双人配合一 |
| 6 | 肩肘倒立：双人配合二 |
| 7 | 双脚夹球前滚翻 |
| 8 | 有人扶持手倒立（单人） |
| 9 | 双手握踝后滚翻 |
| 10 | 前滚翻转体180度起立 |
| 11 | 低单杠支撑和移动 |
| 12 | 前滚翻转体180度起立接后滚翻起立 |
| 13 | 原地起跳、空中分腿练习 |
| 14 | 分腿立撑练习 |
| 15 | 爬斜梯 |
| 16 | 分腿立撑、推手挺身起跳 |
| 17 | 抱球前后滚动 |
| 18 | 攀爬跳箱 |
| 19 | 双手抱球前滚翻 |
| 20 | 前滚翻转体180度起立接后滚翻起立（考核） |
| 21 | 抱头肢体左右滚动 |
| 22 | 双腿夹物后滚翻 |

八、**小球类游戏（13课时**）

|  |  |
| --- | --- |
| 学习目标 | 能积极地参与小球类活动，初步掌握所学球类项目的技能，知道球类运动的常用术语，会做简单组合动作。发展肌肉、韧带弹性、力量；提高速度、灵敏、反应、协调等身体素质，培养准确的时空感觉；形成克服困难的坚强意志品质。提高社会交往能力，知道集体体育活动中如何与他人合作，为将来适应社会打下基础。 |
| 课的顺次 | 学习内容 |
| 1 | 羽毛球：原地正、反拍颠球 |
| 2 | 羽毛球：移动正、反拍颠球 |
| 3 | 篮球：抛接球游戏 |
| 4 | 篮球：原地运球比快（复习） |
| 5 | 羽毛球：正反拍低手对墙击球 |
| 6 | 羽毛球：高手击悬挂的球 |
| 7 | 羽毛球：颠球接力 |
| 8 | 足球：拖球、拨球、颠球 |
| 9 | 足球：脚背正面颠球比多 |
| 10 | 羽毛球：正拍低手击自抛球入筐 |
| 11 | 羽毛球：高手击抛（发）来的空中球 |
| 12 | 篮球：曲线运球接力 |
| 13 | 篮球：传接球接力 |
| 14 | 足球：脚背内侧踢球（2人一组，1人踩球） |
| 15 | 足球：踢球比远（脚背内侧） |
| 16 | 篮球：运球接力(绕过竿等障碍) |
| 17 | 篮球：3人一组站成三角形互相传接球 |
| 18 | 篮球：投悬挂的篮圈 |
| 19 | 篮球：8字运球 |
| 20 | 乒乓球：原地颠球 |
| 21 | 乒乓球：正反对墙挡球 |
| 22 | 篮球：原地双手胸前投篮 |
| 23 | 羽毛球：1人抛球、1人用正反拍低手击球 |
| 24 | 羽毛球：2人一组，正反拍低手对击球 |
| 25 | 篮球：运球捅球 |
| 26 | 队长球（移动） |

**基本常识0.5课时 期始教育0.5课时**

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | | 第一周 第一节 | | | | | | | | | **重难点** | 认真听讲 | | | | | | | |
| **内容** | | (室内课) 1：引导课，体育常识，游戏是儿童的良师益友。6——（1） | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | | 1、通过本次课的学习，使学生了解锻炼身体的好处，认真上好体育课。  2、培养学生身体的正确姿势和基本活动的能力。  3、培养学生各种优良品质，发展学生的想象力、创造力等能力。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **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：  四、点名； | | 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、游戏是儿童的良师益友。  1、  做游戏可以全面锻炼身体。  2、  做游戏可以使大脑灵活。  3、  做游戏可以培养优良品德。  4、  做游戏可以使心情愉快。 | | 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 | |
| **顺序** | | **教学内容** | | **场 地** | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | | 5、  做游戏可以调解脑力疲劳。  重点：对游戏好处的理解和认识。二、游戏：  （抓手指）  规则：  1、手放平。  2、食指尖必须顶着手掌心。  3、听到教师口令后才能抓手指。 | | 教 室 | | 1、教师讲解游戏的方法和规则。  2、教师做示范。  3、学生练习和游戏。 | | | 1、学生认真听讲游戏方法和规则。  2、学生练习。  3、学生进行游戏。 | | | | 3/4 | | 6 | | 小 | |
| **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 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | |  | | | | **教**  **学**  **回**  **顾** | | **学生上课认真听讲，遵守纪律，能很好的理解教师上课的教学内容。** | | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第一周 第二节 | | | | **重难点** | 双手贴在大腿旁 | | | |
| **内容** | 1. 队列队形；4——（1）   2、游戏：穿过小树林；39——（1） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，使学生进一步掌握队列队形的方法与技巧。  2、培养学生遵守课堂纪律，听从指挥的习惯，明确个人和集体的关系。  3、培养学生变向跑的能力和克服困难的精神。 | | | | | | | | |
| **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、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、教师带领学生一起做游戏。  4、教师讲解徒手操的动作和要求。  5、师生一同练习。 | 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。 | | | 1  1  2  1 | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、队列队形：  1、集中注意力联系；  （有效与无效）  2、快快集合；  3、稍息、立正、向右看齐；  5、变换队形； | 同上 | 1、 教师讲动作方法和要领。  2、 教师做正确的示范。  3、 教师个别指导。  4、 找好学生做表演。 | 1、学生认真听动作方法和要领。  2、学生练习。  3、分组练习。  4、动作一致，精神饱满。 | | | 3－4 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 重点：动作自然，协凋准确。  难点：重心前后稳定，节奏一致。  二、游戏：  穿过小树林；  规则：  1、 必须站在起跑线后，拍手后才能起跑。  2、  不得碰到下树，如碰到扶起后才能其跑。 |  | 1、教师讲解游戏方法和规则。  2、教师做正确示范。  3、教师做正确评定胜负。 | | 1、学生认真听游戏方法和规则。  2、学生练习和比赛。  3、分组比赛。 | 2－3 | 10 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **八个小木柱；**  **四个标志物；** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **学生上课积极，兴趣高涨，课堂气氛活跃。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第一周 第三节 | | | | | | **重难点** | 动作准确大方 | | | | | | | |
| **内容** | 1. 基本体操：广播体操（1－4）节；18——（1） 2. 游戏：守卫红旗；39——（2） | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，进一步的巩固广播操的练习，对养成正确的身体姿势，促进身体的各器官的正常发育。  2、培养学生集体主义精神，发展学生动作迅速能力和奔跑能力。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **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、队列练习；  2、小型徒手操；  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 | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、第八套广播体操（1－4）节；  第一节，踏步运动；  第二节，上肢运动；  第三节、扩胸运动；  第四节，体侧运动； | 同上 | 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  2、学生练习。  3、分组练习。  4、动作一致，精神饱满。 | | | | 3－4 | | 18 | | 中 | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | | **教师活动** | | **学生活动** | | | **数** | | **时** | | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 重点：各节的动作要领及要求。  难点：动作的准确性和优美大方。  三、游戏；  守卫红旗  规则：  1、  没有被教导的人不得随意进入圈内。  2、  叫号时要清楚、响亮，松手时红旗必须竖直。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | | 1、教师讲解游戏的方法和规则。  2、教师做正确的示范。  3、教师正确评定胜负。 | | 1、学生认真听游戏的方法和规则。  2、学生练习。  3、分组比赛。 | | | 2－3 | | 10 | | 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 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **小红旗六面** | | | **教**  **学**  **回**  **顾** | 学生上课认真，相互合作，团结友爱积极进取。因此课堂效果不错。 | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第二周 第一节 | | | | **重难点** | 动作规范优美 | | | |
| **内容** | 1. 基本体操：广播体操（5－7）节；18——（2） 2. 游戏：报数比赛39——（3） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，进一步的巩固广播操的练习，动作要领的掌握。  2、培养学生身体的正确姿势和动作的协调性能力。  3、培养学生遵守课堂纪律，听从指挥的好作风和迅速排队的能力。 | | | | | | | | |
| **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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、第八套广播体操（5－8）节：  第五节，全身运动；  第六节，跳跃运动；  第七节，整理运动， | 同上 | 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  2、  学生练习。  3、  分组练习。  4、  动作一致，精神饱满。 | | | 3－4 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 重点：各节的动作要领及要求。  难点：动作的准确性和优美大方。    一、        游戏：  报数比赛  规则：  1、  必须按教师的要求顺序报数。中间不得有间隔。  2、  报错数时必须改正报数才可以接着下面报数。 | 同上 | 1、  教师讲解游戏的方法和规则。  2、  教师做正确的示范。  3、  教师正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听游戏的方法和规则。  2、  学生练习。  3、  分组比赛。 | 2－3 | 10 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **录音机一台** | | **预**  **计** | **上课积极，能很好的理解教师的意图小组交流活跃，课堂效果很好。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第二周 第二节 | | | | **重难点** | 动作幅度大 | | | |
| **内容** | 1. 基本体操：广播体操（1－7）节；18——（3） 2. 游戏：春种秋收39——（4） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，进一步的巩固广播操的练习，动作要领的掌握。  2、培养学生身体的正确姿势和动作的协调性和节奏感。  3、发展学生快速奔跑的能力，培养学生认真负责的精神和集体的意识。 | | | | | | | | |
| **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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、第八套广播体操（1－7）节：  （全套练习）  重点：各节的动作要领及要求。 | 同上 | 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 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 难点：动作的准确性和优美大方。  二、游戏  （春种秋收）  规则：  1、必须按教师的要求去做，击掌后第二个人才能起跑。  2、交换物必须放在圈内，如，滚出圈外要拾回来放好在继续跑。 | 同上 | 1、  教师讲解游戏的方法和规则。  2、 教师做正确的示范。  3、 教师正确评定胜负。 | | 1、 学生认真听游戏的方法和规则。  2、 学生练习。  3、 分组比赛。 | 2－3 | 10 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 小沙包—20个  四个标志物 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **相互学习 相互讨论，学生学习和活动的热情高涨。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第二周 第三节 | | | | **重难点** | 遵守游戏规则 | | | |
| **内容** | 游戏课；1、穿称门；39——（5）  2、加球接力；39——（6） | | | | | | | | |
| **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：  4、队列练习；  5、小型徒手操；  6、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 |
| **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 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 3、城门不准随便移动，否则判本队失败。  二、游戏：  （加球接力）  规则：  1、球掉到地上不允许用脚踢，否则判失败。  2、交接球时接球人不得踩起跑线，否则判失败。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | 1、  教师讲解游戏的方法和规则。  2、  教师做正确的示范。  3、  教师正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听游戏的方法和规则。  2、  学生练习。  3、  分组比赛。 | 2－3 | 10 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 四个小皮球  四个标志物 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **学生活动积极，兴趣盎然，能很好的完成教师布置的任务。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第三周 第一节 | | | | **重难点** | 身体成圆性 | | | |
| **内容** | 1. 技巧： 前滚翻起立，4——（1）   2、游戏：障碍赛跑 ；39——（7） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、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。  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， | | | | | | | | |
| **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 |
| **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 |  | 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。 | | | 4X8 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  （障碍赛跑）  规则：  1、  游戏者应在比赛中完成所规定的动作。  2、  由小裁判评定动作正确与否。  3、  每个队员的比赛次数相等。 |  | 4、找学生表演。  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。 | | 4神饱满动作轻松整齐一致    1、学生认真听讲游戏规则。  2、学生练习比赛。  3、分组比赛。 | 2/3 | 9 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **小球四只，栏架五幅，垫子四块** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **学生练习滚翻积极性很高，动作规范，课堂气氛活跃。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第三周 第二节 | | | | **重难点** | 低头含胸 | | | |
| **内容** | 1. 技巧： 不同开始姿势的前滚翻 ；4——（2） 2. 复习：前滚翻起立，接球 | | | | | | | | |
| **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、巩固前滚翻接球的技术，培养学生勇敢机智和创新的精神。 | | | | | | | | |
| **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：  变换队形  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、技巧：  不同开始姿势的前滚翻；  重点：蹬地、低头、团身。  难点： 动作连贯，协调。 |  | 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。 | | | 4X8 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、复习：前滚翻起立，接球  重点：蹬地、低头、团身。  难点： 动作连贯，协调。 |  | 4、找学生表演。  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。 | | 4神饱满动作轻松整齐一致  1、学生认真听讲游戏规则。  2、学生练习比赛。  3、分组比赛。 | 2/3 | 9 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **垫子6块** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **学生热情高涨，练习积极，互帮互助活动气氛很浓。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第三周 第三节 | | | | **重难点** | 动作正确 | | | |
| **内容** | 1、徒手操；18——（4）  2、游戏：改换目标39——（8） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，发展人体各个部位的能力。  2、培养学生良好的身体姿势和集体精神风貌具有很好的作用。  3、发展学生快速奔跑的能力，培养学生认真负责的精神和集体的意识。 | | | | | | | | |
| **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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、 徒手操  重点：各节的动作要领及要求。 | ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 难点：动作的准确性和优美大方。  二、游戏  （改换目标）  规则：  1、  追者只能拍人，不许堆人，拉人。  2、  逃者需要“隐蔽必须站在前面站在后面，或侧面。 | 大操场（散点） | 1、  教师讲解游戏的方法和规则。  2、  教师做正确的示范。  3、  教师正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听游戏的方法和规则。  2、  学生练习。  3、  分组比赛。 | 2－3 | 10 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **录音机一台** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **学生对游戏活动很感兴趣，因此练习积极，活动很充分。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第四周 第一节 | | | | **重难点** | 动作正确 | | | |
| **内容** | 1. 徒手操；18——（5） 2. 游戏：绕木棒运动39——（9） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，使学生进一步的练习，发展人体各个部位的能力。  2、培养学生良好的身体姿势和集体精神风貌具有很好的作用。  3、培养学生锻炼奔跑的能力，培养学生认真负责的精神和集体的意识。 | | | | | | | | |
| **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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、 徒手操  重点：各节的动作要领及要求。 | 同上 | 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 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 难点：动作的准确性和优美大方。  二、游戏  （绕木棒运动）  规则：  1、  不击掌或发令后不得起跑。  2、  再穿行时不可碰到小木棒，不可跨越小木棒。 |  | 1、  教师讲解游戏的方法和规则。  2、  教师做正确的示范。  3、  教师正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听游戏的方法和规则。  2、  学生练习。  3、  分组比赛。 | 2－3 | 10 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **木棒若干根** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **学生对徒手操不感兴趣，因此在活动中练习的强度和密度都不高。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第四周 第二节 | | | | **重难点** | 动作幅度大 | | | |
| **内容** | 1、基本体操：第八套广播操（1-8）节；18——（6）  2、游戏：挑战应战；39——（10） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生进一步掌握和巩固了对身体的各部位的练习。  2、培养学生良好身体的正确姿势和集体主义精神的良好习惯。  3、通过游戏练习，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：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎  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、徒手操：  全套练习；  重点：各节的动作要领及要求。  难点：动作的准确性和优美大方有节奏感。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | 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。 | | | 4X8 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  挑战应战  规则：  1、  应战人在对方拍到自己手之前不得踏过起跑线。  2、  追拍时不得用力堆人。  3、  应战者如失败就算对方胜利。 | 大操场 | 4、找学生表演。  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。 | | 4神饱满动作轻松整齐一致  1、学生认真听讲游戏规则。  2、学生练习比赛。  3、分组比赛。 | 2/3 | 9 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **录音机** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **广播操动作规范，动作幅度大，姿势优美。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第四周 第三节 | | | | **重难点** | 手臂自然向前 | | | |
| **内容** | 1. 韵律活动；18——（7） 2. 走：改变速度的走；5——（1） | | | | | | | | |
| **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，观察力，培养学生组织与纪律性。  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。  3、培养学生集体主义精神和协调性的能力。 | | | | | | | | |
| **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：  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、韵律活动  节奏游戏  猜猜它是谁  规则；  1、  被猜者不要动不要笑和不许说话。  2、  如果第一次猜错可以才第二次。 | **同上** | 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。 | | | 2/3 | 12 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、走：  改变速度的走；  重点：下上肢的协凋，放松，自然。  难点：抬头，挺胸，自然大方。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | 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。 | 4X8 | 18 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **录音机一台** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | 学生韵律活动较好，动作节奏感强，走与跑的练习还需加强。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第五周 第一节 | | | | **重难点** | 速度与弹跳 | | | |
| **内容** | 1. 走：改变速度的走；5——（2） 2. 2、游戏： 单脚跳接力；39——（11） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、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。  2、培养学生动作的敏捷性、灵活性、准确性等各项素质。  3、通过游戏练习，培养学生集体主义精神，发展学生的弹跳和顽强精神。 | | | | | | | | |
| **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：  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、走：改变速度的走；  重点：下上肢的协凋，放松，自然。  难点：抬头，挺胸，自然大方。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、游戏：  单脚跳接力  规则：  1、  起跳前必须站在起跳线后不得踏线。  2、  发出信号后才能起跳，其余人击掌后才能起跳。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | 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。 | 2/3 | 2 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **录音机一台** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | 通过本次教学，学生走跑练习有明显进步，游戏活动兴趣高，腿部力量加强了许多。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第五周 第二节 | | | | **重难点** | 挺胸，收腹 | | | |
| **内容** | 1. 走：用各种正确姿势的走；5——（3） 2. 游戏： 绑腿接力；39——（12） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过学习走的正确方法，培养学生走的正确姿势，巩固走的技能发展学生走的能力除尽下肢和内脏器官的发展。  2、通过游戏练习，培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。 | | | | | | | | |
| **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：  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、走：用各种正确姿势的走：  重点：下上肢的协凋，放松，自然。  难点：抬头，挺胸，自然大方。 | **大操场** | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、游戏：  （绑腿接力）  规则：  1、  教师发令后或击掌后才能起跑。  2、  按教师规定的要求抛丸不得少跑。  3、  绳子一定要绑好，绳子松开不得分。 | **散点** | 1、  教师讲解游戏要求和规则。  2、  教师做正确示范。  3、  学生练习比赛。  4、  教师做正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听讲游戏规则。  2、  注意观察教师的示范。  3、  学生练习比赛。  4、  分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **短绳若根** | | **教**  **学**  **回**  **顾** | 走与跑练习，学生有创意，不同方式的走路气氛高涨，体验学习的快乐。游戏时大家也非常齐心协力。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第五周 第三节 | | | | **重难点** | 规范与优美 | | | |
| **内容** | 1、藤圈韵律操 （1—3）节；18——（8）  2、游戏：挑战应战；39——（12） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生初步掌握藤圈的简单动作和技术，发展学生的下肢的力量。  2、培养学生身体正确姿势和协调等身体素质。  3、发展学生的下肢奔跑能力及团结协作的集体精神。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  2、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、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、藤圈韵律操 （1—3）节  重点：各节的动作要领及要求。  难点：动作的准确性和优美大方有节奏感。 | **同上** | 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。 | | | 4X8 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  挑战应战  规则：  1、  应战人在对方拍到自己手之前不得踏过起跑线。  2、  追拍时不得用力堆人。  3、  应战者如失败就算对方胜利。 |  | 4、找学生表演。  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。 | | 4神饱满动作轻松整齐一致  1、学生认真听讲游戏规则。  2、学生练习比赛。  3、分组比赛。 | 2/3 | 9 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 藤圈每人一个 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | 韵律活动表现良好，游戏时也能遵守规则，教师特别要注意安全教育。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第六周 第一节 | | | | **重难点** | 力量与协调 | | | |
| **内容** | 1. 藤圈韵律操（4—6）节：18——（9） 2. 游戏：单双脚跳圈：39——（13） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的教学，使学生进一步掌握藤圈动作的技术和发展下肢的弹跳能力。  2、培养学生身体正确姿势和灵敏，协调等身体素质。  3、发展学生的弹跳力及团结协作的集体精神。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  2、拍手操。  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、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、藤圈韵律操 （4—6）节  重点：各节的动作要领及要求。  难点：动作的准确性和优美大方有节奏感。 | **大操场** | 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。 | | | 2/3 | 12 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  单双脚跳圈  规则：  1、  跳时途中不许接触圆圈。  2、  发令后或拍手后方可跳。  3、  单脚跳时摆动腿不许触地面。 |  | 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。 | 4X8 | 18 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 藤圈每人一个  标志物4个 | | **预**  **计** | 学生的活动能力大有提高，特别是动作的协调性，表现较好。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第六周 第二节 | | | | **重难点** | 收复力，速度 | | | |
| **内容** | 1. 技巧：仰卧起坐；4——（3） 2. 游戏：快跳快跳；39——（14） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，使学生进一步学习仰卧起坐的动作，发展弹跳力  2、培养学生的灵敏性和及速度性和奔跑的能力。  3、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** |
| **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：  各种图形跑  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、技巧：  （仰卧起坐）  重点难点：用力收复。 |  | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、游戏：  （快跳快跳）  规则：  1、  起跳前必须站在起跳线后不得踏线。  2、  跳垫子是脚不要碰垫子如到了扶起来再跳。 | ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | 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。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 垫子20块 | | **预**  **计** | 个别 学生的柔韧性，技巧能力弱，布置回家作业，每天练习仰卧起坐30下。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第六周 第三节 | | | | **重难点** | 灵敏，速度奔跑 | | | |
| **内容** | 1. 韵律操ABC3节；18——（10） 2. 游戏： 抢种抢收；39——（16） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生了解一些简单的韵律操的动作，培养学生的协调性灵敏性等能力。  2、通过游戏练习，培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、韵律操：  （ABC3节）  重点：动作准确性。  难点：动作的协调性。 | **同上** | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、游戏：  （抢种抢收）  规则：  1、  口袋不得放在圆圈外回来时必须检起来。  2、  每个圆内只能放一个口袋。 | ●  ●  XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX  ●  XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX | 1、  教师讲解游戏要求和规则。  2、  教师做正确示范。  3、  学生练习比赛。  4、  教师做正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听讲游戏规则。  2、  注意观察教师的示范。  3、  学生练习比赛。  4、  分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 口袋20个  4个小捅 | | **预**  **计** | 学生活动兴奋，游戏活动体现相互合作，对于学习相当认真。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第七周 第一节 | | | | **重难点** | 纪律严肃 | | | |
| **内容** | 1、队列：错肩和交叉行进间走 ；4——（2）  2、复习：韵律操：18——（10） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生掌握错肩和交叉行进间走的方法。  2、培养学生进一步掌握动作的技能。  3、培养学生的集体主义精神和良好的作风。 | | | | | | | | |
| **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、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、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：  错肩和交叉行进间走  重点：走得轻松。  难点：走的自然。 | **同上** | 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。 | | | 4X8 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、韵律操：  （ABC3节）  重点：动作准确性。  难点：动作的协调性。 | 同上 | 4、找学生表演。  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。 | | 4神饱满动作轻松整齐一致      1学生认真听讲游戏规则。  2、学生练习比赛。  3、  分组比赛。 | 2/3 | 9 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 藤圈每人一个 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | 队列练习错肩走，难度过高，学生做的不是最好，还需加强学习。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第七周 第二节 | | | | **重难点** | 动作优美，协调 | | | |
| **内容** | 1. 韵律操；18——（11） 2. 游戏：单脚跳接力；39——（17） | | | | | | | | |
| **目的** | 4、通过本次课的教学，使学生进一步掌握藤圈动作的技术和发展下肢的弹跳能力。  5、培养学生身体正确姿势和灵敏，协调等身体素质。  6、发展学生的弹跳力及团结协作的集体精神。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  2、拍手操。  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、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** | 二、韵律操：  重点：动作准确性。  难点：动作的协调性。 | **同上** | 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。 | | | 2/3 | 12 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  单双脚跳圈  规则：  4、  跳时途中不许接触圆圈。  5、  发令后或拍手后方可跳。  6、  单脚跳时摆动腿不许触地面。 |  | 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。 | 4X8 | 18 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 藤圈16个  标志物4个 | | **预**  **计** | 单脚跳因为经常练习，学生都能完成，下次可采用比赛的形式进行。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第七周 第三节 | | | | **重难点** | 遵守规则 | | | |
| **内容** | 1. 游戏课：踏石过河、39——（18） 2. 攻关：39——（19） | | | | | | | | |
| **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** |
| **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。  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 |
| **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。  ③必须按规定的要求做动作。 | XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX  ●  XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX | 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 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 2、攻关  规则：  ①摇绳者必须按规定的方向有节奏地摇绳。  ②凡安全通过的人每人的一分。  ③攻关的人不能从旁边绕过去。 | XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX  ●  XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX | 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。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 大绳四条  四个标志物 | | **预**  **计** | 游戏活动深受学生喜欢，整堂课在欢快的气氛中不知不觉下课了，设想下次让学生创编游戏。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第八周 第一节 | | | | **重难点** | 支撑点，起跳点 | | | |
| **内容** | 1. 支撑跳跃：4——（1）   2、游戏：攻关；39——（20） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过学习，进一步在跳箱上做各种姿势向前跳下的动作方法。发展  2、通过游戏练习，培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、支撑跳远：  跳上成蹲撑、起立向前跳下：  重点：落地要缓冲。  难点：动作灵敏协调。 |  | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 一、游戏：  （攻关）  规则：  ①摇绳者必须按规定的方向有节奏地摇绳。  ②凡安全通过的人每人的一分。  ③攻关的人不能从旁边绕过去。 | XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX  ●  XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX | 1、 教师讲解游戏要求和规则。  2、  教师做正确示范。  3、  学生练习比赛。  4、  教师做正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听讲游戏规则。  2、  注意观察教师的示范。  3、  学生练习比赛。  4、  分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 1、总结本次课的情况。  2、下课。 | | 、认真听讲，精神饱满。  2、下课。 | 1 | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 大绳4条  跳箱2套 | | **预**  **计** | 支撑跳跃时可适当升降高度，让学生自由选择，量力而行。相信学生会更加积极。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第八周 第二节 | | | | **重难点** | 节奏感与协调 | | | |
| **内容** | 1. 跳大绳；8——（1） 2. 游戏： 障碍物赛跑；39——（21） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生掌握跳大绳的方法,同学之间的协调性和配合能力。  2、发展下肢力量，协调等身体素质。  3、培养学生集体主义精神和奔跑速度能力。 | | | | | | | | |
| **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、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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、跳大绳：  重点：跳摇要配合协调。  难点：轻松、连贯动作自然。 | 散点 | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏  障碍物赛跑  规则：  1、  听到信号以后或拍手后才能起跑。  2、  碰倒障碍物必须把它放在原为后才能在跑。 |  | 1、 教师讲解游戏要求和规则。  2、 教师做正确示范。  3、 学生练习比赛。  4、 教师做正确评定胜负。 | | 1、 学生认真听讲游戏规则。  2、 注意观察教师的示范。  3、 学生练习比赛。  4、 分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 大绳四个  标志物四个  圆圈四个 | | **预**  **计** | 游戏时学生开心，兴奋，比赛好胜心强，必须注意安全教育，通过障碍时也可以想办法。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第八周 第三节 | | | | **重难点** | 节奏感与协调 | | | |
| **内容** | 1、 跳大绳 ；2、 跳小绳：8——（2） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生掌握跳大绳和跳小绳的方法增强同学之间的协调配合能力。  2、 发展学生的下肢力量，灵敏性协调性的身体素质。  3、培养学生的集体主义精神和良好的作风。 | | | | | | | | |
| **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、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、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、跳大绳：  重点：跳摇要配合协调。  难点：轻松、连贯动作自然。 | **散点** | 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。 | | | 4X8 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、跳小绳  重点；摇绳轻松。  难点：轻松、协调动作连贯。 | 散点 | 4、找学生表演。  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。  4、找学生表演。 | | 4神饱满动作轻松整齐一致  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神饱满动作轻松整齐一致 | 2/3 | 9 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 大绳四根  小绳每人一条 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | 跳绳活动男生相对较差，以后还得加强练习，争取有大幅度的提高。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第九周 第一节 | | | | **重难点** | 动作正确，协调 | | | |
| **内容** | 1. 藤圈操 18——（12） 2. 游戏：单双脚跳圈39——（22） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的教学，使学生进一步掌握藤圈动作的技术和发展下肢的弹跳能力。  2、培养学生身体正确姿势和灵敏，协调等身体素质。  3、发展学生的弹跳力及团结协作的集体精神。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  2、拍手操。  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、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** | 二、韵律操：  重点：动作准确性。  难点：动作的协调性。 | **同上** | 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。 | | | 2/3 | 12 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  单双脚跳圈  规则：  1、  跳时途中不许接触圆圈。  2、  发令后或拍手后方可跳。  3、  单脚跳时摆动腿不许触地面。 |  | 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。 | 4X8 | 18 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 藤圈16个  标志物4个 | | **预**  **计** | **藤圈操的动作比以前大有进步规范，学生也很感兴趣。因此发展了学生的协调和灵敏等身体素质。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第九周 第二节 | | | | | | | **重难点** | 遵守游戏规则 | | | | | | | |
| **内容** | 1. 游戏课：踏石过河、40——（23） 2. 攻关：40——（24） | | | | | | | | | | | | | | | |
| **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** | |
| **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。  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 | |
| **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。  ③必须按规定的要求做动作。 |  | 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 | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | **强** | |
|  | 2、攻关  规则：  ①摇绳者必须按规定的方向有节奏地摇绳。  ②凡安全通过的人每人的一分。  ③攻关的人不能从旁边绕过去。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | | 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。 | | | | 2/3 | | 12 | 中 | |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | | 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 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 大绳四条  四个标志物 | | | **预**  **计** | **学生对游戏十分感兴趣，活动积极，练习高涨，合作气氛热烈。** | | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第九周 第三节 | | | | **重难点** | 大胆，动作舒展 | | | |
| **内容** | 1. 支撑跳跃：4——（2） 2. 游戏：攻关；39——（25） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过学习，进一步在跳箱上做各种姿势向前跳下的动作方法。发展  2、通过游戏练习，培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、支撑跳远：  跳上成蹲撑、起立向前跳下：  重点：落地要缓冲。  难点：动作灵敏协调。 |  | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、游戏：  （攻关）  规则：  ①摇绳者必须按规定的方向有节奏地摇绳。  ②凡安全通过的人每人的一分。  ③攻关的人不能从旁边绕过去。 | ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 5、 教师讲解游戏要求和规则。  6、 教师做正确示范。  7、 学生练习比赛。  8、 教师做正确评定胜负。 | | 5、 学生认真听讲游戏规则。  6、 注意观察教师的示范。  7、 学生练习比赛。  8、 分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 大绳4条  跳箱2套 | | **预**  **计** | **学生对支撑跳跃很陌生，因此开始时很害怕，但随着活动时间的增多恐惧感有所好转。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十周 第一节 | | | | **重难点** | 幅度大， | | | |
| **内容** | 1. 韵律活动；18——（13） 2. 复习：支撑跳跃；4——（3） | | | | | | | | |
| **目的** | 4、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，观察力，培养学生组织与纪律性。  5、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。  6、进一步在跳箱上做各种姿势向前跳下的动作方法。 | | | | | | | | |
| **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：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎  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、韵律活动  节奏游戏  猜猜它是谁  规则；  1、  被猜者不要动不要笑和不许说话。  2、  如果第一次猜错可以才第二次。 | ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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。 | | | 2/3 | 12 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、支撑跳远：  跳上成蹲撑、起立向前跳下：  重点：落地要缓冲。  难点：动作灵敏协调。 |  | 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。 | 4X8 | 18 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **跳箱6只** | | **预**  **计** | **学生精神饱满，动作舒展，姿势优美，在支撑跳跃中比以前大有进步。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十周 第二节 | | | | | | | **重难点** | 身体平衡 | | | | | | | |
| **内容** | 1. 技巧：立卧撑 ；4——（4） 2. 游戏：绑腿赛跑；39——（26） | | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过学习立卧撑，使学生增强身体素质和手脚并用的协调性。  2、培养学生动作的敏捷性、灵活性、准确性等各项素质。  3、通过游戏练习，培养学生集体主义精神。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **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：  2、广播操。  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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：  （立卧撑）  重点；用力收腹。  难点：用力收腹身体成一直线。 | **篮球场** | 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。 | | | | 3/4 | | 15 | | | 中 | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  （绑腿赛跑）  规则：  1、  起跑前必须站在起跑线后不得踏线。  2、  发出信号后才能起跑，其余人击掌后才能起跑。  3、  绳子一定要帮好不要松开。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | | 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。 | | | | 2/3 | | 12 | 中 | |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | | 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 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **短绳若根** | | | **预**    **计** | **学生上课积极，活动练习投入，因此课堂效果良好。** | | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十周 第三节 | | | | **重难点** | 左右开弓 | | | |
| **内容** | 1. 跳小绳 8——（3） 2. 游戏：叫号赛跑 ；39——（27） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生进一步掌握跳小绳的方法和正确的姿势。  2、提高动作的协调性和动作的准确性。  3、培养学生快速奔跑能力和快速反应能力。 | | | | | | | | |
| **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：  2、广播操。  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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、跳小绳：  重点：摇绳要协调。  难点：轻松协调，动作连贯。 | **散点** | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、游戏：  （叫号赛跑）  规则：  1、  没有叫到号的同不得越线跑。  2、  不得移动或碰到标志物，必须放回原位。 | **散点** | 1、 教师讲解游戏要求和规则。  2、 教师做正确示范。  3、 学生练习比赛。  4、 教师做正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听讲游戏规则。  2、  注意观察教师的示范。  3、  学生练习比赛。  4、  分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **小球两只** | | **预**  **计** | **学生的跳绳基本功还是很扎实的，动作大多能很好的掌握，对游戏从头到尾十分热情。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十一周 第一节 | | | | **重难点** | 配合，奔跑快 | | | |
| **内容** | 1. 跳双绳；8——（4） 2. 游戏：迎面接力；39——（28） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的教学，使学生学会并掌握双人跳小绳的方法和发展下肢奔跑的能力。  2、  养成学生对空间的感觉和相互配合的精神。 | | | | | | | | |
| **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：  2、广播操。  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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    2 | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、跳小绳：  （双人跳绳）  动作：  重点：两个人摇绳的配合能力。  难点：轻松协调，动作连贯。 | **散点** | 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。 | | | 2/3 | 12 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  （迎面接力）  规则：  1、  教师没有发领或击掌不许起跑。  起跑前不许堆拉人。 | ×××××  ×××××  ×××××  ××××× | 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。 | 4X8 | 18 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | **接力棒6根** | | **预**  **计** | **在跳双绳时对学生来说难度很大，但学生非常愿意练习，而且效果也不错。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十一周 第二节 | | | | | | | **重难点** | 前后摆臂 | | | | | | | |
| **内容** | 1. 跑：走跑交替 ；5——（1） 2. 游戏：跳进去拍人；39——（29） | | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，使学生进一步掌握正确的走和跑的动作。  2、培养学生的下肢力量和动作的准确性。  3、培养学生勇敢顽强的精神。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **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：  慢跑  2、徒手操  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | | 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、走跑交替  重点：走和跑要轻松。  难点：动作要自然。 | **跑道上** | | 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。 | | | | 4X8 | | 18 | | 中 | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  跳进去拍人；  规则：  1、  圆圈内的人不能出圈。  2、  追拍的人不能用单脚跳必须双脚跳进去。 | ♂♂♂♂♂♂♂  ♂♂♂♂♂♂♂  ♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀ | 4、找学生表演。  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、师给学生个别指导。 | | | 4神饱满动作轻松整齐一致  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。 | | | | 2/3 | | 9 | | 中 | |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 四个圆圈 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | | **走和跑对学生来说最熟悉不过了，但要完全掌握是件不容易的事，所以练习中经常学生会感到很苦糙。** | | | | | | | | | | |

**五年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十一周 第三节 | | | | **重难点** | 配合奔跑快 | | | |
| **内容** | 1. 跳大绳；8——（5） 2. 游戏： 障碍物赛跑；39——（30） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生掌握跳大绳的方法,同学之间的协调性和配合能力。  2、发展下肢力量，协调等身体素质。  3、培养学生集体主义精神和奔跑速度能力。 | | | | | | | | |
| **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、广播操。  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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、跳大绳：  重点：跳摇要配合协调。  难点：轻松、连贯动作自然。 | **散点** | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏  障碍物赛跑  规则：  1、  听到信号以后或拍手后才能起跑。  2、  碰倒障碍物必须把它放在原为后才能在跑。 | ♂♂♂♂♂♂♂  ♂♂♂♂♂♂♂  ♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀  ●  ♂♂♂♂♂♂♂  ♂♂♂♂♂♂♂  ♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀ | 1、  教师讲解游戏要求和规则。  2、  教师做正确示范。  3、  学生练习比赛。  4、  教师做正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听讲游戏规则。  2、  注意观察教师的示范。  3、  学生练习比赛。  4、  分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 大绳四个  标志物四个  圆圈四个 | | **预**  **计** | **经过前一次的练习，学生的动作越来越完美，自信心也提高了，所以动作看上去很舒展。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十二周 第一节 | | | | **重难点** | 手脚协调配合 | | | |
| **内容** | 1、 跳大绳 ；2、 跳小绳：8——（6） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生掌握跳大绳和跳小绳的方法增强同学之间的协调配合能力。  2、 发展学生的下肢力量，灵敏性协调性的身体素质。  3、培养学生的集体主义精神和良好的作风。 | | | | | | | | |
| **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、徒手操。  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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、跳大绳：  点：跳摇要配合协调。  难点：轻松、连贯动作自然。 | 散点 | 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。 | | | 4X8 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、跳小绳  重点；摇绳轻松。  难点：轻松、协调动作连贯。 | 散点 | 4、找学生表演。  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。  4、找学生表演。 | | 4神饱满动作轻松整齐一致  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神饱满动作轻松整齐一致 | 2/3 | 9 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 大绳四根  小绳每人一条 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | **学生练习积极，活动投入，配合默契，因此课堂效果不错。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十二周 第二节 | | | | **重难点** | 接棒准速度快 | | | |
| **内容** | 奔跑跳跃游戏:1、单脚跳接力；2、迎面接力；39——（31） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的教学，使学生进一步掌握藤圈动作的技术和发展下肢的弹跳能力。  2、培养学生身体正确姿势和灵敏，协调等身体素质。  3、发展学生的弹跳力及团结协作的集体精神。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  2、拍手操。  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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：  （单脚跳接力）  规则：  1、  发令或击掌后才能起跑。  2、  中途不得换脚绕过标志物方可换脚。 | ××××××  ××××××  ××××××  ×××××× | 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。 | | | 2/3 | 12 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  （迎面接力）  规则：  1、  教师没有发领或击掌不许起跑。  起跑前不许堆拉人。 | ××××××  ××××××  ××××××  ×××××× | 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。 | 4X8 | 18 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 标志物4个 | | **预**  **计** | **在游戏中学生奔跑迅速，动作敏捷，只不过在接棒的时候经常会掉，所以影响了成绩。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十二周 第三节 | | | | **重难点** | 蹬地上下协调 | | | |
| **内容** | 1. 走跑交替7——（1）； 2. 跳小绳8——（7） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，使学生进一步掌握正确的走和跑和跳小绳的动作。  2、培养学生的下肢力量和动作的准确性。  3、培养学生勇敢顽强和团结一致精神。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  各种图形跑  2、广播操。  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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、走跑交替  重点：走和跑要轻松。  难点：动作要自然。 | ××××××  ××××××  ××××××  ×××××× | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、跳小绳：  重点：摇绳要协调。  难点：轻松协调，动作连贯。 | **散点** | 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。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 小绳每人一条 | | **预**  **计** | **学生对跑步积极性很高，各个十分兴奋，因此整节课学生十分活跃。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十三周 第一节 | | | | **重难点** | 全身配合，敏捷 | | | |
| **内容** | 1. 1分钟跳小绳；8——（8） 2. 游戏：穿过小树林；39——（32） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过学习，进一步掌握跳小绳的方法出进学生下肢力量，提高灵敏性协调性等身体素质。  2、通过游戏练习，培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  2、广播操。  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | 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、1分钟跳小绳    重点：摇生轻松。  难点；轻松协调动作连贯。 | **散点** | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  穿过小树林  规则：  1、  必须站在线后拍手才能起跑。  2、  不得碰到树桩如碰到必须放好后才能起跑。 | ××××××  ××××××  ××××××  ×××××× | 1、  教师讲解游戏要求和规则。  2、  教师做正确示范。  3、  学生练习比赛。  4、  教师做正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听讲游戏规则。  2、  注意观察教师的示范。  3、  学生练习比赛。  4、  分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 标志物四个  树桩20个 | | **预**  **计** | **学生对新游戏很好奇，因此活动的时候很积极，效果很好，课堂气氛活跃。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十三周 第二节 | | | | **重难点** | 单手运球，配合 | | | |
| **内容** | 1. 游戏：运球接力绕球类过竿等障碍40——（33）   2、走和跑：负重走游戏（双人抬，多人抬）7——（2） | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 做出篮球运动中的简单组合动作。   学会与他人合作完成体育活动的任务。 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 1. 体委整队 2. 师身问好 3. 宣布课的内容 4. 原地四面转法 | ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲  ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲  ⊙⊙⊙⊙⊙⊙⊙⊙⊙  ⊙⊙⊙⊙⊙⊙⊙⊙⊙    ★ | 1. 用简明的语言阐述课的内容 2. 检查课堂常规 3. 安排见习生 | 1. 快静齐 2. 动作迅速 3. 精神饱满 4. 认真听讲 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 1. 准备活动   （走走跳跳） | 走  ⊙⊙⊙  ⊙⊙⊙  跑  ⊙⊙⊙  ⊙⊙⊙ | 1. 教师把学生分成4组 2. 讲解过竿的方法 3. 组织学生练习 4. 表扬优秀学生 | 1. 认真听讲 2. 按照要求进行练习 3. 学习好的动作 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 1. 运球接力   （绕过竿障碍） | ⊙⊙⊙ | 1. 教师把学生分成人数相同的4组 2. 规定跑动路线 3. 组织学生练习 4. 表扬优秀学生，鼓励其他学生 | | 1. 认真听讲 2. 按照要求进行练习 3. 创新运球动作 4. 学习优秀动作 5. 帮助和鼓励他人 | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 小结 | 四列横队 | 1. 总结本课 2. 表扬优秀肯定成绩 3. 师生再见 4. 回收器材 | | 1. 回顾本课 2. 师生再见 3. 帮助教师回收器材 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 球若只，杆若根 | | **预**  **计** | **通过游戏使学生了解对球的属性和特点，在游戏过程中学生练习的也很积极。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十三周 第三节 | | | | | | | **重难点** | 单脚起跳，双脚落地 | | | | | | | |
| **内容** | 1. 面向右（左）看齐，4——（3） 2. 跑几步,一脚蹬地踏跳,越过30厘米高的物体双脚落入沙坑或垫子4——（1） | | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 在队列练习中保持正确的身体姿势，学会半面向右（左）看齐动作 2. 进一步掌握用单双脚跳跃的正确方法，初步体会跳远的简单动作并具有跳得远，跳得高的意识,提高灵敏、速度、力量和协调素质,培养勇敢、顽强和勇于克服困难的意志品质。   3）培养学生在一定的困难条件下进行体育活动的能力。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | | | **强** | |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 1. 体育委员整队，报告人数 2. 师生问好 3. 宣布课的内容和要求   1) 半面向右（左）看齐，2）跑几步,一脚蹬地踏跳,越过30厘米高的物体双脚落入沙坑或垫子 | 组织：四列横队  ♀♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀♀  ♂ | 1. 用简明的语言阐述课的内容 2. 检查课堂常规   安排见习生 | | | 要求：队列整齐，精神饱满要求：队列整齐，精神饱满 | | | | 3min | | 10 | | | 小 | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 1. 队列练习 2. 向左（右）看齐 3. 反口令游戏：四面转法   二、新授队列  半面向右（左）看齐 | 组织：四列横队  ♀♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀♀  ♂ | 1. 教师讲解示范“半面向右（左）看齐”动作   指导、纠错 | | | 1. 练习半面向右（左）转动作 2. 练习半面向右（左）看齐动作 3. 组长发令，各小组听令练习 4. 听教师口令练习   要求：动作正确，身体协调 | | | | 5min | | 15 | | | 中 | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 跑几步,一脚蹬地踏跳,越过30厘米高的物体双脚落入沙坑或垫子动作 | 组织：1、在篮球半场内散点  2、××××××  ×××××× | | 教法：1、设置情发诱导  2、设疑、归纳讨论  3、讲解、示范 | | | 学法：  模仿、想象、创造各种跳法  思考、讨论、尝试  反复练习  要求：勇敢、大胆、善于观察、思考学习，能与他人协作配合，发挥想象创造能力。 | | | | 13min | | 12 | 中 | |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 1. 放松舞：小白船   二、小结：整理器材、道别 | 组织：××××××  ××××××  ××××××  ×××××× | | 教法：随音乐节奏师生共舞放松  要求：轻松、愉快。 | | | 跟老师一起练习 | | | | 4min | | 3 | 小 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 踏板一块 | | | **预**  **计** | **学生上课积极，活动认真能很好的完成教师所布置的任务。** | | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十四周 第一节 | | | | **重难点** | 动作到位 | | | |
| **内容** | 1、徒手操和舞蹈 18——（13）  2、走和跑7——（3） | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 在操练中，让学生能感受到自己身体部位的变化，并能及时调整和保持良好的身体姿势。 2. 培养学生主动学习和集中注意力的能力，培养学生快速奔跑能力，发展反应速度、灵敏和协调素质，提高位移速度能力。   培养竞争意识与行为和勇敢、果断的精神。 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 课堂常规：  1．集体师生问好；  2．教师提出本课学习目标；  3．教师介绍本课活动内容。 | ．1．组织队形：全班成四列横队集合。  ━━━━━━━━━━━  ━━━━━━━━━━━  ━━━━━━━━━━━  ━━━━━━━━━━━  **△** | 1. 用简明的语言阐述课的内容 2. 检查课堂常规   安排见习生 | 2．要求：集队迅速，明确目标 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 队列和队形练习：   1. 慢跑2圈； 2. 原地踏步； 3. 半面向右（左）转。 | 、1．练习队形： | 教师讲解方法与要求。 | 2．要求：队伍整齐、反应灵敏 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 走和跑：  30M自然加速跑  追拍游戏：  圈子内有两人追，两人逃。逃的人可以到圈子外其他人前面站好休息，那他后面的第三人必须逃，否则，被追到和话就轮换成去追者。 | 1、练习队形如下图：  30M  30M |  | | 教与学：   1. 组织学生进行数次自然加速跑练习。要求学生跑时采用中等速度，做到动作幅度大，腿部蹬摆充分有力，动作自然放松。   教师讲解游戏的方法、规则与要领后，让学生进行追逐游戏练习。 | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 整理放松活动：  欢乐舞（音乐伴奏）  小结、讲评 | 散点 | 教与学：在音乐伴奏下，师生共舞。 | | 要求：轻松愉快，活泼生动 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** |  | | **预**  **计** | **学生练习积极，兴趣高涨，课堂气氛活跃。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十四周 第二节 | | | | **重难点** | 踏跳准，落地轻 | | | |
| **内容** | 1、徒手操和舞蹈 18——（14）  2、跳跃5——（2） | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 说出身体各部分主要的功能，发展身体的灵敏性、协调性和节奏感。 2. 培养学生急行跳远的能力，使学生能在快速奔跑中，从一定的区域内蹬地踏跳，双脚轻巧落入沙坑。 3. 体会急行跳远的正确动作方法，着重改进助跑与起跳相结合的环节动作以及踏板的准确度，发展灵敏、协调素质和弹跳力。   培养勇敢、自信、果断、和克服困难、努力进取、积极向上的精神 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 课堂常规：  1．集体师生问好；  2．教师提出本课学习目标；  3．教师介绍本课活动内容。 | ．组织队形：全班成四列横队集合。  ━━━━━━━━━━━  ━━━━━━━━━━━  ━━━━━━━━━━━  ━━━━━━━━━━━  **△** | 用简明的语言阐述课的内容  检查课堂常规  安排见习生 | 2．要求：集队迅速，明确目标 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 基本部位操：   1. 伸展运动 2. 下蹲运动 3. 踢腿运动 4. 体侧运动   动作要领：舒展、优美、协调 | ．练习队形如下：  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  ×××××××××××  ×××××××××××  **△** | 在教师带领下，学生模仿做各种部位操的基本动作练习；  镜面示范、背面示范、完整——分解——完整示范法等相结合 | 动作到位、优美、富有童趣 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 比比谁踏得准  1、慢跑3步，做踏跳、起跳腾空。  2、5~6步助跑踏跳、腾空、落地。  3、进行规定助跑距离（12M~16M）踏跳。  4、比比哪组踏进“优”区最多。  动作要领：最后一步踏跳腿快速蹬伸，同时摆动积极快速向前上方摆动，上体保持正直。踏跳腿充分蹬直髋、膝、踝三个关节，使身体充分腾起 | 1、练习队形如下图：  中 良 优  中良优 | 1. 教师讲解游戏的方法、规则和要求，并做一次示范动作。 2. 请学生跟着做一次示范。 3. 讲解、分析、评论。 | | 1. 根据上面的结果，要求每位学生进行试跳。 2. 体验快速蹬伸、腾空、轻巧落地。 3. 练一练、比一比 | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 整理放松活动：  欢乐舞（音乐伴奏） | 自由散点 | 在音乐伴奏下，师生共舞。 | | 1. 轻松愉快，活泼生动 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 录音机一台 | | **预**  **计** | **在课上学生能很好的完成教师所教的动作，说明学生基本功很扎实，身体素质很好。** | | | | |

**五年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十四周 第三节 | | | | **重难点** | 模范逼真，球直 | | | |
| **内容** | 1. 模仿各种动物走7——（4）   2、地滚球39——（34） | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 发展学生模仿动作的能力； 2. 培养学生投掷准确能力和增强上肢力量；   通过练习，培养学生努力好学、力争上游等团队精神。 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 课堂常规：   1. 整队、报告人数； 2. 师生问好；   讲解本课内容、要求 | 组织：  × × × ×× × × ×× × × ×× × × ×  ○ | 用简明的语言阐述课的内容  检查课堂常规  安排见习生 | 要求：快、静、齐。 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 队列练习：   1. 报数； 2. 四面转法；   快快集合 | 组织：  × × × ×× × × ×× × × ×× × × ×  ○ | 教师讲解队列练习的方法与要求。 | 四面转：动作正确；  快快集合：做到快、静、齐 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 1. 模仿动物走   仿企鹅走  仿熊走  仿鹤走  仿象走   1. 地滚球   滚中目标  滚球过关 | 自由分散 | 1、在指定的几个动作上，让学生开动脑筋，自由模仿，集体评析，对模仿逼真的动作进行集体练习  2、排头同学持实心球，用手腕力量滚射目标，射中一个得一分，射完后听口令把球拾回，站到排尾，依次进行，以得分多的队为胜。 | | 一切行动听指挥，做到“学中乐，乐中学”。  用手臂和手腕力量低手射门练习，每射进门一次得一分。 | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 1. 放松整理   收拾器材 | 自由散点 | 在音乐伴奏下，师生共舞。 | | 1. 轻松愉快，活泼生动 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 球若只 | | **预**  **计** | **学生在课堂上练习积极，小组合作花样多，上课效果良好。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十五周 第一节 | | | | | | | **重难点** | 动作规范幅度大 | | | | | | | |
| **内容** | 小学生广播操1－4节（复习）18——（15）  2、猜拳跨步比赛39——（35） | | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 通过学习，使学生进一步掌握广播操的要领及动作，并保持正确的身体姿势。 2. 能积极、主动地参加跳跃游戏，发展跳跃能力。   发展刻苦学习、积极进取的精神，与同伴友好相处，互相帮助 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | | | **强** | |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 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、队列和队形练习游戏：   1. 二路纵队行进。 2. 行进间“叫号结伴”。 | 组织：  ××××××  ××××××  ××××××  ××××××  ◎ | 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。 | | | 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。  要求：队伍整齐，反应灵敏。 | | | | 3min | | 10 | | | 小 | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、小学生广播操1-4节（复习）  第一节，踏步运动。  第二节，上肢运动。  第三节，扩胸运动。  第四节，体侧运动。  重点：各节的动作要领及要求。  难点：保持正确地身体姿势。 | 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. 师生一同练习。   4、找学生表演。 | | | 1学生认真听讲动作方法和要领。  2学生集体练习。  3做得好的学生领操  4精神饱满、动作轻松、整齐一致。 | | | | 5min | | 15 | | | 中 | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 四、猜拳跨步比赛  练习内容：  1 单脚跳自创练习。  2 单脚跳自创练习展示。  3 跨步练习（一步）  4 跨步练习（多步）  5 猜拳跨步比赛  重点：快速蹬地 | 组织：  散 点  ｜  ｜  四列横队 | | 1. 教师启发学生进行单脚跳自创练习。 2. 教师引导学生进行跨步跳的练习。 3. 教师巡视指导，诱导学生抓住动作重点，体验动作方法。 4. 组织比赛。 | | | 1. 展示自创动作，交流成功体验的感受。 2. 学生练习比赛。   要求：充满自信，展示自我。 | | | | 13min | | 12 | 中 | |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 1. 放松活动：   木头人  二、小结、讲评 | 组织：  学生面对面站立 | | 1、教师讲解活动的方法  2、师生一起放松 | | | 要求:  轻松愉快  生动活泼 | | | | 4min | | 3 | 小 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 录音机一台 | | | **预**  **计** | **学生对广播操兴趣不高，因此在练习的过程中效果不是很好，经有效利导有所好转。** | | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十五周 第二节 | | | | **重难点** | 精神饱满踏跳有力 | | | |
| **内容** | 1. 半面向右（左）看齐4——（3）   2、选择合适的踏跳脚进行跳远练习4——（2） | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 使学生初步掌握半面向右（左）看齐的动作要领；并选择合适的踏跳脚进行跳远练习； 2. 使学生在徒手操、队列等练习中保持正确的身体姿势；   让学生在一定的困难条件下进行体育活动，发展跳跃能力 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 1. 集合整队 2. 师生问好 3. 教师介绍本课的内容和目的 | 组织队形： × × × × × × × × × × × ×  × × × × ○ | 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。 | 1、静、齐、快；  2、明确目标，激发情绪。 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 半面向右（左）看齐 | 组织队形： × × × × × × × × × × × ×  × × × × ○ | 1、教师讲解示范  2、教师巡视指导、启发、诱导学生进行练习，体验动作方法； | 1、学生跟着教师练习  2、乐于学习 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 选择合适的踏跳脚进行跳远练习   1. 原地做跳远练习 2. 选择合适的踏跳脚进行跳远练习 | 练习队形：  ××××××  ×××××× | 1、教师讲解示范；  2、教师巡视指导； | | 1、学生原地做跳远练习  2、学生选择合适的踏跳脚进行跳远练习； | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 集合整队  2、放松练习  3、课堂小结  师生再见 | 组织队形： × × × × × × × × × × × ×  × × × × ○ | 教师口令指挥并领做， | | 学生跟做； | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 跳板一块 | | **预**  **计** | **队列练习是小学生必须掌握的基本功，因此在练习的时候必须严格和严谨。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十五周 第三节 | | | | **重难点** | 韵律美手脚协调 | | | |
| **内容** | 1. 韵律活动：身体动作组合练习复习与展示18——（15）   2、发展攀爬能力的练习：攀爬绳架2——（1） | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 使学生初步掌握韵律活动身体动作组合练习的动作要领，并初步形成攀爬绳架的动作概念； 2. 让学生在体育活动中努力展示自我，并能对其他学生展示的动作做出一定的评价；   3、让学生体验体育活动中的心理感受。 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 1. 集合整队 2. 师生问好   3、教师介绍本课的内容和目的 | 组织队形：  × × × × × × × × × × × × × × × ×  ● | 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。 | 1、静、齐、快；  2、 明确目标，激发情绪。 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 1. 集中注意力练习 2. 韵律活动和舞步练习 | 组织队形：  × × × × × × × × × × × × × × × ×  ● | 1、在教师带领下，学生模仿做各种简单的韵律活动和舞步动作练习； | 1、师生共同参与即兴自创性的韵律与舞蹈动作练习。 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 1、发展攀爬能力的练习：攀爬绳架   1. 徒手练习 2. 攀爬绳架 | ●  × × × × × × × × × × × × × × × × | 1、教师讲解示范；  2、体验动作方法，教师巡视指导；  3、教师指导并保护；  4、由分组练习，教师巡视指导纠错；   1. 让学生说出心理感受，教师小结、评析。 | | 1、学生原地徒手练习抓住动作重点，体验动  2、学生练习攀爬绳架 | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 1. 整理放松活动：   放松舞步   1. 小结、讲评 2. 师生再见 | 练习队形：散点 | 1、学生跟着教师一起练习 | | 轻松愉快、生动活泼 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 录音机一台 | | **预**  **计** | 攀爬是学生比较喜欢的体育运动项目所以在课上表现的很积极。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十六周 第一节 | | | | **重难点** | 反应敏捷手脚协调 | | | |
| **内容** | 1. 向后转身快速跑30M 7——（5）   2、攀爬肋木架2——（2） | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 在奔跑游戏中，改进跑的动作，培养跑的正确姿势；学习攀爬肋木架，提高攀爬 能力。 2. 培养学生快速跑的能力，发展灵敏、反应速度和位移速度能力；发展学生的上下 肢、肩带和腹肌力量，提高协调用力能力。   3、培养学生的竞争意识，发扬顽强拼搏精神，体验在练习中的自信、成功、兴奋、紧张、疲劳的心理感受 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 1. 师生问好   宣布课的内容，提出要求 | ××××××  ××××××  ××××××  ××××××  △ | 1、语言简明生动，激发学生的学习兴趣和欲望 | 1、做好心理准备，精神饱满 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 向后转身跑30M | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  |  |  |  |   × × × ×  × × × ×  × × × ×  × × × × | 1. 教师讲解站力式起跑的方法 2. 尝试向后转身跑 3. 将学生分组，听口令练习，体会跑的姿势 4. 小结、评价 | 1. 学生原地练习站力式起跑和向后转身 2. 听老师的口令分组进行向后转身跑的练习 3. 观察同学的奔跑姿势，并提出自己的见解 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 1、攀爬肋木架 | 散点 | 1. 教师提示模仿动物的行走和攀爬，如：老虎、猴子、豹 2. 提出问题：这些动物在行走或攀爬时用到了身体的哪些部位？ 3. 教师讲解保护与帮助的方法 4. 将学生分组练习，掌握手脚并用，协调用力的方法 5. 师巡回指导 | | 1. 根据教师的提示学生进行模仿练习 2. 学生尝试攀爬肋木架（在同伴的保护帮助下） 3. 根据自己的能力选择攀爬的高度 4. 优生示范 | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 1. 放松游戏：   弹钢琴 | ××××××  ××××××  ××××××  ××××××  △ | 1、教师提示讲解游戏方法   1. 评价学生的学习过程，鼓励肯定，提出希望 | | 1. 理解老师的要求 2. 积极活动 3. 认真听小结 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** |  | | **预**  **计** | **学生在课堂上练习积极，活动热情高，效果也很好。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十六周 第二节 | | | | **重难点** | 动作敏捷，快速奔跑 | | | |
| **内容** | 1. 游戏：小小保龄球39——（36）   2、各种方式接力跑（迎面）7——（6） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、培养学生对投掷游戏和接力跑的兴趣，使学生积极，主动地参与到活动当中。  2、通过各种接力跑训练学生快速跑的能力，发展速度，灵敏性等素质，通过保龄球游戏，发展学生力量，协调性等素质。  3、通过学习，培养学生合作进去精神。 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 1. 课堂常规   1、集体师生问好   1. 师宣布课的内容   二、队列和队形练习  1、一（二）列横队成二（四）列横队及还原 | 组织：四列横队 | 师提示：怎样把一列横队快速的变成（高度、人数）均等。  2、师小结 | 生积极思考  2、自由回答  3、认真听讲 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、小小保龄球 |  | 、师讲解示范  2、巡视并纠正错误  3、让学生讨论怎样才能掷得准  4、集合让学生再次讨论  5、组织比赛  6、小结 | 生认真听讲并进行自由练习  2、积极讨论  3、继续练习  5、生分组讨论  6、继续练习 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 各种接力跑（迎面） |  | 1、师提示：同学们我们以前接触过接力赛吗？  2、师：那今天老师要你们自己来想接力赛的方法，大家可以做到吗？不过有个要求，接力赛一定要是迎面的。  3、师让学生每组按自己想出来的方法进行练习  4、师总结各种方法，和大家一起选出一种进行比赛。  5、小结 | | 学生回答：有  2、生积极思考  3、踊跃发言  4、生各组认真练习  5、生认真进行比赛 | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 、放松练习  1、师带领学生进行放松练习  二、师小结  三、回收器材  四、宣布下课 | 散点 | 1、师讲解示范  2、师喊口令，让学生练习 | | 1、学生认真听讲  2、按教师的口令一起练习 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 废弃的塑料瓶40个。  2、实心球4个。 | | **预**  **计** | **学生在课堂上练习积极，活动活跃，小组讨论激烈，课堂气氛活跃。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十六周 第三节 | | | | | | | **重难点** | 动作到位遵守规则 | | | | | | | |
| **内容** | 1，学生广播操5－7节（复习）18——（16）  2，双手持球从胯下向前抛球比远39——（37） | | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 一步掌握广播操的要领及动作，并保持正确的身体姿势。   2、知道在如何用合理的动作接住同伴抛过来的实心球、明确安全运动的重要性。  3、积极参与各项活动，保持较高的热情。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **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、队列和队形练习游戏：  1、“木头人” | 组织：  ××××××  ××××××  ××××××  ××××××  ◎ | 1、教师语言要清晰。  2、教师讲解课堂要求和任务。   1. 解队列练习的要求。 2. 用哨声发出学生活动的指令 | | | 1、学生站四列横队。  2、学生认真听讲。   1. 从指挥注意力集中。 2. 听哨声快速做出动作。   要求：队伍整齐，反应灵敏。 | | | | 3min | | 10 | | | 小 | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、小学生广播操5－7节（复习）  1、第五节全身运动。  2、第六节跳跃运动。  3、第七节整理运动。  4、1－7节完整练习  重点：各节的动作要领及要求。  难点：保持正确地身体姿势。 | 组织：  同上队列四列横队，体操队形。 | 1. 师讲解做操的要求。 2. 师口令。 3. 指出易犯的错误动作。   4、指名同学领做、教师口令。 | | | 1学生认真听讲动作方法和要领。  2认真练习。  3、认真听讲  4精神饱满、动作轻松、整齐一致。 | | | | 5min | | 15 | | | 中 | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、双手持球从胯下向前抛球比远 | 组织：  XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX  ●  XXXXXXXXXXXX  XXXXXXXXXXXX | | 1. 师组织学生拿球。 2. 师讲解方法及练习的要求。 3. 教师巡视指导。 4. 提问：怎么才能更好的接住同伴抛过来的球,为什么？ 5. 教师归纳合理的接球的方法。 6. 组织学生练习。 7. 组织学生放还器材 | | | 1. 顺序到指定地方拿实心球   2、真听讲练习要求。   1. 真练习 2. 认真听讲、积极讨论与发言 3. 按要求开展练习   6、按要求把器材归还到指定地点 | | | | 13min | | 12 | 中 | |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松活动：  胖子和瘦子  二、小结、讲评 | 组织：  四列横队 | | 1、教师讲解活动的方法  2、教师用言语发出指令、观察学生的活动  3、小结怎样才能做到安全的运动。  4、宣布下课 | | | 1. 认真听讲   2、听指令做出动作  3、认真听讲、明确安全运动的要求  4、与老师呼“再见”道别  要求：  轻松愉快  生动活泼 | | | | 4min | | 3 | 小 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 小球6只 | | | **预**  **计** | **学生的广播操比原先有很大进步动作比较规范，幅度大。而且精神饱满。** | | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十七周 第一节 | | | | **重难点** | 正踢腿，手高于肩 | | | |
| **内容** | 1、武术基本功（正踢腿、侧踢腿）3——（1）  2、投掷：正面持轻物投2—3米高的目标4——（2） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、初步学习武术基本动作，了解学习武术的意义，同时能够展示简单的武术动作  2、在投掷练习中，发展学生自然的投掷能力，初步学会正确挥臂的投掷方法，发展学生的力量，灵敏和协调素质  3、帮助学生树立安全意识，学会与同伴团结协作，讲团结，共同发展进步，体验学习的乐趣。 | | | | | | | | |
| **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、集合、师生问好  2、情景导入  3、游戏“高人与矮人 | 四列横队（女前男后）  ♂♂♂♂♂♂  ♂♂♂♂♂♂  ♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀  ● | 1、集合、整队  2、语言交流  3、讲解游戏方法  4、小结、表扬 | 集合：快、静、齐、气氛活跃 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、武术基本功  1、正踢腿  2、侧踢腿  重点：姿势正确，踢腿动作的技术规范  难点：身体平衡的保持，正踢要挺胸立腰  侧踢要直臂立腰 | ♂♂♂♂♂♂  ♂♂♂♂♂♂  ♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀  ● | 1、复习武术基本手型、步法、巩固提高，介绍基本功的重要性  2、教师讲解、示范踢腿动作  3、小结、鼓励 | 1、、学生练习踢腿动作（尝试）  2、、教师指导。提示：重难点  3、学生讨论练习（去体会）  4、教师参与，师生共同讨论、练习  5、各小组学习、展示 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、投掷  正面持轻物 | 组织：  ♂♂♂♂♂♂♂  ♂♂♂♂♂♂♂  ♀♀♀♀♀♀♀  ♀♀♀♀♀♀♀  ● | 1、语言导入  2、引导学生思考练习（尝试）  3、教师讲解示范、指导  4、教师提出要求并鼓励  5、小结、表扬（安全教育） | | 1、学生回答  2、学生练习、讨论  3、学生练习（小组练习） | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松运动  二、小结本课，  三、收回器材 | 散点 ♂♀♂♀♂  ♀♂♀♂♀  ♂♀♂♀♂  ♀♂♀♂♀ | 1、师简述  2、师生共乐  3、小结  4、学生谈感受 | | 相互学习  动作到位  积极思考 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 武术图片、垒球若干、录音机、标志物 | | **预**  **计** | **学生上课认真，活动积极，小组团结合作课堂气氛活跃。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | | 第十七周 第二节 | | | | | | | | | **重难点** | 认真听讲 | | | | | | | |
| **内容** | | (室内课) 1：引导课，体育常识，运动促进身心健康。6——（2） | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | | 1、通过本次课的学习，使学生了解锻炼身体的好处，认真上好体育课。  2、培养学生身体的正确姿势和基本活动的能力。  3、培养学生各种优良品质，发展学生的想象力、创造力等能力。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **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：  四、点名； | | 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、游戏是儿童的良师益友。  1、  做游戏可以全面锻炼身体。  2、  做游戏可以使大脑灵活。  3、  做游戏可以培养优良品德。  4、  做游戏可以使心情愉快。 | | 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 | |
| **顺序** | | **教学内容** | | **场 地** | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | | 5、  做游戏可以调解脑力疲劳。  重点：对游戏好处的理解和认识。二、游戏：  （抓手指）  规则：  1、手放平。  2、食指尖必须顶着手掌心。  3、听到教师口令后才能抓手指。 | | 教 室 | | 1、教师讲解游戏的方法和规则。  2、教师做示范。  3、学生练习和游戏。 | | | 1、学生认真听讲游戏方法和规则。  2、学生练习。  3、学生进行游戏。 | | | | 3/4 | | 6 | | 小 | |
| **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 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | |  | | | | **教**  **学**  **回**  **顾** | | **学生上课认真听讲，遵守纪律，能很好的理解教师上课的教学内容。** | | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十七周 第三节 | | | | **重难点** | 灵敏，速度奔跑 | | | |
| **内容** | 1. 韵律操ABC3节；18——（17） 2. 游戏： 抢种抢收；39——（38） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生了解一些简单的韵律操的动作，培养学生的协调性灵敏性等能力。  2、通过游戏练习，培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。 | | | | | | | | |
| **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、队列练习：  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、韵律操：  （ABC3节）  重点：动作准确性。  难点：动作的协调性。 | **同上** | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、游戏：  （抢种抢收）  规则：  1、  口袋不得放在圆圈外回来时必须检起来。  2、  每个圆内只能放一个口袋。 | ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉ | 1、  教师讲解游戏要求和规则。  2、  教师做正确示范。  3、  学生练习比赛。  4、  教师做正确评定胜负。 | | 1、  学生认真听讲游戏规则。  2、  注意观察教师的示范。  3、  学生练习比赛。  4、  分组比赛。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 口袋20个  4个小捅 | | **预**  **计** | 学生活动兴奋，游戏活动体现相互合作，对于学习相当认真。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十八周 第一节 | | | | **重难点** | 纪律严肃 | | | |
| **内容** | 1、队列：错肩和交叉行进间走 ；4——（3）  2、 复习：韵律操：18——（17） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过这节课的学习，使学生掌握错肩和交叉行进间走的方法。  2、培养学生进一步掌握动作的技能。  3、培养学生的集体主义精神和良好的作风。 | | | | | | | | |
| **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、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、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：  错肩和交叉行进间走  重点：走得轻松。  难点：走的自然。 | **同上** | 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。 | | | 4X8 | 18 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、韵律操：  （ABC3节）  重点：动作准确性。  难点：动作的协调性。 | 同上 | 4、找学生表演。  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。 | | 4神饱满动作轻松整齐一致      1学生认真听讲游戏规则。  2、学生练习比赛。  3、  分组比赛。 | 2/3 | 9 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 藤圈每人一个 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | 队列练习错肩走，难度过高，学生做的不是最好，还需加强学习。 | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十八周 第二节 | | | | | | | **重难点** | 前后摆臂 | | | | | | | |
| **内容** | 1、跑：走跑交替 ；7——（7）  2、游戏：跳进去拍人；39——（39） | | | | | | | | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，使学生进一步掌握正确的走和跑的动作。  2、培养学生的下肢力量和动作的准确性。  3、培养学生勇敢顽强的精神。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **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：  慢跑  2、徒手操  3、专项准备活动。 | 组织：  ×××××  ×××××  ×××××  ×××××  ◎ | | 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、走跑交替  重点：走和跑要轻松。  难点：动作要自然。 | **跑道上** | | 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。 | | | | 4X8 | | 18 | | 中 | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **数** | | **时** | | **强** | |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 二、游戏：  跳进去拍人；    规则：  1、  圆圈内的人不能出圈。  2、  追拍的人不能用单脚跳必须双脚跳进去。 | ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉ | 4、找学生表演。  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、师给学生个别指导。 | | | 4神饱满动作轻松整齐一致  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。 | | | | 2/3 | | 9 | | 中 | |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 | |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 四个圆圈 | | **教**  **学**  **回**  **顾** | | **走和跑对学生来说最熟悉不过了，但要完全掌握是件不容易的事，所以练习中经常学生会感到很苦糙。** | | | | | | | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十八周 第三节 | | | | **重难点** | 踏跳准，落地轻 | | | |
| **内容** | 1、徒手操和舞蹈 18——（18）  2、跳跃4——（4） | | | | | | | | |
| **目的** | 1. 说出身体各部分主要的功能，发展身体的灵敏性、协调性和节奏感。 2. 培养学生急行跳远的能力，使学生能在快速奔跑中，从一定的区域内蹬地踏跳，双脚轻巧落入沙坑。 3. 体会急行跳远的正确动作方法，着重改进助跑与起跳相结合的环节动作以及踏板的准确度，发展灵敏、协调素质和弹跳力。   培养勇敢、自信、果断、和克服困难、努力进取、积极向上的精神 | | | | | | | | |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | **学生活动** | | | **数** | **时** | **强** |
| **准**  **备**  **部**  **分** | 课堂常规：  1．集体师生问好；  2．教师提出本课学习目标；  3．教师介绍本课活动内容。 | ．组织队形：全班成四列横队集合。  ━━━━━━━━━━━  ━━━━━━━━━━━  **△** | 用简明的语言阐述课的内容  检查课堂常规  安排见习生 | 2．要求：集队迅速，明确目标 | | | 3min | 10 | 小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 基本部位操：   1. 伸展运动 2. 下蹲运动 3. 踢腿运动 4. 体侧运动   动作要领：舒展、优美、协调 | ．练习队形如下：  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  ×××××××××××  ×××××××××××  **△** | 在教师带领下，学生模仿做各种部位操的基本动作练习；  镜面示范、背面示范、完整——分解——完整示范法等相结合 | 动作到位、优美、富有童趣 | | | 5min | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 比比谁踏得准  1、慢跑3步，做踏跳、起跳腾空。  2、5~6步助跑踏跳、腾空、落地。  3、进行规定助跑距离（12M~16M）踏跳。  4、比比哪组踏进“优”区最多。  动作要领：最后一步踏跳腿快速蹬伸，同时摆动积极快速向前上方摆动，上体保持正直。踏跳腿充分蹬直髋、膝、踝三个关节，使身体充分腾起 | 1、练习队形如下图：  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  中良优 | 1、教师讲解游戏的方法、规则和要求，并做一次示范动作。   1. 请学生跟着做一次示范。 2. 讲解、分析、评论。 | | 1、根据上面的结果，要求每位学生进行试跳。   1. 体验快速蹬伸、腾空、轻巧落地。   练一练、比一比 | 13min | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 整理放松活动：  欢乐舞（音乐伴奏） | 自由散点 | 在音乐伴奏下，师生共舞。 | | 1. 轻松愉快，活泼生动 | 4min | 3 | 小 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 录音机一台 | | **预**  **计** | **在课上学生能很好的完成教师所教的动作，说明学生基本功很扎实，身体素质很好。** | | | | |

**六年级体育课教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | 第十九周 第一节 | | | | **重难点** | 收复力，速度 | | | |
| **内容** | * 1. 技巧：仰卧起坐；5——（5）   2. 游戏：快跳快跳；40——（40） | | | | | | | | |
| **目的** | 1、通过本次课的学习，使学生进一步学习仰卧起坐的动作，发展弹跳力  2、培养学生的灵敏性和及速度性和奔跑的能力。  3、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** |
| **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：  各种图形跑  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 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、技巧：  （仰卧起坐）  重点难点：用力收复。 | ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉  ☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉☉ | 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。 | | | 3/4 | 15 | 中 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **顺序** | **教学内容** | **场 地** | **教师活动** | | **学生活动** | **数** | **时** | **强** |
|  | 二、游戏：  （快跳快跳）  规则：  1、  起跳前必须站在起跳线后不得踏线。  2、  跳垫子是脚不要碰垫子如到了扶起来再跳。 |  | 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。 | 2/3 | 12 | 中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 一、放松；  二、小结；  三、下课 | 散点 | 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 |
| **场**  **地**  **设**  **计** | 垫子20块 | | **预**  **计** | 个别 学生的柔韧性，技巧能力弱，布置回家作业，每天练习仰卧起坐30下。 | | | | |