

九年义务教育

小学

体育教案

主 编 周国正
钱玉麒

二年级(上册)

分册主编 韩化南



心用在备课上
爱洒在操场上

北京师范大学出版社

九年义务教育

小学体育教案

二年级 上册

分册主编：韩化南

撰稿人(以姓氏笔画为序)

邓昭芹 白雪生 李国谨

林 鹏 韩化南

北京师范大学出版社

(京)新登字 160 号

责任编辑 郑 玉

封面设计 肖 军

九年义务教育

小学体育教案

二年级 上册

分册主编 韩化南

北京师范大学出版社出版发行 (邮编 100088)

河北永清胶印厂印刷 全国新华书店经销

开本: 787×1092 1/32 印张: 7.375 字数: 159千

1993年12月第1版 1993年12月第1次印刷

印数: 1—6,000

ISBN7—303—02491—3/G·1640 定价: 6.30 元

《小学体育教案》总编委会

主 编 周国正
钱玉麒

编 委 (以姓氏笔画为序)
吴恭平 陆希增
韩化南 鲍思宠

绘 图 王静云 李 鹏

耗几滴心血 献一颗爱心

——写在书前的话

这是一套小学体育备课参考用书。每年级分上、下册，共十二册，包括小学体育课全部教学内容。

本套图书是北京师范大学出版社为适应当前教学改革，满足广大小学体育教师教学急需，特请北京部分特级教师 and 教学经验丰富的教师编写的。整套教案严格按照教学大纲的要求，根据儿童年龄特征，对各年级的教学内容，教学进度，进行了合理而周密的安排。在充分体现体育教学特点即发展学生身体素质、提高健康水平和运动技能技巧的同时，贯彻德智体美劳全面发展的原则。

本套教案研究的课题和编写特点：

一、力求提高小学体育课的系统性和科学水平。

小学体育教学是一项系统教学工程。分散在不同年级的各种体育项目，应该是一个由简至繁、由易到难的统一体。本套教案根据这种认识，纵贯全部教学内容，采取逐课安排、单元授课的方式，为广大小学体育教师提供了详细的授课方案，以便在备课和教学时参考。

遵循体育教学规律和儿童身心特点及运动规律，本教案从准备活动、讲授新课、复习巩固、始终贯彻分解动作训练，连贯动作训练，整体动作训练相结合的原则，使整堂体育课的各

项活动,紧围教学中心任务,形成一个完满、紧密的有机体。

二、贯彻“愉快教学原则”,提高儿童体育运动兴趣,同时注意在游戏中形成、提高运动技能、培养品德、发展智力。

游戏是小学体育课的重要内容。本教案除根据教学大纲的要求,列入课堂教学内容外,并对游戏与体育动作的学习、掌握,技能技巧的形成、提高,品德智力的发展,做了精心的设计与安排,力求使儿童在愉快教学原则的指导下,在兴趣盎然的活动中,身心健康、全面发展。

三、讲解、示范与训练紧密结合,使学生既掌握体育课的知识,又能按照教师的指导进行各项体育活动的训练。既注意发挥教学过程中的教师主导作用,又特别注意学生学习积极性的提高。

学生完成体育运动的正确动作与训练,教师的示范、指导与讲解是不可缺的。因此,本教案强调并充分反映教师应以简明的语言、规范的动作,恰当的指导,来形成学生各项体育活动的科学知识和正确的体育动作,同时对组织训练,自学自练,做了详细、周密的安排。

四、采用笔记式教案写法,力求详细,图文并茂,以便教师使用。

编者认为,本教案的意图,虽然不是像电影角本那样,给演员以临场的依据,但只有力求详细地编写教学过程,才能使广大体育教师充分认识教案所设想的教学实貌,从而使读者决定取舍。

五、为提高小学教师的体育理论知识和教学使用的方便,对选用体育教学大纲外的游戏,进行较详细介绍。

参加本教案编写工作的一位特级教师说:“从五十代起,

我们就想编一套体育教案,以佐助广大体育教师,尤其是青年教师。然而由于种种原因,皆未如愿”。

随着改革深入,我们大胆赏试,编出此套教案,意在抛砖引玉。希望有助于广大教师提高体育课堂教学质量,增强子孙后代健康;并为我国体育竞技运动冲出亚洲,雄立奥运,从小学开始奠定根基,做我们的一点工作。

小学体育教师的劳动,是一项艰苦的脑力与体力相结合、创造性很强的教学活动。为了祖国花朵的茁壮成长,他们几十年如一日,把心用在备课上,用在教学上;把爱洒在操场上,洒在少年儿童的心田里。我们借助这套教案,表达我们的敬意。耗几滴心血,献一颗爱心。

主 编

1994 年 3 月

于北京师范大学

目 录

第一课教案.....	(1)
第二课教案.....	(6)
第三课教案.....	(13)
第四课教案.....	(21)
第五课教案.....	(27)
第六课教案.....	(33)
第七课教案.....	(39)
第八课教案.....	(45)
第九课教案.....	(51)
第十课教案.....	(59)
第十一课教案.....	(65)
第十二课教案.....	(71)
第十三课教案.....	(77)
第十四课教案.....	(83)
第十五课教案.....	(87)
第十六课教案.....	(93)
第十七课教案.....	(99)
第十八课教案.....	(105)
第十九课教案.....	(109)
第二十课教案.....	(117)
第二十一课教案.....	(123)
第二十二课教案.....	(132)

第二十三课教案.....	(141)
第二十四课教案.....	(146)
第二十五课教案.....	(151)
第二十六课教案.....	(157)
第二十七课教案.....	(163)
第二十八课教案.....	(171)
第二十九课教案.....	(177)
第三十课教案.....	(184)
第三十一课教案.....	(189)
第三十二课教案.....	(196)
第三十三课教案.....	(202)
第三十四课教案.....	(208)
第三十五课教案.....	(214)
第三十六课教案.....	(219)
附录(一)二年级全年体育教学工作计划表.....	(224)
附录(二)二年级第一学期体育教学进度表.....	(226)

第一 课 教 案

一、教学内容

(一)引导课。

(二)保护视力。

(三)老鹰捉小鸡。

二、教学任务

(一)在总结一年级课内外体育教学与锻炼情况的基础上,提出上好体育课,开展好课外体育活动的方法与要求。

(二)讲述保护视力的重要意义。

(三)通过游戏提高锻炼的兴趣,恢复体力做好过渡。

三、教学重点和难点

(一)引导课:明确本学期课内外体育活动的内容与要求,端正态度,提高兴趣。

(二)保护视力:保护视力、预防近视。

(三)老鹰捉小鸡:团结协作,友好相处。

四、课的类型与教法

(一)课的类型:室内外结合课。

(二)教法:讲解法、游戏法。

五、场地设施与器材

(一)场地:如图—1。

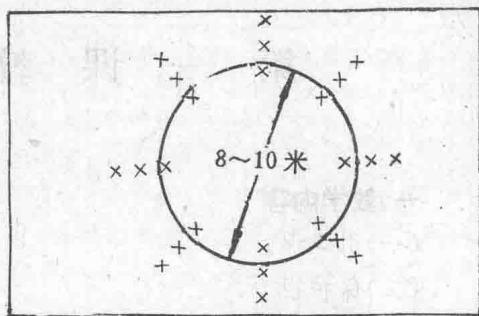
(二)器材:眼睛构造简图1张。

六、教学过程

(一)室内课。

(1)课前告诉学生第一次体育课先在室内上课,然后再到操场去上课。

(2)上课铃声一响,教师站在教室门口,示意学生迅速在自己座位上坐好,等候上课。



图—1 场地设计

(3)教师走进教室站在讲桌前示意班长“上课”,班长喊“起立”行注目礼同时问“老师好”,老师回答“同学们好”示意请坐下,然后开始讲课。

(4)总结一年级体育课内外的成绩

首先祝贺大家胜利地完成了一年级的学业,在体育方面也取得了很大进步。大家回忆一下过去一年来通过体育课内外的学习,锻炼对体育课以及如何上好体育,不仅认识上提高了而且建立起较好的课堂常规,使我们能有条不紊地按计划参加各项体育活动。对所学习的内容如基本运动,游戏以及韵律舞蹈等也初步学到一些知识与本领,尝到甜头,引起兴趣,大家参与的热情比入学前更加高涨,态度更加端正。通过一年来课内外体育活动大大提高了人体基本活动能力,身体素质尤其是速度,灵敏素质提高得更加明显,使我们的身体能力跑得更快了,跳得更高了,投得也更远了。在思想品德方面收获也很大,集体主义精神初步建立,团结互助的品德逐步加强,

和谐的人际交往大大加强,“懒、犟、散”独生子女的脾气有所改善。总之一年来大家在身、心、群、各方面都得到发展,应该说过去的一年是我们进步的一年,身心全面丰收的一年,希望同学们戒骄戒躁,结合各自的优缺点,发扬成绩,找差距,在新的学年里再创好成绩。

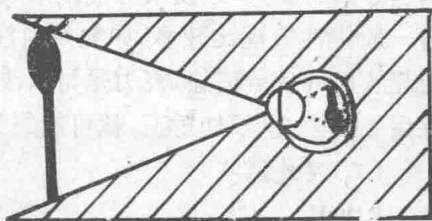
(5)宣布本学期教学计划,课外活动内容以及全校性大型体育活动与比赛等。

(6)公布本学期体育课堂常规,重点是着装的要求,请假制度的规定以及单项教材教学常规的建立与养成。

(7)讲述保护视力预防近视。

①眼睛——活的照相机

眼睛的视觉作用和照相机的作用非常相似,人们把眼睛比作活的照相机是很有道理的,如图—2。



图—2 眼睛成像示意图

跟照相机比起来,眼球的前部就象照相机的镜头,后部就象照相机的暗箱,而网膜就象照相底片。

照相机照象要对光、调整距离和光圈,才能照出清楚的象片。人眼看清楚物体是靠眼睛的调节,即睫状肌把水晶体弄偏些可以看清远处物体,要看近处物体则把水晶体弄凸些,等于“自动对光”了。照相机是用光圈来控制光量的,眼睛的瞳孔很象照相机上的光圈,瞳孔是自动缩小或放大调整光量和景深以保证看清物体的,所以说眼睛是活的照相机。

②保护眼睛的重要意义

照相机出了毛病,不能照象。人的眼睛出了毛病就不能很好地观看物体,看不清物体,就不能很好的工作学习锻炼。眼睛对我们是太重要了,难怪有人常把重要事物的维护,比喻成要象爱护眼睛一样。儿童青少年正处于身体发育的旺盛阶段,如果忽视了对眼睛的保护,更容易使眼睛受到损害。为此要重视眼睛的保护,防止得病或造成外伤,以免影响儿童和青少年的学习和将来的工作和劳动。

③预防近视

我们在校学习尤其是文化课的学习,要看书、写字,都是看近距离的物体,看久了就会感到吃力。物体离眼睛太近和看的时间过长,就会使调节晶状体的睫状肌长期处于紧张状态,引起眼睛的疲劳,过度疲劳使眼睛成为假性近视。我们这个年龄一般假性近视比较多,如能及时注意用眼卫生,及时矫正,使睫状肌的疲劳消除,视力是可以改善或恢复的。相反如不注意用眼卫生,也不加矫正,就可能成为真性近视。

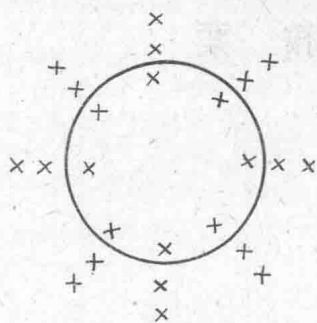
(二)室外课

1. 编队

全班同学到操场上按过去站队的要求排队,由于一年来同学们生长发育的不平衡,原来排队的顺序已被破坏,为了全班站队的整齐有必要调整一下,重新排定站队位置。男女生各成一行横队,立正姿势站好,教师逐个进行观察并及时调前或拨后,从整体上看由高到低较合适后,各队1—2报数,由一行横队变成二行横队,让大家记住自己的位置,以后上体育课按调整后的位置站队。

由4队分成8队,分别站在圆圈上如图—3各队第一人站在圆圈里面向自己小队做老鹰,各队第二人伸开两臂做母

鸡,其余人双手搭前面人的肩做小鸡。



图—3 编队场地

2. 游戏

老鹰捉小鸡,游戏开始,老鹰捕捉小鸡,母鸡设法保护小鸡。有一队小鸡被捕捉或小鸡脱离母鸡的保护则游戏停止。各队第二人出队作老鹰,第三人做母鸡,原来老鹰到排尾做小鸡。如此依次轮做。要求老鹰不许触及母鸡,小鸡不许脱离保护。轮作1—2轮次。表扬保护好小鸡的母

鸡及捉到小鸡的老鹰。

3. 教师总结

全班站成改编后的队伍,对本课进行小结首先讲评室内课上课的情况,重点重述新提出的课堂常规。提醒同学们在新的学期开始要认真保护眼睛,预防近视,眼睛有毛病的要及时治疗,争取尽快恢复视力,其次让大家记住新编站队位置。表扬在游戏活动中认真锻炼严格遵守规则的同学。宣布下次课的内容及收拾器材的人员。

4. 下课礼节

听到下课铃声,同学们要保持安静,不能自动解散,要听候教师宣布下课才能下课。教师宣布下课,同学们要立正行注目礼,教师还礼后,同学们再解散下课。下课后部分同学要按教师提议协助教师收拾场地器材。并码放在规定的地方。

七、课后小结(从略)

第 二 课 教 案

一、教学内容

(一)用各种方式(或速度)走步。

(二)“绕旗接力”游戏。

二、教学任务

(一)初步学会用背后夹棒走,手放头后等走步的方法和加大步幅的走,加快速度走的方法,发展走的能力和提高了奔跑能力。

(二)发展速度,灵敏等素质。

(三)通过游戏培养团结合作和遵守规则的品质,发扬竞争意识和开拓精神。

三、教学重点和难点

(一)各种方式走步:正确姿势的走。

(二)绕旗接力:传接棒技术和传接配合精神。

四、课的类型与教法

(一)课的类型:新授课。

(二)教法:讲解示范法、游戏比赛法。

五、场地设施与器材

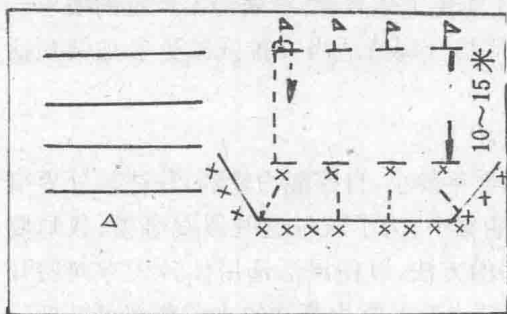
(一)场地:如图—4。

(二)器材。

六、教学过程

(一)开始准备部分:(8'~10')。

1. 队长整队



图—4 场地设计

教师协助把队伍尽快排齐站好。要求听队长的口令,必要时教师采用读秒的方法,要求在“×”秒内把队伍站好站齐。对站队达到“快静齐”要求的班级进行表扬。

2. 报告人数

对二年级小同学只要求做简单的报告:如报告老师本班实到“××人”则可,经过一段练习后再上缺席人数的统计。开始可从队长站位向前上一步做报告,过渡到跑到教师面前做报告。教师接受报告后,发出“稍息”的口令,然后归队。

3. 师生问好

教师走到队伍的前面立正站好,向同学们问:“同学们好!”同学们立正齐声回答:“老师好!”要相互以尊敬的心情互相问候,声音不要过大,语气要有亲切感以便沟通师生的情感。

4. 宣布本课内容

今天学习用各种方式走步,目的在养成正确走路的姿势。还要学会绕旗跑和传递接力棒的方式。

5. 检查着装处理见习生活动

检查学生是否穿着便于运动的衣着和鞋,并告诉学生以

后在上课前要自行检查着装。对不能上体育课的学生要课前请假,出示医生证明才能免上体育课。对病势不严重的要求一律站在队伍中间,教师结合病情适当安排或减免参加某项活动。

6. 集中注意力练习

由于二年级小同学年龄小,自控能力较弱,往往被外界事物所干扰,使精神不能集中;为了应付这些偶发事项;教师要掌握几种集中注意力的方法,以便灵活选用如转变方向避开发生的人或事。做“高矮人”,及学生喜欢的小游戏都可以把分散了的注意力集中起来,保证顺利上课。

7. 队列练习

立正稍息,向右看齐,向前看等。

(1)四列横队练习队列。

(2)示范立正、稍息动作,讲述动作要点。

(3)集体练习3—4次,然后分队轮流表演1—2次。教师给以评定。表扬做得规范的个人和小队。

(4)练习向右看齐:集体练习1—2次,要求左手叉腰转头向右看,开始允许学生低头看脚是否排齐,过渡到用眼通视全线,后列人员向前对正,看齐。练习时还可让各列排头向前走三步,然后下达向右看齐的口令,看哪列队伍排得齐,动作迅速,借以提高向右看,要求听到动令时迅速转头,手放下恢复成立正姿势。

8. 准备活动:广播操(1—6节)

(1)四列横队散开成做操队形。

(2)教师示范一节,领同学练习2×8拍,逐节复习1次。对同学尚不熟悉的节次要分解动作进行练习与纠正。