

# 最新小学四年级体育教案详案设计 小学 四年级体育教案(优质13篇)

一份完善的安全教案应该具备清晰的阐述逻辑和精准的内容安排，以便让读者更好地掌握和运用安全知识。安全教育从小抓起，以下是小编为大家整理的几个适用于小学生的安全教案，供大家参考。

## 小学四年级体育教案详案设计篇一

学习目标： 在自主的练习中提高跳绳的成绩

学习内容： 游戏 短绳

重点： 在合作中掌握短绳的技能

难点： 在合作中提高短绳技能

学习步骤：

### 一、 有趣的小游戏

教师活动： 1. 提出队列练习的要求

2. 组织队列练习.

3. 提出游戏练习的要求、讲解游戏的方法

4. 组织游戏

学生活动： 1. 积极的投入到游戏中去.

2. 大胆的为同伴进行示范

3. 全身心的投入到游戏中去。

组 织：

二、 合作探究、掌握技能

重 点：在合作中掌握短绳的技能

难 点：在合作中提高短绳技能

教师活动：1. 组织进行柔韧的练习

2. 在示范进行一种角力的小游戏之后请同学们自己和同伴想一种游戏。

3. 组织游戏

4. 提出短绳的练习。（和同伴一起享受自己学会的短绳的方法）

5. 组织进行原地的展示。

6. 提出进行短绳冠军赛的要求，讲解方法

7. 组织比赛

学生活动：1. 和同伴一起进行柔韧的练习。

2. 积极的探求“角力”的游戏方法。

3. 和同伴探求短绳的各种练习方法

4. 积极的投入到短绳冠军赛的比赛中去。

组 织：

### 三、互相的放松

教师活动：1. 提出放松的要求

2. 进行放松

学生活动：相互的进行放松

组 织：

1、本课小结

2、回收器材

3、师生告别

场地器材： 短绳若干

课后小结：1. 这是一节让同学自主玩绳的课. 通过学生之间自主的玩绳. 让学生对绳的练习有一个新的认识. 同时在快乐之中能够学会锻炼身体的方法. 并掌握这种方法.

## 小学四年级体育教案详案设计篇二

学习步骤：

一、合作游戏、提高能力

教师活动：1. 提出游戏的要求

2. 讲解游戏的方法与要求。

游戏的方法：全班分成六组，第一组先扮演鱼网，第二组休息。其他的四组扮演小鱼进行游戏。然后第二组扮演鱼网，第三组休息。其他四组扮演小鱼。游戏依次循环。

3. 分成六大小组
4. 组织游戏
5. 对游戏进行调控，使游戏更加的生动。

学生活动：1. 理解游戏的方法和要求

2. 小组合作进行游戏
3. 注意在游戏的安全

组织：

二、合作探究、掌握技能

重点：左脚也能熟练的进行毽子练习

难点：左右脚能熟练进行盘踢练习

教师活动：1. 提出毽子的练习

2. 组织右脚的30个熟练性练习
3. 以小组为单位进行一分钟的团体总成绩的比赛
4. 组织左脚的50个熟练性练习
5. 以小组为单位进行一分钟的团体总成绩的比赛
6. 组织进行50个的盘踢熟练练习
7. 以小组为单位进行一分钟的团体总成绩的比赛

学生活动：1. 自主的完成各项熟练性的练习

2. 发挥自己的最好的成绩，合作完成比赛，勇创好成绩。

组织：

三、放松身体，愉悦身心

反应游戏

规则：所有学生走成一圈，然后听老师喊：往前走，往后退，往前跑，倒着跑等来提高判断能力。

组织：学生围成一个圆圈

1、课后小结

2、安排回收器材

3、师生告别

场地器材：操场毽子若干个

课后小结：1. 在做游戏的时候体现出了一个个性差异的问题. 男女同学不愿意在一起手拉手做游戏. 通过教育这种情况得到了改善。

第6部分

学习阶段：水平二

学习目标：小组合作在游戏中完成跑的练习.

学习内容：队列练习游戏：老鹰抓小鸡接力

重点：在游戏中学会相互的合作完成练习

难点：提高小组合作的效率

学习步骤：

一、队列练习、提高团体的认识

教师活动：1. 教师提出队列练习的要求

2. 讲解队列练习的方法

3. 组织队列练习

学生活动：1. 知道队列练习的方法

2. 积极的进行队列练习

组织：纵队和横队

二、小组合作、完成练习

重点：在游戏中学会相互的合作完成练习

难点：提高小组合作的效率

教师活动：1. 把全班分成人数相等的六小组

2. 提出小组进行老鹰抓小鸡的的要求

3. 组织游戏老鹰抓小鸡

4. 提出游戏的要求

5. 组织学生布置游戏场地

6. 组织游戏

- 学生活动：
1. 在小组中民主的选举小组长
  2. 在小组长的带领下进行小组合作的游戏
  3. 小组合作布置场地
  4. 在小组中决定接力的顺序
  5. 进行游戏

组织：以小组为单位练习

### 三、放松身体、愉悦身心

放松操：

- 1、肩关节运动
- 2、俯背运动
- 3、跳跃运动
- 4、整理运动

组织：成四列横队散开一走

1、课后小结

2、安排回收器材

3、师生告别

2、安排回收器材

3、师生告别

课后小结：

这节课出现了几个问题，我对其做了深思，以便能更好的上下节课。1，在常规中，体委的整队的时间应该紧凑。加强同学们的常规练习。2，在进行反口令的练习时可以采用小组间

的比赛。3，在进行游戏“贴烧饼”的时候在对蹲着的同学的处理手段可以灵活。应该让其他参加游戏的同伴都知道，这样可以相互的督促。4，在进行自然地形跑的时候，教师在讲解跑的要求应该明确。这包括[a]小组长的职责[b]奔跑的速度和时间，同时要求认真的听教师的讲解，这样才能使得学生在艰苦的环境中更好磨练，锻炼自己的意志。

## 小学四年级体育教案详案设计篇三

学习内容：游戏 30米冠军赛

重点：在练习中提高自己的奔跑能力

难点：在练习中能和同伴合作完成练习

学习步骤：

一、 集体游戏、提高兴趣

教师活动：1. 提出队列练习的要求

2. 组织队列练习

3. 提出游戏的练习要求

4. 讲解游戏《找朋友》的方法

5. 组织游戏

学生活动：1. 懂得队列的重要性

2. 积极的进行队列练习

3. 理解和掌握游戏的方法和规则。



#### 4. 投入到游戏的联系中去

组 织：

### 二、 合作探究、掌握技能

重 点：在练习中提高自己的奔跑能力

难 点：在练习中能和同伴合作完成练习

教师活动：1. 提出小组自主的进行跑的准备活动

2. 组织小组自主的进行练习

3. 提出以小组为单位自创一个小型的奔跑的游戏

4. 组织学生进行自创的小型游戏

5. 提出30米冠军赛的要求的要求

6. 组织比赛

学生活动：1. 自主的进行准备活动

2. 自主的进行奔跑小游戏的创编和练习

3. 积极的投入到30米冠军赛的比赛中去。为自己的小组的荣誉而努力

组 织：

### 三、 相互方法、加速恢复

教师活动： 提出放松的要求

## 组织放松练习

学生活动： 进行放松

组 织： 自由散开

1、 本课小结

2、 收回器材

3、 师生告别

场地器材

课后小结：

本课是一堂有关发展学生跑的能力的练习课，通过游戏调动学生“跑”的积极性。同时在游戏中作好充分的热身。在30米的冠军赛中通过进一步提高学生对跑的热情，调动大家的积极性，发展学生跑的能力。在这堂课中，我发现一个小团体现象，为了比赛，为了游戏，学生有了很强的集体荣誉感，发展了团结协作的精神，这让我在以后的课堂内容安排上起了很大的启发作用。但也存在着一个问题，学生不太喜欢胖点的同学加入自己的队伍中，怕影响成绩，因此，我应该在这个方面做学生的思想，多做德育方面的教育，使小团体真正成为和谐，快乐的团体。

## 小学四年级体育教案详案设计篇四

学习内容： 蹲跳起

重点： 初步学会蹲跳起动作。

难点： 做到两腿迅速蹬直、向上跳起。

学习步骤：

## 一、情景导入

教师活动：1. 教师组织队列起步走和原地的二列横队成四列横队走

2. 组织学生进行游戏《“8”字形接力跑》教师讲解游戏方法和要领。

3. 组织游戏。先组织一次试练，指出存在的问题并进行纠正。继续组织学生进行游戏。教师进行裁判。

学生活动：1. 观看同学的示范，认真的听教师的讲解。

2. 在教师的组织下热情的投入到游戏中去，并和同伴很好的配合进行游戏。

3. 在教师总结后认识到游戏中存在的问题要积极的纠正。并更好的完成游戏。

组织：以四路纵队完成游戏。

## 二、合作探究、掌握技能。

重点：初步学会蹲跳起动作。

难点：做到两腿迅速蹬直、向上跳起。

教师活动：1. 教师邀请同学做蹲跳起练习。并进行比较。

2. 教师进行动作的示范和技术要领的讲解。

3. 组织学生进行练习。组织学生进行原地的蹲跳练习。并要提出哪位同学的动作完成的好跳动高。组织学生进行行进间

的蹲跳练习。并组织学生看谁跳的快而好。

学生活动：1. 认真的看示范和听讲解。

2. 努力的完成练习把技术动作作好。同时要求更好的表现自己。体现出自己的优势。

组织：四路纵队。

三、放松练习，调节自身。

教师活动：教师组织放松的练习。要使学生的身体尽量的放松。

学生活动：积极的投入到放松练习中去。让自己好好的放松。为下节课准备。

组织：在蹲跳练习完成的队列上。

1、课后小结

2、安排回收器材

3、师生告别

场地：操场

小学四年级体育教案

学习阶段：水平二

学习目标：培养学生在练习中发扬相互团结帮助的合作精神，知道体育课是集体性活动，能够做到配合与听从组长的指挥，在练习中积极进取，勇于自我表现。

重点：蹬转有力，挥臂快速。

难点：蹬转与挥臂动作衔接连贯协调。

学习内容：原地侧面投掷垒球

学习步骤：

## 一、自主活动、活跃情绪

教师活动：1、学做解放军，组织学生在音乐的伴奏下，进行原地踏步走和齐步走的练习。

2、组织学生进行铃儿响叮当集体舞练习(练习中，无固定队型，同学间可以相互自由组合，可以创编动作，只要能够跟上节拍)。

3、带领学生进行专相准备活动练习。

学生活动：1、精神饱满，认真进行学做解放军练习。

2、积极与自己的同伴密切配合，充分展示自己的优美动作和创编动作，对自己所在组的合作练习感到满意。

组织：如图：

## 二、合作探究、掌握技能

重点：蹬转有力，挥臂快速。

难点：蹬转与挥臂动作衔接连贯协调。

教师活动：1、讲解示范投掷动作的方法要求，强调蹬转和挥臂间的协调衔接，组织学生徒手模仿练习。

2、组织各组学生在组长的带领下，到指定位置进行投掷练习，提示在练习中能够发扬互相帮助合作的集体精神。

3、集中学生，对学生练习中存在的不足进行及时提示，再组织学生进行集体投掷练习，选出班级表现的几名同学，最后选出我们的投掷大王。

学生活动：1. 细心观察聆听老师的讲解示范，积极进行模仿练习，。

2. 各组学生积极听从组长的指挥，相互间发扬团结合作的良好作风，展示自己的投掷技能。

3. 认真观察老师的示范，及时找出自己的不足。集体练习中，敢于自我表现，充分展示自己的投掷本领。

教师活动：总评此次课上投掷练习情况，对表现突出的同学进行表扬和鼓励。

学生活动：总结自己的得失，对自己的表现和进步感到愉悦。

组织：各组成一列横队，在固定的位置上练习；后成四列横队大集体练习。

### 三、创新延伸、展示技能

教师活动：打开录音机，提示学生自由自在地模仿各种会飞的动物、昆虫、和飞机等的练习。

学生活动：跟随音乐自由自在练习和翱翔，充分放松自己。

### 四、放松身心

健美操：（自编）

组织：成四列横队，散开——走

1、课后小结

2、安排回收器材

场地器材：田径场一片、垒球36个、录音机一台

课后小结：

各个小组在组长的带领下，都积极进行练习，在最后老师让学生进行自我评价的时候，学生都能够根据自己的表现，做出合理正确的评价，学生有下次会做的更好的心理意向。

## 小学四年级体育教案详案设计篇五

学习目标：在游戏比赛中学会不同的换物方法；发展奔跑能力。

学习内容：游戏——换物接力

学习步骤：

一、积极游戏，活跃情绪

教师活动：

1、组织学生按场地集队、互相问好；

2、组织学生柔韧练习；

3、组织让学生一起做游戏（结合以前所学游戏进行）：如剪子、石头、布等，教师检查指导。

学生活动：

- 1、按要求进行快速地集队；
- 2、做准备活动，要求充分、动作到位；
- 3、分小组进行已学游戏的练习（如剪刀、石头、布的游戏等）。

组织：如图站队

学生游戏时，要求充分利用圆圈来做游戏。

## 二、快乐游戏，用不同的器材来创造游戏

教师活动：

- 2、要求每小组学生利用手中的物品并结合已有的场地创设一个或几个游戏；
- 3、让学生想一想说一说怎样来做所创设的游戏，说出规则与方法；
- 4、组织学生进行游戏，让每个学生用自己想用的方法去尝试游戏，教育学生要注意安全；
- 5、为学生点出尝试游戏中出现的不足，组织学生进行游戏比赛；
- 6、组织学生小结，并对学生的表现进行点评。

学生活动：

- 2、面对已有的场地，利用手中的器材，发挥学生自主能动性，积极地发表自己的想法；
- 3、按照学生的想法，并由该学生当组长，组织本组学生进行



游；。

4、进一步了解要求后，积极热情地参加比赛；

5、配合老师对自己小组的游戏作出评价。

组织：分组练习（队形与场地同上）

三、换物游戏，发展学生奔跑能力

教师活动：

2、分组站位（如下图），组织学生游戏；

3、指导游戏，及时总结游戏情况。

学生活动：

1、要求按照游戏的规则与方法，主动积极的参与游戏，注意安全；

2、游戏中，学生要讲究方法与技巧；

3、让两个小朋友来当小老师，督促与检查各小组游戏情况；

四、小结整理，放松练习，收拾器材（略）

场地器材：操场、圆木柱、乒乓球拍、垒球

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 小学四年级体育教案详案设计篇六

1、跳绳。

2、利用跳绳进行各种游戏。

长跳绳，短跳绳。

多媒体电脑。

运动参与：学生积极加入到学习中，并大胆向同学展示自己的动作。

运动技能：掌握一些用跳绳练习的方法，了解跳绳运动的相关知识。

身体健康：通过跳绳发展学生的身体素质，增强体能，促进身体正常的生长发育。

心理健康：在学习中充分展现自我。增强自信心和意志品质，得到成功的喜悦。

社会适应：培养良好的团结协作精神。积极进取，乐观开朗。

补充准备部分：

1、课堂常规。

2、游戏《地道战》。

### 3、绳操。(自编)

- 1、师生对话，宣布上课。
- 2、看演示、了解游戏方法。
- 3、自然分组游戏比赛。
- 4、听音乐跟老师做绳操。

要求：动作协调、优美。

1、练习我们已经学过的各种跳绳方法。比比谁的跳法多?谁跳的次数多?

2、在电脑中查找关于跳绳的资料。

- 1、听教师讲解要求。
- 2、学生友伴分组练习。
- 3、在电脑中查找资料。
- 4、根据教师指导练习。
- 5、各组汇报展示。

要求：认真练习。

### 基本部分

#### (1)、闯三关

通过多媒体演示，让学生了解游戏方法。然后分组练习。

比比哪组学的快?哪组顺利闯关的时间短?

- 1、看电脑演示,猜游戏。
- 2、听老师讲解练习要求。
- 3、友伴分组练习。
- 4、根据教师指导练习。
- 5、增加闯关数练习。

要求: 积极参加到练习中。

(2)、小组自由选择方法练习。

比比哪组学得快?

比比哪组跳法新颖?

(3)、根据自己的爱好,用跳绳做各种练习。如:跳绳、跳皮筋、投掷练习等。

- 1、在电脑中选择游戏或自编游戏。
- 2、友伴、兴趣分组练习。
- 3、根据教师指导练习。
- 4、各小组成果演示。
- 5、自由创编练习。

要求: 充分动脑思考。

## 结束部分

- 1、欣赏音乐,充分联想。
- 2、在音乐伴奏下自由发挥。
- 3、注意听老师讲评。

自由组合。

## 小学四年级体育教案详案设计篇七

以“健康第一”为指导思想，以“寓快乐于体育教学之中”为教学目标。根据《体育与健康课程标准》给学生创造一个生动、活泼的学习氛围。强调在体育教学过程中以学生为主体，发展学生个性，创造精神和实践能力。以激活课堂为宗旨，改变传统的以教师为中心的课堂教学模式，打破传统，并在课堂中对学生进行思想教育。本课教学过程中教师积极引导，充分发挥学生的主体作用。让学生在玩的过程中主动学习、主动探索，培养学生的自学、自练、自评的能力。

从学生的身心发展变化的特点出发，应大力发展速度素质，培养学生之间团结协作的优秀品质。本教材在游戏的基础上，以游戏的形式提高跑的速度。旨在培养学生的合作意识，激发学生的学习兴趣，采用不同的教学方法，促进学生更好的学习，让学生乐而不疲，是教材变枯为趣，进而培养学习的实践创新能力，为终生体育打好基础。

- 1、使学生掌握游戏方法和游戏规则。
- 2、培养学生动作的协调性和灵活性。
- 3、培养学生相互协作的能力和齐心协力的精神。

教材：“二人三足接力”合作跑，30米往返跑。

教学法：讲解法、示范法、练习法。

教学重点：用有效地方法，灵巧、相互协作安全地完成比赛。

教学难点：有创新意识和表现。

1、课前十分钟布置好场地器材，场地布置要清楚明白，其摆放要安全合理。

2、课前三分钟要整队集合，执行课堂常规，明确学习目标，使学生做好本次课的心理准备。

3、导入新课：以小组为单位，并激发学生的学习兴趣。

4、情景热身：慢跑活动——以一路或两路纵队的形式作不同路线的慢跑活动（螺旋跑或蛇形跑）。创兴操——采用简单、形象、新颖的徒手体操，既能使学生全面活动，又能使学生感觉不枯燥乏味。

5、体验和巩固技术。

（1）让学生回顾多人合作跑的比赛场面，激发尝试心理和表现欲望，并进行分组练习。通过一次尝试后，学生自我评价，探讨研究，找出不足，教师及时进行点拨，强调比赛时应注意安全，使学生树立信心。通过再次比赛，满足学生的练习欲望。

（2）为了迎合学生的好胜心里，采用绕标志物接力游戏，来发展学生合作能力。首先向学生说明跑动路线，讲解游戏动作要领。让学生按规定路线比赛一次，同时体会游戏带来的乐趣。比完一次，自己总结成功的'经验，找出失败的原因。为了激发兴趣，促使练习，采用探究性学习的教学手段。探

究中，可以采用自己排列本组的跑动顺序，也可采用不同方式绕过标志物，自主学习。在通过比赛来验证各种不同方法对成绩的影响，进而巩固技术。

6、放松身心：鸣哨集合后，师生共同做轻松愉快的活动进行放松身心，请学生谈谈成功的关键所在和体验快乐的感觉。最后教师总结。

一块篮球场地、两根布条、标志杆两根。

## 小学四年级体育教案详案设计篇八

学习目标：小组合作在游戏中完成跑的练习。

学习内容：队列练习游戏：老鹰抓小鸡接力

重点：在游戏中学会相互的合作完成练习

难点：提高小组合作的效率

学习步骤：

一、队列练习、提高团体的认识

教师活动：1. 教师提出队列练习的要求

2. 讲解队列练习的方法

3. 组织队列练习

学生活动：1. 知道队列练习的方法

2. 积极的进行队列练习

组织：纵队和横队

## 二、小组合作、完成练习

重点：在游戏中学会相互的合作完成练习

难点：提高小组合作的效率

教师活动：1. 把全班分成人数相等的六小组

2. 提出小组进行老鹰抓小鸡的的要求

3. 组织游戏老鹰抓小鸡

4. 提出游戏的要求

5. 组织学生布置游戏场地

6. 组织游戏

学生活动：1. 在小组中民主的选举小组长

2. 在小组长的带领下进行小组合作的游戏

3. 小组合作布置场地

4. 在小组中决定接力的顺序

5. 进行游戏

组织：以小组为单位练习

## 三、放松身体、愉悦身心

放松操：

1、肩关节运动2、俯背运动3、跳跃运动4、整理运动



组织：成四列横队散开一走

1、课后小结

2、安排回收器材

3、师生告别

2、安排回收器材

3、师生告别

## 小学四年级体育教案详案设计篇九

学习内容：综合练习

学习步骤：

### 一、情景导入

教师活动：1. 集合队伍，宣布本课内容和学习目标。

2. 老师让学生在自然地形跑和老鹰捉小鸡游戏活动中，任选一项并讲解活动的方法和要求，组织学生进行练习。

3. 老师再带领学生活动一下身体各个关节。

学生活动：1. 细心聆听老师的讲解提示，知道这节课所要达到的要求

2. 在老师的启发和激励下，选择一种活动项目并积极地和同伴进行练习活动。

3. 积极随老师进行关节活动练习，并能知道活动的好处。

组织：

## 二、合作探究、掌握技能

重点：各组能够积极开展各项活动，知道各项活动的方法要领。

教师活动：1. 讲解活动的各个内容和活动地点，以及活动的方法要求，激发学生在练习中能够发扬相互帮助的良好品质，最后提醒学生当老师鸣哨后，立即开始进行轮换。

2. 老师巡视观察学生的练习情况，密切观察，排除一切危险因素，良好调动学生练习的积极性。

3. 集合队伍，针对学生的练习情况进行及时合理的评价。

学生活动：1. 细心聆听老师的讲解和要求，知道练习的方法要求和组织形式。

2. 在练习中能够积极果敢善于表现自己，同时又能积极和同伴密切配合。

3. 结合老师的讲评，思考自己在这节课上的表现，自己评评看，能够拿几分。

## 小学四年级体育教案详案设计篇十

以《体育与健康课程标准》和体育组的工作计划为指导。制定身体锻炼目标，落实体育教学常规，增强学生体质，强化学生习惯培养。注重两操的管理，提高学生健体意识。开展课题研究，建立体质健康反馈系统。加强教学研究，提高自身素质。团结合作，齐心创先进。

经过一学期的教学，本班学生积极参与运动，体育运动能力

较强，整体体育素质好，运动技能熟练掌握，身体健康状况良好，学习与锻炼能吃苦、勇敢顽强，较好的处理同学之间的人际关系，游戏与锻炼中能团结合作，学生喜欢体育游戏活动，更喜欢体育比赛。但班级之间学生的体育水平与体育素质存在差异，有的学生比较活跃，喜欢一些竞技较强的体育项目，有的学生更趋向于小游戏及小运动量的体育内容。体育课堂常规存在不足。本学期要根据以上情况制定出相应的策略，促进教学质量提高。四年级学生注意力不够稳定，不易持久，有意注意虽有发展，但还很不完善。集中注意力的能力较好，交换练习的时间应控制在20分钟内。

1、积极参与体育学习，能向同伴展示学会的简单运动动作，能向家人展示学会的运动动作。2、能说出所做身体各部位简单动作的术语，如转头、侧平举、体侧屈、踢腿等。说出所做简单的全上身动作术语，如蹲起、踏步、滚动、跳跃等。会做简单组合动作，如球类、体操、舞蹈、韵律活动。知道不按规则运动和游戏会导致身体受到伤害，知道在安全的环境中运动和游戏。

3、在日常学习和生活中初步具有正确的身体姿势。在徒手操、队列等练习中保持正确的身体姿势。通过多种游戏发展位移速度和动作的灵敏性。通过多种练习形式（跳跃游戏和跳绳等）发展跳跃能力。能描述自己的身体特征。

4、体验参加不同项目运动时的心理感受，如紧张、兴奋等。在体育活动中展示自我，对体育活动表现出较高的热情，能克服困难，有意志坚强品质。

5、体验并说出个人参加团队游戏时的感受。知道在集体性体育活动中如何与他人合作，并与他人合作完成体育活动任务。

1、牢固树立“健康第一”思想，把握新课程四个教学理念，有效促进学生健康、快乐成长。2、发扬教学民主，融洽师生关系，经常听取学生的意见，师生共同练习、游戏，提高学

生学习兴趣，树立自信，提高课堂教学效益。

3、加强对学生学法的指导。提高学生自学、自练的能力。

4、给学生营造合作学习的氛围。在学生自学、自练的基础上，可以组成学习小组，让学生相互观察、相互帮、相互纠正，使学生在合作学习的氛围中，提高发现错误和改正错误的能力，不断提高动作质量，并在合作学习过程中发展社会交往能力。

5、教师要为学生提供机会，培养他们的创造力、竞争力以及迎接挑战的能力。在教学过程中，有些教学内容教师可以只提要求，不教方法，让学生自己去尝试学习。

6、通过布置适当形式的课外锻炼作业，培养学生的锻炼习惯以及对社会健康问题的责任感。

（略）。

## 小学四年级体育教案详案设计篇十一

教学内容：

并脚跳、单脚交换跳

指导思想和理念：

本课依据《体育与健康课程标准》，以跳绳为主教材，树立“健康第一”的指导思想，突出一个“新”字，体现一个“改”字，以学生的心理活动为导向，面向全体学生，做到人人享有体育，人人都有进步，人人拥有健康。借助多种教学手段，通过教师和优生的演示，使学生直观的了解跳绳的多种跳法和相关知识。不但让学生学会多种的跳绳方法，而且让学生根据已有的跳法进行自由创编，培养学生的创新

能力。让学生将自己的跳法大胆的向其他同学展示，增强其自信心，获得成功的喜悦。通过游戏比赛的形式培养学生良好的团结合作能力。师生在民主、平等、和谐的氛围中完成教学目标。

教材分析：

跳绳时小学生十分喜欢的一种体育活动，设备简单，容易开展，通过跳绳活动能够促进学生上下肢肌肉、关节、韧带和内脏机能的发展，对于发展弹跳、灵敏、协调性等具有显著作用。

教学目标：

- 1、初步学习并脚跳、单脚交换跳的动作方法，提高弹跳能力。
- 2、通过游戏发展学生的上肢力量和身体素质，增强体能，促进身体正常的生长发育。
- 3、激发学生积极锻炼身体的热情，培养良好的团结合作的精神，积极进取，乐观开朗。

教学重点：

摇跳结合，选好跳起时机。

教学难点：

有节奏的摇跳，上下肢协调配合。

场地器材：

短跳绳41根、平整场地一块。

教学过程：

## 一、上课常规：

- 1、整队、报告人数、师生问好、宣布内容。
- 2、宣布教学内容。
- 3、教师提出要求。
- 4、进行安全教育。

### 队列练习：

- (1) 原地四面转法练习。
- (2) 解散、集合练习。

## 二、辅助性练习：

- 1、并脚跳练习。10次×4组
- 2、单脚跳练习。10次×4组

## 三、学习跳短绳：并脚跳、单脚交换跳。

### 动作方法：

- (1) 并脚跳：上臂夹，手屈起，手腕一抖绳抡起，先抡绳，后跳起，两腿弯曲脚跟不着地。
- (2) 单脚交换跳：握绳与摇绳方法同前，当一只脚跳过绳后，另一只脚迅速落地，交换跳数次。

### 组织队形：

四列横队，面向老师。

步骤：

- 1、教师讲解握绳和调绳的动作方法，并示范。
- 2、教师讲解跳绳的方法，并示范。
- 3、学生练习单手摇绳及握住绳两头摇绳。
- 4、学生练习双手前后摇绳。
- 5、将绳摇至脚下，跳过跳回数次。
- 6、学生练习连续并脚跳。看谁跳的多。
- 7、学生练习单脚跳，看谁跳的多。
- 8、学生练习单脚交换跳，看谁跳的多。选择跳的好的示范，计数时前后同学计数。

#### 四、游戏：拔河比赛

方法：将每组同学的绳收起，合在一起做拔河绳。两个同学一组，进行拔河比赛。

规则：谁脚先离开地面，判为失败，对方获胜。

组织：学生分成4组

步骤：

- 1、教师讲解，示范。
- 2、学生练习，教师评价。1次
- 3、学生比赛。选出班里的大力士。2—3次

## 五、放松活动

徒手操：放松上下肢

## 六、结束语

- 1、教师总结，布置作业。
- 2、回收器材。
- 3、师生再见

## 小学四年级体育教案详案设计篇十二

教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：培养独立生活和学习的的能力

教学目标：使学生懂得独立生活，自主学习的重要。养成学会学习，会生活，会劳动的好习惯。从而提高自主学习的能力。

1、学生自己读书。2. 出示考虑的问题：（1）培养自己独立学习和生活的能力，从几方面？（2）培养自己的能力，上课要怎样？（3）怎样培养整洁的习惯？（4）培养爱劳动的习惯，要做到哪些？ 2. 对照问题展开讨论。老师板书：第一：培养自习的能力。“上课”，“作业”，“阅读资料”，“勤奋”，“自觉”，“独立思考”。第二：培养整洁的习惯“按时起床”“整理被，房间”，“物品分类存放”。第三：培养爱劳动的习惯。“扫地”，“洗菜”，“洗碗”。三。教学小结：

第一：培养自习的能力，第二：培养整洁的习惯，第三：培养爱劳动的习惯。教学反思：



教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：锻炼坚强的意志

1、自学课文 2. 出示问题

依靠：“长期刻苦” “顽强拼搏” “坚强的意志” 从小：远大理想，培养坚强的意志。三。四。作业：在日常生活中，可从哪些方面锻炼自己的意志？ 教学反思：

教学小结：

“长期刻苦” “顽强拼搏” “坚强的意志”，远大理想，培养坚强的意志。

教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：团结友爱好

（一）。相互尊重：尊重他人，别人，体谅（二）。帮助，共同进步（三）。谈心，解除烦恼 四。教学小结：

相互尊重：尊重他人，别人，体谅，帮助，共同进步，谈心，解除烦恼。

五。作业：同学之间应怎样做到团结友爱？ 教学反思：

教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：心情要愉快

1、谈话

2、板书课题：心情要愉快 二。展开

1、全班齐读课文 2. 对照下列问题讨论(1)。人通常有哪几种心情

直率，坦诚，宽容，体谅，设身处地，为他人想，志气，远大理想 4. 齐读课文 三。教学小结：

直率，坦诚，宽容，体谅，设身处地，为他人想，志气，远大理想

作业：怎样培养自己愉快，开朗的性格呢？ 教学反思：

教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：我们的心脏

1、让学生用自己的手摸一摸心脏的位置

心脏位于胸腹偏左的位置，在肺中间，心脏的外形象一个桃子，尖部朝下，似拳头一样大小。正常人安静时的心率是60-100次/分。通过锻炼来增强自己的体质，有了好的身体才能更好的学习 教学反思：

教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：我们的肝脏

3、产生胆汁，对食物进行消化和吸收。4. 如果肝脏出了问题，有哪些危害

消化和吸收能力就会下降，会出现乏力，胃差，恶心，呕吐等症状。5. 如何保护肝脏

不酗酒，养成良好的卫生习惯等。三。简要叙述肝脏有哪些功能？ 四。教学小结。

肝脏是人体内最大的腺体，参与体内许多代谢，位于腹腔的右上方。解毒功能。产生胆汁，对食物进行消化和吸收。教学反思：

教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：眼保健操

教学目标：通过本课学习，使学生了解眼睛的穴位并知道做眼保健操的重要。教学用具：相关课件 教学过程：

## 一、导入新课

同学们，今天老师要和大家讨论如何做眼保健操。

## 二、出示图片

这张图是人的眼睛的穴位图，做眼保健操时要按住正确的穴位才能起到作用。这些穴位有：睛明、太阳、四白、风池、督脉。

要求：做操时，指甲要剪短，手要干净。穴位准确，手法缓慢柔和。每天两次，天天坚持。

2、引导学生 结合做操的挂图，请大家跟老师一起来完成这些动作。

(1) 挤按睛明穴

(2) 按揉太阳穴和轮刮眼眶 (3) 按揉四白穴 (4) 按揉风池穴  
(5) 干洗脸

## 四、总结全文 教学反思：

教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：讲卫生勤洗手

教学目标：通过本课学习，让学生知道要爱清洁、讲卫生。

教学过程：

## 一、导入新课

同学们，我们上节课学习了怎样养成爱清洁、讲卫生的好习惯，但讲卫生不仅只是带手绢和水碗还需要勤洗手。

## 二、教授新课

### 1、出示图片

提问：你知道手是怎样受污染的吗？

小结：我们的小手用途可真大。它可以拍皮球、择菜、开门、浇花、打扫卫生等等。可是在它做这些事情的同时，自己也受到了污染。

### 2、讲讲为什么要勤洗手。

### 3、出示图

提问：同学们，你们会洗手吗？教师教给学生正确的洗手方法。（1）先用水将手浸湿。

（2）将手面、手腕、手心全部打上肥皂。（3）反复揉搓之后，用清水冲净。（4）指名同学上台表演。

表扬我们身边爱清洁，讲卫生的好同学并给他们带上同学自己做的红花，并希望其他同学向他们学习。

## 五、总结全文 教学反思：

教学时间：2017年 月 日 执教教师：高 敏

教学内容：营养与健康

教学目标：知道营养素是维持生命活动的物质基础，了解营养素的

分类

四、教学小结：

营养素是维持生命活动的物质基础，尤其对少年儿童的健康和生长发育具有重要的意义。饭食要多样化，不偏食，挑食，才能使我们更健壮，更聪明。教学反思：

## 小学四年级体育教案详案设计篇十三

教师：唐成

教学目标：

了解流感的一般症状和预防知识，初步学会流感的预防方法。

教学重点：

知道预防流感的一般症状和预防知识。教学难点：

初步学会预防流感的方法。教学过程：

一、讲故事，引课题

二、讲解流感的一般症状和预防方法

1、什么叫流感？

2、流感有哪些症状？

### 3、预防流感的方法：

(5) 多休息、多喝水、多吃易消化的食物；(6) 与流感病人隔离。

流行性感冒是由流行性感冒病毒引起的急性呼吸道传染病，传染性强、传染迅速、发病急。常有高热、头痛、全身酸痛、疲乏无力等明显的中毒症状和呼吸道炎症的表现。

流行性感冒病毒有甲、乙、丙。每一型中又包括多种亚型。其中甲型流感病毒变异性最大，而且连续不断，约10-15年即发生较大变异，出现新的亚型。因为人群对新的亚型没有免疫力，所以，甲型多引起大流行。流感病毒抵抗力低，对干燥、日光、热及一般消毒剂很敏感，一般在空气中只能生存30分钟左右，所以要及时发现传染源就可以采取措施做好预防。

流行性感冒主要通过病人咳嗽、喷嚏等飞沫直接传播，发病三天内传染性最强。

流行性感冒潜伏期短，约1-2天。症状轻的，仅觉全身不适，持续1-2天。症状重的，畏寒高热、体温可达39-40摄氏度、四肢腰背酸痛、头痛，全身中毒症状严重。

临床上又把流感分为四个类型：

2. 肺炎型 高烧不退，咳嗽严重，呼吸急促，病情可延长至3-4周，少数可导致死亡。

3. 中枢神经型 高热不退，中枢神经症状明显：头痛、头昏、甚至昏迷。

4. 胃肠型 除全身中毒症状外，可有恶心、呕吐、腹泻等胃肠道症状。

- 2、慢性病患者及体弱者、免疫力低下者；
- 3、医护人员；
- 4、托幼机构儿童及在校的大中小學生；
- 5、为公众服务的人群，如公交、商业、服务业人员及人员集中的集体单位的工作人员；
- 6、机关、企事业单位有较重要岗位的人；
- 7、任何原因想减少患流感可能性的人及自愿接种者。

#### 禁止接种流感疫苗的人群

- 1、对鸡蛋或疫苗中其他成分（如新霉素等）过敏者；
- 2、格林巴利综合症患者；
- 3、孕妇；
- 4、急性发热性疾病患者；
- 5、慢性病发作期；
- 6、严重过敏体质者；

绝大多数人群在疫苗接种2周左右都会产生较高水平的保护性抗体，能够抵御特异性病毒侵袭，少部分人因肌体免疫系统对流感疫苗的刺激反应较弱，保护效果稍差些。一般情况下，流感疫苗的保护率在70%——90%之间。

#### 流感疫苗有哪些副反应？

绝大多数人接种流感疫苗后不会有任何不适，但有10%左右

的接种者在接种部位会出现局部红肿，有1%左右的人会出现低烧，但这些均属于流感疫苗的正常副作用，一般在24—48小时消失之后消失。