

最新三年级体育教案全集(优秀7篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。优秀的教案都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文，我们一起来了解一下吧。

三年级体育教案全集篇一

教学目标：使学生初步认识，了解投掷轻物的动作技术，培养正确的挥臂姿势，突出重点——快速挥臂，提出难点——方向性。

教学内容：原地投掷纸团

教学步骤：

观看动画短片“讨厌的马蜂”

教师提问：怎样把树上的马蜂窝打下来？

教师提问：同学们喜不喜欢动物？下面请你们认真听各种动物的声音，判断是什么动物？再迅速模仿动物的动作，看谁做得又快又好。

以简单动作的简单组合为主，听音乐节奏，模仿老师的动作一起练习。

学生自由练习，在练习的过程中动脑筋思考：“怎样才能使纸飞机飞得又高又远”、“怎样纸炮才能甩得很响”，并找出答案。

投掷靶上的“马蜂窝”高低不等，表面带粘性，如果“石块”打中目标，即被粘住。投掷线为三条，学生根据自己的

身高及力量的大小，自由选择投掷目标、投掷距离进行练习。

教学口诀：两脚前后立，球儿手中拿。

看准马蜂窝，用力向前掷。

突出重点：快速挥臂。

提出难点：方向性——前上方

游戏方法：分8组进行比赛，每个同学站在座位旁，音乐开始，排队按顺时针方向绕桌子慢跑，音乐一停，每个同学迅速找就近的凳子坐好，没找到凳子的同学原地站立。

放松韵律活动：“小白船”

三年级体育教案全集篇二

学习目标：

能够在练习中相互观察帮助同伴，发家共同提高，共同进步，掌握团身低头推手的要领

学习内容：后滚翻

学习步骤：

一、情景导入

教师活动：

1. 组织学生队列常规练习。

2. 带领学生进行准备活动练习，使学生知道各准备活动的方法和意义，并能够记住，以后在没有老师的带领下自己会做。

3. 讲解示范游戏的方法规则，组织学生进行游戏活动。

学生活动：

1. 集中注意力，认真进行队列队型练习。
2. 虚心学习知道各节准备活动的方法和意义。
3. 积极进行游戏活动，从游戏中能够体会到，团结就是力量。

组织：练习队型如图：

二、合作探究掌握技能

重点：团身、低头、推手的动作要领

难点：推手的时机要恰到好处

教师活动：

1. 教师讲解示范动作，强调要做到始终团身、低头和演示推手的方法和时机。
2. 组织学生进行循环练习，对不好的同学给予帮助和提示，动作做的好的同学，可以进行篮球活动。
3. 选出几名的同学，对不好的同学进行帮助和指导。

学生活动：

1. 认真聆听和观察老师的讲解示范，积极进行练习。
2. 积极的投入到练习中去，能够帮助同学纠正和改正错误动作，敢于表现自己，争取较好快速完成任务，并积极争当小老师。

组织：四列横队

三、总结经验、追求更快的进步

教师活动：教师通过询问了解学生对该次课技术的掌握情况。

学生活动：积极思考回答老师的问题。

组织：四列横队

场地器材：田径场一片垫子一块乌拉圈20篮球足球垒球共20个

课后小结：

1. 利用学生感兴趣的游戏和良好的纪律相结合，学生在心理能够明白“好的纪律是自己开心的保证”。

2. 从后滚翻练习中，学生能相互帮助提示，为了自己组的荣誉，都很积极练习，但个别学生有时会蹲或坐在地上，老师应当及时提示，使其能够很快知道，这样做是不好的，以后学生每当自己坐下来时，就会直接的有一个条件反射。要使学生养成良好的行为习惯。

三年级体育教案全集篇三

1、运动技能：能试做出后滚翻动作，能模仿做出动作全过程

2、心理健康：对学习后滚翻感兴趣，乐于重复练习

教学重点：团身要紧

教学器材：海绵块若干块体操垫

教学过程：

1、问题（1）：同学们想一想为什么我们的设计师把车轮设计成圆形而不是其他形状？

学生：因为圆形好看、圆形物体滚动的快……）

学生：球形物体滚动时的摩擦力比较小，所以滚得远

师：我们在练习后滚翻时一定要使身体团得像球一样，只有这样才干把动作做好，练习时大家可以好好的体会一下。

2、提出问题：在后滚翻练习中怎样使身体团紧？

1让学生提出方案

2教师提供器材

3分组进行练习得出可操作性的方法

1各组范文一名学生将本组的`练习方法展示给其他小组观看

2教师提出要求：（1）平安性（2）可操作性（3）简便易练性

3从中可以得到几种最理想的练习手法

a□利用海绵块分别夹在下颚、两膝之间、两踝之间

b□利用红领巾将膝盖、两踝捆绑起来（合作学习）

c□双手抱膝连续团身起练习

1分组练习体会这两种方法究竟是否合适

2相互协助

3得出结论：这三种方法都很适合与团身练习

1、讲解：我们光学会了团身练习还不够，这只是后滚翻中的一个重要环节，那么我们还要借助推手翻掌贴肩等辅助动作。

2、教师范文着重让学生看清预备姿势（两脚两膝要并拢，低头含胸必需要）

3、学生尝试性的进行练习

4、教师巡回指导

师：在今天的练习中大家得到哪些东西？

生：为了解决后滚翻团身问题我们想了好多种方法，通过实践我们也知道了哪些方法可以使用，哪些方法有危险。

三年级体育教案全集篇四

指导思想：

根据“体育与健康”课程标准，按照运动水平二的课标要求，结合三年级学生的身心特点，以短绳为主教材，让枯燥无趣的跳短绳，通过设置各种短绳活动，激发学生的积极参与精神，培养学生的创新思维和学习兴趣，促进学生的身心发展。教与学的过程设计：

本课围绕短绳的教材，设计了“绳操——看谁跳得多——看谁有创新——短绳游戏”等教学环节，让学生在教学活动中充分的展示自己的才能，自动的参与教学活动。教学过程：

学习阶段：

水平二

学习目标：

在短绳活动中，充分展现自己，并且发扬诚实、团结、勇敢的精神

学习内容：

各种短绳活动

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. 老师随学生一起进行地形跑练习，并及时提示学生应该怎样做，同时注意观察鼓励表现突出的同学。

3、绳操：6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. 能够积极主动的进行自然地形跑练习，在跑动中能够紧紧跟上其他同学，并且做到不拥挤，能和前面的同学保持一定的距离，跑得轻松。
- 3、学生跟老师一起做绳操，要求动作大方、美观、舒展。

组织：如图：

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

二、合作探究、掌握技能

重点：在练习中培养学生的诚实、团结、和勇敢的精神

难点：在练习中充分调动学生活动的积极性，使学生感到快乐

教师活动：

1. 组织学生在原地自行进行跳绳练习，活动好身体各个关节。
2. 组织学生进行小型的跳绳比赛，看谁跳得多。
3. 请跳得较好的同学示范，引导学生进行创新各种跳绳方法，分小组比赛看哪组的创新花样多。
4. 针对学生的创新情况，进行评价，表扬好的同学，对表现欠佳的'同学，给予积极的鼓励。
5. 老师密切注视学生的练习情况，进行合理的调空。

学生活动：

1. 能够按老师的要求积极进行短绳练习，虚心向老师学习，以自己最快的速度完成绳结。
2. 在小组比赛中勇于充分展示自己，并能虚心向他人学习，以最佳的跳绳方法进行比赛。

3. 在创新短绳活动中，积极找同伴进行展示集体的力量。

组织：跳短绳比赛和游戏活动讲解时四列横队，游戏活动中无固定队型

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

XXXXXXXXXXXXXXXXXX

场地器材：短绳若干根

课后小结：

在练习中学生表现出了较好的团结和奋斗的精神，同时也体现出了学生在活动中天真和活泼的个性，在创新跳绳的活动中，有一小部学生的想象力真的很丰富，所谓众人拾火火焰高，在这个教学环节上进一步体现学生自主活动。

三年级体育教案全集篇五

积极参与游戏活动，掌握障碍赛跑的方法。

游戏：障碍赛跑

一、游戏活动，积极参与

教师活动：

1、组织学生集队、队列练习。

2、组织学生利用跳绳进行准备活动。

3、组织学生柔韧练习。

学生活动：

1、体育委员整队，检查出席人数。

2、在小组长的带领下进行裂队、并队走。

3、每人一根绳子进行慢跳、交叉跳、绳操和定数跳。

4、听口令进行柔韧练习。

组织：六列横队、小组分散

二、尝试练习，体验成功

教师活动：

1、布置学生取器材，并提出布置场地的要求。

2、组织学生在组长的组织下尝试过障碍。

3、提示学生调整障碍。

4、组织学生进行障碍游戏，并作好小结。

学生活动：

1、按要求取器材，并把场地布置好。

2、分三个小组在组长的组织下有序在进行尝试练习，选择最好、最安全的过障碍方法进行游戏。

- 3、在小组长的带领下调整各个障碍间的距离，为游戏比赛作准备。
- 4、用自己觉得最好、最安全的过障碍方法进行游戏比赛。
- 5、总结自己一小组过障碍跑的情况。

组织：分三大组进行

场地器材：体育馆、跳箱、体操凳、垫子

课后小结：

这节课重点是培养学生在艰苦的条件下和同伴一起完成练习任务。通过各种障碍的设置提高任务的难度。让同学跟勇敢的同伴在艰苦的条件发展奔跑能力。

三年级体育教案全集篇六

通过本次舞蹈课的学习及各种游戏的练习

1学生能够在音乐声中创编简单的舞蹈动作，并能够模仿教师做练习；

2学生对体育课表现出学习兴趣，将乐于参加各种游戏活动；

3学生在身体健康方面能够努力改正不正确的姿势；

4在心理健康方面学生能够体验并简单描述进步或成功的心情；

5在社会适应方面，学生应具有良好的合作精神，在活动中表现出对他人的尊重和关心。

一活动性小游戏

1、小兔尾巴

练习队形：散点

教与学的方法：教师引导，师生共练小游戏

预期目标：使学生情绪活跃，形象生动，进入学习角色。

2、跨小河

3、藏手绢

二学习：

1、启动认识各种活动性小游戏

(突破舞蹈中的重难点动作)如

a.跑跳步 b.站、蹲抖动手腕

c.小碎步 d.自由表演

2学习集体舞：“嘀哩嘀哩”

3配乐练习

1、要求：姿态优美，表情自然练习队形

2、教与学的方法：

教师引导，启发学生共做游戏。

3、分节范唱，分解示范，学生模仿。

4、完整配乐

5、学生个体评议、相互评议、教师评议。

游戏：“花儿朵朵”摆造型

圆圈接力摆花朵

5人自由结合，动脑筋摆各种造型

教与学的方法

a.小游戏：“看谁系得快”。把手绢绑成小圆球。

b.教师讲要领、规则、示范，学生比赛、讲评，看谁摆得好！

c.教师启发，学生动脑，大胆创新，看谁摆得像！

6预期目标：遵守规则，互相配合，充分发挥学生的创造力。

三放松

场地与器材：

1红、绿手绢按人数，每人一条

2录音机一台

三年级体育教案全集篇七

二、教学目标：

1.使学生了解本学期的要求。

2.进一步强调体育课注意事项。

三、教学重难点：重点：让学生明确体育课堂的'要求难点：

每堂课都能做到，做好

四、教学过程：

(一)准备部分：

1. 课堂常规(略)
2. 宣布本课内容
3. 点名，检查人数。

(二)小结上学期体育课的情况

1. 表扬每个班认真上好体育课的前10名同学，从纪律、服装、考勤、积极回答问题方面进行小结。
2. 并给前10名的同学颁奖，激励其他同学向他们学习，努力争取获得本学期的奖品，激发同学积极参与体育活动。
3. 小结上学期同学们在技能考试中进步较大的同学和存在的不足。(双脚原地跳绳动作及个数上、正面向前和侧向投沙包的動作缺少蹬地动作)

(三)本学期体育课的要求

1. 体育课有哪些要求呢?请同学们举手发言。(服装、课堂纪律等方面)
2. 请三名同学负责登记迟到、不穿鞋子和请假情况，同学们自由申请，原则是班上没有任何职务的同学担当。教师准备好记录本。
3. 选出体育委员并对体育委员提出要求。

(四) 本学期体育课考试的科目

(五) 下课常规