一年级第一学期体育教学计划

新的学期开始了，为了更好地开展教学工作，进行有步骤的教学，顺利完成本学年的教学任务，根据学校工作安排，特制行本学期的教学计划。

一、学期教学目标：

1.全面锻炼，努力增强学生的体质。

2.学习基础知识，学会科学的方法锻炼身体，以实践能力和创新的精神的培养为重点，引导学生建立规范新的学习方式方法。

二、学生基本情况分析：

一年级有三个班，年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，自控能力不强，组织纪律能维持。但他们活泼好动，非常乐意参加体育活动和上体育课，通过上一学期的学习，对队列的有关动作掌握的较好，本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，积极学习，使学生在德、智、体、美、劳等方面都能得到发展和提高。

三、教材分析：

本学期一年级体育内容有走、跑、跳、体操及游戏等内容，以游戏为主，将其他内容穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还学到了简单的体育知识。

四、教学研究内容：

教材的重点是以游戏教材主，突出课堂上练的教学方法，难点是队列的基本动作，使学生从小就建立正确的动作概念和动作方法，但是对于一年级来说是比较难做的，将采用直观教学，利用互相匡助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

五、教学措施

1.全体学生要积极参加体育锻炼活动，按时上课。

2.遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。

3.参加　期中和期终检测，催促学习。

4.采用直观教学方法， 精讲多练， 搞好“自主、 综合、 拓展、 创新”研究。

5.教师处处以身作则，为人师表。

课次	教学内容
1	阅读性内容——体育常识：课堂常规
2	运动参预——游戏：快快集合
3	体验性内容——基本体操和武术操
4	运动参预——游戏：老鹰和小鸡
5	体验性内容——基本体操和武术操
6	延伸性内容——韵律活动：基本舞步
7	体验性内容——走和跑：自然走、直线走、对准目标走
8	体验性内容——走和跑：各种姿式的走
9	延伸性内容—— 民间体育活动
10	体验性内容——基本体操和武术操
11	体验性内容——基本体操和武术操
12	运动参预——游戏：老鹰和小鸡
13	体验性内容——跳跃：单脚和双脚连续跳
14	体验性内容——投掷：掷轻物
15	运动参预——游戏：换物赛跑
16	运动参预——游戏：拍球比多
17	体验性内容——走和跑：听各种信号跑
18	体验性内容——走和跑：自然快跑
19	体验性内容——基本体操：垫上活动
20	运动参预——游戏：单脚跳接力
21	体验性内容——投掷：投准
22	体验性内容——跳跃：兔跳、青蛙跳
23	运动参预——游戏：钻“山洞”
24	体验性内容——基本体操和武术操
25	体验性内容——走和跑： 30 米跑
26	延伸性内容——韵律活动：基本舞步
27	体验性内容——跳跃：立定跳远
28	运动参预——游戏：换物赛跑
29	体验性内容——投掷：各种方法的投掷
30	体验性内容——基本体操和武术操
31	延伸性内容—— 民间体育活动
32	延伸性内容——韵律活动：律动组合
33	体验性内容——跳绳：跳短绳
34	体验性内容——走和跑： 30 米快速跑测评
35	运动参预——游戏：看谁投得准
36	延伸性内容—— 民间体育活动

课次	教学内容
37	体验性内容——跳跃：立定跳远测评
38	体验性内容——基本体操和武术操
39	体验性内容——投掷：轻物掷远
40	体验性内容——跳绳：跳短绳
41	延伸性内容—— 民间体育活动
42	体验性内容——跳绳：跳短绳
43	运动参预——游戏：钻“山洞”
44	阅读性和欣赏性内容——健康常识：坐、立、行
45	阅读性和欣赏性内容——体育常识：做操好处多
46	阅读性和欣赏性内容——健康常识：个人卫生
47	阅读性和欣赏性内容——安全常识：行路安全
48	阅读性和欣赏性内容——体育欣赏：奥运会集锦

二年级第一学期体育教学计划

一、对体育新课程的认识与分析

1.指导思想

在《新课程标准》中，明确地规定了小学体育的目的：“通过体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，为提高全民族的的素质奠定基础。

2.教学目标

(1)进一步了解上体育课和锻炼身体的好处， 知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

(2)进一步学会一些基本运动， 游戏， 韵律活动和舞蹈的方法发展身体素质和基本活动能力。

(3)体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作

3.新课程体育教学具有“健康第一”的指导思想。学校体育是以“增强体质为中心”，比较忽视心理健康和社会适应这两个健康维度，而新课程是一门综合性的学科，是以促进学生身体、心理和社会适应能力整体健康水平的提高为目标，健康不仅是没有病或者不虚弱，而且是生理、心理和社会等方面都处于 良好的状态。而体育与健康新课程的全面实施将加快学校向“健康育人”的终 身体育观念转变的步伐，明确指出了“健康第一”的指导思想，着眼于普遍提 高全体学生的体质水平、促进身心的和谐发展与提高学生社会适应能力，完善 以“动”为主的课程体系和身体素质、心理素质和适应社会能力“三维健康” 的课程目标指向，培养学生的创新能力和实践能力，更好的推动素质教育在学 校全面实施。

4.主体地位真正确立，被动学习方式逐渐减少。在体育教学中，学生是主体，教师是主导已不是现代教学的模式，学生自主学习、探索学习、合作学习等方式更受重视，于是教师要摒弃就教而教的观念，使学生由被动的、静态的学习；转变到主动的、动态的学习，发扬学习的主动精神、自主意识，体现学生的主体作用， 把学生学习的主动权交给学生， 学生的主体作用才干得以发挥。而学生的主体意识时常会处于不稳定阶段，有的学生由于缺少学习体育的良策及刻苦精神， 往往屡遭挫折， 使自已的情绪低落， 进取心减弱，甚至自暴自弃，不想学习，这时教师应努力从“教”的角度去唤起，比如说可以教材简单化、细微化，增强学生“学”的意识，使学生由潜在的发展主体转变为现实的发展主体，教师应总结教学经验，让学生知晓体育学习的目标，并制定适于学生各种特点的学习策略，鼓励学生自觉克服艰难、主动参预锻炼，在练习中发现自己的潜能，产生学习和发展的内在动力，使自己成为体育教学的主体。固然，

体育教学中教师的教，学生被动的学并非不行的，而应是传授式的教学方式在减少，即使存在被动的学习也是为将来更主动学习。

二、学生情况分析

1.二年级共有三个班，学生通过一年级的上课基本了解上课的要求，学习习惯正在逐步养成。根据学生生理特点来看，灵敏和柔韧性是这段时期重点发展的项目，同时有必要辅助速度练习。

2.二年级的测试项目是身高体重和坐位体前屈，这就要求在课堂上注重学生全面发展，侧重学生的柔韧练习。

3.根据前一学期学生的情况来看，学生的柔韧成绩还可以，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于三年级，要多做些速度练习。

三、教学要求

体育课教学应丛增强体质出发，加强课堂的“三基”教学时常对学生进行思想品德教育，故意识地培养学生各种优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

１.认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不许上课。

２.认真学习和贯彻教学大纲， 钻研教材， 明确教材目的与任务， 掌握教材重点、 难点明确本课的教学任务、 几为完成任务而采取的教学原则、 教学方法，组织措施等。

３.教师要注意仪表整洁，举止慷慨，教态严肃、自然、 注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

四、教学措施

1.根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不许旷课、丢课的因故不能上课，必须经学校领导允许，并做好妥善安排。

2.在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务。

3.教学原则、教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据青少年的心理生理特点及学生的实际情况，科学地安排好、密度和运动量。

4.认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核和评定，重视资料的积累和保管，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极份子的作用并且时常做好对他们的培养

课次	教　　学　　内　　容	
1	室内课：　体育课的课堂常规、　安全教育	本学期考查项目
2	队列练习	跑：站立式起跑
3	跳跃：蹲跳起	游戏：迎面传球
4	跑：　30~40米加速跑	游戏：躲得快
5	投掷：对墙投掷小沙包	游戏：冲过火力网
6	跳跃：助跑几步，一脚蹬地起跳，越过30~40厘米高的橡皮筋	游戏：截住空中球
7	跑：　50米放松跑	游戏：躲得快
8	投掷：双手向前抛实心球	游戏：“8”字接力赛跑
9	跑：　50米快速跑	游戏：迎面传球
10	跳远：蹲踞式跳远	素质练习
11	投掷：双手向后抛实心球	选修内容
12	跳远：蹲踞式跳远	游戏：截住空中球
13	低单杠：屈体悬垂	选修内容
14	投掷：　双手向前、　向后抛实心球	游戏：快快跳起
15	乒乓球：握拍、颠球(篮球)	跳跃：蹲踞式跳远
16	低单杠：屈体悬垂	游戏：跳进去拍人
17	投掷：侧向对墙掷轻物	素质练习
18	武术：武术操　(1~2)节	游戏：看谁先跑到
19	投掷：原地投掷垒球	选修内容
20	低单杠：各种姿式悬垂	游戏：快快跳起
21	武术：武术操　(3~4)节	乒乓球：颠球(篮球)
22	投掷：原地投掷垒球	游戏：看谁先跑
23	投掷：原地投掷垒球(考核)	选修内容
24	武术：武术操　(5~6)节	乒乓球：推挡
25	武术：武术操　(考核)	选修内容
26	跑：　800~1000米自然地形跑	乒乓球：正手攻球
27	乒乓球：正手攻球	跳绳：连续单脚交换跳短绳
28	游戏：滚铁环接力	选修内容
29	跳绳(考核)	选修内容

30	健康常识： 准备活动和整理活动的作用	室内活动：颠球比赛
31	健康常识：怎样预防冻疮	室内活动：投准
32	学期总结、成绩评定	

三年级第一学期体育教学计划

一、对体育新课程的认识与分析

1.指导思想

在《新课程标准》中，明确地规定了小学体育的目的：“通过体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，为提高全民族的的素质奠定基础。

2.教学目标

(1)进一步了解上体育课和锻炼身体的好处， 知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

(2)进一步学会一些基本运动， 游戏， 韵律活动和舞蹈的方法发展身体素质和基本活动能力。

(3)体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作

3.新课程体育教学具有“健康第一”的指导思想。学校体育是以“增强体质为中心”，比较忽视心理健康和社会适应这两个健康维度，而新课程是一门综合性的学科，是以促进学生身体、心理和社会适应能力整体健康水平的提高为目标，健康不仅是没有病或者不虚弱，而且是生理、心理和社会等方面都处于 良好的状态。而体育与健康新课程的全面实施将加快学校向“健康育人”的终 身体育观念转变的步伐，明确指出了“健康第一”的指导思想，着眼于普遍提 高全体学生的体质水平、促进身心的和谐发展与提高学生社会适应能力，完善 以“动”为主的课程体系和身体素质、心理素质和适应社会能力“三维健康” 的课程目标指向，培养学生的创新能力和实践能力，更好的推动素质教育在学 校全面实施。

4.主体地位真正确立，被动学习方式逐渐减少。在体育教学中，学生是主体，教师是主导已不是现代教学的模式，学生自主学习、探索学习、合作学习等方式更受重视，于是教师要摒弃就教而教的观念，使学生由被动的、静态的学习；转变到主动的、动态的学习，发扬学习的主动精神、自主意识，体现学生的主体作用， 把学生学习的主动权交给学生， 学生的主体作用才干得以发挥。而学生的主体意识时常会处于不稳定阶段，有的学生由于缺少学习体育的良策及刻苦精神， 往往屡遭挫折， 使自已的情绪低落， 进取心减弱，甚至自暴自弃，不想学习，这时教师应努力从“教”的角度去唤起，比如说可以教材简单化、细微化，增强学生“学”的意识，使学生由潜在的发展主体转变为现实的发展主体，教师应总结教学经验，让学生知晓体育学习的目标，并制定适于学生各种特点的学习策略，鼓励学生自觉克服艰难、主动参预锻炼，在练习中发现自己的潜能，产生学习和发展的内在动力，使自己成为体育教学的主体。固然，

体育教学中教师的教，学生被动的学并非不行的，而应是传授式的教学方式在减少，即使存在被动的学习也是为将来更主动学习。

二、学生情况分析

1.三年级共有三个班，学生通过二年级的上课基本了解上课的要求，学习习惯正在逐步养成。根据学生生理特点来看，灵敏和柔韧性是这段时期重点发展的项目，同时有必要辅助速度练习。

2.三年级的测试项目是身高体重和坐位体前屈，这就要求在课堂上注重学生全面发展，侧重学生的柔韧练习。

3.根据前一学期学生的情况来看，学生的柔韧成绩还可以，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于四年级，要多做些速度练习。

三、教学要求

体育课教学应丛增强体质出发，加强课堂的“三基”教学时常对学生进行思想品德教育，故意识地培养学生各种优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

１.认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不许上课。

２.认真学习和贯彻教学大纲， 钻研教材， 明确教材目的与任务， 掌握教材重点、 难点明确本课的教学任务、 几为完成任务而采取的教学原则、 教学方法，组织措施等。

３.教师要注意仪表整洁，举止慷慨，教态严肃、自然、 注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

四、教学措施

1.根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不许旷课、丢课的因故不能上课，必须经学校领导允许，并做好妥善安排。

2.在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务。

3.教学原则、教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据青少年的心理生理特点及学生的实际情况，科学地安排好、密度和运动量。

4.认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核和评定，重视资料的积累和保管，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极份子的作用并且时常做好对他们的培养

次	课次	基本部份
-	1 2	引导课、体育与健康常识、投沙包游戏 自然地形跑、拍球比多游戏
二	3 4	定时跑、投沙包游戏 持轻物投准、迎面穿梭接力游戏
三	5 6	持轻物投准、韵律活动 持轻物投过横绳、韵律活动
四	7 8	持轻物投过横绳、韵律活动 儿童广播韵律体操(一)、跳短绳
五	9 10	儿童广播韵律体操(一)、跳短绳 用各种方式(或者速度)走步、斗鸡游戏
六	11 12	跳短绳、击木桩游戏 30 米加速跑、击木桩游戏
七	13 14	30 米快速跑、猎人打野鸭游戏 30 米快速跑、“打龙尾”游戏
八	15 16	30 米快速跑、小篮球(选用) 30 米快速跑、投准比赛游戏
九	17 18	30 米快速跑、小篮球(选用) 跑几步，单踏双落、小篮球(选用)
十	19 20	正面助跑屈腿跳高、投准比赛游戏 正面助跑屈腿跳高、地滚球游戏
十一	21 22	正面助跑屈腿跳高、地滚球游戏 手脚并用爬垂直杆(绳)、单脚跳接力游戏
十二	23 24	手脚并用爬垂直杆(绳)、单脚跳接力游戏 手脚并用爬垂直杆(绳)、青蛙过河游戏
十三	25 26	体卫常识、支援前线游戏 横叉、美化校园游戏
十四	27 28	横叉、我们是建设者游戏 舞蹈、我们是建设者游戏
十五	29 30	舞蹈、投准比赛游戏 舞蹈、投准比赛游戏
十六	31 32	舞蹈、猎人打野鸭游戏 小足球(选用)、插红旗游戏
十七	33 34	小足球(选用)、插红旗游戏 小足球(选用)、过独木桥游戏
十八	35	小足球(选用)、过独木桥游戏

		体卫常识、总结

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：https://d.book118.com/505212303334011320