

六年级上册体育教学计划,教案(共10篇)

六年级体育上学期教学计划

一、指导思想：

《体育课程标准》的核心是贯彻“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，充分体现了“以学生为本”的教学，有利于学生身心发展和终身学习，具有与时俱进性，开拓创新性，纲领性，方向性和指导性。而传统的体育教学计划中的教学目标表述，是以教材为中心和以教师为中心，缺少明确的导向作用，因此对学生的学习效果难以进行有序有效的做出客观评价。在实施新课程改革中，要贯彻新课标，运用新理念。体育与保健基础知识，也是推进素质教育的主要课程，为了发展体育与保健的综合能力打基础。本学期根据体育《新课标》中，明确地规定了小学体育的目的：“通过教师与学生互动性体育教学，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，为提高全民族的素质奠定基础。”

二、教学目标：

〈一〉使学生基本认识自己的身体和掌握锻炼身体的知识及方法，巩固一些体育、卫生保健的安全常识，培养坚持锻炼身体的习惯。

〈二〉提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康

的生活方式：发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态.

〈三〉初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、韵律活动和舞蹈等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

〈四〉培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以及勇敢，顽强，胜不骄、败不馁，自觉遵守规则，团结协作等优良品。

三、学生基本情况分析和具体措施体育课教学应从增强体质出发，加强课堂的“三基”教学经常对学生进行思想品德教育，有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。

教师方面：

1、认真备课，精心写好教案。

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、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不准旷课、丢课或因故不能上课，必须经学校领导同意，并做好妥善安排。

4、采用各种表扬方法可以反复交叉，广泛应用，尽量使学生多受表扬和鼓励鼓励要真挚，果断、明快、表情亲切，

要体现出教师的耐心，爱心，现任心。在表扬时，教师还应对学生提出更高的要求和努力的方向，使学生能正确对成绩和进步

5、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。

6、教师要注意仪表整洁，举止大方，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。

7、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。

8、教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培养和训练工作，使他们真正起到教师助手作用。

9、教学中要有严密的组织纪律，严格的安全保护措施与要求，严防伤害事故的发生一旦发生伤害事故要及时向领导汇报并作好妥善处理。

10、远程教育与体育教学结合，充分发挥远程教育服务教学的作用，把远程教育资源进行整合，使体育教学内容更丰富，教学活动更充实，学生学习积极性得到提高。

学生方面：

1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

3、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。4、要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

四、具体措施和辅助手段：

在游戏中结合比赛，使学生能够学以致用。有些比较抽象的动作或者很难做到的动作，先在教室进行讲解，配以挂图或者电脑或者幻灯机的生动的演示，使学生看到正确的连续的动作。在课上尽量让学生自主动手，自己想象，制造体育课上需要的工具，让学生去收集、制作。下雨天在室内做室内游戏和教些一般体育常识，如：预防伤病的措施。组织学生观摩高年级学生上体育课，从中要求学生对自己教师的上课水平提出新的要求，改变形式，使学生更好的去吸收利用，更加有利于学生身心健康以及促进教师自身的水准。

五、教学进度表：

六年级二班体育教学进度安排表

六年级体育教案

学习阶段：水平三

学习目标：在体育活动中发展耐力素质。学习内容：跳长绳、耐久跑学习步骤：

一、游戏激趣，活跃身心

教师活动：1、组织学生常规训练 2、组织学生游戏：贴烧饼 3、提出要求，组织柔韧练习

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、在体育委员的指挥下进行常规和队列训练。

3、围成一个圈进行贴烧饼游戏，注意安全充分活动。

4、学生自己进行柔韧练习，能针对自己的不足进行练习。

组织：四列横队、小组分散

二、合作跳长绳，感受练习的持久性

教师活动：1、讲解分组练习的要求，组织学生分组，轮流指导 2、分组展示，比一比哪一组集体参与的人多。

学生活动：1、按老师要求分成三组，体验不断增加人数同时跳长绳，每个学生都要体验不同的进入顺序和配合时的节奏控制。

2、一组一组展示，用自己觉得最好的方式展示，展示一小组最多的时候能进入共同跳绳的人数。每个小组三次机会。3、和老师一起参与评价。组织：分三小组

三、听音乐耐久跑，体验有氧练习

教师活动：1、讲解耐久跑的动作要求和练习要求。2、组织学生进行耐力跑。

学生活动：1、知道耐久跑的动作要求和练习要求。

2、在小组长的带领下听音乐进行耐久跑，自己控制速度。3、放松慢走组织：分组自主活动

场地器材：操场、录音机、每人一绳

学习阶段：水平三

学习目标：在合作学习中掌握多种运球和传球技能学习内容：小篮球学习步骤：

一、自主活动、活跃情绪

教师活动：教师讲解分组要求和活动要求，协调学生的分组并参与学生的游戏。学生活动：学生自主结合 2---6 人一组，利用篮球进行游戏或活动。组织：2---6 人一组，自由分散在二片篮球场。二、合作探究、掌握技能

重点：传接球时上下肢的协调动作。难点：传接球时两人间的默契配合。

教师活动：提出分组要求和活动要求，组织学生分小组练习，巡回指导，及时点评，加以鼓励。

1. 使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方法，学会一些体育、卫生保健的安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2. 初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、韵律活动和舞蹈等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

3. 培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以及勇敢，顽强，胜不骄、败不馁，自觉遵守规则，团结协作等优良品质。

4、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理

的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践。

5、学会走和跑的正确动作，形成

走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的能力和身体素质，培养集体主义等精神。

6、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养

成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。

7、学会攀爬，悬垂、支撑、倒立等动

作，改进姿势，发展能力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。

8、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简

单的比赛，发展走，跑，跳，投综合活动能力，初步具有竞争意识和奋发向上的精神。

9、学会队列、队形，徒手操，少年拳等。

四、教学重点

1. 坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。
2. 激发运动兴趣，培养学生终身体育的意识。
3. 增进身体健康，提高心理健康水平。
- 4 获得体育与健康知识和技能，增强社会适应能力。

五、教学措施

1. 学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2. 上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

3. 不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

4. 在课堂上严格执行教师的各项要求，未经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

5. 要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

六、教学进度表每周二课时

六年级上册体育教学计划

一、学生分析

学生处于青春发育阶段,性格比较叛逆,需要探索有趣味的教学方法吸引学生对体育课的兴趣。同时,水平三处于升学阶段,学业压力比较重,故可以根据实际情况编排课程的内容,提高学生的学习热情

二、教学目标

1、使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方法,学会一些体育、卫生保健的安全常识,培养认真锻炼身体的态度。

2、初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、韵律活动和舞蹈等项目的基本技术,掌握简单的运动技能,进一步发展身体素质,提高身体基本活动能力。

3、培养学习各项基本技术的兴趣和积极性,以及勇敢,顽强,胜不骄、败不馁,自觉遵守规则,团结协作等优良品质。

三、教学重难点

教学重点

1、规范课堂教学行为,培养学生身体素质。

2、田径、体操、球类学习。

教学难点

田径、体操技巧

全期教材内容包括、体育卫生基础知识、运动技能、身体健康、心理健康。教材内容较多，除有常规性的跑、跳、投的教学外，还设有体操、武术、球类几个方面，全面的满足学生身心发展的需要。其中体育卫生基础知识的教学以课堂讲授为主，并适当运用课堂讨论。室外授课，主要是让学生掌握一定的运动方法、运动技能技巧，让他们养成自觉锻炼身体的好习惯，达到“健康第一、安全第一”的目的。

五、教学进度

周次教学内容

1 教学常规、队列队形

2 队列队形

3 队列队形、游戏

4 广播体操、游戏

5 国庆长假

6 广播体操、游戏

7 广播体操、游戏

8 广播体操、游戏

9 踢毽子、跳绳、游戏

10 各种快速启动的跑、追拍跑、接力跑、游戏

11 立定跳远、跳远、游戏

12 跳远、跨越式跳高、游戏

13 跳高、前后抛实心球、游戏

14 前滚翻、肩肘倒立、游戏

15 肢体悬垂、实用性攀爬、游戏

16 器械体操、韵律操

17 武术基本功

18 小球类和球类游戏

19 小球类和球类游戏 20 复习、期末总结

~~XX-XX~~学年度第一学期

教学设

计

姓名马淑芹

年级六年级

科目体育

灵城镇罗河小学

~~XX-XX~~学年上学期六年级体育教学计划

一、指导思想

全面贯彻党的教育方针，以“三个面向”和“三个代表”
的重

要思想为指导，以培养学生的体能为目标，以学生年龄
特点为依据，以学生的实际为出发点，深入贯彻课程改革精
神，把学习理论知识和实践能力结合起来，培养学生自我锻
炼身体，增强学生身体素质和体育情趣，陶冶学生的情操，

生开发潜能，培养全面发展的社会主义接班人。

二、教学目标

1、使学生熟练地掌握队列队行，并且能灵活地根据口令进行站

队。

2、使学生熟练掌握 50 米、100 米、200 米、800 米、立定跳远、实心球、跳绳、跳高等项目的技术要领和技巧。

3、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识，并不断巩固和提高。

4、进一步增强体质，特别是耐力素质和力量素质。

5、通过体育锻炼，培养集体主义精神，进行爱国主义教育，增强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

二、学情分析

六年级共有 3 个教学班。各班人数多，又存在较大差异，身体

素质、遵守纪律等方面各有不同。要求教师严格教学、精心组织，争取因地制宜，因材施教，让学生健康、活泼地生活在一个温馨的集体中。同时，六年级处于升学阶段，学业压力比较重，故可以根据实际情况编排课程的内容，提高学生的热情。

三、方法措施

1、精心备课，认真上好每节体育课，按时完成体育教学常规。

2、加强体育课课堂教学的质量，使每一节课都上的有意义，学生有收获。

3、合理使用体育器材和体育设施，加强学生体育活动技巧的教学。

4、注重对学生身体素质提高的训练，以强化学生的体质。5、因材施教培养学生对体育的兴趣爱好。

6、加强对体育课的安全教育和学生对自我保护意识的教育。

四、教学进度

第一课时队列练习50米快速跑

教学目标

掌握快速跑的动作。教学重难点

在发挥速度的同时要注意正确的动作。教学过程

一、导入热身教师活动：

1.组织复习队列练习.教师提出练习的要求。

2.进行集体的练习.以四列队形进行练习.教师呼口令并提醒存在的问题同时时常的要提醒动作的要领。

3.领做蛇行的队列练习.要求练习时队伍整齐.间隔距离相同。学生活动：

1.自己要领会齐步走的动作要领,并在练习中体现。2.

3. 在做蛇行队列练习时能很好的掌握要领并在练习中体现。组织：四列横队一路纵队。二、观察与体验

重点：在练习中能很好的发挥速度。

难点：在发挥速度的同时要注意正确的动作。教师活动

1. 带领同学们做一些准备活动。高抬腿，加速跑。教师要及时的纠正准备活动中存在的问题。

2. 复习蹲锯式起跑的动作。

3. 两人一组进行蹲锯式起跑的练习。

4 示范加速跑的动作，并提醒加速跑的动作。5. 组进行加速跑的并采用蹲锯式的起跑。三、游戏与竞赛

1. 在教师的指导下积极的作好准备活动。让身体尽快的进入状态 2. 要根据蹲锯式起跑的动作来复习。并要灵活的运用要领。

3. 发挥自己最大的能力，奔跑出自己的最快的速度。同时要用正确的奔跑姿势。

4. 在练习时要注意发挥蹲锯式起跑的作用。组织：四路纵队和散点队形。四、恢复身心舞蹈：《幸福与拍手》。

学生自由散开在老师周围，开心的放松身体。1、课后小结。

2、安排回收器材。3、师生告别。五、课后反思：

第二课时蹲跳起

通过多种练习形式发展跳跃能力。教学重难点

做到两腿迅速蹬直、向上跳起。教学过程

一、导入热身教师活动：

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。

组织：以四路纵队完成游戏。二、体验与观察

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。

学生活动：

1、自主分小组，通过相互观察、帮助进行各种运球练习，并通过相互的协商进行多种形式的运球练习，通过互动合作的练习熟练运球技能。

2、组织各小组展示 1---2 种本小组最得意的练习形式，通过相互的了解，进行取长补短地练习。

教师活动：提出分组要求，巡回指导，及时示范纠错。

学生活动：

1、两人一组，一位男生带领一位女生进行胸前传接球练习，利用男生的动作优势来带领女生练习。

2、小组扩大，6---8 人一组，学生小组商讨传球练习的形式，利用多种形式进行传球，体验同伴间的相互配合和传球时的上下肢协调用力动作。

3、分小组展示，相互学习、积极交流组织：自由分散
自主组织****

三、创新延伸、展示技能

教师活动：鼓励、提示，协助游戏。学生活动：

1、小组商讨、利用篮球，借助所掌握的技能创编一个游戏，并亲身体验游戏的乐趣。2、游戏表演、展示，评选最佳创思小组、最善于合作小组、技能娴熟小组，每个小组评出进步最大的组员、合作最好的伙伴。组织：自由分散，形式自主场地器材：二片篮球场、两人一球

六年级上册体育教学计划

一、学情分析：

六年级有学生 55 人。身体素质存在较大差异，遵守纪律等方面各有不同。要求教师严格教学、精心组织，争取因地制宜，因材施教，让学生健康、活泼地生活在一个温馨的集体中！同时，六年级处于升学阶段，学业压力比较重，故可以根据实际情况编排课程的内容，提高学生的学习热情。

二. 教学目标：

1、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践。

2、学会走和跑的正确动作，形成走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的能力和身体素质,培养集体主义等精神。

3、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。

4、学会攀爬、支撑、倒立等动作，改进姿势，发展能力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。

5、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简单的比赛，发展走，跑，跳，

投综合活动能力,初步具有竞争意识和奋发向上的精神。

6、学会队列、队形，徒手操等。

三、教学措施

1. 学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，

积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2. 上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

3. 不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

4. 在课堂上严格执行教师的各项要求，未经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。5. 要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

四、教学进度

六年级上册体育教学计划

侯海波

一、学情分析：

六年级有学生 10 人，其中男生 7 人，女生 3 人。身体素质存在较大差异，遵守纪律等方面各有不同。要求教师严格教学、精心组织，争取因地制宜，因材施教，让学生健康、活泼地生活在一个温馨的集体中！同时，六年级处于升学阶段，学业压力比较重，故可以根据实际情况编排课程的内容，提高学生的学习热情。

二．教学目标：

- 1、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践。
- 2、学会走和跑的正确动作，形成走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的能力和身体素质,培养集体主义等精神。
- 3、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。
- 4、学会攀爬、支撑、倒立等动作，改进姿势，发展能力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。
- 5、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简单的比赛，发展走，跑，跳，投综合活动能力,初步具有竞争意识和奋发向上的精神。
- 6、学会队列、队形，徒手操等。

三、教学措施

- 1.学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。
- 2.上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。
- 3.不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。
- 4.在课堂上严格执行教师的各项要求，未经允许不得随

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/547166016140006111>