

最新体育教学教学计划 体育教学计划(优质8篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，让我们一起来学习写计划吧。因此，我们应该充分认识到计划的作用，并在日常生活中加以应用。下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

体育教学教学计划篇一

本年级学生身体素质差异较大，各班学生的.体质也不尽相同，形成有的学生不认真锻炼也能得优秀的情况，而有的学生认真了却得不到好成绩。这些在课上是要加以研究的问题，在评价机制上也要加以研究。

在《大纲》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。”

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，培养认真锻炼身体态度。

2、初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、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。

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。

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。

一、

1、使学生了解本学期的要求。

二、

三、

四、

五、

六、国庆节放假

七、

1、了解学生对教材的掌握程度，提高学生的跳跃能力。支撑跳跃：斜向助跑直角腾越(考核)

2、通过身体素质的练习，使学生掌握科学锻炼身体的方式，提高学生的身体素质。

八、

九、

十、

1、初步

体育教学教学计划篇二

体育与健康课程的模块教学为学生提供了更广泛的选择。本学期的课堂教学试图激发学生的学习兴趣，达到体育参与的目的，提高学生在科学锻炼中的主动性、自觉性和主动性。通过一种中国传统太极拳(太极拳)模块和田径模块的教学，学生可以进一步掌握24式一种中国传统太极拳(太极拳)和田径运动的基本技术和技能，增强体质。同时，可以培养学生在体育运动中的毅力和团队精神，学会自主学习，合作探索学习，形成体育特长和技能，为终身体育奠定坚实的基础。

高一新生具备发现问题、分析问题、初步解决问题的能力。生理上，大部分学生进入了生长发育的高峰期，身体素质有了明显的提高，为进一步学习提供了有力的条件；心理上，高一学生刚从初中进来，心理还不成熟，情绪控制能力弱，心理极不稳定；此外，虽然他们对高中体育有很强烈的好奇心

和新鲜感，但合作意识和团队观念较弱。

- 1、运用室内理论课程，运用多媒体教学技术，让学生掌握基本理论知识、行动技能。
- 2、利用实践课，学生可以进一步掌握运动技术的要点，形成运动专长，培养终身体育知识。
- 3、采用小组教学法培养体育骨干。
- 4、加强思想道德教育，在课堂教学中渗透德育。
- 5、积极开展丰富多彩的课外体育活动，提高学生参与体育活动的积极性。

体育教学教学计划篇三

〈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。

(一)生理发育的特点

- 1、四年级学生一般为9-11岁,属于人体发育的童年时期,总的说来,身体发育处于相对平稳阶段,身高、坐高、体重、胸围、肩宽、骨盆宽等指标男生均自9-10岁开始突增,女生均自8--9岁开始突增,女生均早于男生。四年级学生相对比较是属于身体发育最快的时期。
- 2、四年级学生安静时脉搏均值比三年级相对减少;女生血压

指标10岁时增长迅速;肺活量均值男女生都有递增但差异不大,男生稍大于女生。

3、四年级学生身体素质指标均有提高,50米、立定跳远和50米乘8往返跑男生优于女生,差异不明显;立位体前屈女生优于男生且差异明显;速度、腰腹力量、柔韧、速度耐力素质指标为四年级学生的敏感期,既关键发展时期。灵敏素质发展也极为敏感,学习和掌握技术动作较快。

(二)生心理发展的特点:

1、四年级学生感知觉的无意性和情绪性比较明显。身体练习时容易被新颖的内容所吸引,经常忘记练习的主要目的。兴趣十分广泛,几乎那项体育活动都喜欢,感知动作的要领比较笼统,容易把相近的动作混淆起来,时间和空间感较差。

2、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〉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。

(一)、教师方面:

1、认真备课,精心写好教案,不备课,无教案不准上课。

- 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、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、丢课的因故不能上课,必须经学校领导同意,并做好妥善安排。
- 4、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。
- 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。

(二)、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、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。

6、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。

周次 计划进度

一 引导课,体育常识,游戏是儿童的良师益友。

二 1、队列队形;2、游戏:穿过小树林;

三 1、基本体操;2、游戏:守卫红旗;

四 1、基本体操;2、游戏:报数比赛

五 1、基本体操;2、游戏:春种秋收;

六 游戏课:1、穿城门;2、夹球接力;

七 1、技巧:前滚翻起立接球;2、游戏:绑腿接力;

八 1、技巧:不同开始姿势的前滚翻:2、复习前滚翻

九 游戏课:1、端水平衡:2、障碍赛跑

十 1、技巧:复习前后滚动;2、游戏:绕木棒接力

十一 1、韵律活动;2、走:各种姿势的走

十二 1、队列:报数;2、复习各种姿势的走

十三 1、技巧:前滚翻;2、游戏:跳垫子游戏

十四 1、劳动模仿操;2、游戏:迎面接力

十五 1、队列:齐步走-立定;2、复习劳动模仿操

十六 1、队列:走圆形;2、十字接力

十七 1、队列;行进间走;2、复习韵律操;

十八 考核

体育教学教学计划篇四

组织课堂教学是一门艺术，能否吸引学生是上好一堂课的先决条件，教师只有在教学中不断提高自己的教育教学素养，不断实践总结，才能更好地驾驭课堂，达到最优最佳的教学效果。编辑了6年级体育教学计划，欢迎阅读！

1、六年级学生一般为11——12岁，属于人体发育的少年时期，总的说来，身体发育处于增长率高阶段，发育指标的增长出现第二高峰。身高、坐高、体重、胸围、肩宽、骨盆宽等指标男生12岁达到高峰，以后增长率逐年迅速下降；女生均自8——9岁开始突增，12岁达到高峰，因此，六年级学生相对比较，是属于身体发育的最高峰时期。

2、六年级学生安静时脉搏均值比五年级相对减少；女生血压指标11——12岁时仍处于增长阶段；肺活量均值男女生都

随年龄的增长而增长，但男女生比较男生均大于同龄女生，12岁以后逐年加大。

3、六年级学生身体素质指标均有提高，50米、立定跳远和50米乘8往返跑男生优于女生，差异非常明显；立位体前屈女生优于男生且差异明显；速度、腰腹力量、柔韧、速度耐力素质指标为五年级学生的敏感期，既关键发展时期。13岁时，静力性耐力和爆发力也开始为敏感期。

4、部分女生月经初潮的年龄，恰好是女生素质增长波动起伏或下降的阶段。女生由于月经初潮的到来，引起生理、心理上的一系列变化，给女生素质发展带来一些困难。因此，五年级应开始对部分女生注意区别对待。

5、六年级学生处于敏感素质发展即将交替的阶段，速度、灵敏、柔韧等素质的最佳发展阶段快要过去，力量、耐力等素质的敏感期即将到来。特别是大肌肉群的发展时期，也将向大小肌群同时发展的时期过度。

6、六年级学生的心脏仍属于小学生的'特点，脉搏频率较快，但心脏发育十分显著，已开始进入青春期的特点。因此，适当加大运动量，会使学生的心脏容积和心脏功能得到显著发展。

7、12岁的学生脑的重量已接近成年人的水平，大脑活动的机能也有显著提高，大脑兴奋机能也增强了，每天平均睡眠9小时即可。

1、六年级学生感知觉属于少年阶段的特点，但相对比较，六年级学生的视觉和听觉的感受性已发展到一定水平，感知事物的目的性比童年阶段明确，感知事物的精确性也有所改善，许多练习虽然属于已学过的教材，但其动作规格标准提高了。

2、六年级学生的集中注意能力有所发展，集中注意、专心致

志的时间可达30分钟左右。注意分配能力也有提高，在注意腿的动作同时，还能注意到手或脚的动作，注意上下肢动作的同时，还能注意到重心的变换。

3、六年级学生有意记忆在不断发展，开始由教师布置任务的记忆过渡到自觉的意义记忆。

4、六年级学生已从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡，但仍然是同直接与感性经验相联系，仍然具有很大成分的具体形象性，仍习惯于模仿实际动作。因此，需加强启发式教学，发展学生比较、分析，综合思维的能力。

4、男女生均显露其各自的心理特点，出现相互反感的倾向。集体意识又有发展，已不满足无规则要求的游乐性游戏，特别喜爱有一定规则的竞赛，愿做体力和智力相结合的游戏。已开始把体育活动作为抒发感情的途径。

6、自我评价意识逐步得到发展，十分尊重强者确定朋友关系的倾向十分浓厚，愿意同水平相当者竞争，自尊心、自信心、好胜心强，但往往对自己的能力估计过高。

体育教学教学计划篇五

小学三年级的. 学生组织纪律性较强、情绪变化较大，运动能力有一定发展，上课喜欢玩，运动系统发育不成熟，肌肉力量和协调性较差，想象创造力丰富，学习兴趣易激发。应该努力培养学生主动进取的态度，掌握好学习方法，把握学习规律，让学生在去学习过程中去探讨，去理解，去发现，去创造。通过合理的运动实践，在不断克服困难体验运动乐趣；提高运动技能，培养健康和愉快生活的态度，通过从事适宜的运动，了解自己的身体变化，增强体质，培养坚强的意志。

1、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。

2、掌握基本体操、快速跑、技巧、投掷、身体素质训练、篮球比赛等。

3、在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、免子跳等；4、以速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的协调性和力量的发挥。

5、并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

小学三年级主要选择田径(跑、跳、投)，体操、游戏、篮球等基础项目，以便使学生跑、跳、投的基本技术得到提高。

授课时数根据我校校历安排和学校要求，本学期共讲20周，每周体育授课为3学时，共60学时。每个学期实际上课定为16周，共48学时。上课过程中，若因场地，天气条件等因素的影响，将临时调整。本学期以教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。配以中国象棋比赛、体育健康理论知识、基本体操、快速跑；耐力跑、定时跑、立定跳远、身体素质训练、篮球比赛等。另外在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、免子跳等；多上速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的协调性和力量的发挥。并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。每次授课一个到二个主教材(如：跑步或；立定跳远)其余(如篮球、队列队形、身体素质)训练将作每次课的准备部分内容。每节课都争取有一个或两个小游戏。及时对学生进行评价，根据实际情况将制定小学生体育与健康课成长评价记录袋。

1. 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用

具。

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。

1、因材施教，分类指导。

2、培养优生，能自觉练习，善于动手，动脑的好习惯。

体育教学教学计划篇六

高一武术课数量较多，高二也有一些参差不齐的情况，但基本是最后一个学分选项的基本情况，有助于学习期间这个项目的连续性。学习时可以了解教师的教学意图，便于教学的统筹安排，也可以在一定程度上增加一些技术难度和要求。

学生情况分析：

教材和教具的内容和结构分析：本学期同时采用两个学分，有利于整个学期的学习计划和安排，不需要教基本功。这学期在校本课程《永春百合拳》中安排了两个套路来教，用一套拳法和一套器械结合实用技巧来教，有利于学生的学习兴趣。内容和结构的安排是要注意学生的学习过程，尤其是动作到位，没什么可学的。

教材特点、重点、难点分析：教材特点有利于学生学习，趣味性强，更注重学习过程，方便不同素质的学生学习；重点是武术，武术是这个项目的重点，也是教学过程中最重要的一点，让学生知道学习的基本意图，让学生控制自己；难点在于如何掌握套路的实用技巧，提高防身能力。

提出教学任务：在全面发展体能的基础上，进一步发展灵敏度、力量、速度、有氧耐力，培养武术；引导学生学会合理掌握练习和讨论的时间，了解实现目标可能遇到的困难。在经历进步和成功的过程中，表现出适当的自信，形成勇于克服困难、积极乐观的优秀品质；了解现代社会必备的合作竞争意识，在武术学习过程中学会尊重和关爱他人，将自身健康与社会需求联系起来，展现良好的体育道德品质，结合自己的项目了解一些武术名人，并对其进行简单评价；加强研究性学习，讨论研究技能的实用性，加强学生之间讨论交流的环节。

总体目标：树立健康第一的理念，培养学生的健康意识和体质，进一步激发学生学习永春百合拳的兴趣，培养学生的终身体育意识，注重学生身心的健康发展，在关注学生主体地位的同时，关注学生的个体差异和不同需求，确保每个学生受益，以及多元化、选择性的教学理念。结合学校的实际情况，本教学工作计划旨在满足学生的需求，深化学生的体育运动。加强对永春百合拳基本套路的学习，增强学习兴趣，提高学生自身素质，特别是武术的培养。

具体目标：

培养良好的习武锻炼习惯**□b** □根据科学锻炼的原则，制定并实施个人锻炼计划。学习评价体育锻炼效果的主要方法。

运动技能**□a**认可武术运动的价值，关注国内外重大体育赛事**□b** □有目的地提高技战术水平，进一步强化技战术应用能力**□c**学习掌握社会条件下活动的技巧和方法，掌握运动损伤和突发事件的简易处理方法。

心理健康：通过身体活动有意识地改变精神状态，努力获得成功感**□b**表现出武术练习中调节情绪的意愿和行为。用实际技能在实践中体验克服困难的快乐。社会适应**□a**在学习活动

中表现出良好的体育道德和合作创新精神□b有能力通过各种渠道获得体育与健康的知识和方法。

采用教师示范讲解、学生讨论、实践、教师评价、个别指导、学生实践、最后示范结合学生综合评价等方式，培养学生良好的学习习惯和学习方法，更好地完成教学任务，实现教学目标；实施优秀学生培训，帮助中学生，采用建立学习小组的方式，强化学习小组的互学、互议、互研功能，提高学习效率；加强多边学科的融合，特别是心理健康、运动力学和运动医学教育，增强学生的运动自我保护意识和能力。

体育教学教学计划篇七

上课过程中，若因场地，天气条件等因素的影响，将临时调整。第一大周以教学课堂常规、队列队形为主，每节课都要有队列对形的练习。其余如：身体素质训练将作每次课的准备部分内容。第二大周进行广播操《希望风帆》1—8节，每节课都争取有一个或两个小游戏，及时对学生进行评价，和自我反思。

三年级的学生年龄在8-9岁之间，男女差别较大，男生活泼好动，表现欲强；女生和男生一样活泼，喜欢竞争性的项目，但考虑到某些女生的天性，要因势利导，加强男生的身体素质练习，培养女生积极参与体育锻炼的习惯。应该努力培养学生主动进取的态度，掌握好学习方法，把握学习规律，让学生在过程中去探讨，去理解，去发现。去创造。

在《课程标准》中，明确地规定了小学体育的目的：“游戏化”教学活动可以激发学生对体育产生浓厚兴趣，积极主动地参与到课堂教学中来，并促进学生的思维活动，促进学生智力的发展，使学生既能广泛地获取运动知识，又能体验运动乐趣，提高运动技能，从而提高体育课堂教学质量。

在情境教学的具体操作中，教师必须根据教学目标、教学内容和学生的实际，通过设计相关的故事情节、场地器材和情景氛

围,用语言描述、提问、音乐、场地等各种方式进行情境的创设。一般操作的程序是:创设情境--激发运动兴趣--体验情节--产生运动乐趣。

体育教学教学计划篇八

小学一年级的教学内容主要分为三个板块,体育基本常识、基本活动和游戏。体育常识主要包括体育课的作用、正确的坐立行姿势;基本活动包括基本活动包括队形队列、基本体操、走、跑、跳、投、滚翻、攀爬、韵律活动和简易舞蹈;最后一个板块是适合低年级小朋友的一些简单游戏。

通过教学,使学生初步掌握各种基本动作的简单方法和技能,培养学生身体的正确姿势,发展身体活动能力,促进身体新陈代谢和正常生长发育,增进身体健康。学生在身体活动当中,伴随着丰富的心理活动和各体育群体社会性的交往活动,感受到友好合作,团结友爱的情趣,体验自信、健全的个性心理。通过教学能够培养学生团结友爱、相互合作、遵守纪律、勇敢顽强、热爱生活、积极进取的优良作风和品质,促进学生身心全面、和谐地发展。

周次

教学内容

一

- 1、引导课:认真上好体育课(室内理论课)
- 2、正确的走站立姿势;排队上课、集合、解散;
- 3、小学生广播体操(一);稍息、立正
- 4、机动

二

- 1、复习小学生广播体操(一);学习小学生广播体操(二)
- 2、复习小学生广播体操(二);学习小学生广播体操(三)
- 3、队列：报数;游戏：块块集合
- 4、机动

三

- 1、复习《七彩阳光》;游戏：一切行动听指挥
- 2、各种姿势的走;走跑接力
- 3、前后滚动;摇小船
- 4、机动

四

- 1、队列：原地转法;复习《七彩阳光》
- 2、模仿动物走;走跑交替
- 3、理论：正确的身体坐、立、行姿势
- 4、机动

五

- 1、投准练习;游戏：看谁投得多
- 2、韵律活动：听音乐做动作;基本姿态练习

3、队列：踏步-齐步走；复习原地转法

4、机动

六

1、基本跳跃；模仿动物跳

2、拍球；拍球比多

3、拍手操；复习小学生广播体操

4、机动

七

1、游戏：端水平衡；障碍赛跑

2、技巧：前滚翻(一)；跳垫子游戏

3、技巧：前滚翻(二)；换物接力

4、机动

八

1、兔子舞(一)；蹦蹦跳跳

2、兔子舞(二)；游戏

3、齐步走-立定；复习拍手操

4、机动

九

- 1、快速跑;接力游戏
- 2、拍球;传球接力
- 3、劳动模仿操(一);游戏: 改换目标
- 4、机动

十

- 1、劳动模仿操(二);换物接力
- 2、走跑交替;走跑比美
- 3、双脚连续跳;比谁跳得远
- 4、机动

十一

- 1、舞步: 跑跳步、滑步;游戏: 黄河、长江
- 2、走和跑: 直线跑;游戏: 传递情报
- 3、持轻物掷远;跨下传球接力
- 4、机动

十二

- 1、复习队列队行;游戏: 搬运接力
- 2、复习跑跳步、滑步;兔子舞
- 3、后踢步加手臂动作;柔韧练习

4、机动