

三年学体育教学计划 三年级体育教学计划 (大全8篇)

时间流逝得如此之快，前方等待着我们的新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。那关于计划格式是怎样的呢？而个人计划又该怎么写呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

三年学体育教学计划篇一

为了贯彻实施好学校的教学工作计划，开展好我班的`课外活动，致力提高学生的综合素质，使本期我班的课外活动能够有条不紊地开展达到预期的目的，特制定本期的课外活动计划，内容主要含以下几个方面：

一. 基本情况：

本期我班共有学生52人，其中，男生20人，女生32人，多数学生喜爱活动，表现出积极、主动的态度，并且有一定的动手能力。

二. 目标要求：

- 1、培养学生爱护花草树木的意识，自觉维护环境，爱护自己生活的空间。
- 2、学会尊老爱幼，关心他人，献出自己的爱心，知道今天的幸福来之不易，从而更加珍惜今天的幸福生活。
- 3、了解新时代信息技术的巨大作用，学会从网络上收集各种有用的信息资料。
- 4、学会灵活运用从课本中所学到的知识，活学活用，理论联

系实际。

6、练习说话、写话，培养和提高学生的说话和写话能力。

7. 进行充分的体育锻炼，增强身体素质，培养吃苦耐劳、团结合作精神。

三. 具体的实施措施：

认真制定计划，安排学校的部署，认真组织每一次课外活动，及时进行总结，在活动中发挥每一个学生的主观能动性，动员学生人人参加，人人有进步，并作好每次活动的记录。

四. 活动日程安排：

三年学体育教学计划篇二

以《学校体育工作条例》为指导，以《学生体质健康标准》为工作目标，认真贯彻学习新课程标准。树立健康第一的指导思想，以高标准，高质量作好学校体育工作。

二、工作目标

1、加强体育课堂教学的常规管理。促进学生积极参加体育锻炼，掌握基本运动技能，养成良好的体育锻炼习惯。

2、加强运动队训练工作，保证训练时间、提高训练质量，认真制定训练计划，积极主动的开展训练活动。为提高学生的竞技水平打下良好的基础。

3、认真抓好群体工作，保证两课两操质量，安排好体育课外活动和体育达标工作，保证学生每天一小时的体育锻炼时间。

三、主要措施

- 1、认真学习新课标钻研教材，落实体育课的开设，促进学生综合素质的提高及健康成长的思想。
- 2、认真备课，课的任务明确具体，做到提前备课，熟悉教材内容，教学方法能够培养学生的创新精神和实践能力。
- 3、教师在课前做好场地器材的检查、准备、布置，合理利用，消灭安全隐患，课上对学生进行安全教育和必要的保护与帮助措施。保证安全第一。
- 4、认真写好每堂课教案设计，做到体育教案有学年计划，学期计划，进度计划，单元计划，四大计划，写好课后小结。随时迎接上级领导抽测。
- 5、体育教师每天组织学生上好大课间操，为提高课间操整体质量，充分发挥课间操的作用，开展班级大课间操评优活动，使大课间操的管理有章可循。

三年学体育教学计划篇三

以学生健康为第一的思想为指导，一切为了学生，认真领会体育与健康课程标准精神，解放思想、转变观念、勇于探索、深化改革、求实创新，在体育教学中以学生发展为中心，重视学生的主体地位，培养学生的竞争意识和合作精神，全面提高身体素质。

1. 增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能。
2. 培养运动兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯。
3. 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。

4. 发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态度

5. 培养良好的课堂常规

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、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、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。

5、掌握基本体操、快速跑（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、实心球、身体素质训练、篮球比赛等。

7、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。

8、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。

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（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、身体素质训练、篮球比赛等。

1、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。

2、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。

三年级28人，学生们对体育课有着很浓厚的兴趣。对于刚刚接触体育课的一些新同学来说。当务之急就是培养他们的兴趣，发掘其潜力是首当其冲要解决的问题。充分培养学生终身体育的意识。三年级学生正处在生长发育的初期，他们生性好动活泼开朗，注意力不集中，课堂常规还不大了了解。

针对上述情况，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

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，让学生在过程中去探讨，去理解，去发现。去创造。

将学生身心作为一个整体，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。

小学三年级体育教材以实践教材为主。根据学生的能力以及学校的条件，体育教材主要选择田径（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；并挖掘生活中的实用技能。

授课时数根据学校要求，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。

第一学期以教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。配以基本体操、快速跑（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、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、兔子跳等；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。

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。

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. 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。

坚持“健康第一”的思想，重视让学生充分地参与体育课上的活动。利用体育运动游戏项目，激发学生上体育课的兴趣和热情，提高学生的健康水平。根据学生的特点，选用不同的分组形式开展教学，以发挥最大的教学效益；重视学生的情感和体验，改变传统的教学方法，吸引学生上好每一堂课，使学生形成坚持锻炼的习惯。

1、重点培养课堂教学常规，狠抓队列队形、路队和两操；

3、利用奖励措施来提高学生课堂学习积极性；

4、重点训练学生的队列队形；

5、重点强化课堂常规。

6、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。

7、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。

8、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。

9、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，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培

养。

三年学体育教学计划篇四

对学生基础知识、基本技能、能力智力及学习兴趣、学习态度等状况的分析) 通过高中两年的体育教学训练, 学生知道科学锻炼的基本原理, 能够按计划进行体育锻炼, 大部分同学都能够按兴趣选一至两个项目进行锻炼, 而且掌握了所选项目的基本技术, 有部分同学已达到较高的水平。

(按知识目标、能力目标和情感目标分项填写)

知识目标: 学会一两种我国传统养生保健方法, 了解体育活动对预防和消除心理障碍的作用, 应用简单的方法测试自己的体能, 按兴趣新选一个或按上学期的项目进行训练。

能力目标: 增强学生自我锻炼能力和创新能力, 增强学生团队合作与社会适应能力。

情感目标: 发展良好的心理素质, 培养顽强的意志, 勇于克服困难的品质, 增强自信, 感受交往、合作与竞争, 培养创新能力及团队精神。

(可就优化课堂教学, 开展教学改革试验, 调动学生积极性, 抓好形成质量诸环节, 面向全体学生, 培优和辅导后进生等方面, 结合实际, 订出具体措施)

- 1、激励学生主动学习, 为学生创设探索的空间、
- 2、多形势, 多手段引导学生活动, 吸引学生积极参与。
- 3、分层次培养, 让每个学生都能在原有水平上得到提高
- 4、设置一定的难度和困难情境, 培养学生勇敢、不怕困难、

意志坚强的优良品质。

5、场地器材巧妙设计，自编自制体育器械。

三年学体育教学计划篇五

(1) 增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能；

(2) 培养运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯

(3) 具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神；

(4) 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；

(5) 发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态度。

根据义务教育小学阶段的培养目标以及本校实际情况，有目的、有计划地进行教育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，使每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

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和安全常识，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、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、团结协作等优品质。

(一)、重点:

- 1、体育卫生保健基础常识
- 2、田径
- 3、七彩阳光

(二)

- 1、田径
- 2、七彩阳光

本学期以20周计算，每周3课时，大约60课时左右。

- 1、教育学生热爱中国共产党，热爱祖国，逐步提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。
- 2、运用体育对学生特有的影响，培养学生的美感和文明行为，逐步提高，培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱，互相帮助等集体意识和良好作风。
- 3、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。
- 4、特别加强对广播体操的教学。

三年学体育教学计划篇六

- 1、学生情况三年级共四个班，每班约五十人左右，以男生居多，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。
- 2、技能情况三年级学生喜欢跑、跳、投掷、攀登、追逐、跳

绳、踢毽子等大肌肉活动。但动作则显得僵硬呆板。

1、通过队列广播操的练习，规范学生动作。

2、掌握各种素质技能的练习，发展学生身体素质以及柔韧耐力。

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；发展素质，为训练队大好基础。

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。

投掷动作：后滚翻

蹲距式跳远：后滚翻

小学三年级体育教材以实践教材为主。根据学生的能力以及学校的条件，体育教材主要选择田径的跳跃（单双脚跳立定跳远蹲距式跳远）；投掷（沙包实心球垒球）；跑（30—40米加速跑600—800跑走交替）。

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。第一学期以教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。每次授课一个到二个主教材（如：跑步或；立定跳远）其余（如队列队形、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。

每课3课时，共60课时

- 1、采用学生为主体，少讲多练的方式提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。
- 2、运用体育对学生特有的影响，培养学生的美感和文明行为，逐步提高培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱。互相帮助等集体意识和良好作风。
- 3、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性采用主题教学、情景教学等方法，充分发挥游戏活动的作用，激发学生参与体育活动的兴趣。

三年学体育教学计划篇七

- 1、学生情况 三年级六个班，每班约六十人左右，以男生居多，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。
- 2、技能情况 三年级学生喜欢跑、跳、投掷、攀登、追逐、跳绳、踢毽子等大肌肉活动。但动作则显得僵硬呆板。

二、教材分析

由于河南教育委员会并没有编写小学三年级体育教材，所以只能根据义务教育小学阶段的培养目标、《九年义务教育全日制小学体育教学大纲》以及本校实际情况，有目的、有计划地进行教育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，使每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

三、教学目的和要求

- 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和安全常识，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、舞蹈等项目的的基本技术，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、团结协作等优品质。

四、重难点及课时安排

1、教学内容

a□体育卫生保健基础常识

b□游戏

c□韵律活动和舞蹈

d□田径

e□体操

f□小球类

g□第九套广播体操

2、重难点

五、教学措施

1、教育学生热爱中国共产党，热爱祖国，逐步提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。

2、运用体育对学生特有的影响，培养学生的美感和文明行为，逐步提高，培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱，互相帮助等集体意识和良好作风。

3、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

4、特别加强对广播体操的教学。

三年学体育教学计划篇八

三年级的学生年龄在8-9岁之间，处于发育时期，身体发育较快，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。

(一)教学目标：

1. 通过队列广播操的练习，规范学生动作。

2. 掌握各种素质技能的练习，发展学生身体素质以及柔韧耐力。

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来改善肌肉的协调性和力量的发挥。

(二)教学重点：跑的练习；前滚翻

(三)教学难点：队列队形；前滚翻

小学三年级体育教材以实践教材为主。根据学生的能力以及学校的条件，体育教材主要选择田径的投掷(沙包实心球垒球)；跑(30-40米加速跑 200-300跑走交替)；体操(立卧撑跳上成蹲撑，起立向前跳下后滚翻)；队列(疏散密集队形分合队)、游戏等基础项目，以便使学生跑、跳、投的基本技术得到提高；并挖掘生活中的实用技能。着重加强跑和体操的教学，发展学生的力量和身体的控制能力。授课时数根据我校校历安排和学校要求，本学期共讲16周，每周体育授课为2学时，除去如假期、各种考试等各种因素，计划授课25学时。另因场地，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。每次授课一个到二个主教材(如：跑步或；立定跳远)其余(如队列队形、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表。

每课2课时，共32课时

小学三年级体育第二学期教学进度表

一 培养学生具有关注身体和健康的意识；能知道在安全环境中进行投掷游戏

1. 常识：名人体育锻炼的故事
2. 投掷与游戏：小小保龄球

二 发展投掷能力，在活动中表现出合作行为；体验地域性体育活动的快乐

1. 投准与游戏：打靶

2. 跳短绳

培养学生乐于学习和展示自我的行为;通过多种形式发展学生跳跃能力

1. 基本体操1—2节
2. 发展跳跃能力的游戏: 四人转

三 随集体协同动作, 在队列练习中保持良好身体姿势;在跳高游戏中表现出合作行为

1. 队列与队形练习: 跑步走—立定
2. 跳高与游戏: 触高球

在走的游戏中形成正确身体姿势;能做出地域性体育活动简单动作

1. 走的游戏: 倒退走
2. 踢毽子比赛

四 在活动中建立和谐的人际关系, 发展投准能力;在小足球游戏中体验成功的乐趣

1. 垒球投准
2. 小足球: 跑动运球

培养学生积极参与活动的态度和行为;在跳高游戏中能与同伴友好合作

1. 素质: 压腿. 踢腿

2. 摸高比赛

五 培养学生参与意识和表现力;在活动中发展力量. 协调素质

1. 韵律: 跳跃组合一. 二个八拍

2. 立卧撑

发展学生的跳跃能力, 提高灵敏. 协调素质;享受地域性体育活动的乐趣

1. 跳跃与游戏: 单脚跳追逐跑

2. 跳青蛙

六 在活动中发展力量. 协调素质;在跳高游戏中培养合作精神和体育道德

1. 攀爬: 推小车

2. 跨越式跳高

学习韵律活动中的简单组合动作;掌握往返跑的正确方法, 培养灵敏性. 反应速度

1. 韵律: 跳跃组合三. 四个八拍

2. 10米×4往返跑

七 懂得不按规则游戏会导致身体伤害;学会地域性体育活动简单动作

1. 角力与对抗游戏: 斗牛

2. 丢手巾

在活动中学会与同伴合作;会做小篮球的简单组合动作

1. 往返接力跑
2. 小篮球: 花样运球

八 做出韵律活动的简单动作;体会跳高动作, 培养参与意识与行为

1. 韵律: 跳跃组合五. 六个八拍
2. 跨越式跳高比赛

能做出轻器械操的简单组合动作;积极参与乐于学习地域性体育活动

1. 复习韵律操
2. 乒乓球: 正手攻

九 培养学生关注身体和健康的意识;能积极参与室内游戏, 提高快速反应能力。

1. 常识: 自我保护
2. 游戏: 抓手指. 打手背

培养跑的正确姿势, 发展动作速度. 灵敏素质;在相互合作中学习掷远动作

1. 追逐跑
2. 轻物投远

十 在跳跃游戏中培养学生合作能力;积极参与乒乓球运动,

并体验运动的乐趣

1. 跳远与游戏：双人蹲转跳 1.