

最新四年级体育教学计划进度表(通用7篇)

计划是人们在面对各种挑战和任务时，为了更好地组织和管理自己的时间、资源和能力而制定的一种指导性工具。我们该怎么拟定计划呢？以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

四年级体育教学计划进度表篇一

以科学的教育理论为指导，以健康第一和面向全体学生为指导思想，以新的小学体育课程标准为指针，结合我校资源整合的特点，继续推进以“发展学生为主体”为重点的学科素质教育。进一步更新教育观念，深化教学改革，优化课堂教学，提高体育在素质教育中的作用。

通过半年的教学得出的经验是，孩子们在体育课上是非常活泼和活跃的。我这学期除了按照教学大纲的要求外，还要给孩子们多参加一些新颖的体育活动，并结合我校的特点，使每一节体育课都要上得井井有序，并且还要充满活力。

本册教材本着锻炼学生素质为中心，展示自我的能力和他人合作的能力都有所提高，通过教学，重点是有意识地培养他们的参与意识，创新精神和体育实践能力。

在教学中，主要是让学生们自己活泼愉快地参加和锻炼，有些体育知识，包括心理健康等问题，主要是在实践活动中自然地渗透，不强调离开活动专门讲述。小学体育教学的特点之一是，教材内容要符合儿童特点，内容贴近他们的生活，教给他们的动作是他们平时熟悉的，游戏的方法是他们喜欢的，主要是让孩子们积极地参与，玩得起来，在玩和活动中受到教育。

- 1, 培养学生热爱体育的愿望, 培养学生好动的习惯。
- 2, 创设生动有趣的游戏情境, 结合学生实际进行体育教学。
- 3, 注重多元评价, 促进学生全面发展。

小学体育的《课程目标》是, 改变教育教学观念, 克服体育教学目标的单一化, 强调素质教育, 在全面反映小学体育基本目标的同时, 要充分体现以学生为主体, 发展学生的个性。培养他们的自信心, 使他们具有勇敢, 不怕苦, 不怕累, 勇于克服困难的优良品质, 及为学校的体育添砖加瓦。

1) 50米加速跑 2) 1分钟跳短绳 3) 垒球

总之, 体育达标不是目的, 它是为了推动同学们更好地参加体育锻炼, 使其增强体质, 提高运动技术水平, 培养共产主义道德品质, 从而更好地为建设和保卫祖国而服务。

四年级体育教学计划进度表篇二

教学目的: 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。”

三、四、五年级教学目标:

〈一〉 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。

〈二〉 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。

〈三〉 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。

课 程 表

节数

周

第一节

第二节

第三节

第四节

第五节

第六节

第七节

第八节

周一

周二

周三

周四

周五

体育课教学常规

发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

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。

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。

周次

起至日期

计划进度

一

8.20~8.24

引导课，体育常识，游戏是儿童的良师益友。

1、队列队形； 2、游戏：穿过小树林；

二

8.27~8.31

1、基本体操； 2、游戏：守卫红旗；

1、基本体操； 2、游戏：报数比赛

三

9.3~9.7

1、基本体操； 2、游戏：春种秋收；

游戏课： 1、穿城门； 2、夹球接力；

四

9.10~9.14

1、技巧：前滚翻起立接球； 2、游戏：绑腿接力；

1、技巧：不同开始姿势的前滚翻； 2、复习前滚翻；

五

9.17~9.21

1、徒手操； 2、游戏：改换目标；

1、徒手操； 2、绕木棒运动；

六

9.24~9.28

1、复习全套徒手操； 2、游戏：看谁反应快；

1、韵律活动； 2、走：改变速度的走；

七

10.1~10.5

1、走：改变速度的走； 2、游戏：单脚跳接力；

1、各种姿势的走； 2、游戏：绑腿接力；

八

10.8~10.12

1、藤圈韵律操； 2、游戏：接力跑；

1、藤圈韵律操； 2、游戏：单双脚跳圈；

九

10.15~10.19

1、技巧：仰卧起坐； 2、游戏：快跳快跳；

1、韵律操； 2、游戏：抢种抢收；

十

10.22~10.26

1、队列：行进间走； 2、复习韵律操；

1、韵律操； 2、游戏：单脚跳接力；

十一

10.29~11.2

1、游戏课： 1、踏石过河； 2、攻关；

1、支撑跳跃； 2、游戏：攻关；

十二

11.5~11.9

1、韵律活动； 2、复习支撑跳跃；

1、技巧：立卧撑； 2、游戏：绑腿接力；

十三

11.12~11.16

1、跳小绳； 2、叫号赛跑；

1、跳双绳； 2、游戏：迎面接力；

十四

11.19~11.23

1、走跑交替； 2、游戏：跳进去拍人；

1、跳大绳； 2、游戏：障碍赛跑；

十五

11.26~11.30

1、跳大绳；2、分组进行跳小绳；

游戏课：1、单脚跳接力；2、迎面接力；

十六

12.3~12.7

1、走跑交替；2、跳小绳；

1、1分钟跳小绳；2、期末总结；

四年级体育教学计划进度表篇三

1：走和跑

教材：30米-----50米快速跑25米2分钟往返跑各种非直线跑障碍跑、跑的知识（马拉松）

设计要求：1、掌握简单合理的技术要求；2、各种辅助练习3、反复练习；

4、承受生理负荷促进体能发展5、关注成长记录

2：跳跃

教材：支撑跳跃（跳上成跪撑-----跪跳下）

跨越式跳高急行跳远

设计要求：1、学习与方法的学习（保护、丈量）共同点：落地2、如何做到轻巧落地，动作漂亮。

3、做好准备活动；4、培养学生自我保护意识；5、支撑时教会学生保护与帮助，关心帮助同伴，完成学习任务。

3：投掷——实心球前抛

实心球后抛垒球掷远

设计思路：左右均衡练习

1、要重视对称练习，左右手练习2、注意安全（海绵球、废报纸）卫生习惯

3、利用可乐瓶，做投、滚等各种各样的练习。

4、民族民间体育——跳绳

设计思路：创设条件欢乐练习

教师要鼓励学生的点滴进步，合理评价方法，鼓励学生刻苦锻炼。记录好自己的成绩。

5、垫上滚翻：

滚翻与韵律活动，能很好地锻炼协调能力、判断能力和应变能力，并逐步使我们掌握在活动中进行自我保护的方法。

造型游戏是展现丰富血力的好机会，练习时通过和同伴间的相互交流和启发，能让学生得到更多的创造灵感。

6、队列队形：

教材：1) 看齐2) 原地变换队形3) 行进间队形变换

要求：上体正直，摆臂自然，精神饱满，步幅均匀。

整齐划一，严格要求。

7、球类：学生对球类教材的喜欢是可以预见的，也是表现得淋漓尽致的，这就让我思考了，什么原因呢？是该校是市篮球传统学校吗？不是的，以前也照样喜欢，是篮球特别好玩吗？其实玩好也不简单，它的技术很复杂。那是学生没有别的东西可玩，一玩玩上瘾的；还是我们学校前几年学校男篮成绩一直不错，带动了，你看不是经常有一批学生整天吵着我要加入篮球队；抑或是姚明等nba球星的榜样激励。不管怎样，轰轰烈烈的场面是显而易见的。那么，应该怎样顺应这种热流并让学生获得真正的发展呢，这里我采取了以下办法：从低年级时先熟悉球性练习，从拍球开始，逐渐过渡拍球跑，传接球等。中年级力量逐渐增强再练习投篮、模拟半场篮球比赛等。高年级逐渐到全场比赛，其中加入战术内容讲解。整个学习阶段以激发学生的兴趣为主。我的感觉是球类中，篮球最难，足球不管你会不会上去都能踢两脚，排球你只会垫球就可两两比赛，而篮球比赛则不然，只会一种技术根本不能上场比赛，而且学会技术也难，只能按部就班，逐层递进。现在我们要探讨的是如何缩短这种周期，让学生尽快掌握好技术，以进行比赛，当然这是以后话题了。

二、学情分析

(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。

三、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。

四、教学重点和难点:

1、教学重点: (1) 使学生掌握有关体育保健常识和简单的练习方法。2) 培养学生的自锻能力和增强学生的体质,使学生的身心得到和谐的发展。

2、教学难点: (1) 学生良好的学习习惯的养成。(2) 建立体育锻炼意识,认识体育锻炼的作用。

五、教学措施:

1、具体采用针对手段。2、从严要求，做到放而不散，散而不乱。3、对学习困难的学生，进行课外辅导，表扬鼓励。

4、请各班班主任配合体育教学工作。5、培养学生自我锻炼能力。

六、优生和后进生的情况和措施：

1、情况分析：各班都有几位体育特长和学习困难生，四（1）班有4个体育好的学生，2个后进生；四（2）班有2个体育尖子生，后进生2个；四（3）班3个体育好的学生，3个后进生；四（4）班有2个优生，后进生3个。

3、后进生的转变措施：（1）针对后进生不同的特点，有针对性组织或引导他们进行学习；如是心理方面造成学习困难的，多采用表扬和鼓励的方式克服；如是调皮捣蛋的，表扬优点惩罚缺点，多引导，表扬与批评相结合。

（2）多沟通，多了解，多理解

（3）进行个别课外辅导

七、教学进度：

第一周：始业教育：体育小常识

身体素质练习、游戏

第二周：跑的游戏、身体素质练习

跑的游戏、身体素质练习

第三周：跳的游戏、身体素质练习

跳的游戏、身体素质练习

第四周：投掷游戏、身体素质练习

投掷游戏、身体素质练习

第五周：垫上游戏、身体素质练习

垫上游戏、身体素质练习

第六周：立地跳远考核、一分钟跳绳考核

坐位体前屈考核、一分钟仰卧起坐考核

第七周：球类游戏、身体素质练习

球类游戏、身体素质练习

第八周：球类游戏、身体素质练习

球类游戏、身体素质练习

第九周：球类游戏、身体素质练习

球类游戏、身体素质练习

第十周：球类游戏、身体素质练习

球类游戏、身体素质练习

第十一周：球类游戏、身体素质练习

一分钟原地投球考核

第十二周：排球游戏、身体素质练习

排球游戏、身体素质练习

第十三周：排球游戏、身体素质练习

排球游戏、身体素质练习

第十四周：排球游戏、身体素质练习

排球游戏、身体素质练习

第十五周：排球游戏、身体素质练习

排球游戏、身体素质练习

第十六周：排球游戏、身体素质练习

一分钟排球垫球考核

第十七周：排球游戏、身体素质练习

球类游戏、身体素质练习

第十八周：期末工作总结

第十九周：期末考试、放假

四年级体育教学计划进度表篇四

本站后面为你推荐更多四年级体育教学计划！

一、学情分析：

小学四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性有了必须的基础；能基本掌握基本的单、双脚跳跃方法；正确地跑步姿势和方法；基本学会与同伴合作学习；能正确评价自己及他人的学习态度与学习潜力；在主动参与体育游戏与活动。但部分班级学生由于个体差异的奔跑潜力、

跳跃潜力不是很好，须加强锻炼腿部力量；个别女生的手臂力量较差，投掷潜力不强，还待加强锻炼；本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓广播操质量和课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

二、教材分析：

小学四年级体育教材以实践教材为主。根据学生的潜力以及学校的条件，体育教材主要选取田径（跑、跳、投），基本体操、小球类、技巧、游戏等基础项目，以便使学生跑、跳、投等的基本技术得到提高；并挖掘生活中的实用技能。并透过体育锻炼，培养群众主义精神，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。

三、教学总目标：

- 1、引导学生初步养成主动、用心参与体育活动的意识，表现出乐于学习和对体育活动的浓厚的兴趣，体验到体育活动带来的快乐。
- 2、引导学生透过学习各项体育活动资料，获得一些运动和健康的基础知识；初步学习和体验运动的技术与技能，学习科学锻炼身体和自我锻炼、自我表现、自我保护、自我评价的方法，培养参与体育活动的良好习惯，以及安全地进行体育活动的意识。
- 3、引导学生透过体育教学活动，和多种形式的游戏发展身体灵敏、协调、平衡、速度、耐力和力量等体能，促进身体全面发展，增强关注自己身体和健康的意识。
- 4、引导学生学与练的过程中，体验参加不同项目运动时的紧张与愉快、兴奋与疲劳、成功与挫折等心理感受，学会透过体育活动调控自己的情绪，并在必须的困难的条件下进行体育活动，养成克服困难等意志品质。

5、引导学生构成活泼开朗、用心向上、团结合作、竞争进取等的精神，以及勇敢、顽强、尊重他人、遵守规则的意志品质。

四、教学要求：

每堂课教学，都应把学生的运动实践活动作为实现综合目标的载体，教学中要关注四个学习领域目标的达成。

教材的设计要把重点放在培养学生参与活动 and 主动、用心的学习态度上。教师在选取教材时，要在“趣”上做文章，发展学生体育基本活动潜力。

在教学时教师应体此刻引导、启发和帮忙学生主动、用心、创造性地学上学习，给学生留与充足的自主支配、自由发挥的时间和空间，让学生学会自主学、自我表现、自我保护、自我评价；不仅仅学会动作方法与技能这一结果，也要掌握获地结果的过程。

教师在教学上时要注重学生个体差异。教师要根据学生的各种差异性适定教学目标、选取教学资料、教学方法，坚持面向全体学生，努力做到因材施教，使学生真正做到学习的主人。

四年级体育教学计划进度表篇五

为切实搞好我校新学期四年级数学教育教学工作，提高教育教学质量，全面提升学生的数学素养，做新学期数学教育教学工作计划。

以全面提高学生的数学素养为宗旨，以数学教育教学理论为教学策略指导，全面提高教育教学质量。

质量目标：在新的学期里努力教学，力争使三年级数学合格

率、优秀率名次得均到列周边乡镇前茅。

育人目标：在教师的鼓励和指导下，能积极地参加观察、操作、探索、交流等数学活动，对与数学有关的身边的某些事物有好奇心，对学习内容和学习活动感兴趣，有学好数学的愿望。

在教师和同学的鼓励帮助下，能克服数学活动中遇到的困难，初步获得成功的体验，进一步培养好数学的信心。

在教师的指导和帮助下，能够认识到自己的数学活动过程和结果的正确与错误之处，并作出认定和修正，初步感受数学思考的合理性，初步培养实事求是的科学态度。

安全目标：在一学期的教学中，采取一切措施做到数学课堂教学和课外探究实践安全无事故，并为学校的整体安全时刻尽好自己的责任。

1、首先认真学习课标，明确教材教学要求，做到胸有成竹。

2、学习教育教学理论，用最新最科学的理念来武装头脑，指导日常的教育教学工作，做到恰到好处。具体从以下几方面着手：

（一）重视创设生动的数学学习情境

（二）重视学生独立思考与合作交流能力的培养；

（三）积极提倡解决问题策略的多样化；

（四）重视培养学生初步的应用意识和解决问题的能力；

（五）关注学生的个体差异。

3、认真钻研教材，研究学生明确编排意图，科学处理教材，

备好每一节课，做到深入浅出效果好。

4、开足课时，认真上好每一节课，并及时反思改进，做到联校领导要求的每天十问。以学生为主体，教师为主导。把课堂教学真正落实到提高学生的科学素养的轨道上来，把课堂教学既搞活又做实。虚心向有经验的教师学习，经常积极主动听课教研，切实提高自己的教学水平，提高教育教学质量。

5、科学作好班级管理。指导学生小组高效合作学习，全面提高教学质量。培养提高学生的合作学习能力，小组长的组织管理能力，同学之间的互助互学精神，积极主动的认知态度，是非常重要的。因此，在教学中做到“三个一”即：选好和培养一个好组长，搭配好一个好小组培，养一个好学风来建立起一个个互学能力强的学习小组，来铸优抚差，大面积提高教育教学质量。

6、合理安排时间，做好全册教学内容和时间安排。站在单元内容的高度，结合学生学习生活经验实情，科学整合教材。做到胸有成竹，重点突出，张弛有度。

内容课时

一、认识更大的数10课时

二、线与角8课时

三、乘法10课时

四、图形变换3课时

五、除法14课时

六、方向与位置4课时

七、生活中的负数4课时

八、统计4课时

总复习3课时

四年级体育教学计划进度表篇六

本学期我任教四（1）、四（2）班的体育课，学生共 人，通过上学期期终考核的成绩反馈来看，这几个班级大部分学生能够遵守纪律、也能够按照老师的要求积极的参加体育锻炼，现在班级中绝大部分同学喜欢体育、并能积极地参与到体育的各项活动中来，但有部分同学惰性很强，上课怕吃苦，一遇到跑步或比较累的活动就经常找借口请假，其中男生特喜欢篮球、乒乓球等球类活动，只要一提到打球就是打一天也不叫累，一说要跑步就不大愿意，因此他们的耐力和毅力还有待于发展。所以，在以后的教学中要调节，尽量做到因材施教。努力在教学中让学生明确学习的态度，提高学习的积极性，在开学初期，结合学校的一日常规教育，把培养学生的学习习惯作为一项主要工作，把学生实践能力的提高作为工作的基本目标，激发学生积极参加体育锻炼的兴趣和热情，以期在这个学期取得更好的教学效果！

二、学期教学目标

四年级下册教学内容主要分为体育与保健常识和体育与保健实践两大部分。

体育与保健常识主要让学生了解全国运动会几武术知识的简介，通过学习使学生了解人体需要那些营养素，以及参加体育锻炼与营养的关系，在日常生活中如何预防脊柱的异常弯曲以及运动后肌肉酸痛消除的办法。

体育与保健实践部分分：田径（跑、跳、投）、体操、小球类、民族传统体育，田径中的跑主要是要求跑得姿势正确，初步掌握上下肢协调配合，能跑得直，跑得快，并能跑得持

久；跳跃包括一般跳跃、跳高、跳远三项以发展学生的跳跃能力，提高全面的身体素质，跳高和跳远教材的重要环节是：助跑和起跳的相结合；投掷教学按循序渐进的方式进行，先用小球、小沙包等做各种方式的投掷，再接着用垒球进行原地练习，最后用垒球进行上步投掷。体操包括基本体操，如队列徒手操和轻器械体操，跳绳，攀登，爬越等内容，以及技巧、支撑跳跃等，的基本手型和步型，为今后学习武术操和武术基本功打下良好的基础。

三、单元教学目标

第一单元体育与保健常识教学目标：

理解体育锻炼对人体的好处和体育锻炼最基本的常识，并能把学到的知识初步应用于自己的锻炼之中。

第二单元走和跑教学目标：

初步学会障碍跑的方法，提高走和跑的能力，增强下肢力量和发展内脏器官的功能，培养勇敢、顽强的品质。

第三单元跳跃教学目标：

初步学会不同姿势的跳跃动作，发展全面身体素质，提高各种跳跃的能力，初步具有刻苦锻炼的优良品质。

第四单元投掷教学目标：

初步学会上步投掷沙包、垒球的方法，学会后抛实心球动作，进一步发展上肢力量和投掷，初步具有遵守投掷常规的习惯。

第五单元攀爬、悬垂、支撑、滚翻、平衡教学目标：

第六单元小球类教学目标：

初步学会原地投篮和行进间运球的动作，连接运、传、接、投技术，发展控制球的能力和灵敏、协调素质，培养集体主义精神。

第七单元队列、队形、徒手操教学目标：

按规定动作和要求学队列、队形，提高动作的规范化，培养组织纪律性。

第八单元民族民间乡土体育教学目标：

初步学会武术的基本手型和步型，发展活动能力，培养团结友爱的精神。

四、具体教学措施：

1、经常鼓励学生积极参加体育锻炼，使学生明白锻炼身体自己带来的好处，解除学生为老师而锻炼，为上课而锻炼的那种依赖心理，是学生养成积极锻炼身体的好习惯。

2、体育锻炼贵在持之以恒，只有经常坚持，才能取得好的效果，告诉学生千万不能三天打鱼，两天晒网，要让学生明白这个道理。

3、将体育课积极的延伸的课外，教育学生利用活动课和课外时间积极参加体育锻炼，，同时教育学生要注意安全。

4、做好以优带差的工作，提高优等生的水平，带动中等生，鼓励后进生，尽量缩小差距。

5、并且在必要时同家长联系，在适当的时间，请家长配合我督促学生积极参加体育锻炼。

五、学科教学进度安排

四年级体育教学计划进度表篇七

一、学生情况分析：

（一）生理发育的特点

1、四年级学生一般为9—10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。

3、四年级学生骨骼成分中胶质较多，钙质较少，可塑性比较大，富弹性，坚固性较差，不容易骨折，且容易弯曲变形、脱臼和损伤，因此，要特别注意身体姿势的培养和练习前的准备活动。

4、四年级学生肌肉中含水率较高，肌肉细长而且柔嫩，大肌肉群发育比小肌肉的发育要早因此，要多安排跑、跳、投等基本活动能力的练习，在注意发展大肌肉群的同时，也要注意小肌肉群的发展。

（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。

3、四年级学生无意记忆还占相当优势，因此，讲解不宜过长，叙述动作要领和练习方法要提纲挈领。

4、四年级学生的情感容易外露，爱争论问题，容易激动，动不动就提出批评意见，但仍愿意依靠老师，希望老师来做主。

5、自我评价意识开始形成，担心自己体育成绩不佳、担心自己在练习中影响集体。开始能分辨同学中体育能力的高低及学习态度的好坏。愿意听表扬，要求老师采取公平态度，老师批评不当，就不乐意，特别是女生。

二、教学目标：

2、获得运动基础知识；学习和应用运用技能：学生将能够在球类游戏中做出单个动作，如拍球、运球等；做出基本体操的动作；做出单一的体操动作，如滚翻、劈叉等；安全地进行体育活动。获得野外活动的基本技能。

3、形成正确的身体姿势；发展体能（发展柔韧、反应、灵敏和协调能力）；具有关注身体和健康的意识。

4、学会通过体育活动等方法调控情绪学生能够体验并简单描述进步或成功时的情绪表现；观察并简单描述退步或失败时的心情。根据课程目标的要求和学习领域的各个具体的目标，以体育课和体育活动为载体，促进学生心理和身体健康、快乐的发展。

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。

三、教学重点：

分腿腾越；沙包掷远；50米*8或400米跑

四、教学难点：

体操技巧；蹲距式跳远

五、教学措施及注意事项：

1、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。

2、小学生好胜心强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体效果。

3、因材施教，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

4、高年级的学生可采用一些分组轮换的方法，由小组长带领进行练习，充分发挥小组长的带头作用。