

2023年四年级体育教学工作计划人教版(汇总9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。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。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。

四年级体育教学工作计划人教版篇一

小学四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，让学生在在学习过程中去探讨，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。

二、教学目标及重难点

教学目标：

- 1、具有积极参与体育活动的态度和行为：学生将能够乐于参加各种游戏活动；认真上好体育课。用科学的方法参与体育活动。
- 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。

教学重点：

分腿腾越；沙包掷远；

50米或400米跑。

教学难点：

体操技巧；蹲距式跳远。

三、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。并通过体育锻炼，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。

四、课时安排

每课2课时，预计40课时。

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。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

四年级体育教学工作计划人教版篇二

一、指导思想：

用素质教育的观念和“健康第一”的思想为指导，推进体育与健康课程教学改革，使之在学校教育中真正发挥出健身育

人的功能，促进中小學生德智體美等方面全面發展；面向全體學生，促進學生身心全面發展，積極開展學校群眾性的體育活動及競賽，培養學生的創新精神和適應社會發展的實踐能力，努力提高體育教師的思想政治素質、愛崗敬業的職業道德和適應時代發展的专业知識和業務能力。

二、教學目標：

運動參與：激發學生參與運動的興趣與自覺鍛煉的意識；學會向他人展示自我動作並學會欣賞他人或自己的動作；更好的參加到全民健身的計劃當中來。

運動技能：做出多項球類運動中的簡單組合動作、體操的簡單組合動作、武術的簡單組合動作、舞蹈或韻律活動中的簡單組合動作、地域性運動項目中的簡單組合動作並能說出他們的名字或動作中的術語。知道不按規則運動和遊戲會導致身體受到傷害；知道在安全的环境中運動和遊戲。

身體健康：基本保持正確的身體姿勢；發展靈敏、協調和平衡能力；描述身體特征即說出身體各主要部位的功能、描述自己的身體特征、比較自己的與同伴的身體特征。

心理健康：讓學生在參加較劇烈的遊戲或運動時，在身體有輕微難受感覺的情況下堅持完成運動任務；對體育活動表現出較高的熱情並在體育活動中努力展示自我。了解體育活動對心理健康的作用，認識身心發展的關係；正確理解體育活動與自尊、自信的關係；學會通過體育活動等方法調控情緒。

社會適應：建立和諧的人際關係，具有良好的合作精神和體育道德；在體育活動中表現出合作行為即知道在集體性體育活動中如何與他人合作、與他人合作完成體育活動任務。

三、教學任務：

2、加强对体育教学的钻研，通过听随堂课，备课笔记和课后小结，教师参加教研活动。

3、着实落实新课程标准，积极认真学习新课程。在教学实践过程中，对课程改革经历从理解、逐渐熟悉到创造性地实施的过程，与教研组老师应相互学习、交流，共同提高、共同成长的过程。

4、组织开展好丰富多彩、富有实效的课外文体活动，引导学生能自觉锻炼身体，使学生更加生动活泼地发展，在创新精神和实践能力上有较大的发展和提高。锻炼中关注学生的安全，杜绝事故发生。

5、在教学实践过程中，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。

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。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、四年级学生的生理、心理特点分析

(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。

4、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。

5、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。

6、四年级学生的心脏容积和血管容积之比小于高年级,因此,不易进行过分剧烈或耐久性过大的练习活动。

7、四年级学生的第二信号系统活动逐渐占有主要地位,为抽象逻辑思维能力的培养提供了可能性,因此,要有意识地将体育教学的五大领域目标有机的结合起来进行教学。

(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、男女生之间开始出现界限，男女生之间容易保持一定的距离，站队时的间距都比低年级大了，不愿意站的很近。

6、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。

五、学生基本情况分析：

四年级的学生比一、二、三年级学生注意力有了较大的提高，特别是对感兴趣的事物可以做到较长时间的注意；但注意力仍然容易分散。参加活动的动机还是以直接兴趣为目标，喜欢的活动都愿意参加。特别是集体活动，非常乐于表现自己的才能展示自身的价值。因此，在教学中要注意选择多种多样的教学内容，运用灵活多样的教法手段，满足学生参与活动和学习的需要。

而且，大部分学生已经掌握了一些体育与健康课堂中所常见的体育术语，如向前看、向右看齐、报数等，并能准确的做出各个术语所要求的动作与行为。有些学生由于缺乏体育基础，身体素质差，在课堂学习活动中感到困难较大，尽管很努力，也很难跟上教学。要求，得不到好成绩，从而丧失信心，产生自卑心理，害怕或逃避体育课，也就谈不上学习兴趣。

有的学生对体育缺乏正确的了解和认识，认为上体育课只是玩玩而已，他们虽然也知道参加体育锻炼可以增进自己的身心健康，增强体质。但他们同时又认为，我不参加体育锻炼，身体状况也可以，也基本能满足学校开展的各种正常活动，因而往往错误地认为参加体育锻炼可有可无，这是造成现在大部分学生的体质得不到普遍提高的不可忽视的实际情况。

四年级体育教学工作计划人教版篇三

一、指导思想：

用素质教育的观念和“健康第一”的思想为指导，推进体育与健康课程教学改革，使之在学校教育中真正发挥出健身育人的功能，促进中小学生德智体美等方面全面发展；面向全体学生，促进学生身心全面发展，积极开展学校群众性的体育活动及竞赛，培养学生的创新精神和适应社会发展的实践能力，努力提高体育教师的思想政治素质、爱岗敬业的职业道德和适应时代发展的专业知识和业务能力。

二、教学目标：

运动参与：激发学生参与运动的兴趣与自觉锻炼的意识；学会向他人展示自我动作并学会欣赏他人或自己的动作；更好的参加到全民健身的计划当中来。

运动技能：做出多项球类运动中的简单组合动作、体操的简单组合动作、武术的简单组合动作、舞蹈或韵律活动中的简单组合动作、地域性运动项目中的简单组合动作并能说出他们的名字或动作中的术语。知道不按规则运动和游戏会导致身体受到伤害；知道在安全的环境中运动和游戏。

身体健康：基本保持正确的身体姿势；发展灵敏、协调和平衡能力；描述身体特征即说出身体各主要部位的功能、描述自己的身体特征、比较自己的与同伴的身体特征。

心理健康：让学生在参加较剧烈的游戏或运动时，在身体有轻微难受感觉的情况下坚持完成运动任务；对体育活动表现出较高的热情并在体育活动中努力展示自我。了解体育活动对心理健康的作用，认识身心发展的关系；正确理解体育活动与自尊、自信的关系；学会通过体育活动等方法调控情绪。

社会适应：建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德；在体育活动中表现出合作行为即知道在集体性体育活动中如何与他人合作、与他人合作完成体育活动任务。

三、教学任务：

2、加强对体育教学的钻研，通过听随堂课，备课笔记和课后小结，教师参加教研活动。

3、着实落实新课程标准，积极认真学习新课程。在教学实践过程中，对课程改革经历从理解、逐渐熟悉到创造性地实施的过程，与教研组老师应相互学习、交流，共同提高、共同成长的过程。

4、组织开展好丰富多彩、富有实效的课外文体活动，引导学生能自觉锻炼身体，使学生更加生动活泼地发展，在创新精神和实践能力上有较大的发展和提高。锻炼中关注学生的安全，杜绝事故发生。

5、在教学实践过程中，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。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。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、四年级学生的生理、心理特点分析

(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。
 - 4、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。
- 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。
- 6、四年级学生的心脏容积和血管容积之比小于高年级，因此，不易进行过分剧烈或耐久性过大的练习活动。
 - 7、四年级学生的第二信号系统活动逐渐占有主要地位，为抽

象逻辑思维能力的发展提供了可能性，因此，要有意识地将体育教学的五大领域目标有机的结合起来进行教学。

(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、男女生之间开始出现界限，男女生之间容易保持一定的距离，站队时的间距都比低年级大了，不愿意站的很近。

6、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。

学生基本情况分析：

四年级的学生比一、二、三年级学生注意力有了较大的提高，特别是对感兴趣的事物可以做到较长时间的注意；但注意力仍然容易分散。参加活动的动机还是以直接兴趣为目标，喜欢的活动都愿意参加。特别是集体活动，非常乐于表现自己

的才能展示自身的价值。因此，在教学中要注意选择多种多样的教学内容，运用灵活多样的教法手段，满足学生参与活动和学习的需要。而且，大部分学生已经掌握了一些体育与健康课堂中所常见的体育术语，如向前看、向右看齐、报数等，并能准确的做出各个术语所要求的动作与行为。

有些学生由于缺乏体育基础，身体素质差，在课堂学习活动中感到困难较大，尽管很努力，也很难跟上教学。要求，得不到好成绩，从而丧失信心，产生自卑心理，害怕或逃避体育课，也就谈不上学习兴趣。有的学生对体育缺乏正确的了解和认识，认为上体育课只是玩玩而已，他们虽然也知道参加体育锻炼可以增进自己的身心健康，增强体质。

但他们同时又认为，我不参加体育锻炼，身体状况也可以，也基本能满足学校开展的各种正常活动，因而往往错误地认为参加体育锻炼可有可无，这是造成现在大部分学生的体质得不到普遍提高的不可忽视的实际情况。

六、教学计划

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

四年级体育教学工作计划人教版篇四

小学x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。

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。

小学x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。并通过体育锻炼，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。

x□教学措施：

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。

四年级体育教学工作计划人教版篇五

知识从跑，跳过度到投掷，由下肢发展到对上肢的发展，以及上下肢之间的协调发展，知识难度逐渐提高，以及中间结合体操，武术知识，要求全面培养学生各方面的素质。在这册教材中，提高学习跳上，跳下能力，以及俯卧挺身的能力，加大学习难度，知识向多方面发展，延伸，特别是向更深的一层发展练习，使学生多接触挑战，如果敢于挑战，那么学生在挑战过后达到真正锻炼身体的目的，反之，则达到不好的效果，形成畏惧的心理，因此教师要做好这方面的工作。对下肢要求更加高了，要学习向更高更远的发展，而且在后来的学习中又转到对上身的练习，比如俯卧挺身等，加大了学习的难度和宽度。体操方面增加了仰卧挺起成桥，以及前滚翻到纵叉，武术方面教到少年拳等，对技能学习提出了新的要求，从这可以看出：体育渐渐地深入到我们身心，发觉体育，真的可以使身心健康，提高体育综合素质。

对柔韧性的练习，以及武术的套路学习，投掷类的项目如何投掷的更远，球类方面的控制球的能力，通过跳高等发展学生的弹跳能力，前滚翻到纵叉，直跑屈腿跳高等运动项目的基本知识，基本技术，基本技能。

教学的难点：学生学习的的能力是造成学习技术的难点的重要原因之一，球类游戏中，把球控制在自己手中，以及身体的先天因素也是造成学习技能的难度的原因之一，比如有个别学生身体先天因素的原因，要使他们在体育课中也能锻炼身体，这是更难的，所以我安排了一些简单的跑跳动作，因此教师辅助是学生能否很好的练习到位的最大原因。除此之外，柔韧性，弹跳能力等对学习技术的影响，身体的平衡能力，上下肢对运动项目的影响都是使得学生能否学习好技巧的制约因素。

- 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、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、学会获取现代社会中体育与健康知识的方法。
- 6、通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉和协调灵敏等素质。

由于新课标的下达，今年的教学主要措施主要是让学生自己在课堂中创造，发扬创新精神，使自己的课堂中成为主人，学到老师教不到的知识。其他的一般是把教学内容融入到游戏中，以游戏的方式贯穿全课程，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。在课堂中结合舞蹈和模仿操、棍棒操等的教学，陶冶学生的情操。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，比如在课堂中讲解在跑步中如何正确的呼吸，以及奥运会的一些知识等等。

四年级体育教学工作计划人教版篇六

新学期来临，为更好的开展体育教学活动，制定教学工作计划如下：

本班共有学生人。小学一年级新生刚开始上学，还不知道上学的体含义，也不知道上学对他们意味着什么，但是这些都

不是我们想要一下就解释清楚的，小学生会在慢慢的成长中知道这其中具体的含义的。今年秋季体育教学对学生来说并不难，况且学生也都是喜欢体育活动的，相信他们一定能够学好体育。一年级的学生年龄较小，喜欢接受新知识，但注意力集中的时间短；男女生活泼好动，组织纪律性观念不强，但表现欲强；，同时他们的模仿能力强，但对体育基本活动的动作概念和方法了解很少，因此，基本活动的教学，主要是让学生活动起来，学会一些简单的动作和方法，培养正确的身体姿态，为以后进一步学习各种体育活动的技术和技能打下一定基础。同时重视趣味游戏教学，并在其中进行组织纪律性教育。

培养学生保持身体的正确姿势，使之初步具有对体育活动的兴趣，养成良好的体育锻炼卫生习惯，发展身体素质，提高身体基本活动能力，促进身心的健康成长；使学生了解日常生活中有关体育、卫生与保健的常识，学习和初步掌握体育与保健的基础知识和基本技能，为发展体育与保健的综合能力打好基础；对学生进行集体主义和爱国主义教育，培养遵守纪律、团结互助、活泼勇敢、积极向上等优良品质。在教学的过程中，适当向低年级的学生灌输少许法律常识。

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。教材的重点是游戏教材，应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，但是对于一年即说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

- 1、养成正确的身体坐、立、行、走姿势。
- 2、队列和队形动作。
- 3、各种跑、跳动作。

1、调动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、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。做好示范和讲解，使学生能有从客观和主观上学习。

4、教学方法具有多样性、灵活性，主要以学生练习为主，教师知识起到指导，纠正学生错误为主，真正以学生为中心。

5、及时进行考评，从学生自评、小组互评、教师总评相结合的方法来评价学生的学习情况。

四年级体育教学工作计划人教版篇七

四年级学生身体素质均衡，对于身体素质较差的学生给予特别的指导和标准，降低要求，使他们取得好成绩。

认知能力

四年级的学生身体素质刚刚发展，活泼好动，对丰富多彩的体育活动充满着惊奇和兴趣。这个阶段的学生刚刚比较系统地接触到体育活动，对形成体育兴趣爱好具有重要意义。

学习态度及习惯

能够积极参加体育活动，对体育课热情较高，喜爱田径、球类等体育项目。

培养目标

体育锻炼，培养信心，不畏困难的精神。让学生学会怎样锻炼，树立健康第一的思想。

其他

注重培养学困生自信心，完善学困生人格，积极创造条件，采用多种激励措施，让每一个学困生都获得成功的体验，都成为学习上的成功者，使每一个学困生都享有体育和健康。

安排及特点

四年级教材属于水平二

主要包括：

田径运动

四年级田径包括了走，跑，跳跃，投掷等基活动能力，因此，用它锻炼四年级学生的身体，发展人体的基本能力具有重要意义。

球类运动

球类运动主要包括小篮球，和足球，由于球类运动具有很强的娱乐性、丰的趣味性、激烈的对抗性、高度的技巧性、比赛热烈，具有很强的观赏性所以深受人们的喜爱，尤其是四年级学生。

本册教材重点、难点

本册教材重点是培养和发展学生从事体育活动的能力和学习的主体积极性，让学生学会有一技之长，养成与掌握终身进行体育锻炼的习惯和意识，让学生认识到体育的价值，生活中离不开体育，体育给他们带来无穷的乐趣！

对于难点部分，对于个别技术动作应有步骤地深入分别讲解，各个突破，必要时要引用图表、数据、事例等，帮助学生对于难点部分加深理解，也可用形象的比喻。例如做体操支撑跳

跃时，学生往往推手很慢要求学生迅速有力的推离器械，可把器械比喻成一块烫手的铁板，手碰后必须立即推离，从而建立快速有力的推手动作概念，提高了练习效果。

根据学生实际和新课程理念，你准备如何科学、灵活地使用好教材

传统的教学形式是教师教，学生被动学，教师主宰课堂教学的一切，学生只是一个盛放知识的容器。现在，我们在教学中，应面向全体学生，充分发挥他们的主体作用，变被动学习为主动学习，运用能激发学生学习兴趣的先进教学方法，使学生在主动的学习中，想象力和创造力得到充分发挥，创新精神与能力得到培养和发展。在体育课上，我会让学生以体育活动的形式，表现突发事件。如“忽然间遇上倾盆大雨”的场面，鼓励学生积极创新，最好不要雷同。可以想象学生的思维空间是多么广阔，他们会做出多种应对措施，他们的力量、速度、弹跳会得到了不同程度的发展，而且给了他们一个极好的表现的机会。

根据课程标准，从知识与技能、过程与方法、情感态度价值观三个维度谈。四年级的学生在体育课中主要掌握达到水平二的要求，利用课改思路充分体现课改精神，本学期目标共分五个领域。

2、运动技能目标知道所练习运动项目的术语，获运动基础知识，能观看体育比赛，能自己学习和应用运动技能，安全地进行体育活动，了解安全的运动方法，如穿着合适的服装运动，跳跃时用正确的姿势着地，摔倒时的自我保护等，正确应对运动中遇到的粗暴行为和危险。

3、身体健康目标生能形成正确的身体姿势，能够用正确的身体姿势进行学习，运动和生活，具有关注身体健康的意识，了解青春期的卫生保健知识，懂得营养环境和不良行为对身体健康的影响，了解营养与健康的关系，了解从事体育活动

时的营养卫生常识。

了解体育活动对心理健康的作用，认识身心发展的关系，能够体验身体健康状况变化时的心理感受，正确理解体育活动与自尊、自信的关系，正确对待生长发育和运动能力弱可能带来的心理问题。学会通过体育活动等方法调控情绪，知道通过体育活动等方法调节情绪，形成克服困难的坚强意志品质，敢于进行难度较大的体育活动。

能够在体育活动中表现出对弱者的尊重与关爱，能表现出与社区活动的联系，了解体育与健康资源，学会获取现代社会中体育与健康知识的方法。学生能自己从报刊中获取体育与健康知识，知道附近的体育场所及其用途。

1、体现课改标准的改革精神

以“健康第一”作为指导思想，强调在教学中以学生为主体，发展学生的个性、创造精神和实践能力。

2、丰富课的组织形式

体育课内容的多样化必然要有多样的组织形式。处于水平二阶段的孩子对新事物最容易接受，他们不喜欢那些一成不变的东西。因此，上课的形式应该力求生动活泼、变化多样。例如，过去我们较多的使用一种听口令做动作的形式，如做操、排队、行进、集合等。对孩子来说，这种形式的过多使用，就会使体育课显得非常呆板，孩子的活动兴趣也会随着口令逐渐消退。其实，除了听口令外，我们还可以选择听音乐做动作，听语言做动作，跟随老师一起做等形式。在活动方式上，我们也可以有许多选择，例如：可以让孩子以个人形式进行独立活动，也可以让孩子自己寻找同伴一起活动，开动脑筋，独立进行有创意的练习。

3、注学生的个体差异和不同需求

建立平等教学观念，让绝大多数学生都能达到所制定的教学目标。面向少数学生的做法，其结果只能使绝大多数学生体验不到体育学习成功的快乐，失去对体育学习的兴趣，丧失体育学习的自尊心和自信心。体育课程无论在教学内容的选择上，在教学方法的使用上，在学习评价的标准上，都应该充分考虑绝大多数学生的情况，使他们在充分体验体育学习乐趣的同时，能够提高自己的自尊心和自信心。

4、作好对学生学习的评价工作教师应作好对学生学习的评价工作。通过预先评价、过程评价和终结评价，了解学生学习情况，判断学生学习中存在的不足和原因，为学生提供展示自己才能、水平和个性的机会，鼓励与促进学生的进步与发展。在评价过程中，要特别重视学生学习态度、创新意识和学习的进步程度。

四年级体育教学工作计划人教版篇八

设计思路：小学生正处于长身体时期，身体尚未定型，发育尚未完善，心理尚未成熟，因此把技能教学融入游戏中是有效的教学途径。投准与游戏，是教会学生肩上屈肘、正确挥臂的投掷方法；培养学生目测力、准确性和时空感；全面提高学生投掷的能力；发展学生的自尊、自信和进取向上、活泼愉快的心理素质。将投掷与游戏融为一体，整课利用纸的功能，充分利用和发挥场地、器材功能作用，即经济又安全。通过采用掷纸飞机、投掷纸球、纸球投准游戏活动，吸引学生积极、主动地参与投掷教学，在游戏教学中渗透技能教学，教会学生投掷的正确方法与技能，提高学生的投掷活动能力。

教学目标：

1、通过本课投掷游戏的学习，培养学生的目测力、投准的能力和时空感，同时进一步巩固正面肩上屈肘的正确投掷方法，发展学生的投掷能力。

2、通过一系列投准游戏培养学生对投掷活动的兴趣，激发学生参与体育活动的积极性。

3、在投掷活动中养成守纪律、听指挥和活泼有序活动的良好品质与习惯。

教学重难点：

重点：提高投掷的准确性；正面肩上屈肘的正确投掷方法。

难点：投掷时全身的协调用力。 教学过程：

一、情绪提升、积极热身。

1、体育委员整队。

2、师生问好，报告到场情况。

3、原地三面转法。 二、掌握机能、发展体能。

1、绕场慢跑两圈：

2、准备操，各关节的活动。

3、游戏要点和规则学

4、教师指导，组织学生分组游戏。

5、学生相互配合，相互观摩、指正。

6、集体评议比赛情况。

7、各组推选两名选手进行表演，给全班学生树立榜样。

三、学会评价、全面提高。

1、整理放松。小结本课，在本课教学中，不足之处是在学生练习中，未能对投掷的挥臂动作做具体要求，导致学生在练习中出现一味追求投准而忽略了肩上屈肘和用力挥臂的动作技术的现象，但通过小组的交流合作以及适时恰当的点评与指导，学生在活动中也能逐步掌握了正确的投掷技术，达到了预期的教学目标。

3、师生再见。

四年级体育教学工作计划人教版篇九

小学四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，运动系统发育还不成熟，处于发展期，运动能力较低，身体各部分肌肉发展不平衡，上下肢协调性差；好动喜玩，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，让学生在学过程中去探讨，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，培养坚强的意志因此在教学中根据班级的特点进行因材施教。

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、实心球、身体素质训练、小篮球比赛等。

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。

教学重点：

- 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、实心球、身体素质训练、小篮球比赛等。

教学难点:

- 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。

(一)教材基本主要任务和要求

在《课标》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。”教学要求：

- 1、通过本学期的教学使学生初步掌握立定跳远动作，跑步的基本方法，学会学习方法，发展学生跳跃能力，培养学生运动兴趣。
- 2、通过游戏发展学生的奔跑能力，培养学生认真、负责的态度，团结协作的团队精神。
- 3、让学生在特定的情境中通过观察、体验、掌握学习的方法。使学生热爱体育运动，并能乐意接受教师的指导，从而体验成功。
- 4、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。

5、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。

6、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作

(二)教材分析

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、小篮球等基础项目，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。

授课时数根据课程标准要求，本学期共讲19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、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。

每课3课时，共48课时

(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。教学中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

生在学习过程中去探讨，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。

(2) 认真备课，精心写好教案。

(3) 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材及教学用具。

(4) 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。

(5) 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，并不断改进教学工作，不断提高教学质量。