

小学六年级体育学年教学计划(实用5篇)

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。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。

小学六年级体育学年教学计划篇一

1、发展手臂力量，提高手腕、手指的灵活性。培养学生勇敢、顽强的精神。

三、蹲踞式跳远、小篮球：移动变向跑

1、进一步掌握蹲踞式跳远的技术，考核蹲踞式跳远，提高动作的质量，发展跳能力。继续学习正面双手传球技术，发展学生灵敏、协调及快速反应等能力。

2、初步学习快速安全通过障碍物的技能，发展灵敏、速度等身体素质。

四、障碍跑：40米内通过内通过3—4个障碍、技巧：联合动作

1、初步学习快速安全通过障碍物的技能，发展灵敏、速度等身体素质培养学生勇敢坚强不怕困难等优良品质。培养学生勇敢坚强不怕困难等优良品质。

2、继续改前滚翻起立单腿前滑成纵叉(女)前滚翻交叉转体温表180度(男)的技术，学习后腿前摆成并腿肩肘倒立。(女)后滚翻挺身跳(男)的技术。

五、耐久跑：1000——1200米、篮球：行进间运球、

1、通过1000——1200米跑，使学生掌握耐久跑的技术方法，提高耐久跑的能力

2、学习耐久跑一定时跑的方法，提高学生耐久跑的能力。

六、国庆节放假

七、支撑跳跃：斜向助跑直角腾越(考核)、身体素质练习：韵律操

1、了解学生对教材的掌握程度，提高学生的跳跃能力。

2、通过身体素质的练习，使学生掌握科学锻炼身体的方示，提高学生的身体素质。学习韵律操的基本动作，发展学生的协调性，节奏感。

八、小篮球：移动变向跑、武术：基本功串联

1、初步学习篮球变向跑的基本技，提高学生的基本活动能力。培养学生遵守纪律，团结协作，服从命令的良好作风。

2、初步学习快速安全通过障碍物的技能，发展灵敏、速度等身体素质。学习武术基本功串联动作，提高对武术的兴趣。

1、初步学习快速安全通过障碍物的技能，发展灵敏、速度等身体素质。进一步学习小篮球接球跑动单手投篮技术。培养学生机智、勇敢、果断等优良品质。

2、通过游戏钻圈赛跑，发展学生灵敏素质和奔跑能力。并基本掌握练习方法。培养学生克服困难，永往直前的精神。陶冶学生美的情操。

十、小篮球：接球跑动单手投篮、游戏：行到一致跳绳：跳短绳(考核)

1、初步学会小篮球传、接球跑动单手投篮的技术动作。通过游戏钻圈赛跑，发展学生灵敏素质和奔跑能力。并基本掌握练习方法。

2、通过跳短绳的考核，检测学生跳绳能力，掌握技术情况，发展跳跃能力。培养学生克服困难，拼搏向上的精神。

十一、旋转抛物体、单手向前推实心球

1、发展不同姿势的投掷能力和协调；灵敏等素质。

2、发展上下肢力量和协调能力。

十二、一分种仰卧起坐、跳长绳

1、培养团结协作的精神，发展腰部和手的力量；平衡协调能力。

2、通过身体素质的练习，使学生掌握科学锻炼身体的方示，提高学生的身体素质。学习韵律操的基本动作，发展学生的协调性，节奏感。培养学生克服困难，吃苦耐劳的精神，陶冶学生美的情操。

十三、小篮球：移动变向跑、障碍跑：40米内通过3-4个障、武术：基本功串联

1、初步学习篮球变向跑的基本技术，提高学生的基本活动能力。培养学生遵守纪律，团结协作，服从命令的良好作风。

2、初步学习快速安全通过障碍物的技能，发展灵敏、速度等身体素质。3、学习武术基本功串联动作，提高对武术的兴趣。培养学生勇敢坚强不怕困难等优良品质。

十四、身体素质练习、

1、通过素质练习，使学生掌握巡回锻炼的方法，增强学生身体素质。培养学生勇敢顽强，机敏果断等优良品质。

2、提高学生对体育的兴趣及认识，培养积极参加体育活动的观念，通过各种形式的练习提高学生的篮球技术水平。学习篮球双手胸前传接球，复习双手头上前抛实心球。

十五、传运球、推小车、跑五角星

1、通过小篮球练习，熟悉球性，改进传接球动作，发展综合身体素质，培养协同一致精神贴膏药(游戏)。

2、复习少年拳(1-4节)，改进和提高动作质量。通过用三种方法推小车，增强下肢和肩带肌肉的力量。通过跑五角星，进一步加强跑的正确姿势和变向跑的能力。

十六、投掷：原地侧向投掷垒球、

1、通过创设活跃、欢乐的课堂气氛，使学生在自主、合作的学习活动中掌握原地投掷的方法。

十七、追逐跑、掷轻物

1、通过练习，培养学生正确的跑走姿势；通过复习舞蹈提高学生的协调600~800米的跑走交替。

2、通过教学，使学生知道追逐跑快速启动的重要性，初步了解原地掷轻物技术的要求。

十八、前后滚翻、圆圈传接球、追球跑

1、初步学会前后滚翻的动作，提高平衡能力，发展灵敏、协调等素质。学会传球接力的游戏，提高传球技能，发展灵敏、协调素质和控球的能力。培养勇敢、果断互相帮助的良好品质和团结协作的集体主义精神。

2、激发学生的创新欲望，培养学生克服困难，积极上进的品质和团结协作的集体主义精神。

十九、跳大绳、游戏：障碍物赛跑；

1、通过本次课的学习，使学生进一步的巩固和提高前滚翻的技术，发展学生的灵敏柔韧协调等能力，培养学生克服困难等优良品质。

二十、考试

六年级体育教学计划篇三

一、指导思想

全面贯彻党的教育方针，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，注重提高学生的体能素养、社会责任感和创新精神，引导学生开发潜能，培养全面发展的社会主义接班人。

二、学生情况分析

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。

三、教学目标

四、教学措施

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师自身的水准。特制定以下几条：

- 1、结合本校实际，努力钻研教材，创出教学新模式。
- 2、体育课中要以“健康第一”的指导思想，让学生积极参与到活动中去
- 3、精心备课，认真上好每节体育课，按时完成体育教学常规。
- 4、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。
- 5、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。
- 6、注重对学生身体素质提高的训练，以强化学生的体质。
- 7、因材施教培养学生对体育的兴趣爱好。
- 8、加强对体育课的安全教育和学生对自我保护意识的教育。

五、教学进度及内容

周次、教学内容：

1引导

2武术操游戏：20米迎面接力

3武术操游戏：截住空中球

4武术操：队列练习

530—50米快速跑游戏：素质练习

6跑：障碍跑(30米~40米)选修内容

7小球类活动游戏：运球接力

8轻物掷远小排球：垫球(自抛自垫)

92×30米接力跑小排球

10立定跳远游戏：运球、传接球

12投掷跑：50米快速跑

13健康知识游戏

14耐久跑素质练习

15投掷健康知识

16定距离跑游戏

17跳跃拓展延伸

18质量评价潜能开发

19复习考查

小学六年级体育学年教学计划篇二

一、教材分析

走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要的练习内容，全面提高学生的身体素质，主要的内容以快速跑、耐久跑等为主，其次、以蹲距式跳远、上步沙包掷远及基本体操知识为主，并加大对1分钟跳绳的'练习力度。

二、教学目的

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质促进德、智、体全面发展为主要目的，在本学期中要积极做到以下：

- 1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。
- 2、掌握快速跑、耐久跑的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动能力。

三、教学重点、难点分析

根据新课标和教材要求、六年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐、跳高，各项球类为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿势的培养。

四、教学内容

1、跑

2、跳跃

掌握跨越式跳高和蹲距式跳远的助跑，起跳空中姿势和落地四个环节，重点改进助跑和起跑相结合的技术，教学内容以跨越式跳高和蹲距式跳远为重点教学内容。

3、投掷

巩固原地投掷的能力和上步投掷的方法，初步掌握协调用力

技能，教学中以上步掷沙包为教学重点。

4、基本体操主要以1分钟跳绳，跪跳起为主要教学内容。

5、游戏和韵律操

小学六年级体育学年教学计划篇三

在五年级经过了刻苦的锻炼，在六年级又经过细致的指导，学生整体身体素质有了很大提高，体育活动中相关的技能技巧都比较熟练，学生上体育课的积极性有了很大提高，上体育课的态度也发生了很大转变。

二、教材分析

六年级的体育课以田径、体操、游戏为主。但游戏的比重已下降到第三位，教学的重点是田径和体操，着重发展学生的灵敏、速度、柔韧素质及协调能力，促进学生全面发展。教学难点是使学生掌握正确的动作，预防错误动作，使学生形成正确的动作定型。

三、教学目标

(一)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。

(二)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。

下一页更多精彩“小学六年级上册体育教学计划”

小学六年级体育学年教学计划篇四

一、教材分析

走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要的练习内容，全面提高学生的身体素质，主要的内容以快速跑、耐久跑等为主，其次、以蹲距式跳远、上步沙包掷远及基本体操知识为主，并加大对1分钟跳绳的'练习力度。

二、教学目的

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质促进德、智、体全面发展为主要目的，在本学期中要积极做到以下：

- 1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。
- 2、掌握快速跑、耐久跑的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动能力。

三、教学重点、难点分析

根据新课标和教材要求、六年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐、跳高，各项球类为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿势的培养。

四、教学内容

1、跑

2、跳跃

掌握跨越式跳高和蹲距式跳远的助跑，起跳空中姿势和落地四个环节，重点改进助跑和起跑相结合的技术，教学内容以跨越式跳高和蹲距式跳远为重点教学内容。

3、投掷

巩固原地投掷的能力和上步投掷的方法，初步掌握协调用力

技能，教学中以上步掷沙包为教学重点。

4、基本体操主要以1分钟跳绳，跪跳起为主要教学内容。

5、游戏和韵律操

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](#)

小学六年级体育学年教学计划篇五

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。六年级是素质发展的大好时期，相应练习的容量要大。

三、教材分析

全学期教材内容包括(1)、体育卫生基础知识，(2)、运动技能，(3)、身体健康，(4)、心理健康。教材内容较多，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，让他们自觉锻炼身体，达到“健康第一、安全第一”的目的。

四、主要工作：

- 1、进一步提高我校广播操的质量。
- 2、训练好校田径队，为区运动会做准备。
- 3、培养中高年级学生的运动兴趣，进一步掌握简单的技术动作，发展柔韧、反应、灵敏和协调能力。

五、教学内容

1、跑

改进快速跑和400米耐久跑的途中跑技术，培养跑的正确姿势，主要以50米、400米为主要教学内容。

2、跳跃

掌握跨越式跳高和蹲距式跳远的助跑，起跳空中姿势和落地四个环节，重点改进助跑和起跑相结合的技术，教学内容以跨越式跳高和蹲距式跳远为重点教学内容。

3、投掷

巩固原地投掷的能力和上步投掷的方法，初步掌握协调用力技能，教学中以上步掷沙包为教学重点。

4、基本体操

主要以1分钟跳绳，跪跳起为主要教学内容。

六、教学措施：

- 1、创设个性发展和群体合作学习的良好环境。
- 2、留给學生一定自主学习的时间和空间。自主决定难易程度、自己掌握学习进程。
- 3、教育學生热爱中国共产党，热爱祖国，逐步提高锻炼身体主动性和关心自身健康的社会责任感。
- 4、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具。

六年级上册体育教学计划篇三

一、教材分析

走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要的练习内容，全面提高学生的身体素质，主要的内容以快速跑、耐久跑等为主，其次、以蹲距式跳远、上步沙包掷远及基本体操知识为主，并加大对1分钟跳绳的练习力度。

二、教学目的

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质促进德、智、体全面发展为主要目的，在本学期中要积极做到以下三点：

- 1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。
- 2、掌握快速跑、耐久跑的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动能力。

三、教学重点、难点分析

根据新课标和教材要求、六年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐、跳高，各项球类为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿

势的培养。

四、教学内容

1、跑

改进快速跑和400米耐久跑的途中跑技术，培养跑的正确姿势，主要以50米、400米为主要教学内容。

2、跳跃

掌握跨越式跳高和蹲距式跳远的助跑，起跳空中姿势和落地四个环节，重点改进助跑和起跑相结合的技术，教学内容以跨越式跳高和蹲距式跳远为重点教学内容。

3、投掷

巩固原地投掷的能力和上步投掷的方法，初步掌握协调用力技能，教学中以上步掷沙包为教学重点。

4、基本体操

主要以1分钟跳绳，跪跳起为主要教学内容。

5、游戏和韵律操

五、评量方式：

1、上课学习态度(包含穿体育服装)30%

2、技能测验40%

3、健康常识测验30%