

最新人教一年级体育教学计划上学期(模板5篇)

计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。计划为我们提供了一个清晰的方向，帮助我们更好地组织和管理时间、资源和任务。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。

人教一年级体育教学计划上学期篇一

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。

二、教学目标

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。

第一周

- 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

第二周

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

第三周

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

第四周

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

第五周

- 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

第六周

- 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

第七周

- 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

第八周

- 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

第九周

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

第十周

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

第十一周

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

第十二周

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

第十三周

- 1、地滚球;游戏:小小保龄球
- 2、拍手操;游戏:8字接力
- 3、模仿动物爬;爬垫子接力
- 4、机动

第十四周

- 1、跳小绳;跳绳比多
- 2、走跑练习;游戏:跳进去拍人
- 3、欣赏全国大众少儿组健美操比赛;找自己的家
- 4、机动

第十五周

- 1、复习正确的走和正确的跑;游戏:迎面接力
- 2、队列:走圆形;十字接力
- 3、复习小学生广播体操;游戏:老鹰和小鸡
- 4、机动

第十六周

- 1、模仿动物形象的简单舞蹈动作;集中注意力游戏
- 2、拍球接力;协调性练习
- 3、理论：体育运动与营养卫生
- 4、机动

第十七周

- 1、快速反应跑;报纸游戏
- 2、复习《七彩阳光》;小游戏
- 3、复习基本队列队行;游戏：跳进去拍人
- 4、机动

第十八周

- 1、复习
- 2、考试
- 3、考试
- 4、机动

备注：按每周四节备课，其中一节为机动课程;由于不可抗拒因素或者天气、环境等因素影响时，灵活调整、安排教学工作!

建议测试项目：小学生广播体操《七彩阳光》;基本队形队

列；

人教一年级体育教学计划上学期篇二

- 1、进一步了解体育课和锻炼身体的好处，知道一些保护身体健康的简单尝试和方法。
- 2、进一步学会一些基本活动、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。
- 3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。
- 4、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。
- 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。
- 6、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。
- 7、全体学生要积极参加体育锻炼活动，遵守考勤制度，按时上课。
- 8、采用直观教学方法，精讲多练，搞好“自主、综合、拓展、创新”研究。
- 9、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。

谢号角案，做好示范和讲解，使学生能有从客观和主观上学习。

人教一年级体育教学计划上学期篇三

培养体育人才，培养学生对体育的兴趣，全面发展人才。培养学生的运动能力，从而促进学生的身心健康发展，发展学生的体能，发展学生各项技能，发展学生速度、耐力、灵敏、协调性等方面的基本能力。

一年级体育基础知识，是依据课程标准中各学习领域“水平一”目标的规定及活动和内容的要求，针对学生的接受能力和认知水平而选编的，用以指导学生学会学习和活动实践，它是体育课程教学内容的重要组成部分。在小学一年级的教学内容中，根据《课程标准》中运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个学习领域“水平一”的活动与内容目标要求，把所编的队形练习、基本体操、走、跑、跳跃、投掷、滚动和滚翻、攀登爬越、韵律活动和简易舞蹈等诸项内容统一归类，称为“基本活动”。这些内容，都是一些最简单的身体基本活动和生活中所需要的实用性技能，没有典型的运动项目。

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。

小学一年级学生模仿能力强，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。但是，在教学过程中，应该避免把本来较为简单的动作教的复杂化，也不宜已竞技性运动项目的训练手段运用于基本活动的教学。

1. 运动参与：进一步了解体育课和锻炼身体的好处，知道一些保护身体健康的简单尝试和方法。积极参加各种游戏活动，认真上好体育课。

2. 运动技能：进一步学会一些基本活动、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。

3. 身体健康：学生能注意自己正确的坐、立、行等身体姿势，知道身体各部位名称及自己身体的变化，发展柔韧、反应、灵敏和协调能力等素质。

4. 心理健康：体验参加体育活动的乐趣。与同伴一起参加体育活动和游戏，充分展示自我，体验成功或失败的心情。

5. 社会适应：在游戏活动中遵守纪律，尊重他人，不妨碍他人游戏，能与同伴团结合作。

1，养成正确的身体坐、立、行姿势。

2，队列和队形练习。

3，小学生广播体操。

4，各种跑、跳、投练习。

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

2. 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。

3. 及时进行考评，从学生自评、小组互评。

七、一年级（下）体育教学进度表

人教一年级体育教学计划上学期篇四

一、学情分析：

刚跨入一年级的学生，对学校的一切都感到陌生和不适应，他们年龄小、注意力不集中，活泼好动，兴趣难持久，自我约束能力不强，对体育课的认识不足，加上体育室外课干扰因素多，每一个体育老师都知道：要上好、上活低段的体育课是有一定难度。体育教师在进行教学时会遇到很多困难，特别是在组织教学方面，有的教师会感到束手无策，因而严重影响教学质量，教学任务也很难完成。但学生对体育活动有一种好奇和新鲜感，他们的模仿能力较强，尤其使对新学技术动作的第一印象特别深，对体育兴趣是从模仿开始的，并在愉快的体验中加深和发展。因此，要让学生真正投入到体育课堂中来，就要求教师多动脑、多引导、多激励，抓住学生的兴趣，从学生的直观入手，让学生感到体育活动和体育课的乐趣，这样才能起到事半功倍的效果。

二、学习目标：

1、使学生初步了解体育锻炼对身体健康的影响，知道一些保护自身健康的基础常识，教育学生热爱生命、关心健康。

2、使学生学会一些基本运动、游戏和韵律活动的方法，培养正确的身体姿态，发展身体素质和基本活动能力。

3、使学生感受和体验到参加体育活动的乐趣，具有活泼、乐观、愉快的情绪和积极参加体育活动的态度，培养同伙间友

好相处、团结协作的精神。

4、使学生了解做操的好处及简单的安全常识，初步懂得一些个人卫生与健康的常识和方法，逐步养成正确的身体姿势和良好的生活习惯，学会与同伴友好相处，培养互相关心的优良品质。

5、培养荣誉感和责任心，对学生进行爱国主义和集体主义，良好道德的教育。

三、教学重难点

1、教学重点：基本队列的练习以及田径的各种走跑跳和投掷动作。

2、教学难点：学校体操动作。

四、教材分析

一年级的教材较为简单，内容主要有：体育基础知识、基本体操、田径类的跳跃和投掷(轻物掷远 抛接球)、体操(团身前后滚动和前滚翻)、队列练习、走跑练习(30米跑和300-500米走跑交替)、基本步法练习。内容简单却是最基础的，要让学生从一开始就养成良好的动作习惯，对于难度较大的项目，教师在注意安全的前提下应当适当降低动作难度，多加以引导，从学生基础能力开始培养，养成终身体育的好习惯。

五、具体措施

1、教师认真贯彻小学体育教学大纲的精神，精心备课，充分上好每一堂课。

2、小学低年级阶段的教学，要根据低年级学生自制力和理解

离较差、情绪变化较大，而身心发育快的特点，多采用主题教学、情景教学等方法，充分发挥游戏的作用，激发学生参与体育活动的兴趣。

3、多鼓励新生在课堂上大胆做示范，并提出问题，对这方面表现好的同学进行表扬。

4、教学中教师注重培养学生良好的习惯，保证正确的跑走姿势，并对学生及时给予表扬。

5、教师要将学过的知识，有机地穿插到课堂教学中去，以达到提高的目的。积极组织课外活动小组，引导学生提高认识，做到优生优培，差生转化。

6、教师加强各方面学习，提高理论水平，以理论指导实践，虚心向有经验的老教师学习，总结经验教训。

六、注意事项：

1、一年级学生年龄普遍较小，上课中要注意安全，上课方式多采用游戏。

2、教学过程中教师要根据学生的特点，做到因材施教，增强学生的自信心，使学生在运动中享受到锻炼的乐趣。

3、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。

人教一年级体育教学计划上学期篇五

以科学发展观为指导，全面贯彻党和国家的教育方针，更新教育观念，培养学生高尚的道德情操，弘扬奥运体育精神。

二、班级概况分析：

一年级由于年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，自控本事不强，组织纪律不能常时维持，学生很少懂得体育课的常规，一个学期过后的学生，比较懂礼貌，见到教师能主动问好。有部分学生有队列的意识，也能用简短的普通话与教师和同学做简单的交流。十分乐意参加体育活动和上体育课，本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，使学生各方面的体育技能、技巧在本学期体育教学中逐步成熟。

三、学期教学目标：

- 1、了解上体育课和锻炼身体的好处，明白一些保护身体健康的简单常识和方法。
- 2、初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本事。
- 3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

四、本册教材分析

本学期一年级体育资料有走、跑、跳、体操及游戏等资料，以游戏为主，将其他资料穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还教给学生学习一些简单的体育常识。

五、本册教学重点、难点：

教材的重点是游戏教材，应突出课堂上练的教学方法，遵守游戏规则。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，可是对于一年级来说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相帮忙和课外活动的方式来突破这一难点教材。

六、提高教学质量主要措施：

1、调动全体学生要进取参加体育锻炼活动，按时上课。逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、遵守体育课常规，认真听讲，进取学习。要求学生上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带硬物，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、采用直观教学方法，精讲多练，搞好“自主、综合、拓展、创新”研究。

4、教师处处以身作则，为人师表，准确地做好多面示范。

5、注重智力因素与非智力因素协调发展，寓教于乐，促进学生全面发展，尊重学生的个体差异，及时导优辅差。

加强对教学的研究，定期参加听课，评课活动和专题研讨。

七、教研课题

发展农村体育教学

八、教学进度安排：

（略）