

# 最新六年级体育健康教学计划(优质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。通过制定计划，我们可以将时间、有限的资源分配给不同的任务，并设定合理的限制。这样，我们就能够提高工作效率。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。

## 六年级体育健康教学计划篇一

### 1、学生状况

2、技能状况：高年级学生喜欢跑、跳、投、跳绳、踢毽子、游戏等活动，但有些学生因身体原因如：肥胖等，学习动作显得僵硬呆板。

根据山东省九年义务教育全日制小学试用课本：体育与健康和《九年义务教育全日制小学体育教学大纲》以及结合本校实际状况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，养成良好的卫生习惯；掌握科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，从小树立终身体育的思想，并在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的优秀学生。

1、使学生初步认识自我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、进一步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、舞蹈等项目的技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动潜力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在学校里，你会获得有助于你强壮体魄的体育运动项目和方法，有助你身

心健康的运动心里小知识和卫生小常识，有助于你于你与人成功交往的各种小游戏和团队活动，有助于你于你感受成功快乐的体育竞赛游戏…到操场上，到阳光下，到大自然中去吧！用心主动地参与体育游戏活动，你将获得更多的新知识、发现更多的新方法、找到更多的新答案：在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，你将会感受体育运动带来的乐趣，你将会发现体育运动增予的益处，你将会体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。同时你还能够不断地发展和张扬你的个性，充分地展示你的特长与你的聪明才智，让你的童年生活更绚丽多姿！让你在小学阶段的学习、生活更加搞笑，更完美！

## 1、教学资料

(1) 体育卫生保健基本常识

(2) 田径

(3) 游戏

(4) 球类

## 2、重难点

在以上五点资料中，(2)为重点资料，其余为基本掌握资料。

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，培养学生的美感和礼貌行为，逐步提高培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱。互相帮忙等群众意识和良好作风。

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，注意潜力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

1、学习目的明确，用心自觉的上好体育课。注意听讲，用心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。

七、期末总结拟写。

## 六年级体育健康教学计划篇二

本学期六年级三个教学班；他们的生长发育正常，掌握了一定的体育技能，但身体素质方面还有所欠缺。

1、对体育与健康课表现出学习兴趣，能认真上好体育与健康课。

2、发展体能，发展柔韧、灵敏、速度素质。

3、学习走和跑、跳跃、游戏、韵律活动等基本活动，发展基本活动能力，培养身体正确姿态。

4、体验进步或成功时的心情，体验退步或失败时的心情。

5、体验集体活动和个人活动的区别，在体育活动中尊重他人。

6、通过利用一些废旧用品制作体育课堂用具，让学生学会废物利用以及培养学生的环保意识，让学生养成爱护环境、爱护大自然的良好行为习惯。

1、队列队形

2、广播操

3、短跑

4、立定跳远

5、耐久跑

6、篮球与游戏

1、转变学习方式

2、探究式学习

3、创新性学习

4、师生互动

5、学生在体验、实践中构建知识培养创新、实践能力。

### （一）教学组织

1、行政班教学：以行政班为单位的教学。

2、分组教学：以学生的年龄、性别、身体发育、健康状况和体育基础，把全班学生分成几个小组，有教师统一指导，小组长带领分别进行练习的一种组织形式。

3、单元教学：

### （二）教学方法

1、教学改革

1) 认真学习体育与健康课程标准，转变体育教学观念。

- 2) 坚持“健康第一”的指导思想。
- 3) 激发兴趣，培养学生终身体育的意识。
- 4) 开展民主教学，重视学生的主体地位。
- 5) 关注学生的个体差异，改革评价制度。
- 6) 提高学生心理健康水平，增强社会适应能力。

## 2、引导学生积极参与体育活动

- 1) 引导学生参与体育活动，开展课外体育活动，养成锻炼身体的习惯。也可丰富学生课余文化生活，充分发展其个性和才能，有利于学生身心健康发展。
- 2) 坚持每天一小时体育活动，参加学校群众性体育活动，例如：象征性长跑活动、体育大课间等。
- 3) 参加区、市组织的体育比赛。
- 4) 坚持班级体育锻炼，全体学生参加体育锻炼，调动学生参加体育锻炼的热情。
- 5) 培养学生良好的锻炼习惯，发展学生的个性，坚持自觉经常锻炼身体。

3、激励机制。素质教育的深入发展，特别是新的课程标准的颁发，教学不能停留在传授，要注重学习方法的指导。在体育教学中，教师要让学生受到情的感染、爱的激励、美的享受，让他们在兴奋中发扬成绩，在微笑中认识不足，在激励与期待中增强信心，不断焕发前进的力量。

4、开展探索性学习。给学生一定的自由度，让其去探索、去发现，突出学生的主体性、发展个性，培养创新精神和实践

能力。学生用以获取知识、领悟健康的思想观念、领悟所用的方法而进行的各种活动，包括观察、发现、学习、练习、小组合作交流等。学生通过探究学习理解动作概念，培养学生探究学习能力。

1、考查

2、技能、认知、应用

3、评价：五个学习领域

## 六年级体育健康教学计划篇三

2、技能情况：高年级学生喜欢跑、跳、投、跳绳、踢毽子、游戏等活动，但有些学生因身体原因如：肥胖等，学习动作显得僵硬呆板。

### 二、教材分析

根据山东省九年义务教育全日制小学试用课本：体育与健康和《九年义务教育全日制小学体育教学大纲》以及结合本校实际情况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，养成良好的卫生习惯；掌握科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，从小树立终身体育的思想，并在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的优秀学生。

### 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、进一步学习田径、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，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在学校里，你会获得有助于你强壮体魄的体育运动项目和方法，有助你身心健康的运动心里小知识和卫生小常识，有助你于你与人成功交往的各种小游戏和团队活动，有助你于你感受成功快乐的体育竞赛游戏…到操场上，到阳光下，到大自然中去吧！积极主动地参与体育游戏活动，你将获得更多的新知识、发现更多的新方法、找到更多的新答案：在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，你将会感受体育运动带来的乐趣，你将会发现体育运动增予的益处，你将会体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。同时你还可以不断地发展和张扬你的个性，充分地展示你的特长与你的聪明才智，让你的童年生活更绚丽多姿！让你在小学阶段的学习、生活更加有趣，更美好！

#### 四、重难点及教学安排

##### 1、教学内容

(1) 体育卫生保健基本常识

(2) 田径

(3) 游戏

(4) 球类

##### 2、重难点

在以上五点内容中，(2)为重点内容，其余为基本掌握内容。

#### 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。

#### 六、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。

#### 七、期末总结拟写。

### 六年级体育健康教学计划篇四

1、学生情况：本学期我所教的教学班级仍然是六年级，六年级共31人，学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况：高年级学生喜欢跑、跳、投、跳绳、踢毽子、游戏等活动，但有些学生因身体原因如：肥胖等，学习动作显得僵硬呆板。

根据重庆市九年义务教育全日制小学试用课本：体育与健康和《九年义务教育全日制小学体育教学大纲》以及结合本校实际情况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，养成良好的卫生习惯；掌握

科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，从小树立终身体育的思想，并在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的优秀学生。

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、进一步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、舞蹈等项目的 basic 技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在学校里，你会获得有助于你强壮体魄的体育运动项目和方法，有助你身心健康的运动心里小知识和卫生小常识，有助你于你与人成功交往的各种小游戏和团队活动，有助你于你感受成功快乐的体育竞赛游戏…到操场上，到阳光下，到大自然中去吧！积极主动地参与体育游戏活动，你将获得更多的新知识、发现更多的新方法、找到更多的新答案：在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，你将会感受体育运动带来的乐趣，你将会发现体育运动增予的益处，你将会体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。同时你还可以不断地发展和张扬你的个性，充分地展示你的特长与你的聪明才智，让你的童年生活更绚丽多姿！让你在小学阶段的学习、生活更加有趣，更美好！

## 1、教学内容

(1) 体育卫生保健基本常识

(2) 田径

(3) 游戏

(4) 球类

(5) 希望风帆（第三套）

## 2、重难点

在以上五点内容中，（5）为重点内容，其余为基本掌握内容。

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、朝气蓬勃和积极向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

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。

## 六年级体育健康教学计划篇五

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。

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。

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。

## 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

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%