

2023年体育健康教育教学计划(大全7篇)

在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。那关于计划格式是怎样的呢？而个人计划又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

体育健康教育教学计划篇一

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本事，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世代发展的专业知识和业务本事。

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我的动作；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。明白不按规则运动和游戏会导致身体受到伤害；明白在安全的环境中运动和游戏。

身体健康：基本坚持正确的身体姿势；发展灵敏、协调和平衡本事；描述身体特征即说出身体各主要部位的功能、描述

自我的身体特征、比较自我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景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；学会经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明白在团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，经过听随堂课，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，进取认真学习新课程。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，与教研组教师应相互学习、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，在创新精神和实践本事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，提高身体基本活动本事。培养学习各项基本技术的兴趣和进取性，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，所以，要异常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，肌肉细长并且柔嫩，大肌肉群发育比小肌肉的发育要早所以，要多安排跑、跳、投等基本活动本事的练习，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，所以，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，为抽象逻辑思维本事的发展供给了可能性，所以，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资料所吸引，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。集中注意力的本事较好，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，所以，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，但仍愿意依靠教师，期望教师来做主。

5、男女生之间开始出现界限，男女生之间容易坚持必须的距离，站队时的间距都比低年级大了，不愿意站的很近。

6、自我评价意识开始构成，担心自我体育成绩不佳、担心自我在练习中影响团体。开始能分辨同学中体育本事的高低及学习态度的好坏。愿意听表扬，要求教师采取公平态度，教师批评不当，就不乐意，异常是女生。

五、学生基本情景分析：

四年级的学生比一、二、三年级学生注意力有了较大的提高，异常是对感兴趣的事物能够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。异常是团体活动，十分乐于表现自我的才能展示自身的价值。

所以，在教学中要注意选择多种多样的教学资料，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。并且，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，他们虽然也明白参加体育锻炼能够增进自我的身心健康，增强体质。但他们同时又认为，我不参加体育锻炼，身体状况也能够，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，这是造成此刻大部分学生的体质得不到普遍提高的不可忽视的实际情景。

体育健康教育教学计划篇二

一、学期教学目标：

- 1、以人为本，综合锻炼，努力增强学生体质。
2. 学习基础知识，学习科学的锻炼方法，注重创新精神和实践潜力的培养，培养自我锻炼习惯，引导学生建立新的学习方法。

二、学生基本情况：

五年级学生36人。虽然他们聚精会神地参加体育活动，但由于基础差，他们具有竞争性和可塑性。有些动作容易变形，很难掌握。因此，在上学期的基础上，这学期要加大学习力

度，因材施教，合理处理教材，全面提高，注重培养学生的体质，使学生在德、智、体、美、劳等方面得到发展和提高。

三. 教材分析：

这学期五年级的体育资料包括跑步、跳跃、投掷、体操、游戏和武术。

1. 跑步是人体的基本活动潜能。教材要求学生学习深蹲起步的基本动作方法，提高跑步的基本潜力，学习传球接棒的方法，培养学生的群众合作意识和合作潜力。

2. 跳跃使学生进一步掌握和提高跳高、跳远的动作方法，发展学生的灵敏性和爆发力。

3. 投掷可以进一步提高学生推铅球和投掷实心球的技术，学习助跑和投掷垒球的完整动作方法，发展学生的敏捷性、力量等身体素质，培养学生在运动中注意安全的意识和习惯。

4. 体操和技巧进一步提高了学生队列和体操队的动作质量，学会了双腿分开滚跳的动作方法，开发了学生的灵敏、协调和自控潜能，培养了学生的主动性、勇气、刻苦和顽强的战斗精神。教材还根据儿童的特点，安排了必要数量的游戏和武术，利用游戏的过程和结果激发学生的意图，提高学生对武术的兴趣和基本活动潜力，培养学生崇尚武术、勇于开拓的精神，以及不骄不躁、不输不输的良好素质。

四、教研资料：

教材重点是跑、跳、投，教学中要采取教学与实践相结合、加强示范和辅导等突破性措施。难点在于体操和技术。教学中应采用直观的教学方法，教学中应加强安全防护措施，完成教学任务。

动词教学辅导计划：

- 1、因材施教，分类指导。
- 2、培养优生学，能自觉实践，善于动手动脑。
3. 加强对学习困难学生的`指导，提高他们的技能水平。
4. 老师应该关心和爱平等地对待每个学生。
- 5、教师应定期、定点、加强对优生优育的指导。

体育健康教育教学计划篇三

按照“内涵提升年”的活动要求及教研室的工作要点，扎实推进素质教育，开展有效教研，抓好有效课堂的质量，做好跟进式指导工作。

- 1、确立校园文化为背景的体育教学课程改革思路，树立“活动参与促体能，技术掌握促活动，评价合理促教育”的理念。
- 2、引入健康时尚的运动项目，打造一流的体育师资队伍，把健身活动、健康教育、体育文化等学科领域目标逐步渗透到学生学习生活中，为学生终身体育发展提供有力的发展空间。
- 3、改进课堂教学方法和模式，真正理解“教会”、“学会”的含义，不断提升对体育教育的高度和上课技艺。研究完善激发学生的体育兴趣和落实“双基”的有效教学模式，重视学生的体育运动体验与培养学生的体育基本能力有机结合起来，以高效的教学策略和方法优化课堂教学。

九月

- 1、召开教研组组长会，传达教学计划

2、组织章丘市全民运动会

十月

参加山东省体育与健康优质课评选

十一月

1、落实以运动项目为主的模块式教学情况

2、济南市城乡互动活动

十二月

1、参加济南市体育课程改革展示交流会

2、深入片区教研组调研，落实有效课堂

一月

1、济南市体育年会

2、山东省体育理事会

二月

调整计划

三月

深入片区教研组参加定期组织的有效教研活动

四月

组织教学能手评选

五月

优秀教师上示范课，全市观摩

六月

1、参加济南市活动

2、学期总结

体育健康教育教学计划篇四

XX—XX学年度第一学期的教学工作已经结束，在过去的一个学期中，以“加强常规教学”和《新课程标准》的要求实施教学，切实提高学生的身体健康，帮助一年级孩子从幼儿园向小学阶段稳步过渡，以下是对本学期的体育教学工作简要总结：从第一次体育课到上学期最后一次体育课，我的体育与健康课发生的很大的变化，从一开始的站队，到基本的课堂常规，学生学习的很快，进步也很明显。

教科研意识强，教学水平有明显的提高。我能认真做到经常性地对教学工作进行反思、总结，及时发现问题，解决问题，逐步认识和掌握新课程标准下体育教学新的规律。根据所制定的体育教学工作计划及教学进度，结合教学的实际情况下好每节课，认真写好教学反思。

小学一年级体育与健康学期教学计划

□XX—XX学年度第二学期)

沂源第二实验小学高凤太

一、学情分析

1、指导思想：体育与健康的基本理念是以“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长；激发学生的运动兴趣，培养学生体育锻炼的意识和习惯；以学生发展为中心，帮助学生学会体育与健康学习；关注地区差异和个体差异，保证每一位学生受益。

2、学情分析：一年级有四个教学班级，通过13—第一个学期的体育与健康的学习，已经有了明显的进步，对体育知识有了初步的了解，每个本机内的学生身体素质不是很均匀，下面对四个班级的情况进行分析：

一班，男女分配差不多对等，大部分的男生素质稍好与女生，就课堂常规方面，女生要比男生好，技能的掌握情况，女生要好于男生。

二班，女生比例略高于男生，课堂上练习女生比男生主动，没有特别突出的学生，身体素质不等，有个别的学生不能参加强烈的运动。

三班，男女搭配均匀，身体素质比上学期有了很大的改观，课堂纪律很好，接受能力强。

四班，两级分化严重，素质强的学生有一部分，身体素质差的同学也不在少数，个别的学生属于不能参加运动类型，课堂纪律差。

四个班级的学生基础不同，身体素质也不同，通过上个学期的教学，都有了明显的提高。

二、教材分析

要涉及的教学内容比较分散，队列、走、跑、跳、投、技巧、篮球、足球、羽毛球，体操、垫上运动等十几项都要涉及，涉及的内容较广泛，根据教材的特点，制定了九个单元教学

计划，每个单元计划4周，16个学时。根据课时的情况，随机安排广播操的细节练习。

三、教学重难点：

重点：掌握一定的运动技能，了解或初步接触一些运动项目

难点：规划好各个环节，单元与单元的衔接，能够熟练的掌握运动技能。

四、教学目标

1、运动参与目标：上好体育与健康课并且积极参加课外体育活动。达到该目标时，学生将能够积极愉快地上体育与健康课和参加课外体育活动，如不旷课，积极主动地完成学习任务等。

2、运动技能目标：获得运动的基本知识和体验。达到该目标时，学生能够知道所学运动项目或者体育游戏的名称或动作术语。通过教学，使学生初步掌握简单的技术动作，如：立正、稍息、三面转发等，并能安全地进行体育活动。

3、身体健康目标：通过走、跑、跳、投球类等内容的教学，形成正确的身体姿势；通过走、跑、跳、投掷等游戏的教学，发展学生的体能；使学生具有关注身体和健康的意识。

4、心理健康目标：通过游戏与基本动作的教学，使学生能适应陌生的环境，并能说出自己参加体育活动的情绪表现。通过体育活动等方法调控自己的情绪。

5、社会适应目标：建立起和谐的人际关系，具有良好的合作精神

五、教学措施

- 1、始终贯彻“健康第一”的指导思想进行教学。
- 2、备好每一节课，营造一个宽松生动的课堂气氛，利用学生好动模仿能力强的特点采用探究学习和分组教学的学习方式，课前课后进行及时的反思，并对教学方法进行及时的修改。
- 3、激发学生的运动兴趣，培养学生体育锻炼的意识和习惯，将教学内容穿插于游戏当中，提高学生的运动兴趣。
- 4、加强课堂常规的教育、落实，以防伤害事故的发生。
- 5、因材施教。因为每个学生都是一个个体，都有自己独特的一面，关注个别差异，保证每位学生都受益。

六、体育与健康教学进度

第一单元：队列队形

第二单元：走、跑与游戏

第三单元：跳跃与游戏

第四单元：投掷、攀爬等垫上运动

第五单元：技巧、跳绳

第六单元：篮球

第七单元：足球

第八单元：体能练习

第九单元：总复习、检测考核

体育健康教育教学计划篇五

一、指导目标：

1、根据各班级幼儿年龄特征及实际情况，设计心理活动，并按计划分班开展心理健康教育及心理辅导活动，使不同年龄阶段的幼儿得到相应的发展，各方面能获得不同的进步，确保幼儿身心健康发展，愉快成长。

2、针对各班特殊幼儿（如：较差的行为习惯、性格孤僻、留守儿童、离异儿童等），给予科学有效的心理辅导，通过多种形式的个别辅导活动，使他们尽快摆脱障碍，改善自我，提高心理健康水平，增强发展自我的能力。

3、继续以面向全园幼儿为主，个别辅导为辅，让心理健康教育及心理辅导真正进入课堂，在课堂教学中要有别于其他学科的教学方式，主要是通过活动让幼儿获得心理体验来改变自己。

4、对全园教师进行团体心理辅导活动，减轻教师来自各方面的压力，关爱自我，提升教师们的快乐指数！

二、具体工作：

1、加强团队凝聚力；

2、为了更好的上好心理健康教育课，多与各班老师交流，分享；

3、实施心理健康教育课，以面向全体幼儿为主，个别辅导为辅。

4、做好“心联小屋”的工作、幼儿园博客的更新、教师与家长的培训工作，为孩子的身心健康做出努力。

三、具体实施：

1、教师方面：

(1)、对教师进行一次团体心理辅导的培训。

(2)、为每个班的幼儿上好心理健康教育课。备好心理健康教育课教案，并请各班的老师随堂听课。

2、幼儿方面：

(1)、通过心理活动，幼儿掌握寻找快乐的方法，学会自我调适。

(2)、让幼儿学会变得坚强，勇敢的面对一切困难。

(3)、让幼儿学会感恩，知道的事情自己做，愿意为他人服务。

3、家长方面：与家长多沟通；为全园家长组织一次培训。
(以家长会的形式)

四、具体工作安排：

小班心理健康教育活动：《我不害怕》、《一起玩，真快乐》

中班心理健康教育活动：《让自己高兴》、《花园》

大班心理健康教育活动：《一根羽毛也不能少》、《要上小学啦》

3月份、6月份分别进行一次班级家长讲座，4月底或5月初进行一次教师团体心理辅导培训。

体育健康教育教学计划篇六

1、学生情况：初中一、二年级，每个年级都有两个班，每个班级都有学生四十人左右。七年级有一名特殊病，不能从事体育运动锻炼外，全校初中生各年级学生都健康，都能从事体育运动锻炼。

2、技能情况：初中一、二年级学生大部分都喜欢跑、跳、投、追逐、跳绳、跳皮筋、打沙包和球类等体育活动。但是动作的协调性，连贯性，合理性，规律性还有待于逐渐提高。

根据义务教育初中体育阶段，培养的目标。中学体育教材，以及我校体育器材，场地，学生的实际情况。有目的，有计划地进行体育教育教学工作，学习基本的体育理论知识，基本技能和保健知识。在教育教学的过程中，对学生进行思想品德的教育。激发学生积极主动学习的兴趣和爱好。培养学生良好的锻炼身体的习惯。是每一位学生都能成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

1、使学生能够根据自己的身体情况，合理地进行体育锻炼。掌握基本知识和技能，学会一些体育卫生保健知识和安全常识。培养学生认真锻炼身体的态度。

2、学习田径、体操、技巧、球类等项目的基本技术和基本技巧。进一步提高每一位学生的能力。

3、充分利用各种体育活动，提高学生锻炼身体的兴趣和积极性。培养顽强，拼搏、自觉遵守运动规则，团结协作等优良品质。

1、认真备课，上课。充分尝试三疑三探的教学模式。突出学生的主体地位。培养学生爱学、乐学的好习惯，提高学生学习的质量。

2、抓好班级的田径运动员，为本学期开好运动会做好准备。

3、开展好班级的体育活动，班与班进行，篮球、引体向上、立定跳远、立定三级跳远、仰卧起坐等体育项目的比赛。

4、写课后反思，心得，总结等理论。

5、进行备课，说课，听课，评课，集体备课等活动。

1、抓好全班整体身体素质的提高。(引体向上，仰卧起坐，俯卧撑等)。

2、抓好基本技术(男、1000米，女、800米，立定跳远，立定三级跳远等)。

3、不断改进教育教学方法，激发学生锻炼身体的积极性，培养他们的兴趣，根据学生的实际情况，进行不同层次练习，建立互帮，互学，相互鼓励地共同进步的团体。

4、对差学生，要有耐心，爱心和关心，交流和谈心。鼓励，大家都来关心的方式。激励他学习。充分激发他向上的欲望。

5、及时掌握学生学习情况，提出新目标，新要求。

1、逐步提高学生锻炼身体的主动性，创造性。以及学习兴趣。养成经常参加体育活动的习惯。

2、要用体育特有的影响，培养学生的美感。遵守纪律，相互帮助，团结友爱的优良作风。

3、发展学生优良的个性，培养学生勇敢、顽强、积极向上的精神风貌。

体育健康教育教学计划篇七

一、学情分析：

高、低年级共有18个教学班，共有学生806人。这些学生大部分来自车站村和镇直机关单位，还有一些是来自外学区的。这些学生都非常爱好体育课，同时在校，体育课是不可缺少的教学内容之一。但也有不利因素，一旦下雨，就不能上课，给正常教学带来一系列的困难，为保证上级所交给任务顺利完成，特定教学计划如下：

二、教学目标：

小学生是社会主义祖国的新生一代，是国家和民族的希望，一个国家和民族的兴旺发达，有赖于提高全民族的素质，也就是提高思想道德素质，文化科学素质和身体的素质，每位小学生不论是今天在学校里学习，还是将来肩负起建设祖国和保卫祖国的重任，都必须争取做一个德、智、体全面发展的人。体育是全面发展的人。体育是全面发展的组成部分，小学生认真地上好体育课，积极参加体育锻炼，这不仅是自己健康成长的需要，也是使自己成为建设祖国栋梁之才的需要。因此每位小学生都应当把积极地锻炼身体，提高健康水平，看作是自己的神圣义务。

三、教材分析：

体育课要学习的内容可分为理论和实践两大部分：

1、理论方面：主要是学习体育锻炼的意义目的和义务，以及粗浅的卫生保健知识，提高体育文化教养。

2、实践方面：包括走与跑、投、爬、平衡、悬垂和支撑等人体的基本活动项目，同时又是各项运动的基础，是参加生产劳动和保卫祖国的实用技能。

游戏活动：是同学们比较喜欢的教材，游戏形式生动活泼，内容丰富多彩，这项活动一般是集体进行的，它具有一定的对抗性。因此通过游戏教学，可以培养学生朝气蓬勃，遵守纪律，团结互助的集体主义精神和机智、勇敢、顽强、果断等优良品质，同时也培养学生对体育课的爱好启发，思维活动，促进智力的开发。

基本体操：这类活动项目比较多，内容丰富多彩。体操是小学体育教学的内容之一。各项教材都具有较高的锻炼价值，通过学习和体操队形，使学生养成良好的站立，行走姿势和习惯。

四、具体措施：

- 1、向学生进行思想品德教育，培养文明行为。
- 2、努力与课任老师配合，力争上好每一节课。
- 3、深入班级，充分调动他们积极性，开展一帮一对红，为班级争光的好思想好作风。
- 4、本着理论与实践相结合，因人而因地施教，因材施教。

五、附教学进度表略