

# 2023年小学三年级体育教学内容安排 小学三年级体育教学方案参考(优秀10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 小学三年级体育教学内容安排篇一

教学目标：使学生初步认识，了解投掷轻物的动作技术，培养正确的挥臂姿势，突出重点——快速挥臂，提出难点——方向性。

教学内容：原地投掷纸团

教学步骤：

一、创设情景，引入新知

观看动画短片“讨厌的马蜂”

教师提问：怎样把树上的马蜂窝打下来？

二、集中注意力练习猜猜看

教师提问：同学们喜不喜欢动物？下面请你们认真听各种动物的声音，判断是什么动物？再迅速模仿动物的动作，看谁做得又快又好。

三、全身练习“击掌操”

以简单动作的简单组合为主，听音乐节奏，模仿老师的动作

一起练习。

#### 四、诱导练习“掷纸飞机”、“甩纸炮”

学生自由练习，在练习的过程中动脑筋思考：“怎样才能使纸飞机飞得又高又远”、“怎样纸炮才能甩得很响”，并找出答案。

#### 五、模仿练习“打马蜂窝”

投掷靶上的“马蜂窝”高低不等，表面带粘性，如果“石块”打中目标，即被粘住。投掷线为三条，学生根据自己的身高及力量的大小，自由选择投掷目标、投掷距离进行练习。

#### 六、观看“原地投掷轻物”教学录像。

教学口诀：两脚前后立，球儿手中拿。

看准马蜂窝，用力向前掷。

突出重点：快速挥臂。

#### 七、纠正投掷出手角度练习“穿越花环”

提出难点：方向性——前上方

#### 八、游戏：“谁先坐”

游戏方法：分8组进行比赛，每个同学站在座位旁，音乐开始，排队按顺时针方向绕桌子慢跑，音乐一停，每个同学迅速找就近的凳子坐好，没找到凳子的同学原地站立。

放松韵律活动：“小白船”

## 小学三年级体育教学内容安排篇二

学习内容:内脚背运球

学习步骤:

### 一、情景导入

教师活动: 1. 教师组织游戏换物接力跑, 讲解游戏的放方法和规则.

2. 请同学布置场地和控制赛跑的距离.

3. 邀请一组同学一起完成一次游戏.

4. 教师组织进行游戏.

5. 进行小结, 指出存在的错误好继续进行游戏.

学生活动: 1. 认真的听教师对游戏的方法和规则的讲解.

2. 布置好场地让自己在自己能力范围内愉快的完成游戏.

3. 进行游戏时尽自己的能力与同伴完成游戏.

4. 在游戏中要及时的纠正存在的错误.

组织: 如图:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

---

## 二、合作探究、掌握技能

重点：运球的脚步动作和如何用脚来改变球的方向

难点：改变球的方向时能够较好控制好自己的身体重心

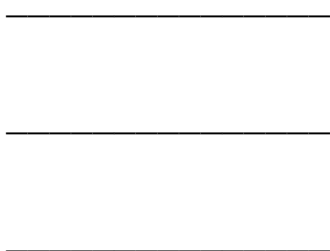
教师活动：

1. 讲解示范内脚背运球的动作方法和要领，组织学生自由分散在操场内，进行练习
2. 组织学生进行绕过各个障碍物后进行射门练习。
3. 两人相互传球，最后射门练习。

学生活动：

1. 细心观察聆听老师的讲解和示范，积极进行模仿练习。
2. 在练习中和同伴密切配合，体验配合的乐趣，体验成功。
3. 练习中能够基本按照老师的讲的动作方法和要领，进行尝试。
4. 运球接力赛，比比看哪组完成的又好又快。

组织：如图：



---

场地器材：足球场一片，小足球36个，障碍物若干

## 小学三年级体育教学内容安排篇三

学习目标：在小组活动中学会按顺序使用同一场地。发展学生的跑的能力。

学习内容：跑走交替、游戏

学习步骤：

一、积极游戏，巩固集队

- 1、组织学生集队和队列练习。
- 2、组织学生进行游戏快快集合。
- 3、组织学生复习广播操。

学生活动：

- 1、按要求进行快速地集队，并听老师的口令复习看齐、报数。
- 2、按要求进行自主活动和游戏快快集合的互动。
- 3、认真听口令复习广播操，改进第四节的动作。

组织：自由分散、五列横队

二、跑走交替，学会交往

教师活动：

- 1、带领学生进行跑走交替、柔韧练习。
- 2、和学生一起领会跑走交替的要求。
- 3、组织学生分组进行跑走替。

学生活动：

- 1、跟随老师进行按图形进行跑走交替，体验自然放松的慢跑。
- 2、了解分组进行跑走交替的要求，知道如何来按顺序使用同一场地进行练习。
- 3、在小组长的带领下进行跑走交替。
- 4、在小组长的带领下进行柔韧放松。

组织：集体练习、分组练习

场地器材：操场、录音机、短绳

## 小学三年级体育教学内容安排篇四

一、教学目标：

1. 学生知道前滚翻的动作要领、基本练习方法以及考核要点和标准
2. 培养勇敢果断和伙伴间互相帮助、互相学习的优良品质在愉悦中掌握技能,学会健身方法。
3. 激励自己和同伴奋力拼搏,取得的成绩。

二、教材——前滚翻考核。重点：团身紧，方向正，滚动圆滑。  
难点：动作正确，协调，连贯。

三：教学过程

## (一)课的常规

1. 体育委员整队，检查人数，汇报教师。2. 师生相互问好。3. 教师宣布本课内容。

## (二)准备部分：

1. 慢跑2圈，走1圈，体育委员领跑，成一路纵队。2. 拍手操。四八呼，教师领做哨声指挥。

## (三)基本部分

1. 复习前滚翻基本动作，教师提问基本要点。2、前滚翻技巧考核。3、考核标准□a□能够独立完成滚动与前滚翻动作，动作连贯，方向正.b□每个学生考核2次，取成绩。4、教师组织考核，学生轮流参加前滚翻考核，没有考核任务的学生自行练习，小组进行游戏，游戏内容自行定。5. 在考核中教师及时告诉学生成绩，好与不足。

## 四：结束部分

1. 放松2. 小结本课情况3. 值日生收放器材4. 师生互道再见

## 小学三年级体育教学内容安排篇五

在全身心地投入下，在探索性地学习工作下，圆满完成了本学期的教育教学工作，将此学期的工作做一总结：

坚持党的教育方针，忠诚党的教育事业。严格遵守《中小学教师职业道德规范》要求，贯彻国家的教育方针，遵守规章制度，执行学校的教学计划，履行教师聘约，服从领导的工作安排，完成教育教学工作任务。

1、积极参加北京市教育学院举办的《奥林匹克》知识讲座、

体音美教研室的教育教学骨干教师的知识讲座、参加学校有关教学竞赛活动，业务培训。

2、通过《课程标准》，将理论联系到实际教学工作中，以重实际，抓实事，求实效为教学工作的基本原则，以培养学生创新精神和实践能力为重点，深化课堂教学改革，认真落实课程计划，落实教学常规，使所任班级教学质量、参与校、县体育比赛获奖情况增长幅度非常明显。

3、结合本校的实际条件和学生的实际情况，带头与同事研究业务，毫不保留自己的观点、经验，互相交流学习，使教学工作有计划，有组织，有步骤地开展。共同提高教育教学水平。

4、把教研课题《农村中学寄宿制学校学生自理能力培养的实效性研究》不断研究、探索，并和其他教师学习、交流。完成学校给的新教师培训任务《如何撰写教学案例》受到了老师的一致好评。

根据教学大纲的要求满课时、满内容、保质量的完成了全部所教初三年级的教学任务。

根据学校实际认真制定本年级体育教学工作计划、学期体育教学工作计划，单元教学计划并督促实施，创建个人研修网主页，把平时的教学得失、听课感受、培训心得、教学困惑和生活随想等内容上传和同行交流分享。

以科研促课改，以创新求发展，不断反思教学，不断地将公开课上的精华延伸运用于日常教学实践，努力处理好体育教学与现实生活的联系，努力处理好应用意识与解决问题的重要性，重视培养学生应用体育的意识和能力。重视培养学生的探究意识和创新能力。常思考，常研究，常总结，以科研促课改，以创新求发展，进一步转变教育观念，努力实现教学高质量，课堂高效率。



1、认真备课，不但备学生而且备教材备教法，根据教材内容及学生的实际，设计课的类型，拟定采用的教学方法，并对教学过程的程序及时间安排都作了详细的记录，认真写好教案。每一课都做到“有备而来”，每堂课都在课前做好充分的准备，并制作各种利于吸引学生注意力的有趣教具，课后及时对该课作出总结，写好教学后记，并认真搜集每个动作的知识重点、难点，归纳总结。

2、增强上课技能，提高教学质量，使讲解清晰化，条理化，准确化，情感化，生动化，做到线索清晰，层次分明，言简意赅，深入浅出。在课堂上特别注意调动学生的积极性，加强师生交流，充分体现学生的主作用，让学生学得容易，学得轻松，学得愉快；注意精讲精练，在课堂上老师讲得尽量少，学生动口动手动脑尽量多；同时在每一堂课上都充分考虑每一个层次的学生学习需求和学习能力，让各个层次的学生都得到提高。现在学生普遍反映喜欢上体育课，就连以前极讨厌上体育的学生都乐于上课了。

3、虚心请教其他老师。在教学上，有疑必问。在各个教材的学习上都积极征求其他老师的意见，学习他们的方法，同时，多听老师的课，做到边听边讲，学习别人的优点，克服自己的不足，并常常邀请其他老师来听课，征求他们的意见，改进工作。

4、布置作业做到精讲精练。有针对性，有层次性。力求每一次练习都起到最大的效果。并针对有关情况及时改进教学方法，做到有的放矢。

5、做好课后辅导工作，注意分层教学。在课后，为不同层次的学生进行相应的辅导，以满足不同层次的学生需求，通过各种途径激发他们的求知欲和上进心。

6、积极推进素质教育。在教学工作中注意了学生能力的培养，把传授知识、技能和发展智力、能力结合起来，在知识层面

上注入了思想情感教育的因素，发挥学生的创新意识和创新能力。让学生的各种素质都得到有效的发展和培养。

7、学生体育成绩正趋于上升趋势。

## 小学三年级体育教学内容安排篇六

### 一、基本情况

1、学生情况 三年级共有学生38人，以女生居多，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况 三年级学生喜欢跑、跳、投掷、攀登、追逐、跳绳、踢毽子等大肌肉活动。但动作则显得僵硬呆板。

### 二、教材分析

根据义务教育小学阶段的培养目标、《九年义务教育全日制小学体育教学大纲》以及本校实际情况，有目的、有计划地进行教育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，使每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

### 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、初步学习田径、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，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

3、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、团结协作等优品质。

#### 四、教学内容及重难点

##### 1、教学内容

a□体育卫生保健基础常识

b□游戏

c□韵律活动和舞蹈

d□田径

e□体操

f□小球类

g□广播体操

##### 2、重难点

在以上七点内容当上□a□d□g为重点内容，其中d□g为难点。体育卫生保健知识是贯彻理论联系实际的原则，建立体育锻炼与卫生保健教育相结合的重要措施之一。根据小学生的年龄特点和认识水平，体育课的理论教学主要是通过通俗易懂的讲述，使学生懂得粗浅的体育锻炼卫生保健常识。而广播体操学生都还不会做，应作为重点内容，组织好课堂教学，争取一个月内教会。

#### 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。

4、特别加强对广播体操的教学。

任课教师 张祖华

2011年2月

## 一、教材内容介绍

小学三年级的教学内容包括基本体操、走跑与游戏、跳跃与游戏、投掷与游戏、技巧与器械体操、小球类与游戏、对抗角力游戏、武术、韵律活动与舞蹈、体育与健康基础常识。这一学期基本学习一些简单的内容，初步掌握一下，主要是基本体操、走跑、跳跃、投掷、技巧和球类。

## 二、教学目的

在《大纲》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。”

## 三、教学目标

1、引导学生初步养成主动、积极参与体育活动的意识，表现出乐于学习和对体育活动的浓厚兴趣，并在活动中表现出展示自我的愿望和热情，体验到体育活动的兴趣、乐趣和情

趣。

2、引导学生通过各项体育活动内容获得一些运动和健康的基础知识；初步学习和体验运动的技术与技能；学习科学锻炼身体和自我锻炼、自我表现、自我保护、自我评价的方法；培养参与体育活动的良好习惯，以及安全地进行体育活动的意识。

3、引导学生通过体育教学活动，逐步养成正确的动作姿势和良好的身体形态，通过多种形式的游戏发展身体灵敏、协调、平衡、速度、耐力和力量等体能，促进身体全面发展，增强关注自己身体和健康的意识。

4、引导学生在学习与练的过程中，体验参与不同项目运动时的紧张与愉快、兴奋与疲劳、成功与挫折等心理感受，学会通过体育活动调控自己的情绪，并在一定困难的条件下进行体育活动，逐渐形成克服困难与抗挫折等意志品质。 5、引导学生形成活泼开朗、积极向上、友好相处、团结合作、竞争进取的精神，以及勇敢、顽强、坚忍不拔、尊重他人、遵守规则的意志品质，为学生今后的学习、生活奠定良好基础。

#### 四、教学进度(周次、教学内容)

一周：1、始业课；上体育课的安全常识

2、队列队形练习；一切行动听指挥

3、复习小学生广播体操

二周：1、韵律操（一）；狮子和老虎

2、韵律操（二）；快快跳起来

3、注意力集中练习； 大鱼网

三周:1、踢毽子； 踢毽比多

2、30米快速跑； 接力游戏

3、站立式起跑； 游戏： 越长江

四周:1、体育与健康基础知识（理论）： 个人卫生与健康

2、前后滚动； 前滚翻（一）

3、前滚翻（二）； 摇小船

五周:1、自己扔球自己接； “红军过草地” 游戏

2、熟悉球性； 预备姿势

3、双手垫球； 熟悉球性

六周:1、复习技巧； 素质练习

2、模仿动物操； 模仿动物爬

3、各种仿生动作表演； 创造性练习

七周: 1、武术基本手型； 柔韧性练习

2、跳小绳； 跳绳接力

3、跑步走、立定； 基本队列队行练习

八周: 1、拍手操； 传球接力

2、投准； 投掷徒手练习

3、游戏：齐心协力；人力拔河

九周：1、原地拍球；拍球比多

2、原地投篮；运球接力

3、搬物赛跑；开火车

十周：1、体育与健康基础知识（理论）：学习控制自己的情绪

2、立定跳远；跳远接力

3、单脚交换跳；游戏

十一周：1、600米耐力跑；放松操

2、有趣的拔河；比谁力量大

3、队列和队形练习；耐久跑

十二周：1、拍手操；夹球接力

2、走跑交替（变速跑）；报纸接力

3、掷垒球；游戏：贴膏药

十三周：1、障碍赛跑；听号反应

2、游戏：叫号赛跑；喊数抱团

3、投准练习；小游戏

十四周：1、复习、总结

2、身体素质测试

3、身体素质测试

十五周：1、复习、考试

2、期末考试

3、期末考试

一、指导思想

在《新课程标准》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。

二、教学目标

1. 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。

2. 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。

3. 体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作

三、学生情况分析

1. 三年级共有一个班，学生通过二年级的上课基本了解上课的要求，学习习惯正在逐步养成。根据学生生理特点来看，灵敏和柔韧性是这段时期重点发展的项目，同时有必要辅助速度练习。

2. 三年级的测试项目是身高体重和坐位体前屈，这就要求在



课堂上注重学生全面发展，侧重学生的柔韧练习。

3. 根据前一学期学生的情况来看，学生的柔韧成绩还可以，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于四年级，要多做些速度练习。

#### 四、教学要求

体育课教学应从增强体质出发，加强课堂的“三基”教学经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生各种优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

1. 认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。 1
2. 认真学习和贯彻教学大纲，钻研教材，明确教材目的与任务，掌握教材重点、难点明确本课的教学任务、几为完成任务而采取的教学原则、教学方法，组织措施等。
3. 教师要注意仪表整洁，举止大方，教态严肃、自然、注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

#### 五、教学措施

1. 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不准旷课、丢课的因故不能上课，必须经学校领导同意，并做好妥善安排。
2. 在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务。
3. 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。

4. 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，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培养。

2016年.2月

2

## 小学三年级上册体育教学计划

### 一、指导思想

以学生健康为第一的思想为指导，一切为了学生，认真领会体育与健康课程

标准精神，解放思想、转变观念、勇于探索、深化改革、求实创新，在体育教学中以学生发展为中心，重视学生的主体地位，培养学生的竞争意识和合作精神，全面提高身体素质。

### 二、教学目标

- 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、培养良好的课堂常规

### 三、教学目的

在《大纲》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。

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、卫生保健的安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、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。

3、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、学生情况分析

三年级学生正处在生长发育的初期，他们生性好动活泼开朗，注意力不集中，

课堂常规还不大了了解。针对上述情况，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

### 五、具体措施

坚持“健康第一”的思想，重视让学生充分地参与体育课上的活动。利用体

育运动游戏项目，激发学生上体育课的兴趣和热情，提高学生的健康水平。根据学生的特点，选用不同的分组形式开展教学，以发挥最大的教学效益；重视学生的情感和体验，改变传统的教学方法，吸引学生上好每一堂课，使学生形成坚持锻炼的习惯。

- 1、重点培养课堂教学常规，狠抓队列队形、路队和两操；
- 2、针对学生在平时体育锻炼的弱项进行一些针对性的训练；
- 3、利用奖励措施来提高学生课堂学习积极性；
- 4、重点训练学生的队列队形；
- 5、重点强化课堂常规。

2015年9月1日

## 小学三年级体育教学内容安排篇七

为促进学校健康教育工作的开展，掌握学校健康活动的进程，调整和确定学校健康教育和目标，不断改进和完善学校健康教育，逐步使学校健康教育纳入科学化和规范化的轨道。

以“陶行之”生活教育主流思想为指导，以教研组教学工作计划为依据，认真学习“体育与健康教育”新课标，把“生活教育”的理念全面渗透到新课程实践中，并以学科生活化的“六个特质”全面引领教学工作；实施优质教育，进行教学改革，提高课堂教学质量。

以促进学生身体健康水平、心理健康水平和社会适应能力的

提高。重视学生参与体育锻炼的兴趣的激发，养成良好的体育锻炼习惯，形成终身体育思想意识，积极的投入到体育与健康课程的学习中去。

具有积极参与体育活动的态度和行为即乐于向学生或老师展示自己学会的简单的运动动作，如：劈叉，做桥等等。

如蹲起、踏步、滚动、跳跃等；掌握一些体操的单个动作；掌握球类的拍球与运球动作；让学生自己一些安全进行体育活动的常识；通过一些游戏，发展学生的各方面的素质。

身体健康：在日常学习和生活中初步具有正确的身体姿势；在徒手操、队列等练习中保持正确的身体姿势；通过多种游戏发展位移速度和动作的灵敏性。

心理健康：体验参加不同项目运动时的心理感受，如紧张、兴奋等；体验体育活动中身体疲劳时的心理感受。观察并说出同伴进步或成功时的情绪表现；观察并说出同伴退步或失败时的情绪表现；不害怕与比自己“强大”的同伴一起游戏和运动，形成克服困难的坚强意志品质。

社会适应：学会与人合作交流的能力，体验并说出个人在团队游戏、活动中的感受；知道在集体性活动中如何与他人合作的重要性；热诚地与他人合作完成体育活动的任务。

（一）运动参加的目标要求我们对于课程，要重视通过形式多样的体育教学手段和丰富多彩的体育活动内容，培养学生参与体育活动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯和终身体育的意识。无论在教学内容选择还是教学方法的变化都要注意激发学生的学习兴趣。

（二）分析运动技能的目标，课程要求重视学生对多种基本运动技能的学习并要求学生在此基础上形成自己的兴趣爱好，有所专长，提高其终身体育锻炼的能力；同时在学习过程中

学生要了解安全地进行体育活动的知识和方法。

（三）身体健康是体育与健康课程的一个基本要求。

要在重视引导学生积极参与体育活动、发展体能的同时，注意使他们了解营养、环境、和不良行为对身体健康的影响，并帮助他们形成健康的生活方式，这样才能有效地提高学生的健康水平。

（四）心理健康的目标要求我在体育教学中，要防止只重视运动技能的传授，而忽视心理健康目标的达成的现象；要努力使学生在体育活动过程中既掌握基本的运动技能，又发展心理品质。

（五）社会适应的目标要求我们通过体育活动，

使学生获得合作和竞争意识、交往能力以及对他人、集体和社会的关心程度得到提高，而且使学生在体育活动中所获得的合作与交往等能力能迁移到其他日常的学习和生活中去。

三年级的学生对于体育与健康这门课程已经有了一定的认识，对于一些体育活动的开展表现的也很积极，兴趣极大；但大部分学生的自律性还不够，注意力还不够集中，上课经常管自己玩，教师在讲解游戏规则时不认真听，导致游戏不能正常、快速的进行。所以要加强学生注意方面的练习。

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。

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。

### （一）狠抓课堂常规，提高课堂质量

制定好教学计划，备好室内和室外课教案。加强理论学习，提高师德水平，理论水平，教学和教科研能力。在各方面严格要求自己，做到为人师表，严守学校作息制度，不迟到，不早退。上课统一运动服装，对待学生耐心细致。建立好体育科研小组，有计划，有步骤地实施教科研，多统计数据，以论文的形式来汇总。上课多练，多讲，以达到提高学生身体素质的目的。

### （二）规范实施《学生体质健康标准》

严格执行课程计划，按表上足、上好体育课，认真落实“两操一舞活动”，课余时间让学生真正动起来，确保学生每天有一小时的活动总量。本学期，要强化学生室内广播操的训练，举行广播操和眼保健操比赛认真实施《学生体质健康标准》，确保成绩合格率达市规定指标。

### （三）积极开展教科研活动

根据教导处工作计划和学校关于开展教研活动的要求，本学期的体育教学的重点是提高课堂教学的效率和教师新课标的领悟和运用能力，并更好的抓好运动队的训练，在已有的训练经验上不断的总结提高和完善。

在总结过程中注重训练的实用性和科学性。

正常开展教科研活动，深化课堂教学改革，优化教学结构，切实提高课堂教学效率。认真学习体育理论知识和体育教学方法，注意工作经验的积累和总结，撰写教学论文，促进体育教学水平和业余训练水平的提高。上。组内教师要开展好听课、评课活动，分管体育的校行政要加强随堂听课并及时

反馈意见，以促进体育教学水平不断提高。

#### （四）抓好学校运动队的训练

建立健全完善的. 校级运动队框架，是长远的事。按照体育竞赛计划表，认真抓好的训练。制定好周密而详细的计划。每天保证训练一个小时。并规范运动队训练制度，要求各班主任和学校领导的积极配合和支持。为我校能成为体育特色学校而积极努力。加强篮球队、田径队训练, 争取在小学生篮球赛、田径比赛中获得好成绩。

#### （五）做好器材管理

有标准, 有计划地配置器材、设备等，落实场地、器材、设备的管理制度, 做到器材有借有还的制度，确保其最大的使用率和安全性。

（一）通过丰富多彩的体育活动和形式多样的教学手段，激发学生积极参加体育锻炼的兴趣，逐渐养成良好的运动习惯。

（二）按照体育与健康课程标准的要求，根据学生的身心特点和学校的实际情况合理地安排每一节课的教学内容，设计教学过程，钻研教法和学法。

（三）在体育教学中要面向全体学生，关注学生的个体差异，不能只是让少数“精英”参与，而是要让全体学生都参与到体育运动中来，使每一位学生都体验到体育学习和活动的成功感。

（四）提示学生不但要学习和掌握运动的知识 and 技能，而且都要学会欣赏体育运动；这样有助于学生更好地学习运动技能，提高其运动的能力。如：在上体育室内课时，可以让学生欣赏体育运动各个方面的知识或运动会的各种资料。



（五）认真分析学生的心理，加强心理健康的教育。开展心理健康方面的活动，使学生在体育活动中完善自身的心理健康。

（六）建立“课堂表现登记表”的评价制度。选出四个体育小组长，分别管理自己所在的小组；每个学生都有100分，我根据各个学生在课堂上的表现，每节课对表现好和不好的学生进行加减分的制度，由体育小组长进行登记，让平时成绩与期末成绩结合，以刺激学生的平时表现，但大多数以加分为主，提高学生的学习兴趣。

## 小学三年级体育教学内容安排篇八

光阴似箭，日月如梭。转眼，一个学期的教育教学工作已经结束了，回顾这一学期以来，在学校领导的大力支持和直接领导下，在各科任老师和家长的积极配合和耐心帮助下，圆满地完成了教育教学工作任务，现将具体工作总结如下：

随着教育事业的发展，陈旧的教学方法，与当今不适应了。特别是那种“满堂灌”。“满堂问”的教学方法，更不能适应21世纪的学生了。21世纪的学生好动、好奇、知欲强。所以，当今的课堂，就要从这个“动”字来做文章。学生既然好动，我们就让他们“动”吧！让他们在动中学会求知，在动中掌握知识。因此，我更新了教学观念，树起新的教学理念：调动学生“动”的积极性，在“动”中自主学习。就是说，要在教育教学的活动中，进行大改革。如教会学生预习的方法

（读课文、划出生字词、想想讲了一件什么事情、查资料、找问题、思考课后题），坚持课前预习，让学生在课前就自主“动”起来，并让学生在预习中发现问题，在学习课文时，大胆质疑，我充分鼓励，并根据问题的难易让他们进行独立思考、同桌讨论、前后桌讨论、小组讨论或全班争论，我当引导者，最后还由个别同学上来做总结。这样，就为学生创设了一个民主平等和谐的学习氛围，排除学生作消极听课的现象，而让他们成为积极的求知者和主动的参与者，成为学

生的主人，既体现了学生的主体性，又发挥了教师的引导作用，既符合了课改特点，又提高了课堂效率。

课堂是学生获取知识与培养能力的主要阵地。这一学期，我在这一方面狠下功夫。为了上好每一节课，我课前认真钻研教材，吃透教材，并结合本班学生的实际特点，采用生动活泼的教学形式，激发学生的学习兴趣。课堂上努力贯彻当前一些新的教育理念，创设轻松民主的教学氛围，鼓励学生踊跃发言，形成群言堂。以学生为主体，构建探究式课堂模式，挖掘教材与学生的尝试因素，引导主动探究，自主获取知识。提高学生的能力。此外，注重鼓励后进生，提供更多的机会给他们，使他们也能取得进步，产生浓厚的学习兴趣。现在本班学生喜欢上语文课，学习兴趣比较浓厚。

（一）运用多种途径，培养学生良好的学习习惯。三年级也是学生养成良好习惯的关键所在。针对本班学生好胜心强的特点，我运用竞争机制，每人发一本竞争本，每日由值日干部做记录，每星期评选一次，给予星星奖励。一个月后评选语文学习积极分子，这样促进学生自觉守纪，养成良好的学习习惯。此外，每日组织一位“小老师”领读，既培养学生的组织能力，又培养学生的朗读能力。经过一段时间的努力，本班学生上课热情高涨，自我组织领导能力都得到了锻炼。

年级学生的思维特点，另外，积累大量的语汇是写好作文的关键。我充分利用课前一分钟，借助故事，作文佳作，让学生边听边记好词好句。平日每天轮流，一位学生在黑板上摘录好词好句，要求其余学生读读记记。平时还经常组织学生到图书馆阅读书籍。经过一学期的尝试，本班学生的词汇量大大增加，写作能力也有了比较明显的提高。

总之，本学期以来，我尽心尽力做好自己的教学工作，不断严格要求自己

努力汲取他人的长处，不断更新自己的教学理念，并运用到

自己的教学的实践中，使每一节课都能取得良好的教学效果，使每一位学生都能真正提高自己的语文素养。

## 小学三年级体育教学内容安排篇九

计划要明确何时实现目标和完成任务，就必须制定出相应的措施和办法，这是实现计划的保证。措施和方法主要指达到既定目标需要采取什么手段，动员哪些力量与资源，创造什么条件，排除哪些困难等。以下是本站小编为大家精心搜集和整理的小学三年级体育教学计划，希望大家喜欢！

小学三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，让学生在去学习过程中去探讨，去理解，去发现，去创造。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。

- 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、技巧、投掷、身体素质训练、篮球比赛等。
- 3、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、兔子跳等；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。

小学三年级主要选择田径(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。

授课时数根据我校校历安排和学校要求, 本学期共讲20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。本学期以教学队列, 队形走为主, 每节课都要有队列对形的练习。配以中国象棋比赛、体育健康理论知识、基本体操、快速跑;耐力跑、定时跑、立定跳远、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。

1. 根据教学任务, 提前准备和布置好场地、器材、及教学用具。
2. 在教学中, 加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养, 努力完成体育三个方面的任务。
3. 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。

1、因材施教, 分类指导。

2、培养优生, 能自觉练习, 善于动手, 动脑的好习惯。

- 3、要加强学困生的指导，提高他们的技能水平。
- 4、教师要关心，热爱平等对待每一个学生。
- 5、教师要定时、定点，加强优生优培辅中转差的辅导。

## 教学进度表

周

起讫时间

内 容

执行情况

1

2.6□2.12

1、始业教育 2、折返跑 3、蛇形跑

2

2.13□2.19

1、圆形、8字接力跑 2、2分钟地形跑

3、 10米×4往返跑

3

2.20□2.26

1、200~300米绕图形跑 2、考核：10米×4往返

3、游戏课

4

2.27□3.4

1、双人蹲跳 2、原地双脚起跳触高物

3、空中接来球

5

3.5□3.11

1、跑起步单脚起跳双脚落入沙坑 2、考核

3、游戏课

6

3.12□3.18

1、胸前传接球 2-3、传球击打目标、过圈

7

3.19□3.25

1-2、各种方式传接球 3、考核：双手胸前传接球

8

### 3.26□4.1

1-3、放风筝

9

### 4.2□4.8

1、足球：脚内侧对墙连续踢球

2-3、脚内侧对墙连续踢球—接球

1

### 4.9□4.15

1-2、两人脚内侧传接球练习 3、四角传接球

1

### 4.16□4.22

1、考核：对墙连续传接球 2-3、理论课

1

### 4.23□4.29

1、两脚前后站立侧向投掷垒球

2-3、侧向站立投掷沙包、

1

4.30□5.6

1、考核：侧向投掷垒球（五一放假）

1

5.7□5.13

1-2、攀爬80~100厘米高地障碍物 3、跳长绳

1

5.14□5.20

1-3、跪跳起

1

5.21□5.27

1、考核：跪跳起 2-3、踢毽子

1

5.28~6.3

1、后滚翻 2、后滚翻组合 3、考核

1

6.4~6.10

1-2、屈腿悬垂摆动 3、游戏课



1

6.11□6.17

期末考试

2

6.18□6.24

机动

2

6.25□7.1

机动

以学生健康为第一的思想为指导,一切为了学生,认真领会体育与健康课程标准精神,解放思想、转变观念、勇于探索、深化改革、求实创新,在体育教学中以学生发展为中心,重视学生的主体地位,培养学生的竞争意识和合作精神,全面提高身体素质。

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. 培养良好的课堂常规

在《大纲》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。

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、卫生保健的安全常识，培养认真锻炼身体态度。

2、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。

3、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。

4、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。

5、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、篮球比赛等。

7、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。

8、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。

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、铅球、身体素质训练、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。

三年级28人，学生们对体育课有着很浓厚的兴趣。对于刚刚接触体育课的一些新同学来说。当务之急就是培养他们的兴趣,发掘其潜力是首当其冲要解决的问题。充分培养学生终身体育的意识。三年级学生正处在生长发育的初期，他们生性好动活泼开朗，注意力不集中，课堂常规还不大了了解。针对上述情况，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

小学三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。

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、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。

授课时数根据学校要求，本学期共讲20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。

体育课教学应从增强体质出发，加强课堂的“三基”教学经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生各种优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

1. 认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。
2. 认真学习和贯彻教学大纲，钻研教材，明确教材目的与任务，掌握教材重点、难点明确本课的教学任务、几为完成任务而采取的教学原则、教学方法，组织措施等。
3. 教师要注意仪表整洁，举止大方，教态严肃、自然、注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

坚持“健康第一”的思想，重视让学生充分地参与体育课上的活动。利用体育运动游戏项目，激发学生上体育课的兴趣和热情，提高学生的健康水平。根据学生的特点，选用不同的分组形式开展教学，以发挥最大的教学效益；重视学生的情感和体验，改变传统的教学方法，吸引学生上好每一堂课，使学生形成坚持锻炼的习惯。

- 1、重点培养课堂教学常规，狠抓队列队形、路队和两操；

- 3、利用奖励措施来提高学生课堂学习积极性；
- 4、重点训练学生的队列队形；
- 5、重点强化课堂常规。
- 6、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不准旷课、丢课的因故不能上课，必须经学校领导同意，并做好妥善安排。
- 7、在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务。
- 8、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。
- 9、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，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培养。

## 小学三年级体育教学内容安排篇十

身体发展特征：三年级学生在动作的协调性方面，骨骼肌有了一定的发展，因而运动感觉有了一定程度的发展，对简单的动作有所控制，动作的精确性、灵巧性进一步增强。

心理发展特征：能够比较概括地、灵活地掌握左右概念。在老师的帮助下，逐渐学会比较、分析、观察事物的特点，发现各部分的关系及部分与整体的关系。

社会交往的特征：学生与同伴交往的时机更多，交往形式开始变得较为复杂，在与同伴交往中传递信息的技能进一步增强，学生更善于协调与其他同学的活动，越来越关注同龄群体的评价、赞同和指导。

知识从跑过渡到投掷，由下肢发展到上肢的发展，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，球类知识，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，以及技巧支撑跳跃的能力，加大学习难度，知识向多方面发展，延伸，特别向更深的一层发展练习，合学生接触挑战。

对于下肢要求更高了，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，比如低单杠双杠等，加大了学习的难度和宽度。

体操方面增加了后滚翻，球类方面教到足球，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。

- 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、培养良好的课堂常规

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、铅球、身体素质训练、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。

按照教学目标的要求,结合增强学生体质课题研究,对学生体育学习进行综合评价。

1、对学生“运动参与”的评价。主要内容:出勤、着装、课前准备、集合队伍、做好准备活动、积极参加锻炼等。教师每周记录一次并公布;各组小组长则每节课按等级对自己的队员评价一次并做好记录;学生自己也是每节课自评一次并做好记录。

2、对学生“运动技能”的评价。主要内容:本学期确定队列、体操为学习和评价内容,健身与安全知识。队列、体操各安排两个单元教学,学习一单元后教师、小组、学生自己各进行考评一次,并做好记录。学完第二单元后再进行一次评定。健身与安全知识的考核,主要以教师课堂提问,并结合遇到的体育锻炼不安全现象处理、做法,以及学生上体育课时是否安全进行锻炼等对学生进行考核。

3、对学生“身体健康”的评价。主要内容:学习50米跑、蹲踞式跳远并测验,身体姿势,营养、保健知识。50米跑、蹲踞式跳远安排两单元教学和两次的测评,评价方法与形式同篮球项目。身体姿势,营养、保健知识的教学与评价主要利用队列练习和有关的室内理论课进行考评。

4、对学生“心理健康”的评价。主要内容：学习有信心，勇敢，有克服困难的决心。这项评价主要以平时学生上课的情况观察和问卷调查进行评定。

5、对学生“社会适应能力”的评价。主要内容：懂得互相合作，互相帮助，一起活动，分享运动快乐，有阅读有关体育报刊。

1、上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，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。

2、采用学生为主体，少讲多练的方式提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。

3、将游戏贯穿于整个课堂中，并尽量做到与学生玩在一起，在娱乐同时学到知识，加强与集体观念教学。

4、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

5、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。

6、采取多样的教学组织形式，如分组教学(异质分组、随机分组男女分组等)，分段教学等。