# 单元体育教学计划概念

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-01-17

*单元体育教学计划概念(通用19篇)由“”投稿提供，以下是小编为大家整理后的单元体育教学计划概念，仅供参考，欢迎大家阅读。体育单元教学计划1　　跳跃技术的基础知识。　　1、 跳跃运动包括哪些项目?　　2、 最早兴起的跳高姿势是什么姿势?　...*

　　单元体育教学计划概念(通用19篇)由“”投稿提供，以下是小编为大家整理后的单元体育教学计划概念，仅供参考，欢迎大家阅读。

**体育单元教学计划1**

　　跳跃技术的基础知识。

　　1、 跳跃运动包括哪些项目?

　　2、 最早兴起的跳高姿势是什么姿势?

　　3、 跳远技术是由哪几部分组成的?

　　田 径

　　一、跑

　　通过学习途中跑和弯道跑，逐步掌握耐久跑的基本知识与基本技术;发展速度、耐力、灵敏、协调等身体素质;培养吃苦耐劳、克服困难、勇往直前等良好品质。

　　1： A、弓箭步走路20米×2 B：高抬腿跑10---15米×2

　　C：30---50米加速跑 D：游戏：听数找朋友。

　　2： A：学习站立式起跑。 B：变速跑：男1000米，女士800米跑。

　　3： A：学习站立式起跑， B：学习弯道跑技术。

　　4： A：50米×(2---4)次 B：越野跑1200---18000米。

　　5： A：圆周跳绳接力练习。 B ：计时跑男1000米，女800米。

　　6：考核：男：1000米;女：800米。

　　一、 跳跃

　　通过各种练习基本掌握蹲踞式跳远技术;发展弹跳素质，提高跳跃能力。

　　1、A：学习蹲踞式跳远。

　　2、“腾空步”练习。

　　3：复习“腾空步”技术。

　　4：学测步点;蹲踞式跳远练习。

　　5：复习蹲踞式跳远。

　　6：考核：蹲踞式跳远。

　　三、投掷

　　学习原地推铅球技术，通过练习初步了解原地推铅球的动作要领;发展力量、灵敏等身体素质。

　　1、 学习原地推铅球(以右手为例)。

　　2、 原地对实心球。

　　3、A：双脚跳跃练习。 B：推铅球。

　　4、A：双人跳起移动练习。 B：推铅球练习。

　　5、考核：原地推铅球。

　　四、体操：支撑跳跃。

　　通过支撑跳跃动作的练习，主要提高支撑跳跃基本能力，掌握支撑跳跃的方法，学会保护与帮助，基本掌握屈腿腾越动作技术，发展踏跳能力。

　　1、 A：踏跳、推手练习。 B：单手推墙练习。

　　2、 A：跳上成蹲撑，向前挺身跳下。 B：蹲撑、抱腿、挺身跳。

　　3、 跳上成跪撑挺身跳下。

　　4、 A：复习(同上)。 B：助跑练习。

　　5、 屈腿腾越跳箱。

　　6、 复习(同上)

　　7、 考核：屈腿腾越跳箱。

　　五、篮球

　　学习行进间体前变向运球，原地单手肩上传、接球和单手肩上投篮球，进一步熟悉球性，提高控制球能力，掌握基本技术。通过各种移动步法的练习，提高学生的协调、灵敏素质;通过教学比赛，巩固已学基本技术。

　　1、 A：复习各种移动步法。 B：复习体前变向运球。 C：学习体前变向运球。

　　2、 A：复习先进间体前变向运球。 B：学习原地单手肩上传接球。

　　3、 A：复习原地单手肩上传接球。 B：复习原地肩上传接球。

　　4、 A：复习原地单手肩上投篮。 B：学习急起急停。

　　5、 A：学习跨步和转身。 B：复习急起和急停。

　　6、 A：复习跨步和转身。 B：综合练习。

　　7、 篮球教学比赛。

　　六、排球

　　巩固移动、传、垫球技术，改进正面下手发球技术。基本掌握正面上手发球技术，初步了解正面扣球技术。发展力量、速度、灵敏、协调等素质。

　　1、 A：复习移动。 B：复习传、接球。

　　2、 学习正面上手发球。

　　3、 复习正面上手发球。

　　4、 发、垫球练习。

　　5、 A：复习体侧垫球。 B：传、垫球比赛。

　　6、 学习原地正面扣球。

　　7、 复习原地正面扣球。

　　8、 排球教学比赛。

　　七、韵律操和舞蹈

　　学习第二套少年韵律体操，进一步提高节奏感和表现力。

　　1、复习少年韵律操1。

　　2、学习少年韵律操2第一段。

　　3、学习少年韵律操第二段。

　　4、A：复习少年韵律操一、二段。 B：学习第三段。

　　5、复习少年韵律操(二)。

　　6、进行全套韵律操的总复习。

　　八、民族传统体育

　　1、 学习青年拳第一段1---5动。

　　2、 A：复习青年拳1---5动。 B：学习6---9动。

　　3、 A：复习青年拳1---9动。 B：学习班10---16动。

　　4、 A：集体复习青年拳1---13动。 B：学习14---17动。

　　5、 A：复习1---17动。 B：l学习18---20动。

　　6、 复习青年拳第一段。

　　7、 (同上)

　　形体训练

　　初步了解基本手位与基本步法的动作方法，培养学生的节奏感，发展协调性和团结合作精神，引导养成正确的身体姿势。

　　1、 基本手位。

　　2、 基本脚位。

　　3、 综合形体训练。

　　4、 复习形体训练。

　　周次 课 次 教 学 内 容 周次 课次 教 学 内 容

　　一 1 跳跃技术基础知识 五 1 1、 学习站立式起跑;素质练习男：1000米、女：800米。2、 复习少年韵律操(二)。

　　2 1、复习支撑跳跃的助跑、踏跳与推手。2、复习少年韵律操(一) 2 1、 学习弯道跑技术;复习站立式。2、 考核：屈腿腾越跳箱。

　　二 1 1、上成蹲撑接向前挺身跳下。2、复习排球传、垫球技术及移动技术。 六 1 1、 学习蹲踞式跳远。2、 复习移动及体前变向运球。

　　2 1、学习正面上手发球。2、学习少年韵律操2第一段。 2 1、 发、垫球练习。2、 复习体前变向运球，学习原地单手肩上传、接球。

　　三 1 1、上成跪撑跪跪跳下。2、复习正面上手发球。 七 1 1、 腾空步练习。2、 形体训练：基本手位练习。

　　2 1、 复习跳上成跪撑跪跳下。2、 学习少年韵律操2第二段。 2 1、 形体训练：基本脚位。2、 复习原地单手肩上传、接球，学习原地单手肩上投篮。

　　四 1 1、 屈腿腾越横箱。2、 复习少年韵律操2第一、二段。 八 1 1、 助跑腾空步练习。2、 复习体侧垫球;传垫球比赛。

　　2 1、 各种跑的练习。2、学习少年韵律操2第三段。 2 1、 测量步点;蹲踞式跳远练习。2、 复习原地单手肩上投篮;学习急起急停。

　　高密市初中二年级第一学期教学进度计划

　　周次 课 次 教 学 内 容 周次 课次 教 学 内 容

　　九 1 1、 蹲踞式跳远跳过一定高度的横杆。2、 学习原地正面扣球。 十三 1 1、考核：原地侧向推铅球。2、复习青年拳1---13动。

　　2 1、 考核：蹲踞式跳远。2、 学习跨步和转身;复习急起急停。 2 1、计时跑：男1000米、女800米。2、复习少年韵律操2的难点动作。

　　十 1 1、 学习原地推铅球。2、 复习跨步和转身。(篮球) 十四 1 1、学习青年拳14---17动。2、复习形体训练。

　　2 1、 原地对推实心球。2、 学习青年拳第一段1---5动。 2 1、复习少年韵律操2。2、复习青年拳1---17动;

　　十一 1 1、 复习原地正面扣球。2、 复习形体训练。 十五 1 1、考核：男1000米、女800米2、学习青年拳18---20动。

　　2 1、 双人双脚跳跃练习;原地推铅球。2、 考核：排球。 2 1、考核：少年韵律操2。2、复习青年拳单练第一段。

　　十二 1 1、 双人跳起移动练习;推铅球练习。2、 复习青年拳1---5动;学习6---9动。 十六 1 1、考核：青年拳第一段。2、球教学比赛。

　　2 1、 越野跑1200---1500米。2、 复习青年拳1---9动;学习10---13动。 2 体育基础知识。

**体育单元教学计划2**

　　一、指导思想

　　《体育(与保健)课程标准》的核心是惯彻“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，充分体现了“以学生为本”的教学，有利于学生身心发展和终身学习，具有与时俱进性，开拓创新性，纲领性，方向性和指导性。而传统的体育教学计划中的教学目标表述，是以教材为中心和以教师为中心，缺少明确的导向作用，因此对学生的学习效果难以进行有序有效的做出客观评价。在实施新课程改革中，要贯彻新课标，运用新理念。体育与保健基础知识，也是推进素质教育的主要课程，为了发展体育与保健的综合能力打基础。本学期根据体育《新课标》中，明确地规定了小学体育的目的：“通过教师与学生互动性体育教学，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，为提高全民族的的素质奠定基础。

　　二、教材分析

　　体育基础知识，是依据课程标准中各学习领域“水平三”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。在小学四年级的教学内容中，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。走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要学习内容，全面提高学生的身体素质。主要的内容围绕着学校的趣味运动体育项目进行开展教学法。

　　三、学情分析

　　小学五六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，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，让学生在学习过程中去探讨，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。

　　四、教学目标

　　1、学生通过体育课程的学习和锻炼将达到的教学目标。

　　2、增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能。

　　3、培养运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯。

　　4、具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神。

　　5、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。

　　6、发扬体育精神，形成积极进取，乐观开朗的生活态度。

　　五、教学难点重点

　　投篮球;400米跑;跳远

　　六、方法与措施

　　1、合理选用教材，根据各学习领域目标和学生的身心特点及学校的实际情况选择学生感兴趣，易掌握的学习内容。

　　2、精心设计教法和指导学生的学法：依据课时教学内容采用游戏学法，体育竞赛法，课堂练习法，提高巩固法，运用启发式，模仿式，探究式指导学生自主合作学习。

　　3、运用新理念，创设开放式教学情境，积极营造宽松的学习氛围，在课堂中及时表扬鼓励学生，不断激发他们的学习兴趣，使学生学得轻松，玩得开心，促进课时教学目标转化成学生自学目标。

**初中体育单元教学计划3**

　　7一抛一垫 抛垫连贯。重点：夹、插、压难点：垫球方向和力量控制。

　　8专项体能练习(二) 发展专项身体素质。 灵敏素质的培养。

　　9连续垫球 能在移动中连续垫球。重点：垫球的稳定性。难点：垫球过程中，对场上情况的观察

　　10相互对垫 能相互对垫。重点：对球的控制。难点：垫球方向和高度的体会。

　　11专项体能练习(三) 发展专项身体素质。 上肢耐力素质的培养。

　　12复习相互对垫 能相互连续对垫。重点：对球的控制。难点：垫球方向和高度的体会。

　　13垫体侧球 能迅速移动，垫起体侧球。重点：体侧垫球的手型。难点：脚步的移动。

　　14接隔网抛球垫球 两人隔网对垫 能隔网将球垫起，并有一定的准确度。争取能连续垫起对方的球。重点：垫球的准确性。难点：脚步的移动和对球的判断。

　　15背垫球和单手垫球 简单介绍，让学生初步掌握这两种垫球方法。重点：垫球的准确性。难点：对方向的控制。

　　16垫球教学比赛 在进攻线后，用垫球的方式进行比赛，允许连击一次。重点：垫球质量的提高。难点：全队协作配合意识的培养。

　　17—20垫球考核 两人一组，能连续垫球，以成功的组数得分。重点：垫球的连续性。难点：脚步的移动和对球的判断。

　　考核要求：自垫球：60个及格，100个满分。

　　互垫球：20个及格，60个满分。

　　两项成绩各占技能总成绩的50%。

**初中体育单元教学计划3**

　　1、跳跃运动包括哪些项目?

　　2、最早兴起的跳高姿势是什么姿势?

　　3、跳远技术是由哪几部分组成的?

　　田 径

　　一、跑

　　通过学习途中跑和弯道跑，逐步掌握耐久跑的基本知识与基本技术;发展速度、耐力、灵敏、协调等身体素质;培养吃苦耐劳、克服困难、勇往直前等良好品质。

　　1：

　　A、弓箭步走路20米×2 B：高抬腿跑10---15米×2

　　C：30---50米加速跑 D：游戏：听数找朋友。

　　2： A：学习站立式起跑。 B：变速跑：男1000米，女士800米跑。

　　3： A：学习站立式起跑， B：学习弯道跑技术。

　　4： A：50米×(2---4)次 B：越野跑1200---18000米。

　　5： A：圆周跳绳接力练习。 B ：计时跑男1000米，女800米。

　　6：考核：男：1000米;女：800米。

　　一、 跳跃

　　通过各种练习基本掌握蹲踞式跳远技术;发展弹跳素质，提高跳跃能力。

　　1、A：学习蹲踞式跳远。

　　2、“腾空步”练习。

　　3：复习“腾空步”技术。

　　4：学测步点;蹲踞式跳远练习。

　　5：复习蹲踞式跳远。

　　6：考核：蹲踞式跳远。

　　三、投掷

　　学习原地推铅球技术，通过练习初步了解原地推铅球的动作要领;发展力量、灵敏等身体素质。

　　1、学习原地推铅球(以右手为例)。

　　2、原地对实心球。

　　3、A：双脚跳跃练习。 B：推铅球。

　　4、A：双人跳起移动练习。 B：推铅球练习。

　　5、考核：原地推铅球。

　　四、体操：支撑跳跃。

　　通过支撑跳跃动作的练习，主要提高支撑跳跃基本能力，掌握支撑跳跃的方法，学会保护与帮助，基本掌握屈腿腾越动作技术，发展踏跳能力。

　　1、A：踏跳、推手练习。 B：单手推墙练习。

　　2、A：跳上成蹲撑，向前挺身跳下。 B：蹲撑、抱腿、挺身跳。

　　3、跳上成跪撑挺身跳下。

　　4、A：复习(同上)。 B：助跑练习。

　　5、屈腿腾越跳箱。

　　6、复习(同上)

　　7、考核：屈腿腾越跳箱。

　　五、篮球

　　学习行进间体前变向运球，原地单手肩上传、接球和单手肩上投篮球，进一步熟悉球性，提高控制球能力，掌握基本技术。通过各种移动步法的练习，提高学生的协调、灵敏素质;通过教学比赛，巩固已学基本技术。

　　1、A：复习各种移动步法。 B：复习体前变向运球。 C：学习体前变向运球。

　　2、A：复习先进间体前变向运球。 B：学习原地单手肩上传接球。

　　3、A：复习原地单手肩上传接球。 B：复习原地肩上传接球。

　　4、A：复习原地单手肩上投篮。 B：学习急起急停。

　　5、A：学习跨步和转身。 B：复习急起和急停。

　　6、A：复习跨步和转身。 B：综合练习。

　　7、篮球教学比赛。

　　六、排球

　　巩固移动、传、垫球技术，改进正面下手发球技术。基本掌握正面上手发球技术，初步了解正面扣球技术。发展力量、速度、灵敏、协调等素质。

　　1、A：复习移动。 B：复习传、接球。

　　2、学习正面上手发球。

　　3、复习正面上手发球。

　　4、发、垫球练习。

　　5、A：复习体侧垫球。 B：传、垫球比赛。

　　6、学习原地正面扣球。

　　7、复习原地正面扣球。

　　8、排球教学比赛。

　　七、韵律操和舞蹈

　　学习第二套少年韵律体操，进一步提高节奏感和表现力。

　　1、复习少年韵律操1。

　　2、学习少年韵律操2第一段。

　　3、学习少年韵律操第二段。

　　4、A：复习少年韵律操一、二段。 B：学习第三段。

　　5、复习少年韵律操(二)。

　　6、进行全套韵律操的总复习。

　　八、民族传统体育

　　1、学习青年拳第一段1---5动。

　　2、A：复习青年拳1---5动。 B：学习6---9动。

　　3、A：复习青年拳1---9动。 B：学习班10---16动。

　　4、A：集体复习青年拳1---13动。 B：学习14---17动。

　　5、A：复习1---17动。 B：l学习18---20动。

　　6、复习青年拳第一段。

　　7、(同上)

　　形体训练

　　初步了解基本手位与基本步法的动作方法，培养学生的节奏感，发展协调性和团结合作精神，引导养成正确的身体姿势。

　　1、基本手位。

　　2、基本脚位。

　　3、综合形体训练。

　　4、复习形体训练。篇4：体育学期单元教学计划

　　教学目标：

　　1、 通过各种跳绳练习，让学生掌握花式跳绳的技巧。

　　2、 发展学生身体上下肢的灵敏、协调等身体素质。

　　3、 培养良好的合作意识，增强克服困难的自信心，促进心理健康和社会适应能力的提高。

　　教学资源：

　　篮球场1个、绳子50条、学生(以班为单位)、录音机、校园网等教学资源。

　　课次、达成目标、学习内容、重点与难点、教学与策略;

　　第一课次

　　1、让学生了解跳绳的历史由来与发展。

　　2、通过对跳绳知识的了解，培养学习兴趣，提高认识。

　　1、学习跳绳有关知识。

　　2、跳短绳。

　　1、上下肢协调。

　　2、死绳后快速起跳。

　　1、多煤体辅助教学。

　　2、友伴分组练习。

　　3、游戏比赛。

　　第二课次

　　1、 继续学习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳方法。

　　2、 发展学生互帮互学、相互协作的良好品质。

　　3、 初步掌握双人花样跳绳技术。

　　1、继续学习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

　　2、 双人花样跳绳。

　　1、掌握手腕快速摇绳的动作。

　　2、动作熟练连贯上下肢配合协调统一。

　　1、友伴分组练习。

　　2、学生示范，老师引导评价。

　　3、教教学比赛。

　　第三课次

　　1、进一步提高单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

　　2、培养合作和尊重、团结友爱的意识。

　　1、 复习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

　　2、二人、多人花样跳。

　　1、上下肢协调。

　　2、入绳时间和跳出时间。

　　1、友伴分组练习。

　　2、多煤体教学。

　　3、自主创编

　　第四课次

　　1、 通过复习进一步提高花样跳绳技巧。

　　2、 创编多种花样的组合。

　　3、 展示、并评价学习成果，提高学生学习能力和创新能力。

　　1、复习双人花样跳绳。

　　2、尝试并创编多人合作跳绳。

　　1、同伴间动作的协调。

　　2、多人同时入绳时间和跳出时间。

　　1、教学比赛。

　　2、创编各种花样。

　　3、交流学习。

　　4、成果展示。

　　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，为提高全民族的的素质奠定基础。”

　　教学目标：

　　〈一〉 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。

　　〈二〉 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。

　　〈三〉 体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

**小学体育单元教学计划5**

　　课时、教材、教学目标：

　　1

　　1、游戏：大鱼网

　　2、选用教材：快快集合

　　1、学生能记住“大鱼网”游戏名称，并了解捕“鱼”的方法。

　　2、学生能在快速奔跑中做出灵敏躲闪动作。

　　3、游戏中能协同动作，团结一致。

　　2

　　1、走和跑：400-600米自然地形跑

　　2、游戏：拍球比多

　　1、学生能做到跑时姿势正确，呼吸自然，动作协调。

　　2、能勤动脑，具有克服困难、吃苦耐劳的顽强意志。

　　3、进一步熟悉球性，掌握原地运球的基本动作，提高运球技能，能相互鼓励，积极进取。

　　3

　　1、走和跑：二分钟定时跑

　　2、游戏：拍球比多

　　1、学生能知道什么叫定时跑和定时跑的方法，能做到跑得轻松，呼吸自然，跑得持久。

　　2、练习中能表现出勇于克服困难、坚持到底的品质。

　　3、学生能进一步掌握原地运球的基本动作。

　　4

　　1、舞步：跑跳步、滑步

　　2、游戏：长江、黄河

　　1、通过观察，能说出两种舞步的动作方法。

　　2、学生能随音乐节拍，配合手臂动作练习两种舞步，主动配合教师完成教学任务。

　　3、知道游戏的名称，了解游戏方法;能做到反应迅速，快速奔跑;能机智、果断、诚实地进行游戏。

　　5

　　1、集体舞：猜拳游戏舞

　　2、走和跑：30米加速跑

　　1、学生能模仿出集体舞中的舞蹈分解动作。

　　2、能积极参与集体舞的学习，培养集体舞感兴趣。

　　3、加速跑中能做到两臂前后摆动，用前脚掌着地，逐步加快跑的速度。

　　6

　　1、集体舞：复习猜拳游戏舞

　　2、走和跑：复习30米加速跑

　　1、学生能模仿出集体舞中的舞蹈分解动作，并能互测互评舞姿完成情况。

　　2、能积极参与集体舞的学习，并对集体舞感兴趣。

　　3、加速跑中能做到两臂前后摆动，用前脚掌着地，逐步加快跑的速度;能接受教师的指令，练习中不怕苦、不怕累。

　　7

　　1、投掷：持轻物掷远

　　2、游戏：传球接力

　　1、学生能知道肩上屈肘的投掷基本方法，能做肩上屈肘的投掷动作，做到挥臂动作正确。

　　2、能听从指挥，相互配合，相互帮助。

　　3、游戏中能正确做出手递手的顶上、跨下传接球动作方法，能团结合作为集体争光。

　　8

　　1、投掷：持轻物对墙投掷

　　2、韵律活动和舞蹈：猜拳游戏舞

　　1、能了解用力挥臂、向前上方掷出物体的方法，并能做出肩上屈肘、用力挥臂、向前上方掷出的动作。

　　2、练习中通过观察能相互讨论，敢于发表个人看法。

　　3、能积极参与、相互合作，培养“猜拳游戏舞”的兴趣。

　　9

　　1、走和跑：30米快速跑

　　2、游戏：看谁投得远

　　1、能两臂前后摆动、前脚掌着地快速跑，提高快速跑的技能。

　　2、通过认真练习，从中获得动作正确、协调、快速的体验和乐趣。

　　3、能完成肩上屈肘、用力挥臂的投掷动作，按游戏规则进行游戏。

　　10

　　1、走和跑：30米跑(考核)

　　2、选修内容：传球接力

　　1、学生能说出快速跑最基本的动作要求。

　　2、完成30米快速跑的考核任务;考核中能勇敢顽强，努力进取。

　　3、能正确做出手递手的顶上、跨下传接球动作方法;能团结合作，乐于为集体争光。

**小学体育单元教学计划6**

　　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，为提高全民族的的素质奠定基础。”

　　教学目标：

　　〈一〉 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。

　　〈二〉 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。

　　〈三〉 体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

　　体育课教学常规

　　体育课教学应丛增强体质出发，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。

　　一、 教师方面：

　　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、 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。

　　4、 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。

　　5、 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。

　　6、 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。

**体育单元的教学计划7**

　　一、本学期本课程的教学目的\'，要求与教材分析

　　教学目的：学校体育教学是掌握体育技能的主要课堂，通过体育课的学习让学生

　　掌握基本的体育知识，技术，学会锻炼的方法，养成锻炼习惯，培养兴趣和爱好。

　　教学要求：根据新课标的理念在课堂教学中以学生为主体，教师讲解为主线，在

　　学习的过程中提高兴趣，养成习惯，防止受伤。

　　教材分析：本教材将理论部分与体育与健康知识融为一体，便于对体育与健康内

　　容的理解，掌握锻炼身体方法，掌握常见运动项目的基本技术，提高身体的基本活动能力。

　　二、学生基本情况分析

　　1、高中阶段是人生中最有活力最具创造性的时期，这一阶段学生身体生长开始减速，但是

　　三、教学重难点

　　(1)教学重点

　　1、规范课堂教学行为，培养学生身体素质。

　　2、田径、体操、球类学习。

　　(2)教学难点

　　田径、体操技巧

　　四、教研教改专题

　　1、专题：

　　如何让学生爱上排球运动并积极参加排球运动

　　2、目的、要求：

　　让学生爱上排球,上课严格要求并采用多样式教学方法,调动课堂气氛调动学生的积极性. 3、具体计划与措施：

　　(1)丰富上课内容，激发学生对排球运动的兴趣，为养成锻炼身体的习惯打下基础

　　(2)上课严格要求锻炼身体，学习技能。

**小学体育单元教学计划8**

　　7、 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。

　　8、 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和训练工作，使他们真正起到教师助手作用。

　　9、 教学中要有严密的组织纪律，严格的安全保护措施与要求，严防伤害事故的发生一旦发生伤害事故要及时向领导汇报并作好妥善处理。

　　二、 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，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。

　　3、 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。

　　4、 在课堂上严格执行教师的各项要求，不经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

　　5、 要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

　　一二年级体育教学进度表

　　周次、起至日期、计划进度

　　一 8.20~8.24 引导课 体育常识：做早操的好处

　　1、队列队形;2、游戏;块块集合

　　二 8.27~8.31 1、基本体操：2、队列：排纵队，横队;

　　1、基本体操;2、游戏：块块集合;

　　三 9.3~9.7 1、基本体操;2、游戏：一切行动听指挥

　　1、复习基本体操;2、游戏：挑战应战

　　四 9.10~9.14 1、队列;原地转法;2、复习基本体操;

　　1、技巧;前后滚动;2、游戏：障碍赛跑;

　　五 9.17~9.21 游戏课：1、端水平衡;2、障碍赛跑;

　　1、技巧：复习前后滚动;2、游戏：绕木棒接力;

　　六 9.24~9.28 1、韵律活动;2、走：各种姿势的走;

　　1、用各种正确姿势的走;2、游戏：迎面接力;

　　七 10.1~10.5 1、队列：报数;2、复习，各种姿势的走;

　　1、韵律活动;2、队列：报数;

　　八 10.8~10.12 1、技巧：前滚翻;2、游戏：跳垫子游戏;

　　1、技巧：前滚翻;2、游戏：换物接力;

　　九 10.15~10.19 1、劳动模仿操;2、游戏：迎面接力;

　　1、劳动模仿操;2、游戏：换物接力;

　　十 10.22~10.26 1、队列：齐步走-立定;2、复习劳动模仿操;

　　游戏课：1、蹦蹦跳跳;2、猎人猎枪老虎;

　　十一 10.29~11.2 1、队列：走圆形;2、十字接力;

　　1、技巧：立卧撑;2、游戏：换物接力;

　　十二 11.5~11.9 1、基本体操;2、游戏：“8”字接力;

　　1、徒手操;2、游戏：改换目标;

　　十三 11.12~11.16 1、跳小绳;2、游戏：迎面接力跑;

　　1、走跑交替;2、复习跳小绳;

　　十四 11.19~11.23 1、走跑练习;2、游戏：跳进去拍人;

　　1、韵律活动;2、找自己的家;

　　十五 11.26~11.30 1、跳小绳;2、游戏叫号赛跑;

　　1、跳双绳;2、游戏：迎面接力

　　十六 12.3~12.7 1、走跑交替;2、游戏：单脚跳接力;

　　1、30秒跳小绳;2、期末总结

**小学体育单元教学计划9**

　　教学目标：

　　1、通过各种跳绳练习，让学生掌握花式跳绳的技巧。

　　2、发展学生身体上下肢的灵敏、协调等身体素质。

　　3、培养良好的合作意识，增强克服困难的自信心，促进心理健康和社会适应能力的提高。

　　教学资源：

　　篮球场1个、绳子50条、学生(以班为单位)、录音机、校园网等教学资源。

　　课次、达成目标、学习内容、重点与难点、教学与策略;

　　第一课次

　　1、让学生了解跳绳的历史由来与发展。

　　2、通过对跳绳知识的了解，培养学习兴趣，提高认识。

　　3、学习跳绳有关知识。

　　4、跳短绳。

　　5、上下肢协调。

　　6、死绳后快速起跳。

　　7、多煤体辅助教学。

　　8、友伴分组练习。

　　9、游戏比赛。

　　第二课次

　　1、继续学习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳方法。

　　2、发展学生互帮互学、相互协作的良好品质。

　　3、初步掌握双人花样跳绳技术。

　　4、继续学习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

　　5、双人花样跳绳。

　　6、掌握手腕快速摇绳的动作。

　　7、动作熟练连贯上下肢配合协调统一。

　　8、友伴分组练习。

　　9、学生示范，老师引导评价。

　　10、教教学比赛。

　　第三课次

　　1、进一步提高单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

　　2、培养合作和尊重、团结友爱的意识。

　　3、复习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

　　4、二人、多人花样跳。

　　5、上下肢协调。

　　6、入绳时间和跳出时间。

　　7、友伴分组练习。

　　8、多煤体教学。

　　9、自主创编

　　第四课次

　　1、通过复习进一步提高花样跳绳技巧。

　　2、创编多种花样的组合。

　　3、展示、并评价学习成果，提高学生学习能力和创新能力。

　　4、复习双人花样跳绳。

　　5、尝试并创编多人合作跳绳。

　　6、同伴间动作的协调。

　　7、多人同时入绳时间和跳出时间。

　　8、教学比赛。

　　9、创编各种花样。

　　10、交流学习。

　　11、成果展示。

**小学体育单元教学计划10**

　　一、指导思想

　　1、全面贯彻党的教育方针，落实素质教育，以提高小学生的身心素质为宗质，以培养创新精神和实践能力为重点。

　　2、贯彻健康第一和面向全体学生的思想。

　　3、根据课程标准的总目标、水平一、二和五大领域(运动参与、运动技能、身体发展、心理发展和社会适应)的目标制订本计划。

　　二、教材分析

　　低年级的教学内容以游戏和体操中的基本体操和基本队列为主，本学期应加强对学生的动作要求技术的规范程度为主要任务。全面提高教学质量、增强学生的身体素质，掌握小学生广播体操、基本队列、跳短绳等项目的动作要求及成绩。

　　三、教学目标

　　1、使学生掌握简单的体育基础知识，提高卫生保健水平。

　　2、发展学生的运动能力，完成所学知识的动作要求。

　　3、对学生进行思想品德教育，使学生受到团结、拼搏、竞争、乐观的教育。

　　四、教学重点、难点、分析

　　针对低年级学生自身的控制能力不够健全，协调能力不够好，在本学期中，教材中的难点是跳绳，另外、应加强学生的身体基本姿势的训练，使学生养成良好的坐、立、行、走的姿势，培养良好的体态。

　　五、教学内容

　　1、走和跑主要以 ：300---500米跑走交替、 两臂放在不同部位的走

　　2、跳跃主要以 ： a、 单脚跳、 b、 跳短绳

　　3、体操以 ：队列队形(立正、稍息、看齐、解散、集合、向左(右)转、踏步、立定、报数、齐步走、立定);广播操1-6节

　　4、游戏：《找同样的小动物》、《大鱼网》《跳绳接力》篇11：初中体育的单元教学计划

　　单元教学目标：

　　一、认知目标：

　　1、发展学生对运动(飞行)物体的时间感、空间感，以及其时空关系的判断能力。

　　2、进行软式排球的.启蒙教学，让学生了解、认识什么是软式排球，知道软式排球的基本技术和锻炼方法、游戏以及简单比赛的组织方法和规则。

　　二、技能目标：

　　1、学生能够初步掌握准备姿势及移动的技术，建立对飞行物体的时间感、空间感，以及其时空关系的判断能力。并提高学生的身体素质、动作反应速度、灵活性和基本的运动能力。

　　2、学生初步掌握软式排球基础技术的各种练习方法，学会一些软式排球的游戏方法及简单比赛的组织方法和基本规则。

　　三、情感目标：

　　让学生了解锻炼身体的好处、体验到参加体育锻炼和参与软式排球运动的乐趣。培养对体育的兴趣和积极、主动学习和团结互助的精神。激发参与体育活动的热情，为终生体育打下基础。

　　教学安排：

　　课次课的任务要求重点难点

　　1软式排球的起源与发展了解软式排球的特点及其兴起与发展过程。通过激发兴趣，使学生有想“试试”的欲望。

　　2准备姿势及移动能够掌握3种基本的准备姿势，能灵活的完成并步、滑步、交叉步、跨步、跨跳步和跑步。重点：准备姿势的重心控制。难点：移动后的制动。

　　3了解、熟悉球性初步掌握垫球。能用不同部位，尝试连续垫球;双手垫球部位准确，能连续垫多个。重点：了解垫球动作。难点：多种部位的垫球。

　　4正面双手垫球初步掌握正面双手垫球的动作方法，通过游戏发展学生在移动中控制球的能力，体验软式排球运动的乐趣。重点：准确地击球部位和用力。难点：控制球的方向。

　　5专项体能练习(一)发展专项身体素质协调性的培养。

　　6复习正面双手垫球进一步掌握正面双手垫球的动作方法，通过游戏发展学生在移动中控制球的能力，体验软式排球运动的乐趣。重点：准确地击球部位和用力。难点：控制球的方向。

　　7一抛一垫抛垫连贯。重点：夹、插、压难点：垫球方向和力量控制。

　　8专项体能练习(二)发展专项身体素质。灵敏素质的培养。

　　9连续垫球能在移动中连续垫球。重点：垫球的稳定性。难点：垫球过程中，对场上情况的观察

　　10相互对垫能相互对垫。重点：对球的控制。难点：垫球方向和高度的体会。

　　11专项体能练习(三)发展专项身体素质。上肢耐力素质的培养。

　　12复习相互对垫能相互连续对垫。重点：对球的控制。难点：垫球方向和高度的体会。

　　13垫体侧球能迅速移动，垫起体侧球。重点：体侧垫球的手型。难点：脚步的移动。

　　14接隔网抛球垫球两人隔网对垫能隔网将球垫起，并有一定的准确度。争取能连续垫起对方的球。重点：垫球的准确性。难点：脚步的移动和对球的判断。

　　15背垫球和单手垫球简单介绍，让学生初步掌握这两种垫球方法。重点：垫球的准确性。难点：对方向的控制。

　　16垫球教学比赛在进攻线后，用垫球的方式进行比赛，允许连击一次。重点：垫球质量的提高。难点：全队协作配合意识的培养。

　　17―20垫球考核两人一组，能连续垫球，以成功的组数得分。重点：垫球的连续性。难点：脚步的移动和对球的判断。

　　考核要求：自垫球：60个及格，100个满分。

　　互垫球：20个及格，60个满分。

　　两项成绩各占技能总成绩的50%。

**初中体育单元教学计划12**

　　单元教学目标：

　　一.认知目标：

　　1、发展学生对运动(飞行)物体的时间感、空间感，以及其时空关系的判断能力。

　　2、进行软式排球的启蒙教学，让学生了解、认识什么是软式排球，知道软式排球的基本技术和锻炼方法、游戏以及简单比赛的组织方法和规则。

　　二.技能目标:

　　1、学生能够初步掌握准备姿势及移动的技术，建立对飞行物体的时间感、空间感，以及其时空关系的判断能力。并提高学生的身体素质、动作反应速度、灵活性和基本的运动能力。

　　2、学生初步掌握软式排球基础技术的各种练习方法，学会一些软式排球的游戏方法及简单比赛的组织方法和基本规则。

　　三.情感目标:

　　让学生了解锻炼身体的好处、体验到参加体育锻炼和参与软式排球运动的乐趣。培养对体育的兴趣和积极、主动学习和团结互助的精神。激发参与体育活动的热情，为终生体育打下基础。

　　教学安排：

　　课次 课的任务 要求 重点难点

　　1软式排球的起源与发展 了解软式排球的特点及其兴起与发展过程。 通过激发兴趣，使学生有想“试试”的欲望。

　　2准备姿势及移动 能够掌握3种基本的准备姿势，能灵活的完成并步、滑步、交叉步、跨步、跨跳步和跑步。重点：准备姿势的重心控制。难点：移动后的制动。

　　3了解、熟悉球性 初步掌握垫球。能用不同部位，尝试连续垫球;双手垫球部位准确，能连续垫多个。重点：了解垫球动作。难点：多种部位的垫球。

　　4正面双手垫球 初步掌握正面双手垫球的动作方法，通过游戏发展学生在移动中控制球的能力，体验软式排球运动的乐趣。重点：准确地击球部位和用力。难点:控制球的方向。

　　5专项体能练习(一) 发展专项身体素质 协调性的培养。

　　6复习正面双手垫球 进一步掌握正面双手垫球的动作方法，通过游戏发展学生在移动中控制球的能力，体验软式排球运动的乐趣。重点：准确地击球部位和用力。难点:控制球的方向。

**三年级下册体育单元教学计划13**

　　一、学生情况分析：

　　三年级的学生年龄在8—9岁之间，处于发育时期，身体发育较快，男女差别较大，男生活泼好动，表现欲强;女生和男生一样活泼，喜欢竞争性的项目，但考虑到某些女生的天性，要因势利导，加强男生的身体素质练习，培养女生积极参与体育锻炼的习惯。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，让学生在学习过程中去探讨，去理解，去发现。去创造。

　　二、教学目标及重难点：

　　(一)教学目标：

　　1、通过队列广播操的练习，规范学生动作。

　　2、掌握各种素质技能的练习，发展学生身体素质以及柔韧耐力。

　　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、免子跳等。

　　4、以速度力量练习和耐力练习的课来改善肌肉的协调性和力量的发挥。

　　(二)教学重点：跑的练习;前滚翻

　　(三)教学难点：队列队形;前滚翻

　　三、教材分析：

　　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的投掷(沙包实心球垒球);跑(30—40米加速跑200—300跑走交替);体操(立卧撑跳上成蹲撑，起立向前跳下后滚翻);队列(疏散密集队形分合队)、游戏等基础项目，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。着重加强跑和体操的教学，发展学生的力量和身体的控制能力。授课时数根据我校校历安排和学校要求，本学期共讲16周，每周体育授课为2学时，除去如假期、各种考试等各种因素，计划授课25学时。另因场地，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。每次授课一个到二个主教材(如：跑步或;立定跳远)其余(如队列队形、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。及时对学生进行评价，根据实际情况将制定小学生体育与健康课成长评价记录表。

　　四、课时安排：

　　每课2课时，共32课时。篇14：《导数概念》教学计划

　　《导数概念》教学计划

　　一、教材分析

　　导数的概念是高中新教材人教A版选修2—2第一章1.1.2的内容，是在学生学习了物理的平均速度和瞬时速度的背景下，以及前节课所学的平均变化率基础上，阐述了平均变化率和瞬时变化率的关系，从实例出发得到导数的概念，为以后更好地研究导数的几何意义和导数的应用奠定基础。

　　新教材在这个问题的处理上有很大变化，它与旧教材的区别是从平均变化率入手，用形象直观的“逼近”方法定义导数。

　　问题1气球平均膨胀率——→瞬时膨胀率

　　问题2高台跳水的平均速度——→瞬时速度

　　根据上述教材结构与内容分析，立足学生的认知水平，制定如下教学目标和重、难点。

　　二、教学目标

　　1、知识与技能：

　　通过大量的实例的分析，经历由平均变化率过渡到瞬时变化率的过程，了解导数概念的实际背景，知道瞬时变化率就是导数。

　　2、过程与方法：

　　①通过动手计算培养学生观察、分析、比较和归纳能力。

　　②通过问题的\'探究体会逼近、类比、以已知探求未知、从特殊到一般的数学思想方法。

　　3、情感、态度与价值观：

　　通过运动的观点体会导数的内涵，使学生掌握导数的概念不再困难，从而激发学生学习数学的兴趣。

　　三、重点、难点

　　重点：导数概念的形成，导数内涵的理解。

　　难点：在平均变化率的基础上去探求瞬时变化率，深刻理解导数的内涵。

　　通过逼近的.方法，引导学生观察来突破难点。

　　四、教学设想(具体如下表)

　　教学设想(具体如下表)

　　五、学法与教法

　　学法与教学用具

　　学法：

　　(1)合作学习：引导学生分组讨论，合作交流，共同探讨问题。(如问题2的处理)

　　(2)自主学习：引导学生通过亲身经历，动口、动脑、动手参与数学活动。(如问题3的处理)

　　(3)探究学习：引导学生发挥主观能动性，主动探索新知。(如例题的处理)

　　教学用具：电脑、多媒体、计算器

　　教法：整堂课围绕“一切为了学生发展”的教学原则，突出①动——师生互动、共同探索。②导——教师指导、循序渐进。

　　(1)新课引入，提出问题，激发学生的求知欲。

　　(2)理解导数的内涵，数形结合，动手计算，组织学生自主探索，获得导数的定义。

　　(3)例题处理，始终从问题出发，层层设疑，让他们在探索中自得知识。

　　(4)变式练习，深化对导数内涵的理解，巩固新知。

　　六、评价分析

　　这堂课由平均速度到瞬时速度再到导数，展示了一个完整的数学探究过程。提出问题、计算观察、发现规律、给出定义，让学生经历了知识再发现的过程，促进了个性化学习。

　　从旧教材上看，导数概念学习的起点是极限，即从数列的极限，到函数的极限，再到导数。这种概念建立方式具有严密的逻辑性和系统性，但学生很难理解极限的形式化定义，因此也影响了对导数本质的理解。

　　新教材不介绍极限的形式化定义及相关知识，而是用直观形象的逼近方法定义导数。

　　通过列表计算、直观地把握函数变化趋势(蕴涵着极限的描述性定义)，学生容易理解;这样定义导数的优点：

　　1.避免学生认知水平和知识学习间的矛盾;

　　2.将更多精力放在导数本质的理解上;

　　3.学生对逼近思想有了丰富的直观基础和一定的理解，有利于在大学的初级阶段学习严格的极限定义。篇15：教学计划的概念

　　教学计划(课程计划)是课程设置的整体规划，它规定不同课程类型相互结构的方式，也规定了不同课程在管理学习方式的要求及其所占比例，同时，对学校的教学、生产劳动、课外活动等作出全面安排，具体规定了学校应设置的学科、课程开设的顺序及课时分配，并对学期、学年、假期进行划分。

　　内容

　　根据一定的教育目的和培养目标制定的教学和教育工作的指导文件。它决定着教学内容总的方向和总的结构，并对有关学校的教学、教育活动，生产劳动和课外活动校外活动等各方面作出全面安排，具体规定一定学校的学科设置、各门学科的教学顺序、教学时数以及各种活动等。教学计划、教学大纲和教科书互相联系，共同反映教学内容。

　　现状

　　近代以来，特别是在实行学科课程的条件下，教学计划主要是学科的计划，或只是学科表。随着社会经济和科学技术的新发展，教育结构不断发生变革，现代教育和教学理论主张对教学计划的结构实行改革。除了教学以外，生产劳动、科技活动、发展体力和增进健康的活动、艺术活动和社会活动等也应列入教学计划。在工具课和一般科学知识课、自然学科和社会学科、普通教育课和职业教育课之间应相互渗透。在新知识不断涌现的形势下，只有必修课而无选修课的\'单一结构不能适应学生个性才能的发展和知识多样性的要求，适当增设选修课,已成为发展的趋势。一些选修课在一定条件下,可能成为必修课。为了防止学生负担过重，须控制教材的份量和难度，控制教学时数。根据学生的年龄特点与不同学科和活动的特点，也可适当改变每节课均为40分钟(或45、50分钟)的固定课时制，试验活动课时制。 〔见中华人民共和国教育部1981年 3月颁发的全日制五年制小学教学计划(修订草案) (表1)、1981年4月颁发的全日制六年制重点中学教学计划(试行草案)(表2、 表3) 和全日制五年制中学教学计划试行草案的修订意见(表4)。 编订教学计划是一项教育科学研究工作。由有关的科学家、教育实际工作者、教育理论工作者和教育行政干部共同研究编订教学计划，将会提高其理论性和实践性篇16：一年级下册体育单元的教学计划

　　在素质教育中，体育占有非常重要的位置，要把体育作为全面推进素质教育的重要突破口和切入点，作为工作的主要方面。在教学中应充分发挥体育的综合功能，结合“体育艺术2+1”，切实提高学生身体素质和社会适应能力，增强体质，使学生获得愉快地情感体验，培养学生良好的意志品质和锻炼身体的良好习惯，为更好的圆满地完成教育教学任务，特定计划如下：

　　一、学情分析

　　我所教的一年级的四个班，平均年龄在6――7岁左右，独生子女占大多数，他们除了具有同龄儿童活泼好动，兴趣广泛，争强好胜，善于模仿，喜欢表现自己的特点，也存在注意力容易分散，以我为中心，怕苦怕累的特点。通过观察访问，发现他们尽管在年龄上、智力上区别不大，但在个性能力上却有明显的差异。有的胆子很大，教师面前无拘无束，能说会道;有的胆子很小，总是沉默寡言，害羞不敢大说话。一般学生在反应、速度、灵敏素质方面较好，力量和耐力素质较差，协调性普遍有待提高。

　　二、教材分析

　　(一)体卫常识

　　1、饮水有益健康：水对人体健康的重要性，如何让饮水和养成合理饮水的良好习惯。

　　2、安全的进行游戏：游戏对儿童成长的重要意义，不玩危险游戏和养成游戏出现意外应及时报告。

　　3、健康饮食益处多：健康饮食的重要性，知道食物的种类，养成不偏食、不挑食和常喝牛奶的好习惯。

　　4、阳光运动身体好：经常呼吸新鲜空气，到户外阳光下参加运动有益身体健康、少生病，增加免疫力。

　　5、不乱扔果皮纸屑：乱扔果皮纸屑的坏处，以及我们如何养成讲卫生爱学校的良好意识。

　　6、口腔卫生要注意：口腔卫生的重要意义以及我们如何做到保持口腔清洁。

　　(二)基本活动：

　　1、队列队形：是指全体学生按照统一的口令和规定的动作，进行协同一致练习。

　　2、拍手操：是一种以手随节拍在身体不同部位击掌所进行的徒手操，由于击掌的声音使动作节奏十分鲜明，学生做起来很有兴趣。

　　3、跳绳：是基本体操内容之一，是一项简便易行、锻炼价值较大的运动。包括跳短、长绳两种方法。

　　4、技巧：学习象形、跪桥、纵叉、前滚翻等内容，是许多运动项目的辅助性手段也具有自我保护的实用价值。

　　5、走和跑：是人体基本活动的能力之一，是小学低年级教学内容之一。走的教材主要学习一些走的方法，重点是上体姿势、上下肢配合及脚的着地动作。跑的教材主要学习30米快速跑、跑走交替、主要是培养跑和走的正确姿势，发展灵敏、奔跑和耐久力，体验克服困难、坚持到底的精神。

　　6、跳跃：学习比较简单的跳跃内容，可发展身体灵敏素质和协调性，提高跳跃能力。

　　7、投掷：主要学习掷远、掷准的方法，初步掌握动作连贯、协调用力的投掷技能，发展投掷能力和协调性。

　　8、韵律活动：学习蹲踏步、小碎步、后踢步、踏点步等内容

　　9、游戏：形式生动活泼，内容丰富多彩，竞赛性、趣味性强，是一项综合性的体育运动，能使学生进一步增强灵敏、速度、力量等身体素质，提高基本活动能力，综上所述，综合分析确定出教学重点和难点。

　　教学重点：30米快速跑、掷远、跳短绳;

　　教学难点：跳短绳、韵律活动。

　　三、教学目标：

　　l、引导学生初步养成主动、积极参与体育活动的意识和行为，认真上好体育课，体验到体育活动的兴趣、情趣和乐趣。

　　2、引导学生通过各项体育活动内容，获得一些体育和健康的基础知识;初步学习和体验运动的技术与技能;进行体育锻炼时懂得自我保护。

　　3、引导学生通过体育教学活动，逐步形成正确的动作姿势和良好的身体形态，促进身体全面发展，增强关注自己的身体和健康的意识和行为。

　　4、引导学生在学与练的过程中，体验参加不同运动项目时的愉快与紧张、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;

　　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，为学生以后的学习、生活和提高身心健康水平及社会适应能力奠定基础。

　　四、体育教学周次计划进度

　　略篇17：体育教学计划

　　一、指导思想：

　　以新课程理念为指导思想，充分发挥学生的主体地位，培养学生的自主创新意识，争创一流、优秀的集体主义精神。保证每个学生都能积极参加体育锻炼。

　　二、基本情况：

　　这学期教七年级和八年级。两个班大约有48名学生，几乎一半是男生和女生。大多数学生身体健康，没有运动技能障碍。学生喜欢运动，但身体协调性差，肥胖，学习动作不协调。学生身体素质的硬指标如速度、力量、耐力、柔韧性较差;敏感性、协调性等软指标明显不足。个体发展不平衡，下肢力量尚可，肩部肌肉力量差，这类教材要多加注意。腰背腹的力量需要大大提高，这是体育锻炼成败的关键。

　　他们有不同的身体素质。因为初中生面临中考，学习压力很大。如何调整他们的心理，处理好学习和活动的安排，让他们在体检中取得好成绩，是这学期的首要任务。此外，考虑到男女之间的巨大差异，他们的身体素质是不同的：男生活泼好动，有很强的表现欲，能更好的锻炼身体;女生往往比较安静不主动，上课要经常和她们交流，尽快转变观念，让男生开车送女生，培养女生积极参加体育锻炼的习惯。以期在中考中取得优异成绩。

　　三、教材分析：

　　根据我校的实际情况，有目的、有计划地开展体育教学，传授身体保健的基本知识和技能，培养良好的卫生习惯;掌握科学体育锻炼的基本方法和体育文化知识，在教学中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

　　教材包括：体育与健康基础知识;田径：跑、跳、投;体操、球类：篮球、足球;健身运动。

　　教材重点：跑的快;跳跃中的跳跃跳高;体操中的单杠动作;球类运动中的控球技术;

　　教材难点：蹲起;跳跃中的起跳环节;球类运动中的人球结合。

　　四。教学目标和要求

　　1、让学生认识自己的身体，掌握简单的体育锻炼知识和方法，学习一些体育保健和安全知识，培养认真锻炼身体的态度。掌握眼保健操和新的无线电练习。

　　2。学习田径、体操、球类等基本功。掌握简单的运动技能，进一步发展学生的素质，提高他们的基本身体活动能力。

　　3。“以学生为本，健康第一”是我们的目标。我们会在体育比赛中不断尝试和体验，练习和思考，互相学习和评价，感受体育的乐趣和益处，体验战胜困难、取得进步的成功喜悦。

　　4。养成良好的锻炼习惯，掌握很多中考可能要考的项目。5。收集和引导他们掌握更多的体育时事，丰富他们的知识，进行综合能力测试。

　　6。让他们体验运动的乐趣，能够在玩耍和学习的同时锻炼和增强体质。

　　动词(verb的缩写)改善教育

　　教学具体措施

　　1、适时了解、分析学生的学习信息。

　　2、营造符合学生年龄特征的、有利于学生学习的运动环境。

　　3、根据学生年龄特征，采用兴趣化和多样化的教法和手段，充分发挥游戏、竞赛的能动作用，让学生在自主游戏中练习，充分体现学生的主体地位。

　　4、根据学生实际，不断变化练习方式，不断激发学生的练习兴趣。5、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气勃勃和进取向上的精神，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

　　6。利用课中或课后的时间多与学生沟通交流，转变他们的观念，变被动为主动。

　　7。认真备好课，向课堂45分要效率，确保学生们能够在愉悦气氛中投入到每节课的学习中。

　　8。课堂上，参与到学生中间，以此拉近与他们的距离，注重培养体育骨干，起到率先的作用。课中多采用比赛的方式，激励他们敢于争创的好成绩。9。课后做到及时反思总结。

　　六、学生方面：

　　1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。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、着装要轻便合体，穿轻便运动鞋上课。不得携带与体育课无关的首饰、校牌、手机等。

　　七、德育渗透：

　　体育活动对于发展学生的适应能力具有独特的作用，在体育教学中应特别注意营造友好、和谐的课堂气氛，有意识的融入德育教育，不仅锻炼学生的意志，更重要的是能培养学生的爱国主义和集体主义精神，培养学生服从组织，遵守纪律，诚实、机智、积极进取的心理品质。

　　本学期的德育渗透包括在教学的各个环节中：1、课堂常规：使学生按规办事、做到有规可循。

　　2、组织教学：培养团结友爱、养成遵守纪律的集体观，培养其具有热爱劳动、爱护公物的良好品质。

　　3、结合教材内容安排德育内容。

　　(1)、基础知识里安排激发学生刻苦锻炼自觉性的内容。培养学生的自尊心、自豪感和社会责任感。

　　(2)、游戏里安排教育学生遵守纪律，公正诚实，积极进取、团结友爱的内容。

　　(3)、田径安排培养学生顽强的毅力和坚韧不拔等意志品质的内容。

　　(4)、球类中安排培养团结协作等集体主义精神的内容。

　　(5)、在体操中安排培养互相帮助的合作意识的内容。

　　总之，在教学过程中要激发学生积极参与体育活动的兴趣，建立终身运动的习惯。

　　八、业务学习：

　　1。认真领会课改精神，熟练各学段教材内容，加强业务理论学习，在教学实践中提高自己的业务水平。

　　2。多听课，评课

　　参与集体研讨，取其长补己之短，丰富自己的阅历。 3。充分利用多媒体、图书室等查阅教学训练方面的资料，学习新的好的教学方法。

　　4。努力学习电脑知识，能够制造出相应的课件利于教学。

　　5。多与同行共同交流，共同研讨，共同提高。6。加强自我锻炼，提高自身素质。

　　九、评价教育教学：

　　通过测试和平时的练习采取教师或学生相互评价的方式，分优秀、良好、及格、仍需努力四个层次：

　　1。学习态度与行为：能否以端正积极的心态投入到体育锻炼及体育课的学习中去。

　　2。体能与技能：能否正确的将动作掌握与运用情况。3。交往与合作精神：能否正确处理好与同伴的合作关系。篇18：体育教学计划

　　一、学生分析

　　学生刚入学，年龄较小，接触的东西也很少，什么对于他们来说都是新鲜的，什么对他们来说也是从零做起的，经过去年半个学期的学习，学生们已经开始了正常的上课秩序，他们喜欢接受新知识，但对某些难度教大的知识接受较慢，特别是对某些协调性要求较强的东西，力量也比较差，男女生活泼好动，组织纪律性观念不强，但表现欲强;女生和男生一样活泼，应多以游戏为主，在其中进行组织纪律性教育，养成学生良好的习惯。

　　二、教材分析

　　的教材较为简单，本册教材内容有：体育基础知识(看图学习体育知识天天进行身体锻炼)、韵律体操及舞蹈(在欢乐的日子里)、田径类的跳跃(单脚跳双脚跳跳绳跳高)和投掷(轻物掷远抛接球)、体操(团身前后滚动分腿跪撑后仰蹲撑往低处滚翻团身前滚翻蹲撑前滚翻抱腿起)、队列练习、走跑练习(30米跑高抬腿跑300-500跑走交替)、步法练习(跑跳步踏跳步踏点步后踢步小碎步小跑步)。内容较简单，但全是基础的东西，所以一定要让学生养成良好的动作习惯，体操难度较大，教师在注意安全的前提下适当降低动作难度，多加以引导，给学生打下良好的基础，养成终身体育的好习惯。

　　三、教学目标及重难点

　　1、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。

　　2、进一步增强体质，特别是耐力素质和力量素质。

　　3、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。

　　4、教学重点：田径的各种跳动和投掷动作。

　　5、教学难点：各种体操动作。

　　四、教学措施

　　是一二年级的教学，属于小学低年级学段，小学低年级阶段的教学，要根据低年级学生的自制力和理解离较差、情绪变化较大，而身心发育快的特点，多去采用主题教学、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。上好的体育课，就要因势利导，富趣味于教学，寓游戏于教学，既能保证智力的发展，又能帮助学生培养手脑并用能力，一方面实现教学目标，完成学习任务，另一方面也培养了学生热爱体育活动的习惯，为终身体育锻炼思想打下基础。体育课是学生上体育教育课的入门阶段。有其自身的发展特点。有些的育教学存在模式僵硬、成人化色彩浓，或教学直奔主体等缺陷，阻碍着小学生全体参与。用游戏教学法，可避免以上缺陷，较好的完成的教学。

　　五、教学进度表

　　略篇19：体育教学计划

　　一、学情分析

　　1.三年级学生通过两年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。

　　二、教学要求

　　体育课教学应丛增强体质出发，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。

　　三、教学措施

　　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。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！