

2023年体育课教学计划(优秀6篇)

计划在我们的生活中扮演着重要的角色，无论是个人生活还是工作领域。相信许多人会觉得计划很难写？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。

体育课教学计划篇一

第五周：缘规定线路跑（曲线、转弯跑）；

第六周：在规定范围内散跑、追逐跑；，要求有一定躲闪能力，身体协调；

第七周：单（左右）脚跨跳；第八周：原地双脚向前跳；

第九周：原地向上跳（触物）；

第十周：缘着规定路线跳（多方向）；

第十一周：两手平举，指定方向走直线；

第十四周：单手由下向前抛物；

第十八周：正面低头弯腰钻过障碍物；

第十九周：手膝着地爬，爬钻过较低矮障碍物；

第二十周：各类基本动作结合活动；

第二十一周：基本动作结合球类活动。

第二十二周：考核

体育课教学计划篇二

本期我接受了学校交给的体育课的教学任务。新的学期，新的开始，为了搞好本期工作，制定教学工作计划如下：

一、指导思想：

新学期里，本人将积极接受学校分配给自己的各项教育教学任务，以强烈的事业心和责任感投入工作。遵纪守法，遵守学校的规章制度，工作任劳任怨，及时更新教育观念，实施素质教育，全面提高教育质量，保持严谨的工作态度，工作兢兢业业，一丝不苟。热爱教育、热爱学校，尽职尽责、教书育人，注意培养学生具有良好的思想品德。认真备课上课，不敷衍塞责，不传播有害学生身心健康的思想。

二、教学常规：

我将积极从提高课堂教学效益的各个侧面探讨提高课堂教学效益的因素。我将积极学习，翻阅有关资料，对教育理论、目标教学、教学方法、学法指导、智力因素和非智力因素等进行再认识，提高用理论来指导实践的能力。积极实行目标教学，根据教材和学情确定每节课的重难点。平时备好课，上好课，向45分钟要质量。坚持周前备课，努力做到备课标、备教材、备学生、备教具，备教法学法。从知识能力两方面精心设计教案，并积极地使用各种电教器材，提高课堂教学效益，坚决杜绝课堂教学的盲目性和随意性。在课堂教学方面我力争课堂解决问题，在教学中抓关键，突重点，排疑点，讲求教法，渗透学法，既教书更育人，使学生的身心得到全面和谐的发展。课堂上语言准确简洁，突出重点，突破难点，精讲多练，充分发挥教师的主导作用和学生的主体作用，使学生的听、写、读等综合能力都得到提高。

三、教研工作：

四、出勤：

在工作中我一定要做到不迟到、不早退，按时坐班，平时团结同志。作为一名教师，我一定自觉遵守学校的各项规章制度，以教师八条师德标准严格要求自己，工作严肃认真，一丝不苟，决不应付了事，得过且过，以工作事业为重，把个人私心杂念置之度外，按时完成领导交给的各项任务。

五、学期工作目标：

通过本期教学，使学生能更好地提高自己的身体素质，为今后继续学习打下良好的基矗使学生在德、智、体各方面全面发展。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

体育课教学计划篇三

根据新《课程标准》要求，小学体育课时为每周3学时，按每学期20周计算，在制定教学计划时，根据《课程标准》确定教学内容时数比例的三项原则，结合教学实际，制订教学计划。

以《学校体育工作条例》为指导，建立符合“树德广才”办学指导思想的、有我校特色的体育教育课程，提高学生体育素养，开发学生的体育潜质，以美育人，促进学生生动活泼地发展。

要求的教学因其理性思维还不完善而不易接受，也不感兴趣；相反，对于直观的、易于模仿的感性思维的体育课比较喜欢，学习兴趣较高。

因此我运用如下措施：

1、帮助学生建立良好的学习习惯和学习方法。引导要求学生先从自身行为做起，再到怎样学习，最后到提高技术技能。教学过程中丰富教学手段激发学生学习兴趣，养成自主学习的习惯和方法。

2、大力鼓励和奖励学生，鼓励他们认真学习，开发他们的想象思维和创造能力，引导他们把学习和生活紧密的连接在一起。

1、从儿童的需要出发。体育教学内容以学生为本，选择以游戏和发展基本活动能力为主的锻炼活动。在基本活动中有一些简单的技术动作，也大都以游戏作为手段和方法进行教学。包括排队活动、基本体操（徒手的和使用轻器械的）、奔跑游戏（多种移动、躲闪、急停）、跳跃游戏（各种跳跃等）、投掷游戏（各种挥动、抛掷等）和小球类游戏等。

2、以小学生身体锻炼实践活动为主。体育基础知识只有3个题目：正确的身体姿势；学会测量身高和体重；认真上好体育课。这些知识不强调在室内专门进行教学，而是结合实践活动、结合学校对学生的身体检查等活动进行。

3、加强教材内容的弹性和选择性。在教材中选编的内容都是示例性的。这些示例都没有硬性的规定。对同一个教材内容，

尽可能给教师提供多种思路，以便于教师创造性地选用、改用。这对教师来说有很大的灵活性和选择性。

4、小学体育教材内容儿童化、生活化。教材内容符合儿童特点，内容贴近他们的生活，教给他们的动作是他们平时熟悉的，游戏的方法是他们喜欢的，主要是让孩子们积极地参与，玩得起来，在玩和活动中受到教育。

体育课教学计划篇四

（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。四年级学生相对比较是属于身体发育最快的时期。

2、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。

3、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，因此，要特别注意身体姿势的培养和练习前的准备活动。

4、四年级学生肌肉中含水率较高，肌肉细长而且柔嫩，大肌肉群发育比小肌肉的发育要早因此，要多安排跑、跳、投等基本活动能力的练习，在注意发展大肌肉群的同时，也要注意小肌肉群的发展。

- 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内容所吸引，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。集中注意力的能力较好，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，因此，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，但仍愿意依靠老师，希望老师来做主。
 - 5、自我评价意识开始形成，担心自己体育成绩不佳、担心自己在练习中影响集体。开始能分辨同学中体育能力的高低及学习态度的好坏。愿意听表扬，要求老师采取公平态度，老师批评不当，就不乐意，特别是女生。
- 2、获得运动基础知识；学习和应用运用技能：学生将能够在球类游戏中做出单个动作，如拍球、运球等；做出基本体操的动作；做出单一的体操动作，如滚翻、劈叉等；安全地进行体育活动、获得野外活动的基本技能。
 - 3、形成正确的身体姿势；发展体能（发展柔韧、反应、灵敏和协调能力）；具有关注身体和健康的意识。
 - 4、学会通过体育活动等方法调控情绪学生能够体验并简单描述进步或成功时的情绪表现；观察并简单描述退步或失败时的心情。根据课程目标的要求和学习领域的各个具体的目标，以体育课和体育活动为载体，促进学生心理和身体健康、快乐的发展。

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。

分腿腾越；沙包掷远；50米*8或400米跑

体操技巧；蹲距式跳远

1、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。

2、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。

3、因材施教，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

4、高年级的学生可采用一些分组轮换的方法，由小组长带领进行练习，充分发挥小组长的带头作用。

体育课教学计划篇五

为贯彻落实《学校体育工作条例》，进一步加大学校体育工作力度，提高学校体育工作水平，特制定计划如下：

我校建校历史悠久，体育特色鲜明，教师素质普遍较高，学生体育基础牢固，学校对体育课设置课时充足，体育设施器材齐全，有较好的体育工作条件。

本学期学校领导从思想上达成共识，对体育工作充分重视，由学校陈校长主管具体的体育工作，相信在他的督促协调下我校的体育教育教学工作必然会步入一个新的台阶。

体育教师日常工作实施目标管理，三名体育教师都有明确的工作目标，建立奖惩制度，从根本上调动体育教师的工作进

取性，为体育教师创造一个良好的工作环境，力争使他们安于工作勤于工作，促进学校体育工作的发展。

体育是学校教育的重要组成部分，努力提高学生的身体素质和健康水平是实施素质教育的重要目标之一，也是德育智育美育的基础，在开展具体的体育工作方面，本学年应做好以下几点。

1、加强体育教研活动，规范体育课堂教学，提高教学质量。

学校成立体育教研组，组织体育教师学习《体育教学大纲》，钻研教材，交流教学经验，并使之制度化经常化，努力提高教师的业务素质。

体育教师依据学科特点进行教学，努力改善教学方法，采取灵活多样的教学方式组织教学活动，使体育教学步入正轨，在授课时突出对学生体育本事的培养。

2、以《学生体质健康标准》为切入口建立检查评估制度，对所学课程及时测试，以督促学生学习，提高学生锻炼的进取性，力争使全校学生的体育达标率坚持在95%以上。

课外体育活动是学校体育工作的重要组成部分，是实现学校体育目的任务的重要途径之一。它是培养学生身心发展的重要环节，是增强体质的有效措施，是发展竞技体育，发现和培养体育人材的必经之路。

学校加强对课间操课间舞的管理，由体育教研组长教师按时组织。建立课间操常规，严格纪律，保证课间操舞顺利开展。成立课间操检查小组，在精神面貌出勤人数动作质量等方面，以班级为单位进行检查评比，并将检查结果纳入班级百分竞赛，定期公布成绩。在本学期力争使我校课间操舞构成自我的特色，努力做到“四个一样”，即：进出场一个样；队伍队形一个样；做操质量一个样；教师学生一个样。

体育课教学计划篇六

对小学生来说上体育课是高兴的时候，因为他们刚刚接触体育课。当务之急就是培养他们的兴趣。充分培养学生终身体育的意识。让小学生德智体全面发展。当在锻炼他们的时候，一定要注意，因为他们正处在生长发育的初期。还有就是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。针对以上情况，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓广播操质量和课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

本学期教材内容分为以下几部分。第一部分主要阐述了编写小学体育与健康教参的指导思想编写原则和整套教材教学体系简介，对使用教材的有关事项进行了说明以便教师在总体上对这套教材有一概括的了解。第二部分是小学体育与健康各类教学内容按其纵向系统对其意义。第三部分按实践横向编写逐一对各项教学进行介绍。第四部分是小学生体育考核与达标标准。

- 1、能知道锻炼身体的一些基本常识及方法，懂得一些体育与健康的安全常识。
- 2、能学会体操等教学内容的基本动作，掌握简单的运动技能，具备一定的身体素质和基本动作的能力。
- 3、初步形成勇敢顽强的品质，具有一定的创新意识。

重点培养课堂教学常规，狠抓队列队形、路队和两操。