

# 水平四跨越式跳高单元教学计划(优质5篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。我们该怎么拟定计划呢？下面是小编为大家带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

## 水平四跨越式跳高单元教学计划篇一

2、技能领域目标：激发学生的参与兴趣，培养正确的跳跃姿势，掌握正确的跳跃方法，掌握双起双落和轻巧落地的运动技能。

3、健康领域目标：发展下肢力量及身体的协调性、灵敏性。

4、心理健康领域目标：使学生树立信心，体验到在游戏及比赛中学到知识及取得成功的快乐。 5、社会适应领域目标：培养学生勇敢、果断、积极进取、不断创新的精神和安全参加体育活动的意识。

## 四、单元教学重点、难点

单元教学计划主题 跳 跃 教 学 目 标

1、通过游戏活动，激发学生学习的兴趣，体验跳跃的感受。

2、激发学生的参与兴趣，培养正确的跳跃姿势，掌握正确的跳跃方法，掌握双起双落和轻巧落地的运动技能。

3、初步学会简单的跳跃技术，发展下肢力量，提高弹跳能力。

通过情景教学，激发学生对跳的兴趣，发展弹跳力、灵敏性和协调性，培养学生创新、合作精神，敢于展示自己，增强

竞争意识。1、跳单、双圈。

2、游戏：小青蛙过“小河”。自由散开 自由组合随机分组分6组。

1、自主练习，自我探究。 2、与同伴合作完成游戏。1、讲解启发。2、观察辅导。

3、讲解游戏的方法和规则，并组织游戏活动。 第二课

自由组合1、按教师提示学习正确的跳跃姿势。 2、与同伴合作完成游戏。

自由散开

自由散开

通过考核，巩固立定跳的基本动作，提高弹跳的能力，敢于展示自己，培养合作精神，增强竞争意识。

1、游戏：“石头，剪刀，布”。 2、立定跳考核。3、游戏：占领碉堡。自由散开

个人考核

分成两大组。

指标 等级

## 水平四跨越式跳高单元教学计划篇二

小学二年级的学生处于生长发育的初期，运动系统发育还不成熟，处于发展期，运动能力较低，身体各部分肌肉发展不平衡，上下肢协调性差；好动喜玩，想象创造力丰富；学习

兴趣易激发。个人能力的提高和思维方式发生了变化，二年级学生心理趋向稳定，显示出一定的个性特征，个人能处理的问题越来越多，自信心不断增强，一年级的恐慌心情已经很少见到，即使遇到了什么困难，自己也能从容面对。出现了竞争意识。针对这些特点，着重对学生进行入门教育和纪律性教育，在此基础上进行启发诱导，提高其积极性和竞争意识。二年级40人左右，人数多因此在教学中根据学生的特点进行因材施教。

## 二、教学目标

- 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、每节课进行一定时间的队列练习，对其进行组织纪律性的教育。
- 3、进一步增强体质，特别是柔韧素质和力量素质。
- 4、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。

## 三、教学重点和教学难点

- 1、由于运动会会有队列比赛，所以每节课要进行一定时间的队列练习
- 2、二年级的体育教学的重点主要侧重于投掷和跳跃，所以在教学活动中要有意识的进行投掷方面和跳跃项目的练习，譬如投准投远练习和跳上跳下练习。：二年级的学生理解动作比较慢，在进行一些协调性的练习时，可能接受比较慢，所以韵律舞蹈和儿童的一些基本舞步学生接受起来会比较困难。

## 四、课时安排

## 水平四跨越式跳高单元教学计划篇三

本组教材围绕以“战争与和平”这个专题，选编了几篇适合四年级学生特点的课文。《夜莺的歌声》《小英雄雨来》都是讲的战争中机智勇敢的小英雄的故事。《一个中国孩子的呼声》通过一个中国孩子写给联合国秘书长加利的信，呼吁国际社会一致行动，维护和平，制止战争。儿童诗歌《和我们一样享受春天》是孩子们呼唤和平的共同心声。每篇课文都紧紧围绕专题，给学生越来越鲜明的情感体验，让学生越来越清晰地认识到战争打破了多少童年的幻想，击碎了多少美丽的憧憬。人类不需要战争，让我们共同祈祷未来的世界永远和平，让“和平之花”永远绚丽绽放。

### 二、教学目标

- 1、认识27个生字，会写28个生字。
- 2、正确、流利、有感情地朗读课文，理解课文内容，体会文章表达的真挚情感，从中受到熏陶感染。
- 3、树立热爱和平、维护和平的信念。
- 4、培养学生的自读能力，加强课文的朗读训练。
- 5、推荐一些战争题材的文学作品以及电影、电视作品。

### 三、教学重难点

- 1、学习生字词，理解重点句子的深刻含义，体会其表达的思想感情。
- 2、树立热爱和平、维护和平的信念。
- 3、有感情的朗读课文，培养学生的自读能力，加强课文的朗

读训练。

#### 四、课时安排

教学本组教材可用12—15课时，其中精读课文4—6课时，略读课文3—4课时，口语交际1课时，习作2课时，“我的发现”“日积月累”“宽带网”1课时。

具体安排：

- 1、《夜莺的歌声》3课时
- 2、《小英雄雨来》2课时
- 3、《一个中国孩子的呼声》2课时
- 4、《和我们一起享受春天》1课时
- 5、《语文园地》四5课时

### 水平四跨越式跳高单元教学计划篇四

荆门市东宝区青山小学体育与健康课（水平一）单元教学计划

任课教师：陈丽林 上课年级：二年级 一、单元教学指导思想

本单元的授课对象是小学二年级学生。好动是学生的天性，他们对跳跃体育活动有广泛兴趣，喜欢学习别人的运动技巧。自信心强，但有时过高的估计自己的能力，还存在着任性，娇气、依赖性强、缺乏合作精神等不良心理倾向。他们团体意识逐渐加深，除对个人的竞争有兴趣外，对团体竞争也发生浓厚兴趣。开始注意教师和同学们对自己的态度。因此在

教学中针对学生的心理生理特点，灵活的安排多样的体育游戏练习，在课堂上为学生创设公平竞争的气氛，留给一定的活动天地，让学生由学习，在观察思考中得到启示，得到锻炼。多表扬，少批评和指责。同时让学生自由组合，有效的激发团队精神、合作精神，有益于各层次学生得到提高。使学生在参与活动中得到成功感，给学生带来：学会了的愉快，成功了的喜悦，获胜了的开心和自豪，正确引导学生，弱化、扭转不良的心理倾向。

轻巧落地的运动技能。

3、健康领域目标：发展下肢力量及身体的协调性、灵敏性。

4、心理健康领域目标：使学生树立信心，体验到在游戏及比赛中学到知识及取得成功的快乐。

5、社会适应领域目标：培养学生勇敢、果断、积极进取、不

。2、难点：摆臂与蹬地协调用力。五、单元教与学的方法

教法：示范讲解法、诱导法、保护帮助法、故事情节法、带领法等。

学法：观察法、讨论法、练习法、模仿法、游戏法等。六、教学资源

录音机、小垫子、塑料架、动物头饰、哨子、跑道、呼啦圈、塑料瓶等。

七、单元课次教学计划

单元教学计划主题 跳跃 教学 目标

轻巧落地的运动技能。

3、初步学会简单的跳跃技术，发展下肢力量，提高弹跳能力。

通过情景教学，激发学生对跳的兴趣，发展弹跳力、灵敏性和协调性，培养学生创新、合作精神，敢于展示自己，增强竞争意识。1、跳单、双圈。

2、游戏：小青蛙过“小河”。自由散开 自由组合随机分组分6组。

1、自主练习，自我探究。 2、与同伴合作完成游戏。1、讲解启发。2、观察辅导。

3、讲解游戏的方法和规则，并组织游戏活动。 第二课

通过模仿动物的跳，学习双起双落的动作，发展学生弹跳力和协调性，培养学生创新、合作精神，敢于展示自己，增强竞争意识，陶冶美的情操。

自由组合1、按教师提示学习正确的跳跃姿势。 2、与同伴合作完成游戏。

自由散开

个人考核

分成两大组。

指标 等级

课堂参与情况 技能评价 a 积极参与同伴的练习，用正确的身体姿势与同伴配合默契完成游戏。

动作正确，落地轻巧，身体协调性好□b积极参与同伴的练习，能与同伴配合完成游戏。动作正确，落地较轻，摆臂起跳协调□c 基本完成动作，与同伴合作不默契，但能完成游戏。动作不协调，落地不轻巧，摆臂起跳不协调。教学 反思.

# 水平四跨越式跳高单元教学计划篇五

以新课程理念为指导思想，以跳跃为重点，以自主学练为主要方式，以主体参与为策略，以身体练习为手段，授之以渔，重视学生的主体地位，培养学生对体育的兴趣和爱好，通过情节、游戏等活动让学生在愉快学习中掌握技能。

## 二、教学目标

认知目标：通过学习，了解立定跳远的正确姿势，建立屈膝缓冲的自我保护意识  
技能目标：学会立定跳远的基本动作，发展学生的基本跳跃能力  
情感目标：增强跳跃活动的兴趣，逐步形成敢于竞争的意志品质。

## 三、学情分析

我校百分之七十的学生属于流动人口子女，转出、转入率较高，学生学习基础、水平、体能参差不齐，同时水平一（二年级）的学生，正处于长身体、长知识的阶段，也是良好的学习习惯养成的最佳时期，他们活泼、好动，模仿力、好奇心强，自控能力差，认知能力不够完善，体能较弱，腿部力量不足，鉴于这样的学情以及知识接受能力，我把学生都喜爱的“游戏”活动融入到课堂中来，把学生应学的体育技能通过游戏的方式传授给他们，提高学生学习兴趣。让学生在游戏、情节中去体验各种学习内容，在学练和体验中掌握本单元的运动技能，从而达到教学目的。

## 四、教学内容

### 小学水平

#### 一、二年级跳跃——立定跳远

## 五、教学重点与难点

教学重点：立定跳远技术动作的顺序与方法。教学难点：蹬地与摆臂的协调配合。

## 六、教法与学法

## 七、教学学时分配：共四课时

第一课时：初步学习双脚同时用力，迅速向前上方跃起的动作，建立轻巧落地、屈膝缓冲的动作意识。

第二课时：进一步学习摆臂和蹬地协调用力起跳的动作方法，发展跳跃能力。第三课时：掌握立定跳远的完整动作，尝试简单的评价，树立自信心。第四课时：巩固提高立定跳远的动作，提高和丰富楼顶跳远的运用。

八、场地与器材：篮球场一块录音机一台小体操垫25块沙包25个