

最新六年级体育课教学计划(通用7篇)

当我们有一个明确的目标时，我们可以更好地了解自己想要达到的结果，并为之制定相应的计划。我们在制定计划时需要考虑各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。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。

六年级体育课教学计划篇一

全面贯彻教育方针与政策，以“健康第一，全面发展”为指导思想，以培养学生的体能为目标，以学生生理和心理特点为依据，从实际出发，深入贯彻课程改革精神，把理论知识学习和实践能力相结合，培养学生自我锻炼身体，增强学生身体素质和体育情趣，陶冶学生的情操，注重学生的人格教育、社会责任感和创新精神，引导学生开发潜能，培养学生成为全面发展的社会主义接班人。

二、基本情况

本学期六年级面临升学压力，心理负担较重，加上受到自身生理和心理上的发展特点的影响，所以体育与健康教学工作的任务繁重，必须高度重视，耐心、细致的指导，注意心理上的疏导，合理安排课堂内外的体育运动，使学生端正态度，正确认识体育锻炼的重要性、不可或缺性。

三、任务目标

- 1、使学生熟练地掌握队列队行，并且能灵活地根据口令进行站队，形成有纪律，有组织的良好行为规范。
- 2、使学生熟练掌握50米、200米、800米、立定跳远、蹲距式跳远、实心球、跳绳、跳高等基本素质练习的技术要领和技巧，增强身体综合素质。

- 3、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，发展个性体育，并不断巩固、提高和创新。
- 4、进一步增强体质，特别是速度素质和力量素质。
- 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。
- 6、了解体育活动对心理健康的作用，认识身心发展的关系(身体健康状况变化时的心理感受，理解体育活动与自尊、自信的关系，通过体育活动等方法调控情绪，养成克服困难的坚强意志品质)。
- 7、建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德，

四、教学措施

- 1、精心备课，抓好体育教学常规，认真上好每节体育与健康课。
- 2、教学中运用多种教学手段，因材施教，激发学生的学习兴趣，指导学生进行实际操作训练，巩固教学效果，促进能力的培养。
- 3、通过各种形式进行健康知识、卫生常识的宣传，为学生创造一个优美健康的生活环境。利用各种检查、竞赛促使学生行为习惯的形成。
- 4、联系实际结合课本内容对学生进行心理健康教育，促进同学们提高社会适应能力，突发事件的应变能力。
- 5、加强对体育课的安全教育和学生对自我保护意识的教育。
- 6、教学内容

一体育常识，队列练习

二学生体质健康标准测试：肺活量。

三心理健康操；长绳。

四蹲踞式起跑；游戏。

五韵律活动和舞蹈；篮球

六小篮球：行进间运球；游戏。

七蹲踞式跳远；游戏。

八双手向前、向后抛实心球；游戏。

九蹲踞式跳远；游戏

十小篮球：原地双手胸前传、接球；游戏。

十一双手上步向前抛实心球；游戏。

十二一分钟踢毽考核；小篮球比赛

十三原地侧向投掷“管状物”；游戏。

十四原地侧向投掷垒球；游戏。

十五小篮球：原地单手肩上传球；游戏。

十六小篮球：原地运球；游戏。

十七小足球；韵律活动和舞蹈

十八跑：耐久跑考核；游戏。

十九复习

二十考试

六年级体育课教学计划篇二

教学简析：

在《大纲》中，明确地规定了小学体育的目的：

教学目标：

〈一〉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。

〈二〉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。

〈三〉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。

教学措施：

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，未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。

六年级体育课教学计划篇三

本学期六年级有八个教学班由我任教,共有学生440余人。在五年级经过了刻苦的锻炼,在六年级又经过细致的指导,学生整体身体素质有了很大提高,体育活动中相关的技能技巧都比较熟练。但是随着年龄的增长,女生的运动能力下降了很多,很多女人因为身体的发育而羞于在同学面前表现自己,更多的活动只当个旁观者。学生上体育课的积极性、态度都发生了很大的变化。

二、学期教学目标

1、使学生熟练地掌握队列队行,并且能灵活地根据口令进行站队。

2、使学生熟练掌握50米、100米、200米、800米、立定跳远、垒球掷远、跳绳、跳高等项目的技术要领和技巧。

3、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。

4、进一步增强体质,特别是耐力素质和力量素质。

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。

三、方法措施

- 1、精心备课，认真上好每节体育课，按时完成体育教学常规。
- 2、加强体育课课堂教学的质量，使每一节课都上的有意义，学生有收获。
- 3、合理使用体育器材和体育设施，加强学生体育活动技巧的教学。
- 4、注重对学生身体素质提高的训练，以强化学生的体质。
- 5、根据学生的年龄和心理特点，因材施教，培养学生对体育的兴趣爱好。
- 6、加强对体育课的安全教育和学生对自我保护意识的教育。

六年级体育课教学计划篇四

一、学情分析：

六年级有学生10人，其中男生7人，女生3人。身体素质存在较大差异，遵守纪律等方面各有不同。要求教师严格教学、精心组织，争取因地制宜，因材施教，让学生健康、活泼地生活在一个温馨的集体中！同时，六年级处于升学阶段，学业压力比较重，故可以根据实际情况编排课程的内容（例如增设趣味性项目，球类项目以及自主活动等），提高学生的学习热情。

二. 教学目标：

- 1、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践。
- 2、学会走和跑的正确动作，形成走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的能力和身体素质，培养集体主义等精神。

3、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。

4、学会攀爬、支撑、倒立等动作，改进姿势，发展能力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。

5、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简单的比赛，发展走，跑，跳，投综合活动能力，初步具有竞争意识和奋发向上的精神。

6、学会队列、队形，徒手操等。

三、教学措施

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，未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。

六年级体育课教学计划篇五

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质促进德、智、体

全面发展为主要目的，下面是本站小编收集整理的一至六年级体育教学计划，欢迎阅读。

一、指导思想

《体育(与保健)课程标准》的核心是贯彻“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

五年级体育基础知识，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、五年级学生的生理、心理特点

(一)学生生理发育的特点：

1、五年级学生一般为11—12岁，属于人体发育的少年时期，总的说来，身体发育处于增长率高阶段，发育指标的增长出现第二高峰。身高、坐高、体重、胸围、肩宽、骨盆宽等指标男生均自10岁开始突增，12岁达到高峰；女生均自8—9岁开始突增，12岁达到高峰，因此，五年级学生相对比较，是属于身体发育的最高峰时期。

2、五年级学生安静时脉搏均值比四年级相对减少；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，12岁以后差距逐渐加大，男生大于女生。

3、五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，差异非常明显；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五年级学生的敏感期，既关键发展时期。11—12岁时，灵敏素质发展也极为敏感，学习和掌握技术动作较快。

4、部分女生月经初潮的年龄，恰好是女生素质增长波动起伏或下降的阶段。女生由于月经初潮的到来，引起生理、心理上的一系列变化，给女生素质发展带来一些困难。因此，五年级应开始对部分女生注意区别对待。

5、五年级学生处于敏感素质发展即将交替的阶段，速度、灵敏、柔韧等素质的最佳发展阶段快要过去，力量、耐力等素质的敏感期即将到来。特别是大肌肉群的发展时期，也将向大小肌群同时发展的时期过度。五年级是素质发展的大好时期，相应练习的容量要大。

6、五年级学生的心脏仍属于小学生的特点，脉搏频率较快，但心脏发育十分显著，已接近中学青春期的特点。因此，适当加大运动量，会使学生的心脏容积和心脏功能得到显著发展。

7、11—12岁的学生脑的重量已接近成年人的水平，大脑活

动的机能也有显著提高，大脑兴奋机能也增强了，11---12岁平均睡眠9小时即可。

(二) 学生心理发展的特点：

1、五年级学生感知觉属于少年阶段的特点，但相对比较，五年级学生的视觉和听觉的感受性已发展到一定水平，感知事物的目的性比童年阶段明确，感知事物的精确性也有所改善，因此，。身体练习时应相对提高难度和标准。

2、五年级学生的集中注意能力有所发展，集中注意、专心致志的时间可达25分钟左右。注意分配能力也有提高，在注意腿的动作同时，还能注意到手或脚的动作，注意上下肢动作的同时，还能注意到重心的变换。

3、五年级学生有意记忆在不断发展，开始由教师布置任务的记忆过渡到自觉的记忆。

4、五年级学生已从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡，但仍然是同直接与感性经验相联系，仍然具有很大成分的具体形象性，仍习惯于模仿实际动作。因此，需加强启发式教学，发展学生比较、分析，综合思维的能力。

5、女生在一起活动开始注意性别界限，。男性女性的性别特点明显地表露出来。集体意识显得强烈，与其他小组的对抗意识越来越强，喜欢与同学协作参加竞赛性的练习，愿意练习竞技运动中的一些基本动作，但仍十分喜欢游乐性、趣味性、活动性游戏。

6□自我评价意识逐步得到发展，愿意摆理由讲道理，智力和体力相结合能力得到发展，对老师的行为敢提出批评意见，对老师不公正的处理会有不满的表现。不愿违反规则，十分重视约定事项。

四、教学目标

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质，促进德、智、体全面发展为主要目的。引导学生养成主动、积极参与体育活动的意识，对体育活动产生浓厚的兴趣。学习和体验运动的技术和技能，培养参与体育活动的良好习惯。形成积极向上、友好相处、团结合作的精神。

五、教学主要措施

(1)从游戏、竞赛手段入手，提高学生学习自主性养成自觉的锻炼的习惯。

(2)用激烈教学法提高每位学生学习信心。

(3)教学内容丰富多彩，使学生有新鲜感。

(4)抓住重难点，各个击破。

一、指导思想

全面贯彻党的教育方针，以培养学生的体能为目标，以学生年龄特点为依据，以学生的实际为出发点，深入贯彻课程改革精神，把学习理论知识和实践能力结合起来，培养学生自我锻炼身体，增强学生身体素质和体育情趣，陶冶学生的情操，注重提高学生的体能素养、社会责任感和创新精神，引导学生开发潜能，培养全面发展的社会主义接班人。

二、学生情况分析

本年级学生身体素质差异较大，各班学生的体质也不尽相同，形成有的学生不认真锻炼也能得优秀的情况，而有的学生认真了却得不到好成绩。这些在课上是要加以研究的问题，在评价机制上也要加以研究。

三、教学目标

四、教学措施

在游戏中结合比赛，使学生能够学以致用。有些比较抽象的动作或者很难做到的动作，先在教室进行讲解，配以挂图或者电脑或者幻灯机的生动的演示，使学生看到正确的连续的动作。在课上尽量让学生自主动手，自己想象，制造体育课上需要的工具，让学生去收集、制作。下雨天在室内做室内游戏和教些一般体育常识，如：预防伤病的措施。组织学生观摩高年级学生上体育课，从中要求学生对自己教师的上课水平提出新的要求，改变形式，使学生更好的去吸收利用，更加有利于学生身心健康以及促进师自身的水准。特制定以下几条：

- 1、结合本校实际，努力钻研教材，创出教学新模式。
- 2、体育课中要以“健康第一”的指导思想，让学生积极参与到活动中去
- 3、精心备课，认真上好每节体育课，按时完成体育教学常规。
- 4、加强体育课课堂教学的质量，使每一节课都上的有意义，学生有收获。
- 5、合理使用体育器材和体育设施，加强学生体育活动技巧的教学。
- 6、注重对学生身体素质提高的训练，以强化学生的体质。

六年级体育课教学计划篇六

《体育与保健课程标准》的核心是贯彻“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、学生情况分析

本年级学生身体素质差异较大，各班学生的体质也不尽相同，形成有的学生不认真锻炼也能得优秀的情况，而有的学生认真了却得不到好成绩。这些在课上是要加以研究的问题，在评价考核机制上也要加以研究。本学期加强体能项目和技能项目教学工作。

三、教学目标：

- 1、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践。
- 2、学会走和跑的正确动作，形成走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的能力和身体素质，培养集体主义等精神。
- 3、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。

4、学会攀爬，悬垂、支撑、倒立等动作，改进姿势，发展能力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。

5、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简单的比赛，发展走，跑，跳，投综合活动能力，初步具有竞争意识和奋发向上的精神。

6、学会队列、队形，徒手操，少年拳等。

四、教材分析

1、学生能够观察和评价同伴的运动动作，同时能积极地展示自己的动作；其实就是增强自信心和提高学生理解能力。

2、知道田径的一些术语，同时如何让学生更好的掌握立定跳远和跳远的动作技术；跳高的正确姿势以及解决跳高的成绩，提高学生对田径这些枯燥项目的兴趣。

3、使学生更好的掌握一些韵律体操的属于和技术动作。

4、初步掌握体育运动的一些常识。

5、了解青春期的卫生保健知识。

6、对学生的心理进行教育。

六年级体育课教学计划篇七

一、基本情况分析。

五年级学生总体情况来看，这些孩子的学习兴趣还不错的，男生的学习自觉性相对来说还是比较不错的。而女生学习相对较差。在游戏方面，大多数学生能积极的参与，但在对专项的技巧理解与掌握的能力方面，很多学生只能去胡乱模仿。

因他们本身条件的关系，现在的学生懒的动，也不喜欢运动，久而久之各方面的素质变差了。总之，在培养学生自觉锻炼的习惯上，还需要花功夫来培养。

二、学情分析：

五年级学生将要进入青春期阶段，所以每个学生在性格、体形方面都有了隐约的变化。体育课中要根据学生实际情况处理学生在课堂上偶发的事件。比如女生在运动过程中会出现肚子痛的现象，她会向老师请假，这时教师应考虑到女生例假的到来可能会引起这种现象，所以要及时处理。另外教师应做好请假的记录，以免部分学生无故请假。男生中有不少个子比较高大，经常以强欺弱，应及时加强对学生的思想品德教育，给学生讲道理。要求同学之间相互监督，开展一些加强团结互助的活动，培养学生自主合作的精神。在这方面教师在学期初应对学生进行常规的教育，规范其行为。五年级开始男生显得活泼好动，特别是对球类活动比较感兴趣，其中以足球和篮球最为常见。因此在教学中要结合学生的实际，合理地设计一些球类活动或比赛，使学生能够充分展现自己。而女生相对比较安静，喜欢切切私语。对体育课的参与热情不高，尤其惧怕长跑。面对这样的情况教师应鼓励开导学生，使其克服恐惧心理。另外在教学中教师要设计一些短距离性的耐久跑训练。对于班级内出现不团结的现象时，教师要及时调整教学计划，设计一些合作性的游戏或比赛，增强同学之间的交流，把问题抹杀在欢乐之中。在教学中必然会出现个别后进生，他们往往是力量小，个子矮。在快速跑、力量性项目中常常遇到困难。对于这样的学生应进行个别指导，安排一些针对性的练习。而对于肥胖的后进生，他往往应体重的问题而受制约。这样的学生，教师应积极引导，激发其对某一项目的兴趣，鼓励其坚持不懈地锻炼。相反，对于体育尖子教师应重点培养，多让其参加比赛，使发挥自己的特长，为学校和国家多做贡献。

三、教材分析：

体育与保健是义务教育各年级的必修课程。它是一门学习体育与保健的基础知识、基本技术和技能，进行身体锻炼实践的课程。面向全体学生提高学生身体基本活动能力，对发展学生身心，增强体质，增进健康，为提高全民素质奠定基础；为适应现代生活和社会注意建设具有重要的作用。培养学生身体的正确姿势，养成良好的体育锻炼习惯，提高人体基本活动能力。发展身体素质，促进儿童身心健康成长。五年级：一星期有3课时，一学期有40课时。

四、教学目标：

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。

五、教学重点和难点：

根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿势的培养。

六、改进教学的主要措施：

- 1、因地制宜，重视每一节体育课的安排，确保每一节课的质量。
- 2、精心安排课内游戏，使学生能在游戏中学到知识，技能。
- 3、理论联系实际，进行尝试性教学，不断探索适合这一年龄段学生的教学方法和组织形式。
- 4、结合体育课自身的特点，在教学中渗透思想品德教育和健康教育，确保学生身、心两健。
- 5、加强后进生的辅导，适时开展一些体育兴趣班。
- 6、及时进行课后反思，发现教学中的问题，分析、探讨并解决问题，多听取老教师的经验，并模仿其方法，不断进行创新。