

一年级体育工作计划教学目标及要求 小学一年级体育教学工作计划(精选11篇)

年度总结是一个反思和自我提升的机会，通过梳理思路，可以找到自己的不足和优势。接下来，我们将一起学习一些团委团支部工作计划的实施策略和方法，帮助我们更好地完成工作任务。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇一

体育教学要坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长；教师要善于激发学生运动兴趣，培养学生终身体育的意识；要以学生发展为中心，重视学生的主体地位；要关注学生个体差异与不同需求，确保每一个学生受益。

一年级学生年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，自控能力不强。但他们活泼好动，非常乐意参加体育活动和上体育课，本学期根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，积极学习，使学生在德、智、体、美、劳诸方面都能得到发展和提高。

要突出重点教材的比重和要求，加强基本运动的教学。

如：基本队列练习，小学一年级的学生刚刚开始上学，还不知道体育课的大体含义，也不知道上体育课对他们意味着什么，这时应把怎样站队、怎样上课告诉他们；走、跑练习，在一二年级都是一些简单、自然的动作，可以通过各种方式的走逐步达到走得正确、自然、放松和协调的要求。

跑，主要是通过自然奔跑和多种方式（如追逐跑、换物跑）的跑，使学生初步掌握姿势端正、能用前脚掌着地、比较放松地向前自然跑进的一种方法；跳跃也是孩子们比较喜欢的运动项目之一，在单踏、双落这个活动中，可以用游戏形式

来进行，要求单脚充分蹬地，有力踏跳，双脚轻巧落地。重点是“单踏双落”，难点是轻巧落地，动作连贯。

在低年级的投掷教学中，是以发展学生基本的投掷能力为主，可以通过各种方式的抛接、掷远、投准练习来达到目的，而不要过多的强调动作姿势。同时，在日常教学过程中教师要注意对学生基本教学常规的培养。总之在“水平一”阶段的教学中，教师应努力营造宽松、快乐、和谐的学习氛围，让孩子们能够在快乐的“玩”中探索、合作、学习、成长。

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。

1、要着重让学生体验参加体育活动的乐趣，从中促进个人良好习惯的养成；

2、应着重帮助学生了解一般的游戏规则，学会尊重和关心他人，并表现出一定的合作行为。

3、形成正确的身体姿势，在活动中发展柔韧、反应、灵敏和协调性，并能知道身体各主要部位和活动方位。

1、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。

2、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为目的。

3、小学生好胜心强，可采用一些教学比赛的形式，以增强学

生锻炼身体的效果。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇二

本校一年级有8个班，年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，自控能力不强，组织纪律能维持。但他们活泼好动，非常乐意参加体育活动和上体育课，本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，积极学习，使学生在德、智、体、美、劳诸方面都能得到发展和提高。

本学期一年级体育内容有走、跑、跳、体操及游戏等内容，以游戏为主，将其他内容穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还学到了简单的体育知识。

.教材的重点是游戏教材，应突出课堂上练的教学方法，难点是队列的基本动作，使学生从小就建立正确的动作概念和动作方法，但是对于一年级来说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相帮助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

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

1、养成正确的身体坐、立、行、走姿势。

2、队列和队形动作。

3、各种跑、跳动作。

五、教学措施：

- 1、调动全体学生要积极参加体育锻炼活动，按时上课。
- 2、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。
- 3、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。做好示范和讲解，使学生能有从客观和主观上学习。
- 4、教学方法具有多样性、灵活性，主要以学生练习为主，教师知识起到指导，纠正学生错误为主，真正以学生为中心。
- 5、及时进行考评，从学生自评、小组互评、教师总评相结合的方法来评价学生的学习情况。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇三

我叫李强担任一年级组的体育委员，主要是负责一年级的体育活动及辅助宣传委员的工作。新的`学期开始了我对这个学期的体育活动进行了计划，这个学期的每个月都有详细的计划。

三月份的活动内容主要是展示假期活动的成果。

活动时间：活动安排在三月前两周进行。

展示方法：在体育课上进行活动展示，主要分两块第1是体能的展示以50米跑为主进行，第2是技能展示以踢毽子形式展示。

展示的意义：通过假期活动的开展，检验学生是否通过锻炼使身体素质得到提高，是否达到预想的效果，在检验中并注重对学生的个体差异进行评定。例如胖的与瘦的两者之间是要区别对待的，两者的身体素质不在同一个水平上，所以要求也不能相同，假期活动主要是要体现出两者在活动中都是

否收益，是否达到锻炼身体的效果，在踢毽子项目中也是一样，男生与女生掌握有所不同，男生可能没有女生学的好，掌握的情况主要是看学生是否对此项目感兴趣，其次看学生是否刻苦练习。展示完之后会在课后对个体差异的学生进行讲解和帮助，而在兴趣上主要是引导学生对此项目进行深入的了解，让学生喜欢体育运动让学生自己动手动脑去琢磨。

四月份活动内容是外出活动。

活动时间：活动安排在四月第二周的周五全天进行。

活动地点：广场。

活动内容：亲子游戏活动，

1家长蒙眼背孩子踩气球，

2两人三条腿接力比赛，其次是放风筝活动，在比赛中还穿插其它的活动，如唱歌跳舞，以班级出节目还可以愉悦身心。

活动方式：以比赛方式进行评比。

参加人员：一年级全体师生，邀请德育处领导参加。

器材：红领巾，气球，绳子，风筝等。

裁判：吴志强、李强等。

活动规则：

1以班级为单位进行，一年级所有学生。

2(1) 亲子游戏

(2) 两人三条腿接力比赛每个班选出18名同学与家长进行比赛，

在游戏中打乱学生和家可以与其他家长或学生进行比赛，主要体现协作能力。

(2)放风筝则是每个班选出4到5名同学进行比赛。

(3)所有人应遵守规则，按规则进行比赛。

活动目标：通过此次外出活动，可以增强学生和家之间的亲子感情；特别是在蒙眼背人踩气球游戏中不只是得到了身体锻炼，而且学生在语言表达上也得到了锻炼，因为在蒙眼背人踩气球中，需要学生用语言表达出气球的具体方向，在协作方面也得以提高，因为游戏是两人共同协作完成的，需要两人的默契，通过放风筝活动也让学生身心放松并掌握一门技能，在这次活动中可以体现大自然的美好，感受在校外的活动气息且没有在校内的学习压力尽情放松身心。

五月份的活动内容是游戏：集体运水，搭桥过河。

活动时间：活动安排在五月第三周的周3周4大课间进行。

活动地点：操场。

活动内容：集体运水，搭桥过河游戏。

活动方式：以比赛方式进行评比。

参加人员：一年级全体师生，邀请德育处领导参加。

器材：班级自出器材，水桶，小容器，大容器，60×60大的纸板。

裁判：吴志强、李强等。

活动规则：

1以班级为单位，一年级所有学生参与，在规定的时间内集体运水每班16人，搭桥过河每班16人，每个学生都必须参加活动。

2(1)集体运水游戏，排成一路纵队从起始端以接力形式用规定的容器接水在规定的距离绕过障碍物或跨过障碍物到达终点倒入另一个容器里，以班级容器里水多排名。

(2)搭桥过河游戏，在规定的距离内四人用纸板搭桥进行比赛，每端8人，必须踩在纸板上接力到达终点，如果没有踩在纸板上还在向前进行算做为例，应当从头重新进行比赛。以快慢评比名次。

(3)所有人都应遵守规则，按规则进行比赛。

活动目标：主要是发展学生与他人的协作团队意识，增强学生的集体荣誉感。在课堂中穿插集体的体育活动让学生在课堂上思考如何完成的更快更好，在这个过程中提出问题让学生既动脑又动手的完成所学内容。

六月份的活动内容是初步了解第三套小学广播操。

活动方式：通过初步学习第三套小学生广播体操，规范学生的动作行为习惯。

活动目标：主要是为二年级的大课间广播操打好基础，让学生在脑子里对广播操有个映像，在二年级时学起来就轻松许多。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇四

1、让学生知道体育课简单的常规要求，逐步养成认真上课，遵守课堂常规的好习惯。

2、学会一套广播操，会跳一支集体舞；学习一些基本运动、

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，培养身体正确姿势。

3、体验到参加体育活动的乐趣，遵守纪律与同学团结协作，与同伴友好相处。

（一）理论教学内容：体育课的常规要求。

1、小学生要养成良好的卫生习惯。

2、如何做好两操

（二）实践教学内容：培养走和跑的正确姿势，提高跑和走的技能。

1、结合跳跃和各种掷准、掷远的练习，发展力量、灵敏、弹跳能力。

2、学习基本体操、技巧，发展身体素质和协调、平衡能力，培养克服困难的精神和活动兴趣。

3、认真学习做好课间操和眼保健操。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇五

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。”

由于一年级的学生，年龄小、注意力不集中，活泼好动，兴趣难持久，自我约束能力不强，模仿能力强。要让学生真正投入到体育课堂中来，就要求教师多动脑、多引导、多激励，抓住学生的兴趣，从学生的直观入手，让学生感到体育活动

和体育课的乐趣，这样才能起到事半功倍的效果。

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。

1. 坚持“健康第一”的指导思想,促进学生健康成长。

2. 激发运动兴趣,培养学生终身体育的意识。

3. 增进身体健康,提高心理健康水平。

4. 获得体育与健康知识和技能,增强社会适应能力。

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。

略

一年级体育工作计划教学目标及要求篇六

一年级教学目标：

(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。

一、教师方面：

认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。

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。

1、根据教学任务，提前准备和布路好场地、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、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。

5、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。

6、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。

7、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，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。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇七

始终坚持“健康第一”的指导思想，“以学生发展为本”，“重视学生的主体地位”。充分地培养学生的体育兴趣和参与运动积极性，真正做到发展学生体质，促进学生身心健康；关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益，重视学生的需要，以保证大多数学生能够完成课程的学习目标。

1、运动参与：学生乐于参加各种游戏活动，认真上好体育课。

2、运动技能：学生初步掌握简单的技术动作，如跳绳、拍球、基本体操动作、模仿简单的舞蹈或韵律动作。

3、身体健康：学生能指出正确的坐、立、行时的身体姿势。学习实际生活中的移动动作，如走、跑、跳、攀爬动作。能随同集体完成各种必要的操练，如队列练习、广播操。在游戏活动中进行如移动、躲闪、跳跃、挥动、抛掷、转体等练习。

4、心理健康：学生能说出自己在体育活动中的情绪表现，如进步、成功、退步、失败时的心情。学生在体育活动中能适应陌生的环境，如在陌生的场地进行体育活动或与陌生的同伴一起参加游戏活动。

5、社会适应：建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和

体育道德。

本学期的内容以走和跑、跳跃、投掷、游戏、柔韧等发展学生基本活动能力为主。再辅以体育常识等其它内容。这些内容是一年级的体育教材，教材的安排体现了以学生为主、健康第一的指导思想。在体育教学过程中教师应在备课、场地布置、器材方面去充分考虑学生的实际情况并做好准备。在教学过程中发现问题，及时解决，课后做到有小结。

对于刚踏进小学的一年级学生，学习习惯需要慢慢养成，在课堂中集中注意力短，无意注意占主导地位，对教师枯燥的讲解与练习会产生厌倦情绪。好动、多话是低年级学生的天性。做动作模仿能力强，所以根据学生的生理、心理特点，在教学中针对学生求新、求变、求异的心理特点，多采用情境式、学导式、主动式、合作式等教学方式。多采用游戏、模仿性练习方式进行教学。使学生真正感受到活动的乐趣、更好的掌握一年级的教学内容。

1、走和跑的教学：要十分重视培养学生正确动作和姿势，要安排学生多次反复练习和变换练习，可以用游戏和比赛的方式来组织教学，以提高学生的练习兴趣。同时在教学时根据学生的实际情况，对男女生适当提出不同的要求，对体弱的学生适当减轻运动负荷。

2、游戏的教学：游戏的内容涉及范围较多，有跑、跳、投等等。在教法上，要讲解和示范结合进行，既要讲解、示范方法、规则和要求，又要讲解、示范动作的结构和要领，同时更要注意与其他相类似的实践教学内容有机结合。

3、柔韧练习的教学：在教学时侧重点发展学生的柔韧性，在教学方法上，教师示范清晰明确，且纪律严明，有秩序地进行，并结合游戏、比赛等方法去练习，避免枯燥的训练练习法，让学生在练习中得到发展。

略。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇八

一、学情分析

本学期我担任杜甫川小学一年级4个班级的体育教学工作。每个班级50个孩子，男女生的比例基本一致。刚刚从幼儿园踏入一年级的孩子们，对体育课的了解只是停留在玩上，在生理上、心理上都需要老师不断地去关心和爱护，并让他们逐步形成终身体育观和良好的体育锻炼的习惯。由于孩子们年龄小，集中注意力时间过短，活泼好动，兴趣难持久，但是善于表现自己，争强好胜、乐于参加老师组织的各种游戏和比赛、模仿性强等，这些都是一年级的孩子共有的特性。每个专业的体育老师都知道，要上好、上活一年级体育课有一定的难度。教师在组织教学方面会遇到很多困难，所以在今后的教学过程中，我要多动脑、多引导、多激励，抓住学生的兴趣，从学生的直观入手，让学生感受到体育活动和体育课的乐趣。

二、教材分析

小学一年级体育教材以实践教材为主。教材队列是水平一的第一个实践教材内容，前面还包括了理论(认真上好体育课、正确的身体坐、立、行姿势等)，教学中，针对一年级的学生注意力涣散的特点，主要配以简单的队列、队形为主。如：集合整队、原地转向、原地踏步等。要求在每节课上都能够将这些队列知识慢慢渗透到实际教学中。通过徒手操的练习，有助于提高学生的注意力、观察力和动作思维能力，发展学生的自我表现和群体合作的意识。在学会游戏的同时，更加应该学会与同伴合作完成游戏内容、并且学会相互帮助、积极参加个人和团体的活动、懂得遵守游戏规则。

三、教学目标

1、运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为。主要是通过体育课的教学，使学生对体育课表现出学习兴趣。用科学的方法参与体育活动。

2、运动技能目标：学习和应用运动技能、游戏和韵律。通过教学，使学生初步掌握简单的技术动作，如：拍球、滚动等，安全地进行体育活动，获得野外活动的基本技能。

3、身体健康目标：通过广播操的教学，形成正确的身体姿势；通过走、跑、跳、投、掷等游戏的教学，发展学生的体能；使学生具有关注身体和健康的意识。

4、心理健康目标：通过游戏与基本动作的教学，使学生感受和体验到参加体育活动的乐趣，具有活泼、乐观、愉快的情绪积极参加体育活动；培养荣誉感和责任心。

5、社会适应目标：培养伙伴间友好相处，团结协作的精神，建立起和谐的人际关系。

四、教学措施

1、正确把握体育与健康课程标准，以“健康第一”的指导思想进行教学。

2、备课每一节课，营造一个轻松活跃的课堂气氛，课前课后及时进行反思。

3、利用评比法培养学生荣誉感，提高课堂组织的效果。

4、利用游戏培养学生的学习兴趣，提高练习的积极性。

5、利用正确示范和多种诱导方法来促进技能的掌握。

6、利用语言激励学生，提高练习的效果。

7、加强课堂常规的教育、落实，以防伤害事故的发生。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇九

经过一个学期的学习，学生已经养成了良好的体育课堂常规。但由于一年级的学生年龄还较小，喜欢接受新知识，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。本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，使学生各方面的体育技能、技巧在本学期体育教学中逐步成熟。

二、教材分析

小学一年级的教材较为简单，本册教材内容有：体育基础知识、韵律体操、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、步法练习(跑跳步 踏跳步踏点步后踢步小碎步小跑步)。内容简单，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、教学目标与任务

- 1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，知道一些保护身体健康的简单常识和方法。
- 2、初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，进一步增强体质，特别是耐力素质和力量素质。

- 3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。
- 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。

四、教学重点与难点

1、教学重点

重点：全国小学生广播体操、田径的各种跳跃和投掷动作。

2、教学难点

难点：各种体操动作。

五、教学措施与教改思路

小学低年级阶段的教学，要根据低年级学生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。上好小学一年级体育课，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。小学一年级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。有些小学一年级体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，较好的完成小学一年级教学。具体措施如下：

- 1、调动全体学生要积极参加体育锻炼活动，按时上课。逐步养成自觉锻炼的习惯。
- 2、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。要求学生上体育

课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带硬物，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、采用直观教学方法，精讲多练，搞好自主、综合、拓展、创新研究。

4、教师处处以身作则，为人师表，准确地做好多面示范。

5、注重智力因素与非智力因素协调发展，寓教于乐，促进学生全面发展，尊重学生的个体差异，及时导优辅差。

6、加强对教学的研究，定期参加听课，评课活动和专题研讨。

六、教学进度表

周次、课次、教学内容、备注

18 1、跳跃：立定跳远 2、各种压腿、踢腿

30 1、跳跃：跑几步一脚踏跳 2、压腿、踢腿

一年级体育工作计划教学目标及要求篇十

全面落实素质教育，认真贯彻体育教学方针，面向全体学生，全面提高学生身体素质和心理素质，提高健康观念。

二、学情分析

学生进入高二，身体素质较高一有了明显提高，各方面能力也在增长，而同时学习任务较重，这个时期的教学要注意教学的艺术性，要以提高学生进行体育锻炼的兴趣为主导，使学生在体育课上广泛参与，提高身体素质，减轻学习压力。

三、本学期学习的主要任务和要求

- 1、学习障碍跑，俯卧式跳高等田径项目的技术动作，发现有体育特长的学生，要有针对性训练，参加体育高考。
- 2、学习一些基本体操动作技巧，加强协调性练习。
- 3、通过素质练习，提高学生跑、跳、投的能力。
- 4、复习高一学过的篮球、排球的基本技术动作，进行实战的运用。同时学习战术以及理论知识，以理论联系实际，使之学为所用。
- 5、上好每一节体育与健康课，让学生更深一步的理解健康的真正含义。
- 6、让学生了解学生体质测评的内容和意义，并进行针对性练习，以便更好地完成测评考核。

要求：在教学过程中讲解要清晰，有条理。示范动作要标准，要多运用各种示范方法，使学生容易接受并掌握。坚持理论教学与室外教学同步进行，使学生的理论知识更加丰富。

四、教材的重点和难点

重点：

- 1、田径中的俯卧式跳高，障碍跑
- 2、双杠摆动中的前(后)摆挺身下。
- 3、篮球、排球的简单战术配合。

难点：

- 1、俯卧式跳高的助跑，过杆的技术。
- 2、双杠教学中的力量与协调性很好结合。
- 3、球类战术在实战中的具体运用。

五、提高教学质量的方法

- 1、上课讲解时，声音要宏亮、清晰。教法要因地制宜，灵活多变。
- 2、学习基本体操时可结合音乐。
- 3、组织进行一些小型比赛，提高学生排、篮球的技术和战术水平。

一年级体育工作计划教学目标及要求篇十一

一年级的学生刚入学，年龄较小，接触的东西少，对他们来说什么都是新鲜的，他们都喜欢接受新知识，但是他们的注意力也很容易分散，缺乏耐心，对于一些难度较大的知识接受比较慢，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

小学一年级的教材较为简单，内容主要有：体育基础知识、基本体操、田径类的跳跃和投掷(轻物掷远 抛接球)、体操(团身前后滚动和前滚翻)、队列练习、走跑练习(30米跑和300-500跑走交替)、基本步法练习。内容简单却是最基础的，要让学生从一开始就养成良好的动作习惯，对于难度较大的项目，教师在注意安全的前提下应当适当降低动作难度，

多加以引导，从学生基础能力开始培养，养成终身体育的好习惯。

三、教学目标及重难点

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，在锻炼中运用学习新知识，并不断巩固和提高。
- 2、从基础锻炼做起，进一步增强体质，特别注意培养耐力素质和力量素质。
- 3、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。

教学重点：基本队列的练习以及田径的各种走跑跳和投掷动作。

教学难点：体操动作。

四、教学措施

- 1、教师认真贯彻小学体育教学大纲的精神，精心备课，充分上好每一堂课。
- 2、小学低年级阶段的教学，要根据低年级学生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。
- 3、多鼓励新生在课堂上大胆做示范，并提出问题，对这方面表现好的同学进行表扬。
- 4、教学中教师注重培养学生良好的习惯，保证正确的跑走姿

势，并对学生及时给予表扬。

5、教师要将学过的知识，有机地穿插到课堂教学中去，以达到提高的目的。积极组织课外活动小组，引导学生提高认识，做到优生优培，差生转化。

6、教师加强各方面学习，提高理论水平，以理论指导实践，虚心向有经验的老教师学习，总结经验教训。