

# 2023年体育与健康课教学计划方案 小学

## 体育与健康教学计划(优秀18篇)

在编制调研方案时，我们还需要考虑预算和人力资源等方面的限制和安排。以下是一些结合线上线下的广告策划范文，希望能给大家对于整合营销的理解和实践提供参考。

### 体育与健康课教学计划方案篇一

按照“内涵提升年”的活动要求及教研室的工作要点，扎实推进素质教育，开展有效教研，抓好有效课堂的质量，做好跟进式指导工作。

- 1、确立校园文化为背景的体育教学课程改革思路，树立“活动参与促体能，技术掌握促活动，评价合理促教育”的理念。
- 2、引入健康时尚的运动项目，打造一流的体育师资队伍，把健身活动、健康教育、体育文化等学科领域目标逐步渗透到学生学习生活中，为学生终身体育发展提供有力的发展空间。
- 3、改进课堂教学方法和模式，真正理解“教会”、“学会”的含义，不断提升对体育教育的高度和上课技艺。研究完善激发学生的体育兴趣和落实“双基”的有效教学模式，重视学生的体育运动体验与培养学生的体育基本能力有机结合起来，以高效的教学策略和方法优化课堂教学。

九月

- 1、召开教研组组长会，传达教学计划
- 2、组织章丘市全民运动会

十月

参加山东省体育与健康优质课评选

十一月

1、落实以运动项目为主的模块式教学情况

2、济南市城乡互动活动

十二月

1、参加济南市体育课程改革展示交流会

2、深入片区教研组调研，落实有效课堂

一月

1、济南市体育年会

2、山东省体育理事会

二月

调整计划

三月

深入片区教研组参加定期组织的有效教研活动

四月

组织教学能手评选

五月

优秀教师上示范课，全市观摩

六月

1、参加济南市活动

2、学期总结

## 体育与健康课教学计划方案篇二

我所带的班级的学生大多数来自乡村，他们的体育成绩参差不齐，有些同学的身体素质非常差，大部分同学没有养成自觉锻炼身体的习惯。存在的问题比较多，需待解决的问题也比较多，这些给本学期的教学带来了很大的困难。这些是这次计划制定的依据。所以总体本着严格要求学生，少批评，多鼓励，抓基础，促能力，由浅入深，注重培养学生锻炼身体的习惯。

根据以上的特点，在教学时进度尽量放慢些。课堂上主要教会锻炼的方法和技术，采取由浅入深的方法，循序渐进，课堂上教学主抓双基教学，要能力培养。多结合所学知识与社会实践相结合，让学生认识到学体育与健康课程的重要性。多结合体育人物和事物，让学生多了解体育的历史背景，激发学生学习体育与健康课的兴趣。

本学期教学内容为高中体育第一册：体育与健康基础知识、田径、体操、球类、武术等内容。学生虽然进入了高中，对体育与健康课程有了一定的了解，但学生学习体育与健康课的自觉性、主动性仍较差。为此，在教学中，要让学生从被动学习到主动去练习，提高学生的体育与健康素养。因此在教学中应注重能力的培养。

1、注重能力培养。根据新课程标准的要求注重培养能力。学习的过程就是能力养成的过程，不教学生读死书，而应教会学生如何学习。

2、遵循“教育要面向现代化，面向世界，面向未来”的战略思想，贯彻教育必须为社会主义现代化建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德、智、体、美、劳全面发展的社会主义事业的建设者和接班人的方针，以推进素质教育为宗旨，全面提高教学质量。

3、主抓“双基”教学。依据教学大纲要求进行教学，不搞过多的引申和推广，不增加学生的学习负担。

## 体育与健康课教学计划方案篇三

### 一、学期教学目标：

1、以人为本，综合锻炼，努力增强学生体质。

2. 学习基础知识，学习科学的锻炼方法，注重创新精神和实践潜力的培养，培养自我锻炼习惯，引导学生建立新的学习方法。

### 二、学生基本情况：

五年级学生36人。虽然他们聚精会神地参加体育活动，但由于基础差，他们具有竞争性和可塑性。有些动作容易变形，很难掌握。因此，在上学期的基础上，这学期要加大学习力度，因材施教，合理处理教材，全面提高，注重培养学生的体质，使学生在德、智、体、美、劳等方面得到发展和提高。

### 三. 教材分析：

这学期五年级的体育资料包括跑步、跳跃、投掷、体操、游戏和武术。

1. 跑步是人体的基本活动潜能。教材要求学生学习深蹲起步的基本动作方法，提高跑步的基本潜力，学习传球接棒的方法。

法，培养学生的群众合作意识和合作潜力。

2. 跳跃使学生进一步掌握和提高跳高、跳远的动作方法，发展学生的灵敏性和爆发力。

3. 投掷可以进一步提高学生推铅球和投掷实心球的技术，学习助跑和投掷垒球的完整动作方法，发展学生的敏捷性、力量等身体素质，培养学生在运动中注意安全的意识和习惯。

4. 体操和技巧进一步提高了学生队列和体操队的动作质量，学会了双腿分开滚跳的动作方法，开发了学生的灵敏、协调和自控潜能，培养了学生的主动性、勇气、刻苦和顽强的战斗精神。教材还根据儿童的特点，安排了必要数量的游戏和武术，利用游戏的过程和结果激发学生的意图，提高学生对武术的兴趣和基本活动潜力，培养学生崇尚武术、勇于开拓的精神，以及不骄不躁、不输不输的良好素质。

#### 四、教研资料：

教材重点是跑、跳、投，教学中要采取教学与实践相结合、加强示范和辅导等突破性措施。难点在于体操和技术。教学中应采用直观的教学方法，教学中应加强安全防护措施，完成教学任务。

#### 动词教学辅导计划：

1、因材施教，分类指导。

2、培养优生学，能自觉实践，善于动手动脑。

3. 加强对学习困难学生的`指导，提高他们的技能水平。

4. 老师应该关心和爱平等地对待每个学生。

5、教师应定期、定点、加强对优生优育的指导。

## 体育与健康课教学计划方案篇四

在高中学习中，文化课固然重要，可是身体素质也是很重要的，这就是体育锻炼和健康教育的问题了，所以说在高中的时候，体育和健康教学必须要实行下去。

根据这个思路，我制定了高一体育与健康教学工作计划：

### 一、学生基本情况分析。

我所带的班级的学生大多数来自乡村中学，他们的体育成绩参差不齐，有些同学的身体素质非常差，大部分同学没有养成自觉锻炼身体的习惯。存在的问题比较多，需待解决的问题也比较多，这些给本学期的教学带来了很大的困难。这些是这次计划制定的依据。所以总体本着严格要求学生，少批评，多鼓励，抓基础，促能力，由浅入深，注重培养学生锻炼身体的习惯。

根据以上的特点，在教学时进度尽量放慢些。课堂上主要教会锻炼的方法和技术，采取由浅入深的方法，循序渐进，课堂上教学主抓双基教学，要能力培养。多结合所学知识与社会实践相结合，让学生认识到学体育与健康课程的重要性。多结合体育人物和事物，让学生多了解体育的历史背景，激发学生学习体育与健康课的兴趣。

### 二、教学内容及分析

本学期教学内容为高中体育第一册：体育与健康基础知识、田径、体操、球类、武术等内容。学生虽然进入了高中，对体育与健康课程有了一定的了解，但学生学习体育与健康课的自觉性、主动性仍较差。为此，在教学中，要让学生从被动学习到主动去练习，提高学生的体育与健康素养。因此在教学中应注重能力的培养。

### 三、美育教学及教改措施。

1、注重能力的培养。根据新课程标准的要求注重培养能力。学习的过程就是能力养成的过程，不教学生读死书，而应教会学生如何学习。

2、遵循“教育要面向现代化，面向世界，面向未来”的战略思想，贯彻教育必须为社会主义现代化建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德、智、体、美、劳全面发展的社会主义事业的建设者和接班人的方针，以推进素质教育为宗旨，全面提高教学质量。

3、主抓“双基”教学。依据教学大纲要求进行教学，不搞过多的引申和推广，不增加学生的学习负担。

很多高中学校为了片面的追求学生的学习成绩，很少有开设体育课和健康教育课，或者只是高一开设，而高二以后就不开设了，这是不对的。国家在深化教育改革，这种教学方法应该改正，但是很多学校并没有意识到这个问题，还是以成绩为上的理论教授学生，这就需要我们的大范围宣传了。

教育好学生，提高他们的身体素质和我所要想的，不过这当然是有难度的，这当中有学校的原因，不开设课程或是开设的很少。还有学生方面的原因，很多学生并不愿意上体育课或是健康课，认为这是在浪费时间，不如上自习自己学习，这都是我多面对的困难。

## 体育与健康课教学计划方案篇五

### 一、指导思想：

用素质教育的观念和健康第一的思想为指导，推进体育与健康课程教学改革，使之在学校教育中真正发挥出健身育人的功能，促进中小学生德智体美等方面全面发展；面向全体学

生，促进学生身心全面发展，积极开展学校群众性的体育活动及竞赛，培养学生的创新精神和适应社会发展的实践本事，努力提高体育教师的思想政治素质、爱岗敬业的职业道德和适应世代发展的专业知识和业务本事。

## 二、教学目标：

**运动参与：**激发学生参与运动的兴趣与自觉锻炼的意识；学会向他人展示自我动作并学会欣赏他人或自我的动作；更好的参加到全民健身的计划当中来。

**运动技能：**做出多项球类运动中的简单组合动作、体操的简单组合动作、武术的简单组合动作、舞蹈或韵律活动中的简单组合动作、地域性运动项目中的简单组合动作并能说出他们的名字或动作中的术语。明白不按规则运动和游戏会导致身体受到伤害；明白在安全的环境中运动和游戏。

**身体健康：**基本坚持正确的身体姿势；发展灵敏、协调和平衡本事；描述身体特征即说出身体各主要部位的功能、描述自我的身体特征、比较自我的与同伴的身体特征。

**心理健康：**让学生在参加较剧烈的游戏或运动时，在身体有轻微难受感觉的情景下坚持完成运动任务；对体育活动表现出较高的热情并在体育活动中努力展示自我。了解体育活动对心理健康的作用，认识身心发展的关系；正确理解体育活动与自尊、自信的关系；学会经过体育活动等方法调控情绪。

**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；在体育活动中表现出合作行为即明白在团体性体育活动中如何与他人合作、与他人合作完成体育活动任务。

## 三、教学任务：

2、加强对体育教学的钻研，经过听随堂课，备课笔记和课后

小结，教师参加教研活动。

3、着实落实新课程标准，进取认真学习新课程。在教学实践过程中，对课程改革经历从理解、逐渐熟悉到创造性地实施的过程，与教研组教师应相互学习、交流，共同提高、共同成长的过程。

4、组织开展好丰富多彩、富有实效的课外文体活动，引导学生能自觉锻炼身体，使学生更加生动活泼地发展，在创新精神和实践本事上有较大的发展和提高。锻炼中关注学生的安全，杜绝事故发生。

5、在教学实践过程中，使学生初步认识自我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。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，提高身体基本活动本事。培养学习各项基本技术的兴趣和进取性，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。

#### 四、四年级学生的生理、心理特点分析

##### (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。四年级学生相比较较是属于身体发育最快的时期。

2、四年级学生安静时脉搏均值比三年级相对减少；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，男生稍大于女生。

3、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。

4、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，所以，要异常注意身体姿势的培养和练习前的准备活动。

5、四年级学生肌肉中含水率较高，肌肉细长并且柔嫩，大肌肉群发育比小肌肉的发育要早所以，要多安排跑、跳、投等基本活动本事的练习，在注意发展大肌肉群的同时，也要注意小肌肉群的发展。

6、四年级学生的心脏容积和血管容积之比小于高年级，所以，不易进行过分剧烈或耐久性过大的练习活动。

7、四年级学生的第二信号系统活动逐渐占有主要地位，为抽象逻辑思维本事的发展供给了可能性，所以，要有意识地将体育教学的五大领域目标有机的结合起来进行教学。

## (二) 生心理发展的特点：

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资料所吸引，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。集中注意力的本事较好，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，所以，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，但仍愿意依靠教师，期望教师来做主。

5、男女生之间开始出现界限，男女生之间容易坚持必须的距离，站队时的间距都比低年级大了，不愿意站的很近。

6、自我评价意识开始构成，担心自我体育成绩不佳、担心自我在练习中影响团体。开始能分辨同学中体育本事的高低及学习态度的好坏。愿意听表扬，要求教师采取公平态度，教师批评不当，就不乐意，异常是女生。

## 五、学生基本情景分析：

四年级的学生比一、二、三年级学生注意力有了较大的提高，异常是对感兴趣的事物能够做到较长时间的注意；但注意力仍然容易分散。参加活动的动机还是以直接兴趣为目标，喜欢的活动都愿意参加。异常是团体活动，十分乐于表现自我的才能展示自身的价值。

所以，在教学中要注意选择多种多样的教学资料，运用灵活多样的教法手段，满足学生参与活动和学习的需要。并且，大部分学生已经掌握了一些体育与健康课堂中所常见的体育术语，如向前看、向右看齐、报数等，并能准确的做出各个术语所要求的动作与行为。有些学生由于缺乏体育基础，身体素质差，在课堂学习活动中感到困难较大，尽管很努力，也很难跟上教学。要求，得不到好成绩，从而丧失信心，产生自卑心理，害怕或逃避体育课，也就谈不上学习兴趣。

有的学生对体育缺乏正确的了解和认识，认为上体育课只是玩玩而已，他们虽然也明白参加体育锻炼能够增进自我的身心健康，增强体质。但他们同时又认为，我不参加体育锻炼，

身体状况也能够，也基本能满足学校开展的各种正常活动，因而往往错误地认为参加体育锻炼可有可无，这是造成此刻大部分学生的体质得不到普遍提高的不可忽视的实际情景。

## 体育与健康课教学计划方案篇六

本学期我担任七年级两个班的体育教学工作，为了能很好的开展体育教学工作，特制订本学期教学计划如下：

### 一、学生情况具体分析：

9年级（79）班里有134名学生，他们的身体素质各异，此外，九年级面临着中考，他们的学习压力也非常大，由于长时间中考制度的影响，他们对体育理论及外堂测试存在着模糊的认识，积极性不是很高。因此本学期将通过与学生的沟通交流，首先从思想上让他们认识到新形式下中考勤制度，及早转变观念，养成良好的锻炼习惯。

### 二、指导思想：

以新课程理念为指导，充分发挥学生的主体地位，培养他们的创新意识、敢打敢拼勇争一流以及优良的集体主义精神。确保每一个学生都能够积极投入到体育锻炼中去。

### 三、全期总目标：1）养成良好的锻炼习惯。

2）收集并引导他们掌握更多的体育时事。

3）让她们体验到运动的乐趣，能够在玩中学，在学中锻炼身体。

### 四、具体的教学措施：

### 五、业务学习：

1) 始终积极参加现在在我校开展的《国语诵读》活动，借早读，午读，暮读时间，提升自己的国语水平，并准备好明年的mhc三级考试。

认真领会新课改精神，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授课水平。

2) 多听课、评课参与集体研讨，取其长补己之短。以丰富自己的阅历。

3) 充分利用多媒体、图书室等查阅教学训练资料，学习新的好的教学方法。抓好特长小组的训练，争取在校及市组织的各项比赛中取得较理想的成绩。

4) 学习电脑知识，能够制造出相应的课件，便于教学。

5) 多与同行沟通交流，共同研讨，共同提高。

## 六、教研教改课题及研究措施：

课题：寓教于乐于体育教学之中

1、实践法（以课堂为载体，精心设计每一堂课，让学生能够在玩中学，在学中玩）

2、问卷调查法（通过对学生的调查反馈，加以改进）

## 七、评价教育教学：

通过测试和平时的练习采取教师或生生相互评价的方式，分优、良好、还需努力三个层次。

1) 学习态度与行为：是否能够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：动作的掌握与运用情况

3) 交往与合作精神：能否正确处理好与同伴的合作关系

八、教研课安排：

1) 争取在系列课达标中取得较优异的成绩，以提高自己的授课水平。

2) 与其他同行共同搞好校队的各项训练

3) 认真落实两操一课活动。

九、教学进度：略

体育与健康教研组：吾布力喀斯木。阿布地热衣木

xx年8月25日

体育与健康教学计划

体育健康课教学计划

体育与健康教学计划

初中体育健康教学计划

小学体育与健康教学计划

## 体育与健康课教学计划方案篇七

通过本课学习，让学生知道吃好早饭在一天当中的重要性。

教学用具：相关课件

一、导入新课

身体还需要小朋友们注意饮食，尤其是吃好我们的早饭。

## 二、教授新课

### 1、出示图片

提问：你知道图上这些小朋友为什么会不舒服吗？

小结：早饭对一天来说非常的重要。如果不吃早饭，会影响同学们的身体正常发展。

### 2、教儿歌

同学每天要早起，

吃好早饭再学习，

干稀搭配质量好，

身体学习大提高。

### 3、出示图

提问：知道图上这些叫什么吗？

你每天吃早饭吗？经常吃哪几种？

你今天吃早饭了吗？吃好了就用彩笔画一朵花。

## 体育与健康课教学计划方案篇八

以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，认真领会《基础教育课程改革纲要》精神和体育与健康课程标准精神，解放思想、转变观念、勇于探索、深化改革、求实创新。在体育教育教学中以学生为主体，培养学生的竞争意识和合作精

神，全面提高身体素质。坚持“健康第一”的指导思想和“育人第一”的教育宗旨，深刻领会《体育与健康课程标准》精神，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口，以规范的管理促进学校体育工作全面健康发展，建立完善科学的管理体系，深化体育教学改革，全面推进素质教育。从学生的兴趣出发，培养学生勤于锻炼的良好习惯，使学生身心得到和协调地发展。

上好体育课做到四重视：

- 1、重视安全教育。
- 2、重视严格要求。
- 3、重视每个学生的活动量。
- 4、重视体育课活动安排的合理性。

1、认真制订学校体育工作计划。每位体育教师要及早围绕学年总目标，采取切实可行的方法和措施，保证总目标的顺利实现，及早安排好各项工作的计划、过程，对各项工作要有预见性，有对策性。

2、按照《体育与健康课程标准》，上好每堂体育课，落实40分钟上课的效率，重训练，抓实效，保证学生每节课有所学、有所得、有进步、有提高，保证学生在校每天至少一小时的体育活动时间。要注意改善、和谐师生关系，重视师生双向交流，关爱学生，重视安全工作，确保学生安全。教师要发挥主导作用，正确引导学生，重视基础技能、素质的提高，要培养学生终生锻炼能力和习惯的培养，逐步提高学生身体素质。

3、抓好“雏鹰起飞体育小能手竞赛活动”、“五项体育达标项目训练”、“健康体质检测”等项目的训练和身体测验工

作，要贯穿于每节课的训练练习中，要有的放矢地根据学生现有能力和水平，采取切实有效的训练提高学生的生理机能和水平，力争全校素质达标率较去年素质达标率有所提高和进步。

4、认真贯彻和落实《学校体育工作条例》，逐步加以完善，妥善处理个人利益和学校工作，要发扬大局意识，积极主动参与学校发展，用成绩争取自己的地位，用严谨的工作博得大家的认可。

5、一周内不重复进行校园集体舞、校园华尔兹、校园恰恰恰、自编舞蹈的体操动作，熟练技能技巧。

6、积极开展学校体育各项活动，切实抓好学校“雏鹰起飞小能手”的业余训练，以丰富学生业余生活，营造良好的校园体育文化氛围，多方面多层次挖掘运动员，争取能在各项比赛中有好成绩。

7、加强学校体育器材室的管理，严格做到专人管理、认真填写借用记录。进一步加强管理措施，维护好器材，保证器材室的整洁整齐，教育学生使用器械养成轻拿轻放，哪里拿哪里放的良好习惯。

8、督促和组织各年级认真上好三操两活动，做到保质保量，确保学生身心健康成长。

九月份：

1、拟定本学年体育工作计划。

2、认真按作息时间开展好三操两活动。

十月份

- 1、继续严格抓好三操两活动，确保三操两活动的质量。
- 2、学生体质训练。
- 3、健康体质检测。

#### 十一月份

- 1、做好全校广播操训练。
- 2、做好学生冬季运动会各项目的训练，积极参赛。

#### 十二月份

- 1、组织好学生运动会。
- 2、健康体质检测。

#### 二月份

- 1、继续抓好三操两活动，确保三操两活动的质量。
- 2、健康体质检测。

#### 三月份

- 1、五项体育达标项目训练。

#### 四月份

- 1、雏鹰起飞体育小能手竞赛活动。
- 2、健康体质检测。

#### 五月份

1、五项体育达标项目训练。

六月份

1、认真检测五项体育达标项目。

七月份

9、做好学期总结。

10、做好体育资料的整理。

1、学生的身体素质普遍的提高。

2、三操两活动有成效。

3、雏鹰起飞体育小能手竞赛活动中，荣获前四名。

## **体育与健康课教学计划方案篇九**

一、教学目的：

初步了解牙齿的分类和基本功能，懂得牙齿在咀嚼食物中的重要作用。

二、教学重点和难点

重点：各类牙齿的功能。

难点：各类牙齿的名称。

一、教学目的：

使学生了解睡眠必须睡足10小时，早睡早起有利于身体健康和学习。

## 二、教学重点和难点

重点：使学生了解早睡早起有利于身体健康和学习。

难点：养成早睡早起的习惯。

### 一、教学目的：

使学生了解生水不卫生、生水中含有病菌和虫卵，喝了容易生病，从而培养学生喝开水的习惯。

## 二、教学重点和难点

重点：生水不卫生，喝了容易生病。

难点：培养学生喝开水、不喝生水的好习惯。

一、使学生学会正确的刷牙方法，培养学生养成早晚刷牙、饭后漱口的习惯。

## 二、教学重点和难点

重点：教会学生正确的刷牙方法。

难点：培养学生养成用正确的刷牙方法坚持早晚刷牙、饭后漱口的良好习惯。

### 一、教学目的：

使学生认识牙齿与身体健康的关系，从而养成自觉爱护牙齿，天天刷牙、早晚刷牙、饭后漱口的好习惯。

## 二、教学重点和难点。

重点：认识牙齿与身体健康的关系。

难点：自觉爱护牙齿，坚持每天早晚刷牙、饭后漱口。

一、教学目的：

使学生了解饭前便后洗手的重要性，自觉地养成饭前便后洗手的好习惯。

二、教学重点和难点

重点：使学生懂得饭前便后洗手的重要性。

难点：养成饭前便后洗手的良好习惯。

一、教学目的：

通过本课的学习，使学生了解挑食偏食对是很体的不良影响，培养不挑食偏食的好习惯。

二、教学重点和难点

挑食偏食对身体的不良影响。

一、教学目的：

通过本课的学习，使学生懂得玩弹弓的害处，防止因玩弹弓等发射玩具引起的以外伤害事故。

二、教学重点和难点

重点：弹弓射击时可能对人体造成的伤害。

难点：让学生养成在玩游戏时时时刻刻注意安全的习惯。

一、教学目的：

使学生了解燃放烟花爆竹与伤害、火灾等事故的关系，以及注意安全的事项。

## 二、教学重点和难点

重点：燃放烟花爆竹造成的危害，预防人灾的注意事项。

难点：让小学生树立防止火灾以及伤害事故的意识。

### 一、教学目的：

1、使学生懂得什么是有益的健康的游戏，什么是危险的游戏。

2、培养学生自我控制的能力。

## 二、教学重点和难点

重点：教学生做有益健康的游戏。

难点：了解什么是危险游戏。

### 一、教学目的：

使学生理解讲究公共卫生的重要意义，了解公共卫生的范围和内容，养成讲究公共卫生的良好习惯。

## 二、教学重点和难点

重点：公共卫生的范围和内容以及讲究公共卫生的要求。

难点：如何从道德入手并结合实际培养学生养成讲究公共卫生的好习惯。

### 一、教学目的：

使学生了解懂得植树绿化的好处，从而积极参加植树绿化活动。

### 三、教学重点和难点

重点：植树绿化的好处。

难点：通过讲解树木绿地的作用，使学生真正认识到植树绿化的好处。

一、使学生了解感冒的病因、症状以及如何预防感冒。

### 二、教学重点和难点

重点：如何预防感冒

难点：感冒的症状、合并症及危害。

一、使学生了解蛲虫感染与身体健康的关系，从而积极预防蛲虫病。

### 二、教学重点和难点

重点：蛲虫病的预防措施。

难点：如何在日常生活中实施预防蛲虫病。

### 一、教学目的：

使学生懂得天天坚持认真做操，可加速血液循环，促进身体的生长发育。同时还可以头脑更清醒、精力更充沛地迎接一天的学习和工作。

### 二、教学重点和难点

重点：做操对身体及学习的好处。

难点：坚持天天参加做操锻炼，学会正确做操。

## 体育与健康课教学计划方案篇十

XX—XX学年度第一学期的教学工作已经结束，在过去的一个学期中，以“加强常规教学”和《新课程标准》的要求实施教学，切实提高学生的身体健康，帮助一年级孩子从幼儿园向小学阶段稳步过渡，以下是对本学期的体育教学工作简要总结：从第一次体育课到上学期最后一次体育课，我的体育与健康课发生的很大的变化，从一开始的站队，到基本的课堂常规，学生学习的很快，进步也很明显。

教科研意识强，教学水平有明显的提高。我能真正做到经常性地对教学工作进行反思、总结，及时发现问题，解决问题，逐步认识和掌握新课程标准下体育教学新的规律。根据所制定的体育教学工作计划及教学进度，结合教学的实际情况下好每节课，认真写好教学反思。

### 小学一年级体育与健康学期教学计划

□XX——XX学年度第二学期)

沂源第二实验小学高凤太

#### 一、学情分析

1、指导思想：体育与健康的基本理念是以“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长；激发学生的运动兴趣，培养学生体育锻炼的意识和习惯；以学生发展为中心，帮助学生学会体育与健康学习；关注地区差异和个体差异，保证每一位学生受益。

2、学情分析：一年级有四个教学班级，通过13—第一个学期的体育与健康的学习，已经有了明显的进步，对体育知识有了初步的了解，每个本机内的学生身体素质不是很均匀，下面对四个班级的情况进行分析：

一班，男女分配差不多对等，大部分的男生素质稍好与女生，就课堂常规方面，女生要比男生好，技能的掌握情况，女生要好于男生。

二班，女生比例略高于男生，课堂上练习女生比男生主动，没有特别突出的学生，身体素质不等，有个别的学生不能参加强烈的运动。

三班，男女搭配均匀，身体素质比上学期有了很大的改观，课堂纪律很好，接受能力强。

四班，两级分化严重，素质强的学生有一部分，身体素质差的同学也不在少数，个别的学生属于不能参加运动类型，课堂纪律差。

四个班级的学生基础不同，身体素质也不同，通过上个学期的教学，都有了明显的提高。

## 二、教材分析

要涉及的教学内容比较分散，队列、走、跑、跳、投、技巧、篮球、足球、羽毛球，体操、垫上运动等十几项都要涉及，涉及的内容较广泛，根据教材的特点，制定了九个单元教学计划，每个单元计划4周，16个学时。根据课时的情况，随机安排广播操的细节练习。

## 三、教学重难点：

重点：掌握一定的运动技能，了解或初步接触一些运动项目

难点：规划好各个环节，单元与单元的衔接，能够熟练的掌握运动技能。

#### 四、教学目标

1、运动参与目标：上好体育与健康课并且积极参加课外体育活动。达到该目标时，学生将能够积极愉快地上体育与健康课和参加课外体育活动，如不旷课，积极主动地完成学习任务等。

2、运动技能目标：获得运动的基本知识和体验。达到该目标时，学生能够知道所学运动项目或者体育游戏的名称或动作术语。通过教学，使学生初步掌握简单的技术动作，如：立正、稍息、三面转发等，并能安全地进行体育活动。

3、身体健康目标：通过走、跑、跳、投球类等内容的教学，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，使学生能适应陌生的环境，并能说出自己参加体育活动的情绪表现。通过体育活动等方法调控自己的情绪。

5、社会适应目标：建立起和谐的人际关系，具有良好的合作精神

#### 五、教学措施

1、始终贯彻“健康第一”的指导思想进行教学。

2、备好每一节课，营造一个宽松生动的课堂气氛，利用学生好动模仿能力强的特点采用探究学习和分组教学的学习方式，课前课后进行及时的反思，并对教学方法进行及时的修改。

3、激发学生的运动兴趣，培养学生体育锻炼的意识和习惯，将教学内容穿插于游戏当中，提高学生的运动兴趣。

4、加强课堂常规的教育、落实，以防伤害事故的发生。

5、因材施教。因为每个学生都是一个个体，都有自己独特的一面，关注个别差异，保证每位学生都受益。

## 六、体育与健康教学进度

第一单元：队列队形

第二单元：走、跑与游戏

第三单元：跳跃与游戏

第四单元：投掷、攀爬等垫上运动

第五单元：技巧、跳绳

第六单元：篮球

第七单元：足球

第八单元：体能练习

第九单元：总复习、检测考核

## 体育与健康课教学计划方案篇十一

针对体育教学内容，作为工作在第一线的体育教师，已尽快入了角色。为了使教学过程中的体育课开展得有条有理，使学生掌握应有的体育基础知识和运动技能有所进展，根据本校学生的体育成绩而特制定出切实可行的教学计划。

以《新课程标准》为指南，深入开展教育教学研究，不断提高教学效率，全面提高学生素质，使学校的体育教育教学质量越上一个新台阶。将《学校体育工作条例》作为体育工作的基本法规，坚持“健康第一”的宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的重要部分，以科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，深化教学改革，全面推进素质教育。通过教学实践，增进学生身心健康，增强体质，使得学生掌握应有的体育基础知识和运动技能，培养学生对于体育运动的兴趣和习惯，提高学生的运动能力和运动技术水平。同时加强思想教育，确实完成教学任务。使得学生在三年的学习中得到全面提高，使其在体育考试中能考出最好的成绩。

根据我校学生和场地的特点。学生对体育课的认识深浅不

### 一、基础不

- 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。

师在提高自身的教育能力的基础上，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。

一年计划：初三学生每节课集体运动量在30分钟左右，必须跑1000米、1~2个体考项目内容练习（如跳绳、台阶、立定

跳远等)。

两年计划：初二年级学生每节课集体运动量在25分钟以上，跑步1000米、1~2个体考项目内容教学。

在以上教学进度计划中，以学生训练为主，测试为辅，加强训练。每月用一个教学体考内容作重点教学，并进行测试，测试不能达到一个较好标准的学生，加强训练使其能达到标准。

## 体育与健康课教学计划方案篇十二

本学年度全面贯彻《体育与健康》的教学大纲，实施《新课程课标》。我校的体育工作，以健康第一为指导思想，激发学生的运动兴趣，培养学生终身体育的意识，促进学生健康成长。

坚持以人为本、因材施教、全面发展的原则，以关注学生身心发展，全面提高教学质量为目标，以教科研为重点，更新观念，全面实施素质教育，紧紧围绕教学竞赛年这一主题，深入开展教研活动。通过开展大规模教研活动，提升自身能力，突出积极参与，全面提高，通过优质高效的工作，尽而实现教学质量的全面攀升。

1、继续贯彻实施教学竞赛年工作，做到常规教学管理规范有序。

2、实践一种先进的教育理念，解决一个教学方法问题在广泛学习和深入反思基础上形成我的教育理念，使教师的工作思想和信念得到升华。同时探索出一种行之有效的教学方法。

3、在教学中不断积累教学经验，加强教学反思，每月在教研组内要做一次反思性交流。

4、关注、研究并帮助至少一名学习困难学生的学习，改变学习方法，提高学习成绩。

5、扎实开展教师学习读书活动，集中学习和自学学时总数不少于70学时。

6、做好公开课，汇报课准备。

认真贯彻和执行新的体育与健康教学大纲，并根据教学要求补充和调整体育器材，力争为提高教学质量创造良好的条件。使本学期体育教学工作上一个新的台阶。

(一)端正教育教学思想，全面贯彻党的教育方针。

(二)加强常规教学管理，落实常规教学基本要求，全面提高教育教学质量。

1、备课。

个人备课要坚持从学生实际、教师自身实际出发，并提前备课一周，制定出切实可行的教学设计方案。

2、上课。

优化课堂教学，深入开展教学实践研究。结合教学质量年的活动要求，坚持以夯实双基为重点，以培养学生创新精神和实践能力为核心，以调动学生积极有效参与为手段，以促进学生全面发展为目标，深化课堂教学改革，改进教学方法，加强创新精神和实践能力培养。

课堂教学以学生为主体，突出重点，分化难点，完成教学目标。在课堂教学中逐步培养学生的问题意识。按照初中生学习的特性分析，教给学生学习方法，提高自我学习能力。

3、学业成绩考核考察。

配合学校的教学安排，认真贯彻和落实各项计划和工作，继续进行养成教育，加强学生心里适应能力的训练和辅导，按照各种规章制度进行日常的管理和教学用具的维护，努力做好各项工作。

- 1、二月份做好上课准备，背好课。
- 2、三月份开学体育课复习广播操
- 3、四月份体育课教学以球类、武术为主、游戏课为辅
- 4、五月份做好公开课，汇报课准备
- 5、六月份做好期末考试的准备活动及考核任务
- 6、七月份做好总结和材料准备

## 体育与健康课教学计划方案篇十三

本学期我任教四年级4个班的体育课，学生共170左右。四年级的学生爱玩，学生们对体育课有着很浓厚的兴趣，他们正处在生长发育的初期，身高体重以及身体素质各方面比以前有较大改变。力量变大，对动作结构的理解也趋以合理化，对某些动作技术得掌握也比较快。生性好动，活泼开朗，爱表现自己。课堂组织纪律性比以前有很大进步、情绪变化较大，喜欢竞争。某些女生在体育课上表现出小心害羞，针对学生的这些特点，在教学中要以讲解诱导为主，以相近的游戏进行巩固，使学生寓教于乐。

- 1、了解一些基本动作并乐于学习和展示简单的运动动作，游戏和韵律活动的方法，能保持正确的坐立和身体姿势，具备初步的发展身体素质的基础和基本活动能力。
- 2、知道如何在运动中避免危险。基本保持正确的身体姿势；

发展灵敏、协调和平衡能力，能体验参加体育活动的乐趣。在体育活动中能认真观察积极思考与同伴友好相处，团结协作。

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。

重点：

1、每节课要进行一定时间的队列练习。

2、四年级的体育教学的重点主要侧重于投掷和跳跃，分腿腾越；沙包掷远；50米×8或400米跑。

难点：

体操技巧、蹲距式跳远。

1、50米跑或4×100米接力跑：正确的身体姿势、成绩。

2、立定跳远：掌握基本方法、成绩。

3、少儿健美操国家一级规定动作套路：动作的熟练度和准确度。

4、侧手翻：动作的标准度。

5、运球组合：测试学生运传综合能力。

在体育教学方面后20%学生的表现多种多样，有的是身体素质方面的，有的是行为习惯方面的，还有的是习惯上的等等，以及频繁的教师调动所引发的学生纪律涣散，等多方面的问题，致使学生出现后进的表现。后20%学生产生的原因很多，有家庭、社会、学生自身等方面的原因；有智力因素和非智力因素方面的原因；非智力因素又有无学习不得法导致的

后20%学生和其他外因导致的后20%学生。对他们进行成因分类，以便于工作时有的放矢。

措施和方法有：

- 1、动之以情，消除戒备心理；
- 2、尊重信任，唤起自尊心晓之以理，增强后20%学生分辨是非的能力；
- 4、贯彻“兴趣贯课堂”，让课堂教学“活”起来。

在教学过程中教师积极引导，充分发挥学生的主体作用。让学生在玩的过程中主动学习、主动探索，培养学生的自学、自练、自评的能力。多采用情景法主题法进行教学，让学生乐于其中。

## 体育与健康课教学计划方案篇十四

本学期我将以“健康第一、面向全体、培养能力、发挥特长”为我的教学宗旨。结合实际积极开展体育教学研究，提高教学质量。

- 1、走进学生心灵，尊重学生选择，给学生一个快乐的青春。

初三年级是我从初一带上来的学生，上课有严格的规范要求，大部分学生体育素质较好，他们敢于实践。学生体育基本功也不错，上学年体育达标成绩令人满意。本人特别喜爱学生。虽然我上课严格要求学生，但平时与学生一起玩乐，游戏，关心学生，所教学生都很喜欢我，听我的话，愿意和我交流，这些给我的教学实施带来了有利的条件。初三学生已经具有独立思考问题的能力，教师重视学生的心理感受和情感体验对学生而言才是最重要的。因此，在教材的选择上，我将进行大胆地创新，积极创设情景，从学生兴趣出发，选择富有

生活气息的形式进行教学。因此，本学期在课堂教学中，让学生更加自信地想、大胆地体验。教学中，注重与孩子之间建立良好的师生感情，时刻观察他们的一举一动，对于他们的每一点变化，力求做到了如指掌，一旦发现问题便马上从中想对策，对他们进行有针对性的培养与教育。除了对各别同学进行有针对性的辅导外，继续经常与同学们一起做游戏，在课堂上进行师生互动等。

1、加强安全防范措施，始终把“安全意识”放在首位，切实做好学校体育的安全工作，确保活动场地设施的完好与安全，确保学生人身安全。

2、继续学习和研究《体育与健康》教材，坚持相互听课和评课，不断提高教师的业务水平与能力，对新教材加以研究，参与课程改革，积极探索教学新思路。以学生为本，以“健康第一”为原则，促使学生养成自我锻炼的习惯，掌握科学锻炼的办法，树立终身锻炼的思想。

3、体育课教学要开放化

在课程改革、教学不断创新的今天，体育课教学也应创新为主，面向未来、面向社会。不应再是以教师为主的传授性教学为主，而应是以学生为主体的尝试性教学为主，要根据学生的身心发展特征、兴趣和水平目标来安排课的内容，内容应以协作性和互助性为主，重视对学生体育能力的培养。

4、根据目标来科学、合理地安排教材

对教材的安排要科学化、合理化、灵活化；课的内容要单一化，内容的形式要多样化、全面化；课的设计要新颖化、趣味化、个性化。体育教学要始终贯彻一个主题——健康第一、快乐体育、以学生为主。尽量让枯燥、单调的教学变得新颖、活泼、轻松，让学生的身、心、德、智在愉悦的活动中得到全面地发展，同时还要注重学生能力的培养，特别是创造性

思维的培养。体育课教学只有不断地创新、不断地探索，才能不断地进步，不断地在实践中优化体育课教学。

## 5、选择适宜的教学环境

场地、环境的选择要有助于课堂教学，有利于提高学生的积极性、能动性和创造性。新颖别致的场地布置以及有选择地变换运动地点，都能调动学生的练习兴趣，同时环境具有调节情绪的功能，当学生处于一个整洁优美，生机盎然的环境中时，能产生轻松、愉悦、安宁等积极的情绪，表现出活泼开朗、自信大方、朝气蓬勃、乐观向上与人友好相处易于接受别人的意见；反之，则表现出萎靡不振、情绪底下、烦躁不安、不友好等不良行为。

## 6、上体育课应注意的安全事项：

体育课是锻炼身体、增强体质的重要课程。体育课上的训练内容是多种多样的，因此安全上要注意的事项也因训练的内容、使用的器械不同而有所区别。

（1）短跑等项目要按照规定的跑道进行，不能串跑道。这不仅仅是竞赛的要求，也是安全的保障。特别是快到终点冲刺时，更要遵守规则，因为这时人身体的冲力很大，精力又集中在竞技之中，思想上毫无戒备，一旦相互绊倒，就可能严重受伤。

（2）立定跳远时，必须严格按老师的要求执行。起跳后要落入沙坑之中。这不仅是跳远训练的技术要领，也是保护身体安全的必要措施。

（3）在进行投掷训练时，如投实心球等，一定要按老师的口令进行，令行禁止，不能有丝毫的马虎。这些体育器材坚硬沉重，如果擅自行事，就有可能击中他人或者自己被击中，造成受伤，甚至发生生命危险。

### 三、体育中考项目具体安排

1、9月份身体素质耐力、定量素质、定性素质恢复阶段。

2、10月份主要是耐力素质、定量、定性素质训练、提高阶段。

(1) 男同学1000米、女同学800米；

(2) 篮球；

4、12月份：排球。

5、1月份：足球。巩固练习准备迎接考试阶段拓展活动、课堂常规训练提高。

## 体育与健康课教学计划方案篇十五

在小学体育教学中多以跑、跳为主，在走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要的练习资料，全面提高学生的身体素质；在跳的练习中，主要发展学生的弹跳潜力为主要的练习资料，如：跨越式跳高，立定三级跳等；在发展力量方面，主要以投掷实心球为主；在技巧方面，主要以垫上练习和简单体操为主。

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，在本学期中要用心做到以下三点：

1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。

2、掌握快速跑、耐久跑的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动潜力。

3、对学生的运动潜力得到稳步提高。

根据新课标和教材要求、五年级的各项资料，主要以快速跑、耐久跑，跳远，掷实心球为主要资料，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；在教学中的难点主要是耐力和力量的发展及提高。

## 体育与健康课教学计划方案篇十六

体育教学是学校教育工作的重要组成部分，在新的一学期中，为更好的总结经验教训，将本学期的体育工作更好的完成特制定教学工作计划如下：

走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要的练习内容，全面提高学生的身体素质，主要的内容以快速跑、耐久跑等为主，其次、以立定跳远、上步实心球掷远及基本体操知识为主，并加大对1分钟跳绳的练习力度。

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，在本学期中要积极做到以下三点：

- 1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。
- 2、掌握快速跑、耐久跑、单杠的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动能力。
- 3、提高学生的运动能力和篮球、排球的基本运动技术。

根据新课标和教材要求、六年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，立定跳远，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和协调能力的培养。

### 1、跑

改进快速跑和800米和1000米耐久跑的途中跑技术，培养跑的正确姿势，主要以50米、为主要教学内容。

## 2、跳跃

掌握立定跳远的技术、并提高学生的蛙跳能力。

## 3、投掷

巩固原地投掷的能力和上步投掷的方法，初步掌握协调用力技能，教学中以上步掷实心球为教学重点。

## 4、基本体操

主要以1分钟跳绳、技巧、单杠、为主要教学内容。

## 5、篮球和排球

基本动作和技术。

体育七年级上学期教学进度表

# 体育与健康课教学计划方案篇十七

## 一、学情分析：

高、低年级共有18个教学班，共有学生806人。这些学生大部分来自车站村和镇直机关单位，还有一些是来自外学区的。这些学生都非常爱好体育课，同时在校，体育课是不可缺少的教学内容之一。但也有不利因素，一旦下雨，就不能上课，给正常教学带来一系列的困难，为保证上级所交给任务顺利完成，特定教学计划如下：

## 二、教学目标：

小学生是社会主义祖国的新生一代，是国家和民族的希望，一个国家和民族的兴旺发达，有赖于提高全民族的素质，也

就是提高思想道德素质，文化科学素质和身体的素质，每位小学生不论是今天在学校里学习，还是将来肩负起建设祖国和保卫祖国的重任，都必须争取做一个德、智、体全面发展的人。体育是全面发展的人。体育是全面发展的组成部分，小学生认真地上好体育课，积极参加体育锻炼，这不仅是自己健康成长的需要，也是使自己成为建设祖国栋梁之才的需要。因此每位小学生都应当把积极地锻炼身体，提高健康水平，看作是自己的神圣义务。

### 三、教材分析：

体育课要学习的内容可分为理论和实践两大部分：

1、理论方面：主要是学习体育锻炼的意义目的和义务，以及粗浅的卫生保健知识，提高体育文化教养。

2、实践方面：包括走与跑、投、爬、平衡、悬垂和支撑等人体的基本活动项目，同时又是各项运动的基础，是参加生产劳动和保卫祖国的实用技能。

游戏活动：是同学们比较喜欢的教材，游戏形式生动活泼，内容丰富多彩，这项活动一般是集体进行的，它具有一定的对抗性。因此通过游戏教学，可以培养学生朝气蓬勃，遵守纪律，团结互助的集体主义精神和机智、勇敢、顽强、果断等优良品质，同时也培养学生对体育课的爱好启发，思维活动，促进智力的开发。

基本体操：这类活动项目比较多，内容丰富多彩。体操是小学体育教学的内容之一。各项教材都具有较高的锻炼价值，通过学习和体操队形，使学生养成良好的站立，行走姿势和习惯。

### 四、具体措施：

- 1、向学生进行思想品德教育，培养文明行为。
- 2、努力与课任老师配合，力争上好每一节课。
- 3、深入班级，充分调动他们积极性，开展一帮一一对红，为班级争光的好思想好作风。
- 4、本着理论与实践相结合，因人而因地施教，因材施教。

## 五、附教学进度表略

# 体育与健康课教学计划方案篇十八

1、学生情况：初中一、二年级，每个年级都有两个班，每个班级都有学生四十人左右。七年级有一名特殊病，不能从事体育运动锻炼外，全校初中生各年级学生都健康，都能从事体育运动锻炼。

2、技能情况：初中一、二年级学生大部分都喜欢跑、跳、投、追逐、跳绳、跳皮筋、打沙包和球类等体育活动。但是动作的协调性，连贯性，合理性，规律性还有待于逐渐提高。

根据义务教育初中体育阶段，培养的目标。中学体育教材，以及我校体育器材，场地，学生的实际情况。有目的，有计划地进行体育教育教学工作，学习基本的体育理论知识，基本技能和保健知识。在教育教学的过程中，对学生进行思想品德的教育。激发学生积极主动学习的兴趣和爱好。培养学生良好的锻炼身体的习惯。是每一位学生都能成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

1、使学生能够根据自己的身体情况，合理地进行体育锻炼。掌握基本知识和技能，学会一些体育卫生保健知识和安全常识。培养学生认真锻炼身体的态度。

2、学习田径、体操、技巧、球类等项目的的基本技术和基本技巧。进一步提高每一位学生的能力。

3、充分利用各种体育活动，提高学生锻炼身体的兴趣和积极性。培养顽强，拼搏、自觉遵守运动规则，团结协作等优良品质。

1、认真备课，上课。充分尝试三疑三探的教学模式。突出学生的主体地位。培养学生爱学、乐学的好习惯，提高学生学习的质量。

2、抓好班级的田径运动员，为本学期开好运动会做好准备。

3、开展好班级的体育活动，班与班进行，篮球、引体向上、立定跳远、立定三级跳远、仰卧起坐等体育项目的比赛。

4、写课后反思，心得，总结等理论。

5、进行备课，说课，听课，评课，集体备课等活动。

1、抓好全班整体身体素质的提高。(引体向上，仰卧起坐，俯卧撑等)。

2、抓好基本技术(男、1000米，女、800米，立定跳远，立定三级跳远等)。

3、不断改进教育教学方法，激发学生锻炼身体的积极性，培养他们的兴趣，根据学生的实际情况，进行不同层次练习，建立互帮，互学，相互鼓励地共同进步的团体。

4、对差学生，要有耐心，爱心和关心，交流和谈心。鼓励，大家都来关心的方式。激励他学习。充分激发他向上的欲望。

5、及时掌握学生学习情况，提出新目标，新要求。

- 1、逐步提高学生锻炼身体的主动性，创造性。以及学习兴趣。养成经常参加体育活动的习惯。
- 2、要用体育特有的影响，培养学生的美感。遵守纪律，相互帮助，团结友爱的优良作风。
- 3、发展学生优良的个性，培养学生勇敢、顽强、积极向上的精神风貌。