

# 2023年小学一年级体育课教学计划(汇总10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。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

## 小学一年级体育课教学计划篇一

本学期任教一(1)班体育，男生比女生明显较少，总共35人。学生好动活泼，心思散漫，还比较懒散。

培养学生保持身体的正确姿势，使之初步具有对体育活动的兴趣，养成良好的体育锻炼卫生习惯，发展身体素质，提高身体基本活动能力，促进身心的健康成长；使学生了解日常生活中有关体育、卫生与保健的常识，学习和初步掌握体育与保健的基础知识和基本技能，为发展体育与保健的综合能力打好基础；对学生进行集体主义和爱国主义教育，培养遵守纪律、团结互助、活泼勇敢、积极向上等优良品质。

- 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。
- 4、体验体育活动中的心理感受和在活动中具有展示自我的愿望和行为。
- 5、观察并能够说出同伴在体育活动中的情绪表现和培养在一

定困难条件下进行活动的能力。

重点：抓教学常规；学做广播操和队列练习。

难点：学习习惯的培养和学习能力的培养。

1、认真钻研新《课标》，正确理解课的指导思想 and 教学目标，努力达到课标要求。

2、密切结合实际制定教学计划和备课，根据一年级学生心理和生理特点，认真上好体保课。

3、课堂教学与课外活动相结合，认真组织好学生的两操及课外活动。

4、进行教学评议。

1、体保出勤率及课堂常规(10%)情感方面

内容：出勤率课堂纪律课堂常规体育道德作风等。

2、身体素质及活动能力(90%)技能方面。

## 小学一年级体育课教学计划篇二

一年级的学生刚入学，年龄较小，接触的东西也少，什么对他们来说都是新鲜的，什么对他们来说也是从零做起的，喜欢接受新知识，但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。

小学一年级的教材较为简单，本册教材内容有：体育基础知

识韵律体操及舞蹈、田径类的跳跃和投掷、体操、队列练习、走跑练习、步法练习。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。

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。

教学重点：

重点是田径的各种跳动和投掷动作。

教学难点：

各种体操动作。

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，阻碍着小学生的全体参与。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。

## 小学一年级体育课教学计划篇三

教学目的：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。”

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

## 小学一年级体育课教学计划篇四

一、班级学生情况分析

一年级体育教学计划

□

学生的集中注意力时间过短但是善于表现自己，争强好胜、乐于参加老师组织的各种游戏和比赛、模仿性强、生性活泼好动等，这些都是一年级的孩子共有的特性。

任教的四个一年级，男女生的比例基本一致。但是无论是男生还是女生，都很期盼上体育课，表现欲强，这是属于每个孩子的特性，但是对于一年级的孩子尤为明显。

## 二、教材分析

小学一年级体育教材以实践教材为主。根据学生的能力以及学校的条件，体育教材主要选择田径、游戏、小球类等基础项目以便于使得学生在跑、跳、投的基本技术上得到提高，并且挖掘生活中的实用技能。

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、队行为主。如：原地向左转、右转、后转、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。

针对学生体质健康测试，在平常的教学中，加强对学生跑、跳练习。根据学校的场地器材等实际条件，充分开发课程资源、开发废弃物品。

## 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。通过教学，使学生初步掌握简单的技术动作，如：拍球，滚动，劈叉等，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

#### 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，营造一个宽松生动的课堂气氛，课前课后进行及时的反思。

3、采用多样的教学方法，主要采用情景导入、设置问题的等方法，以提高学生对体育课的兴趣。

4、积极培养体育骨干，并尽量做到与学生玩在一起，在娱乐的同时学到知识，加强与集体的联系。

5、加强课堂常规的教育、落实，以防伤害事故的发生。

6、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，在教学中，针对不同的学生在编写教案的时候做到认真、仔细，个别对待，兼顾全局。

### 小学一年级体育课教学计划篇五

一年级的教学内容以游戏和体操中的基本体操和基本队列为主要，本学期应加强对学生的.动作要求技术的规范程度为主要任务。全面提高教学质量、增强学生的身体素质，掌握小学

生广播体操、基本队列、跳短绳等项目的动作要求及成绩。

体育教学是增进学生健康、增强体质、促进德、智、体的全面发展，为提高全民族的素质奠定基础。教学工作必须围绕此目的进行，本学期的教学工作主要做到：1、使学生掌握简单的体育基础知识，提高卫生保健水平。2、发展学生的运动能力，完成所学知识的动作要求，3、对学生进行思想品德教育，使学生受到团结、拼搏、竞争、乐观等各方面的教育。

针对一年级学生的年龄特点协调能力及运动能力是教学的重点、难点，由于学生刚刚进入校园。对自身的控制能力还不够健全，学生的协调能力不够好，在本学期中，教材中的难点是跳绳，另外、应加强学生的身体基本姿势的训练，使学生养成良好的坐、立、行、走的姿势，培养良好的体态。

2、跳跃主要以a□双脚跳□b□跳单双圈□c□跳短绳□d□立定跳远

3、投掷抛接球

4、体操以：立正、稍息、看齐、解散、集合、向左（右）转、踏步、立定、报数、齐步走、立定。

1、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。写好教案，做好示范和讲解，使学生能有从客观和主观上学习。

2、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。

3、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。

4、开展兴趣小组。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。

## 小学一年级体育课教学计划篇六

本学期任教xx班体育，男生比女生明显较少，总共xx人。学生好动活泼，心思散漫，还比较懒散。

培养学生保持身体的正确姿势，使之初步具有对体育活动的兴趣，养成良好的体育锻炼卫生习惯，发展身体素质，提高身体基本活动能力，促进身心的健康成长；使学生了解日常生活中有关体育、卫生与保健的常识，学习和初步掌握体育与保健的基础知识和基本技能，为发展体育与保健的综合能力打好基础；对学生进行集体主义和爱国主义教育，培养遵守纪律、团结互助、活泼勇敢、积极向上等优良品质。

- 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。
- 4、体验体育活动中的心理感受和在体育活动中具有展示自我的愿望和行为。
- 5、观察并能够说出同伴在体育活动中的情绪表现和培养在一定困难条件下进行活动的能力。

重点：抓教学常规；学做广播操和队列练习。

难点：学习习惯的培养和学习能力的培养。

1、认真钻研新《课标》，正确理解课的指导思想 and 教学目标，努力达到课标要求。

2、密切结合实际制定教学计划和备课，根据一年级学生心理和生理特点，认真上好体保课。

3、课堂教学与课外活动相结合，认真组织好学生的两操及课外活动。

4、进行教学评议。

1、体保出勤率及课堂常规（10%）情感方面

内容：出勤率课堂纪律课堂常规体育道德作风等

2、身体素质及活动能力（90%）技能方面

## 小学一年级体育课教学计划篇七

一年级的教学内容以游戏和体操中的基本体操和基本队列为主要，本学期应加强对学生的动作要求技术的规范程度为主要任务。全面提高教学质量、增强学生的身体素质，掌握小学生广播体操、基本队列、跳短绳等项目的动作要求及成绩。

体育教学是增进学生健康、增强体质、促进德、智、体的全面发展，为提高全民族的素质奠定基础。教学工作必须围绕此目的进行，本学期的教学工作主要做到：1、使学生掌握简单的体育基础知识，提高卫生保健水平。2、发展学生的运动能力，完成所学知识的动作要求，3、对学生进行思想品德教育，使学生受到团结、拼搏、竞争、乐观等各方面的教育。

针对一年级学生的年龄特协调能力及运动能力是教学的重点、难点，由于学生刚刚进入校园。对自身的控制能力还不够健全，学生的协调能力不够好，在本学期中，教材中的难点是

跳绳，另外、应加强学生的身体基本姿势的训练，使学生养成良好的坐、立、行、走的姿势，培养良好的体态。

2、跳跃主要以a□双脚跳□b□跳单双圈□c□跳短绳□d□立定跳远

3、投掷抛接球

4、体操以：立正、稍息、看齐、解散、集合、向左（右）转、踏步、立定、报数、齐步走、立定。

1、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。写好教案，做好示范和讲解，使学生能有从客观和主观上学习。

2、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。

3、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。

4、开展兴趣小组。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。

## 小学一年级体育课教学计划篇八

一、学情分析：

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，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。

## 二、教材分析：

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。

## 三、教学目标：

- 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

## 四、教学重难点

- 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。

## 小学一年级体育课教学计划篇九

刚跨入小学，对学校的一切都感到陌生和不适应，但他们天真、活泼，有着强烈的好奇心和求知欲，可塑性强。针对以上情况，我本学期的任务主要是培养学生良好的学习习惯和行为习惯，调动学生的学习积极性，让他们喜欢上上课。

小学一年级的教学内容主要分为三块，体育基本常识、基本活动和游戏。体育常识主要包括体育课的作用、正确的坐立行姿势；基本活动包括基本活动包括队形队列、基本体操、走、跑、跳、投、滚翻、攀爬、韵律活动和简易舞蹈；最后一块是适合低年级小朋友的一些简单游戏。

通过教学，使学生初步掌握各种基本动作的简单方法和技能，培养学生身体的正确姿势，发展身体活动能力，促进身体新陈代谢和正常生长发育，增进身体健康。学生在身体活动当中，伴随着丰富的心理活动和各体育群体社会性的交往活动，感受到友好合作，团结友爱的情趣，体验自信、健全的个性心理。通过教学能够培养学生团结友爱、相互合作、遵守纪律、勇敢顽强、热爱生活、积极进取的优良作风和品质，促进学生身心全面、和谐地发展。

1、年龄普遍较小，多采用游戏

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、备课时研究教学大纲，钻研教材，把握重难点，确定训练项目找出练习点；课堂上，激发学生兴趣，采用由易到难，逐步递进，分散难点，分步教学方法。

4、练习上，精讲多练，以教师为主导，学生为主体，动作逐步过渡，步步引课练；指定分组与自由结合组织形式，采用辅助与诱导，讲解示范与模仿练习；增强练习强度、密度，提高学生兴趣，有利于掌握和技能形成与提高。

5、给学生足够的发挥空间，鼓励学生创新。有了合适的机会，才能充分让学生去创造，这样不仅满足了学生的兴趣和表现，发展特长，而且还大大促进了学生创新意识和创新能力的提高。

## 小学一年级体育课教学计划篇十

1、养成良好的上课习惯，提高自我约束能力。

2、积极培养学生的学习的兴趣，使学生可以积极主动的参与到体育锻炼当中去。

3、掌握一些简单的技术动作。

4、发展学生各方面的身体素质。如：跑、跳、灵敏、速度等。

5、使学生学会集体主义精神，适当的'运用竞争与合作。

6、发展学生关注身体健康、卫生意识和知识，使学生之间能够建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德。

(一) 指导思想和教学理念。

强调“健康第一”与“以学生身体发展为中心”的基本理念，

注重学习内容对学生体育参与意识、创新和实践合作的培养。

## (二)教材内容的教学特点。

- 1、教材内容的兴趣化、游戏化合生活化。
- 2、教材内容的开放性、多样性和时代性。
- 3、教材内容的实践性和常识性。

## (三)教材的结构、目标、内容和教学方法。

- 1、教材内容以运动技术与游戏相互交融。
- 2、教材内容多级设置，拓宽了对教材内容的学者与发展的空间。

1、依赖性强、自我约束能力差。

2、模仿能力强。

3、好奇心强。本学期小学生年龄都在8、9岁，存在体质普遍较弱、运动技术较差的现象；所以，在体育课中比较易兴奋，又易抑制，精神不易集中；对于说教过多、技术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。

1、正确把握课标的精神。

2、备好每一堂课，使课堂教学气氛融洽、和谐。

3、采取多样的教学方式，保持教学内容和方法的新颖性。

4、将游戏贯穿于整个课堂中，并尽量做到与学生玩在一起，

娱乐的同时学到知识，加强学习兴趣。

5、从内部动机入手，加强学生的兴趣。

6、恰当的运用竞争与合作。

7、正确的运用表扬与批评。

## 预备周 始业教育

1 体育常规教育、学习新眼保健操。

队列队形;游戏:捕鱼。

复习纵队集合;游戏:猎人打猎。

学习横队集合:找朋友;游戏:障碍赛跑。

2 横队集合, 向右(左)看齐--向前看;游戏:十字接力

3 向左(右)转;游戏:猎人打猎。

4 左(右)转弯走;游戏:端水平衡。

5 走成圆形队;游戏:丢手帕。

按照各种图形走;游戏:红灯、绿灯。

6 特色操, 游戏:接力赛跑。

特色操, 游戏:蹦蹦跳跳。

7 特色操, 游戏:报数比赛。

特色操, 游戏:夹球接力。

8 特色操, 游戏:追逐跑。

游戏课:迎面接力;捕鱼。

9 特色操, 游戏:滚轮胎。

特色操, 游戏:对战堡垒。

10 特色操, 游戏:拍背追跑。

特色操, 游戏:跑垒计分接力。

11

期中  
考试

12

13 熟悉球性练习;游戏:抱球接力。