

最新五年级下学期体育教学工作计划 五年级下学期体育教学计划(通用6篇)

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

五年级下学期体育教学工作计划篇一

【范文一：五年级下册体育教学计划】

体育教学是学校教育工作的重要组成部分，在新的学期里，我本着全面贯彻党的教育方针，全面推进素质教育，以新课改为标准，结合学校实际，将本学期的教育教学工作计划如下：

一、教材分析

本册教材内容有：体育基础知识、田径类的跑、跳跃和投掷、体操类的马上动作、球类、韵律体操及民族传统体育的武术基本知识。

结合我校实际情况和五年级学生的基本特点，有目的、有计划地进行体育教学工作，通过以上内容学习，使学生学习并了解体育的基础知识，发展了学生身体各方面的素质，如通过跑的练习发展学生的速度和耐力素质，通过体操学习发展了学生的身体协调能力，通过学习跳远发展学生的弹跳能力。使学生基本能掌握一些运动技能，发展身体素质。促进身体全面发展，增强关注自己身体和健康的意识和行为。传授基本的体育卫生保健知识，形成良好的卫生习惯；掌握科学锻炼身体方法和体育文化知识。

二、学生的基本情况

五年级的学生年龄在10-12岁之间，处于发育时期，身体发育较快，男女差别较大，男生活泼好动，表现欲强；女生由于发育的原因，很少参加激烈的运动项目，但考虑到某些女生的天性，要因势利导，加强男生的身体素质练习，培养女生积极参与体育锻炼的习惯，使男女均衡发展。在运动技能方面，学生通过几年的学习，都学到了一部分的技能。并且在自律方面相比低年级学生，是有很大的自控力。

三、教学目标：

- 1、使学生具有主动、积极参与体育活动的意识和行为，表现出乐于学习和对体育活动的浓厚兴趣，并在活动中具有展示自我的愿望和热情，体验到体育活动的乐趣。
- 2、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。
- 3、培养运动的兴趣和爱好，形成锻炼的习惯。
- 4、提高对个人健康和群体的责任感，形成健康的生活方式。
- 5、发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态度。

四、重点与难点

- 1、重点是田径的投掷与跳远及民族传统体育的武术。
- 2、难点是耐久跑的呼吸，跨越式跳高的助跑与起跳，过杆。

五、教学措施

- 1、要改变只研究和强调教师的教法，而忽视学生的学法的倾向，加强对学生的学法的指导。

2、在教学中多运用游戏作为方法、手段，为学生参与体育活动，培养和激发学习的兴趣性和积极性提供了丰富的内容。

3、随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。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的效果。

六、教学进度

【范文二：五年级下册体育教学计划】

一、教材内容介绍

小学五年级的教学内容有基本体操、田径、技巧与器械练习、小球类、游戏、武术、韵律活动与舞蹈、体育与健康常识。课次较多的是跑、投掷和游戏。其中跑是蹲踞式起跑、30米障碍跑、耐久跑等；投掷教材是双手抛实心球，投掷垒球等；游戏主要是十字接力，截住空中球等。次数较少的是武术和体育与健康基础常识，室内活动。技巧、支撑跳跃和发展身体素质练习等也占一些课次。

二、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。”

三、教学目标

1、初步学习田径、球类、韵律活动基本技术，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。

2、培养学习各项基本技术的兴趣、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。

3、使学生具有主动、积极参与体育活动的意识，表现出乐于学习和对体育活动的浓厚兴趣，并在活动中表现出展示自我的愿望和热情，体验到体育活动的兴趣、乐趣和情趣。

4、使学生获得一些体育运动和健康的基础知识；学习科学锻炼身体和自我锻炼、自我表现、自我保护、自我评价的方法；培养参与体育活动的良好习惯，以及安全地进行体育活动的意识。

5、通过多种形式的游戏发展身体灵敏、协调、平衡、速度、耐力和力量等体能，促进身体全面协调的发展。

6、使学生体验参与不同项目运动时的紧张与愉快、兴奋与疲劳、成功与挫折等心理感受，学会通过体育活动调控自己的情绪，并在一定困难的条件下进行体育活动，逐渐形成克服困难与抗挫折等意志品质，提高身心健康。

7、培养学生形成活泼开朗、积极向上、友好相处、团结合作、

竞争进取的精神，以及勇敢、顽强、坚忍不拔、尊重他人、遵守规则的意志品质，为学生今后的学习、生活奠定良好基础，增强社会适应能力。

【范文三：五年级下册体育教学计划】

新的学期开始了，为了开展良好的教学工作，进行有步骤的教学，顺利完成本学期的教学任务，根据学校工作安排，特制订本学期的教学计划。

一、学期教学目标：

1、以人为本，全面锻炼，努力增强学生的体质。

2、学习基础知识，学会科学的方法锻炼身体，以创新的精神和实践能力的培养为重点，培养自我锻炼习惯，引导学生建立新的学习方式。

二、学生基本情况分析：

五年级有六个班，我担任两个班的教学任务，学生约110余人，他们虽然对体育活动积极参加，但由于基础差，好胜心强，可塑性强。

有些动作易变形，掌握不好，所以，本学期应在上学期基础上，加大学习力度，因材施教，合理处理教材，全面提高，重点培养不段增强学生体质，使学生在德、智、体、美、劳诸方面都能得到发展和提高。

三、教材分析：

本学期五年级体育内容有跑、跳、投掷、体操、游戏及武术等内容。

2、跳跃使学生进一步掌握和改进跳高和跳远的动作方法，发展学生灵敏和爆发力。

3、投掷进一步提高学生推抛实心球技术，学习助跑掷垒球的完整动作方法，发展学生灵敏、力量等身体素质，培养学生养成锻炼时注意安全的意识和习惯。

培养学生主动、勇敢、刻苦顽强的拼搏精神。

四、教学研究内容：

教材的重点是跑、跳跃和投掷，教学时应采取讲练结合，加强示范，辅导等手段作为突破措施。难点是体操、技巧，教

学中应采取直观的教学方法，在教学中应加强安全保护措施，完成教学任务。

五、教研专题：

本学期的教研专题“体育教学中培养学生创新能力”。

集体备课、研究课、公开课的内容与时间安排。

教学措施、教学进度与教学时间安排。

全体学生要积极参加体育锻炼活动，遵守考勤制度，按时上课。

遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。

采用直观教学方法，精讲多练，搞好“自主、综合、拓展、创新”研究。

教师处处以身作则，为人师表。

六、教研专题实验措施：

1、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。

2、加强对实验课题的研究，定期举行听课，评课活动和专题研讨。

七、教学辅导计划：

加强培优辅中及后进生的转化工作。

1、因材施教，分类指导。

- 2、培养优生，能自觉练习，善于动手，动脑的好习惯。
- 3、要加强学困生的指导，提高他们的技能水平。
- 4、教师要关心，热爱平等对待每一个学生。
- 5、教师要定时、定点，加强优生优培辅中转差的辅导。

【范文四：五年级下册体育教学工作计划】

一、指导思想

全面贯彻党的教育方针，以“三个面向”和“三个代表”的重要思想为指导，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、基本情况

本学期五年级有一个教学班，共有学生43人。在五年级经过了

刻苦的锻炼，在五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，学生上体育课的积极性有了很大提高，上体育课的态度也发生了很大转变。

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。

- 2、使学生熟练掌握50米、100米、200米、800米、立定跳远、实心球、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。

四、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、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。

五、活动安排

三月：队列队行训练，复习基本的体育课知识

四月：跑的训练，主要是提高学生速度

五月：跳的训练，提高学生爆发力

六月：投的训练，提高学生臂力

七月：其它球类训练和期末检测

感谢您的阅读，本文如对您有帮助，可下载编辑，谢谢

五年级下学期体育教学工作计划篇二

我任教五年级三班，学生通过这几年的上课基本了解上课的要求，学习习惯正在逐步养成。根据学生生理特点来看，灵敏和柔韧性是这段时期重点发展的项目，同时有必要辅助速度练习。根据了解的情况来看，学生的柔韧成绩还可以，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于以后，要多做些速度练习。

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，它是体育课程教学内容的重要组成部分。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。五年级的测试项目是400米，这就要求在课堂上注重学生全面发展，侧重学生的柔韧练习。

- 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、继续抓好课堂教学常规，提高课堂教学质量认真执行体育教学大纲及课程计划，认真备好课，上好课，正确引导学生能自觉锻炼身体。

2、加强对体育教学的钻研，通过听随堂课，备课笔记和课后小结；教研组老师应相互学习、交流，共同提高、共同成长的过程。

3、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，在创新精神和实践能力上有较大的发展和提高。

4、在教学实践过程中，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。初步学习田径、体操、小球类等项目的基本技术，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。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。

1、教学中精讲多练，讲练结合，激励学生学习。

2、教学中收放结合，有意识让学生自我锻炼，调动学生的学习主动性、积极性。

1、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。

2、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。

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、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

五年级下学期体育教学工作计划篇三

以《学校体育工作条例》为指导，深入学习贯彻《国务院关于加强青少年体质的意见》（中央7号意见），以区教委体、卫、美科体育工作要点及镇中心小学工作计划为依据，以全面提高体育课堂教学水平、群体活动质量和竞技水平为重点，继续坚持“经常化、规范化、系统化、科学化”的管理，积极开展体育工作。加强“迎奥运阳光体育运动”项目的训练工作。

（一）成立体育工作领导小组。

组长：王文林 副组长：张建新

组员：王海涛各校主任

（二）落实规章，加强常规。

各校要认真学习、贯彻、落实《规矩与方圆》规章制度汇编中的体育工作管理制度，确保体育工作扎实有效地开展。

（三）加强体育教师队伍建设。

1、提高体育教师的政治思想水平，树立为体育服务的意识。

2、注重体育教师的业务培训，提高体育教师的业务水平，积极参加怀柔区体育教师基本功的比赛，争取成绩有所突破。

3、积极开展对体育教师运动技能的培训工作，以崭新的面貌迎接北京市对体育教师的技能考核工作。

4、努力提高体育教师的教科研水平，积极参加怀柔区教科研中心组织的各项论文的评选工作，争取在这方面有所突破。

（四）加强体育教、科研工作。

1、进一步规范体育教研组活动，做到有计划、有记录、有体会、有总结，提高体育教研组活动的实效性。

2、建立适合我们山区体育科研的课题，认真完成课题的研究过程，争取有所突破，并做好结题的准备工作。

（五）积极开展课外体育活动，提高群体活动质量。

育活动”也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好“两操”“课外体育活动、大课间体育活动”更要促进学校的全民健身活动的开展。所以各班要认真抓好广播操和集体舞的训练工作，要做到人人参与，师生共练，培养全面发展的学生。重点是组织开展好各校的大课间体育活动，争取再上一个台阶，提高大课间活动的实效性，逐渐形成规模，形成各校的特色。

2、当天没有体育课的班级要组织课外体育活动，保证学生每天不少于一小时的体育锻炼时间。课外体育活动要做到有计划、有安排、保安全、切实提高课外体育活动的实效性。课外体育活动班主任必须到场指导，确保活动中不出现安全问题。

3、进一步加强管理，做好怀柔区体卫科对各校体质健康标准检测成绩的专项抽查工作，要求各校体育教师认真完成体质健康检测的巩固练习工作，争取取得良好的效果。

（六）积极组织课余体育训练与竞赛活动，提高学生竞技水平。

1、进一步加强运动队训练的管理。

(1) 运动队训练在做到有计划、有训练教案、有总结的同时，进一步加强对运动队训练教案的管理，提高运动队训练教案的科学性和实用性，期末各校运动队训练教案交至中心小学体育组。进一步加大运动队训练训练力度，积极备战区春运会（5月7、8日）争取优异成绩。

(2) 在全镇范围内积极开展各项小型的体育单项比赛活动，主要以跳绳、踢毽子为主。最后组建校队参加怀柔区的比赛。

(3) 各完小可自行组织好具有本校特色的一些以班级为单位的体育活动，要做到有计划、有组织、有小结。（活动资料保存以备查）

2、进一步巩固加强我镇三球项目的训练工作。

(1) 各校在中、高年级中开展篮球赛活动。（要有方案、有记录）

争取培养2至3名篮球特长生，为我镇组建篮球队打下良好的基础。

(2) 发挥中心小学足球的优势，做好训练工作，提高技战术水平

，争取在比赛中再创佳绩。

(3) 黄花城小学加强乒乓球训练，做到训练时间、场地有保障。继续组队参加怀柔区的比赛。

（七）重视体育课安全问题

体育课的安全问题是我们体育教师所必须重视的问题。首先，我们要有强烈的责任心，用满腔的热情去关爱学生，对学生

充满爱心。上课前，应认真检查场地器械是否牢固安全；在课堂中，应仔细观察学生的活动情况；在教学中，应加强学生的安全教育，以免发生意想不到的伤害事故。

1、各校要安全使用各类体育器材，防止伤害事故发生。学期初各校对体育器材全面细致自查，消除安全隐患。

2、建立安全制度，分工明确，责任到人。

3、体育教师要高度重视体育教学中的安全工作，落实课堂教学常规和安全生产工作措施。

4、制定体育器材、设施管理制度。

主要活动安排

三月：

1、制定体育工作计划。

2、召开镇全体教师会议。

3、各项运动队的组建工作。

4、3月下旬组织区春运会选拔工作，区运会报名工作。

四月：

1、各校开展踢毽子、跳绳的单项赛。

2、迎接怀柔区教委对我镇体质健康的抽查工作。（4、5月）

3、各项裁判员重点培训工作。

五月：

- 1、参加北京市对我区体育教师专业技能考核工作。
- 2、参加怀柔区中小学春季田径运动会。
- 3、举办跳绳、毽子的小型单项赛。
- 4、镇级课间操评比工作，结合期中工作检查一并完成。

六月：

- 1、积极参加怀柔区体育课观摩和体育教师技能展示活动。
- 2、6月初开展全镇的篮球比赛，完成队伍的组建和报名工作。

七月

- 1、本学期的工作总结。
- 2、做好档案资料的整理工作。
- 3、积极参加怀柔区各项比赛活动。

（篮球、乒乓球、足球、毽子和跳绳）

五年级下学期体育教学工作计划篇四

认真贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》及《学校体育工作条例》精神，牢固树立”、”的指导思想，推进体育课程的改革，认真做好体育教学工作，积极做好体育活动，坚持开展学生体育训练工作，本着”的精神做好体育工作，力争在各项体育竞赛中争创佳绩。

- 1、深化体育(与健康)课程改革，立足课堂，扎扎实实上好每一节体育常态课，提高体育教学质量，达到学生人人喜欢上

体育课的目的，有效地改善学生的体质健康水平。

2、强化科研意识，积极参加各级各类组织的教研活动，及时总结，完成教研专题。

3、加大体育运动队训练力度，严抓训练质量，力争在县运动会中获得名次。

体育课教学从增强体质出发，加强课堂对基本技能和基础知识的教学，经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生的优良品质，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。

1、认真备课，精心写好教案，认真上好每一堂课。

2、认真学习和贯彻课程标准，钻研教材，明确教学目的与任务，掌握教材重点、难点明确本科的教学任务、以及完成任务采取的教学原则、教学方法、组织措施等。

3、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材及教学用具。

4、在教学中，加强与重视基础知识和基本技能同时注意对学生能力的培养，努力完成体育五个领域的任务。

5、教学原则、教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据青少年的生理、心理特点及学生的实际情况，科学地安排好密度和运动量。

7、教学中要充分发挥体育委员、小组长及积极分子的作用，并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的作用。

8、教学中要有严密的组织纪律性，严格的保护措施与要求，严防伤害事故的发生，一旦发生伤害事故及时向领导汇报并

做好妥善处理。

9、加大课余训练力度，提高竞技水平在普及的基础上抓提高，注重运动队员全面发展，做好督促、沟通、协调工作，使运动队员在学习、思想、行为等诸方面全面发展。使学校体育工作健康发展。

五年级下学期体育教学工作计划篇五

本学期和上学期一样，任教五年级四个班。经过一个学期的接触，对各个班的学生大致有个了解。一班三班学生单纯，老师不强调常规就不自觉，但一严肃就做得很好；二班四班的学生活泼贪玩，自觉性不够，特别有十几位学生很调皮，课堂常规执行不够好。一、二班学生的身体素质较好，本学期在注意强调常规的同时，注重引导自己学会玩，和同学合作玩，发展一项自己喜欢的体育活动，把它玩的更有技巧。三班学生单纯守纪，但身体素质普遍较差，本学期着重发展身体素质。本学期难点是引导女同学积极参与活动，到了五年级，女同学进入青春期，害羞怕倒霉不太爱表现自己，爱上体育课又怕上体育课，应多安排女生喜欢的内容。

跑：学习蹲踞式起跑、加速跑、冲刺跑的技术，发展快速反应能力，初步学习“上挑式”传、接棒技术，进一步培养集体协作意识和配合能力。

跳：进一步改进跨越式跳高和蹲踞式跳远的技术，发展身体灵敏素质和协调性，提高跳越能力。

投：学会助跑投掷垒球的方法，初步掌握动作连贯协调一致的投掷技能，发展协调性和投掷能力，养成锻炼时注意安全的习惯。

小篮球：初步学会行进间传、接球、运球和原地投篮的基本

技术，发展灵敏、速度等身体素质，培养综合运用所学知识的能力。

五年级

健康保健

- 1、积极的参加课外体育活动
- 2、《国家学生体质健康标准》
- 3、自测脉搏的方法
- 4、武术
- 5、营养与健康
- 6、皮肤要多擦 如厕要少话

实践

- 1、迎面接力和跑
- 2、队列队形
- 3、跨越式跳高
- 4、截住空中球
- 5、臂交叉跳绳
- 6、互射
- 7、上两步掷垒球或沙包

- 8、4-5分钟定时跑
- 9、拉绳比跳
- 10、跳背
- 11、分腿腾越（山羊）
- 12、放松跑
- 13、武术
- 14、50米快速跑
- 15、障碍接力跑
- 16、改换目标
- 17、投篮比赛
- 18、投球过网
- 19、越过障碍
- 20、单手传球比快
- 21、圆圈运球
- 22、圆圈接力跑
- 23、运球传球接力
- 24、投中目标
- 25、保龄球

26、滚翻接力

27、滚球接力

28、后滚翻一挺身跳

29、互相帮助

30、后蹬跑

1、对每一位学生的健康负责，特别关注体育后进生的发展

2、认真备课，认真上课，课前及早布置好场地器材，课后做好整理工作。

3、做好小干部的培养工作，锻炼学生的能力。

4、切实做好教学中的安全工作，课中要时刻注意学生的安全，学生有情况及时和校领导、班主任、家长联系。

5、多听课、多看书、多做笔记，不断提高自身的业务水平

五年级下学期体育教学工作计划篇六

全面贯彻党的教育方针，以xx大重要思想为指导，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、基本情况

在四年级经过了刻苦的锻炼，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，学生上体育课的积极性有了很大提高，上体育课的态度也发生了很大转变。

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。
- 2、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。
- 3、进一步增强体质，特别是耐力素质和力量素质。
- 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。

四、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、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。

教学进度：

周次

教学内容

一、二周

队形队列、篮球

三、四周

队形队列、篮球

五、六周

耐久跑

七、八周

耐久跑、快速跑

九、十周

蹲踞式跳远

十一、十二周

蹲踞式跳远、跨越式跳高

十三、十四周

跨越式跳高

十五、十六周

技巧教学、投掷

十七、十八周

投掷

十九、二十周

接力跑