

# 体育全年教学计划(优质5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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 体育全年教学计划篇一

### 一、指导思想

- 1、以《校园体育工作条例》为校园体育工作的基本法规。
- 2、以素质教育全面深化教育改革。
- 3、以科学的管理促进校园体育的全面健康发展。

### 二、总体目标

- 1、逐步探索科学的管理体系，全面贯彻落实《校园体育工作条例》
- 2、继续以教科研为先导，深化教学改革，全面推进素质教育。
- 3、争创校园的体育特色，培养合格+特长的学生。

### 三、具体工作

- 1、不断健全科学的管理体系
- 2、常抓六认真

今年将继续开展体育教学工作八认真，使之构成常规，做到

检查与不检查一个样，体育教师要注意学生的安全，力争本学年无意外事故。体育教师要严格对照《教学工作常规十条》和《师德规范》以及《体育教师岗位职责》上的要求开展教学工作，杜绝体罚学生与变相体罚学生的现象。

### 3、搞好教科研

为了进一步做好体育教学的改革工作，教师务必写好课题计划与教案，平时在教学实践中能围绕课题进行经常性的探讨。在市里有关兄弟校园进行体育观摩课，组织体育教师到校园进行参学习。

### 4、抓好课外活动

1、今年继续抓好学生的1小时体育锻炼，进一步规范练习广播体操，校园并举行全校广播操比赛。

2、做好一年一次的五项身体素质测试，做好登记、分析和总结工作。五项身体素质测试项目：50米、50米8、立位体前屈、跳绳(男)、仰卧起坐(女)、立定跳远。

3、做好一年一次的达标工作，做好登记、分析和总结工作。达标的项目：1分钟跳绳、立定跳远、1分钟仰卧起坐。

4、根据校园的特点与教师的特长，每年组织一个校级体育兴趣小组和田径队。每周三、五务必训练1.5小时，参加镇、区的中小學生各项体育比赛，在训练中，教师不仅仅要抓训练、又要抓学生的思想，一有问题应及时与学生谈心、与家长联系、向领导反映。

### 四、确保体育经费，进一步完善场地和器材

我校的操场大约200米，不是一个标准的场地，它是学生的活动场地，今年校园为器材室新添了一些器材，以确保体育课

和运动队训练的正常开展。

## 五、认真组织校园小型体育竞赛活动。

透过各种体育竞赛活动，确保学生在德、智、体全面发展。每周做好体育大课间活动。另外根据局安排每周星期三安排校园社区体育兴趣活动，包括跳绳、田径、排球、棋类、大合唱等，根据学生自愿兴趣为主。

## 六、本学年度教学资料如下：

- 1、队列队形
- 2、广播体操
- 3、跑和游戏(多种移动、躲闪、急停)
- 4、跳跃与游戏(各种跳跃等)
- 5、投掷与游戏(各种挥动、抛掷等)
- 6、滚翻与攀爬练习
- 7、技巧练习与器械练习
- 8、对抗角力与游戏
- 9、韵律活动与简易舞蹈
- 10、小球类的基本技术与游戏
- 11、韵律活动和简易舞蹈

体育教学是校园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

改为标准将本学期的体育教学工作计划如下：

## 一、教材分析

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。

## 二、教学目的

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。

## 三、教学重点、难点分析

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。

本学期教学进度如下：

- 1、跑和游戏
- 2、跳跃与游戏

- 3、投掷与游戏
- 4、小篮球的基本技术与游戏
- 5、韵律操与游戏
- 6、武术的基本技术
- 7、体育与心理健康
- 8、考核

## 一、学情分析

五年级学生透过这几年的上课基本了解上课的要求，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。根据了解的状况来看，学生的柔韧成绩还能够，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。

## 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资料的要求，针对学生的理解潜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，它是体育课程教学资料的重要组成部分。在小学四年级的教学资料中，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、耐力为主要学习资料，全面提高学生的身体素质。主要的资料围绕着校园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。

## 三、教学目标：

1、进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，明白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潜力。

3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

#### 四、教学任务：

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，透过听随堂课，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，在创新精神和实践潜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，提高身体基本活动潜力。培养学习各项基本技术的兴趣和用心性，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。

#### 五、教学方法：

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、用心性。

## 六、教学措施

1、在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生潜力的培养，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状况，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，注意潜力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

### (一)、学生生理发展的特点：

1、六年级学生一般为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12岁到达高峰，以后增长率逐年迅速下降；女生均自8---9岁开始突增，12岁到达高峰，因此，六年级学生相比较较，是属于身体发育的峰时期。

2、六年级学生安静时脉搏均值比五年级相对减少；女生血压指标11---12岁时仍处于增长阶段；肺活量均值男女生都随年龄的增长而增长，但男女生比较男生均大于同龄女生，12岁以后逐年加大。

3、六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，差异十分明显；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。13岁时，静力性耐力和爆发力也开始为敏感期。

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、六年级学生处于敏感素质发展即将交替的阶段，速度、灵敏、柔韧等素质的发展阶段快要过去，力量、耐力等素质的敏感期即将到来。个性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。

6、六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，已开始进入青春期的特点。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、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，每一天平均睡眠9小时即可。

## (二) 学生心理发展的特点：

1、六年级学生感知觉属于少年阶段的特点，但相比较较，六年级学生的视觉和听觉的感受性已发展到必须水平，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，许多练习虽然属于已学过的教材，但其动作规格标准提高了。

2、六年级学生的集中注意潜力有所发展，集中注意、专心致志的时间可达30分钟左右。注意分配潜力也有提高，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、六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好处记忆。

4、六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，综合思维的潜力。

4、男女生均显露其各自的心理特点，出现相互反感的倾向。群众意识又有发展，已不满足无规则要求的游乐性游戏，个性喜爱有必须规则的竞赛，愿做体力和智力相结合的游戏。已开始把体育活动作为抒发感情的途径。

6□自我评价意识逐步得到发展，十分尊重强者确定朋友关系的倾向十分浓厚，愿意同水平相当者竞争，自尊心、自信心、好胜心强，但往往对自己的潜力估计过高。

## 体育全年教学计划篇二

新的课程锐意改革，全面地贯彻教育方针和素质教育的目标。体育教师作为体育课堂教学的主要实施者，就时刻将增进学生健康贯穿于课堂实施的全过程，要关注五个学习领域目标的达成，有目的，有计划，有侧重地灵活实施，始终确保“健康第一”思想落到实处，使学生身心健康成长。

依据《课程标准》的基本理念，结合本地区、本学校与学生的实际情况，以及场地设备条件，选择确定学年教学内容和各项教材的时数比例。确定教学内容时数比例必须要符合健身性、实践性、兴趣性、灵活性和综合性原则。本册教材体育保健常识10时数，走和跑共10时数，跳跃5时数，投掷6时数，滚翻与平衡5时数，小球类6时数，基本体操4时数，乡土

体育5时数，选学内容12时数。

把德育放在首位，从小抓起，打好基础，并培养学生吃苦耐劳，顽强拼搏的精神，在体育课中渗透团结协作、互相帮助的优良品质。以发展全体学生身体基本活动能力和身体素质、增强体质作为出发点，逐步改变以群众体育为主的教学思想，确立以发展人体基本活动能力为主的教学体系。

身体发展特征：三年级学生在动作的协调性方面，骨骼肌有了一定的发展，因而运动感觉有了一定程度的发展，对简单的动作有所控制，动作的精确性、灵巧性进一步增强。

心理发展特征：能够比较概括地、灵活地掌握左右概念。在老师的帮助下，逐渐学会比较、分析、观察事物的特点，发现各部分的关系及部分与整体的关系。

社会交往的特征：学生与同伴交往的时机更多，交往形式开始变得较为复杂，在与同伴交往中传递信息的技能进一步增强，学生更善于协调与其他同学的活动，越来越关注同龄群体的评价、赞同和指导。

1、重视教学内容的选择、搭配及方法的更新，提高学生的运动兴趣。

2、在课前布置预习内容，准备好下一节课的器材，尤其是自制器材，培养学生的动手能力。

3、从教与学两方面及时取得反馈信息，以改进教学质量，促进教学质量的提高。

4、注重学生的个体差异与不同需求，根据差异性确定学习的目标和评价方法。

1、运动参与学习领域：乐于学习和展示简单的运动动作，向

同伴展示学会的简单运动动作，向家人展示学会的运动动作。

2、运动技能学习领域：说出所做的简单运动动作的术语。会做简单的组合动作。做出多项球类运动的简单组合动作。做出体操的简单组合动作。做出武术的简单动作。

3、身体健康学习领域：知道如何在运动中避免危险。基本保持正确的身体姿势。发展灵敏和平衡能力。描述身体特征。

4、心理健康学习领域：体验体育活动中的心理感受。观察并说出同伴在体育活动中的情绪表现，在一定的困难条件下进行体育活动。

5、社会适应学习领域：体验并说出个人在参加团队游戏时的感受。知道在集体性体育活动中如何与他人合作。与他人完成体育活动任务。

## 体育全年教学计划篇三

1、六年级学生一般为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12岁到达高峰，以后增长率逐年迅速下降；女生均自8—9岁开始突增，12岁到达高峰，因此，六年级学生相比较，是属于身体发育的峰时期。

2、六年级学生安静时脉搏均值比五年级相对减少；女生血压指标11—12岁时仍处于增长阶段；肺活量均值男女生都随年龄的增长而增长，但男女生比较男生均大于同龄女生，12岁以后逐年加大。

3、六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，差异十分明显；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。13岁时，静力性耐力和爆发力也开始为敏感期。

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、六年级学生处于敏感素质发展即将交替的阶段，速度、灵敏、柔韧等素质的发展阶段快要过去，力量、耐力等素质的敏感期即将到来。个性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。

6、六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，已开始进入青春期的特点。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、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，每一天平均睡眠9小时即可。

1、六年级学生感知觉属于少年阶段的特点，但相比较较，六年级学生的视觉和听觉的感受性已发展到必须水平，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，许多练习虽然属于已学过的教材，但其动作规格标准提高了。

2、六年级学生的集中注意潜力有所发展，集中注意、专心致志的时间可达30分钟左右。注意分配潜力也有提高，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、六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好处记忆。

4、六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，综合思维的潜力。

4、男女生均显露其各自的心理特点，出现相互反感的倾向。群众意识又有发展，已不满足无规则要求的游乐性游戏，个性喜爱有必须规则的竞赛，愿做体力和智力相结合的游戏。已开始把体育活动作为抒发感情的途径。

6、自我评价意识逐步得到发展，十分尊重强者确定朋友关系的倾向十分浓厚，愿意同水平相当者竞争，自尊心、自信心、好胜心强，但往往对自己的潜力估计过高。

## 体育全年教学计划篇四

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。”

(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。

小学二年级的学生处于生长发育的初期，运动系统发育还不成熟，处于发展期，运动能力较低，身体各部分肌肉发展不平衡，上下肢协调性差；好动喜玩，想象创造力丰富；学习兴趣易激发。六个班级各有千秋，因此在教学中根据班级的特点进行因材施教。

后进生在六个班级中都有存在，个别是由于智力和生理有缺陷，。还有些是由于体质较弱、胆子较小等因素造成的，因此这些后进生是完全可以转化的。在体育教学中，我做到以下几点：

(1) 尊重人格，保护后进生的自尊心

(2) 热情鼓励，激发后进生的上进心

(3) 逐步要求，培养后进生的责任心

(4) 集体帮助，树立后进生的自信心

转化后进生的经验千条万条，核心就是多给后进生奉献爱心，让爱的阳光温暖后进生的心灵，让爱的雨露滋润后进生的成长。我坚信我所教的班级里没有后进生。

德育是教育的灵魂，育人是教育的本质。把德育改革与课程改革紧密结合起来，以新课程改革为契机，激活教学，优化课堂，使每一堂课都成为德育的有机组成部分，使每一个老师都成为德育工作者。这是本学期德育工作的重点，因此，作为一名体育教师，在课堂中渗透德育是我们义不容辞的责任。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，有意识地培养学生爱国主义、集体主义精神及社会公德、家庭美德、诚实守信等各种优良品质。

为了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。我将做到以下几个方面：

(一) 教师方面：

1、认真备课，精心写好教案。

- 2、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及为教学方法，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、在教学中注意对学生能力的培养。
- 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。
- 6、教师要注意仪表整洁，举止大方，教态自然。
- 7、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，并不断改进教学工作，不断提高教学质量。
- 8、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。
- 9、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，小刀等危险物品，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、有事有病要请假，不得无故缺课，不迟到、不早退。

4、在课堂上要注意安全，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，严格执行教师规定的各项保护措施。

5、同学之间友好相处、团结协作，创造性地完成老师布置的任务。

6、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。

1、通过本学期的教学使学生初步掌握立定跳远动作，跑步的基本方法，学会学习方法，发展学生跳跃能力，培养学生运动兴趣。

2、通过游戏发展学生的奔跑能力，培养学生认真、负责的积极态度，团结协作的团队精神。

3、让学生在特定的情境中通过观察、体验、掌握学习的方法。使学生热爱体育运动，并能乐意接受教师的指导，从而体验成功。

## 体育全年教学计划篇五

以“陶行之”生活教育主流思想为指导，以教研组教学工作计划为依据，认真学习“体育与健康教育”新课标，把“生活教育”的理念全面渗透到新课程实践中，并以学科生活化的“六个特质”全面引领教学工作；实施优质教育，进行教学改革，提高课堂教学质量此文来自优秀教育资源网斐斐,课件园。

### 二. 总体教学目标



1、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。

2、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。

3、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。

### 三、学生分析

六年级感兴趣的事物可以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。特别是集体活动，非常乐于表现自己的才能展示自身的价值。因此，在教学中要注意选择多种多样的教学内容，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。

### 四、体育课中学生行为习惯的养成

体育课教学注重培养学生[此文转于斐斐课件园]良好的行为习惯，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[此文转于斐斐课件园]各种优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量此文来自优秀教育资源网斐斐, 课件园。

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。

3、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。

### 三、学生分析

六年级感兴趣的事物可以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。特别是集体活动，非常乐于表现自己的才能展示自身的价值。因此，在教学中要注意选择多种多样的教学内容，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。