

## 小学体育大单元教学计划（精选 17 篇）

### 小学体育大单元教学计划 篇 1

#### 一、全册教材分析

一年级体育基础知识，是依据课程标准中各学习领域“水平一”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。在小学一年级的教学内容中，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“水平一”的活动与内容目标要求，把所编的队形练习、基本体操、走、跑、跳跃、投掷、滚动和滚翻、攀登爬越、韵律活动和简易舞蹈等诸项内容统一归类，称为“基本活动”。这些内容，都是一些最简单的身体基本活动和生活中所需要的实用性技能，没有典型的运动项目。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。

小学一年级学生模仿能力强，但对体育基本活动的动作概念和方法了解很少，因此，基本活动的教学，主要是让学生活动起来，学会一些简单的动作和方法，培养正确的身体姿态，为以后进一步学习各种体育活动的技术和技能打下一定基础。但是，在教学过程中，应该避免把本来较为简单的动作教的复杂化，也不宜已竞技性运动项目的训练手段运用于基本活动的教学。

#### 二、教学总目标

1、 进一步了解体育课和锻炼身体的好处,知道一些保护身体健康的简单尝试和方法。

2、 进一步学会一些基本活动、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。

### 三、教学重难点

1、养成正确的身体坐、立、行姿势。

2、队列和队形练习。

3、小学生广播体操。

4、各种跑、跳、投练习。

### 四、教学方向

培养体育人才，培养学生对体育的兴趣，全面发展人才。培养学生的运动能力，从而促进学生的身心健康发展，发展学生的体能，发展学生各项技能，发展学生速度、耐力、灵敏、协调性等方面的基本能力。

### 五、教学主要措施

1、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。谢号角案，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。

### 六、教学进度

略

## 小学体育大单元教学计划 篇2

### 一、指导思想

树立健康第一的指导思想，体现健康、快乐、主动的宗旨，注重情感的激发。从心里入手促进身心同动，构建良好的学习氛围。给学生以自主的空间。培养学生体育意识，为终身体育奠定基础。

### 二、教材分析

跳绳是深受学生喜欢的体育项目之一，花样跳绳对学生来说更具有很大的诱惑力。经常进行跳绳对于各运动器官的发育具有重要作用，尤其能够发展学生的弹跳力和弹跳、灵敏、协调、速度、耐力等身体

素质具有显著效果。通过花样跳绳的学习使学生即锻炼了身体，又提高了兴趣，在运动中体验快乐。增强终身锻炼的意识。

### 三、学情分析

初中学生情绪变化较大，运动能力有一定发展，上课喜欢玩，运动系统发育不成熟，肌肉力量和协调性较差，想象创造力丰富，学习兴趣易激发。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，让学生在过程中去探讨，去理解，去发现，去创造。通过合理的运动实践，在不断克服困难体验运动乐趣，养成体育锻炼的习惯，提高运动技能，培养健康和愉快生活的态度，增强体质，培养坚强的意志。

### 四、教学目标

1、使学生初步掌握花样跳绳的各种动作方法，掌握锻炼身体的简单方法，主导参与花样跳绳的学习与创造。

2、在教师的引导下培养学生自主创新精神，发展学生思维灵敏等素质，培养正确的身体姿势。

3、培养学生学习的兴趣和积极性，以及勇敢，顽强，胜不骄、败不馁，自觉遵守规则，体现互帮、互学、互练的团团队意识。

### 五、教学重难点

#### 1、教学重点

掌握跳绳的基本动作方法，培养学生身体素质。

#### 2、教学难点

花样跳绳组合动作的学习及学生创新能力的培养。

### 六、教学进度

#### 周次 教学内容

1、跳小绳(基本动作方法)、游戏

2、前后挽花跳、游戏

3、双绳双人同心跳、游戏

4、单绳双人交替跳加换位跳、游戏

5、双人车轮跳、游戏

6、跳大绳练习、游戏

- 7、大小绳结合跳、游戏
- 8、学生创编绳操或花样跳绳动作、游戏
- 9、复习各种花样跳绳
- 10、个人绳与多人绳展示总评

### 小学体育大单元教学计划 篇3

#### 一、学生分析

小学五年级的学生组织纪律性较强、情绪变化较大，运动能力有一定发展，上课喜欢玩，运动系统发育不成熟，肌肉力量和协调性较差，想象创造力丰富，学习兴趣易激发。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，让学生在去学习过程中去探讨，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。

#### 二、教学目标及重难点

##### 教学目标：

1、具有积极参与体育活动的态度和行为：学生将能够乐于参加各种游戏活动;认真上好体育课。用科学的方法参与体育活动

2、获得运动基础知识;学习和应用运用技能：学生将能够：在球类游戏中做出单个动作，如拍球、运球等;做出基本体操的动作;做出单一的体操动作，如滚翻、劈叉等;安全地进行体育活动.获得野外活动的基本技能。

3、形成正确的身体姿势;发展体能(发展柔韧、反应、灵敏和协调能力);具有关注身体和健康的意识。

4、学会通过体育活动等方法调控情绪学生能够体验并简单描述进步或成功时的情绪表现;观察并简单描述退步或失败时的心情。根据课程目标的要求和学习领域的各个具体的目标，以体育课和体育活动为载体，促进学生心理和身体健康、快乐的发展。

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。

教学重点：

分腿腾越；沙包掷远；50米\*8 或 400 米跑

教学难点：

体操技巧；蹲距式跳远

三、教材分析：

小学五年级体育教材以实践教材为主。根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑、耐久跑，1分钟跳绳，三级跳远，掷实心球为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿势的培养；在教学中的难点主要是耐力和力量的发展及提高，并且根据学生的能力以及学校的条件，体育教材主要选择田径（跑、跳、投），体操、游戏、篮球等基础项目，以便使学生跑、跳、投的基本技术得到提高；并挖掘生活中的实用技能。并通过体育锻炼，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、教学措施及注意事项

1、采用主题教学、情景教学等方法，充分发挥游戏活动的作用，激发学生参与体育活动的兴趣。

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的效果。

3、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。

4、高年级的学生可采用一些分组轮换的方法，由小组长带领进行练习，充分发挥小组长的带头作用。

小学体育大单元教学计划 篇 4

一、学生分析

一年级的学生，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（50 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、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：

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：自编操、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。

## 小学体育大单元教学计划 篇5

### 一、同学们情况分析

五年级同学们一般为10—11岁，属于人体发育的少年时期，总的来说，身体发育处于增长率高的阶段，发育指标的增长出现第二高峰。身高、坐高、体重、胸围、肩宽、骨盆宽等指标男生均自10岁开始突增，12岁达到高峰，因此，五年级同学们相对比较，是属于身体发育的最高时期。

五年级同学们身体素质指标均有提高，50米、立定跳远和50米X8往返跑优于女生，差异感非常明显；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同学们的敏感期，既关键发展期。11—12岁时，灵敏素质发展也极为敏感，学习和掌握技术动作较快。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。

女生在一起活动开始注意性别界限，男性女性的性别特点明显地表露出来。集体意思显得强烈，与其他他小组的对搞意思越来越强，喜欢与同学协作参加竞赛性练习，愿意练习竞技运动中的一些基本动作，但仍十分游乐性、趣味性、活动性游戏。

### 二、教学目标：

全期教材内容包括（一）、体育卫生基础知识（二）、运动技能（三）、身体健康（四）、心理健康。教材内容较多，其中体育卫生基础知识的教学以课堂讲授为主，并适当运用课堂讨论。室外授课，主要是让同学们掌握一定的运动方法、运动技能技巧，让他们养成自觉锻炼身体的好习惯，达到“健康第一、安全第一”的目的。

### 三、教材分析

(一) 使同学们基本认识自己的身体和掌握锻炼身体的知识及方法，巩固一些体育、卫生保健的安全常识，培养经常锻炼身体的习惯。

(二) 提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式。

(三) 初步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、韵律活动的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。

(四) 培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以能勇敢、顽强、胜不骄、败不馁，自觉遵守规则，团结协作等优良品质。

#### 四、教学措施

1、教育同学们热爱中国共产党，热爱祖国，逐步提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。

2、运用体育对同学们特有的影响，培养同学们的美感和文明行为，逐步提高培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱，互相帮助等集体意识和良好作风。

3、发展同学们个性，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，培养同学们的主动性、创造性。

4、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具，教师不准旷课，丢课或因故不能上课，必需经学校领导同意，并做好妥善安排。

5、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校领导汇报并做好妥善处理。

6、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课常各项规定。

7、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。

#### 五、教学进度

### 小学体育大单元教学计划 篇 6

为了进一步促进我校篮球运动水平，提高我校学生对篮球运动的



兴趣和竞争意识；丰富学校的业余学习生活，并能为终身体育奠定基础；并通过科学的、系统的训练提高学生的技战术水平，为能在全县中学生篮球赛中取得好成绩而努力。

教学方法和措施：

一、重新选拔队员成立新的校篮球队

- 1、通过各级老师的推荐选拔新的队员
- 2、根据上个学期级组篮球赛等物色新的篮球队员
- 3、通过同学间的了解选拔新的篮球队员

二、开展有计划、有步骤的科学训练

- 1、加大身体素质的训练
- 2、在加强综合素质的同时，注重个人的技术训练
- 3、通过技术、战术结合的训练方法

上课时间安排在每周下午活动课，人数相对较集中，以个人技术训练与战术训练相结合。

训练内容：

一、准备期训练：基本功练习

1、进攻技术：

a. 传接球

b. 投篮

c. 运球

d. 突破

1) 传接球：

a. 持球手法

b. 传球用力

c. 球的飞行路线

d. 球的落点

训练方法：

a. 熟悉球性练习

b. 原地传接球练习

c. 移动传接球

有防守情况下的传接球

2) 投篮:

a. 持球

b. 瞄准

c. 出手速度

d. 抛物线

训练方法:

a. 原地投篮

b. 跳投

c. 行进间投篮

3) 运球:

a. 身体姿势

b. 手臂动作

c. 球的落点

破:

a. 假动作吸引

b. 脚步动作

c. 转体探肩

d. 推放球加速

训练方法:

a. 无防守练习

b. 有防守练习

c. 对抗练习

2、防守技术:

a. 防守移动

b. 抢、打、断球

c. 防有球队员

d. 防无球队员

3、抢篮板球:

a. 一侧 45° 抢

## 二对二、三对三抢

### 二、技、战术训练、身体素质练习

- 1、传切：一传一切空切
- 2、突破分球
- 3、掩护
- 4、策应

三、通过局部之间的配合，充分的运用各种战术，以达到整个球队配合密切，并能熟练的运用几种战术。各种技战术在具体的教学比赛中运用。

四、通过队内之间教学比赛、或者和其他学校之间的教学比赛，并能通过教学比赛运用各种技、战术，使整个球队之间配合默契，寻找我们球队存在的不足，并通过训练逐步的提高自我。

## 篇 7

### 一、指导思想：

以《国家中长期教育改革和发展规划纲要》和邓小平理论、三个代表重要思想为指针，从健身体育出发，全面提高学生的身体素质及自我锻炼的意识。根据小学生生理和心理特点，为学生提供自主学习活动的空间，改变原有的教学模式，以教师为主导，学生为主体，充分发挥学生主观能动性，挖掘学生内在潜力，尊重每个学生的个体差异，满足学生的不同需求，培养学生创新意识。通过多种教学方式，培养学生自学、自练、互评能力，在愉悦的气氛中完成任务。

### 二、创建理念：

通过实践活动和理论研究，发现跳绳对儿童身心健康和智力发展有以下诸多好处：

1、能促进儿童健康发育，跳绳能加快胃肠蠕动和血液循环，促进机体的新陈代谢，有利于儿童健康成长；

2、能确立儿童的数字概念，儿童跳绳时自跳自数，有助于他们把抽象的数字与实际事物联系起来，使其初步理解数字的实际含义与概念；

3、能提高儿童记忆能力，由于儿童在跳绳过程中不断地数数，使

;

4、能促进儿童心灵手巧，人的机体在运动时会把信息反馈给大脑，从而刺激大脑进行积极思维，儿童跳绳时自跳自数，可以提高大脑的思维灵敏度和判断力，有助于儿童体力、智力和应变能力的协调发展；

5、能培养儿童的平衡感和节奏感，跳绳时的动作可谓左右开弓，上下齐动，有助于儿童左脑和右脑平衡、协调地发展，还可以培养儿童的节奏感；

6、能帮助儿童确立方位感和培养其整体意识，儿童在跳绳过程中，有时是单人跳，有时是双人跳，有时是多人跳，这有利于儿童形成准确的方位感。

7、儿童在跳绳活动中，能够自觉地形成组织纪律性，可以培养其团结协作精神和集体主义观念。

### 三、校情分析：

跳绳是一项广大人民最易接受和深受喜爱的运动，不太受场地和器材的限制，普及面广，可操作性强。因此，经校委会研究讨论、全体教师通过，决定在我校开展花样跳绳特色学校创建活动。

### 四、创建目标：

推广花样跳绳运动，初步形成学校体育文化特色；加强对学校花样跳绳特色创建的领导，健全各项工作机制，完善各项工作制度；开设花样跳绳校本课程，形成课程体系，并得到有效实施；加强学生专业小队的建设，开展好丰富多彩的跳绳活动。加强与兄弟学校、文体单位、民间艺人的联系，广泛吸收外部优质资源，形成强大教育合力，全面提升训练质量，推动学校花样跳绳运动快速发展，让跳绳运动精神渗透到其他学科和领域，促进学生综合素质的提高。

### 三、时间安排和对象

每周下午大课间全校学生

### 四、跳长绳单元教学计划

#### 学习目标

理解基本术语的含义，发展速度与耐力素质，提高身体灵敏性，增强腿部力量，掌握跳长绳的基本花样，能利用长绳锻炼身体，培养

## 3 2 2

学习内容 连续跳长绳 鱼贯式跳长绳 集体连续跳长绳 花样跳长绳  
长绳内跳短绳

## 单元评价

具体内容 单人连续跳、附加动作跳(拍手跳、叉腰跳、触肩跳、摸地跳、高抬腿跳、前后踢腿跳、开合腿跳、传接球跳)、双人连续跳 转圈跳:

## 篇 8

## 一、指导思想

本节课从健身体育出发,全面提高学生的身体素质及自我锻炼的意识。根据小学生生理和心理特点,为学生提供自主学习活动的空间,改变原有的教学模式,以教师为主导,学生为主体,充分发挥学生主观能动性,挖掘学生内在潜力,尊重每个学生的个体差异,满足学生的不同需求,培养学生创新意识。通过多种教学方式,培养学生自学、自练、互评能力,在愉悦的气氛中完成教学任务。

## 二、教材选择

双长绳是本单元教材四,跳绳是深受小学生喜爱的体育教材内容,经常进行跳绳,对于促进运动器官的发育和内脏机能的发展有重要的作用,尤其能够对发展弹跳力和提高灵敏、协调、速度、耐力等身体素质具有显著的效果。本课结合新课程标准的理念,根据五年级小学生身心特点,将跳绳教材游戏化,培养学生练习的积极性,针对学生的个体差异,采用分层次教学的方法,满足学生们的不同需求,确保每个学生都受益,通过游戏提高团结、协作、竞争以及群体意识和集体荣誉感,使学生得到全面的发展,在学习中体会快乐,在运动中体验成功的同时培养学生的终身体育意识。

## 三、教学过程

## 1.开始与准备部分:

采用英语谈话的方式开课,以此激发学生的学习兴趣,让学生体会体育课不是单一存在的。利用音乐烘托课堂气氛,改变队列枯燥、

让队列真正成为课堂中不可缺少的一部分，充分体现学生的动作整齐，团结协作的优良品质，反映学生的精神面貌。用节奏欢快的乐曲进行韵律操练习，提高学生的节奏感、协调性，使学生在愉快的氛围下达到热身的目的。

## 2.基本部分：

主教材是《双长绳》，教师引导学生，通过检查作业的方式，来了解学生对上节课内容的掌握程度，在此基础上鼓励学生勇于创新，从而引出本节课的主题——双长绳。教师将主要内容直观地展示给学生，鼓励学生模仿——分组——巩固提高——自由创编，使教学内容由浅入深地进行，同时针对学生的个体差异，为他们创设充分展示的空间，来满足学生们的不同需求。为了发展个性加强合作与交流，活动形式由个体发展到结伴练习，最后到小群体练习，教师设疑引导，学生们相互交流、合作尝试。在自主创新练习中，让学生运用生活中的经验和学会的动作，引导学生研究讨论，帮助发挥各自的才智与创造力，去创造新跳法。通过小组交流、展示、形成积极、主动的学习态度和行为，激发学生积极思维，有意识地挖掘和发展个性，使每个学生在课堂中都能充分展示自己，培养体育能力，使学生学会做课堂的小主人。运用游戏激发学生的好胜心和集体荣誉感，培养他们的竞争意识与合作能力，并从中体验到合作的快乐，同时在不知不觉中使孩子们丰富的想象力和创造力也得到发挥。

## 3.结束部分：

在本课的最后，一首《感恩的心》把学生带入轻松舒缓的氛围之中，逐渐恢复身心，使学生在愉快的心境中完成本节课的任务。

1.创设良好的学习氛围，建立民主、和谐的师生关系，促使学生主动、愉快地参与到课堂中来。

2.勇于创新与探索，让学生自主学习，开创学生的创造性思维，培养创新意识和实践能力。

3.采用以小组为单位的组织形式，学生自我练习、自主评价，实

4.关注个体差异，确保每一个学生都受益。

## 篇 9

### 一、大纲目的要求：

通过体育教学，向学生进行体育，卫生保健。增进学生健康，增强体质，促进德。智。体。全面发展，为提高全民族的素质奠定基础。

#### 1、全面锻炼身体，促进正常的生长发育

通过身体锻炼，培养学生身体的正确姿态，促进生理机能，身体素质和人体基本活动能力的全面发展。增强对外界环境的适应能力和对疾病的低抗力。

#### 2、初步掌握体育知识，基本技术的基本技能

学习简要的体育，卫生保健基础知识，树立安全的观念，掌握日常生活所必需的实用技能和简单的运动技术，培养锻炼身体的习惯。身体的能力；培养对体育运动的兴趣，善意成锻炼身体的好习惯。

#### 3、向学生进行思想品德教育，陶冶美的情操

教育学生热爱中国\*，热爱社会主义祖国，逐步提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感；运用体育对学生身习特有的影响，培养学生的美感和文明行为，逐步善养成遵守纪律尊重他人，团结友爱，互相帮助等集体意识和良好作风；发展学生个性，培养勇敢顽强超气蓬勃和进取向上的精神，注重能力的培养启迪思维，培养学生的主动性的创造性。

### 二、教材简析

高年级各项运动的基本教学内容与发展身体、教学分别排列，以保持身体素质的运动项目的固有特点和增加锻炼身体的实效性，基本部分占 70% ，选用部分占 30% ，其中，体育卫生保健基础知识占 6% ，使儿童懂理粗浅的卫生保健知识，基本运动游戏占 11% ，帮助儿童认识事物，促进体力和智力的发展，韵律操占 6% ，培养正确的身体姿势，田径占 15% ，发展身体素质，提高运动能力，体操占 16% ，培养学生组织纪律性，小球类占 6% ，提高身体基本活动能力，民族体育占 6% ，激发儿童民族自豪感，发展身体素质占 4% ，提高身体活动能力，全面

发展。

### 三、教学目标：

1、进一步了解和认识自己的身体，初步掌握科学锻炼身体的简单方法和评价身体锻炼效果的基本方法，能掌握所学知识，锻炼身体。

2、掌握所学各项运动的基本技能，提高运动技能，进一步促进身体素质和运动的能力的发展。

3、提高学习体育知识参加体育活动的积极性，初步树立公正、协作、负责的观念，在团体活动中注意协调配合与同伴的关系。

### 四、教学重点、难点

1、了解心脏的功能及其体育锻炼的关系。

培养学生积极参加课间、课外活动的良好态度和习惯。

2、掌握少年拳的要领，严格动作要领。

掌握基本的体育动作及蹲距式跳远和在支撑跳跃及篮球及基本技术.起跑后加速和终点冲刺跑技术等.

3、掌握游戏规律等。

## 小学体育大单元教学计划 篇 10

### 一、学生分析

水平一学生刚入学，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，经过去年半个学期的学习，学生们已经开始了正常的上课秩序，他们喜欢接受新知识，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。

### 二、教材分析

水平一的教材较为简单，本册教材内容有：体育基础知识（看图学习体育知识天天进行身体锻炼）、韵律体操及舞蹈（在欢乐的日子里）、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（30 米跑 高抬腿跑



300-500 跑走交替)、步法练习(跑跳步 踏跳步踏点步后踢步小碎步小跑步)。内容较简单,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、教学目标及重难点

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。

### 四、教学措施

水平一是一二年级的教学,属于小学低年级学段,小学低年级阶段的教学,要根据低年级学生自制力和理解力较差、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。上好水平一的体育课,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。水平一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。有些水平一的体育教学存在模式僵硬、成人化色彩浓,或教学直奔主题等缺陷,阻碍着小学生全体参与。用游戏教学法,可避免以上缺陷,较好的完成水平一的教学。五、教学进度表

### 小学体育大单元教学计划 篇 11

#### 一、设计初衷:

根据《标准》的实施建议中指出:“在注意选择适当的教学组织形式的同时,必须高度重视教学方法的改革,”结合小学生生活、心理特点,以知情教学为依据,以“健康第一”为指导思想,以素质教育为目标,通过教师组织引导,创设各种情景和条件,充分发挥学生

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/427012142002006040>