# 最新四年级体育教学计划表(模板8篇)

来源：网络 作者：静水流深 更新时间：2024-04-07

*时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。四年级体育教...*

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**四年级体育教学计划表篇一**

以《体育与健康课程标准》和体育组的工作计划为指导。制定身体锻炼目标，落实体育教学常规，增强学生体质，强化学生习惯培养。注重两操的管理，提高学生健体意识。开展课题研究，建立体质健康反馈系统。加强教学研究，提高自身素质。团结合作，齐心创先进。

经过一学期的教学，本班学生积极参与运动，体育运动能力较强，整体体育素质好，运动技能熟练掌握，身体健康状况良好，学习与锻炼能吃苦、勇敢顽强，较好的处理同学之间的人际关系，游戏与锻炼中能团结合作，学生喜欢体育游戏活动，更喜欢体育比赛。但班级之间学生的体育水平与体育素质存在差异，有的学生比较活跃，喜欢一些竞技较强的体育项目，有的学生更趋向于小游戏及小运动量的体育内容。体育课堂常规存在不足。本学期要根据以上情况制定出相应的策略，促进教学质量提高。集中注意力的能力较好，交换练习的时间应控制在20分钟内。

1、积极参与体育学习，能向同伴展示学会的简单运动动作，能向家人展示学会的运动动作。

2、能说出所做身体各部位简单动作的术语，如转头、侧平举、体侧屈、踢腿等。说出所做简单的全上身动作术语，如蹲起、踏步、滚动、跳跃等。会做简单组合动作，如球类、体操、舞蹈、韵律活动。知道不按规则运动和游戏会导致身体受到伤害，知道在安全的环境中运动和游戏。

3、在日常学习和生活中初步具有正确的身体姿势。在徒手操、队列等练习中保持正确的身体姿势。通过多种游戏发展位移速度和动作的灵敏性。通过多种练习形式(跳跃游戏和跳绳等)发展跳跃能力。能描述自己的身体特征。

4、体验参加不同项目运动时的心理感受，如紧张、兴奋等。在体育活动中展示自我，对体育活动表现出较高的热情，能克服困难，有意志坚强品质。

5、体验并说出个人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，并与他人合作完成体育活动任务。

1、牢固树立“健康第一”思想，把握新课程的四个教学理念，有效促进学生健康、快乐成长。

2、发扬教学民主，融洽师生关系，经常听取学生的意见，师生共同练习、游戏，提高学生学习兴趣，树立自信，提高课堂教学效益。

3、加强对学生学法的指导。提高学生自学、自练的能力。

4、给学生营造合作学习的氛围。在学生自学、自练的基础上，可以组成学习小组，让学生相互观察、相互帮、相互纠正，使学生在合作学习的氛围中，提高发现错误和改正错误的能力，不断提高动作质量，并在合作学习过程中发展社会交往能力。

5、教师要为学生提供机会，培养他们的创造力、竞争力以及迎接挑战的能力。在教学过程中，有些教学内容教师可以只提要求，不教方法，让学生自己去尝试学习。

6、通过布置适当形式的课外锻炼作业，培养学生的锻炼习惯以及对社会健康问题的责任感。

第一周：

(1)运动前后的注意事项

(2)玩与心理健康

第二周：

(1)生理卫生常识

(2)复习儿童广播体操

第三周：

(1)检查儿童广播操1——7节

(2)游戏课;

1、穿称门;

2、夹球接力;

第四周：

(1)列队形：向后转走游戏：冲过火力网

(2)队列队形;游戏：穿过小树林

第五周：

(1)400米走、跑交替

(2)追逐跑

第六周：

(1)技巧：仰卧起坐;

2、游戏：快跳快跳;

第七周：

(1)立卧撑;

2、游戏：绑腿赛跑;

第八周：

(1)检测：身高标准体重球类活动

第九周：

(1)立定跳远

(2)立定跳远

第十周：

(1)检查：立定跳远

(2)篮球

第十一周：

(1)坐位体前屈

(2)坐位体前屈

第十二周：

(1)检查：坐位体前屈

(2)球类活动

第十三周：

(1)快速跑

(2)弯道跑30—40米

第十四周：

(1)篮球

(2)篮球游戏：接力跑

第十五周：

(1)400米走、跑交替自主游戏

(2)600米—800米自然地形走跑交替

第十六周：

(1)乒乓球游戏：大网捕鱼

(2)乒乓球

第十七周：

(1)期末项目补测

(一)自选活动内容

(2)期末项目补测

(二)自选活动内容

第十八周：

(1)游戏课

(2)小足球

第十九周：

(1)机动

**四年级体育教学计划表篇二**

(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。四年级学生相对比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，因此，要特别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，肌肉细长而且柔嫩，大肌肉群发育比小肌肉的发育要早因此，要多安排跑、跳、投等基本活动能力的练习，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，因此，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，为抽象逻辑思维能力的发展提供了可能性，因此，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内容所吸引，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。集中注意力的能力较好，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，因此，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，但仍愿意依靠老师，希望老师来做主。

5、男女生之间开始出现界限，男女生之间容易保持一定的距离，站队时的间距都比低年级大了，不愿意站的很近。

6、自我评价意识开始形成，担心自己体育成绩不佳、担心自己在练习中影响集体。开始能分辨同学中体育能力的高低及学习态度的好坏。愿意听表扬，要求老师采取公平态度，老师批评不当，就不乐意，特别是女生.

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，为提高全民族的的素质奠定基础。”

〈1〉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。

〈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。

体育课教学常规

体育课教学应丛增强体质出发，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。

(一)、教师方面：

1、认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。

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、几为完成任务而采取的教学原则、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、教师不准旷课、丢课的因故不能上课，必须经学校领导同意，并做好妥善安排。

4、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。

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，教态严肃、自然、注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

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，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量此文来自优秀教育资源网斐斐课件园。

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。

**四年级体育教学计划表篇三**

以《体育与健康课程标准》和体育组的工作计划为指导。制定身体锻炼目标，落实体育教学常规，增强学生体质，强化学生习惯培养。注重两操的管理，提高学生健体意识。开展课题研究，建立体质健康反馈系统。加强教学研究，提高自身素质。团结合作，齐心创先进。

经过一学期的教学，本班学生积极参与运动，体育运动能力较强，整体体育素质好，运动技能熟练掌握，身体健康状况良好，学习与锻炼能吃苦、勇敢顽强，较好的处理同学之间的人际关系，游戏与锻炼中能团结合作，学生喜欢体育游戏活动，更喜欢体育比赛。但班级之间学生的体育水平与体育素质存在差异，有的学生比较活跃，喜欢一些竞技较强的体育项目，有的学生更趋向于小游戏及小运动量的体育内容。体育课堂常规存在不足。本学期要根据以上情况制定出相应的策略，促进教学质量提高。集中注意力的能力较好，交换练习的时间应控制在20分钟内。

1、积极参与体育学习，能向同伴展示学会的简单运动动作，能向家人展示学会的运动动作。

2、能说出所做身体各部位简单动作的术语，如转头、侧平举、体侧屈、踢腿等。说出所做简单的全上身动作术语，如蹲起、踏步、滚动、跳跃等。会做简单组合动作，如球类、体操、舞蹈、韵律活动。知道不按规则运动和游戏会导致身体受到伤害，知道在安全的环境中运动和游戏。

3、在日常学习和生活中初步具有正确的身体姿势。在徒手操、队列等练习中保持正确的身体姿势。通过多种游戏发展位移速度和动作的灵敏性。通过多种练习形式（跳跃游戏和跳绳等）发展跳跃能力。能描述自己的身体特征。

4、体验参加不同项目运动时的心理感受，如紧张、兴奋等。在体育活动中展示自我，对体育活动表现出较高的热情，能克服困难，有意志坚强品质。

5、体验并说出个人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，并与他人合作完成体育活动任务。

1、牢固树立“健康第一”思想，把握新课程的四个教学理念，有效促进学生健康、快乐成长。

2、发扬教学民主，融洽师生关系，经常听取学生的意见，师生共同练习、游戏，提高学生学习兴趣，树立自信，提高课堂教学效益。

3、加强对学生学法的指导。提高学生自学、自练的能力。

4、给学生营造合作学习的氛围。在学生自学、自练的基础上，可以组成学习小组，让学生相互观察、相互帮、相互纠正，使学生在合作学习的氛围中，提高发现错误和改正错误的能力，不断提高动作质量，并在合作学习过程中发展社会交往能力。

5、教师要为学生提供机会，培养他们的创造力、竞争力以及迎接挑战的能力。在教学过程中，有些教学内容教师可以只提要求，不教方法，让学生自己去尝试学习。

6、通过布置适当形式的课外锻炼作业，培养学生的锻炼习惯以及对社会健康问题的责任感。

第一周：（1）运动前后的注意事项 （2）玩与心理健康

第二周：（1）生理卫生常识 （2）复习儿童广播体操

第四周：（1）列队形：向后转走游戏：冲过火力网：（2）队列队形；游戏：穿过小树林

第五周：（1）400米走、跑交替 （2）追逐跑

第六周：（1）技巧：仰卧起坐；2、游戏：快跳快跳；

第七周：（1）立卧撑；2、游戏：绑腿赛跑；

第八周：（1）检测：身高标准体重球类活动

第九周：（1）立定跳远 （2）立定跳远

第十周：（1）检查：立定跳远 （2）篮球

第十一周：（1）坐位体前屈 （2）坐位体前屈

第十二周：（1）检查：坐位体前屈（2）球类活动

第十三周：（1）快速跑 （2）弯道跑30—40米

第十四周：（1）篮球 （2）篮球游戏：接力跑

第十六周：（1）乒乓球游戏：大网捕鱼 （2）乒乓球

第十八周：（1）游戏课 （2）小足球

第十九周：（1）机动

备注：因天气、假期和特殊原因将对进度作适当的调整。

**四年级体育教学计划表篇四**

以《新课程标准》为动力，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，使学校的体育工作越上一个新台阶。以 “健康第一”为宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口，以科学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，深化教学改革，全面推进素质教育。贯彻《小学生体制健康标准》。争创学校的体育特色，培养全面发展的学生。

二、工作目标：

1、提高教学质量。

2、加强业余训练，提高运动质量。

三、工作重点及主要措施

1、狠抓课堂常规，提高课堂质量

2、规范实施《学生体质健康标准》

严格执行课程计划，按表上足、上好体育课，认真落实“大课间活动”，确保学生每天有一小时的活动总量。本学期，广播操的训练。实施《学生体质健康标准》，积极测试，准时上报。 建立健全完善的校级运动队框架，是长远的事。按照体育竞赛计划表，认真抓好的训练。制定好周密而详细的计划。每天保证训练一个小时。并规范运动队训练制度，取得各班主任和学校领导的积极配合和支持。加强乒乓球班和田径特长班和篮球特长班训练，争取取得优异成绩。

3、做好器材管理

有标准,有计划地配置器材、设备等，落实场地、器材、设备的管理制度,做到器材有借有还的制度，确保其最大的使用率和安全性。

四、活动安排

第一周、制订体育工作计划，安排体育工作。

第四周、认真练习播操。

第五周、积极搞好体育教学工作与运动队训练。

第六周、准备区夏季运动会计划

第七周、做好大课间活动的工作。

第八周、积极搞好体育教学工作与运动队训练。

第九周、积极进行运动会训练

第十周、配合好学校期中考试

第十一周、积极进行运动会训练

第十八周、考查学生体育成绩。 第十九周、体育资料归档。

第二十周、配合学期期末考试

**四年级体育教学计划表篇五**

对于健康教育的推广，学校领导和老师一向都十分重视，通过与学科渗透结合，将其渗透到思想品德、体育与健康、综合实践活动等课程中，对学生开展形式多样的健康教育，目的在于营造一个健康及安全的学习环境、加强学生、家长和老师对健康的关注和重视，提高整体的健康生活意识，提高学生个人的生活素质。学校深信健康教育活动将在促进学生之间身心健康发展有显著成效，积极推动健康活动，如：长跑、举办运动会、广播体操比赛等，从而促进学生身心健康成长。

1、加强教学管理，充分发挥课堂教育的主渠道作用

对学生进行健康教育是促进学生身心健康发展的一个重要方面，学生有个健康的体质是保证学生们生活、学习的基础，因此要使学生养成良好的卫生习惯，并积极参加体育锻炼，增强体质。

2、根据学生的年龄特点，由浅入深，循序渐进地进行相应的体育与健康教育，提高健康教育课的效果。

a 在学生中进行相应的体育与健康知识教育：

(1)注意培养学生正确的饮食、卫生、睡眠习惯：注意饮食卫生，吃好早餐，一日三餐，定时定量，不偏食，让学生知道暴饮暴食的危害; 从睡眠卫生教育入手，根据自己的年龄，每天的睡眠时间不少于8—10小时，睡前、睡后应注意什么，养成早睡早起的好习惯。

(2)教育、培养学生做到“三个一”：眼离书本一尺远，身离课桌一拳远，手离笔尖一寸远;使学生知道从小要养成良好的读书姿势习惯，养成正确的坐、立、行、走姿势习惯。

(3)让学生知道课间活动好处多多：能使大脑从紧张转向轻松，避免疲劳，是全身得到放松，从而自觉参与课间体育活动，保持充配的精力，上好每节课，并教会学生常用的、简单的、易学的体育锻炼方法和技能。

(4)让学生懂得体育锻炼与防范措施的重要性，提高预防意外伤害事故发生的意识;学会分析发生意外的原因及造成的后果;学习简单的几种自救和救护他人的方法及注意安全的事项。

(5)对学生进行卫生保健常识宣传，让学生养成天天坚持做一两遍眼保健操的良好习惯，并做到手指清洁、动作有节奏、穴位正确、力度适当。

(6)告知学生参加体育锻炼和上体育课，必须穿适合运动的运动服和运动鞋，同时注意把衣袋里的钥匙、小刀等坚硬的东西取出来;还可根据运动的不同内容选择穿不同的运动服装。

(7)让学生从关注自己的身体入手，懂得为何有些人比同龄的孩子瘦小，而有些人又太过肥胖，除了遗传和疾病等原因外，要加强营养补充，更要进行体育锻炼。能坚持体育锻炼的人，就能长得高长得壮，抗病能力也得到加强，还能培养勇敢顽强，不怕困难的坚强意志。

(8)让学生知道在运动前后的安全、卫生常识，掌握科学锻炼身体的方法，如：运动前充分做好运动的准备，运动后不宜大量喝水，认真做好放松活动等。

(9)教会学生在运动中如何调控自己的情绪;学会合理地玩将是维护和增进自己的身心健康;让自己在一天的学习、生活中保持精神愉快、心情舒畅的稳定、健康的情绪。

(10)对进入青春期发育的高年级学生进行健康教育，让他们明确运动后应该怎样合理摄取营养;明确运动锻炼后积极休息对健康的作用。

(11)让学生关注自己的身体，关注自己的健康，爱护自己的四肢、躯干，更要爱护自己的内脏、头脑，还要爱护自己的牙齿，要讲究卫生，积极锻炼。才能保持健康的体魄，清醒的头脑。

(12)让学生认识到体育锻炼对身体的作用：能提高运动系统的功能;能促进呼吸系统和循环系统的功能;能促进神经系统的功能。

(13)让学生知道，参加体育锻炼也能克服自卑、恐惧心理，培养自信心和顽强的意志品质，从而正确认识自己，为学业的成功奠定基础。

(14)让学生了解青春期男女生的身体特征;知道青春期生理技能发生的变化;关注青春期的生理卫生常识。

(15)让学生了解人体骨骼的构造和功能，懂得青春期少年是人体生长发育突飞猛进时期，如能积极参加体育锻炼，可对身体的生长发育有显著地促进作用。因此要经常到大自然中去全面体育锻炼，以促进身体骨骼的生长发育。

3、定期对学生进行年度健康体检工作及体质健康标准测试工作

每年定期对学生进行一年一度的体质健康标准测试工作，并建立学生的个人健康卡，并向学生和家长反馈测试情况，让学生及家长明确孩子在体能体质方面需要加强哪些锻炼;同时进行的还有年度体检工作，保证学生体检质量，确保学生参检率达100%，体检结束后，及时向家长反馈学生体检情况，写出分析报告，相关资料汇入学生健康档案。

总之，加强学生的体育、卫生健康教育，培养学生强壮的体格、健康的生理和心里、勇敢顽强的毅力、艰苦奋斗、团结合作的精神，是学校教师的职责;学校体育、卫生工作，必须抓紧抓好，使学生不仅能学到知识，而且身心健康，体格健壮，使我校的健康教育工作及卫生管理工作再上一个台阶。

**四年级体育教学计划表篇六**

为切实搞好我校新学期四年级数学教育教学工作，提高教育教学质量，全面提升学生的数学素养，做新学期数学教育教学工作计划。

以全面提高学生的数学素养为宗旨，以数学教育教学理论为教学策略指导，全面提高教育教学质量。

质量目标：在新的学期里努力教学，力争使三年级数学合格率、优秀率名次得均到列周边乡镇前矛。

育人目标：在教师的鼓励和指导下，能积极地参加观察、操作、探索、交流等数学活动，对与数学有关的身边的某些事物有好奇心，对学习内容和学习活动感兴趣，有学好数学的愿望。

在教师和同学的鼓励帮助下同，能克服数学活动中遇到的困难，初步获得成功的体验，进一步培养好数学的信心。

在教师的指导和帮助下，能够认识到自己的数学活动过程和结果的正确与错误之处，并作出认定和修正，初步感受数学思考的合理性，初步培养实事求是的科学态度。

安全目标：在一学期的教学中，采取一切措施做到数学课堂教学和课外探究实践安全无事故，并为学校的整体安全时刻尽好自己的责任。

1、首先认真学习课标，明确教材教学要求，做到胸有成竹。

2、学习教育教学理论，用最新最科学的理念来武装头脑，指导日常的教育教学工作，做到恰到好处。具体从以下几方面着手：

（一）重视创设生动的数学学习情境

（二）重视学生独立思考与合作交流能力的培养；

（三）积极提倡解决问题策略的多样化；

（四）重视培养学生初步的应用意识和解决问题的能力；

（五）关注学生的个体差异。

3、认真钻研教材，研究学生明确编排意图，科学处理教材，备好每一节课，做到深入浅出效果好。

4、开足课时，认真上好每一节课，并及时反思改进，做到联校领导要求的每天十问。以学生为主体，教师为主导。把课堂教学真正落实到提高学生的科学素养的轨道上来，把课堂教学既搞活又做实。虚心向有经验的教师学习，经常积极主动听课教研，切实提高自己的教学水平，提高教育教学质量。

5、科学作好班级管理。指导学生小组高效合作学习，全面提高教学质量。培养提高学生的合作学习能力，小组长的组织管理能力，同学之间的互助互学精神，积极主动的认知态度，是非常重要的。因此，在教学中做到“三个一”即：选好和培养一个好组长，搭配好一个好小组培，养一个好学风来建立起一个个互学能力强的学习小组，来铸优抚差，大面积提高教育教学质量。

6、合理安排时间，做好全册教学内容和时间安排。站在单元内容的高度，结合学生学习生活经验实情，科学整合教材。做到胸有成竹，重点突出，张弛有度。

内容课时

一、认识更大的数10课时

二、线与角8课时

三、乘法10课时

四、图形变换3课时

五、除法14课时

六、方向与位置4课时

七、生活中的负数4课时

八、统计4课时

总复习3课时

**四年级体育教学计划表篇七**

本站后面为你推荐更多四年级体育教学计划！

一、学情分析：

小学四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性有了必须的基础；能基本掌握基本的单、双脚跳跃方法；正确地跑步姿势和方法；基本学会与同伴合作学习；能正确评价自己及他人的学习态度与学习潜力；在主动参与体育游戏与活动。但部分班级学生由于个体差异的奔跑潜力、跳跃潜力不是很好，须加强锻炼腿部力量；个别女生的手臂力量较差，投掷潜力不强，还待加强锻炼；本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓广播操质量和课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

二、教材分析：

小学四年级体育教材以实践教材为主。根据学生的潜力以及学校的条件，体育教材主要选取田径（跑、跳、投），基本体操、小球类、技巧、游戏等基础项目，以便使学生跑、跳、投等的基本技术得到提高；并挖掘生活中的实用技能。并透过体育锻炼，培养群众主义精神，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。

三、教学总目标：

1、引导学生初步养成主动、用心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的兴趣，体验到体育活动带来的快乐。

2、引导学生透过学习各项体育活动资料，获得一些运动和健康的基础知识；初步学习和体验运动的技术与技能，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。

3、引导学生透过体育教学活动，和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，促进身体全面发展，增强关注自己身体和健康的意识。

4、引导学生学与练的过程中，体验参加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，学会透过体育活动调控自己的情绪，并在必须的困难的条件下进行体育活动，养成克服困难等意志品质。

5、引导学生构成活泼开朗、用心向上、团结合作、竞争进取等的精神，以及勇敢、顽强、尊重他人、遵守规则的意志品质。

四、教学要求：

每堂课教学，都应把学生的运动实践活动作为实现综合目标的载体，教学中要关注四个学习领域目标的达成。

教材的设计要把重点放在培养学生参与活动和主动、用心的学习态度上。教师在选取教材时，要在“趣”上做文章，发展学生体育基本活动潜力。

在教学时教师应体此刻引导、启发和帮忙学生主动、用心、创造性地学上学习，给学生留与充足的自主支配、自由发挥的时间和空间，让学生学会自主学、自我表现、自我保护、自我评价；不仅仅学会动作方法与技能这一结果，也要掌握获地结果的过程。

教师在教学上时要注重学生个体差异。教师要根据学生的各种差异性适定教学目标、选取教学资料、教学方法，坚持面向全体学生，努力做到因材施教，使学生真正做到学习的主人。

**四年级体育教学计划表篇八**

质关乎学习生活的质量。下面百分网小编带来四年级体育工作计划，欢迎阅读。

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。四年级学生相对比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，因此，要特别注意身体姿势的培养和练习前的准备活动。

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内容所吸引，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。集中注意力的能力较好，交换练习的时间应控制在20分钟内。

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，为提高全民族的的素质奠定基础。”

〈1〉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。

〈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。

体育课教学应丛增强体质出发，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。

1、认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。

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、几为完成任务而采取的教学原则、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、教师不准旷课、丢课的因故不能上课，必须经学校领导同意，并做好妥善安排。

4、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。

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，教态严肃、自然、注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

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，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量此文来自优秀教育资源网斐斐课件园。

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。

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、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

4、在课堂上严格执行教师的各项要求，不经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

5、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。

6、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。

周次 计划进度

一 引导课，体育常识，游戏是儿童的良师益友。

二 1、队列队形; 2、游戏：穿过小树林;

三 1、基本体操;2、游戏：守卫红旗;

四 1、基本体操;2、游戏：报数比赛

五 1、基本体操;2、游戏：春种秋收;

六 游戏课：1、穿城门;2、夹球接力;

七 1、技巧：前滚翻起立接球;2、游戏：绑腿接力;

八 1、技巧：不同开始姿势的前滚翻：2、复习前滚翻

九 游戏课：1、端水平衡：2、障碍赛跑

十 1、技巧：复习前后滚动;2、游戏：绕木棒接力

十一 1、韵律活动;2、走：各种姿势的走

1、 用各种正确姿势的走;2、游戏：迎面接力

十二 1、队列：报数;2、复习各种姿势的走

1、韵律活动;2、队列：报数

十三 1、技巧：前滚翻;2、游戏：跳垫子游戏

十四 1、劳动模仿操;2、游戏：迎面接力

十五 1、队列：齐步走—立定;2、复习劳动模仿操

游戏课：1、蹦蹦跳跳;2、猎人猎老虎

十六 1、队列：走圆形;2、十字接力

1、技巧：立卧撑;2、游戏：换物接力

十七 1、队列;行进间走;2、复习韵律操;

1、韵律操;2、游戏：单脚跳接力;

十八 1、游戏课：1、踏石过河;2、攻关;

1、技巧;仰卧起坐;2、游戏;快跳快跳;

小学四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。

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;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、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。

小学四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(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。

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

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。

1、学生情况 每班40人左右，男女生基本均等，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况 四年级学生喜欢跑、跳、投掷、攀登、追逐、跳绳、踢毽子等大肌肉活动。各项技能掌握逐渐熟练。

1、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和安全常识，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、团结协作等优秀品质。

1、教学内容

a、体育卫生保健基础常识

b、队列队形练习

c、体操技巧

d、田径

e、游戏

2、重难点

在以上五点内容当中，a、c、d为重点内容，其中c、d为难点。体育卫生保健知识是贯彻理论联系实际的原则，建立体育锻炼与卫生保健教育相结合的重要措施之一。根据小学生的年龄特点和认识水平，体育课的理论教学主要是通过通俗易懂的讲述，使学生懂得粗浅的体育锻炼卫生保健常识。

1、教育学生热爱中国共产党，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、运用体育对学生特有的影响，培养学生的美感和文明行为，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。

4、特别加强对队列队形的教学。

四年级体育工作计划

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn