# 2024年小学体育单元教学计划及教案(大全8篇)

来源：网络 作者：夜色温柔 更新时间：2024-09-14

*计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。小学体育单元教学计划及教案篇一新的学期已经到来，如何制定小学体育单元教学计划?下...*

计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

**小学体育单元教学计划及教案篇一**

新的学期已经到来，如何制定小学体育单元教学计划?下面是本站小编收集整理的小学体育单元教学计划，欢迎阅读。

教学目标：

1、 通过各种跳绳练习，让学生掌握花式跳绳的技巧。

2、 发展学生身体上下肢的灵敏、协调等身体素质。

3、 培养良好的合作意识，增强克服困难的自信心，促进心理健康和社会适应能力的提高。

教学资源：

篮球场1个、绳子50条、学生(以班为单位)、录音机、校园网等教学资源。

课次、达成目标、学习内容、重点与难点、教学与策略;

第一课次

1、让学生了解跳绳的历史由来与发展。

2、通过对跳绳知识的了解，培养学习兴趣，提高认识。

1、学习跳绳有关知识。

2.跳短绳。

1、上下肢协调。

2、死绳后快速起跳。

1、多煤体辅助教学。

2、友伴分组练习。

3、游戏比赛。

第二课次

1、 继续学习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳方法。

2、 发展学生互帮互学、相互协作的良好品质。

3、 初步掌握双人花样跳绳技术。

1、继续学习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

2、 双人花样跳绳。

1、掌握手腕快速摇绳的动作。

2、动作熟练连贯上下肢配合协调统一。

1、友伴分组练习。

2、学生示范，老师引导评价。

3、教教学比赛。

第三课次

1、进一步提高单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

2、培养合作和尊重、团结友爱的意识。

1、 复习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

2、二人、多人花样跳。

1、上下肢协调。

2、入绳时间和跳出时间。

1、友伴分组练习。

2、多煤体教学。

3、自主创编

第四课次

1、 通过复习进一步提高花样跳绳技巧。

2、 创编多种花样的组合。

3、 展示、并评价学习成果，提高学生学习能力和创新能力。

1、复习双人花样跳绳。

2、尝试并创编多人合作跳绳。

1、同伴间动作的协调。

2、多人同时入绳时间和跳出时间。

1、教学比赛。

2、创编各种花样。

3、交流学习。

4、成果展示。

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。”

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。

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。

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。

共

2

页，当前第

1

页

1

2

**小学体育单元教学计划及教案篇二**

广大体育教师每个学期初都要制订体育教学工作计划、单元教学计划等，既是对该水平教材整体理解与把握的需要，又为体育教师制订课时计划提供了更加科学的依据。其中体育单元教学计划，对指导体育课堂教学显得更为重要。人教版《体育》指出：“单元体育教学工作计划是保证体育课达到教育教学目标，对学期体育教学工作计划的深化和具体化的教学文件”。现就新课标下小学体育单元教学计划的制订和有效实施谈几点认识。

1、需重视体育单元教学计划在体育教学过程中的作用。体育单元教学计划一般是以一个教材内容将其安排为若干课次，按照每一课次的学习目标设计相关的练习内容和手段，并提出一定的教学建议及措施等。我们一直认为体育课是体育教学的最基本单位，都非常重视每一节课的设计和组织教学，往往比较忽视整个单元的教学连贯性作用。而形成比较完整的一项动作技术是需要通过几课时的教学才能完成的。如果只重视单个的动作技术教学而忽视了单元教学的连贯性，教学效果往往会事倍功半。如果在单元教学计划统领下，坚持单元教学的连贯性，再认真组织实施好每一节体育课，教会学生一项动作技术就会事半功倍了。因此，我们要特别重视单元教学计划的制订，并让其在教学过程中真正发挥作用。

2、体育单元教学计划的制订需注意的事项。

一是要理解与区别新旧教材体系。原浙教版《体育与保健》教材编排的特点是以学期为单位，每个年级都有上下两册，而且每一课都有详细的教学内容。教师比较容易制订体育单元教学计划。如蹲踞式跳远教材在本册教材中有几课，每一课教什么内容，一目了然。而人教版《体育》新教材编排的特点是以学段为单位，小学分低、中、高三段，每一段为同一水平，编排了三册教材。相比较而言，新课标下，没有了每一课的教材内容，需要教师重新理清教材体系，创造性使用教材。教师对每个学期的体育单元设置更是较难把握，必须对整个水平段的教材真正理解后，才能将每个教学单元有序设置。

二是教师必须要认真钻研教材，掌握整个单元教材的重点和难点，选择新颖、多样的教学方法和手段。这是制订单元教学计划的关键。一项运动技术能否顺利地让学生学会，教师要吃透该教材的重点和难点，单元教学设计中既要突出重点，更要分解难点。小学生对运动技术的把握比较慢，一堂课中不能出现多个难点，有时一个难点还需要通过几个课次才能解决，不能急于求成。如一年级持轻物掷远，难点是肩上屈肘，往往会有一部分学生习惯低于肩出手。教师可以选择掷纸纸飞机、用绳抽鞭子、单手对地掷小皮球、原地正面掷过一定高度的标志等方法和手段分多课次来强化肩上屈肘的技术。

三是要安排好合理的教学顺序。我认为单元计划的制订延续时间不能太长，应该在学期的同一个时间段内完成教学任务，或者说要尽量地集中排列。还要遵循由易到难，由简到繁的认知规律，认真设计整个单元中的教学顺序。如一年级持轻物掷远，第一个学期就有掷沙包的考查和体质健康标准测试。为了达成这个目标，教师必须精心编排单元教学顺序。先用轻物练习，如纸飞机、羽毛球、小皮球、自制纸球和布球等，以提高课堂教学效率，又能确保投掷中的安全。在学生练习达到一定量，技术基本掌握后，教师再用沙包进行教学，功到自然成。

精心制订体育单元计划固然重要，但关键是抓实施。那么如何通过有效地实施体育单元教学计划来提高课堂教学质量，我认为主要可从以下几个方面着手。

1、体育教研组开展单元接力课研讨活动。体育教研组开展课堂教学研讨活动一般都是通过公开课形式，由一个成员上展示课，有的可能同时围绕一个主题展示两节公开课，大家回绕公开课结合主题开展研讨活动。这种教研方式主要是研究同一教材同一课时的教学设计，或者是不同教材同一主题的教学设计，而没有解决同一教材系列的教学设计。如果我们通过单元教学接力课的模式，研究该教材同一水平上的各课时教学设计，就能让教师形成一个比较完整的单元教材体系。活动中有时可以结合教研一轮课每个成员上一个课时，有时结合师徒结对，你上第一课时，我上第二课时等。通过一个周期的上课、评课、反复磨课，最终让全体教师既能上好每一节课，又能把握整个单元的教材体系。使单元计划真正有计划地落实到每一节体育课中。（如果该年级只有一位任课教师的，可以与同一水平的任课教师联合开展单元接力研讨活动。）

2、实行各年级教学场地轮换制度。目前学校均有一定的规模，一所学校十几个、二十几个教学班的不在少数。就如我们学校有27个教学班，共90节体育课，有4名专职体育教师，另还有7名兼职体育教师。如果上午第一节课不安排体育课，其他平均算下来每一节课同时会有4节体育课，有时可能会更多（我校教导处在体育课表排课时已经考虑了每节次中体育课最多不超过5节）。一般的小学有200米或250米的运动场已经很不错了。在这有限的运动场地上同时有4位或更多的体育教师上课，往往会出现互相之间场地冲突、器材冲突等现象。特别是兼职体育教师，一堂语文课或数学课后匆匆忙忙来到操场，想好的教学场地和教学器材被其他体育教师占用了。导致教学计划无法正常实施，单元计划更是会落空。如果采用各年级教学场地轮换制，就会避免这种现象。我们学校有六个年级，把学校可利用教学的运动场地按年级分为六个区域。三个星期内这个年级就按规定在同一场地上体育课，三个星期后轮换到下一个运动场地，每个学期六个循环，18个星期刚好完成一个学期的`教学计划。如果该年级这节课没有体育课，空闲场地和器材其他年级可以使用。或者说规定时间内该年级在该场地有优先使用权。三个星期的课时量，一二年级是12节课，三至六年级是9节课，基本能完成一个单元教学计划（含特殊天气）。我校通过多年来的实施，既避免了教师之间场地器材冲突的现象，又能有效地实施了体育单元计划，也为提高体育课堂教学质量提供了保证。

3、教材的重组与搭配。首先把握好每一课时目标与整个单元目标的关系。一课时往往只能教给学生单个技术，而一个单元的教学就能为学生提供整套技术。一个单元计划的教学目标实际统领着本单元若干节课的目标，每一节体育课也必需知道本节课在整个单元中所处的位置。因此，在实施体育单元计划时需总体把握整个单元的教学目标，然后再分解成每个课时目标。最好是能把整个单元中每一课时计划全部制订后再组织实施，这样更有利于教师把握每节课的目标，也更有利于教学质量的提高。其次是教学内容的组合和搭配要合理。小学阶段主要是以打好体能为基础的，而不是以学会专项技术为教学目标的。因此，在实施单元教学计划时不能以纯单元来组织课堂教学，可采用复式单元进行教学，即一个单元可采用两项教学内容。跑、跳、投是小学阶段最主要的三个教学单元，所以在组合与搭配时尽量不要考虑在同一课时中，这三项主教材最好分别与体操类、球类、校本特色类和游戏类等有机的组合和搭配，既能保证三项主教材的有效实施，又能全面地涉及到整个教材体系中每个教学内容。单元教学是体育教学最为基本的完全单位，以往我们重视备课时计划，今后我们应逐步转化到备单元计划上来，并通过有效地实施好体育单元计划来达成各水平阶段的教学目标，从而实现各学习领域的目标。

**小学体育单元教学计划及教案篇三**

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。

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。

小学生情绪变化较大，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，让学生在学习过程中去探讨，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。

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、互练的团队意识。

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。

**小学体育单元教学计划及教案篇四**

欢迎下载

工

作

计

划—胡浩

一、学生基本情况

1、学生情况：本学期我所教的教学班级仍然是六年级，六年级共31人，学生身体健康，无运动技能障碍。

根据重庆市九年义务教育全日制小学试用课本：体育与健康和《九年义务教育全日制小学体育教学大纲》以及结合本校实际情况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，养成良好的卫生习惯；掌握科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，从小树立终身体育的思想，并在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

三、教学目的和要求

欢迎下载

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、进一步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、舞蹈等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在学校里，你会获得有助于你强壮体魄的体育运动项目和方法，有助你身心健康的运动心里小知识和卫生小常识，有助你于你与人成功交往的各种小游戏和团队活动，有助你于你感受成功快乐的体育竞赛游戏…到操场上，到阳光下，到大自然中去吧！积极主动地参与体育游戏活动，你将获得更多的新知识、发现更多的新方法、找到更多的新答案：在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，你将会感受体育运动带来的乐趣，你将会发现体育运动增予的益处，你将会体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。同时你还可以不断地发展和张扬你的个性，充分地展示你的特长与你的聪明才智，让你的童年生活更绚丽多姿！让你在小学阶段的学习、生活更加有趣，更美好！

四、重难点及教学安排 1、教学内容

欢迎下载

（1）体育卫生保健基本常识（2）田径（3）游戏（4）球类

（5）希望风帆（第三套）2、重难点

在以上五点内容中，（5）为重点内容，其余为基本掌握内容。五、教学措施

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、朝气勃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。 六、学生方面：

欢迎下载

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。 七、期末总结拟写。

万朝大冲小学 20xx年8月31日

欢迎下载

**小学体育单元教学计划及教案篇五**

小学三年级的教学内容包括基本体操、走跑与游戏、跳跃与游戏、投掷与游戏、技巧与器械体操、小球类与游戏、对抗角力游戏、武术、韵律活动与舞蹈、体育与健康基础常识。这一学期基本学习一些简单的内容，初步掌握一下，主要是基本体操、走跑、跳跃、投掷、技巧和球类。

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、引导学生初步养成主动、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。

2、引导学生通过各项体育活动内容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、引导学生通过体育教学活动，逐步养成正确的动作姿势和良好的身体形态，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，促进身体全面发展，增强关注自己身体和健康的意识。

4、引导学生在学习与练的过程中，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。

5、引导学生形成活泼开朗、积极向上、友好相处、团结合作、竞争积极的精神，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。

略

文档为doc格式

**小学体育单元教学计划及教案篇六**

授课教师：阳浩

班级：二年级

时间：2024.10.24第四节

小学二年级体育教学设计《快乐跳绳》

指导思想：

以《体育课程标准》为依据，贯彻“以学生发展为中心”，重视学生的主导地位，关注学生个体发展的差异，激发学生的体育兴趣，改变单一的教学方式，淡化枯燥的跳绳练习，能让学生主动式、探究式的学习，做到寓教于乐，使学生在轻松愉快中完成教学目标，并从中学到一些简单的动作方法和活动技能。

二、学情分析：

本节课的授课对象是小学二年级学生。活泼好动是学生的天性，他们对体育活动有着广泛而浓厚的兴趣，喜欢模仿和学习别人的运动技能与技巧。自信心强，但注意力容易转移，缺乏合作精神等不良心理倾向，他们正处于生长发育的关键期，他们的年龄特征：

1、依赖性强、自我约束能力较差；

2、模仿能力强；

3、具备一定的探索知识、自主创新的能力。五年级学生正处于生长发育的关键时期,乐于参加体育活动,并乐于向同伴展示运动动作.她们都比较活泼,思维反应敏捷,模仿能力和接受能力强.但是自我约束能力差,绝大部分同学已经具备了较强的社会适应能力,能在集体活动中与她们团结合作,完成活动任务.针对五年级学生的生理和心理特征、认知规律，我选择了跳绳为本课的教学内容。

三、教学目标：

1、情感、态度、价值观：

1）、激发学生积极参与体育活动的兴趣，让学生能在活动中展示自我，快乐锻炼，使学生掌握一些自我保护和自我防范的能力。

2）、培养学生的主动创造性，学生的坚忍不拔，顽强拼搏和保家为国的爱国主义精神。同时增进学生团队合作意识和竞争意识。

2、知识与技能：

1)、通过教学，使学生能体会一绳多用的方法,培养协调能力。

2)、通过学生在跳绳中主动设计、创造的练习，发展学生快速、灵敏、协调的能力。并促进学生智力的开发。

授课教师：阳浩

班级：二年级

时间：2024.10.24第四节

四、教学重点、难点：

1、通过各种形式跳绳的体验活动掌握一定的技能。

2、在练习中，能够掌握跳绳活动方法，做到自主学练和合作锻炼。

五、教学过程：

（一）、开始部分：（时间10分钟）

1、体育委员集合队伍

2、师生问好

3、游戏：“踩尾巴”

要求学生通过两人一组，一人把绳子绑在腰间，露出两端“尾巴”，想方设法保护好“尾巴”；另一人使劲去抓它；并轮流活动。教师边指导，要求注意动作规范和安全，边参与学生活动。活动中，学生兴致盎然，奔跑、躲闪，循环反复，在轻松愉快的游戏中进行热身活动。

4、创设情景、激发兴趣师：同学们你们会编徒手操吗？下面我们一起编一套徒手操吧！以我们学过的各种跳绳动作为基础。编一套绳操。生：学生分散，边创编边练习。

学生表演自编的绳操，一起练习几个有特点动作。

设计意图：采用创编绳操，进入了角色。自由发挥练习，让学生在不知不觉中身心很快进入状态，达到热身的目的。

（二）、基本部分（时间25分钟）

学习跳绳，掌握技能。

1、辅助练习：（3—5次）

徒手摇---单手摇---交替摇

（辅助练习，让学生体会手腕用力摇绳的方法。）

2、并脚跳10—15次；要求：两腿伸直并拢。（学生完整体会）

3、教师讲解动作要领并示范：

4、一分钟的跳短绳注意事项：教师应掌握学生练习的次数、速度、时间，每次练习后要有适当的时间让学生做放松活动。

授课教师：阳浩

班级：二年级

时间：2024.10.24第四节

设计意图：发展学生自主学习的能力，根据学生的个体差异，重点辅导一般学生，鼓励他们树立信心，超越自我，通过各种评价促进学生改进动作，在练习中体验成功的喜悦，发展学生的速度耐力、协调性和灵敏性，提高学生的心血管机能。让学生带着问题过度到下一个环节两人跳短绳。

5、学生分四组拓展双脚跳绳形式（两人一组合作跳）

6、抽同学展示并给与鼓励（1—2次）

7、小结

设计意图：利用问题来引导发展学生，用不同的跳绳形式，个人与集体，来发展学生的兴趣，丰富课堂内容，活化课堂气氛，提高学生眼疾脚快的应变能力，发挥体育骨干的作用，培养学生的组织能力和团队合作精神。

（三）、游戏部分：

接力游戏：“保卫钓鱼岛’

要求：学生积极参与，团结合作，相互鼓励，安全第一。游戏规则：

1、将男生分成两组用跳绳制作障碍，女生分组进行往返接力游戏。

2、提高难度，分组讨论变换障碍，再次进行。

教法：

1、讲清游戏的方法和规则

2、教师进行分组

3、开始第一次练习

4、教师小结

5、分组制作第二次障碍

6、开始练习-----“保卫钓鱼岛”

7、教师总结

设计意图：

1、让学生自己动手选择不同的方法制作障碍，发挥学生的自主创造能力，培养学生的坚忍不拔，顽强拼搏和保家为国的爱国主义精神。

2、学生之间的配合可以增进学生团队合作意识和竞争意识。

（四）、放松阶段（时间5分钟）

1、放松活动：（集体做绳操一节）

授课教师：阳浩

班级：二年级

时间：2024.10.24第四节

要求：动作到位，积极参与，认真模仿。

2、本课小结

3、师生再见

4、收放器材

组织：四列横队

教法：教师口令、示范并领做

要求：全身放松，身心愉快

**小学体育单元教学计划及教案篇七**

五年级的学生年龄，处于敏感素质发展即将交替的阶段，速度、灵敏、柔韧等素质的最佳发展阶段快要过去，力量、耐力等素质的敏感期即将到来，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，使男女均衡发展特别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。五年级是素质发展的大好时期，相应练习的容量要大。

二、教材分析

全学期教材内容包括：

（1）体育卫生基础知识。

（2）运动技能。

（3）身体健康。

（4）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，主要是让学生掌握一定的运动方法、运动技能技巧，让他们自觉锻炼身体，达到“健康第一、安全第一”的目的。

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、教学内容

1、跑

改进快速跑和400米耐久跑的途中跑技术，培养跑的正确姿势，主要以50米、400米为主要教学内容。

2、跳跃

掌握跨越式跳高和蹲距式跳远的助跑，起跳空中姿势和落地四个环节，重点改进助跑和起跑相结合的技术，教学内容以跨越式跳高和蹲距式跳远为重点教学内容。

3、投掷

巩固原地投掷的能力和上步投掷的方法，初步掌握协调用力技能，教学中以上步掷沙包为教学重点。

4、基本体操

主要以1分钟跳绳，跪跳起为主要教学内容。

六、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，加强对学生学法的指导。教学过程是师生交往、共同发展的互动过程，如果把体育学习理解为只是教师的讲解与示范，学生模仿教师的动作，强调了教师的教法研究，忽视了学生学法的探索，只管教的怎么样，不管学的如何，必然不利于调动学生的积极性，不利于提高教学质量。因此，要重视学生学法的研究与探索，不仅要研究教法与学法，而且要研究教法与学法的变化；不仅要研究学生的“学会”，而且要研究学生的“会学”。

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。如主题式教学法、情景式教学法等充分发挥游戏和游戏法的功能与作用，激发学生的学与练的兴趣，达到预期的教学目标效果。

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。因材施教，分组时采用男女分组或按身体素质分组，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

文档为doc格式

**小学体育单元教学计划及教案篇八**

1、 通过各种跳绳练习，让学生掌握花式跳绳的技巧。

2、 发展学生身体上下肢的灵敏、协调等身体素质。

3、 培养良好的合作意识，增强克服困难的自信心，促进心理健康和社会适应能力的提高。

篮球场1个、绳子50条、学生(以班为单位)、录音机、校园网等教学资源。

课次、达成目标、学习内容、重点与难点、教学与策略;

1、让学生了解跳绳的历史由来与发展。

2、通过对跳绳知识的了解，培养学习兴趣，提高认识。

1、学习跳绳有关知识。

2.跳短绳。

1、上下肢协调。

2、死绳后快速起跳。

1、多煤体辅助教学。

2、友伴分组练习。

3、游戏比赛。

1、 继续学习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳方法。

2、 发展学生互帮互学、相互协作的良好品质。

3、 初步掌握双人花样跳绳技术。

1、继续学习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

2、 双人花样跳绳。

1、掌握手腕快速摇绳的动作。

2、动作熟练连贯上下肢配合协调统一。

1、友伴分组练习。

2、学生示范，老师引导评价。

3、教教学比赛。

1、进一步提高单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

2、培养合作和尊重、团结友爱的意识。

1、 复习单双脚交换跳、并脚跳的跳绳技术。

2、二人、多人花样跳。

1、上下肢协调。

2、入绳时间和跳出时间。

1、友伴分组练习。

2、多煤体教学。

3、自主创编

1、 通过复习进一步提高花样跳绳技巧。

2、 创编多种花样的组合。

3、 展示、并评价学习成果，提高学生学习能力和创新能力。

1、复习双人花样跳绳。

2、尝试并创编多人合作跳绳。

1、同伴间动作的协调。

2、多人同时入绳时间和跳出时间。

1、教学比赛。

2、创编各种花样。

3、交流学习。

4、成果展示。

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