

一年级体育教学工作计划

篇1：一年级体育教学工作计划

一、班级学生情况分析

刚刚从幼儿园踏入一年级的孩子们，对体育课的了解只是停留在玩上，在生理上、心理上都需要老师不断地去关心和爱护并让他们逐步形成终身体育观和良好的体育锻炼的习惯。

学生的集中注意力时间过短但是善于表现自己，争强好胜、乐于参加老师组织的各种游戏和比赛、模仿性强、生性活泼好动等，这些都是一年级的孩子共有的特性。

任教的四个一年级，男女生的比例基本一致。但是无论是男生还是女生，都很期盼上体育课，表现欲强，这是属于每个孩子的特性，但是对于一年级的孩子尤为明显。

二、教材分析

小学一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、游戏、小球类等基础项目以便于使得学生在跑、跳、投的基本技术上得到提高，并且挖掘生活中的实用技能。

教材队列是水平一的第一个实践教材内容，前面还包括了理论（认真上好体育课、正确的身体坐、立、行姿势等），教学中，针对一年级的学生注意力涣散的特点，主要配以简单的队列、队行为主。如：原地向左转、右转、后转、原地踏步等。要求在每节课上都能够将这些队列知识慢慢渗透到实际教学中。通过徒手操的练习，有助于提高学生的注意力、观察力和动作思维能力，发展学生的自我表现和群体合作的意识。在学会游戏的同时，更加应该学会与同伴合作完成游戏内容、并且学会相互帮助、积极参加个人和团体的活动、懂得遵守游戏规则。

针对学生体质健康测试，在平常的教学中，加强对学生跑、跳练习。根据学校的场地器材等实际条件，充分开发课程资源、开发废弃物品。

三、教学目标

1、运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为。主要是通过体育课的教学，使学生对体育课表现出学习兴趣。用科学的方法参与体育活动。

2、运动技能目标：学习和应用运动技能。通过教学，使学生初步掌握简单的技术动作，如：拍球，滚动，劈叉等，安全地进行体育活动，获得野外活动的基本技能。

3、身体健康目标：通过广播操的教学，形成正确的身体姿势；通过走、跑、跳、投、掷等游戏的教学，发展学生的体能；使学生具有关注身体和健康的意识。

4、心理健康目标：通过游戏与基本动作的教学，使学生能适应陌生的环境，并能说出自己参加体育活动的情绪表现。通过体育活动等方法调控自己的情绪。

5、社会适应目标：建立起和谐的人际关系，具有良好的合作精神

四、教学措施

1、正确把握体育与健康课程标准，以“健康第一”的指导思想进行教学。

2、备课每一节课，营造一个宽松生动的课堂气氛，课前课后进行及时的反思

。

3、采用多样的教学方法，主要采用情景导入、设置问题的等方法，以提高学生对体育课的兴趣。

4、积极培养体育骨干，并尽量做到与学生玩在一起，在娱乐的同时学到知识，加强与集体的联系。

5、加强课堂常规的教育、落实，以防伤害事故的发生。

6、因材施教。因为每个学生都是一个个体，都有自己独特的一面，在教学中，针对不同的学生在编写教案的时候做到认真、仔细，个别对待，兼顾全局。

篇2：一年级体育教学工作计划

一、学情分析

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、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。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，也不宜以竞技性运动项目的训练手段运用于基本活动的教学。

二、教学目标

1、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方法。

2、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、教学措施

1、根据一年级学生的特点，认真备课，以学生练习为主，并有计划、有组织的锻炼学生身体。

2、多运用体育小游戏，培养他们对体育的兴趣和运动能力，发展学生速度、耐力、灵敏、协调性等方面的基本能力。

3、及时进行考评，利用语言激励学生，提高练习的效果

周次 教学内容

第一周

1、引导课：认真上好体育课（室内理论课）

2、游戏：快快集合；排队上课、集合、解散；

第二周

队列：排体操队形（体操第一节）

1、简单徒手操第一周队列队形：立正、稍息、集合解散

2、游戏：快快集合

第三周

1、复习队列队形

2、韵律活动：听音乐做动作；基本姿态练习

3、模仿动物走；走跑交替

4、跑：30米自然放松跑

第四周

1、小学生广播体操（第二节-第三节）

2、跳跃；模仿动物跳

3、韵律活动：听音乐做动作；基本姿态练习

4、队列：踏步-齐步走；复习原地转法

第五周

1、跑：障碍赛跑

2、拍球；拍球比多

3、复习小学生广播体操（第二节-第三节）

4、前滚翻；跳垫子游戏

第六周

1、投掷：持轻物掷远

2、跑：30米自然加速跑

3、基本体操：基本部位操

4、前滚翻；换物接力

第七周

1、小学生广播体操（第三节-第四节）

2、滚翻：前滚翻成蹲撑

3、队列队形：齐步走-立定；

4、投掷：持轻物掷远

第八周

1、快速跑；接力游戏

2、拍球；传球接力

3、复习小学生广播体操（第三节-第四节）

4、跳跃：跑几步一脚踏跳，双脚落入沙坑

第九周

1、坐位体前屈

2、韵律舞蹈：模仿动物形象的舞蹈动作；

3、立定跳远

4、跳小绳；跳绳比多

第十周

1、走和跑：

2、拍球接力；协调性练习

3、立定跳远

4、30米快速跑

第十一周

1、复习队列队行；

2、基本体操：各种压腿、踢腿

3、后踢步加手臂动作；柔韧练习

4、50米快速跑

第十二周

1、跳小绳；跳绳比多

2、拍手操；

3、模仿动物爬；爬垫子接力

4、投掷：双手向前抛实心球

第十三周

1、韵律舞蹈：模仿动物形象的舞蹈动作

2、走跑练习；游戏：跳进去拍人

3、坐位体前屈

4、投掷：双手向前抛实心球

第十四周

- 1、复习正确的走和正确的跑；
- 2、队列：走圆形；十字接力
- 3、复习小学生广播体操；
- 4、30米快速跑

第十五周

- 1、模仿动物形象的简单舞蹈动作；集中注意力游戏
- 2、400-600米一般耐力跑
- 3、基础知识：体育运动与营养卫生
- 4、拍球接力；协调性练习

第十六周

- 1、跳跃：跑几步一脚踏跳，双脚落入沙坑
- 2、400-600米一般耐力跑
- 3、复习基本队列队行；
- 4、模仿动物爬；爬垫子接力

第十七周

- 1、达标测试：立定跳远
- 2、小学生广播体操
- 3、400-600米一般耐力跑
- 4、跳小绳，跳绳比多 备注徒手操（热身操）

篇3：一年级体育教学工作计划

一、学生概况分析

一年级的学生，大部分学生学会基本的体育技能，如：30米直线跑、立定跳

远、跳绳、游泳等，但由于他们年纪小，动作技能掌握不好，许多动作不协调、有多余动作等问题。而且他们都活泼好动，天真烂漫，喜欢节奏较强的运动，也喜欢游泳和游戏，爱接触新鲜的事物，但他们的注意力易受干扰而分散，需要时时提醒。因此，我在教学过程中常把要学习的东西结合游戏进行教学，着重提醒他们动作的重点和难点，从而提高学习和参与体育运动的积极性。

二、本学年教学任务及主要教学措施

本学年第二学期的任务：50米直线跑、跳绳、立定跳远、投掷、游泳、早操几个项目的考核。

主要措施：

- 1、注意设计和组织好各节课的教学内容和组织形式。
- 2、结合情景教学，愉快教学的理论指导课堂，提高教学质量。
- 3、结合游戏进行思想品德教育。
- 4、结合游戏渗透环保教育。

内容备注

第一周

- 1、体育、卫生健康知识
- 2、早操、游戏

第二周

- 1、50米直线跑、早操、
- 2、25米往返跑、游戏

第三周

- 1、队列队形、跳绳
- 2、队列队形、跳绳、游戏

第四周

- 1、早操、跳绳

2、队列队形、前滚翻

第五周

1、队列队形、前滚翻

2、早操、游戏

第六周

1、25米往返跑、早操、游戏

2、早操、游泳

第七周

1、队列队形、投掷

2、队列队形、游泳

第八周

1、早操、投掷

2、25米往返跑、游泳

第九周

1、队列队形、投掷

2、队列队形、游泳

第十周

1、考核、游戏

2、早操、游泳

篇4：一年级体育教学工作计划

一、基本情况

一年级的学生刚入学，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，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，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。

五：教学措施与教改思路

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。上好小学一年级体育课，就要因势利导，寓趣味于教学，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。小学一年级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。有些小学一年级体育教学存在模式僵硬、成人化色彩浓，或教学直奔主体等缺陷，阻碍着小学生全体参与。用游戏教学法，可避免以上缺陷，较好的完成小学一年级教学。

篇5：一年级体育教学工作计划

新的学期开始了，为了认真贯彻落实《学校体育工作条例》和教育部《关于落实保证中小学生体育活动时间的意见》精神，有效保证我校学生每天一小时的课外体育活动的落实，促进学校体育工作深入开展，全面推进素质教育，顺利完成本学期的教学任务，特制定本学期的教学计划如下：

一、学生知识现状分析：

一年级有8个班，学生约400余人，年龄小，根底差，体育知识及技术技能差，自控能力不强，组织纪律能维持。但他们活泼好动，非常乐意参加体育活动和上体育课，本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，积极学习，使学生在德、智、体、美、劳储方面都能得到发展和提高。

二、本册教材分析：

本学期一年级体育内容有走、跑、跳、体操及游戏等内容，以游戏为主，将其他内容穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还学到了简单的体育知识。

三、教材的重点、难点：

教学的重点是以、游戏教材，应突出课堂上练的教学方法。

教学难点是队列的基本动作，使学生从小就建立正确的动作概念和动作方法，但是对于一年级来说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相帮助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

四、课程标准对本期教材的要求：

1、对体育课表现出学习兴趣。

2、初步掌握简单的技术动作。

3、学习实际生活中的移动动作，如：走、跑、跳、攀爬等动作。

4、随同集体完成各种必要的操练，如：队列练习、广播操等。

5、在游戏或基本运动中开展多种移动、躲闪、急停、跳跃的练习。

6、在垒球游戏中开展各种挥动、抛掷、转体的练习。

7、知道身体各主要部位的名称和自己身体的变化。

8、体验并简单描述进步或成功时的心情。

9、在体育活动中适应陌生的环境。

10、体验集体活动和个人活动的区别。

11、在体育活动中尊重他人。

五、本学期的教学目标：

1、知识目标：对体育课表现出学习兴趣；初步掌握简单的技术动作；注意正确的身体姿势；知道身体各主要部位的名称和自己身体的变化。

2、德育目标：形成克服困难的坚强意志品质；建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德。促进学生安康成长，并形成安康意识和终身体育观，确保“安康第一”思想落到实处。

3、能力目标：发展柔韧、反应、灵敏和协调能力。让学生有选择地参与、学习、享受体育，激发学生的运动兴趣，发挥学生的学习积极性和潜能。

六、教学工作措施

1、加强学生的思想品德教育，提高学生的思想觉悟，培养坚强的意志品质，将“安康第一”思想落实到实处，使学生安康成长。

2、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。

3、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。

4、参加期中和期终检测，敦促学习。

5、采用直观教学方法，精讲多练，搞好“自主、综合、拓展、创新”研究。

6、教师处处以身作则，为人师表。

7、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。

8、广泛宣传“每天锻炼一小时，安康生活一辈子”这一富有时代特征的口号，掀起学生体育运动的热潮，保证让每一名学生都做到“每天锻炼一小时”。

9、按时让学生做好两操，检查人员开展巡视，确保两操的顺利开展。

10、把坚持锻炼这个习惯的养成列入学校的好习惯评比之中。

篇6：一年级体育教学工作计划

一、学生分析

一年级的学生年龄比较小，基础比较单薄，对动作事物结构的思虑较为浅陋，身体素质较差，意志力比较单薄，但是一年级学生形象思想十分活跃，语言和行为快乐活跃。个人能力的提升和思想方式发生了变化，学生心理趋势稳固，显示出必定的个性特色，自信心不停加强。

二、教课目标：

- 1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中学到的知识。其实不停坚固和提升。
- 2、每节课进行一准时间的队列练习，对其进行组织纪律性教育。
- 3、进一步加强体质，特别是柔韧素质和力量素质。
- 4、经过体育锻炼，培育集体主义精神，进行爱国主义教育，加强自信心。

三、教课要点：

- 1、每节课要进行一准时间的队列练习。
- 2、体育教课的要点主要重视于扔掷和跳跃，所以在教课活动中要有意识的进行扔掷方面和跳跃项目的练习。
- 3、校园集体舞，七彩xx广播操

四、教课难点：一年级的学生理解动作比较慢，在进行一些协调性的练习时，可能接受比较慢，所以韵律舞蹈和少儿的一些基本舞步学生接受起来会比较困难。

五、教材分析

一年级的体育教课内容，改变了从开始就以运动技术系统为目标，每个教材内容都为运动技术的发展打基础的写法，而是以学生为本，选择以发展基本活动能力为主的锻炼活动和游戏。教材内容重申学生的兴趣，并能有效地落实小学体育的目标。详尽的教课内容，以游戏为主，分为基本活动和游戏。在基本活动中有一些简单的技术动作，也多半以游戏作为手段和方法进行教课。其中包含：基本活动：排队活动、基本体操(徒手的和使用轻器材的)、走、跑、跳跃、扔掷、登攀、跳绳、踢毽子、滚翻、韵律活动(包含简单舞蹈)、自我表现活动等。游戏：奔跑游戏(多种挪动、躲闪、急停)、跳跃游戏(各种跳跃等)、扔掷游戏(各种摇动、扔掷等)和小球类游戏等。这些内容重申活动，全部教材内容均以示例性为主，教师都可以自行选择和组合，创立性地进行教课。

六、教课措施：

在教课过程中教师踊跃指引学生，充分发挥学生的主体作用。让学生在玩的过程中主动学习、主动探究，培育学生的自学、自练、自评的能力。多采纳情形法主题法进行教课，让学生乐于此中。

篇7：一年级体育教学工作计划

一、教材分析

一年级的教学内容以游戏和体操中的基本体操和基本队列为主，本学期应加强对学生的动作要求技术的规范程度为主要任务。全面提高教学质量、增强学生的身体素质，掌握小学生广播体操、基本队列、跳短绳等项目的动作要求及成绩。

二、教学目标及重难点

体育教学是增进学生安康、增强体质、促进德、智、体的全面发展，为提高全民族的素质奠定根底。教学工作必须围绕此目的开展，本学期的教学工作主要做到：

- 1、使学生掌握简单的体育根底知识，提高卫生保健水平。
- 2、发展学生的运动能力，完成所学知识的动作要求，
- 3、对学生开展思想品德教育，使学生受到团结、拼搏、竞争、乐观等各方面的教育。

- 1、掌握基本的体育根底知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学习新知识，并不断牢固和提高。
- 2、从根底锻炼做起，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，开展爱国主义教育，增强自信心，为终身体育打下坚实的基矗

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：学校武术操、体操动作。

三、教学重点、难点、分析

针对一年级学生的年龄特协调能力及运动能力是教学的重点、难点，由于学生刚刚进入校园。对自身的控制能力还不够健全，学生的协调能力不够好，在本学期中，教材中的难点是跳绳，另外、应加强学生的身体基本姿势的训练，使学生养成良好的坐、立、行、走的姿势，培养良好的体态。

四：教学措施与教改思路

1、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。写好教案，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、及时开展考评，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。一年级体育教学计划

4、开展兴趣小组。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。

5、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。

6、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。

7、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开展表扬。

8、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。

9、教师要将学过的知识，有机地穿插到课堂教学中去，以到达提高的目的。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。

10、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。

五、具体的教学计划：

1、根据一年级学生年龄特点和教学任务，是向学生开展爱国主义教育，培养学生良好的组织纪律和创新精神。

2、理论方面：主要是让学生了解体育锻炼的意义、方法及体育运动常识、卫生保健等。

3、队列队形：主要学习集合、散开、稍息、立正、左右转法以及向右看齐等。

4、广播体操：一年级新生首先要学会广播体操(学校特色武术操)，因此，学

习广播体操是上半学期的重点。

5、技能方面：主要包括 走：各种不同姿势的走，直线走； 跑：主要有直线跑，沿圆形跑，直线往返跑，接力跑等； 跳：主要有双脚跳、跳圈，跳上台阶，跳绳，立定跳远； 投：主要有对地投球，抛接球，投球进筐，投准练习等； 技巧方面：滚翻等简单的柔韧素质； 游戏《快快集合》、《投准》、《拍球比多》、《大鱼网》、《投沙包》、《迎面接力》、《跳进去拍人》、《老鹰捉小鸡》等； 简单的韵律舞蹈动作学习。

6、走和跑主要以a、直线跑、b、直线走、c、高抬腿跑、d、20米直线往返跑
、e接力跑、

7、跳跃主要以a、双脚跳、b、跳单双圈、c、跳短绳、d、立定跳远

8、投掷抛接球

9、体操以：立正、稍息、看齐、解散、集合、向左(右)转、踏步、立定、报数、齐步走、立定。