

# 2023年小学体育春季学期教学计划 小学 体育工作计划(模板7篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。因此，我们应该充分认识到计划的作用，并在日常生活中加以应用。下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 小学体育春季学期教学计划 小学体育工作计划篇一

五年级的同学年龄处于发育时期，身体发育较快，男女差异较大，男生活泼好动，表示欲强；女生由于发育的原因，很少参与激烈的运动项目，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。

(1) 使同学具有主动、积极参与体育活动的意识和行为，表示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) 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。的兴趣和喜好，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。

(1) 重点是田径的投掷与跳远和民族保守体育的武术。

(2) 难点是耐久跑的呼吸，跨越式跳高的助跑与起跳，过杆。

(1) 只研究和强调教师的教法，而忽视同学的学法的倾向，加强对同学学法的指导。教学过程是师生交往、一起发展的互动过程，假如把体育学习理解为只是教师的讲解与示范，同学模仿教师的动作，强调了教师的教法研究，忽视了同学学法的探索，只管教的怎么样，不论学的如何，必定不利于调动同学的积极性，不利于提高教学质量。因此，要重视同学学法的研究与探索，不只要研究教法与学法，而且要研究教法与学法的变化；不只要研究同学的“学会”，而且要研究同学的“会学”。

(2) 在教学中多运用游戏作为方法、手段，为同学参与体育活动，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、情景式教学法等充沛发挥游戏和游戏法的功能与作用，激发同学的学与练的兴趣，达到预期的教学目标效果。

(3) 随着同学身体和年龄的增加，可多采用一些对抗性的游戏。小同学好胜心强，可采用一些教学竞赛，以增强同学锻炼身体效果。因材施教，分组时采用男女分组或按身体素质分组，以增强同学的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

## 小学体育春季学期教学计划 小学体育工作计划篇二

体育教研组将进一步树立健康第一指导思想，以学校本学期工作目标为导向，求真务实，切实落实三大主题与四个关键字，（即师德提升年、师能建设年、质量科研年。禁、谨、情和我。）认真完成学校安排的各项工作，推动学校体育工作有效高质的深入开展。

（一）加强教育教学的学习与研究，践行师能建设年与质量科研年。

1、常态板块。

计划制订，制订好本学期的教学计划、课时计划和大课间活动内容，为课堂教学和大课间的有序进行做好准备。

备课，开展分工合作备课，专人进行电子教案的上传，构建学校体育教案的资源库。学校组织人员定时或不定时地对备课情况开展检查督导展览活动。

## 2、特色板块。

主题构建，定期开进行教科研活动，为老师提供学习交流的平台。开展对同一个教学内容在不同水平段中教法要求手段的研讨，不断学习新理念、新教法，教师相互听议评课，共同学习研讨。

求真在课堂，引导教师积极参与教学研究。本学期的同课异构活动和主题构建研讨的方式学习交流和教研。

青蓝工程，积极为新教师营造一个良好的相互学习的环境。继续推行学校的三级骨干活动和师带徒活动。骨干教师本学期每人上一节示范课。师带徒要形成计划，有方法和阶段性成果。

## 3、加强教师的科研意识。

体育教师结合自身实际情况积极开展课堂教学研究，寻找课堂教学规律，提高课堂教学效率和教师的教育教学水平。

（二）爱生敬业，自觉遵守教师职业道德，强化师德提升年。

自觉遵守体育教育教学法规，课上严禁体罚和变相体罚学生。

加强安全防范意识，注重课堂教学安全，继续执行上学期的按地区分块的形式上课。低中高年级分开按片教学，避免班级间教学的互相干扰。

对学生进行科学评价，注重过程性评价与终极性评价的结合，平时对学生表现做好记载，及时公布考核项目与标准，调动学生锻炼身体自觉性。对困难生主动关爱，评价时适当做到过程重于结果，给他们以希望。

### （三）完善大课间活动。

做好对大课间活动的指导与监控，及时记载各班活动的开展情况。

### （四）加大学校体育课余训练的力度，争创优异成绩。

4月份举办校体育节之春季校运会。田径训练队全面启动，为明年的县比赛提早给力。

按照局要求认真完成数据的报送工作，做到部署到位，工作责任到人，把工作落实到人，专人负责，确保报送数据的真实性、准确性。

### （六）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。

## 二月份

2、田径队开始训练

3、组建学校乒乓球队与篮球队，并开始训练。

4、大课间从第二周起正常活动。

5、筹备自编操的创编工作。

## 三月份

- 1、开展体育组专题构建活动的研讨（一）。
- 2、体育大课间继续推行。
- 3、备战三月中、下旬县小学生足球竞赛
- 4、三支校队继续训练，注重训练质量。

## 四月份

- 1、组织学生参加校田径运动会。
- 2、体育大课间继续推行。
- 3、学校教研话题研讨活动：叶益聪老师研讨课。

## 五月份

- 1、学校教研话题研讨活动：陈伟老师研讨课。
- 2、积极开展对学生的体质测试工作。
- 3、体育大课间继续推行。
- 4、备战县篮球比赛。

## 六月份

- 1、认真做好对学生期末的成绩测试和登记工作。
- 2、做好器材归类报修添置工作。
- 3、认真做好期末的各项成果汇总工作。

# 小学体育春季学期教学计划 小学体育工作计划篇三

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，深化体育教学改革，全面推进素质教育。加强体育课改教研活动，努力施行新课程标准，用新的理念来强化教育教学活动，从学生的兴趣出发，培养学生勤于锻炼的良好习惯，使学生身心得到和协地发展。争创学校的体育特色和大课间活动列全区前矛，培养全面发展的学生。

## 1、认真学习，转变观念，力求创新。

认真学习强化新课程标准，加深对课改工作的认识，在工作中积极实施课改要求，转变观念，用现代教育教学的新理念来指导体育工作，用创新的思维，改革课堂教学的模式，从学生的认知特点和兴趣爱好为出发点，培养学生终身锻炼的好习惯。

## 2、依照新课程标准，搞好体育课改活动。

要全面开展体育课改活动。在体育课中要有新的理念，要有创新意识，在上好平时课的前提下，体育教师要在体育健康课上，力求有创意，逐步使我校的体育课正规化。同时让学生在体育课中得到锻炼，身心得到和谐地发展。

## 3、对学生进行正确的课堂评价。

正确评价学生能提高参与活动的积极性，根据小学生的心理特点，在体育课堂教学中，对学生进行正确的评价。评价还要从学生的自身条件出发，因材施教，提高学生积极参加、主动参与体育活动兴趣。

## 4、抓好“两操”“课外体活、大课间、特色体育活动”积极

贯彻全民健身活动纲要。

学校“两操”、“课外体育活动、大课间、特色体育活动”是反映学生整体面貌的形象“工程”，是学校整体推进素质教育的一个窗口，抓好“两操”和“课外体育活动、大课间、特色体育活动”也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好“两操”“课外体育活动、大课间、特色体育活动”更要促进学校的全民健身活动的开展。所以各班要认真抓好广播操训练工作，要做到人人参与，师生共练。争创体育特色和大课间活动列全镇前茅，培养全面发展的学生。

5、继续抓好业余训练，争取更大成绩：

认真抓好我校业余训练工作。秋冬季是训练的大好时机。为了全面提高我校各运动队的竞技水平，学校决定对我校各运动队全面选拔和分项强化训练力争在明年夏季运动会比赛中取得更好的成绩，为校争光。

体育课的安全问题是我们体育教师所必须重视的问题。首先，我们要有强烈的责任心，用满腔的热情去关爱学生，对学生充满爱心。上课前，应认真检查场地器械是否牢固安全；在课堂中，应仔细观察学生的活动情况；在教学中，应加强学生的安全教育，以免发生意想不到的伤害事故。

九月份

2、学习新课程标准和校本课程的教学理念。

3、做好冬季业余训练计划，继续业余训练工作；

十月份

4、做好全校广播操训练。

5、抓好大课间、乒乓球特色活动。

6、全校进行健康标准项目训练。

十一月份

7、加大业余训练力。

8、做好乒乓球训练指导工作。

十二月份

9、做好学期总结

10、做好体育资料的整理

## 小学体育春季学期教学计划 小学体育工作计划篇四

以中共中央、国务院“关于加强青少年体育增强青少年体质的意见”（中发[20xx]7号）为指导，以“健康第一”为宗旨，在新课程理念下，围绕“技术。体能。有效教学。素质教育。师专业发展”为中心，重点加强“教法。学法”的研究，在实践中推进学校体育工作的全面开展，进一步提高体育教学质量，促进学生运动技术技能和身心健康发展。

### （一）做好常规教研，以有效教研提高教学质量

小学教研活动时间为：第4周（课例观摩，东圃小学，陈彤）、8周（课例观摩，泰安小学。王晓欢）、12周（课例观摩。分片：东片，中海康城小学，崔建强；西北片，元岗小学，黄鑫敏）、16周（课例观摩，黄村小学，郝杏华）周五下午。

教研主题：教法与学法相统一，发展学生的技能与体能，提高课堂教学的有效性。请各校务必按照区教研工作的要求落



实好本校的教研工作。

## （二）网络教研

以项目教学方法和组织为主，充分发挥中心组成员和骨干教师的作用，调动全体一线体育教师的积极性，为老师们上课提供广泛资源，创造条件帮助更多的教师在交流、实践中成长。本学期安排四次网络教研，分别是第五、九、十三、十八周的周五下午进行。

教研主题：教法与学法相统一，发展学生的技能与体能，提高课堂教学的有效性。

## （三）建立精品课例

发挥核心组和中心组成员的指导和引领作用，充分利用网络教研与集中的优势，拍摄一批精品课例，推动课程资源建设的逐步求精工作。本学期计划拍摄两节精品课例，一节初级教师；一节为中级资格教师（分别是棠德南小学：刘明亮、钟淑冰）。

## （四）探索科组建设、优秀教师和新手教师专业发展的新途径

科组建设、优秀教师和新手教师专业发展工作，通过构建科组梯队建设模式来进行。在教研室的组织架构下，构建科组梯队建设模式。构成科组梯队的第一级为教研员，第二级为核心组成员，第三级为中心组成员，第四级为学校科组，第五级为学校教师。工作机制是：一方面学科教研员管理核心组成员、中心组成员、学校、教师；核心组管理中心组成员、学校科组、教师；中心组成员管理学校、教师；学校科组管理教师；另一方面是：教研员对核心组成员、中心组成员、对口学校教师的专业培养；每位核心组成员负责对2—3名中心组成员及对口学校的骨干教师专业培养的指导；每位中心

组成员对口2—3间学校教师的专业培养、教学研究进行指导。

（表格略）

说明：每组在核心组成员的组织下形成一个学习小组。核心组成员帮助该组成员的学习、业务、自身发展规划，培养他们在自己专业得到发展的同时，学会组织备课、评课、组织教研活动等技能。中心组成员在教学和自身发展方面要主动向本组核心组成员请教，做到指导工作有的放矢。

（五）开展群众性的小课题，开展区域实施素质教育专题研讨

本学期，区教研室把小课题研究作为重点工作之一。其目的是：通过专题教学调研、专题研究、典型剖析、分类取样、评价调控等方式，进一步推进学科领域素质教育。注重发挥龙头学校、龙头学科、优秀学科基地在“区域集备”中的引领作用。以中小学质量监控系统为发动机，建立以优秀教师为核心、以具体知识点教学为内容，数量众多的教研实践社群。通过开展群众性的小课题研究，在全区建立教师有效合作机制，用三到五年时间，使一批优秀教师成为德艺双馨真正的名师。各校在进行教研活动时要充分考虑以上内容，让教研活动的工作确实有利于实施素质教育。

多个小课题进行追踪指导，并将此工作延续三年。小学体育小课题申报了8个，成功立项的学校要抓住机遇，认真撰写好实验方案，并按照方案开展扎实的研究。区教研室将组织核心组中心组成员定期下校指导。

（六）以“技术。体能。有效教学”为核心，提升我区体育教学质量

各位老师和科组要结合体育学科的特点，体育学科要提高课堂教学的有效性，要注重发展学生的技术、体能，以身体练

习为主，以新课程理念为导向，从教师的教法和学生的学法进行研究，在教学过程中通过自主学习、合作学习、探究学习实现教师的教和学生的学。

有效教学包括教学管理的有效性、教学内容的有效性、教学方式的有效性、教学评价的有效性、教研内容和方式的有效性等，重点是教学内容的选择，难点是教学管理和教学评价的建立。各校可根据本校特点和需要，选择若干的内容作重点突破。

### （七）构建学校体育特色

构建学校体育特色将对学校的各项工作有较明显的促进作用，各校科组长要与校领导积极沟通，要切实重视师生的身体健康，主要领导负责体育工作，制度健全，把体育工作列入学校发展规划中，全面实施《国家体育工作条例》、《国家学生体质健康标准》和《广东省中小学体能素质评价标准》，开足、开好体育课。开展校本体育课程研究，根据本校的特点选择项目，做好普及与提高，以点带面，点面结合工作。在课时安排上，学校安排1节体育课学习校本课程，并利用课余时间和大课间体育活动组织学生练习校本课程，学校每学期组织一次以上的校本课程竞赛活动，让全校学生掌握校本课程，以保证体育工作持续发展，并最终形成特色。

### （八）提升教师专业水平，开展青年教师基本功大赛

在新课程改革的背景之下，教师教学基本功有了新的内容，同时更需要我们针对基础教育课程改革的需要提高教师的专业素养，具备坚实的教师教学基本功。

□20xx学年教育局明确提出了树立品牌提升品牌的要求。而品牌教师之所以为品牌，有二个要素：一是教学成绩好，教书育人，得到学生的爱戴；二是有再生力，即有通过成就其他教师来提升自己的意识和能力，得到同行的广泛认可，这也

是实现区域教学质量整体提升的关键”。本学期，教研室将在教育局的大力支持下开展第十届青年教师基本功大赛。具体时间见教研室工作日程表。

（九）本学期我区棠德南小学承办推进2+1试点学校（2节课程标准体育课，1节校本课程特色体育课）现场会。通过现场会检验我区学校体育教学改革的成果，促进我区学校构建体育特色，并给广州市兄弟学校示范作用。现场会时间初定本学期第十五周周下午进行。

（十）各校要在开学初利用体育课、课外活动课等时间进行全国第三套广播体操的教学，采取培养体育骨干、班级小组竞赛、班际比赛、大课间活动等形式，做好广播体操的普及与提高工作，并利用校报、宣传栏、红领巾广播站等途径对广播体操促进学生体质健康、身体素质等进行宣传，在校园营造一个健康向上、积极进取、生动活泼、团结互助的氛围。教育局将在十一月下旬至十二月初举行全区的广播体操比赛（具体方案另定）。

#### （十一）其它工作

1) 参加广州市“优秀体育科组”和“十佳青年体育教师”评选活动等活动，从20xx学年开始实施评选活动。通过评选活动促进体育教师的专业发展，打造一支作风过硬、业务水平精良、综合素质高的体育教师团队，为进一步推进体育学科教学领域深化素质教育打下坚实的人才基础。优秀科组：小学20个，中学15个。

2) 公开课教学观摩评比。评比内容：通过体操或武术教学，发展学生上肢力量（小学四年级），40分钟教学展示，分中级职称组□x小学关x□和初级职称组□x小学陈x□初定第十周。

3) 提高教师教学基本功。教师在教学中要注意发展自己的基本功，学校科组要通过教研活动的说课、示范讲解、课堂教

学等，促进本校教师教学基本功的提高。以备参加广东省体育教师基本功大赛（内容包括：教学理论测试、教学设计撰写、说课、示范讲解、队列队形口令与操练、运动技能展示）。我区已经上报了15人参加市的选拔。

4) 本学年我区教师承担市教学研究工作情况通报。市体育教学理事会理事（朱x□□市特约教研员（朱x□胡x□□市体育教研中心组成员（胡xx□欧x□□送教下乡、农村教师培训讲师团成员（朱x□胡xx□胡x□谢x□□

5□20xx年《国家学生体质健康标准》数据上报工作□20xx年《国家学生体质健康标准》数据上报时间为10月8日—xx月30日，使用最新的《广东省学生体质健康数据管理系统v2□0□能够顺利地进行录入和上报广东省数据库。如需要帮助请联系广东省数据中心戴先生。

各校体艺科组在教研时要充分考虑以上因素，并把核心内容融入到教学研究中；体育教师要扎实研究，把素质教育的相关内容带入到课堂。

## 小学体育春季学期教学计划 小学体育工作计划篇五

### 1、抓好课堂常规，建立完善的体育课堂机制

（1）学生课前的常规；例如：学生的到场人数，请假原因，实习生的安排等。教师应根据不同情况，分别进行妥善安排。

（2）学生服装的准备；体育课是一种身体参与的练习课程，合理的着装要求是学生安全学习的保障。因此，要严格指导学生进行正确的服装仪表要求。

（3）学生课中的常规；

（4）课后常规；教师课后要进行总结和反思，对不合理的教

学目标进行及时的修改与订正。

## 2、预防意外，建立安全快乐的体育课堂

《学校体育条例》明确规定，在体育教学过程中要严格保障学生的人身安全，并要引导学生树立自我安全保护意识。为了减少体育课堂中的安全隐患，本学期要求体育教师首先要牢固树立“安全第一”的思想，其次，要有计划、有目的地对学生进行安全教育，灌输安全思想，让学生懂得健康与安全的关系。让学生知晓体育课中违规、违纪等是事故的预兆，应该尽量去避免。第三，要规范体育课的教学，严格按大纲的要求，操作规范、目的明确，切不可采用“放羊式”的课堂教学方式。同时结合学校的各方力量，尽可能避免伤害事故的发生，确保少年儿童健康成长。

### 1、练好专项，提高课堂操作能力

体育课不仅要求体育教师要有基本的语言描述能力，更要求体育教师要有正确的技能示范能力。在正确示范的基础上用科学准确、简洁易懂的语言进行课堂教学，是每个体育教师该有的基本技能。

### 2、规范备课，促进课堂设计能力

体育与健康课程的教学目标是多元的，有运动参与、运动技能、身心健康、社会适应等方面的教学目标。为了使教学目标符合新课程标准的要求，切合学生的实际，我们要求体育组的教师在设计教学内容时必须目标明确、重点突出、难度恰当，并统一了教案撰写的要求。使教师在统一备课形式的基础上，创设问题情境、拓展思维过程、创新教学方法，科学合理的掌握教学技能，提高课堂预设能力。

### 3、博采众长，发展教学研究能力

先进的教育理念和现代教育思想、扎实的学科专业知识、丰富的教育科学理论知识，都是促进教育科研能力和科研意识的保障。本学期我们组的成员不仅要延续上学期的良好传统，做好教师记录手册的工作，亦要掌握更多的教育教学理念，结合课堂教学实际，完成市级课题的资料收集工作。并能够积极参与学校、市里的教育教学论文的撰写，努力将实践过程加以理论整理，为自己以后的教学工作积累宝贵的经验。

体育“第二课堂”是体育课教学以外，有目的、有组织地发展学生体育能力，培养学生个性，并使学生养成终身热爱体育的态度的课外体育活动。通过“第二课堂”的活动，能够培养和发展学生的独立性，让学生多方面的体育才能得到生动活泼、富有个性的充分发挥，满足学生个人兴趣爱好，形成自觉体育锻炼的习惯，促进终身体育意识的培养。这不仅有利于形成一种完整的教育方式，有利于人才的培养，更有利于学校体育教育的整体发展。本学期我们会继续作好校田径队、篮球队的组建和训练工作，通过丰富多彩的大课间、校运动会等一系列活动创设一个活跃的校园氛围，提高学生的积极参与意识，培养学生的体育运动兴趣，促进学生各项运动技能的掌握，达到“健康第一”的总体目标。

## 小学体育春季学期教学计划 小学体育工作计划篇六

- 1、认真学习《中小学体育课堂教学规范与基本质量要求》、《学校体育工作条例》、《课程标准》等。
- 2、教研活动，由教导处和教研组同时参加活动，促进体育教学的发展。5月份顾伟军老师上教研课，单周一进行业务学习，集体备课等，本组教师共同学习探讨。
- 3、继续抓好课堂教学工作、两操以及大课间活动、课外活动课、阳光体育工作及群体体育工作。期初制定好学校体育工作计划及各年级的教学计划，进度表及单元计划，认认真真备好每堂课，上好每一堂课，课后及时小结，并写好每一单

元的教学反思。继续在课堂教学中进行软式棒垒球的基础教学，及简单的技战术教学比赛，争创佳绩，并进行教研活动。体育教师安排好场地及器材的借还，校行政人员负责检查各项活动的开展。

4、根据上级要求安排好单项比赛、体育节（3月—5月）、春季田径运动会，并做好统计工作。

5、继续抓好阳光体育活动并做好登记工作，统计工作。阳光体育由班主任统一管理、执行，体育教师协助管理。

6、在教学中适时做好《国家学生体质健康标准》的相关内容教学与练习。

7、继续抓好校田径队、软式棒垒球队训练工作。检查学生的户口簿，做好个别运动员的思想工作及家长思想工作，办好运动员身份证。并写好训练计划，有组织、有计划、有目的地开展各项训练，随时注意运动员训练时的身心健康、安全、学习等。

二月份：

- 1、安排好体育组期初工作；
- 2、组建校田径队、软式棒垒球。

三月份：

- 1、做好体育节前期准备工作；
- 2、开展体育节；
- 3、中下旬各运动队开始训练，每周3-4次，加双休息日一天；
- 4、全校拔河比赛。



四月份：

- 1、上中旬召开校春季田径运动会
- 2、下旬举行全校学生广播操比赛；
- 3、关注运动员阶段训练的情况；
- 4、做好阳光体育活动的总结；

五月份：

- 1、中下旬体育组教研活动（顾伟军）；
- 2、做好体育节的材料总结；
- 3、强化运动队的训练，特别是基础训练。

六月份：

- 1、统计学校各类竞赛成绩；
- 3、收齐所有体育材料归档；
- 4、召开运动员会议，安排好田径队、棒垒球队暑假训练工作；
- 5、做好市软式棒垒球的比赛报名工作。

七月份：

安排好田径队、软式棒垒球队的训练工作和相关比赛。

八月份：

田径队继续进行训练，总结上阶段的训练情况作为后阶段的

冲刺训练。

## 小学体育春季学期教学计划 小学体育工作计划篇七

在新的学期里，我将以新课程的实施为契机，积极投身课程改革，认真学习新的课程标准，确立新课程的基本理念，加强教学常规管理，加强教学研究，努力提高自身的整体水平，全面提高教学质量。

- 1、教育学生正确认识体育的重要意义，树立正确的体育观念。
- 2、重点在于综合激发学生的身体素质，如：速度、上下肢力量、弹跳能力、柔韧性、协调性等的结合。
- 3、学生能主动参与素质动作技术的学习与练习之中。
- 4、提高学生的身体素质，培养良好的团结合作精神和严格的纪律，并且在合作交流中增进师生的感情，建立良好的社会关系。

根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐为主要内容，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。

- 3、运用体育对学生特有的影响，，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。
- 4、教学内容淡化竞技性，增加趣味性、娱乐性、健身性和实用性。

周次教学内容课次

2复习简单队列，培养良好作风与习惯———立正、稍息、向后转；游戏

3长绳，短绳———短绳；游戏：夺球战

4复习小蓝球———原地运球、第2节，游戏：“火车”赛跑

5复习技巧，———跪跳起、第2节，游戏：游戏：“打鸭子”

6复习技巧———跪跳起、，游戏：各种方式跳短绳；”

7复习技巧———跪跳起、、第7节，游戏：变速跑

9复习蹲距跳起———跑走交替；游戏：“斗鸡”；

10篮球基本技术———传球、接球

11篮球基本技术———行进中运球游戏：长江——黄河

12放松跑40—60米游戏：穿山洞

13弯道跑30—40米游戏：绕树林

14立定跳远游戏：推小车

16身体素质练习行进间运球

17投掷实心球游戏：手推车、负重拉力

18实心球考核自选项目：长绳、乒乓球或篮球

19游戏课：抢位置；贴人

20发展柔韧、反应、协调能力———游戏：丢手绢；游戏：赶“鸭子”

21秒跳短绳跳长绳游戏：“赶小猪跳力

22单脚跳连续向前跳，