

最新小学六年级体育与健康教案 六年级 下体育教学计划(实用8篇)

作为一位杰出的教职工，总归要编写教案，教案是教学活动的总的组织纲领和行动方案。写教案的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

小学六年级体育与健康教案篇一

在实施新课程改革中，要贯彻新课标，运用新理念。体育与保健基础知识，也是推进素质教育的主要课程，为了发展体育与保健的综合能力打基础。本学期根据体育《新课标》中，明确地规定了小学体育的目的。

二、学生情况分析

本年级学生身体素质差异较大，各班学生的体质也不尽相同，形成有的学生不认真锻炼也能得优秀的情况，而有的学生认真了却得不到好成绩。这些在课上是要加以研究的问题，在评价考核机制上也要加以研究。本学期加强体能项目和技能项目教学工作。

三、教学目标：

- 1、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践。
- 2、学会走和跑的正确动作，形成走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的能力和身体素质，培养集体主义等精神。
- 3、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。

4、学会攀爬，悬垂、支撑、倒立等动作，改进姿势，发展能力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。

5、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简单的比赛，发展走，跑，跳，投综合活动能力，初步具有竞争意识和奋发向上的精神。

6、学会队列、队形，徒手操，少年拳等。

四、教材分析

重难点：

1、学生能够观察和评价同伴的运动动作，同时能积极地展示自己的动作；其实就是增强自信心和提高学生理解能力。

2、知道田径的一些术语，同时如何让学生更好的掌握立定跳远和跳远的动作技术；跳高的正确姿势以及解决跳高的成绩，提高学生对田径这些枯燥项目的兴趣。

3、使学生更好的掌握一些韵律体操的属于和技术动作。

4、初步掌握体育运动的一些常识。

5、了解青春期的卫生保健知识。

6、对学生的心理进行教育。

小学六年级体育与健康教案篇二

六年级的学生性格差异较大，身体素质、遵守纪律等方面各有不同。学生处于青春发育阶段，性格比较叛逆，需要探索有趣味的教学方法吸引学生对体育课的兴趣。同时，六年级处于升学阶段，学业压力比较重，故可以根据实际情况编排课

程的内容(例如增设趣味性项目,球类项目以及自主活动等),提高学生的学习热情。

树立“健康第一”的指导思想,认真贯彻落实《学校体育工作条例》,广泛宣传“每天锻炼一小时,健康工作五十年,幸福生活一辈子”;以提高学生综合素质为目标,切实加强师资队伍建设和发展课外体育活动,加强体育文化建设。

1、发展学生身体素质和基本活动能力,增强学生的体质,提高学生对体育的兴趣。逐步改变以竞技体育为主的教学思想体系,注重体育与健康相结合,培养学生的兴趣,充分调动学生的创新意识,以体育实践为主,并注意教学的娱乐性和趣味性。

2、使学生能够了解体育与健康的意识,逐步培养学生热爱体育和养成良好的体育卫生习惯,能处理运动中突发的一些简单伤病。

3、对学生进行集体主义和爱国主义教育,培养遵守纪律,团结、勇敢、顽强,积极向上、创新精神的优良品质。

4、对学生的心理进行辅导,使学生知道不良情绪对体育活动的影晌,同时培养学生积极消除不良情绪的能力和社会适应能力。

重难点:

1、学生能够观察和评价同伴的运动动作,同时能积极地展示自己的动作;其实就是增强自信心和提高学生理解能力。

2、知道田径的一些术语,同时如何让学生更好的掌握立定跳远和跳远的动作技术;跳高的正确姿势以及解决跳高的成绩,提高学生对田径这些枯燥项目的兴趣。

- 3、使学生更好的掌握一些韵律体操的属于和技术动作。
- 4、初步掌握体育运动的一些常识。
- 5、了解青春期的卫生保健知识。
- 6、对学生的心理进行教育。

(一) 田径教学

- 2、跳跃：进一步掌握跳远技术。能快速有力的踏跳；空中大腿高台，落地小腿前伸。
- 3、投掷：初步会退铅球技术，掌握投垒球技术。上下肢协调配合、动作合理。

(二) 攀爬平衡

(三) 体育与健康常识

- 1、足球运动简介
- 2、奥运会简介
- 3、意外损伤的常识
- 4、男女生的身体变化
- 5、建立良好的学习心态

(四) 球类活动

足球、篮球、乒乓球、羽毛球

- 1、精心备课，抓好体育教学常规，认真上好每节体育课。

- 2、加强体育课课堂教学的质量，使每一节课都上的游意义，学生学有所获。
- 3、合理使用体育器材和体育设施，加强学生体育活动技巧的教学。
- 4、注重对学生身体素质提高的训练，强化学生的体质。
- 5、因材施教培养学生对体育的兴趣爱好。
- 6、加强对体育课的安全教育和学生对自我保护意识的教育。

身高体重、坐位体前屈、立定跳、跑步、书面考核

小学六年级体育与健康教案篇三

全面贯彻教育方针与政策，以“健康第一，全面发展”为指导思想，以培养学生的体能为目标，以学生生理和心理特点为依据，从实际出发，深入贯彻课程改革精神，把理论知识学习和实践能力相结合，培养学生自我锻炼身体，增强学生身体素质和体育情趣，陶冶学生的情操，注重学生的人格教育、社会责任感和创新精神，引导学生开发潜能，培养学生成为全面发展的社会主义接班人。

二、基本情况

本学期六年级面临升学压力，心理负担较重，加上受到自身生理和心理上的发展特点的影响，所以体育与健康教学工作的任务繁重，必须高度重视，耐心、细致的指导，注意心理上的疏导，合理安排课堂内外的体育运动，使学生端正态度，正确认识体育锻炼的重要性、不可或缺性。

三、任务目标

- 1、使学生熟练地掌握队列队行，并且能灵活地根据口令进行站队，形成有纪律，有组织的良好行为规范。
- 2、使学生熟练掌握50米、200米、800米、立定跳远、蹲距式跳远、实心球、跳绳、跳高等基本素质练习的技术要领和技巧，增强身体综合素质。
- 3、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，发展个性体育，并不断巩固、提高和创新。
- 4、进一步增强体质，特别是速度素质和力量素质。
- 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。
- 6、了解体育活动对心理健康的作用，认识身心发展的关系(身体健康状况变化时的心理感受，理解体育活动与自尊、自信的关系，通过体育活动等方法调控情绪，养成克服困难的坚强意志品质)。
- 7、建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德，

四、教学措施

- 1、精心备课，抓好体育教学常规，认真上好每节体育与健康课。
- 2、教学中运用多种教学手段，因材施教，激发学生的学习兴趣，指导学生进行实际操作训练，巩固教学效果，促进能力的培养。
- 3、通过各种形式进行健康知识、卫生常识的宣传，为学生创造一个优美健康的生活环境。利用各种检查、竞赛促使学生

行为习惯的形成。

4、联系实际结合课本内容对学生进行心理健康教育，促进同学们提高社会适应能力，突发事件的应变能力。

5、加强对体育课的安全教育和学生对自我保护意识的教育。

6、教学内容

一体育常识，队列练习

二学生体质健康标准测试：肺活量。

三心理健康操；长绳。

四蹲踞式起跑；游戏。

五韵律活动和舞蹈；篮球

六小篮球：行进间运球；游戏。

七蹲踞式跳远；游戏。

八双手向前、向后抛实心球；游戏。

九蹲踞式跳远；游戏

十小篮球：原地双手胸前传、接球；游戏。

十一双手上步向前抛实心球；游戏。

十二一分钟踢毽考核；小篮球比赛

十三原地侧向投掷“管状物”；游戏。

十四原地侧向投掷垒球;游戏。

十五小篮球：原地单手肩上传球;游戏。

十六小篮球：原地运球;游戏。

十七小足球;韵律活动和舞蹈

十八跑：耐久跑考核;游戏。

十九复习

二十考试

小学六年级体育与健康教案篇四

一、指导思想：

坚持以“学生为本，健康第一”的指导思想，在教学中落实基本的技术和技能教学，强调学生的积极性和实际锻炼的过程和效果，紧扣新课改的标准要求，培养学生学习的兴趣、爱好、自觉养成自我锻炼的意识和运动习惯，为终身体育和全民健身计划的实施奠定基础。

二、学情分析：

六年级共有2个教学班。学生一般为10---13岁，属于人体发育的少年时期，总的说来，身体发育处于增长高峰期阶段，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12岁达到高峰，以后增长率逐年迅速下降；女生均自8---9岁开始突增，12岁达到高峰，因此，六年级学生相对比较，是属于身体发育的最高峰时期。而各班人数多，普遍五十多人，又存在较大差异，身体素质、遵守纪律等方面各有不同。要求教师严格教学、精心组织，争

取因地制宜，因材施教，让学生健康、活泼地生活在一个温馨的集体中！

三、教材分析：

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，主要是让学生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。

四、教学措施：

1、在教学过程中严格把守基础技术和技能教学，注意体育理论与实践的有机结合，使学生认识体育，喜欢体育，参与体育，享受快乐体育。

2、在自主活动环节上，激发学生自主参与与学习的积极性，允许学生在“安全第一，健康第一”的前提下，选择自己喜爱的项目，提倡创新理念。

3、注重对学生思想品德教育，不但抓学生身体锻炼，促进身体健康，更要抓学生的心理健康和培养学生的社会适应能力。

五、教学常规：

(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。

(二)、学生方面：

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。

六、教学目的的任务：

1、目的：坚持“健康第一”，激发学生兴趣，培养学生终身体育意识，重视学生的主体地位，面向每一个学生，确保每

一个学生受益，激发学生的运动潜力，尽量挖掘和培养体育型人才。 2、任务：

1、全面锻炼学生身体，培养学生健康的体格，增强学生对外界环境的适应能力。

2、掌握一定的体育基础知识，让学生了解体育的目的任务，积极参加体育活动。择优、培中、辅差，科学选材、组建田径训练队伍。

3、对学生进行德育教育，陶冶“美”的情操，塑造学生的文明形象，培养学生的集体荣誉感和爱国主义精神。

小学六年级体育与健康教案篇五

一、 教材分析：

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，主要是让学生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。

二、 学生情况分析：

学生情况：六年级共分2个班，是男女混合进行课堂教学，比较乐于参与体育活动，而且大多数学生已经学会多种运动基本技能，并且逐渐形成了自己的兴趣爱好，有所专长，他们模仿能力强、好奇心强、依赖性强，大多数同学已经具备了较强的社会适应能力，能在集体活动中和他人团结合作，完成活动任务但是自我约束能力差，身体素质存在较大差异，遵守纪律等方面各有不同，同时六年级处于升学阶段，学业压力比较大，可以增加趣味性项目，球类项目以及自主活动

等，提高学生的学习热情。。

三、 教学目标：

1、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践。

2、学会走和跑的正确动作，形成走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的能力和身体素质，培养集体主义等精神。

3、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。

4、学会攀爬、支撑、倒立等动作，改进姿势，发展能力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。

5、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简单的比赛，发展走，跑，跳，投综合活动能力，初步具有竞争意识和奋发向上的精神。

6、学会队列、队形，徒手操等。

四、 教学措施：

1、精心备课，认真上好每节体育课，按时完成体育教学常规。

2、在教学过程中严格把守基础技术和技能教学，注意体育理论与实践的有机结合，使学生认识体育，喜欢体育，参与体育，享受快乐体育。

3、合理使用体育器材和体育设施，加强学生体育活动技巧的教学。

4、在自主活动环节上，激发学生自主参与与学习的积极性，允许学生在“安全第一，健康第一”的前提下，选择自己喜

爱的项目，提倡创新理念。

5、根据学生的年龄和心理特点，因材施教，培养学生对体育的兴趣爱好。

6、加强对体育课的安全教育和学生对自我保护意识的教育。

7、注重对学生思想品德教育，不但抓学生身体锻炼，促进身体健康，更要抓学生的心理健康和培养学生的社会适应能力。

小学六年级体育与健康教案篇六

我任教六年级两个班，学生透过这几年的上课基本了解上课的要求，学习习惯正在逐步养成。根据学生生理特点来看，灵敏和柔韧性是这段时期重点发展的项目，同时有必要辅助速度练习。根据了解的状况来看，学生的柔韧成绩还能够，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于以后，要多做些速度练习。

二、教材分析

六年级体育基础知识，是依据课程标准中各学习领域“水平三”目标的规定及活动和资料的要求，针对学生的理解潜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，它是体育课程教学资料的重要组成部分。在小学六年级的教学资料中，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。走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要学习资料，全面提高学生的身体素质。主要的资料围绕着学校的趣味运动体育项目进行开展教学法。六年级的测试项目是400米，这就要求在课堂上注重学生全面发展，侧重学生的柔韧练习。落实体育艺术“2+1”项目对于学生养成参加体育锻炼的习惯，提升审美素质，陶冶情操，均会起到用心的作用。同时，开展该项活动，有利于促进学生用心参加课外文体活动，推动体育、艺

术课程改革的发展。

三、教学目标：

- 1、进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，明白一些保护身体健康的简单常识和方法。
- 2、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潜力。
- 3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

四、教学任务：

- 1、继续抓好课堂教学常规，提高课堂教学质量认真执行体育教学大纲及课程计划，认真备好课，上好课，正确引导学生能自觉锻炼身体。
- 2、加强对体育教学的钻研，透过听随堂课，备课笔记和课后小结；教研组老师应相互学习、交流，共同提高、共同成长的过程。
- 3、组织开展好丰富多彩、富有实效的课外文体活动，引导学生能自觉锻炼身体，使学生更加生动活泼地发展，在创新精神和实践潜力上有较大的发展和提高。
- 4、在教学实践过程中，使学生初步认识自我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。初步学习田径、体操、小球类等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动潜力。培养学习各项基本技术的兴趣和用心性，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。

5、落实体育艺术“2+1项目”对于学生养成参加体育锻炼的习惯，提升审美素质，陶冶情操，，促进学生用心参加课外文体活动，推动体育、艺术课程改革的发展。

五、教学方法

- 1、教学中精讲多练，讲练结合，激励学生学习。
- 2、教学中收放结合，有意识让学生自我锻炼，调动学生的学习主动性、用心性。

六、教学措施

- 1、在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生潜力的培养，努力完成体育三个方面的任务。
- 2、从游戏、竞赛手段入手，提高学生学习自主性养成自觉的锻炼的习惯。
- 3、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状况，科学地安排好、密度和运动量。
- 4、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，注意潜力的培养，启迪思维，培养学生。

七、教学进度

略

小学六年级体育与健康教案篇七

一、学情分析：

六年级有学生10人，其中男生7人，女生3人。身体素质存在较大差异，遵守纪律等方面各有不同。要求教师严格教学、精心组织，争取因地制宜，因材施教，让学生健康、活泼地生活在一个温馨的集体中!同时，六年级处于升学阶段，学业压力比较重，故可以根据实际情况编排课程的内容(例如增设趣味性项目，球类项目以及自主活动等)，提高学生的学习热情。

二. 教学目标:

- 1、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自己从事体育实践。
- 2、学会走和跑的正确动作，形成走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的能力和身体素质，培养集体主义等精神。
- 3、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。
- 4、学会攀爬、支撑、倒立等动作，改进姿势，发展能力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。
- 5、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简单的比赛，发展走，跑，跳，投综合活动能力，初步具有竞争意识和奋发向上的精神。
- 6、学会队列、队形，徒手操等。

三、教学措施

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，未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。

四、教学进度

小学六年级体育与健康教案篇八

一、学情分析：

六年级有学生10人，其中男生7人，女生3人。身体素质存在较大差异，遵守纪律等方面各有不一样。要求教师严格教学、精心组织，争取因地制宜，因材施教，让学生健康、活泼地生活在一个温馨的群众中！同时，六年级处于升学阶段，学业压力比较重，故能够根据实际状况编排课程的资料(例如增设趣味性项目，球类项目以及自主活动等)，提高学生的学习热情。

二、教学目标：

- 1、初步了解青春期卫生知识，理解并掌握体保常识，学会合理的体育锻炼方法，指导自我从事体育实践。
- 2、学会走和跑的正确动作，构成走和跑的正确姿势，进一步提高走和跑的潜力和身体素质，培养群众主义等精神。

3、初步学会助跑投掷沙包或垒球和推铅球动作，发展爆发力，初步养成组织纪律性和听从指挥的良好习惯。

4、学会攀爬、支撑、倒立等动作，改善姿势，发展潜力，提高素质，培养勇敢，果断等优良品质。

5、学会篮球最基本的运球、传球、投篮动作，进行简单的比赛，发展走，跑，跳，投综合活动潜力，初步具有竞争意识和奋发向上的精神。

6、学会队列、队形，徒手操等。

三、教学措施

1、学习目的明确，用心自觉的上好体育课。注意听讲，用心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，未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。

四、教学进度