

小学三年级体育单元教学计划小足球运球 (通用9篇)

计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。什么样的计划才是有效的呢?下面是小编带来的优秀计划范文,希望大家能够喜欢!

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇一

一、教材分析

在《新课程标准》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,为提高全民族的素质奠定基础。《体育(与保健)课程标准》的核心是贯彻“健康第一”的指导思想,促进学生健康成长,充分体现了“以学生为本”的教学,有利于学生身心发展和终身学习,具有与时俱进性,开拓创新性,纲领性,方向性和指导性。而传统的体育教学计划中的教学目标表述,是以教材为中心和以教师为中心,缺少明确的导向作用,因此对学生的学习效果难以进行有序有效的做出客观评价。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:“通过教师与学生互动性体育教学,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,为提高全民族的素质奠定基础。”

二、学情分析

1. 学生通过两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。

2. 三年级的测试项目是身高体重和坐位体前屈，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。

3. 根据前一学期学生的情况来看，学生的柔韧成绩还可以，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于四年级，要多做些速度练习。

三、教学目标

(1) 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。(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。

四、教学重点、难点

1、掌握基本的运动技能，知道如何在运动中保护自己。2、完成测试项目的训练和提高。3、培养学生团结写作的精神。

五、教学措施

1. 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具。

2. 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。

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情况，科学地安排好、密度和运动量。

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇二

三年级的学生年龄在8-9岁之间，男女差别较大，男生活泼好动，表现欲强；女生和男生一样活泼，喜欢竞争性的项目，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。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，让学生在在学习过程中去探讨，去理解，去发现。去创造。

二 教学目标及重难点：

教学目标：

- 1、通过队列广播操的练习，规范学生动作。
- 2、掌握各种素质技能的练习，发展学生身体素质以及柔韧耐力。
- 3、在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、免子跳等；发展素质，为训练队大好基础。
- 4、以速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的协调性和力量的发挥。

教学重点：

投掷动作；后滚翻

教学难点：

蹲距式跳远；后滚翻

三 教材分析：

小学三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的跳跃(单双脚跳立定跳远蹲距式跳远)；投掷(沙包实心球垒球)；跑(30-40米加速跑600-800跑走交替)。

授课时数根据我校校历安排和学校要求，本学期共讲20周，每周体育授课为2学时，共40学时。每个学期实际上课定为16周，共32学时。上课过程中，若因场地，天气条件等因素的影响，将临时调整。第一学期以教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。每次授课一个到二个主教材(如：跑步或；立定跳远)其余(如队列队形、身体素质)训练将作每次课的准备部分内容。每节课都争取有一个或两个小游戏。及时对学生评价，根据实际情况将制定小学生体育与健康课成长评价记录袋。

四 课时安排：

每周2课时，共32课时 五 教学措施及注意的问题：

1、采用学生为主体，少讲多练的方式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。

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇三

一、基本情况

1、学生情况 三年级共有学生38人，以女生居多，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况 三年级学生喜欢跑、跳、投掷、攀登、追逐、跳绳、踢毽子等大肌肉活动。但动作则显得僵硬呆板。

二、教材分析

根据义务教育小学阶段的培养目标、《九年义务教育全日制小学体育教学大纲》以及本校实际情况，有目的、有计划地进行教育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，使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

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、舞蹈等项目的的基本技术，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、团结协作等优品质。

四、教学内容及重难点

1、教学内容

a□体育卫生保健基础常识

b□游戏

c□韵律活动和舞蹈

d□田径

e□体操

f□小球类

g□广播体操

2、重难点

在以上七点内容当上□a□d□g为重点内容，其中d□g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。而广播体操学生都还不会做，应作为重点内容，组织好课堂教学，争取一个月内教会。

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、朝气蓬勃和积极向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

4、特别加强对广播体操的教学。

任课教师 张祖华

2011年2月

一、教材内容介绍

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。

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，为提高全民族的素质奠定基础。”

三、教学目标

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、竞争进取的精神，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。

四、教学进度(周次、教学内容)

一周：1、始业课；上体育课的安全常识

2、队列队形练习；一切行动听指挥

3、复习小学生广播体操

二周：1、韵律操（一）；狮子和老虎

2、韵律操（二）；快快跳起来

3、注意力集中练习；大鱼网

三周：1、踢毽子；踢毽比多

2、30米快速跑；接力游戏

3、站立式起跑；游戏：越长江

四周：1、体育与健康基础知识（理论）：个人卫生与健康

2、前后滚动；前滚翻（一）

3、前滚翻（二）；摇小船

五周：1、自己扔球自己接；“红军过草地”游戏

2、熟悉球性；预备姿势

3、双手垫球；熟悉球性

六周：1、复习技巧；素质练习

2、模仿动物操；模仿动物爬

3、各种仿生动作表演；创造性练习

七周：1、武术基本手型；柔韧性练习

2、跳小绳；跳绳接力

3、跑步走、立定；基本队列队行练习

八周：1、拍手操；传球接力

2、投准；投掷徒手练习

3、游戏：齐心协力；人力拔河

九周：1、原地拍球；拍球比多

2、原地投篮；运球接力

3、搬物赛跑；开火车

十周：1、体育与健康基础知识（理论）：学习控制自己的情

绪

2、立定跳远；跳远接力

3、单脚交换跳；游戏

十一周：1、600米耐力跑；放松操

2、有趣的拔河；比谁力量大

3、队列和队形练习；耐久跑

十二周：1、拍手操；夹球接力

2、走跑交替（变速跑）；报纸接力

3、掷垒球；游戏：贴膏药

十三周：1、障碍赛跑；听号反应

2、游戏：叫号赛跑；喊数抱团

3、投准练习；小游戏

十四周：1、复习、总结

2、身体素质测试

3、身体素质测试

十五周：1、复习、考试

2、期末考试

3、期末考试

一、指导思想

在《新课程标准》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，为提高全民族的素质奠定基础。

二、教学目标

1. 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。
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、学生情况分析

1. 三年级共有一个班，学生通过二年级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。
2. 三年级的测试项目是身高体重和坐位体前屈，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。
3. 根据前一学期学生的情况来看，学生的柔韧成绩还可以，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于四年级，要多做些速度练习。

四、教学要求

体育课教学应从增强体质出发，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。

1. 认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。 1
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. 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。

五、教学措施

1. 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。
2. 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。
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情况，科学地安排好、密度和运动量。
4. 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。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。

2016年.2月

小学三年级上册体育教学计划

一、指导思想

以学生健康为第一的思想为指导,一切为了学生,认真领会体育与健康课程

标准精神,解放思想、转变观念、勇于探索、深化改革、求实创新,在体育教学中以学生发展为中心,重视学生的主体地位,培养学生的竞争意识和合作精神,全面提高身体素质。

二、教学目标

- 1、增强体能,掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能。
- 2、培养运动兴趣和爱好,形成坚持锻炼的习惯。
- 3、提高对个人健康和群体健康的责任感,形成健康的生活方式。
- 4、发扬体育精神,形成积极进取、乐观开朗的生活态度
- 5、培养良好的课堂常规

三、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。

四、学生情况分析

三年级学生正处在生长发育的初期，他们生性好动活泼开朗，注意力不集中，

课堂常规还不大了了解。针对上述情况，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

五、具体措施

坚持“健康第一”的思想，重视让学生充分地参与体育课上的活动。利用体

育运动游戏项目，激发学生上体育课的兴趣和热情，提高学生的健康水平。根据学生的特点，选用不同的分组形式开展教学，以发挥最大的教学效益；重视学生的情感和体验，改变传统的教学方法，吸引学生上好每一堂课，使学生形成坚持锻炼的习惯。

- 1、重点培养课堂教学常规，狠抓队列队形、路队和两操；
- 2、针对学生在平时体育锻炼的弱项进行一些针对性的训练；
- 3、利用奖励措施来提高学生课堂学习积极性；
- 4、重点训练学生的队列队形；
- 5、重点强化课堂常规。

2015年9月1日

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇四

小学三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。

- 1、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。
- 2、掌握基本体操、快速跑（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、实心球、身体素质训练、篮球比赛等。
- 4、以速度力量练习和耐力练习的课（跳跃性、耐力性的反复练习）来改善肌肉的协调性和力量的发挥。
- 5、并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

教学重点：

- 1、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。
- 2、掌握基本体操、快速跑（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、身体素质训练、篮球比赛等。

教学难点：

- 1、以速度力量练习和耐力练习的课（跳跃性、耐力性的反复练习）来改善肌肉的协调性和力量的发挥。
- 2、并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

小学三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。

授课时数根据学校要求，本学期共讲20周，每周体育授课为3学时，共60学时。每个学期实际上课定为16周，共48学时。上课过程中，若因场地，天气条件等因素的影响，将临时调整。第一学期以教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。配以基本体操、快速跑（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、身体素质训练、篮球比赛等。另外在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、免子跳等；多上速度力量练习和耐力练习的课（跳跃性、耐力性的反复练习）来改善肌肉的协调性和力量的发挥。并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。每次授课一个到二个主教材（如：跑步或；立定跳远）其余（如篮球、队列队形、身体素质）训练将作每次课的准

备部分内容。每节课都争取有一个或两个小游戏。

每课3课时，共60课时

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。

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇五

我所教学的对象是三年级学生，学生上体育课的纪律比较差，每次上课之前的集合排队每次要浪费很多的事情，每节课的准备运动如做操或者跑步，学生们过于活泼，导致秩序大乱，学生们都比较喜欢自由活动，女生喜欢跳牛皮筋或者跳绳，男生喜欢打乒乓球或者篮球，特别是喜欢玩球类，由于此类的运动缺乏创意跟新奇感，今年我想还是多安排新鲜的游戏及课程或者竞争性的游戏比赛让学生发掘很多体育课的兴趣特长，使学生更好的提高身体质量的同时学习接触更多的体育项目，让其善于学习新知识，掌握能力也逐渐提高，更使同学间彼此关照，共同克服困难，班级凝聚力比较强。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇六

体育教学是学校工作的一项重要内容，本学期我将以“阳光、健康”为宗旨，扎实开展体育健康教学活动，培养学生的各种有益于自身、社会和全民族健康的行为和习惯，提高体育卫生科学知识水平，增强体质，促进身心发育，为学生一生的健康奠定基础。

小学三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，运动系统发育还不成熟，处于发展期，运动能力较低，身体各部分肌肉发展不平衡，上下肢协调性差；好动喜玩，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，培养坚强的意志因此在教学中根据班级的特点进行因材施教。

小学三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、小篮球等基础项目，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。

耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、身体素质训练、篮球比赛等。另外在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、兔子跳等；多上速度力量练习和耐力练习的课（跳跃性、耐力性的反复练习）来改善肌肉的协调性和力量的发挥。并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。每次授课一个到二个主教材（如：跑步或；立定跳远）其余（如篮球、队列队形、身体素质）训练将作每次课的准备部

分内容。每节课都争取有一个或两个小游戏。及时对学生进行评价，根据实际情况将制定小学生体育与健康课成长评价记录袋。

1. 教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。
2. 掌握基本体操、快速跑（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、实心球、身体素质训练、小篮球比赛等。
3. 在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、免子跳等。
4. 以速度力量练习和耐力练习的课（跳跃性、耐力性的反复练习）来改善肌肉的协调性和力量的发挥。
5. 并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

教学重点：

1. 教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。
2. 掌握基本体操、快速跑（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、实心球、身体素质训练、小篮球比赛等。

教学难点：

1. 以速度力量练习和耐力练习的课（跳跃性、耐力性的反复练习）来改善肌肉的协调性和力量的发挥。
2. 并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

1. 培养学生自觉参与课间活动，保持充沛的精力，上好每节

课。利用各种检查、竞赛促进学生行为习惯的形成。

2. 教学时运用多种教学手段，如挂图、模型、表演等激发学生兴趣，巩固教学效果，促进能力的培养。

3. 联系学生实际，对学生进行心理健康教育，教育学生团结协助，尊敬师长，让学生热爱体育，热爱生活。

4. 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。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。

5. 认真备课，精心写好教案。

6. 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材及教学用具。

7. 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。

8. 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，并不断改进教学工作，不断提高教学质量。

每周3课时，安排一项主教学内容，共48课时。

20xx.9.3

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇七

身体发展特征：三年级学生在动作的协调性方面，骨骼肌有了一定的发展，因而运动感觉有了一定程度的发展，对简单的动作有所控制，动作的精确性、灵巧性进一步增强。

心理发展特征：能够比较概括地、灵活地掌握左右概念。在老师的帮助下，逐渐学会比较、分析、观察事物的特点，发现各部分的关系及部分与整体的关系。

社会交往的特征：学生与同伴交往的时机更多，交往形式开始变得较为复杂，在与同伴交往中传递信息的技能进一步增强，学生更善于协调与其他同学的活动，越来越关注同龄群体的评价、赞同和指导。

知识从跑过渡到投掷，由下肢发展到上肢的发展，以及上下肢之间的协调发展，知识难度逐渐提高，以及中间结合体操，球类知识，要求全面培养学生各方面的素质。

在这册教材中，提高学习跳上、跳下能力，以及技巧支撑跳跃的能力，加大学习难度，知识向多方面发展，延伸，特别向更深的一层发展练习，合学生接触挑战。

对于下肢要求更高了，要学习向更高更远的发展，而且在后来的学习中又转到对上身的练习，比如低单杠双杠等，加大了学习的难度和宽度。

体操方面增加了后滚翻，球类方面教到足球，对技能学习提出了新的要求，从这可以看出，体育渐渐地深入到我们身心，发觉体育真的可以使身心健康，提高体育综合素质。

- 1、增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能。
- 2、培养运动兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯。
- 3、提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式。
- 4、发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态度

5、培养良好的课堂常规

教学重点：

- 1、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。
- 2、掌握基本体操、快速跑(站立式起跑、途中跑);耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、身体素质训练、篮球比赛等。

教学难点：

- 1、以速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的'协调性和力量的发挥。
- 2、并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

按照教学目标的要求，结合增强学生体质课题研究，对学生体育学习进行综合评价。

- 1、对学生“运动参与”的评价。主要内容：出勤、着装、课前准备、集合队伍、做好准备活动、积极参加锻炼等。教师每周记录一次并公布;各组小组长则每节课按等级对自己的队员评价一次并做好记录;学生自己也是每节课自评一次并做好记录。
- 2、对学生“运动技能”的评价。主要内容：本学期确定队列、体操为学习和评价内容，健身与安全知识。队列、体操各安排两个单元教学，学习一单元后教师、小组、学生自己各进行考评一次，并做好记录。学完第二单元后再进行一次评定。健身与安全知识的考核，主要以教师课堂提问，并结合遇到的体育锻炼不安全现象处理、做法，以及学生上体育课时是否安全进行锻炼等对学生考核。

3、对学生“身体健康”的评价。主要内容：学习50米跑、蹲踞式跳远并测验，身体姿势，营养、保健知识。50米跑、蹲踞式跳远安排两单元教学和两次的测评，评价方法与形式同篮球项目。身体姿势，营养、保健知识的教学与评价主要利用队列练习和有关的室内理论课进行考评。

4、对学生“心理健康”的评价。主要内容：学习有信心，勇敢，有克服困难的决心。这项评价主要以平时学生上课的情况观察和问卷调查进行评定。

5、对学生“社会适应能力”的评价。主要内容：懂得互相合作，互相帮助，一起活动，分享运动快乐，有阅读有关体育报刊。

1、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。

2、采用学生为主体，少讲多练的方式提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。

3、将游戏贯穿于整个课堂中，并尽量做到与学生玩在一起，在娱乐同时学到知识，加强与集体观念教学。

4、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。

5、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。

6、采取多样的教学组织形式，如分组教学(异质分组、随机分组男女分组等)，分段教学等。

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇八

计划要明确何时实现目标和完成任务，就必须制定出相应的措施和办法，这是实现计划的保证。措施和方法主要指达到既定目标需要采取什么手段，动员哪些力量与资源，创造什么条件，排除哪些困难等。以下是本站小编为大家精心搜集和整理的小学三年级体育教学计划，希望大家喜欢！

小学三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。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。

- 1、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。
- 2、掌握基本体操、快速跑、技巧、投掷、身体素质训练、篮球比赛等。
- 3、在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、免子跳等；4、以速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的协调性和力量的发挥。
- 5、并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

小学三年级主要选择田径(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。

授课时数根据我校校历安排和学校要求，本学期共讲20周，每周体育授课为3学时，共60学时。每个学期实际上课定为16周，共48学时。上课过程中，若因场地，天气条件等因素的影响，将临时调整。本学期以教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。配以中国象棋比赛、体育健康理论知识、基本体操、快速跑；耐力跑、定时跑、立定跳远、身体素质训练、篮球比赛等。另外在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、免子跳等；多上速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的协调性和力量的发挥。并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。每次授课一个到二个主教材(如：跑步或；立定跳远)其余(如篮球、队列队形、身体素质)训练将作每次课的准备部分内容。每节课都争取有一个或两个小游戏。及时对学生进行评价，根据实际情况将制定小学生体育与健康课成长评价记录袋。

1. 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具。
 2. 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。
 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情况，科学地安排好、密度和运动量。
- 1、因材施教，分类指导。
 - 2、培养优生，能自觉练习，善于动手，动脑的好习惯。
 - 3、要加强学困生的指导，提高他们的技能水平。

4、教师要关心，热爱平等对待每一个学生。

5、教师要定时、定点，加强优生优培辅中转差的辅导。

教学进度表

周

起讫时间

内 容

执行情况

1

2.6□2.12

1、始业教育 2、折返跑 3、蛇形跑

2

2.13□2.19

1、圆形、8字接力跑 2、2分钟地形跑

3、 10米×4往返跑

3

2.20□2.26

1、200~300米绕图形跑 2、考核：10米×4往返

3、游戏课

4

2.27□3.4

1、双人蹲跳 2、原地双脚起跳触高物

3、空中接来球

5

3.5□3.11

1、跑起步单脚起跳双脚落入沙坑 2、考核

3、游戏课

6

3.12□3.18

1、胸前传接球 2-3、传球击打目标、过圈

7

3.19□3.25

1-2、各种方式传接球 3、考核：双手胸前传接球

8

3.26□4.1

1-3、放风筝

9

4.2□4.8

1、足球：脚内侧对墙连续踢球

2-3、脚内侧对墙连续踢球—接球

1

4.9□4.15

1-2、两人脚内侧传接球练习 3、四角传接球

1

4.16□4.22

1、考核：对墙连续传接球 2-3、理论课

1

4.23□4.29

1、两脚前后站立侧向投掷垒球

2-3、侧向站立投掷沙包、

1

4.30□5.6

1、考核：侧向投掷垒球（五一放假）

1

5.7□5.13

1-2、攀爬80~100厘米高地障碍物 3、跳长绳

1

5.14□5.20

1-3、跪跳起

1

5.21□5.27

1、考核：跪跳起 2-3、踢毽子

1

5.28~6.3

1、后滚翻 2、后滚翻组合 3、考核

1

6.4~6.10

1-2、屈腿悬垂摆动 3、游戏课

1

6.11□6.17

期末考试

2

6.18□6.24

机动

2

6.25□7.1

机动

以学生健康为第一的思想为指导,一切为了学生,认真领会体育与健康课程标准精神,解放思想、转变观念、勇于探索、深化改革、求实创新,在体育教学中以学生发展为中心,重视学生的主体地位,培养学生的竞争意识和合作精神,全面提高身体素质。

1. 增强体能, 掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能。
2. 培养运动兴趣和爱好, 形成坚持锻炼的习惯。
3. 提高对个人健康和群体健康的责任感, 形成健康的生活方式。
4. 发扬体育精神, 形成积极进取、乐观开朗的生活态度
5. 培养良好的课堂常规

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。

4、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。

5、掌握基本体操、快速跑(站立式起跑、途中跑);耐力跑、定时跑、立定跳远、实心球、身体素质训练、篮球比赛等。

7、以速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的协调性和力量的发挥。

8、并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

1、教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。

2、掌握基本体操、快速跑(站立式起跑、途中跑);耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、身体素质训练、篮球比赛等。

教学难点：

1、以速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的协调性和力量的发挥。

2、并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。

三年级28人，学生们对体育课有着很浓厚的兴趣。对于刚刚接触体育课的一些新同学来说。当务之急就是培养他们的兴趣，发掘其潜力是首当其冲要解决的问题。充分培养学生终身体育的意识。三年级学生正处在生长发育的初期，他们生性好动活泼开朗，注意力不集中，课堂常规还不大了了解。针对上述情况，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

小学三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，让学生在去学习过程中去探讨，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。

小学三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。

授课时数根据学校要求，本学期共讲20周，每周体育授课为3学时，共60学时。每个学期实际上课定为16周，共48学时。上课过程中，若因场地，天气条件等因素的影响，将临时调整。第一学期以教学队列，队形走为主，每节课都要有队列对形的练习。配以基本体操、快速跑(站立式起跑、途中跑)；耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、身体素质训练、篮球比赛等。另外在上课过程中多做一些辅助性练习，如发展耐力

速度的定时跑，定距离跑；发展下肢力量，提高立定跳远成绩的跳起，原地抱膝跳，跳台阶、免子跳等；多上速度力量练习和耐力练习的课(跳跃性、耐力性的反复练习)来改善肌肉的协调性和力量的发挥。并采用小重量和不负重量的方式，通过协性练习和提高动作速度的练习来提高速度力量。每次授课一个到二个主教材(如：跑步或；立定跳远)其余(如篮球、队列队形、身体素质)训练将作每次课的准备部分内容。每节课都争取有一个或两个小游戏。

体育课教学应从增强体质出发，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。

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. 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。

坚持“健康第一”的思想，重视让学生充分地参与体育课上的活动。利用体育运动游戏项目，激发学生上体育课的兴趣和热情，提高学生的健康水平。根据学生的特点，选用不同的分组形式开展教学，以发挥最大的教学效益；重视学生的情感和体验，改变传统的教学方法，吸引学生上好每一堂课，使学生形成坚持锻炼的习惯。

- 1、重点培养课堂教学常规，狠抓队列队形、路队和两操；
- 3、利用奖励措施来提高学生课堂学习积极性；

- 4、重点训练学生的队列队形；
- 5、重点强化课堂常规。
- 6、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。
- 7、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。
- 8、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。
- 9、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。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。

小学三年级体育单元教学计划小足球运球篇九

指导思想：

《体育(与保健)课程标准》的核心是贯彻“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，充分体现了“以学生为本”的教学，有利于学生身心发展和终身学习，具有与时俱进性，开拓创新性，纲领性，方向性和指导性。而传统的体育教学计划中的教学目标表述，是以教材为中心和以教师为中心，缺少明确的导向作用，因此对学生的学习效果难以进行有序有效的做出客观评价。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：“通过教师与学生互动性体育教学，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，为提高全民族的素质奠定基础。”

教学目标：

〈一〉使学生基本认识自己的身体和掌握锻炼身体的知识及方法，巩固一些体育、卫生保健的安全常识，培养坚持锻炼身体的习惯。

〈二〉提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式：

发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态。

〈三〉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。

〈四〉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。

学生基本情况分析和具体措施

体育课教学应从增强体质出发，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、丢课或因故不能上课，必须经学校领导同意，并做好妥善安排。

4、采用各种表扬方法可以反复交叉，广泛应用，尽量使学生多受表扬和鼓励鼓励要真挚，果断、明快、表情亲切，要体现出教师的耐心，爱心，责任心。

在表扬时，教师还应对学生提出更高的要求和努力的方向，使学生能正确对成绩和进步

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。

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。

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。
- 4、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。

具体措施和辅助手段：

在游戏中结合比赛，使学生能够学以致用。有些比较抽象的动作或者很难做到的动作，先在教室进行讲解，配以挂图或者电脑或者幻灯机的生动的演示，使学生看到正确的连续的动作。在课上尽量让学生自主动手，自己想象，制造体育课上需要的工具，让学生去收集、制作。下雨天在室内做室内游戏和教些一般体育常识，如：预防伤病的措施。组织学生观摩高年级学生上体育课，从中要求学生对自己教师的上课水平提出新的要求，改变形式，使学生更好的去吸收利用，更加有利于学生身心健康以及促进教师自身的水准。

进度表：

(9月2日——9月5日) 第一周：开学工作

(9月8日——9月12日) 第二周：学习第三套广播操《七彩阳光》
抛球

(9月15日——9月19日)第三周:学习第三套广播操《七彩阳光》
运球过障碍

(9月22日——9月26日)第四周:学习第三套广播操《七彩阳光》
投“人篮”

(10月6日——10月10日)第五周:学习第三套广播操《七彩阳光》
蹲跳

(10月13日——10月17日)第六周:摸线比快
看谁起得快

(10月20日——10月24日)第七周:横渡“铁受桥”跳远

(10月27日——10月31日)第八周:单挂膝悬垂
翻腕

(11月2日——11月6日)第九周:追赶跑
障碍接力

(11月9日——11月13日)第十周:摆动
投篮比赛

(11月16——11月20日)第十一周;其中测试
龙舟

(11月23日——11月27日)第十二周:五一放假

(11月30日——12月4日)第十三周:滚球接力看谁反应快

(12月7日——12月11日)第十三周:跳高

越过障碍

(12月14日——12月18日)第十四周:配合作战

火车挂钩

(12月21日——12月25日)第十五周:抢先一步

图形运球

(12月28日——1月1日)第十六周:投中目标

收发电报

(1月4日——1月8日)第十七周:考核总结