小学一年级体育课教学计划(优秀8篇)

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。相信许多人会觉得计划很难写？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来了解一下吧。

小学一年级体育课教学计划篇一

教学过程：

一、情景导入

教师活动：

1.常规队列练习，体会在行进间与同伴良好配合，走得整齐且精神饱满。

2.正反口令练习和原地三面转法练习。

3.对学生的练习情况给予肯定，表扬比较好的组，以激励其他组同学。

学生活动：

1.按老师的要求和口令，精神饱满地进行队列练习，细心体验如何走才能与其他同伴保持一致，并与其他组的同学相互交流，共同练习体验。

2.集中注意力进行正反口令和三面转法练习，知道当老师说转时才开始转身(知道其也是与其他同学配合的一种表现)。

3.经过老师的评价后，对自己在练习中的表现能够给自己打一个合理的分数。

组织：以四列横队完成游戏.

二、愉悦身心，快乐练习

教师活动：

1.教师带领学生进行一些准备活动。。

2.讲解示范游戏的方法要求，组织学生游戏，并提示学生在游戏中发扬团结合作的良好风貌。

3.组织学生进行跳短绳练习。

学生活动：

1.认真的作好准备活动让自己进入的身心状态。

2.积极进行游戏，在联系中体验团结合作的乐趣。

3.在跳短绳练习中发扬帮助和吃苦耐劳的良好精神和品质。

组织：障碍赛跑中四路纵队跳绳时自由分散无固定队型

三、放松练习

教师活动：带领学生总评该次课练习情况。

学生活动：能够对自己的表现给予正确地评价。

小学一年级体育课教学计划篇二

一、引出(体育课堂的要求?)

二、课堂常规的教育(学生)

1、学生要在上课铃响前到达操场，上课铃响后，立即静、齐、快地按规定队形排好队、等候老师上课。

2、在体育委员整队，向老师报告人数和老师宣布本课的内容时，学生要立正。

3、上课不迟到、不早退、不旷课、因故不能上体育课的，要课前请假，并写好请假条(事假由班主任签字，病假由校医证明)。

4、上室外课时不戴帽子、围巾、手套、不穿大衣、裙子;不带钢笔、小刀等尖利物品和穿胶底鞋上课。

5、严格组织纪律性，注意安全，严防伤害事故发生。

6、爱护场地器材;未经许可，不得动用教师课堂前布置的场地和器材。课前体育委员要组织同学协助老师布置场地、器材。课后教师指定组要收交器材，并及时收交器材室。

四、师生互相讨论

五、拍手游戏:

分组进行练习(同桌)

五、归纳小结下课

小学一年级体育课教学计划篇三

教学内容：

1、《七彩阳光》第二三节

2、游戏《捕鱼》

适用年级：一年级

一、说教学内容

我所执教的就是小学生广播体操《七彩阳光》第2、3节，《七彩阳光》共8节，持续时间3分22秒，就是针对小学生的身心特点创编而成的。本套广播体操以培养小学生正确身体形态的基本体操动作、基本队列和步伐位主要动作语汇，吸纳了一些有助于小学生灵敏协调素质和弹跳力的健美操动作，形成了规范大方、活泼欢快的风格特点。本节课的教学目的就是：要求学生学会做操，力求大方、美观、整齐;培养学生协同合作精神及群体意识。

二、说教法

1、在教学过程中，引入竞争机制，充分调动学生学习广播体操的积极性，使学生积极参与到体育教学过程中去。2、在具体教学中采用分组比赛的方式，培养学生"团队协作精神"以养成协同合作的意识，让每一位同学都专注同伴的合作，从而获得成功的体验。

3、鼓励学生大胆展示自己。采用评选体育小明星、体育小组合的方式，既让学生学会做广播体操，又让学生感受到成功的喜悦，使学生在一片欢快的气氛中学习并掌握了新知识，发展了学生个性。

三、说重点难点

第二节上肢运动的重点就是上肢动作横平竖直，方向准确。难点就是上肢动作方向混乱、松垮。

第三节扩胸运动的重点就是上肢动作舒展，下肢屈伸富于弹性。难点就是胸前平屈使肘关节下垂，手臂上举时曲肘。

四、说学法

1、在体育教学过程中，坚持"以学生发展为本"，真正摆出学生主体地位，充分发挥学生主体作用。从课前准备到以游戏为主的热身、到以分组比赛评选组合，均以学生为主体，教师只起主导作用。

五、说教学过程

(一)游戏导入

使学生一上课就感到生动有趣，形式新颖，兴趣的指向一下集中到学习中去。

(二)复习旧知识与学习新知识有机结合

1、采用小组比赛方式引入竞争机制，使学生对学习更加有兴趣。学生通过比赛获得成功体验。锻炼小组长的组织能力。

2、采取评选体育小明星、体育小组合的方式，使学生增强协同合作精神。让学生在共同的活动中体验到协同合作对完成学习任务的重要意义。

3、培养学生群体意识。

总之，本节课的目的就就是为了培养学生对体育活动的兴趣，提高学生参与体育活动的积极性，引导学生学习协同合作，养成合作意识，从协同合作中得到成功的体验。

小学一年级体育课教学计划篇四

教学目标：

3、增长学生知识，受到美的熏陶，从而懂得珍惜自然，以增

强学生对大自然和人类社会的热爱及责任感，激发学生友善的意识。

教学准备：

1、学生根据自己的喜好以小组为单位准备彩色纸、剪刀、胶水、笔、彩泥。

2、教师准备多媒体资料，动画片《海底总动员》。

教学过程：

一、组织教学：根据兴趣爱好分小组，并确立组长，统一小组意见。

二、欣赏故事导入：

三、新授：

虽然鱼爸爸比较懦弱，但他深爱着自己的孩子尼莫，由于他的爱心，会有许多朋友帮他找寻失去的儿子。

假如你是鱼爸爸的朋友，你会怎么做，为什么?

对，帮助有困难的朋友是我们的美德。

鱼爸爸的朋友大都是鱼，我们来认识一下，海洋里有哪些鱼爸爸的朋友呢?请看大屏

(展示各种不同的鱼的图片)

你最喜欢什么形状什么颜色的鱼朋友?

师复述鱼的形状和颜色。

你能模仿鱼儿游一下吗?

让我们都来模仿鱼儿游一游，想怎么游就怎么游。

我们来看一下鱼究竟是怎么游的。(动画：鱼游时的样子。)和我们游的一样吗?

哦，尾巴左右摆动呢，嘴里还在吐这泡泡，好象在说：尼莫，你在哪儿?我们找你来了。

鱼爸爸的朋友啊到处帮着找他的儿子。你看，黑板上也有一条鱼朋友呢，正在帮着找尼莫呢。

(师示范表现鱼)

老师是画的鱼朋友，我们看看别的小朋友怎么表现鱼的。

(出示学生的作品)

老师的和同学的一比啊，老师的有点差劲了，还是擦去吧。

我们美术课还学过什么表现手法?

对，除了画之外啊，还有彩泥捏，彩纸剪，这些方法同样可以表现我们的想法。

请先确定自己的表现方式。

四、作业

按小组制作或画鱼，老师及时解决学生作业过程中的问题，并适当展示优秀的学生作品。(大屏展示各种鱼以及不同的表现方法，音乐伴奏)

五、作业展示

六、拓展

遇到了困难怎么解决的?(介绍好的小朋友把作品贴在大图上)

让我们来看一下朋友多莉是怎么帮助鱼爸爸克服困难的。(播放动画片)

我们一起跟着朋友多莉来说一下。

在我们大家的帮助下，儿子尼莫找到了，他也交了很多朋友。

孩子总要长大，总要到外面去学习新的本领。我们一起来看一下，尼莫回来后他爸爸怎么做的。(播放动画片)

小学一年级体育课教学计划篇五

本课的教学要求：

1、使学生知道为什么要做眼保健操

2、使学生知道按摩的_位和动作方法

3、使学生逐步养成按时做眼保健操的习惯

首先这课主要讲三个方面的内容

1、眼睛为什么能看见东西?

2、眼保健操对预防近视有什么作用?

3、眼保健操的动作要领。

第一个内容眼睛为什么能看见东西?它主要是靠眼球的作用，眼球的前面是一块晶状体，后面是能够感受光线的视网膜。物体反射出来的光线，通过日状体的调节，在视网膜上形成

一个清晰的物像，视神经把这个物像传到大脑视觉神经，我们就能够看清物体了。这个道理跟照相机差不多，视网膜相当于底片，晶状体相当于镜头，在照相机前常常要跟据人或物的远近调整焦距，也就是调整镜片与底片之间的距离，否则照出来的照片就会模糊不清。我们看物体也是一样，也要调整距离才能看清，这主要靠晶状体周围睫状肌的收缩和放松来改变它的凸度。当看近物时，睫状肌放松，凸度降低，这样就能看清物体。而有的同学在政党的距离内看不清物体，这就是我们平时所说的近视。近视又分真性近视和假性近视。少年儿童如患近视，大部分属于假性近视，也就是睫状肌长期处于紧张，一时性的丧失了松弛的能力，而合远处的物体在视网膜上的成像模糊。假性近视形成的原因主要是平时不注意用眼卫生。比如晨光线暗处读书、写字，在汽车上看书或躺着看书，读写的姿势不正确，眼睛距离书本太近，读书写字时间太长等。这些不良习惯使得睫状肌长时间的持续紧张，过于疲劳丧失了调节能力，天长日久就形成了真性近视。

第二，眼保健操对预防近视有什么作用?

眼保健操的功能主要是通过对眼睛周围_位有规律、有节奏地按摩，使疲劳的眼肌得到休息，而使眼睛周围的血液循环加快，改善神经营养，使神经和血管更好的发挥它们的生理功能，从而提高视力预防近视。但有的同学虽然每天做眼保健操，可是效果不明显，其原因就是没有掌握要领按摩的_位不准确，影响了做操效果。这里应该提醒注意的是：在良好的读书写字习惯的基础上认真做操，做操时注意力要集中，按揉的_位要准确，手法要轻缓，不要用力过大过猛，同时要注意手的清洁。这样经常坚持就会有一定的效果。

第三，眼保健操的动作要领。

准备：双目微闭，全身肌肉放松，自然静坐约一分钟。

第一节：轻揉目匡角(天应_)。

两手拇指指尖分别按在左右上目匡角处，其余四指散开弯曲如弓状，支持在前额上，轻揉一下为一拍(8×8拍节)。

第二节：挤按鼻跟(睛明_)

用左手或右手拇指和食指夹住两侧睛明_，先向下按，后向上挤，一按一挤为一拍(8×8拍节)。

第三节：按揉面颊(四白_)

先以左右手食指、中指并拢放在紧靠鼻翼两侧，大拇指支撑在下颚骨凹陷处，然后放下中指，用食指按揉四白_，按揉一圈，四拍后换揉方向(8×8拍节)。

第四节：按太阳_轮括眼眶(太阳、攒竹、鱼腰、丝竹空、瞳子髎、承泣等_)。

两手拇指分别按太阳_，小指、无名指和中指拳起，弯曲食指，用中节内侧面从眼眶内向外轮括，先上后下，轮刮一圈计四拍(8×8拍节)。

小学一年级体育课教学计划篇六

1、引导学生知道体育是一门主要在室外上的锻炼身体的活动课，通过参加丰富的练习活动，可以达到提高身体各种活动能力和增进健康的目的。

2、提高学生的积极参与意识，能够和同伴积极合作，友好相处。

3、了解课堂常规，培养学生形成良好的课堂练习秩序。

一、谈话：小朋友们从上小学起，要学习好几门功课，其中就有体育课，那么，什么是体育课呢？(学生讨论，依次发

言)上过幼儿园的小朋友一定知道，或者大家到操场看看，就会知道——体育课是由老师指导大家做游戏、玩球，或进行走、跑、跳跃、投掷、攀爬等各种身体练习活动的课，是锻炼身体的课。

那么，为什么要上好体育课呢？

小朋友们都喜欢游戏、玩球，进行各种跑、跳、投等比赛活动，体育课是为了满足大家这种活动心愿的。谁在体育课上能够认真、积极地参加各种各样的练习活动，有刻苦锻炼、不怕困难的'精神表现，他的身体一定会更灵活，动作更加协调；他的跑、跳、投等各种活动能力一定会提高的很快；适应气候变化的能力也强，而且不容易得病。一句话：上体育课是为了锻炼成健康的身体。

二、那么，怎样上好体育课呢？

出示幻灯，边放幻灯边讲解：

1、画面

(1)不迟到、不早退，因故不能上体育与保健课时，要向老师请假。

(2)听到上课铃响后，就到指定场地集合，排队时做到静、齐、快。

2、画面2

学生看幻灯，老师提问，并小结

(1)上课应穿什么服装和鞋子？

小结：应穿便于运动的服装和鞋子。

(2)画面上哪些东西划了“x”?为什么划了“x”?

3、画面16

(1)小明练习前滚翻；

(2)怎么突然摔倒了？

(3)原来被自己口袋里的小刀刺伤了。

小结：体育锻炼时千万不能带……(学生回答)

三、在教室内练习排队(按座位组数)

小学一年级体育课教学计划篇七

1,排成四路纵队

2,母鸡爱小鸡

方法与过程：通过教学，使学生初步掌握跑的基本技术。

素质目标：提高奔跑能力，灵敏性和协调性，促进学生下肢肌肉关节、韧带、和内脏器官机能的发展。

情感态度价值观：培养运动感情，勇敢果断，团结友爱，积极进取的品质和爱国主义教育。

教学重点难点：排成四路纵队。

(1)课堂常规：整队，师生问好，宣布本课内容，导入情境教学。组织方法：自由散在规定的场地，围在教师身边听。

小朋友们齐生回答：是公鸡

(2)模仿动物的叫声和跳跃

大公鸡：喔喔喔地叫小鸭子：嘎嘎嘎地叫，双手交叉放口前做鸭嘴状

企鹅：两手下垂放身旁，手腕后伸，走起路扭身体

猴子：抓抓头，做探视状，也可做翻跟斗。袋鼠；两手屈肘置于胸前，双脚连续向前跳。

小白兔：两只耳朵竖起来，蹦蹦跳跳。

注：老师讲出动物名称，诱导学生动脑经创新，针对不足，加以纠正。

教与学的方法：(1)教师讲解方法，并进行简单的示范。(2)学生进行分组分排练习。(3)教师仔细观察，对错误的加以纠正。(4)把大家容易出现的问题在集合训练后进行讲解。(5)在队列练习前向学生说明：前后间隔一臂距离，以免太拥挤。

手势(左手握拳于胸前屈肘，拳心向内，右臂前平举，掌心向下)时，排头学生按口令指示的队形，距离教师2-3米处站好，其余学生依次向后重叠式排队站立，前后保持约一小臂的距离并自动对齐。

注：因学生反应能力较慢，因此需要结合“解散”“集合”来训练他们的反应能力，提高集合的速度。

1,游戏：母鸡爱小鸡

教学的方法：(1)导入：小朋友，小鸡们集训顺利结束了，现在他们遇到了一只凶猛的老鹰，小鸡和老鹰要展开一段生死的较量，看看小鸡它们是怎么躲过这场灾难的。(2)教师讲解游戏方法与规则。(3)组织学生进行游戏，教师有时充当哪排

的鸡妈妈或者老鹰，组织学生玩得尽兴。(4)仔细观察，发现不足及时进行纠正。

游戏方法：把学生分成四队。每队选一名学生做“老鹰”(红色),排头学生做“母鸡”(黑色),并张开双臂保护“小鸡(绿色)”,其余学生做“小鸡”,拉住前面一个人的衣服，;灵巧地躲闪，不让“老鹰”拍着。

游戏规则：(1)“老鹰”不能从“母鸡”的翅膀下面钻过去拍“小鸡”,只能从侧面绕过去拍队尾的一个。也不能和“母鸡”互相推、拉、撞、扭。(2)“小鸡”在躲闪时不要掉队。

2,整队，总结本课教学内容，师生告别。

3,宣布下课。

场地安排：一个排球场。

小学一年级体育课教学计划篇八

教学目标：

1、让学生了解妈妈的辛苦与喜好，感受母爱的崇高与伟大。

2、引导学生通过简单的创意、描绘、制作，在妈妈的节日中为妈妈送上自己的一份心意。

教材分析：

重点：通过描绘表现自己对妈妈的爱

难点：如何引导学生产生心灵强烈的共鸣

关键：各种方法的运用、组合

教学方法：

讲授法、实验法

学情分析：

学生都对妈妈有种爱和依赖，但现在的孩子更多的是一种不觉察、不领悟的爱、体验

不深，所以老师应该运用各种方法产生共鸣。

教具：录音机，画家母爱的作品，学生作品也可以。

学具：水彩笔、油画棒，和妈妈的照片。

教学过程：

1、组织教学

检查学生用具准备情况，维持全班纪律。

2、导入新课

生：我的妈妈是一位农民……

师：你可以说说你妈妈的样子吗?

生：她高高的个子，大大的眼睛……

师：你能讲讲你与妈妈之间发生的故事吗?

生：打针时、睡觉时……

师：老师也给小朋友讲一位妈妈的故事吧!

生：母亲节、三八妇女节、妈妈的生日

师：有哪些小朋友知道你自己妈妈的生日?

生：(举手)

的时候，你对妈妈做了些什么呢?

(板书课题)

3、讲授新课

师：从古至今，表现母爱的美术作品一直是画家们从不厌倦的主题，现在就让我们一同来欣赏!(欣赏作品)

师：如果今天就是妈妈的节日，你准备怎么做?

生：打扫卫生、劳动!

生：画张画作为礼物!

生：唱歌给妈妈听!

生：洗衣服……

师：让我们一起来看看课本上其它小朋友是怎么做的吧!

(欣赏课本)

4、学生作业

妈妈的节日里，你和妈妈之间的故事吧。

5、作业要求

作品表现我与妈妈的主题，有人物、有背景。

色彩鲜艳、画面丰富(可以剪贴照片)

6、学生作业，教师巡视辅导及时表扬优秀作业

7、总结、讲评