

# 四年级上学期体育教学工作计划

## 篇1：四年级上学期体育教学工作计划

### 一、教学指导思想

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。”

### 二、基本情况

小学四年级的学生情绪变化较大，运动能力有一定的发展，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，让学生在过程中去探讨，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，培养将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。

### 三、教学目标

- 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、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。

## 五、教学进度

第一周1.引导课2.50米快速跑

第二周1.蹲跳起2.长绳、短绳

第三周1.自然地地形跑2.跳马

第四周1.队列练习、接力2.短绳

第五周1.30米跑2.障碍跑

第六周1.绕物接力2.垒球

第七周1.打篮球2.垒球、短跑

第八周1.接力跑、跳高2.跳短绳

第九周1.跳高、接力2.各种运球练习

第十周1.篮球活动2.10×4往返跑

第十一周1.足球

第十二周1.投掷、短跑2.跳远

第十三周1.跳高2.原地侧面投掷垒球

第十四周1.垒球投掷2.游戏

第十五周1.跳高2.跨越式跳高

第十六周综合练习

第十七周复习

第十八周考试

## 篇2：四年级上学期体育教学工作计划

### 一、学生分析

小学四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握基本的单、双脚跳跃方法；正确地跑步姿势和方法；学会与同伴合作学习；能正确评价自己及他人的学习态度与学习本领；在游戏、活动中懂得关心他人、尊重他人。但部分学生的奔跑本领、跳跃本领不乃是甚好，须加强锻炼腿部力量；女生的手臂力量较差，投掷本领不强，还待加强锻炼；本学期将进一步发展、拔高学生的身体协调性、柔韧性及奔跑、跳跃、投掷本领。让学生在过程中去探讨，去理解，去发现，去创造。培育学生健康和愉快生活的态度和坚强的意志。

## 二、教材分析：

小学四年级体育教材以实践教材为主。根据学生的本领以及学校的条件，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、投的基本技术得到拔高；并挖掘生活中的实用技能。并经过体育锻炼，培育集体主义精神，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。

## 三、讲学宗旨及重难点

### 讲学宗旨：

1、具有积极参与体育活动的态度和行为：学生将能够乐于参加各种游戏活动；认真上好体育课。用科学的方法参与体育活动

2、获得运动基础知识；学习和应用运用技能：学生将能够在球类游戏中做出单个动作，如拍球、运球等；做出基本体操的动作；做出单一的体操动作，如滚翻等；安全地进行体育活动.获得野外活动的基本技能。

3、形成正确的身体姿势；发展体能（发展柔韧、反应、灵敏和协调本领）；具有关注身体和健康的意识。

4、学会经过体育活动等方法调控情绪，学生能够体验并简单描述进步或成功时的情绪表现；观察并简单描述退步或失败时的心情。根据课程宗旨的要求和学习领域的各个具体的宗旨，以体育课和体育活动为载体，促进学生心理和身体健康、快乐的发展。

5、经过趣味体育，培育学生自主创新、在活动中体验成功的乐趣。

6、经过体育锻炼，培育集体主义精神，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。

### 讲学重点：

沙包掷远；25米\*4或200米跑、仰卧起坐

### 讲学难点：

### 第三套小学生广播操《七彩阳光》

#### 四、讲学措施及注意事项

- 1、采用主题讲学、情景讲学等方法，充分发挥游戏活动的作用，激发学生参与体育活动的兴趣。
- 2、小学生好胜心强，可采用一些讲学比赛，以增强学生锻炼身体的效果。
- 3、因材施教，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。
- 4、运动技能和体能中等以上的学生可采用一些分组轮换的方法，由小组长带领进行练习，充分发挥小组长的带头作用。

## 篇3：四年级上学期体育教学工作计划

### 一、目标

本学期的体育教学工作旨在促进学生身体发育和全面素质的提高，培养学生良好的体育兴趣和习惯，并提升学生的体育技能和协作能力。

### 二、教学内容和方法

- 1.继续强化体育基本功的训练，包括跑步、跳跃、投掷等项目，采用循序渐进、个别指导的方法。
- 2.引导学生参与多种体育运动，如足球、篮球、乒乓球等，培养学生对不同体育项目的兴趣和了解。
- 3.进行团体合作活动，例如接力赛和集体游戏，鼓励学生之间的合作与沟通。
- 4.引导学生参与健康训练，如瑜伽、太极等，培养学生的身心健康意识。

### 三、教学安排

- 1.每周三节体育课，每节课45分钟。
- 2.体育课在体育馆或操场进行，根据天气情况决定具体场地。
- 3.在每节体育课之前进行10分钟的热身活动，包括拉伸运动和简单的活动准备。
- 4.每节体育课结束后进行5分钟的放松活动，帮助学生恢复体力和放松身心。

#### 四、评估与监控

- 1.通过日常观察和记录，评估学生在体育课上的参与度、技能进展和合作情况。
- 2.不定期进行学生体能测试，了解学生身体素质的提高。
- 3.定期与学生进行讨论和反馈，听取他们对课程的意见和建议，并根据需要进行调整。

#### 五、家校合作

- 1.家长应鼓励学生积极参与体育课程，并提供适当的支持和鼓励。
- 2.学校将定期组织体育比赛和运动会，邀请家长参与和观摩。
- 3.学校将向家长发布体育课程的通知和反馈，保持良好的沟通与合作关系。

#### 六、结束语

通过本学期的体育教学工作，我们希望学生能够在身体发展和全面素质提高的基础上，培养出良好的体育兴趣和意识，提升体育技能和协作能力。同时，我们鼓励学生养成良好的健康习惯，使他们能够在今后的生活中享受运动的快乐，并保持身心健康。

### 篇4：四年级上学期体育教学工作计划

转瞬间，这学期教课工作靠近结尾。一学期来，自己思想上严于律己，热爱党的教育事业。在工作中严格要求自己，踊跃参加各种政治业务学习，努力提升自己的政治水平易业务水平。听从学校的工作安排，配合领导和老师们做好校内外的各项工作。努力学习、履行党的教育目标，忠诚党的教育事业，为人师表，热爱学生，团结同事，乐于助人；实时认识关怀国内外大事，建立正确的世界观、人生观，形成优秀的师德、规范，平常恪守学校的各项规章制度，把全身心投入到教育教课中去。

本学期任教中年级体育，班级管理以及学生的情况也各有不一样，这就要求老师的教课要计划周祥，因人而异，采纳令学生易学、勤学的门路去激发他们的求知欲，达到优秀的教课成效。依据《体育新课程标准》的要求，本学期新课开始以前即已拟订了周祥详细的教课计划。在教课过程中，从头至尾能依据计划进行教课，至期考前，本学期的体育教课任务已圆满达成。一学期来，自己仔细备课、上课、听课、评课，做好课后指导工作，宽泛涉猎各样知识，形成比较完好的知识构造，严格要修业生，尊敬学生，弘扬教课民主，使学生学有所得，不停提升，进而不停提升自己的教课水平易思想觉醒。

#### 一、激发学生学习的兴趣

兴趣是学习体育的基本动力。自己充足发挥体育教课特有魅力，使课程内容体现形式和教课方式都能激发学生的学习兴趣，并使这类兴趣转变成长久的感情态度。同时将体育课程内容与学生的生活经验密切联系在一同，重申了知识和技术在帮助学生健康锻炼方面的作用，使学生在实质生活中意会体育的独到价值。

## 二、使学生形成基本的体育修养

在体育教课中，自己着重面向全体学生，以学生发展为本，培育他们的人文精神和审美能力，为促使学生健全人品的形成，促使他们全面发展确立优秀的基础。所以，在教课过程中注意选择基础的、有益于学生发展的体育知识和技术，联合学习过程和方法，构成课程的基本内容。同时，依据课程内容的层次性，适应不一样素质的学生，使他们在体育学习过程中，逐渐领会体育学习的特点，形成基本的体育修养和学习能力，为终生学习确立基础。

## 三、教师自己素质的培育

教课之余，我除仔细参加学校及教研组组织的各样政治业务学习外，还定阅了教育教课刊物，从理论上提升自己，完美自己，并虚心向其余教师学习，取人之长，补己之短，进而在教育教课工作上主动适应二十一世纪的现代化教课模式。仔细带勤学校的体育训练队田径队，训练科学、勤苦，开辟进步，训练时间、质量保证。同时踊跃备竞赛。自然，教课工作中出现这样那样的失误和弊端在所不免的。自己在边学边教的过程中，注意总结经验教训，向先进个人和教课经验丰富之人士学习，互补有无，扬长避短，以达优秀的体育教课成效，进而顺利地达成本学期的教育教课任务。

## 篇5：四年级上学期体育教学工作计划

### 一、学生分析

小学四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好能掌握基本的单、双脚跳跃方法正确地跑步姿势和方法学会与同伴合作学习能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力在游戏、活动中懂得关心他人、尊重他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力不是很好，须加强锻炼腿部力量女生的手臂力量较差，投掷能力不强，还待加强锻炼本学期将进一步发展、提高学生的身体协调性、柔韧性及奔跑、跳跃、投掷能力。让学生在过程中去探讨，去理解，去发现，去创造。培养学生健康和愉快生活的态度和坚强的意志。

### 二、教材分析

小学四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。并通过体育锻炼，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。

### 三、教学目标及重难点

## 教学目标

- 1、具有积极参与体育活动的态度和行为：学生将能够乐于参加各种游戏活动认真上好体育课。用科学的方法参与体育活动
- 2、获得运动基础知识学习和应用运用技能：学生将能够在球类游戏中做出单个动作，如拍球、运球等做出基本体操的动作做出单一的体操动作，如滚翻等安全地进行体育活动.获得野外活动的基本技能。
- 3、形成正确的身体姿势发展体能（发展柔韧、反应、灵敏和协调能力）具有关注身体和健康的意识。
- 4、学会通过体育活动等方法调控情绪，学生能够体验并简单描述进步或成功时的情绪表现观察并简单描述退步或失败时的心情。根据课程目标的要求和学习领域的各个具体的目标，以体育课和体育活动为载体，促进学生心理和身体健康、快乐的发展。
- 5、通过趣味体育，培养学生自主创新、在活动中体验成功的乐趣。
- 6、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

沙包掷远25米4或2米跑、仰卧起坐

## 教学难点

第三套小学生广播操《七彩阳光》

## 四、教学措施及注意事项

- 1、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。
- 2、小学生好胜心强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体的效果。
- 3、因材施教，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。
- 4、运动技能和体能中等以上的学生可采用一些分组轮换的方法，由小组长带领进行练习，充分发挥小组长的带头作用。

谢谢阅读！

## 篇6：四年级上学期体育教学工作计划

## 一、指导思想：

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。让学生学会自我锻炼，积极参加体育锻炼。

## 二、基本情况

### (1)、学情分析：

本学期四年级学生比较多，同学由水平（二）一年的锻炼，身体素质和运动水平都有了很大的进步，学生的自觉性和纪律观念更强。很多学生都很爱体育活动，爱上体育课，但也有几个同学身体素质较差，活动时不积极。一些基本的体育锻炼要领掌握的不够好，需要进一步的训练。

### (2)、教材分析：

教学内容包括快速跑、耐久跑、接力跑、跳远、立定跳远、垒球、跳高、实心球、滚翻组合、攀爬、支撑跳跃、球类、游戏、武术、舞蹈与韵律体操，一些活动看来简单，要想做规范，还需多指导多训练。

### (3)、个人教研分析：

1、争取坚持养成及时反思和勤于积累的习惯。

2、努力改进课堂教学，激发学生的学习兴趣，使他们变“苦学”为“乐学”。

3、认真上好每一节课，把教学能力的提高落实在每一天的课堂教学中。认真参加每一次的教研活动，认真思考并虚心学习。

4、认真对待每一个学生，认真处理每一件事情，认真参与每一次班级活动，协助班主任管理好班集体。

## 三、教学教研目标：

### 1、教学目标：

(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，

(3)、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。

## 2、个人教研目标：

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。

## 3、重点、难点分析：

教学重点：快速跑、跳远、舞蹈与韵律体操、球类等。

教学难点：跳远、舞蹈与韵律体操

## 四、教学措施：

### 1、教学工作措施：

(1)、体育课上培养小组长能力，充分发挥小组长作用，使其成为老师的得力助手。

(2)、利用好两操活动，培养学生良好的训练习惯。

(3)、课外活动注意培养攀爬、支撑跳跃、球类、游戏、武术、舞蹈与韵律体操等技能。

(4)、定时开展秋季运动会。

### 2、个人教研学习措施：

(1)、让学生学会互帮互学，团结协作共同进步。

(2)、充分运用多媒体辅助教学来提高体育课堂的效果。

(3)、注重动作规范化，高标准要求，严格化训练。

## 五、进度安排：

### (1) 周次内容

1、体育与保健知识

2、队列练习

3、校园集体舞

- 4、篮球活动
- 5、立定跳远 ( 沙坑 )
- 6、投掷：海绵球
- 7、球类：拍球滚翻：前滚翻
- 8、篮球
- 9、攀爬：攀爬肋木架
- 10、走和跑
- 11、滚翻：前滚翻成坐撑
- 12、投掷：投垒球球
- 13、武术：腰腿功-横叉-侧压腿
- 14、支撑：仰卧悬垂
- 15、跳绳拔河障碍跑
- 16、跳跃：立定跳远
- 17、单双圈走几步跳起踢毽子
- 18、耐久跑：200米慢跑
- 19、跳长绳

(2)、教研计划：

九月：制定教学教研计划。

十月：参加集体备课活动。

十一月：讲一节公开课

十二月：参加教研组的集体活动。

元月：进行期末考试。