# 一年级体育教案下学期计划

**篇1：一年级体育教案下学期计划**

一：同学分析

一班级的同学年龄较小，喜爱接受新知识，但对某些难度教大的知识接受较慢，特别是对某些协调性要求较强的东西，能量也比较差，男女生活泼好动，组织纪律性观念不强，但表现欲强；女生和男生一样活泼，应多以游戏为主，在其中进行组织纪律性教育。

二：教材分析

本册教材内容有：体育基础知识、韵律体操及舞蹈、田径类的跳跃和投掷、队列练习、跳绳。

三：教学目的与任务

1、掌控基本的体育基础知识，明确体育熬炼的作用，在熬炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。

2、进一步加强体质，特别是耐力素养和能量素养。

3、通过体育熬炼，培育集体主义精神，进行爱国主义教育，加强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

四：教学重点与难点

1、重点是田径的各种跳动和投掷动作。

2、各种韵律活动。

五：教学措施与教改思路

学校低班级阶段的'教学，要依据低班级同学自制力和理解离较差、心情改变较大，而身心发育快的特点，多采纳主题教学、情景教学等方法，充分发挥游戏的作用，激发同学参加体育活动的爱好。

**篇2：一年级体育教案下学期计划**

一、教学目标：

1.学习基本的运动技能，如跑步、跳远、投掷等。

2.培养学生的团队合作意识和集体荣誉感。

3.提高学生的体质健康水平，增强学生的身体协调能力。

二、教学内容：

1.跑步：教授正确的跑步姿势和呼吸方法，提高学生的跑步速度和耐力。

2.跳远：学习基本的跳远动作，提高学生的跳跃能力和爆发力。

3.投掷：学习基本的投掷动作，提高学生的投掷准确性和力量。

三、教学方法：

1.示范法：教师或学生代表进行动作示范，引导学生模仿练习。

2.游戏法：通过体育游戏，激发学生的学习兴趣，培养学生的团队合作精神。

3.竞赛法：组织小比赛，提高学生的竞技水平和竞争意识。

四、教学步骤：

1.热身活动：引导学生进行简单的跑步和拉伸运动，准备身体。

2.基本技能训练：分别进行跑步、跳远和投掷的基本动作训练，引导学生掌握正确的技术要领。

3.体育游戏：组织学生进行团队合作游戏，培养学生的集体荣誉感和合作意识。

4.竞技比赛：组织小比赛，让学生在实际比赛中提高自己的竞技水平。

5.放松活动：引导学生进行适当的放松运动，缓解身体疲劳。

五、教学评价：

1.学生运动技能的掌握情况：通过观察学生在训练和比赛中的表现，评价学生对基本技能的掌握程度。

2.学生的团队合作意识和集体荣誉感：通过学生在游戏和比赛中的行为表现，评价学生的团队合作精神和集体荣誉感。

3.学生的体质健康水平和身体协调能力：通过定期进行的体质健康测试和身体协调能力评估，了解学生的进步情况。

六、教学资源：

1.体育器材：如跑步器材、跳远器材、投掷器材等。

2.教学场地：如操场、跑道、跳远场地、投掷场地等。

3.教学辅助工具：如标志物、测量工具、计时器等。

七、教学安全：

1.教师应确保运动场地和器材的安全性，避免学生受伤。

2.在教学过程中，教师应密切关注学生的动作，及时纠正错误的姿势，预防运动损伤。

3.教师应提醒学生注意运动过程中的安全，如不要追逐打闹、不要用力过猛等。

八、教学进度安排：

1.第一周：学习跑步姿势和呼吸方法，进行简单的跑步训练。

2.第二周：学习跳远的基本动作，进行跳远训练。

3.第三周：学习投掷的基本动作，进行投掷训练。

4.第四周：进行团队合作游戏的训练，培养学生的团队合作精神。

5.第五周：组织小比赛，提高学生的竞技水平和竞争意识。

九、教学反思：

2.教师应根据学生的表现和进步情况，及时调整教学内容和难度，以满足学生的学习需求。

3.教师应关注学生的反馈意见，加强与学生的沟通，提高教学效果。

1.一年级下学期体育教案计划旨在培养学生对体育运动的兴趣和爱好，提高学生的运动技能和体质健康水平。

2.通过本教学计划的实施，学生将掌握基本的运动技能，如跑步、跳远、投掷等，并培养团队合作意识和集体荣誉感。

3.教师应注重教学过程中的安全和保护，关注学生的个体差异，提供个性化的教学指导。

4.定期进行教学评价和反思，不断优化教学方法和内容，提高教学质量。

重点和难点解析

一、教学内容：

补充说明：需要细化每个运动技能的步骤和要领，确保学生能够正确地完成动作。

二、教学方法：

补充说明：需要针对不同学生的学习特点，选择合适的教学方法，以提高学生的学习兴趣和效果。

三、教学步骤：

补充说明：需要确保每个环节的时间安排合理，以及活动之间的过渡自然流畅。

四、教学评价：

补充说明：需要制定具体的评价标准和方式，以便对学生的学习情况进行客观的评估。

五、教学资源：

补充说明：需要确保所有的教学资源都能够满足教学需求，并且在使用过程中安全无隐患。

六、教学安全：

补充说明：需要教师时刻关注学生的动作，及时纠正错误的姿势，预防运动损伤的发生。

七、教学进度安排：

补充说明：需要根据学生的学习情况和进度，适时地调整教学内容和难度。

八、教学反思：

**篇3：一年级体育教案下学期计划**

一、教学目标：

1.培养学生对体育运动的兴趣和积极参与的态度。

2.培养学生基本的运动技能和团队合作的意识。

二、教学内容：

1.基本运动技能：跑步、跳远、投掷、接球等。

2.体育游戏：抓人游戏、接力赛、四脚虫比赛等。

3.体育理论知识：了解体育运动的重要性、学习运动的安全知识等。

三、教学重点与难点：

1.教学重点：培养学生基本的运动技能和团队合作的意识。

2.教学难点：学生对运动技能的掌握和团队合作的协调。

四、教学方法：

1.示范法：教师或学生代表进行动作示范，引导学生跟随练习。

2.游戏法：通过体育游戏，激发学生的兴趣和积极参与。

3.分组练习法：学生分组进行练习，培养团队合作和协调能力。

五、教学评价：

1.学生参与度：观察学生在课堂上的积极参与情况。

2.学生技能掌握情况：通过实践练习，评估学生对基本运动技能的掌握程度。

3.团队合作能力：观察学生在团队合作中的表现，如配合、协调等。

教案示例：

一、教学目标：

1.学生能够正确跑步，并保持一定的速度和耐力。

2.学生能够正确跳远，并达到一定距离。

3.学生能够正确投掷，并将球投掷到指定区域。

二、教学内容：

1.跑步：教授跑步的正确姿势和呼吸方法，进行跑步练习。

2.跳远：教授跳远的正确姿势和技巧，进行跳远练习。

3.投掷：教授投掷的正确姿势和技巧，进行投掷练习。

三、教学重点与难点：

1.教学重点：学生能够正确跑步、跳远和投掷。

2.教学难点：学生能够保持一定的速度和耐力，以及在跳远和投掷中达到一定距离。

四、教学方法：

1.示范法：教师进行跑步、跳远和投掷的示范，学生跟随模仿。

2.分组练习法：学生分组进行跑步、跳远和投掷的练习，互相观摩和指导。

五、教学评价：

1.学生跑步姿势和呼吸方法的掌握情况：观察学生在跑步时的姿势和呼吸是否正确。

2.学生跳远和投掷的距离：测量学生在跳远和投掷中的距离，评估其技能水平。

六、教学内容：

1.体育游戏：进行一些简单的体育游戏，如抓人游戏、接力赛等，以培养学生的团队合作和协调能力。

七、教学重点与难点：

1.教学重点：培养学生基本的运动技能和团队合作的意识。

2.教学难点：学生对运动技能的掌握和团队合作的协调。

八、教学方法：

1.示范法：教师或学生代表进行动作示范，引导学生跟随练习。

2.游戏法：通过体育游戏，激发学生的兴趣和积极参与。

3.分组练习法：学生分组进行练习，培养团队合作和协调能力。

九、教学评价：

1.学生参与度：观察学生在课堂上的积极参与情况。

2.学生技能掌握情况：通过实践练习，评估学生对基本运动技能的掌握程度。

3.团队合作能力：观察学生在团队合作中的表现，如配合、协调等。

十、教学计划：

1.每周安排两节体育课，保证学生有足够的运动时间。

2.在每节课中，安排一定的时间进行基本运动技能的训练，如跑步、跳远、投掷等。

3.在每节课中，安排一定的时间进行体育游戏，以培养学生的团队合作和协调能力。

4.定期进行教学评价，以了解学生的学习情况和进步。

5.鼓励学生参加校内外体育活动，以提高他们的运动技能和健康水平。

重点和难点解析

一、教学目标：

重点关注学生兴趣的培养和运动技能的发展。补充说明：在制定教学目标时，应充分考虑学生的年龄特点和兴趣所在，将兴趣培养与技能发展相结合，以激发学生的学习热情。

二、教学内容：

重点关注运动技能的教授和体育游戏的安排。补充说明：在教学内容的选择上，应注重基础运动技能的训练，通过体育游戏的形式，让学生在玩乐中学习，提高他们的运动技能。

三、教学重点与难点：

重点关注学生对运动技能的掌握。补充说明：在教学过程中，应重点关注学生对运动技能的掌握情况，通过反复练习和个别指导，帮助学生克服难点，提高他们的运动技能。

四、教学方法：

重点关注学生主体性的发挥。补充说明：在教学方法的选择上，应注重学生的主体性，鼓励他们积极参与，主动学习，通过实践和合作，提高他们的运动技能。

五、教学评价：

重点关注学生参与度和技能掌握情况。补充说明：在教学评价中，应注重学生的参与度和技能掌握情况，通过观察和测试，了解学生的学习情况，为教学提供反馈。

六、教学内容：

重点关注体育运动的重要性和运动安全知识的传授。补充说明：在教学内容中，应强调体育运动的重要性，让学生认识到运动对身体健康的益处，并通过教授运动安全知识，提高学生的安全意识。

七、教学重点与难点：

重点关注学生对运动安全知识的掌握。补充说明：在教学过程中，应重点关注学生对运动安全知识的掌握，通过讲解和实践，让学生了解运动中的安全隐患，提高他们的自我保护能力。

八、教学方法：

重点关注学生实践能力的培养。补充说明：在教学方法的选择上，应注重学生的实践能力，通过实际操作和演练，提高他们的运动技能和安全意识。

九、教学评价：

重点关注学生参与度和技能掌握情况。补充说明：在教学评价中，应注重学生的参与度和技能掌握情况，通过观察和测试，了解学生的学习情况，为教学提供反馈。

十、教学计划：

重点关注课程安排和活动组织。补充说明：在教学计划中，应合理安排课程内容和活动组织，确保学生有足够的运动时间，并通过定期评价，了解学生的学习情况和进步。

**篇4：一年级体育教案下学期计划**

一、教学目标

1.让学生掌握基本的体育知识和技能，培养他们参加体育活动的兴趣和习惯。

3.增强学生的体质，提高他们的身体协调能力和灵活性。

4.培养学生遵守纪律，听从指挥，文明参与体育活动的良好品质。

二、教学内容

1.基本运动技能：跑、跳、投、接、爬、滚等。

2.体育游戏：捉迷藏、接力赛跑、丢沙包、跳绳等。

3.体育知识：了解各种运动项目的特点、规则和简单的运动保健知识。

三、教学重点与难点

1.教学重点：基本运动技能的掌握，体育游戏的组织与参与，体育知识的了解。

2.教学难点：运动技能的熟练运用，体育游戏的创新与改编，体育知识的理解与运用。

四、教学方法

1.示范法：教师或优秀学生展示动作，引导学生模仿练习。

2.游戏法：通过体育游戏，激发学生的学习兴趣，提高他们的参与度。

3.竞赛法：组织学生参加各种体育比赛，培养他们的团队精神和竞争意识。

4.讨论法：引导学生就体育知识和技能进行讨论，提高他们的理解能力。

五、教学评价

1.过程性评价：关注学生在体育活动中的表现，如参与度、态度、团队协作等。

2.结果性评价：通过体育比赛、测试等，评价学生的运动技能和知识掌握程度。

3.自我评价：鼓励学生对自己的体育学习进行反思，提出改进措施。

4.他人评价：教师、同学和家长对学生的体育学习进行评价，给予鼓励和建议。

六、教学准备

1.场地准备：确保教学场地安全、宽敞，适合进行各种体育活动。

2.器材准备：准备相应的体育器材，如足球、篮球、跳绳、沙包等。

3.教学计划：制定详细的教学计划，包括教学内容、教学方法、教学评价等。

4.安全教育：对学生进行安全教育，强调运动安全，预防运动伤害。

七、教学进度安排

1.第一周：基本运动技能的学习与练习，了解各种运动项目的特点。

2.第二周：体育游戏的组织与参与，培养学生的团队协作精神。

3.第三周：体育知识的讲解与实践，提高学生的体育素养。

4.第四周：体育比赛的组织与参与，培养学生的竞争意识。

八、教学注意事项

1.关注学生的个体差异，因材施教，使每个学生都能在体育活动中得到锻炼和提高。

2.注重学生的安全，防止运动伤害的发生。

3.鼓励学生积极参与体育活动，培养他们的自信心和自主能力。

九、教学反馈与调整

1.定期收集学生、家长和同事的反馈意见，了解教学效果。

2.根据教学反馈，及时调整教学内容、方法和评价方式。

3.关注学生的进步情况，对表现优秀的学生给予表扬和奖励。

4.对于学习困难的学生，要给予个别辅导和关心，帮助他们克服困难。

2.整理教学成果，为下一学期的教学做好准备。

3.不断提高自己的教育教学水平，努力成为一名优秀的体育教师。

4.关注学生的长远发展，为他们的健康成长奠定基础。

重点和难点解析

一、教学内容

教学内容的设计需要关注学生的兴趣和实际需求，确保教学内容既有趣又具有教育意义。内容的选取应结合学生的年龄特点和身体发展水平，避免过于复杂或难以理解的项目。

二、教学方法

教学方法的选择应根据教学内容和学生的特点来决定。示范法可以帮助学生直观地学习技能，游戏法可以增加学习的趣味性，而竞赛法可以激发学生的竞争意识和团队精神。讨论法可以帮助学生理解和深化体育知识。

三、教学评价

教学评价是检验教学效果的重要手段，需要关注评价的全面性和公正性。过程性评价可以及时发现和纠正学生在学习过程中的问题，结果性评价可以反映学生的学习成果，自我评价和他人评价可以提供更全面的学习反馈。

四、教学注意事项

在教学过程中，安全是最重要的注意事项。教师需要确保场地和器材的安全，对学生进行必要的安全教育，并在活动中时刻关注学生的安全状态。

五、教学反馈与调整

一年级体育教案计划的制定和实施需要重点关注教学内容的选择、教学方法的应用、教学评价的全面性、学生的安全以及教学反馈与调整。这些环节相互关联，共同构成了一个完整的体育教学过程，对于提高学生的体育素养和身体健康水平具有重要意义。

**篇5：一年级体育教案下学期计划**

一、指导思想

培养体育人才，培养学生对体育的兴趣，全面发展人才。培养学生的运动能力，进而促使学生的身心健康发展，发展学生的体能，发展学生各项技术，发展学生速度、耐力、灵敏、协调性等方面的基本能力。

二、教材剖析

一年级体育基础知识，是依据课程标准中各学习领域“水平一”目标的规定及活动和内容的要求，针对学生的接受能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，

它是体育课程教学内容的重要组成部分。在小学一年级的教学内容中，根据《课程标准》中运动参与、运动技术、身体健康、心理健康和社会适应五个学习领域“水平一”的活动与内容目标要求，把所编的队形练习、 基本体操、走、跑、跳跃、投掷、转动和滚翻、登攀爬越、韵律活动和简略舞蹈等诸项内容统一归类，称为“基本活动” 。这些内容，都是一些最简单的身体基本活动和生活中所需要的实用性技术，没有典型的运动项目。

经过教学，使学生初步掌握各样基本动作的简单方法和技术， 培养学生身体的正确姿势，发展身体活动能力， 促使身体新陈代谢和正常生长发育， 增进身体健康。学生在身体活动当中，伴随着丰富的心理活动和各体育群体社会性的交往活动， 感觉到友好合作， 团结友爱的情趣，体验自信、健全的个性心理。 经过教学可以培养学生团结友爱、 相互合作、恪守纪律、勇敢顽强、热爱生活、积极进步的优秀作风和品质，促使学生身心全面、和睦地发展。

三、学情剖析

小学一年级学生模拟能力强， 但对体育基本活动的动作观点和方法认识很少， 因此，基本活动的教学，主假如让学生活动起来， 学会一些简单的动作和方法， 培养正确的身体姿态，为以后进一步学习各样体育活动的技术和技术打下一定基础。 可是，在教学过程中，应当避免把本来较为简单的动作教的复杂化， 也不宜已竞技性运动项目的训练手段运用于基本活动的教学。

四、教学总目标

1.运动参与：进一步认识体育课和锻炼身体的利处，知道一些保护身体健康的简单尝试和方法。积极参加各样游戏活动，仔细上好体育课。

2.运动技术：进一步学会一些基本活动、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.身体健康：学生能注意自己正确的坐、立、行等身体姿势，知道身体各部位名称及自己身体的变化，发展柔韧、反响、灵敏和协调能力等素质。

4.心理健康：体验参加体育活动的乐趣。与同伴一同参加体育活动和游戏，充足展示自我，体验成功或失败的心情。

5.社会适应：在游戏活动中恪守纪律，尊重他人，没关系碍他人游戏，能与同伴团结合作。

五、教学重难点

1.养成正确的身体坐、立、行姿势。

2.行列和队形练习。

3.小学生广播体操。

4.各样跑、跳、投练习。六、教学主要举措

5.仔细备课，做到深入认识教材与教材相关的书籍及材料。谢军号案，做好示范和解说，使学生能有从客观和主观上学习。

6.教学方法具有多样性、灵活性，主要以学生练习为主，教师知识起到指导，纠正学生错误为主，真实以学生为中心。

7.实时进行考评，从学生自评、小组互评。

七、教学进度表

（略）

