

小学三年级上册体育教学计划

篇1：小学三年级上册体育教学计划

一、指导思想

以同学健康为第一的思想为指导，一切为了同学，仔细领悟体育与健康课程标准精神，解放思想、转变观念、勇于探究、深化改革、求实创新，在体育教学中以同学进展为中心，重视同学的主体地位，培育同学的竞争意识和合作精神，全面提高身体素养。

二、教学目标

- 1、增加体能，把握和应用基本的体育与健康学问和运动技能。
- 2、培育运动爱好和爱好，形成坚持熬炼的习惯。
- 3、提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生计方式。
- 4、发扬体育精神，形成乐观进取、乐观开朗的生计态度
- 5、培育良好的课堂常规

三、教学目的

在《大纲》中，明确地规定了学校体育的目的：通过体育教学，向同学进行体育卫生保健教育，增进同学健康，增进体质，促进德、智、体全面进展，为提高全民族的素养奠定基础。

四、本学期教学目标

依据课程标准，从学问与技能、过程与方法、情感态度价值观三个维度谈。三班级的。同学在体育课中主要把握达到水平二的要求，利用课改思路充分体现课改精神，本学期目标共分五个领域。

（一）运动参加目标同学具有乐观参加体育活动的态度和行为，能够参加运动动作的研习，主动观看和评级同伴的运动动作

（二）运动技能目标明白所练习运动项目的术语，获运动基础学问，能观看体育竞赛，能自己研习和应用运动技能，平安地进行体育活动，了解平安的运动方法，如穿着合适的服装运动，跳动时用正确的姿态着地，摔倒时的自我爱护等，正确应对运动中遇到的粗暴行为和危急。

（三）身体健康目标生能形成正确的身体姿态，能够用正确的身体姿态进行

研习，运动和生计，具有关注身体健康的意识，了解青春期的卫生保健学问，懂得养分环境和不良行为对身体健康的影响，了解养分与健康的关系，了解从事体育活动时的养分卫生常识。

(四) 心理健康目标了解体育活动对心理健康的作用，熟悉身心进展的关系，能够体验身体健康状况变化时的心理感受，正确理解体育活动与自尊、自信的关系，正确对待生长发育和运动力量弱可能带来的心理疑问。学会通过体育活动等方法调控心情明白通过体育活动等方法调整心情，形成克服困难的顽强意志品质，敢于进行难度较大的体育活动。

篇2：小学三年级上册体育教学计划

一、指导思想

新的课程锐意改革，全面地贯彻教育方针和素养教育的目标。体育教师作为体育课堂教学的主要实施者，就时刻将增进学生安康贯穿于课堂实施的全过程，要关注五个学习领域目标的达成，有目的，有规划，有侧重地敏捷实施，始终确保“安康第一”思想落到实处，使学生身心安康成长。

二、教材分析

依据《课程标准》的根本理念，结合本地区、本学校与学生的实际状况，以及场地设备条件，选择确定学年教学内容和各项教材的时数比例。确定教学内容时数比例必需要符合健身性、实践性、兴趣性、敏捷性和综合性原则。本册教材体育保健常识10时数，走和跑共10时数，跳动5时数，投掷6时数，滚翻与平衡5时数，小球类6时数，根本体操4时数，乡土体育5时数，选学内容12时数。

三、德育要求

把德育放在首位，从小抓起，打好根底，并培育学生吃苦耐劳，坚韧拼搏的精神，在体育课中渗透团结协作、相互帮忙的优良品质。以进展全体学生身体根本活动力量和身体素养、增加体质作为动身点，逐步转变以群众体育为主的教学思想，确立以进展人体根本活动力量为主的教学体系。

四、学生根本状况分析

身体进展特征：三年级学生在动作的协调性方面，骨骼肌有了肯定的进展，因而运动感觉有了肯定程度的进展，对简洁的动作有所掌握，动作的准确性、灵活性进一步增加。

心理进展特征：能够比拟概括地、敏捷地把握左右概念。在教师的帮忙下，渐渐学会比拟、分析、观看事物的特点，发觉各局部的关系及局部与整体的关系。

社会交往的特征：学生与同伴交往的时机更多，交往形式开头变得较为简单

，在与同伴交往中传递信息的技能进一步增加，学生更擅长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。

五、改良教学和提高教学质量的措施

- 1、重视教学内容的选择、搭配及方法的更新，提高学生的运动兴趣。
- 2、在课前布置预习内容，预备好下一节课的器材，尤其是自制器材，培育学生的动手力量。
- 3、从教与学两方面准时取得反应信息，以改良教学质量，促进教学质量的提高。
- 4、注意学生的个体差异与不同需求，依据差异性确定学习的目标和评价方法。

六、教学目标

- 1、运动参加学习领域：乐于学习和展现简洁的运动动作，向同伴展现学会的简洁运动动作，向家人展现学会的运动动作。
- 2、运动技能学习领域：说出所做的简洁运动动作的术语;会做简洁的组合动作;做出多项球类运动的简洁组合动作;做出体操的简洁组合动作;做出武术的简洁动作。
- 3、身体安康学习领域：知道如何在运动中避开危急;根本保持正确的身体姿态;进展灵敏和平衡力量;描述身体特征。
- 4、心理安康学习领域：体验体育活动中的心理感受;观看并说出同伴在体育活动中的心情表现，在肯定的困难条件下进展体育活动。
- 5、社会适应学习领域：体验并说出个人在参与团队嬉戏时的感受;知道在集体性体育活动中如何与他人合作;与他人完成体育活动任务。

篇3：小学三年级上册体育教学计划

一、学生知识现状分析

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。

二、教学目标及重难点：

- 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。
- 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。

三、基本任务和要求

在《课标》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。”

教学要求：

- 1、通过本学期的教学使学生初步掌握立定跳远动作，跑步的基本方法，学会学习方法，发展学生跳跃能力，培养学生运动兴趣。

2、通过游戏发展学生的奔跑能力，培养学生认真、负责的积极态度，团结协作的团队精神。

3、让学生在特定的情境中通过观察、体验、掌握学习的方法。使学生热爱体育运动，并能乐意接受教师的指导，从而体验成

4、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。

5、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。

6、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作

四、教学措施及注意的问题：

(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。教学中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。

(2) 认真备课，精心写好教案。

(3) 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材及教学用具。

(4) 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。

(5) 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。

五、课程安排

(略)

篇4：小学三年级上册体育教学计划

一、学情分析

我校三年级有五个班，各班45人，是男女混合进行课堂教学。学生们都比较喜爱做游戏，或许是去年上球类课多了。学的也不错，而且也喜爱自己动手，自己创造新学问、新游戏。个别学生上课爱开小差，特殊是爱说话，有时往往打扰教师上课，经过批判教育后略微

进步。上课学习的劲头比较好，擅长学习新学问，把握能力也渐渐提高，对一些技术动作把握得也较好，而且也很感兴趣。在跑、跳方面的能力也渐渐见好，就是投掷方面还有待提高主挖掘。同学间彼此关照，共同克服困难，班级凝聚比较强。后20%学生在各班级中都有存在，还有些是由于心理素养差、体质较弱、身体肥胖等因素造成的，因此这些后进生是完全可以转化的。在体育教学中，我做到以下几点：

- 1、弄清后20%学生的形成缘由
- 2、改良课堂教学，提高后20%学生的兴趣
- 3、集体关心，树立后20%学生的自信念
- 4、因材施教，让后20%学生体验胜利

二、教材分析

在这册教材中，提高学习跳上、跳下能力，以及技巧支撑跳动的能力，加大学习难度，学问向多方面进展，延长，特殊向更深的一层进展练习，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进展，而且在后来的学习中又转到对上身的练习，比方低单杠双杠等，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，体育慢慢地深入到我们身心，觉察体育真的可以使身心健康，提高体育综合素养。

教材的重点是以走和跑、投掷、跳动教材，应突出课堂上练的教学方法。难点是体操教学，本学期的体操教学基本上是在器械上完成的，对胆识和力量的要求较大，对于三年级学生来说是比较难做到的，可采纳激励教学法，利用相互关心和课外活动的方式来突破这一难点教材。

三、教学目标

1、运动参加目标：乐于学习和展示简洁的运动动作。具体主动参加体育活动的看法和行为；知道健康的含义和标准，能运用所学学问指导健身活动。

2、运动技能目标：会做简洁的组合动作；知道如何在运动中避开危急。学习把握几种定时跑的动作方法、要领；基本跳动技能；原地侧身投掷轻物；基本体操攀爬平衡、技巧支撑跳动、低单杠双杠；几种篮球技术方法；足球简洁的脚内侧踢球动作。

3、身体健康目标：形成正确的身体姿态；进展柔韧、反应、灵敏和协调能力和平衡能力；具有关注自己身体健康的意识；保持正确的身体姿态。

4、心理健康目标：体验活动中的心理感受；具有展示自我的愿望；观看同伴在活动中心情感受；在困难的条件下进行活动。学会通过体育活动等方法调整心情；学生能够体验并简洁描述退步或失败时的心情。依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、欢乐的进展。

5、社会适应目标：体育活动中表现出合作行为。通过体育锻炼，培育集体主义精神，进行爱国主义教育，增添自信念，为终身体育打下坚实的基础。

四、教学措施

1、准时了解、分析学生的学习信息。

2、打造符合学生年龄特征的、有利于学生学习的运动环境。

3、依据学生年龄特征，采纳儿童化、兴趣化等多元化的教法和手段，充分发挥游戏、竞赛的作用，让学生在自主游戏中练习，充分表达学生的主体地位。

4、依据学生实际，不断改变练习方式。如增缩练习的距离，对器材的摆放，分组的形式等进行改变，以不断激发学生的练习兴趣。

5、在课中准时抓住适当机会对学生进行有目的的安全教育，使学生在日常的学习和生活中，不至于麻痹大意，而引发意外；利用体育课的学习，时时为学生敲响安全警钟。

6、收集各种废旧物品，制作健身器材，让学生参加到节省资源的活动中来。由此，也可将环保意识融入到体育游戏中。

7、利用多媒体教学仪器，在室内对学生进行体育常识及重点技术动作的教学。

8、利用游戏及体育本质，教育学生喜爱集体，爱我二小。

篇5：小学三年级上册体育教学计划

一、同学状况分析

身体进展特征：三班级同学在动作的协调性方面，骨骼肌有了肯定的进展，因而运动感觉有了肯定程度的进展，对简洁的动作有所把握，动作的精确性、灵活性进一步增加。

心理进展特征：能够比较概括地、敏捷地把握左右概念。在老师的关心下，渐渐学会比较、分析、观看事物的特点，发觉各部分的关系及部分与整体的关系。

社会交往的特征：同学与同伴交往的时机更多，交往形式开头变得较为简单

，在与同伴交往中传递信息的技能进一步增加，同学更擅长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。

二、教材分析

学问从跑过渡到投掷，由下肢进展到上肢的进展，以及上下肢之间的协调进展，学问难度渐渐提高，以及中间结合体操，球类学问，要求全面培育同学各方面的素养。

在这册教材中，提高学习跳上、跳下力量，以及技巧支撑跳动的力量，加高校习难度，学问向多方面进展，延长，特殊向更深的一层进展练习，合同学接触挑战。

对于下肢要求更高了，要学习向更高更远的进展，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，体育慢慢地深化到我们身心，发觉体育真的可以使身心健康，提高体育综合素养。

三、教学目标

- 1、增加体能，把握和应用基本的体育与健康学问和运动技能。
- 2、培育运动爱好和爱好，形成坚持熬炼的习惯。
- 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，形成乐观进取、乐观开朗的生活态度。
- 5、培育良好的课堂常规。

四、教学重难点

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、把握基本体操、快速跑（站立式起跑、途中跑）；耐力跑、定时跑、立定跳远、铅球、身体素养训练、篮球竞赛等。

教学难点：

- 1、以速度力气练习和耐力练习的课（跳动性、耐力性的反复练习）来改善肌肉的协调性和力气的发挥。

2、并采纳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气。

五、教学评价

根据教学目标的要求，结合增加同学体质课题讨论，对同学体育学习进行综合评价。

1、对同学运动参加的评价。主要内容：出勤、着装、课前预备、集合队伍、做好预备活动、乐观参与熬炼等。老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；同学自己也是每节课自评一次并做好记录。

2、对同学运动技能的评价。主要内容：本学期确定队列、体操为学习和评价内容，健身与安全学问。队列、体操各支配两个单元教学，学习一单元后老师、小组、同学自己各进行考评一次，并做好记录。学完其次单元后再进行一次评定。健身与安全学问的考核，主要以老师课堂提问，并结合遇到的体育熬炼担心全现象处理、做法，以及同学上体育课时是否安全进行熬炼等对同学进行考核。

3、对同学身体健康的评价。主要内容：学习50米跑、蹲踞式跳远并测验，身体姿态，养分、保健学问。50米跑、蹲踞式跳远支配两单元教学和两次的测评，评价方法与形式同篮球项目。身体姿态，养分、保健学问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、对同学心理健康的评价。主要内容：学习有信念，英勇，有克服困难的决心。这项评价主要以平常同学上课的状况观看和问卷调查进行评定。

5、对同学社会适应力量的评价。主要内容：懂得相互合作，相互关心，一起活动，共享运动欢乐，有阅读有关体育报刊。

六、教学措施

1、上体育课，着装要轻巧，整齐，做到穿轻巧运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按老师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

2、采纳同学为主体，少讲多练的方式提高熬炼身体的主动性和关怀自身健康的社会责任感。

3、将嬉戏贯穿于整个课堂中，并尽量做到与同学玩在一起，在消遣同时学到学问，加强与集体观念教学。

4、不得无故缺课，不迟到、不早退，听从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

5、进展同学共性，培育英勇、坚韧、朝气蓬勃和进取向上的精神，留意力量的培育，启迪思维，培育同学的主动性、制造性采纳主题教学、情景教学等方法，充分发挥嬉戏活动的作用，激发同学参加体育活动的爱好。

6、实行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。