**莆田市实验小学2024—2025学年度第一学期**

**一年级体育教学工作计划**

**一、指导思想及课程理念**

　　本学期以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，坚持“健康第一”教育理念，以学生发展核心素养为引领，重视育体与育心、体育与健康教育相融合，充分体现健身育人本质特征，引导学生形成健康与安全的意识及良好的生活方式，促进学生身心健康、体魄强健、全面发展。落实 “教会、勤练、常赛”要求，注重“学、练、赛”一体化教学，坚持课内外有机结合，知道学生学会基本运动技能、体能与专项运动技能，提供更多时间让学生充分学习，巩固和运用所学运动知识与技能，参与形式多样的展示或比赛。激发学生参与运动的兴趣，让学生体验运动的魅力，领悟体育的意义，发扬刻苦学练的精神，逐渐养成“校内锻炼1小时，校外锻炼1小时”的习惯。

**二、学情分析**

　　一年级的学生刚入学，年龄较小，接触的东西也少，什么对他们来说都是新鲜的，什么对他们来说也是从零做起的，喜欢接受新知识，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，力量也比较差，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，养成学生良好的习惯。

**三、教材分析**

　　本学期一年级体育内容有走、跑、跳、体操及游戏等内容，以游戏为主，将其他内容穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还学到了简单的体育知识。教材的重点是游戏教材，应突出课堂上练的教学方法，难点是队列的基本动作，使学生从小就建立正确的动作概念和动作方法，但是对于一年级来说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相帮助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

**四、教学目标**

　　根据体育与健康课程标准核心素养，课程学习内容分为三个学习

**领域目标：**

**1.运动能力**

　　说出基本运动技能中每类运动技能中包含具体动作的名称和运用价值；展示基础运动能力中各类技能的具体动作及其重要作用；在精心设计的游戏、比赛环境中，能够巧妙地融合移动性技能、非移动性技能和操控性技能，灵活运用，表现出动作的连贯性、和谐性、多元性和创造性；在多次进行基础运动技能组合训练的过程中，能应用移动性运动技能在不同游戏场合中准确完成相应的动作以应对各种挑战，动作的准确率达到80%，并不断提高在多样游戏环境中迅速做出判断和使用技能的水平；重点关注空间定位能力和身体协调能力的培养，全面均衡地发展速度、灵敏、柔韧、力量和耐力等体能素质。

**2.健康行为**

在各类游戏和竞赛活动中，保持良好的身体姿势，以充满活力的态度参与基础运动技能的学习和训练以及比赛；在学习和训练的过程中，乐于与人交流心得，分享成功的经验和练习前后的变化，同时学会在比赛中稳定情绪；树立安全运动的观念，培养自我防护的意识和习惯，在运动中能够自觉地检查自身安全，并确保与同伴之间保持安全间距。

**3.体育品德**

　　在模拟的游戏和比赛场合中，生动地展现出不同角色的特质，面对各种状况，大胆地采用适当的技能和动作来完成挑战；在训练和游戏过程中，尊重竞争对手，恪守比赛规则，乐意与同伴共同配合，即使胜利也不骄傲，失败也不气馁，始终保持着积极的进取心和持之以恒的努力态度。

**五、教学措施**

　　1、从实际出发，根据大多数学生的年龄、原有知识潜力基础和身体发展水平以及校园的场地、器材设备和环境气候条件等实际状况，实事求是、讲究实效、改革创新，确定好教学目标、安排好教学资料、选取好课的组织形式和教学方法、安排好运动负荷和心理负荷，使学生在原有的基础上学好本课程。

　　2、激发学生学习兴趣，首先让学生明确学习目的，端正学习动机，提高体育保健文化素养，在充分体验运动乐趣的基础上激发学生的学习主动性，培养学生创新精神，采用启发、诱导和各种各样的手段激发学生的兴趣，充分调动学生锻炼身体的用心性，同时组织各种体育竞赛，提高运动技术水平。

　　3、在教学过程中运用多种直观教学手段，采用生动形象的语言，正确的示范、直观的图片等各种教学手段，使学生感知动作，领会动作要领，掌握锻炼方法，构成完整的正确动作概念，培养学生观察决定能，启发学生用心思维，提高教学水平。

　　4、自制体育器材，认真抓好场地、器材建设，对已有的器材、场地要保管好，保护好。同时发扬自力更生、艰苦奋斗的精神，自制体育器材，创造条件，保证教学的基本需要。

5、以《学生体质健康标准》为目标，对学生进行系统的体育训练，同时进行考核改革，认真做好考核工作。

**六、教学进度**

第一周：看图学习体育知识  室内游戏：拍拍手

队列练习    游戏：快快集合

第二周：广播操：第9套 （1-3） 游戏：顶上、胯下传球

广播操：第9套（4-5） 游戏：快快集合

第三周：广播操：第9套（6.7） 游戏：一切行动听指挥

广播操：第9套（1-7）  游戏：挑战应战

第四周：队列练习   复习广播操

300-500跑走交替   游戏：开火车

第五周：体育常识：做游戏的好处

室内活动：劳动模仿操

两臂放在不同部位的走  游戏：障碍赛跑

第六周：投球进筐     游戏：障碍赛跑

复习广播操     游戏：接力赛跑

第七周：跑：30米跑   游戏：抢凳子

跳短绳   游戏：迎面接力跑

第八周：跳跃：各种方式双脚跳

体育常识：体育课前的准备

室内活动：徒手操

第九周：原地高抬腿跑    游戏：拍拍手

游戏：动物园    玩毽子、绳子

第十周：跳跃：双脚连续跳上跳下  游戏：拍球比多

投掷：原地侧向投     游戏：搬运接力

第十一周 ：跑：30米快速跑     游戏：抛抛接接

跳跃：助跑几步屈腿跳起 游戏：钻环赛跑

第十二周 ：游戏：快快跳起来   技巧：前滚翻接力

跳跃：助跑、踏跳     游戏：一对好伙伴

第十三周 ：前滚翻 游戏：前滚翻接力

 跳跃：立定跳远（考核）  游戏：拍球比多

第十四周：30米快速跑     游戏：猜人入坐

游戏：播种与收割   韵律活动

第十五周：自我表现     游戏：播种与收割

健康常识：预防沙眼   室内活动：传口令

第十六周:技巧：滚翻成坐撑   接力游戏

跑：追逐跑   投掷轻物

第十七周：游戏与比赛

第十八周：游戏与比赛

第十九周：期末复习

 莆田市实验小学

 2024 年 9 月 1 日