



义务教育教师用书

体育与健康

5至6年级

全一册



人民教育出版社

目录

编写说明	1
.....	
第一部分 课程目标与教学内容设计构想	1
.....	
第一章 课程目标	3
第二章 教学内容及课时分配示例	8
第二部分 体育与健康基础知识	11
.....	
第三章 教学目标与教学内容和实施建议	13
第一节 我国运动员在奥林匹克运动会 取得的辉煌成绩	14
第二节 迈入青春期	20
第三节 轻度损伤的自我处理	25
第四节 识别危险源，远离危险	32
第三部分 体育运动技能	41
.....	
第四章 基本身体活动	43
第一节 跑	43
第二节 跳跃	61

第三节	投掷	72
第五章	体操类运动	82
第一节	队列和队形	82
第二节	基本体操	90
第三节	跳绳	101
第四节	技巧	112
第五节	支撑跳跃	126
第六节	低单杠	136
第七节	韵律活动和舞蹈	146
第六章	球类运动	166
第一节	小篮球	166
第二节	小足球	183
第三节	软式排球	197
第四节	乒乓球	207
第七章	武术	219
第八章	轮滑	232
第九章	游泳	239
 第四部分 教学实施指导与示例		245
.....		
第十章	五、六年级体育与健康学习 评价及建议	247
第十一章	五、六年级体育与健康教学工作计划 的制订与示例	253
第十二章	五、六年级体育与健康教学经验 交流	276