

最新小学五年级体育工作计划(精选10篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。通过制定计划，我们可以将时间、有限的资源分配给不同的任务，并设定合理的限制。这样，我们就能够提高工作效率。下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

小学五年级体育工作计划篇一

贯彻《小学生体制健康标准》，以《学校体育工作条例》为体育工作的基本法规，以“健康第一”为宗旨，把学校体育工作作为施行素质教育的突破口，以科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，建立完善科学的管理体系，深化教学改革，全面推进素质教育。

1、连续深化教育科研，强化学科研讨，提高教学质量。

2、抓实传统项目，加强业余训练，提高运动质量。

1、规范施行《学生体质健康标准》

严格执行课程计划，按表上足、上好体育课，认真落实“体育大课间活动”，课余工夫让学生真正动起来，确保学生每天有一小时的活动总量。本学期，要强化学生体能训练，确保成绩合格率达市规定指标。

2、做好器材管理

有标准，有计划地配置器材、装备等，落实场地、器材、装备的管理制度，做到器材有借有还的制度，确保其最大的运

用率和安全性。

3、积极开展教科研活动

根据教导处工作计划和学校关于开展教研活动的要求，我将积极响应组长的号召，积极参与体育教研活动，积极参与教研中心组织的课例大教研，做好“音乐在体育课堂中的运用”的课题研究。在教研组中积极讨论训练心得，积极参加各类优质课的评比，认真学习体育理论知识和体育教学方法，注意工作经验的积累和总结，撰写教学论文，促进体育教学水平和业余训练水平的提高。上好每周体育课，和组内教师要开展多听课、多评课活动，以促进体育教学水平不断提高。

小学五年级体育工作计划篇二

体育工作是学校工作的一个重要方面，体育工作抓紧、抓实才能更好地贯彻党的教育方针，培养全面发展的学生的重要保证。因此，我校根据实际情况，本着“继续开拓进取争创一流业绩”的精神将继续做好体育工作。

一、指导思想：

认真贯彻和落实体育工作条例及全教会精神，大力推进素质教育，切实做到教书育人、以德育人、以体育人，促进学生德、智、体全面发展。以加强、发展与提高为指导思想，使我校体育工作再上新台阶。

二、工作目标：

加强基础教育，改进教学模式，力求创新。认真贯彻落实教育教学法规和体育工作条例，争取出新成果。

三、工作重点：

- 1、认真贯彻和落实体育工作条例，建立健全各种规章制度和整改措施，加强体育工作的规范化管理。
- 2、加强教师基本功的培训，关心青年教师的成长，做好师带徒工作。
- 3、充分发挥骨干教师的模范作用，努力使我校的体育工作在原有的基础上再有创新。
- 4、建立和健全我校体育工作管理档案，使我校的体育管理工作更加规范化，制度化。
- 5、认真学习教学大纲，刻苦钻研教材，加强和提高教师工作能力和教学水平，在教学中有所创新。

四、教学工作：

- 1、认真学习大纲和学科改进意见，认真备课、钻研教材，提高教学质量。
- 2、加强2 - 6年级的教学工作管理与指导工作，努力使我校教学工作更加规范化、科学化。
- 3、加强课堂教学，争取在本学期出一两节特色课或精品课向外开放。

五、群体工作：

- 1、加强早操或课间操的指导与管理工作，根据我校的特点，使我校的广播操和自编操更有新意，创出我校特色。
- 2、开展班级间的广播操竞赛活动，加强和提高学生的整体意识。
- 3、加强课外活动的管理工作，确保学生每天一小时的体育活

动时间，并做到专时专用。

4、认真抓好3-6年级达标的训练工作，有目标、有措施，为明年的检查验收做好准备工作。

5、认真抓好冬季长跑活动，充分利用我校的场地和器材。

6、积极开展群众性的单项比赛活动，提高广大师生的全民健身意识。

六、竞赛与训练工作：

1、认真抓好运动队的训练与管理工作，认真制定严格的管理制度和措施，做好训练计划和记录。

2、组建两支长年训练的专项运动队，并有专人负责训练（田径、小篮球）。

3、参加区中小小学生田径运动会和越野赛。

4、组队参加区中小小学生踢毽比赛。

5、每月举办一次全校性的单项比赛或游戏性活动。

6、组织召开学校运动会。

七、具体安排：

九月份：

2、抓好早操（课间操）和课外活动。

3、抓好运动队的调整与训练工作。

4、组织小篮球队。

十月份：

- 1、继续抓好早操的训练工作，迎接上级领导的检查。
- 2、校级单项比赛（3-6年级迎面接力比赛）。
- 3、参加中小小学生田径运动会。

十一月份：

- 1、举行冬季象征性长跑活动仪式。形式：主体大队会形式。
- 2、认真抓好冬季锻炼工作，提高师生的全民健身意识。
- 3、参加区中小小学生踢毽比赛。

十二月份：

- 1、继续抓好冬季长跑活动，举行校级长跑比赛（4-6年级）。
- 2、参加区冬季越野赛。

一月份：

- 1、做好期末总结工作，上交各种文件和材料。

三月份：

- 1、认真学习讨论学校工作计划和体育工作条例。
- 2、学习教学大纲，制定教学计划。
- 3、抓好冬季锻炼的收尾工作，评选先进集体和个人。
- 4、抓好运动队训练。

四月份：

- 1、抓好运动队训练工作。
- 2、参加中心学校体育比赛。
- 3、抓好自编操的普及工作。
- 4、布置达标工作，下发各种表格。

五月份：

- 1、认真抓好达标工作的统计和补测。
- 2、开展单项比赛。
- 3、抓好自编操的普及工作。
- 4、开好学校运动会。体育组负责。

六月份：

- 1、广播操评比，以班为单位，观摩形式进行。
- 2、单项比赛。（趣味性项目）
- 3、互相听课。

七月份：

- 1、结束课。
- 2、总结本学期工作。
- 3、上交各种材料。

小学五年级体育工作计划篇三

全面贯彻中心学校20xx——20xx年度教学教研工作计划有关精神，紧密结合本校实际，努力把“六年成就一生”的办学理念落实到日常教学中去，以“常规特色质量”为主线，积极开展扎实细致的教学管理，深入有效的教学研究，积极务实的教学改革，全面提高学校的教学质量。

常规引领、课堂主导、活动主轴、统考导航

（一）以教学常规为核心，积极开展扎实细致的教学管理。教学常规检查每月进行一次，检查内容包括：二次备课、作业及批改记载、作文批改记载。在规定时间内上交检查内容，教务处认真检查做好记载，并及时公示检查结果。对教学常规按要求落实做得好的教师，学校给予奖励。

（二）确定一个适用的主题，积极开展深入有效的'教学研究。本学期教研活动主题：教师课堂激励用语的使用。学校将在4月份组织进行，一线教师全员参与、重点打磨、整体推进，促教师专业成长。对积极参与的教师学校给予鼓励奖，对教研活动中表现突出，考核成绩优秀的教师学校给予创新奖。

（三）选准特色创建项目，积极开展高效务实的教学改革

为了丰富学校文化内涵，提升学校办学品位，学校积极开展读书和跳绳两大特色活动，以活动为载体，促进学生文明行为习惯养成教育，创建特色学校。语文老师是读书活动的主要责任人，真正把读书活动开展得有声有色，成为学校向外展示的名片。

（1）阅读课程由语文教师引导，家长督促，齐抓共管，教务处4月底、5月底进行两次抽查，对落实到位的语文教师给予奖励。

(2) 本学期继续坚持国学经典朗诵活动□20xx年级背诵三字经□20xx年级背诵千字文□20xx年级背诵弟子规，教务处统一分发背诵内容，各语文教师利用晨诵、午读、暮省时间落实到位。5月份学校举行比赛。

(四) 坚持月考制度，全面提高学校的教学质量。

月考制度坚持不动摇，以考代练，以考促教。学校本学期组织二次月考和一次期末考试，以测算综合指数为依据，对教师进行全面科学的评价，形成压力，给予动力，营造积极向上的教学氛围。

(五) 理念引领、活动主轴，积极构建学生文明行为习惯养成平台。

以“六年成就一生”办学理念为指引，积极开展丰富多彩的活动，为学生文明行为习惯的养成提供平台。本学期开展得活动有：学生作业评比展览、汉字听写大赛、三字经、千字文、弟子规朗诵比赛。通过活动熏陶人，通过活动孕育人，通过活动影响人，让学生在活动中养成良好的习惯。

三月份

- 1、制订好各科教学计划，各年级组教学进度计划。
- 2、学生入规教育。
- 3、第一次教学常规检查。
- 4、汉字听写大赛

四月份

- 1、第一次月考（期中考试）。

- 2、第二次教学常规检查。
- 3、进行阅读课程第一次抽查。
- 4、校本教研活动：教师课堂激励用语的使用

五月份

- 1、学生作业评比展览。
- 2、第三次教学常规检查。
- 3、国学经典朗诵活动。
- 4、进行阅读课程第二次抽查。

六月份

- 1、第二次月考（期末模拟考试）。
- 2、第四次教学常规检查。
- 3、1—6年级期末考试。
- 4、各学科成绩统计、质量分析、工作总结。

小学五年级体育工作计划篇四

小学五年级的教学内容有基本体操、田径、技巧与器械练习、小球类、游戏、武术、韵律活动与舞蹈、体育与健康常识。课次较多的是跑、投掷和游戏。其中跑是蹲踞式起跑、30米障碍跑、耐久跑等；投掷教材是双手抛实心球，投掷垒球等；游戏主要是十字接力，截住空中球等。次数较少的是武术和体育与健康基础常识，室内活动。技巧、支撑跳跃和发展身体素质练习等也占一些课次。

二、教学目的

三、教学目标

1、初步学习田径、球类、韵律活动基本技术，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。

2、培养学习各项基本技术的兴趣、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、使学生具有主动、积极参与体育活动的意识，表现出乐于学习和对体育活动的浓厚兴趣，并在活动中表现出展示自我的愿望和热情，体验到体育活动的兴趣、乐趣和情趣。

4、使学生获得一些体育运动和健康的基础知识；学习科学锻炼身体和自我锻炼、自我表现、自我保护、自我评价的方法；培养参与体育活动的良好习惯，以及安全地进行体育活动的意识。

3、通过多种形式的游戏发展身体灵敏、协调、平衡、速度、耐力和力量等体能，促进身体全面协调的发展。

4、使学生体验参与不同项目运动时的紧张与愉快、兴奋与疲劳、成功与挫折等心理感受，学会通过体育活动调控自己的情绪，并在一定困难的条件下进行体育活动，逐渐形成克服困难与抗挫折等意志品质，提高身心健康。

5、培养学生形成活泼开朗、积极向上、友好相处、团结合作、竞争进取的精神，以及勇敢、顽强、坚忍不拔、尊重他人、遵守规则的意志品质，为学生今后的学习、生活奠定良好基础，增强社会适应能力。

四、教学进度

周次教学内容

一1、始业课：上体育课的安全常识(理论)

2、复习小学生广播体操

3、队列队行练习;游戏

二1、50米快速跑;接力游戏

2、站立式起跑;快速反应练习

3、韵律操(一);游戏：射击

三1、韵律操(二);捅马蜂窝

2、600米耐力跑;放松操

3、立定跳远;跳远接力

四1、花样踢毽;踢毽子比赛

2、有趣的拔河;冲出重围

3、跳短绳;一分钟跳绳比多

五1、走跑交替;变速跑(600米)

2、掷垒球;投准练习

3、单脚交换跳;游戏：大鱼网

六1、队形队列：向右转走，向左转走;右(左)转弯走

2、理论：体育活动与营养卫生

3、排球：准备姿势；移动练习

七1、排球：双手胸前垫球；小游戏

2、模仿操；柔韧练习

3、武术基本步伐；基本手型

八1、队形队列练习；小游戏

2、双手抛实心球；力量练习

3、理论：运动损伤的预防与处理

九1、篮球：熟悉球性；原地运球

2、篮球：运球练习；原地传球

3、篮球：传球比快；行进间传球

十1、技巧：前滚翻；柔韧性练习

2、技巧：后滚翻；游戏：贴膏药

3、400米耐力跑；放松练习

十一1、跳远；游戏：小手球

2、投准练习；掷垒球

3、球性练习；运球接力

十二1、武术基本手型；快速反应练习

2、武术基本步伐；游戏：争取胜利

3、技巧：立卧撑；叫号赛跑

十三1、兔子舞；大家一起跳

2、100米快速跑；复习队形队列

3、双手掷实心球；小小保龄球

十四1、复习、总结

2、身体素质测试

3、身体素质测试

十五1、复习、考试

2、期末考试

3、期末考试

小学五年级体育工作计划篇五

随着基础教育改革的不断深入，为了更好适应课程改革的需要、课程与教学的需要、理论与实践结合的需要，根据我校体育与健康课程实施的要求，坚持学校教育要树立“健康第一”的指导思想，围绕坚持全面贯彻素质教育方针，推动体育与健康新课程建设校本化、科学化实施为中心、坚持加强体育与健康课程改革的整体性设计研究和推广，把体育与健康课程建设、课外体育活动开展、学生体质健康标准实施与“每天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”进行有机整合；用素质教育的观念和“健康第一”的思想为指导，推进体育与健康课程教学改革，使之在学校教育中真正发挥出健身育人的功能，促进中小學生德智体美等方面全面发展；

面向全体学生，促进学生身心全面发展，积极开展学校群众性的体育活动及竞赛，培养学生的创新精神和适应社会发展的实践能力，努力提高体育教师的思想政治素质、爱岗敬业的职业道德和适应时代发展的专业知识和业务能力。

二、教学目标：

运动参与：激发学生参与运动的兴趣与自觉锻炼的意识；学会向他人展示自我动作并学会欣赏他人或自己的动作；更好的参加到全民健身的计划当中来。

运动技能：做出多项球类运动中的简单组合动作、体操的简单组合动作、武术的简单组合动作、舞蹈或韵律活动中的简单组合动作、地域性运动项目中的简单组合动作并能说出他们的名字或动作中的术语。知道不按规则运动和游戏会导致身体受到伤害；知道在安全的环境中运动和游戏。

身体健康：基本保持正确的身体姿势；发展灵敏、协调和平衡能力；描述身体特征即说出身体各主要部位的功能、描述自己的身体特征、比较自己的与同伴的身体特征。

心理健康：让学生在参加较剧烈的游戏或运动时，在身体有轻微难受感觉的情况下坚持完成运动任务；对体育活动表现出较高的热情并在体育活动中努力展示自我。了解体育活动对心理健康的作用，认识身心发展的关系；正确理解体育活动与自尊、自信的关系；学会通过体育活动等方法调控情绪。

社会适应：建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德；在体育活动中表现出合作行为即知道在集体性体育活动中如何与他人合作、与他人合作完成体育活动任务。

三、教学任务：

2、加强对体育教学的钻研，通过听随堂课，备课笔记和课后

小结，教师参加教研活动。

3、着实落实新课程标准，积极认真学习新课程。在教学实践过程中，对课程改革经历从理解、逐渐熟悉到创造性地实施的过程，与教研组老师应相互学习、交流，共同提高、共同成长的过程。

4、组织开展好丰富多彩、富有实效的课外文体活动，引导学生能自觉锻炼身体，使学生更加生动活泼地发展，在创新精神和实践能力上有较大的发展和提高。锻炼中关注学生的安全，杜绝事故发生。

5、在教学实践过程中，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。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。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、四年级学生的生理、心理特点分析

(一)生理发育的特点

1、四年级学生一般为9—10岁，属于人体发育的童年时期，总的说来，身体发育处于相对平稳阶段，身高、坐高、体重、胸围、肩宽、骨盆宽等指标男生均自9—10岁开始突增，女生均自8—9岁开始突增，女生均早于男生。四年级学生相对比较是属于身体发育最快的时期。

2、四年级学生安静时脉搏均值比三年级相对减少；女生血压指标10岁时增长迅速；肺活量均值男女生都有递增但差异不大，男生稍大于女生。

3、四年级学生身体素质指标均有提高，50米、立定跳远和50米乘8往返跑男生优于女生，差异不明显；立位体前屈女生优于男生且差异明显；速度、腰腹力量、柔韧、速度耐力素质指标为四年级学生的敏感期，既关键发展时期。灵敏素质发展也极为敏感，学习和掌握技术动作较快。

4、四年级学生骨骼成分中胶质较多，钙质较少，可塑性比较大，富弹性，坚固性较差，不容易骨折，且容易弯曲变形、脱臼和损伤，因此，要特别注意身体姿势的培养和练习前的准备活动。

5、四年级学生肌肉中含水率较高，肌肉细长而且柔嫩，大肌肉群发育比小肌肉的发育要早因此，要多安排跑、跳、投等基本活动能力的练习，在注意发展大肌肉群的同时，也要注意小肌肉群的发展。

6、四年级学生的心脏容积和血管容积之比小于高年级，因此，不易进行过分剧烈或耐久性过大的练习活动。

7、四年级学生的第二信号系统活动逐渐占有主要地位，为抽象逻辑思维能力的培养提供了可能性，因此，要有意识地将体育教学的五大领域目标有机的结合起来进行教学。

(二) 生心理发展的特点：

1、四年级学生感知觉的无意性和情绪性比较明显。身体练习时容易被新颖的内容所吸引，经常忘记练习的主要目的。兴趣十分广泛，几乎那项体育活动都喜欢，感知动作的要领比较笼统，容易把相近的动作混淆起来，时间和空间感较差。

2、四年级学生注意力不够稳定，不易持久，有意注意虽有发展，但还很不完善。集中注意力的能力较好，交换练习的时间应控制在20分钟内。

3、四年级学生无意记忆还占相当优势，因此，讲解不宜过长，叙述动作要领和练习方法要提纲挈领。

4、四年级学生的情感容易外露，爱争论问题，容易激动，动不动就提出批评意见，但仍愿意依靠老师，希望老师来做主。

5、男女生之间开始出现界限，男女生之间容易保持一定的距离，站队时的间距都比低年级大了，不愿意站的很近。

6、自我评价意识开始形成，担心自己体育成绩不佳、担心自己在练习中影响集体。开始能分辨同学中体育能力的高低及学习态度的好坏。愿意听表扬，要求老师采取公平态度，老师批评不当，就不乐意，特别是女生。

五、学生基本情况分析：

四年级的学生比一、二、三年级学生注意力有了较大的提高，特别是对感兴趣的事物可以做到较长时间的注意；但注意力仍然容易分散。参加活动的动机还是以直接兴趣为目标，喜欢的活动都愿意参加。特别是集体活动，非常乐于表现自己的才能展示自身的价值。因此，在教学中要注意选择多种多样的教学内容，运用灵活多样的教法手段，满足学生参与活动和学习的需要。而且，大部分学生已经掌握了一些体育与健康课堂中所常见的体育术语，如向前看、向右看齐、报数等，并能准确的做出各个术语所要求的动作与行为。有些学生由于缺乏体育基础，身体素质差，在课堂学习活动中感到困难较大，尽管很努力，也很难跟上教学。要求，得不到好成绩，从而丧失信心，产生自卑心理，害怕或逃避体育课，也就谈不上学习兴趣。有的学生对体育缺乏正确的了解和认识，认为上体育课只是玩玩而已，他们虽然也知道参加体育锻炼可以增进自己的身心健康，增强体质。但他们同时又认为，我不参加体育锻炼，身体状况也可以，也基本能满足学校开展的各种正常活动，因而往往错误地认为参加体育锻炼可有可无，这是造成现在大部分学生的体质得不到普遍提高的不可

忽视的实际情况。

小学五年级体育工作计划篇六

本届五年级学生体育基础较差，教师需要从多个方面进行培养，包括了知识点、实践能力、情感等等，以提升学生的综合素质、身体素质为目的，做一个德智体美劳更优秀的学生。

在新的学期里，我将以新课程的实施为契机，积极投身课程改革，认真学习新的课程标准，确立新课程的基本理念，加强教学常规管理，加强教学研究，努力提高自身的整体水平，全面提高教学质量。

- 1、教育学生正确认识体育的重要意义，树立正确的体育观念。
- 2、重点在于综合激发学生的身体素质，如：速度、上下肢力量、弹跳能力、柔韧性、协调性等的结合。
- 3、学生能主动参与素质动作技术的学习与练习之中。
- 4、提高学生的身体素质，培养良好的团结合作精神和严格的纪律，并且在合作交流中增进师生的感情，建立良好的社会关系。

根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿势的培养。

- 3、运用体育对学生特有的影响，，逐步提高培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱。互相帮助等集体意识和良好作风。
- 4、教学内容淡化竞技性，增加趣味性、娱乐性、健身性和实用性。

周次教学内容课次

- 1、复习简单队列，培养身体的良好姿势。
- 2、复习简单队列，培养良好作风与习惯。
- 3、长绳，短绳。
- 4、复习篮球，原地运球。
- 5、复习技巧，短跳起。
- 6、复习技巧，跪跳起。
- 7、复习技巧，远跳起。
- 8、复习提高前掷球自然地形跑。
- 9、复习蹲距跳起跑走交替。
- 10、篮球基本技术传球、接球。
- 11、篮球基本技术行进中运球。
- 12、放松跑40—60米。
- 13、弯道跑30—40米。
- 14、立定跳远。
- 15、跳远：立定跳远（男生考核）跳跃：立定跳远（女生考核）自选项目：长绳、乒乓球或篮球。
- 16、身体素质练习行进间运球。

- 17、投掷实心球游戏：手推车、负重拉力。
- 18、实心球考核自选项目：长绳、乒乓球或篮球。
- 19、游戏课：抢位置；贴人。
- 20、发展柔韧、反应、协调能力。
- 21、秒跳短绳跳长绳。
- 22、单脚跳连续向前跳。

小学五年级体育工作计划篇七

本届五年级学生体育基础较差，教师需要从多个方面进行培养，包括了知识点、实践能力、情感等等，以提升学生的综合素质、身体素质为目的，做一个德智体美劳更优秀的学生。

二、指导思想

在新的学期里，我将以新课程的实施为契机，积极投身课程改革，认真学习新的课程标准，确立新课程的基本理念，加强教学常规管理，加强教学研究，努力提高自身的整体水平，全面提高教学质量。

三、教学目标：

- 1、教育学生正确认识体育的重要意义，树立正确的体育观念。
- 2、重点在于综合激发学生的身体素质，如：速度、上下肢力量、弹跳能力、柔韧性、协调性等的结合。
- 3、学生能主动参与素质动作技术的学习与练习之中。
- 4、提高学生的身体素质，培养良好的团结合作精神和严格的

纪律，并且在合作交流中增进师生的感情，建立良好的社会关系。

四、教学重点、难点分析

根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿势的培养。

五、教学措施

3、运用体育对学生特有的影响，，逐步提高培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱。互相帮助等集体意识和良好作风。

4、教学内容淡化竞技性，增加趣味性、娱乐性、健身性和实用性。

六、教学进度

周次教学内容课次

1、复习简单队列，培养身体的良好姿势。

2、复习简单队列，培养良好作风与习惯。

3、长绳，短绳。

4、复习篮球，原地运球。

5、复习技巧，短跳起。

6、复习技巧，跪跳起。

7、复习技巧，远跳起。

- 8、复习提高前掷球自然地形跑。
- 9、复习蹲距跳起跑走交替。
- 10、篮球基本技术传球、接球。
- 11、篮球基本技术行进中运球。
- 12、放松跑40—60米。
- 13、弯道跑30—40米。
- 14、立定跳远。
- 15、跳远：立定跳远（男生考核）跳跃：立定跳远（女生考核）自选项目：长绳、乒乓球或篮球。
- 16、身体素质练习行进间运球。
- 17、投掷实心球游戏：手推车、负重拉力。
- 18、实心球考核自选项目：长绳、乒乓球或篮球。
- 19、游戏课：抢位置；贴人。
- 20、发展柔韧、反应、协调能力。
- 21、秒跳短绳跳长绳。
- 22、单脚跳连续向前跳。

小学五年级体育工作计划篇八

认真学习贯彻全国基础教育工作会议精神，以“健康第一”的指导思想，认真搞好教学研究、教学指导和教学管理工作，

进一步深化体育教学改革，强化“四个意识”，围绕“六个优化”，以创新意识、创新思路、创新举措，创造性地开展学校体育教学工作，充分体现体育教学以育人为宗旨的教学目的，提高学生的自主健体能力，评价能力和创新能力，强化学生的合作意识及终身体育的意识，推动我校体育教学再上新水平。

通过抓好课堂教学，实现体育教学的目标。要求备好、上好每一节体育课，定期组织学习、组织好听课及评课，在教学观摩中不断提高老师的教学水平。组织学习新课程标准，认真实施教学改革的新举措，积极探索适合改革方向的新路子、新方法。组织好教学公开课，培养青年骨干教师。

- 1、积极培养体育教学骨干，建立骨干教师档案，注重培养，逐步建立一支有活力、有创造力的体育教学骨干队伍。
- 2、组织全校体育教师继续学习《体育与健康课程标准》，转变教学观念。
- 3、进一步落实《体育与健康教育教学大纲》，认真抓好我校学年、学期、单元及课时计划的制定、实施及检查工作，督促各教师按照教学大纲科学地制定各种教学计划、写好教案，做到备教相符。
- 4、收集好优秀体育教案，强化体育教师的科研意识，促进体育教师科研水平的提高。
- 5、加强对基础薄弱的体育教师的教学指导。

在抓好课堂教学及各项大型运动竞赛的同时，积极开展大课间课堂活动，充实学生的课余生活。面向全体学生，在活动中使学生的身心都得到充分的锻炼，不断提高学生的身体素质，同时培养终身体育的意识。

体育工作行事历：

二月份

- 2、学习《体育教学大纲》。
- 3、坚持做好“两操”播放工作。

三月份

- 1、整理好体育器材。
- 2、选好男、女子田径苗子进行训练。
- 3、做好眼保健操、广播操活动准备。
- 4、继续抓好乒乓球、羽毛球队训练工作。

四月份

- 1、各老师搞好学生的体育成绩考核工作。
- 2、组织学生到区参加选拔赛。
- 3、开展科组教师评优课。
- 4、开展广播体操比赛。

五月份

- 1、继续做好学生的考核工作。
- 2、五、六年级班际篮球比赛。
- 3、组织裁判学习工作。

4、做好准备迎接上级领导对我校体育工作的检查。

六月份

- 1、抓好篮球队的训练工作。
- 2、配合文娱组做好“六一”节活动。
- 3、做好“达标”登记工作。

七月份

- 1、做好学生成绩评定工作。
- 2、做好各项册籍资料归档工作。
- 3、点数好体育器材。

小学五年级体育工作计划篇九

牢固树立“健康第一”的指导思想，大力推进素质教育，切实做到以体育人、以德育人。在工作中以激发学生的运动兴趣为目标，培养学生终身体育的意识为目的，促进学生全面发展。努力使我校体育工作在原有的基础上再上新台阶。

继续以提高学生的健康与身体素质为目标，以体育活动和体育技能学习为手段，加强学生的锻炼意识，普及科学的锻炼方法，提升锻炼的效果，加强基础教育，改进教学模式，力求创新。体育教学将以认真吃透教材为突破口，努力抓住课堂教学，提高体育课、体育锻炼课的有效性，增进学生健康，增强学生体质，促进学生德智体全面发展。

- 1、加强领导，健全机构，明确职责，保障经费，落实制度，切实把体育工作纳入学校教育教学工作的重要内容并有计划、

有步骤地开展。

成立长岗小学体育工作领导小组，其组成人员如下：

组长：兰正强

副组长：彭龙友李旭辉

成员：兰乾波赵尔云杨渊王朝鸿陈欣

盛帝宇各体育教师

领导小组下设办公室，盛帝宇同志负责日常工作。

教学质量，达到学生人人喜欢上体育课的目的，有效地改善学生的体质健康水平。

3、抓好课间操、眼保健操、大课间活动、阳光体育活动。

4、强化科研意识，善于总结加强教研组建设，积极开展教研活动，探索创新发展体育特色。

5、开展形式多样的体育活动，丰富学生生活

6、积极备战各项体育比赛，争取好的成绩

7、做好器材管理。有标准，有计划地配置器材、设备等，落实场地、器材、设备的管理制度，做到器材有借有还的制度，确保其的使用率和安全性。

开展教师自学与外出学习相结合的形式。体育教师自学《体育与健康课程标准（20__版）》和相关书籍丰富自身素质和业务水平，并在相关笔记上做记录。学校定期不定期安排教师外出学习，外出教师要按要求完成学习任务，并做好笔记。外出学习后要上交外出学习心得体会交由学校存档。

体育教师的考核根据其课堂教学情况和体育器材的管理，结合学校领导队课间操和大课间活动等的定期不定期检查情况对其作出评定。

体育课的安全问题是我们学校和体育教师所必须重视的问题。首先，我们要有强烈的责任心，用满腔的热情去关爱学生，对学生充满爱心。上课前，教师应认真检查场地器械是否牢固安全；在课堂中，应仔细观察学生的活动情况；在教学中，应加强学生的安全教育，以免发生意想不到的伤害事故。确保学生的安全。

1、体育教师要按学校要求开全课时，不得随意串课、旷课，体育教师要在上课前到达场地并组织学生站队。器材要在课前到达场地并在课后及时入库。体育教师上课需着轻便服装。

2、体育课堂中教师要组织学生有序活动，不得打闹、不得随意走动，保证学生的安全。

3、确保眼保健操扎实开展，任何教师不得占用眼保健操时间。课间操、大课间活动要有明确分工组织有序，保证各项活动顺利实施。

4、低年级的孩子要注重良好行为习惯的养成，规范其站、立、行等行为习惯，养成遵守纪律服从指挥的习惯。学习简单的动作技巧，培养热爱体育活动的兴趣。三四年级的孩子要在良好习惯的基础上严格要求，培养其自制能力和集体荣辱感，并在学习动作技巧的同时锻炼不怕挫折、不怕困难的坚强的意志品质。高年级孩子要学会用体育锻炼来调节情绪，坚持体育锻炼。

5、体育教学时要进行德育的渗透，培养良好的品行。

6、体育教师要做好器材的管理和体育室的卫生、物品摆放，器材出入库填写使用记录。

7、学校相关领导要定期或随时对教师体育课、体育器材、课间操、大课间活动进行检查，发现问题及时解决。

8、落实体育教研组教研活动。

小学五年级体育工作计划篇十

五年级的学生年龄处于发育时期，身体发育较快，男女差别较大，男生活泼好动，表现欲强；女生由于发育的原因，很少参加激烈的运动项目，但考虑到某些女生的天性，要因势利导，加强男生的身体素质练习，培养女生积极参与体育锻炼的习惯，使男女均衡发展。

(1) 使学生具有主动、积极参与体育活动的意识和行为，表现出乐于学习和对体育活动的浓厚兴趣，并在活动中具有展示自我的愿望和热情，体验到体育活动的乐趣。

(2) 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。的兴趣和爱好，形成锻炼的习惯。

(4) 提高对个人健康和群体的责任感，形成健康的生活方式。

(5) 发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态度。

(1) 重点是田径的投掷与跳远及民族传统体育的武术。

(2) 难点是耐久跑的呼吸，跨越式跳高的助跑与起跳，过杆。

(1) 只研究和强调教师的教法，而忽视学生的学法的倾向，加强对学法的指导。教学过程是师生交往、共同发展的互动过程，如果把体育学习理解为只是教师的讲解与示范，学生模仿教师的动作，强调了教师的教法研究，忽视了学生学法的探索，只管教的怎么样，不管学的如何，必然不利于

调动学生的积极性，不利于提高教学质量。因此，要重视学生学法的研究与探索，不仅要研究教法与学法，而且要研究教法与学法的变化；不仅要研究学生的“学会”，而且要研究学生的“会学”。

(2) 在教学中多运用游戏作为方法、手段，为学生参与体育活动，培养和激发学习的兴趣性和积极性提供了丰富的内容。如主题式教学法、情景式教学法等充分发挥游戏和游戏法的功能与作用，激发学生的学与练的兴趣，达到预期的教学目标效果。

(3) 随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。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。因材施教，分组时采用男女分组或按身体素质分组，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。