

五年级体育教学工作计划 五年级体育教学计划(优质9篇)

当我们有一个明确的目标时，我们可以更好地了解自己想要达到的结果，并为之制定相应的计划。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

五年级体育教学工作计划篇一

新的学期开始了，为了开展良好的教学工作，进行有步骤的教学，顺利完成本学期的教学任务，根据学校工作安排，特制订本学期的教学计划。

一、学期教学目标：

- 1、以人为本，全面锻炼，努力增强学生的体质。
- 2、学习基础知识，学会科学的方法锻炼身体，以创新的精神和实践潜力的培养为重点，培养自我锻炼习惯，引导学生建立新的学习方式。

二、学生基本状况分析：

五年级学生36人，他们虽然对体育活动用心参加，但由于基础差，好胜心强，可塑性强。有些动作易变形，掌握不好，所以，本学期应在上学期基础上，加大学习力度，因材施教，合理处理教材，全面提高，重点培养不段增强学生体质，使学生在德、智、体、美、劳诸方面都能得到发展和提高。

三、教材分析：

本学期五年级体育资料有跑、跳、投掷、体操、游戏及武术

等资料。

1、跑是人体的基本活动潜力，教材要求学生学习蹲距式起跑的基本动作方法，提高跑的基本潜力，学习传接棒方法，培养学生群众协作意识和配合潜力。

2、跳跃使学生进一步掌握和改善跳高和跳远的动作方法，发展学生灵敏和爆发力。

3、投掷进一步提高学生推抛实心球技术，学习助跑掷垒球的完整动作方法，发展学生灵敏、力量等身体素质，培养学生养成锻炼时注意安全的意识和习惯。

四、教学研究资料：

教材的重点是跑、跳跃和投掷，教学时应采取讲练结合，加强示范，辅导等手段作为突破措施。难点是体操、技巧，教学中应采取直观的教学方法，在教学中应加强安全保护措施，完成教学任务。

五、教学辅导计划：

1、因材施教，分类指导。

2、培养优生，能自觉练习，善于动手，动脑的好习惯。

3、要加强学困生的指导，提高他们的技能水平。

4、教师要关心，热爱平等对待每一个学生。

5、教师要定时、定点，加强优生优培辅中转差的辅导。

一、教材资料介绍

小学五年级的教学资料有基本体操、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

在《大纲》中，明确地规定了小学体育的目的：“透过体育教学，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。”

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，提高身体基本活动潜力。
- 2、培养学习各项基本技术的兴趣、用心性以及勇敢、顽强，胜不骄、败不馁，自觉遵守规则，团结协作等优良品质。
- 3、透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，学会透过体育活动调控自己的情绪，并在必须困难的条件下进行体育活动，逐渐构成克服困难与抗挫折等意志品质，提高身心健康。
- 5、培养学生构成活泼开朗、用心向上、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，增强社会适应潜力。

四、教学进度

周次教学资料

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、搞笑的拔河;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

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

五年级体育教学工作计划篇二

五年级学生，他们虽然对体育活动积极参加，但由于基础差，好胜心强，可塑性强，有些动作易变形，掌握不好，所以，本学期应在上学期基础上，加大学习力度，因材施教，合理处理教材，全面提高，重点培养不断增强学生体质，使学生在德、智、体、美、劳各方面都能得到发展和提高。

田径、球类、韵律活动基本技术，游戏活动等，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。

本学期五年级体育内容有跑、跳、投掷、体操、游戏等内容。

2、跳跃使学生进一步掌握和改进跳高和跳远的动作方法，发展学生灵敏和爆发力。

3、投掷进一步提高学生推抛实心球技术，学习助跑掷垒球的完整动作方法，发展学生灵敏、力量等身体素质，培养学生养成锻炼时注意安全的意识和习惯。

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。

5、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。

6、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。

7、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。

教材的重点是跑、跳跃和投掷，教学时应采取讲练结合，加强示范，辅导等手段作为突破措施。难点是体操、技巧，教学中应采取直观的教学方法，在教学中应加强安全保护措施，完成教学任务。

1、因材施教，分类指导。

2、培养优生，能自觉练习，善于动手，动脑的好习惯。

3、要加强学困生的指导，提高他们的技能水平。

4、教师要关心，热爱平等对待每一个学生。

5、教师要定时、定点，加强优生优培辅中转差的辅导。

五年级体育教学工作计划篇三

一、学情分析

1、学生情况：五年级共有学生17人，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况：高年级学生喜欢跑、跳、投、跳绳、踢毽子、游戏等活动，但有些学生因身体原因如：肥胖等，学习动作显得僵硬呆板。

二、教材分析

根据《九年义务教育全日制小学体育课程标准》以及结合本校实际情况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，养成良好的卫生习惯；掌握科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，从小树立终身体育的思想，并在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

三、教学目标

1、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和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、进一步学习田径、体操、小球类、民族传统体育、舞蹈等项目的`基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在学校里，学

生会获得有助于学生强壮体魄的体育运动项目和方法，有助学生身心健康的运动心里小知识和卫生小常识，有助学生于学生与人成功交往的各种小游戏和团队活动，有助学生于学生感受成功快乐的体育竞赛游戏。

4、积极主动地参与体育游戏活动，学生将获得更多的新知识、发现更多的新方法、找到更多的新答案：在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，学生将会感受体育运动带来的乐趣，学生将会发现体育运动增予的益处，学生将会体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。同时学生还可以不断地发展和张扬学生的个性，充分地展示学生的特长与学生的聪明才智，让学生的童年生活更绚丽多姿！让学生在小学阶段的学习、生活更加有趣，更美好！

四、重点难点

1、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和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

五、教学措施

1、教育学生热爱中国共产党，热爱祖国，逐步提高锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。

2、运用体育对学生特有的影响，培养学生的美感和文明行为，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。

3、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

一、学生分析：

水平三的学生性格差异较大，身体素质、遵守纪律等方面各有不同。学生处于青春发育阶段，性格比较叛逆，需要探索有趣味的教学方法吸引学生对体育课的兴趣。同时，水平三处于升学阶段，学业压力比较重，故可以根据实际情况编排课程的内容(例如增设趣味性项目，球类项目以及自主活动等)，提高学生的学习热情。

二、教学目标：

1、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，培养认真锻炼身体态度。

2、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。

3、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。

三、教学重. 难点

(1)教学重点：

1、规范课堂教学行为，培养学生身体素质。

2、田径、体操、球类学习。

(2)教学难点：

田径、体操技巧

四、教材分析：

全期教材内容包括

(一)、体育卫生基础知识

(二)、运动技能

(三)、身体健康

(四)、心理健康。

教材内容较多，除有常规性的跑、跳、投的教学外，还设有体操、武术、球类几个方面，全面的满足学生身心发展的需要。其中体育卫生基础知识的教学以课堂讲授为主，并适当运用课堂讨论。室外授课，主要是让学生掌握一定的运动方法、运动技能技巧，让他们养成自觉锻炼身体的好习惯，达到“健康第一、安全第一”的目的。

五、教学：

1、认真备课，不断改进教学方法，激发学生对上体育课的兴趣。

2、加强思想教育，加强体育教师之间的交流，认真听取其他教师的课堂教学，从中学习他人的教学方法。

六：措施

1、上好每一堂体育课，充分贯彻课改精神，突出学生的主体性，搞好自主互助教学模式，提高课堂效率。

2、结合学校的趣味体育发展路线，指定趣味体育游戏，加强体育活动的趣味性。

3、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创

造性。

七、教学进度

周次教学内容

1.....教学常规、队列队形

2.....队列队形

3........ 队列队形、游戏

4.....广播体操、游戏

5........ 国庆长假

6.....广播体操、游戏

7.....广播体操、游戏

8.....广播体操、游戏

9.....踢毽子、跳绳、游戏

10...... 各种快速启动的跑、追拍跑、接力跑、游戏

11.....立定跳远、跳远、游戏

12...... 跳远、跨越式跳高、游戏

13...... 跳高、前后抛实心球、游戏

14....... 前滚翻、肩肘倒立、游戏

15...... 肢体悬垂、实用性攀爬、游戏

- 16.....器械体操、韵律操
- 17.....武术基本功
- 18.....小球类和球类游戏
- 19...... 小球类和球类游戏
- 20...... 复习、期末总结

新的学期开始了,为了开展良好的教学工作,进行有步骤的教学,顺利完成本学期的教学任务,根据学校工作安排,特制行本学期的教学计划。

一、学期教学目标:

- 1、以人为本,全面锻炼,努力增强学生的体质。
- 2、学习基础知识,学会科学的方法锻炼身体,以创新的精神和实践能力的培养为重点,培养自我锻炼习惯,引导学生建立新的学习方式。

二、学生基本情况分析:

五年级学生36人,他们虽然对体育活动积极参加,但由于基础差,好胜心强,可塑性强。有些动作易变形,掌握不好,所以,本学期应在上学期基础上,加大学习力度,因材施教,合理处理教材,全面提高,重点培养不段增强学生体质,使学生在德、智、体、美、劳诸方面都能得到发展和提高。

三、教材分析:

本学期五年级体育内容有跑、跳、投掷、体操、游戏及武术等内容。

1、跑是人体的基本活动能力,教材要求学生学习蹲距式起跑的基本动作方法,提高跑的基本能力,学习传接棒方法,培养学生集体协作意识和配合能力。

2、跳跃使学生进一步掌握和改进跳高和跳远的动作方法,发展学生灵敏和爆发力。

3、投掷进一步提高学生推抛实心球技术,学习助跑掷垒球的完整动作方法,发展学生灵敏、力量等身体素质,培养学生养成锻炼时注意安全的意识和习惯。

四、教学研究内容:

教材的重点是跑、跳跃和投掷,教学时应采取讲练结合,加强示范,辅导等手段作为突破措施。难点是体操、技巧,教学中应采取直观的教学方法,在教学中应加强安全保护措施,完成教学任务。

五、教学辅导计划:

1、因材施教,分类指导。

2、培养优生,能自觉练习,善于动手,动脑的好习惯。

3、要加强学困生的指导,提高他们的技能水平。

4、教师要关心,热爱平等对待每一个学生。

5、教师要定时、定点,加强优生优培辅中转差的辅导。

一、教材内容介绍

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

在《大纲》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。”

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、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

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

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

五年级体育教学工作计划篇四

以“陶行之”生活教育主流思想为指导，以教研组教学工作计划为依据，认真学习“体育与健康教育”新课标，把“生活教育”的理念全面渗透到新课程实践中，并以学科生活化的“六个特质”全面引领教学工作；实施优质教育，进行教学改革，提高课堂教学质量。

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、使学生获得一些体育和健康的基础知识，初步学习一些运动的技术与技能；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，树立安全的意识，懂得自我保护。

3、使学生逐步形成正确的动作姿势和良好的身体形态，通过多种形式的游戏发展身体灵敏、反应、协调、平衡、速度、耐力与力量等体能，促进身体全面发展，增强关注自己身体和健康的意识和行为。

4、使学生在学与练的过程中，体验参加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，逐步形成克服困难与抗挫折等意志品质。

5、引导学生形成活泼开朗，积极向上，友好相处、团结合作、竞争进去的精神以及勇敢、顽强、坚忍不拔、尊重他人、遵守他人、遵守规则的意志品质，为学生以后的学习、生活和提高身心健康水平及社会适应能力奠定良好的基础。

(一) 学生生理发育的特点：

1、五年级学生一般为10—11岁，属于人体发育的少年时期，总的说来，身体发育处于增长率高峰阶段，发育指标的增长出现第二高峰。身高、坐高、体重、胸围、肩宽、骨盆宽等指标男生均自10岁开始突增，12岁达到高峰；女生均自8—9岁开始突增，12岁达到高峰，因此，五年级学生相对比较，是属于身体发育的最高峰时期。

2、五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，差异非常明显；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五年级学生的敏感期，既关键发展时期。11—12岁时，灵敏素质发展也极为敏感，学习和掌握技术动作较快。

4、部分女生月经初潮的年龄，恰好是女生素质增长波动起伏或下降的阶段。女生由于月经初潮的到来，引起生理、心理上的一系列变化，给女生素质发展带来一些困难。因此，五年级应开始对部分女生注意区别对待。

5、五年级学生处于敏感素质发展即将交替的阶段，速度、灵敏、柔韧等素质的最佳发展阶段快要过去，力量、耐力等素质的敏感期即将到来。特别是大肌肉群的发展时期，也将向大小肌群同时发展的时期过度。五年级是素质发展的大好时期，相应练习的容量要大。

(二) 学生心理发展的特点：

1、五年级学生感知觉属于少年阶段的特点，但相对比较，五

年级学生的视觉和听觉的感受性已发展到一定水平，感知事物的目的性比童年阶段明确，感知事物的精确性也有所改善，因此。身体练习时应相对提高难度和标准。

2、五年级学生的集中注意能力有所发展，集中注意、专心致志的时间可达25分钟左右。注意分配能力也有提高，在注意腿的动作同时，还能注意到手或脚的动作，注意上下肢动作的同时，还能注意到重心的变换。

3、五年级学生有意记忆在不断发展，开始由教师布置任务的记忆过渡到自觉的记忆。

(一) 确保健康第一的指导思想落到实处

体育教学必须充分体现以身体练习为主的特点和身体、心理、社会适应的三维健康观。每堂课的教学，都应把学生的运动实践做为实现综合目标的载体。

(二) 重视培养与激发学生的运动兴趣

运动兴趣是促进学生自主学习和终身坚持体育锻炼的前提，也是激发学生积极参与活动促进剂。

(三) 强调以学生发展为中心，确立学生的主体地位

改变过去那种教师灌输、学生被动接受的传习式教学模式，给学生留有充足的自主支配，自由发挥的时间与空间，让他们学会自主学习、自我表现、自我评价，不仅学会动作的方法与技能这一学习的结果，也要掌握获得结果的过程。

(四) 坚持面向全体学生，关注学生的个体差异

根据学生的各种差异性社顶教学目标、选择教学内容与方法，以及评价的方法与要求，坚持面向全体学生，努力做到因材

施教，使学生成为课堂教学的真正主人，变学生被动学习为主动学习，给学生发展个性的机会与时间，使每个学生都能体验到学习与成功的乐趣与运动的身心感受，满足学生自我发展的需要，以激发学生参与体育活动的主动性和积极性，从而保证大多学生达成五个学习领域的目标。

(五) 针对实际制定教学实施方案，全面达成学习目标

在教学过程中根据学生的实际情况，加强因材施教、区别对待，避免出现不管学生是否已经掌握教学内容、环境条件、气候变化等因素，结合教学实际，加以调节和变化。

教师方面：

- 1、认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。
- 2、认真学习和贯彻教学大纲，钻研教材，明确教材目的与任务，掌握教材重点，难点明确本课程教学任务，即完成任务而采取的教学原则，教学方法，组织措施等。
- 3、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材及教学用具。教师不准旷课、丢课。因故不能上课必须向领导同意并做好妥善安排。
- 4、在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务。
- 5、教学原则：教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据儿童心理、生理的特点及学生的实际情况，科学地安排好密度和运动量。
- 6、教师要注意仪表整洁、举止大方，教态严肃、自然、精神文明建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。

7、教学中要充分发挥体育委员小组长及积极分子的作用，做好培养和训练他们的工作。使他们真正起到小助手的作用。

8、认真做好学生的学期、学年体育成绩考核和评定。重视资料的积累和保管，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。

9、教学中要有严密的组织纪律，严格的安全保护措施与要求，严防伤害事故的发生。一旦发生伤害事故及时想领导汇报并做好妥善处理。

学生方面：

1、不得无故缺课，不迟到、不早退、服从教师指挥遵守课堂各项规定。

2、在课堂上严格执行教师的各项要求，未经允许不得随意移动器材教具，要严格执行教师规定的各项保护措施。

3、要爱护体育器材，不能有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

五年级体育教学工作计划篇五

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质促进德、智、体全面发展为主要目的，在本学期中要积极做到以下三点：

1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。

2、掌握快速跑、耐久跑的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动能力。

3、对学生的运动能力。

二、学情分析

五年级学生处于敏感素质发展即将交替的阶段，速度、灵敏、柔韧等素质的发展阶段快要过去，力量、耐力等素质的敏感期即将到来，特别是大肌肉群的发展时期，也将向大小肌群同时发展的时期过度。五年级是素质发展的大好时期，相应练习的容量要大。

三、教材分析

全学期教材内容包括

(1)、体育卫生基础知识，

(2)、运动技能，

(3)、身体健康，

(4)、心理健康。教材内容较多，其中体育卫生基础知识的教学以课堂讲授为主，并适当运用课堂讨论。室外授课，主要是让学生掌握一定的运动方法、运动技能技巧，让他们自觉锻炼身体，达到“健康第一、安全第一”的目的。

四、主要工作：

1、进一步提高我校广播操的质量。

2、训练好校田径队，为区运动会做准备。

3、培养中高年级学生的运动兴趣，进一步掌握简单的技术动作，发展柔韧、反应、灵敏和协调能力。

五、教学内容

1、跑

改进快速跑和400米耐久跑的途中跑技术，培养跑的正确姿势，主要以50米、400米为主要教学内容。

2、跳跃

掌握跨越式跳高和蹲距式跳远的助跑，起跳空中姿势和落地四个环节，重点改进助跑和起跑相结合的技术，教学内容以跨越式跳高和蹲距式跳远为重点教学内容。

3、投掷

巩固原地投掷的能力和上步投掷的方法，初步掌握协调用力技能，教学中以上步掷沙包为教学重点。

4、基本体操

主要以1分钟跳绳，跪跳起为主要教学内容。

六、教学措施：

3、创设个性发展和群体合作学习的良好环境。

4、留给学生一定自主学习的时间和空间。自主决定难易程度、自己掌握学习进程。

五年级体育教学工作计划篇六

在小学体育教学中多以跑、跳为主，在走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要的练习内容，全面提高学生的身体素质；在跳的练习中，主要发展学生的弹跳能力为主要的练习内容，如：跨越式跳高，立定三级跳等；在发展力量方面，主要以投掷实心球为主；在技巧方面，主要以垫上练习和简单体操为主。

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质，促进德、智、体全面发展为主要目的，在本学期中要积极做到以下三点：

- 1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。
- 2、掌握快速跑、耐久跑的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动能力。
- 3、对学生的运动能力得到稳步提高。

根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑、耐久跑，跳远，掷实心球为主要内容，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；在教学中的难点主要是耐力和力量的发展及提高。

本学期教学进度如下：

- 1、跑和游戏
- 2、跳跃与游戏
- 3、投掷与游戏
- 4、小篮球的基本技术与游戏
- 5、韵律操与游戏
- 6、武术的基本技术
- 7、体育与心理健康
- 8、考核

五年级体育教学工作计划篇七

任教五年级三个班，学生通过这几年的上课基本了解上课的要求，学习习惯正在逐步养成。根据学生生理特点来看，灵敏和柔韧性是这段时期重点发展的项目，同时有必要辅助速度练习。

根据了解的情况来看，学生的柔韧成绩还可以，学生的体形练习需要进一步提高。同时为更好的服务于以后，要多做些速度练习。

五年级体育基础知识，是依据课程标准中各学习领域“水平三”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的重要组成部分。

在小学四年级的教学内容中，根据《课程标准》中运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个学习领域。走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要学习内容，全面提高学生的身体素质。

主要的内容围绕着学校的趣味运动体育项目进行开展教学法。五年级的测试项目是400米，这就要求在课堂上注重学生全面发展，侧重学生的柔韧练习。

(1) 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。

(2) 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。

(3) 体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

(1) 继续抓好课堂教学常规，提高课堂教学质量认真执行体育

教学大纲及课程计划，认真备好课，上好课，正确引导学生能自觉锻炼身体。

(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；教研组老师应相互学习、交流，共同提高、共同成长的过程。

(3)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。

(4)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。

(1)教学中精讲多练，讲练结合，激励学生学习。

(2)教学中收放结合，有意识让学生自我锻炼，调动学生的学习主动性、积极性。

(1)在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成0体育三个方面的任务。

(2)从游戏、竞赛手段入手，提高学生学习自主性养成自觉的锻炼的习惯。

(3)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。

(4)发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和积极向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

五年级体育教学工作计划篇八

一、学生分析

五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，上课喜欢玩，运动系统发育不成熟，肌肉力量和协调性较差，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。

二、教学目标及重难点

教学目标：

2、获得运动基础知识；学习和应用运用技能：学生将能够在球类游戏中做出单个动作，如拍球、运球等；做出基本体操的动作；做出单一的体操动作，如滚翻、劈叉等；安全地进行体育活动、获得野外活动的基本技能。

3、形成正确的身体姿势；发展体能(发展柔韧、反应、灵敏和协调能力)；具有关注身体和健康的意识。

4、学会通过体育活动等方法调控情绪学生能够体验并简单描述进步或成功时的情绪表现；观察并简单描述退步或失败时的心情。根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、快

乐的发展。

5、通过体育锻炼，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。

教学重点：沙包掷远；50米*8或400米跑

教学难点：体操技巧；蹲距式跳远

三、教材分析

小学五年级体育教材以实践教材为主。根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑、耐久跑，1分钟跳绳，掷实心球为主要内容，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；在教学中的难点主要是耐力和力量的发展及提高，并且根据学生的能力以及学校的条件，体育教材主要选择田径(跑、跳、投)，体操、游戏、篮球等基础项目，以便使学生跑、跳、投的基本技术得到提高；并挖掘生活中的实用技能。并通过体育锻炼，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。

四、教学措施及注意事项

- 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。
- 2、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效果。
- 3、因材施教，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。
- 4、高年级的学生可采用一些分组轮换的方法，由小组长带领

进行练习，充分发挥小组长的带头作用。

五年级体育教学工作计划篇九

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

在《大纲》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。”

三、教学目标

周：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、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

一周:

- 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

二周:

- 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

三周:

- 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

四周:

- 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

五周:

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

六周:

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

七周:

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

八周:

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

九周：

- 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

十周：

- 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

十一周：

- 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

十二周：

- 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

十三周：

- 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

十四周:

1、复习、总结

2、身体素质测试

3、身体素质测试

十五周:

1、复习、考试

2、期末考试

3、期末考试

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度:

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)