

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划(模板8篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！计划书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇计划呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划 篇一

五年级的学生年龄在12-15岁之间，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)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。

(3)培养运动的兴趣和爱好，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。

本册教材内容有：体育基础知识、田径类的跑、跳跃和投掷、体操类的马上动作、球类、韵律体操及民族传统体育的武术基本知识。

通过以上内容学习，使学生学习并了解体育的基础知识，发展了学生身体各方面的素质，如通过体操学习发展了学生的身体协调能力，通过学习跳远发展学生的弹跳能力。使学生基本能掌握一些运动技能，发展身体素质。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。

每周3课时

1、要改变只研究和强调教师的教法，而忽视学生的学法的倾向，加强对学生学法的指导。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。

周次

课次

学习目标

教材内容

一

1、通过本次课的学习，使学生了锻炼身体的好处，认真上好体育课。

理论课

2、使学生进一步掌握队列队形的方法与技巧。

1队列队形；

2、游戏：穿过小树林；

3、进一步的巩固广播操的练对养成正确的身体姿势，促进身体的各器官的正常发育。

1、基本体操：广播体操(1-4)节；

2、游戏：守卫红旗；

二

1、培养学生身体的正确姿势和动协调性能力。

1、基本体操：广播体操(5-7)节

2、游戏：报数比赛

2、培养学生身体的正确姿势和动作协调性和节奏感

1、基本体操：广播体操(1-7)节

2、游戏：春种秋收

3、发展学生速度素质，提高快速反映能力。培养学生齐心协力的集体主义精神。

游戏课；

1、穿称门；

2、加球接力

三

1、使学生进一步的巩固和提高前滚翻的技术，发展学生的灵敏柔韧调等能力，培养学生克服困难等优良品质。

1、技巧：前滚翻起立，

2、游戏：障碍赛跑；

2、通过练习，可以发展身体的柔韧性，平衡感觉敏等素质。

1、技巧：不同开始姿势的前滚翻

2、复习：前滚翻起立，接球

3、发展学生快速奔跑的能力，培养学生认真负责的精神和集体的意识。

1、徒手操；

2、游戏：改换目标

四

1、培养学生锻炼奔跑的能力，培养学生认真负责的精神和集体的意识。

1、徒手操；

2、游戏：绕木棒运动

2、培养学生用正确的身体姿势运动；发展学生的动作速度和灵敏速度。

1、基本体操：第八套广播操(1-8)节

2、游戏：挑战应战；

3、通过学习走的正确方法，培养学生走的正确姿势，发展学生走的能力除尽下肢和内脏器官的发展。

1、韵律活动；

2、走：改变速度的走；

五

1、通过游戏练习，培养学生集体主义精神，发展学生的弹跳和顽强精神。

1、走：改变速度的走；

2、游戏：单脚跳接力；

2、培养学生用正确的身体姿势运动；发展学生的位移速度和

灵敏速度。

1、走：用各种正确姿势的走；

2、游戏：绑腿接力；

3、使学生初步掌握藤圈的简单动作和技术，发展学生的下肢的力量。

1、藤圈韵律操(1—3)节；

2、游戏：挑战应战

六

1、培养学生身体正确姿势和灵敏，协调等身体素质

1、藤圈韵律操(4—6)节：

2、游戏：单双脚跳圈

培养学生的灵敏性和及速度性和奔跑的能力。

1、技巧：仰卧起坐；

2、游戏：快跳快跳；

3、培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。

1、韵律操abc3节

2、游戏：抢种抢收

七

1使学生掌握错肩和交叉行进间的方法

1、队列：错肩和交叉行进间走；

2、复习：韵律操：

2培养学生对趣味韵律操的兴趣；初步领会跳高的技能和有关术语。

1、韵律操；

2、游戏：单脚跳接力；

3培养学生的灵敏性和及速度性和奔跑的能力。培养学生对动作认真责和集体主义精神。

1、游戏课：踏石过河、

2、攻关：

八

1进一步在跳箱上做各种姿势向前跳下的动作方法

1、支撑跳跃：

2、游戏：攻关；

2培养学生的审美意识；进一步领会跳的技能和相关术语。

1、跳大绳；

2、游戏：障碍物赛跑；

3使学生掌握跳大绳和跳小绳的方法增强同学之间的协调配合

能力。

1、跳大绳；

2、跳小绳：

九

1培养学生身体正确姿势和灵敏，协调等身体素质

1、藤圈操

2、游戏：单双脚跳圈

2培养学生的灵敏性和及速度性和奔跑的能力。培养学生对动作认真负责和集体主义精神。

1、游戏课：踏石过河、

2、攻关：

3通过游戏练习，培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。

1、支撑跳跃

2、游戏：攻关；

十

1使学生学会简单的韵律活动，发展学生动作的协调性，节奏感，观察力，培养学生组织与纪律性。

1、韵律活动；

2、复习：支撑跳跃；

2通过学习立卧撑，使学生增强身体素质和手脚并用的协调性。

1、技巧：立卧撑；

2、游戏：绑腿赛跑；

3提高动作的协调性和动作的准确性。培养学生快速奔跑能力和快速反应能力。

1、跳小绳

2、游戏：叫号赛跑

十一

1、跳双绳；

2、游戏：迎面接力；

2培养学生的下肢力量和动作的准确性。

1、跑：走跑交替；

2、游戏：跳进去拍人；

3使学生掌握跳大绳的方法，同学之间的协调性和配合能力。

1、跳大绳；

2、游戏：障碍物赛跑；

十二

1使学生掌握跳大绳和跳小绳的方法增强同学之间的协调配合能力。

1、跳大绳;2、跳小绳

奔跑跳跃游戏:1、单脚跳接力;2、迎面接力;

3培养学生的下肢力量和动作的准确性。

1、走跑交替

2、跳小绳

十三

1通过游戏练习，培养学生集体主义精神，提高动作的协调性和发展学生的速度奔跑能力。

1、 1分钟跳小绳;

2、游戏：穿过小树林;

2

1、做出篮球运动中的简单组合动作。

2学会与他人合作完成体育活动的

任务

1、游戏：运球接力绕球类过竿等障碍

2、走和跑：负重走游戏(双人抬，多人抬)

3在队列练习中保持正确的身体姿势，学会半面向右(左)看齐

1、面向右(左)看齐

2、跑几步,一脚蹬地踏跳,越过30厘米高的物体双脚落入沙坑或垫子

十四

1培养学生主动学习和集中注意力的能力,培养学生快速奔跑能力,发展反应速度、灵敏和协调素质,提高位移速度能力。

1、徒手操和舞蹈

2、走和跑

2体会急行跳远的正确动作方法,着重改进助跑与起跳相结合的环节动作以及踏板的准确度,发展灵敏、协调素质和弹跳力。

1、徒手操和舞蹈

2、跳跃

3培养学生投掷准确能力和增强上肢力量

1、模仿各种动物走

2、地滚球

十五

1使学生进一步掌握广播操的要领及动作,并保持正确的身体姿势小学生广播操1-4节(复习)

2、猜拳跨步比赛

2

1、半面向右(左)看齐

2、选择合适的踏跳脚进行跳远练习

1、韵律活动：身体动作组合练习复习与展示

2、发展攀爬能力的练习：攀爬绳架

十六

1培养学生快速跑的能力，发展灵敏、反应速度和位移速度能力；发展学生的上下肢、肩带和腹肌力量，提高协调用力能力。

1、向后转身快速跑30m

2、攀爬肋木架

2培养学生对投掷游戏和接力跑的兴趣，使学生积极，主动地参与到活动当中。

1、游戏：小小保龄球

2、各种方式接力跑(迎面)

1，学生广播操5-7节(复习)

2，双手持球从胯下向前抛球比远

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划 篇二

我所带的班级的学生大多数来自乡村中学，他们的体育成绩

参差不齐，有些同学的身体素质非常差，大部分同学没有养成自觉锻炼身体的习惯。存在的问题比较多，需待解决的问题也比较多，这些给本学期的教学带来了很大的困难。这些是这次计划制定的依据。所以总体本着严格要求学生，少批评，多鼓励，抓基础，促能力，由浅入深，注重培养学生锻炼身体的习惯。

根据以上的特点，在教学时进度尽量放慢些。课堂上主要教会锻炼的方法和技术，采取由浅入深的方法，循序渐进，课堂上教学主抓双基教学，要能力培养。多结合所学知识与社会实践相结合，让学生认识到学体育与健康课程的重要性。多结合体育人物和事物，让学生多了解体育的历史背景，激发学生学习体育与健康课的兴趣。

本学期教学内容为高中体育第一册：体育与健康基础知识、田径、体操、球类、武术等内容。学生虽然进入了高中，对体育与健康课程有了一定的了解，但学生学习体育与健康课的自觉性、主动性仍较差。为此，在教学中，要让学生从被动学习到主动去练习，提高学生的体育与健康素养。因此在教学中应注重能力的培养。

1、注重能力培养。根据新课程标准的要求注重培养能力。学习的过程就是能力养成的过程，不教学生读死书，而应教会学生如何学习。

2、遵循“教育要面向现代化，面向世界，面向未来”的战略思想，贯彻教育必须为社会主义现代化建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德、智、体、美、劳全面发展的社会主义事业的建设者和接班人的方针，以推进素质教育为宗旨，全面提高教学质量。

3、主抓“双基”教学。依据教学大纲要求进行教学，不搞过多的引申和推广，不增加学生的学习负担。

很多高中学校为了片面的追求学生的学习成绩，很少有开设体育课和健康教育课，或者只是高一开设，而高二以后就不开设了，这是不对的。国家在深化教育改革，这种教学方法应该改正，但是很多学校并没有意识到这个问题，还是以成绩为上的理论教授学生，这就需要我们的大范围宣传了。

教育好学生，提高他们的身体素质和我所要想的，不过这当然是有难度的，这当中有学校的原因，不开设课程或是开设的很少。还有学生方面的原因，很多学生并不愿意上体育课或是健康课，认为这是在浪费时间，不如上自习自己学习，这都是我多面对的困难。

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划 篇三

一个健康良好的体魄是要从小时候锻炼起来的，孩子们特别是男孩都好运动，但是他们的运动不一定是规律的有效的，要按照合理的计划来运动才能帮助孩子们的身体快速成长。下面是本站小编整理的五年级体育教学工作计划，希望对大家有所帮助！

一、学情分析：

本校小学五年级共四个班，本人担任五1、2、3班教学任务，五年级学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性有了一定的基础，基本学会与同伴合作学习，能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力；在主动参与体育游戏与活动。五1、3班学生运动能力较平均，五2班学生相对其他2个班级体育素质比较好，但存在着男、女的差异比较大，所以，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓广播操质量和课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

二、教材分析：

小学五年级体育教材以实践教材为主。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)、基本体操、小球类、技巧、游戏、地域性体育项目等基础项目，以便使学生跑、跳、投等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。

三、教学总目标：

1. 引导学生初步养成主动、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的兴趣，体验到体育活动带来的快乐。
2. 引导学生通过学习各项体育活动内容，获得一些运动和健康的基础知识；初步学习和体验运动的技术与技能，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，以及安全地进行体育活动的意识。
3. 引导学生通过体育教学活动，和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，促进身体全面发展，增强关注自己身体和健康的意识。
4. 引导学生学与练的过程中，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，并在一定的困难的条件下进行体育活动，养成克服困难等意志品质。
5. 引导学生形成活泼开朗、积极向上、团结合作、竞争进取等的精神，以及勇敢、顽强、尊重他人、遵守规则的意志品质。

四、教学要求：

每堂课教学，都应把学生的运动实践活动作为实现综合目标的载体，教学中要关注四个学习领域目标的达成。

教材的设计要把重点放在培养学生参与活动 and 主动、积极的学习态度上。教师在选择教材时，要在“趣”上做文章，发展学生体育基本活动能力。

在教学时教师应体现在引导、启发和帮助学生主动、积极、创造性地学上学习，给学生留与充足的自主支配、自由发挥的时间和空间，让学生学会自主学、自我表现、自我保护、自我评价；不仅学会动作方法与技能这一结果，也要掌握获地结果的过程。

教师在教学上时要注重学生个体差异。教师要根据学生的各种差异性适定教学目标、选择教学内容、教学方法，坚持面向全体学生，努力做到因材施教，使学生真正做到学习的主人。

一、教学目标

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、柔韧等素质的最佳发展阶段快要过去，力量、耐力等素质的敏感期。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：

- 1、创设个性发展和群体合作学习的良好环境。
- 2、留给學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。
- 3、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。
- 4、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具。

一、学生分析

小学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，让学生在學習过程中去探讨，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，了解自己的身體变化，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:

分腿腾越;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,三级跳远,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,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。

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划 篇四

以《学校体育工作条例》为指导,深入学习贯彻《国务院关于加强青少年体质的意见》(中央7号意见),以区教委体、卫、美科体育工作要点及镇中心小学工作计划为依据,以全面提高体育课堂教学水平、群体活动质量和竞技水平为重点,继续坚持“经常化、规范化、系统化、科学化”的管理,积极开展体育工作。加强“迎奥运阳光体育运动”项目的训练工作。

组长:王文林

副组长:张建新

组员：王海涛

各校主任

各校要认真学习、贯彻、落实《规矩与方圆》规章制度汇编中的体育工作管理制度，确保体育工作扎实有效地开展。

- 1、提高体育教师的政治思想水平，树立为体育服务的意识。
- 2、注重体育教师的业务培训工作，提高体育教师的业务水平，积极参加怀柔区体育教师基本功的比赛，争取成绩有所突破。
- 3、积极开展对体育教师运动技能的培训工作，以崭新的面貌迎接北京市对体育教师的技能考核工作。
- 4、努力提高体育教师的教科研水平，积极参加怀柔区教科研中心组织的各项论文的评选工作，争取在这方面有所突破。

- 1、进一步规范体育教研组活动，做到有计划、有记录、有体会、有总结，提高体育教研组活动的实效性。
- 2、建立适合我们山区体育科研的课题，认真完成课题的研究过程，争取有所突破，并做好结题的准备工作。

育活动”也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好“两操”“课外体育活动、大课间体育活动”更要促进学校的全民健身活动的开展。所以各班要认真抓好广播操和集体舞的训练工作，要做到人人参与，师生共练，培养全面发展的学生。重点是组织开展好各校的大课间体育活动，争取再上一个台阶，提高大课间活动的实效性，逐渐形成规模，形成各校的特色。

- 2、当天没有体育课的班级要组织课外体育活动，保证学生每天不少于一小时的体育锻炼时间。课外体育活动要做到有计

划、有安排、保安全、切实提高课外体育活动的实效性。课外体育活动班主任必须到场指导，确保活动中不出现安全问题。

3、进一步加强管理，做好怀柔区体卫科对各校体质健康标准检测成绩的专项抽查工作，要求各校体育教师认真完成体质健康检测的巩固练习工作，争取取得良好的效果。

1、进一步加强运动队训练的管理。

(1)运动队训练在做到有计划、有训练教案、有总结的同时，进一步加强对运动队训练教案的管理，提高运动队训练教案的科学性和实用性，期末各校运动队训练教案交至中心小学体育组。进一步加大运动队训练训练力度，积极备战区春运会(5月7、8日)争取优异成绩。

(2)在全镇范围内积极开展各项小型的体育单项比赛活动，主要以跳绳、踢毽子为主。最后组建校队参加怀柔区的比赛。

(3)各完小可自行组织好具有本校特色的一些以班级为单位的体育活动，要做到有计划、有组织、有小结。(活动资料保存以备查)

2、进一步巩固加强我镇三球项目的训练工作。

(1)各校在中、高年级中开展篮球赛活动。(要有方案、有记录)

争取培养2至3名篮球特长生，为我镇组建篮球队打下良好的基础。

(2)发挥中心小学足球的优势，做好训练工作，提高技战术水平，争取在比赛中再创佳绩。

(3)黄花城小学加强乒乓球训练，做到训练时间、场地有保障。继续组队参加怀柔区的比赛。

体育课的安全问题是我们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，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。

1、各校要安全使用各类体育器材，防止伤害事故发生。学期初各校对体育器材全面细致自查，消除安全隐患。

2、建立安全制度，分工明确，责任到人。

3、体育教师要高度重视体育教学中的安全工作，落实课堂教学常规和安全生产工作措施。

4、制定体育器材、设施管理制度。

主要活动安排

三月：

1、制定体育工作计划。

2、召开镇全体教师会议。

3、各项运动队的组建工作。

4、3月下旬组织区春运会选拔工作，区运会报名工作。

四月：

1、各校开展踢毽子、跳绳的单项赛。

2、迎接怀柔区教委对我镇体质健康的抽查工作。(4、5月)

3、各项裁判员重点培训工作。

五月：

1、参加北京市对我区体育教师专业技能考核工作。

2、参加怀柔区中小学春季田径运动会。

3、举办跳绳、毽子的小型单项赛。

4、镇级课间操评比工作，结合期中工作检查一并完成。

六月：

1、积极参加怀柔区体育课观摩和体育教师技能展示活动。

2、6月初开展全镇的篮球比赛，完成队伍的组建和报名工作。

七月

1、本学期的工作总结。

2、做好档案资料的整理工作。

3、积极参加怀柔区各项比赛活动。

(篮球、乒乓球、足球、毽子和跳绳)

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划 篇五

认真贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》及《学校体育工作条例》精神，牢固树

立“快乐体育”、“健康第一”的指导思想，推进体育课程的改革，认真做好体育教学工作，积极做好体育活动，坚持开展学生体育训练工作，本着“求实、创新、协作、奋进”的精神做好体育工作，力争在各项体育竞赛中争创佳绩。

1、深化体育（与健康）课程改革，立足课堂，扎扎实实上好每一节体育常态课，提高体育教学质量，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。

2、强化科研意识，积极参加各级各类组织的教研活动，及时总结，完成教研专题。

3、加大体育运动队训练力度，严抓训练质量，力争在县运动会中获得名次。

体育课教学从增强体质出发，加强课堂对基本技能和基础知识的教学，经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生的优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

1、认真备课，精心写好教案，认真上好每一堂课。

2、认真学习和贯彻课程标准，钻研教材，明确教学目的与任务，掌握教材重点、难点明确本科的教学任务、以及完成任务采取的教学原则、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。

4、在教学中，加强与重视基础知识和基本技能同时注意对学生能力的培养，努力完成体育五个领域的任务。

5、教学原则、教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据青少年的生理、心理特点及学生的实际情况，科学地安排好密度和运动量。

7、教学中要充分发挥体育委员、小组长及积极分子的作用，并经常做好对他们的培养和训练工作，使他们真正起到教师助手的作用。

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

9、加大课余训练力度，提高竞技水平在普及的基础上抓提高，注重运动队员全面发展，做好督促、沟通、协调工作，使运动队员在学习、思想、行为等诸方面全面发展。使学校体育工作健康发展。

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划 篇六

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。

1、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，引导学生建立新的学习方式。

五年级有四个班，学生约200余人，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，今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。

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。

跑是人的基本活动能力，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。

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。

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。

体操和技巧进一步提高学生队列和体操队型动作质量，学会滚翻、分腿腾越的动作方法，发展学生灵敏、协调性和自我控制能力，培养学生主动、勇敢、刻苦顽强的拼搏精神。

教材还根据儿童特点，安排一定数量的游戏和武术，利用游戏的过程和结果，激发学生积极性，提高学生对武术的兴趣和基本活动能力，培养学生崇尚武德的精神和积极进取，勇于开拓以及胜不骄、败不馁的优良品质。

1、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。

2、教研专题：本学期的教研专题“体育教学中培养学生创新能力”

3、集体备课、研究课、公开课的内容与时间安排

一至九周掷轻物***

十至十五快速跑***

十六至二十跳高***

- 1、全体学生要积极参加体育锻炼活动，遵守考勤制度，按时上课。
- 2、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。
- 3、参加期中和期终检测，督促学习。
- 4、采用直观教学方法，精讲多练，搞好“自主、综合、拓展、创新”研究。
- 5、教师处处以身作则，为人师表。
- 6、教研专题实验措施：

(1) 注重智力因素与非智力因素协调发展，寓教于乐，促进学生全面发展。

(2) 加强对实验课题的研究，定期举行听课，评课活动和专题研讨。

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划 篇七

20__至20__学年，我镇中心校在年度工作计划中明确提出要加强学校体育工作，要规范体育课的教学。本人这学期担任着五年级的体育教学工作，根据对这个班级的了解，深感责任重大，任务艰巨，因此，特制定本期工作计划。

一、班级概况：

五年级共有36人，其中男生15人，女生16人。这些孩子绝大多数喜欢体育运动，爱上体育课，但是，由于大部分年龄较

小，身高较低，加上以前的基础不太好，现在的力量、技巧都比较差，这是必须正视的事实。

二、本学期的主要工作任务：

1、技能技巧方面：学习掌握跳跃、投掷、奔跑等项目的'基本方法和自我锻炼常识。

2、力量训练方面：这些孩子在腹部肌肉力量、臂力和背负力量上以前锻炼都比较少，这是今期训练的一个重点。

3、速度与耐力方面：速度表现平平，耐力方面突出的有两位同学，要在这方面下功夫。

4、培养学生自觉锻炼的习惯，教给一些运动常识，培养克服困难的坚强意志力。

三、本期训练项目：

1、技能技巧方面：滚翻、接力赛、跳山羊、体操。

2、力量、速度、耐力方面：仰卧起坐，投掷实心球、垒球，跳绳、短跑、立定跳远、中长跑。

3、兴趣培养：游戏

4、学习常识：理论课。

四、完成教学任务的措施：

1、师生思想要重视体育课，保证学生上课时间。

2、合理精心安排锻炼项目。前半学期以活动量大的项目为主，后半期天气炎热，要安排活动量小的项目；在不能开展室外锻炼的课时内，要临时变换授课内容，安排成室内课。

3、教育学生在课外自觉锻炼。

4、在课堂内适当安排小比赛，评选“大力士”、“__冠军”激发学生上进激情。

五、进度安排：

第一周： 收心、常识教育。

第二周： 投掷实心球。

第三周： 仰卧起坐。

第四周： 立定跳远。

第五周： 100米短跑。

第六周： 投掷垒球。

第七周： 中长跑。

第八周： 接力赛。

第九周： 仰卧起坐。

第十周： 50米短跑。

第十一周： 中长跑。

第十三周： 跳山羊。

第十四周： 滚翻。

第十五周： 跳绳。

第十六、十七周：篮球

第十八周：综合考核。

五年级体育学期工作计划 小学五年级体育工作计划 篇八

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。

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。

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。

1. 根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具。