

# 周长的计算教学反思 周长教学反思(通用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！那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

## 五年级体育教学计划篇一

洗刷：7：00——7：10

体操：7：10——7：30

早餐：7：30——8：00

听力：8：00——8：30

抄单词：8：40——9：00

读语文书：9：10——9：30

自由活动：9：30——10：00(不许玩，不许玩电脑)

做数学奥数：10：00——10：15

读英语：10：20——10：30

做暑假作业：10：40——11：30

做家务：11：30——12：00

吃午饭：12：00——12：30

自由活动：12：40——1：00(不能打电脑)

做语文阅读题：1：00——1：30

做英语阅读题：1：35——2：00(包括写英语作文的时间)

眼保健操：2：10——2：15

休息(午睡)：2：30——4：00

画画：4：10——5：00

写作文：5：00——6：00

练行书：6：10——7：00

晚饭：7：00——8：00

自由活动：8：00——9：00

英语练习题：9：10——9：30

暑假作业：9：30——10：00

看书：10：00——11：00

自由活动：剩余时间(不能打电脑)

## 五年级体育教学计划篇二

我任教五年级三个班，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。

## 五年级体育教学计划篇三

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

## 五年级体育教学计划篇四

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。

2、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。

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誉感，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。

## 五年级体育教学计划篇五

- 1 跑：进一步学习50米跑的技术，摆腿积极，后蹬有力。动



作协调、自然。

2 跳 跃：进一步学习跳高的助跑技术，初步掌握过竿动作，培养向上跃起的'能力。

3投 掷：基本掌握助跑投垒球的方法，提高投掷能力。助跑引球，交叉上步转体挥臂动作连贯。

### \*\*\*校本内容测试

1 跑：培养途中跑正确姿势，学习撞线技术，动作轻松协调；基本掌握弯道跑技术，会合理分配体力，发展学生速度耐力素质。

2 跳 跃：基本掌握跳高的全过程，踏跳脚滚动落地，过竿时摆动腿脚尖内扣，身体左转。

3 投 掷：基本掌握推抛实心球的技术，提高投掷能力。

### \*\*\*校本内容测试

跑：

1 高抬腿跑、后蹬跑（1）

2 蹲踞式起跑（1）

3 途中跑（1）

4 30米加速跑（1）

5 60米快速跑（2）

6 400米跑（3）\*\*\*

7 1000—1200米自然地形跑走交替（2）

跳跃：1助跑单脚起跳摸高（3）

2跳高（1）

投掷：

1上步投掷垒球（3）\*\*\*

2单双手推抛实心球（2）\*\*\*校本内容测试

跑：

1 高抬腿跑、后蹬跑（1）

2 途中跑（1）

3 弯道跑（2）

4 终点跑（1）

5 60米全程跑（3）\*\*\*

6 400米跑（1）

7 1000—1200米自然地形跑走交替（2）

跳跃：

1助跑单脚起跳摸高（1）

2跳高（3）\*\*\*

投掷：单双手推抛实心球（3）

注：\*\*\*为考核 括号内为授课次数

\*\*\*校本内容测试

———攀爬、悬垂、支撑、滚翻、平衡

学会攀爬、悬垂、支撑、滚动等动作，发展力量素质，培养团结协作精神。

1、 有人扶持手倒立

2、 单挂膝悬垂

3、 前后滚翻

4、 分腿腾越\*\*\*

5、 侧手翻

6、 荡秋千

7、 悬垂

8、 游戏

———民族、民间传统体育教学

学会武术操和民间体育游戏，提高动作准确性和身体素质，增强民族自豪感。

1、 武术操

2、 斗鸡

3、 抓尾巴

4、 推小车

5、 踩高跷

6、 滚铁环

———体育与保健常识

理解人体卫生、体育保健知识，初步学会一些运动创伤预防和处理的简易方法。

1、 爬山郊游好处多

2、 田径运动的由来

3、 亚运会简介、体育欣赏

4、 体育锻炼对心血管系统的好处

5、 脉搏和血压的测量

6、 身体有病时不要剧烈运动

7、 运动损伤的预防

8、 关节扭伤的处理

9、 肌肉痉挛的处理

10运动中腹痛的处理

11、 体育欣赏

12低血糖症的预防

## 13 体育节有关知识

### ——快乐体育与情境教学等计划

培养学生快乐的学习，快乐的活动，集体参与体育，能积极参加体育活动，并能享受的运动后的快乐感，利用各大节日等教学情境进行教学，培养学生的兴趣。

- 1、 模仿庆六一活动
- 2、 祖国的生日
- 3、 体育节情境

### ——校本课程教学计划

了解校本课程的基本内容，掌握皮筋游戏的基本方法和作用，学会各种皮筋游戏，并和同伴合作完成比赛和教学活动，并能对游戏进行改编和延伸。

- 1、 各类游戏学会4——5种
- 2、 改编、延伸或创造1—2种皮筋游戏

## 五年级体育教学计划篇六

体育教学是学校教育工作的重要组成部分，在新的学期里，我本着全面贯彻党的教育方针，全面推进素质教育，以新课改为标准将本学期的体育教学工作计划 如下：

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，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。

## 五年级体育教学计划篇七

### 1、指导思想

在《新课程标准》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。

### 2、教学目标

(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

3、新课程体育教学具有“健康第一”的指导思想。学校体育是以“增强体质为中心”，比较忽视心理健康和社会适应这两个健康维度，而新课程是一门综合性的学科，是以促进学生身体、心理和社会适应能力整体健康水平的提高为目标，健康不仅是没有病或不虚弱，而且是生理、心理和社会等方面都处于良好的状态。而体育与健康新课程的全面实施将加快学校向“健康育人”的终身体育观念转变的步伐，明确指出了“健康第一”的指导思想，着眼于普遍提高全体学生的体质水平、促进身心的和谐发展与提高学生社会适应能力，完善以“动”为主的课程体系和身体素质、心理素质 and 适应社会能力“三维健康”的课程目标指向，培养学生的创新能力和实践能力，更好的推动素质教育在学校全面实施。

4、主体地位真正确立，被动学习方式逐渐减少。在体育教学中，学生是主体，教师是主导已不是现代教学的模式，学生自主学习、探究学习、合作学习等方式更受重视，因而教师要摒弃就教而教的观念，使学生由被动的、静态的学习；转变到主动的、动态的学习，发扬学习的主动精神、自主意识，体现学生的主体作用，把学生学习的主动权交给学生，学生的主体作用才能得以发挥。而学生的主体意识经常会处于不稳定阶段，有的学生由于缺少学习体育的良策及刻苦精神，往往屡遭挫折，使自己的情绪低落，进取心减弱，甚至自暴自弃，不想学习，这时教师应努力从“教”的角度去唤起，比如说可以教材简单化、细微化，增强学生“学”的意识，使学生由潜在的发展主体转变为现实的发展主体，教师应总结教学经验，让学生知晓体育学习的目标，并制定适于学生各种特点的学习策略，鼓励学生自觉克服困难、主动参与锻炼，在练习中发现自己的潜能，产生学习和发展的内在动力，使自己成为体育教学的主体。当然，体育教学中教师的教，学生被动的学并不是不行的，而应是传授式的教学方式在减少，即使存在被动的学习也是为将来更主动学习。

1、我任教五年级三个班，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。

2、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。

3、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。

1、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具。

2、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。

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、认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核和评定，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。教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培养。