

小学武术教学计划表(实用5篇)

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。计划书有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇计划呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

小学武术教学计划表篇一

星期四下午，阳光灿烂，我们就要参加武术操比赛了，我是心“怦怦”地跳个不停。下午第一节课，我们就穿着绿色的校服，挂着鲜艳的红领巾，穿着白球鞋，在教室里练武术操。时间过得真快，第二节课很快就到了。比赛开始了，我们在操场上排成四列纵队，王伟波叫：“起步走”，我们就一边叫口令一边走到自己的位置上站着。

我们毕恭毕敬地站着一动不动。我想：我们一定要好好做，得第一名。音乐响起，我们整整齐齐地做着武术操。做得很熟悉。做好后我们就喊着口令退场了。我如释重负，我多么希望我们班能得第一名。

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](#)

小学武术教学计划表篇二

一、指导思想。

总结去年我校开展武术教学训练工作的经验，以培养我区武术后备人才为目的，想方设法改善训练环境，狠抓日常训练，重点加强我校武术后备力量的建设，促使我校武术训练工作迈上一个新台阶。

二、完善机制，形成合力，减少阻力。

完善我校开展武术运动领导小组，组长为刘主任，负责全面统筹学校的武术工作，指导教师为罗智，负责监管和协调武术工作并组织和开展日常的武术训练工作，组员为各班主任，负责动员和鼓励学生积极参与武术运动，引导学生处理好训练与学习的关系，协助做好家长的思想工作。

三、完善工作方法，提高训练实效。

1、训练做到有计划有总结。

2、保障训练时间。坚持上课期间每天训练，训练课每天保证至少一小时的训练时间。

3、坚持训练的系统性。结合我校的实际情况，坚持以基础训练为主，以技术训练为辅，以技术巩固基本功，以基本功促进技术的发展。

4、在人员的培养方面要注重梯队的衔接，避免出现人才的断层。

5、以武德的培养放在训练的首位，以意识形态促进技术水平的提高。

6、重视对外交流，取长补短，开阔学生的视野。今年准备组织学生几次交流训练。

7、重视学生处理多项事情的能力的培养，以达到训练与学习双赢的局面。

8、搞好各方关系，争取更多的支持。训练期间注重搞好与班任的关系、与学生及其家长的关系、与各级领导的关系，使各项训练工作能顺利进行。

9、选好苗子，打好基础，积极输送更多的武术人才。

10、积极参加各级武术赛和各种表演活动，本学期特别是做好四月分的课题中期验收、六月份的家长开放日表演。

四、本年度的教学内容

1、课前准备：徒手操

2、五步拳

3、少林长拳

五、根据上级要求和学校实际，制订各月份的工作安排。

4月份：学习比赛内容，强化训练，迎接学校课题中期验收展示；

5月份：做好参加学校武术比赛工作，加强日常训练；

6月份：做好家长开放日的展示工作。

小学武术教学计划表篇三

熟练简单的武术套路、增强孩子对运动的兴趣、增强孩子体

质、完成期望的武术难度动作和提高孩子的运动能力。

教学环节

实行快乐教学，主要以游戏，互动为主。

课程设计注意事项：

- 1、内容是否适合孩子学习。
- 2、强度是否适合孩子身体情况(比如：孩子的心肺功能发育部过完善，强度不能过大。)
- 3、内容的是否能和预期的目标一致。

教学评估

- 1、考察是否完成制定的教学短期目标；
- 2、考察身体素质是否有提高；
- 3、制定课前身体素质检测参数和短期身体素质检测参数；
- 4、学期总结。

小学武术教学计划表篇四

时间如梭，转眼间又跨过一个年度之坎[20xx]的脚步声已经离我们远去。一年来，在院长的正确领导下，在同事的关怀、支持和帮助下。全面高效的完成了的各项本职工作，履行了一个基层乡村医生应尽的义务与责任。现将本年度的如下：

作为一名医务工作者，本人平时注重强化作风纪律观念，严于律己，能够认真落实各项规章制度，以条令条例和规章制

度为依据，用正规有序的工作环境来促进个人行为素质养成和捉高，坚持从小事做起、从我做起，持之以恒的把强制性的规定、被动式的服从转变为自觉行为，坚决避免和克服工作中拖拉疲沓、浮躁松垮和差错误漏现象，做到工作之前有请示、完成工作有汇报，踏踏实实、一步一个脚印的提高自控能力，做到坚持原则，按规章制度办事。

医学是门博大精深的科学，深知自己的不足，为此，我一方面加强理论学习，一方面从其他途径了解和学习医学知识，积极参加院内和院外组织的多种学术活动，不断吸取医学的新知识和新进展；在工作学习期间，积极参与科室的业务学习并讨论发言，提出自己的见解；在科室主任、老师的指导下，积极参与外科病人的诊治工作。

在各种手术操作中，严格遵循医疗常规，认真仔细，从不违规操作。通过自己的努力学习和科主任及老师们悉心教导，我更加熟练掌握了外科常见病、多发病以及一些罕见病的诊断和治疗，手术中应急处理和围手术期的处理方案。通过不断学习，我健全了自己理论水平，完善了自己的知识结构，丰富了自己的临床经验，增强了自己的服务意识。

严格按照市局、县局的工作要求，抓好“预防为主”这条主线，坚持开展预防为主的工作方针，再辅以门诊治疗工作，严格、准确不漏的记录门诊逐日登记册。准确及时上报和登记发现的传染病，把健康教育工作融入到日常的门诊工作之中，使广大的老百姓易于接受这种言传身教的模式，让更广泛的老百姓掌握健康生活的相关知识。认真开展门诊工作，举止庄重，态度和蔼，工作服穿戴整洁。

再见20xx[]20xx年我会带着医者赤诚之心继续为乡村百姓服务，坚守自己的岗位！

文档为doc格式

小学武术教学计划表篇五

课外兴趣小组在于培养学生的兴趣、爱好，并增加学生的课外知识，提高一定的技能，丰富学生的课余文化生活，为今后培养武术人才起着积极推动的作用。

通过兴趣小组的活动，使学生的武术特长得到更好的发展，进一步了解武术的基本知识与技能，培养学生的运动能力。

武术兴趣小组是课堂教学的补充和延伸，与课堂教学相比更加具有灵活性和可塑性，因而学生非常喜欢参加。但是它比较容易受到其他活动的限制和冲击，学生往往不能有始有终，保质保量地坚持到底。要办好武术兴趣小组指导教师必须根据学生的具体情况有计划有目的地进行，将武术兴趣小组办的有声有色。

(一) 组织健全武术兴趣小组

1、武术兴趣小组参加这次兴趣小组的人员除了自愿以外，或是体育方面比较有特长的学生。活动要固定，而且不能轻易暂停，除了特殊情况外。做到精心计划，精心备课，精心上课，这样才能保证兴趣小组的深度、广度和力度。

2、每周五下午活动课要求学生练好基本功，包括武术手型、步型的练习。

(二) 具体计划小组活动内容

学的多不如学的精，所以指导教师应该给学生制定具体的学习内容，而这次的兴趣小组学习的内容主要从基础方面着手，以套路为主，基础课程为辅。所以，小组具体的活动内容分为三个：

1、重点辅导学生套路方面的学习。

2、重视基础方面的学习，从而来解决课堂中难以解决的疑难问题；

3、指导学生从事套路学习，培养学生的观察能力和热爱生活的习惯。

(三) 定期举办学生作品展览

举办武术交流、回顾、总结学习成果，可以为学生提供表现自己实力，增强自信心。作为教师则要精心指导，严格把关。对于一些才华出众、个性鲜明的同学应鼓励。

1、培养学生对武术运动的兴趣，鼓励参与该项运动，。

2、掌握武术项目的基本动作，至少掌握1套拳术套路，并通过参与武术专项锻炼，提高体能。

3、了解并运用部分武术运动规则和科学锻炼身体的方法，能够欣赏武术比赛、自觉的自我锻炼。

4、进一步强化武术运动兴趣，能够主动参加课外练习，提高套路的动作规格和演练水平。

5、掌握并利用武术运动的特点，科学地锻炼身体，参与教学比赛、表演，制定自我训练计划。

第一周 基本手型：拳、掌、勾。

第二周 基本步型：弓、马、仆、虚、歇步。

第三周 复习基本手型、步型。

第四周 基本功：冲拳、亮掌、正踢腿 。

第五周 基本功：侧踢腿、里合、外摆、弹腿。

第六周 武术操。

第七周 复习正踢、侧踢、里合、外摆、弹腿。

第八周 单拍脚，腾空飞脚。

第九周 武术操。

第十周 基本功：五步拳起式及1动。

第十二周 基本功：学习五步拳2动。

第十三周 基本功：学习五步拳3动。

第十四周 基本功：学习五步拳4动。

第十五周 基本功：学习五步拳5动。

第十六周 基本功：学习五步拳6动。

第十七周 基本功：学习五步拳7动。

第十八周 基本功：学习五步拳8动。

第十九周 基本功：复习五步拳。

第二十周 基本功：五步拳总复习。