

2023年五年级体育教学计划(优秀7篇)

时间流逝得如此之快，前方等待着我们的的是新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。我们该怎么拟定计划呢？以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

五年级体育教学计划篇一

- 1、以《校园体育工作条例》为校园体育工作的基本法规。
- 2、以素质教育全面深化教育改革。
- 3、以科学的管理促进校园体育的全面健康发展。
- 4、逐步探索科学的管理体系，全面贯彻落实《条例》
- 5、继续以教科研为先导，深化教学改革，全面推进素质教育。
- 6、争创校园的体育特色，培养合格+特长的学生。

1、不断健全科学的管理体系

今年我校将继续去年的体育领导小组，使体育工作管理构成网络化。即校长体育分管校长分管教导体育教研组长各体育教师各班班主任和学生。实行各级逐步下达计划，再实施，最后总结的工作流程。在工作中不断调整管理体系，力争使今年的体育管理工作做到了常规化、制度化、科学化。

2、常抓六认真

今年将继续开展体育教学工作八认真，使之构成常规，做到检查与不检查一个样，体育教师要注意学生的安全，力争本无意外事故。体育教师要严格对照《教学工作常规十条》和

《师德规范》以及《体育教师岗位职责》上的.要求开展教学工作,杜绝了体罚与变相体罚。

3、搞好教科研

为了进一步做好体育教学的改革工作,除了每月一次的体育工作例会和每两周一次的教研活动外,每月开展一次教科研例会,教师务必写好课题计划与研究卡,平时在教学实践中能围绕课题进行经常性的探讨。校园将在可能的前提下,组织体育教师到体育工作做得扎实的兄弟校园进行参观、学习。

4、抓好课外活动

(1)、今年继续抓好学生新的室外操,进一步规范眼保健操,并于10月份举行全校广播操比赛。

(2)、做好一年一次的五项身体素质测试,做好登记、分析和总结工作。五项身体素质测试项目:50米、50米8、立位体前屈、斜身引体(男)、仰卧起坐(女)、立定跳远。

(3)、做好一年一次的达标工作,做好登记、分析和总结工作。达标的项目:10米4、1分钟跳绳、立定跳远、掷实心球、1分钟仰卧起坐。

(4)、校园召开一年一次的春季田径运动会。

(5)、全面开展冬季三项活动,在市级冬季三项赛中力争前三名。

(6)、根据校园的特点与教师的特长,每个年级组织一个校级田径队和一个球队:运动队每周一、三、五务必训练1.5小时,在9月份的市田径运动会和1月份的冬季三项赛等比赛前夕进行必须时间的集训,比赛成绩要求比去年有提高。另外,在学生平时的活动中,教师应及时发现好苗子,组建了

运动队梯队。在训练中，教师不仅仅要抓训练、又要抓学生的思想，一有问题应及时与学生谈心、与家长联系、向领导反映。

今年校园将为器材室新添了一些器材，以确保体育课和运动队训练的正常开展，逐步使我校的体育场地、器材到达国家标准。

体育工作具体安排状况：

一、3、4月份完成全校五项身体素质测试工作，5月份完成登记、分析和总结工作。

二、5、6月份完成全校达标测试工作，6月底完成登记、分析和总结工作。

三、4月底校园召开校春季田径运动会，4月初开始编写次序册，5月份总结。

四、上半年用心准备体育资料。

五、举行一些小型运动比赛：3月：1分钟仰卧起坐

4月：

5月：立定跳远

6月：50米

五年级体育教学计划篇二

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。

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。

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。

五年级体育教学计划篇三

学习阶段：水平三

学习目标：主动观察和评价同伴的运动动作

学习内容：广播操《雏鹰起飞》踢毽短绳

学习步骤：

一、复习、巩固，掌握技能

教师活动：1、组织队列原地三面转法的练习

2、提出广播操《雏鹰起飞》的练习要求

3、组织集体的练习

4、组织2~4人一组的自主的练习

5、巡回指导，纠正错误动作

学生活动：1、在教师的指导下进行三面转法的练习

2、认真的进行广播操的练习

3、2~4人为一组进行自主的练习

组织：

二、合作探究、掌握技能

重点：学会踢毽的动作和短绳的双飞

难点：能很熟练的完成踢毽和双飞的动作

教师活动：1、提出练习踢毽的要

2、组织2~4人一组的自主的练习

3、组织一分钟的踢毽比赛

4、组织广播操的小组表演

5、提出短绳的练习要求

6、组织短绳的小组的练习

7、组织45秒的短绳比赛

学生活动：1、2~4人一组自主的进行练习

2、积极的参与到踢毽的比赛，争取自己的最好成绩

3、大胆的参与到广播操的表演中去。

4、认真、努力的进行短绳的练习

5、在比赛中争取发挥自己的最好成绩

组织：

三、相互帮助，进行放松

教师活动：1、提出相互帮助，进行放松的要求

2、组织进行两人一组的互帮式放松练习

学生活动：1、热情的，积极的帮助同伴进行放松练习。

组织：散点

场地器材：田径场

课后小结：广播操的动作要比上学期到位、但是节奏的掌握好不是很好、同学们的短绳水平有了提高。个别同学的双飞能力提高了。

学习阶段：水平三

学习目标：在复习巩固中掌握技能

学习内容：广播操踢毽短绳

学习步骤：

四、队列练习、养成正确的生活姿态

教师活动：

- 1、提出队列练习的要求
- 2、组织队列练习
- 3、帮助纠正错误的动作

学生活动：1、明白队列练习的意义

- 2、积极的投入到队列中去
- 3、在教师的帮助下相互纠正错误的动作

组织：

五、合作探究、掌握技能

重点：能够把广播操的动作做到位

难点：踢毽盘踢时的动作的协调性

教师活动：

- 1、提出广播操的练习要求
- 2、组织学生进行自主的练习
- 3、组织学生跟随音乐进行练习
- 4、组织小组的广播操展示
- 5、提出踢毽的练习要求
- 6、组织学生进行练习
- 7、提出短绳的练习要求
- 8、组织学生进行短绳的练习

学生活动：

- 1、小组的自主练习广播操
- 2、跟随音乐进行练习
- 3、积极的参与小组的展示活动
- 4、相互帮助掌握毽子的盘踢
- 5、刻苦的练习，提高短绳的成绩

组织：

场地器材：

课后小结：个别同学的动作协调性很差、同学们的盘踢的水平大幅度的提高了第3课时授课记录：

学习阶段：水平三

学习目标：相互帮助，提高技能

学习内容：长绳短绳

学习步骤：

六、队列练习、提高学生兴趣

教师活动：

- 1、教师提出队列练习的要求。
- 2、组织齐步走的队列练习
- 3、组织反口令练习

学生活动：

- 1、认真、积极的完成齐步走的队列练习
- 2、完成反口令的队列练习

组织：

七、合作探究、掌握技能

重点：能够很熟练进行短绳练习

难点：在练习的过程中能很好的衔接

教师活动：

- 1、提出长绳的练习的要求
- 2、分发长绳、分组别、指定场地
- 3、组织练习
- 4、组织进行3分钟的长绳练习。
- 5、提出进行广播操的复习
- 6、组织广播操的练习
- 7、讲解“拉马”的练习方法
- 8、组织2人一组的拉马练习
- 9、组织50次短绳的练习
- 10、进行一分钟的短绳练习

学生活动：

- 1、认真的完成长绳的练习，提高和同伴的连接能力
- 2、积极的参与到3分钟的练习

五年级体育教学计划篇四

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

五年级体育教学计划篇五

(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、五年级学生安静时脉搏均值比四年级相对减少；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，12岁以后差距逐渐加大，男生大于女生。

3、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。

6、五年级学生的心脏仍属于小学生的特点，脉搏频率较快，但心脏发育十分显著，已接近中学青春期的特点。因此，适当加大运动量，会使学生的心脏容积和心脏功能得到显著发展。

7、11---12岁的学生脑的重量已接近成年人的水平，大脑活动的机能也有显著提高，大脑兴奋机能也增强了，11---12岁平均睡眠9小时即可。

(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。

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。

4、五年级学生已从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡，但仍然是同直接与感性经验相联系，仍然具有很大成分的具体形象性，仍习惯于模仿实际动作。因此，需加强启发式教学，发展学生比较、分析，综合思维的能力。

5、女生在一起活动开始注意性别界限，。男性女性的性别特点明显地表露出来。集体意识显得强烈，与其他小组的对抗意识越来越强，喜欢与同学协作参加竞赛性的练习，愿意练习竞技运动中的一些基本动作，但仍十分喜欢游乐性、趣

味性、活动性游戏。

6、自我评价意识逐步得到发展，愿意摆理由讲道理，智力和体力相结合能力得到发展，对老师的行为敢提出批评意见，对老师不公正的处理会有不满的表现。不愿违反规则，十分重视约定事项。

五年级体育教学计划篇六

计划一：

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和主动、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。

计划二：

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，让学生在学习过程中去探讨，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:

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。

五年级体育教学计划篇七

五年级学生的生理、心理特点

（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、五年级学生安静时脉搏均值比四年级相对减少；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，12岁以后差距逐渐加大，男生大于女生。

3、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。

6、五年级学生的心脏仍属于小学生的特点，脉搏频率较快，但心脏发育十分显著，已接近中学青春期的特点。因此，适当加大运动量，会使学生的心脏容积和心脏功能得到显著发展。

7、11---12岁的学生脑的重量已接近成年人的水平，大脑活动的机能也有显著提高，大脑兴奋机能也增强了，11---12岁平均睡眠9小时即可。

（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。

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。

4、五年级学生已从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡，但仍然是同直接与感性经验相联系，仍然具有很大成分的具体形象性，仍习惯于模仿实际动作。因此，需加强启发式教学，

发展学生比较、分析，综合思维的能力。

5、女生在一起活动开始注意性别界限，。男性女性的性别特点明显地表露出来。集体意识显得强烈，与其他小组的对抗意识越来越强，喜欢与同学协作参加竞赛性的练习，愿意练习竞技运动中的一些基本动作，但仍十分喜欢游乐性、趣味性、活动性游戏。

6、自我评价意识逐步得到发展，愿意摆理由讲道理，智力和体力相结合能力得到发展，对老师的行为敢提出批评意见，对老师不公正的处理会有不满的表现。不愿违反规则，十分重视约定事项。

，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：

一、教材分析

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。

二、教学目的

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。

三、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、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

小学五年级体育教案

第 1课时：

学习阶段：水平三

学习目标：主动观察和评价同伴的运动动作

学习内容：广播操《雏鹰起飞》 踢毽短绳

学习步骤：

一、复习、巩固，掌握技能

教师活动：1. 组织队列原地三面转法的练习

2. 提出广播操《雏鹰起飞》的练习要求

3. 组织集体的练习

4. 组织2~4人一组的自主的练习

5. 巡回指导，纠正错误动作

学生活动：1. 在教师的指导下进行三面转法的练习

2. 认真的进行广播操的练习

3. 2~4人为一组进行自主的练习

组 织：

二、合作探究、掌握技能

重 点：学会踢毽的动作和短绳的双飞

难 点：能很熟练的完成踢毽和双飞的动作

教师活动：1. 提出练习踢毽的要

2. 组织2~4人一组的自主的练习

3. 组织一分钟的踢毽比赛
4. 组织广播操的小组表演
5. 提出短绳的练习要求
6. 组织短绳的小组的练习
7. 组织45秒的短绳比赛

学生活动：1. 2~4人一组自主的进行练习

2. 积极的参与到踢毽的比赛，争取自己的最好成绩
3. 大胆的参与到广播操的表演中去。
4. 认真、努力的进行短绳的练习
5. 在比赛中争取发挥自己的最好成绩

组 织：

三、相互帮助，进行放松

教师活动：1. 提出相互帮助，进行放松的要求

2. 组织进行两人一组的互帮式放松练习

学生活动：1. 热情的，积极的帮助同伴进行放松练习。

组 织：散点

场地器材： 田径场

课后小结：广播操的动作要比上学期到位. 但是节奏的掌握好

不是很好. 同学们的短绳水平有了提高。个别同学的双飞能力提高了。

第2课时授课记录:

学习阶段: 水平三

学习目标: 在复习巩固中掌握技能

学习内容: 广播操 踢毽 短绳

学习步骤:

四、队列练习、养成正确的生活姿态

教师活动: 1. 提出队列练习的要求

2. 组织队列练习

3. 帮助纠正错误的动作

学生活动: 1. 明白队列练习的意义

2. 积极的投入到队列中去

3. 在教师的帮助下相互纠正错误的动作

组 织:

五、合作探究、掌握技能

重 点: 能够把广播操的动作做到位

难 点: 踢毽盘踢时的动作的协调性

教师活动：1. 提出广播操的练习要求

2. 组织学生进行自主的练习

3. 组织学生跟随音乐进行练习

4. 组织小组的广播操展示

5. 提出踢毽的练习要求

6. 组织学生进行练习

7. 提出短绳的练习要求

8. 组织学生进行短绳的练习

学生活动：1. 小组的自主练习广播操

2. 跟随音乐进行练习

3. 积极的参与小组的展示活动

4. 相互帮助掌握毽子的盘踢

5. 刻苦的练习，提高短绳的成绩

组 织：

场地器材：

课后小结：个别同学的动作协调性很差. 同学们的盘踢的水平大幅度的提高了 第 3课时授课记录：

学习阶段：水平三

学习目标： 相互帮助, 提高技能

学习内容： 长绳 短绳

学习步骤：

六、队列练习、提高学生兴趣

教师活动： 1. 教师提出队列练习的要求。

2. 组织齐步走的队列练习

3. 组织反口令练习

学生活动： 1. 认真、积极的完成齐步走的队列练习

2. 完成反口令的队列练习

组 织：

七、合作探究、掌握技能

重 点： 能够很熟练进行短绳练习

难 点： 在练习的过程中能很好的衔接

教师活动： 1. 提出长绳的练习的要求

2. 分发长绳、分组别、指定场地

3. 组织练习

4. 组织进行3分钟的长绳练习。

5. 提出进行广播操的复习

6. 组织广播操的练习
7. 讲解“拉马”的练习方法
8. 组织2人一组的拉马练习
9. 组织50次短绳的练习
10. 进行一分钟的短绳练习

学生活动：1. 认真的完成长绳的练习，提高和同伴的连接能力

2. 积极的参与到3分钟的练习

一、教材分析

根据新课标和教材要求、五年级的各项内容，主要以快速跑、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。 本学期教学进度如下：

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
- 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