# 2024年小学武术操教学计划表(三篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-08-18

*光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。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!小学武术操教学计划表篇一我校自开展武术教学至今,从锻炼同学的自身素质出发,培养学生的武...*

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。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!

**小学武术操教学计划表篇一**

我校自开展武术教学至今,从锻炼同学的自身素质出发,培养学生的武德和双基能力，为同学们的身体体能着想,主要以加强学生的体能训练,技能训练,进行心理素质培养,和团队精神的培养，提高团体荣誉感，力争达到心理过硬，思想过硬，动作准确。

体能训练是本学期的重要内容，通过这学期的体能训练，目前学生整体素质差，双差生较多，肥胖生较多，新生也比较多。根据实际情况加强学生的基本动作练习，完善学生的各项身体素质，力争全体学生参加,并且对训练的内容能够积极的完成，达到很好的效果。

在基本训练方面，从拳法、腿法、收身、对学生进行了相应的训练，在训练中不能够达到要求的同学进行了特别的训练，并且对其减慢了学习进度。

在组合训练方面,加强基本练习,提高组合训练,力争在本学期实现大部分学生基本动作过关,一部分学生掌握组合动作。

训练中本着因材施教,注意对肥胖学生的训练。争取把武术操做的更加有生机、更加有活力。我们会弥补以往的工作中的缺点和不足,与时俱进、开拓创新、一同创造一个属于我们尚小学生自己的明天。训练内容具体如下：

一、武术操的精神主要是内在和外在的气质，要从眼神中迸发出他们体内精神信息，并提高他们们的团队意识，增强团队精神。

二、武术操的动作，全套的动作要求流畅有力，听音乐要由节奏感，动作要由连贯性。

三、动作训练原则上三周完成，两周配音，两周锻炼队列与队形的配合。

**小学武术操教学计划表篇二**

一切为了学生，为了每一位学生的发展”已牢记在每一位教师的心中，为此新课程下的课堂教学，既要师生互动起来，又要提高课堂教学的实效性。提高课堂的实效，就是在课堂40分钟获得最大的效益，让每一位学生都收益，达成教学目标即知识、能力、过程、方法、情感态度、价值观。让不同层次的学生也有不同的收益，课堂真正成为学生学的主阵地，学生参与课堂活动的态度和程度决定了课堂实效，做为教师提高课堂教学的实效性，就是要实现学生在课堂上思维总量的最大化。这就要求教师要对一节课的.教学的前前后后做一个完备的统筹安排。为积极推进“高效课堂”的研究，提高课堂教学的实效性，努力达到教学高效率与高效益的有效结合，现就实践高效课堂做如下计划:

我们要在不断推进教学课堂改革的进程中不断推动教师观念的转变，进而转变教师的教学方式，逐步消除教师讲的过多，学生参与较少的情况。

只有课前精心准备，在课堂四十分钟里才能经受住学生的考验，才能有课堂上的高效引导与动态生成，才能在课堂上游刃有余，否则，教师只会在课堂上应接不暇，手脚忙乱。

(一)研读教材，定准目标。

新课标教材给教师和学生提供了广阔的空间，在“用教材教”的理念指导下，教师需要在课前对教材有一个全面、深度、系统的解读，包括教材的每一个信息窗，每一句揭示语，每一个练习，把握好教材设置的意图和内容体系，定准教学目标，然后根据学生的实际对教材作出合理、适度的加工与处理。

(二)备好学生，抓好突破。

“学生走进教室并不是一张白纸”。新课标指出，教学活动必须建立在学生的认知发展水平和已有的知识经验基础之上。

在真实、常态的课堂教学中，有些教师所提的问题本身就有问题，无效问题、假问题、无价值问题充斥课堂，教师的很多提问耽误了学生宝贵的课堂学习时间，影响了课堂教学效率的提高。因此，教师要高效地完成课堂教学任务，就必须注重对课堂提问的研究，所提的问题必须是有价值的、有启发性的、有一定难度的，整个课堂的问题设计必须遵循循序渐进的原则。

课堂上，有的教师刚给学生提出问题，学生还没来得及思考，就马上要求其回答，这样不仅浪费了学生课堂思考的时间，而且有效性很差。因此，要给学生一定的思考时间和思维空间，要减少“讲与听”，增加“说与做”，尝试“教与评”。教学过程中及时评价学生，不敷衍，要学生体会到老师的真心实意，建立和谐师生关系。

现阶段，大班额的班级授课制也是课堂教学效率难以提高的一大原因。在小班化教学难以推行的现实条件下，在班内实行小组互助学习可以说是一个最佳选择。

构建高效课堂已经是我们迫在眉睫的任务，希望在我们全方位的努力下，不断探索，最终达到优质的高效课堂，达到师生双赢!

**小学武术操教学计划表篇三**

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。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找