

体育老师教学工作计划 (35 篇)

体育老师教学工作计划 (精选 35 篇)

体育老师教学工作计划 篇 1

一、指导思想

- 1、以《学校体育工作条例》为学校体育工作的基本法规。
- 2、以素质教育全面深化教育改革。
- 3、以科学的管理促进学校体育的全面健康发展。

二、总体目标

- 1、逐步探索科学的管理体系，全面贯彻落实《条例》。
- 2、继续以教科研为先导，深化教学改革，全面推进素质教育。
- 3、争创学校的体育特色，培养“合格+特长”的学生。

三、具体工作

- 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，使体育工作管理形成网络化。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”，使之形成常规，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，每个体育教师继续参加了苏州市级主课题《培养体育舞蹈人才的`实践研究》的课题研究，每月开展一次教科研例会，教师必须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。学校将在可能的前提下，组织体育教师到体育工作做得扎实的兄弟学校进行参观、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)学校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) 根据学校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：六年级田径队由龚雁江负责，兼带男子排球队；五年级田径队由朱静燕负责，兼带女子排球队；四年级田径队由管向荣负责，兼带男子篮球队。另外由邵军老师负责全校的男子足球队。运动队每周一、三、五必须训练 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一定时间的集训，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。

四、确保经费，进一步完善场地和器材

去年我校建成了 200 米的塑胶操场，使得学生的活动场地成为全市第一流，又配备了专门人员看护操场，制定了操场的管理制度；今年学校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、器材达到国家标准。

体育工作具体安排情况：

1、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。

2、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。

3、4月底学校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。

4、上半年积极准备体育资料，迎接苏州市两个条例的验收。

5、举行一些小型运动比赛：3月1分钟仰卧起坐

体育老师教学工作计划 篇2

一、教材分析

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，主要的内容以快速跑、耐久跑等为主，其次、以蹲距式跳远、上步沙包掷远及基本体操知识为主，并加大对1分钟跳绳的练习力度。

二、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。

三、教学重点、难点分析

根据新课标和教材要求、六年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐为主要内容，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。

四、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。

5、游戏和韵律操

学习基本的舞步动作组合

五、评量方式：

1、上课学习态度(包含穿运动服)30%

2、技能测验(包含毽子羽球足球篮球毽球) 40%

3、健康常识测验 30%

六、时间安排略

体育老师教学工作计划 篇 3

一、教学研讨方面：

实事求是与开拓创新并举，除了定期组织开展校内教研活动(集体备课、同课异构等)、校外教研活动(各种评比、校级交流)，结合分校新教师岗位能力提升和培养的需要，积极组织专业技能基本功训练和展示，教学能力测评。通过自我提高、互帮互助、集体参与的方式，强化专业素质。

二、大课间活动组织与实施：

进一步推进 20__版大课间特色操的推广和训练工作，同时整合原有的大课间活动形式，达到每天大课间一操一舞一练(一套自编操、一套自编体育舞蹈、一次课课练)。具体的活动形式可根据学段和年龄特征、学生接受水平和运动技能掌握规律，选择和改变 1&5 项活动内容，进行年级组轮换练习(每天一个班)。

三、阳光体育平台建设和发展：

进一步做好阳光体育平台的建设，学生的喜闻乐见的运动项目的开发和拓展，纳入课间游戏活动中，开发现有有的体育器材，组织课间小游戏评比。与学校社团活动相结合，动员学生积极参与体育平台的建设好管理工作中，进一步丰富课间体育文化生活。

四、阳光体育活动一小时活动：

利用作业班时间，充分调动学生的特长和爱好，通过体育教师的参与指导和帮助，成立体育俱乐部，组织部门由学生竞选担任，创造平台让学生自主管理。

五、1+4 校本课程的开发和实施：

进一步更新教育教学理念，结合学校办学理念，扎实推进 1+4 校本课程，做到体育老师的主阵地，做好学段教学设计(单元教学计划)和进度安排，以校本课程为着力点，积极开展校本小课题研究，例如：高年级拓展课程的设计与实施，促落实。

体育老师教学工作计划 篇 4

一、指导思想

贯彻科学发展观，以服务为宗旨，以学生能力素质提高为本位，以全国、省、市职教会议精神为指针，以《学校体育工作条例》作为准绳，推进素质教育，大力推进课程模式、结构和内容的改革，推广实施《国家中学生体质健康标准》，开拓进取，努力使学校体育工作再上新台阶。

二、基本情况

本学期所教的是七个班，每个班人数都在 50 人左右，男女生人数差不多个半，绝大多数学生身体健康，无运动技能障碍。学生都喜欢运动，但身体协调性差，肥胖等，学习动作不协调。学生身体素质中的硬性指标，如速度、力量、耐力、柔韧等素质较差；灵敏、协调等软性指标明显不足。个体发育不均衡，下肢力量尚可，肩部肌肉群力量较差，在此类教材教学是要多加注意。腰背、腰腹力量有待于大幅度提高，这是体育练习成败的关键。

三、教材分析

结合本校实际情况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，培养良好的卫生习惯；掌握

科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

教材内容有：体育与健康基础知识；田径：跑、跳、投；体操，球类：篮球、足球；身体素质练习。

教材的重点：跑中的快速跑；跳跃中的跨越式跳高；体操中的单杠动作；球类中的控球技术；

教材的难点：蹲踞式起跑；跳跃中的起跳环节；球类中的人球结合。

四、教学目标和要求

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和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。熟练掌握眼保健操和新的广播操。

2、初步学习田径、体操、球类等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，感受体育运动的乐趣，体会体育运动的益处，体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。

五、教学措施

1、适时了解、分析学生的学习信息。

2、营造符合学生年龄特征的、有利于学生学习的运动环境。

3、根据学生年龄特征，采用兴趣化和多样化的教法和手段，充分发挥游戏、竞赛的能动作用，让学生在自主游戏中练习，充分体现学生的主体地位。

4、根据学生实际，不断变化练习方式，不断激发学生的练习兴趣。

5、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

六、学生方面

1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、着装要轻便合体，穿轻便运动鞋上课。不得携带与体育课无关的首饰、校牌、手机等。

七、德育渗透

体育活动对于发展学生的适应能力具有独特的作用，在体育教学中应特别注意营造友好、和谐的课堂气氛，有意识的融入德育教育，不仅锻炼学生的意志，更重要的是能培养学生的爱国主义和集体主义精神，培养学生服从组织，遵守纪律，诚实、机智、积极进取的心理品质。

体育老师教学工作计划 篇5

一、学情分析

七年级为新招收学生，体育基础差，水平参差不齐，基本体育常识匮乏，技能薄弱，但学生身体健康活泼，无运动技能障碍。这个年龄段学生喜欢跑、跳、追逐等大肌肉活动，但动作显的僵硬呆板，需在今后的体育活动中进一步锻炼。

二、指导思想

- 1、坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。
- 2、激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行为。
- 3、重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。
- 4、充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每个学生都受益。

三、教学目标

- 1、知道合理安排锻炼时间及其意义，积极参与《体育与健康》课的学习，形成积极的态度和行为。
- 2、完成和基本掌握武术操，学会基本足球技术，结合游戏等多种形式获得应用技能，区分安全和不安全的运动行为，发展自学自练和自我保健能力。
- 3、在小学的体育基础上，通过各种练习手段，发展速度与灵敏、有氧耐力。引导学生关注自己的身体，懂得不良行为对健康的影响，理解体育锻炼对身体形态和机能发展的'益处。
- 4、掌握运动技能的同时使学生了解心理状态对身体健康的影响，在体育活动中初步建立自尊与自信，积极进取，培养坚强意志。
- 5、建立个人与群体的和谐关系，在体育游戏和比赛中能与同伴合理分配角色，协调配合，共同完成任务。

四、运动参与

- 1、积极参加课外体育活动，懂得体育的锻炼方法。
- 2、用安全方法进行运动，发展体育的广泛兴趣、爱好，提高自学自练和自我保健能力。

3、根据自己的生理发育特点，了解体育活动中应注意的事项。

五、教学内容

1、体育课常规(队形变换、跑操)

2、武术操--英雄少年

3、拔河练习

4、足球基本技术

教学重点：以足球的基本技术为载体，发展学生的身体素质，提高心肺功能，培养运动兴趣。

5、素质与技能练习

六、教学进度与安排(见附表)

略

体育老师教学工作计划 篇6

加强体育课改教研活动，努力施行新课程标准，用新的理念来强化教育教学活动，从学生的兴趣出发，培养学生勤于锻炼的良好习惯，使学生身心得到跟协地发展。

一、工作要求：

1、认真学习，转变观念，力求创新。

认真学习强化新课程标准，加深对课改工作的认识，在工作中积极实施课改要求，转变观念，用现代教育教学的新理念来指导体育工作，用创新的思维，改革课堂教学的模式，从学生的认知特点跟兴趣爱好为出发点，培养学生终身锻炼的好习惯。

2、依照新课程标准，搞好体育课改活动。

要全面开展体育课改活动。在体育课中要有新的理念，要有创新意识，在上好平时课的前提下，体育教师要在体育健康课上，力求有创意，逐步使我校的体育课正规化。在省、市、区级评优课上取得好成绩。同时让学生在体育课中得到锻炼，身心得到跟谐地发展。

3、对学生进行正确的课堂评价。

正确评价学生能提高学生对活动的积极性，根据小学生的心理特点，在体育课堂教学中，对学生进行正确的评价。评价还要从学生的自身条件出发，因材施教，提高学生积极参加、主动参与体育活动兴趣。

4、抓好“两操”“课外体活、大课间、特色体育活动”积极贯彻全民健身活动纲要。

学校“两操”、“课外体活、大课间、特色体育活动”是反映学生整体面貌的形象“工程”，是学校整体推进素质教育的一个窗口，抓好两操跟“课外体活、大课间、特色体育活动”也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好“两操”“课外体活、大课间、特色体育活动”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跟推轱辘训练工作，竹竿舞还要有新的创意，要做到人人参与，师生共练。争创体育特色跟大课间活动列全区前茅，培养全面发展的学生。

5、继续抓好业余训练，争取更大成绩：

认真抓好我校业余训练工作。春、冬季是训练的大好时机。为了全面提高我校各运动队的竞技水平，体育组决定对我校各运动队全面选拔跟分项强化训练力争在今年的市、区比赛中取得更好的成绩，为校争光。

二、重视体育课安全问题

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。

体育老师教学工作计划 篇7

一、主要任务

1、继续加强体育专业理论知识的学习和应用。

形式：专题讲座、小组交流

2、开展幼儿园晨间锻炼评比活动

内容：

(1)以班级为单位，对班的晨间锻炼活动进行拍摄，通过观看录像、讨论，评选出三个优秀的班级展示晨间锻炼活动。

(2)重点探讨教师在晨间锻炼活动中的组织。

形式：现场摄像、晨间锻炼录像集

3、深入开展“如何上好一节体育课及体育游戏的组织与实施”的教研活动，在总结前期工作经验的基础上，进一步通过相关理论知识的学习指导，有质有量的开展，本学期以教研组成员为基础，选取一到两个活动进行观摩。

内容：探讨“一物多玩”的体育教学活动和体育游戏的组织形式，以及教学策略的有效运用。

4、体育教学论文或感悟的撰写与交流

内容：组内教师成员根据教学实践研究情况撰写体育及体育游戏的经验论文或感悟。形式：分组交流、参加园级论文或感悟评比

二、活动安排

三、基本要求

1、请各位老师关注活动时间，准时参加教研活动。认真参加每次的活动不缺席。

2、提供观摩活动的老师必须在活动开展前一周把教案、说课提纲等资料上交给教研主任，目标由各小组把关，研讨修改后确定教案。

3、积极参与活动的将进行加分奖励。

体育老师教学工作计划 篇8

本学年，我担任高三年级体育课程，为了搞好本学期的教学工作，特制定以下工作计划：

一、指导思想及目标

全面贯彻党的教育方针，积极推进素质教育，努力实现“以德
育教育为首，以艺术教育为特色，以提高学生综合素质为根本”的
办学目标。以学生《体质健康》为重点深化体育课堂、体训队教学，
提高体育教学质量，加强出操、集队、集会纪律，做好出操、集队、
集会常规训练，以德育教育为核心，在体育教育教学中注重思想教
育，培养学生树立远大理想，注意加强提高学生团结协作能力，增
强学生集体主义观念，树立集体主义荣誉感，培养不怕苦、不怕累、
顽强拼搏、积极进取的个性，提高学生克服困难、战胜困难的能力，
为适应未来社会生活和激烈竞争奠定基础。

二、工作任务及要求

1、抓好“两课两操一活动”，增强学生组织纪律观念，有效提
高学生身体素质。

“两课两操一活动”是学校体育工作的重点，“两课两操一活
动”质量的好坏将直接影响学生身体素质的好坏和健康况状的好坏。
因此，首先要求每位体育教师都要树立抓好“两课两操一活动”的
思想观念；其次要求体育教师认真钻研体育教材，努力提高业务水平，
做到写好学期工作计划、授课教案，多花时间备课，不打无准备之
仗，向四十分钟要质量，切实提高教学质量；第三是配合学校抓好早
操、课间操工作，加强两操纪律，增强学生组织纪律观念，树立远
大理想，营造良好校风、学风。

2、抓好《体质健康》工作，注重教材的学习，注重领会教材中
推进素质教育的意义，注重结合我校学生实际情况进行教学改革，

确保达标率、优秀率稳步提高，切实提高我校学生身体素质。

3、加大体育班管理力度，提高学生身体素质。做好督促、沟通、协调工作，使体育班学生在学习、思想、行为等诸方面全面发展，力争每个学生高考考出好成绩。

三、教学措施

1、积极鼓励学生自觉锻炼身体习惯，努力提高全校学生的体锻达标合格率。

2、本学期关注起始年级学生行为习惯，思想品德状况，学生要坚持形成体育锻炼规范化要求。

3、要不断加强对教学教材的研究，重视体育教师专业的发展，本学期积极开展教学基本工操练。从上课的仪表服装、备课教案、课前的准备开始。

4、以据学生的特点，要主动与年级组之间配合协调，利用一些休息时间，包括中午、放学后等时间，组织年级间和班间的体育竞赛，促进学生积极锻炼身体，激励学生为班级争光，培养学生的荣誉感。

5、要积极配合好教务处、政教处工作，认真组织管理好每天的两操和每周一次的升旗仪式，各班进出场线路有序、队伍整齐。

6、认真组织、细心安排指导年级的体锻课，尽量多开展学生感兴趣，锻炼有效益的小型多样的单项性活动，满足学生体育活动需求。

7、认真负责督促、管理训练队工作，关注每个学生，制定好每天的训练计划，明确训练任务，督促文化理论课的学习。

体育老师教学工作计划 篇9

一、指导思想

根据新课标精神，根据我校工作计划，制定体育组工作计划。严格按照中学体育教学常规实施细则；以课程改革为指导，解放思想、转变观念，努力提高教师教育教学水平，注重学生创新意识、自学能力与实践能力的培养。开展教学研讨，从而不断促进教师自身业务素质，树立正确的学校体育教学观，提高教学质量。

二、主要工作思路与目的

1、强化常规教学管理，做好体育常规教学安排

(1)加强备课管理

要求体育教师全面深入地研究把握教材，根据《新课程标准》和学生的实际情况，认真写好每一节课的教案，教案的书写要符合学校要求，并提前一周备出课堂教学设计。

(2)要认真制定学期教学计划

要根据总课时数、学习的重点、难点和学生的实际水平制定合理的学期教学计划、单元教学计划和课时计划。并积极做好体育档案的整理和管理的工作。

(3)上好每一堂课，切实提高教学质量

要用新课程的理念指导体育教学，以教师为主导，以学生为主体，注重对学生的个性、创造性和实践能力的培养。使学生在学习中学会求知，学会做人，学会共处，学会发展，更好地贯彻“健康第一”的指导思想，推进课程改革的不断深入。

(4)加大体育教学检查力度，完善教学测评制度

要进一步完善教学检查制度，严格规范教学行为。每周检查备课情况、和上周教学反思，以促进体育教师相互之间的学习和共同提高。

2、开展好教研活动：

(1)根据课程改革精神，认真组织体育教师学习，全面了解，领悟课改精神，实行新课程标准，组织上好体育课。

(2)积极的向学生宣传学校体育活动的重要性，并有计划有组织的开展学校课外体育活动，让学生和教师在课外活动时间里都能动起来达到体育锻炼的效果。使学生和老师都能处在有张有弛的学习与工作状态中。

(3)组织研讨学校运动队的组建与训练，促进校运动队制度的完善与训练的高效性。

(4)继续抓好校广播操的质量。严抓进退场队列队形，加强全校师生对广播操的认识态度。

(5)继续抓好体育课堂常规教学工作。培养学生的运动兴趣，增强学生对体育运动习惯对自身发展重要性的认识。

(6)组织教师开展优质课达标活动及听课评课活动。

(7)充分做好各项运动队工作，制定训练计划，抓好训练，作好比赛前的训练工作。

三、开展好业务学习

本学期体育组业务学习以“新、老教师携手成长，共同进步”为目标，在专业性学习、主题性学习、研讨性学习三个方面着手学

习。

四、具体工作安排

九月份

- 1、制定学科教学计划
- 2、20__年游泳补考
- 3、组织与开展学生课间操及课外活动
- 4、新教师公开课交流

十月份

- 1、测试
- 2、20__年区中小学生田径运动会
- 3、校体育节报名与组织工作

十一月份

- 1、学生课外训练与补考
- 2、学校第十二届运动会
- 3、学校广播操质量评比
- 4、体育组备课情况检查

十二月份

- 1、测试结果上报
- 2、学校冬季长跑运动开展
- 3、学校拔河比赛
- 4、新教师公开课交流

体育老师教学工作计划 篇 10

本学期是初中的最后一个学期，在认真学习新课程改革和结合本校实际的基础上，制定出切实可行的教学计划，在锻炼学生身体素质的同时也要帮助他们顺利完成最后的体育加试，助他们顺利考取理想的高中。

一、学生现状分析

男生表现欲强，女生，可选择一些柔韧性强的运动项目，提高她们的运动兴趣；还有升学测试，运动量、运动强度要大。

二、教材的知识系统和结构

本学期教学最关键的还是学生中考体育项目的辅导，如何使学生掌握好中考项目的正确运动技术以及挖掘出学生的运动潜力是这学期体育教学的重中之重。

三、目的任务

1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。

2、进一步增强体质，特别是柔韧素质和弹跳素质以及速度的爆发能力。

3、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、重点与难点

1、重点是必考项目：男：1000米，女：800米成绩的提高。以及立定跳远、男生引体向上、女生仰卧起坐。

2、难点是男生的坐位体前屈

五、教学设想：

初三学生面临中考，今年中考由去年的45分上升到60分，所以在本学期应以学生的身体素质训练和中考测试内容为主，多给学生运动空间，加强学生的自我锻炼意识，在课堂应改进教学方法，充分发挥学生的主动性和积极性。增强课堂气氛，使学生有目标的去学习、去锻炼。

定期测试，制定科学合理的教学计划。

开学第一周对学生的体质进行测试，让学生了解自己的身体状况，激励学生在以后的练习中更加努力。另外通过学生的体育成绩了解到学生运动能力的弱项，制定以后的教学内容，强化训练。在四月初进行一次测试，培养学生的考试习惯，总结前面教师的教法和学生学习结果，为后期到考试期间体育训练计划内容做一个好的依据。

六、教学措施与教改思路

- 1：随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。
- 2：初中生对抗性强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体的效果。
- 3：因材施教，分组时采用根据身高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。

七、本学期教学进度安排

第一周&&第三周：体能恢复训练以及课间长跑的进一步加强训练，体育专业生的选材与训练工作

第四周&&第五周：课堂前半部分进行项目练习，后半部分因材

施教学生根据自己的弱项进行专项练习

第六周&&第七周：立定跳远教学以及测试工作

第八周&&第九周：坐位体前屈的辅导训练

第十周&&第十一周：仰卧起坐的练习

第十二周&&第十三周：中考项目混合测试与个别学生的加强指导

第十四周&&第十八周：中考体育测试结束后的体育创新教学与期末测试

遇五一假期或意外天气情况有关教学进度和教学内容可灵活临时调整，采取室内教学的方式等。

四：针对性的训练

1、加强对文化成绩好但体育成绩不理想的学生进行针对性的训练，加强监督，培养他们的积极，宣传体育中考不亚于文化课的意识

2、加强对偏科学生的训练，对偏科的学生进行技术上的指导，争取在这些项目有所突破。

五、加强业务能力学习

认真钻研体育新课改，根据新课改制定新的教学方法，加强与体育教研组各教师之间的沟通和学习，认真备好每一堂的教案。摸清体育中考各项政策，指定科学合理的备考计划，指引学生认真的备战，填报自己所擅长的项目，加强与家长之间的沟通，师生合力打好中考这一仗，争取获得全面胜利。

一、指导思想

以《新课程标准》为指南，深入开展教育教学研究，不断提高教学效率，全面提高学生素质，使学校的体育教育教学质量越上一个新台阶。将《学校体育工作条例》作为体育工作的基本法规，坚持健康第一的宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的重要部分，以科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，深化教学改革，全面推进素质教育。认真贯彻《学生体质学生健康标准》。创建主动参与、强身健体的健身氛围，培养全面发展的学生。新的一学年开始了，作为工作在第一线的体育教师，已尽快入了角色。为了使教学过程中的体育课开展得有条有理，使学生创新的学习方式有所进展，为此拟定了本学年的体育教学工作计划如下：

二、基本情况：

1、学生情况：初二年级现有三个班，每个班级都有学生五十人左右。除有2名不能从事体育运动锻炼外，其余学生都能从事体育运动锻炼。

2、技能情况：初中二年级学生是速度、爆发力发展的敏感期，学生活泼、好动，体育参与意识、竞争意识、集体意识强。

三、教材分析：

根据义务教育初中体育阶段，培养的目标。中学体育教材，以及我校体育器材，场地，学生的实际情况。有目的，有计划地进行体育教育教学工作，学习基本的体育理论知识，基本技能和保健知识。在教育教学中，对学生进行思想品德的教育。激发学生积极主动学习的兴趣和爱好。培养学生良好的锻炼身体的习惯。是每一位学生都能成为德、智、体、美、劳全面发展的优秀学生。

四、教学目的和要求：

1、使学生能够根据自己的身体情况，合理地进行体育锻炼。掌握基本知识和技能，学会一些体育卫生保健知识和安全常识。培养学生认真锻炼身体的态度。

2、学习田径、体操、技巧、球类等项目的的基本技术和基本技巧。进一步提高每一位学生的能力。

3、充分利用各种体育活动，提高学生锻炼身体的兴趣和积极性。培养顽强，拼搏、自觉遵守运动规则，团结协作等优良品质。

五、主要工作：

1、认真备课，上课。充分尝试三疑三探的教学模式。突出学生的主体地位。培养学生爱学、乐学的好习惯，提高学生学习的质量。

2、抓好班级的田径运动员，为本学期开好运动会做好准备。

3、开展好班级的体育活动，班与班进行，篮球、引体向上、立定跳远、立定三级跳远、仰卧起坐等体育项目的比赛。

4、写课后反思，心得，总结等理论。

5、进行备课，说课，听课，评课，集体备课等活动。

六、具体安排：

- 1、抓好全班整体身体素质的提高。（引体向上，仰卧起坐，俯卧撑等）。

2、抓好基本技术(男、1000米，女、800米，立定跳远，立定三级跳远等)。

3、不断改进教育教学方法，激发学生锻炼身体的积极性，培养他们的兴趣，根据学生的实际情况，进行不同层次练习，建立互帮，互学，相互鼓励地共同进步的团体。

4、对差学生，要有耐心，爱心和关心，交流和谈心。鼓励，大家都来关心的方式。激励他学习。充分激发他向上的欲望。

5、及时掌握学生学习情况，提出新目标，新要求。

七、教学措施：

1、逐步提高学生锻炼身体的主动性，创造性。以及学习兴趣。养成经常参加体育活动的习惯。

2、要用体育特有的影响，培养学生的美感。遵守纪律，相互帮助，团结友爱的优良作风。

3、发展学生优良的个性，培养学生勇敢、顽强、积极进取向上的精神风貌

体育老师教学工作计划 篇12

一、基本情况：

1、学生情况：初一年级六个班，每个班六十名学生。初二年级六个班。每个班六十多名，除每个班有1—2名特殊病生，不能从事体育运动锻炼外，其余学生都健康，都能从事体育运动锻炼。

2、技能情况：初一、二年级学生大部分都喜欢跑、跳、投、和球类游戏等体育活动。但是动作的协调性，连贯性，合理性，规律

性还有待于逐渐提高。

二、教材分析：

根据义务教育初中体育阶段，培养的目标。中学体育教材，以及我校体育器材，场地，学生的实际情况。有目的，有计划地进行体育教育教学工作，学习基本的体育理论知识，基本技能和保健知识。在教育教学的过程中，对学生进行思想品德的教育。激发学生积极主动学习的兴趣和爱好。培养学生良好的锻炼身体的习惯。是每一位学生都能成为德、智、体、美、劳全面发展的优秀学生。

三、教学目的和要求：

1、使学生能够根据自己的身体情况，合理地进行体育锻炼。掌握基本知识和技能，学会一些体育卫生保健知识和安全常识。培养学生认真锻炼身体的态度。

2、学习田径、体操、技巧、球类等项目的基本技术和基本技巧进一步提高每一位学生的能力。

3、充分利用各种体育活动，提高学生锻炼身体的兴趣和积极性。培养顽强，拼搏、自觉遵守游戏规则，团结协作等优良品质。

四、主要工作：

1、认真备课，上课。突出学生的主体地位。培养学生爱学、乐学的好习惯，提高学生学习的质量。

2、开展好班级的体育活动，班与班进行，短区接力赛、立定跳远、跳绳、仰卧起坐等体育项目的比赛。

3、写课后反思，心得，总结等理论。

五、具体安排：

1、抓好七、八年级学生整体身体素质及基本技术的提高。（立定跳远、肺活量、握力，中长跑、短跑等）。

2、充分利用好早操对学生进行耐力训练。

3、不断改进教育教学方法，激发学生锻炼身体的积极性，培养他们的兴趣，根据学生的实际情况，进行不同层次练习，建立互帮，互学，相互鼓励地共同进步的团体。

4、对学困生，要有耐心，爱心和关心，交流和谈心。鼓励，大家都来关心的方式。激励他学习。充分激发他向上的欲望。

5、及时掌握学生学习（初中体育教师个人教学工作计划：有条有理）情况，提出新目标，新要求。

六、教学措施：

1、逐步提高学生锻炼身体的主动性，创造性。以及学习兴趣。养成经常参加体育活动的习惯。

2、要用体育特有的影响，培养学生的美感。遵守纪律，相互帮助，团结友爱的优良作风。

3、发展学生优良的个性，培养学生勇敢、顽强、积极进取。

体育老师教学工作计划 篇 13

落实学校和教研组的工作任务，把学校体育工作作为实施健康素质教育的突破口，以科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，认真领会《基础教育课程改革纲要》精神和体育与健康课程标准精神。深化教学改革，全面推进素质教育。在体育教育教学中以学生为主体，培养学生的兴趣与求知欲，全面提高身体素质；争创学校的体育特色，培养全面发展的学生。

本学期是初中的最后一个学期，在认真学习新课程改革和结合本校实际的基础上，制定出切实可行的教学计划，在锻炼学生身体素质的同时也要帮助他们顺利完成最后的体育加试，助他们顺利考取理想的高中。

一、学生现状分析

初三学生处于青春发育的高峰期，身体发育较快，个体形态发展差别较大，男生活泼好动，表现欲强，女生则趋向于文静、内向，不喜欢活动，针对女生这一特点，可选择一些柔韧性强的运动项目，提高她们的运动兴趣；还有升学测试，运动量、运动强度要大。

二、教材的知识系统和结构

本学期教学内容有：体育基础知识(篮、排、足球的基础知识)田径类、体操类、球类、韵律体操及民族传统体育。最关键的还是学生中考体育项目的辅导，如何使学生掌握好中考项目的正确运动技术以及挖掘出学生的运动潜力是这学期体育教学的重中之重。

三、目的任务

1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中

运用学到的知识。并不断巩固和提高。

2、进一步增强体质，特别是柔韧素质和弹跳素质以及速度的爆发能力。

3、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、重点与难点

1、重点是必考项目：男：1000米，女：800米成绩的提高。以及立定跳远、男生引体向上、女生仰卧起坐。

2、难点是男生的坐位体前屈的教学方法研究。

五、教学措施与教改思路

1：随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。

2：初中生对抗性强，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，分组时采用根据身高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。

六、本学期教学进度安排

第一周-----第三周：体能恢复训练以及课间长跑的进一步加强训练，体育专业生的选材与训练工作

第四周-----第五周：50米跑的有关教学

第六周-----第七周：立定跳远教学以及测试工作

第八周-----第九周：坐位体前屈的辅导训练

第十周-----第十一周：仰卧起坐的练习

第十二周-----第十三周：中考项目混合测试与个别学生的加强指导

第十四周-----第十八周：中考体育测试结束后的体育创新教学与期末测试

遇五一假期或意外天气情况有关教学进度和教学内容可灵活临时调整，采取室内教学的方式等。

体育老师教学工作计划 篇 14

一、指导思想：

全面贯彻党的教育方针，实施素质教育，执行__学校“以人为本、以德治校、依法治校”的办学方针，形成“求知、求真、求实、求新”的良好学习气氛，秉承我校“一切为了孩子”的办学理念，突出我校的体育特色，根据总校及学部的相关规定，特制订体育工作计划。

二、工作目标

(1) 抓好体育教学的常规工作，加强体育教师业务水平，训练时间：每周的一、二、三、四、五、六，每天的 8:10-9:10（总校集中武术训练），每周下午安排两节课进行体育教师体育项目的培训，并进行观摩学习来提高体育教师的业务能力。

(2) 按照体育教师自身的体育特长，创建特色班级。创建体育教师篮球队，不定期的按年段为单位组织篮球交流学习。

(3) 将传统武术套路的演练作为武术教学的核心内容，适量组织体育项目学习训练。

(4) 以培养学生多元化体育项目（能掌握篮球、足球、棋类、田径、花样跳绳、能熟练 2 套传统套路、龙狮等）作为基本模式，在日常训练、兴趣课、周日活动中加以落实。

(5) 进一步在学生中组织街舞学习及演练，初一女生周末活动组织学生学习搏击操、健美操，初二女生周末活动组织学生学习花样跳绳，组织初一年段龙狮（两个班级）训练，力争参加校内外各种演出活动。

(6) 初一二年段组建篮球、足球、田径专业训练队，在市级各类比赛中争取获得前三名的成绩。

(7) 初三年段体育中考，利用体育课组织学生体育中考项目的训练，争取在考试时能达到各项体育考试及格率达 100%，优秀率达 90%。

三、工作具体措施

(一) 体育教学常规常抓不懈

1. 认真备课，保持一周的余量；
2. 每周教研组长检查备课一次；教研组活动每周开展一次，每两周集体备课一次
3. 认真参加培训及教研组活动，提高教育教学的质量。
4. 进一步加强思想进修学习，杜绝体罚与变相体罚现象。
5. 熟悉课的重点难点，做到心中有底有收获。
6. 教师在课前做好准备工作，不上无准备的课。
7. 认真贯彻张总校长快乐课堂教学理念，探索、创新体育教学，不断增加课堂的快乐元素。
8. 课堂中启发学生求知求真敢于提问，敢于探究。教师加强巡视，以激励表扬为主，充分发挥学生主动性，使学生喜欢教师，喜

欢体育这门学科。

(二)提高体育活动的趣味性，形成武术套路的演练为核心，渗透各项体育项目的训练。

1、组织学生学习课间操。

2、每晚的武术训练课体育老师要认真教学，要认真踏实的完成学部下达的任务。做到体育课既有趣味性又对学生的身体素质有一定的提高。

(三)全面培养学生体育多元化的体育技能

1、加强周末活动安排，丰富活动内容，使活动多元化、兴趣化，让学生在活动中得到乐趣。

(1) 根据每位教师的特长成立龙狮、街舞、套路、篮球、足球、田径、乒乓球、花样跳绳等兴趣小组，在每周活动课组织学生兴趣课的训练。

(2) 加强学生体育课的教学质量和教学课堂管理。

(3) 早晚组织全体学生进行传统套路的强化训练，巩固与丰富体育的特色。

(4) 活动课内容由各项目体育老师有计划、合理安排。

体育老师教学工作计划 篇 15

学校体育工作作为实施健康素质教育的突破口，以科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，深化教学改革，全面推进素质教育。在体育教育教学中以学生为主体，培养学生的兴趣与求知欲，全面提高身体素质；争创学校的体育特色，培养全面发展的学生。

一、学生现状分析

初中学生处于青春发育的高峰期，身体发育较快，个体形态发展差别较大，男生活泼好动，表现欲强，女生则趋向于文静、内向，不喜欢活动，针对女生这一特点，可选择一些柔韧性强的运动项目，提高她们的运动兴趣；还有升学测试，运动量、运动强度要大。

二、教材的知识系统和结构

本学期教学内容有：体育基础知识(篮、排、足球的基础知识)田径类、体操类、球类、韵律体操及民族传统体育。最关键的还是学生中考体育项目的辅导，如何使学生掌握好中考项目的正确运动技术以及挖掘出学生的运动潜力是这学期体育教学的重中之重。

三、目的任务

1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。

2、进一步增强体质，特别是柔韧素质和弹跳素质以及速度的爆发能力。

3、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、教学措施与教改思路

1：随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。

2：初中生对抗性强，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，分组时采用根据身高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。

体育老师教学工作计划 篇 16

一：学生情况

本学期九年级共一个班 50 余人，他们正处于青春发育的高峰期，身体发育较快，男女差别较大，男生有一定的体育运动基础，课堂表现欲较强，对体育运动有浓厚的兴趣，但还不够稳定；女生积极性不高，甚至课堂出现退缩行为，练习的自觉性一般。

二、教学设想：

初三学生面临中考，今年中考由去年的 45 分上升到 60 分，所以在本学期应以学生的身体素质训练和中考测试内容为主，多给学生运动空间，加强学生的自我锻炼意识，在课堂应改进教学方法，充分发挥学生的主动性和积极性。增强课堂气氛，使学生有目标的去学习、去锻炼。

定期测试，制定科学合理的教学计划。

开学第一周对学生的体质进行测试，让学生了解自己的身体状况，激励学生在以后的练习中更加努力。另外通过学生的体育成绩了解到学生运动能力的弱项，制定以后的教学内容，强化训练。在四月初进行一次测试，培养学生的考试习惯，总结前面教师的教法和学生学习结果，为后期到考试期间体育训练计划内容做一个好的依据。

三、具体时间安排：

早操训练安排：

1、三月份进行 200 米和立定跳远的练习

2、四五月份就中考内容进行全面训练。

体育课具体安排：

1、第一周就中考项目进行全面测试。测试成绩进行针对性训练。

2、课堂前半部分进行项目练习，后半部分因材施教学生根据自己的弱项进行专项练习。

3、制定后期教学内容和训练计划。

四：针对性的训练

1、加强对文化成绩好但体育成绩不理想的学生进行针对性的训练，加强监督，培养他们的积极，宣传体育中考不亚于文化课的意识。

2、加强对偏科学生的训练，对偏科的学生进行技术上的指导，争取在这些项目有所突破。

五、加强业务能力学习

认真钻研体育新课改，根据新课改制定新的教学方法，加强与体育教研组各教师之间的沟通和学习，认真备好每一堂的教案。摸清体育中考各项政策，指定科学合理的备考计划，指引学生认真的备战，填报自己所擅长的项目，加强与家长之间的沟通，师生合力打好中考这一仗，争取获得全面胜利。

体育老师教学工作计划 篇 17

一、指导思想

认真贯彻落实上级教育工作会议精神，进一步落实《学校体育工作条例》，牢固树立“健康第一”的理念，认真实施体育课程计划，广泛开展阳光体育运动，确保学生每天锻炼一小时；以进一步提升教师素质和教学质量为工作主线，有效开展校本教研，提高教学效率，着重开展羽毛球特色教育，积极参与各类竞赛活动，促进学生身体素质的提高。

二、工作任务

1、严格执行“每天体育活动一小时”规定。

每天1小时阳光体育运动时间由大课间、课间操、眼保健操、体育课、校本羽毛球课、体育活动课等活动时间组成。

大课间：每天早上8：15—8：40，共25分钟；课间操：每天下午1：40—1：45，共5分钟；眼保健操：每天上午第二节课和下午第三节课，组织学生各做好1次眼保健操，共10分钟；体育课1—2年级每周4节体育课，3—6年级每周3节体育课，每课40分钟；校本羽毛球课3—6年级每周从“地方课程”中安排1节羽毛球课，共40分钟；体育活动课：每个班级每周1次体育活动课，共40分钟。每天体育活动时间共80分钟。

组织学校田径运动会、冬季三项比赛、广播操和眼保健操比赛、羽毛球竞赛等活动，促进学生掌握运动技能，磨练自己意志，提高身体素质。

2、认真执行国家课程标准。

积极推进课程改革，保证开齐上足体育课课时，保质保量上好

体育课，不减少或挤占体育课时；认真备课，认真上课，认真考核，不断提高教学重量；积极参与教科研活动，上好公开课，努力提升教学水平。

3、全面实施《国家学生体质健康标准》。

根据国家和省市的要求，对照测试标准，有计划、有目的、有规律地指导学生锻炼。10月到11月底前，认真做好测试工作，并将测试数据上报中国学生体质健康网。学校测试率达100%，合格率达到95%以上，优秀率力争达30%以上。同时建立有关资料档案，对测试的情况进行分析，针对存在的问题和不足，及时整改，做好家校联系，帮助学生加强锻炼，增强体质。年底迎接市局对学校的抽查。

4、积极参与体育竞赛。

按照__市教育局和体育局中小学体育运动会的通知要求，结合学校实际，精心组建学校田径队、跆拳道队、羽毛球队、乒乓队、篮球队、排球队、游泳队、足球队、象棋和围棋队、冬季踢毽跳绳队等，制订训练计划，扎实开展业余训练，提高训练成绩，积极参与__市的比赛，确保取得团体总分前十名的成绩，促使学生“人人掌握羽毛球和踢毽或跳绳两项体育运动技能”。

5、加强传统体育项目建设。

学校羽毛球被确认为__市体育传统项目。坚持开展全校性的羽毛球运动，真正形成“人人爱羽球，个个会打球”的体育活动氛围，在市级及以上的羽毛球比赛中名列前茅，让羽毛球运动成为学校的鲜明特色。修订羽毛球校本教材，确保每周各班有一节羽毛球课，做到有教师、有计划、有教案、有考核，每周各班安排一节兴趣活动，保证参与面达到100%。充实调整羽毛球运动员，坚持长期训练，争取在__市比赛中名列前茅，并能代表__市在__市的比赛中个人和团体进入前三名。

6、加强体育师资队伍建设。

学校配齐专职体育教师，以满足学校开齐上好体育课的需要。按照__市教学“六认真”的要求，加强教师教学常规，注重教育科研，提高课堂教学效率。组织教师参加各类培训工作，至少胜任一项球类比赛的裁判工作。

体育老师教学工作计划 篇 18

一、指导思想：

为贯彻学校体育工作会议精神，落实“健康第一”的办学思想，全面实施素质教育，倡导科学的生活方式，引导学生养成良好的体育锻炼意识与能力，落实“三课、二操、二活动”，确保学生每天活动一小时，促进学生全面、健康、和谐成长。

二、时间、人员安排：

我校的体育活动课安排在拓展课程中，每周两节，和体育课交错，保证学生每天有一节整课时间进行锻炼和活动。安排的上课教

师主要有体育教师、学科教师等。

三、措施

体育活动根据校实际情况灵活运用，以班主任为主，体育教师为辅的原则。依据学生的体质状况，合理制定活动内容，严格考勤制度，督促学生进行安全有效的组织活动。班级和班级之间采用互换内容或比赛及校内实际情况来具体

运做，充分调动他们的能动性及主动性。并把体育活动纳入评选先进集体和个人的重要条件之一。每学期按月进行有指导的安排如下几个大项目活动：

1. 体操类（广播操、韵律操、健美操、徒手操、团体操）
2. 跳远、跳高、摸高等各种跳跃练习。
3. 球类运动（以软式排球为主，配以小足球、篮球、羽毛球等）
4. 以踢毽球、跳绳为主，配长绳、沙袋、口袋等）

四、措施：

1、全体性。体育要面向全体学生，这是一个根本方向。在教学中要发挥好学生的主体地位，真正做到让学生自发、自觉、自主的去积极参与，同时教师在组织过程中也要因材施教，切不可“齐步走”，挫伤学生的兴趣。

2、适度性。体育活动课中要安排大量的体育活动。教师在组织内容时要注意适度，不可片面追求高的体能要求，一定要遵循循序渐进的原则，使全体学生都有不同程度的提高。

3、娱乐性。体育活动必须考虑到学生的年龄特点，要培养学生体育兴趣、激发体育理想。这样通过枯燥的练习是不行的，在组织教学中，根据大纲的要求，可多安排一些游戏或是创造性的练习，鼓励学生，使他们在学习的过程中，既得到娱乐，同时也在娱乐中得到锻炼。

体育老师教学工作计划 篇 19

跳跃技术的基础知识。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/138117031052006073>