

羽毛球学期教学计划

一、指导思想

本学期，我们将深入实施素质教育，贯彻“健康第一”的理念。通过广泛开展羽毛球课外训练活动，提高我校羽毛球运动竞技水平，增强学生体质，促进学生全方位发展。

二、科学选材

选材成功是训练成功的一半。作为一项系统长期的工作，科学选材需常抓不懈，贯穿始终。我们将随时留意发掘优秀运动员苗子，一经发现，积极取得其家长和班主任的支持。随后召来跟队进行试训，经过初选与复选，最后将可造之材招收进队。我们将源源不断地补充壮大队伍，完善齐备各年龄段队员的梯队建设。

三、队伍情况

1. 目前，羽毛球队共有队员 31 人，其中男生 16 人，女生 15 人。二、三年级学生占 25 人。其他年级的队员还需不断发掘吸收补充。在四、五年级，我们至少需要精选 10 名学生进队。

2. 经过训练，大多数队员兴趣浓厚，训练态度认真。训练中逐渐形成一种你追我赶、互不相让、顽强拼搏、乐在其中、积极向上的作风与氛围。但也有少数身体条件好的队员因家长不支持而退训。

3. 训练时间安排：每周星期二至星期五 7:30～8:20；星期一至星期五 16:30～18:00；星期六 9:00～11:00。

四、训练目标

以培养和输送羽毛球优秀后备人才为目的，开展教学训练工作。根据少儿运动员的生理、心理特点，有计划地进行全面技、战术、身体素质和心理素质的教学训练，全面提高运动员技、战术水平，身体素质、专项能力。

五、训练任务

1. 学习主要基本技术，初步建立主要击球动作的基本姿势。
2. 发展全面身体素质。
3. 学习和掌握初级羽毛球运动的基本知识。
4. 培养学生“球感”、“拍感”、“本体感”、“时空感”等专门性感知觉。

六、训练步骤

鉴于训练队绝大部分学生年龄小，训练水平低，我们不划分明显的周期，只分为两个阶段。我们将严格遵循“打好基础”、“不间断”的原则来安排训练计划。

第一阶段：（9月～10月）

本阶段技术 60%、游戏 10%、素质 30%。

我们将采用各种有效手段，帮助运动员对基本技术建立清晰、准确的动作表象。熟练掌握正确的握拍方法。初步掌握正手发高远球、后场正手击高远球技术的动作要领。练习难度与技术要求，要结合运动员的年龄和身体专项素质能力，合理安排。在不产生或加深错误动作的前提下，逐步加大练习难度，提出更高的技术要求，合理运用技术能力。要特别重视后场正手与头顶的高球技术的训练。

在素质方面，主要发展全面的身体素质，重点发展和提高速度和灵敏素质。抓好这两项素质的发展敏感期。学习羽毛球专项步法，初步掌握正、反手上网移动步法，正手与头顶的后退移动步法以及正手与反手两侧移动步法。在步法训练中，抓好起动、移动、制动、回动四个基本环节。步法应与专项技术有机地结合起来，根据运动员的专项能力，进行教学训练。

第二阶段（11～1月）

本阶段的训练以全面身体素质训练为主.技术占 50%、素质占 40%、战术占 10%.

训练的主要任务是发展全面身体素质,利用冬训,储备体能.因队员年龄小,训练以有氧代谢运动为主.提高专项能力.单项技术以固定球路训练为主.对技术动作进行精细化加工,以达到技术动作的一致性、隐蔽性.提高击球落点的准确性.

七、训练措施

1、学生训练课的内容、形式、节奏等安排,要求形式多样,各种练习手段尽量与游戏活动相结合,以激发学生对羽毛球运动的爱好与兴趣.

2、在教学过程中,因教学的对象是少年儿童,所以,每一项教学训练的方法都必须符合他们的特点,应围绕着形成某一种动作而练,练习难度和技术要求应符合少儿运动员年龄和身体发育程度,不宜过高和过急,注意循序渐进.

3、将训练与思想教育结合起来,在训练中注重技术、战术、作风与心理素质的培养.有意识的在教学训练过程中,培养学生“爱祖国、爱学校、懂礼貌、讲文明、肯吃苦”的意志品质.加强跟班主任、家长的联系,使学生能安心训练,无“后顾之忧”.通过师生的共同努力.从难、从严、从实战出发,大运动量地进行严格训练,加强意志品质培养,从小养成良好的生活习惯与训练作风.

4、充分调动学生积极性、自觉性,完成每一阶段计划,并做好阶段测试工作.

5、训练中发挥教练主导作用,注意克服训练中注意力易分散现象,提高训练效果.

6、训练中提倡多看、多练、多想,教练员多示范、多陪练、多纠正动作.

7、督促学生文化学习,做到学习、训练两不误.

羽毛球学期教学计划二:二年级羽毛球课程教学计划

二年级羽毛球课程教学计划

孙新龙

一、课程介绍

羽毛球运动属技能主导类隔网对抗性项目,以其娱乐性、简便性、锻炼性等特点深受广大学生的喜爱.参加羽毛球运动可发展学生的协调性和灵敏性,有利于心肺等功能的改善与提高,可培养学生顽强拼搏、沉着果断等良好品质.

在教学过程中要充分考虑二年级学生对羽毛球技术的掌握能力,教学生颠球、发球、对空高击球、对空挑高球、双人对打高远球等一系列最基本的练习,以此来培养学生对羽毛球的球感.同时,教学生跨步、垫步、并步、交叉步、蹬跳步等一系列最基本的脚步练习.让学生熟悉羽毛球运动中最基本的步法,为以后打好羽毛球做好良好的准备.

二、课程任务

- 1.培养学生树立“健康第一”的思想,积极参加体育锻炼,在体育学习中培养运动兴趣,养成运动习惯.

2.帮助学生掌握羽毛球基本技术、战术、竞赛规则与裁判规则,学会必要的健身手段与方法,养成自觉健身的习惯,为终身体育打下坚实的基础.

3.提高学生的组织能力、欣赏水平等综合素质,培养勇于竞争、顽强拼搏的意志品质,促进身心协同发展,推进素质教育实施.

三、教学大纲

1.基本技术:颠球、发球、对空高击球、对空挑高球、双人对打高远球等一系列最基本的技术.

2.基本步法:跨步、垫步、并步、交叉步、蹬跳步等一系列最基本的步法.

3.教学比赛:羽毛球教学比赛.

4.身体素质(跳绳):力量素质;耐力素质;灵敏素质;柔韧素质;速度素质.

四、9 课时的学习内容

1.（一课时）羽毛球运动、场地的介绍

羽毛球正确握拍方法

羽毛球颠球

2.（两课时）羽毛球正确发球姿势以及动作

学习羽毛球发球

3.（两课时）复习羽毛球的发球

学习羽毛球的接球

4.（两课时）羽毛球对空高击球

羽毛球对空高挑球

双人对打高远球

5. （两课时）基本步法练习:跨步、垫步、并步、交叉步、蹬跳步

羽毛球学期教学计划三:2011-2012 年第二学期羽毛球教学计划

第一课:准备活动; 学习握拍、站姿; 发球动作; 挥拍; 多球、发球练习.(训练目的:固定握拍动作,发球注意腰部转动发力)

第二课:准备活动; 握拍、发球练习; 学习后场挥拍动作.(训练目的:巩固上节课所学要领,学习正确的后场动作,注意身体的转动以及小臂手腕的发力动作)

第三课:准备活动; 发球练习; 后场挥拍; 学习后场两边步法.(训练目的:巩固上节课所学要领,掌握基本步法)

第四课:准备活动; 发球练习; 后场挥拍; 后场两边步法; 多球练习; 两边后场平高球.(训练目的:巩固上节课所学要领,固定自己的动作)

第五课:准备活动; 发球练习; 后场两边步法; 多球练习后场高球.(训练目的:巩固上节课所学要领)

第六课:准备活动; 学习正手定点搓球; 学习正手上网步法; 多球网前搓球练习.(训练目的:学习搓球技术,注意手指手腕的配合和灵活应用)

第七课:准备活动; 正手定点搓球; 正手上网步法; 多球网前搓球练习.(训练目的:注意反手握拍动作以及上网步法的准确性)

第八课:准备活动; 学习反手定点搓球; 学习反手上网步法; 多球网前搓球练习.(训练目的:注意反手握拍动作以及上网步法的准确性)

第九课:准备活动; 反手定点搓球; 反手上网步法; 多球网前搓球练习.(训练目的:注意反手握拍动作以及上网步法的准确性)

第十课:准备活动; 后场到网前的步法; 多球练习:1.头顶后场到正手网前.正手后场到反手网前.(训练目的:后场球的反抗能力,头顶后场紧记要先侧身后退,切勿先退后侧身)

第十一课:准备活动; 全场四个点场地步法; 学习正手网前挑球动作; 学习网前反手挑球动作.(训练目的:增强网前被动球的反抗能力.)

第十二课:准备活动; 场地步法; ,学习后场高点杀球动作; 多球练习:1.后场两边跳杀 2 杀上网.(训练目的:增强进攻能力,加强球的杀伤力.)

第十三课:准备活动; 场地步法; 学习正手吊对角头顶吊直线; 多球练习:1.后场两边跳杀 2 杀上网. (训练目的:注意后场吊球的手腕滑板动作,加强球的杀伤力.)

第十四课:准备活动; 场地步法; 学习头顶吊对角正手吊直线; 学习网前两边正反手推球. (训练目的:注意网前两边推球小臂带动手腕的发力.)

第十五课:准备活动; 场地步法; 巩固网前两边推球; 学习网前两边正反手勾球. (训练目的:注意网前两边勾球小臂带动手腕手指拨球.)

第十六课:准备活动; 场地步法; 巩固网前两边推球; 巩固网前两边正反手勾球. (训练目的:注意网前两边勾球小臂带动手腕手指拨球.)

羽毛球学期教学计划四:初中羽毛球课程教学工作计划

一、课程介绍

羽毛球运动属技能主导类隔网对抗性项目,以其娱乐性、简便性、锻炼性等特点深受广大初中学生的喜爱.参加羽毛球运动可发展学生的协调性和灵敏性,有利于心肺等功能的改善与提高,可培养学生顽强拼搏、沉着果断等良好品质.

本课程主要教授羽毛球运动的基本理论、基本技术与战术、竞赛规则及裁判法等内容,并结合羽毛球教学向学生传授体育基础理论、体育健身方法、体育保健常识等内容.

二、课程目标

第一学期

课时教学内容:

1,认识羽毛球运动基本知识

2,羽毛球基本握拍法、认识羽毛球运动

3,发球:发高远球 1

4,发球:发高远球 2

5,上手击高远球 1

6,上手击高远球 2

第二学期

课时教学内容

1,正手挑球

2,反手挑球

3,上手击高远球 3

4,上手击高远球 4

5,羽毛球的战术:发球战术

6,教学比赛

第三学期

课时教学内容

1,基本步法:正手侧身并步后退

2,基本步法:跨步上网

3,正手侧身并步后退步法结合上手击高远球

4,跨步上网步法结合正反手挑球

5,羽毛球战术:攻后场战术

6,教学比赛

第四学期

课时教学内容

国内外羽毛球的重大赛事介绍

正手放网

基本步法:两侧移动步法 1

基本步法:两侧移动步伐 2

羽毛球战术:逼反手战术

教学比赛

第五学期

课时教学内容

1,学习欣赏羽毛球比赛

2,反手放网

3,前交叉跨步上网步法

4,正手侧身并步后退步法结合跨步上网步法

5,羽毛球战术:拉吊结合战术

6,教学比赛

1. 培养初中学生树立“健康第一”的思想,积极参加体育锻炼,在体育学习中培养运动兴趣,养成运动习惯,使学生基本掌握锻炼身体方法和手段,并能持之以恒地加以锻炼,为终身体育锻炼打下坚实的基础.

2. 帮助学生掌握羽毛球基本技术、战术、竞赛规则与裁判法,学会必要的健身手段与方法,养成自觉健身习惯,为终身体育打下坚实的基础.

3. 通过羽毛球专项课培养学生顽强拼搏,独立思考能力

4. 提高学生的欣赏水平、组织能力等综合素质,培养勇于竞争、顽强拼搏的意志品质,促进身心协同发展,促进素质教育实施.

荐荐荐

学期教学计划

【热门】学期教学计划模板锦集五篇

一、指导思想

环境与人类有非常密切的关系。环境问题是人类共同关切和迫切需要解决的全球性重大问题。保护环境，在有效地利用环境的同时，深入认识和掌握自然规律，制止环境污染和环境破坏，走可持续发展的道路，以促进人类与环境的和谐统一协调发展，已成为世界各国的共识和人类行为准则。环境保护，教育为本，环境教育是提高全民族思想道德素质和科学文化素质的基本手段。为提高我班学生的环境意识，树立良好的环境道德观念和行为规范，在创建绿色学校的基础上，进一步加强环保教育，大力推进本班的素质教育。

二、学生情况分析：

我班共有学生 54 人，经过以前时间的学习，我发现本班大部分学生对环境保护和各民族的习俗有一些了解，大多数学生对祖国的各种保护环境的法规表现出较浓郁的兴趣，借此时机，将环境保护的意识灌输给孩子。培养学生的学习兴趣，让学生从小事做起，从身边的人和事做起，做个具有环境保护素养的人。

三、教学目标：

1、通过习俗与文明的学习，了解世界各民族在保护动物、节约能源、保护环境，实现人类可持续发展等方面所做的努力和形成的习俗。

2、通过循环利用的学习，引导学生从资源消耗严重、生态环境恶化、生活方式的改变等角度，感受身边的环境问题，教育学生保护环境从我做起。

3、通过生活与环境的学习，教育孩子关注环境，积极参与社区环境教育宣传活动，从小做一个有社会责任感的公民。使学生意识到保护环境从小事做起。

4、学生通过对水的理解达到对环境爱护的意识。学生通过认识人类生活中污染环境的方面如吸烟、废旧电池等，做到生活无污染。

6、教育学生做个文明好少年。

四、具体安排

九月份：

1.制定本学期的主题教学计划和班级环保计划。

2.垃圾分类：垃圾要分类，积极响应学校开展的垃圾回收屋的美化设计比赛活动。

3.“中秋熄灯共赏月，低碳有我齐回收”活动

中秋佳节把不必要的电灯和电器关掉，这样有助于减少地球受到温室气体的影响，帮助地球恢复健康，把欢度节日产生的月饼盒回收再造，既可善用资源，又可减少环境污染。

4.制作《纪录生命》影集。

5.全面做好室内的卫生消毒工作，为小学生提供一个良好的学习、生活环境。

6.做好月底清洁工作。

十月份：

1.进行环保知识学习，提高环保意识。

2.开展垃圾分类活动。

3.做好月底清洁工作。

十一月份：

1.学习校本教材中的环保方面的内容。

2.更换环保宣传栏内容。

3.组织家长回收可利用废旧物品，并进行亲子制作活动。

4.做好月底清洁工作。

十二月份：

1.开展《我与周围环境》主题探索活动，了解人与环境的关系

。

2.组织小学生在环保局进行主题访问调查活动。

3.收看点点绿电视台专题节目。

4.做好月底清洁工作。

一月份：

2.做好期末环保卫士评选工作。

3.做好环境教育工作小结。

一、教材分析：

这学期所教的内容是选修 3-1，如果时间上允许，再进行选修 3-2 第一章的教学。选修 3-1，共分为三章，分别是第一章静电场、第二章恒定电流、第三章磁场。静电场是高中阶段的基础内容之一，它的核心是电场的概念及描述电场特性的物理量，全章共 9 节内容，从电荷、电场的角度来研究电学中的基本知识。恒定电流为第二章内容，其中要研究的内容为一些基本的电路知识，主要包括欧姆定律，焦耳定律，串、并联电路等。本章的知识要以静电场的相关知识作为基础，在教学中应注意联系静电场的有关内容。最后一章为磁场，磁场和电场密切联系又具有相似性，因此通过对比可以对本章内容起到良好的帮助。

二、学生分析：

这届高二学生基础较差，对少部分同学要提高要求，除掌握好基本概念基本规律外还应掌握分析物理问题、解决物理问题的方法，并提高能力。对于大部分同学则重点掌握基本概念和基本规律，强调基础知识的掌握，为今后学习打好基础。

三、教法、学法分析：

针对本学期教学内容和学生的特点，采取重知识和重概念在此基础上提高学生能力的方法：强调学生的课前预习，争取少讲、精练、多思考。培养学生分析问题解决问题的能力。特别培养学生利用数学知识解决物理问题的能力，提高学生的实验动手能力，加强学生实验的教学，加强物理综合知识的分析和讨论。培养学生的综合素质。充分调动学生的主动性、积极性。让学生变成学习的主人。

四、教学要求

1.认真钻研教学大纲及调整意见、体会教材编写意图。注意研究学生学习过程，了解不同学生的主要学习障碍，在此基础上制定教学方案，充分调动学生学习主动性。

2.要特别强调知识与能力的阶段性，强调掌握好基础知识、基本技能、基本方法,这是能力培养的基础。对课堂例题与习题要精心筛选，不要求全、求难、求多，要求精、求少、求活，强调例题与习题的教育教学因素，强调理解与运用。

3.加强教科研工作，提高课堂效率。要把课堂教学的重点放在使学生科学地认识和理解物理概念和规律、掌握基本科学方法、形成科学世界观方面。要充分利用现代教育技术手段，提高教育教学质量和效益。

4.教学改革的重点和出路在于努力提高课堂教学的质量。

一.指导思想

《课程标准》明确指出：“教育要面向世界，面向未来，面向现代化”和“教育必须为社会主义现代化建设服务，必须与生产劳动相结合，培养德、智、体、美等全面发展的社会主义事业的建设者和接班人”的指导思想，阐述了新课程改革的教学理念和要点。在高中阶段的教学过程中，要努力使学生掌握从事社会主义现代化建设和进一步学习现代化科学技术所需要的数学知识和基本技能，具备一定的数学素养。

二.课程总体目标

根据本学期的教学内容，教学任务和要求，本学期的课程目标可概括如下：

1.夯实高中数学课程必修⑤、必修③、选修 2-1 中的基础知识，突出相应的基本方法与基本技能。

2.注重培养学生的逻辑思维能力、运算能力、空间想象能力，提高学生综合运用所学的知识，分析问题和解决问题的能力。使学生逐步地学会观察、分析、综合、比较、抽象、概括、探索和创新的能力;运用归纳、演绎和类比的方法进行推理，并正确地、有条理地表达推理过程的能力，并且不断地渗透函数与方程、数形结合、分类讨论、化归与转化等重要的数学思想方法。

3.根据数学的学科特点，加强自主性学习的教育，培养学生学习数学的兴趣，增强学生学好数学、用好数学的信心;培养学生良好的学习习惯，实事求是的科学态度，顽强的学习毅力和独立思考、自主探究、创新的精神，让学生亲身体会学有所得，学有所用的快乐。

4.学会通过收集信息并进行加工、整合，处理数据、制作图像、分析原因、推导结论来解决实际问题的思维能力和操作方法。

5.使学生具备一定的数学素养，逐步认识数学的科学价值、应用价值和文化价值，形成批判性的思维习惯，崇尚数学的理性思维，体会数学的美学意义与人文科学，进一步树立辩证唯物主义和历史唯物主义世界观。

三.学情分析及相关措施：

学生步入高二年级就意味着新的学习的开始，无论是从学习的内容、学习的方法，还是教学模式的转变，都需要一个适应的过程。高中阶段的特殊性就在于它的跨越性，理想的期盼与学法的突变，难度的加强与惰性的生成等等矛盾冲突伴随着高一新生的成长，面对新教材的我们也是边摸索边改变，树立新的教学理念，并落实在课堂教学的各个环节，才能不负众望。我们要从学生的认识水平和实际能力出发，研究学生的心理特征，做好初三与高一的衔接工作，帮助学生解决好从初中到高中学习方法的过渡。从高一起就注意培养学生良好的数学思维方法，良好的学习态度和学习习惯，以适应高中领悟性的学习方法。具体措施如下：

1.结合学生的实际情况，做好初、高中学习方法的衔接、过渡和转化工作。

2.注重夯实基础知识，突出重点、分散难点.所教的基础知识依据《课程标准》的要求,着眼于夯实基础知识，注重能力的稳步提升，充分体现基础与能力并重，循序渐进的教学原则。

3.培养学生解答考题的能力,通过例题,从形式和内容两方面对所学知识进行能力方面的分析,引导学生了解数学需要哪些能力要求。

4.让学生通过单元考试，检测自己的实际应用能力,从而及时总结经验,找出不足,做好充分的准备。

5.抓好优生强化与后进生的转化辅导工作，提前展开数学奥竞选拔和数学基础辅导。

6.注意运用现代化教学手段辅助数学教学;注意运用投影仪、电脑软件等现代化教学手段辅助教学，提高课堂效率，激发学生学习兴趣。

一、班级学情分析

二（1）班共有学生 57 人。男生 39 人，女生 18 人，因为男生较多，再加上刚入学没有养成良好的习惯，所以学生纪律较差，学习习惯，尤其是书写习惯很差，经过上学期的纠正和努力，班级的整体面貌有了初步的改观。已基本养成良好的写字习惯，书写规范、端正，逐渐对阅读有了兴趣，能流利、有感情地朗读课文了。本班中优、中、差生的比例基本是 1:2:2，优等生中想翟嘉乐、刘桃汐、刘静伊、吴娟、张哲贤、赵佳慧、王一鸣、等同学学习习惯良好，上课能积极思考，主动发言，所以成绩较为稳定，名列班级前茅。接班后经过一个学期的观察我发现也有一大批学生对学习没有兴趣，学习习惯较差，尤其是完成作业的习惯较差，这些学生是：赵勇、王文轩、时佳乐、刘阳、翟佳伟、郝帅、张有为、史钰煊等同学，还有一些学生由于学习基础较差，动手能力差，学习进度跟不上，再加上学习不专注，所以成绩较差，他们是：王宇航、郑阳、王晓乐、张芝研、王子轩、张浩楠、冯婷玉、薛文瑞等同学。本学期继续进行养成教育，让每个学生各展所长，更好的发展。

二、问题反思

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/315002014230011134>