

高中体育教学工作计划

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，使学生身心得到和协地发展。

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，从学生的认知特点和兴趣爱好为出发点，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，身心得到和谐地发展。

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、主动参与体育活动的兴趣。

4、抓好“两操”“课外体活、大课间、特色体育活动”积极_____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，抓好两操和“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和推轱辘训练工作，竹竿舞还要有新的创意，要做到人人参与，师生共练。争创体育特色和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和分项强化训练力争在今年的市、区比赛中取得更好的成绩，为学校争光。

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。

高中体育教学工作计划（二）

一、指导思想

认真学习“体育与健康教育”新课标，把“生活教育”的理念渗入到新课程中。坚持“健康第一”的指导思想，以促进学生健康成长为目标，激发学生运动兴趣，培养他们终身体育的意识。在教学中，重视学生的主体地位，发挥他们的创造力，以学生发展为中心；关注个体差异与不同需求，确保每一位同学受。在高中学习中，文化课固然重要，可是身体素质也是很重要的，这就是体育锻炼和健康教育的问题了，所以说在高中的时候，体育和健康教学必须要实行下去。

二、基本情况分析

学生进入高二上期，身体素质较初中有了明显提高，各方面能力也在提高，而同时学习任务较重，这个时期的教学要注意教学的艺术，要提高学生进行体育锻炼的兴趣，使学生在体育课上全员参与，提高身体素质，减轻学习压力。

三、本期学习的主要任务和目的

本学期教学内容为高中体育第一册：体育与健康基础知识、田径、体操、球类等内容。学生虽然进入了高中，对体育与健康课程有了一定的了解，但学生学习体育与健康课的自觉性、主动性仍较差。为此，在教学中，要让学生从被动学习到主动去练习，提高学生的体育与健康素养。因此在教学中应注重能力的培养。

学习目的

1、深入了解体育教材的内容和教学手段，懂得体育锻炼对身体的作用，增长体育知识，并自觉地进行身体锻炼。

2、学习一些基本体操，加强协调性练习。通过素质练习，提高学生跑、跳、投的能力。进一步促进身体正常发育和内脏器官机能的发展。

3、进一步学习和掌握上期所学的内容。使之学为所用，提高体育达标成绩。

4、培养学生的组织纪律性和顽强拼搏精神、吃苦耐劳的意志品质。加强爱国主义教育。

四、教学措施

1、课堂教学时尽量利用学校现有的场地和器材，力求基础知识教学与基本技能训练相结合。

2、上课讲解时，做到声音要宏亮、吐词清晰，组织得端，示范准确。教法要因地制宜，灵活多变。

3、抓好两操及课外活动，促进学生身体素质全面发展。

4、积极配合学校组织学生开展各种形式的体育活动。

五、教学内容及课时安排

第___周开学工作、制定教学计划、器材准备等

第 2-___周复习并纯熟掌握第三套广播体操-舞动青春

第 6-___周球类篮球单手肩上投篮和排球正面双手传接球

第 10-___周跑：耐久跑___米全程计时跑、弯道跑

跳跃：跳长绳、短绳

投掷：双手从体前后抛实心球

游戏：猜猜谁是领头羊、听数抱团、开火车

第 15-____周力量、柔韧性训练、俯卧撑、坐位体前屈

跳跃训练单双腿连续跳

第____周温习预备体育测验

第____周报送成绩

高中体育教学工作计划（三）

一、教学目的要求

体育与健康课程模块教学为学生提供了更广泛的选择余地。本学期教室教学力图以多样的教学方式，激发学生学习兴趣，达到运动参与的目的，提高学生科学锻炼的主动性、自觉性与主动性，通过太极拳模块、田径模块教学，使学生进一步掌握二十四式太极拳及田径运动的基本技术与技能，增强体能，同时在运动中培养学生坚忍不拔的意志品质和团队协作精神，学会自主、合作与探究学习，形成运动专长和技能，为终身体育打下坚实的基础，逐步形成健康的生活方法和优良的思想品德。

二、教室学生情况分析

高一新生具有初步发现问题、分析问题与解决问题的能力；在生理上，大部分学生进入了生长发育的高峰，身体素质有了明显地提高，为进一步学习提供了有力的条件；在心理上，高一学生刚刚从初中进

来，心理还不成熟，控制情绪能力较弱，心理极不稳定;另外，她们虽然对高中体育具有极强的好奇心与新鲜感，但合作认识与团队观念较为薄弱。

三、教学具体措施：

- 1、利用室内理论课，运用多媒体教学技术，使学生掌握基本的理论知识、动作技能。
- 2、利用实践课，使学生进一步掌握运动技术要点，形成运动专长，培养终身体育认识。
- 3、采用分组教学法，培养体育骨干。
- 4、加强思想品德教育，在教室教学中进行德育教育的渗透。
- 5、主动开展丰富多彩的课外体育活动，提高学生运动参与的主动性。

高中体育教学工作计划（四）

一、教学工作的计划

（1）学生情况分析：高一年的学生选项为武术教学班人数较多，高二年选项出现一些人数参差不齐的现象，但也基本上是上个学分选项时的基本情况，对于学习时起到这个项目的连续性有一定的帮助。学习时也能了解到教师的教学意图，这样方便教学的总体安排，也可在一定程度上增加一些技术难度与要求。

（2）教材与教辅分析：

①分析教材与教辅的内容与结构：这个学期采用____个学分同时选项，这样有利于全学期的学习计划与安排，不用再教基本功，本学期我安排了校本课程“永春白鹤拳”里的两个套路进行教学，采用一套拳，一套器械的方式配合实用技能进行教学，这样有利于学生的学习兴趣，从内容与结构上的安排是注重学生的学习过程，特别是动作的到位，学不在多，而在精。

②分析教材的特点与重点、难点：教材的特点为有利于学生的学习，兴趣比较浓，对于学习过程比较注重，方便学生的素质不同者的学习;重点在于武德，这是本个项目开设的重点，也是教学过程中最重最重的重点，让学生知道学习的基本意图，也让学生能自我控制;难点在于如何去掌握套路的实用技能，提高学以致用，能有防身的本领。

③提出教学任务：在全面发展体能的基础上，进一步发展灵敏、力量，速度和有氧耐力，武德的培养;引导学生学会合理掌握练习与讨论的时间，了解实现目标时可能遇到的困难。在不断体验进步和成功的过程中，表现出适宜的自信心，形成勇于克服困难积极向上，乐观开朗的优良品质;认识现代社会所必需的合作和竞争意识，在武术学习过程中学会尊重和关心他人，将自身健康与社会需要相联系，表现出良好的体育道德品质，结合本身项目去了解一些武术名人并能对他们进行简单的评价;加强研究性的学习，去讨论与研究技能的实用性，加强同学之间的讨论交流的环节。

教学目标：

①总体目标：建立“健康第一”的理念，培养学生的健康意识和体魄，进一步激发学生的学习“永春白鹤拳”兴趣，培养学生的终身体育意识，以学生身心健康发展为中心，重视学生主体地位的同时关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生都受益，以及多样性和选择性的教学理念，结合学校的实际情况，设计本教学工作计划，以满足学生选项学生的需求，加深学生的运动体验和理解，保证学生在本“永春白鹤拳”选项课的学习中修满2学分。加强学习“永春白鹤拳”的基本套路，加强学习的兴趣，提升学生本身的素质，特别是武德的培养。

②具体目标：

运动参与：a养成良好的练武的锻炼习惯。b根据科学锻炼的原则，制定并实施个人锻炼计划。c学会评价体育锻炼效果的主要方法。

运动技能：a认识武术运动项目的价值，并关注国内外重大体育赛事。b有目的的提高技术战术水平，并进一步加强技、战术的运用能力。c学习并掌握社会条件下活动的技能与方法，并掌握运动创伤时和紧急情况下的简易处理方法。

身体健康：a能通过多种途径发展肌肉力量和耐力。b了解一些疾病等有关知识，并理解身体健康在学习、生活中和重要意义。c形成良好的生活方式与健康行为。

心理健康：a 自觉通过体育活动改变心理状态，并努力获得成功感。b 在武术练习活动中表现出调节情绪的意愿与行为。c 在具有实用技能练习中体验到战胜困难带来喜悦。

社会适应：a 在学习活动中表现出良好的体育道德与合作创新精神。b 具有通过各种途径获取体育与健康方面知识和方法的能力。

（4）教学措施：

采用教师示范与讲解，学生讨论，练习，教师评价，再进行个别指导，后进行学生练习，最后进行展示与学生的综合评价相结合的方式方法，培养学生的良好的学习习惯、学习方法更好地完成教学任务，达到教学目标；实行培优扶中辅差，采用学习小组的建立，加强学习小组的相互学习、相互讨论、相互研究的功能，提升学习的效率；加强多边学科的整合，特别是加强心理健康的教育，加强运动力学、运动医学等进行学习，以提升学生的运动自我保护意识与能力。

二、教学研究的计划

（1）课题研究：加强校本课程“永春白鹤拳”的开发与教学；提出“趣味奥运会进入校园”的课题进行研究。

（2）校本教研：加强校本课程的开发，加强体育备课组的教研能力，做为备课组长的我与其他老师加强讨论校本的研究与开发，本次校本开发利用了三个内容：“永春白鹤拳”、跆拳道、街头篮球。

(3) 论文撰写：结合课题研究的内容进行撰写，特别是利用《晋江课改》在我校主办的平台上撰写论文，宣扬“平山体育”的品牌文化建设。

(4) 校际、教研组、备课组教研活动：做为晋江市教育局兼职中学体育教研员、校际组成员，协助教育局、进修学校开展好教研活动，履行职责积极参加校际组开展的各项活动，加强提升在校际组的教研水平积极参加教研组的各项活动，提升教研水平；做为备课组长的我，我计划着积极组织本组老师一起提高高中的课改力度与水平，集中老师的备课时间与讨论在备课过程中出现的一系列问题，针对选项会出现的问题进行沟通，加强学习过程的评价，协调选项内容的评价标准及认证过程。

(5) 公开教学、听课、评课。本学期继续加强听课的机会的掌握，加强本校的听课，外校的听课，继续向各位开课老师进行学习充电。评课，提出自己的意见，针对课上出现的不同看法大胆提出，努力提升自己的评课的水平，加强谈话水平。

三、继续教育的计划

(1) 自我培训计划：加强多方位立体化自我培训，加强网络、媒体、书本、培训材料进行自我的培训，提升自己的内含，提高自己的各项素质，加强业务学习。

(2) 校外培训、在职进修计划：加强网络的视频培训，加强课改的业务培训，加强网络的培训学习。

(3) 远程培训计划：根据上级文件的要求进行远程培训。

四、其他工作计划

1、策划、组织、实施“平山中学第____届校园趣味体育文化节”，提升校园活力，促进学校办学特色的充实，建立“平山体育”品牌的建设与推广，加强师生的健身意识的培养。

2、根据上级文件要求，组织各项体育比赛的训练与参赛。

3、协助初三的体育中考、高三的体育专业考试的训练，配合学校加强毕业班体育考试的训练，协助体育中考的组织与参考的各项过程活动。

4、上好校本课程的一堂课（星期五第七节）

5、协助晋江教师博客网络管理员进行教师博客的建设与管理，并继续平山中学体育与健康资源服务网的建设与管理，促进网络平台作用的提升。

6、协助心理咨询室老师加强学生的心理辅导，加强心理活动的开展，并在平山中学体育与健康中心的栏目建设，并参与开展青春期健康教育的活动，进行小结趣味活动带给他们什么的研究。

高中体育教学工作计划（五）

一、教学工作的计划

（1）学生情况分析：

本学期本人任教高一年的学生选项为两个女子武术教学班和一个男子武术教学班，都是新生进入平山中学的，高二年选项为女子武术

教学班，都出现一些人数参差不齐的现象，但也基本上是上个学期选项时的基本情况，对于学习时起到这个项目的连续性有一定的帮助。学习时也能了解到教师的教学意图，这样方便教学的总体安排，也可在一定程度上增加一些技术难度与要求。

(2) 教材与教辅分析：

①分析教材与教辅的内容与结构：这个学期采用____个学分同时选项，这样有利于全学期的学习计划与安排，不用再教基本功，本学期本人计划在高一年的教学内容是田径与基本体操（广播操）及初级长拳结合进行教学，高二选项安排校本课程“武术剑”里的一个套路进行教学，再结合表演的方式配合进行的实用技能进行教学，这样有利于学生的学习兴趣，从内容与结构上的安排是注重学生的学习过程，特别是动作的到位，学不在多，而在精。

②分析教材的特点与重点、难点：教材的特点为有利于学生的学习，兴趣比较浓，对于学习过程比较注重，方便学生的素质不同者的学习；重点在于武德，这是本个项目开设的重点，也是教学过程中最重最重的重点，让学生知道学习的基本意图，也让学生能自我控制；难点在于如何去掌握套路的实用技能，提高学以致用，能有防身的本领。

③提出教学任务：在全面发展体能的基础上，进一步发展灵敏、力量，速度和有氧耐力，武德的培养；引导学生学会合理掌握练习与讨论的时间，了解实现目标时可能遇到的困难。在不断体验进步和成功的过程中，表现出适宜的自信心，形成勇于克服困难积极向上，乐观

开朗的优良品质;认识现代社会所必需的合作和竞争意识,在武术学习过程中学会尊重和关心他人,将自身健康与社会需要相联系,表现出良好的体育道德品质,结合本身项目去了解一些武术名人并能对他们进行简单的评价;加强研究性的学习,去讨论与研究技能的实用性,加强同学之间的讨论交流的环节。

(3) 教学目标:

①总体目标:建立“健康第一”的理念,培养学生的健康意识和体魄,在必修田径教学的基础上进一步激发学生学习“初级长拳”、“剑”的兴趣,培养学生的终身体育意识,以学生身心健康发展为中心,重视学生主体地位的同时关注学生的个体差异与不同需求,确保每一个学生都受益,以及多样性和选择性的教学理念,结合学校的实际情况,设计本教学工作计划,以满足学生选项学生的需求,加深学生的运动体验和理解,保证学生在一学年田径必修基础上再加上“长拳”来引导男女生学习体育模块的积极性,再结合高二年的“剑”选项课的学习中修满2学分。加强学习“长拳”以及“剑”的基本套路,提升学习的兴趣,提升学生本身的素质,特别是武德的培养。

②具体目标:

运动参与: a养成良好的练武的锻炼习惯。 b 根据科学锻炼的原则,制定并实施个人锻炼计划。 c 学会评价体育锻炼效果的主要方法。

运动技能: a 认识武术运动项目的价值,并关注国内外重大体育赛事。 b 有目的的提高技术战术水平,并进一步加强技、战术的运用能

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/947016102125010003>