

初中体育教学计划合集

篇1：初中体育教学计划

本学期是九年级上学期，这是一个紧张又不能放松的学期。

指导思想

- 1、根据学校领导的管理要求，充分发挥学科组的作用，在工作中处于积极、主动、积极的状态。
- 2、加强组内教师的团结与合作，每个老师都要尽心尽力，不断提高业务水平，积极施展自己的才华。
- 3、贯彻学校体育工作条例，开展各种体育竞赛活动，积极筹备运动会及校园体育节等，增强学生体质，培养他们对体育活动的兴趣、力争在各类竞赛中取得好成绩。

二、工作重点：

- 1、抓好体育常规课的质量，提高备课组的教研能力
- 2、努力提高跑步的质量，保证学生每天一小时的锻炼时间。
- 3、抓好组内教师公开课，加强同组老师间的交流与合作。
- 4、围绕速度、耐力及力量等进行训练，结合协调性发展，力求提高学生的体育中考成绩。

三、具体工作：

1、备课组建设：

一周一次集体备课、一周教研活动，组织学员加强理论学习，抓好教学质量。加强授课能力和效率及课后反思。确实抓好每一堂课的质量。

2、体育教学

落实课堂常规，改进教学措施，提高教学质量。初中生对抗性强，可采用一些教学比赛，增进学生身体锻炼的效果。因材施教，分组时采用男女分组或按身体素质分组，以增进学生的自信心，在运动中享受锻炼的乐趣。改进教学手段，根据学生的不同差异制定不同的教学手段使每个学生受益。开展课后辅导工作，对体育薄弱的学生加强辅导，不抛弃、不放弃，力求达到中考要求。

篇2：初中体育教学计划

一、基本情况：

本学期所教的是八年级六个班，每个班人数都在45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。

二、指导思想：

以新课程理念为指导思想，充分发挥学生的主体地位，培养学生自主创新意识，敢打敢拼勇争一流及优良的集体主义精神。确保每一个学生都能够积极投入到体育锻炼中去。

三、学期目标：

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和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、熟练掌握眼保健操和新的广播操。

3、让他们体验到运动的乐趣，能够在玩中学，在学中锻炼身体，增强体质。

四、具体措施：

1、利用课中或课后的时间多与学生沟通交流，转变他们的观念，变被动为主动。

2、认真备好课，向课堂45分要效率，确保学生们能够在愉悦气氛中投入到每节课的学习中。

3、课堂上，参与到学生中间，以此拉近与他们的距离，注重培养体育骨干，起到率先的作用。课中多采用比赛的方式，激励他们敢于争创的好成绩。

4、课后做到及时反思总结。

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。

五、业务学习：

1、认真领会课改精神，熟练各学段教材内容，加强业务理论学习，在教学实践中提高自己的业务水平。

2、多听课，评课参与集体研讨，取其长补己之短，丰富自己的阅历。

3、充分利用多媒体、图书室等查阅教学训练方面的资料，学习新的好的教学方法。

4、多与同行共同交流，共同研讨，共同提高。

5、加强自我锻炼，提高自身素质2016年初中体育教学计划工作计划。

六、教研课题与研究措施：

课题：寓教于乐于体育教学中

措施：

1、实践法：以课堂为载体，精心设计每一堂课，让学生能够在玩中学，学中玩。

2、问卷调查法：通过对学生的调查反馈，加以改进。

七、评价教育教学：

通过测试和平时的练习采取教师或学生相互评价的方式，分优秀、良好、及格、仍需努力四个层次：

1、学习态度与行为：能否以端正积极的心态投入到体育锻炼及体育课的学习中去

2、体能与技能：能否正确的将动作掌握与运用情况。

3、交往与合作精神：能否正确处理好与同伴的合作关系。

八、教研课的安排：

1、进一步发挥我校体育教研组教师队伍整齐、年轻有活力的优势，认真提高体育教学、体育科研水平。

2、认真组织落实课堂常规教学要求，完善课堂纪律要求，建立具有我校体育工作特色的体育教学。

3、加强组内交流，创造浓厚的体育教研氛围，真正做到以教为乐、以学为乐

的体育教研工作。

4、切实提高体育课教学质量，认真开展体育教学试验课、实验课活动，争取在优质课评选中取得较优异的成绩，以提高自己的授课水平。

5、精心组织新春学生足球联赛、排球联赛。

九、教学进度：

按教研室安排的进度且结合本校实际进行。

篇3：初中体育教学计划

本学期我将以“健康第一、面向全体、培养能力、发挥特长”为我的教学宗旨。结合实际积极开展体育教学研究，提高教学质量。

一、教学质量基本情况分析

1、走进学生心灵，尊重学生选择，给学生一个快乐的青春。

初三年级是我从初一带上来的学生，上课有严格的规范要求，大部分学生体育素质较好，他们敢于实践。学生体育基本功也不错，上学年体育达标成绩令人满意。本人特殊喜爱学生。虽然我上课严格要求学生，但平时与学生一起玩乐，游戏，关心学生，所教学生都很喜欢我，听我的话，愿意和我交流，这些给我的教学实施带来了有利的条件。初三学生已经具有独立思考问题的能力，教师重视学生的心理感受和情感体验对学生而言才是最重要的。因此，在教材的选择上，我将进行大胆地创新，积极创设情景，从学生爱好出发，选择富有生活气息的形式进行教学。因此，本学期在课堂教学中，让学生更加自信地想、大胆地体验。教学中，注重与孩子之间建立良好的师生感情，时刻观察他们的一举一动，对于他们的每一点变化，力求做到了如指掌，一旦发现问题便马上从中想对策，对他们进行有针对性的培养与教育。除了对各别同学进行有针对性的辅导外，继续经常与同学们一起做游戏，在课堂上进行师生互动等。

二、教学质量目标及措施

1、加强安全防范措施，始终把“安全意识”放在首位，切实做好学校体育的安全工作，确保活动场地设施的完好与安全，确保学生人身安全。

2、继续学习和研究《体育与健康》教材，坚持相互听课和评课，不断提高教师的业务水平与能力，对新教材加以研究，参与课程改革，积极探索教学新思路。以学生为本，以“健康第一”为原则，促使学生养成自我锻炼的习惯，把握科学锻炼的办法，树立终身锻炼的思想。

3、体育课教学要开放化

在课程改革、教学不断创新的今天，体育课教学也应以创新为主，面向未来、面向社会。不应再是以教师为主的传授性教学为主，而应是以学生为主体的尝试性教学为主，要根据学生的身心发展特征、爱好和水平目标来安排课的内容，内容应以协作性和互助性为主，重视对学生体育能力的培养。

4、根据目标来科学、合理地安排教材

对教材的安排要科学化、合理化、灵活化；课的内容要单一化，内容的形式要多样化、全面化；课的设计要新奇化、趣味化、个性化。体育教学要始终贯彻一个主题-----健康第一、快乐体育、以学生为主。尽量让枯燥、单调的教学变得新奇、活泼、轻松，让学生的身、心、德、智在愉悦的活动中得到全面地发展，同时还要注重学生能力的培养，特殊是创造性思维的培养。体育课教学只有不断地创新、不断地探索，才能不断地进步，不断地在实践中优化体育课教学。

5、选择适宜的教学环境

场地、环境的选择要有助于课堂教学，有利于提高学生的积极性、能动性和创造性。新奇别致的场地布置以及有选择地变换运动地点，都能调动学生的练习爱好，同时环境具有调节情绪的功能，当学生处于一个整洁美丽，生机盎然的环境中时，能产生轻松、愉悦、安宁等积极的情绪，表现出活泼开朗、自信大方、朝气蓬勃、乐观向上与人友好相处易于接受别人的意见；反之，则表现出萎靡不振、情绪底下、烦躁不安、不友好等不良行为。

6、上体育课应留意的安全事项：

体育课是锻炼身体、增强体质的重要课程。体育课上的训练内容是多种多样的，因此安全上要留意的事项也因训练的内容、使用的器械不同而有所区别。

(1)、短跑等项目要按照规定的跑道进行，不能串跑道。这不仅仅是竞赛的要求，也是安全的保障。特殊是快到终点冲刺时，更要遵守规则，因为这时人身体的冲力很大，精力又集中在竞技之中，思想上毫无戒备，一旦相互绊倒，就可能严重受伤。

(2)、立定跳远时，必须严格按老师的要求执行。起跳后要落入沙坑之中。这不仅是跳远训练的技术要领，也是保护身体安全的必要措施。

(3)、在进行投掷训练时，如投实心球等，一定要按老师的口令进行，令行禁止，不能有丝毫的马虎。这些体育器材坚硬沉重，假如擅自行事，就有可能击中他人或者自己被击中，造成受伤，甚至发生生命危险。

(4)、参加球类等项目的训练时，要学会保护自己，也不要争抢中蛮干而伤及他人。在这些争抢激烈的运动中，自觉遵守竞赛规则对于安全是很重要的

三、体育中考项目具体安排

1、9月份身体素质耐力、定量素质、定性素质恢复阶段。

2、10月份主要是耐力素质、定量、定性素质训练、提高阶段。

(1)、男同学1000米、女同学800米；

(2)、篮球；

3、11月份：50米、立定跳远、实心球、仰卧起坐、单杠引体向上、篮球、一分钟跳绳；

4、12月份：排球。

5、1月份：足球。巩固练习准备迎接考试阶段拓展活动、课堂常规训练提高。

四、教学进度：

篇4：初中体育教学计划

一、基本情况：

本学期所教的是八年级六个班，每个班人数都在45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。

二、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：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。

三、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。

四、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。

篇5：初中体育教学计划

在初中阶段，体育教学对学生的身心发展起着至关重要的作用。体育教学计划的制定和实施是为了帮助学生培养健康的体魄、积极的精神状态和合作的团队意识。本文将从课程设置、教学方法和评估体系等方面探讨初中体育教学计划的内容和方法。

第一部分：课程设置

初中的体育课程设置应综合考虑学生的年龄特点和兴趣爱好，既要确保学生掌握基本的体育知识和技能，又要培养他们的体育兴趣和意识。

1. 体育知识与技能

课程中应包含基本的体育知识，如运动原理、运动生理等，以提高学生对运动的理解和认识。同时，应注重培养学生的体育技能，如跑步、跳远、投掷等。通过有针对性的训练，学生能够掌握运动技能，提高运动水平。

2. 健身与健康

体育课程也应当注重学生的健身和健康教育。通过开展体育锻炼，培养学生的动作协调能力和肌肉力量，改善他们的身体素质。同时，还可以教导学生正确的锻炼方式和生活习惯，培养他们健康的生活方式。

第二部分：教学方法

为了提高体育教学的效果，教师需要选择适合的教学方法和策略，以满足学生的学习需求和提升兴趣。

1. 学生参与

体育教学应强调学生的主体地位，鼓励学生参与到体育活动中。教师可以通过课堂讨论、小组合作等方式，积极引导主动思考和参与讨论，提高他们的学习兴趣和主动性。

2. 多样化的教学活动

体育课应注重激发学生的学习兴趣。除了常规的课堂教学，还可以设置一些趣味性的教学活动，如运动比赛、团队合作游戏等，以增加学生的参与度和乐趣。

第三部分：评估体系

为了科学地评价学生的体育教学效果，需要建立完善的评估体系，对学生的体育水平和素质进行评估。

1. 量化评价

体育教学中可以引入量化评价的方法，如运动测试、竞技成绩等，以客观地评估学生的体能水平和技能水平。评价结果能够帮助学生了解自己的优势和不足，以及改进的方向。

2. 综合评估

除了量化评价外，还应注重综合评估学生的综合素质。可以从学生的动作技能、运动表现、竞技能力等方面进行评估，通过观察和讨论等方式，全面了解学生的体育发展情况。

综上所述，初中体育教学计划是为了促进学生身心健康全面发展所制定的。通过合理的课程设置、适当的教学方法和科学的评估体系，可以帮助学生提高体育水平，培养合作精神和团队意识，为学生未来的发展打下良好的基础。