

体育兴趣小组活动计划 (组合6篇)

篇1：体育兴趣小组活动计划

一、指导思想：

认真贯彻党的教育方针，更新教育理论，探教育改革之路，实施创新教育，顺应时代的教育教学的发展需要。

二、工作目标：

认真完成学校体育工作，使学生掌握体育的基本知识，基本技能，基本技术，培养学生的兴趣，发展学生特长，增强学生体质，而且做好学生体质锻炼的准备工作，认真完成领导安排的各种时令性工作和任务。

三、教学训练的任务：

- 1、培养学生对田径运动的兴趣，组织和吸引更多的学生参加田径活动。
- 2、发展柔韧、协调、灵敏、速度、弹跳等运动。
- 3、学习和掌握田径各项运动所需的基本活动技能，逐步培养完成各种练习的正确姿势，对学生的特长的培养。
- 4、武术段位制：趣味武术、段前一级、二级、太极拳、洪拳。

四、教学训练内容：

- 1、柔韧性的练习；
- 2、协调性练习；
- 3、速度、灵敏练习；
- 4、耐力练习；
- 5、弹跳力和力量练习；
- 6、武术基本动作，趣味武术、段前一级、二级、太极拳、洪拳。

五、训练次数与时间：

每班每周训练1次，每次40分钟左右。时间为周三课外活动。

六、训练要求：

- 1、学生训练课的内容、形式、节奏安排等，要求多种变化
- 2、训练必须常年系统的进行。
- 3、各种练习中，培养学生强身健体的观念和意识。

20xx年3月23日

篇2：体育兴趣小组活动计划

课外体育兴趣小组，在于培养学生对体育的兴趣、醉心、增长知识、提高技能、丰盛学生的课余文化生活，培养学生的身体素质，为今后学习及培养体育人才起着积极推动的作用。为了给醉心体育的同学一个优良的学习环境，现将本学期体育小组的活动安排制定如下：

一、活动目的：

通过体育兴趣小组的活动，进一步了解体育的基本知识，提高学生的运动水平及运动技能，使学生的身体得到更好的发展。

二、活动要求：

- 1、每周进行一次活动，小组成员必须准时到达操场集中。
- 2、体育小组成员应严格遵守纪律，在操场不准做与体育学习无关的事，应听从体育教师的安排，保证体育过程中的安全。
- 3、爱护体育教室内的设施和用品。
- 4、努力学习，致力于提高自身的身体素质和运动技能，培养吃苦耐劳的优良品质。

三、活动内容：

- 1、使学生了解一些简单的体育常识知识，（体育项目、体育设施、基本的使用方法、尝试各种田径运动项目。）。
- 2、以集体训练为主，以个人练习为辅，以培养技能为主进行教学。
- 3、给学生自己活动的时间和空间。
- 4、进行体育游戏，培养体育兴趣，调动学习积极性。5、进行体育竞赛，训

练学生的运动能力和协作能力。

四、采取的措施：

1、体育教师要认真负责，把它看成是学校教育的组成部分，使小组活动开展得生动、开朗、丰盛。

2、做好组织工作。在学生自愿报名参加的基础上，要挑选各班有一定体育基础、成绩较好的学生参加。要选出身体素质较高、成绩也好的学生担任组长。兴趣小组要在教师的指导下充分发挥学生的骨干力量。

3、安排好活动时间和活动地点。根据学校的统一安排，要坚持课余活动的原则。

4、订立必要制度，抓好思想工作。要教育学生自觉遵守学习制度，准时参加体育活动。明确学习目的，培养勤奋好学，积极进取的精神，促进学生的全面发展。

篇3：体育兴趣小组活动计划

当前我们处于二十一世纪，人类已步入健康社会。体育，广泛地应用于我们生活的各个方面。为适应时代的发展，体育兴趣小组已被纳入到各级学校必修课程之中。根据上级文件精神，为了适应现代教育形势发展的要求，为了充分培养学生的能力，促进学生的特长与能力协调发展，本学期我校将开展体育兴趣小组活动，并努力提高活动质量，使学生学有所得，学有所长。

一、情况分析

为要更好地开展体育兴趣活动，首先对我校的体育教学方面作一简要情况分析：我校处于农村，底子薄，师资力量薄弱。难度很大，可想而知。学生在态度方面不够端正，认为体育兴趣小组就是玩，也有相当一部份学生对体育兴趣只是一时的冲动，没有恒心，遇到困难就倒下。

二、活动措施

为能更好地完成活动辅导任务，特制定计划如下：

1、做好报名工作

先初步设定体育活动兴趣小组人数约30人左右，由各班主任利用班会做好宣传发动工作，让学生自由报名，学校再根据各班得报名人数从中选出30名具有运动基础的学生作为学员，时间为每天下午课程辅助活动课。

2、加强管理

为能更好地完成课外活动的学习目标，必须做到认真备课，耐心辅导，全面关心爱护学生，管理组织教育好学生遵守学生日常行为规范，文明守纪，讲究卫生，更要爱护来之不易的体育器材。

3、重视体育课的教学，培养学生的兴趣

学习兴趣是学生基于自己的学习需要而表现出来的一种认识倾向，它是学好一门课的内驱动力。俗话说：“良好的开端是成功的一半。”这就要求我们在体育课中，要从运动的产生、发展、最新动态的有关常识的介绍，同时结合本地区、本校进行教学，体育也是个人成才的需要，激发他们的求知欲望，充分调动学生的学习积极性。

4、注重运动能力，使学习兴趣持久不息

体育学科是一门实践性极强的学科，应该说学生每时每刻都离不开运动。学生刚开始学习时还有兴趣，但慢慢地运动因累的热情就会下降，不感兴趣。这就要求我们教师在上课过程中采用“任务驱动”教学法，明确每节课的教学目标，给学生“主动发展”的空间，大力推行“发现式”教学，同时要保证学生充裕的运动时间，着重培养和锻炼学生的运动技能。当学生通过自己的运动提高了身体素质时，便会增添一份喜悦之情，充满一股运动的热情。

三、活动安排：

每天下午第六节课程辅助活动课

四、活动内容：

9月份短跑知识及训练

10月份耐力跑知识及训练

11月份跳绳技巧及训练

12月份篮球基础

1月份乒乓球技巧及训练

20xx年9月xx日

篇4：体育兴趣小组活动计划

为丰富学生的业余生活，提升学生的兴趣爱好，展开学校的第二课堂。体育兴趣小组的训练是在校领导和班主任老师，任课老师的积极配合下，才能圆满完成本学期的体育兴趣小组工作。为了更好的展开搞各项工作，特制定本学期体育兴趣小组计划如下

一、教学训练的任务：

- 1、培养学生对田径运动的兴趣，组织和吸引更多的学生参加田径活动。
- 2、发展柔韧、协调、灵敏、速度、弹跳等运动事故。
- 3、学习和掌握田径各项运动所需的基本活动技能，逐步培养完成各种练习的准确姿势，对学生的特长的培养。
- 4、在训练过程中努力培养学生守纪律、爱集体、懂礼貌、爱学习、勇于吃苦、意志顽强的品质，使其能够全面发展。

二、教学训练内容：

- 1、积极参与游戏活动，轻松地实行自然地地形跑
- 2、积极参与游戏活动，发展跑的水平
- 3、积极参与游戏活动，掌握障碍赛跑的方法。
- 4、体验合作学习的快乐，并在合作学习中掌握跳橡皮筋的三个基本动作，积极参与表演。
- 5、了解排球的发球的动作要领，在学习中掌握一定的发球技能。
- 6、较好地使用已掌握的小排球传球、垫球技术实行小比赛，并能在比赛中体验合作的快乐。

三、训练次数与时间：

每两周训练1次，每次1小时左右。时间定为每周四下午第三节课。

四、训练要求：

- 1、学生训练课的内容、形式、节奏安排等，要求多种变化
- 2、训练必须常年系统的身体系统为主。
- 3、各种练习中，培养学生合理的用力顺序，爆发用力等意义。

五、指导老师：

六、思想教育和管理工作：

要把训练和思想教育结合起来，有意识地在教学训练过程中，培养学生爱祖国、爱学校、懂礼貌、讲文明、爱吃苦的品质，有计划地安排优秀运动事迹的讲解，增强跟班主

任、家长、校领导的联系，使学生能安心训练，创造更好的成绩。

篇5：体育兴趣小组活动计划

一.目标

为初中九年级学生提供丰富多样的体育兴趣小组活动，促进学生体育兴趣的培养和发展。

二.时间安排

- 1.活动周期：每周一次
- 2.活动时间：每周五下午3点30分至4点30分

三.活动内容

每次活动将包括以下主题之一：

- 1.羽毛球比赛：安排九年级学生之间的羽毛球比赛，提供比赛场地和器材。
- 2.跑步训练：组织跑步训练，增强学生的体能和耐力。
- 3.健身操：指导学生进行健身操活动，提高身体灵活性和协调性。
- 4.篮球挑战：组织篮球挑战赛，培养学生的篮球技术和团队合作精神。
- 5.足球友谊赛：安排九年级学生之间的足球友谊赛，提供比赛场地和器材。

四.责任安排

1.活动组织：由体育老师负责协调整个活动的安排和组织，确保活动的顺利进行。

2.活动指导：由专业教师或资深运动员指导各项活动，确保学生能够正确学习和掌握相关技能。

3.安全管理：确保活动过程中的安全措施得到充分考虑，如提供必要的防护装备和急救设备。

五.目标评估

每次活动结束后，将进行以下评估：

- 1.学生参与度评估：评估学生的参与度和积极性。
- 2.活动效果评估：评估学生在活动中学到的知识和技能。

3.学生反馈评估：听取学生的意见和建议，不断改进活动内容和形式。

六.资金需求

为确保活动的顺利开展，需要一定的资金支持，包括：

1.场地租赁费用

2.器材购置费用

3.活动指导费用

七.后续计划

根据学生的反馈和需求，可以考虑延长活动周期，增加活动频次，并且增加其它体育项目的开展。

以上为初中九年级体育兴趣小组活动计划的初步设计，具体的实施细节和调整将根据实际情况进行。希望通过这些活动，能够激发学生对体育运动的兴趣，促进学生身心健康的全面发展。

篇6：体育兴趣小组活动计划

为丰富学生的业余生活，提高学生的兴趣爱好，开展学校的第二课堂。为了更好的开展好各项工作，特制定本学期体育兴趣小组计划：

一、教学训练的任务：

1、培养学生对田径运动的兴趣，组织和吸引更多的学生参加田径活动。

2、发展柔韧、协调、灵敏、速度、弹跳等运动事项。

3、学习和掌握田径各项运动所需的基本活动技能，逐步培养完成各种练习的正确姿势，对学生的特长的培养。

4、在训练过程中努力培养学生守纪律、爱集体、懂礼貌、爱学习、勇于吃苦、意志顽强的品质，使其能够全面发展。

二、教学训练内容：

1、柔韧性的练习：

(1)两臂的平、侧、上等各方位的举、屈、伸、摆和各种形式的绕环练习。

(2)两腿的屈、伸、压、踢、摆、绕、纵横等练习。

(3)整个身体的各种屈、伸、绕环等练习。

2、协调性练习：

(1)各种徒手操，行进操练习。

(2)各种技巧练习。

3、速度、灵敏练习：

(1)原地高抬腿跑。

(2)加速跑60米左右。

(3)站立式起跑30-40米。

(4)各种快速反应练习。

(5)30米、60米计时跑。

4、耐力练习：越野跑，自然环境走跑结合练习，变速跑等。

5、弹跳力和力量练习：

(1)各种跳跃练习。

(2)各种腰、背、腹肌练习。

(3)橡皮条。

(4)垫上练习等。

三、训练次数与时间：

每周训练1次，每次1小时左右。时间定为周三下午大课间和第六节课。

四、训练要求：

1、学生训练课的内容、形式、节奏安排等，要求多种变化

2、各种练习中，培养学生合理的用力顺序，爆发用力等。

五、人员名单：

指导教师：吴xx

学生名单：吴xx赵xx周xx朱xx赵xx刘xx范xx靖xx齐xx苏xx郭xx姜xx周xx刘xx

