

2023年跆拳道课程计划(大全9篇)

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

跆拳道课程计划篇一

一、指导思想：

素质教育已经成为学校教育的主旋律，学生的培养将更注重健全的人格、扎实的技能、适应社会的能力、科学的态度和创新的精神。围绕社会主义市场经济对人才的需求，以德育为核心，重点培养学生的创新精神和实践能力，以学生身心发展为本，突出“健康第一”，提高学生身体素质和心理素质，以适应新世纪的社会生产和现代生活对人体的挑战。立足于“以人为本，健康第一”的指导思想，培养学生能力，增强体育意识，掌握锻炼方法，养成锻炼习惯为重点，对传统教学模式、教学内容、教学方法进行改革。

激发学生兴趣，积极引导培养学生参加体育活动的兴趣与爱好。促进学生个性发展，尊重学生个性的全面发展。注重实践，向学生传授正确的体育思想方法，学习方法和自我锻炼方法，培养学生能跟上时代的发展步伐，满足自身健康的需求，不断获取保持身心更有效的能力和更适宜的方法。关注学生的个体差异和不同需求，确保每一个学生受益，即选择和设计教学内容时都要考虑到学生的个体差异，要给学生留有充分的余地，使得学生在参与体育活动的过程中能够平等受益。

二、学生基本情况分析：

六年级的学生对于体育与健康这门课程已经有了一定的认识，对于一些体育活动的开展表现的也很积极，兴趣极高；但大部分学生的自律性还不够，注意力还不够集中，上课经常管自己玩，教师在讲解游戏规则时不认真听，导致游戏不能正常、快速的进行。所以要加强学生注意方面的练习。而且，大部分学生已经掌握了一些体育与健康课堂中所常见的体育术语，如向前看、向右看齐、报数等，并能准确的做出各个术语所要求的动作与行为。

有些学生由于缺乏体育基础，身体素质差，在课堂学习活动中感到困难较大，尽管很努力，也很难跟上教学要求，得不到好成绩，从而丧失信心，产生自卑心理，害怕或逃避体育课，也就谈不上学习兴趣。有的学生对体育缺乏正确的了解和认识，认为上体育课只是玩玩而已，他们虽然也知道参加体育锻炼可以增进自己的身心健康，增强体质。

三、教学任务：

1、重视激发学生和培养学生的运动兴趣。运动兴趣是激发和促进学生自主学习或兴趣不高，他或她就不会主动、积极地参与体育活动。无论在教学内容选择还是教学方法的变化都要注意激发学生的学习兴趣。

2、重视实践能力的培养。运动技能应当突出身体练习的课程性质，不要安排室内课去讲动作概念和动作要领，不能对学生“纸上谈兵”，要让学生在学运动技能的过程中掌握动作概念和动作要领；在体育课中，要减少不必要的、无效的讲解时间，应尽量多地给学生的练习时间，教师的指导在学生的练习过程中进行。

3、提高学生的心理素质，促进学生的心理健康。通过体育教学的实践活动，来提高学生的自尊和自信水平，在学习运动技能和身体锻炼的过程中培养学生坚强的意志品质，使学生学会通过体育活动和心理学方法来调节情绪等。

4、全面关注学生的行为表现。关注学生的学习结果的同时，也要关注学生在体育学习过程和他们在学习中的全面表现，特别是他们的行为表现，；这样可以了解和帮助学生及时调整他们的学习态度，同时也据以调整自己的教学行为，更是因为学生对体育与健康问题的态度、体育价值观、体育道德观等都只能表现在体育行为中。

四、具体措施：

1、教学常规方面：备课时研究教学大纲，钻研教材，把握重难点，确定训练项目找出练习点；课堂上，激发学生兴趣，采用由易到难，逐步递进，分散难点，分步教学方法；练习上，精讲多练，以教师为主导，学生为主体，动作逐步过渡，步步引课练；指定分组与自由结合组织形式，采用辅助与诱导，讲解示范与模仿练习；增强练习强度、密度，提高学生兴趣，有利于掌握和技能形成与提高。

2、培养学生能力方面：给学生足够的发挥空间，鼓励学生创新。有了合适的机会，才能充分让学生去创造，这样不仅满足了学生的兴趣和表现欲望、发展特长，而且还大大促进了学生创新意识和创新能力的提高。

3、心理健康教育方面：正确处理学生生理健康与心理健康的关系，既要注意到体育活动能促进学生的生理健康，也应提高体育活动对学生心理健康的影响。只有这样才能更好地发挥体育活动的特有功能，真正实现“身心两健”的终极目标，体现体育的价值。

4、学生成绩评价方面：建立“课堂表现登记表”的评价制度。每个学生都有100分，我根据各个学生在课堂上的表现，每节课对表现好与不好的学生进行加、减分的制度，由体育小组长进行登记，学期末统一统计，让平时成绩与期末成绩结合，以刺激学生的平时表现，促进课堂管理；另一个可以鼓励学生在体育与健康课程的学习中不断的进步，体会学习过程中的

快乐。

跆拳道课程计划篇二

高中地理是在初中地理的基础上进行的，初中地理知识的缺乏必然会影响到高中地理的学习。通过实际的教学过程中将这些旧知识逐步复习，从而克服初中地理知识不足的问题。

二、科学制定地理教学进度

教学进度的安排体现出教学时间利用的科学性与实效性，关系到本学期教学工作的成败。参照教参，结合本学期工作实际情况，在组内进行广泛的讨论后，制定出教学进度表。

三、有计划、有步骤地完成各阶段性目标

本学期学校共安排三次大型考试。第一次为月考，这一阶段的主要目标是引导学生对地理学科的入门，激发学生学习地理的兴趣，树立起学好地理的自信心。因而在授课过程中要突出“双基”，特别是识记性知识要求要到位，月考时也以识记性知识作为考查的重点，对理解性知识暂不作较高要求，以免挫伤学生的自信心，月考成绩要尽可能高一些，要出现相当比例的高分成绩。

第二次为期中考试，此阶段进一步巩固学生的自信心和学习地理的兴趣，并逐步引导学生在识记性知识的基础上努力探讨理解性知识，考查中仍以识记性知识为主，增加一定比例的理解性知识，创造一定的挑战性题目，使一部分优等生脱颖而出。第三次为期末考试，此阶段应继续巩固学生学习地理的兴趣，并且有计划地指导个别学困生提高成绩。知识上识记与理解并重，通过典型习题的处理，培养学生良好的综合运用知识能力和应试素质，确保期末取得好成绩。

四、切实加强集体备课的组织实施，促进地理课堂教学改革

每周组织好集体备课工作，首先确定备课内容和中心发言人，然后由中心发言人进行说课，说出教学的重点和难点，确立教学目标，指出突破难点的方法，科学设置习题。在此基础上，组内成员进行广泛的讨论，作出有益的补充，最后达到最佳效果，真正做到“七备”“四同”。在教学过程中，不断创新，积累有益的经验，互相交流，提高效率，大面积提高学习成绩。

五、收集有效信息，科学处理教材

教师通过研讨新课标和教材，查阅各种各样的资料，将知识归纳整理形成体系，将具体的知识目标通过各种有效的方法进行讲解，提高课堂教学效率，减轻学生学业负担，使学生做到举一反三，触类旁通，摆脱“题海”，节省大量时间，更好地提高各科成绩。

六、教学上应做好的几项工作

1. 学习方式的变革，是本次课程改革的核心。新课标强调探究学习、自主学习和合作学习，这就要求教师能够尊重学生、相信学生、突出学生的主体作用、重视学生的发展，切实将以教师为中心转变为以学生为中心，将先讲后练的传统学习模式转变为先学后导的新学习模式。培养学习兴趣，训练学习方法，形成地理能力，强化地理意识，落实知识与技能、过程与方法、情感态度价值观的三维课程目标。

2. 重视地理课程资源的开发、利用与整合。

课程资源是本轮课程改革明确提出的崭新概念，没有课程资源的广泛支持，再美好的课程改革设想也很难变成中小学的实际教育成果。因此我们理应积极投身于地理课程资源的开发、利用与整合中。例如，选取课程资源成功利用的案例，进而找出其一般规律，形成特定的利用风格。

再如，积极参与开发地理课程资源，形成具有学校特色和符合学生特点的学校课程资源库，进而实现校内共享、校际共享乃至城际共享。教学实践已经证明，选有区域特色的地方课程资源，挖掘生活中的地理课程资源，既是实现地理课程目标的重要途径，又能激发学生探究地理问题的兴趣和动机，养成求真、求实的科学态度，提高地理审美情趣，增强热爱祖国、热爱家乡的情感。

3. 重视信息技术的应用

在备课的过程中，以大量地理信息为基础，创造性地利用地理教学信息资源，积极利用网络中的地理信息资源、电子地图和信息技术优化地理教学。

4、在教学实施的过程中关注学生的需要，始终树立“为了每位学生发展”的基本理念，在教学过程中要起到引导者的作用，要让学生参与到课堂中来，要倡导学生采用自主、合作、探究等学习方式，要注重与培养学生的收集信息和处理信息的能力，总之，要把教学的重心放在如何促进学生的“学”上，从而真正实现教是为了不教的目的，真正地实现“授之于渔”。

跆拳道课程计划篇三

全面贯彻实施《体育工作条例》，严格执行《体育教学大纲》进一步提高体育管理，体育教学水平。

一、指导思想

以《学校体育工作条例》为体育工作的基本法规，以“健康第一”为宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口，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，切实贯彻“以人为本”的原则，培养学生的竞争意识和合作精神，全面提高学生的身体素质。贯彻《小学生体育健

康标准》。

二、主要工作目标

1、认真制订学校体育工作计划。

2、按照体育与健康课程标准，认真备好课，上好每堂体育课，保证学生在校每天有一小时的体育活动时间。

3、抓好体育达标的训练和测验工作。

4、认真贯彻和落实《学校体育工作条例》，逐步加以完善。

5、督促各年级认真上好两操两课，做到保质保量，确保学生身心健康成长。

6、积极开展体育竞赛活动；继续抓好学校各运动队的业余运动训练。

7、在体育教学中，以学生为主体，以培养创新精神和实践能力为重点，注重学生的行为习惯和思想品德的养成教育。全面贯彻实施《体育工作条例》，严格执行《体育教学大纲》进一步提高体育管理，体育教学水平。

三、具体工作安排

二月：

(1)制定体育教学计划,学校各项体育管理制度。

(2)组建运动队,制定各队活动计划及管理措施

(3)纠正课间操及眼保健操

(4)日常体育工作

三月：

- (1) 配合中心学校参加泗张镇小学生春季运动会
- (2) 参加中心学校体育教研活动
- (3) 日常体育工作

四月：

- (1) 参加镇学生运动会
- (2) 参加中心校体育教研活动
- (3) 日常体育工作

五月：

- (1) 日常体育工作

六月：

- (1) 做好总结工作，梳理档案
- (2) 日常体育工作

跆拳道课程计划篇四

在《幼儿园教育纲要》中对小班的语言教学提出了明确的要求和内容：

一、听懂和学说普通话，学习正确的发音，培养他们逐步正确发出感到困难和容易发错的音。

二、丰富语汇，学习运用能理解的常用词，主要是名词、动

词、人称代词和形容词等。

三、学会同成人或同伴讲话，愿意和别人交谈，能用简短的语言表达自己的请求和愿望。

四、逐步学会用单句讲出图片的主要内容。

五、喜欢听老师讲述故事和朗诵儿歌，初步懂得作品的主要内容，记住八至十首儿歌。在教师的帮助下，学习复述一、二个简短的故事。

由于幼儿语言发展是能听懂语言意义向应用语言讲行交际发展，但在理解语言时往往受直接经验的影响，更重要的是幼儿期是掌握语言的关键时期。所以，在教学时要采用多种教学手段。

1、通过语音示范教幼儿学习掌握正确的发音，采用直接示范和示范讲解相结合。

2、要引导幼儿多次重复某一言语的发音使这一发音得以巩固。

3、正音4、通过发音儿歌的教学使幼儿练习一些较困难的发音或相似字音5、通过拟声故事，带领幼儿进行发音练习。

由于幼儿的思维具有形象性特点，所以，在教学过程中要采用大量的教具，动作、表情、来帮助幼儿理解词汇。

跆拳道课程计划篇五

在高二地理文理教学中,这学期我担任高二五个理科和一文科班的地理教学工作,其中1、2班基础较好,8、9、10、11班的基础较差。其中的一个原因是初中和基础比较薄弱,另外一个他们的地理学习习惯不好,不爱学习。如何让他们养成良好的学习习惯以及加强他们的基础知识,这是本学年的教

学重点。这一切都要求老师加强集体备课，发挥好教研组、集备组整体优势。

认真贯彻落实学校的工作思路，以“学习对终身发展有用的地理”为宗旨，以培养学生良好的学习习惯和浓厚的学习兴趣为重点，深入了解学生情况，着手教学模式的探讨，不断提高教学质量。

本学期教学班6个，5个班学生基础都较差，在高二年级也非常特殊，不爱学习的学生较多，1、2班学生的基础相对较好点.总的来说，学生的情况不够理想，给教学带来许多困难。

让学生获得比较完备的地理基础知识，学习对学生终生发展有益的地理;倡导学生主动参加参与，乐于探究，勤劳动手，培养学生收集和处理信息的能力，获取新知识的能力，以及交流合作的能力。

教材除了学科理论外，增设了活动设计、研究性学习、案例教学、社会实践等，同时，配备了不少案例，这些案例源于实际的社会活动和不断发展的社会现实生活，与地理学科有紧密的联系，是对已发生的典型时间的真实写照;因此，学生思考、分析和探究的一系列地理现实问题，通过案例分析引导学生去观察、体验、判断和推理也是教学的重点，更是难点。

中学地理与其他学科相比，他的独特性主要体现在起直观性和辩证思维能力的广泛运用上，因此在教学中，首先应充分培养地图的观点，包括看图能力、记图能力和再认再现能力的培养。牢固树立地图是地理学科第二语言的思想。第二，根据教材特点选用一些带有乡土性质的案例，做好课堂教学模式的研究，尽可能在课堂上实现。另外，做好后进生的会考辅导工作。

1、加强对《课程标准》的深入研究

《课程标准》是教学、命题的标准和依据，教学过程中要以课程标准为依据制定教学目标，落实高中地理教学的目标要求，为会考和高考打下牢固的基础。

2、认真钻研教材

在教学中既要重视教材中学科知识点的落实，也要重视学科知识之间的内在联系。重视教材的整合，树立“用教材教”的新的教材使用价值观，使教材真正成为学生学习的重要资料来源，根据《课标》要求选取恰当的案例，弥补教材的不足。改变传统地理教材观，由单一教材向多元素材转化，由依赖教材向主动构建教材转化。

3、重视课堂教学中“过程与方法”的研究与实践。

《课标》教学目标中的“过程与方法”是课程标准提出的新的关键性目标。要在教学中倡导勤于动手、培养学生收集和处理信息的能力、获取新知识的能力、分析和解决问题的能力以及合作与交流的能力。重视能力培养的同时也要重视基础知识的掌握，能力是建立在稳固的学科基础知识之上的。

4、重视备课环节

备课的依据是《课程标准》、学情和教材，在备课的过程中首先解读《课程标准》，依据《课标》要求和学情制定教学目标。处理好“量”与“时间”的关系，合理取舍和整合教材，提高课堂教学的实效性。加强校内备课组的活动，开展校际交流，寻求共同发展。

跆拳道课程计划篇六

1、增强对舞蹈的兴趣，提高幼儿对音乐的'节奏感。

2、掌握简单的舞蹈基本手位、脚位、舞步，动作基本准确。

- 3、发展幼儿的柔韧性和协调性，树立幼儿大胆自信的个性。
- 4、增进幼儿的灵活的形体，培养幼儿群体的合作精神。
- 5、培养幼儿初步的舞台表现能力，增进他们的表现欲。

基本功训练：勾绷脚、擦地、蹲、小踢脚，腰的训练、吸腿、大踢腿的节奏变化训练，训练幼儿的反应力、动作的灵敏性。

中间动作：大踢腿(前旁后)、基本姿态、舞姿训练。舞蹈技巧训练：身、跳、翻、转等训练。

- 1、学习中国古典舞基本手位、基本手形、脚位、手位、脚形。
- 2、进行不同节奏的脚位站立、脚腕训练、胯关节训练，腰的训练、胯的训练，压腿和跑腿训练，走跑跳训练，幼儿基本舞步训练，身段组合训练。

1、学习藏族舞、汉族舞、新疆舞等。

2、理解幼儿舞特点，学习基本步法、手位，学习幼儿舞蹈3-4个。

跆拳道课程计划篇七

作为一名一线的幼儿教师，在学习与日常工作中让我深刻地认识到，身为幼儿教师肩上背负的重要责任。人们常说：“幼儿是祖国的花朵，教师是辛勤的园丁”祖国要振兴，教育是基础。振兴教育的希望在教师。而今时代的不断进步就要求教师要不断地学习文化知识，逐渐提高自身的专业素质，迎接时代的挑战。为此，特拟定个人专业成长计划如下：

一、加强政治学习，充实自己的思想政治知识以提高职业道德素质。平时要关心时政学习，积极拥护党的方针政策，认

真学习关于建设有中国特色的社会主义理论，学习“三个代表”重要思想，科学发展观。学习《3—6岁幼儿成长与发展指南》、《师德新说》、《教师法》、《未成年人保护法》、《幼儿指导纲要》、《幼儿园工作规程》等专业指导精神，坚定爱岗敬业、献身教育的信念，坚持以幼儿发展为本的宗旨。要依法执教，严谨治学，团结协作；要廉洁从教，以身作则。

二、积极投身于课程改革实验中，不断更新教育观念。在个人角色定位上：一要从单纯的教育者转变为教育的有心人。在教学过程中，置身于教学情境中，用研究者的眼光分析教学理论和实践问题，反思自己的行为，积累经验，探索幼儿教育的新理念；二是从书本知识的传授者转变为创造型教师，用自己的创造性言行潜移默化的感染幼儿，为幼儿提供宽松、愉快的创造氛围。在师幼关系中的角色定位上：一要从知识的灌输者转变为知识学习的引导者，是幼儿学习的'支持者，克服困难的援助者；二要从知识和课堂上的权威转变为平等交流的伙伴，教学中建立师生、生生间相互交流的氛围。在与课程关系中的角色定位上：从传统课程实施的执行者转变为新课程改革的建设者和开拓者，从单纯的知识传递转变为终身学习的形成，帮助幼儿形成探究意识，使幼儿能主动寻找和创造新的方法解决问题。

三、认真学习，努力实践，合作交流，充实专业知识，培养专业技能。随着我国经济和社会发展，未来教育发展的重点将更多的转向满足人们对高质量教育的要求。因此，我们要立足岗位，紧密结合工作实践，通过各种方式的学习和研究，不断提升自己的专业水平，积极参加继续教育学习，提高自己的思想政治觉悟和师德修养，更新和扩展专业知识，掌握现代教育理论和实践技能；掌握教育教学技能和现代教育技术。积极参与园本培训，要以问题为中心，以岗位为课堂，以实践为老师，在教育教学中，注重发现问题，解决问题和教育教学实践能力的发展，突出对课堂教学实际情境与自身教学经验的多视角、多层次的分析和反思，要以回顾幼

儿的视角进行反思，以教师的视角对自己教学观念、行为、设计观念进行深刻的审视。要通过孩子的眼睛来反思自己的教学，要通过同事间的“互听互评”活动，观察研究教学来反思，要通过撰写教学反思及经验总结等文章来提高自己的教学水平，要通过幼儿家长对幼儿的发展要求反思自己的教学。

当今社会，政治经济飞速发展，教育改革步步深入，我对自己的专业水平有一个清醒的认识，我决心树立新的人才观、质量观和自身职业观，不断学习，不断更新知识结构，提高教育教学能力和其他相关能力，为全面贯彻执行党的教育方针，为全面实施素质教育而努力奋斗！

跆拳道课程计划篇八

1、企业名：蓓蕾少儿美术培训教育中心

2、行业类型：教育

3、组织形式：个体户

主要经营范围：学校附近

4、经营地点：武汉附近

面积：占地大概500平方米

选择该地点的理由：对面就是一所小学，现在家长针对孩子会培养诸多兴趣。

一直希望成为一位真正的老师。孩子们的天真，以及培养他们的过程，使我对此产生极大的兴趣。根据本人的经验，资金情况及对当今社会的了解，决定要谨慎从事，三思而行，因为这有很大的风险的，加上自己的`经验不足。

6、附近有居民住宅

托管所比较多

附近有一间小学

学生报培训班的很多

(500—1000米半径范围内)

8、小学生报培训班的主要因素是家长希望能让孩子多学些东西，多门技术。

根据调查，学习声乐的占12%，学习踢足球的占35%，学习数学的占6%，学习美术的占37%，学习跳舞的占10%。所以还是有发展前途的。

9、成本资金：场地费用6000/月

桌椅订购材料订购设备等50000元

预计成本约70000元

10、盈利能力

营业额—成本=营业利润

11、设定课程分三类。根据调查分别为动漫人物基础，素面入门基础，儿童画。

12、经营目标：

根据市场预测，开业后尽力完成月均净盈利400元左右，月盈利13000，年盈利达13万元左右。开始一两年先稳定市场，打出名誉和信用度。

13、开业行动计划。

大学毕业后先出来挣钱，至少三年。

尽量找合作伙伴，因为这个项目是越做越大的。

走访社区，走进人群，亲身调查，了解家长与孩子的兴趣爱好。

进货准备开业，加强开办前的宣传。

正式开办，开办那天搞一个优惠活动。

跆拳道课程计划篇九

一、班级学生情况分析

三年级学生在经过几学期的学习已有一定的绘画实践经验，对美术课兴趣浓厚。但动手能力相对较弱，可是教学内容有许多是纸工，对学生的动手操作能力要求较高，教师还要特别注意对学生卫生和安全意识的培养和教育。在实际情况中，我们美术教学设施和教学用的资料图片不是很充分。手工课和欣赏课，需要学生主动积极地参与工具和材料的准备工作。以确保每一节美术课都给学生带来欣喜。

二、教材分析

（一）全册教材简析：整册教材分绘画、工艺、欣赏三部分。绘画课重视绘画知识，技能的传授，工艺强调实用性原则。

（二）以造型部分为主，其实部分为辅，力求通过本学期的学习对美术工具和基本方法有所了解。在活动中感受美术的乐趣。

（二）了解美术的. 基本知识, 认识美术工具, 并能使用工具进行简单的美术活动;通过美术活动培养学生热爱生活的美好情

感；（三）以知道观察入手,在实践中掌握观察方法,并培养学生细致的工作作风和细腻的情感.以课本为载体,以活动为主线,采用小步快跑的方法,带领学生完成教学目标.

三、教学目标

认知、技能目标,要求学生在学习本册教材之后,能应用所学知识于简单的审美和创造活动,能初步独立地运用所学的基本技能。

思想情感目标,通过教学与实践活动,学生应对自然美、生活美、艺术美有所感受,逐步形成稳定的兴趣、态度、思想品德及观念等。采用造型游戏的方式进行无主题或有主题的想象、创作、表演和展示。

四、教学措施

周次起讫

日期单元及

总课时教学内容课时

安排备注

（备课教师）

第一周8.28——9.3

美术课工具布置

我驾神舟游太空

第二周9.4—9.10

我们爱劳动2

第三周9.11—9.17

绿化家园

2

第四周9.18—9.24

立体造型

2

第五周9.25—10.1

自行车的故事2

第六周10.2—10.8

放假

第七周10.9—10.15

四季歌

2

第八周10.16—10.22

美丽的孔雀2

第九周10.23—10.29

灵壁奇石2

第十周10.30—11.5

飞流直下三千尺

2

第十一周11.6—11.12

绿化家园

2

第十二周11.13—11.19

字的创意设计2

第十三周11.20—11.26

图形的联想2

第十四周11.27—12.3

图形拼摆

2

第十五周12.4—12.10

黑白撕贴画2

第十六周12.11—12.17

自制棋子（手工）2

第十七周12.18—12.24

自制棋子（上色）

2

第十八周12.25—12.31

中国民间玩具

2

第十九周1.1—1.7

绘画测试

第二十周1.8—1.14

手工测试

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)