

# 最新九年级体育教学计划及教学进度表(优秀5篇)

计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。

## 九年级体育教学计划及教学进度表篇一

体育和教育从来就有紧密联系，体育作为培养人和教育人的必要手段，学校体育不仅能够使学生的体质得到增强，而且可以促进智力的发展，学校和教师应重视体育教学和改进，努力为学生锻炼一个良好的体魄。下面是本站小编整理的九年级体育教学计划，希望对大家有所帮助！

本学期是九年级下个学期，学生面临中考，身感责任重大，特制定以下工作计划□

### 一：学生情况

本学期九年级共一个班50余人，他们正处于青春发育的高峰期，身体发育较快，男女差别较大，男生有一定的体育运动基础，课堂表现欲较强，对体育运动有浓厚的兴趣，但还不够稳定；女生积极性不高，甚至课堂出现退缩行为，练习的自觉性一般。

### 二、教学设想：

初三学生面临中考，今年中考由去年的45分上升到60分，所以在本学期应以学生的身体素质训练和中考测试内容为主，

多给学生运动空间，加强学生的自我锻炼意识，在课堂应改进教学方法，充分发挥学生的主动性和积极性。增强课堂气氛，使学生有目标的去学习、去锻炼。

定期测试，制定科学合理的教学计划。

开学第一周对学生的体质进行测试，让学生了解自己的身体状况，激励学生在以后的练习中更加努力。另外通过学生的体育成绩了解到学生运动能力的弱项，制定以后的教学内容，强化训练。在四月初进行一次测试，培养学生的考试习惯，总结前面教师的教和学生学习结果，为后期到考试期间体育训练计划内容做一个好的依据。

三、具体时间安排：

早操训练安排：

- 1、三月份进行200米和立定跳远的练习
- 2、四五月份就中考内容进行全面训练。

体育课具体安排：

- 1、第一周就中考项目进行全面测试。测试成绩进行针对性训练。
- 2、课堂前半部分进行项目练习，后半部分因材施教学生根据自己的弱项进行专项练习。
- 3、制定后期教学内容和训练计划。

四：针对性的训练

- 1、加强对文化成绩好但体育成绩不理想的学生进行针对性的训练，加强监督，培养他们的积极，宣传体育中考不亚于文

化课的意识。

2、加强对偏科学生的训练，对偏科的学生进行技术上的指导，争取在这些项目有所突破。

## 五、加强业务能力学习

认真钻研体育新课改，根据新课改制定新的教学方法，加强与体育教研组各教师之间的沟通和学习，认真备好每一堂的教案。摸清体育中考各项政策，指定科学合理的备考计划，指引学生认真的备战，填报自己所擅长的项目，加强与家长之间的沟通，师生合力打好中考这一仗，争取获得全面胜利。

新的学期开始了，这是一个紧张的学期，因为九年级面临着中考，而体育也是中考科目之一。中考体育考哪几项，目前已有定论，共三项，身高体重指数、肺活量体重指数、跳绳与男生1000米女生800米二选一，根据以往经验对考的项目做全面的体能训练。为了能使九年级学生在中考时体育能取得优异的成绩，特制定新学期教学计划。此计划分两部分：一部分是体育课，一部分是课外体育训练。

### 一、指导思想：

以新课程理念为指导，充分发挥学生的主体地位，培养他们的创新意识、敢打敢拼勇争一流以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。

### 二、学情分析

1、三月份加大运动训练量，提高学生的力量和耐力，使学生出现短期的疲劳，在篮球项目上要求动作到位，态度端正。

2、调整平时的训练计划，将上学期两天一练改为四天三练，确保学生出效果，出成绩。

3、开展班级讲座，对学生的心理进行教育。

4、快乐训练，杜绝学生出现倦怠，让学生在一个轻松的环境里学习，做到学中练，练中学。

5、体育教师和学生一同训练，从而提高学生训练的积极性。

### 三、教材分析

本学期教育主题一是围绕中考项目开展相关的速度、耐力、力量等练习，二是可以以游戏形式给学生涉及一些球类、武术等科目，在紧张的训练之余得到放松，也使学生的协调性发展有所提高，为进入高中或走向社会进行体育锻炼作一些铺垫。

### 四、全期总目标：

(1)养成良好的锻炼习惯，掌握好九年级中考要面对的二十多个可能被测试的项目。

(2)收集并引导他们掌握更多的体育时事，丰富他们的知识，以备综合能力考试。

(3)让她们体验到运动的乐趣，能够在玩中学，在学中锻炼身体。

(4)掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。

(5)进一步增强体质，特别是耐力素质和力量素质。

(6)通过体育锻炼，培养集体主义精神，进行爱国主义教育，增强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

### 五、九年级体育教学计划的具体教学措施：

(1) 利用课中和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，确保学生们能够在愉悦的气氛中投入到每节课的学习中。

(4) 课后做到及时反思总结

(5) 认真研读体育与健康教科书及教学课标的基础上备好每一节课，写好每节课教案。

(6) 合理安排教学程序每节课的开始部分、准备部分、基本部分和结束部分都能使学生精神饱满，积极参与，快乐身心，使每个学生都能有所收获。

(7) 认真搞好课外体育训练工作，使每个学生的全面素质都有所提高，在次基础上，教会学生能自我调节自己的情绪。

(8) 随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。

(9) 初中生对抗性强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体效果。

(10) 因材施教，分组时采用男女分组或按身体素质分组，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

## 六：重点与难点

1、重点是田径的耐久跑与跳远及200米。

2、难点是耐久跑的呼吸，跳远的助跑与踏跳。

## 七、教研教改课题及研究措施：

课题：寓教于乐于体育教学之中

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，在学中玩)

2、问卷调查法(通过对学生的调查反馈，加以改进)

八、评价教育教学：

通过测试和平时的练习采取教师或生生相互评价的方式，分优、良好、还需努力三个层次。

(1)学习态度与行为：是否能够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：动作的掌握与运用情况

(3)交往与合作精神：能否正确处理好与同伴的合作关系

九、教研课安排：

(1)争取在系列课达标中取得较优异的成绩，以提高自己的授课水平。

(2)认真落实两操一课活动。

一、指导思想：

以新课程理念为指导，充分发挥学生的主体地位，培养他们的创新意识、敢打敢拼勇争一流以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。

二、学情分析

1、三月份加大运动训练量，提高学生的力量和耐力，使学生出现短期的疲劳，在篮球项目上要求动作到位，态度端正。

2、调整平时的训练计划，将上学期两天一练改为四天三练，确保学生出效果，出成绩。

3、开展班级讲座，对学生的心理进行教育。

4、快乐训练，杜绝学生出现倦怠，让学生在一个轻松的环境里学习，做到学中练，练中学。

5、体育教师和学生一同训练，从而提高学生训练的积极性。

### 三、教材分析

本学期教育主题一是围绕中考项目开展相关的速度、耐力、力量等练习，二是可以以游戏形式给学生涉及一些球类、武术等科目，在紧张的训练之余得到放松，也使学生的协调性发展有所提高，为进入高中或走向社会进行体育锻炼作一些铺垫。

### 四、全期总目标：

(1)养成良好的锻炼习惯，掌握好九年级中考要面对的二十多个可能被测试的项目。

(2)收集并引导他们掌握更多的体育时事，丰富他们的知识，以备综合能力考试。

(3)让她们体验到运动的乐趣，能够在玩中学，在学中锻炼身体。

(4)掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。

(5)进一步增强体质，特别是耐力素质和力量素质。

(6)通过体育锻炼，培养集体主义精神，进行爱国主义教育，

增强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

五、九年级体育教学计划的具体教学措施：

(1)利用课中和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，确保学生们能够在愉悦的气氛中投入到每节课的学习中。

(4)课后做到及时反思总结

## 九年级体育教学计划及教学进度表篇二

本学期我教初三年级四个年级体育课的教学任务，初三年级为毕业年级。新的学期，新的开始，为了搞好本学期的教学工作，制定教学工作计划如下：

一、指导思想：

新学期里，本人将积极接受学校分配给自己的各项教育教学任务，以强烈的事业心和责任感投入工作。遵纪守法，遵守学校的规章制度，工作任劳任怨，及时更新教育观念，实施素质教育，全面提高教育质量，保持严谨的工作态度，工作兢兢业业，一丝不苟。热爱教育、热爱学校，尽职尽责、教书育人，注意培养学生具有良好的思想品德。认真备课上课，不敷衍塞责，不传播有害学生身心健康的思想。

二、教学常规：

我将积极从提高课堂教学效益的各个侧面探讨提高课堂教学效益的因素。我将积极学习，翻阅有关资料，对教育理论、目标教学、教学方法、学法指导、智力因素和非智力因素等



进行再认识，提高用理论来指导实践的能力。积极实行目标教学，根据教材和学情确定每节课的重难点。平时备好课，上好课，向40分钟要质量。坚持周前备课，努力做到备课标、备教材、备学生、备教具，备教法学法。从知识能力两方面精心设计教案，并积极地使用各种电教器材，提高课堂教学效益，坚决杜绝课堂教学的盲目性和随意性。在课堂教学方面我力争课堂解决问题，在教学中抓关键，突重点，排疑点，讲求教法，渗透学法，既教书更育人，使学生的身心得到全面和谐的发展。课堂上语言准确简洁，突出重点，突破难点，精讲多练，充分发挥教师的主导作用和学生的主体作用。

三、教研工作：

四、出勤：

在工作中我一定要做到不迟到、不早退，按时坐班，平时团结同志。作为一名教师，我一定自觉遵守学校的各项规章制度，以教师八条师德标准严格要求自己，工作严肃认真，一丝不苟，决不应付了事，得过且过，以工作事业为重，把个人私心杂念置之度外，按时完成领导交给的各项任务。

五、学期工作目标：

通过本期教学，使学生能更好地提高自己的身体素质，为今后继续学习打下良好的基矗使学生在德、智、体各方面全面发展，使初三在中考体育中取得很好的成绩！

## 九年级体育教学计划及教学进度表篇三

本学期是初三上学期，在认真钻研教学大纲和结和本校实际的基础上，制定出切实可行的教学计划。

一、学生现状分析

所任教的2个班学生年龄在15——16岁之间，处于青春发育的高峰期，身体发育较快，男女差别较大，男生活泼好动，表现与强；女生趋于文静，不好活动。因此要因势利导，加强男生的身体素质练习，培养女生积极参与体育锻炼的习惯。

## 二、教材的知识系统和结构

本册教材内容有：体育基础知识(身体素质的基础知识)田径类、体操类及民族传统体育。

## 三、目的任务

- 1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。
- 2、进一步增强体质，特别是耐力素质和力量素质。
- 3、通过体育锻炼，培养集体主义精神，进行爱国主义教育，增强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

## 四、重点与难点

- 1、重点是田径的耐久跑与跳远及200米。
- 2、难点是耐久跑的呼吸，跳远的助跑与踏跳。

## 五、教学措施与教改思路

- 1、随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。
- 2、初中生对抗性强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体效果。
- 3、因材施教，分组时采用男女分组或按身体素质分组，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

## 九年级体育教学计划及教学进度表篇四

本学期我教初三年级四个年级体育课的教学任务，初三年级为毕业年级。新的学期，新的开始，为了搞好本学期的教学工作，制定教学工作计划如下：

新学期里，本人将积极接受学校分配给自己的各项教育教学任务，以强烈的事业心和责任感投入工作。遵纪守法，遵守学校的规章制度，工作任劳任怨，及时更新教育观念，实施素质教育，全面提高教育质量，保持严谨的工作态度，工作兢兢业业，一丝不苟。热爱教育、热爱学校，尽职尽责、教书育人，注意培养学生具有良好的思想品德。认真备课上课，不敷衍塞责，不传播有害学生身心健康的思想。

我将积极从提高课堂教学效益的各个侧面探讨提高课堂教学效益的因素。我将积极学习，翻阅有关资料，对教育理论、目标教学、教学方法、学法指导、智力因素和非智力因素等进行再认识，提高用理论来指导实践的能力。积极实行目标教学，根据教材和学情确定每节课的重难点。平时备好课，上好课，向40分钟要质量。坚持周前备课，努力做到备课标、备教材、备学生、备教具，备教法学法。从知识能力两方面精心设计教案，并积极地使用各种电教器材，提高课堂教学效益，坚决杜绝课堂教学的盲目性和随意性。在课堂教学方面我力争课堂解决问题，在教学中抓关键，突重点，排疑点，讲求教法，渗透学法，既教书更育人，使学生的身心得到全面和谐的发展。课堂上语言准确简洁，突出重点，突破难点，精讲多练，充分发挥教师的主导作用和学生的主体作用。

在工作中我一定要做到不迟到、不早退，按时坐班，平时团结同志。作为一名教师，我一定自觉遵守学校的各项规章制度，以教师八条师德标准严格要求自己，工作严肃认真，一丝不苟，决不应付了事，得过且过，以工作事业为重，把个人私心杂念置之度外，按时完成领导交给的各项任务。

通过本期教学，使学生能更好地提高自己的身体素质，为今后继续学习打下良好的基础使学生在德、智、体各方面全面发展，使初三在中考体育中取得很好的成绩！

## 九年级体育教学计划及教学进度表篇五

本学期是九年级下个学期，学生面临中考，身感职责重大，特制定以下工作计划。

本学期九年级共一个班50余人，他们正处于青春发育的高峰期，身体发育较快，男女差别较大，男生有必须的体育运动基础，课堂表现欲较强，对体育运动有浓厚的兴趣，但还不够稳定；女生进取性不高，甚至课堂出现退缩行为，练习的自觉性一般。

初三学生面临中考，今年中考由去年的45分上升到60分，所以在本学期应以学生的身体素质训练和中考测试资料为主，多给学生运动空间，加强学生的自我锻炼意识，在课堂应改善教学方法，充分发挥学生的主动性和进取性。增强课堂气氛，使学生有目标的去学习、去锻炼。

定期测试，制定科学合理的教学计划。

开学第一周对学生的体质进行测试，让学生了解自我的身体情景，激励学生在以后的练习中更加努力。另外经过学生的体育成绩了解到学生运动本事的弱项，制定以后的教学资料，强化训练。在四月初进行一次测试，培养学生的考试习惯，总结前面教师的教和学生学习结果，为后期到考试期间体育训练计划资料做一个好的依据。

早操训练安排：

- 1、三月份进行200米和立定跳远的练习

2、四五月份就中考资料进行全面训练。

体育课具体安排：

1、第一周就中考项目进行全面测试。测试成绩进行针对性训练。

2、课堂前半部分进行项目练习，后半部分因材施教学生根据自我的弱项进行专项练习。

3、制定后期教学资料和训练计划。

1、加强对文化成绩好但体育成绩不理想的学生进行针对性的训练，加强监督，培养他们的进取，宣传体育中考不亚于文化课的意识。

2、加强对偏科学生的训练，对偏科的学生进行技术上的指导，争取在这些项目有所突破。

认真钻研体育新课改，根据新课改制定新的教学方法，加强与体育教研组各教师之间的沟通和学习，认真备好每一堂的教案。摸清体育中考各项政策，指定科学合理的备考计划，指引学生认真的备战，填报自我所擅长的项目，加强与家长之间的沟通，师生合力打好中考这一仗，争取获得全面胜利。