

# 2023年高中体育教学计划进度表(精选10篇)

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 高中体育教学计划进度表篇一

经过五个学期的学习锻炼，学生体质有了一定的提高，但是很多同学还是不能顺利通过健康标准的考核，所以本学期在完成模块教学的同时，继续加强身体素质的练习，重点是男生的“引体向上”、女生的“仰卧起坐”和耐力跑两个方面的内容。以学校工作目标为准绳确立个人工作目标和工作方案，具体如下。

- 1、加强教学大纲的钻研，努力完成教学目标，更好的拓展教材内容，提高教学质量。
- 2、加强自身的专业修养，提高教研能力、学习掌握先进的教学策略、教学方法和评价方案，更好的提高课堂效率。
- 3、编制一堂高质量的优质课或一篇原创论文。
- 4、组织好“两操一课”和校内外（包括市区两级）体育活动，教研活动。
- 5、组织好体质健康的测试和统计工作，写出统计报告和工作总结。
- 6、搞好体育课和体育活动的安全预案和应急预案。

1、认真学习教学大纲和教材，根据学校、学生实际情况制定选择针对性强的教材内容，高三主要是排球战术和体操双杠和支撑跳跃两个模块的学习。这两个模块对身体素质的要求都较高，所以，每节课添加课课练的素质练习，以便保证模块学习的质量和 student 体质健康水平的提高。

2、加强集体备课，充分发挥团队的力量，克服教学的重点和难点，特别是学生对体育活动兴趣培养的问题。学生的兴趣是体育课锻炼效果的关键，也是学生自主锻炼和自发参与的关键因素，对于该问题，要通过调查和研究，选择学生感兴趣的练习形式，评价方式以及认同学生自主创新的有价值的练习方式、方法和评价方式。

3、通过外出学习和网络资源，互相交流成功的经验，学习先进性强的教学理念和教学方法。积极参加市区组织的培训活动和教研活动，不断提高教研水平、教学水平，更好的驾驭课堂，灵活的处理教学难点和突发情况，增加课堂的流畅性、生动性、活泼性。

4、加强双基教学，提高学生对运动常识的掌握和运用，掌握相关体育竞赛的规则和竞赛方法，培养学生参与的乐趣，调动学生的积极性。同时，让学生了解相关运动项目易发生的运动创伤和运动损伤，教育学生比赛前做好热身活动，尽量避免运动中出现的意外创伤，做到安全运动，快乐运动。

5、组建业余训练队和兴趣小组，积极开展有意义的体育活动，参加市区举办的各种体育竞赛，力争取得优异的成绩，充分展示学生体质的健康水平和对体育技能的掌握。

## 1、排球模块

1) 第2周、第5周进攻战术的学习。3号位近体快球、4号位的进攻、2号位的背飞；

2) 第6周、第9周防守战术的学习。中1、2、边1、2、心跟进;

## 2、体操模块

2) 第15周、第18周支撑跳跃侧腾跃; 蹲腾跃(屈腿腾跃); 分腿腾跃;

3、第19、20周体能考核和技能考核;

1、4月份校学生乒乓球赛;

2、4月份区中学生田径运动会;

3、5月份区中学生篮球赛;

4、5月份区中学生乒乓球赛;

5、6月份市中学生田径运动会。

## 高中体育教学计划进度表篇二

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。

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。

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。

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。

第1周开学工作、制定教学计划、器材准备等

第2——5周复习并纯熟掌握第三套广播体操——舞动青春

第6——9周球类篮球单手肩上投篮和排球正面双手传接球

第10——14周跑：耐久跑200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——18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19周温习预备体育测验

第20周报送成绩

## 高中体育教学计划进度表篇三

经过上个学期的学习锻炼，学生体质有了一定的提高，但是很多同学还是不能顺利通过健康标准的考核，所以本学期在完成模块教学的同时，继续加强身体素质的练习，重点是男生的“引体向上”、女生的“仰卧起坐”和耐力跑两个方面的内容。以学校工作目标为准绳确立个人工作目标和工作方案，具体如下。

- 1、加强教学大纲的钻研，努力完成教学目标，更好的拓展教材内容，提高教学质量。
- 2、加强自身的专业修养，提高教研能力、学习掌握先进的教学策略、教学方法和评价方案，更好的提高课堂效率。
- 3、编制一堂高质量的优质课或一篇原创论文。

4、组织好“两操一课”和校内体育活动，教研活动。

5、组织好体质健康的测试和统计工作，写出统计报告和工作总结。

6、搞好体育课和体育活动的安全预案和应急预案。

1、认真学习教学大纲和教材，根据学校、学生实际情况制定选择针对性强的教材内容，主要是排球战术和体操双杠和支撑跳跃两个模块的学习。这两个模块对身体素质的要求都较高，所以，每节课添加课课练的素质练习，以便保证模块学习的质量和 student 体质健康水平的提高。

2、加强集体备课，充分发挥团队的力量，克服教学的重点和难点，特别是学生对体育活动兴趣培养的问题。学生的兴趣是体育课锻炼效果的关键，也是学生自主锻炼和自发参与的关键因素，对于该问题，要通过调查和研究，选择学生感兴趣的练习形式，评价方式以及认同学生自主创新的有价值的练习方式、方法和评价方式。

3、通过学习和网络资源，互相交流成功的经验，学习先进性强的教学理念和教学方法。积极参学校组织的培训活动和教研活动，不断提高教研水平、教学水平，更好的驾驭课堂，灵活的处理教学难点和突发情况，增加课堂的流畅性、生动性、活泼性。

4、提高学生对运动常识的掌握和运用，掌握相关体育竞赛的规则和竞赛方法，培养学生参与的乐趣，调动学生的积极性。同时，让学生了解相关运动项目易发生的运动创伤和运动损伤，教育学生比赛前做好热身活动，尽量避免运动中出现的意外创伤，做到安全运动，快乐运动。

5、组建业余训练队和兴趣小组，积极开展有意义的体育活动，

参加地区县举办的各种体育竞赛，力争取得优异的成绩，充分展示学生体质的健康水平和对体育技能的掌握。

1) 第2周一第5周进攻战术的学习。

2) 第6周一第9周防守战术的学习。

2) 第15周一第18周支撑跳跃侧腾跃；蹲腾跃（屈腿腾跃）；分腿腾跃；

3、第19—20周体能考核和技能考核；

1、3月份提高学生的身体素质

2、4月份校学生篮球球赛；

3、5月份中学生篮球赛；

## 高中体育教学计划进度表篇四

经过五个学期的学习锻炼，学生体质有了一定的提高，但是很多同学还是不能顺利通过健康标准的考核，所以本学期在完成模块教学的同时，继续加强身体素质的练习，重点是男生的“引体向上”、女生的“仰卧起坐”和耐力跑两个方面的内容。以学校工作目标为准绳确立个人工作目标和工作方案，具体如下。

1、加强教学大纲的钻研，努力完成教学目标，更好的拓展教材内容，提高教学质量。

2、加强自身的专业修养，提高教研能力、学习掌握先进的教学策略、教学方法和评价方案，更好的提高课堂效率。

3、编制一堂高质量的优质课或一篇原创论文。

4、组织好“两操一课”和校内外（包括市区两级）体育活动，教研活动。

5、组织好体质健康的测试和统计工作，写出统计报告和工作总结。

6、搞好体育课和体育活动的安全预案和应急预案。

1、认真学习教学大纲和教材，根据学校、学生实际情况制定选择针对性强的教材内容，高三主要是排球战术和体操双杠和支撑跳跃两个模块的学习。这两个模块对身体素质的要求都较高，所以，每节课添加课课练的素质练习，以便保证模块学习的质量和 student 体质健康水平的提高。

2、加强集体备课，充分发挥团队的力量，克服教学的重点和难点，特别是学生对体育活动兴趣培养的问题。学生的兴趣是体育课锻炼效果的关键，也是学生自主锻炼和自发参与的关键因素，对于该问题，要通过调查和研究，选择学生感兴趣的练习形式，评价方式以及认同学生自主创新的有价值的练习方式、方法和评价方式。

3、通过外出学习和网络资源，互相交流成功的经验，学习先进性强的教学理念和教学方法。积极参加市区组织的培训活动和教研活动，不断提高教研水平、教学水平，更好的驾驭课堂，灵活的处理教学难点和突发情况，增加课堂的流畅性、生动性、活泼性。

4、加强双基教学，提高学生对运动常识的掌握和运用，掌握相关体育竞赛的规则和竞赛方法，培养学生参与的乐趣，调动学生的积极性。同时，让学生了解相关运动项目易发生的运动创伤和运动损伤，教育学生比赛前做好热身活动，尽量避免运动中出现的意外创伤，做到安全运动，快乐运动。

5、组建业余训练队和兴趣小组，积极开展有意义的体育活动，



参加市区举办的各种体育竞赛，力争取得优异的成绩，充分展示学生体质的健康水平和对体育技能的掌握。

### 1、排球模块

1) 第2周一第5周进攻战术的学习。3号位近体快球、4号位的进攻、2号位的背飞；

2) 第6周一第9周防守战术的学习。中1—2、边1—2、心跟进；

### 2、体操模块

2) 第15周一第18周支撑跳跃侧腾跃；蹲腾跃（屈腿腾跃）；分腿腾跃；

3、第19—20周体能考核和技能考核。

1、4月份校学生乒乓球赛；

2、4月份区中学生田径运动会；

3、5月份区中学生篮球赛；

4、5月份区中学生乒乓球赛；

5、6月份市中学生田径运动会。

## 高中体育教学计划进度表篇五

新的体育与健康课程标准明确指出：坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行为。重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。充分关注学生的个体差异与不同

需求，确保每一个学生都受益。本学期我将通过教学实践，确实增进学生的身心健康，增强体质，使学生掌握田径及篮球运动项目的基础知识和运动技能，培养学生的体育运动的兴趣和习惯，提高学生的运动能力和体育运动技术水平，同时加强思想教育，确实完成教学任务，以达预期的教学效果。

## 内容和结构

高一上学期主要进行田径运动的必修课教学。田径是其他体育项目的基础。高一年段进行田径运动的学习，是为了更好地发挥田径运动，作为基础运动项目的功能，为学生进入后期的选项学习打好运动技能和体能等多方面的基础。田径模块教学内容为：短跑和跳远。

高二年段选项教学班的教学内容为篮球运球三步上篮。上篮一般称三步上篮或三步跨篮，是一项基本的技术，上篮按出手时手与肩的相对高度，分为高手上篮和低手上篮；上篮包括单手和双手两种手部动作，同时又还包括行进间和跳起两种身体姿态。手部动作有正手、侧手、勾手的区别。本学期以行进间单手上篮为主要学习内容。

提高体能和运动技能水平，加深对体育与健康知识和技术的理解；学会体育学习及其评价，增强体育实践能力和创新能力；形成运动爱好和专长，培养终身体育的意识和习惯；发展良好的心理品质，增强人际交往技能和团队意识；具有健康素养，塑造健康体魄，提高对个人健康和群体健康的社会责任感，逐步形成健康的生活方式和积极进取、充满活力的人生态度。

强调运动爱好与习惯的养成，强调运动知识和技术的实际应用，要求学生学习的运动技能内容少而精，强调课程内容与学生个体发展和需要的联系；以目标统领内容的选择，地方、学校和学生对学习内容有较大的选择余地；增加了健康教育专题的学习内容。

## 高中体育教学计划进度表篇六

（对学生基础知识、基本技能、能力智力及学习兴趣、学习态度等状况的分析）通过高中两年的体育教学训练，学生知道科学锻炼的基本原理，能够按计划进行体育锻炼，大部分同学都能够按兴趣选一至两个项目进行锻炼，而且掌握了所选项目的基本技术，有部分同学已达到较高的水平。

（按知识目标、能力目标和情感目标分项填写）

知识目标：学会一两种我国传统养生保健方法，了解体育活动对预防和消除心理障碍的作用，应用简单的方法测试自己的体能，按兴趣新选一个或按上学期的项目进行训练。

能力目标：增强学生自我锻炼能力和创新能力，增强学生团队合作与社会适应能力。

情感目标：发展良好的心理素质，培养顽强的意志，勇于克服困难的品质，增强自信，感受交往、合作与竞争，培养创新能力及团队精神。

（可就优化课堂教学，开展教学改革试验，调动学生积极性，抓好形成质量诸环节，面向全体学生，培优和辅导后进生等方面，结合实际，订出具体措施）

- 1、激励学生主动学习，为学生创设探索的空间、
- 2、多形势，多手段引导学生活动，吸引学生积极参与。
- 3、分层次培养，让每个学生都能在原有水平上得到提高
- 4、设置一定的难度和困难情境，培养学生勇敢、不怕困难、意志坚强的优良品质。

5、场地器材巧妙设计，自编自制体育器械。

6、对于年级体育报考的学生，按照高考大纲要求，根据其个人实际情况制定一系列的训练计划，辅导其训练为高考作好准备。

## 高中体育教学计划进度表篇七

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”积极贯彻全民健身活动纲要。

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，为校争光。

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。

## 高中体育教学计划进度表篇八

新的体育与健康课程标准明确指出：。坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行为。重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生都受益。本学期我将通过教学实践，确实增进学生的身心健康，增强体质，使学生掌握田径及篮球运动项目的基础知识和运动技能，培养学生的体育运动的兴趣和习惯，提高学生的运动能力和体育运动技术水平，同

时加强思想教育，确实完成教学任务，以达预期的教学效果。

高一上学期主要进行田径运动的必修课教学。田径是其他体育项目的基础。高一年段进行田径运动的学习，是为了更好地发挥田径运动，作为基础运动项目的功能，为学生进入后期的选项学习打好运动技能和体能等多方面的基础。田径模块教学内容为：短跑和跳远。

高二年段选项教学班的教学内容为篮球运球三步上篮。上篮一般称三步上篮或三步跨篮，是一项基本的投篮技术，上篮按出手时手与肩的相对高度，分为高手上篮和低手上篮；上篮包括单手和双手两种手部动作，同时又还包括行进间和跳起两种身体姿态。手部动作有正手、反手、勾手的区别。本学期以行进间单手肩上上篮为主要学习内容。

提高体能和运动技能水平，加深对体育与健康知识和技术的理解；学会体育学习及其评价，增强体育实践能力和创新能力；形成运动爱好和专长，培养终身体育的意识和习惯；发展良好的心理品质，增强人际交往技能和团队意识；具有健康素养，塑造健康体魄，提高对个人健康和群体健康的社会责任感，逐步形成健康的生活方式和积极进取、充满活力的人生态度。

强调运动爱好与习惯的养成，强调运动知识和技术的实际应用，要求学生学习的运动技能内容少而精，强调课程内容与学生个体发展和需要的联系；以目标统领内容的选择，地方、学校和学生对学习内容有较大的选择余地；增加了健康教育专题的学习内容。

## 高中体育教学计划进度表篇九

### 一、学情分析：

经过五个学期的学习锻炼，学生体质有了一定的提高，但是

很多同学还是不能顺利通过健康标准的考核，所以本学期在完成模块教学的同时，继续加强身体素质的练习，重点是男生的“引体向上”、女生的“仰卧起坐”和耐力跑两个方面的内容。以学校工作目标为准绳确立个人工作目标和工作方案，具体如下。

## 二、工作目标：

1、加强教学大纲的钻研，努力完成教学目标，更好的拓展教材内容，提高教学质量。

2、加强自身的专业修养，提高教研能力、学习掌握先进的教学策略、教学方法和评价方案，更好的提高课堂效率，工作计划《高中体育教学计划》。

3、编制一堂高质量的'优质课或一篇原创论文。

4、组织好“两操一课”和校内外（包括市区两级）体育活动，教研活动。

5、组织好体质健康的测试和统计工作，写出统计报告和工作总结。

6、搞好体育课和体育活动的安全预案和应急预案。

## 三、具体措施：

1、认真学习教学大纲和教材，根据学校、学生实际情况制定选择针对性强的教材内容，高三主要是排球战术和体操双杠和支撑跳跃两个模块的学习。这两个模块对身体素质的要求都较高，所以，每节课添加课课练的素质练习，以便保证模块学习的质量和 student 体质健康水平的提高。

2、加强集体备课，充分发挥团队的力量，克服教学的重点和

难点，特别是学生对体育活动兴趣培养的问题。学生的兴趣是体育课锻炼效果的关键，也是学生自主锻炼和自发参与的关键因素，对于该问题，要通过调查和研究，选择学生感兴趣的练习形式，评价方式以及认同学生自主创新的有价值的练习方式、方法和评价方式。

3、通过外出学习和网络资源，互相交流成功的经验，学习先进性强的教学理念和教学方法。积极参加市区组织的培训活动和教研活动，不断提高教研水平、教学水平，更好的驾驭课堂，灵活的处理教学难点和突发情况，增加课堂的流畅性、生动性、活泼性。

4、加强双基教学，提高学生对运动常识的掌握和运用，掌握相关体育竞赛的规则和竞赛方法，培养学生参与的乐趣，调动学生的积极性。同时，让学生了解相关运动项目易发生的运动创伤和运动损伤，教育学生比赛前做好热身活动，尽量避免运动中出现的意外创伤，做到安全运动，快乐运动。

5、组建业余训练队和兴趣小组，积极开展有意义的体育活动，参加市区举办的各种体育竞赛，力争取得优异的成绩，充分展示学生体质的健康水平和对体育技能的掌握。

#### 四、教学进度：

##### 1、排球模块

1) 第2周一第5周进攻战术的学习。3号位近体快球、4号位的进攻、2号位的背飞；

2) 第6周一第9周防守战术的学习。中1—2、边1—2、心跟进；

##### 2、体操模块

2) 第15周一第18周支撑跳跃侧腾跃；蹲腾跃（屈腿腾跃）；



分腿腾跃；

3、第19—20周体能考核和技能考核；

## 五、活动计划

1、4月份校学生乒乓球赛；

2、4月份区中学生田径运动会；

3、5月份区中学生篮球赛；

4、5月份区中学生乒乓球赛；

5、6月份市中学生田径运动会；

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](#)

## 高中体育教学计划进度表篇十

一、指导思想：

全面实施素质教育，以促进学生的全面发展为目标，切实贯彻“健康第一”的指导思想。教学中充分调动学生学习体育的兴趣，激发学生的参与热情，发挥学生运动能力，培养学生自信、自强的优良品质。

## 二、学情分析：

体育课是一直深受学生的喜爱。但是，水平五、六的高中学生，学习任务重，大部分学生好动、急躁、模仿性强及思维活跃，对新事物接受得快，爱“独立“，想“自由”，一般对老师安排的课不太感兴趣。有一定的自主自立和鉴别能力，争胜好强，活动量大，所以运动的兴趣对他们显得尤为重要。

## 三、本学期教学达成目标

- 1、激发学生参与运动的热情，发展学生的身体素质，开启新课标教学基本理念，让学生充分体验健身的体育魅力。
- 2、掌握体育课兴趣内容的基本方法，提高自我学习能力，能够在实践中运用。
- 3、提高学生小组学习能力，培养自主、合作、探究的学习能力。
- 4、学生乐于参与，积极互动，自强自信，有良好的表现欲望。
- 5、树立积极向上的自我挑战精神，发展学生个性，促进身心和谐发展。

## 四、具体措施

### （一）加强理论学习，提高自身素质。

认真学习政治理论，教育法规，全面贯彻教育方针，确立全面实施素质教育和促进全体学生全面发展的意识。提高思辩

能力，激发工作热情，外树形象，内修涵养，脚踏实地完成教学任务，使我校的体育工作更上一层楼。

## （二）贯彻落实教学常规，全面提高教学质量。

1、贯彻落实教学常规，重点抓好“五认真”的落实。认真备课，认真上课，认真布置作业，认真辅导和组织课外体育活动，认真考核。同时抓好课前准备和课后教学活动中的常规落实工作。把认真备课和认真上课作为常规的关键，不断改进教学工作。

2、加强集体备课，充分发挥集体优势。同一备课组的教师要做到：统一教材，统一教学目标，统一教学进度，统一要求，统一考核。备课组是最直接最重要的组织教学实施的基层组织，必须充分发挥它在教学实践中的组织作用，优化课堂教学环节，提高课堂效益。

## （三）规范群体，搞好两操两活动。

1、群体工作是学校体育工作的主体，课间操已成为学校的风景点，因此，要在原来的基础上发展。做到全校上下齐管，体育组实干的格局。

（1）制定课间操评比制度和评比细则。

（2）严格执行课间操进退场的管理，体育教师利用课堂进一步提高课间操的质量。

2、合理安排课外体育活动。分管领导、值周教师、班主任、体育组分管群体的教师要全力以赴组织开展课外体育活动。

3、制定课外体育活动须知、课外体育活动安全制度，合理安排课外体育活动轮转表和活动场地。要求班主任到班组织和管理，群体教师巡回辅导。

4、采用班主任签到和班级活动人数统计工作，并把统计数据列入班主任、班级评优条例。

#### （四）进一步加强备课组建设。

1、备课组是落实教学常规、实施素质教育、深化教学改革、大面积提高教学质量的基层单位。充分认识建设好备课组意义的重要性。

2、抓好队伍建设，树立良好风气，创造良好的工作环境。倡导以诚相待的优良风气，互相尊重，互相学习，扬人之长，去己之短，团结协助，共同进步。

3、抓好青年教师的培养。充分发挥群体优势，通过传、帮、带的渠道，帮助青年教师提高教学水平和业务能力。

#### （五）全面动员，搞好各项体育活动。

体育与健康教育课教学和按时写教案、认真听课和备课、开展第二课堂活动、课间操进行有效管理（班主任、体育教师、学生会、领导等一致到位并进行评比）。