

# 高三年级班主任工作总结上学期 高三年 级班主任第一学期工作总结(精选5篇)

计划是人们在面对各种挑战和任务时，为了更好地组织和管理自己的时间、资源和能力而制定的一种指导性工具。通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。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。

## 七年级体育教学计划下学期篇一

2017—2018第二学期

### 一、指导思想

新的体育与健康课程标准明确指出：

1. 坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。
2. 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。
3. 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。
4. 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，使学生掌握走、跑、跳、投掷以及球类等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。

### 二、学生情况分析

初一四个班，每班50人左右，男女差别较大，男生活泼好动，表现欲强；女生趋于文静，不好活动。因此，这学期应加强理论与实践的结合，选择多样的教学内容，多通过集体游戏来提高凝聚力，满足学生参与活动和学习的需要。因势利导，培养学生积极参与体育锻炼。根据学生的实际情况预先制定切实可行的教学计划及主要措施，循循善诱地帮助学生统一认识，打好基础，使原来体育素质较较好的同学能树立新的拼搏目标，而对于体质较差的“困难户”能在新的环境下树立自信，发挥长处，增强体质。

### 三、教学目标 总体目标：

（一）、加强思想品德教育，增强学生的组织性、纪律性，培养学生的勇敢、顽强的意志品质和拼搏进取精神。

（二）、通过实践教学，使学生能够做到：

- 1、能自觉参加体育与健康课的学习，积极参与课外各种体育活动；
- 3、了解所学项目的简单技、战术知识和竞赛规则；
- 4、通过技能练习，发展运动能力和运动技术，增进身体健康；

具体目标：

（一）体育与健康基础知识

- 1、体育与健康课程解说，中学体育教学常规要求；
- 2、田径运动简介与规则介绍
- 3、体育锻炼对促进健康的价值
- 4、常用运动负荷的测量与方法运用

## （二）、运动技能

1、队列与体操：原地队列，行进间队列，第二套中学生广播体操，徒手体操。

## 5、球类

## （三）、发展体能

1、发展速度素质：结合快速跑技能，运用各种跑的形式进行；

2、发展耐力素质：结合耐力跑技能，运用不同距离的耐力跑练习，跳绳等；

3、发展跳跃素质：结合跳高技术，运用不同形式的跳跃练习；

4、力量素质：持哑铃的健身练习；

## 四、教学措施

### （一）教学改革

1、认真学习体育与健康课程标准，转变体育教学观念。

2、坚持“健康第一”的指导思想。

3、激发兴趣，培养学生终身体育的意识。

4、开展民主教学，重视学生的主体地位。

5、关注学生的个体差异，改革评价制度。

6、提高学生心理健康水平，增强社会适应能力。

### （二）引导学生积极参与体育活动

1、引导学生参与体育活动，开展课外体育活动，养成进会场锻炼身体的习惯。也可丰富学生课余文化生活，充分发展其个性和才能，有利于学生身心健康发展。

2、坚持每天一小时体育活动。

3、坚持班级体育锻炼，广泛学生参加体育锻炼，调动学生参加体育锻炼的热情。

4、培养学生良好的锻炼习惯，发展学生的个性，坚持自觉经常锻炼身体。

（三）激励机制。素质教育的深入发展，特别是新的课程标准的颁发，教学不能只停留在传授，还要注重学习方法的指导。在体育教学中，教师要让学生受到情的感染、爱的激励，美的享受，让他们在兴奋中发扬成绩，在微笑中认识不足，在激励与期待中增强信心，不断激发前进的力量。

（四）开展探究索性学习。给学生一定的自由度，让其去探索、去发现，突出学生的主体性、发展个性，培养创新精神和实践能力。学生用以获取知识、领悟健康的思想观念、领悟所用的方法而进行的各种活动，包括观察、发现、学习、练习、小组合作交流等。学生通过探究学习理解动作概念，培养学生探究学习能力。

## 七年级体育教学计划下学期篇二

### 初中体育教学计划(一)

xx年春学期体育工作的指导思想：以“三个代表”的重要思想为指导，贯彻科学发展观，以服务为宗旨，以学生能力素质提高为本位，以全国、省、市职教会议精神为指针以《学校体育工作条例》作为准绳，推进素质教育，大力推进课程模式、结构和内容的改革，推广实施《国家中学生体质健康

标准》，开拓进取，努力使学校体育工作再上新台阶。

## 一、xx年秋季学期体育工作回顾

xx年秋季学期，我们继续推行素质教育方针，统一思想认识，踏踏实实工作，在真抓实干上下真功夫、苦功夫、深功夫，使学校体育工作始终沿着规范化、制度化、科学化的道路前进。

在校长室、教务处的关心指导下，组织学生开展了各项体育活动，在校园内掀起了锻炼的热潮，从各方面提高了学生参加体育锻炼的兴趣。

教学工作上严格规范程序：严格按照规定开课；严格规范备课制度；严格执行听课制度；严格贯彻课堂教学常规。每周安排三次以上课外活动，保证学生每天有一小时的活动(含体育课)时间，在课外体育活动中，每周至少一次课在体育教师指导下进行体育锻炼，增强学生的基本体质。

在取得成绩的同时，不得不清醒地看到，目前还或多或少存在不尽人意的现象。体育活动的开展虽能愉悦学生身心，丰富校园文化生活，但同时也需要有纪律的保障。主要体现在学校常规的早锻炼和课间上有部分班级的部分同学还不能达到要求，集合拖沓、队伍不整齐、做操不认真这些现象时有发生，在很大程度上影响了我校学生的整体精神风貌。

## 二、本学期主要工作及指标

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。
- 5、认真完成第三套广播体操《放飞理想》教学，提高两操质量，精心组织校广播操会操比赛。
- 6、精心组织新春学生足球联赛、排球联赛。
- 7、认真组织课外体育活动全面提高学生身体素质。
- 8、认真落实学校运动队建立和训练工作，积极备战宜昌市中学生篮球联赛和宜昌市中学生田径运动会，加强体育人才的辅导，做好体育人才的输送工作。
- 9、组织9年级毕业班进行体育中考的模拟测试。

文档为doc格式

## 七年级体育教学计划下学期篇三

教师：胡延朝

为更好的开展好自己分担的各项体育教学工作，为此制定本学如下体

育教学计划：

一、指导思想与理论依据根据社会发展的需要和课程标准改革的要求，体育和健康课程对于义务教育阶段来说，更加关注学生的发展和学生运动的愉悦感，从而形成良好的体育锻炼习惯，为形成终身体育锻炼的意识，打下良好的基础。

它强调学生的运动体验，突出学生学习的主体，强调学生的自主、合作、探究学习方式的形成，课力求具有新的教学理念，大胆的将教与学融入学生的自主活动当中。

## 二、教学目标

- 1、能自觉参加体育与健康课的学习，积极参与课外各种体育活动；
- 2、知道合理安排锻炼时间的意义；合理安排锻炼时间。
- 3、了解所学项目的简单技、竞赛规则；体育锻炼的价值；
- 4、通过田径、球类项目的练习，发展运动能力和运动技术，增进身体健康；
- 5、通过本学期学习，让学生了解心理健康对身体健康的意义，树立自尊、自信和建立良好的人际关系，学会正确评价自己运动能力，和与同伴合作练习的能力；在体育运动中表现出适宜的自信心和良好的竞争意识。

三、教学内容设置分析新的课程标准在教学内容上，只确定了一个内容结构框架，仅提供了不同水平、不同领域、不同层次的基本目标；对教材内容的选择、采取的教学方式和实施的教学步骤，都没有作明确规定；因而教师在教材选择上有较大的自主选择空间。教师和学生都参与到课程内容的选择和建设上来，使体育与健康课教学更能适应学生个体差异，做到因材施教，让全体学生在学习中获得益处。以发展学生速度、耐力、力量、柔韧、协调等素质为前提，把理论知识、跑步、跳跃、投掷、素质训练做为必修内容。在选择教学内容时，把身高体重、握力体重、肺活量体重、坐位体前屈、台阶实验等测试内容安排到教学中去完成。

四、学生情况分析由于七年级学生才由小学上升为初中，儿

童转为青少年还需一个过渡期，其心、生理都还需要一个转变期和适应期，所以，原则上我们准备安排的体锻项目，活动内容，都有一个渐进的过程，所以，由易到难，由浅入课，这是本年级的一个活动趋势，但大部分学生都活泼好动，表现欲、上进心强，但是普遍的体质较弱。因此随着今后的情况变化，再作出相应的改变。

## 五、重点与难点：

重点：通过体育锻炼活动，促进学生身体正常发育，增进健康，同时改善学生的心理健康和社会适应能力。

难点：怎样使学生能自觉主动参与体育锻炼中来，如何处理好促进学生生长发育与运动负荷及技能的掌握的矛盾。

## 六、提高教学质量的措施和办法

（一）认真学习体育与健康课程标准，坚持“健康第一”的指导思想，结合学生特点做到因材施教。

### （二）引导学生积极参与体育活动

1、引导学生参与体育活动，开展课外体育活动，养成锻炼身体的习惯。也可丰富学生课余文化生活，充分发展其个性和才能，有利于学生身心健康发展。

2、开展好“体育”工作，培养学生良好的锻炼习惯，发展学生的个性，坚持自觉地、经常地锻炼身体，坚持每天一小时体育活动。

3、组织学生参加学校的比赛，开展学校运动会。

4、坚持班级体育锻炼，广泛学生参加体育锻炼，调动学生参加体育锻炼的热情。

## 5、关心和开展好体育学困生的体育活动。

（三）在体育教学中，教师要让学生受到情的感染、爱的激励，美的享受，让他们在兴奋中发扬成绩，在微笑中认识不足，在激励与期待中增强信心，不断激发前进的力量。

（四）开展探究性学习。给学生一定的自由度，让其去探索、去发现，突出学生的主体性、发展个性，培养创新精神和实践能力。

（五）选择学期教学内容时应充分考虑教学内容的基础性、全面性、多样性和与学期教学目标的对应性。

（六）教学内容的排列顺序应充分考虑单元教学内容与学校场地、本地气候的特点相适应。

## 七年级体育教学计划下学期篇四

### 一、指导思想与理论依据

根据社会发展的需要和新课程标准改革的要求，体育和健康课程对于义务教育阶段来说，更加关注学生的发展和学生运动的愉悦感，从而形成良好的体育锻炼习惯，为形成终身体育锻炼的意识，打下良好的基础。它强调学生的运动体验，突出学生学习的主体，强调学生的自主、合作、探究学习方式的形成，本次课力求靠近这些新的教学理念，大胆的将教与学融入学生的自主活动当中，寓教于练，寓乐于练。

### 二、教学目标

1、能自觉参加体育与健康课的学习，积极参与课外各种体育活动；

3、了解所学项目的简单技、战术知识和竞赛规则；体育锻炼

的价值；

4、通过田径、体操、武术及球类项目的练习，发展运动能力和运动技术，增进身体健康；

### 三、教学内容设置分析

新的课程标准在教学内容上，只确定了一个内容结构框架，仅提供了不同水平、不同领域、不同层次的基本目标；对教材内容的选择、采取的教学方式和实施的教学步骤，都没有作明确规定；因而教师在教材选择上有较大的自主选择空间。教师和学生都参与到课程内容的选择和建设上来，使体育与健康课教学更能适应学生个体差异，做到因材施教，让全体学生在获得益处。以发展学生速度、耐力、力量、柔韧、协调等素质为前提，把理论知识、跑步、跳跃、投掷、武术、健身操、素质训练、体质测验做为必修内容，将各种球类、韵律体操和舞蹈、跳绳作为选修教材。在选择教学内容时，把身高体重、握力体重、肺活量体重、坐位体前屈、台阶实验等测试内容安排到教学中去完成。

### 四、学生情况分析

由于初一年级学生才由小学上升为初中，儿童转为青少年还需一个过渡期，其心、生理都还需要一个转变期和适应期，所以，原则上我们准备安排的体锻项目，活动内容，都有一个渐进的过程，所以，由易到难，由浅入课，这是本年级的一个活动趋势，但大部分学生都活泼好动，表现欲、上进心强，但是普遍的体质较弱。因此随着今后的情况变化，再作出相应的改变。

### 五、重点与难点：

重点：通过体育锻炼活动，促进学生身体正常发育，增进健康，同时改善学生的心理健康和社会适应能力。

难点：怎样使学生能自觉主动参与体育锻炼中来，如何处理好促进学生生长发育与运动负荷及技能的掌握的矛盾。

## 六、提高教学质量的措施和办法

（一）认真学习体育与健康课程标准，坚持“健康第一”的指导思想，结合学生特点做到因材施教。

### （二）引导学生积极参与体育活动

1、引导学生参与体育活动，开展课外体育活动，养成进会场锻炼身体的习惯。也可丰富学生课余文化生活，充分发展其个性和才能，有利于学生身心健康发展。

2、开展好“两操”工作，培养学生良好的锻炼习惯，发展学生的个性，坚持自觉经常锻炼

身体，坚持每天一小时体育活动。

3、组织学生参加各种体育比赛。

4、坚持班级体育锻炼，广泛学生参加体育锻炼，调动学生参加体育锻炼的热情。

5、关心和开展好体育后进生的体育活动。

（三）在体育教学中，教师要让学生受到情的感染、爱的激励，美的享受，让他们在兴奋中发扬成绩，在微笑中认识不足，在激励与期待中增强信心，不断激发前进的力量。

（四）开展探究索性学习。给学生一定的自由度，让其去探索、去发现，突出学生的主体性、发展个性，培养创新精神和实践能力。

（五）选择学期教学内容时应充分考虑教学内容的基础性、

全面性、多样性和与学期教学目标的对应性。

(六) 教学内容的排列顺序应充分考虑单元教学内容与学校场地、本地气候的特点相适应。

## 教学进度表

教学进度表详细附表excel体育7-9年级教学进度表。

## 七年级体育教学计划下学期篇五

2008年是奥运年，体育被提到一个前所未有的高度，在新的学期中，为更好的总结经验教训，将本学期的体育工作更好的完成特制定教学工作计划如下：

走和跑的练习中，主要发展学生的速度、耐力为主要的练习内容，全面提高学生的身体素质，主要的内容以快速跑、耐久跑等为主，其次、以蹲距式跳远、上步沙包掷远及基本体操知识为主，并加大对1分钟跳绳的练习力度。

体育教学是以增进学生健康，增强学生体质促进德、智、体全面发展为主要目的，在本学期中要积极做到以下三点：

- 1、掌握基本的卫生保健常识懂得简易急救及体育常识。
- 2、掌握快速跑、耐久跑的动作技术及1分钟跳绳的动作要求，提高学生的运动能力。
- 3、对学生的运动能力。

根据新课标和教材要求、六年级的各项内容，主要以快速跑，1分钟跳绳，蹲距式跳远，仰卧起坐为主要内容，在教学中应注重加强学生的身体素质的练习及身体姿势的培养。

## 1、跑

改进快速跑和400米耐久跑的途中跑技术，培养跑的正确姿势，主要以50米、400米为主要教学内容。

## 2、跳跃

掌握跨越式跳高和蹲距式跳远的助跑，起跳空中姿势和落地四个环节，重点改进助跑和起跑相结合的技术，教学内容以跨越式跳高和蹲距式跳远为重点教学内容。

## 3、投掷

巩固原地投掷的能力和上步投掷的方法，初步掌握协调用力技能，教学中以上步掷沙包为教学重点。

## 4、基本体操

主要以1分钟跳绳，跪跳起为主要教学内容。

## 5、游戏和韵律操

学习基本的舞步动作组合

1、上课学习态度（包含穿运动服）30%

2、技能测验（包含毽子羽球足球篮球毽球）40%

3、健康常识测验30%

## 七年级体育教学计划下学期篇六

教师:石佳莹

本学期是七年级上学期，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

所任教的七年级学生年龄在12—14岁之间，他们刚刚跨入少年期，理性思维的发展还有很有限，他们在身体发育、知识经验、心理品质方面，依然保留着小学生的许多特点。他们一般都比较幼稚，有些学生“孩子气”很浓，看问题处在直观和感性阶段，缺乏思考，表达缺乏思想性。

## 二、目的任务

1、培养自主参加身体锻炼的意识，掌握基本的体育知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。

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。

4、加强中考项目的练习，为体育中考做好基本工作。

三、  
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。

## 四、教学进度

9月份

队列队型及广播操《舞动青春》 10月份

广播操《舞动青春》 11月份

复习广播操及耐力练习12月份

短距离跑及跳绳 1月份

质量分析和工作总结

## 七年级体育教学计划下学期篇七

体育与健康课程标准明确指出：

- 1、坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。
- 2、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。
- 3、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。
- 4、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，使学生掌握走、跑、跳、投、掷以及球类等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。使他们好学、了学、爱学，快乐健康成长。

### 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。

教材内容有: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;健美操动作等教材的难点:健美操操化组合动作;蹲踞式起跑;跳跃中的起跳环节;球类中的人球结合。

三:学生现状分析:

初二年级的学生身体发育正处于青春期的的高峰时期,心理、生理的发育波动强。男爱动,喜

欢对

抗

性的项

目:篮

球、、足

球、等

项

目。而

女

生  
则  
恰  
恰  
相  
反，喜  
欢  
娱  
乐  
性、柔  
韧

#### 四、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。

## 五、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。
- 4、根据学生实际，不断变化练习方式，不断激发学生的练习兴趣。
- 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。

## 六、学生方面：

- 1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。
- 2、着装要轻便合体，穿轻便运动鞋上课。不得携带与体育课无关的首饰、校牌、手机等。

## 七、德育渗透：

体育活动对于发展学生的适应能力具有独特的作用，在体育教学中应特别注意营造友好、和谐的课堂气氛，有意识的融入德育教育，不仅锻炼学生的意志，更重要的是能培养学生的爱国主义和集体主义精神，培养学生服从组织，遵守纪律，诚实、机智、积极进取的心理品质。

体育活动对于发展学生的适应能力具有独特的作用，在体育教学中应特别注意营造友好、和谐的课堂气氛，有意识的融

入德育教育，不仅锻炼学生的意志，更重要的是能培养学生的爱国主义和集体主义精神，培养学生服从组织，遵守纪律，诚实、机智、积极进取的心理品质。

本学期的德育渗透包括在教学的各个环节中：

1、课堂常规：使学生按规办事、做到有规可循。

2、组织教学：培养团结友爱、养成遵守纪律的集体观，培养其具有热爱劳动、爱护公物的良好品质。

3、结合教材内容安排德育内容。

(1)、基础知识里安排激发学生刻苦锻炼自觉性的内容。培养学生的自尊心、自豪感和社会责任感。

(2)、游戏里安排教育学生遵守纪律，公正诚实，积极进取、团结友爱的内容。

(3)、田径安排培养学生顽强的毅力和坚韧不拔等意志品质的内容。

(4)、球类中安排培养团结协作等集体主义精神的内容。

(5)、在体操中安排培养互相帮助的合作意识的内容

总之，在教学过程中要激发学生积极参与体育活动的兴趣，建立终身运动的习惯。

1周：身体恢复性项目练习、课堂常规教育。2—4周：学习广播操、自选项目练习。5周：快速跑、篮球。6周：篮球、足球、沙包。7周：跳跃、技巧。8周：排球、投掷。9周：考核篮球、50米。10周：花样跳绳、蓝球。11周：跳跃、自选项目。12周：球类、自选项目。13周：技巧、自选项目。14周：快速跑、自选项目。

15周：排球、篮球、自选项目。

16—17周：基础知识测验、考核立定跳远、坐位体前屈。中国共产党代表中国先进生产力的发展要求，代表中国先进文化的前进方向，代表中国最广大人民的根本利益。中国共产党以马克思列宁主义，毛泽东思想，邓小平理论和“三个代表”重要思想作为自己的行动指南。始终用最先进理论武装全党，全心全意为人民服务，带领着中国人民从水深火热中走出来，领导全国人民一步步地走向解放，走上富强。

中国共产党是一个充满生机与活力的党，在党的指导思想上党以马克思列宁主义为指导不断创新，使它在中国土壤上生根发芽；党不仅能够从实际出发、与时俱进，不断进取、锐意改革，而且党能够理性地在探索中不断总结经验教训，以指导党的奋斗事业，因此说这是一个充满生机与活力的政党，具有强大的生命力。这是一个有责任的党，党自成立之日起就肩负起中华民族的救亡使命，排除艰难险阻、艰苦奋斗，成功领导中国人民拯救了苦难的中国，而在新中国成立之后，中国共产党毅然肩负起建设社会主义，实现中华民族复兴的历史使命，牢记人民的嘱托，不断探索，书写了中华民族的辉煌。

作为一名人民教师，是中国共产党把我从一个不懂事的孩子培养成为一名具有大学文化程度的教育工作者，少年时代，在父母亲的言传身教和老师的指导下，幼小的心灵萌发了对中国共产党的敬慕和向往；参加工作以来，在党组织的培养教育下，我坚持在业余时间学习有关党的理论知识，认真学习和领会“三个代表”重要思想，我逐步树立了世界观，价值观和人生观，通过学习加深对“三个代表”精神实质的理解，思想上有了极大进步。

在进入教师队伍后，我接触到了许多优秀的党员同志，他们时刻以党员的标准严格要求自己，吃苦在前，享受在后，勤勤恳恳工作，从不叫苦叫累，我从他们的身上看到了党的优

良传统和作风，进一步激发了我加入党组织的决心和信心。在不断追求思想进步的同时，我时刻牢记自己还是一名青年教师，教书育人，为人师表是我的天职。只有不断学习业务知识，提高专业水平，才能在自己的本职岗位上起到模范带头作用，也只有兢兢业业做好自己的本职工作，才能达到作为共产党员的最基本的要求。工作中，我积极肯干，注意向老教师学习教学经验，不断提高教学能力，主动承担教学任务和班主任工作，取得了一定的成绩，得到了领导和同事们的充分肯定。同时我能够正确对待党组织和同志们对我的培养和帮助，接受他们给我提出的不足和缺点，并以实际行动加以改正。在日常工作和生活中，我一直以一个党员的标准要求自己，团结同事，热心助人，树立良好的职业道德观念，干一行爱一行，扎扎实实工作，时刻保持积极进取的良好心态。通过政治学习，我的思想政治水平有了很大提高，在工作和生活上发挥了一个党员的作用。我也存在着一些缺点，我相信，我一定会在党组织的关怀下，在各位党组成员及同事的帮助下，通过自己的努力、采取有效措施克服缺点，不断积累经验，提高自身素质、增强工作能力，使自己真正成为一个能经受任何考验的真正的共产党员。

人不能没有追求与理想，也不能没有信念，没有理想和信念，人便会迷失方向，找不到人生的意义，不能很好地实现自己的社会价值。作为新世纪的年轻人，我知道我们一定要用马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和三个代表重要思想武装自己，为祖国和人民贡献自己的力量，尽自己所能，做最有意义的事，投入到伟大的事业的建设中去。总之，我志愿加入中国共产党，接受组织的指导和培养，使自己早日成为一名优秀的共产党员，永远践行党的纲领，为共产主义事业奋斗终身！如果党组织批准我的申请，我一定会戒骄戒躁，继续以党员的标准严格要求自己，作一名名副其实的党员。如果党组织没有接受我的请求，我也不会气馁，继续努力，不懈追求，最终使自己成为一名优秀的中国共产党党员。

在今后的教育教学中，我将更严格要求自己，努力工作，

发扬优点，改正缺点，开拓前进，为美好的明天奉献自己的力量。

## 七年级体育教学计划下学期篇八

新的学期开始了，本学期是七年级下学期，在和同学们相处了一个学期后，我对他们有了一定的了解，我将结合个人身体的差异给予教学，使他们爱上体育课，有一个健康的体魄。在认真钻研教学大纲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：

所任教的七年级学生年龄在13——14岁之间，处于青春发育的高峰期，心理、生理的发育波动强，身体发育较快。男女差别较大，男生活泼好动，表现欲强；女生趋于文静，不好活动。因此，这学期应加强理论与实践的结合，选择多样的教学内容，多通过集体游戏来提高凝聚力，满足学生参与活动和学习的需要。因势利导，培养学生积极参与体育锻炼。

### 二、目标任务

- 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。

### 三、落实课堂常规、改进教学措施、提高教学质量

- 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
- 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。
- 4、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。在体育课中,对学生严格要求,加强组织纪律教育,防止各种伤害事故的发生,做到安全第一。
- 5、按照“健康第一、安全第一”的指导思想,在教学中严格贯彻以学生为主体,以教师为主导的教学思想,努力使每一位学生都能积极的上好体育课,学好体育知识,增强体质,使教学质量得到有效的提高。

## 七年级体育教学计划下学期篇九

### 一、基本情况

- 1、学生情况：七、八年级共两个班，每班约四十人左右，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。
- 2、技能情况：七年级学生喜欢跑、跳、投掷、篮球、足球、游戏等活动，但动作不太协调。

### 二、教材分析

根据义务教育初中阶段的培养目标《中学体育教学课标》以及本校实际情况，有目的、有计划地进行教育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，使每个学生都得到全面发展。

### 三、教学目的和要求

- 1、使学生认识自己的身体和掌握锻炼身体的知识及方法，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、学习田径、跳跃、力量、球类等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

3、培养学习各项基本技术的兴趣，培养勇敢、顽强、自觉遵守规则、团结协作等优品质。

#### 四、主要工作：

1、认真备课上好每一堂体育课。充分贯彻课改精神，突出学生的主体性，提高课堂效率。

2、抓好学校田径队的建设和训练工作，为本学年举办各类比赛做好充分准备。

3、广泛开展学校群体活动，上好大课间活动，本学期将进行班级间的各项体育比赛，如：跳绳比赛、拔河比赛、长跑比赛、各种球赛等。

4、组织参加县体卫艺办公室组织的体育教学的优质课评比。

5、参加体育教学论文、教案的评比。

#### 五、具体安排：

1、抓好基本身体素质的提高。

2、抓好基本技术的练习。

3、结合大课间体育活动，认真抓好每天一小时的体育锻炼。

4、不断改进教学方法，激发学生上体育课的兴趣。根据考试成绩将学生分成不同层次的小组。以好的学生帮助老师组织、

辅导、督促素质较弱的学生进行练习。素质较弱的学生可消除自卑感和心理压力，更能激发学生的积极性和竞争欲望。

5、学生练习一段时间进行模拟考试，及时掌握学生的练习情况。

6、根据学生不同情况进行专项练习。

## 六、教学措施

1、培养学生树立锻炼身体的主动性和关心自身健康的社会责任感。

2、运用体育对学生特有的影响，培养学生的美感和文明行为，逐步提高，培养遵守纪律，尊重他人，团结友爱，互相帮助等集体意识和良好作风。

3、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气蓬勃和进取向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

## 七年级体育教学计划下学期篇十

在学校里一定要把学生的体育成绩提上去，要学生在努力学习的同时，把良好的身体锻炼好，让他们健康的成长。为了实习这一目标，特别制定本学期工作计划：

### 一、指导思想及目标

全面贯彻党的教育方针，积极推进素质教育，努力实现“以德育教育为首，以艺术教育为特色，以提高学生综合素质为根本”的办学目标。以学生《体质健康》为重点深化体育课堂、体训队教学改革，提高体育教学质量，加强出操、集会、集会纪律，做好出操、集会、集会常规训练，做好田径队、

篮球队的选材与训练工作，切实提高体训队员体能、运动技能、竞赛能力和心理素质；以德育教育为核心，在体育教育教学中注重思想教育，培养学生树立远大理想，注意加强提高学生团结协作能力，增强学生集体主义观念，树立集体主义荣誉感，培养不怕苦、不怕累、顽强拼搏、积极进取的个性，提高学生克服困难、战胜困难的能力，为适应未来社会生活和激烈竞争奠定基础。

## 二、教学措施

1、积极倡导学生在体育活动中，以健康第一为指导思想，配合好学校卫生保健室对学生健康指标的有关测定，关心好学生每天的眼保健操。

2、积极鼓励学生自觉锻炼身体习惯，努力提高全校学生的体锻达标合格率。

3、本学期关注起始年级学生行为习惯，思想品德状况，学生要坚持形成体育锻炼规范化要求。

4、要不断加强对教学教材的研究，重视体育教师专业的发展，本学期积极开展教学基本功操练。从上课的仪表服装、备课教案、课前的准备开始。

5、每星期组织学生在远程教育网上找自己要学的内容。

6、以据学生的特点，体育组要主动与年级组之间配合协调，利用一些休息时间，包括中午、放学后等时间，组织年级间和班间的体育竞赛，促进学生积极锻炼身体，激励学生为班级争光，培养学生的荣誉感。

7、体育组要积极配合好教务处、政教处工作，认真组织管理好每天的全校广播操和每周一次的升旗仪式，各班进出场线路有序、队伍整齐。

8、体育组各任课教师要认真组织、细心安排指导年级的体锻课，尽量多开展学生感兴趣，锻炼有效益的小型多样的单项性活动，满足学生体育活动需求。

## 二、工作任务及要求

1、抓紧抓好业余运动队训练，有效提高运动技能和竞赛水平。长期坚持运动队的业余训练是我校的基本办学宗旨，也是提高我校学生积极参加体育运动兴趣和技能的基本手段。业余训练能培养学生吃苦耐劳，能使运动员养成良好的锻炼习惯，能推动学校体育的发展，能促进运动技能的提高；竞赛能有效发展学生团结协作、顽强拼搏和胜不骄、败不馁的个性，竞赛能增强学生集体荣誉感，竞赛能展现运动员的体育才能。因此，必须抓紧抓好运动队的训练。

2、抓好“两课两操一活动”，增强学生组织纪律观念，有效提高学生身体素质。“两课两操一活动”是学校体育工作的重点，“两课两操一活动”质量的好坏将直接影响学生身体素质的好坏和健康状况的好坏。因此，首先要求每位体育教师都要树立抓好“两课两操一活动”的思想观念；其次要求体育教师认真钻研体育教材，努力提高业务水平，做到写好学期计划、授课教案，多花时间备课，不打无准备之仗，向四十分钟要质量，切实提高教学质量；三是配合学校抓好早操、眼保健操工作，加强两操纪律，增强学生组织纪律观念，树立远大理想，营造良好校风、学风；四是认真组织课外活动，要求每一位体育教师在值周期间保证课外活动时间、认真安排好课外活动内容、积极发放体育器材、充分利用现有场地器材，督促学校保障每生每天有一小时足够活动时间和注重激发学生参加体育锻炼，全面提高身体素质。

3、抓好《体质健康》工作，注重新教材的培训学习，注重领会新教材中推进素质教育的意义，注重结合我校学生实际情况进行教学改革，确保达标率、优秀率稳步提高，切实提高我校学生身体素质。推行《学生体质健康标准》上报工作，

目前我校没有按上级部门要求配备相关器材，但是对新教材内容的了解是初步的，对新教材中所体现出的推行素质教育意义还不够深入，更谈不上对新教材的研究，更缺乏新教材的教学经验。因此，本学期体育工作的重心放在注重新教材的培训学习，注重领会新教材中推进素质教育的意义，注重结合我校学生实际情况进行教学改革，探索适合我校学生身体生长发育和探索适合我校学生身心健康成长之路。

相信只要通过我的认真努力工作，学生的身体素质和体育成绩都能够提高上去，我相信在我不懈的努力下，学生的锻炼身体和参加体育活动的意识一定会很快的提高上去，让他们的学习成绩和身体素质全面发展。