

# 2023年高二年级体育教师个人工作计划 总结(优质9篇)

在现代社会中，人们面临着各种各样的任务和目标，如学习、工作、生活等。为了更好地实现这些目标，我们需要制定计划。我们在制定计划时需要考虑到各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。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。

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇一

为贯彻学校培训活动精神，本着“搭建平台、友好合作、互相学习、交流经验、取长补短、共同发展”的宗旨，根据学员实际情况，有计划、有组织、有步骤地通过学习交流方式，使浙江永康石柱初中赴我校交流的老师，在较短时间内感受学校优秀体育文化的建设及我校体育教师良好的精神风貌，了解现代教育教学理论在课堂教学中的实践和取得的经验，使其具有较强的体育教育教学能力，特制订本计划。

应红心 男 体育 副校长

2、中学体育课听课、上课、评课能力的提高；

3、教科研论文或案例的探讨或撰写；

4、课余活动及运动队建设的探讨；

5、学校优秀体育文化建设及体育教研组管理探讨等。

2、通过合作交流使应老师能感受到学校优秀体育文化的建设及体育教师的工作热情与激情，通过听课、上课、评课等使自己的专业素养、业务能力和管理水平有一定的提高，并在学校层面进行录像课展示。

第8周 星期一下午第1节课 老校区操场

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇二

作为一名体育教师，在学校里一定要把学生的'体育成绩提上去，关注学生的身体素质，要求他们在学习的同时，也要把良好的身体锻炼好，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，在上课的时候，加强出操、集会、集会纪律，做好出操、集会、集会常规训练，。以德育教育为核心，在体育教育教学中注重思想教育，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。

## 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。

第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；第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。（一）提高员工消防安全认识，确保加油站的

消防安全。

由于我们的商品——石油产品所具有的特殊性(易燃、易爆等)决定了加油站的管理重点——安全管理。换句话说，消防安全是加油站管理中永恒的主题，是加油站正常营运的根本保证。所以，在日常工作中就必须坚持“安全第一”的原则。

应该说，我们加油站的大部分员工都经过了岗前消防业务培训，在思想认识上有着消防安全的概念，但还需要从制度管理上加以完善，在组织加油站安全活动时，可以结合不同时期或不同季节的特点，及时传达和贯彻上级领导和政府有关部门关于不同时期的安全指标、精神、内容，利用安全活动加强对职工扑灭训练和处理突发事件预察演练，以提高员工扑灭初起火灾和处理突发事件的能力等。只有全体员工从思想意识上认识到做好加油站安全工作的重要性，才能使制度，措施落实到实处。要知道，加油站的安全并非是一个点、一个面，并非是某一段时间的安全及某一个人所能担负的，而是要靠全员、全天候、全方位、全过程的安全，要让每一位员工都知道“安全百日功，火烧一场空，安全保效益”的道理，总之，只有从根本上确保了加油站安全无事故，才能促进加油站各项工作的顺利进行。

## (二)发挥“窗口”作用，完善企业形象

加油站作为一个企业的终端环节服务性窗口，它是直接面向社会，创造精神文明、物质文明的重要前沿阵地。如何发挥“窗口”的形象作用，做到安全第一，服务规范，管理有序，经营有方，是站长，也是每一位员工义不容辞的责任，因为在社会主义市场经济条件下，企业的生存和发展，不仅有赖于先进的科学技术，现代化管理手段，而且，还在于企业全体员工劳动潜能和创造技能的充分发挥，以及与之相适应的思想观念、精神状态、文化素质和社会心理的不断更新。未来的市场竞争，绝不是单纯的产品质量、价格的竞争，更是企业品牌，企业形象等无形资产的竞争。由此可见，员工

的综合素质就显得更为重要了，如何提高员工的综合素质以及迎接各种挑战，是站长应考虑的重要问题。

### (三)加强规范化管理，提供优质服务，提高经济效益

作为一个销售企业，其最终目标是提高经济效益，追求最大利润，增强市场竞争力。在确保安全的前提下，作为销售企业的终端机构——加油站来说，站长，肩负着油品的营销和站内管理的双重任务，是营销和管理的第一责任人，它的成败不仅直接影响到公司的整体形象和公司销售既定目标的实现，同时，也影响着员工的切身利益。

提高经济效益不仅依赖于销售量的增加，还有赖于各项管理工作的到位程度。作为站长首先要进行科学的、规范化的管理，只有通过规范化的管理创造优良环境，塑优良形象，提供优质服务，为顾客营造一个安全、舒适、整洁、温馨的购油环境。其次，因为加油站是服务于顾客的终端环节，也就是说，谁最终赢得顾客，谁就占有了市场；谁占有了市场，谁就有了经济效益。那么，如何去锁定老顾客，迎来新顾客？我想，只要工作以身作则，以诚相待每一位顾客（包括员工）……换句话说，我会带领（下转第21页）（上接第24页）员工们学会用最短的时间给顾客最满意的服务。再次，在加油站的醒目位置，向社会做一些必要的承诺及一些便民的服务设施等，这也是赢得顾客的有效途径之一。

### (四)加强计量管理，努力降低油品消耗

鉴于我公司几个站的盘实情况来看，油品的亏空，是一个不容忽视的问题。作为一个商品经销单位，只要从它的商品——油品的收发源头上加强管理，那么，亏空将会减少到最低限度。要坚持对油罐车进行卸油前的计量，油品的核对，做到每天的计量、核算，同时结合实际情况，定期校对加油机的准确度（特别是我公司南门站，因它的主要用户是摩托车，残疾车，小三轮等）。在校对加油机的准确度时，必须要考虑

到发油方法、数量、频率等因素。总之，加强计量管理，明确计量员职责，建立计量分析台帐，为公司确保油品的不亏空提供可靠的科学依据。

最后，我想：一个站便是一个集体，而站长只不过是其中的一员，能力毕竟是有限的，重要的是要依靠全体员工共同努力，共同开拓进取，才能完成最终的目标。

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇三

本学期，二年级语文备课组以课程改革的基本精神为指针，以学校语文教研组工作计划为指导，围绕进一步提高教育教学质量和效率为中心，切实转变教师的教学思想，深入贯彻“新课标”的精神，将以“提高语文课堂教学效率，大力推进课外阅读”为工作重点，积极倡导“一篇课文两课时完成”，研究“培养预习习惯、精简教学环节、突出教学重点”的提高语文教学效率的具体策略、方法。

### 二、主要措施

- 1、进行组内教材培训，并在此基础上结合课堂进行研讨。
- 2、通过作业检查评价和测试卷面分的合理运用，激发二年级师生对书写质量的关注，促进学生提高书写质量。
- 3、积极参与各种主题研训活动，全面提高教师解读文本的能力。
- 4、针对学生的薄弱环节，结合课改对学生认知水平的要求，讨论训练卡题型，扎扎实实培养孩子的预习习惯，提高阅读理解能力，落实到位。
- 5、丰富课外活动，开展语言文字方面的竞赛，使学习语文较好的同学在个性上得到发展。做到课外活动与课堂教学有机

结合，促进学生思维的发展。

### 三、工作要点

九月份：

- 1、明确上课、备课、与改作等各项工作的要求，特别是新变化的地方，要求具体、具有操作性，传递到位。
- 2、参加课堂教学模式全员培训，并在组内开展研讨活动。
- 4、推荐教师参加校级“公开课”研讨课堂展示，积极推进“一篇课文两课时完成”。
- 5、开展一、二单元主讲研讨活动。

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇四

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。

- 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。

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、能促进学生运动技能的提高；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；第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；第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。

当好一个体育教师其实并不难、难的就是你在教学当中的态度、要把位学生负责的态度做到最好、让每一个学生都能够健康成长、实现自己做为一个体育教师的责任！

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇五

学校遵循“健康第一”的教育指导思想和“育人第一”的宗旨，积极推进素质教育。加强体育课改教研活动，努力施行新课程标准，用新的理念来强化教育教学活动，从学生的兴趣出发，培养学生勤于锻炼的良好习惯，使学生得到身心和协地发展。

### 1、认真学习，转变观念，力求创新。

组织体育教师学习各项有关工作条例，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本职工作，用创新的思维，改革课堂教学的模式，从小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、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，体育教师在课堂教学中，应及时对学生进行正确的评价。评价分教师对学生的评价，学生自评，学生互评。在课堂中，教师的教学艺术在评价也能起到一定的作用，评价还要从学生的自身条件出发，因材施教，提高学生的活动兴趣。

### 3、抓好“两操”积极贯彻全民健身活动纲要。

学校“两操”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”也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好“两操”更能促进学校的全民健身活动的开展。因此，在3月底将进行一次广播操比赛，各班要认真抓好训练工作，要做到人人参与，师生共练，力争取得最好成绩。

#### 4、依照新课程标准，搞好体育课改活动。

在学校内，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，在上好平时家常课的前提下，每位体育教师要上一堂课改实验课，力求有新意。符合现代教学的发展趋势，且每位开课老师都要交一份详细的教案和教学设计，逐步使我校的体育课正规化。让学生在体育活动得到锻炼，身心和谐地发展。

#### 5、开展小型体育活动，丰富学生的课余生活。

继续开展小型体育活动，小型比赛坚持“经常化、趣味化、群体化”的组织原则，丰富学生的课余生活，增强学生的身体素质和集体荣誉感。

#### 6、抓好体训工作，提高体育竞技水平。

为了提高我中心小学的田径竞技水平，在期初建立健全完善的校级运动队框架，体育组决定对部分优秀的田径队员进行集训，在已有的训练经验上，不断改进和提高训练水平，注重训练的科学性和实效性。力争在明年的市运动会上有好的成绩。

#### 7、体育达标常抓不懈，争创佳绩。

本着“长期抓，抓平时”的思路，做好新学年的体育达标工作。积极开展体育达标锻炼活动，由班主任和体育教师做好组织和指导工作。

## 8、做好器材管理。

有标准，有计划地配置器材、设备等，落实场地、设备、器材的管理制度，确保其最大的使用率和安全性。

## 9、本学期器材购置：

小皮球（低段用）30只

羽毛球（3筒塑料、2筒鸭毛）5筒

足球10只

### 二月份：

1、制订体育工作计划和教学计划。

2、做好田径队组队和训练工作。

3、做好篮球队组队和训练工作。

3、添置部分的体育器材。

### 三月份：

1、乒乓球比赛。

2、教研活动。

### 四月份：

1、拔河比赛。

### 五月份：

- 1、象棋比赛。
- 2、达标运动会。（4月底或5月初）
- 3、教研活动。

六、七月份：

- 1、安排田径队假期训练工作。
- 2、整理体育档案。
- 3、学生体育成绩登记。
- 4、工作总结。

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇六

新学期，新气象。本学期我依旧担任一年级的副班主任，以及三年级1—6班体育课和校体育舞蹈训练队的教学工作。为了不断提高教育理论和学术水平，保证工作效率和教学水平，我将需要从各方面不断的去完善自己，提高自身综合素质。在工作中秉承“不怕苦、不怕难”的品质，端正态度、树立目标，努力为学校的教育事业，贡献自己的力量。为此，我将根据实际情况制定以下几点个人工作计划：

第一，在思想建设上。树立“健康第一”的指导思想，以学生的发展为中心，以身体练习为主要手段，培养学生积极主动参与运动的热情，使学生在身体、心理、情感、技能等方面得到充分发展，在和谐欢快的集体氛围内合作学习，体验成功的喜悦、养成高尚的道德情操，达到体育育人的目标。

第二，在业务水平上。今年是我来到一小工作的第四个年头，前三年中，我在身边的前辈老师的帮助与鼓励下，成长了很

多。今年，有幸得到去高新区参加“青年教师技能赛教”的机会，这对于我来说，是一次挑战，更是一次成长历练的机会。所以，前期我认真研读教材，主动请教研组里的老师前辈，请他们帮我听课、磨课、评课；同时我也积极参加各级各类教研活动，与同组人员共同研讨，积极思考并及时将工作心得做以记录，形成自己的理论观点及教学风格。认真阅读《新课程标准》、《小学教学》、《听名师讲课》、《给教师的建议》等有关资料，钻研教材，新课标，研究教法，体会新课程的理念，丰富自己的知识库，为能上好每一节常规课、备好本次赛教课，做充分的准备，希望自己在教育教学工作中能不断提高自身业务能力。

第三，在教学工作上。每节课前需充分做好备课工作，课后做好总结反思工作。把自己在教学实践中发现的问题和有价值的东西及时进行记录，优点继续保持，不足加以改正，在总结中感受学生之感受、体会本课重难点，不断完善自我。多向同行学习，加强交流合作，促进教师之间的对话，彼此支持，资源共享，为更好的教学共同努力，携手前行。

第四，在社团建设上。长期坚持校队及社团、俱乐部的训练，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。长期以往的训练能培养学生吃苦耐劳的精神品质，能使运动员养成良好的锻炼习惯，能推动学校体育的发展，能促进学生运动技能的提高。竞赛及校内外的活动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，不仅能增强学生集体荣誉感，也能展现运动员的体育才能。因此，必须抓紧抓好训练队及社团的训练。

提高体育舞蹈社团及校队训练效果，丰富校园文化，创建学科特色。在有效提高学生运动技能和竞赛水平的情况下，让学生每天保证充分运动一小时，帮助学生增强体质、丰富学生课余生活。同时，社团需要思考：如何建立健全完善的梯队框架？如何做好和家长以及班主任的沟通工作？不断更新科学的训练方法，发挥老师的个人魅力，为孩子们争取更多

展示自己的平台，为我校能成为体育特色学校而积极努力。

新的学期，我会继续努力，作为一名教育工作者，我深知自己责任之重，捧一颗心来，不带半根草去，后面的路还很长。在今后的教育教学工作中，我将立足实际，用心探索，奋力前行。要成为一名有理想信念，有道德情操，有仁爱之心的好教师！

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇七

在上一个教学年度，在上级的正确领导下，在分管领导和体育教师的共同帮助下，我顺利的完成初三体育教学的工作。新学期我跟进班级任教初四四个班的体育教学工作。因为任教初四，深感身上责任重大。为了在新的学年里进一步发扬成绩，更好地完成学校体育教学工作，特制定本学期体育教学工作计划如下：

我校初四共分八个教学班，我任教1---4班的教学，近200名学生，他们的身体素质各异。因为初四学生面临中考，他们的学习压力非常大。如何调整好他们的心理，处理好学习与活动的安排，让他们在体育考试中取得好成绩是该学期的首要任务。另外考虑到男女差别大身体素质各异：男生活泼好动，表现欲强，能够较好的锻炼；女生趋于文静，不好活动，课中就要经常与她们沟通交流，因势利导，及早转变观念，让男生带动女生，培养女生积极参与体育锻炼的习惯。以期在中考中取得优异的成绩。

以新课程理念为指导思想，充分发挥学生的主体地位，培养学生自主创新意识，敢打敢拼勇争一流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。（散文阅读：）

- 1.养成良好的锻炼习惯，掌握好初四中考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. 让他们体验到运动的乐趣，能够在玩中学，在学中锻炼身体，增强体质。
1. 利用课中或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，向课堂45分要效率，确保学生们能够在愉悦气氛中投入到每节课的学习中。
3. 课堂上，参与到学生中间，以此拉近与他们的距离，注重培养体育骨干，起到率先的作用。课中多采用比赛的方式，激励他们敢于争创的好成绩。
4. 课后做到及时反思总结。
1. 认真领会课改精神，熟练各学段教材内容，加强业务理论学习，在教学实践中提高自己的业务水平。
2. 多听课，评课参与集体研讨，取其长补己之短，丰富自己的阅历。
3. 充分利用多媒体、图书室等查阅教学训练方面的资料，学习新的好的教学方法。
4. 努力学习电脑知识，能够制造出相应的课件利于教学。
5. 多与同行共同交流，共同研讨，共同提高。
6. 加强自我锻炼，提高自身素质。

## 一、教学工作的计划

## 1、指导思想：

以新课程标准为依据，遵循“健康第一”的宗旨，全面体现新课程的四个基本理念，侧重于以学生发展为中心，重视学生的主体地位，充分发挥学生自主探索学习的方式，以身体练习为主要手段，培养学生的创新精神和实践能力，关注个体差异，确保每一位学生从活动中得到积极的发展。

## 2、学生基本情况分析：

高一新生虽然经过多年体育课的学习，但运动仅能、体育锻炼习惯仍不理想。现今体育课以“健康第一”为指导思想，提出运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个目标，教师有必要对学生进行全面的教育和提高。田径是其他体育项目的基础，所以高一年段进行田径运动的教学。田径项目教学内容较单一、枯燥，学生可能对田径项目比较排斥，这就需要教师充分调动他们的学习兴趣、学习积极性，对学生进行引导和鼓励。

高二女生身体发育达到基本成熟，其神经系统特别是大脑皮质的结构和机能，已经逐步发展成熟。学生心理特点表现为：注意的集中性和稳定性有了发展，能很好地分配自己的注意；富有激情和活力，一旦对体育运动产生兴趣，较能够执著、热情地投入情感。这个时期的女学生已近成年，有必要学习并掌握一定的自卫防身术来保护自己。由于教学内容较新颖，学生以前没有接触过，所以对于自卫防身术的学习，学生较能够认真去对待。

## 3、教材与教辅分析：

### 内容与结构：

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、耐久跑和跳远。

高二年段选项教学班的教学内容为女子防身术。防身术是一项运用踢、打、摔、拿等武术技击方法，以制服对方，保护自己为目的的专门技术。防身术中的奇妙招法，实质是中华武术的精华“集锦”。他把武术中各种适合实践应用的招法分离出来，经过摘编、加工、提炼、创造、完善，使其成为一种散招，并具备简单使用，易记、易学的特点。

教材的特点与重难点：

高一年段的田径必修项目是体育运动中的基础性项目，内容较单一、枯燥。但对学生的体能、运动技能、心理素质和社会适应能力的培养和提高具有十分重要的作用。教材重点在于：使学生了解耐久跑耐力和心肺功能的良好作用和掌握蹲距式跳远腾空的蹲距姿势；教材难点：完成耐久跑的练习，学生能够积极参与，做到用于克服困难，不惧艰苦，养成自觉锻炼的习惯。

高二年段武术女生组的女子防身术是这学期新开的项目，内容较新颖，学生以前没有接触过。教学重点在于学生掌握一些技击的巧招，做到“一狠”、“二全力”、“三准确”和“一招制敌”。难点在于学生能够发生突发情况时，能够沉着冷静，灵活应用所学到的技能，保护人身安全。

4、教学目标：

总体目标：

学生能积极参与体育练习，养成自觉锻炼的习惯，同学间有良好的合作意识；高一学生能掌握跑、跳等田径项目的有关动作技术，高二女生能掌握女子防身术的基本要领，培养运动

兴趣，学会锻炼方法，提高运动技能，并能运用所学相关技术用于锻炼活动和生活中去了；促进体能发展和身体各器官、系统功能的提高，逐步形成健美的体形和健康的体魄；学生乐于进取，用于克服困难，相互合作意识和自我调控情绪的能力得以提高；激励学生勇往直前、奋勇拼搏，学生的团体合作精神，安全意识得以提高。

## 5、教学措施及要求：

在教学中我将尽量采用多种练习方法和游戏提高学生学习的兴趣和运动技能，以学生主体，兴趣先导，实践强化和为学生终身体育打基础为原则，与学生共同学习、共同探讨，提高学生的自主思维能力和研究性学习的能力。

我将加强体育与健康新课程的学习和研究，积极参与校际、教研组、备课组教研活动，与体育教师同仁共同探讨在新课程下的教育教学理论与实际体育教育教学工作。同时，积极参与校内外听课、评课，虚心向同行学习教学方法，博采众长，提高教学水平。我将在第十三周开一节公开课。

我将培养多种兴趣爱好，博览群书，平时多关注有关教育教学的文章，多阅读有关教育学、心理学、体育教学的书籍和文章，不断扩宽知识面，为教学内容注入新鲜血液，从而提高自身理论知识及教学能力。同时，面对新课改，积极探索，不断更新体育教育教学的理念，以新课改的思想指导自己的教学实践。只要有校内外或远程教育培训的机会，本人一定积极参与，并做到学习、实践、反思、提高。

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇八

在\_\_-\_\_学年第二学期里，根据学校体育工作计划的精神，以安全.健康为宗旨，个人体育工作计划。树立“以人为本”的教育思想，以积极的态度，结合我校环境、条件、工作实际，以促进我校体育工作的进一步提高和发展，积极主动的参与

学校组织的各项教育教学活动。把理论学习与教育教学有机的结合在一起，不断更新教育教学观念，改变自身的教学行为和学生的学习方式，促进学生身心发展，激发运动兴趣，培养学生终身体育的意识；以学生发展为中心，重视学生的主体地位；关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益。

结合我校工作实际，使学生掌握应有的健身锻炼技能。以促进我校体育工作的进一步提高和发展为前提，积极主动的参与学校组织的各项教育教学活动。把培养学生掌握和运用知识的良好心理素质和能力，促进学生身心发展，做为体育与健康教育的中心环节。合理运用场地、器材、时间、空间、学生的实际，与体育课堂教学相结合，与各年级相配合，完成体育教学任务。

为了更好的发挥自身的职能作用，努力提高备《课程标准》；备教材；备目标；备重点；、难点、关键；备学生；备教育技术；备教学方式；备课堂测查等各方面能力和素质。掌握体育与健康《课程标准》的总体要求和本学年的具体要求。掌握整册教材的编排体系及在学年段的地位和作用。根据体育与健康《课程标准》和教材的要求以及学生的情况全面、明确、具体的确定好教学目标。确定教材的重点、难点、关键，并制定出抓住关键、突破难点、突出重点的解决方案。

实现教育技术与体育学科的有机整合，充分利用现代信息技术手段，使抽象的知识变得具体，使复杂的知识变得简便，使呆板的知识变得灵活，便于学生对知识的理解与掌握。根据学生的实际、教材的实际、合理选择接受式学习、自助式学习、合作式学习、探究式学习等教学方式。根据“双基”（基本知识、基本技能）的要求，对学生进行测查，并根据测查的效果进行教学反思，制定整改措施。

继续深入研究每个学生的认知能力、运动类型、学生之间的协调配合能力、对课堂教学的反应状态和所生成的状态。深入进行课堂常规意识、习惯养成、体能、心理适应能力、群

体观念的培养，精心设计教学方案。不断、及时、准确的调整最佳状态，以学生的养成教育为起点，开展形式多样的体育与健康课程教学活动。合理运用场地、器材、时间、空间、学生实际，充分发挥自身和多媒体的引领作用及学生之间的互动作用(银行安全保卫工作计划)等教育资源作用，把学生的学与练相结合，室内与室外相结合。

以身体练习为主要手段，以增进学生健康为主要目的，创设能引导学生主动参与的良好教育环境，学习环境。对所学的内容进行初步了解、主动感受、积极体验、熟练掌握、逐步促进、有效提高。形成系统化教学体系。以不固定的模式，采取灵活多样的教学环节，尊重学生的人格，关注个体差异，满足不同需求，培养健康安全的参与体育活动的意识，激发和培养学生对体育活动的兴趣，保护学生对体育活动的兴趣。促进运动参与。促进学生身心发展，提高学生掌握和运用知识的良好心理素质和能力。为确保学生身心发展奠定基础。

依据国家规定的课程标准，结合学校实际和学生年龄特点，依据课程标准“水平一”各领域规定的活动和内容，分析研究低年级学生的基本情况，了解任课班级学生的自然状况。熟悉每个学生的认知能力、运动类型、学生之间的协调配合能力、对课堂教学的反应状态和所生成的状态等等。

进一步进行课堂常规意识、习惯、体能、心理适应能力及同伴关系、群体观念的培养。依据该学段领域和水平目标的要求，按照学年、学期教学计划中该项教材的课时规定，提出每次课的目标要求和教学重点。进行有价值的详实跟踪调查研究。

针对以上问题的有价值的详实跟踪调查记录，结合季节、气候特点和学校实际情况，悉心备课，精心设计教学方案，以确保教学有效地实施和目标的达成，采取快速有效的方法和措施，学与练相结合、室内与室外有机结合。以身体练习为主要手段，以增进学生健康为主要目的。

发扬体育精神，形成积极进取、乐观、开朗的生活态度。尊重学生的人格，关注个体差异，满足不同需求，创设能引导学生主动参与的良好教育环境，学习环境。培养学生对体育活动的兴趣，提高学生参与体育活动的积极性。“乐中练，动中练，玩中练”。进行详实的有价值的帮助与调整。进行身体健康，心理健康和社会适应等学习领域的渗透。激发学生的运动兴趣，提高学生的身体健康，心理健康和社会适应的水平。

获得优秀和良好状态的反应与生成的效果。让学生始终沉浸在良性的环境中自觉、自主、能动地学习。让学生在课堂上就如在家中玩耍一样，开创一个亲切、和谐、灵活、宽松的课堂教学形式，使学生真正体验到体育活动的乐趣。课中除了采用指令性集体练习形式外，也采用非指令性的结伴练习形式，同时也强调学生个体自由发挥的练习形式，为学生提供发展能力的广阔时间与空间。在练习中注重鼓励学生自我发现，让学生显示个体在集体中的价值。

在完成体育课堂教学工作的同时，以积极的态度，与校领导和师生积极配合，结合我校环境、条件、工作实际，开展体育竞赛，丰富学生课余生活，提高竞赛成绩。以促进我校体育工作的进一步提高和发展，培养学生掌握和运用知识的良好心理素质和能力；促进学生身心发展，进一步形成体育与健康教育教学体系。与全组成员积极配合，带头遵守学校的各项规章制度。

努力发现相关知识的奥秘，巧妙的`启发了解相关知识体系；合理的引导；科学的发挥；有效的扩展；周密的细致的延深；创新与超越相关知识体系。促进我校教育教学的新发展。共同建设更美好的校园！

## 高二年级体育教师个人工作计划总结篇九

\_\_年级的学生爱玩，学生们对体育课有着很浓厚的兴趣，他

们正处在生长发育的初期，身高体重以及身体素质各方面比以前有较大改变。力量变大，对动作结构的理解也趋以合理化，对某些动作技术得掌握也比较快。生性好动，活泼开朗，爱表现自己。课堂组织纪律性比以前有很大进步、情绪变化较大，喜欢竞争。某些女生在体育课上表现出小心害羞，针对学生的这些特点，在教学中要以讲解诱导为主，以相近的游戏进行巩固，使学生寓教于乐。

## 二、教学目标

- 1、了解一些基本动作并乐于学习和展示简单的运动动作，游戏和韵律活动的方法，能保持正确的坐立和身体姿势，具备初步的发展身体素质的基础和基本活动能力。
- 2、知道如何在运动中避免危险。基本保持正确的身体姿势；发展灵敏、协调和平衡能力，能体验参加体育活动的乐趣。在体育活动中能认真观察积极思考与同伴友好相处，团结协作。
- 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、学会通过体育活动等方法调控情绪学生能够体验并简单描述进步或成功时的情绪表现；观察并简单描述退步或失败时的心情。根据课程目标的要求和学习领域的各个具体的目标，以体育课和体育活动为载体，促进学生心理和身体健康、快乐的发展。
- 5、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、教材分析

小学\_\_年级体育教材以实践教材为主。根据学生的能力以及

学校的条件，体育教材主要选择田径(跑、跳、投)，体操、游戏、篮球等基础项目，以便使学生跑、跳、投的基本技术得到提高;并挖掘生活中的实用技能。并通过体育锻炼，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、教学措施

- 1、及时了解、分析学生的学习信息。
- 2、打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，采用儿童化、兴趣化等多元化的教法和手段，充分发挥游戏、竞赛的作用，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。如增缩练习的距离，对器材的摆放，分组的形式等进行变化，以不断激发学生的练习兴趣。

#### 五、教学进度

##### 周次计划进度

- 一 引导课，体育常识，游戏是儿童的良好益友。
- 二 1、队列队形;2、游戏：穿过小树林;
- 三 1、复习广播体操;2、游戏：守卫红旗;
- 四 1、复习健美操;2、游戏：报数比赛
- 五 1、基本体操;2、游戏：春种秋收;
- 六 游戏课：1、穿城门;2、夹球接力;

- 七 1、技巧：前滚翻起立接球;2、游戏：绑腿接力;
- 八 1、技巧：不同开始姿势的前滚翻： 2、复习前滚翻
- 九 游戏课： 1、端水平衡： 2、障碍赛跑
- 十 1、技巧：复习前后滚动;2、游戏：绕木棒接力
- 十一 1、站立式起跑;2、走：各种姿势的走
- 十二 1、队列：报数;2、复习各种姿势的走
- 十三 1、技巧：前滚翻;2、游戏：跳垫子游戏
- 十四 1、50快速跑;2、游戏：迎面接力
- 十五 1、队列：齐步走—立定;2、复习劳动模仿操
- 十六 游戏课： 1、蹦蹦跳跳;2、猎人老虎
- 十七 1、仰卧起坐;2、十字接力
- 十八 1、队列;行进间走;2、复习韵律操;
- 十九 1、游戏课： 1、踏石过河;2、攻关;