

2023年初中八年级体育教学计划(优质18篇)

教学计划的执行需要教师密切观察学生的学习情况，及时调整和改进教学策略。接下来是一些成功人士的职业规划经验分享，希望能给大家带来一些启发。

初中八年级体育教学计划篇一

1、课堂教学内容和教学方法的制定应以学生为主体，注重学生的发展。

2. 帮助学生提高身体素质，掌握和应用基本的运动与健康知识和运动技能；

5. 让学生掌握所学的运动技能，有一两项自己擅长的运动。

6. 基本掌握中考体育项目的技术要领达到熟练度。

1. 掌握本年级所选项目的规定动作，理解所学运动项目的简单规则，熟悉

4. 在身体素质全面发展的基础上，通过各种运动继续发展敏感度、速度、有氧耐力，了解营养需求和选择对健康的影响。根据自己的生理特点，了解体育活动中的注意事项。

6. 加强学生交流，在体育活动中树立合作意识，指出体育活动中的不道德行为，结合感兴趣的体育项目通过多种渠道收集信息，对比赛和表演进行评论。

这学期教八年级三个班，每个班60人左右。男生和女生差距很大。平行班男生多，英语实验班女生多，但大部分学生身体健康，没有运动技能障碍。学生喜欢运动，但身体协调性

差，肥胖，学习动作不协调。学生身体素质的硬指标如速度、力量、耐力、柔韧性较差；敏感性、协调性等软指标明显不足。个体发展不平衡，下肢力量尚可，肩部肌肉力量差，这类教材要多加注意。腰背腹的力量需要大大提高，这是体育锻炼成败的关键。

v.教材分析：

教材重点：跑的快；站着跳在跳；投掷中的实拍和推铅球技术；

教材难点：曲线跑和呼吸调解；跳跃中的起跳环节；球类运动中的人球结合。

不及物动词具体措施

- 1、及时了解和分析学生的学习信息。
2. 营造符合学生年龄特点、有利于学生学习的体育环境。
3. 根据学生的年龄特点，采用有趣、多样化的教学方法和手段，充分发挥游戏和竞赛的动态作用，允许学生在自主游戏中练习，充分体现学生的主体地位。
4. 根据学生的实际，不断改变练习方法，激发学生的练习兴趣。

七. 安排

1周；常规课堂教育，体能恢复项目练习。

2-3周：复习校本练习和选修项目练习。

4周：篮球和体能训练。

5周：快跑，篮球。

6周：篮球，上肢力量练习，沙袋。

7周：跳跃和技巧。

8周：排球和投掷。

9周：期中考试

10周：跳绳和篮球。

11周：跳跃和耐力训练。

12周：球类运动和可选项目。

13周：技能和可选项目。

14周：快速跑步和高质量训练。

15周：排球和自选项目。

16周：质量实践和可选项目。

17周：排球和自选项目

18周：最终测试

八、弥补差距

1. 成立兴趣小组，学习内容以球类和田径项目为主，重点加强学生对基础知识的掌握，注重培养兴趣和学习打乒乓球，尊重个性，保护兴趣爱好，发展个人特长。

2. 创造宽松的环境，给予学生充分的自主权，在模拟或真实

的体育比赛环境中培养学生的运动技术能力。

3. 突出实践：注重技能训练和实践能力。

4. 知识结构拓宽了学生的视野，注重知识的交叉整合，启发学生的新思维，改变学生对体育课程的理解。

5. 加强课外活动管理，促进学生个性和特长发展。

初中八年级体育教学计划篇二

贯彻“体育与健康”新课程标准，坚持“健康第一”的指导思想，认真落实我校“让每个学生闪光”的办学理念，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，确保每一位同学受益。

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。

2、初步学习田径、球类、体操、武术等项目的基本技术，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。

1、养成良好的锻炼习惯，掌握中考可能被测试的项目。

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。

八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。男生爱动，喜欢对抗性强的运动项目如：篮球、足球、等项目。而女生则恰恰相反，喜欢娱乐性、柔韧性、游戏性强的项目。从身体素质方面来看男生力量素质差，但是灵活性和反应能力强。女生也是力量差，但是柔韧性好。对于体育与健康理论知识较薄弱，对锻炼方法模糊，不知如何合理的进行体育锻炼。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。因此要因势利导，培养学生积极参与体育锻炼。

教材的难点：弯道跑与呼吸调解；跳跃中的起跳各环节；球类中的人球结合。

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、朝气蓬勃和积极向上的精神，启迪思维，培养学生的主动性、造性。

（略）

初中八年级体育教学计划篇三

一、基本情况：

1、学生情况：八年级共8个班，每周两节课。八年级学生感情丰富而强烈，表现为情绪波动性大、不稳定，不成熟。

2、技能情况：八年级学生都处于青春发育期间，体质差异大，但是动作的协调性，连贯性，合理性，规律性还有待于逐渐提高。所以在进行体育教学时，应深入了解学生的实际情况，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。但是动作的协调性，连贯性，合理性，规律性还有待于逐渐提高。

二、教材分析：

新课程中健康教育教材的定位新课程从体育扩展到体育与健康，内涵扩大了，增加了促进学生身心健康的教育内容，把有关身体发育、增进健康的基本知识和方法都纳入一本教材。

1、教材突出技术点，强调锻炼的实效性

教材突出技术点，便于学生掌握，增强身体锻炼的实效性。教材中出现的技术与竞技运动技术有很大区别，即使是学习一些初步的竞技运动技术，其目的是用它来发展学生的身体，增进健康、增强体质。

2、用方法引路，渗透应用意识，学以致用

体育是以身体锻炼的实践活动为鲜明特征的，要使教材中的知识、技术原理有效地指导学生的锻炼，就要把体育知识和技术原理与身体锻炼实践相结合，引导学生根据自身存在的

问题展开学习。

3、学会评价方法，培养评价能力

在使学生学会分析判断的基础上，应该培养他们具有评价能力。对事物迅速做出判断和评价是现代社会对人的素质提出的新的要求。通过对事物做出价值判断，培养学生正确的体育价值观，树立积极进取的精神，激发学生向新的目标前进的愿望，新编教材为此建立了学习评价体系。

4、开阔视野，丰富体育运动文化

体育学科是以身体实践活动为鲜明特征，在身体实践中是身心统一的活动过程。作为对学生进行整体素质教育组成部分的体育学科，应该更好地发挥本身的功能，有效地增进学生的健康，增强体质，提高学生体育素质。

三、教学目的和要求：

（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；

2、知道合理安排锻炼时间的意义；合理安排锻炼时间，掌握更规范的跑操队列队形。

3、了解足球项目的简单技、战术知识和竞赛规则；

4、熟练掌握武术操动作套路，能整齐规范的跟配乐做操；

四、主要工作：

- 1、在课的准备上要做到认真，主要以培养学生爱学、乐学的好习惯提高学生学习的質量。
- 2、开展好学生的游戏课，让学生能开开心心的上完每节体育课，让学生在快乐的条件下上好体育课。
- 3、开展好班级的体育活动，班与班进行足球、拔河、武术操等体育项目的比赛。
- 4、做好课后反思，不断的发现问题去提高自身，多与老教师交流学习。

初中八年级体育教学计划篇四

坚持“以人为本、健康第一、终身体育”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。以学生身心健康发展为中心，重视学生主体地位，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习兴趣和能。充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生都在和谐、愉快的练习中增强身体素质，掌握基本技能。培养学生终身体育的意识。

本学期所教的八年级分四个班，每个班人数将近60人，绝大多数学生身体健康，无运动技能障碍。通过七年级一年的学习，学生都喜欢运动，但身体协调性差，力量和耐力差，肥胖等，学习动作不协调。学生身体素质中的硬性指标，如速度、力量、耐力、柔韧等素质较差；灵敏、协调等软性指标明显不足。个体发育不均衡，下肢力量尚可，肩部肌肉群力量较差，在此类教材教学是要多加注意。腰背、腰腹力量有待于大幅度提高，这是体育练习成败的关键。

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

中渗透思想道德和安全教育。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：基本体操和技巧；球类：篮球、足球；武术：健身拳；舞蹈：集体舞32步；身体素质练习。

教材的难点：耐久跑的方法；跳跃中的起跳环节；球类中的人球结合。

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、广播操和校园集体舞。

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，快乐体育是我们的追求，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。

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、朝气蓬勃和积极向上的

精神，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

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)、田径教材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)、球类教材中安排培养团结协作等集体主义精神和自我保护意识的内容。

(5)、在体操教材中安排培养互相帮助的合作意识和自我保护意识的内容

初中八年级体育教学计划篇五

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群众主义精神。确保每一个学生都能够用心投入到体育锻炼中去。

本学期所教的是八年级六个班，每个班人数都在45人左右，男女生人数差不多半个，绝大多数学生身体健康，无户外技能障碍。学生都喜爱户外，但身体协调性差，肥胖等，学习动作不协调。学生身体素质中的硬性指标，如速度、力量、耐力、柔韧等素质较差；灵敏、协调等软性指标明显不足。个体发育不均衡，下肢力量尚可，肩部肌肉群力量较差，在此类教材教学是要多加注意。腰背、腰腹力量有待于大幅度提高，这是体育练习成败的关键。

他们的`身体素质各异。正因初四学生面临中考，他们的学习压力十分大。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。另外思考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，培养女生用心参与体育锻炼的习惯。以期在中考中取得优异的成绩。

结合本校实际状况，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。

教材资料有：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。

教材的难点：蹲踞式起跑；跳跃中的起跳环节；球类中的人

球结合。

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，掌握简单的户外技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动潜质。

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，感受体育户外的乐趣，体会体育户外的益处，体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。

4、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。

5、收集并引导他们掌握更多的体育时事，丰富他们的知识，以备综合潜质考试。

6、让他们体验到户外的乐趣，能够在玩中学，在学中锻炼身体，增强体质。

1、适时了解、分析学生的学习信息。

2、营造贴合学生年龄特征的、有利于学生学习的户外环境。

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、朝气蓬勃和积极向上的

精神，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

6、利用课中或课后的时刻多与学生沟通交流，转变他们的观念，变被动为主动。

7、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。

8、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。

9、课后做到及时反思总结。

1、学习目的明确，用心自觉的上好体育课。用心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，穿轻便户外鞋上课。不得携带与体育课无关的首饰、校牌、手机等。

体育活动对于发展学生的适应潜质具有独特的作用，在体育教学中应个性注意营造友好、和谐的课堂气氛，有意识的融入德育教育，不仅仅锻炼学生的意志，更重要的是能培养学生的爱国主义和群众主义精神，培养学生服从组织，遵守纪律，诚实、机智、用心进取的心理品质。

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、养成遵守纪律的群众观，培养其具有热爱劳动、爱护公物的良好品质。

3、结合教材资料安排德育资料。

(1)、基础知识里安排激发学生刻苦锻炼自觉性的资料。培养学生的自尊心、自豪感和社会职责感。

(2)、游戏里安排教育学生遵守纪律，公正诚实，用心进取、团结友爱的资料。

(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资料。

(4)、球类中安排培养团结协作等群众主义精神的资料。

(5)、在体操中安排培养互相帮忙的合作意识的资料。

总之，在教学过程中要激发学生用心参与体育活动的兴趣，建立终身户外的习惯。

初中八年级体育教学计划篇六

一、基本情况：

1. 学生情况：八年级共8个班，每周两节课。八年级学生感情丰富而强烈，表现为情绪波动性大、不稳定，不成熟。

2. 技能情况：八年级学生都处于青春发育期间，体质差异大，但是动作的协调性，连贯性，合理性，规律性还有待于逐渐提高。所以在进行体育教学时，应深入了解学生的实际情况，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。但是动作的协调性，连贯性，合理性，规律性还有待于逐渐提高。

二、教材分析：

新课程中健康教育教材的定位新课程从体育扩展到体育与健康，内涵扩大了，增加了促进学生身心健康的教育内容，把有关身体发育、增进健康的基本知识和方法都纳入一本教材。

1. 教材突出技术点，强调锻炼的实效性

教材突出技术点，便于学生掌握，增强身体锻炼的实效性。教材中出现的技术与竞技运动技术有很大区别，即使是学习一些初步的竞技运动技术，其目的是用它来发展学生的身体，增进健康、增强体质。

2. 用方法引路，渗透应用意识，学以致用

体育是以身体锻炼的实践活动为鲜明特征的，要使教材中的知识、技术原理有效地指导学生的锻炼，就要把体育知识和技术原理与身体锻炼实践相结合，引导学生根据自身存在的问题展开学习。

3. 学会评价方法，培养评价能力

在使学生学会分析判断的基础上，应该培养他们具有评价能力。对事物迅速做出判断和评价是现代社会对人的素质提出的新的要求。通过对事物做出价值判断，培养学生正确的体育价值观，树立积极进取的精神，激发学生向新的目标前进的愿望，新编教材为此建立了学习评价体系。

4. 开阔视野，丰富体育运动文化

体育学科是以身体实践活动为鲜明特征，在身体实践中是身心统一的活动过程。作为对学生进行整体素质教育组成部分的体育学科，应该更好地发挥本身的功能，有效地增进学生的健康，增强体质，提高学生体育素质。

三、教学目的和要求：

(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；

2、知道合理安排锻炼时间的意义；合理安排锻炼时间，掌握更规范的跑操队列队形。

3、了解足球项目的简单技、战术知识和竞赛规则；

4、熟练掌握武术操动作套路，能整齐规范的跟配乐做操；

四、主要工作：

1. 在课的准备上要做到认真，主要以培养学生爱学、乐学的好习惯提高学生学习的質量。

2. 开展好学生的游戏课，让学生能开开心心的上完每节体育课，让学生在快乐的条件下上好体育课。

3. 开展好班级的体育活动，班与班进行足球、拔河、武术操等体育项目的比赛。

4. 做好课后反思，不断的发现问题去提高自身，多与老教师交流学习。

五、教学内容：

1、体育课常规（队形变换、跑操）

2、武术操--英雄少年

3、拔河练习

4、足球基本技术

5、运动技能一跑、跳、投

教学重点：以足球的基本技术为载体，发展学生的身体素质，提高心肺功能，培养运动兴趣。

六、教学进度与安排（见附表）

周次

节数

教学内容

一周

第1节

队列队形：体育课常规教学

第2节

队列队形：体育课常规教学

二周

第1节

队列队形：跑操

第2节

队列队形：跑操

三周

第1节

武术--开步冲拳

第2节

武术--并步亮掌

四周

第1节

武术操--复习

第2节

武术--斜拍脚

五周

第1节

武术--马步贯拳

第2节

武术操--复习

六周

第1节

武术操--马步双劈

第2节

武术--虚步插掌

七周

第1节

武术操--复习

第2节

武术操--歇步冲拳

八周

第1节

武术操--蹬脚冲拳

第2节

武术操--马步双击

九周

第1节

武术操--配音乐复习

第2节

武术操--配音乐复习

十周

第1节

武术操--配音乐复习

第2节

武术操--配音乐复习

十一周

第1节

拔河练习

第2节

拔河对抗赛

十二周

第1节

青春期健康（合班理论课）

第2节

足球--脚内侧踢球

十三周

第1节

足球--脚背内侧传接球

第2节

素质与锻炼--柔韧练习（合班）

十四周

第1节

足球--接球练习

第2节

素质与锻炼--个人跳绳（合班）

十五周

第1节

足球--运球练习

第2节

素质与锻炼--立定跳远（合班）

十六周

第1节

足球常识（合班理论课）

第2节

足球--运球练习

十七周

第1节

足球--拨球、拉球、扣球

第2节

素质与锻炼--短跑（合班）

十八周

第1节

足球--综合练习

第2节

素质与锻炼--中长跑（合班）

十九周

第1节

足球--球感练习

第2节

素质与锻炼--实心球（合班）

二十周

第1节

运动损伤与防治（合班理论课）

第2节

足球--对抗比赛

二十一周

第1节

模拟考核--跑、跳、投

第2节

模拟考核--跑、跳、投

初中八年级体育教学计划篇七

认真学习“体育与健康”新课程标准，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，确保每一位同学受益。

二、工作目标

认真完成八年级体育教学任务，使学生掌握体育基础知识，基本技能，基本技术。培养学生的兴趣。认真完成教学研究和教学改革任务，争取在区比赛中取得优异成绩，认真完成上级领导安排的各种时令性工作和任务。

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_高峰时期，心理、生理的发育波动强。男生爱动，喜欢对抗性强的运动项目如：篮球、足球、等项目。而女生则恰恰相反，喜欢娱乐性、柔韧性、游戏性强的项目。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。结合我校的实际情况以及我校得特色项目展开教学，男生主要是排球和篮球为主，而女生主要是排球和健美操学习。在教学的过程中要因势利导，培养学生积极参与体育锻炼，为学生培养终身体育意识打好基础。

四、加强课堂常规落实、改进教学措施、提高教学质量。

1、常规落实，上课前认真备课，钻研教材，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。

2、体育教学是整个体育工作的中心环节，因此，上好体育可是重中之重，是对学生进行体育教学的重要手段，本学期，我将按照“健康第一”的指导思想，努力探索新课程标准，积极改进自己的授课方式，提高自己的授课水平。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。

3、进一步提高课外教学活动和运动竞赛水平，确保每天一个小时的的教学时间。抓好课外体育活动和运动竞赛，这两项同样是学校体育工作的重点。课外体育活动是学生非常喜爱的活动形式，它即可以使学生对在体育课上学到的知识进行巩固，又可以发挥自己的能力去学习自己喜欢的运动项目基于这一点对本学期的课外活动要详细计划措施，并做好辅导，以保证课外体育活动顺利的开展。

五、本学期考核项目：

50米、800、1000米、坐位体前屈、篮球实心球排球发球

初中八年级体育教学计划篇八

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。

2、初步学习田径、球类、体操、武术等项目的基本技术，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。

1、养成良好的锻炼习惯，掌握中考可能被测试的项目。

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。

八年级的学生身体发育正处于青春期的高峰时期，心理、生理的发育波动强。男生爱动，喜欢对抗性强的运动项目如：篮球、足球、等项目。而女生则恰恰相反，喜欢娱乐性、柔韧性、游戏性强的项目。从身体素质方面来看男生力量素质差，但是灵活性和反应能力强。女生也是力量差，但是柔韧性好。对于体育与健康理论知识较薄弱，对锻炼方法模糊，不知如何合理的进行体育锻炼。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。因此要因势利导，培养学生积极参与体育锻炼。

教材内容有：体育与健康基础知识；田径：跑、跳、投；球类：篮球、乒乓球；武术；民族传统体育活动；身体素质练习等。

教材的重点：跑中的快速跑；跳跃中的立定跳；投掷中的实心球与铅球技术；

教材的难点：弯道跑与呼吸调解；跳跃中的起跳各环节；球类中的人球结合。

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。

周次

教学内容

课时

备注

第一周

讲解课堂常规、身体素质练习

2

第二周

运动参与

2

第三周

至第五周

田径类运动——100米跑、加速跑、200米跑

6

第六周

田径类运动——400米跑、弯道跑

2

第七周

田径类运动——长跑

2

第八周

田径类运动——立定跳远

2

第九周

田径类运动——跨越式跳高

2

第十周

田径类运动——侧向滑步推铅球

2

第十一周

球类运动——篮球体前变向运球

2

第十二周

球类运动——篮球两人一组攻防练习

2

第十三周

球类运动——挡拆练习

2

第十四周

球类运动——三打三对抗

2

第十五周

体操类运动——靠墙倒立

2

第十六周至十七周

武术类运动

4

第十八周

民间传统体育活动

2

第十九周

健康知识、体育道德

2

第二十周

期末结束

2

初中八年级体育教学计划篇九

1、学生情况：初二年级七个班，初三年级三个班。每个班约有55名学生，除个别班有1-2名特殊病生，不能从事体育运动锻炼外，其余学生都健康，都能从事体育运动锻炼。

2、技能情况：在经过初一或初一、初二年级的系统学习与练习，学生对初中体育与健康课程有了较为深刻的理解与认识，能比较主动地配合教师和同学进行身体的，能掌握几项基本的运动技，并能运用到课堂练习与社会生活实践中去。遗憾的是部分同学还未能完全的进入初中体育课程的学习状态中，听讲与练习过程去存在注意力不集中和偷懒现象。

根据义务教育初中体育阶段，培养的目标。中学体育教材，以及我校体育器材，场地，学生的实际情况。有目的，有计划地进行体育教育教学工作，学习基本的体育理论知识，基本技能和保健知识。在教育教学中，对学生进行思想品德的教育。激发学生积极主动学习的兴趣和爱好。培养学生良好的锻炼身体习惯。是每一位学生都能成为德、智、体、美、劳全面发展的优秀学生。

教材内容有：体育与健康基础知识；田径：跑、跳、投；体操：单杠；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；

教材的难点：蹲踞式起跑；跳跃中的起跳环节；球类中的人球结合。

1、使学生能够根据自己的身体情况，合理地进行体育锻炼。掌握基本知识和技能，学会一些体育卫生保健知识和安全常识。培养学生认真锻炼身体的态度。

2、学习田径、体操、技巧、球类等项目的的基本技术和基本技巧进一步提高每一位学生的能力。

3、充分利用各种体育活动，提高学生锻炼身体的兴趣和积极性。培养顽强，拼搏、自觉遵守运动规则，团结协作等优良品质。

1、认真备课，上课。突出学生的主体地位。培养学生爱学、乐学的好习惯，提高学生学习的质量。

2、抓好田径运动员训练工作，为本学期区级运动会做好准备。

3、开展好班级的体育活动，班与班进行，篮球、立定跳远、跳绳、仰卧起坐等体育项目的比赛。

4、写课后反思，心得，总结等理论。

5、进行备课，说课，听课，评课，集体备课等活动。

1、抓好九年级学生整体身体素质及基本技术的提高。

2、充分利用好早操对学生进行耐力训练。

3、不断改进教育教学方法，激发学生锻炼身体的积极性，培养他们的兴趣，根据学生的`实际情况，进行不同层次练习，建立互帮，互学，相互鼓励地共同进步的团体。

4、对学困生，要有耐心，爱心和关心，交流和谈心。鼓励，大家都来关心的方式。激励他学习。充分激发他向上的欲望。

5、及时掌握学生学习情况，提出新目标，新要求。

1、逐步提高学生锻炼身体的主动性，创造性。以及学习兴趣。养成经常参加体育活动的习惯。

2、要用体育特有的影响，培养学生的美感。遵守纪律，相互帮助，团结友爱的优良作风。

3、发展学生优良的个性，培养学生勇敢、顽强、积极向上。

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。

初中八年级体育教学计划篇十

1、进一步提高学校大课间的整体质量,做到内容丰富、形式多样、

2、充分利用课余时间抓好学校各运动队的训练,使我校的体育运动水平稳步提高、

4、做好初三体育中考项目的辅导工作、

5、加强课题研究工作,提高自身业务水平、

5、课题研究分工到人,人人参与,集体研讨,有计划有总结、

九月份:

1、制定教研组工作计划,本学期教学计划、教学进度,并备好一周课、

2、集体备课:支撑跳跃、

3、课题研究:初步探讨“十二五”课题的研究方向并定题、

十月份:

1、教学模式研讨:初一、二年级:“民主化”、初三:“自主式”、

2、公开课:快速跑、

3、课题研究:对课题进行初步论证、

十一月份:

- 1、组织学生进行体质测试、
- 2、集体备课:篮球、
- 3、教学沙龙(课题研究):对课题背景、现状和预期效果进行讨论、

十二月份:

- 1、集体备课:立定跳远、
- 2、理论学习(课题研究):如何做好体育差生的转化工作、
- 3、整理学生体质测试数据并上报国家数据库、
- 4、做好上报教研室体育与健康论文,参加市评比、
- 5、课题阶段性小结、

一月份:整理教研组材料,并装订成册、

初中八年级体育教学计划篇十一

以“三个代表”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。

本学期所教的是七个班,每个班人数都在50人左右,男女生人数差不多个半,绝大多数学生身体健康,无运动技能障碍。

学生都喜欢运动，但身体协调性差，肥胖等，学习动作不协调。学生身体素质中的硬性指标，如速度、力量、耐力、柔韧等素质较差；灵敏、协调等软性指标明显不足。个体发育不均衡，下肢力量尚可，肩部肌肉群力量较差，在此类教材教学是要多加注意。腰背、腰腹力量有待于大幅度提高，这是体育练习成败的关键。

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。

教材的难点：蹲踞式起跑；跳跃中的起跳环节；球类中的人球结合。

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 basic 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。

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、朝气蓬勃和积极向上的精神，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

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。

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。

初中八年级体育教学计划篇十二

一、指导思想：

本学期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”的指导思想，提高学生身体素质和心理素质，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、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。为终身体育的良好习惯打下的基础。

二、学生基本情况分析：

本学期我所任教八年级学生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。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。但他们同时又认为，我不参加体育锻炼，身体状况也可以，也基本能满足学校开展的各种正常活动，因而往往错误地认为参加体育锻炼可有可无，这是造成现在大部分学生的体质得不到普遍提高的不可忽视的实际情况。

三、教学目的：

- 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、教学要求：

- 1、认真备课、上课，提高教学质量。在每堂课前，认真学习钻研体育与健康课程的教材，考虑各方面的因素，认真备课；在上课时，面向全体学生并区别对待，采用多种教学手段，丰富教学方法，充分利用学生的生理、心理特点，提高教学质量。

2、营造一个有利于学生身心健康的良好环境和氛围。在教学中创设良好的教学环境、学习环境是促进学生身心健康的有利条件。其中融洽、和谐的师生关系、学生之间的关系是影响学生身心健康重要因素。

3、丰富教学手段与方法，明确教学目标，做好课内课外体育锻炼的结合的各项工作，提高教学质量；并组织部分有体育特长的学生的体育训练工作，提高运动技术水平；面向全体学生，因材施教，认真做好体育与健康课的评价工作；加强教学研究，不断总结教学经验，积累资料，探索教学规律，提高自身的专业素质。

五、教学措施：

1、教学常规方面：备课时研究新课程标准，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，提高学生学习兴趣，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。

六、校本培训方面：

精心准备公开课，认真上好展示课，积极参加校、县组织的教研活动，听、评课10节以上，认真撰写校本培训的研训记录。

在工作中处处以教师职业道德规范严格要求自己，为人师表。

初中八年级体育教学计划篇十三

本学期八年级共一个班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；女生用心性不高，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用心性。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。另外透过学生的体育成绩了解到学生运动潜力的弱项，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。

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己的弱项进行专项练习。
- 3、制定后期教学资料和训练计划。

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，培养他们的用心，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、加强业务潜力学习

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。

初中八年级体育教学计划篇十四

坚决贯彻执行体育工作条例，进一步推行体育与健康新课程

标准，将体育课改推向更深层次的研究。在学校校长室、教科室的直接领导下，我组对照市教委、体委的年度工作计划，相互协作，有条不紊地开展各项体育工作，使我校的体育工作水平和成效迈上一个新的台阶。

1、进一步提高学校大课间的整体质量，做到内容丰富、形式多样。

2、充分利用课余时间抓好学校各运动队的训练，使我校的体育运动水平稳步提高。

3、以教科研为抓手，不断提高体育课堂教学质量，充分体现体育教学中学生的主体地位，真正使学生想学、愿学、乐学，使体育学习成为学生学习生活中的一个重要部分。

4、做好初三体育中考项目的辅导工作。

5、加强课题研究工作，提高自身业务水平。

1、加强检查与考核力度，利用体育课组与组之间的比赛、班与班之间的比赛、年级与年级之间的比赛等，不断提高广播操的质量。再通过各种方法，例如人人争当领操员等等，端正每位学生体育锻炼的态度。

2、各项运动队训练分工到人，明确职责，并对运动队取得的成绩进行客观的评估。组内对每位教练员要进行年度考核。

3、加强理论学习，特别是新课程标准和师德方面的理论学习，不断提高每位教师的业务素质育人品质。扎实抓好集体备课与研讨，相互协作，相互提高。

4、发挥教研组“团结协作”的精神，运用科学的方法和手段尽一切可能提高每一位学生的身体素质。

5、课题研究分工到人，人人参与，集体研讨，有计划有总结。

九月份：

1、制定教研组工作计划，本学期教学计划、教学进度，并备好一周课。

2、集体备课：支撑跳跃。

3、课题研究：初步探讨“十二五”课题的研究方向并定题。

十月份：

1、教学模式研讨：初一、二年级：“民主化”、初三：“自主式”。

2、公开课：快速跑。

3、课题研究：对课题进行初步论证。

十一月份：

1、组织学生进行体质测试。

2、集体备课：篮球。

3、教学沙龙（课题研究）：对课题背景、现状和预期效果进行讨论。

十二月份：

1、集体备课：立定跳远。

2、理论学习（课题研究）：如何做好体育差生的转化工作。

- 3、整理学生体质测试数据并上报国家数据库。
- 4、做好上报教研室体育与健康论文，参加市评比。
- 5、课题阶段性小结。

一月份：整理教研组材料，并装订成册。

初中八年级体育教学计划篇十五

本学期所教的是八年级六个班，每个班人数都在45人左右，男女生人数差不多半个，绝大多数学生身体健康，无运动技能障碍，初中体育教学计划。学生都喜欢运动，但身体协调性差，肥胖等，学习动作不协调。学生身体素质中的硬性指标，如速度、力量、耐力、柔韧等素质较差；灵敏、协调等软性指标明显不足。个体发育不均衡，下肢力量尚可，肩部肌肉群力量较差，在此类教材教学是要多加注意。腰背、腰腹力量有待于大幅度提高，这是体育练习成败的关键。

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。

教材的难点：蹲踞式起跑；跳跃中的起跳环节；球类中的人球结合。

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。

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。

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。

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、自豪感和责任感，工作计划《初中体育教学计划》。

（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。

初中八年级体育教学计划篇十六

- 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。

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。

- 1、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。
- 2、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。
- 3、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。

(略)

初中八年级体育教学计划篇十七

本学期八年级共一个班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；女生用心性不高，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用心性。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。另外透过学生的体育成绩了解到学生运动潜力的弱项，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己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，培养他们的用心，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。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。

初中八年级体育教学计划篇十八

摘要：随着我国教育质量和学生素质的提高，传统的中学体育教育方式方法已经明显无法满足学生对现代体育教育的要求，也无法适应现代素质教育的发展。本文通过探索了中学体育教育中的竞赛模式、趣味性、中学体育素质教育、体育精神等四个方面。

关键词：竞赛模式趣味性中学体育素质教育体育精神

随着我国教育质量和学生素质的提高，传统的中学体育教育方式方法已经明显无法满足学生对现代体育教育的要求，也无法适应现代素质教育的发展。这就使得一些对中学体育教育感兴趣的专家学者不断探索中学体育教育的新形式、新思路、新方法。

一、中学体育教育的竞赛模式

传统的体育教育模式就是学校一周排出一节体育课，上课内容由体育教师自由掌握。但是由于学校、体育教师、社会等各方面影响，体育课实际上成为了学生们学习其他“重要”课程之余的放松时间，体育教育并没有起到它本身的作用。涉及到竞赛性质的也就是一年一度的以田径等竞技项目为主的学校运动会，但有时候也会因为给其他学科让路而被取消。随着现代素质教育的深入发展，中学体育教师也要与时俱进、顺应发展要求，不断将竞赛模式引入体育教育。

第一，中学体育教育要不断将体育竞赛与课外体育活动相结合。传统的体育教育没有竞赛观念，学生只是将体育课做为一种放松。体育竞赛观念引入体育教育后，体育教学中学生的体育成绩直接与学生成绩，甚至升学挂钩。同时，向学生们传授利用各种生活中简便器材锻炼身体方法。这样就能引起学生们对体育教育的重视，切实增强学生体质，让学生体会到体育的乐趣，培养学生体育锻炼的习惯。

第二，中学体育教育要不断将体育竞赛与体育课考核相结合。传统的体育课考核、“达标”、升学考试等形式，虽然在一定程度上对学生的运动能力和身体素质起到了积极影响。但是，这些都不是竞赛项目，并不能引起学生们足够重视。将竞赛观念引入体育教育，在学校内部、年级、班级、班级内部之间举行比赛，分出个人和班级名次。学生们不仅能获得个人荣誉，还有集体荣誉感。这更能激发学生加强体育锻炼，提高个人体质的兴趣和积极性。

二、中学体育教育的趣味性

在传统的中学体育教育中，体育教师一般采用“放羊式”教学方式，即体育课上，学生们以自由活动为主，教师没有任何安排。学生们之所以仍然喜欢体育课，只是因为可以暂时摆脱沉重的学习包袱。但是这并不是对体育课真正存在兴趣。

中学体育教育真正的趣味性应该是学生对体育课本身的热爱，这也是现在体育教育改革的重要内容之一。增强学生对体育教育的兴趣，关键从以下几点着手：

第一，改革体育教学内容，关注学生兴趣。传统的体育教学夸张地说，是毫无内容。而改革体育教学内容，就是在中学体育教育中开设足球、篮球、乒乓球、羽毛球等一系列项目运动，可以让学生根据的兴趣爱好自由选择，这样学生们学习起来会更加投入。

第二，激发体育需要，唤醒学生兴趣。唤醒学生兴趣的根本手段就是激发学生们的体育需要。正如中长跑，又累又单调。可以想象，几乎没有学生喜欢中长跑运动。这个时候，体育教师虽然可以强制要求，但这样不仅不会提高学生们的兴趣，反而会适得其反。但是，如果体育教师们向学生们的强调，中长跑运动是提高心、肺功能的有效手段，通过中长跑运动，学生们不仅可以提高自身的体质，而且能够以更充沛的精力从事学习，提高学习效率。这样就能更好的激发学生们的需要，从而产生兴趣。

三、中学体育素质教育

第一，中学教师要不断提高自身素质。中学体育教师在中学体育教育中起主导作用。无论是素质教育观念的创新，还是体育教育内容、方式改革，都取决于体育教师的自身素质。所以，中学体育教师应该强化自身的责任意识，端正教学思想，同时积极提高自身的技能、丰富自身的知识。第二，加强学生的思想道德教育。体育教育中，不能只关注学生的体育成绩、竞赛水平，更应该培养学生们在体育教育中协同合作的良好作风，团结友爱、互相帮助的道德品质，还有集体主义感的精神。第三，加强学生心理素质的培养。素质教育要求的不仅仅是学生学习能力的提高、身体的强壮，同时还有学生心理素质的强化。对学生心理素质的培养，不但是适应社会发展的需要，也是素质教育的必然要求。通过丰富多

彩的体育活动，培养学生们积极向上的顽强精神，从而让他们自尊、自信、自强。

四、体育教育中的体育精神

体育精神是指体育运动中所蕴含着的对人的发展具有启迪和影响作用的有价值的思想、作风和意识。丰富多彩的体育运动，尽管其手段、形式、方法等各不相同，但基本的体育精神却相同。中学生从一开始投入到体育运动中，就已经开始接受体育精神的影响，受到体育精神的熏陶。

在不断的探索和尝试中，体育教师必须发挥创新意识和创新能力，在教学思想和教学方法上大胆改革，敢于摆脱原有的模式，还要在课堂教学中激发学生们的兴趣，努力培养学生们的素质和体育精神。只要我们多尝试、多实践，体育课堂一定会有一片崭新的天空。

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](#)