

七年级上期体育教学计划表(实用20篇)

职业规划可以帮助个人明确职业方向、设定职业目标，从而更好地规划个人发展。掌握了一些学期计划的制定方法和技巧后，小编为大家整理了一份范文，供大家参考和学习。

七年级上期体育教学计划表篇一

认真贯彻党的教育方针，高举邓小平理论伟大旗帜，以xx大精神“三个代表”的重要思想为指导，更新教育理论，探教学改革之路，实施创新教育，顺应时代教育教学发展的需要。

二、工作目标

认真完成七年级体育教学任务，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、措施

认真积极参加学校组织的各项政治学习,政治活动,认真学习xx大精神,认真记学习笔记,写学习心得,提高自己思想认识。服从领导,听从分配,团结同志,关心爱护学生。在工作中时时处处以教师职业道德规范严格要求自己,忠于职守,为人师表。

1、加大教育力度，不断提高教育教学质量和教学水平。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，同时，本学期要继续深入的学习，提高自己的思想道德修养和理论知识水平，使自己的能够适应现代化教育的需要和要求。

2、进一步提高课外教学活动和运动竞赛水平，学校的体育工作除体育教学以外，还有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。

3、课余运动竞赛体现出一个学校的体育运动竞技水平，同时也是实现更高，更快，更强的体育精神的重要手段，学校运动竞技水平的高低将直接关系到能否培养出好的人才，关系到我们国家体育竞技水平的提高，因此，在本学期，我将进一步抓好体育兴趣小组的训练工作，积极探索科学有效的训练方法和理论，提高运动训练的水平，争取在校比赛中取得优异成绩。

4、作为一名体育教师，我有信心也有能力把这一学期的工作做好，为体育教育事业奉献自己的青春和力量，为学校争光。

七年级上期体育教学计划表篇二

【范文一：七年级体育教学计划】

一、工作目标

认真完成七年级体育教学任务，使学生掌握体育基础知识，基本技能，基本技术。培养学生对体育的兴趣。认真完成教学研究和教学任务，争取在较短时间内完成广播操和秧歌舞的教学任务。

二、学生现状分析

七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。男生活泼好动，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。

三、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、进一步提高和加强广播操和秧歌舞的教授，争取在较短时间内完成这两项任务，保证我校的大课间顺利的开展。其次，针对新生要抓好学生的队列队形的练习，让他们早日融入到学校的正常活动中。

四、本学期考核项目：

50米、立定跳远、长跑800米、1000米。

五、教学进度表

周次活动内容

1课堂常规教育、队列队形

2—7学习广播操和秧歌舞

8—1050米跑、立定跳远

11考核50米

12—14立定跳远、耐久跑

15考核立定跳远

16—18篮球、耐久跑

19考核耐久跑

20补考

【范文二：七年级体育教学工作计划】

学期已开学，本学期的工作将是紧张而又忙碌的，因为，在这一学期中，时间短，任务重。有学生跳绳运动会、有教师乒乓球比赛。为更好的开展好自己分担的各项工作，特制定本学期体育教学计划如下：

一、指导思想

认真贯彻党的教育方针，高举邓小平理论伟大旗帜，以十六大精神“三个代表”的重要思想为指导，更新教育理论，探

教学改革之路，实施创新教育，顺应时代教育教学发展的需要。

二、工作目标

认真完成七年级体育教学任务，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、措施

认真积极参加学校组织的各项政治学习，政治活动，认真学习十六大精神，认真记学习笔记，写学习心得，提高自己思想认识。服从领导，听从分配，团结同志，关心爱护学生。在工作中时时处处以教师职业道德规范严格要求自己，忠于职守，为人师表。

1、加大教育力度，不断提高教育教学质量和教学水平。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，同时，本学期要继续深入的学习，提高自己的思想道德修养和理论知识水平，使自己的能够适应现代化教育的需要和要求。

2、进一步提高课外教学活动和运动竞赛水平，学校的体育工作除体育教学以外，还有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。

3、课余运动竞赛体现出一个学校的体育运动竞技水平，同时也是实现更高，更快，更强的体育精神的重要手段，学校运动竞技水平的高低将直接关系到能否培养出好的人才，关系到我们国家体育竞技水平的提高，因此，在本学期，我将进一步抓好体育兴趣小组的训练工作，积极探索科学有效的训练方法和理论，提高运动训练的水平，争取在校比赛中取得优异成绩。

4、作为一名体育教师，我有信心也有能力把这一学期的工作做好，为体育教育事业奉献自己的青春和力量，为学校争光。

【范文三：七年级体育教学计划】

新课程标准要求我们必须坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长；激发学生运动兴趣，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。

一、学情分析：

自律性还不够，注意力还不够集中，上课经常自己玩，教师在讲解游戏规则时不认真听。所以要加强学生注意方面的练习。而且，大部分学生已经掌握了一些体育与健康课堂中所常见的体育术语，如向前看、向右看齐、报数等，并能准确的做出各个术语所要求的动作与行为。

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。

二、教学目标：

1、让学生了解一些科学锻炼身体和评价锻炼效果的基本方法，树立健康第一、注意安全和自我保护的意识，能用所学知识指导健身活动。

2、能正确学会本年级所学各项教学内容的基本动作，掌握发展

身体素质的方法，使运动能力在原有基础上有进一步提高。

3、能积极参加体育活动，在体育活动中逐渐养成公正、负责、协作的良好品质。

4、倡导体验教学，让学生通过体育活动感受成功和失败。使学生有良好的心理素质和品质。

三、教学措施：

1、结合本校实际，努力钻研教材，创出教学新模式。

2、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，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。

3、上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

- 4、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。
- 5、在课堂上严格执行教师的各项要求，未经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。
- 6、要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。
- 7、体育课中要以“健康第一，安全第一”的指导思想，让学生积极参与到活动中去，并努力确保零事故。
- 8、加强学生的安全意识和自我保护。

【范文四：七年级体育教学计划】

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，处于青春发育的七年级体育教学计划

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。
- 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。

感谢您的阅读，本文如对您有帮助，可下载编辑，谢谢

七年级上期体育教学计划表篇三

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，身体发育较快，男女差别较大，男生活泼好动，表现好强；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、教材分析

本册教材内容有：体育基础知识(篮、排、足球的基础知识)田径类、体操类、球类、韵律体操及民族传统体育。

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体操的双杠。
- 2、难点是耐久跑的呼吸，跳远的助跑与踏跳，双杠的向后转体180度等。

五、教学措施

- 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。

六：本学期考核项目

男：100米 跳远 双杠支撑臂屈伸

女：100米 跳远 仰卧悬垂臂屈伸

七：本学期达标项目

男：50米 1000米 跳远 铅球 引体向上

女：50米 800米 跳远 铅球 仰卧起坐

七年级上期体育教学计划表篇四

在《体育与健康课程标准》中，明确地规定了中学体育的目的：“通过体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，为提高全民族的素质奠定基础。”

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，使学生得到身心健康和协调发展。

- 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、卫生保健的安全常识，培养认真锻炼身体态度。
- 2、学习田径、体操、小球类、民族传统体育、韵律活动和舞蹈等项目的基本技术，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和积极性，以及勇敢，顽强，胜不骄、败不馁，自觉遵守规则，团结协作等优良品质。

- 1、认真备课，精心写好教案，不备课，无教案不准上课。
 - 2、认真学习和贯彻教学大纲，钻研教材，明确教材目的与任务，掌握教材重点、难点明确本课的教学任务、几为完成任务而采取的教学原则、教学方法，组织措施等。
 - 3、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不准旷课、丢课的因故不能上课，必须经学校领导同意，并做好妥善安排。
 - 4、在教学中，加强与重视“三基教学”同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务。
 - 5、教学原则、教学方法的运用，要从增强学生体质出发，根据青少年的心理生理特点及学生的实际情况，科学地安排好、密度和运动量。
 - 6、教师要注意仪表整洁，举止大方，教态严肃、自然、注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装。在上课现场等候上课。
 - 7、认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核和评定，重视资料的积累和保管，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。
 - 8、教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培养和训练工作，使他们真正起到教师助手作用。
 - 9、教学中要有严密的组织纪律，严格的安全保护措施与要求，严防伤害事故的发生一旦发生伤害事故要及时向领导汇报并作好妥善处理。
-
- 1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，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、上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

3、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

4、在课堂上严格执行教师的各项要求，未经允许不得随意移动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

5、要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

七年级上期体育教学计划表篇五

本学期所教的是八年级七个班，每个班人数都在45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。

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。

七年级上期体育教学计划表篇六

一、指导思想：

以新课程理念为指导思想，充分发挥学生的主体地位，培养学生的自主创新意识，争创一流、优秀的集体主义精神。保证每个学生都能积极参加体育锻炼。

二、基本情况：

这学期教七年级和八年级。两个班大约有48名学生，几乎一半是男生和女生。大多数学生身体健康，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。

他们有不同的身体素质。因为初中生面临中考，学习压力很大。如何调整他们的心理，处理好学习和活动的安排，让他们在体检中取得好成绩，是这学期的首要任务。此外，考虑到男女之间的巨大差异，他们的身体素质是不同的：男生活泼好动，有很强的表现欲，能更好的锻炼身体；女生往往比较安静不主动，上课要经常和她们交流，尽快转变观念，让男生开车送女生，培养女生积极参加体育锻炼的习惯。以期在中考中取得优异成绩。

三、教材分析：

根据我校的实际情况，有目的、有计划地开展体育教学，传授身体保健的基本知识和技能，培养良好的卫生习惯；掌握科学体育锻炼的基本方法和体育文化知识，在教学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。

教材包括：体育与健康基础知识；田径：跑、跳、投；体操、球类：篮球、足球；健身运动。

教材重点：跑的快；跳跃中的跳跃跳高；体操中的单杠动作；球类运动中的控球技术；

教材难点：蹲起；跳跃中的起跳环节；球类运动中的人球结合。

四、教学目标和要求

1、让学生认识自己的身体，掌握简单的体育锻炼知识和方法，学习一些体育保健和安全知识，培养认真锻炼身体的态度。掌握眼保健操和新的无线电练习。

2、学习田径、体操、球类等基本功。掌握简单的运动技能，进一步发展学生的素质，提高他们的基本身体活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标。我们会在体育比赛中不断尝试和体验，练习和思考，互相学习和评价，感受体育的乐趣和益处，体验战胜困难、取得进步的成功喜悦。

4、养成良好的锻炼习惯，掌握很多中考可能要考的项目。

5、收集和引导他们掌握更多的体育时事，丰富他们的知识，进行综合能力测试。

6、让他们体验运动的乐趣，能够在玩耍和学习的同时锻炼和增强体质。

动词(verb的缩写)改善教育

五、教学具体措施

- 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间多与学生沟通交流，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。

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、积极积极的心理品质。

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。

（2）、游戏里安排教育学生遵守纪律，公正诚实，积极积极、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。

八、业务学习：

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。

九、评价教育教学：

通过测试和平时的练习采取教师或学生相互评价的方式，分优秀、良好、及格、仍需努力四个层次：

1、学习态度与行为：能否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：能否正确的将动作掌握与运用情况。

3、交往与合作精神：能否正确处理好与同伴的合作关系。

七年级上期体育教学计划表篇七

（固镇县宋店中学 赵金虎）

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。
- 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。

（固镇县宋店中学 赵金虎）

一、基础不

一、身体素质有差距等因素。另外学生对新的学习环境还不是很适应。

一、基本情况：

1. 学生情况：初一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：初一学校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。所以在进行初一的体育教学时，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。体育教学中不能排斥运动技术，更不能一见到竞技技术的名词术语就认为是竞技技术。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。这样做对于提高学生分析判断和思维能力将起到积极的作用。

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

增加了运动文化知识，提高了信息量，以适应社会发展的实际需求，用于开阔学生的眼界，丰富体育文化知识，增加阅读兴趣。

体育学科是综合性的文化科学基础课程之一，它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：

(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；

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质

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，篮球、田径、等体育项目的比赛

(固镇县宋店中学 赵金虎)

一、导思想想

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，确保每一位学生受益。

二、教学目标

认真完成教学任务，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。认真开展研究、教改活动。认真完成校领导安排的各种临时性工作和任务。

三、学生现状分析

初一年级的学生身体发育已进入青春期，心理、生理的发育波动大。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。

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，上好体育课是重中之重，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、进一步提高课外体育活动和运动竞赛水平，学校的体育工作除体育教学以外，还有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，以保证课外体育活动顺利的开展。

七年级上期体育教学计划表篇八

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。

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。

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。

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。

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、朝气蓬勃和积极向上的精神，注意能力的培养，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

七年级上期体育教学计划表篇九

认真贯彻落实教师发展中心年度体育学科工作计划和本学期学校教务处工作计划展开工作，立足我校教学工作实际，以常规管理为抓手，以改进课堂教学方式为中心，以教学质量为生命，以开展扎实的教研活动为主渠道认真落实教学“六认真”，强化教学工作的过程管理，加强教学环节的督查与指导提高课堂教学的效率，促进学生全面发展。

深化体育课程改革，全面提高体育教学质量，大力推进阳光体育的广泛深入开展，全面增强学生体质，培养学生运动的兴趣和爱好，切实保证学生每天一小时校园体育活动，形成坚持锻炼的习惯。认真完成本年度《国家学生体质健康标准》的测试与上报工作。积极备战，参加太仓市组织的相关体育竞赛，争取优异成绩。

正常开展教研组活动（单周星期三上午2、3节课），营造良好的教研氛围，按教务处要求完成“同一堂课”活动，并加强交流和探讨，上好研讨课、评优课、汇报课等，做好“穿帮带”工作，不断提高每位教师的思想和业务素质。

组织开展好校田径运动会、广播操比赛和学生“冬季三项”比赛，活跃校园体育气氛，培养学生集体主义精神和爱校、爱班的优秀品质。

- 1、传达市中小学体育教研组长会议精神。
- 2、制定本学期个人教学计划、进度，学校体育工作计划。
- 3、制定教研组工作计划，近期工作安排。
- 4、校田径运动队组队，加强训练，准备参赛。

（运动员注册：9月11日 比赛：10月10、11日 地点：体育场）

- 1、布置《国家学生体质健康标准测试》相关准备与测试工作。
- 2、田径运动队加强赛前训练与调整，准备参赛。
- 3、上报组内教师研讨课名单。

- 1、参加太仓市20xx年中小学生田径运动会（10月10、11日）

2、校第25届田径运动会准备工作，下发规程与报名表、编排分工、场地器材准备、秩序册编排等。

举行第25届校田径运动会。

（开幕式结束进行初一年级广播操比赛）

1、教学“六认真”检查（组内自查）。

2、市中小學生田径运动会和校第25届田径运动会总结。

3、市中小學生绳毽锦标赛准备工作（组队、训练）

1、体育教学理论学习。

2、做好20xx年学生体质健康标准测试工作与数据汇总工作。

“同一堂课”上课。（周宏、蔡丽平）（晒课）

1、完成20xx学生体质健康标准测试工作与数据汇总上报工作。

（截止日期：11月30日）

2、“同一堂课”上课。（沈斌、蒋惠芬）

3、参加市中小學生绳毽锦标赛。（体育馆）

“同一堂课”上课。（毛献国）

1、组内教师课堂教学研讨课评议。

2、校学生“冬季三项”比赛准备工作。

3、市绳毽锦标赛情况总结。

- 1、举行校学生“冬季三项”比赛。
 - 2、教学“六认真”工作（组内互查）。
 - 3、体育教育教学理论学习。
- 1、校学生“冬季三项”比赛情况总结与颁奖。
 - 2、期末“六认真”工作检查。
 - 3、学期教育、教学、教研组工作总结。

七年级上期体育教学计划表篇十

由于七年级学生刚由小学上升为初中，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，再者农村小学生普遍接触体育较少基础薄弱，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，从常规做起，从点滴来抓，由易到难，由浅入课，这是本年级的一个活动趋势，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，在上课中应坚持“健康第一、安全为主”。当然课堂教学应以学生为主体，根据情况变化，日常教学中要灵活应变。

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，把速度、耐力、灵敏等测试内容安排到教学中去完成。

一、知道合理安排锻炼的时间和意义，参与体育与健康课的学习。形成积极态度和行为。

二、完成和基本掌握本年级选择项目中的规定动作，了解所学项目的知识与简单战术，结合游戏等多种形式获得应用技能，区分安全和不安全的运动行为，发展自学自练和自我保健能力。

三、在小学体育与健康课程学习的基础上，通过各种练习手段，发展速度、灵敏、有氧耐力。引导学生关注自己的身体，懂得不良行为对健康的影响，理解体育锻炼对身体形态和技能发展的益处。

四、掌握运动技能的同时使学生了解心理状态对身体健康的影响，在体育活动中初步建立自尊和自信，积极进取，培养坚强的意志。

五、建立个人和群体的和谐关系，在体育游戏和比赛中能与同伴分配角色，协调配合，共同完成任务。

七年级上期体育教学计划表篇十一

2008年是奥运年，体育被提到一个前所未有的高度在新的一学期中，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%

七年级上期体育教学计划表篇十二

本学期所教的是八年级七个班，每个班人数都在45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。

（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。

七年级上期体育教学计划表篇十三

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。

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。

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。

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。

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。

七年级上期体育教学计划表篇十四

新学期的工作将是紧张而又忙碌的，那么七年级体育教师制定了怎样的工作计划呢?下面是本站小编收集整理的七年级体育教学计划，欢迎阅读。

一、指导思想

认真贯彻党的教育方针，高举邓小平理论伟大旗帜，以xx大精神“三个代表”的重要思想为指导，更新教育理论，探教学改革之路，实施创新教育，顺应时代教育教学发展的需要。

二、工作目标

认真完成七年级体育教学任务，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、措施

认真积极参加学校组织的各项政治学习,政治活动,认真学习xx大精神,认真记学习笔记,写学习心得,提高自己思想认识。服从领导,听从分配,团结同志,关心爱护学生。在工作中时时处处以教师职业道德规范严格要求自己,忠于职

守，为人师表。

1、加大教育力度，不断提高教育教学质量和教学水平。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，同时，本学期要继续深入的学习，提高自己的思想道德修养和理论知识水平，使自己的能够适应现代化教育的需要和要求。

2、进一步提高课外教学活动和运动竞赛水平，学校的体育工作除体育教学以外，还有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。

3、课余运动竞赛体现出一个学校的体育运动竞技水平，同时也是实现更高，更快，更强的体育精神的重要手段，学校运动竞技水平的高低将直接关系到能否培养出好的人才，关系到我们国家体育竞技水平的提高，因此，在本学期，我将进一步抓好体育兴趣小组的训练工作，积极探索科学有效的训练方法和理论，提高运动训练的水平，争取在校比赛中取得优异成绩。

4、作为一名体育教师，我有信心也有能力把这一学期的工作做好，为体育教育事业奉献自己的青春和力量，为学校争光。

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。

共2页，当前第1页12

七年级上期体育教学计划表篇十五

七年级为新招收学生，体育基础差，水平参差不齐，基本体育常识匮乏，技能薄弱，但学生身体健康活泼，无运动技能障碍。这个年龄段学生喜欢跑、跳、追逐等大肌肉活动，但动作显的僵硬呆板，需在今后的体育活动中进一步锻炼。

- 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，确保每个学生都受益。

1、知道合理安排锻炼时间及其意义，积极参与《体育与健康》

课的学习，形成积极的态度和行为。

2、完成和基本掌握武术操，学会基本足球技术，结合游戏等多种形式获得应用技能，区分安全和不安全的运动行为，发展自学自练和自我保健能力。

3、在小学的体育基础上，通过各种练习手段，发展速度与灵敏、有氧耐力。引导学生关注自己的身体，懂得不良行为对健康的影响，理解体育锻炼对身体形态和机能发展的益处。

4、掌握运动技能的同时使学生了解心理状态对身体健康的影响，在体育活动中初步建立自尊与自信，积极进取，培养坚强意志。

5、建立个人与群体的和谐关系，在体育游戏和比赛中能与同伴合理分配角色，协调配合，共同完成任务。

1、积极参加课外体育活动，懂得体育的锻炼方法。

2、用安全方法进行运动，发展体育的广泛兴趣、爱好，提高自学自练和自我保健能力。

3、根据自己的生理发育特点，了解体育活动中应注意的事项。

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

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。

5、素质与技能练习

七年级上期体育教学计划表篇十六

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。

七年级上期体育教学计划表篇十七

本班学生有xx人，其中男生xx人，女生xx人，这些学生都来自本乡各村级小学，学生对体育活动及体育的有关知识了解甚少，大部分学生身体素质都比较差，在体育教学中存在一定的难度。

认真学习和积极参加学校组织的各项政治学习及有关活动，坚持执行党的教育方针和政策，全面实施体育新课程改革，努力探究农村中学体育教学改革的新途径、新方法，以提高体育教学质量及学生的体育综合素质为目标，充分调动广大学生学习的积极性，培养学生自主、合作、探究的精神。

认真完成七年级体育教学任务，使学生掌握体育基础知识，基本技术和基本技能。培养学生的`爱好体育的兴趣。认真完

成教学研究和教学任务，争取在本期的教学工作中取得优秀成绩。

- 1、加大教育力度，不断提高教育教学质量和教学水平。
- 2、努力探索新课程标准，积极改进自己的授课方式，提高自己的教学水平。
- 3、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。
- 4、以人为本，以情动人，扎实有序地抓好体育基础知识的学习。
- 5、联系实际，因材施教，根据不同层次的学生，精心设计体育课堂45分钟，严格加强课外体育实践活动。

1、基本体操：第八套广播体操及素质；速度。

2、篮球：认识了解篮球及篮球规则；原地运球、移动及行进间运球；原地双手胸前传接球、投篮。

3、长跑：男生1000m;女生800m□

4、短跑□100m□

5、立定跳远。

七年级上期体育教学计划表篇十八

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，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。

七年级上期体育教学计划表篇十九

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_{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、篮球。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。

七年级上期体育教学计划表篇二十

七年级的学生对于体育与健康这门课程已经有了一定的认识，对于一些体育活动的开展表现的也很积极，兴趣极高；但大部分学生的自律性还不够，注意力还不够集中，上课经常自己玩，教师在讲解游戏规则时不认真听。所以要加强学生注意方面的练习。而且，大部分学生已经掌握了一些体育与健康课堂中所常见的体育术语，如向前看、向右看齐、报数等，并能准确的做出各个术语所要求的动作与行为。

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。

1、让学生了解一些科学锻炼身体和评价锻炼效果的基本方法，树立健康第一、注意安全和自我保护的意识，能用所学知识指导健身活动。

2、能正确学会本年级所学各项教学内容的基本动作，掌握发展身体素质的方法，使运动能力在原有基础上有进一步提高。

3、能积极参加体育活动，在体育活动中逐渐养成公正、负责、协作的良好品质。

4、倡导体验教学，让学生通过体育活动感受成功和失败。使学生有良好的心理素质和品质。

1、结合本校实际，努力钻研教材，创出教学新模式。

2、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。注意听讲，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。

3、上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

4、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

5、在课堂上严格执行教师的各项要求，未经允许不得随意移

动器材教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

6、要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

7、体育课中要以“健康第一，安全第一”的指导思想，让学生积极参与到活动中去，并努力确保零事故。

8、加强学生的安全意识和自我保护。