# 体育老师工作计划(15篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2025-05-10

*初一体育老师工作计划 体育老师工作计划一以健康第一为指导思想，认真贯彻落实新课标，充分运用新课标的理念来指导体育教学，团结一致，同心同德，为我校20xx届高考取得更加辉煌的成绩而不懈努力!1、教学目标：通过个人备课、集体备课、书写教案、上课...*

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划一**

以健康第一为指导思想，认真贯彻落实新课标，充分运用新课标的理念来指导体育教学，团结一致，同心同德，为我校20xx届高考取得更加辉煌的成绩而不懈努力!

1、教学目标：通过个人备课、集体备课、书写教案、上课、听课与评课等工作措施，来提高我们的教学水平，让体育课向规范、高效、精彩方面发展，使体育课堂深受学生欢迎，体育老师深受学生敬仰与爱戴，教学反馈满意率位于高三、高二年级的前列，力争达98%以上，本组青年教师在县级以上基本功大赛、优课评比、公开课、展示课、观摩课中获奖，成为省沭中优秀备课组。

2、教研目标：通过培训学习、课题研究、教研活动、撰写教学心得、博客、论文等教研措施，使高三体育备课组的教研水平得到较大提升，确保人人参与课题研究，人人都有论文发表或获奖，特别是在20xx年高称评定中，本组4位参评老师的教研成绩突出，并能顺利通过高称的评定。

3、课间跑操目标：通过体育课的训练、课间跑操的组织、定期评比公布、长抓不懈等工作措施，来确保20xx届高三年级跑操的质量与效果，并能为高三、高二年级树立榜样示范作用，成为县内外观摩学习的亮点与楷模。

4、体育考生目标：通过主动发现、说服动员、专业训练、定期测试、训练考勤等工作措施，来加强对体育考生的训练与管理，并能及时掌握体育特长生文化课的学习状况，使体育特长生的专业训练与文化课学习得到同步协调发展，在20xx届体育高考中，能有4—6名同学考取体育本科院校。

1、抓好体育课堂教学的措施与方法

课堂教学是学校的中心工作，其它一切工作必须服务于这个中心，为此，为了抓好体育课堂教学，我们必须做好以下几方面工作。

(1)认真执行教学“四认真”

认真备课：备好课是上好课的前提，在备课方面，我们应在个人备课的基础上，再进行集体备课，集体备课每周一次，并要做到“三定”、“四统一”。

认真设计教案：教案是我们上课的方案，教案应在个人备课与集体备课的基础上，进行精心设计与构思，为上好课做好充分的思想准备。

认真上课：上课是把教案中的内容在45分钟时间里通过师生的互动而完成的，课上得是否精彩，那就要看我们的体育老师是否具备过硬的基本功以及驾驭课堂的能力。

认真反思：反思是对本堂课作出的自我评价与思考，通过反思，能找出成功与不足，为今后的课堂教学积累经验。

(2)做好听课与评课工作

听课：坚持长期听课，就能在潜移默化过程中提高我们的教学水平，是通往教学成功的重要环节。因此，我们要把听课放在重要位置，并且每人每周的听课节数应不少于2节。

评课：评课的目的就是要找出上课人的亮点与不足，并能与其及时反馈与交流，这样，既有利于上课人水平的提高，同时又有利于评课人能力的提升。因此，要重视评课环节，做到每听必评。

2、抓好教研工作的措施与方法

(1)扎实做好我校的“小课题”研究工作，并且每人每学期确保完成2篇“小课题”研究心得或论文。

(2)积极参加省、市、县的论文评选活动，只要有机会，就要适时抓住机会，把平时的教学所得、教学感悟、学习心得加以细化与整理，使之成为参评论文。

(3)定期(每月一次)组织教学研讨活动，就当前体育教学形势、动态、走向以及热点与焦点问题展开讨论，做到畅所欲言，各抒己见。

(4)通过自学、培训、听报告、听专家讲座等形式，来丰富自己的理论水平，为今后的教研工作打好理论基础。

(5)加强博客论文撰写的检查工作。每人每学期至少要完成5篇博客论文，并要开展评比活动，评选出优秀博主。

3、抓好跑操工作的措施与方法

课间跑操活动是我校新时期打造“亮剑争锋、追求卓越”精神的重要载体，是“沭中人”展示形象、凝聚人心、提升内涵、完善人格的一个亮点工程，所以，抓好课间跑操工作显得尤为重要，作为每位高三体育老师责无旁贷。

(1)抓好技术训练

技术训练是确保课间跑操质量的`关键，在每学期开始的2周体育课上，都应以跑操的技术训练为主，训练内容主要包括：步调一致的训练;前后、左右间距控制的训练;弯道跑训练;身体姿态训练;口令、口号的训练等。

(2)定期检查评比

要想长期保持跑操的质量与效果，就必须建立定期检查评比制度，做到一天一公布、一周一小结、一月一评比，对于前三名班级要给予通报表扬并纳入班级的常规评比中，对于后三名班级要给予通报批评并限期整改。

(3)全员参与、分工协作

在课间跑操的前5分钟，所有体育老师都应到达指定地点集中，做好准备工作，当下课铃声响起时，则应立即鸣哨，并组织学生迅速整队。在跑操口令发出前，要指派一名体育老师全程引领，其余体育老师再分工站在各自的定点“岗位”上，对跑步过程中出现的堵塞、学生摔倒等问题进行及时处理。

4、抓好体育特长生工作的措施与方法

由于体育高考招生计划的减少，而对体育考生的文化课学习与专业成绩的`要求在逐年提高，再加上就业难所带来的影响，近二年来，我校几乎没有体育考生，但本届高三，在全组老师的共同努力下，到目前为止，已有15名体育考生参加了训练，并已取得了初步的成效，为了能取得更好的成绩，我们还应做好以下几方面工作。

(1)抓好选材工作

选材的成功就等于训练成功的一半。经过二年的高中学习，目前，许多同学已很清楚自己的学习状况，此时，我们就要善于发现那些文化课成绩一般，而身体素质还很突出的学生，只有把这些学生抓住，才真正具有针对性、可练性与实效性。

(2)加大训练力度

由于高考项目设置的变化，专业成绩分数的增多，这就要求我们必须加大训练力度，确保每周能有6次训练时间，并能充分利用暑假、寒假的时间来集训，力争使身体素质好的考生在高考中能取得高分，身体素质相对较弱的考生也能考出满意成绩。

(3)专业训练与文化课学习要同步协调发展

对于体育考生的专业训练与文化课学习，要因人而异，区别对待，既要考虑到他们的专业训练，又要兼顾他们的文化课学习，要让专业训练与文化课学习得到同步协调发展。通过文化课的月考，一经发现“问题生”，则要减少“问题生”的专业训练时间或停止其专业训练，直到其文化课成绩达到要求时，方可恢复其训练。同样，在身体素质的月测中若发现“问题生”，则应加大“问题生”的训练力度，必要时则应为其开“小灶”，使其专业成绩能尽快赶上。我们认为，只有这样做，才能确保体育考生在高考中取得优异成绩。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划二**

体育教研组将进一步树立“健康第一”指导思想，以学校本学期工作目标为导向，求真务实，认真完成学校安排的各项工作，推动学校体育工作有效高质的深入开展。推进新课程标准的实施，以体育教学质量为重点，更新观念、提高体育课堂教学质量和管理水平，认真组织实施《学生体质健康标准》，加强校园体育文化建设，促进我校体育教学工作健康、快速地发展。

坚持“以人为本，健康第一”的课程教育理念，充分调动师生教与学的积极性，切实发挥教师的主导作用和学生的主体作用。改进教学模式，努力探讨高效的体育教学课堂模式，同时要加强政治素质、业务理论学习、加强师德规范与学生沟通的技巧、加强集体教研、备课活动与相互听课、评课、议课、课后反思的交流、要加强体育教研、课题、体育训练队的突破。

1、增强全校师生强身健体的锻炼意识，进一步发扬我校素质教育特色。

2、体育学科要继续加强学习、研究，规范体育课堂教学。

3、做好体育方面的第二课堂教学，让有兴趣有天赋的同学进一步提高水平。

4、重视体育课程的功能开发，增强体育课程的.趣味性，规范体锻课活动，控制意外伤害事故的发生。

5、进一步规范提高早操、课间操，打造全省同年龄段最优两操。

6、组建各专项运动队。

(一)加强体育教研活动，规范体育课堂教学，提高教学质量

1、学校体育教研组要再次组织体育教师认真学习《体育课程标准》，结合我校学生及场地、器材的实际情况，认真制订好各年级教学计划，按体育教学常规的要求，做好教学工作。

2、各年级学生，生理、心理特征不同，体育老师要依据学科特点，采用灵活多样的方式组织教学活动，克服课堂教学中的随意性，切忌放羊式教学。

3、加强科研意识，在学科教学中继续渗透“养成教育”内容。

4、牢牢树立健康第一的指导思想，对中学生以《学生体质健康测试标准》为切入口，建立检查评估制度，切实提高学生的锻炼积极性，使全校学生的体质健康标准测试成绩稳步上升。

5、加强学科的常规检查，本学期体育老师课前要充分设计好合理有效的教学内容，要加强师生课堂安全意识，防止伤害事故发生。

6、积极组织教师参加各种课堂竞赛活动，展开公开课教学，集体教研，切实提高自身教学水平。

(二)、加强学科建设，争创品牌亮点

1、加强体育学科组的建设，目标要明确，措施要到位。如何争创学科的亮点、创建优势项目是本学期学科工作的一个重点。

2、体育组现有的资源要合理有效的重组整合，争取发挥更有效的作用。

3、响应国家政策，大力开展校园足球活动。

(三)、抓好群体工作，丰富学校文体生活

1、加强早操、课间操的日常管理。抓好早操课间操的进出场(快、静、齐)及做操质量，体育老师都要准时到岗，并在学生精神面貌、出勤人数、动作质量等方面做好检查督促工作。

2、组织开展好学生下午第四节的体育锻炼，任课老师要与体育老师密切配合，按计划有组织的进行课外活动，保证活动时间和活动质量。

3、组织开展好学校各种体育竞赛活动。学校坚持以全面增强学生体质，保证学生有1小时体育活动时间为出发点，在开足体育课程的基础上，根据学校实际情况，贯彻小型多样，单项分散的原则，按季节气候的不同，安排各种体育竞赛活动。力争通过各种竞赛活动，活跃学校文体生活，在校园内形成浓厚的锻炼氛围。

(四)做好场地器材管理，完善体育资料整理工作

1、体育器材室配备专人负责管理，负责协调好器材的使用、保管及器材室的卫生工作，每天出借的体育器材要执行登记归还制度。

2、充分利用现代化信息技术，做好体育竞赛活动资料的搜集，及时完善学生体质健康标准测试数据的输入上传工作。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划三**

本学年，我担任高三年级体育课程，为了搞好本学期的教学工作，特制定以下工作计划：

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，提高体育教学质量，加强出操、集队、集会纪律，做好出操、集队、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，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、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况状的好坏。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，做到写好学期工作计划、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、课间操工作，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。

2、抓好《体质健康》工作，注重教材的学习，注重领会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。

3、加大体育班管理力度，提高学生身体素质。做好督促、沟通、协调工作，使体育班学生在学习、思想、行为等诸方面全面发展，力争每个学生高考考出好成绩。

1、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。

2、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。

3、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工操练。从上课的仪表服装、备课教案、课前的`准备开始。

4、以据学生的特点，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。

5、要积极配合好教务处、政教处工作，认真组织管理好每天的两操和每周一次的升旗仪式，各班进出场线路有序、队伍整齐。

6、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。

7、认真负责督促、管理训练队工作，关注每个学生，制定好每天的训练计划，明确训练任务，督促文化理论课的学习。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划四**

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们的工作又进入了新的阶段，新学期我将立足个人发展，做到有目标、抓落实。为自己制定各项计划，根据自己制定的目标和措施，有针对性地把握整体发展方向，为在工作中更好的成长！

作为一名体育教师，要树立“终身学习”理念，跟随时代的发展，起好表率作用。在新的时代背景下，教学工作也需要有新的改变。理论学习就像动听的曲子一样，越深入，越有韵味，通过学习理论知识，不仅能开拓了视野，还能坚定理想信念，提升修养，不管在生活还是工作中，我们都要把理论学习当成一种生活态度、一种工作责任、一种精神追求。

“好的皮囊千变一律，有趣的灵魂万里挑一”我喜欢这句话，所以在教学中我们要与时俱进，不断创新，增强课堂的趣味性。要跟上学生的步伐，想他们所想，知他们所知，爱他们所爱！需要改变传统的教学模式。那就要求我们要不断学习，不断更新教学观念、教学内容、教学方法、教学管理等方面知识，获得新的信息和技能，获得新的意识，新的观点和新的价值，以便更好地服务于教育事业。

教师就像一面镜子，传递的不仅是知识，教养还有善良和正能量。孩子的心灵就像一张白纸，需要正确的引导和灌输，每个孩子都是坠入人间的天使，需要加倍的爱护和疼惜。我总能在孩子呼唤时感受到自己存在的价值，总能在孩子需要时感受到自己付出的那份喜悦，甚至在孩子的笑脸中寻觅到世界上纯真美好的影子。新学期主要负责一年级六班的第三班主任，学生是工作的核心，面对不同个性的孩子，教师应该做到因材施教，耐心调教，让每一个孩子都能有更好的发展空间。积极配合正班主任日常工作，管理好班级事务，尤其是加强午睡的.管理制度，制造良好的休息氛围，保证学生的充足睡眠，督促学生积极参与体育锻炼，提高学生的体质，使整个班级团队协作共赢，力争优秀班级体。

上学期成立了“短式网球”社团，使更多的小学生能够接触和参与网球运动，激发他们学习网球、喜爱网球的热情。本学期将加强训练，通过网球运动丰富学生的业余文化生活，锻炼学生身体素质，磨练学生意志品质，加强学生心理素质，培养学生高雅气质等全面培养和提高学生综合素质的目的。同时，在学习过程中扩大网球运动的知名度，拓展网球运动普及面，提高网球运动普及率，增加网球运动参与人口。

新学期主要以教授网球基本技术（握拍方法、正、反手击球技术、发球技术、截击技术）、介绍网球相关文化知识、学习网球相关礼仪、学习简单的比赛战术和方法，使参与训练的小学生掌握网球的基本技战术，明晰网球运动基本竞赛规则，了解网球相关文化知识背景，遵守网球礼仪和行为规范；其次，网球运动是一项动作精细、技战术复杂多变、对抗激烈、对体能要求很高地对抗性项目。所以网球的体能训练时最为基础、也是最为关键的环节之一。本学期网球体能训练主要以耐力、爆发力训练、力量、弹跳性、速度、反映能力等素质为主。

积极撰写论文、教学设计等，积极参加相关教科研活动，配合组内老师完成各项体育赛事的开展。继续完善《基于核心素养下“悦动体育”课程建设的实践研究——以西安高新第一小学为例》课题研究。

教师职业作为一种以人育人的职业，提出的要求是很高的、无止境的。所以，作为一名教师，我要注重自身创新精神与实践能力、情感、态度与价值观的发展，使自己真正成长为有使命感、责任感的优秀教师。树立学生在课堂中的主人翁意识，学会以发展的眼光看待每一个学生，相信学生的巨大潜能，并努力去探索发掘，做到因材施教。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划五**

一、开足、开齐体育课程，上好体育课。加强体育课堂管理，提高体育教学质量，达到人人喜欢上体育课的目的。

二、抓好“两操一活动”的质量，推动阳光体育运动的发展。

1、加强学习，提高体育教师业务水平。

（1）组织理论学习。利用体艺教研组活动时间组织体育教师认真学习《体育与健康》新课程标准，领会精神，将新理念新思想渗透到体育备课和上课中去，坚持以学生为中心，关心、鼓励、爱护每一位学生。通过积极有效的课堂教学充分调动学生的主观能动性，达到人人喜欢体育课，人人尊敬体育老师的目的。

（2）组织体育教师认真学习，通过学习先进的教育理念，鼓励体育教师大胆创新，积极探索，不断改进体育课堂教学手段，充分挖掘学生潜力，积极引导学生在活动中强身体，长见识，励意志。

2、严抓体育教学工作，切实提高体育课堂教学质量。

（1）强化常规管理。明确体育课堂常规要求、体育教师上课要求、着装要求等等，进一步规范体育课堂教学行为，培养学生积极向上的体育运动精神，全面提升学生运动水平和体育健康水平。

（2）严抓备课、上课质量。备好课是上好课的前提，体育教师要根据学生年龄特征和成长规律，积极思考，深入钻研，开展有效的、有益的课堂教学内容，通过丰富的教学手段，不断提高学生体质健康水平和运动能力，达到备好课上好课的目的.。

3、提高“两操一课间活动”质量，落实每天一小时的体育锻炼方案。

（1）严抓“两操”质量，振奋师生精神。“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，也是学校体育管理工作方面的一项重要内容，抓好“两操”质量能促进学校的全民健身运动的开展。本学期将继续严格规范广播操的进退场的秩序及做操质量，整队做到“静、快、齐”，动作做到规范、美观，同时老师与学生一起做好广播操，并对各班的出勤情况作专项检查。一年级将继续练习做好广播操，二至六年级本学期将举行广播操比赛。平时的体育课上，体育老师要对眼操的动作要领及学生用眼卫生作仔细讲解，学校少先队将对各班级的眼保健操情况作专项考核。

（2）丰富课间活动内容，提高活动质量。本学期，我校将继续践行“每天活动一小时，幸福生活一辈子”的现代健康理念。根据各年级段学生特点制定切实可行的大课间体育活动方案，具体明确活动要求，做到活动四个落实：即辅导老师落实、活动时间落实、活动地点落实、活动内容落实。坚持每天组织学生走到操场上，走到阳光下，通过丰富多彩的活动内容和形式，锻炼学生体质，促进健康发展。体育组将对大课间体育活动情况作专项检查并予以公布，以确保每天大课间活动课的质量。

（3）坚持冬季长跑，磨炼学生意志。按照国家体育局及市局文件精神。本学期将继续做好阳光体育运动冬季长跑活动，将每天上午的课间操改为师生长跑活动，做好宣传工作，制定好长跑活动方案，组织校师生积极投身于长跑活动中来，培养学生不怕困难、用于挑战的精神。在此项活动中，体育组将做好督查工作，要求各班级每周填写一份长跑记录表，每周上传两至三篇学生长跑日记和长跑体会，今年四月底，将对全校各班级的冬季长跑情况作专题总结，对先进个人和班级进行表彰。

三、主要工作安排：

1、制定学校体育工作计划。

2、一年级学生继续学习第三套广播操《希望风帆》，二至六年级学生复习广播操，四月份举行学生广播操比赛。

3、总结冬季长跑活动，对先进个人和先进班级进行表彰。

4、制订好20xx年大课间体育活动方案并组织实施。

5、开齐、开足体育课程并积极开展小型多样的体育竞赛活动。

6、组织学生体质健康的测试、上报、验收工作。

7、撰写体育课题论文，总结本学期工作。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划六**

严格执行学校的各项规章制度，树立“健康第一”的指导思想，贯彻落实《学校体育工作条例》，推进新课程标准的实施，以教学质量为重点，更新观念，提高教学质量和管理水平，认真组织实施《学生体质健康标准》，促进体育教学工作健康发展。

一、坚持“以人为本，健康第一”的课程教学理念。

二、培养学生逐渐增强“终身体育”的意识。

三、加强自我学习与反思，不断更新教学手段，探索更为有效的教学方式。

四、学校体育竞赛有所突破。

三、工作重点

一、强化体育课常规教学管理。

二、课间操与学校大型集会的组织与管理。

三、区运动会的前期准备与训练。

四、体育中考的准备，协助初三老师做好中考工作，并在其中积累经验，为明年做准备。

五、与组内老师一起组织学校第六届体育艺术节。

六、积极参加教育局和教研室组织的教育教学活动。

四、工作安排

2月份：提前备好一周的课，上学期总结，本学期计划。报道后检查体育器材。

3月份：为区运动会做准备(田径、集体项目)

4月份：参加区运动会、体育中考、学校七、八年级期中体育测试。

5月份：学校第六届体育艺术节

6月份：七、八年级体育期末测试

本学期对于八年级的`学生来说进入比较关键的时期，如能按照计划顺利进行，对于初三的中考来说会有很大的帮助，本学期以跑为基础，着重发展学生的速度，中考项目的重点是立定跳远和排球垫球，辅助练习实心球，运用多种教学手段，帮助学生提高体育成绩，为初三打下坚实的基础。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划七**

（1）学生情况分析：高一年的学生选项为武术教学班人数较多，高二年选项出现一些人数参差不齐的现象，但也基本上是上个学分选项时的基本情况，对于学习时起到这个项目的连续性有一定的帮助。学习时也能了解到教师的教学意图，这样方便教学的总体安排，也可在一定程度上增加一些技术难度与要求。

（2）教材与教辅分析

①分析教材与教辅的内容与结构：这个学期采用2个学分同时选项，这样有利于全学期的学习计划与安排，不用再教基本功，本学期我安排了校本课程“永春白鹤拳”里的两个套路进行教学，采用一套拳，一套器械的方式配合实用技能进行教学，这样有利于学生的学习兴趣，从内容与结构上的安排是注重学生的学习过程，特别是动作的到位，学不在多，而在精。

②分析教材的特点与重点、难点：教材的特点为有利于学生的学习，兴趣比较浓，对于学习过程比较注重，方便学生的素质不同者的学习；重点在于武德，这是本个项目开设的重点，也是教学过程中最重最重的重点，让学生知道学习的基本意图，也让学生能自我控制；难点在于如何去掌握套路的实用技能，提高学以致用，能有防身的本领。

③提出教学任务：在全面发展体能的基础上，进一步发展灵敏、力量，速度和有氧耐力，武德的培养；引导学生学会合理掌握练习与讨论的时间，了解实现目标时可能遇到的困难。在不断体验进步和成功的过程中，表现出适宜的自信心，形成勇于克服困难积极向上，乐观开朗的优良品质；认识现代社会所必需的合作和竞争意识，在武术学习过程中学会尊重和关心他人，将自身健康与社会需要相联系，表现出良好的体育道德品质，结合本身项目去了解一些武术名人并能对他们进行简单的评价；加强研究性的学习，去讨论与研究技能的实用性，加强同学之间的讨论交流的环节。

（3）教学目标

①总体目标：建立“健康第一”的理念，培养学生的健康意识和体魄，进一步激发学生的学习“永春白鹤拳”兴趣，培养学生的终身体育意识，以学生身心健康发展为中心，重视学生主体地位的同时关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生都受益，以及多样性和选择性的教学理念，结合学校的实际情况，设计本教学工作计划，以满足学生选项学生的需求，加深学生的运动体验和理解，保证学生在本“永春白鹤拳”选项课的学习中修满2学分。加强学习“永春白鹤拳”的基本套路，加强学习的的兴趣，提升学生本身的素质，特别是武德的培养。

②具体目标运动参与：

a养成良好的练武的锻炼习惯。

b根据科学锻炼的原则，制定并实施个人锻炼计划。

c学会评价体育锻炼效果的主要方法。

运动技能：

a认识武术运动项目的价值，并关注国内外重大体赛事。

b有目的的提高技术战术水平，并进一步加强技、战术的运用能力。

c学习并掌握社会条件下活动的技能与方法，并掌握运动创伤时和紧急情况下的`简易处理方法。

身体健康：

a能通过多种途径发展肌肉力量和耐力。

b了解一些疾病等有关知识，并理解身体健康在学习、生活中和重要意义。

c形成良好的生活方式与健康行为。

心理健康：

a自觉通过体育活动改变心理状态，并努力获得成功感。

b在武术练习活动中表现出调节情绪的意愿与行为。

c在具有实用技能练习中体验到战胜困难带来喜悦。

社会适应：

a在学习活动中表现出良好的体育道德与合作创新精神。

b具有通过各种途径获取体育与健康方面知识和方法的能力。

（4）教学措施采用教师示范与讲解，学生讨论，练习，教师评价，再进行个别指导，后进行学生练习，最后进行展示与学生的综合评价相结合的方式方法，培养学生的良好的学习习惯、学习方法更好地完成教学任务，达到教学目标；实行培优扶中辅差采用学习小组的建立，加强学习小组的相互学习、相互讨论、相互研究的功能，提升学习的效率；加强多边学科的整合，特别是加强心理健康的教育，加强运动力学、运动医学等进行学习，以提升学生的运动自我保护意识与能力。

（1）课题研究：加强校本课程“永春白鹤拳”的开发与教学；提出“趣味奥运会进入校园”的课题进行研究。

（2）校本教研：加强校本课程的开发，加强体育备课组的教研能力，做为备课组长的我与其他老师加强讨论校本的研究与开发，本次校本开发利用了三个内容：“永春白鹤拳”、跆拳道、街头篮球。

（3）论文撰写：结合课题研究的内容进行撰写，特别是利用《晋江课改》在我校主办的平台上撰写论文，宣扬“平山体育”的品牌文化建设。

（4）校际、教研组、备课组教研活动：做为晋江市教育局兼职中学体育教研员、校际组成员，协助教育局、进修学校开展好教研活动，履行职责；积极参加校际组开展的各项活动，加强提升在校际组的教研水平；积极参加教研组的各项活动，提升教研水平；做为备课组长的我，我计划着积极组织本组老师一起提高高中的课改力度与水平，集中老师的备课时间与讨论在备课过程中出现的一系列问题，针对选项会出现的问题进行沟通，加强学习过程的评价，协调选项内容的评价标准及认证过程。

（5）公开教学、听课、评课。本学期继续加强听课的机会的掌握，加强本校的听课，外校的听课，继续向各位开课老师进行学习充电。评课，提出自己的意见，针对课上出现的不同看法大胆提出，努力提升自己的评课的水平，加强谈话水平。

（1）自我培训计划：加强多方位立体化自我培训，加强网络、媒体、书本、培训材料进行自我的培训，提升自己的内含，提高自己的各项素质，加强业务学习。

（2）校外培训、在职进修计划：加强网络的视频培训，加强课改的业务培训，加强网络的培训学习。

（3）远程培训计划：根据上级文件的要求进行远程培训。

1、策划、组织、实施“平山中学第x届校园趣味体育活动节”，提升校园活力，促进学校办学特色的充实，建立“平山体育”品牌的建设与推广，加强师生的健身意识的培养。

2、根据上级文件要求，组织各项体育比赛的训练与参赛。

3、协助初三的体育中考、高三的体育专业考试的训练，配合学校加强毕业班体育考试的训练，协助体育中考的组织与参考的各项过程活动。4、上好校本课程的一堂课（星期五第七节）

4、协助晋江教师博客网络管理员进行教师博客的建设与管理，并继续平山中学体育与健康资源服务网的建设与管理，促进网络平台作用的提升。

5、协助心理咨询室老师加强学生的心理辅导，加强心理活动的开展，并在平山中学体育与健康资源服务网开设健康中心的栏目建设，并参与开展青春期健康教育的活动，进行小结趣味活动带给他们什么的研究。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划八**

目标：

1、全面提高专业考生的身体素质。

2、对项训练；根据考生的具体情况，抓弱项促强项。

3、定期测试；根据训练情况调整训练要求，逐步树立考生的信心。

4、加强与其他科任教师的联系，以期达到双线并进。

训练计划：

一、一般素质提高期

抓好一般素质的恢复和提高。

二、逐步确立专项。

1、形成良好的训练习惯和气氛。

2、注重运动后的放松和疲劳的恢复，预防运动损伤。

3、根据考生具体情况，对不同个体实行区别对待。

4、对各考生的各项训练水平进行分析，着重提高弱项。

三、明确专项的训练目标。

1、使各项达到稳定的动力定型。

2、加强专项成绩。

3、发掘可提升的.空间。

四、考前准备期。

1、有针对性地模拟考试情景，加强考试心理的适应。

2、强化各个考生的考试项目，树立应考信心。

3、做好外出考试的准备工作，加强安全教育，制定安全措施，保证考试顺利完成。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划九**

一学年转眼过去，上学期作为一名新教师的我有收获有不足之处，在这学期不断完善继续保持，本学期我将努力提高自己教学水平，将认真学习教学教材，认真研修以求自我发展，制定个人研修计划如下。

不断端正从教思想，增强教师责任意识。通过政治学习，不断强化教师的职业意识教育，使教师真正认识教师职业的崇高意义，增强作为人民教师的强烈的自豪感、自尊心和自强不息的上进心，时刻不忘人民教师所肩负的职责，并由衷地把它转化为高度的责任心和义务感，牢固树立爱国主义思想，化作强大的内在动力，不断激励和鞭策自己的行为教师要经常自省，要正确对待学生的意见，必须树立平等对待观。不断提高自身的道德素养和人格魅力，争取做一名有个性、有特长、有创新的`合格青年教师。

1。执教六年级四个班体育课（7。8。9。10），一年级（14。15）班。

2。承担一年级十四班第三副班主任工作。

3。协助田径竞训队训练任务。

4。负责二年级十三班，四年级十三班二课堂教学。

5。红袖章执勤任务。

1。积极进行读专业领域课本，做好一份读书笔记，写好每一课课后总结，上好每一堂常规课，备好一份教案。

2。完善自身校本研修，加强理论学习，提高教学质量。

3。结合教育教学实践中具体问题，通过实践，研修等活动方式，提高研修质量，促进教学发展。

4。加强自己的业务锻炼，不断的提高自身的修养，注意体育资料的积累工作，坚持听课，观看名师微课，取人之长，补己之短。

1。加强自身师德修养，争做具有较强的事业心，崇高的使命感，乐于奉献。勇于吃苦，勤俭廉洁的教师。

2。注重自我反思，坚持做好教学反思，反思自己备课是否遇到困惑，反思上课是否发现预料之外的问题，自己是怎样的处理这些问题。再次基础上，做好教学常规工作。

3。加强学习和培训，转变观念。认真学习各种理论书籍，积极实践，撰写阶段性实验报告。

4。做好业务理论学习笔记本，写好教学反思，在反思中寻找教学理论的支撑点，使教学实践提高到理论的层面，让自己教学水平得以升华。

5。组建中长跑，竞走训练梯队备战好每一场田径赛事，为校获得荣耀。

总之作为一名新教师这学期积极开展教育教学工作，充分利用现代技术丰富资源，多向前辈取经，时时学习，不断提高自己完善自己。成为一名合格的教育工作者。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划篇十**

全面落实哦素质教育，认真贯彻体育教学方针，面向全体学生，全面提高学生身体素质和心理素质，提高健康观念。

学生进入高三，身体素质较高一有了明显提高，各方面能力也在增长，而同时学习任务较重，这个时期的教学要注意教学的艺术性，要以提高学生进行体育锻炼的兴趣为主导，使学生在体育课上广泛参与，提高身体素质，减轻学习压力。

1、学习障碍跑，俯卧式跳高等田径项目的技术动作，发现有体育特长的学生，要有针对性训练，参加体育高考。

2、学习一些基本体操动作技巧，加强协调性练习。

3、通过素质练习，提高学生跑、跳、投的能力。

4、复习高一学过的篮球、排球的`基本技术动作，进行实战的运用。同时学习战术以及理论知识，以理论联系实际，使之学为所用。

5、上好每一节体育与健康课，让学生更深一步的理解健康的真正含义。

6、让学生了解学生体质测评的内容和意义，并进行针对性练习，以便更好地完成测评考核。

要求：在教学过程中讲解要清晰，有条理。示范动作要标准，要多运用各种示范方法，使学生容易接受并掌握。坚持理论教学与室外教学同步进行，使学生的理论知识更加丰富。

重点：

1、田径中的俯卧式跳高，障碍跑

2、双杠摆动中的前（后）摆挺身下。

3、篮球、排球的简单战术配合。

难点：

1、俯卧式跳高的助跑，过杆的技术。

2、双杠教学中的力量与协调性很好结合。

3、球类战术在实战中的具体运用。

1、上课讲解时，声音要宏亮、清晰。教法要因地制宜，灵活多变。

2、学习基本体操时可结合音乐。

3、组织进行一些小型比赛，提高学生排、篮球的技术和战术水平。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划篇十一**

一年之计在于春，新的学期正式拉开帷幕，在本学期为了更好、更快的提高自己的业务水平和业务能力，更好地完成教育教学工作。结合自己的实际和自身发展要求，特制订本学期个人研修计划如下：

贯彻《小学生体制健康标准》，以“健康第一”为宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口。作为新时代的教师，要“勇于创新，追赶发展”教师发展是教师在充分认识教育意义的基础上，不断提升精神追求，增强职业道德，掌握教育规律，积极学习拓展学科知识，强化专业技能和提高教育教学水平的过程。新的课程理念、新的教材、强烈冲击着现有的教师教育体系，对教育工作者提出了新的更高的要求。为切实提高教学质量，促进专业教育向更好的发展；实现教师职业的专业化，从我自己的实际出发特制定本人的发展规划。

（一）加强理论学习。认真落实高效课堂有关教育理念，把握教材的特点，掌握每一单元的教学重点和难点。注重对学生科学素养的培养，自学能力的培养和终身学习的意识的养成。

（二）立足常规教学。探索科学教学的\'有效途径，改变“为教而教，先教后学”的教学模式，尝试“先学后教”的教学实践。

（三）注重经验积累。认真总结课改中遇到的实际问题及解决办法，在不断反思中积累经验，提高教育教学水平。

教书育人是教师的天职。作为一名教师必须要不断学习提高自己的道德素养和职业观念。只有不断学习和严格的要求自己才能有良好的发展，成为一个合格的教师。

无德无以为师。”真正优秀的教师。一定是以身作则、率先垂范的人。他对祖国的爱，对学生的爱，对事业和未来的爱，都表现在他对自己的高标准要求的落实上。率先垂范就是对学生真正的负责，就是潜够默化、影响深远的教育。

作为小学教师的我，肩负着培养教育下一代，为祖国的未来夯实基础的重任。这就要求我们本身要有一定的人格魅力，而这种人格魅力表现为教师必须要有敬业精神，必须具备健康的价值观和高尚的道德情操。作为一名教师我必须要不断学习提高自己的道德素养和职业观念，做对得起学生的教师，成为学生心中合格的教师。

（一）认真上好每节课，勇于创新，站在学生的角度备出趣味生动的体育课。

（二）加强校武术队的训练，为今后比赛作好准备。加强梯队建设，留意人才选拔为武术校队发现新人。扎实做好社团训练工作开展新的项目，规划田径运动会节目，为演出做好准备。二年级武术操展演，做好方案总结上一届经验，为第二届武术操展演活动顺利进行做好准备。

（三）积极认真完成组内本学期各项校内体育赛事的准备及比赛工作，配合组内做好田径运动会的准备工作，提前为田径运动会开幕式演出做计划。

（四）积极参加年段教研活动，与同组人员认真备课，共同研讨，把握好教材，形成自己的理论观点及教学风格。认真阅读《教材》，《体育教学》等有关资料，钻研新教材，新课标，研究教法，体会新课程的理念，提高自己的业务能力。以使自己在教育教学工作中能有所提高。

（五）充分利用网络手段，观摩名家教学，撰写读书笔记、教学反思，在课堂教学中利用多媒体手段教学，激发学生学习的兴趣，创设情景，提高学生发现问题、分析问题、解决问题的能力，培养学生良好的学习习惯。

总之，本学期我将在本计划的指引下，深入开展校本教研活动。让教师在校本教研中充分发挥自己的聪明才智，使教育更具有效力，使学校更具有活力，使自己更具有能力。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划篇十二**

以《学校体育工作条例》为指导，深入学习贯彻《国务院关于加强青少年体质的意见》(中央7号意见)，以区教委体、卫、美科体育工作要点及镇中心小学工作计划为依据，以全面提高体育课堂教学水平、群体活动质量和竞技水平为重点，继续坚持“经常化、规范化、系统化、科学化”的管理，积极开展体育工作。加强“迎奥运阳光体育运动”项目的训练工作。

组长：王文林

副组长：张建新

组员：王海涛

各校主任

各校要认真学习、贯彻、落实《规矩与方圆》规章制度汇编中的体育工作管理制度，确保体育工作扎实有效地开展。

1、提高体育教师的政治思想水平，树立为体育服务的意识。

2、注重体育教师的业务培训工作，提高体育教师的业务水平，积极参加怀柔区体育教师基本功的比赛，争取成绩有所突破。

3、积极开展对体育教师运动技能的培训工作，以崭新的面貌迎接北京市对体育教师的技能考核工作。

4、努力提高体育教师的教科研水平，积极参加怀柔区教科研中心组织的各项论文的评选工作，争取在这方面有所突破。

1、进一步规范体育教研组活动，做到有计划、有记录、有体会、有总结，提高体育教研组活动的实效性。

2、建立适合我们山区体育科研的课题，认真完成课题的研究过程，争取有所突破，并做好结题的准备工作。

1、抓好“两操”“课外体育活动、大课间体育活动”积极贯彻全民健身活动纲要。学校“两操”、“课外体育活动、大课间体育活动”是学校整体推进素质教育的一个窗口，抓好\"两操\"和“课外体育活动、大课间体

育活动”也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好“两操”“课外体育活动、大课间体育活动”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集体舞的训练工作，要做到人人参与，师生共练，培养全面发展的学生。重点是组织开展好各校的大课间体育活动，争取再上一个台阶，提高大课间活动的实效性，逐渐形成规模，形成各校的特色。

2、当天没有体育课的班级要组织课外体育活动，保证学生每天不少于一小时的体育锻炼时间。课外体育活动要做到有计划、有安排、保安全、切实提高课外体育活动的实效性。课外体育活动班主任必须到场指导，确保活动中不出现安全问题。

3、进一步加强管理，做好怀柔区体卫科对各校体质健康标准检测成绩的专项抽查工作，要求各校体育教师认真完成体质健康检测的巩固练习工作，争取取得良好的效果。

1、进一步加强运动队训练的管理。

(1)运动队训练在做到有计划、有训练教案、有总结的同时，进一步加强对运动队训练教案的管理，提高运动队训练教案的科学性和实用性，期末各校运动队训练教案交至中心小学体育组。进一步加大运动队训练训练力度，积极备战区春运会(5月7、8日)争取优异成绩。

(2)在全镇范围内积极开展各项小型的体育单项比赛活动，主要以跳绳、踢毽子为主。最后组建校队参加怀柔区的比赛。

(3)各完小可自行组织好具有本校特色的一些以班级为单位的体育活动，要做到有计划、有组织、有小结。(活动资料保存以备查)

2、进一步巩固加强我镇三球项目的训练工作。

(1)各校在中、高年级中开展篮球赛活动。(要有方案、有记录)

争取培养2至3名篮球特长生，为我镇组建篮球队打下良好的基础。

(2)发挥中心小学足球的优势，做好训练工作，提高技战术水平，争取在比赛中再创佳绩。

(3)黄花城小学加强乒乓球训练，做到训练时间、场地有保障。继续组队参加怀柔区的比赛。

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。

1、各校要安全使用各类体育器材，防止伤害事故发生。学期初各校对体育器材全面细致自查，消除安全隐患。

2、建立安全制度，分工明确，责任到人。

3、体育教师要高度重视体育教学中的安全工作，落实课堂教学常规和安全工作措施。

4、制定体育器材、设施管理制度。

主要活动安排

三月：

1、制定体育工作计划。

2、召开镇全体教师会议。

3、各项运动队的组建工作。

4、3月下旬组织区春运会选拔工作，区运会报名工作。

四月：

1、各校开展踢毽子、跳绳的单项赛。

2、迎接怀柔区教委对我镇体质健康的抽查工作。(4、5月)

3、各项裁判员重点培训工作。

五月：

1、参加北京市对我区体育教师专业技能考核工作。

2、参加怀柔区中小学春季田径运动会。

3、举办跳绳、毽子的小型单项赛。

4、镇级课间操评比工作，结合期中工作检查一并完成。

六月：

1、积极参加怀柔区体育课观摩和体育教师技能展示活动。

2、6月初开展全镇的篮球比赛，完成队伍的组建和报名工作。

七月

1、本学期的工作总结。

2、做好档案资料的整理工作。

3、积极参加怀柔区各项比赛活动。

(篮球、乒乓球、足球、毽子和跳绳)

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划篇十三**

一、抓好早操间操工作。增强学生组织纪律观念，有效提高学生的身体素质。大课间活动是学校体育工作的重点，其质量的好坏讲直接影响学生的身体素质及健康指标，尤其作为学校的门面，文明更样该抓好该项工作。四月份，成功迎接教育局对大课间活动的验收。

二、认真组织课外活动。组织好今年的春季运动会。做好筹备工作，组织训练，争取在迁安市春季运动会中取得优异成绩。

三、特长生训练。特长生加试就一个月的时间，如何有效的选材，训练，让更多的学生能够通过特长有学上，有好学上，成为了我目前面临的问题。我相信，我一定认真学习，虚心请教，积极训练，带好我的训练队。

四、今年的学生身体素质差，基础薄弱，我必须付出更多的努力。要上好课，想45分钟要效率。抓好优生，抓住差生，让她们在自己的基础上更近一步。

五、做好课堂教学。八年级体育是基础，今年，对八年级进行实心球，立定跳远的教授。初步做好训练。加强学生的.组织纪律观念，严把纪律。确实提高上课的效率。

六、篮球训练。6月底迁安市篮球赛，文明要提前做好谋划，组织训练。希望在比赛中取得好的成绩。

时间紧迫，任务繁重，但是我会对学生负责，对学校负责。真抓实干，确实圆满的完成本学年的各项工作。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划篇十四**

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。

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。

**初一体育老师工作计划 体育老师工作计划篇十五**

(一)通过体育教学向学生进行体育卫生保健教育，进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，知道一些保护身体健康的简单常识和方法，增强学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，养成良好的卫生习惯。

(二)通过本学期的教学使学生初步掌握立定跳远动作，跑步的基本方法，学会学习方法， 发展学生跳跃能力，培养学生运动兴趣。进一步学会一些基本运动、游戏、韵律活动和舞蹈的方法，发展身体素质和基本活动能力。培养学生的基本活动能力和一些动作方法，保持正确的身体姿势。积极参与体质测试，争取优秀。通过游戏发展学生的奔跑能力，培养学生认真、负责的积极态度，团结协作的团队精神，体验参加体育活动的乐趣。

(三)在二年级体育课教学中，以健康第一为指导思想，以适应社会需求及体育课的特点和二年级学生心理，生理特点在教学中以运动参与，运动技能，身体健康，心理健康，社会适应五个为主要学习领域，充分利用游戏，教学比赛等有主题的教学渗透到教学中去，使学生在身体素质，心理健康等方面全面发展。同时让学在特定的情境中通过观察、体验、掌握学习的方法。

(四)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。

(一)走和跑

1.能知道自然快速跑的动作方法。

2.会做出两臂曲肘前后摆动的自然快跑及前脚掌着地沿直线进行快速跑动作。

3.能了解在踏跳区内起跳的重要意义。

4.能做出快速助跑、起跳迅速有力、起跳后向前上方跃起、两腿屈膝上提的跳远基本动作;做到在踏跳区内准确起跳。

(二)投掷

1.能知道投掷的正确动作方法。

2.能掌握巩固肩上屈肘、自然挥臂的投掷动作。

(三)技巧

1.知道前滚翻的动作方法和要求。

2.能做出连续前滚翻的动作，几个前滚翻之间的连接紧密，方向正，翻滚动作正确。

(四)韵律活动

1.知道节奏操的名称和动作方法。

2.能随音乐节拍将全套操连贯起来练习。

(一)身高、体重

(二)坐位体前屈

(一) 生理发育特点

二年级学生一般为 7---8 岁，在生理上有所发展。骨骼肌肉茁壮成长，特别是下肢骨骼的增长，比身体增长还要快。

2. 二年级学生肌肉发育尚不完全，含水份多，肌肉纤维较细，肌腱宽而短，关节的软骨较厚，关节囊韧带薄而松弛，关节周围肌肉较细长，关节的伸展性活动范围较大，牢固性较差，容易发生脱臼。因此在体育活动和锻炼时不易进行剧烈运动。

3. 二年级学生神经系统调节心脏活动的功能已发展完成，血液循环比较快，心跳较快，应防止心脏负担过重和体力活动过度。

(二)心理发展特点

二年级学生心理水平还停留在不随意性和具体形象阶段;心理活动的随意性和目的性虽有所发展，但仍以不随意性为主。

2.二年级学生参加集体活动时的集体意识比较模糊，还不能清楚地意识到自己和集体的关系;意识到班级是一个集体，意识到班级的荣誉。

3.二年级学生还不具备自我评价能力，对活动的成功与失败不会放到心上，但喜欢听表扬的话，对批评的话语不放在心理，一会就恢复到原始状态。

二年级的学生年龄在7岁左右，对一切东西的概念还不是很清晰，身体素质较差，意志力比较薄弱，针对这些特点，着重对学生进行入门教育和纪律性教育 小学二年级的学生处于生长发育的初期，运动系统发育还不成熟，处于发展期，运动能力较低，身体各部分肌肉发展不平衡，上下肢协调性差;好动喜玩，想象创造力丰富;学习兴趣易激发。三个班级各有千秋，因此在教学中根据班级的特点进行因材施教。

德育是教育的灵魂，育人是教育的本质。把德育改革与课程改革紧密结合起来，以新课程改革为契机，激活教学，优化课堂，使每一堂课都成为德育的有机组成部分，使每一个老师都成为德育工作者。因此，作为一名体育教师，在课堂中渗透德育是我们义不容辞的责任。体育课教学应从增强体质出发，加强课堂教学，经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生爱国主义、集体主义精神及社会公德、家庭美德、诚实守信等各种优良品质。

为了充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。我将做到以下几个方面：

(一)教师方面认真备课，精心写好教案。

1.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及为教学方法，组织措施等。

2.根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材及教学用具。

3.在教学中注意对学生能力的培养。

4.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。

5.教师要注意仪表整洁，举止大方，教态自然。

6.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，并不断改进教学工作，不断提高教学质量。

7.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。

8.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。

(二)学生方面学习目的明确，积极自觉的上好体育课。

1.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，小刀等危险物品，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.有事有病要请假，不得无故缺课，不迟到、不早退。

4.在课堂上要注意安全，严格执行教师的各项要求，不经允许不得随意移动器材教具，严格执行教师规定的各项保护措施。

5.同学之间友好相处、团结协作，创造性地完成老师布置的任务。

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。

(一)年龄普遍较小，多采用游戏。

(二)小学生好胜心强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体的效果。

(三)备课时研究教学大纲，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。

(四)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。

(五)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。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！