

# 体育课周工作计划(优秀9篇)

计划是一种灵活性和适应性的工具，也是一种组织和管理的工具。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源配置。下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 体育课周工作计划篇一

1. 积极组织各项体育活动（院、系）
2. 坚持不懈的抓好体育方面的工作
3. 协同好学生会其它部门做好相应的工作
4. 带动起系同学热爱体育的风气，提高同学们的身体和心理素质
6. 及时召开体育部的有关会议，明确工作的安排和工作的重点以及要求，下期工作计划。

（一）、班际羽毛球赛我们将会举行我们班际羽毛球赛。之前将会开始裁判的培训和宣传工作，组织各班参加活动并在活动结束后举行颁奖仪式。

男子团体 女子团体

1. 团体比赛按班级组队，每个班级各限报一队，每队四人（三人比赛一人替补）进行比赛。
2. 抽签分组，采取淘汰制。
3. 最后决出总冠军。

三局两胜，每局11分制。比赛开始前十分钟必须到场，否则按弃权处理。

体育馆录取：本次各项比赛取前两名。

1. 本次比赛裁判员由羽毛球协会选派，裁判长一名、主裁判两名  
2. 裁判员在比赛前二十分钟到达比赛场地主持裁判工作。

120元（奖品，宣传条幅）

（二）、排球系对选拔赛由于排球是我系的专长，所以更应加强对排球的训练。为了使我系的排球能取得优异的成绩，在院举行排球比赛前，本系举行排球友谊赛，通过比赛，选出各个专业的优秀队员，组建一支排球系队。由我系主办，排球协会承办，预计五天完成比赛选拔。

1. 每个班级报名人数六人以上。2. 抽签分组。3. 比赛采取三局两胜，每局24分。4. 男女队分别进行分组，分ab组交叉淘汰。

排球场

四月十号——四月二十号

1. 迟到十分钟按弃权处理 2. 赛采用三局两胜制录取与奖励：男女各个录取前2名，由系里颁发奖状。

1. 本次比赛裁判员由排球协会选派，裁判长一名、主裁判两名。2. 裁判员在比比赛前二十分钟到达比赛场地主持裁判工作。

（三）、班际篮球赛我们将会举行我们班际篮球赛。我们体育部负责班际篮球赛的举行工作。之前将会开始裁判的培训和宣传工作，组织各班参加活动并在活动结束后举行颁奖仪式，我们将会把体育锻炼氛围高涨。比赛本友谊第一比赛第二的原则。

1. 运动员人数：可报名10人，上场队员为5人。2. 抽签分组，

第一轮采取淘汰制，第二轮采取循环制。3. 最后决出总冠军。  
4. 全场比赛时间为40分钟，每支队伍有两次暂停，比赛最后两分钟不许叫暂停，比赛不停表（包括暂停）。

室外篮球场。

五月二十号——五月三十一号比赛规定：迟到十分钟按弃权处理。

1. 赛队做好队员的组织工作，按时参加比赛
2. 请运动员注意比赛过程中的安全.
3. 友谊第一，成绩，比赛第二的精神.
4. 比赛本着公平，公正，公开的原则进行
5. 如出现天气特殊情况，比赛将适当顺延，体育部会进一步通知。
6. 比赛结束后，评出啦啦队“最佳气氛奖”并办法奖状。

1. 排球（男，女）
2. 健美操（提前15天进行组队训练）
3. 乒乓球

## 体育课周工作计划篇二

一、基本情况：

1、学生情况：初一年级六个班，每个班六十名学生。初二年级六个班。每个班六十多名，除每个班有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:初一、二年级学生大部分都喜欢跑、跳、投、和球类游戏等体育活动。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:

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的习惯。是每一位学生都能成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

## 三、教学目的和要求:

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、自觉遵守游戏规则，团结协作等优良品质。

## 四、主要工作:

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

3、写课后反思，心得，总结等理论。

#### 五、具体安排：

1、抓好七、八年级学生整体身体素质及基本技术的提高。(立定跳远、肺活量、握力，中长跑、短跑等)。

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。

#### 六、教学措施：

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、积极进取向上。

### 体育课周工作计划篇三

高一年级各班学生基本都在70人左右，各班素质差别较大，男生性情好动，敢于挑战，女生好静，不愿活动，虽然很喜欢体育课，但不喜欢常规传统的`教学课堂，对有难度，有危险的运动项目有畏惧心理，运动兴趣运动能力还需加强，另外根据上学期体质健康达标成绩得知，学生的体质普遍较差，运动水平急待提高，本期学校教学场地尚未全部完工，遇到下雨还无法正常进行室外活动，这对体育课的正常教学冲击很大，如何诱导学生自主锻炼、参与锻炼、终身锻炼势在必行，不断加强体育教学全面推动新课程改革势在必行。

正确处理教材,要把握教材的重点,难点,体育技能不同于其它科目,是需要系统进行,循序渐进不断提高、才能掌握一项技术,我们要在继承优良传统的基础上,大胆改革,与时俱进,开拓创新,体现课程的时代性,在课程内容方面,要重视改造传统运动项目和引入新兴运动项目,精选适应时代要求的、有利于为学生终身发展奠定基础的体育与健康基础知识、基本技能和方法,在教学方式方面,力求改变单一的灌输式教法,改变过分强调讲解、示范的教学形式,创设有利于学生主动参与、乐于探究、勇于实践的良好教学氛围。我们要根据高中学生生理、心理日趋成熟的特点,十分关注学生学习方式的改变,重视提高学生自主学习、探究学习和合作学习的能力,以促进学生会学习,提高体育学习和增进健康的能力。

在注意发挥教师主导作用的同时,确立学生的主体地位,尊重学生的情感和需要。我们要十分重视培养学生的运动爱好和专长,促进学生体育锻炼习惯和终身体育意识的形成。课程目标的确定、教学内容选择和教学方法的更新,都特别注重学生的学习兴趣、爱好和个性发展,促使学生自觉、积极地进行体育锻炼,以全面发展体能和提高所学的运动技能水平,培养积极的自我价值感,为终身体育奠定良好的基础。

1、深入思考、认真分析学情,确定好教学内容体育课学期教学计划体育课学期教学计划。

2、广泛阅读教学资料，认真备课，精心设计每一个教案，增强体育教学的针对性和实效性。

3面向全体，尊重个性，培养骨干，互帮互学，共同营造良好的课堂教学氛围。

4同组、同案教师相互学习，取长补短，及时总结，不断开发探索最佳教学方法。

6优美的动作示范以及精练的语言讲解。动作示范是一种非常好的直观教学，优美的示范能激情学生学习的兴趣，和增强学生学习的自信心。精练的语言能提高学习效率，提高练习密度，加强运动技术水平的提高。

1、严抓课堂常规，制定科学合理的课堂常规要求和措施，确保45分钟上课质量。

4、要注重理论课教学，让学生对体育有更全面更深度地了解、认识，不断提高运动能力、运动水平，促进学生的学习积极性。

5多开展课余体育活动，提高学生主动参与运动的积极性，培养学生良好的体育运动习惯，为实现终身体育打下基础。

## 体育课周工作计划篇四

体育教学是学校教育重要组成部分，是学生掌握运动技能，培养终身体育意识的重要途径，促进新建学校更好的发展。积极开展教学研究工作的，不断提高课堂时效性，注重发展学生的主动性，培养学生的创新意识和进取精神，全面提高学生身体素质。

1、继续继承优良体育教育教学品质，衣着符合教师规范，以普通话教学，做到不迟到、不早退、不拖堂、不提前下课。

并在教育实践中不断积累经验，树立独特的个人教学风格，向业务水平高的“经验型”青年教师转型。

## 2、继续体育专业理论结合专业技能的学习。

熟知《教育学》《学校体育学》等有关著作，更新个人专业知识、认识教材，做到因材施教；能科学合理地设计每一学期的教学目标，并与单元计划相配套；在骨干教师、优秀教师的展示实践课中，开发教育资源，从而寻求自身教育教学方法、手段、教学设计上有所突破。

## 3、坚持每周1——2小时的阅读。

除教育教学类书籍，增加案例、课例的阅读参考，寻求在理论研究上有建树，不断提高自身理论研究的能力，并结合实践有成效。努力使自己成为一名研究型和发展型的教师；树立终身学习的观念；课堂教学形成一定的独特风格。促进自我展示与自我实践，自我监控与调整能力，同时加强课堂管理，构建个性课堂教学模式。

1、继续自己的专业学习，积极提高自身的专业水平。不断探索和实践，努力营造适合学生学习的舒适、轻松的体育课堂环境。

2、继承优良的体育教育教学方法、手段，寻求自身教学特点，发挥所长，利用各种器材丰富教学内容，使课堂教学形式多样化，逐步建立个人教学风格。

4、积极参与各教育教学类学术活动，做好笔记及完成其相应要求和功课。

5、有健全的职业道德，充满爱心、耐心、细心，有大胆的勇于尝试和创新之心，能多学多看多尝试，凡事多从学生的立足点出发，成为一个善良的，有个性，有思想的人。



(1) 第一年：在合格教师的基础上，潜心研究教材、精心设计教学、认真上好每节课，力争达到优秀教师的水平。

(2) 第二年：多读教学方面的书籍，多观摩名师的课程，多进行教学反思，进一步提高教学水平。

(3) 第三年：在两年的教学基础上，不断反思整合自己课堂，向骨干教师靠拢。

针对以上的目标，我将在这三年里做到以下几点：

1、积极、认真对待每一节体育课。互听课、展示课上能得到同行的赞同。形成自身特有风格的体育课教学，学生反响热烈。

2、总结经验，能在个人教育平台上发表有质量的教育心得文章。

3、根据个人专业发展三年规划的制定，进行每学年、每学期的实施内容细化，制定改进计划和实施措施，并在实践过程中总结和创新。做一个科研型的教师，不断地实践、探索、总结自己的教育行为，必将把自己打造成一个科研型的教师、学者型的教师。我会一直朝着心中的梦想迎风起航，虽一路风风雨雨，但是我一定坚持不懈，尽心尽力。在这三年里，我会为做一个新型的，智慧型的教师而努力！

## 体育课周工作计划篇五

1、每天认真负责检查体育课后的器材，确认每个班是否归还完毕，是否有人为的损坏或者是自然的损坏；有损坏的及时进行备用器材的扩充，做到每节课上教师和学生有充足的器材可用，以保证教学的正常开展。

2、对于个别的学生对学校体育器材有人为的损坏，让他们进

行了酌情的赔偿，并进行了思想教育。

3、在每学期的开学前，与各位体育教师沟通，要求他们每月定期开展爱护公共财物（主要是体育设施及器材）的思想教育。

4、每个月定期与学校后勤领导一起检查学校操场及操场上的体育设施，看是否有损坏，是否有危及到学生不安全因素存在，发现问题，及时解决问题。

5、每个月定期对大型器材进行清理，检修是否有损坏的地方，并保证做到器材保管室通风，通气，防漏，防火。

6、每学期定时向学校进行器材报损，以及需要购买新的体育器材。及时的扩充体育器材，以保证下学期开学的正常教学。

7、具体的维护检修参照附本《工作笔记本》。

8、学校领导每周多次对学校体育设施进行安全检查。对有隐患的及时排除。对大型体育设施进行在加固处理，已确保学校师生安全。

一学年来，严格按照体育室的管理规定操作，全部器材完好无损。学校体育资源得到合理有效的利用，保证体育教学、训练、竞赛正常有序地进行。

## 体育课周工作计划篇六

为适应新课程改革常规化的需要，为贯彻学校教务处与教科室的精神，推进学校教研工作的规范化、科学化，加强“校本教研”活动研究，指导教学，促进课改，不断提高我校体、音、美教学质量。开展研究性的学习与实践，充分运用和发挥场地、设施和多媒体的作用，努力开创我校体、音、美教研工作的新局面。

发挥教研组群体力量，组织好形式多样的课堂教学研讨活动，帮助教师提高教学水平和能力；认真备课、上课，课后总结经验。上好研究课，汇报教学情况，做好各项教学常规工作。

1、全面深入学习贯彻教育改革有关政策条例。组织学科教师进行课程改革的政策、文件、信息的学习，全面考虑安排工作流程，落实细则制订行之有效的实施计划，采取措施，提高工作质量。

2、提高课堂教学效果。强调学生的创新意识和实践能力的培养，发挥学生的主体作用。通过课堂教学的主渠道，提高教学艺术，进一步开展创新的教学模式探索，运用各种新颖的教学手段，激发学生学习兴趣，提高课堂教学质量。

3、认真参加上级的各种培训，平时加强业务学习，提高教育教学水平。

4、抓好特长生培养工作，要有计划、有记录、有实施，认真落实到实处。

5、积极组织开展体、音、美各种活动。

6、教研组经常进行教师教育技术能力学习。

九月：教研组会议，传达教科室精神，制定教研组工作计划；新进教师公开课。组建特长生小组。

十月：国庆美术画展；运动会筹备工作。

十一月：教研组集体学习会议，秋季田径运动会；组内开展公开课听评研讨活动。

十二月：元旦庆祝活动准备工作，美术、音乐特长生展示。

一月：各种教研资料整理，教研组工作总结。

# 体育课周工作计划篇七

认真贯彻落实《中共中央国务院关于进一步加强青少年体育增强青少年体质的意见》及《学校体育工作条例》精神，牢固树立“快乐体育”、“健康第一”的指导思想，推进体育课程的改革，狠抓体育教学六认真工作，强化学校特色体育项目建设，大力开展青少年阳光体育活动，坚持开展学生体育训练工作，本着“求实、创新、协作、奋进”的精神继续做好体育工作，力争在各项体育竞赛中争创佳绩。

## 二、工作目标

- 1、深化体育（与健康）课程改革，立足课堂，扎扎实实上好每一节体育课，提高体育教学质量，达到学生人人喜欢上体育课的目的，有效地改善学生的体质健康水平。
- 2、抓好课间操、眼保健操、集体舞、大课间活动、阳光体育活动。
- 3、强化科研意识，善于总结，教师能撰写科研论文。
- 4、加大体育运动队训练力度，严抓训练质量，争取各项比赛获得好名次。
- 5、做好学校体育特色工程，打造学校体育特色，形成学校体育特色品牌。

## 三、具体工作措施

### （一）深化体育课程改革，优化教学过程

- 1、体育课程标准是体育教师开展教学活动的指南，为使体育教师尽快树立全新的体育教学理念，开展多种形式的培训，促使每一位教师的观念发生深刻的变化。

2、体育课程是学校课程的重要组成部分，是实施素质教育和培养全面发展人才不可缺少的途径。因此，体育教师要坚决维护体育课程的严肃性，按课时计划上好体育及活动课，并进一步加强安全教育及防范意识。

## （二）强化常规管理水平，提高教学质量

1、认真贯彻《体卫工作两个条例》精神，以认真务实的'工作态度扎扎实实地开展各项工作。

2、体育教师倡导勤学习、亲钻研之风，以不断充实提高教师的理论水平和教育、教学能力。

3、围绕《课程标准》和新的教材体系开展教学活动，本学期，体育教师要上好实践课，在实践中得以提炼、得以升华。

4、一丝不苟做好各种资料工作，不断充实完善学校体育资料。

5、认真开展体育教学工作，巧构思、勤笔耕，力争写出质量较高的学术论文。

6、全面负责特色项目建设，拟定专项计划，用好校本教材，开展各项活动，为创建特色建设先进学校工作作出贡献。

7、精心组织体育大课间活动的开展，大力开展阳光体育活动。

## （三）、大力开展阳光体育，打造体育文化

1、全面抓好“阳光体育”活动，精心组织好大课间活动，营造生动活泼的课间活动氛围，让校园真正成为学生的乐园。

2、继续贯彻实施素质教育，组织好校园文化活动，让学生在愉悦的氛围中游戏、活动。

3、配合学校行政、德育组、艺术组认真研究，拟定计划，组

织举行20xx年学校学生田径运动会。

#### （四）、加大课余训练力度，提高竞技水平

- 1、在普及的基础上抓提高，使学校体育工作得以健康发展。
- 2、重新调整学校体育运动代表队，重点建设田径队。责任到人，合理制定训练计划。科学训练，严格训练，争取在镇、区级比赛中取得好成绩。
- 3、注重运动队员全面发展，做好督促、沟通、协调工作，使运动队员在学习、思想、行为等诸方面全面发展。

总之，体育教师将本着团结奉献的精神，与时俱进，开拓创新，争取再创刘家庄小学体育之辉煌。

### 体育课周工作计划篇八

总结：1. 组织语文老师参加街道教研活动。组织教师参加市科学学习活动。数学教师参加县珠心算培训。

2. 对全体教师作业进行全面检查，迎接街道教研室专项检查。

1. 组织开展骨干教师公开课活动 2. 进行英语口语和科学实验抽测。

### 体育课周工作计划篇九

及时传达早操，升旗的通知，督促同学们按时到场。

积极宣传学校团委，学生会等举办的体育活动，并鼓励同学们积极报名参加。

在运动过程中提醒同学们注意安全，以及受伤时该如何及时处

理, 每当举行完一些体育赛事, 进行一次总结, 有何进步, 有何欠缺。积极配合其他班委及上级的工作。

具体内容

一、 电信杯篮球赛

二、 院运会

活动目的: 点燃同学们体育活动的热情之火, 促进同学们身心健康的良好发展。

活动准备: 及时传达比赛项目的竞赛规程和通知参赛人员按时到场。并鼓励同学们为运动员加油呐喊。

三、 小组趣味比赛

四、 友谊篮球赛