

# 2023年初中体育老师计划表格 初中体育老师工作计划(通用5篇)

计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 初中体育老师计划表格篇一

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力。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80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；球类：篮球；身体素质练习。

教材的'重点：跑中的耐久跑；跳跃中的蹲踞式跳远；球类中的控球技术；

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。

## 初中体育老师计划表格篇二

根据新课标精神，根据我校工作计划，制定体育组工作计划。严格按照中学体育教学常规实施细则；以课程改革为指导，解放思想、转变观念，努力提高教师教育教学水平，注重学生创新意识、自学能力与实践能力的培养。开展教学研讨，从而不断促进教师自身业务素质，树立正确的学校体育教学观，提高教学质量。

1、强化常规教学管理，做好体育常规教学安排：

### (1)加强备课管理

要求体育教师全面深入地研究把握教材，根据《新课程标准》和学生的实际情况，认真写好每一节课的教案，教案的书写要符合学校要求，并提前一周备出课堂教学设计。

### (2)要认真制定学期教学计划

要根据总课时数、学习的重点、难点和学生的实际水平制定合理的学期教学计划、单元教学计划和课时计划。并积极做好体育档案的整理和管理工作的。

### (3)上好每一堂课，切实提高教学质量

要用新课程的理念指导体育教学，以教师为主导，以学生为主体，注重对学生的个性、创造性和实践能力的培养。使学生在中学学会求知，学会做人，学会共处，学会发展，更好地贯彻“健康第一”的指导思想，推进课程改革的不断深入。

#### (4) 加大体育教学检查力度，完善教学测评制度

要进一步完善教学检查制度，严格规范教学行为。每周检查备课情况、和上周教学反思，以促进体育教师相互之间的学习和共同提高。

### 2、开展好教研活动：

(1) 根据课程改革精神，认真组织体育教师学习，全面了解，领悟课改精神，实行新课程标准，组织上好体育课。

(2) 积极的向学生宣传学校体育活动的重要性，并有计划有组织的开展学校课外体育活动，让学生和教师在课外活动时间里都能动起来达到体育锻炼的效果。使学生和老师都能处在有张有弛的学习与工作状态中。

(3) 组织研讨学校运动队的组建与训练，促进校运动队制度的完善与训练的高效性。

(4) 继续抓好校广播操的质量。严抓进退场队列队形，加强全校师生对广播操的认识态度。

(5) 继续抓好体育课堂常规教学工作。培养学生的运动兴趣，增强学生对体育运动习惯对自身发展重要性的认识。

(6) 组织教师开展优质课达标活动及听课评课活动。

(7) 充分做好各项运动队工作，制定训练计划，抓好训练，作

好比赛前的训练工作。

本学期体育组业务学习以“新、老教师携手成长，共同进步”为目标，在专业性学习、主题性学习、研讨性学习三个方面着手学习。

九月份

1、制定学科教学计划

2□20xx年游泳补考

3、组织与开展学生课间操及课外活动

4、新教师公开课交流

十月份

1、国家学生体质健康标准测试

2□20xx年区中小学生田径运动会

3、校体育节报名与组织工作

十一月份

1、国家学生体质健康标准学生课外训练与补考

2、学校第十二届运动会

3、学校广播操质量评比

4、体育组备课情况检查

十二月份

- 1、国家学生体质健康标准测试结果上报
- 2、学校冬季长跑运动开展
- 3、学校拔河比赛
- 4、新教师公开课交流

xx年1月

- 1、学生体育成绩综合测评
- 2、学期工作总结
- 3、体育档案汇总与整理

## 初中体育老师计划表格篇三

1. 进场：当晨会下课钟声响起时，各班学生在课室外走廊站成两路纵队，当响起《运动员进行曲》时，各班依次下楼，到达一楼后，按照指定顺序的进入外操场。
  2. 听从领操员的口令，散开体操队型，领操员领做广播操。
  3. 音乐变换，各班到指定场地上进行游戏活动。
  4. 音乐《让我们荡起双桨》响起，各班在所在场地上成体操队型，集体做放松操。
  5. 歌曲《歌声与微笑》音乐响起时，各班操步回课室。（同时高呼口号：我参与、我运动、我健康、我快乐）
  6. 器材的出借由各指导师到体育器材组借用并登记。
- 1、注意有序开展活动，安全第一。班主任必须强调阳光体育

活动纪律与安全。

2、负责每次阳光体育活动的体育教师要提前到位，准备好器材和音乐。

2、各项目活动限在规定的活动区域进行。

4、教师配备：室外活动指导师必须同时到场，室内活动班主任到场，要鼓励学生参加活动，适时进行安全教育，杜绝伤害事故的发生。

5、对于开展阳光体育活动有特色的年级，优秀的指导老师，学校将予以奖励。

6、如有活动变化，将及时通知各班。雨天各班自己安排室内的活动。

## 初中体育老师计划表格篇四

本期我接受了学校交给的体育课的教学任务，新的学期，新的开始，为了搞好本期工作，制定教学工作计划如下：

新学期里，本人将积极接受学校分配给自己的各项教育教学任务，以强烈的事业心和责任感投入工作。遵纪守法，遵守学校的规章制度，工作任劳任怨，及时更新教育观念，实施素质教育，全面提高教育质量，保持严谨的工作态度，工作兢兢业业，一丝不苟。热爱教育、热爱学校，尽职尽责、教书育人，注意培养学生具有良好的思想品德。认真备课上课，不敷衍塞责，不传播有害学生身心健康的思想。

我将积极从提高课堂教学效益的各个侧面探讨提高课堂教学效益的因素。我将积极学习，翻阅有关资料，对教育理论、目标教学、教学方法、学法指导、智力因素和非智力因素等进行再认识，提高用理论来指导实践的能力，积极实行目标

教学，根据教材和学情确定每节课的重难点。平时备好课，上好课，向45分钟要质量。坚持周前备课，努力做到备课标、备教材、备学生、备教具，备教法学法。从知识能力两方面精心设计教案，并积极地使用各种电教器材，提高课堂教学效益，坚决杜绝课堂教学的盲目性和随意性。在课堂教学方面我力争课堂解决问题，在教学中抓关键，突重点，排疑点，讲求教法，渗透学法，既教书更育人，使学生的身心得到全面和谐的发展。课堂上语言准确简洁，突出重点，突破难点，精讲多练，充分发挥教师的主导作用和学生的主体作用，使学生的听、写、读等综合能力都得到提高。

我将积极参加教学研究工作，不断对教法进行探索和研究。进一步完善课题研究，努力探索体育教学系统化，注重学生的兴趣的培养，提高学生的身体素质，为“健康第一”打下坚实的基础，为学生的终生体育打下良好的基矗。

在工作中我一定要做到不迟到、不早退，按时坐班，平时团结同志。作为一名教师，我一定自觉遵守学校的各项规章制度，以教师八条师德标准严格要求自己，工作严肃认真，一丝不苟，决不应付了事，得过且过，以工作事业为重，把个人私心杂念置之度外，按时完成领导交给的'各项任务。

通过本期教学，使学生能更好地提高自己的身体素质，为今后继续学习打下良好的基矗使学生在德、智、体各方面全面发展。

## 初中体育老师计划表格篇五

在xx-xx学年第x学期里，根据学校体育工作计划的精神，以安全.健康为宗旨。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，形成积极积极、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！