

# 体育教学计划与总结 体育教学计划和总结 (通用5篇)

在现代社会中，人们面临着各种各样的任务和目标，如学习、工作、生活等。为了更好地实现这些目标，我们需要制定计划。计划书有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇计划呢？以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 体育教学计划与总结篇一

不知不觉大二的第二个学期已经接近尾声了，从高中步入大学，不仅文化课程的学习方法发生了巨大变化，而且体育课等素质培养课也是如此。在这几个学期的体育课中，我锻炼了身体、提高了身体素质。从这几个学期的体育课中，我深有体会，以下我将结合实际谈谈我对大学体育的认识体会以及我们学校体育的总结。

### 一、对大学体育的认识和体会

体育是人类社会发展中，根据生产和生活的需要，遵循人体身心的发展规律，以身体练习为基本手段，达到增强体质，提高运动技术水平，进行思想品德教育，丰富社会文化生活而进行的一种有目的、有意识、有组织的社会活动，是伴随人类社会的发展而逐步建立和发展起来的一个专门的科学领域。

大学体育和高中体育有着天壤之别，大学体育基本由老师指定任务，但后者让我觉的更加充实，让我充分利用了课上的45分钟。体育教师比较善于发现学生学习动机的成因，循循善诱地强化学习动机，调动学生学习的积极性。由于大学没有升学率的压力，所以体育课是实打实的上，不用顾及对文化课的影响，相反，体育课占的一定学分也让学生没有逃

课的理由和机会。

积极转变学生对体育课学习的价值观，学习体育不仅仅是为了“娱乐和玩的痛快”，要把单纯的兴趣升华到更高层次的终身体育，并确立学习和锻炼的目标，提高体育课学习的动机。高校体育教师要不断提高自身素质，学习心理学，潜心研究教法，不断更新教学观念和手段，对学生的学习动机进行科学的调控和有效的激励，创造出一个最佳的教学环境。

生命在于运动。对于在大学体育课中开设保健课教学是很有必要的。体育运动本身在于防病治病强身健体方面有着积极作用。大学体育课教学应该作为终身教育的一部分，应进一步更新观念，形成比较完善的学生健康教育体系，切实提高大学生的健康意识与体育实践能力。

大学第二学期我们就可以自由的选择体育课程，我所选修的是武术，武术概念中明确地表达了武术的体育属性。是我国传统保健体育项目中的一颗璀璨明珠，是我国宝贵的民族文化遗产，这不仅由于千百年来人们从文化需求和社会功能的角度，一直将武术作为健体强身、提高健康水平的手段，发挥它健身和育人的功能，在套路运动中，我学会了长拳、太极拳、南拳，还有刀术，剑术和棍术。

体育蓬勃发展，武术明显的向体育的功能上转变。尤其是新中国成立后，政府明确武术为体育项目，大力开展群众性的练武活动，成为了全民健身活动的重要组成部分，使武术的套路和散打运动更明显地表现出体育的性质。

## 二、对我校体育的几点看法和建议

大学体育应以终身教育理念为平台，在教学模式、教学方法、教学内容等各个方面加快改革和创新，树立“健康第一”和素质教育的指导思想，让学生通过高校体育养成终身体育锻炼的良好习惯，成为具有健康体魄，德、智、体、美全面发

展的合格人才。作为北院的学生，我明显的感觉到我们学校开的体育课存在很多弊端，主要是以下几个方面：

(一)我们北院的体育设施十分的落后，严重的影响了教学效果，正所谓“巧妇难为无米之炊”，学校对我们的教学设施一点都不重视，这不仅仅是体育课的问题，其他课程也同样遇到这些尴尬，学校能否在课堂上使用一些优良设备，或者给我们课余增加一些体育设施，建立一些健身房，完善一下篮球场，足球场的现状……。允许我们进行相应的体育锻炼。这是北院全体学生的心声，也不知道几时才能得到学校有关部门的重视。我们被忽略太久，连愿望都成了历史。

(二)大学体育课成了“鸡肋”，现在的体育课比较简单枯燥；体育老师的地位也尴尬：科研经费、学科建设、职称评定，似乎都比别的专业老师难办。体育课成为指向竞技目标的枯燥训练课，把体育活动解剖成单调的技术动作，这不但不符合“素质教育”大众性、个性化的教育思想，而且挫伤了同学们上体育课的积极性。

## 体育教学计划与总结篇二

本学期的教学内容以教材为主，主要涵盖了体育与健康的理论知识以及田径中的走、跑、跳、投，体操中的技巧，篮球、排球、足球、乒乓球、羽毛球等。在这些教学内容中，有的学生比较陌生，如体操技巧、足球等，在学的过程中会有点难度。

## 体育教学计划与总结篇三

1、比赛时间：

初一年级:20xx年4月13日下午第三节(第九周)

初二年级:20xx年5月11日下午第三节(第十三周)

2、比赛地点:本校篮球场

初一、二年级各班组织参加比赛;分年级段比赛。

1、双龙戏珠

2、摸石过河

3、众志成城

1、计分方法:本次活动每个项目采用“低分记分方法”,即第一名得1分,第二名得2分,此后每名次加1分计算。

2、项目录取名次:每个项目按得分多少(得分越小名次越列前),取前八名。

3、团体录取名次:各班按最终所有项目的总得分大小判定名次(得分越小名次越列前),取团体前八名。

1、双龙戏珠

(1)、参赛人数:每个班级男、女各12人

(2)、比赛方法:各队分成二男女两组相对站在跑道的两端。各队排头二人背对背夹着排球,听到信号后,从起跑线起侧向移动,过对面的起跑线后(两人都过后),在交接区内拿下排球交给对面的二名队员。以此类推,以最后二人冲过终点线为结束比赛。以时间多少排列名次。

(3)比赛规则:

a□比赛过程中不得用手扶球,但球掉下来可以拿起,须从掉球地点重新开始比赛;两人可以手挽手,将球夹在俩人后背间;跑进方法不限;用时少者为优胜。

b□若有手托(扶)球;没有在交接区交接,则每一次犯规要加时两秒计入比赛成绩。

## 2、摸石过河

(1)、参赛人数:每个班级男、女各12人

(2)、比赛方法:各队分成二男女两组相对站在相距15米跑道的两端。听哨音后,排头用三块砖头交替踏脚过河,交与对面同伴,依次循环进行。途中如动作失误,未踩砖过河,一次加计时间2秒,二次加计时间4秒……,按全队过完河所用时间多少排列名次,时间少者名次列先。

(3)比赛规则:

a□起跑前,参赛队员必须站在起跑线后,不得踏线。

b□在走(或跑)的途中,脚只能踏着石块走(或跑),不能在河里行走(或跑),若有人在河里奔跑,则取消本队比赛资格。

d□比赛中因失误单脚落河,则加时2秒;双脚同时落河,则加时5秒。

## 3、众志成城

(1)、参赛人数:(各班男女各15人,若有各别班级因男生或女生不足15人,须让不足的男生(女生)全体参与,不足数由本班女生(男生)代替参加)

(2)、比赛方法:参加比赛30名队员成一列横队站于起跑线上,并用布条绑住相邻两人的左右脚(统一绑在脚踝关节处)。听到信号后,成30人31足状,向前移动,直至全体人员通过终线为止,以完成时间的快慢判定胜负。

### (3) 比赛规则:

a□中途布带散开, 须立即停止前进, 在重新绑好后, 方可继续前进。

b□各班比赛时间, 从比赛开始直至本队最后一名队员通过终线为止。

- 1、对比赛方法和规则不清楚的地方, 可向体育组咨询。
- 2、各班积极组织, 多加练习, 发扬团队精神。
- 3、各班按时到场参加比赛。
- 4、比赛有变动会提前通知。

## 体育教学计划与总结篇四

在开学初我重点抓了广播操, 因为学生经过一个暑假, 对广播操有些陌生, 如不及时抓紧复习, 一旦学生养成坏习惯, 在纠正就困难了。因此, 我主要是通过以下几点对广播操进行教学的。第一, 加强对学生的思想教育, 使学生真正认识到做操的重要性和必要性, 培养学生重视做操、自觉做操、坚持做操、认真做操的良好习惯。第二, 体育教师要正确运用示范。示范是体育教学的主要教学方法之一, 通过示范能使学生建立正确的动作表象。因此, 要求教师示范要清楚、准确、规范、优美。第三, 讲解要少而精。我在广播操教学时的讲解, 主要是结合我的示范动作, 让学生加深对动作的理解。

第四, 口令要清楚、洪亮、准确。第五, 纠正错误动作要及时。所以, 使旧县小学的广播操质量, 在很短的时间内有了很大的提高。在提高的基础上, 所有教师都能以身作则, 跟学生一起认真的做操, 给学生起到了示范作用。通过本学期

的长抓不懈，学生在做广播操的时候做的相当的规范到位，得到领导的好凭与认可，这与我们集体的努力是分不开的！

以上是我本学期的教育教学工作总结。但在辛勤工作的同时，但也有不足之处，望领导批评指正。我会在今后工作的日子里，积极加努力的！

## 体育教学计划与总结篇五

本学年度全面贯彻《体育与健康》的教学大纲，实施《新课程课标》。我校的.体育工作，以“健康第一”为指导思想，激发学生的运动兴趣，培养学生终身体育的意识，促进学生健康成长。坚持以育人为本，以学生为主体，教师为主导的办学思想。适应新的教学要求，不断推进素质教育，落实体卫工作的两个条例和一小时锻炼，促进学生的身心发展，使学校的体育工作能迈上一个新台阶。

对教师进行师德规范教育，提高教师的自身修养，树立全心全意为学生服务的思想。探索教学规律，发挥教育功能，完善各项规章制度，充分发挥整体作用，重视对青年教师的培养，做到有计划，有目标。使体育组成为具有战斗力的集体。

严格执行课程计划，按表上足、上好体育课，认真落实“两操三活动”，课余时间让学生真正动起来，确保学生每天有一小时的活动总量。本学期，要强化学生室内广播操的训练，举行广播操和眼保健操比赛，认真实施《学生体质健康标准》，确保成绩合格率达市规定指标。体育与健康课程是一门以身体练习为主要手段，以增进学生健康为主要目的的必修课程。面临当前教育教学的新要求，摆在我们体育组面前的任务更重了，要进一步加强理论学习，更新观念，改革创新，教学中以学生为主体，树立健康第一的思想，培养学生锻炼身体的方法，养成自我锻炼身体的习惯。

有标准，有计划地配置器材、设备等，落实场地、器材、设

备的管理制度，做到器材有借有还的制度，确保其最大的使用率和安全性。

以上是本人的教学计划，若有不当之处望领导批评指正。