

# 七年级下学期体育教学计划及总结(汇总10篇)

做任何工作都应改有个计划，以明确目的，避免盲目性，使工作循序渐进，有条不紊。那关于计划格式是怎样的呢？而个人计划又该怎么写呢？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。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇一

认真学习实践学校的教育教学理念，以学生为中心，加强个人的职业道德修养，把关爱学生作为立业之本，充分调动学生学习积极性，教给学生学习方法，让学生学会学习，学会做人。

本学期时间紧，任务重，至少一个月一次月考，每一次考试都对学生具有重要意义。基于此，我充分利用课内外时间，形式多样地做好学生稳定工作和学生心理稳定工作。思想问题解决了，学生们就能够安心学习，成绩也有所上升。

认真学习语文课程标准，深入领会课程标准的基本精神，深入钻研教材，吃透教材，明确教学目标，重点难点，认真备好每一节课，能够驾驭教材。七年级下半学期教学任务繁重，备课充分，吃透教材，结合考试考点对教材进行系统的分析，对知识点做好分类、归纳和总结，不上无准备的课，带领学生扎实系统的做好复习。认真研究最新考试题型，针对每一个考点进行分析，结合学生的实际情况，制定复习计划。

采用灵活有效的教学方法。七年级下学期，在课堂上采用多种形式开展教学，力争使上课内容丰富，掌控课堂节奏，关注学生反映。课堂上一定要设法令学生投入，不与其分心。课堂面向全体学生，尤其注意培优补差，加强对后进生的转化工作。语文是一门工具学科，对学生而言，既熟悉又困难，

在这样一种大环境之下，要让众多的基础较差的学生学好语文，就要让他们喜爱语文，对语文产生兴趣。否则学生对这门学科产生畏难情绪，不愿学，也无法学下去。

1、夯实基础，字音、字形、标点符号、扩写、缩写、仿写修辞等基础知识，一定要稳扎稳打，强化记忆，强化训练，在理解的基础上，学会运用，理论与实践相结合，在实践中提高。课后字词做到每课三练——练字音、练字形、练词语的运用；加强句式的训练和仿些；加强古诗词的背诵和默写。

2、强化文言文阅读理解，“能阅读浅易文言文”是对学生的基本要求。试题由课内已经延伸到课外，在复习文言文时让学生认真掌握文言虚词意义和用法，学习文言实词，要注意区别词的古今意义，要积累实词的一词多义，要会识别通假字，要会概括文章的中心意思，而且应该深入理解文言文的内容、思想，学会对比分析，且动手翻译。为加强文言文的学习，实行每课一考、人人过关、不断复习、不定期检测的方法，培养学生的文言文阅读能力。

3、加强阅读指导，新教材淡化了文体的编排，但并未降低对文体的要求，特别是说明文和其他文体的’阅读，学生一时感到摸不着头脑，所以我计划在向学生讲清阅读基础知识的同时，选择典型的篇章，并配以典型的阅读练习，通过反复演练，争取使学生掌握阅读课外现代文的阅读能力。

4、加强写作指导，为了使形成写作知识系统，在学期初给学生开设写作知识讲座，并对话题作文，命题作文，半命题作文进行专题讲座，争取使学生学作文的命题、立意、构思等方面都有较大的提高，坚持每星期两一篇随笔，两星期一篇大作文，坚持让学生阅读优秀书籍，为学生营造宽松和谐的大语文学习环境，重视课外阅读，开拓学生的视野，丰富学生的知识，培养学生具有良好的审美情趣和高尚的道德情操。

经过一个学期的努力，相信会取得好的成绩。我将不断改进自己在教育教学上的不足，使自己在业务素质上更快地进步，争取取得更加更好的成绩！

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇二

一年之季在于春”。伴随着春天的到来，新的学期开始了。在这学期的英语教学工作中我将继续采用任务型教学模式，学生将通过小组活动，从中获取知识，以此来训练学生的语言应用能力，使学生对所学知识达到会学，会说，会用的目的。为此特制定以下计划：

全面贯彻党的教育方针，积极推进教学改革，以实施素质教育为突破口，结合学科特点，认真学习课改方案和课程标准，努力探索教学方法创新，提高课堂教学效率，进一步提英语学科教育教学质量。

七年级3班及4班现有学生83名，英语水平不等。学生的英语基础知识和听说能力普遍较差，大部分学生虽然在小学接触过英语，但应用能力十分薄弱，特别是听力题，很大一部分学生听起来都很吃力。面对学生掌握英语的程度不一，将采用分层教学与整体教学相结合的方式完成教学任务，努力提高他们的英语水平。

另外，两班学生在情感态度，学习策略和文化意识方面还存在诸多需要进一步解决的问题。例如：个别学生不明确学习英语的目的；有些同学对学好英语缺乏自信，不敢用英语表达；缺乏小组合作意识；一些学生没养成良好的学习习惯，不能做好课前预习课后复习，学习没有计划性和策略性；不善于发现和总结语言规律，不注意知识的巩固和积累。

这套教材采用任务型语言教学模式，融汇话题、交际功能和语言结构，形成了一套循序渐进的生活化的学习程序。本书每个单元都列出明确的语言目标、主要的功能项目与语法结

构、需要掌握的基本词汇，并分为a和b两部分□a部分是基本的语言内容□b部分是知识的扩展和综合的语言运用。

1、加强词汇教学。包括单词拼写，词义记忆，语用功能的训练，在平常的教学中一定要常抓不懈。词汇是文章、句子的基本单位，词汇量的大小，将直接关系到学生能否流利地运用英语进行交际；能否熟练地用英语读和写；能否顺利地用英语思考。单词教学一定要做到词不离句，这样，学生在学会了单词的同时，也学会了词的一些基本用法。

2、语法与语境相结合。要重视语法知识对于培养语言运用功能的基础作用，又要注重改革教法。课堂上一定要有生动活泼的教学活动。让学生在生动的语境中学习语法，自然掌握其中的规律。

3、加强交际用语练习。用英语进行交际是英语教学的根本目标。在教学语言功能项目时，要尽量避免格式化，不能限制学生的思维能力，要培养学生灵活运用语言的应变能力。

4、进一步培养阅读能力。通过本次期末考试可以看出，学生们的阅读能力有待提高，正样就要求教师在平时讲解阅读理解题时，应着力帮助学生分析语言材料，而不是核对答案。从而帮助学生提高阅读能力。

钻研新课标，提高教学水平，真正做到教学相长，努力达到学校规定的教学指标。

认真参加学校的教研教改活动，积极主动承担教改课题，仔细研究，用新课标历年，结合新课标精神，进行课堂改革，实行教与学的`湖动，努力用一套行之有效的课堂教学模式，提高教学效率，争取取得优异成果。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇三

学生应有较明确的英语学习动机和积极主动的学习态度。能听懂教师对有关熟悉话题的陈述并能参与讨论。能读供七年级学生阅读的简单读物和报纸杂志，克服生词障碍，理解大意。能根据阅读目的运用适当的阅读策略。能与他人合作，解决问题并报告结果，共同完成学习任务。能在学习中互相帮助，克服困难。能合理计划和安排学习任务，积极探索适合自己的学习方法。在学习和日常交际中能注意到的差异。

3、突出学生主体，尊重个体差异；

5、注重过程评价，促进学生发展，建立能激励学生学习兴趣和自主学习能力发展的评价体系。

总之，让学生在英语中学习英语，让学生成为good user而不仅是learner。让英语成为学生学习生活中最实用的工具而非累赘，让他们在使用和学习英语的过程中体味到轻松和成功的快乐，而不是无尽的担忧和恐惧。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇四

学生应有较明确的英语学习动机和积极主动的学习态度。能听懂教师对有关熟悉话题的陈述并能参与讨论。能读供七年级学生阅读的简单读物和报纸杂志，克服生词障碍，理解大意。能根据阅读目的运用适当的阅读策略。能与他人合作，解决问题并报告结果，共同完成学习任务。能在学习中互相帮助，克服困难。能合理计划和安排学习任务，积极探索适合自己的学习方法。在学习和日常交际中能注意到的差异。

3、突出学生主体，尊重个体差异；

5、注重过程评价，促进学生发展，建立能激励学生学习兴趣和自主学习能力发展的评价体系。

总之，让学生在英语中学习英语，让学生成为good user而不仅是learner□让英语成为学生生活中最实用的工具而非累赘，让他们在使用和学习英语的过程中体味到轻松和成功的快乐，而不是无尽的担忧和恐惧。

本学期我担任初一(3/4)英语教学工作，经过上学期我的不懈努力，大部分学生学习目的明确，态度端正，掌握了英语学习的一些基本方法，能够积极主动认真地学习，学习成绩较好。但还有少部分学生没有明确的学习目的，缺少学习的热情和主动性，自觉性较差，相应的学习习惯也差。主要原因是没有激发学生学习英语的兴趣，学生觉得英语学习是一种负担，一部分学生没有掌握记忆单词的方法，连基本的单词听不懂，学不会，但是学生整体的惰性还是很强，自觉性很差。

经过一学期的学习，听力方面失分也较多，主要是听的时间太少。针对种种问题，在本期的英语教学中，应加强基础知识的讲解和基本技能的训练，让学生掌握词汇、语法、句型等基础知识和听、说、读、写等基本技能；另外，注意培养学生对英语的兴趣；让学生掌握记忆单词、听力、写作等英语学习技能，培养良好的学习习惯和自主探索、合作学习能力。充分调动学生的学习积极性和主动性，使每一位学生都能在学习中有收获、有所进步。

另外，学生在情感态度、学习策略方面还存在诸多需要进一步解决的问题。例如：很多学生不能明确学习英语的目的，没有真正认识到学习英语的目的在于交流；有些同学在学习中缺乏小组合作意识；大多数同学没有养成良好的学习习惯，不能做好课前预习课后复习，学习没有计划性和策略性；不善于发现和总结语言规律，不注意知识的巩固和积累。

这套教材采用任务型语言教学模式，融汇话题、交际功能和语言结构，形成了一套循序渐进的生活化的学习程序。本书每个单元都列出明确的语言目标、主要的功能项目与语法结

构、需要掌握的基本词汇，并分为a和b两部分□a部分是基本的语言内容□b部分是知识的扩展和综合的语言运用。这套教材是基于城市学生的状况编写的，对于我们农村学生来说，由于小学基础不好，到初中以后学起来的确有些吃力，光是一千多个单词就吓退了不少学生学习英语的兴趣。但我们还必须知难而上，为了提高农村的英语教学成绩而努力。

本册教材的重点是现在进行时的用法；一般将来时；be going to结构；形容词的比较级和最高级；一般过去时的用法。

本册教材的难点是：一般将来时的用法；形容词的比较级和最高级；一般过去时的用法；不规则动词的一般过去式。

本学期教学研究的重点是继续推行345优质高效课堂教学模式，向45分钟要质量。

本学期的公开课内容与时间安排：

认真参加学校的教研教改活动，积极主动承担教改课题，仔细研究，结合345优质高效课堂教学模式，进行课堂改革，实行教与学的互动，提高教学效率，向45分钟要质量，争取取得优异成果。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇五

### 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。

### 二、学生现状分析

初一年级的学生身体发育正处于青春期的的高峰时期，心理、生理的发育波动强。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。

### 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。

3、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。

四、本学期考核项目：

米、立定跳远、仰卧起坐。

五、教学进度表（如下）

周次

活动内容

身体恢复性项目练习、课堂常规教育。2—4

复习广播操。5

快速跑、篮球。6

篮球、沙包。7

跳跃、技巧。8

投掷。9

考核篮球、50 米。10

花样跳绳、蓝球。11

跳跃、耐久跑 12

球类。13

技巧。

16—17

快速跑、自选项目。篮球、自选项目。

基础知识测验、考核立定跳远、仰卧起坐。

## 学情分析

二、学情分析 新学期，我依旧担任七年级一共 8 个班级中 1—7 班体育课教学工作，一班男生 34 人，女生 38 人，二班男生 47 人，女生 32 人，三班男生 39 人，女生 35 人，四班男生 37 人，女生 42 人，五班男生人，女生人，六班男生人，女生人，七班男生 29 人，女生 39 人。经过了上半学年与大家的相处，对学生的素质情况都有了个一定的了解，初一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。男生爱动，喜欢对抗性强的运动项目如：篮球等项目。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。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。

三、教材分析 体育教材以实施教材为主，本次体育教材的主要内容包括了认识自己的身体健康、积极自觉参与身体锻炼、体育与心理健康、体育与社会适应、田径、体操、球类、武术、健美操和舞蹈、游泳和野外活动内容，根据本校学生的身体情况和学校条件设施，本学期我将选择广播体操教学、一些体育口令的教学、简单的一些田径（跑、跳、投）项目教学等基础体育项目，以便使学生跑、跳、投的基本技术和基本身体素质得到提高，并开发挖掘生活中的实用技能。

#### 四、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；
- 3、了解所学项目的简单技、战术知识和竞赛规则；体育锻炼的价值；
- 4、通过田径、体操、武术及球类项目的练习，发展运动能力和运动技术，增进身体健康；
- 5、全面发展体能的基础上，继续发展灵敏、速度和有氧耐力，知道营养需求及选择对健康的影响，并根据自身的生理发育特点，了解体育活动中应注意事项。
- 6、能够正确评价自己的运动能力，了解身心之间的关系，逐步掌握设置合适自己的体育学习目标，增强自尊与自信，在克服困难的学习中，体验成功和快乐体育的乐趣。
- 7、通过本年度学习，让学生增进同学间的交往，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。重点与难点：

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，增强学生的身体素质，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，想办法调动起学生的主动性和对体育课以及运动锻炼的兴趣。

六、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、体质测验做为必修内容，将一些球类、韵律体操和舞蹈、跳绳作为选修教材。在选择教学内容时，把一些对初中升考的测试项目有用的内容安排到教学中去完成，以便学生们在以后的初中升考中获得先机，为以后打好个坚实的基础。

## 七、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、开展好课间操工作，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，坚持每天一小时体育活动。

3、组织学生参加一些体育比赛。

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、关心和开展好体育后进生的体育活动。

（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。

## 八、教学内容安排 时间 内容安排

1、安全知识教育

2、队列队形复习

3、身体恢复性练习2月 3月

1、广播体操动作复习

2、篮球、自选项目

3、考核篮球 4月

1、跳跃、技巧项目

2、跳绳、立定跳远

3、考核跳绳、立定跳远 5月

1、快速跑、自选项目

2、柔韧性项目

### 3、考核快速跑和柔韧性 6月 1. 坐位体前屈 2. 期末准备

九、自我要求 不知不觉，已经喜欢上了每天面对的都是许多可爱的孩子们的生活，让他们 学得更多更好是我的目的。在这学期里，还是要继续努力，有充足精力完成学校 安排给我的教学工作，做到更好，更优秀！其次，这个行业需要我去学习的地方 还很多很多，所以，我又要以一位学生的身份虚心向各位老师、领导学习，让我 尽快的成长。再次，一定要做好每一天的工作和事情，有条不紊的完成计划和任务目标，把自己的知识真正做到传授给学生们。经常做教学反思和自我总结，多 听取他人的意见，取他人之长，补自己之短，努力锻炼自己。还要搞好和同事、和学生之间的关系，做到有个很好的人际关系，一定要尊重他人，不管是学生、老师亦或是其他人。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇六

日子在弹指一挥间就毫无声息的流逝，我们的教学工作又将在忙碌中充实着，在喜悦中收获着，让我们对今后的教学工作做个计划吧。那么教学计划怎么写才能体现你的真正价值呢？以下是小编收集整理的2020年七年级下学期体育教学计划范文（精选3篇），希望能够帮助到大家。

### 七年级下学期体育教学计划1

一、本学期的教育教学任务。

通过本学期的课堂教学，能够达到以下教育教学目标：

2、初步掌握本学期新学的的各项运动技术、技能，促进身体素质和运动能力的发展；

3、培养学生参加体育锻炼的兴趣，逐步养成习惯，在群体活动和比赛中能够以公正、团结、协作的态度与同学友好相处。

## 二、教材分析。

本学期的教材包括：

- 1、体育与健康基础知识：发展你的体能；心理健康与身体健康的关系。
- 2、田径；跳跃。
- 3、体操：体操技能在生活中的应用。
- 4、球类：篮球和排球。
- 5、武术：太极拳。
- 6、健美操。

由于太极拳、排球和健美操都是新授内容，作为本学期教学的重点内容。并且学生对排球和太极拳的接触的比较少，因此，把排球和太极拳的教学作为难点来对待。

## 三、学生情况分析。

初一学生，是速度、爆发力发展的敏感期，学生活泼、好动，体育活动参与意识、竞争意识、集体意识强，特别是女生正处于身体发展快速期，伴随着“月经”的出现，部分同学开始出现害怕上体育课的问题，应该适时的作好指导。在上学期学习的基础上，本学期重点作好学生速度和爆发力的素质的练习。

## 四、本学期预期学科教育目标。

- 1、运动参与：具有积极参与体育活动的态度与行为；激发学生对体育与健康课程的兴趣；并能养成自我锻炼的习惯；认真上好体育课。

2、运动技能：学会太极拳，并学会应用到生活中；掌握篮球、排球基本技术，并能够在比赛中运用。明白各种游戏时所要求的具体动作。

3、身体健康：发展柔韧、灵敏、力量、速度等身体素质；知道自己身体的变化。

4、心理健康：正确理解体育活动与自尊自信的关系；了解体育活动对心理健康的作用；对体育活动能表现出快乐与伤心的情绪；形成克服困难的坚强意志品质；形成互帮互助的友爱精神。

5、社会适应：能够体验集体活动能和个人活动的区别；按顺序轮流使用同一运动场地或设备；在游戏中能够帮助他人、尊重他人和关心他人；建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德。

## 五、完成教育教学任务的具体措施。

1、积极进行课堂教学改革的探索，充分推行“三段六部”教学模式，调动学生学习的积极性。

2、结合体育大课间和课外活动，关注学生自主锻炼意识和能力的培养。

3、确立“体委轮流制——学生组织能力”研究课题，提高每个学生的组织表达能力。

4、充分发挥体育骨干的模范带头作用，形成良好的传、帮、带氛围。

5、将游戏和比赛，穿插到每一节课中，调动学生参与的积极性。

## 七年级下学期体育教学计划2

### 一、基本情况：

#### 1、学生情况：

初中一、二年级，每个年级都有两个班，每个班级都有学生四十人左右。七年级有一名特殊病，不能从事体育运动锻炼外，全校初中生各年级学生都健康，都能从事体育运动锻炼。

#### 2、技能情况：

初中一、二年级学生大部分都喜欢跑、跳、投、追逐、跳绳、跳皮筋、打沙包和球类等体育活动。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。在教育教学的过程中，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、自觉遵守运动规则，团结协作等优良品质。

#### 四、主要工作：

1、认真备课，上课。充分尝试“三疑三探的教学模式”。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、抓好班级的田径运动员，为本学期开好运动会做好准备。

3、开展好班级的体育活动，班与班进行，篮球、引体向上、立定跳远、立定三级跳远、仰卧起坐等体育项目的比赛。

4、写课后反思，心得，总结等理论。

5、进行备课，说课，听课，评课，集体备课等活动。

#### 五、具体安排：

1、抓好全班整体身体素质的提高。（引体向上，仰卧起坐，俯卧撑等）。

2、抓好基本技术（男、1000米，女、800米，立定跳远，立定三级跳远等）。

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、对差学生，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、积极进取向上的精神风貌。

## 七年级下学期体育教学计划3

### 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，积极探索新课程标准，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。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇七

时间过得太快，让人猝不及防，我们又将学习新的知识，有新的感受，请一起努力，写一份教学计划吧。为了让您不再有写不出教学计划的苦闷，以下是小编收集整理的2020年七年级下学期体育教学计划，仅供参考，大家一起来看看吧。

2020年七年级下学期体育教学计划篇1

一、本学期的教育教学任务。

通过本学期的课堂教学，能够达到以下教育教学目标：

2、初步掌握本学期新学的的各项运动技术、技能，促进身体素质和运动能力的发展；

3、培养学生参加体育锻炼的兴趣，逐步养成习惯，在群体活动和比赛中能够以公正、团结、协作的态度与同学友好相处。

## 二、教材分析。

本学期的教材包括：

1、体育与健康基础知识：发展你的体能；心理健康与身体健康的关系。

2、田径；跳跃。

3、体操：体操技能在生活中的应用。

4、球类：篮球和排球。

5、武术：太极拳。

6、健美操。

由于太极拳、排球和健美操都是新授内容，作为本学期教学的重点内容。并且学生对排球和太极拳的接触的比较少，因此，把排球和太极拳的教学作为难点来对待。

## 三、学生情况分析。

初一学生，是速度、爆发力发展的敏感期，学生活泼、好动，体育活动参与意识、竞争意识、集体意识强，特别是女生正处于身体发展快速期，伴随着“月经”的出现，部分同学开始出现害怕上体育课的问题，应该适时的作好指导。在上学期学习的基础上，本学期重点作好学生速度和爆发力的素质的练习。

#### 四、本学期预期学科教育目标。

- 1、运动参与：具有积极参与体育活动的态度与行为；激发学生对体育与健康课程的兴趣；并能养成自我锻炼的习惯；认真上好体育课。
- 2、运动技能：学会太极拳，并学会应用到生活中；掌握篮球、排球基本技术，并能够在比赛中运用。明白各种游戏时所要求的具体动作。
- 3、身体健康：发展柔韧、灵敏、力量、速度等身体素质；知道自己身体的变化。
- 4、心理健康：正确理解体育活动与自尊自信的关系；了解体育活动对心理健康的作用；对体育活动能表现出快乐与伤心的情绪；形成克服困难的坚强意志品质；形成互帮互助的友爱精神。
- 5、社会适应：能够体验集体活动能和个人活动的区别；按顺序轮流使用同一运动场地或设备；在游戏中能够帮助他人、尊重他人和关心他人；建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德。

#### 五、完成教育教学任务的具体措施。

- 1、积极进行课堂教学改革的探索，充分推行“三段六部”教学模式，调动学生学习的积极性。
- 2、结合体育大课间和课外活动，关注学生自主锻炼意识和能力的培养。
- 3、确立“体委轮流制——学生组织能力”研究课题，提高每个学生的组织表达能力。

4、充分发挥体育骨干的模范带头作用，形成良好的传、帮、带氛围。

5、将游戏和比赛，穿插到每一节课中，调动学生参与的积极性。

## 2020年七年级下学期体育教学计划篇2

### 一、基本情况：

#### 1、学生情况：

初中一、二年级，每个年级都有两个班，每个班级都有学生四十人左右。七年级有一名特殊病，不能从事体育运动锻炼外，全校初中生各年级学生都健康，都能从事体育运动锻炼。

#### 2、技能情况：

初中一、二年级学生大部分都喜欢跑、跳、投、追逐、跳绳、跳皮筋、打沙包和球类等体育活动。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。在教育教学的过程中，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、自觉遵守运动规则，团结协作等优良品质。

#### 四、主要工作：

1、认真备课，上课。充分尝试“三疑三探的教学模式”。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、抓好班级的田径运动员，为本学期开好运动会做好准备。

3、开展好班级的体育活动，班与班进行，篮球、引体向上、立定跳远、立定三级跳远、仰卧起坐等体育项目的比赛。

4、写课后反思，心得，总结等理论。

5、进行备课，说课，听课，评课，集体备课等活动。

#### 五、具体安排：

1、抓好全班整体身体素质的提高。（引体向上，仰卧起坐，俯卧撑等）。

2、抓好基本技术（男、1000米，女、800米，立定跳远，立定三级跳远等）。

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、对差学生，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、积极进取向上的精神风貌。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇八

抚松十中 张利

一、教学目标

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广播操《放飞理想》及皮筋舞。

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。

## 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。

## 三、学生基本情况

七年级学生对体育课的认识深浅不

### 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。感情丰富而强烈，表现为情绪波动性大、不稳定，不成熟。因此，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。

## 四、教学方法与设计

（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。

2、开展好“两操”工作，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，坚持每天一小时体育活动。

3、坚持班级体育锻炼，调动学生参加体育锻炼的热情。

4、关心和开展好体育后进生的体育活动。

（三）在体育教学中，尊重学生，以学生为主体，让学生感受到老师的关心、爱护，激发学练兴趣。

（四）开展探究性学习。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。

## 五、教学评价

教师能够在每个单元学习后对学生进行测试，在测试过程中既要注重过程性评价，又要进行终结性评价，这样才能使学生正确的对待每一节体育课，才能更积极地参与到学习中，提高身体素质。

## 六、安全教育

体育教学具有身体活动的特殊性，体育课堂难免出现意外伤害事故。教师的安全意识不可少，安全措施更是重中之重。

4. 组织管理要严密，安排教学步骤时，注意引导学生，让学生做到先易后难。
5. 要注重自我保护，提高安全意识。
6. 课后要及时总结，课后教师要及时对已完成的一次教学任务作一个实事求是的总结，积累丰富的防范事故的实践经验，为下一次课提供教学指导。

## 七、体育课后作业布置

在体育课后作业的布置上，体育教师要向学生交待清楚作业的内容、要求、完成时间和方式。结合我校学生年龄段和本学期所安排活动等因素，体育课后作业可以安排为：蹲起、高抬腿、爬楼梯、立定跳远等。作业一般以一周一次或者两周一次。在安排之前，体育教师应事先进行商讨，形成决议之后再在体育课上告诉学生，并与班主任协调，用校讯通的形式再告诉家长，请家长协助完成。在下节体育课上检查学生完成情况，做到有布置、有落实、有检查，从而进一步提高学生们的身体素质，真正达到强身健体的目的。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇九

本学期是初一体育教学新开始的一个学期，在认真钻研教学大纲和结和本校实际的基础上，制定出切实可行的教学计划。

- 1、利用1个月的时间学习广播操。
- 2、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。
- 3、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。

4、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。

5、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。

6、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。

课新的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。

小学生上升为初中生，儿童转为青少年还需一个过渡期，心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，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。

教材的重点：培养学生自觉锻炼习惯。

教材的难点：培养学生吃苦耐劳的品质。

1、适时、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

4、学生练习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个性。

6、培养体育骨干，带领其他同学参与活动。

男：1000米、立定跳远、广播操、50米。

女：800米、立定跳远、广播操、50米。

## 七年级下学期体育教学计划及总结篇十

1. 注重“知识与能力、过程与方法、情感态度与价值观”在教学实践过程中的融和与统一，同步渗透与发展，尊重学生的独特体验与个性成长，注重培养学生的语文实践能力。

2. 积极倡导自主、合作、探究的学习方法，注重培养创新精神和创造能力，引导学生在生活中学习语文，努力建设开放而有活力的语文课堂。

3. 努力开拓学生的视野，发展学生的智力，培养学生健康高深的审美情趣，提高学生的文化品位，发展健康个性，逐步形成健全人格。为初中三年打下坚实的基础。

1. 指导学生正确理解和运用祖国语言文字，具有基本的听话、

说话、阅读、写作的能力，养成学习语文的良好习惯。

2. 能用普通话正确流利朗读课文，背诵文中的精彩片段，掌握精读略读以及浏览的方法，培养默读的习惯，提高阅读速度；能领会词句在语言环境中的含义和作用，理解思想内容和文章的思路，了解基本写法，具有一定的语言感受能力，初步具有欣赏文学作品的能力。

3. 诵读古代诗词，在积累、感悟、引用中，提高学生自己的欣赏品味和审美情趣。了解文言文课文内容，正确朗读，熟记积累文言词汇，背诵基本篇目，理解思想内容，能从课内向课外迁移。

4. 根据日常生活需要，运用常见的表达方式写作，有真情实感。学写记人叙事的文章、掌握一些常见的应用文格式。初步接触话题作文、材料作文。养成修改作文的习惯。

5. 了解课文中出现的有关重要作家作品的常识。了解各种表达方式、修辞方法和词类的有关知识，熟记课文中生字词的音形义。

6. 熟练使用常用字典、词典，养成读书、看报的习惯。

初步学会在日常生活中正确运用语言文字进行交流表达，把语文学习中感受到的人文知识：如待人接物的良好仪态，为人处事的正确心理，关注自然，关爱生命，与大自然和谐相处等，灵活运用到生活中，提高自己的文化品位，增强自己的人文素养。

1. 从语文学科的特点出发，使学生在潜移默化的过程中，提高思想认识，陶冶道德情操，培养审美情趣。既教书又育人，推行素质教育。

2. 加强综合，简化头绪，突出重点，注重知识之间、能力之

间以及知识、能力、情感之间的联系，重视积累、感悟、熏陶和培养语感，致力于语文素养的整体提高。

3. 重视学生思维能力的发展。在语文教学的过程中，指导学生运用比较、分析、归纳等方法，发展他们的观察、记忆、思考、联想和想象的能力，尤其要重视培养学生的创造性思维。

4. 每堂课根据学生实际和教材实际精心备课，尤其要备好学生，设计好教学过程，避免繁琐、陈旧、枯燥的教学方式，抓住重点，突破难点。

5. 提倡利用灵活多样的教学方式，寓教于乐，做到“严而不死、活而不乱”，充分调动学生的主观能动性，鼓励运用自主、合作、探究的学习方式，提高学生学习兴趣。

6. 教学过程中抓住学生的闪光点多表扬少批评，让学生树立起学习语文的信心。根据教学内容对不同层次学生进行分层教学。培养合作精神，帮助中下学生提高学习兴趣和成绩。

7. 做好学生开头的学习习惯培养工作。打下良好基础，扭转不良的学习习惯，培养学生严谨认真的精神。

8. 优化作业管理，避免繁琐的分析和琐碎机械的练习，每课过关，单元过关。作业布置有所区别，因人而异，充分照顾不同学生的特点。作业全批全改，及时反馈。

9. 作文一般每周布置一篇，全学期练笔不少于20篇。作文注意及时反馈，实行当面辅导，面批面改，互批共批，写改结合，以改促写的作文教学，有效提高作文水平。

10. 尽量阅读课程标准要求的课外读物，增加阅读量。重视创设语文学习的环境，沟通课本内外、课堂内外、学校内外的联系，拓宽学习渠道，增加学生语文实践的机会。

11. 科学地训练口语交际的技能，全面提高语文能力。课前一分钟演讲，包括自我介绍、新闻消息、小故事、成语解说等，锻炼口头表达能力。组织3-4次辩论，培养严密思维能力，口头表达能力和语文知识的综合运用。

12. 加强指导学生自主的语文实践活动，指导学生主动地开展综合性学习，获取知识。组织采访和调查至少一次，写一篇小论文。开展丰富多彩的读书报告会、故事会、朗诵会、演讲会、辩论会，办手抄文学报，作品自作不少于70%。

13. 可能的话，开展网络辅助教学。对家庭有条件的同学鼓励和引导他们利用语文教育网，多学习一些课外知识，阅读优秀文学作品和优秀新闻等，开阔学生视野，拓展学习语文的空间。

14. 加强. 培优补差，培优重在拔尖，补差重在提高。课堂上有意识制造机会，让优生吃得饱，让后进生吃得好。利用允许的时间，组织学生课外加以辅导训练。发挥优生的优势，进行“一帮一”，介绍一些方法让后进生懂得怎样学，激起后进生的学习兴趣。

15. 鼓励优生多做创新的事情，在阅读和写作方面多下功夫。对后进生主要引导他们多学习、多记忆、多重复，在熟练的基础上不断提高自己的能力，尤其是学习态度的转变和学习积极性的提高方面要花大力气。

七年级语文下册共有六单元。单元内设有阅读、诗词诵读、口语交际、写作、综合性学习五个板块。每一单元教学计划用2---2.5周时间。每一单元阅读的前两课计划用4—5课时，后三课计划用3—4课时。口语交际用1课时。综合性学习用2课时。作文用2---3课时。机动时间1--2课时。语法知识用时1周。期中、期末复习考试用1—2周。另外安排机动时间1周。