

最新校本课程跳绳工作计划和目标 花样跳绳校本课程实施方案(大全5篇)

无论是在个人生活中还是在组织管理中，方案都是一种重要的工具和方法，可以帮助我们更好地应对各种挑战和问题，实现个人和组织的发展目标。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么写，我们一起来了解一下吧。

校本课程跳绳工作计划和目标 花样跳绳校本课程实施方案篇一

“合唱”作为学校音乐活动的重要组成部份,有着深远的现实意义。是学校音乐教育是实施美育的重要途径。合唱艺术能够启迪心智。对于孩子来说,尤其能培养其集体主义观念,提升其合作意识。通过长期训练和活动,可以净化学生的心灵,让学生能通过歌唱去体验真、善、美。

课程目标

- 1、根据学校学生的实际情况，实施校本课程。从合唱入手，通过训练使学生了解合唱的相关知识，建立对合唱的浓厚兴趣。
- 2、掌握一些发声方法、发声技巧和基本的音乐常识、乐理知识。
- 3、通过演唱一些内容积极向上的合唱曲目，净化学生的心灵，增长技能。

课程内容

了解合唱的相关知识，掌握一些发声方法、发声技巧和基本的音乐常识、乐理知识。在一学期内能演唱《小黄鹂鸟》《大中国》等合唱曲。

适应对象

六年级

总课时：5课时

注意事项

合唱不能急于求成，首先要加强单旋律的音准训练和节奏训练，为合唱教学打下坚实的基础。

预期效果

通过合唱教学，培养学生建立对合唱的浓厚兴趣，将教学与视谱、唱歌、欣赏、创作结合起来，掌握一些发声方法、发声技巧和基本的音乐常识、乐理知识。在一学期内能演唱一些内容积极向上的合唱曲目，并在学期结束时顺利展示。

具体措施

- 1、 保证校本课程实施的时间，合理有序地安排教学内容。
- 2、 认真备好合唱校本课程的教案。
- 3、 采用集体教学和实践教学活动教学的方式。
- 4、 唱与趣相结合，真正把校本课程的研究与开发落到实处。

校本课程跳绳工作计划和目标 花样跳绳校本课程实

施方案篇二

校本课程是基础教育课程改革的组成部分，搞好校本课程的开发是落实新课程的需要，校本课程的开发与实施，给学校的发展，教师专业的发展，学生个性的发展，提供了舞台。根据党的教育方针，国家课程实施方案，根据学校的办学目标，充分利用学校现有的教学特色，认真做好校本课程的开发与研究。

一、开本课程开发理念

校本课程开发体现“促进学生发展为本”的教育理念，让学生通过感知、感悟和体验受到本土文化的熏陶，培养健康的审美情趣丰富自己的精神世界；强调体验性活动等社会经验，克服课程脱离社会生活的弊端，密切学生与本地经济发展和变化的联系，使学生了解家乡，热爱家乡，增强建设家乡的责任感；通过学生自主的探究活动，培养学生的探索能力和实践能力。

二、校本课程开发的目标

- 1、在学习过程中，培养学生热爱家乡、热爱大自然的思想感情，培养学生的社会责任感。
- 2、了解家乡的乡土文化，吸收乡土文化的营养，提高学生的人文素养以及环境意识。
- 3、能主动参与、乐于探究、勤于动手，具有初步的创新精神、时间能力，提供学生的科学素养。
- 4、初步学会进行人际沟通和交流，发展合作精神，培养学生策划、组织、协调和实施的能力。
- 5、初步具备搜集和处理信息的能力。

课程标准在“总目标”之下，按学习单元分别从知识和能力、过程和方法、情感表现和价值观三个维度提出具体目标，最终全面达成总目标。

三、校本课程开发的特点

1、课程内容的乡土性。

教材植根于显示富有浓郁的乡土气息。在使用过程中，以本地的生产、生活和环境为学习研究对象，因为学生生活在进化，相关的学习资源和实际机会无处不在无时不在，便于学习操作。

2、教学方法的活动性。

积极倡导自主、合作、探究的学习方式，强调课程的实践性与体验性，以综合实践活动为主，为学生设计体验性活动和研究性专题。

3、课程本身的开放性。

课程的开发实施富有活力。课程的开发吸收广大教师、学生参与，课程由教师去实施，学习的主体是学生，师生在积极互动中，共同发展、课程在开发实施过程中需要不断的修正完善，师生可以根据实际情况予以补充、调整。

四、校本课程编制的原则

在校本课程开发的过程中，力求遵循以下原则：

1、主体性原则；

2、开放性原则；

3、量力而行原则；

4、个性化原则。

五、校本课程的内容

开发校本课程，需要对校本课程资源进行评估与选择，根据对国家课程和地方课程予以补充、拓展的原则，使之更符合学生、学校和社会的特点和需要。在充分根据学校课程资源和地方资源的基础上，开发旨在发展学生个性特长的、多样化的、可供学生选择的课程。

1、开发学校教师资源。

2、谭坊镇校外教育资源丰富，根据本镇实际，以家乡地理-家乡历史-家乡经济-家乡人物-家乡旅游-家乡文化-家乡特产为体系，介绍家乡的地貌风情，激发学生对家乡的热爱；充分利用家乡的资源开发教育实践活动，培养学生多方面兴趣爱好。

六、校本课程开设计划

全校各年级结合学校的校本课程开发方案，结合教师个人素质、学生年龄特点等逐步实施，并在实施中完善，总结经验。一般以班或年级为单位安排在兴趣活动课进行，具体教学时间一般是每周一节课，也可以进行集中安排(如春游、秋游、考察等)。学校教导处负责课表安排，由具体课任教师组织教学。大型活动，则由学校统一安排。

七、校本课程的评价

1、成立校本课程评价领导小组(由校本课程开发领导小组兼)，教导处具体负责校本课程的检查和评价工作。

2、对校本课程的评价，应重视过程性评价，旨在提高教师的学业水平及学生自主学习的能力。

3、各任课教师每学期需对学生的情况采用不同的方式进行评价，评价学生对该科目学习的学习效果。

4、我校校本课程开发的评价体系将体现：评价内容多元化；评价过程动态化；评价个体主动化；评价方式质量化；评价行为日常化；评价结果效益化。

八、做好校本课程的管理

1、完善校本课程的开发与申报制度。

2、鼓励每位具备校本课程开发能力的教师自主申报开发课程，积极参与校本课程的开发与实施。

3、根据教师所申报课程，对学生兴趣、特长、需求进行调查，确定开发项目。

4、校本课程领导小组指导教师制定校本课程实施计划。

5、组织实施，落实实施计划。

6、每学期校本课程领导小组组织对校本课程实施情况进行评估，并给予适当奖励。

7、加强校本课程及教辅材料、学具等设施的管理。

8、加强校本课程档案建设，对校本课程开发中的所有资料搜集整理，期末上交校本课程领导小组，以利总结、改进和推广。

校本课程跳绳工作计划和目标 花样跳绳校本课程实施方案篇三

1、通过对同学们进行集体辅导，让同学们正确认识书写的重

要，端正同学对待写字的态度，教学中要穿插进一些古今中外的名人学书法的故事，让同学们更加清晰明了的认识到自己对待写字的态度是否端正。使得同学们正确理解把字写漂亮的重要性，并将真正的把字写漂亮贯彻到自己的学习中来。

2、以推动我校“以校为本”的校本教研为目标，加强教研组、各年级间的交流、合作意识，充分发挥教师教学的个性，加强校本课程研究，创建合作、探究的校本教研氛围。

1、在书法学习中，使他们养成良好规范的书写姿势和执笔姿势。

2、指导学生写出一笔漂亮的字，对其学习以及将来的工作、社会交际起到深远的影响。

3、通过书法练习，培养学生认真负责、专心致志、持之以恒的精神。

4、让学生直接接触书法，接触中国文化艺术之美，传承祖国传统文化。

1、加强课堂四十分钟硬笔教学，认真上课备课与课后练习相结合，加强作业检查批改力度。课堂中多渗入中国传统思想教育，确定“做字先做人”这一教学原则。

2、努力提高学生学习书法的兴趣，进一步强化学生双姿、书写卫生习惯。

4、继续研究学校书法校本教材。

5、各年级的作业均要重视学生习字的质量，任课教师有义务也有责任抓好学生的习字质量。

6、有计划开展好师生习字活动，全面提高师生整体的书法水

平：

7、积极组织参加各级书法比赛，积累参赛成果，积极开展成果展示活动。每月评定一批书法之星、小小书法家。

9、开设书法园地，进行书法教学宣传。

10、多方面提高自身教学能力，业务水平。

第1课时：介绍工具及书法基础知识（执笔。坐姿。用笔）

第8课时：撇（斜撇，长撇）、捺（平捺，斜捺）+例字练习
成果展示

第9课时：组合笔画练习，单字临摹练习

第10课时：组合笔画练习，单字临摹练习

校本课程跳绳工作计划和目标 花样跳绳校本课程实施方案篇四

美术校本课程是学校的文化活动中的一个重要的方面，丰富的美术校本课程不仅可以丰富学生的课余文化生活，提高学生的审美和创造才能，还可以为学生提供一个充分的艺术展示的空间，发展展示自己的才能，用我们自己的双手扮靓我们的校园。

一二年级学生没有绘画的基础，主要以儿童画为主，从最基础的开始训练绘画的基本技能。

三四年级学生有了一定的绘画基础，从中挑选出部分优秀的同学进行书法方面的培训。

五六年级有了一定的造型基础，主要是以生活原形为基础，

学习其他优秀的作品，进行成品的作品创作和临摹训练，为参加校、区等各部门组织的比赛做准备。

每周二、三校本课程活动时间。

由基础开始，逐渐增加内容和要求。在活动的过程中进行分类指导。

1、儿童画方面

从构图方面入手，培养学生的构图的准确能力，对设色能力进一步进行技法的训练，提高学生的绘画能力。主要以临摹为主，结合自己的感受进行创新训练。

通过活动尽量准备通常参赛的作品规格的作品，争取平时的活动作业即作品，为将来的参赛做准备。如果参赛中有特殊的主题要求和特殊的规格，在接到通知后按照通知要求另行准备作品。力求在比赛中取得学校满意的成绩。

2、书法方面

书法是一门慢功学科。书法教学主要进行楷书隶书的学习，老生在已有的基础上，争取在本学年独创作品，新生的书法教学主要是从教学生正确的执笔运笔姿势，执笔轻重的调控，书写坐姿、站姿等要领以及正确的读帖方法和临帖方法，如看笔迹，悟其运笔过程，看结体悟其组合规律，临帖时“字数宜少、遍数宜多”等；书法教学是一个系统而复杂的教学过程，需要学习阶段的不断积累和多加练习。

3、活动中结合学生的绘画进度，定期的组织学生参与综合评价作品的活动，使其在参与评价的过程中学习。

校本课程跳绳工作计划和目标 花样跳绳校本课程实施方案篇五

跳绳项目所需器材简单、活动所需场地小，活动时间地点都可因人而异，适宜于所有的孩子参与；因此“跳绳”校本课程的开发和实践的课题势在必行。下面是本站小编带来关于20xx年小学跳绳校本课程实施方案的内容，希望能让大家有所收获！

一、指导思想：

跳绳课从健身体育出发，全面提高学生的身体素质及自我锻炼的意识。根据小学生生理和心理特点，为学生提供自主学习活动的空间，改变原有的教学模式，以教师为主导，学生为主体，充分发挥学生主观能动性，挖掘学生内在潜力，尊重每个学生的个体差异，满足学生的不同需求，培养学生创新意识。通过多种教学方式，培养学生自学、自练、互评能力，在愉悦的气氛中完成教学任务。

二、活动目标：

- 1、掌握双脚跳绳的方法，发展弹跳、协调能力。
- 2、通过跳绳活动培养勇于创新，团结协作的意识。
- 3、学习各种跳绳的动作方法，使学生掌握各种跳绳的要领。
- 4、利用多种跳绳练习发展学生的弹跳能力，协调、灵敏、耐力等身体素质。
- 5、培养学生时间与空间的感觉，激发学生主动参与体育的兴趣，增强群体意识，竞争意识，创新意识，发挥潜能，养成终身体育的习惯。

三、措施与方法：

1、校内：各班可利用周三的第七节课组织学生进行跳绳活动，将跳绳达标活动与体育课和课外体育活动有机结合；以班级为单位组织学生进行跳绳训练，充分发挥体育教师、班主任老师、学生家长以及任课教师的作用，组织、指导并带动广大学生积极参加跳绳达标活动，掀起我校学生体育锻炼的热潮。

2、校外：班主任老师动员学生回家与家庭任何成员自由组合进行训练，形式不限，通过“小手拉大手”，让学生家长(或亲人)亲身参与和了解学校活动，共享一份欢乐，达到共同健身、携手育人的目的。

四、活动安排：

五、周工作安排：

第1周：阅读性内容----体育常识：课堂常规

第2周：体验性内容----跳跃：双脚连续跳上跳下

第3周：延伸性内容----双脚交换跳单绳

第4周：体验性内容----双脚交换跳单绳看谁跳得多

第5周：体验性内容----并脚跳单绳

第6周：体验性内容----并脚跳单绳看谁跳的多

第7周：运动参与----行进间跳绳

第8周：运动参与----跳绳游戏

第9周：体验性内容----绳操

第10周：体验性内容——绳操和跳绳游戏

第11周：体验性内容——跳绳

第12周：体验性内容——行进间跳绳比赛

第13周：运动参与——跳绳

第14周：延伸性内容——体验双飞

第15周：体验性内容——跳绳，游戏

第16周：运动参与——自己创新跳绳

第17周：体验性内容——考核跳绳

一、课程指导思想

以教书育人为宗旨，认真贯彻“健康第一”思想，全面推进素质教育，培养学生“终身体育”的意识和科学健身的能力，增强学生身心健康，提高学生体育文化素养，为实现学校教育的整体目标，培养全面发展的创新人才而发挥体育教学的特殊功能。

随着新课的不断推进，为了能够适应学生个性发展的需要，也为了学生终身体育能力的培养，我校在体育课中进行了跳绳校本课程的开发和尝试，以体现新课程主动、创新、实践、合作的教学特点，培养学生参与体育锻炼的兴趣，掌握跳绳运动的技能技巧，养成团结合作，敢于拼搏，不畏困难的品质，并形成终身体育锻炼的思想。

跳绳校本课程开发的目的是为了充分尊重和满足学生的差异性特点和多样化需求，为学生提供更多的课程选择权利，使学生的个性得到更充分和全面的发展。同时体现健身性特点和终身体育理念，在体育课中实施“快乐跳绳”，让学生

在课堂中更快乐地参与体育锻炼，激发学生参与跳绳学习的热情，启发学生掌握跳绳锻炼的方法，提高学生自主锻炼的能力，培养学生经常锻炼的习惯，使体育锻炼成为他们的自觉行为和生活方式，使体育锻炼伴随他们的一生。

跳绳校本课程让学生掌握跳绳运动的基本知识、基本技能和方法，并能在日常锻炼中加以运用；提高学生的体能与环境的适应能力，促进其身心全面发展；培养学生良好的思想作风、顽强的意志品质、强烈的竞争意识、高尚的团队精神。

三、跳绳校本课程原则：

学校在确定跳绳校本课程内容及进行实践时，坚持了以下基本原则：一是全面性原则。学校体育课程包含多方面的内容，进行课程内容调适时，充分考虑各个领域所占的比重，以达到促进学生身心全面发展的目的。另外，开发跳绳课程内容面向全体学生，使所有的学生都能够掌握。二是迁移性原则。学生在参与跳绳运动的学习中所掌握的体育常识，获得的基本运动技能，身体和心理发生的变化等都有助于其更好地掌握体育学科其他相关技能，灵活迁移到其他体育教学内容及活动内容中。三是实用性原则。跳绳运动既符合学生的经济条件也适合我校的场地环境和时间空间的限制等，内容简单易学，适合于全体学生学习与掌握。

1、课堂上面向全体学生

水平一学段以“情境激趣式”为主。重点是激发兴趣、指导学法、培养习惯。《课程标准》的一个基本理念是激发学生运动兴趣，因而趣味性是选择教学内容时应首先予以考虑的因素。用绳子玩各种新颖有趣的游戏，提高学生的学习兴趣。例如把短绳放在地上当作小河，让学生双脚向前跳过去，也可以把短绳当作小陷阱，让学生绕过陷阱的游戏等。

水平二学段以“竞争合作式”为主。重点是分层次教学与分

类指导，培养学生主体参与竞争合作的能力。跳绳教学内容以双人前后跳绳、双人并排跳绳等双人合作练习内容使学生通过合作锻炼，掌握各种跳绳动作，达到锻炼身体，愉悦身心的作用。并通过游戏、竞赛等各种教学手段，既有竞争又有合作，使学生主动参与竞争，激励了学生的进取心，营造合作氛围，增强集体的凝聚力。

水平三学段以“自主合作探究式”为主。重点是进一步的分层教学、分类指导保证学生主体参与的学习效果。跳绳运动不但可以个跳，还可以多人跳、集体跳，而多人跳绳就必须让学生在合作中学习，体会在练习各种花样跳绳中只有运用合作学习，才能够获得成功与快乐。

2、特色课间操及课间活动。课间操是增强学生体质、完成学生每天锻炼一小时目标的主要途径。由于学校学生人数较多、操场面积有限，所以我校用学生平时上课用的短绳编排了一套“静力绳操”，把平时的广播体操换成“静力绳操”。这种形式的课间操活动充分激发了学生参加体育锻炼的兴趣，最大限度地调动了学生运动的积极性，促进了学生的身心健康发展，也形成了具有学校特色的课间操模式。

体育精神，对传统的体育竞技项目及运动会形式进行了全面改造，每年都在学校体育节中举行各种形式的跳绳比赛。同时，增加了“花样跳绳”和“集体跳长绳”的表演赛等形式新颖的游戏项目极大地激发了学生的参与积极性，真正实现了“快乐跳绳”的体育运动精神。

4、体育兴趣活动小组。学校根据学生的兴趣需要，成立了跳绳兴趣活动小组。兴趣小组的活动既满足了学生特长发展的需要，又能为各级体育竞赛做好准备。跳绳兴趣小组，已成为学校的特色体育活动小组。

通过跳绳课堂教学、“静力绳操”、跳绳兴趣活动小组、体育节跳绳比赛等系列活动课程，营造良好的跳绳运动氛围，

使我校跳绳校本课程更好地开发和利用。跳绳运动对锻炼学生的平衡协调能力、发展下肢力量、磨炼意志品质具有不可估量的作用。

1、评价的原则

在实施校本课程自我评价时，一定要注重教学过程评价，使之成为学生一种愉悦的情绪生活和积极的情感体验，我们在传授知识的同时，关注每一位学生在课堂上是兴高采烈还是冷漠呆滞？是其乐融融还是愁眉苦脸？伴随着学科知识的获得，学生对学科知识学习态度是越来越积极还是越来越消极？这些能充分了解学生对学科学习的兴趣和学习能力，使学生在关怀中学到知识，受到教育，使学生在愉快中得到成长。

2、评价的策略

(1) 适时的教师评价。基本教学的开始阶段，教师应让学生有更多的时间去体验跳绳练习的兴趣。教师从学生的学习中，观察、分析掌握存在的问题，在教学的后半段进行适当评价，过早的评价会使学生的学习兴趣受到压抑。

(2) 学习评价方式的程序操作。根据先学后教的理念，单元初期的评价主要是由老师承担，而教师的评价更大程度上是正确引导学习，此时教师评价相对多一些，而学生的学习评价相对少些，单元学习后期，逐渐让学生进行一定的自我评价和同学间的相互评价，教师还放手让学生们进行“自我评价、生生评价、组内评价、组间评价等等”。

(3) 评价方式和发展性内容。评价的方式包括教师自己口头评价、学生的口头相互评价、学习小组和相互评价、教师教学后记的评价、学生的学习成长记录评价等方面。评价的发展性内容还根据教材发展有所变化。单元学习的开始，学生的知识技能还未成熟，是从学习到熟练的定型时期，教师多指导，不要让学生在泛化期中过多接受评价，评价的重点应侧

重在学习的态度、行为上，应以激励和表扬语言来肯定学生学习的优点，从而更好地提高学生学习的兴趣与情趣。

共2页，当前第1页12