

# 初中篮球教学计划表(精选8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工具。我们在制定计划时需要考虑到各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

## 初中篮球教学计划表篇一

近日，我参加了我所在省的省培计划初中政治培训班。在这个为期一个月的培训过程中，我深刻地体会到了政治科学的重要性，也收获了许多知识和经验。下面我就来谈谈我的心得和体会。

首先，在政治课上，我们学习了众多有关国家政治的基本概念和知识。我们了解到政治学是一门研究政治规律和政治思想的科学，它对于我们认识和提高政治素养的重要性不言而喻。通过政治课的学习，我深刻感受到政治对于一个国家的发展和治理是至关重要的。政治不仅仅是指选举和治理，更重要的是对于国家和人民的内外关系、国家安全、社会公正等方面的影响和调控。同时，政治课还让我认识到政治智慧和思想的重要性，只有通过正确的政治决策和有效的治理才能带动国家的繁荣和人民的幸福。

其次，在政治课上，我们学习了国家的组织结构，也就是政治制度。政治制度是指国家权力的组织形式和运行机制，了解政治制度对于我们理解和参与国家政治具有重要意义。通过学习，我了解到了我国社会主义民主政治制度的特点，了解到了我国的基本政治制度是人民代表大会制度，国家行政管理是由人民政府负责的。同时，我也了解了多党合作和政治协商制度在我国独特作用。政治制度的学习让我认识到政治权力的合法性和公正性对于一个国家的稳定与发展至关重要。

此外，在政治课上，我们也学习了国际政治的基本原理和国际组织。现在世界已经进入了全球化的时代，国际政治对于一个国家的发展和具有至关重要的影响。通过学习国际政治，我了解了国际关系的基本原理，例如主权平等、非干涉原则和平共处等。同时，我也了解了联合国等国际组织在维护和平、促进合作与发展方面的作用。对于一个国际化的现代国家来说，政治课的学习帮助我们更好地融入国际社会，增进友好合作关系，维护自身的利益。

最后，在政治课上，我们学习了一些有关思想政治教育和公民责任的知识。学习政治并不仅仅是为了获取知识，更是为了培养良好的思想和正确的政治观。政治学的学习能够帮助我们树立正确的世界观、人生观和价值观，加强对思想政治教育的信仰和理解。同时，政治学还能帮助我们认识到自己的公民责任和义务，并引导我们积极参与社会和政治生活，为国家和社会发展贡献自己的力量。

综上所述，参加省培计划初中政治培训班是我政治学习的宝贵经历。通过这个培训班，我深刻认识到政治学对于我们的成长和发展的的重要性，并且学习到了许多有关政治的基本知识和原理。我相信，通过这次培训，我已经对政治学有了更深入的了解，为将来的学习和工作打下了坚实的基础。我将以更加积极的态度和热情，不断提高自己的政治素养，为国家的发展和社会的进步贡献自己的力量。

## 初中篮球教学计划表篇二

1. 坚持早睡早起。每晚 10:30 分准时熄灯上床，早上 7:30 前起床、叠被、洗漱，并且力争全部耗时控制在 5 分钟以内，决不因为回到家里而改变在学校长期养成的良好作息习惯。

2. 继承中华民族尊老爱幼的传统美德。在家里，多陪爸爸看体育比赛聊天，多陪妈妈买菜逛街看电视剧。对待长辈要

保持谦虚尊敬的态度，对待小朋友要让其感受到春天般的温暖。过年的时候主动给长辈们打电话或登门拜年。做到老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。

3. 以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻。主动帮父母做家务，保持卧室、书房、客厅的清洁卫生，饭后主动洗碗刷筷，保证油垢餐具不过夜。自己的衣物自己洗，且本着节约电能资源及洗衣粉等物资的原则尽量手洗拧干。

4. 崇尚科学，坚持每天补充知识养料。每天坚持学习两个小时左右，假期初制定好学习计划，保证学习的科学性、效率性。力争利用这个假期学会一到两门小技能（例如网页制作等），以备将来工作之需。有句话说：“活到老，学到老。”在年轻的时候，趁学习能力强，就更应该抓紧一切时间，努力学习，提高自己的知识储备量，为将来实现人生的厚积薄发而做好充分的准备。

5. 娱乐休闲要适度，不可玩物丧志。每天上网看电视等时间累计不应超过四小时。出去和朋友们聚会时要注意时间、场所，避免去一些盈利性较强的娱乐场所，要时刻以一名合格大学生的标准严格要求自己。

6. 计划在本次假期出行一次。读万卷书行万里路，多出去走走，才能多长见识。同时也要注意保证旅途安全，尽量避免春运的高峰期。且旅行时间不宜过长，以免影响下学期正常开学。

以上计划于xx年1月15日起生效实施，如无特殊情况必须遵照执行。

## 初中篮球教学计划表篇三

我是一名初中学生，对于政治这门学科一直比较感兴趣。政治能够让我更好地了解国家的体制、法律、公民的权益等等，

这些知识在我未来的学习和生活中都非常重要。为了更深入地学习和掌握政治知识，我申请参加了省培计划初中政治培训。我希望通过这次培训，能够提高自己的政治素养，培养自己的领导才能，为将来投身国家建设做好准备。

## 第二段：培训内容与改变

在省培计划初中政治培训中，我参加了一系列的培训课程，如国家政治制度、法治与价值观、公民权利和义务等等。通过这些课程的学习，我对国家政治体制有了更清晰的认识，了解到了我国的社会主义制度和中华人民共和国的组织结构。同时，我也学习到了公民的基本权利和义务，了解了法律对于公民的约束和保护作用。这些知识的学习不仅让我对政治有了更深刻的理解，也让我对于自己的责任和义务有了更清晰的认识。

## 第三段：学习方法与技巧

除了培训内容的学习，我还学习到了一些学习方法和技巧，这对我今后的学习有着很大的帮助。在课堂上，老师给我们提供了很多学习资料和案例分析，激发了我们的学习兴趣，让我们更好地理解 and 掌握知识。在课后，老师还鼓励我们进行自主学习，通过阅读相关书籍、参与讨论等方式，巩固和扩展所学的知识。这种学习方法的改变让我更主动地投入到学习中，提高了学习效果。

## 第四段：思想意识和责任感的培养

参加省培计划初中政治培训不仅让我学到了知识，还培养了我的思想意识和责任感。政治是关系到国家和人民的大事，作为一名学生，我应该有担当和责任，积极参与到社会发展中。在培训中，老师通过讲述一些实际案例和事例，让我们深入了解到政治对于国家和人民的重要性，引导我们要有爱国之心、责任之心，努力为国家的繁荣和人民的福祉贡献自

己的力量。

## 第五段：未来的规划和展望

通过省培计划初中政治培训，我对政治有了更深刻的了解，也明确了自己的未来规划。我希望以后能够继续深入学习政治知识，努力提高自己的政治素养，培养自己的领导才能。我希望将来能够为国家建设做出贡献，为人民的福祉负责任。我相信，只要我保持对政治的热爱和学习的热情，不断提升自己的能力，我一定能够成为一名优秀的政治人才，为国家的发展贡献自己的力量。

在省培计划初中政治培训中，我收获了很多，不仅增长了政治知识，还培养了自己的思想意识和责任感。这些收获将伴随我一生，指引着我未来的学习和成长。我相信，通过不断学习和努力，我一定能够在政治领域中有所建树，为国家的繁荣和人民的福祉贡献自己的力量。

## 初中篮球教学计划表篇四

近日，我有幸参加了省培计划初中政治培训，通过这次培训，我对初中政治教育有了更深刻的认识，得到了很多宝贵的经验和体会。在这次培训中，我深感初中政治教育的重要性，认识到政治对于培养学生良好的思想道德素质和培养社会主义建设者和接班人的作用。通过实践和学习，我明白了初中政治教育的核心价值观，懂得了如何在课堂上注重学习的主体地位，积极引导學生民主参与和管理，注重实践教学，提高学生的实践能力。接下来，我将围绕“爱国主义教育、团队合作、法制教育、家庭教育、少先队建设”等方面，谈我对初中政治教育的感悟和体会。

首先，爱国主义教育初中政治教育的核心内容。在培训中，我们了解到，培养学生的爱国情感和家国情怀是初中政治教育的首要任务。作为初中政治教师，我们应该深入学生的心

灵，传递自己对祖国、对人民的热爱之情。在课堂教学中，我们可以通过讲授革命历史，讲述英雄事迹，引导学生从小事做起，从班级、家庭入手，为祖国的建设作出积极的贡献。在课外活动中，可以组织参观纪念馆、义务劳动等活动，让学生亲身感受祖国的伟大和幸福生活。

其次，团队合作是初中政治教育的重要内容。在学习过程中，我们深刻认识到，团队合作对于培养学生的集体主义精神和团队意识非常重要。作为初中政治教师，我应该引导学生学会相互尊重，充分发扬集体主义精神，积极参与班级活动和集体劳动，培养学生的团队合作意识。在课堂上，可以设计小组活动和合作项目，鼓励学生互相帮助、共同合作，培养学生的团队精神和沟通能力。在班级管理上，可以组织班级会议和班规定的讨论，鼓励学生共同制定班规，共同解决问题，培养学生的参与感和责任感。

再次，法制教育在初中政治教育中也占有重要地位。在培训中，我们了解到，法制教育是培养学生遵纪守法意识和法律意识的重要途径。作为初中政治教师，我们应该注重法制教育的引导和培养，给学生以正确的法律观念和法制常识，让学生明白什么是法律，为什么要遵守法律，以及违法的后果和严重性。在课堂上，可以通过法制教育课、案例分析等形式，让学生了解法律的作用和法律的底线，提高学生的法治观念。同时，我们还应该注重实践教学，组织学生参观法庭、交警执勤等活动，让学生亲身感受法律的权威和严肃。

此外，家庭教育也是初中政治教育中不能忽视的重要环节。家庭是孩子成长的第一课堂，对于孩子的思想、品德和道德养成起到至关重要的作用。作为初中政治教师，我们应该与家长密切配合，鼓励家庭教育积极参与学生的思想道德教育。我们可以通过家长会、家庭作业等方式，了解学生的家庭情况，与家长沟通学生的学习、生活情况，互相交流，共同为学生的综合发展负责。同时，我们还可以向家长提供一些关于家庭教育的指导意见和方法，帮助他们更好地进行家庭教

育。

最后，少先队建设是初中政治教育的重要组成部分。少先队是学生参与学校和社会活动的主要组织，也是学生道德、思想培养的重要平台。作为初中政治教师，我们应该积极参与和支持少先队的工作，关心学生的少先队建设。我们可以组织少先队宣誓仪式、少先队活动等，培养学生的红领巾意识和团结协作精神。同时，我们还可以通过开展学雷锋、向前辈学习等活动，引导学生践行社会主义核心价值观，传承优良传统和价值观念。

通过这次省培计划初中政治培训，我对初中政治教育有了更深刻的了解和体会，明白了初中政治教育的核心价值观，懂得了如何在课堂上注重学习的主体地位，积极引导学生民主参与和管理，注重实践教学，提高学生的实践能力。今后，我将紧密结合学校教育实际，不断提升自己的政治素养和教育教学能力，为培养具有良好思想道德素质的社会主义建设者和接班人，为建设美好祖国贡献自己的力量。

## 初中篮球教学计划表篇五

11月21日10：07座高速动车16：06到北京。

然后去北京华侨大厦住宿。华侨大厦是坐落在王府井大街上著名商务型的五星级酒店。全面装修后，焕然一新，毗邻王府井步行街。天安门、故宫、景山、北海近在咫尺，和美术馆、首都剧场、民航总局为邻。外环境闹中有静，美丽丰富。这里拥有京城最宽敞、最舒适的大客房，其面积达42平方米，均配有免费宽带高速上网。酒店距机场45分钟，距火车站15分钟，交通极为便利，是商务、旅游客人的最佳选择之一。

11月22日去游长城，长城是古代中国在不同时期为抵御塞北游牧部落联盟侵袭而修筑的规模浩大的军事工程的统称。长城东西绵延上万华里，因此又称作万里长城。

长城建筑于两千多年前的春秋战国时代，现存的长城遗迹主要为建于14世纪的明长城。据20xx年国家文物局发布数据，历代长城总长为21196.18千米；而国家文物局曾于20xx年公布明长城调查数据，中国明长城总长为8851.8千米。长城是我国古代劳动人民创造的伟大的奇迹，是中国悠久历史的见证。它与罗马斗兽场、比萨斜塔等列为中古世界七大奇迹之一。1987年12月，长城被列为世界文化遗产。

晚上去南长街清真饭馆：西华门南侧路西。有部分小吃和爆肚、炒饼、炒疙瘩。炒疙瘩味道不错，其疙瘩和恩元居的一样都是手工、小炒（许多店是机制加大锅，吃起来像剩的），缺点是配菜不够丰富，最好加上点黄瓜丁和青豆嘴。

11月23日上午去广场看升旗仪式，去看故宫，故宫位于北京市中心，旧称紫禁城。于明代永乐十八年（1420年）建成，是明、清两代的皇宫，无与伦比的古代建筑杰作，世界现存最大、最完整的木质结构的古建筑群。故宫全部建筑由“前朝”与“内廷”两部分组成，四周有城墙围绕。四面由筒子河环抱。城四角有角楼。四面各有一门，正南是午门，为故宫的正门。20xx年国庆期间，故宫8万人限流措施一度“失守”，对此，故宫有关负责人表示，今后故宫将考虑推行分时段限流，日限8万人不变。

然后在14：05—20：01坐g37火车回家。

## 初中篮球教学计划表篇六

初中时期是我们人生发展的重要阶段，而小组计划书则是一种有效的学习方式。小组计划书是我在初中学习生活中的一次尝试，它能够培养我们的团队协作能力、创造力和自主学习的能力。在这篇文章中，我将分享我在小组计划书中的心得体会。

第二段：小组计划书的制定过程



在小组计划书的制定过程中，我们首先要明确目标和任务，确立每个组员的职责和角色，然后进行资源的整合和分配，制定详细的计划，最后确定进度和时间节点。通过这个过程，我们明确了目标，拆分了任务，合理利用了各自的优势，确保了计划的顺利实施。

### 第三段：小组计划书的意义和价值

小组计划书的意义和价值在于培养我们团队合作和沟通能力。在计划书的制定过程中，我们需要团队成员之间相互协作、相互配合，互相取长补短。通过这个过程，我们学会了倾听他人的意见，尊重他人的观点，积极参与讨论并提出建设性的意见和建议。这种团队合作的精神将伴随我们一生，成为我们人生发展的重要能力。

### 第四段：小组计划书对个人发展的影响

在小组计划书中，我承担了负责人的角色，负责整个计划的制定和落实。这个过程对我的个人发展产生了积极的影响。首先，我学会了如何合理安排时间，高效利用每一天。在计划书的制定过程中，我需要明确每个任务的时间要求，将任务分解为小目标，并根据时间节点进行安排。其次，我学会了如何与他人合作。在团队的合作中，我学会了倾听和尊重他人的观点，学会了与他人协商和达成共识。这些对我以后的学习和工作中都有很大的帮助。

### 第五段：小组计划书的启示与展望

通过小组计划书，我们明白了计划对于学习和生活的重要性。一个好的计划能够帮助我们合理安排时间，高效利用资源，提高学习效率。同时，计划也是我们实现梦想的路线图，它能够帮助我们明确目标，规划未来。未来，我希望能够继续运用小组计划书的方式，不断提升自己的能力，实现自己的目标。

以上是我在小组计划书中的心得与体会。通过这个过程，我学会了团队合作和沟通能力，提高了个人的综合素质。小组计划书不仅仅是一种学习方式，更是一种实践和锻炼的机会。希望我们每个人都能够在小组计划书中获得成长和进步，为未来的发展打下坚实的基础。

## 初中篮球教学计划表篇七

第一个学期已经过去了，新的学期已经到来，从现在起，我要把全部精力都放在学习，认真学习，努力学习。所以，从现在起，我要有一份好的计划书来辅导我学习，那就是：学习前先预习。在认真投入学习之前，先把要学习的内容快速浏览一遍，了解学习的大致内容及结构，以便能及时理解和消化学习内容。在重要的地方，稍微放慢学习进程。

充分利用课堂时间。课堂上要及时配合老师，做好笔记来帮助自己记住老师讲授的内容，尤其重要的是要积极地独立思考，跟得上老师的思维与节奏。

课堂上做的笔记要在课后及时复习，不仅要复习老师在课堂上讲授的重要内容，还要复习那些仍感模糊的认识。坚持定期复习笔记和课本，并做一些相关的题目。

找一个安静的、舒适的地方学习。图书馆，安静而没有干扰。开始学习时，应该全神贯注于功课，千万不能“身在曹营心在汉”。

养成良好的学习习惯。改掉以往学习的粗心、边看电视边写作业、边写边问、不独立思考等学习恶习。制定可行的学习计划并严格遵守。

严格按照学校的作息时间和安排自己的学习生活，除了上课时间外，晚自习时间做完各科作业，记5个英语单词，预习下一章的数学课本，复习本章内容，做适量习题，加以巩固。

背诵所有科目必背的课文。

利用课外时间多阅读中外名著，加强写作，开阔视野。

上课前预习，找不懂的地方，上课时学习，解决不懂的地方，上课后复习，温故而知新。

认真上每一节课。集中注意力，思考老师讲的每一个问题，没有听懂的地方课后向老师提问，做到当天的知识当天融会贯通。

学习态度端正，认真改正自身的不良学习习惯，对待大小考试的成绩要有正确的认识，深刻的自省，不骄不躁。

积极参加学校和班集体组织的各种活动，团结同学，乐于助人。以优异的成绩考上理想的中学。

这就是我的学习计划书，希望我按照计划书中的去做，期末考试可以取的优异的成绩。

## 初中篮球教学计划表篇八

计划是实现目标的重要步骤，最近我们班级进行了一次小组计划书的编写活动。通过这次活动，我深刻体会到了计划的重要性，同时也意识到了团队合作的价值。下面我将就这次活动的过程和感受给大家做一下分享。

首先，小组计划书的编写过程让我明白了计划的重要性。在开始编写之前，我们小组成员先进行了头脑风暴，确定了我们的目标和计划。接着，我们制定了详细的工作计划和时间表，以确保每一项任务都能按时完成。在编写过程中，我们遇到了许多问题，但我们能够沉着应对，并及时调整计划以适应新的情况。这次经历让我明白，有一个明确的计划能够让我们有条不紊地进行工作，并提高工作效率。

其次，小组计划书的编写过程中，我意识到了团队合作的价值。在这次活动中，我和小组的其他成员密切合作，共同完成了计划书的编写工作。每个人都在各自的领域发挥着自己的专长，相互之间互补，共同提高了整个小组的工作质量。我们互相鼓励、支持和帮助，在遇到问题时共同解决。通过这次合作，我深深体会到团队合作的力量，只有团结合作，才能够取得更好的结果。

此外，小组计划书的编写过程让我认识到了时间管理的重要性。在编写计划书的过程中，我们为每个任务设定了明确的时间限制，以确保按时完成。通过这次活动，我明白了时间管理的重要性。合理安排时间可以使我们更加高效地完成任任务，从而提高工作效率，节省时间。因此，我会在以后的学习和生活中，充分利用时间，高效安排，以实现我的目标。

最后，小组计划书的编写过程让我明白了自身的不足之处。在这次活动中，我发现自己在团队合作和时间管理方面的不足之处。我会改正自己的错误，不断努力提升自己的能力。同时，我也会向其他优秀的同学学习，不断完善自己的知识和技能。通过这次活动，我深深地意识到，只有不断学习和进步，才能够更好地适应未来的挑战。

总之，这次小组计划书的编写活动让我深刻地认识到了计划的重要性和团队合作的价值。我会在以后的学习和生活中，树立明确的目标，并制定详细的计划，以提高工作效率。同时，我会注重团队合作，发挥自己的专长，与他人互相合作，共同实现目标。我相信，通过不断的努力和进步，我一定能够取得更好的成绩和更大的成功。