

2023年初中篮球教学计划进度表 幼儿篮球学期教学计划(模板5篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

初中篮球教学计划进度表篇一

一、设计思路：

我班幼儿在中班时已学会了拍球，本学期又学会了运球和两人传球及投篮等基本动作，并初步尝试了让幼儿分组进行篮球对抗赛，在比赛中发现幼儿两人以上配合传球上有欠缺，因此，我在设计这一活动中把这一点作为重点和难点来指导，并通过四散练习，灌篮比赛等促进幼儿肌体的发展，培养幼儿团结合作的能力。

二、活动目标：

1. 让幼儿通过篮球基本动作（运球、传球等）及篮球比赛促进幼儿肌体的发展。
2. 培养幼儿团结协作的能力。

三、重点与难点：

学习两人以上配合传球。

四、材料与环境创设：

1. 幼儿人手一只篮球。
2. 红、绿、黄、蓝四队标记。
3. 音乐若干段。
4. 记分牌。

五、活动流程：

（一）调动身心

1. 跑步热身：鼓励幼儿不怕寒冷，听鼓声变速跑。
2. 热身操：听音乐精神饱满地做。
3. 保育：略脱衣服。

（二）基本部分

1. 四散练习，复习动作。（幼儿练习，老师观察指导）
2. 探索练习，重点指导。

（1）请个别（3~4个）幼儿示范两人以上配合传球。

（2）幼儿自由结伴练习两人以上配合传球。（老师个别指导，鼓励幼儿合作传球）

3. 拍球，运球比赛，加大运动量。（集体比赛，增加幼儿的运动量）
4. 灌篮比赛，综合练习。

（1）玩法：

分两队进行比赛，每对各5~6人，老师当裁判，比赛开始，老师站在场地中央，将篮球往上抛，接到球的“运动员”用运球及传球的方法至对方篮球架前进行投篮，投进得分，以得分多的队为胜。

(2) 规则：持球者应运球或传球，不能持球跑。

(3) 幼儿分组进行比赛。

鼓励幼儿多用两人以上配合传球的方法，并提醒幼儿遵守比赛规则。

5. 保育：

(1) 根据天气情况及运动量大小减脱衣服。

(2) 擦汗。

(三) 结束部分（放松身体）

1. 进行颁奖仪式（胜者得金牌），放松身体。

2. 听音乐走回教室擦汗，休息。

点评：以运动中的一个重点和难点突出指导，专门设计游戏来训练，以达到提高运动技能的目的。

初中篮球教学计划进度表篇二

本期担任初三一班、二班、三班、四班的化学教学任务。化学是一门初三刚开设的新课程，与生活的联系较多，学生学习的热情较高，教师应正确引导，以期中取得好的成绩。这些学生来自于城市与农村，基础高低参差不齐，有的基础较牢，成绩较好。当然也有个别学生没有养成良好的学习习惯、

行为习惯。教师要做好每一个学生的工作，因材施教，使他们在各自原有的基础上不断发展进步。

1、从生产和生活的实际出发，适当拓宽知识面，以开阔学生的眼界，编写了空气和水的污染与防止污染，硬水、氢能源，金属与人体的关系，以及常见的化肥和农药等内容。

2、教材的基本结构和体系是从学生生活中须臾离不开的空气，水以及碳等引入，同时有计划地穿插安排部分基本概念，基本理论和定律。有利于培养学生运用化学基本理论和基本概念解决生活和生产中常见的化学问题的能力。

3、注意减轻学生过重的课业负担，使学生学得积极主动。教材从深度，广度以及习题难度上合理安排。按照教学大纲中规定的需要“掌握”、“理解”的内容作为教学的重点，而对要求“了解”，“常识性介绍”以及“选学”的内容，力求分清主次，区别对待。

4、为了调动学生学习的积极性，帮助学生理解化学概念和记忆所学的知识，教材中编入了数页彩图和约200幅图表。内容的叙述上力求使学生愿读、易懂、有兴趣。

5、教材除普遍重视演示实验和学生实验外，还注意适当增加了能引起学生兴趣和有利于学生理解概念的实验。针对学生的差异还编了9个选做实验及一些家庭小实验。

(1) 理论知识联系生产实际、自然和社会现象的实际，学生的生活实际，使学生学以致用。激发学生学习化学的兴趣。培养学生的科学态度和科学的学习方法，使学生初步运用化学知识解释或解决一些简单的化学问题。

(2) 重视基础知识和基本技能，注意启发学生的智力，培养学生的能力。

(3) 培养学生的科技意识、资源意识、环保意识等现代意识，对学生进行安全教育和爱国主义教育。

(1) 重视基本概念的教学化学基本概念的教学对于学生学好化学是很重要的。

在教学中，既要注意概念的科学性，又要注意概念形成的阶段性。在教学中要尽可能做到通俗易懂，通过对实验现象和事实的分析、比较、抽象、概括，使学生形成概念，并注意引导学生在生活和学习，生活和劳动中应用学过的概念，以便不断加深对概念的理解和提高运用化学知识的能力。

(2) 加强化学用语的教学，元素符号、化学式和化学方程式等是用来表示物质的组成及变化的化学用语，是学习化学的重要工具。

在教学中，要让学生结合实物和化学反应，学习相应的化学用语，结合化学用语联想相应的实物和化学反应。这样，既有利于学生记忆，又有利于加深他们对化学用语涵义的理解。

(3) 化学是一门以实验为基础的学科。

实验教学可以激发学生学习化学的兴趣，帮助学生形成概念，获得知识和技能，培养观察和实验能力，还有助于培养实事求是、严肃认真的科学态度和科学的学习方法。因此，加强实验教学是提高化学教学质量的重要一环。在教学中，要坚决防止只重讲授、轻视实验的偏向。

(4) 积极开展化学课外活动。

组织和指导学生开展化学课外活动，对于提高学生学习化学的兴趣，开阔知识视野，培养和发展能力，发挥他们的聪明才智等都是很有益的。

初中篮球教学计划进度表篇三

以《纲要》为指导，以总校目标作为指导方针，以爱为教育的基础，结合本园实际，继续以“我能行，我努力，我真棒！”为精神动力，抓好常规工作的同时，继续建设本园特色，使教育质量上一个新台阶。让我园成为孩子的乐园，家长的放心园，老师的收获园。

(一)、把责任文化打造成部门文化的根基。

1、以“责任”为主题，以“责任”为根基，倡导老师多读书，组织老师们以某本书为中心，在读书中体会生活，学会工作，从而学会感恩，在感恩中提高工作效率，提高幸福指数。初四教师到园上班，于老师负责分发，教师领取教学用品，生活用品(由班主任保管)。布置环境，集体布置走道，顶层，二楼南北，楼梯大门口，多功能门都要布置，各班教师负责各班具体工作以及环境布置，门口要有教学计划和教学内容让家长一目了然。

2、每周例会智慧分享，行政和组长把一些“事实性反馈”给老师，使老师做事有的放矢。每周由一位老师把自己收获的一些感受分享给大家(侧重于业务上的知识)教研组长带值班老师检查卫生死角于园长监督指导。从而把积极、上进、健康的思想带给大家评分记录。

3、周二保育员例会，在上个学期的收获中，鼓励保育员在每周例会中和大家分享“我在班级管理中学到了什么?”进一步提升“教”的能力!小班以说唱为主导思想，中班做英语，大班做汉字尽量把特色和布置相结合。

(二)、在文化背景的引导下，在反思中，坚持我们的收获，努力提高“品质”。

1、教研活动：教师研讨课严格按照我们“流程”进行，资料积

累到位，一学期中每位教师要求自己上一节“好课。”

2、年级组工作：常规性的幼儿活动以年级组为单位展开，本学期组长帮助每位老师可以成功开展一次“半日活动展示。”关注组内老师研究资料的积累。

3、后勤队伍建设：本学期继续提高保育员“教”的能力，在以往的比赛活动中放进去一个“班级常规工作”比如：保育员组织幼儿点心环节等。

(三)、根据本园实际情况，采取多种途径，提高教学质量。

1、根据孩子发展的五大功能区，把幼儿园所学综合课程进行整合，初步分为语言、音乐、科学、体育等方面，由专人负责设计出适合各年龄段的活动方案，在尊重孩子年龄特点的前提下对孩子各方面的发展给予一个科学的评估。

2、全心服务班继续推广，坚持上学期服务班中两大主题“语言”和“计算”。

今年年初，我园领导组织幼儿园的教职工，认真分析了我园面临着的各项困难：自聘9名人员解决教职工不足问题，却又因自聘人员跳槽造成教职工队伍不稳定；社会上传言幼儿园教的不好原因等。幼儿园何去何从？我园领导班子组织教职工就此展开讨论，并使教职工形成这样的共识：只要有庄周幼儿园存在，我们就不能使送孩子来庄周幼儿园就读的家长失望，不能使孩子在他们各项能力发展最佳的学前期得不到良好的发展，我们要让在幼儿园就读的孩子感到带给他们的是幸福和成长的快乐。在教职工明确了幼儿园的发展思路后，大家都能积极地朝着打造幼儿园特色的目标努力开展工作。

(一)积极开展课程改革，促进幼儿园、教师、幼儿共同获得发展以学习教育年活动为契机，促进教职工素质的提高围绕目标，积极开展课程改革，打造幼儿园特色开学初，我园就

组织教职工认真学习、领会和研究幼儿园的工作计划，使大家在对我园提出的“以‘创新’为主题，以‘语言’发展和‘动手能力’的培养为突破口”的口号形成共识，并在此基础上，结合新教材的使用，开始了我园的课程改革。在课程改革中，我园着重抓了以下几项工作：

1、抓好新教材的讨论和分析，并以主题的形式开展教育教学活动。

教师们首先是把一学期的教材内容进行分类，并划分为几大主题，每选择一个主题，就根据各教材内容之间的联系，绘制好一个网络图，网络所涉及的各项内容，大部分都是教材中的内容，也有一些内容是教师根据自己班级的实际提出，还有一些内容是由幼儿生成的。其次，教师们根据每个主题积极为幼儿创设与主题相应的教育环境。在主题活动的开展过程中，教师们为孩子的亲身实践创设了大量的机会，如设置活动区，组织幼儿根据教育主题布置墙饰、布置教育教学活动展板，师生共同收集与主题活动相关的信息、图片、文字资料、相关的材料等，使幼儿在这种富有教育价值及隐藏一定教育目标的环境中，变以往被动的知识接受，为如今主动的操作、探索和学习。再次，发动家长参与我们的教育教学活动。在开展主题教育活动时，教师们根据活动的需要及幼儿发展的需要，通过“家园之窗”、“家园联系手册”等向家长宣传和介绍，对一些需要家长指导孩子完成的活动，有针对性地、适时的给家长一些建议。

如：

(1) 建议家长带孩子探讨、开展一些有趣的活动，如引导孩子收集有关的材料、图片、文字资料，指导幼儿观看相关的影碟、电视节目，带幼儿到相应的场所参观、观察。

(2) 把孩子的认识、看法、感想用文字记录下来，让孩子交给老师。

(3)鼓励孩子把自己收集到的材料、图片、文字资料和自己获得的信息拿出来与幼儿园里的小朋友们共同分享。这样的家园共育，使更多的家长参与到幼儿教育中来，幼儿也获得了更多的学习机会。

2、打破原来的班级界限，积极开展幼儿跨班级的晨间体育活动，让幼儿自主到自己喜欢的地方、选择自己喜爱的体育器械参加锻炼。

为了激发小朋友参与体育活动的积极性，我们除了开放原有的滑梯、荡椅、秋千、转盘、攀登架、浪桥、蹦蹦床、半月摇、跷跷板、水车、拉力王等大中型玩具外，又制作了滑板车、平衡木、独脚椅、摇滚跷跷板等一批中、小型体育器械，并投放了球类、高跷、废旧轮胎、沙包等器械，满足了不同年龄、不同能力以及不同兴趣的小朋友开展活动的需要。晨间活动的改革，是我园教师学习贯彻《幼儿园教育指导纲要》的具体体现，它极大地丰富了幼儿的体育活动、锻炼了幼儿的体格，也为幼儿与不同班级的小朋友进行交往提供了更多、更好的机会。在开展主题教育教学活动及跨班级的幼儿晨间体育活动以来，我园教师们都觉得，我们所开展的活动，既突显了“幼儿发展为本”的理念，又满足了幼儿全面发展的需要，它使幼儿在积极、主动的探索、学习、参与中，获得健康、社会、科学、语言、艺术等各领域的更多经验，获得更好的发展。

3、抓好教师们的观念转变，促进教师们的良好成长。

为了更好地促进教师的成长，我园本学期在教师的学习培训和提高方面做了几项工作：

二是发动教师查找符合本园实际学习需要的资料，并积极尝试组织教师们的业务学习，教师们在参与找学习资料和组织学习中，教育教学观念又进一步得到了更新。

三是继续围绕新教材开展一课三研活动，教师们运用教材、组织教育教学活动的能力有了进一步的提高。通过开展以上的活动，教师们的观念、能力都发生了一些变化，如：教师们不再一成不变的照搬照套教参书，在使用教参书时老师发现，有的设计并不能很好地体现新纲要的精神。如：中班科学教育活动“什么沉、什么浮”的活动设计，其中教参书中有一个环节让幼儿了解“水的浮力是有限度的”，其设计是由老师往碗里一勺一勺加水，使铁碗沉下去。对这样的设计，老师觉得不能体现幼儿的主动参与，便改成由幼儿自由地探究怎样使碗沉下去，幼儿通过自主探究，获得了“水的浮力是有限度的”的直接经验。

4、重视幼儿生活技能的教育，使幼儿的自理能力有所提高。通过开展课程改革，我园一改过去一成不变的教育教学活动模式，使幼儿有更多的自主选择活动的机会、有更多游戏的机会、有更多快乐的时光，也获得了更多的发展，幼儿园也初步显示出一定的特色。

一个学期来，我园开展了新学期家长会定在开学16号，组织孩子春游(定在庄子祠)以及绘画特色班周末采生，还要带着小班孩子去气象站参观，中班去小涧雷达部队参观或者去武装部军人参观，大班去共电局的发电站参观，家长开放日活动最好各班拿出各班的特色、一次丰富多采的庆祝“六一”儿童节活动、积极参与了教育局举行的主题教育活动观摩、一次大班毕业典礼。在活动的开展中幼儿都有不同程度的参与，家长认可了：我们的孩子不错。确实，在参观学习中开阔视野学习知识。在开展好幼儿丰富多采的活动的同时，我们又积极同电视台记者联系，电视新闻播放了我们数次的精彩活动，让社会更多地了解我们幼儿园。

随着我园课程改革的开展，我们今年的家园联系工作又有了新的变化，许多家长积极参与到我们的主题教育中来，家长的教育观念也相应起了一些变化。

切实做好后勤工作，确保幼儿园的正常运转本学期，我园加强了对后勤工作的研究，要求各岗位的后勤人员结合自身工作的实际，对一些工作进行反思、改革。财务人员能地根据幼儿园的计划，及时有效地做好财务工作和一些物品的准备，工作的自主性强；炊事人员开发了一些新食谱，探讨改变了一些食物的烹调程序、调味等；资料室管理也探讨了一些管理资料、物品的的方法、改革了一些表格；卫生、保健工作能有序地进行；安全工作基本上为教职工所重视。

这个学期，我们幼儿园能够保持良好的运转和应有的发展，归纳起来，有以下几点体会：

- 1、各级领导的关心支持是我园发展前进的坚强后盾。
- 2、家长支持使我们的各项活动开展得有声有色，幼儿也有更好的发展。
- 3、领导明确办园思路，富有创新性的工作是打造幼儿园特色的前提。没有领导班子的创新，就没有教职工的创新，就没有幼儿创新精神的培养，就没有幼儿园的良性发展。
- 4、团结奉献的教职工队伍是我们战胜困难的力量源泉。有了全体教职工的团结奉献，我们解决了资金不足的困难；有了全体教职工的合作，幼儿园的各项工作得以有序地进行。我们克服了幼儿园位置太偏的困难，使幼儿园保持了应有的发展和应有的规模。

虽然幼儿园保持了良好的发展，但我们也应该看到我们的不足，这些不足之处较为明显的是：班组工作的计划性不强，致使一些工作、活动准备不足；开展工作的自主性不强，常出现等领导提出具体的步骤、具体的做法、具体的要求、提醒等；一些教职工对自身素质的提高行动不多、效果不明显。

根据我园的实际和存在的不足，我们20xx年下期工作的基本

思路应是：

“一个主题”——以“创新”为主题；

“两个特色”——“特色园”、“特色班级”；

“三项建设”——领导班子建设、师资队伍建设、园本课程建设。

八、家园共育，充分调动家长的积极性是分部工作的主题。

1、每月用书面的形式向家长反馈一次幼儿的发展情况和幼儿教育情况。鼓励家长可以把孩子在家里的情况反馈给教师，从而使教育更有针对性。

2、每两个月召开一次家长会，活动有计划、有目标、有讲稿，有针对性制定指导家长的内容（家长会资料要求；有讲稿、有过程、有总结、有反思。）

3、遇到家长投诉问题及时向园部汇报，并妥善解决。

坚信幼儿可以做到，坚信教师可以做到，想信自己可以做到，并将此化成一种强烈的信仰！

学会坚持、学会反思、学会感恩！

初中篮球教学计划进度表篇四

一、指导思想：

赛中获得好的成绩，同时为校初建的足球队打好基础。

二、训练指导思想

科学进行训练，贯彻从小打好基础，系统训练，积极提高原

则，抓好身体素质、球技。

三、奋斗目标

力争市比赛踢出好成绩, 让更多人喜欢上足球运动!

四、训练的基本任务，内容要求及手段

(一)提高队员的训练比赛作风。

训练作风方面：1、严格的组织纪律性

2、严格的训练自觉性

比赛作风方面：1、培养良好的体育道德作风

2、培养勇猛顽强的踢球作风

3、严格的比赛纪律

(二)全面提高队员的基本技术

六年级:为迎接比赛加强训练, 重点:体力方面的训练, 提高射门的准确性, 熟悉战术的运用, 队友之间的配合. 培养团结, 坚强的意志.

四、五、六年级：

1、提高队员的传接球的速度。

2、提高队员的防守能力。

3、提高队员运控球的保险系数。

4、提高队员战术，重点是个人与局部的战术配合。

5、明确个人的攻守职能，进攻防守原则。

6、提高个人战术意识和局部二打一，三打二结合射门能力。

三、四年级：

1、提高队员运控球能力。

2、掌握正确的传接球技术。

3、学习简单的传切配合技术。

(三)主要训练手段：

身体训练手段：克服自身体重的各种跳跃、后退跑、曲线跑等。

技术训练手段：各种个人垫、运、控练习，各种一对一攻守，二三人跑动中传接球配合。

(四)训练主要技术：

踢球：以脚内侧踢球、脚背正面踢球、脚背内侧踢球为主，脚背外侧踢球、脚尖踢球为辅。停球：以脚内侧停球、脚底停球为主，脚背外侧、脚背正面、胸部大腿停球为辅。头顶球：以前额正面、前额侧面顶球为主，介绍鱼跃头顶球。运球：以脚背正面、脚背内侧运球为主，脚背外侧、脚内侧为辅。

(五)战术：

二过一配合：横传直插二过一、横传斜插二过一、踢墙式二过一、回传反切二过一等。

备战期(4--5)月：

第1:认真挖掘有潜力的新队员，建设好球队，壮大球队，保证球队的持续发展。

第2: 加强思想工作，让其明白锻炼的必要性以及为校争光的荣誉感，使之有意主动投入。

第3: 注重球队作风建设，严抓纪律，认真做好考勤工作，建立奖罚机制，调动学生训练的积极性。

第4: 本学期的训练工作主要是围绕着培养足球技术，基本功，提高身体素质，提高足球的整体水平。

断提高，取得优异成绩，为学校社会培养更多的足球人才。

比赛期(5、6月份):

选择合适的对手进行各类比赛。

参加市中小学生足球比赛，打出好的成绩。

进一步巩固和提高训练水平，改进技战术上存在的主要弱点。

加强思想教育和心理训练，保证充分发挥身体、技战术训练水平。

休整期(7—8月份):

积极性休息，消除疲劳，积蓄力量更好地迎接下一年的训练。

1、进行积极性休息。

2、保持一定的训练水平，安排强度不大的技术练习。

3、总结经验，准备好队伍调整工作，做好新的训练准备工作。

冬训期(9--12月份):

1:提高队员训练作风,比赛作风,严格纪律性.培养良好体育道德作风,严格训练质量.

速度所需要的肌肉力量.c.提高完成各种技术动作所需要的灵敏协调能力.

3:全面提高学生的基本技术(重点传,接技术)逐步发展学生个人技术特长.a.提高活动中控球能力.b.

正确掌握传接球技术.c.提高技术运用能力.d.注意发现学生特点加以培养.

个人战术意识和局部2对1,3对2能力.c.确定基本阵容,初步形成3-2-1全攻全守的基本打法.

积极主动的投入到训练中。

六、训练分段:

a□低年级部: (3-4) 年级

a□培养低年级学生对足球运动的兴趣;

b□培养和发展球感和控制球基本能力;

c□学习基本的运、传、接、射门等技术动;

d□培养正确的跑、跳技术,发展身体动作的柔韧性、协调性、灵敏性和平衡能力;

b□高年级: (5—6) 年级

a□进一步提高高年级学生对足球运动的兴趣和爱好；

b□继续熟悉球性和控运球基本技术；

c□学习与掌握比赛相关的技术：运、传、接、射、抢和头顶球技术；

技巧转化，逐步培养能在对抗局面下控制球和运用攻守的能力

(10月份参加比赛)

训练时间为：

每天下午：上午6：40-7：30

下午3：40-4：30

初中篮球教学计划进度表篇五

男生表现欲强，女生，可选择一些柔韧性强的运动项目，提高她们的运动兴趣；还有升学测试，运动量、运动强度要大。

本学期教学最关键的还是学生中考体育项目的辅导，如何使学生掌握好中考项目的正确运动技术以及挖掘出学生的运动潜力是这学期体育教学的重中之重。

- 1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学到的知识。并不断巩固和提高。
- 2、进一步增强体质，特别是柔韧素质和弹跳素质以及速度的爆发能力。
- 3、通过体育锻炼，培养集体主义精神，进行爱国主义教育，

增强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

1、重点是必考项目：男：1000米，女：800米成绩的提高。以及立定跳远、男生引体向上、女生仰卧起坐。

2、难点是男生的坐位体前屈

初三学生面临中考，今年中考由去年的45分上升到60分，所以在本学期应以学生的身体素质训练和中考测试内容为主，多给学生运动空间，加强学生的自我锻炼意识，在课堂应改进教学方法，充分发挥学生的主动性和积极性。增强课堂气氛，使学生有目标的去学习、去锻炼。

定期测试，制定科学合理的教学计划。

开学第一周对学生的体质进行测试，让学生了解自己的身体状况，激励学生在以后的练习中更加努力。另外通过学生的体育成绩了解到学生运动能力的弱项，制定以后的教学内容，强化训练。在四月初进行一次测试，培养学生的考试习惯，总结前面教师的教和学生学结果，为后期到考试期间体育训练计划内容做一个好的依据。

1：随着学生身体和年龄的增长，可多采用一些对抗性的游戏。

2：初中生对抗性强，可采用一些教学比赛，以增强学生锻炼身体效果。

3：因材施教，分组时采用根据身高分组或按身体素质分组，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

第六周——第七周：立定跳远教学以及测试工作

第八周——第九周：坐位体前屈的辅导训练

第十周——第十一周：仰卧起坐的练习

第十二周——第十三周：中考项目混合测试与个别学生的加强指导

第十四周——第十八周：中考体育测试结束后的体育创新教学与期末测试

遇五一假期或意外天气情况有关教学进度和教学内容可灵活临时调整，采取室内教学的方式等。

2、加强对偏科学生的训练，对偏科的学生进行技术上的指导，争取在这些项目有所突破。

认真钻研体育新课改，根据新课改制定新的教学方法，加强与体育教研组各教师之间的沟通和学习，认真备好每一堂的教案。摸清体育中考各项政策，指定科学合理的备考计划，指引学生认真的备战，填报自己所擅长的项目，加强与家长之间的沟通，师生合力打好中考这一仗，争取获得全面胜利。