

# 最新体育个人工作计划表 体育工作计划(汇总9篇)

时间流逝得如此之快，前方等待着我们的的是新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。相信许多人会觉得计划很难写？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 体育个人工作计划表篇一

本学期我继续担任一年级和二年的体育教学工作，针对这个年龄段的学生，我将严格按照学生的心理特征来针对学生的体育教学工作，一年级和二年级的学生本身就是比较小爱玩是他们的天性，所以本学期我将游戏教学引入到课堂上，让学生在玩的过程中学到教学内容。

教学目标：

- 1、一年和二年的学生我将继续让他们进行队列练习，培养好的身体形态。
- 2、每节课都要让游戏进入课堂，让他们对体育课产生浓厚的兴趣。
- 3、进一步增强体质，特别是柔韧素质和力量素质。
- 4、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。

教学重点：

- 1、培养好的身体形态和运动技能。

2、二年级的体育教学的重点主要侧重于投掷和跳跃，所以在教学活动中要有意识的进行投掷方面和跳跃项目的'练习，譬如投准投远练习和跳上跳下练习。

教学难点：

针对一年级学生的特点，培养他们的耐久度，和艰苦训练的精神。

二年级的体育教学内容，改变了从开始就以运动技术体系为目标，每个教材内容都为运动技术的发展打基础的写法，而是以学生为本，选择以发展基本活动能力为主的锻炼活动和游戏。教材内容强调学生的兴趣，并能有效地落实小学体育的目标。具体的教学内容，以游戏为主，分为基本活动和游戏。在基本活动中有一些简单的技术动作，也大都以游戏作为手段和方法进行教学。其中包括：基本活动：排队活动、基本体操（徒手的使用轻器械的）、走、跑、跳跃、投掷、攀爬、跳绳、踢毽子、滚翻、韵律活动（包括简易舞蹈）、自我表现活动等。游戏：奔跑游戏（多种移动、躲闪、急停）、跳跃游戏（各种跳跃等）、投掷游戏（各种挥动、抛掷等）和小球类游戏等。这些内容强调“活动”，所有教材内容均以示例性为主，教师都可以自行选择和组合，创造性地进行教学。

每课2课时，

教学措施：

在教学过程中教师积极引导，充分发挥学生的主体作用。让学生在玩的过程中主动学习、主动探索，培养学生的自学、自练、自评的能力。多采用情景法主题法进行教学，让学生乐于其中。

注意事项：

- 1: 年龄普遍较小，多采用游戏
- 2: 小学生好胜心强，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，以增强学生的自信心，在运动中享受到锻炼的乐趣。

## 体育个人工作计划表篇二

以“健康第一”为宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口，以科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，建立完善科学的管理体系，深化体育教学改革，全面推进素质教育。加强体育课改教研活动，努力施行新课程标准，用新的理念来强化教育教学活动，从学生的兴趣出发，培养学生勤于锻炼的良好习惯，使学生身心得到和谐地发展。做好国家学生体质健康测试工作，培养全面发展的学生。

### 一、工作要求：

#### 1、认真学习，转变观念，力求创新。

认真学习强化新课程标准，加深对课改工作的认识，在工作中积极实施课改要求，转变观念，用现代教育教学的新理念来指导体育工作，用创新的思维，改革课堂教学的模式，从学生的认知特点和兴趣爱好为出发点，培养学生终身锻炼的好习惯。

#### 2、依照新课程标准，搞好体育课改活动。

要全面开展体育课改活动。在体育课中要有新的理念，要有创新意识，在上好平时课的前提下，体育教师要在体育健康课上，力求有创意，逐步使我校的体育课正规化。同时让学生在体育课中得到锻炼，身心得到和谐地发展。

### 3、对学生进行正确的课堂评价。

正确评价学生能提高学生对活动的积极性，根据小学生的心理特点，在体育课堂教学中，对学生进行正确的评价。评价还要从学生的自身条件出发，因材施教，提高学生积极参加、主动参与体育活动兴趣。

### 4、抓好“课间操”“课外体育活动、大课间活动”积极贯彻全民健身活动纲要。

学校课间操”“课外体育活动、大课间活动”是反映学生整体面貌的形象“工程”，是学校整体推进素质教育的一个窗口，抓好课间操”“课外体育活动、大课间活动”也是学校管理工作方面的一项重要内容。抓好课间操”“课外体活、大课间活动”更要促进学校的全民健身活动的开展。各班要认真抓好广播操训练工作。

### 5、继续抓好业余训练，争取好成绩：

认真抓好我校业余训练工作。春、冬季是训练的大好时机。为了全面提高我校各运动队的竞技水平，体育组决定对我校各运动队全面选拔和分项强化训练力争在今年的区比赛中取得更好的成绩，为校争光。

### 6、做好国家学生体质健康测试工作

社会发展应以人为本，人的综合素质决定未来社会的发展。一个国家国民体质状况是其综合国力的重要组成部分，从社会发展的总体趋势分析，国民体质的改善与增强是国家经济发展的结果，同时也是社会发展的动力。为此我校要扎实抓好国家学生体质健康测试工作，为了准确反映数据，以体质健康测试为契机促进学校体育工作更上一层楼，应加强平时体育工作的开展，认真上好每一节体育课，为测试做好准备。

## 二、重视体育课安全问题

体育课的安全问题是我们体育教师所必须重视的问题。首先，我们要有强烈的责任心，用满腔的热情去关爱学生，对学生充满爱心。上课前，应认真检查场地器械是否牢固安全；在课堂中，应仔细观察学生的活动情况；在教学中，应加强学生的安全教育，以免发生意想不到的伤害事故。

## 三、具体工作安排：

三月：

- 1、制定学年工作计划
- 2、开展俱乐部训练
- 3、安排教学常规听课
- 4、参加篮球裁判员训练班培训

四月：

- 1、参加开福区中小学篮球比赛
- 2、教研展示课

五月：

- 1、参加开福区中小学田径运动会
- 2、参加开福区阳光体育运动会

六月：

- 1、俱乐部训练展示

## 2、体育测试测评

七月：

### 1、各项资料汇总

九月：

### 1、制定新学期体育教学工作计划

### 2、校队开展常规训练

### 3、学习武术操《旭日东升》

### 3、筹备体质健康达标相关工作

### 4、全校进行学生体质健康测试标准项目训练及测试 十月：

### 1、组织校武术操比赛，并积极准备区赛

### 2、学生体质健康测试成绩统计并上报

十一月：

### 1、校田径运动会

十二月：

### 1、体育教研展示课

### 2、按冬锻计划，各年级各班进行积极开展冬季三项训练活动

20xx年一月：

### 1、做好体育资料的整理

## 2、训练测评总结

### 体育个人工作计划表篇三

新学期的开始，是我们体育部又是一个新的起点，我们本着和上学期一样的工作理念，体育部将继续发扬不怕苦，不怕累的精神，踏实工作，勇于创新，进一步丰富同学们的校园文化生活，努力营造积极向上、健康文明的校园文化气氛，为同学们提供展示体育才华，分享个人的技能特长的平台，让广大的同学们热爱体育、热爱生活、融入一个大集体！以下是体育部的学期计划：

具体工作计划有：

一、九月上旬：做好“迎新生”入校工作，把老师安排体育部份内的工作坚决做好，并积极协助其他部门工作，尽力把每名新生安排到位。刚开始就要做到让新生对本院的学生会感到有责任心、有威望、热情高的目的，让更多的有责任心的新生积极报名学生会。

二、九月下旬十月初：把“学生会纳新”工作做好充分准备，严肃做到“公平、公正、公开”制度，让每位学生感到满意，让每位老师感到满意！

三、十月上旬：为秋季运动会招募体育健儿，在各系各班级间做好宣传，最好做到具体到宿舍，合理安排训练时间，在不影响运动员学习的前提下为运动会做好充分准备，田径运动员采取一星期淘汰一部分的方式，确保运动员质量；并在十月中旬与其它兄弟院系模拟一次运动会。另外，协助各兄弟部门进行太极，健美操，拔河，及各项球类运动的日常训练。为取得优异成绩，为学院争光，我们体育部将全力以赴。

四、十一月上旬：“迎新篮球赛”开赛前积极备战，做好各项准备工作，安排好各场赛事顺序，令每场篮球赛顺利开展，

也要做到“公平、公开、公正”制度，注重安全问题，让“迎新篮球赛”取得圆满成功。

五、十二月上旬：举办“乒乓球羽毛球比赛”、“三人篮球赛”、“趣味运动会”等赛事，争取创新，调动同学们的积极性，让同学们真正“走出宿舍，走进操场”！

六、十二月上旬：“迎新晚会”开展前积极配合其他部门进行宣传，让每位热爱表演、有才艺的学生积极参与晚会中，做好各项准备工作，管理好场内秩序，做好“干干净净的来，干干净净的走”的卫生要求，把每年一度的“迎新晚会”开展的更加精彩，更加辉煌！

七、做到“计划---工作---总结”方案：

通过各项工作的科学准备与计划，做到各个突破。

目的：

同时做到行之有据，事后总结，为今后工作开展积累经验和教训。 具体措施：

在进行各个工作前做好书面计划，工作事后书面总结，使体育部工作资料化。

体育部学干：李x

## 体育个人工作计划表篇四

全面贯彻实施《体育工作条例》，严格执行《体育教学大纲》进一步提高体育管理，体育教学水平，小学体育工作计划。

以《学校体育工作条例》为体育工作的基本法规，以“健康第一”为宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口，以



科学的管理促进学校体育工作全面健康发展，深化教学改革，切实贯彻“以人为本”的原则，培养学生的竞争意识和合作精神，全面提高学生的身体素质。贯彻《小学生体育健康标准》。

1、认真制订学校体育工作计划。

2、按照体育与健康课程标准，认真备好课，上好每堂体育课，保证学生在校每天有一小时的体育活动时间。

3、抓好体育达标的训练和测验工作。

4、认真贯彻和落实《学校体育工作条例》，逐步加以完善。

5、督促各年级认真上好两操两课，做到保质保量，确保学生身心健康成长。

6、积极开展体育竞赛活动；继续抓好学校各运动队的业余运动训练。

7、在体育教学中，以学生为主体，以培养创新精神和实践能力为重点，注重学生的行为习惯和思想品德的养成教育。全面贯彻实施《体育工作条例》，严格执行《体育教学大纲》进一步提高体育管理，体育教学水平。

二月：

(1)制定体育教学计划,学校各项体育管理制度。

(2)组建运动队,制定各队活动计划及管理措施

(3)纠正课间操及眼保健操

(4)日常体育工作

三月：

- (1) 配合中心学校参加泗张镇小学生春季运动会
- (2) 参加中心学校体育教研活动
- (3) 日常体育工作

四月：

- (1) 参加镇学生运动会
- (2) 参加中心校体育教研活动
- (3) 日常体育工作

五月：

- (1) 日常体育工作

六月：

- (1) 做好总结工作，梳理档案
- (2) 日常体育工作

## 体育个人工作计划表篇五

以学生身心发展为本，突出“健康第一”，提高学生身体素质与心理素质，以适应新世纪的社会生产和现代生活对人体的挑战，造就一身心健康的社会主义建设者和接班人，立足于“以人为本，健康第一”的指导思想，培养学生能力，增强体育意识，掌握锻炼方法，养成锻炼习惯为重点，对传统教学模式、教学内容、教学方法进行改革，激发学生兴趣，积极引导培养学生参加体育活动的兴趣与，学习方法和自我锻

炼方法，不断获取保持身心更有效的能力或适宜的方法。

运动参与：具有积极参与体育活动的态度与行为，激发学生在活动中的兴趣，养成自我锻炼的习惯，认真上好体育课。

运动技能：学会技巧（前滚翻、后滚翻、见肘倒立）并学会适应到生活中，发展柔韧性、灵敏、力量、速度等身体素质。

身体健康：在投掷或球类游戏中进行各种挥动，投掷的练习，在奔跑游戏中能顺利完成移动闪躲等要求。

心理健康：正确理解体育活动中与自尊自信的关系，了解体育活动对心理健康的作用。

社会适应能够体验身体活动能和个人活动的区别，按顺序轮流使用运动场地或设备。

重视激发学生和培养学生的运动兴趣，积极地参与体育活动，注意激发学生的学习兴趣。

重视实践能力的培养，让学生掌握动作概念和动作要领，教师的指导在学生的练习过程中进行。

提高学生的心理素质，促进学生的心理健康，通过体育教学的实践活动，来提高学生自尊和自信水平。

全面关注学生的行为表现，关注学生的学习结果的同时，也要关注学生在体育学习过程和他们在学习中的全面表现。

认真备课，上课，提高教学质量，在每堂课前必须认真学习钻研教材，认真备课，在上课时面向全体学生，采用多种教学手段，丰富教学方法。

营造一个有利于学生身心健康的良好环境和氛围。在教学中创设良好的教学环境。

教育方法得当，尊重学生的自尊心，对学生要进行摆事实，讲道理让学生充分认识自己的错误。

丰富教学手段与方法，明确教学目标，做好课内外体育锻炼的结合的各项工作。加强教学研究，不断总结教学经验，积累资料，探索资料，提高自身的专业素质。

要加强学生注意方面的练习，大部分学生已经掌握了一些体育健康课堂中所常见的体育术语，如向前看、向右看齐、报数、半面向左右看齐等，并能准确的做出各个术语所要求的动作与行为，有些学生由于缺乏体育基础，身体素质差，在课堂学习活动中感到困难较大，尽管很努力，也很难跟上教学要求，得不到好成绩，这是造成现在大部分学生的体质得不到普遍提高的不可忽视的实际情况。

1、本套教材是以指导身体锻炼实践活动为主，同时充分发挥体育与健康课程的功能，促进学生的身体健康和心理健康。教学内容体现了《体育与健康课程标准（实验稿）》中的运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个方面的内容。通过体育锻炼，既重视对促进学生身体、心理、社会适应能力全面发展的教育作用，又重视了运动项目的文化性，同时编写了部分与体育有关的健康教育的内容。

## 体育个人工作计划表篇六

新学期，我区体育学科教研工作将继续围绕教研室的中心工作，认真做好教学研究、指导和服务，深入研究课堂实施过程中出现的新问题、新情况；积极开展课题研究，以构建有效课堂教学为重点，扎实有效地开展多种形式教研活动，充分发挥骨干教师的引领和辐射作用，促进教师、学生共同发展。

1. 认真做好每周二下校帮教、周三固定下校听课调研活动、周四学科教师教研活动，对帮扶学校、听课调研学校的教师

进行全面服务、指导、考核。

2. 开展各项教研活动，继续发挥骨干教师作用，加大对青年教师的培养力度。充分利用网络平台，为教师搭建和提供互相交流和学习的空间，鼓励教师撰写教育博客，加强教师多向交流。

3. 充分发挥课题组的资源优势，开展课教学课题研究工作，充分调动教师参与课题研究的积极性，将课题研究落到实处，解决实际问题，把课题的管理和指导工作做得扎实、有效。

4. 加强自我研修，不断学习新知识，不断提高自己的专业素养与理论水平；认真做好听课评析、案例反思，强化“服务、指导、示范”的意识。认真做好并完成教科所其他工作的安排。

二月份：

拟定体育学科全年工作计划与安排。

三月份：

1. 召开新学期教研组长会，布置学期教学工作；

2. 送课下乡；

3. 开展课题组活动。

4. 完成对20xx年新招聘教师业务考核，评定教师的专业水平。

四月份：

1. 下到学校进行调研，与教师一起研究教学中的问题；

2. 教学展示与研讨；

3、下校听课，帮扶教研活动。

五月份：

1. 课题研讨，教学经验交流；

2. 组织教师送课下乡；

3、组织期末总复习教研活动；

4、下校听课，帮扶教研活动

六月份：

1. 开展优质课观摩研讨交流活动；

2、课题学校阶段性总结；

3. 本学期体育学科教研工作总结；

七月份：

协助做好评选年会论文工作。

## **体育个人工作计划表篇七**

新的一学期开始了，作为工作在第一线的我，为了使教学过程中的体育课开展得有条有理，使学生创新的学习方式有所进展，为此拟定了本学期的体育教学工作计划如下：

1、学生情景：八年级一班有43名学生。除每个班有1-2名特殊病生，不能从事体育运动锻炼外，其余学生都健康，都能从事体育运动锻炼。

2、技能情景：本年级学生大部分都喜欢跑、跳、投、和球类

等体育活动。可是动作的协调性，连贯性，合理性，规律性还有待于逐渐提高。

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，学生的实际情景。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。

- 1、使学生能够根据自我的身体情景，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、技巧、球类等项目的的基本技术和基本技巧，进一步提高每一位学生的本事。

- 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。

- 1、认真备课，上课。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、抓好田径运动员训练工作，为本学期区级运动会做好准备。

- 3、开展好班级的体育活动，做好篮球、立定跳远、跳绳、仰卧起坐等体育项目的指导。

- 4、写课后反思，心得，总结等理论。

- 5、进行备课，说课，听课，评课，团体备课等活动。

1、抓好八年级学生整体身体素质及基本技术的提高。(立定跳远、篮球、100米等)。

2、充分利用好两操对学生进行耐力训练。

3、不断改善教育教学方法，激发学生锻炼身体的积极性，培养他们的兴趣，根据学生的实际情景，进行不一样层次练习，建立互帮，互学，相互鼓励地共同提高的团体。

4、对学困生，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。充分激发他向上的动力。

5、及时掌握学生学习情景，提出新目标，新要求。

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，相互帮忙，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、积极积极向上的精神风貌。

## 体育个人工作计划表篇八

本学期在学校领导的领导下，体育科组将认真学习和贯彻《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》关于“强化体育课和课外体育锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健”的决定，以学校体育“提高学生体质健康水平、提高学生运动技能和培养健全人格”三位一体的目标为指引，以提高教学质量为中心，强力推进以高效课堂工程建设为核心的新一轮体育与健康课程教学改革，努力开创学校体育教育新局面。



切实贯彻“健康第一”的指导思想。积极开展各项教学研究活动，加强学科研究与实践，提高教师教育教学能力。以《国家学生体质健康标准》为基础，开展娱乐体育教学、重点提高课堂教学质量，严抓课堂纪律，以学生为主体。

大力推进素质教育，切实做到教书育人、以德育人、以体育人，促进学生德、智、体全面发展。培养学生的学习兴趣与积极性，提高学生的学习效果和锻炼效果，并通过与课外活动与专题讲座相结合，抓好《国家学生体质健康标准》达标工作，力求增强学生体质，提高运动水平，把学校的体育教学、课外活动、课余训练工作推上一个新台阶。

## 二、工作目标：

按课程标准的要求，面向全体学生，努力提高课堂教学质量，严抓课堂纪律，活跃课堂气氛，促进学生身心全面发展，认真制订教学计划，上好每一节课。采用丰富多样的教材，教学中要注意学生的掌握情况，力求每位学生都学有所成，掌握科学的锻炼方法，提高自我锻炼的能力。

继续开展科组专题研究，充分发挥备课组的作用，不断探索新的教学方法与思路，丰富教学方法，提高教师的教研水平，并通过教研活动，撰写教学论文，提高科研水平。加强基础教育，改进教学模式，力求教学创新。认真贯彻落实教育教学法规和体育工作条例，争取出新成果。搞好体育特色学校特色项目的教学和课外活动，真正使篮球和田径项目成为我校的特色。搞好达标测试，争取95%以上同学能达合格标准。

## 三、工作重点：

- 1、认真贯彻和落实体育工作条例，健全各种规章制度和整改措施，加强体育工作的规范化管理。
- 2、加强教师基本功的培训。

- 3、充分发挥骨干教师的模范作用，使我校的体育工作在原有的基础上再有创新。
- 4、建立和健全我校体育工作管理档案，使我校的体育管理工作更加规范化，制度化。
- 5、认真学习新课标，刻苦钻研教材，加强和提高教师工作能力和教学水平，在教学中有所创新。
- 6、加强广播操和眼保健操的指导与管理工作，使我校的二操质量有进一步提升。
- 7、加强学校体育第二课堂兴趣小组、高考训练队的培训和管理工作。
- 8、加强课外活动的管理工作，确保学生每天一小时的体育活动时间。
- 9、认真抓好各年级的达标测试，并做好数据上传工作。
- 10、积极开展群众性的单项比赛活动，提高广大师生的全民健身意识。
- 11、组织召开学校田径运动会。

## 体育个人工作计划表篇九

20xx年上半年已经走过，宿管部各方面的工作都取得了一定的成就，成功举办了第二届校园宿舍文化艺术节，丰富了同学们的宿舍生活，真正做到让宿舍成为同学们和谐温馨的家。本学期宿管部的工作安排如下：

配合学生工作处宿管会刘老师做好宿舍迎新工作，负责在各栋宿舍前发放钥匙及引导新生，让新生尽快熟悉和适应宿舍

环境。

新的学期开始，大部分的同学都搬换了寝室，为此我们会在军训结束之前把所有宿舍花名册统计出来，以便宿管部、女生部及治保部工作的开展。

在新生军训期间，我们会组织好成员去各个寝室进行宣传，让他们了解我们在宿舍的工作，为后面的招新奠定基础，真正做到“公平、公正、公开”。同时尽快挖掘和培养一批有能力，有素质的新干部为即将到来的学生会增补做好准备。

1、继续落实抽查和月检制度，严格执行卫生检查制度。

2、加强对生活组成员素质的培养，将部门的宗旨真正的贯彻下去，在同学们心中树立良好的形象。

3、加大对宿舍卫生的宣传力度，让同学们自己主动、认真的去搞好自己的宿舍卫生，同时我们会把奖励制度宣传开。

1、加大安全知识的宣传，提高同学们安全意识安全和消防安全，尤其是财产和消防。

2、建立特殊情况应急措施，如遇到紧急停电、燃放焰火、下雪等可能导致群体起哄、甚至骚乱的紧急情况，各层长要在第一时间赶到事发地点，安全组全体成员立即到各层、各栋控制局面，并阻止大量人员聚集。

3、针对上学期安全人员不够的情况，我部将重新组建安全组，增强安全组的力量，特别是针对晚上11点熄灯之后大吵大闹、点蜡烛、酗酒等违纪情况，为同学们营造一个良好的休息环境。

4、加强与其他部门工作的联系，及时把工作协调好，提高工作效率。

2、减少报表人数和时间，努力提高做表效率。

3、把寝室的卫生，违纪等整体表现结合起来，评出一全面的分数，并将其进行月评，评出每月前五十名的寝室，公布于男女生宿舍的黑板，以鼓励同学们继续搞好卫生。

4、争取做到报表0误差，签名责任制

只要你心里有家这个概念，我想我们的宿舍将会变得更加的和谐、温馨、充满活力。手牵手，心连心让我们的宿舍永远年轻，让这个家永远留在你的心里。

xx院学生会宿管部

有关体育的开题报告

大学体育委员工作计划

高中体育教研组工作计划