

最新体育学科学期计划(通用5篇)

在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

体育学科学期计划篇一

今年我是高二一班，景中的实验班是景中的重点也是景中的希望，因此我觉得担子很重，特制定以下工作计划：

班级管理要科学化，育人工作要高效化，这是每个有事业心的班主任所追求的目标。首先，班主任要高度认识德育工作的重要意义，它是激发自己努力工作的内驱力。其次，班主任要认识到“德育为首”的重要性。再次，德育作用于集体、集体又作用于德育，决不是“单打一”，而应是“合打一”。这样想，这样做，才能取得德育的效应。特制订班主任工作计划如下：

一、思想情况

1、多与家长沟通，争取更多的家长的理解与支持。要让他们明白家庭教育的重要性，要让家长们与我们既同心，又同步。部分学生不懂事是其一，部分家长不支持也是其一。一定要通过家长，让学生在家也养成良好的学习习惯。

2、长期的沟通了解本班的部分相对比较调皮、较缺上进心，自制能力差，时常不能控制自己的学生。首先要调整好心态，使自己情绪稳定，充满激情、爱心地投入到工作中去。要增加耐心，减少冲动。多与学生私下谈心交流，珍惜学生对自己的依赖。

二、工作目标

1. 争取期末被评为先进班集体。
2. 全班团结一致，遵守学校规章制度。
3. 形成勤奋好学，积极向上的班风，学习成绩保持第一。

三、主要工作

- 1、第一周召开班委会议，明确具体分工，并听取班干部的班级建设计划，使班委工作正式运作。
- 2、第二周调整部分学生座位，使学习小组达到最优化组合，均衡力量，建立帮扶。
- 3、及时调整值日安排表，加强值日组长职责，确保各块卫生干净整洁。
- 4、及时进行班风校纪的教育，以常规管理为载体，规范学生的各项管理要求，重申学校各方面的要求，防患未然。
- 5、开展礼仪教育和人文素质教育，从学生的吃穿住行等方面入手，养成良好的习惯，同时进一步优化人文素质环境，增强集体凝聚力。
- 6、开展法制监督员值日活动。让每一位同学成为沟通老师和学生的纽带，带头做好老师布置的各项工作。特别是在一些师生之间、同学之间的矛盾化解上起到桥梁和纽带的作用。
- 7、制定适合班级实际情况的各项管理制度，进一步约束同学们的思想行为。
- 8、严格请假制度，坚决杜绝私自外出和随意缺课现象的发生。

9、充分利用考试的杠杆作用，每次考试结束要求每一位学生写出考试的得与失，查找经验与不足，并列出具体的整改计划和下次考试的目标。

10、心理健康教育，增强学生的心理品质，摆正学生的同学交往观念，确保主要精力放到学习上。

总之，希望在上一学期的基础之上，在全体同学的努力之下，我的班级能在各方面都更上一层楼。

同时，班主任不应充当班集体的“保姆”，而应是班级德育工作的组织者。这样班主任应当力争是学生的朋友，同时是各科任老师德育的伙伴，学校领导的参谋。自己在班级管理过程中不断学习，沟通与外界的联系，跟上改革与发展的脚步，树立信心，鼓足勇气，以更好地开展班级管理工作。

体育学科学期计划篇二

跳跃技术的基础知识。

- 1、跳跃运动包括哪些项目？
- 2、最早兴起的跳高姿势是什么姿势？
- 3、跳远技术是由哪几部分组成的？

田径

一、跑

通过学习途中跑和弯道跑，逐步掌握耐久跑的基本知识与基本技术；发展速度、耐力、灵敏、协调等身体素质；培养吃苦耐劳、克服困难、勇往直前等良好品质。

1□a□弓箭步走路20米×2b□高抬腿跑10---15米×2

c□30---50米加速跑d□游戏：听数找朋友。

2□a□学习站立式起跑□b□变速跑：男1000米，女士800米跑。

3□a□学习站立式起跑□b□学习弯道跑技术。

4□a□50米×（2---4）次b□越野跑1200---18000米。

5□a□圆周跳绳接力练习□b□计时跑男1000米，女800米。

6：考核：男：1000米；女：800米。

二、跳跃

通过各种练习基本掌握蹲踞式跳远技术；发展弹跳素质，提高跳跃能力。

1□a□学习蹲踞式跳远。

2、“腾空步”练习。

3：复习“腾空步”技术。

4：学测步点；蹲踞式跳远练习。

5：复习蹲踞式跳远。

6：考核：蹲踞式跳远。

三、投掷

学习原地推铅球技术，通过练习初步了解原地推铅球的动作

要领；发展力量、灵敏等身体素质。

1、学习原地推铅球（以右手为例）。

2、原地对实心球。

3□a□双脚跳跃练习□b□推铅球。

4□a□双人跳起移动练习□b□推铅球练习。

5、考核：原地推铅球。

四、体操：支撑跳跃。

通过支撑跳跃动作的练习，主要提高支撑跳跃基本能力，掌握支撑跳跃的方法，学会保护与帮助，基本掌握屈腿腾越动作技术，发展踏跳能力。

1□a□踏跳、推手练习□b□单手推墙练习。

2□a□跳上成蹲撑，向前挺身跳下□b□蹲撑、抱腿、挺身跳。

3、跳上成跪撑挺身跳下。

4□a□复习（同上）□b□助跑练习。

5、屈腿腾越跳箱。

6、复习（同上）

7、考核：屈腿腾越跳箱。

五、篮球

学习行进间体前变向运球，原地单手肩上传、接球和单手肩上投篮，进一步熟悉球性，提高控制球能力，掌握基本技术。通过各种移动步法的练习，提高学生的协调、灵敏素质；通过教学比赛，巩固已学基本技术。

1□a□复习各种移动步法□b□复习体前变向运球□c□学习体前变向运球。

2□a□复习行进间体前变向运球□b□学习原地单手肩上传接球。

3□a□复习原地单手肩上传接球□b□复习原地肩上传接球。

4□a□复习原地单手肩上投篮□b□学习急起急停。

5□a□学习跨步和转身□b□复习急起和急停。

6□a□复习跨步和转身□b□综合练习。

7、篮球教学比赛。

六、排球

巩固移动、传、垫球技术，改进正面下手发球技术。基本掌握正面上手发球技术，初步了解正面扣球技术。发展力量、速度、灵敏、协调等素质。

1□a□复习移动□b□复习传、接球。

2、学习正面上手发球。

3、复习正面上手发球。

4、发、垫球练习。

体育学科学期计划篇三

一、学习方面：

积极探索素质教育的新途径，配合任课老师，激发学习兴趣，培养竞争意识，有“你追我赶”的比学风格，提高整体水平，使我班班风正，学风浓。每个学生都有考上大学的理想，要想实现自己的理想，必须从高二抓起。作为班主任，我想着重在以下几个方面对学生进行引导：

1、帮助学生做好从高一到高二的过渡。

2、引导学生合理安排各科的学习时间；培养他们的学习自主性。指导他们根据自身特点制订学习计划。对他们进行良好的学习习惯培养互帮互学，共同提高，充分利用周围学生的学科优势，发挥团队作用。

3、是在高二上学期紧张的学习的情况下，抓紧时间多看参考书，多作练习题，为高三打基础，对学习有困难的同学积极的帮助他度过难关。使每个学生将来都能实现自己的理想。

二、思想建设方面：

高二是青少年身心发育的一个重要阶段，极易产生一些心理问题、成绩分化情形大面积产生，作为班主任，首先任务就是要尽快熟悉学生，想方设法缩短与学生的距离，为学生排忧解难，让每一位学生都能快乐成长。要引导好学生的从高二到高三的准备，形成一个好的基础，班主任要善于用心观察，发现问题，及时解决，善于用一切方法来激励先进，力争做好每位学生的思想工作，使他们提高认识，不断上进。大力配合学校政教处、团委会组织开展的各项有益活动。开好每周一次的主题班会；班干部组织，集体参与，进行爱国主义、爱校、爱班教育，培养团队协作意识。

对学生进行艰苦朴素、团互助的教育。本学期本班将配合学校创造“绿色校园”的活动，我准备利用班会时间在班里搞一次“献爱心”活动，并开展“垃圾回收”活动，将所买的款项捐献给家庭困难的同学，帮助他们解决一些困难，在募捐活动中教育学生要树立厉行节约、反对浪费的思想，杜绝同学之间比吃、比穿、比戴等现象。

三、组织建设方面：

建立一支班干部工作团队。班干部是班里的核心，充分调动班干部的积极性是带好整个班级的关键，建立一支班干部工作团队。班干部是班里的核心，充分调动班干部的积极性是带好整个班级的关键，班级干部组建，采取自我推荐，民主选举的方法，使一部分热心为大家服务的同学走上班干的岗位，发挥他们的带头作用，锻炼学生的自我管理能力。所以我要指导好班委会、团支部工作，树立正气，培养班级体的凝聚力，同时要发挥班干部的核心作用，及时研究解决班内存在的 learning 问题、纪律问题、卫生问题及时向我反映情况，营造良好的班风，带领全班同学共同进步。

四、制度建设方面：

规范每一位学生的行为。根据学生实际情况，制定奖惩分明的班级公约；在紧抓学习的同时，行为规范是否做得好直接会影响到整个班级的风气。某种程度上来说，也是对学生个人综合素质的培养。开学以来，我始终要求学生不仅学科成绩要过硬，各个方面都要严格要求自己。本学期我将紧抓行为规范，打造出全方位优秀的学生。对班内的各项工作做好分工，例如：卫生值日责任到人，谁出了问题谁负责，对问题严重的同学进行适当地惩罚。同时同学们之间互相协作、互助性帮助、互相监督，把班里的每件事都做好。

在本学期内，我将尽心尽力作好班主任工作。高二是如此的重要，我已经做好的准备了，我相信在今后的工作中，我可

以做的更好的。前进中总是会遇到各种各样的麻烦，我也是这么想的。毕竟学生都已经长大了，都有自己的想法了，所以我想学生们还是需要持续不断的努力，这样才会做的更好，相信我自己的能力，一定会帮助更多的同学去的很大的进步！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

体育学科学期计划篇四

以新课程标准下的中学体育课程有效教学研究为引领，以深化课堂教学改进计划为抓手，构建学科教学联合体，开展以振兴教育教学问题为本的研究性教育，完善教与学行为，切实有效提高课堂教学质量，使新课程在我校扎实有效的推进。

二、主要工作

继续抓好教研组建设。每周四第一节课全组开展教学研究活动，学习有关教育教学文件，提高和改进教学思想和理念，不断反思和改进教学方法，构建一个和学生平等对话、共同参与教学、共同完成教学目标的崭新教学模式，使教研活动真正落到实处。

重视体育教学常规工作。开学初二至四周重点抓好学生队列和广播操质量，新生一年级学生按照“市教委文件精神”以培养学生学习兴趣为出发点，以愉快的游戏为主体，逐步培养学生体育常规和广播操，用两个月时间让学生学会广播操。

开展好“健身一小时，快乐每一天”的活动。学生上午8：05——8：30广播操和室外活动，下午3：15——3：45开展以班级为单位的室内外体育活动，并排入课表，班主任和体育教师，一起组织学生活动，保证每一位学生每天有一小时体育活动。

积极开展教育教学活动。具体做法是：

- (1) 由校骨干教师引领开设体育教学讲座。
- (2) 主动参与校内外的听课评课活动。
- (3) 积极参加市、区、署和学校的体育教学比赛活动和论文、教案、案例交流评比活动，使我组教师教学水平有进一步的提高。

组建好学校足球篮球乒乓球和田径队的训练比赛工作。

- (1) 足球是我校的特色项目，我们坚持普及及提高相结合。一年级学生每周一节足球课排入课表，让每一位学生喜欢和学会足球。同时，开设各级别的足球兴趣课，不断提高我校学生的足球水平。积极筹备和举办十月在我校举行的足球比赛和接受区“体教”结合的验收工作，使我校的足球工作更上一层楼。
- (2) 田径队从第三周开始进行训练，由四位老师担任教练工作，做到训练认真，争取在十一月的中学生田径比赛中获得较好成绩。

认真开展体育教学研究。体育组确定课题，学期结束撰写论文，并做好学校教育教学资料搜集工作，使我校体育工作有新的进步，新的亮点。

体育学科学期计划篇五

一、班级情况分析：

从细小忽微处要成绩。本班共人。总体来说，本班有如下特点：

建一个良好的班级氛围和环境。

二、奋斗目标：

学期如下奋斗目标。

- 1、进一步完善班级管理建设，提升自我价值，建和谐班级。
- 2、做好各项工作的检查督促，在管理上要严字当头，依靠规章制度，力求科学化、规范化，程序化，不因为学生学习紧张而放松对遵守纪律、做好卫生等工作的要求。
- 3、继续做好安全工作，排查各种不安全因素，把各种不安全因素及早消灭于萌芽之中。
- 4、继续采取抓两头，带中间的办法，以个别谈话为主要工作形式，做尖子生和差生的指导工作。
- 5、培养正确舆论和良好的班风。注意培养正确的集体舆论，善于引导学生对班级生活中一些现象进行议论、评价，形成“好人好事有人夸，不良现象有人抓”的风气。
- 6、遵守到校时间，每周力争全班零迟到记录。

7、认真做好早操和课间操。

8、上课认真听讲，不做与上课无关的事情，集中注意力、减少说闲话的次数，紧跟老师思维、及时记好笔记。

9、各学习小组内的同学相互帮助，共同提高成绩。

10、在和同学的相处中学会宽以待人，懂事明理，同学间自尊自重，互敬互爱。

三、方法与措施：

1、班主任对学生心中有数，任课教师对学生心中有数，纵横比较、探索规律、培养目标心中有数。

2、加强对尖子生的辅导，培养尖子生与差下生相互结合。任课教师、班主任、家长相互结合，取得立体效应。

3、严格遵守作息时间；加强质量意识；以质量求生存，以质量求发展加强训练（如作业量、资料）。

4、突出重点学生，突出重点学科。

5、随时了解学生思想动态，定期召开班委会，学生思想动员会，信息讲座等。

6、坚决实行奖罚。

7、开展各种有意义的教育活动。

8、开好主题班会。总之，我们把教学质量视为学校生命线，促进班级内涵的发展，

培养具有职教特色的中职生，实现学校下达的各项任务目标。