# 2024年中学体育工作计划方案(精选13篇)

来源：网络 作者：梦里寻梅 更新时间：2025-01-06

*为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。以下是小编为大家收集...*

为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。通过制定方案，我们可以有条不紊地进行问题的分析和解决，避免盲目行动和无效努力。以下是小编为大家收集的方案范文，欢迎大家分享阅读。

**中学体育工作计划方案篇一**

一、基本情况：

本学期全校共42个班，其中七年级、八年级、九年级各14个班，男女生人数相差比例很大，女生偏多，绝大多数学生身体健康，无运动技能障碍。学生都喜欢运动，但身体协调性差。学生身体素质中的硬性指标，如速度、力量、耐力、柔韧等素质较差；灵敏、协调等软性指标明显不足。个体发育不均衡，下肢力量尚可，肩部肌肉群力量较差。腰背、腰腹力量有待于大幅度提高。

二、教材分析：

结合本校实际情况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，培养良好的卫生习惯；掌握科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。教材内容有：体育与健康基础知识；田径：跑、跳、投；体操，球类：篮球、足球；身体素质练习。

教材的重点：跑中的快速跑；跳跃中的跨越式跳高；体操中的单杠动作；球类中的控球技术；密集型跑步、国颁操、校本操和大摆臂走。

教材的难点：蹲踞式起跑；跳跃中的起跳环节；球类中的人球结合。

三、教学目标和要求

1、使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方

法，学会一些体育卫生保健和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。熟练掌握眼保健操和新的广播操。

2、初步学习田径、体操、球类等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，感受体育运动的乐趣，体会体育运动的益处，体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。

四、教学措施

1、适时了解、分析学生的学习信息。

2、营造符合学生年龄特征的、有利于学生学习的运动环境。

3、根据学生年龄特征，采用兴趣化和多样化的教法和手段，充分发挥游戏、竞赛的能动作用，让学生在自主游戏中练习，充分体现学生的主体地位。

4、根据学生实际，不断变化练习方式，不断激发学生的练习兴趣。

5、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气勃勃和进取向上的精神，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

五、学生方面：

1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、着装要轻便合体，穿轻便运动鞋上课。不得携带与体育课无

关的首饰、校牌、手机等。

六、德育渗透：

体育活动对于发展学生的适应能力和培养学生良好行为习惯具有独特的作用，在体育教学中应特别注意营造友好、和谐的课堂气氛，有意识的融入德育教育，不仅锻炼学生的意志，更重要的是能培养学生的爱国主义和集体主义精神，培养学生服从组织，遵守纪律，诚实、机智、积极进取的心理品质。

本学期的德育渗透包括在教学的各个环节中：

1、课堂常规：使学生按规办事、做到有规可循。

2、组织教学：培养团结友爱、养成遵守纪律的集体观，培养其具有热爱劳动、爱护公物的良好品质。

3、结合教材内容安排德育内容。

（1）、基础知识里安排激发学生刻苦锻炼自觉性的内容。培养学生的自尊心、自豪感和社会责任感。

（2）、游戏里安排教育学生遵守纪律，公正诚实，积极进取、团结友爱的内容。

（3）、田径安排培养学生顽强的毅力和坚韧不拔等意志品质的内容。

（4）、球类中安排培养团结协作等集体主义精神的内容。

（5）、在体操中安排培养互相帮助的合作意识的内容

总之，在教学过程中要激发学生积极参与体育活动的兴趣，建立终身运动的习惯。

七．大课间

（1）本学期3月份要加强对七年级学生的国颁操和校本操的训练，使七年级学生尽快融入到大课间活动中。

（2）4月1日——15日，进行音乐、体育两科室外有机整合，加强对八年级学生的校本操训练，使七八年级的大课间尽快融为一体。

（3）4月16日——20日，加强七八年级大课间的整合，在近段

时间内按大课间的内容及流程整合完毕。

八．活动。

（1）3月份，加强大课间操密集型跑步的评比与考核。

（2）4月份，按新大课间设计方案进行音乐体育两科室外有机整合，并在4月下旬进行大课间评比。

（3）5月份，篮球赛；中考体育加试。

（4）6月份，学生体质健康标准测试，收集各项数据。

（5）7月份，期末总结。

**中学体育工作计划方案篇二**

1、 我们坚持以“健康第一”为指导思想，以迎接2024年上海特

奥会、2024年北京奥运会和2024年上海世博会为契机，立足校园、面向全体学生，以“学生体育大联赛”、“中小学生课外文体活动工程”、“暑期学校体育活动”等为载体与抓手，制定具体实施方案，扎实推进，稳步实施。依靠少先队、团组织、学生会，结合校园、社区、社会大型体育活动，建立学校指导、学生自我管理的体育活动长效机制。加强学校体育工作，增强学生体质，实施素质教育的一项有效举措，认真组织，抓紧抓好，切实落实学生每天一小时体育活动时间。广泛开展内容丰富、形式多样的群众性体育活动，形成生动活泼、丰富多彩的校园体育氛围。

2、结合学校体育活动安排，实行课内体育教学与课外体育活动

相结合，校园体育建设与社区活动相结合，学校组织倡导与学生社团自主活动相结合，根据学生不同的年龄性别特点和兴趣爱好，实行分类指导，区别对待，不断创新学校群众性健身活动的机制与模式，形成符合自身发展需求，具有自身发展特色的校园体育品牌活动，使学生体育活动真正成为学生的活动，快乐的活动，时尚的活动。要以学生体育活动为载体和抓手，吸引广大学生积极参与，从而锻炼和培养他们强健的体魄、健康的心理、顽强的意志和昂扬的精神，促进素质教育的具体落实和全面推进。

3、 全面实施体质健康评价制度，认真组织学生进行体质健康

测试并认真执行报告制度，为每位学生建立健康档案，并定期公布学生体质健康测试结果。并将体育科目测试成绩作为学生综合素质评价的组成部分，组织实施初中、高中毕业生体育（体育与健身）科目测试工作。

5、广泛开展奥运知识教育，结合2024年在上海举行的世界特奥会、2024年在北京举行的奥运会，通过课程教育、课外和社区活动、志愿者服务等多种形式，积极推进特奥、奥运知识教育。

三月份：1．全校实施“课间跑”活动

2．特奥、奥运知识教育

四月份： 1．高三毕业生体育测试

2．校中学生乒乓球比

3、体育文化比赛（体育论坛、征文、摄影、动漫画）

五月份：1．校初中生三棋比赛

2．初三毕业生体育测试

3．街舞比赛

六月份： 校中小学生篮球比赛

**中学体育工作计划方案篇三**

本学期是我任教的第二个学期，对学生的大体情况有所了解，现将我的教学工作计划列出来：

一、指导思想：

以教研组教学工作计划为依据，认真学习“体育与健康教育”新课标，把“生活教育”的理念全面渗透到新课程实践中，并以学科生活化的“六个特质”全面引领教学工作；切实进行教学手段、组织形式和方法的改革，提高课堂教学质量；认真执行新的课堂教学评价标准；以人为本，追求实效；锻造队伍，夯实基础，提升品位。

二、总体教学目标

1、学生能知道一些科学锻炼身体和评价锻炼效果的基本方法，知道健康的含义和标准，能运用所学知识指导健身活动。

2、能正确地完成本学期所学各项教学内容的基本动作，身体素质和运动综合能力有进一步提高。

3、学生人人能掌握一项球类项目的的技能方法，了解该项目的有关知识，并能自主开展体育锻炼，培养体育实践能力创新精神。

4、能主动参加体育锻炼，乐于参加体育与健康常识的学习，在体育活动中能正确对待胜负，体验成功的乐趣，表现出公正、负责、团结协作的精神。

三、主要工作：

1、认真备课，上好每一堂体育课。突出学生的主体性，提高课堂效率。

2、开展班级活动。本学期将进行班级间的各项体育比赛，如：跳绳比赛、拔河比赛、各种球赛等。

3、完成广播操的教学工作。

4、教学论文、教案的撰写。

四、具体安排：

1、抓好基本素质的提高。（如快速跑、俯卧撑、蛙跳、推小车等）

2、抓好基本技术的练习。（如女生800米、立定跳远、坐位提前屈、台阶试验、50米。）

3、结合阳光体育活动，认真抓好每天一小时的体育锻炼。

4、不断改进教学方法，激发学生对上体育课的兴趣。根据这一情况我进行分层、分组教学。根据考试成绩将学生分成不同层次的小组。（分四组优、良、中、差）以好的学生帮助老师组织、辅导、督促素质较弱的学生进行练习。素质较弱的学生可消除自卑感和心理压力。更能激发学生的积极性和竞争欲望。

5、学生练习一段时间进行模拟考试，及时掌握学生的练习情况，同时将成绩通知学生和班主任，让他们做到心中有数，从而有目的的进行锻炼。

6、根据学生不同情况进行专项练习。

**中学体育工作计划方案篇四**

20xx年春学期体育工作的指导思想:以“三个代表”的重要思想为指导，贯彻科学发展观，以服务为宗旨，以学生能力素质提高为本位，以全国、省、市职教会议精神为指针，以《学校体育工作条例》作为准绳，推进素质教育，大力推进课程模式、结构和内容的改革，推广实施《国家中学生体质健康标准》，开拓进取，努力使学校体育工作再上新台阶。

一、20xx年秋学期体育工作回顾

20xx年秋学期，我们继续推行素质教育方针，统一思想认识，踏踏实实工作，在真抓实干上下真功夫、苦功夫、深功夫，使学校体育工作始终沿着规范化、制度化、科学化的道路前进。

在校长室、教务处的关心指导下，组织学生开展了各项体育活动，在校园内掀起了锻炼的热潮，从各方面提高了学生参加体育锻炼的兴趣。

教学工作上严格规范程序:严格按规定开课;严格规范备课制度;严格执行听课制度;严格贯彻课堂教学常规。每周安排三次以上课外活动，保证学生每天有一小时的活动(含体育课)时间，在课外体育活动上，每周至少一次课在体育教师指导下进行体育锻炼，增强学生的基本体质。

在取得成绩的同时，不得不清醒地看到，目前还或多或少存在不尽人意的现象。体育活动的开展虽能愉悦学生身心，丰富校园文化生活，但同时也需要有纪律的保障。主要体现在学校常规的早锻炼和课间上有部分班级的部分同学还不能达到要求，集合拖沓、队伍不整齐、做操不认真这些现象时有出现，在很大程度上影响了我校学生的整体精神风貌。

二、本学期主要工作及指标:

1、进一步发挥我校体育教研组教师队伍整齐、年轻有活力的优势，认真提高体育教学、体育科研水平。

2、认真组织落实课堂常规教学要求，完善课堂纪律要求，建立具有我校体育工作特色的体育教学。

3、加强组内交流，创造浓厚的体育教研氛围，真正做到以教为乐、以学为乐的体育教研工作。

4、切实提高体育课教学质量，认真开展体育教学试验课、实验课活动。

5、认真完成第三套广播体操《放飞理想》教学，提高两操质量，精心组织校广播操会操比赛。

6、精心组织新春学生足球联赛、排球联赛。

7、认真组织课外体育活动全面提高学生身体素质。

8、认真落实学校运动队建立和训练工作，积极备战宜昌市中学生篮球联赛和宜昌市中学生田径运动会，加强体育人才的辅导，做好体育人才的输送工作。

9、组织9年级毕业班进行体育中考的模拟测试。

**中学体育工作计划方案篇五**

二月份：1、制定教研组计划。

2、学生体协例会。

3、教师制定工作计划。

三月份：1、体育活动课的\'改革。

2、进行初三中考体育的训练工作（由初三年级和体育

组实施）

3、参加青白江区体育教学观摩课

四月份：1、全面开展《国家体育锻炼标准》测试工作

2、组织初学生参加体育升学考试

3、组队参加青白江区中小学生田径运动会

4、组队参加成都市中学生“三好杯”篮球比赛

五月份：1、组队参加四川省中学生艺术体操比赛

2、组队参加成都市中学生田径运动会

六月份：1、全面开展游泳课教学

2、组队参加成都市中学生游泳比赛

3、组队参加成都市中学生足球比赛

4、组织完成全校学生全年体育活动课学分的考核工作

**中学体育工作计划方案篇六**

一、指导思想：

中学体育与健康课不仅要为提高全民族的体质打下良好的基础，更应为中学生的全面发展起到积极的作用。我校的体育工作，以“健康第一”为指导思想，激发学生的运动兴趣，培养学生终身体育的意识，促进学生健康成长。本学期体育教学将以“教育单元”和“个人案例研究”为突破点，努力抓住课堂改革，向学生进行卫生保健教育，增进学生健康，增强学生体质，促进学生德、智、体全面发展。

二、体育工作重点：

1、强化常规教学管理，做好体育课常规教学安排：

(1)抓好体育教师的师德建设。

(2)抓好体育教师的理论学习和业务学习，多方面进行基本功培训。

(3)加强对新大纲和新课程标准的学习。

(4)抓好体育教师的备课和上课，努力创建新的教学模式。

(5)抓好新操(广播操、武术操)的`教授工作，保证课间操的质量。

2、安全教育工作

安全工作，是开展各项教学活动以及校外活动的重中之重。我们的体育教师要有高度的安全防范意识，在活动的策划和实施过程中时时处处提醒自己把安全问题要放在首要位置，由专人负责。确保各种活动都在有安全防护的情况下进行。

3、认真制定各项教学计划

根据学年总课时数、学习的重点、难点和学生的实际水平制定合理的学年教学计划、教学进度计划、教学进度安排表和课时计划。有计划、高标准的做好《学生体质健康标准》测试、统计、上报工作。一丝不苟地做好各种体育档案资料的整理和管理工作，不断充实，完善体育资料库、资源库、学生成绩数据库、教师个人成长资料库。

4、加强集体备课管理制度、加大教学检查力度。

全体教师要熟悉、掌握教学课标和教材，明确教学目的、任务。根据《课程标准》和各年级学生的实际情况与目标，各教师按年级教学进度安排表计划，提前一周写出设计方案和课时计划并进行集体备课讨论(全员参加)，时间每周五上午教研活动，认真检查教学设计方案、课时计划。查看课后小结，促进各教师学习和提高。

5、加强课外体育工作的开展

本学期计划开展年级广播操及进退场比赛，全面提高学生的做操和进退场质量。开展群众体育活动，加强各项活动的宣传、制定和组织实施。积极开展校各项运动队的训练，精心准备、严格要求、刻苦训练、积极参加各项比赛活动。激励有体育特长和爱好的学生积极参加比赛，为班级、学校及区市争光。

6、加强与政教处、教务处及班主任的联系

在教学与活动中，应加强与政教处、教务处及班主任的联系与沟通。做到尽可能科学的排课，尽可能少的占用学生和其他课的时间，尽可能的相互配合，以最少的时间获得的效果。

7、加强校园体育文化的构建

中学体育组工作计划

**中学体育工作计划方案篇七**

坚持以科学发展观为指导，以国办发〔20xx〕53号《关于进一步加强学校体育工作若干意见的通知》和《江苏省学生体质健康促进条例》的精神为指导，深入贯彻实施(2024版)《义务教育体育与健康课程标准》，全面贯彻实施“江苏省中小学体育与健康课程实施方案”;以促进体育教师专业发展为抓手，推进小学体育与健康课程改革，全面提高我校体育课教学质量，强化体育课和课外锻炼，促进学生身心健康、体魄强健。

二、工作要点

(一)加强教学研究，提高教学质量。

1、组织全校体育教师，进一步开展(2024版)《义务教育体育与健康课程标准》与《江苏省中小学体育与健康课程实施方案》的学习研修活动，采取多种方式引导教师学习，加深对体育与健康课程基本理念、课程目标、课程性质、学习领域、教材内容等方面的理解，深化体育课堂教学改革。加强体育课课型、教学方法、运动负荷的研究，分学段组织公开课研讨，促进我校体育课教学质量的稳步提高。

2、举办体育教师培训，《体锻标准项目教学方法介绍、有效促进学生体质健康研究》、《学校体育教研组建设和体育教师专业发展的途径和要求》等专题研究。积极推进数字化学习，探索体育课“e”学习与网上教研的新形式，新方法，促进网络教研的发展。

3、加强课程体系建设，提升体育课程领导能力，促进体育课程实施的规范化，即严格执行国家课程计划，开足开齐体育课。贯彻全国《中小学体育课堂教学规范与基本质量要求》，积极发挥我校体育教研组的作用，加强日常教学规范的巡视和督查，进一步规范我校体育课教学常规，指导青年教师认真备课、上好每节课，真正提高常态体育课质量，准备片级公开课(秦旭峰、蒋映)。

4、认真组织参加外出培训和区级教研活动，促进小学体育与健康课程改革的深入发展，将改革的着重点放到课堂教学上，提高体育教师教学设计能力，破解难点教材，创新教学方法，推进体育课堂教学研究，提高教学质量。

5、继续推进2024新版《国家学生体质健康标准》的实施，指导各年级认真组织学生，按国家教育部规定的2024年《体锻标准》小学测试项目，进行全面锻炼、适时抽测。并对本校体质健康学生测试数据分析研究，把促进学生体质健康落实到实处。做好创新体质健康测试项目的练习方法与手段，提高课的运动负荷，激发学生体育兴趣，促进学生运动技能与体能同步提高，强化体质测试在学校体育工作中的导向作用，发挥促进学生体质健康的功能。准备迎接(5月份)市级学生体质健康抽查调研工作。

6、整合完善大课间(预计5月区大课间评比活动)，体艺2+1工程，举行潘集小学春季田径运动会(4月)，开展评选潘家小学“校园体育之星”活动(6月)。

(二)优化教师素质，促进教师发展。

7、进一步完善教研组制度化、规范化建设。加强体育教研组校本教研工作，组织指导教研组长积极开展形式多样、具有效果的校本教研活动。

8、继续探索体育教师研讨活动的新形式、新方法，组织开展形式多样的学科教研活动，加快提高体育教师团队的专业素养，有效地促进专兼职体育教师的成长。充分发挥校内名师(胥志东，常州市体育学科带头人。秦旭峰，武进区体育学科带头人。蒋映，武进区体育教师基本功一等奖。)的辐射作用，我校体育教师要积极与小学体育名师工作室合作，促进我校体育教师的快速发展。

9、精心组织我校体育教师课堂教学研讨比赛。教学基本功是教师的基本素养，提高教学基本功是提升教学质量的重要环节，要引导体育教师以比赛为契机，认真学习、参赛，严格要求，夯实教学基本功。真正做到广泛发动，人人参与，普遍提升教学技能水平与全面素质，形成苦练教学基本功的良好氛围，促进课程实施水平的提高。

10、借助体育教师教学研究平台，积极组织我校体育教师参加学术论文评选和投稿。促进教师专业成长，加快我校体育教师教育教学水平，学科素养、科研能力的提高。

(三)加强教育科研，推动体育工作。

11、认真组织2024年的武进区学校体育论文评选，积极参加常州市第三十届学校体育论文报告会，展示潘家小学学校体育研究成果。

12、切实重视加强体育教学研究，指导我校教师撰写教育教学论文，选拔优秀论文，参加教研室举行的优秀论文的评选、各级各类体育教学研究会论文评比活动，以及有关学校体育刊物发表论文。

13、广泛开展学生阳光体育运动，深入贯彻落实国家学生阳光体育运动要求，学校要制订和实施体育课程、大课间(课间操)和课外体育活动一体化的阳光体育运动方案。要创新体育活动内容、方式和载体，增强体育活动的趣味性和吸引力，着力培养学生的体育爱好、运动兴趣和技能特长，养成良好体育锻炼习惯和健康生活方式。

附：2024年上半年学校体育的主要工作安排

1、2024年1月20日举行2024年潘家小学“贺新年”冬季三项赛，1月22日2024年教职工趣味运动会。1月底，组织召开全体体育教师会议，学习相关文件精神和要求，统一认识，进一步明确学校体育工作和体育教研组建设的具体标准、要求。

2、3月中旬，组织观摩武进区小学体育教师基本功竞赛活动。

3、4月中旬，举办潘家小学春季田径运动会。组建新一轮校田径队，并开始训练。参加武进区象围棋比赛。

4、5月，参加常州市少儿象围棋定级升级比赛。参加常州市青少年象围棋比赛。全面贯彻《国家学生体质健康标准》(2024修订版)，认真准备配合省、市做好学生体质健康监测工作。准备武进区大课间评比活动。

5、6月，积极推进体育、艺术2+1工程的实施，进一步完善实施内容、标准和测试的方法。开展评选潘家小学“校园体育之星”活动。参加江苏省少儿象棋比赛(无锡张泾实验小学)。

6、7月，组织参加区健美操、游泳等比赛。

7、研究了解市阳光体育系列竞赛，有条件地参加一些活动。

8、研究市校园体育吉尼斯挑战赛、准备2024年度“常州市校园体育之星”的评选活动和试行潘家小学阳光体育运动校本化专题研究分析。

9、加强体育特色学校建设，积极参加下半年武进区体育特色学校创建。

10、6月份，开展潘家小学学校体育工作和运动队业余训练研讨会。体艺2+1工程工作汇总。

11、6月底，布置暑期集训和召开学校体育工作学期总结会议。

**中学体育工作计划方案篇八**

本学期所教的班级，每个班人数都在40人以上，绝多数学生身体健康，无运动技能障碍。学生都喜欢运动，但身体协调性差，肥胖等，学习动作不协调。学生身体素质中的硬性指标，如速度、力量、耐力、柔韧等素质较差；灵敏、协调等软性指标明显不足。个体发育不均衡，下肢力量尚可，肩部肌肉群力量较差，在此类教材教学是要多加注意。腰背、腰腹力量有待于大幅度提高，这是体育练习成败的关键。

结合本校实际情况，有目的、有计划地进行体育教学工作，传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，培养良好的卫生习惯；掌握科学锻炼身体的基本方法和体育文化知识，在传授中渗透思想道德教育。让每个学生都发展成为德、智、体、美、劳全面发展的好学生。

教材内容有：体育与健康基础知识；田径：跑、跳、投；体操：单杠；球类：篮球、足球；身体素质练习。

教材的难点：蹲踞式起跑；跳跃中的起跳环节；球类中的人球结合。

1、使学生初步认识自己的身体和掌握锻炼身体的简单知识及方法，学会一些体育卫生保健和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。熟练掌握眼保健操和新的广播操。

2、初步学习田径、体操、球类等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展学生素质，提高身体基本活动能力。

3、“以学生为本，健康第一”是我们的目标，在体育游戏中不断地尝试与体验、练习与思考、互学与互评，感受体育运动的乐趣，体会体育运动的益处，体验到战胜困难、获得进步的成功喜悦。

1、适时了解、分析学生的学习信息。

2、营造符合学生年龄特征的、有利于学生学习的运动环境。

3、根据学生年龄特征，采用兴趣化和多样化的教法和手段，充分发挥游戏、竞赛的能动作用，让学生在自主游戏中练习，充分体现学生的主体地位。

4、根据学生实际，不断变化练习方式，不断激发学生的练习兴趣。

5、发展学生个性，培养勇敢、顽强、朝气勃勃和积极向上的精神，启迪思维，培养学生的主动性、创造性。

1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课。积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、着装要轻便合体，穿轻便运动鞋上课。不得携带与体育课无关的首饰、校牌、手机等。

体育活动对于发展学生的适应能力具有独特的作用，在体育教学中应特别注意营造友好、和谐的课堂气氛，有意识的融入德育教育，不仅锻炼学生的意志，更重要的是能培养学生的爱国主义和集体主义精神，培养学生服从组织，遵守纪律，诚实、机智、积极进取的心理品质。

本学期的德育渗透包括在教学的各个环节中：

1、课堂常规：使学生按规办事、做到有规可循。

2、组织教学：培养团结友爱、养成遵守纪律的集体观，培养其具有热爱劳动、爱护公物的良好品质。

3、结合教材内容安排德育内容。

（1）、基础知识里安排激发学生刻苦锻炼自觉性的内容。培养学生的自尊心、自豪感和社会责任感。

（2）、游戏里安排教育学生遵守纪律，公正诚实，积极进取、团结友爱的内容。

（3）、田径教材安排培养学生顽强的毅力和坚韧不拔等意志品质的内容。

（4）、球类教材中安排培养团结协作等集体主义精神的内容。

（5）、在体操教材中安排培养互相帮助的合作意识的内容

总之，在教学过程中要激发学生积极参与体育活动的兴趣，建立终身运动的习惯。

**中学体育工作计划方案篇九**

作为一个进一步扩大的体育教研组，我们决心讲团结.讲奉献.讲开拓.讲拼搏。在新的学期中，我们加倍努力，为临江高级中学的体育工作和为临江高级中学争创有体育特色学校以及“三星”级学校，作出应有的贡献和成绩。

继续贯彻“关于深入教育改革，全面推进素质教育的决定”，继续实施《学生体质健康标准》，严格执行《学校体育工作条例》，切实落实“健康第一”的办学理念，积极开展教学教研活动，转变教学观念，试运行新课程改革，完善体育课程改革方案，把体育工作做实做好，以“健美操”为窗口，把临江高级中学办成有体育特色的学校。

1、加强师德建设，做到言教身教相结合，继续致力于教研组的组风建设，提高教师的工作热忱，发挥每一个教师的`工作热情，团结、严谨、进取，共同把学校的体育工作做实做好。

2、加强安全防范措施，始终把“安全意识”放在首位，切实做好学校体育的安全工作，确保活动场地设施的完好与安全，确保学生人身安全。

3、继续学习和研究《体育与健康》新教材，认真贯彻体育教学“六认真”细则，坚持相互听课和评课。不断提高教师的义务水平与能力，对新教材加以研究，参与课程改革，结合新教师所学新教法，积极探索教学新思路，以学生为本、以“健康第一”为原则，促使学生养成自我锻炼的习惯，掌握科学锻炼的方法，树立终身锻炼的思想。

4、加强对年青教师的培养，严格要求，树立牢固的专业思想、踏实的工作作风，业务上做到具有良好的观察能力，有一定的组织能力，讲解有表达能力、动作有示范能力、运动队有训练能力、调动学生有激励能力、教学中有创造力、教研有科研能力。年青教师开课一节，相互促进相互提高。

5、加强教研组的科研意识、强化组内科研风气，以科研指导教学、以科研服务教学，解决教学中实际问题，使体育教学更趋于科学化、规范化，抓好课题研究工作，认真收集相关资料，撰写出高质量的文章。

6、继续抓好各项运动队的训练工作，不但提高运动水平，更要加强对学生的道德意志品质的培养，赛出成绩，赛出水平。同时以“健美操”为窗口，把临江高级中学办成有体育特色的学校。

7、积极推动学生体育活动的开展，确保学生每天必要的活动时间（一小时），做好三操两课两活动，落实各年级课外活动时间的组织安排工作，给学生创造一个展现的平台。

高级责任编辑：陈老师阅读：人次

**中学体育工作计划方案篇十**

坚持以“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长，认真地学习和贯彻中央七号文件，培养学生对体育活动的兴趣和爱好，转变教学观念。优化课堂教学结构,使学生身心得到全面健康发展。以学习新课程标准和深化体育课堂教学改革为的切入点；以加强体育教师师德建设，提高教师教学基本功为着力点；以全民健身为指针，以培养学生自觉锻炼身体和培养学生兴趣为目的，以增强学生体质为重点，不断加强与改进学校体育工作。

二、重点工作内容

1.认真贯彻落实《学校体育工作条例》，开足体育课时，上好两课（体育课和体育活动课）两操（眼保健操和大课间活动），保证学生每天一小时体育锻炼时间。

2.加强学习，转变观念，不断提高体育教师的理论水平、教学基本功水平和教育教学科研能力，为深化体育课堂教学改革奠定基础。认真通读课程标准，提高日常课教学质量，保证学生身心健康发展。加强“体教结合”工作，使他们发挥特长，全面发展。积极参加业余进修，定期开展教学研究，学习教学基本要求，上好实践课。

3.认真落实学校的办学指导方针，结合学校特色，努力构建体育教学新模式，实施新策略，提高体育教学工作的水平。

4.加强与改进学校体育课外活动，深化学校第二课堂教学改革，提高学校体育活动的普及率和效果，为学校提高体育运动竞技水平奠定基础，为学校体育事业的发展做出贡献。

5.加强与改进大课间活动训练工作，保持和不断提高学校大课间活动水平，做好早操队伍调整工作，组室人员协调分工，做到队列、跑操，切实保证让学生每天有一小时的体育活动，增强学生体质。进一步改变学生精神面貌。

6.积极创建学校的田径队、篮球队，选拔队员，建立梯队，提高训练水平.

7.听课要求：组长及组员每学期互相听课（不包括外出听课），组里在每学期都要听一定数量的课，并做到课后及时反思及交流。

三、基本要求：

以抓好体育课的教学质量为重点，不断提高教学质量。做到理论与技能实践相结合，课内与课外相结合，使学生掌握基本的体育理论知识，相关的运动技能。从《体育与健康》教材出发，结合《国家体育锻炼标准》，制定符合学生身心特点的体育教学内容。根据场地器材情况合理安排教学计划和进度。不断改进教学方法，积极探索新的教学模式。教学方法手段灵活多样，切实提高教学质量。加强对体育制度的管理，严格执行各项法规、条例。切实抓好《国家体育锻炼标准》的达标工作，使全校学生的达标率逐年提高。

体育教学工作

体育教学是实现学校体育目标的途径之一,对体育教学知识、技术和技能进行选择性的传授,使学生了解体育对于自我完善和延长生命的主要作用。培养学生自我锻炼的兴趣与能力,促进身体协调发展,养成终生锻炼的习惯。体育教学内容包括体育与保健的基本理论知识和经过选择的身体练习。在体育教学过程中保证三个基本阶段(即:教学的准备阶实施阶段、检查与评定阶段)秩序井然、衔接紧密,结合体育教学过程的基本规律与体育教学原则,完成各项教学目标。在每学年或每学期工作目标的基础上,制定实施方案、步骤、时间要求、工作措施等等。

课外活动

课外活动是学校体育教学的补充延伸，是促进和提高体育教学质量不可少的手段。我们要切实组织好课外体育活动，课要列入课表统一组织，统一安排，教务处、德育处、班主任，体育教师齐抓共管，不断提高体育课外活动的质量。定期举行校运动会和广播操比赛，使学生的竞技水平和广播操质量不断提高。利用课余时间组织小型多样的体育比赛，促进学生锻炼的兴趣和积极性，更好的达到提高学生身心发展的目的。

训练队

体育业余训练，参加各种体育比赛，是学校体育的一大组成部分，也是一所学校学生体育技能、身体素质，组织管理能力的体现。为此，学校将逐步建立田径队、球队等运动队，安排教练利用业余时间训练，争取在各类比赛中取得优异成绩。对参加运动队的学生加强管理，班主任老师联系，关心他们的学习和生活以取得班主任老师的支持，防止因训练、比赛等影响他们正常学习和生活，使他们得到全面发展。

教师队伍建设

体育教师队伍是搞好学校体育的关键因素。体育教师要有良好的事业心和责任心，丰富的专业理论知识和较全面的体育技能。要不断学习进修，提高业务水平。积极参加教研组的教科研活动，通过对各类的分析、研讨、学习，努力改进组织教法。平时要认真钻研大纲教材，制定好完整的教学计划，认真备好每一节课，切实完成制定的教学计划。

四、场地设施及后勤保障：

学校将以示范初中为标准，配备器材场地及设施。每年添置器材要根据学校实际情况安排，决不浪费。

附活动安排表

9月（1）七年级推行和落实跑操

（2）检查体育场地和体育器材

（3）组队参加县中学生网球赛

10月（1）筹备和举行校田径运动会

11月（1）开展本组体育公开课、评教活动

（2）筹备和开展七八年级跑操比赛

（3）组队参加县中学生乒乓球比赛

（4）组队参加县中学生羽毛球比赛

12月（1）组队参加市中学生羽毛球比赛

文档为doc格式

**中学体育工作计划方案篇十一**

根据新课标精神，根据我校工作计划，制定体育组工作计划。严格按照中学体育教学常规实施细则;以课程改革为指导，解放思想、转变观念，努力提高教师教育教学水平，注重学生创新意识、自学能力与实践能力的培养。开展教学研讨，从而不断促进教师自身业务素质，树立正确的学校体育教学观，提高教学质量。

二、主要工作思路与目的

1、强化常规教学管理，做好体育常规教学安排

(1)加强备课管理

要求体育教师全面深入地研究把握教材，根据《新课程标准》和学生的实际情况，认真写好每一节课的教案，教案的书写要符合学校要求，并提前一周备出课堂教学设计。

(2)要认真制定学期教学计划

要根据总课时数、学习的重点、难点和学生的实际水平制定合理的学期教学计划、单元教学计划和课时计划。并积极做好体育档案的整理和管理工作。

(3)上好每一堂课，切实提高教学质量

要用新课程的理念指导体育教学，以教师为主导，以学生为主体，注重对学生的个性、创造性和实践能力的培养。使学生在学习中学会求知，学会做人，学会共处，学会发展，更好地贯彻“健康第一”的指导思想，推进课程改革的不断深入。

(4)加大体育教学检查力度，完善教学测评制度

要进一步完善教学检查制度，严格规范教学行为。每周检查备课情况、和上周教学反思，以促进体育教师相互之间的学习和共同提高。

2、开展好教研活动：

(1)根据课程改革精神，认真组织体育教师学习，全面了解，领悟课改精神，实行新课程标准，组织上好体育课。

(2)积极的向学生宣传学校体育活动的重要性，并有计划有组织的开展学校课外体育活动，让学生和教师在课外活动时间里都能动起来达到体育锻炼的效果。使学生和老师都能处在有张有弛的学习与工作状态中。

(3)组织研讨学校运动队的组建与训练，促进校运动队制度的完善与训练的高效性。

(4)继续抓好校广播操的质量。严抓进退场队列队形，加强全校师生对广播操的认识态度。

(5)继续抓好体育课堂常规教学工作。培养学生的运动兴趣，增强学生对体育运动习惯对自身发展重要性的认识。

(6)组织教师开展优质课达标活动及听课评课活动。

(7)充分做好各项运动队工作，制定训练计划，抓好训练，作好比赛前的训练工作。

三、开展好业务学习。

本学期体育组业务学习以“新、老教师携手成长，共同进步”为目标，在专业性学习、主题性学习、研讨性学习三个方面着手学习。

**中学体育工作计划方案篇十二**

20xx年春学校体育工作计划 本着“以人为本，健康第一”的指导思想，力争符合当前教育改革与发展的需要，符合新世纪社会发展的需要，打破传统的桎梏，跳出陈规旧架，尽量与课程标准接轨，全面贯彻有关指导思想。为了更好地完成这学期的教学任务特制定计划如下：

一、指导思想

以教学课标为依据，以新课程方案为准绳，贯彻“以人为本，健康第一，注重实际，培养创新精神”的思想;以为了一切学生全面发展学生体育素养和促进学生身心健康为基本出发点，以为了学生的一切为着眼点，深化教研教改，提高课堂效率，全面提高我校体育与健康的教学质量。

二、教学目标

学校体育健康教育本着以人为本的宗旨，与德智美育相结合，促进身心的全面发展，为培养社会主义建设者和接班人奠定良好基础。

1、进行思想品德的教育培养健康的心理素质：1)进行爱国主义，社会主义，集体主义教育，培养良好的社会公德。

生的主体意识和活泼愉快，积极向上，勇于探索以及克服困难的精神。4)在体育活动中树立顽强拼搏的精神和团结协作的意识，能正确的对侍集体的成与败，具有组织性和良好的人际关系以及胜不骄，败不妥，锲而不舍的意志和作风。

2、全面锻炼学生身体，促进学生身心和谐发展：1)培养学生具有健康体魄，促进身体的正常生长发育和身体素质与运动能力的发展。2)提高学生的生理机，增强对自然和社会的适应能力与对疾病的抵抗能力，3)促进学生身心健康发展增强对挫折的承受力，学会锻炼身体的技能和方法，掌握部分体育项目的基本技术，初步学会运用科学的方法，锻炼身体。

3、学习和掌握体育与健康基础理论和技能和方法：1)使学生了解体育与健康的目的任务，2)掌握体育基础知识，卫生保健知识和青春期自我保护，3)促进学生能力的发展，能初步运用获得的知识、技能锻炼身体，进行自我调控，自我检测和自我评价。

三、教材分析

1、教材是遵循“健康第一，以人为本”的原则，构建了初中体育与健康理论的教学内容新体系。

2、1)特点：a、坚持基础性，b、突出育人性，c、体现灵活性。2)变化：a、版式图文并茂，图文化设计，b、内容编辑主辅化，c、项目分类化，d、理论知识通俗化。

康第一为指导思想，以学生为主体，体现改革精神，充分发挥体育与健康教学的综合功能。教材面向全体学生，使学生身心两方面协调发展，充实反应了国内外体育与健康研究最新成果的内容，让学生在各自的基础上生动活泼一发展，使每学生的个性和特长得以充分的发挥，另外，新教材在注重加强身体锻炼的同时，大量充实扩展了体育与健康方面的基础理论和相关教学内容。

四、基本情况分析

1、学生情况：1)学生身体素质比较差，大部分没有进行

过规范的体育课学习，组织纪律、行为习惯均待形成和规范。2)是人一生身心发展趋向成熟的转折时期，身体形态和生理机能将进入发育的高峰时期，生理和心理方面出现许多前所未有的变化。3)这阶段促进身心健康最有效、最积极的手段就是体育锻炼。体育锻炼不仅可以使之获得健康的身体，增强体力和脑力活动的能力，使你获得心理的满足和心理素质与社会适应能力的提高，促进身心健康发展。

五、具体措施

1、认真钻研教材，深入领会有关精神，全面考查本校的实践，从实践出发，认真制订好各项计划。

2、坚持集体备课，并结合网络备课，使教研教改深入化，经常化，落到实处。

一堂课，切实搞好“形成”教育。

4、搞好群众性体育活动和娱乐体育活动。

5、认真搞好体育训练工作，做到有组织，有方法，有计划，有成果，更要有队伍的连续性。

6、以课堂改革为锲机，加强业务学习，提高教研教改水平，搞好课堂常规教学工作，坚持每天60分钟的业务学习。坚持教研教改，重点改进教法，改善学法，并积极撰写论文，总结经验，运用利用现代信息技术推广使用优秀的教学法。

总之：全面锻炼学生身体，促进学生身心发展，使学生学习和掌握体育与健康的基础知识，技能和方法，认真对学生进行思品教育，培养健康的心理素养，培养创造性创新人才，贯彻现行的\'教育思想，搞好教研教改，使本校体育教学严谨高效，打造体育新品牌。

**中学体育工作计划方案篇十三**

一、指导思想：

体育教研组将进一步树立“健康第一”指导思想，以学校本学期工作目标为导向，求真务实，切实落实。认真完成学校安排的各项工作，推动学校体育工作有效高质的深入开展。

二、工作任务：

（一）加强教育教学的学习与研究。

计划制订，制订好本学期的教学计划、课时计划和大课间活动内容，为课堂教学和大课间的有序进行做好准备。备课，以年级为单位进一步完善学校的资源化、个性化的备课方式，开展分工合作备课，专人进行电子教案的上传，构建学校体育教案的资源库。其他教师参考资源库撰写个性化的备课教案。学校组织人员定时或不定时地对备课情况开展检查督导展览活动。

课堂观察，每位教师在本学期内听课达15节以上，主任听课25节以上。听课形式有互相约定式听课、学校随堂听课和学校组织的听课相结合。

（二）爱生敬业，自觉遵守教师职业道德。

自觉遵守体育教育教学法规，课上严禁体罚和变相体罚学生。加强安全防范意识，注重课堂教学安全，继续执行上学期的按地区分块的形式上课。低中高年级分开按片教学，避免班级间教学的互相干扰。

对学生进行科学评价，注重过程性评价与终极性评价的结合，平时对学生表现做好记载，及时公布考核项目与标准，调动学生锻炼身体的自觉性。对困难生主动关爱，评价时适当做到过程重于结果，给他们以希望。加强学生的体质监视，认真做好学生体质测试工作。

（三）完善晨跑与大课间活动。

做好对晨跑与大课间活动的指导与监控，及时记载各班活动的开展情况，充分准备，迎接区大课间活动的评比活动。

（四）加大学校体育课余训练的力度，争创优异成绩。严格制定训练计划，团结协作搞好学校体育课余训练。

积极做好准备，群策群力，争取在以后比赛中创造更好的运动成绩。田径训练队

（五）进一步做好《国家学生体质健康标准》实施工作。

按照局要求认真完成数据的报送工作，做到部署到位，工作责任到人，把工作落实到人，专人负责，确保报送数据的真实性、准确性。

（六）做好器材管理。

有标准,有计划地配置器材、设备等，落实场地、器材、设备的管理制度,做到器材有借有还的制度，确保其最大的使用率和安全性。

三、本学期体育工作安排

三月份

1、根据学校工作精神制订本学期各类体育工作计划。

2、田径队开始训练

3、组建学校乒乓球队与篮球队，并开始训练。

4、晨跑、大课间从第二周起正常活动。

四月份

1、开展体育组教研活动。

2、体育大课间继续推行。

3、备战初三体育中考。

4、体育晨跑、大课间继续推行并反馈。

5、两支校队继续训练，注重训练质量。

6、体育教师基本功之队列教学。

五月份

1、体育大课间继续推行。

2、学校教研话题研讨活动：如何听课？

3、开展体育组专题构建活动的研讨。

4、体育教师基本功之技巧教学

五月份

1、开展体育组专题构建活动的研讨。

2、体育大课间继续推行。

4、备战足球比赛。

5、体育教师基本功之教学。

六月份

1、认真做好对学生期末的成绩测试和登记工作。

2、做好器材归类报修添置工作。

3、认真做好期末的各项成果汇总工作。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn