# 最新一年级体育教学工作计划第一学期(通用13篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-08-06

*计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。计划为我们提供了一个清晰的方向，帮助我们更好地组织和管理时间、资源和任务。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来了解一下吧。...*

计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。计划为我们提供了一个清晰的方向，帮助我们更好地组织和管理时间、资源和任务。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来了解一下吧。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇一**

新的学期开始了，为了开展良好的教学工作，进行有步骤的教学，顺利完成本学期的教学任务，根据学校工作安排，特制行本学期的教学计划。

1、全面锻炼，努力增强学生的体质。

2、学习基础知识，学会科学的方法锻炼身体，以创新的精神和实践能力的培养为重点，引导学生建立新的学习方式。

一年级有四个班，学生约200余人，年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，自控能力不强，组织纪律能维持。但他们活泼好动，非常乐意参加体育活动和上体育课，通过上一学期的学习，对队列的有关动作掌握的较好，本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，积极学习，使学生在德、智、体、美、劳储方面都能得到发展和提高。

本学期一年级体育内容有走、跑、跳、体操及游戏等内容，以游戏为主，将其他内容穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还学到了简单的体育知识。

1、教材的重点是以、游戏教材，应突出课堂上练的教学方法，难点是队列的基本动作，使学生从小就建立正确的动作概念和动作方法，但是对于一年级来说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相帮助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

2、教研专题：本学期的教研专题“体育教学中培养学生创新能力”

3、集体备课、研究课、公开课的内容与时间安排

一至九周 掷轻物

十至十五 快速跑

十六至二十 跳短绳 、 、 、

1、全体学生要积极参加体育锻炼活动，遵守考勤制度，按时上课。

2、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。

3、参加 期中和期终检测，督促学习。

4、采用直观教学方法，精讲多练，搞好“自主、综合、拓展、创新”研究。

5、教师处处以身作则，为人师表。

6、教研专题实验措施：

（1）注重智力因素与非智力因素协调发展，寓教于乐，促进学生全面发展。

（2）加强对实验课题的研究，定期举行听课，评课活动和专题研讨。

1、 学生情况分析：

一年级有学生200余人，他们活泼好好动，非常乐意上体育课，但对体育知识及技能差，自控能力不强，为全面提高学生的整体水平，根据学生的心理特点，本学期应加强培优辐中及后进的转化工作。

2、辅导知识与时间安排：

3、培优、辅中、转差集体措施：

1、因材施教，分类指导。

2、培养优生，能自觉练习，善于动手，动脑的好习惯。

3、要加强学困生的指导，提高他们的技能水平。

4、教师要关心，热爱平等对待每一个学生。

5、教师要定时、定点，加强优生优培辅中转差的辅导。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇二**

1、学生情况

初一年级共十二个班，我所教的班级是6--10班，多数学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况

初一年级女学生喜欢跑、跳、投掷、追逐、跳绳、踢毽子等肌肉活动。但动作则显得僵硬呆板，需在今后的体育活动中进一步锻炼。

根据义务教育初中阶段《中学体育与健康》课程标准以及本校实际情况，以“健康第一”为指导思想，以身体、心理、社会适应的整体健康为课程目标，有目的、有计划地进行教育教学工作，通过传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，完成运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应目标，使每个学生发展成为德、智、体、美、劳动全面发展的好学生。

1、使学生认识自己的身体和掌握锻炼身体的知识及方法，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。

2、学习田径、跳跃、力量、球类等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

3、培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以及勇敢、顽强、胜不骄、败不馁、自觉遵守规则、团结协作等优品质。

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、抓好校运动队的建设和训练工作，为这学期学举办和各类比赛做好充分准备。

3、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。

4、完成广播操的教学工作。

5、教学论文、礁的撰写。

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。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇三**

一引导课体育常识：做早操的好处

1、队列队形;2、游戏；块块集合

二1、基本体操：2、队列：排纵队，横队；

1、基本体操；2、游戏：块块集合；

三1、基本体操；2、游戏：一切行动听指挥

1、复习基本体操；2、游戏：挑战应战

四1、队列；原地转法；2、复习基本体操；

1、技巧；前后滚动；2、游戏：障碍赛跑；

五游戏课：1、端水平衡；2、障碍赛跑；

1、技巧：复习前后滚动；2、游戏：绕木棒接力；

六1、韵律活动；2、走：各种姿势的走；

1、用各种正确姿势的走；2、游戏：迎面接力；

七1、队列：报数；2、复习，各种姿势的`走；

1、韵律活动；2、队列：报数；

八1、技巧：前滚翻；2、游戏：跳垫子游戏；

1、技巧：前滚翻；2、游戏：换物接力；

九1、劳动模仿操；2、游戏：迎面接力；

1、劳动模仿操；2、游戏：换物接力；

十1、队列：齐步走-立定；2、复习劳动模仿操；

游戏课：1、蹦蹦跳跳；2、猎人老虎；

十一1、队列：走圆形；2、十字接力；

1、技巧：立卧撑；2、游戏：换物接力；

十二1、基本体操；2、游戏：“8”字接力；

1、徒手操；2、游戏：改换目标；

十三1、跳小绳；2、游戏：迎面接力跑；

1、走跑交替；2、复习跳小绳；

十四1、走跑练习；2、游戏：跳进去拍人；

1、韵律活动；2、找自己的家；

十五1、跳小绳；2、游戏叫号赛跑；

1、跳双绳；2、游戏：迎面接力

十六1、走跑交替；2、游戏：单脚跳接力；

1、30秒跳小绳；

十七1、技巧：前滚翻；2、游戏：跳垫子游戏；

1、技巧：前滚翻；2、游戏：换物接力；

十八1、队列：齐步走-立定；2、复习劳动模仿操；

游戏课：1、蹦蹦跳跳；2、猎人老虎；

十九游戏课：1、端水平衡；2、障碍赛跑；

1、技巧：复习前后滚动；2、游戏：绕木棒接力；

二十1、跳小绳；2、游戏：迎面接力跑；

1、走跑交替；2、复习跳小绳；

二十一考核

**一年级体育教学工作计划第一学期篇四**

坚持“健康第一”的指导思想，以促进学生健康成长为目标，激发学生运动兴趣，培养他们终身体育的意识。在教学中，重视学生的主体地位，发挥他们的创造力，以学生发展为中心;关注个体差异与不同需求，确保每一位学生受益。

二、教学目标

认真完成教学任务，使学生掌握体育基础知识，基本技能，基本技术。培养学生的兴趣。认真开展研究、教改活动。认真完成校领导安排的各种临时性工作和任务。

三、学生现状分析

初一年级的学生身体发育已进入青春期，心理、生理的发育波动大。男生爱动，喜欢对抗性强的运动项目如：篮球、足球、等项目。而女生则恰恰相反，喜欢娱乐性、柔韧性、游戏性强的项目。从身体素质方面来看男生力量素质差，但是灵活性和反应能力强。女生也是力量差，但是柔韧性好。对于体育与健康理论知识较薄弱，对锻炼方法模糊，不知如何合理的进行体育锻炼。因此，这学期应加强理论与实践的结合，选择多样的教学内容，多通过集体游戏来提高凝聚力，满足学生参与活动和学习的需要。因此要因势利导，培养学生积极参与体育锻炼。

四、加强课堂常规落实、改进教学措施、提高教学质量。

1、常规落实，上课前认真备课，钻研教材，改进教学手段，根据学生的不同差异制定不同的教学手段使每个学生受益。在体育课中，对学生严格要求，加强组织纪律教育，防止各种伤害事故的发生，做到安全第一。

2、体育教学是整个体育工作的中心环节，因此，上好体育课是重中之重，是对学生进行体育教学的重要手段，本学期，我将按照“健康第一”的指导思想，努力探索新课程标准，积极改进自己的授课方式，提高自己的授课水平。在教学中严格贯彻以学生为主体，以教师为主导的教学思想，努力使每一位学生都能积极的上好体育课，学好体育知识，增强体质，使教学质量得到有效的提高。

3、进一步提高课外体育活动和运动竞赛水平，学校的体育工作除体育教学以外，还有课外体育活动和运动竞赛，这两项同样是学校体育工作的重点。课外体育活动是学生非常喜爱的活动形式，它即可以使学生对在体育课上学到的知识进行巩固，又可以发挥自己的能力去学习自己喜欢的运动项目,以保证课外体育活动顺利的开展。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇五**

1、学生情况初一年级共十二个班，我所教的班级是6——10班，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况初一年级女学生喜欢跑、跳、投掷、追逐、跳绳、踢毽子等大肌肉活动。但动作则显得僵硬呆板，需在今后的体育活动中进一步锻炼。

根据义务教育初中阶段《中学体育与健康》课程标准以及本校实际情况，以“健康第一”为指导思想，以身体、心理、社会适应的整体健康为课程目标，有目的、有计划地进行教育教学工作，通过传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，完成运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应目标，使每个学生发展成为德、智、体、美、劳动全面发展的好学生。

1、使学生认识自己的身体和掌握锻炼身体的知识及方法，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。

2、学习田径、跳跃、力量、球类等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

3、培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以及勇敢、顽强、胜不骄、败不馁、自觉遵守规则、团结协作等优品质。

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、抓好校运动队的建设和训练工作，为这学期学举办和各类比赛做好充分准备。

3、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。

4、完成广播操的教学工作。

5、教学论文、教案的撰写。

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

**一年级体育教学工作计划第一学期篇六**

一年级体育基础知识，是依据课程标准中各学习领域“水平一”目标的规定及活动和内容的\'要求，针对学生的接受能力和认知水平而选编的，用以指导学生学会学习和活动实践，它是体育课程教学内容的重要组成部分。

在小学一年级的教学内容中，根据《课程标准》中运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个学习领域“水平一”的活动与内容目标要求，把所编的队形练习、基本体操、走、跑、跳跃、投掷、滚动和滚翻、攀登爬越、韵律活动和简易舞蹈等诸项内容统一归类，称为“基本活动”。这些内容，都是一些最简单的身体基本活动和生活中所需要的实用性技能，没有典型的运动项目。

一年级学生年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，自控能力不强，组织纪律能维持。但他们活泼好动，非常乐意参加体育活动和上体育课，通过上一学期的学习，对队列的有关动作掌握的较好。

1、进一步了解体育课和锻炼身体的好处，知道一些保护身体健康的简单尝试和方法。

2、进一步学会一些基本活动、游戏、韵律活动和舞蹈的方法，发展身体素质和基本活动能力。

3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

1、养成正确的身体坐、立、行姿势。

2、队列和队形练习。

3、小学生广播体操。

4、各种跑、跳、投练习。

培养体育人才，培养学生对体育的兴趣，全面发展人才。培养学生的运动能力，从而促进学生的身心健康发展，发展学生的体能，发展学生各项技能，发展学生速度、耐力、灵敏、协调性等方面的基本能力。

1、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。做好示范和讲解，使学生能有从客观和主观上学习。

2、教学方法具有多样性、灵活性，主要以学生练习为主，教师知识起到指导，纠正学生错误为主，真正以学生为中心。

3、及时进行考评，从学生自评、小组互评、教师总评相结合的方法来评价学生的学习情况。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇七**

本班学生有45人，年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，自控能力不强，组织纪律能维持。但他们活泼好动，非常乐意参加体育活动和上体育课，本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，积极学习，使学生在德、智、体、美、劳储方面都能得到发展和提高。

本学期一年级体育内容有走、跑、跳、体操及游戏等内容，以游戏为主，将其他内容穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还学到了简单的体育知识。教材的重点是游戏教材，应突出课堂上练的教学方法，难点是队列的基本动作，使学生从小就建立正确的动作概念和动作方法，但是对于一年级来说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相帮助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

1、进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

2、进一步学会一些基本运动，游戏，韵律活动和舞蹈的方法发展身体素质和基本活动能力。

3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作

1、养成正确的身体坐、立、行、走姿势。

2、队列和队形动作。

3、各种跑、跳动作。

1、调动全体学生要积极参加体育锻炼活动，按时上课。

2、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。

3、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。做好示范和讲解，使学生能有从客观和主观上学习。

4、教学方法具有多样性、灵活性，主要以学生练习为主，教师知识起到指导，纠正学生错误为主，真正以学生为中心。

5、及时进行考评，从学生自评、小组互评、教师总评相结合的方法来评价学生的学习情况。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇八**

新的学期开始了，本学期我所带的\'是低段的班级，一年级的学生刚入学，年龄较小，接触的东西少，对他们来说什么都是新鲜的，他们都喜欢接受新知识，但是他们的注意力也很容易分散，缺乏耐心，对于一些难度较的知识接受比较慢，特别是对某些协调性要求较强的东西，力量也比较差，男生活泼好动，组织纪律性观念不强，但表现欲强;女生和男生一样活泼，应多以游戏为主，在其中进行组织纪律性教育，养成学生良好的习惯。

小学一年级的教材较为简单，内容主要有：体育基础知识、基本体操、田距的跳跃和投掷(轻物掷远抛接球)、体操(团身前后滚动和前滚翻)、队列练习、走跑练习(30米和50米跑走跑交替)、基本步法练习。内容简单却是最基础的，要让学生从一开始就养成良好的动作习惯，对于难度较的项目，教师在注意安全的前提下应当适当降低动作难度，多加以引导，从学生基础能力开始培养，养成终身体育的好习惯。

教学目标

1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，在锻炼中运用学习新知识，并不断巩固和提高。

2、从基础锻炼做起，进一步增强体质，特别注意培养耐力素质和力量素质。

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。

教学重点：基本队列的练习以及田径的各种走跑跳和投掷动作。

教学难点：学校体操动作。

1、教师认真贯彻小学体育教学纲的精神，精心备课，充分上好每一堂课。

2、小学低年级阶段的教学，要根据低年级学生自制力和理解离较差、情绪变化较，而身心发育快的特点，多采用主题教学、情景教学等方法，充分发挥游戏的作用，激发学生参与体育活动的兴趣。

3、多鼓励新生在课堂上胆做示范，并提出问题，对这方面表现好的同学进行表扬。

4、教学中教师注重培养学生良好的习惯，保证正确的跑走姿势，并对学生及时给予表扬。

5、教师要将学过的知识，有机地穿插到课堂教学中去，以达到提高的目的。积极组织课外活动小组，引导学生提高认识，做到优生优培，差生转化。

6、教师加强各方面学习，提高理论水平，以理论指导实践，虚心向有经验的老教师学习，总结经验教训。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇九**

教学目的：在《大纲》中，明确地规定了小学体育的目的：“通过体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，为提高全民族的的素质奠定基础。” 教学目标 ：

〈1〉进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，

〈2〉知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

〈3〉进一步学会一些基本运动，

〈4〉游戏，

〈7〉遵守纪律，

〈8〉与同学团结合作。

体育课教学常规

体育课教学应丛增强体质出发，加强课堂的“三基”教学经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生各种优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

一、 教师方面：

1、认真备课，精心写好教案，不备课无教案不准上课。

2、认真学习和贯彻教学大纲，钻研教材，明确教材目的与任务，3、掌握教材重点、难点，明确本课的教学任务、为完成任务而采取的教学原则、教学方法，组织措施等。

3、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不准旷课、丢课，因故不能上课必须经学校领导同意，并做好妥善安排。

4、在教学中加强与重视“三基教学”，同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务，掌握教学原则、教学方法的运用。

5、要从增强学生体质出发，根据青少年的心理生理特点及学生的实际情况，科学地安排好、密度和运动量。

6、教师要注意仪表整洁，举止大方，教态严肃、自然、注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装，在上课现场等候上课。

7、认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核和评定，重视资料的积累和保管，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。

8、教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培养和训练工作，使他们真正起到教师助手作用。

9、教学中要有严密的组织纪律，严格的安全保护措施与要求，严防伤害事故的发生一旦发生伤害事故要及时向领导汇报并作好妥善处理。

二、 学生方面：

1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课，注意听讲。

2、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。

3、上体育课，着装要轻便整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，

小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

4、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

5、在课堂上严格执行教师的各项要求，不经允许不得随意移动器材，教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

6、要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

体育教学进度表

周次 起至日期 计划进度

一 8.20~8.24 引导课 体育常识：做早操的好处

1、队列队形;2、游戏;块块集合

二 8.27~8.31 1、基本体操：2、队列：排纵队，横队;

1、基本体操;2、游戏：块块集合;

三 9.3~9.7 1、基本体操;2、游戏：一切行动听指挥

1、复习基本体操;2、游戏：挑战应战

四 9.10~9.14 1、队列;原地转法;2、复习基本体操;

1、技巧;前后滚动;2、游戏：障碍赛跑;

五 9.17~9.21 游戏课：1、端水平衡;2、障碍赛跑;

1、技巧：复习前后滚动;2、游戏：绕木棒接力;

六 9.24~9.28 1、韵律活动;2、走：各种姿势的走;

1、用各种正确姿势的走;2、游戏：迎面接力;

七 10.1~10.5 1、队列：报数;2、复习，各种姿势的走;

1、韵律活动;2、队列：报数;

八 10.8~10.12 1、技巧：前滚翻;2、游戏：跳垫子游戏;

1、技巧：前滚翻;2、游戏：换物接力;

九 10.15~10.19 1、劳动模仿操;2、游戏：迎面接力;

1、劳动模仿操;2、游戏：换物接力;

十一 10.29~11.2 1、队列：走圆形;2、十字接力;

1、技巧：立卧撑;2、游戏：换物接力;

十二 11.5~11.9 1、基本体操;2、游戏：“8”字接力;

1、徒手操;2、游戏：改换目标;

十三 11.12~11.16 1、跳小绳;2、游戏：迎面接力跑;

1、走跑交替;2、复习跳小绳;

十四 11.19~11.23 1、走跑练习;2、游戏：跳进去拍人;

1、韵律活动;2、找自己的家;

十五 11.26~11.30 1、跳小绳;2、游戏叫号赛跑;

1、跳双绳;2、游戏：迎面接力

**一年级体育教学工作计划第一学期篇十**

本学期，为了使每位同学都能通过体育课达到锻炼身体、提高运动技能的目的，并能形成一个自觉参与体育锻炼的意识，为终身体育打下基础，为此我制定了更具体，具有针对性的教学工作计划。

1、坚持学校体育工作的方向，以提高学生整体素质为根本宗旨，注重培养学生的竞争意识、合作精神、坚强毅力，激发学生的创新意识和创新能力。培养学生自主进行体育锻炼的习惯。

2、树立“健康第一”的指导思想，以增强学生体质为目标。

3、加强自身基本功锻炼，围绕体育课堂教学，提高自身素质水平。

4、努力工作，认真完成学校安排的各项工作。

1、认真备课，保证每节课都有内容，都能使学生在很快乐的学习氛围中达到锻炼身体的目的;认真研究教材，改进教学方法，提高体育课教学效果。

2、加强体育课的研究，认真学习新课标，熟读教材，能熟练掌握自己所教班级的教材内容，积极参加教科研活动，积极撰写论文，用理论知识武装自己，做到教学教研齐头并进，克服体育教师在教科研上欠缺的老毛病。

3、充分利用体育场地、器材。在体育课或体育活动前，做好准备工作，检查体育器材的安全性，消除不安全隐患，在活动中加强学生的安全教育和保护，避免出现事故，发现问题及时处理或上报，出现问题，找学校负责领导协商解决。

4、加强学生的健康教育，上好健康课。

5、积极参加学校组织的各种活动，把学校交给的各项工作做好。 总之做好一个体育老师不容易，但是我会努力的，这么多年的工作经验给我提供了极大的帮助，让我知道如何辅导好学生和保持好和学生之间良好的关系。

在以后的工作中我一定会更加的努力工作，不辜负社会、学校、学生家长、学生和自己本人的期望，他们的关注是对我的压力和对我的动力，我相信我做的会更好的。附教学计划：说明：

一、内外堂设置一般根据天气状况来确定。

二、外堂课根据同堂课的器材使用是否冲突，周内或者前后周灵活调整。

三、后三周的内堂课灵活插入本学期的较恶劣天气的体育课中。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇十一**

1、学生情况初一年级学生身体健康活泼，无运动技能障碍。

2、技能情况初一年级女学生喜欢跑、跳、追逐等大肌肉活动，但动作显的僵硬呆板，需在今后的体育活动中进一步锻炼。

1、坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。

2、激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行为。

3、重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。

4、充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每个学生都受益。

1、知道合理安排锻炼时间及其意义，积极参与《体育与健康》课的学习，形成积极的态度和行为。

2、完成和基本掌握本年级选择项目中的知识与简单战术，结合游戏等多种形式获得应用技能，区分安全和不安全的运动行为，发展自学自练和自我保健能力。

3、在小学《体育与健康》课的学习的基础上，通过各种练习手段，发展速度与灵敏、有氧耐力。引导学生关注自己的身体，懂得不良行为对健康的影响，理解体育锻炼对身体形态和机能发展的益处。

4、掌握运动技能的同时使学生了解心理状态对身体健康的影响，在体育活动中初步建立自尊与自信，积极进取，培养坚强意志。

5、建立个人与群体的和谐关系，在体育游戏和比赛中能与同伴合理分配角色，协调配合，共同完成任务。

6、评说比赛和表演。

1、积极参加课外体育活动，懂得体育的锻炼方法。

2、用安全方法进行运动，发展体育的广泛兴趣、爱好。提高自学自练和自我保健能力。

3、根据自己的生理发育特点，了解体育活动中应注意的事项。

1、体育课常规（队形变换、跑操）

2、田径

跑（50米、耐力跑800米1000米）

跳（立定跳远）

掷（投实心球）

运动技能教学重点：以各项目技术为载体，发展跑的能力和有氧耐力、弹跳力、肌肉力量，提高生活能力和抗疲劳的能力。

3、篮球（行进间单手肩上投篮）

排球（垫球）

教学重点：以篮球的基本技术为载体，发展学生的身体素质，提高心肺功能，培养运动兴趣。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇十二**

新的体育与健康课程标准明确指出：坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行为。重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生都受益。本学期我将通过教学实践，确实增进学生的身心健康，增强体质，使学生掌握田径及篮球运动项目的基础知识和运动技能，培养学生的体育运动的兴趣和习惯，提高学生的运动能力和体育运动技术水平，同时加强思想教育，确实完成教学任务，以达预期的教学效果。

内容和结构

高一上学期主要进行田径运动的必修课教学。田径是其他体育项目的基础。高一年段进行田径运动的学习，是为了更好地发挥田径运动，作为基础运动项目的功能，为学生进入后期的选项学习打好运动技能和体能等多方面的基础。田径模块教学内容为：短跑和跳远。

高二年段选项教学班的教学内容为篮球运球三步上篮。上篮一般称三步上篮或三步跨篮,是一项基本的投篮技术，上篮按出手时手与肩的相对高度,分为高手上篮和低手上篮；上篮包括单手和双手两种手部动作，同时又还包括行进间和跳起两种身体姿态。手部动作有正手、反手、勾手的区别。本学期以行进间单手肩上上篮为主要学习内容。

提高体能和运动技能水平，加深对体育与健康知识和技能的理解；学会体育学习及其评价，增强体育实践能力和创新能力；形成运动爱好和专长，培养终身体育的意识和习惯；发展良好的心理品质，增强人际交往技能和团队意识；具有健康素养，塑造健康体魄，提高对个人健康和群体健康的社会责任感，逐步形成健康的生活方式和积极进取、充满活力的人生态度。

强调运动爱好与习惯的养成，强调运动知识和技能的实际应用，要求学生学习的运动技能内容少而精，强调课程内容与学生个体发展和需要的联系；以目标统领内容的选择，地方、学校和学生对学习内容有很大的选择余地；增加了健康教育专题的学习内容。

**一年级体育教学工作计划第一学期篇十三**

经过一个学期的学习，学生已经养成了良好的体育课堂常规。但由于一年级的学生年龄还较小，喜欢接受新知识，对某些难度教大的知识接受较慢，特别是对某些协调性要求较强的东西，力量也比较差，男女生活泼好动，组织纪律性观念不强，但表现欲强；女生和男生一样活泼，应多以游戏为主，在其中进行组织纪律性教育，养成学生良好的习惯。本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，使学生各方面的体育技能、技巧在本学期体育教学中逐步成熟。

小学一年级的教材较为简单，本册教材内容有：体育基础知识、韵律体操、田径类的跳跃（单脚跳双脚跳跳绳跳高）和投掷（轻物掷远抛接球）、体操（团身前后滚动分腿跪撑后仰蹲撑往低处滚翻团身前滚翻蹲撑前滚翻抱腿起）、队列练习、走跑练习、步法练习（跑跳步踏跳步踏点步后踢步小碎步小跑步）。内容简单，但全是基础的东西，所以一定要让学生养成良好的动作习惯，体操难度较大，教师在注意安全的前提下适当降低动作难度，多加以引导，给学生打下良好的基础，养成终身体育的好习惯。

1、掌握基本的体育基础知识，明确体育锻炼的作用，知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

2、初步学会一些基本运动，游戏，韵律活动和舞蹈的方法，发展身体素质和基本活动能力，进一步增强体质，特别是耐力素质和力量素质。

3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作。

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。

重点：全国小学生广播体操、田径的各种跳跃和投掷动作。

难点：各种体操动作。

小学低年级阶段的教学，要根据低年级学生自制力和理解离较差、情绪变化较大，而身心发育快的特点，多采用主题教学、情景教学等方法，充分发挥游戏的作用，激发学生参与体育活动的兴趣。上好小学一年级体育课，就要因势利导，富趣味于教学，寓游戏于教学，既能保证智力的发展，又能帮助学生培养手脑并用能力，一方面实现教学目标，完成学习任务，另一方面也培养了学生热爱体育活动的习惯，为终身体育锻炼思想打下基础。小学一年级体育课是学生上体育教育课的入门阶段。有其自身的发展特点。有些小学一年级体育教学存在模式僵硬、成人化色彩浓，或教学直奔主体等缺陷，阻碍着小学生全体参与。用游戏教学法，可避免以上缺陷，较好的完成小学一年级教学。具体措施如下：

1、调动全体学生要积极参加体育锻炼活动，按时上课。逐步养成自觉锻炼的习惯。

2、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。要求学生上体育课，着装要轻便，整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带硬物，小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

3、采用直观教学方法，精讲多练，搞好“自主、综合、拓展、创新”研究。

4、教师处处以身作则，为人师表，准确地做好多面示范。

5、注重智力因素与非智力因素协调发展，寓教于乐，促进学生全面发展，尊重学生的个体差异，及时导优辅差。

6、加强对教学的研究，定期参加听课，评课活动和专题研讨。

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