

2023年初中体育篮球单元教学计划 初中 体育单元教学计划(实用5篇)

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。我们在制定计划时需要考虑到各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

初中体育篮球单元教学计划篇一

一、认知目标：

- 1、发展学生对运动（飞行）物体的时间感、空间感，以及其时空关系的判断能力。
- 2、进行软式排球的启蒙教学，让学生了解、认识什么是软式排球，知道软式排球的基本技术和锻炼方法、游戏以及简单比赛的组织方法和规则。

二、技能目标：

- 1、学生能够初步掌握准备姿势及移动的技术，建立对飞行物体的时间感、空间感，以及其时空关系的判断能力。并提高学生的身体素质、动作反应速度、灵活性和基本的运动能力。
- 2、学生初步掌握软式排球基础技术的各种练习方法，学会一些软式排球的游戏方法及简单比赛的组织方法和基本规则。

三、情感目标：

让学生了解锻炼身体的好处、体验到参加体育锻炼和参与软式排球运动的乐趣。培养对体育的兴趣和积极、主动学习和

团结互助的精神。激发参与体育活动的热情，为终生体育打下基础。

课次课的任务要求重点难点

1软式排球的起源与发展了解软式排球的特点及其兴起与发展过程。通过激发兴趣，使学生有想“试试”的欲望。

2准备姿势及移动能够掌握3种基本的准备姿势，能灵活的完成并步、滑步、交叉步、跨步、跨跳步和跑步。重点：准备姿势的重心控制。难点：移动后的制动。

3了解、熟悉球性初步掌握垫球。能用不同部位，尝试连续垫球；双手垫球部位准确，能连续垫多个。重点：了解垫球动作。难点：多种部位的垫球。

4正面双手垫球初步掌握正面双手垫球的动作方法，通过游戏发展学生在移动中控制球的能力，体验软式排球运动的乐趣。重点：准确地击球部位和用力。难点：控制球的方向。

5专项体能练习一发展专项身体素质协调性的培养。

6复习正面双手垫球进一步掌握正面双手垫球的动作方法，通过游戏发展学生在移动中控制球的能力，体验软式排球运动的乐趣。重点：准确地击球部位和用力。难点：控制球的方向。

文档为doc格式

初中体育篮球单元教学计划篇二

__年春学期体育工作的指导思想：以服务为宗旨，学生能力素质提高为本位，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、__年秋学期体育工作回顾

__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：严格按照规定开课；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，在课外体育活动中，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发生，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。

初中体育篮球单元教学计划篇三

学校体育工作作为实施健康素质教育的.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，全面推进素质教育。在体育教育教学中以学生为主体，培养学生的兴趣与求知欲，全面提高身体素质；争创学校的体育特色，培养全面发展的学生。

初中学生处于青春发育的高峰期，身体发育较快，个体形态发展差别较大，男生活泼好动，表现欲强，女生则趋向于文静、内向，不喜欢活动，针对女生这一特点，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。

本学期教学内容有：体育基础知识(篮、排、足球的基础知

识)田径类、体操类、球类、韵律体操及民族传统体育。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最大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：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。

初中体育篮球单元教学计划篇四

本学期是初三下学期，在认真钻研教学大纲和结和本校实际的基础上，制定出切实可行的教学计划。

一：学生现状分析

所任教的5—10班学生年龄在15——16岁之间，处于青春发育的高峰期，身体发育较快，男女差别较大，男生活泼好动，表现与强；女生趋于文静，不好活动。因此要因势利导，加强男生的身体素质练习，培养女生用心参与体育锻炼的习惯。

二：教材的知识系统和结构

本册教材资料有：体育基础知识(篮、排、足球的基础知识)田径类、体操类、球类、韵律体操及民族传统体育。

三：目的任务

- 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，个性是耐力素质和力量素质。
- 3、透过体育锻炼，培养群众主义精神，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。

四：重点与难点

- 1、重点是田径的耐久跑与跳远及体操的双杠。
- 2、难点是耐久跑的呼吸，跳远的助跑与踏跳，双杠的向后转体180度等。

五：教学措施与教改思路

- 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，分组时采用男女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。

六：本学期考核项目

男：100米，跳远，双杠支撑臂屈伸

女：100米，跳远，仰卧悬垂臂屈伸

七：本学期达标项目

男：50米，1000米，跳远，铅球，引体向上

女：50米，800米，跳远，铅球，仰卧起坐

初中体育篮球单元教学计划篇五

本课以新课程为基本理念，以“对话式”主体教学为指导思想，突出学生的主体地位，体现以人为本，强调个性化、多样化学习，塑造学生适应未来发展的个性品质。运用“对话”“探究式主体性课堂教学”的特色，使每个学生都体会到学习和成功的乐趣。实现学生的全面发展。

我所上课的年级是五四制的初二1、6班的36名女生，她们的特点是个体差异较大，年龄偏小，柔韧性发展较快，把技巧作为主教材，可起到事半功倍的效果。技巧是初中阶段的主教材，但越来越不被师生关注，为改变轻技术重形式的个别教学现象，把技巧中的“成桥”作为本课主教材。激发学生对手技巧学习的兴趣，促进学生良好身体姿态的形成。发展学生的柔韧性、协调性、灵活性，培养学生合作学习、互助学习的意识，增强学生学习技巧的自信心。用课课练（仰卧起坐），来强化学生的腹肌训练，加强学生练习技巧的基本功，提高学生对中考体育的重视程度。实现体育课的延伸，把学校、家庭、社会体育有机结合在一起，保证学生每天有一小时的学习与活动，使学生健康成长。

让学生在愉快和谐的环境中实现主体性教学的三个目标。

- 1、通过本课教学激发学生对技巧运动的兴趣，培养学生自学、自练、主动参与的态度。

2、学习“成桥”的基本动作方法，使95%以上的学生在保护下完成动作，70%的学生能够独立完成。使学生养成良好的身体姿态，养成锻炼的习惯。

3、通过积极参与、自主学习与合作交流，体验运动乐趣，通过各种展示增强对技巧学习的自信心。

结构：队形变换、创编韵律操作业展示、自主专项准备活动、学习“成桥”的基本造型、创造性学习、展示沙龙、课课练、愉悦收心。

1、队形变换。教师利用音乐伴奏，组织指导学生散开练习，使学生全身心投入到上课中去。

2、创编韵律操作业展示。教师用留作业的形式督促学生每天有一定的时间参加体育活动实现体育课的延伸，保证每天活动一小时，引导学生自主创编新动作。展示各自特色。师生共同参与，营造愉悦学习氛围。

3、自主专项准备活动。教师利用语言提示、积极参与帮助活动，调动学生利用已有的知识进行专项的压腿、压腰等准备活动，为基本部分学习做好准备，避免出现外伤。

4、学习“成桥”的基本造型。教师用语言导入，让学生理解“桥”概念，用循序渐进的方法对学生进行推起成桥、互助抱腰下桥、保护下桥、独立完成下桥等几个环节，把“桥”的基本方法教给学生，利用技能迁移激发学生进行“成桥”的尝试，在师生的保护帮助下努力完成，在巩固练习中独立完成，同时体现差异性，对完成结果不做强化要求。利用竞赛激发学生的学习热情。

5、创造性学习。为满足学生的求异心理，体现学生的差异，把学生带入自主交流的创造学习过程，让学生发挥其特色进行创造性体验。

6、展示沙龙。充分发挥学生的想象力、创造力，利用已有的'技术进行自由组合，探究事物的内在联系，展示各自的特色。为满足不同层次的学生需求，把展示分成集体展示和个性展示两部分。

7、课课练。为督促检查学生的课余练习情况和提高学生对中考体育加试的重视，把仰卧起坐作为课课练的内容，以竞赛的形式展示练习成果。

8、愉悦收心。教师利用舒缓的旋律让每组自编一组简单的放松动作，师生同动，以达到收心的目的。

器材：大体操垫八块，小体操垫9块。录音机一台。场地：20米直径弧形场地一块。