

中学体育教师个人教学计划 体育教师个人教学计划(实用5篇)

人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，一起对今后的学习做个计划吧。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

中学体育教师个人教学计划篇一

一、指导思想

以“三个代表重要思想和四法一纲要”为指针，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。2)树立现代体育意识，把健康与生存学习生活和自身的发展联系起来，提高体育兴趣和体育比赛的欣赏能力，养成积极自觉参加锻炼的习惯。3)发展学生的个性和创造力，培养学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，能正确的对待集体的成与败，具有组织性和良好的人际关系以及胜不骄，败不馁，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)提高学生的生理机能，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。

3、教材的构建和选编是以全面贯彻教育方针，健康第一为指导思想，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)今年的初中学生，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。

3、搞好课堂常规管理，重视入学教育，给学生上好第一堂课，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、以课堂改革为楔机，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 and 掌握体育与健康的基础知识，技能和方法，认真对学生进

行思想品德教育，培养健康的心理素质，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。

小学体育下学期教学进度表：

一引导课体育常识：做早操的好处

1、队列队形；2、游戏：快快集合

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

四队列；原地转法；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

七队列：报数；2、复习，各种姿势的走

1、韵律活动；2、队列：报数

八技巧：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、猎人猎枪老虎

十一队列：走圆形;2、十字接力

1、技巧：立卧撑;2、游戏：换物接力

十二基本体操;2、游戏：“8”字接力

1、徒手操;2、游戏：改换目标

十三跳小绳;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;

十七期末准备考试

十八复习

十九考试

二十期末总结

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

中学体育教师个人教学计划篇二

为了充分体现我校体育工作在当前实施素质教育中的地位及作用。我们体育组将继续深入学习素质教育的先进理念，扎扎实实搞好体育教学教育工作。以进一步发展“2+1”工程的质量为基础，以提高学生活动能力为核心，以提高学校整体运动队训练水平为目标，教会学生强身健体的方法，培养学生热爱运动的兴趣，使他们乐学、爱学、会学，从而推进素质教育的发展。

二、具体内容

1、调整武术操的队伍，进退场的纪律，秩序，纠正广播操的错误动作，努力提高广播操的质量。

2、优化课堂结构，提高35分钟效率，重视课的密度和强度，教学形式灵活多样。

3、抓好学校田径队的组建工作，运动员选材，运动队计划，，逐步提高我校运动队的训练水平和运动水平。

三. 备课要求

1. 认真备课，保持两周余量；

2. 每学期教研组检查备课两次，教导处检查两次；

3. 认真参加培训及教研组活动，提高教育教学的质量；

4. 严格按照研训中心要求备课，专职教师备详案，兼职老师备简案，整个过程要一目了然、清晰。

四. 上课要求

重在培养兴趣，重在全面提高

1. 体育组全体人员进一步加强思想进修学习，不出现体罚与变相体罚现象。

2. 熟悉课的重点难点，做到心中有数有收获。

3. 教师在课前做好准备工作，不上无准备的课。

4. 课堂中启发学生求知求真敢于提问，敢于探究。教师加强巡视，一激励表扬为主，充分发挥学生，使学生喜欢教师，喜欢你教的这门学科。

5. 节课学生掌握情况，老师心中有数，表扬好的，指出不足。

五. 听课要求

组长及组员之间互相听课每周不少与两课并做到及时反馈、交流。

六、具体安排

九月份

- 1、检查备课，余量两周。
- 2、抓好教学常规和每天两操的组织训练工作。
- 3、抓好校业余训练工作(田径)。
- 4、宣传并开展体育“2+1”。
- 5、推广学习“武术操”。
- 6、清理场地，检查器材。
- 7、贯彻适量的运动密度。
- 8、制定学校体育工作计划。
- 9、添置部分体育器材。

十月份

- 1、继续抓好武术操的动作要领
- 2.继续抓好业余训练、迎接市运动会。
- 3.继续抓好教学常规。
- 4、组建小社团。

十一月份

1. 继续抓好武术操、交通操的动作要领。
2. 校小学生各项健康测试筹备工作。

十二月份.

1. 测试结果上报国家数据库。
2. 冬季三项比赛。
3. 校冬季长跑。
4. 继续抓好武术操、交通操的动作要领。
5. 校各项比赛表彰大会。

一月份

1. 各项考核工作总结。
2. 认真做好校体育总结工作。

中学体育教师个人教学计划篇三

情况分析：

本校三年级共有6班250多人，他们都来自本县城区和各乡镇，学生们对体育课有着很浓厚的兴趣。对于刚刚接触体育课的一些新同学来说。当务之急就是培养他们的兴趣，发掘其潜力是首当其冲要解决的问题。充分培养学生终身体育的意识。三年级学生正处在生长发育的初期，他们生性好动活泼开朗，注意力不集中，课堂常规还不大了了解。针对上述情况，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重

点抓广播操质量和课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

教学简析：

本学期教材内容由四个部分组成。第一部分是总论，该部分主要阐述了编写江苏省小学体育与健康教参的指导思想编写原则和整套教材教学体系简介，并对使用教材的有关事项进行了说明以便教师在总体上对这套教材有一概括的了解。第二部分是各类教学内容简介，该部分是将小学体育与健康各类教学内容按其纵向系统对其意义。教学目标各年级特点分布情况及教学注意事项进行说明。第三部分按实践横向编写逐一对各项教学进行介绍。第四部分是江苏省小学生体育考核与达标标准。

教学目标：

- 1、能知道锻炼身体的一些基本常识及方法地，懂得一些体育与健康的安全常识，初步树立环境保护和科学锻炼身体的意识。
- 2、能学会本年级田径、体操、武术等教学内容的基本动作，掌握简单的运动技能，具备一定的身体素质和基本动作的能力。
- 3、对学习体育基本动作有浓厚兴趣，善于观察，积极思考，遵守规则，初步形成勇敢顽强的品质，具有一定的创新意识。

教学措施：

根据本学期学生的学习情况以及教材内容制定出以下措施：

- 1、针对三年级的学生，重点培养课堂教学常规，狠抓队列队形、路队和两操。

- 2、针对学生在平时体育锻炼的弱项进行一些针对性的训练使每位同学的每个技术动作都能非常到位。
- 3、利用奖励措施来提高学生课堂学习积极性。
- 4、重点训练学生的队列队形。
- 5、重点强化课堂常规。

中学体育教师个人教学计划篇四

一、指导思想：

以贯彻落实《会泽县关于加快教育改革与发展的决定》。苦字当头，实干兴校，全面实施素质教育，坚持依法治校，全面贯彻教育方针，努力提高教育教学质量。

二、工作思路及重点：

- 1、加强职业道德建设，提高教师整体素质。
- 2、抓规范，严格学校管理规范化、科学化、提高管理水平。
- 3、抓改革，进行以“提高课堂教学质量”为内容的改革，以改革促发展。

三、主要任务：

- 1、加强教师队伍建设，提高教师的思想政治素质和业务水平。

全面贯彻国家教育方针，全面实施素质教育，教师是关键。因为好的教育内容，完善的教育方式，理想的教育方法，靠教师去实施。以狠抓师德、师风建设，树教师新形象，通过定期和不定期的业务和政治学习，树立教书育人的责任感和

使命感，提高教师依法治教的能力和水平。

2、完善制度、狠抓落实、加强管理、提高效率教学管理的实质在于管理者凭借教师的智慧和才能，充分调动教师的积极性，主动性和创造性，以实现提高教学质量和学生整体素质水平的目标，一流的学校需要一流的管理，一流的管理离不开科学规范的制度，只有形成团结、协作的发展态势。教育教学质量的提高才有可能，所以完善和制度规范与科学的考核制度，是提高教师素质，激励教师努力工作的重要保证。

3、做医务室，普实验收，半军事化管理验收的前期准备工作。准备迎接验收。

4、加强对青年骨干教师的培养。

5、加强安全教育，培养学生安全意识。

6、加强民主法制教育，定期举行法律知识讲座，结合热点问题进行典型案例教育，让学生知法、懂法、守法，做遵纪守法的合格小公民。

7、经常性地地进行“文明班级”和“文明宿舍”评选活动，完善考核评比办法，发挥文明班级的带头作用。促进良好学风的形成。

8、切实加强体、卫、艺工作，培养学生体质，提高学生审美鉴赏能力，培养学生综合素质。

四、狠抓教学常规工作，做好常规工作的检查与落实。

1、提前写好切实可行的教案。

2、规范作业要求，减轻学生课业负担。

3、强化课外辅导，培养优秀学生。

4、抓好期中和年末考试工作。

5、做好年末总结工作。

中学体育教师个人教学计划篇五

我所教的年级，有两个教学班，经过上一学期的接触，对他们的情况有了一定的了解，每班学生成绩参差不齐，两极分化较突出。总的来讲，学生学习的积极性的主动性都有待加强，需要对学生进行思想工作。

二、学情分析

(1)课前认真预习，做好分材导学案的预习部分，把每节课的内容都要仔细地阅读一遍，通过阅读、分析、思考，了解教材的知识体系，重点、难点、范围和要求。

(2)主动高效率的听课，带着预习的问题听课，可以提高听课的效率，能使听课的重点更加突出。课堂上，当老师讲到自己预习时的不懂之处时，就非常主动、格外注意听，力求当堂弄懂。同时可以对比老师的讲解以检查自己对教材理解的深度和广度，学习教师对疑难问题的分析过程和思维方法。

(3)及时做作业，作业是学好物理知识必不可少的环节，是掌握知识熟练技能的基本方法。

三、教材内容分析

(一)新课程教科书的特点：

1、从学生兴趣、认知规律和探究的方便出发，设计教材结构；

- 2、注重探究活动，提倡学习方法多样化；
- 3、形式生动活泼，激发学生的学习兴趣；
- 4、联系实际，贴近生活；
- 5、注意学科间的综合，扩大学生的知识面。

(二)教材内在结构的意义：新课程标准中的课程目标与义务教育大纲中的教学目标相比，不仅有知识与技能的目标，还有其他领域的`目标，为了实现新课程标准的课程目标，新教材在编写上追寻着讨论、探究、创造三位一体的有机结构。

(三)新教材知识体系的特点：我们知道，八年级下册的内容包括了电和磁的内容，而传统的力学内容丝毫都没有涉及，它有如下的意图。注意保护学生的学习兴趣，通过各种实验、图画等形象化、趣味化方式调动起学生对物理的兴趣，也有利于增加学生对物理的感性认识。

四、本学期教学目标、任务和要求

1、知识与技能

(1)、初步认识物质的形态及形态及变化，物质的属性及结构等内容，了解物体的尺度，新材料的应用等内容，初步认识资源利用与环境保护的关系。

(2)、认识电学基本知识，了解这些知识在生产生活中的应用。

(3)、初步了解物理学及其相关技术中产生的一些历史背景，能意识到科学发展历程的艰辛与曲折，知道物理学不仅物理知识，而且还包科学的研究方法，科学态度和科学精神。

2、过程和方法：

(1)、经历观察物理现象的过程，能简单描述所观察的物理现象的主要特征。有初步的观察能力。

(2)、能在观察物理现象或学习物理的过程中发现问题的能力。

(3)、通过参与科学探究活动，学习拟订简单的科学探究计划和实验方案，能利用不同渠道收集信息，有初步的信息收集能力。

(4)、通过参与科学探究活动，初步认识科学研究方法的重要性，学习信息处理方法，有初步的信息处理能力。

五、提高教育教学质量的具体措施

1、鼓励科学探究的教学

(1)、鼓励学生积极大胆地参与科学探究。鼓励学生积极动手、动脑、通过有目的探究活动，学习物理概念和规律，体验到学科学的乐趣，了解科学方法，获取科学知识，逐步树立科学创新的意识。

(2)、使学生养成对所做工作进行评估的好习惯。

(3)、重视探究活动中的交流与合作。在现代社会和科学工作中，个人之内与团体之间的交流与合作是十分重要的，要注意学生这方面良好素质的形成。

2、帮助学生尽快小入自主性学习的轨道。在教学过程中要帮助学生自己进行知识模地的构建，而不是去复制知识，学生自己在学习过程中发现问题才是至关重要的。

3、进行分才教学，实施分材教学导学案，对不同学生进行采取不同方法，针对优、中、差生，分层布置作业，个别辅导。

在教学中加强学法指导：

(1)、新课开始前，提前一天发放导学式学习案，让学生利用预习时间认真学习内容，为新课做好准备。

(2)、教学过程中尽量采取多鼓励、多引导、少批评的教育方法。

(3)、教学速度以适应大多数学生为主，尽量兼顾后进生，注重整体推进。

(4)、新课教学中涉及到旧知识时，对其作相应的复习回顾。

4、加强与日常生活，技术应用及其他科学的联系。

(1)、以多种方式向学生提供广泛的信息。由于物理学与生活、社会有着极为深密和广泛的联系，因此在实际教学中，要结合本地实际，进取学生常见的事例，尽可能采作图片、投影、录像、光盘□cai课件进行教学。

(2)、在阅读理解，收集信息，观察记录作为课后作业的一部分。

(3)、尽可能让学生得用身过的物品进行物理实验。让物理贴近生活，让学生用物理知识武装自己的头脑。

六、实施素质教育计划措施

积极参与听课、评课，虚心向同行学习教学方法，博采众长，提高教学水平。同时多读关于素质教育的书籍，多联系家长，了解学生的心理，以利于提高素质教育。

七、实验电教安排

本学年的试验探究比较多，有串、并联电路电压规律、欧姆定律、测量小灯泡电阻、电功率、电与磁现象等实验。总之，在今后的教育教学工作中，我将更严格要求自己，努力工作，发扬优点，改正缺点，努力提高自己的教育教学水平。