

# 体育备课组计划表 体育备课组工作计划(实用7篇)

计划是指为了实现特定目标而制定的一系列有条理的行动步骤。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 体育备课组计划表篇一

本学期，高一体育备课组按校长室和教导处及有关要求开展工作，狠抓备课组建设，以进一步落实《教学常规》为重点，坚持面向全体学生，努力提高课堂效益，为实现学校提出的目标努力奋斗。下面我将对本学期备课组工作计划制定如下：

全面实施素质教育，以促进学生的全面发展为目标，切实贯彻“健康第一”的指导思想。教学中充分调动学生学习体育的兴趣，激发学生的参与热情，发挥学生运动能力，培养学生自信、自强的优良品质。

- 1、激发学生参与运动的热情，发展学生的身体素质，开启新课标教学基本理念，让学生充分体验健身的体育魅力。
- 2、掌握体育课兴趣内容的基本方法，提高自我学习能力，能够在实践中运用。
- 3、提高学生小组学习能力，培养自主、合作、探究的学习能力。
- 4、学生乐于参与，积极互动，自强自信，有良好的表现欲望。
- 5、树立积极向上的自我挑战精神，发展学生个性，促进身心和谐发展。

（一）加强理论学习，提高自身素质。认真学习政治理论，教育法规，全面贯彻教育方针，确立全面实施素质教育和促进全体学生全面发展的意识。提高思辩能力，激发工作热情，外树形象，内修涵养，脚踏实地完成教学任务，使我校的体育工作更上一层楼。

（二）贯彻落实教学常规，全面提高教学质量。

1. 贯彻落实教学常规，重点抓好“五认真”的落实。认真备课，认真上课，认真布置作业，认真辅导和组织课外体育活动，认真考核。同时抓好课前准备和课后教学活动中的常规落实工作。把认真备课和认真上课作为常规的关键，不断改进教学工作。

2. 加强集体备课，充分发挥集体优势。同一备课组的教师要做到：统一教材，统一教学目标，统一教学进度，统一要求，统一考核。备课组是最直接最重要的组织教学实施的基层组织，必须充分发挥它在教学实践中的组织作用，优化课堂教学环节，提高课堂效益。

（三）规范群体，搞好两操两活动。

1. 群体工作是学校体育工作的主体，课间操已成为学校的风景点，因此，要在原来的基础上发展。做到全校上下齐管，体育组实干的格局。（1）制定课间操评比制度和评比细则，有体育教师随机抽查，并把成绩列入班级评优条例。（2）严格执行课间操进退场的管理，体育教师利用课堂进一步提高课间操的质量。

2. 合理安排课外体育活动。分管领导、值周教师、班主任、体育组分管群体的教师要全力以赴组织开展课外体育活动。

3. 制定课外体育活动须知、课外体育活动安全制度，合理安排课外体育活动轮转表和活动场地。要求班主任到班组织和

管理，群体教师巡回辅导。

4. 采用班主任签到和班级活动人数统计工作，并把统计数据列入班主任、班级评优条例。

（四）进一步加强备课组建设。

1. 备课组是落实教学常规、实施素质教学、深化教学改革、大面积提高教学质量的基层单位。充分认识建设好备课组意义的重要性。

2. 抓好队伍建设，树立良好风气，创造良好的工作环境。倡导以诚相待的优良风气，互相尊重，互相学习，扬人之长，去己之短，团结协助，共同进步。

3. 抓好青年教师的培养。充分发挥群体优势，通过传、帮、带的渠道，帮助青年教师提高教学水平和业务能力。

（五）全面动员，搞好各项体育活动。

20xx学年度第一学期体育教学工作进度表

高一年级

章节周次课时计划课题单元教学要求备注

22自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

32国家体质测试50米，立定跳远

42学生体质测试800米（女）1000米（男）

52自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

62自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

72z老师开课

82自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

92z老师开课

102自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

112z老师开课

122自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

132自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

142自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

152自选（篮、足、羽毛球、乒、健美操三门球、排球）

162复习阶段

172第二学段考试

182期末考核补测试

## 体育备课组计划表篇二

高三的体育会考是高三阶段的第一门考试，成绩考的好，会给其他学科的考试带来积极的影响，同时体育一考完，学生和老师身心得到很大的放松。在假期里，我们结合多年来的工作经验，制订了详尽的工作计划，我们愿与整个高三团队同心协力，努力把这项工作做好，让高三的体育会考成绩更上一层楼。

本学年我们体育组继续配合德育处巩固和贯彻落实上学

期“抓三风提质量促发展”主题教育工作。因为，认识决定态度，态度决定行为，行为决定成果，所以，开学第一节课我们首先向学生明确体育会考项目的设置、规格、标准和具体要求。努力营造进入高三的氛围，尽快树立高三意识和行为。

女生：仰卧起坐(36个/分钟满分)或实心球(7.6米满分);篮球运球绕杆上篮(18”1满分);800米跑(3’26”满分)。

男生：实心球(11.5米)或引体向上(12个);篮球运球上篮(9“5);1000米跑(3’30”)。

注：任何一项不得低于45分，否则考试判为不及格不通过。长跑是备考的难点和重点。

(一)通过9月底的运动会，提高学生的身体素质和体育锻炼的热情；

(二)借助10、11月进行《国家学生体质健康测试》工作的契机，教育学生测试成绩是高三下半学期“学生综合素质评价”的重要组成部分，占50%，高一高二的测试成绩各占25%。它将对学籍档案、高考填报志愿、自主招生、三好学生评比、报考清华北大等重点院校等产生较大影响。每年都有学生临时来找高一高二时期的体质健康测试成绩，主要原因是忽视了当时测试的重要意义，为时已晚(高二时我们已经做了这方面的宣讲工作)。使学生认真对待本次测试，避免不必要的损失和麻烦。

(一)一开学，体育课重点抓学生的体能恢复，每节课的准备活动至少跑两圈，主要落实课堂出勤和上课纪律及作风。借助体质测试时机，对全体学生进行第一次的三项摸底测试，初步了解学生体能和技能基本情况，教师做到心中有数，有的放矢地教学。

女生：课上主要穿插练习行进间三步上篮技术动作和仰卧起坐单位时间的完成速度和数量；800米跑的教学主要以集体编队跑战术进行训练。确定个别身体素质有问题的学生，单独进行训练指导。

男生：重点抓好个别不好球类运动学生的篮球技术训练；对实心球技术动作进行统一会考要求的动作规范，并加强学生力量协调性训练；摸清个别特体生(差生)的长跑能力，制定个性化运动处方进行针对性训练。

(二)十二月份进行第二次三项摸底测试，帮助学生发现不足，及时弥补和改进提高；

(三)下学期一开学进行第三次三项摸底测试，目的是警醒学生休整一个寒假后体能和技能明显下降，需要尽早恢复体能和熟练技能。教师提醒学生这种能力的下降是暂时的，只要认真坚持1-2周的锻炼就能完全恢复，绝大部分学生的能力还会有较大幅度的提升。教师帮助学生树立考前信心，为考前的选项确定及考试分组做好充分的身体、技术和心理准备。去年是4月12号体育会考，意味着下学期开学只有一个半月左右的时间做准备，所以老师和学生都要做好充分的思想准备。

(一)课间跑步以班级队形整齐，跑步过程中纪律好为目标，不以速度为主要锻炼目标。主要以抓团队的作风、抓纪律、练一般速度耐力为主。

(二)重点抓好两个集合(跑前的集合整队和跑后的集合总结)这对养成良好的行为习惯和团队意识意义重大。

(三)要求班内提前编好跑步队形：将差生和容易掉队的学生排在队伍的最前面，督促该部分学生努力跟随班级锻炼。班内每个人的位置相对固定，便于查学生考勤。

(四)男女生分开跑步，都跑三圈。

(五)班主任的管理提前到达各自岗位，认真督促和检查学生的跑步情况。各班主任年级组长和体育老师要做到齐抓共管，认真落实所管辖范围内学生的锻炼情况。正副班主任出来换换空气，顺便活动活动筋骨。

(六)请假制度见习生必须提前找班主任或年级组长办理签字假条，否则不予见习，必须坚持跑步锻炼。班主任要及时了解本班学生的见习情况，要做到心中有数。我们的管理要达到事事有人负责有人过问，不给学生有钻空子的机会。

个学生时，对事不对人，班主任要给予充分的理解和支持，旨在发现问题，大家共同想办法解决问题。任课的体育老师与年级组长及班主任之间要及时做好沟通工作，避免产生误会。

(八)尽可能给初三学生做跑步锻炼的表率 and 榜样。

建议学校在安排学生穿着校服时，最好周一和周末补课时穿非运动的制式校服，周二到周五安排穿运动校服。学生的鞋子最好穿慢跑鞋，方便安全锻炼。

认真检查学生以往的体检结果，及时了解学生的身体健康状况，发现疑点，宁可信其有，不可信其无，狠抓该类学生医生诊断证明的落实情况。上课做到有准备活动，有徒手操。上课教案有安全提示，课上有安全提示语。课间跑步时，若学生确有身体方面的健康原因，履行正常的请假手续，能克服困难的尽量克服困难。教师做到随时观察学生的表情和身体表现状态，及时防患于未然，避免运动损伤等安全事故的发生。

认真落实各类人员的锻炼出勤情况。努力做到不遗漏一个人，不放弃一个人，不耽误一个人。

(一)出国生。

(二) 复读生。

(三) 艺术特长生。

(四) 特体生。

(五) 不参加高考生。

(六) 临时转入生。

(七) 因病免体生。

希望教务处能及时给出准确的学生名单，以便我们采取相应的应对措施。

高三的体育会考工作任重而道远，单单靠体育老师是无法顺利完成的，它更需要靠全体高三年级老师们的协同努力，关键要靠年级组长和班主任们每天的辛勤付出，才能将体育会考准备工作落到实处，为取得最终的好成绩奠定最坚实的基础。

最后，我代表高三体育老师，向各位班主任和年级组长们的大力支持和辛勤付出致以最崇高的敬意！

### **体育备课组计划表篇三**

本学期在学校领导的领导下，体育科组将认真学习和贯彻《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》关于“强化体育课和课外体育锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健”的决定，以学校体育“提高学生体质健康水平、提高学生运动技能和培养健全人格”三位一体的目标为指引，以提高教学质量为中心，强力推进以高效课堂工程建设为核心的新一轮体育与健康课程教学改革，努力开创学校体育教育新局面。



切实贯彻“健康第一”的指导思想。积极开展各项教学研究活动，加强学科研究与实践，提高教师教育教学能力。以《国家学生体质健康标准》为基础，开展娱乐体育教学、重点提高课堂教学质量，严抓课堂纪律，以学生为主体。

大力推进素质教育，切实做到教书育人、以德育人、以体育人，促进学生德、智、体全面发展。培养学生的学习兴趣与积极性，提高学生的学习效果和锻炼效果，并通过与课外活动与专题讲座相结合，抓好《国家学生体质健康标准》达标工作，力求增强学生体质，提高运动水平，把学校的体育教学、课外活动、课余训练工作推上一个新台阶。

## 二、工作目标：

按课程标准的要求，面向全体学生，努力提高课堂教学质量，严抓课堂纪律，活跃课堂气氛，促进学生身心全面发展，认真制订教学计划，上好每一节课。采用丰富多样的教材，教学中要注意学生的掌握情况，力求每位学生都学有所成，掌握科学的锻炼方法，提高自我锻炼的能力。

继续开展科组专题研究，充分发挥备课组的作用，不断探索新的教学方法与思路，丰富教学方法，提高教师的教研水平，并通过教研活动，撰写教学论文，提高科研水平。加强基础教育，改进教学模式，力求教学创新。认真贯彻落实教育教学法规和体育工作条例，争取出新成果。搞好体育特色学校特色项目的教学和课外活动，真正使篮球和田径项目成为我校的特色。搞好达标测试，争取95%以上同学能达合格标准。

## 三、工作重点：

- 1、认真贯彻和落实体育工作条例，健全各种规章制度和整改措施，加强体育工作的规范化管理。
- 2、加强教师基本功的培训。

- 3、充分发挥骨干教师的模范作用，使我校的体育工作在原有的基础上再有创新。
- 4、建立和健全我校体育工作管理档案，使我校的体育管理工作更加规范化，制度化。
- 5、认真学习新课标，刻苦钻研教材，加强和提高教师工作能力和教学水平，在教学中有所创新。
- 6、加强广播操和眼保健操的指导与管理工作，使我校的二操质量有进一步提升。
- 7、加强学校体育第二课堂兴趣小组、高考训练队的培训和管理工作。
- 8、加强课外活动的管理工作，确保学生每天一小时的体育活动时间。
- 9、认真抓好各年级的达标测试，并做好数据上传工作。
- 10、积极开展群众性的单项比赛活动，提高广大师生的全民健身意识。
- 11、组织召开学校田径运动会。
- 12、指导体育学院实习生实习。

## **体育备课组计划表篇四**

- 1、根据学校领导的管理要求，充分发挥学科组的作用，在工作中处于积极、主动、进取的状态。
- 2、加强组内教师的团结与合作，每个教师都要尽心尽力，不断提高业务水平，积极施展自己的才华。

3、贯彻学校体育工作条例，开展各种体育竞赛活动，增强学生体质，培养他们对体育活动的兴趣，力争在各类竞赛中取得好成绩。

1、抓好体育常规课的质量，提高备课组的教研能力。

2、做好江苏省阳光体育节工作。

3、努力提高跑步的质量，保证学生每天一小时的锻炼时间。

4、抓好组内教师公开课，加强网上博客交流。

5、运动团队的建设，制定计划，认真训练，争创好成绩。

## 1、备课组建设

### （1）备课组活动

一周集体备课活动，一周教研组活动，组织组员加强理论学习，更新教学观念，提高课堂教学质量。加强说课能力，及课后反思的小结，切实抓好每一堂课的质量，保证学生身心健康的发展。

## 2、体育教学

### （1）教学常规

继续落实教学常规工作，上体育课时每位教师要注意自身的常规要求，穿好运动服、戴好哨子，事先划好场地、布置好器材，严格按照备课的进度上课。

### （2）规范备课

做好课前的预案，提高教学手段的设计水平。每位体育教师要建立点名制度及成绩册。备课是上好课的先决条件，要上

好课就先要认真备好每一堂课。在区下发的教案基础上事先再进行根据学校实际情况进行加强备课并做好课后反思。

### (3) 教育教学

积极进行教学研究课的研究，抓好新教材的教学落实工作，组织好大组汇报课、研究课的汇报工作。能够使老师加强业务能力，使教学水平更上一个台阶。平时加强组内循环课的研究教学，使组员的教学水平有所进步。

### (4) 听课、评课

## 体育备课组计划表篇五

根据学校提出的“建立健全机构，完善管理机制，充实管理力量，培养后备人才”的要求，我体育备课组积极行动起来，争取在这项任务中，完成自己的本质工作外，有创造性地开展的工作，争取取得更大的成绩。

- 1、深入学习新课程改革理论，指导教学实践活动，钻研教材教法，提高课堂效率，提高教学质量和教学水平。
- 2、组织多种教研活动，推进课程改革的步伐，用于解决教学中存在的细节问题，使教师的专业发展有更大的突破。
- 3、在认真上好每一节课的同时，多与学生沟通交流，关心每一位学生，尤其是那些在体育方面不是很好的学生，努力培养他们的学习兴趣，主动参与体育活动。
- 4、狠抓常规工作，并持之以恒。如，课间操、武术操等，要做到长期坚持如一，提高课间操质量。
- 5、以老带新、能者为师，让新教师得到最好的指导和锻炼，从而形成一个积极向上的整体。

6、继续扎扎实实地开展课题研究，提高本组教师理论素养和科研能力，积极参与各县市级论文评选。

认真贯彻学校工作安排，如周六下午的活动、运动会、体操比赛等，配合好政教处的各项体育活动工作。

## 体育备课组计划表篇六

### 一、指导思想

1. 根据学校领导的管理要求，充分发挥学科组的作用，在工作中处于积极、主动、进取的状态。加强组内教师的团结与合作，每个教师都要尽心尽力，不断提高业务水平，积极施展自己的才华。贯彻学校体育工作条例，开展各种体育竞赛活动，增强学生体质，培养他们对体育活动的兴趣，力争在各类竞赛中取得好成绩。

### 二、主要措施：

#### 1. 备课组建设

##### (1) 备课组活动

一周一次的集体备课活动，每两周一次的教研组活动，组织组员加强理论学习，更新教学观念，提高课堂教学质量。加强说课能力，及课后反思的小结，切实抓好每一堂课的质量，保证学生身心健康的发展。

#### 2. 体育教学

##### (1) 教学常规

继续落实教学常规工作，上体育课时每位教师要注意自身的常规要求，穿好运动服、戴好哨子，事先划好场地、布置好

器材，严格按照备课的进度上课。

## （2）规范备课

做好课前的预案，提高教学手段的设计水平。每位体育教师要建立点名制度及成绩册。备课是上好课的先决条件，要上好课就先要认真备好每一堂课。在集体备课的基础上再进行二次备课，根据上课实际情况进行调整，上完课后做好反思。

## （3）教育教学

积极进行教学研究课的研讨，抓好新教材的教学落实工作，组织好大组教研课的汇报工作。促使老师加强业务能力，使教学水平更上一个台阶。平时加强组内循环课的'研究教学，使组员的教学水平有所进步。

# 3. 课外活动

## （1）体育锻炼

通过“阳光体育运动”的开展，逐步完善学校的体育设施建设，丰富学生课内外体育活动内容，使学生每天在校锻炼时间不少于一小时，促进学生身体健康、心理健康和社会适应能力的提高。以将快乐、趣味的活动引入体育活动为主旨，强化活动的领导与管理，并建立各项管理制度，在活动的内容与形式、过程与评价上形成有效管理，充分挖掘校内外各种课程资源，不断丰富和发展活动的内涵，不断提升活动水平。

## （2）听课、评课

听课、评课是提高教学水平的一种手段。这学期实行同一备课组相互听课、评课方式，每位教师每星期听课数至少1-2节，年轻教师2-3节，更快提高年轻教师的教学水平。

# 体育备课组计划表篇七

## 一、指导思想：

本学期我们组将根据课程改革的要求，结合本校的特点，以推进素质教育为中心，以《体育与健康课程标准》为依据，以新一轮课程改革为契机，注意本学科的特点：转变观念，提高认识，学习先进的教学理论，树立以“人的发展为本和健康第一”的新教育观，切实抓紧、抓实、抓活体育课程的新思路方法，进一步加大学校体育工作力度，提高学校体育工作水平，推进教学更上新台阶。

## 二、主要措施：

具体做到如下：

- 1、针对高二体育中考进行多次教研，通过讨论分析找出改进、提高学生动作质量的方法。用在教学上，打高二的体育中考成绩提高一个新台阶。
- 2、把课间操时间和周二、周四下午第四节课的时间充分利用组长学生巩固，提高体育项目，力求把高二体育分数提高到较高水平，超过厦门市平均分数线。
- 3、认真完成本学期教学任务，根据教学计划备好每一节课。共同探讨体育中考的对策，利用多余的时间对各个项目进行辅导、提高。
- 4、组织学生以班级为单位，利用课间进行体育锻炼，由各班班主任负责，体育教师与班主任密切配合，并给予技术上的指导。班主任要把班级体育锻炼纳入班级教育计划，做好组织发动工作，进行思想教育，保证活动时间和活动质量。学校将定期对各班锻炼情况进行评比，及时总结，形成制度。

6、配合学校老师做好其他工作。