

学校体育课程实施方案 学校体育课程心得体会(实用5篇)

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

学校体育课程实施方案篇一

学校体育课程是培养学生身心健康的重要环节，通过体育课的学习和锻炼，我积累了宝贵的体育知识和经验。在这里，我想分享一下我在学校体育课程中的心得体会。

第二段：体育锻炼的重要性

体育锻炼对于每个人来说都至关重要。通过参与体育课程，我不仅能够增强我的体力素质，而且还能提高我的协调能力和反应能力。在体育课上，我学会了配合队友进行团队合作，培养了集体荣誉感，体验到了自己的价值所在。而且，经过一段时间的体育锻炼，我发现我的学习和思维都更加清晰，精力也更加充沛。因此，体育锻炼对于我们的综合发展来说是非常重要的。

第三段：体育精神的培养

学校体育课程不仅仅是锻炼身体，更重要的是培养体育精神。通过体育课程，我学会了与他人公平竞争，并从中领悟到了坚持不懈的勇气和毅力。无论是在比赛中还是在训练中，我都经历过困难和挫折，但我从不放弃，总是坚持到底。这种体育精神在我日常生活中也得到了体现，帮助我处理各种问题和困难。体育课程不仅教会了我运动技能，更让我明白了胜利的重要性以及通过努力和奋斗可以取得成果的喜悦。

第四段：培养健康的生活习惯

通过体育课程，我学会了良好的生活习惯。体育课的锻炼让我意识到养成健康的生活习惯对于维持身体健康和提高学习效果都是至关重要的。例如，每次体育课后的体育锻炼可以帮助我放松身心，提高学习的效果；坚持锻炼可以增强我的免疫系统，减少生病的几率。因此，通过参加体育课程，我养成了每天锻炼的习惯，保持了良好的身体和精神状态。

第五段：对学校体育课程的建议

在参与学校体育课程的过程中，我也思考了一些对于提高体育课程质量的建议。首先，学校可以增加体育器材的投入，提供更好的体育设施。其次，应该培养更多的优秀体育教师，提高教师的教学水平和专业素养。此外，课程设置应该更加注重学生的个体差异，给予学生更多的自由选择，并提供不同难度的课程供学生选择。最后，学校可以加强体育与其他学科的结合，使体育课程更富有创意和多样化。通过这些措施，可以进一步提高学校体育课程的质量，培养更多的优秀体育人才。

总结

通过学校体育课程的学习和锻炼，我体会到了体育锻炼的重要作用和体育精神的培养。同时，我也明白了培养健康的生活习惯对于个人发展的重要性。最后，我提出了对学校体育课程的一些建议，希望能够进一步提高体育课程的质量。希望通过我的努力，能够为学校体育课程的发展做出一些贡献。

学校体育课程实施方案篇二

认真贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》及《学校体育工作条例》精神，牢固树立“快乐体育”、“健康第一”的指导思想，推进体育课程

的改革，狠抓体育教学六认真工作，强化学校特色体育项目建设，大力开展青少年阳光体育活动，坚持开展学生体育训练工作，本着“求实、创新、协作、奋进”的精神继续做好体育工作，力争在各项体育竞赛中争创佳绩。

二、工作目标

- 1、深化体育(与健康)课程改革，立足课堂，扎扎实实上好每一节体育课，提高体育教学质量，达到学生人人喜欢上体育课的目的，有效地改善学生的体质健康水平。
- 2、抓好课间操、大课间活动、阳光体育活动。
- 3、加大体育运动队训练力度，严抓训练质量，争取各项比赛获得好名次。

三、工作要求

(一)深化体育课程改革，优化教学过程

- 1、体育课程标准是体育教师开展教学活动的指南，为使体育教师尽快树立全新的体育教学理念，开展多种形式的培训，促使每一位教师的观念发生深刻的变化。
- 2、体育课程是学校课程的重要组成部分，是实施素质教育和培养全面发展人才不可缺少的途径。因此，体育教师要坚决维护体育课程的严肃性，按课时计划上好体育及活动课，并进一步加强安全教育及防范意识。

(二)强化常规管理水平，提高教学质量

体育教师将一如既往，在学校行政的领导下，继续加强学习，弘扬团队精神，努力做好以下几项工作：

- 1、认真贯彻《体卫工作两个条例》精神，以认真务实的工作

态度扎扎实实地开展各项工作。

2、在体育教师之间倡导勤学习、共研讨之风，以不断充实提高每一位教师的理论水平和教育、教学能力。

3、围绕《课程标准》和新的教材体系开展教学活动，本学年，体育教师人人上实践课，在实践中得以提炼、得以升华。

4、一丝不苟做好各种资料工作，不断充实完善学校体育资料。

5、全面负责特色项目建设，拟定专项计划，用好校本教材，开展各项活动，为创建特色建设先进学校工作作出贡献。

6、精心组织体育大课间活动的开展，大力开展阳光体育活动。

(三)、大力开展阳光体育，打造体育文化

1、全面抓好“阳光体育”活动，精心组织好大课间活动，营造生动活泼的课间活动氛围，让校园真正成为学生的乐园。

2、继续贯彻实施素质教育，组织好校园文化活动，让学生在愉悦的氛围中游戏、活动。

3、配合学校行政、德育组、艺术组认真研究，拟定计划，组织举行2013年学校学生田径运动会。

(四)、加大课余训练力度，提高竞技水平

1、在普及的基础上抓提高，使学校体育工作得以健康发展。

2、重新调整学校体育运动代表队，重点建设田径队。责任到人，合理制定训练计划。科学训练，严格训练，争取在区级比赛中取得好成绩。

3、注重运动队员全面发展，做好督促、沟通、协调工作，使

运动队员在学习、思想、行为等诸方面全面发展。

四、重视体育课安全问题

体育课的安全问题是我们体育教师所必须重视的问题。首先，我们要有强烈的责任心，用满腔的热情去关爱学生，对学生充满爱心。上课前，应认真检查场地器械是否牢固安全；在课堂中，应仔细观察学生的活动情况；在教学中，应加强学生的安全教育，以免发生意想不到的伤害事故。

五、具体工作安排：

九月份

- 1、制定新学期体育教学工作计划。
- 2、学习新课程标准和校本课程的教学理念。
- 3、做好冬季业余训练计划，继续业余训练工作；
- 4、训练学校运动队，参加县小学生运动会。
- 5、组织学生对2013《国家学生体质健康标准》测试项目进行训练。

十月份

- 6、各班体育老师对2013《国家学生体质健康标准》测试项目进行测试并记录。
- 7、对2013《国家学生体质健康标准》测试成绩进行上报统计。
- 8、抓好大课间、篮球特色活动。

十一月份

9、做好校运动会各项筹备工作。

10、开展学校运动会。

十二月份

11、加大业余训练力。

12、做好男子篮球训练指导工作。

13、做好女子排球训练指导工作。

一月份

14、做好学期总结。

15、做好体育资料的整理。

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](#)

学校体育课程实施方案篇三

1. 引言段：介绍学校体育课程和其重要性（200字）

学校体育课程是学生综合素质教育的重要组成部分，对学生的身心健康和全面发展起着至关重要的作用。通过体育课程，学生能够锻炼身体、培养团队合作精神，学会竞争与合作。在我参加学校体育课程的过程中，我深深认识到了它的重要性，并体会到了许多积极的经验和心得。

2. 主体段1：学校体育课程的锻炼身体的功能（200字）

体育课程是锻炼身体的重要途径之一。我参加体育课程的同时也参加了各种体育活动，例如足球、篮球、田径等。通过这些活动，我不仅锻炼了肌肉，增强了体力，还改善了心肺功能。我意识到只有拥有健康的身体，才能更好地学习和生活。体育课程的锻炼身体的功能，完全符合了学生身心健康发展的需要。

3. 主体段2：学校体育课程的培养团队合作精神的的作用（200字）

体育课程不仅仅是个人发展的机会，还是培养团队合作精神的重要途径之一。在参加体育活动中，我们需要团队合作才能达成共同目标。例如，在足球比赛中，我们必须相互支持、配合默契才能赢得比赛。通过这样的活动，我学会了倾听他人的建议，尊重他人的意见，加强与团队成员之间的沟通和合作能力。这些团队合作的经验在我今后的学习与工作中将大有裨益。

4. 主体段3：学校体育课程的竞争与合作并重的特点（200字）

体育课程不但让我学会了团队合作，也锻炼了我的竞争精神。在体育活动中，我们既要与团队合作，又要有竞争意识，争

取最好的成绩。例如，在田径比赛中，我要竭尽全力争取第一名。竞争激发了我不断超越自我的动力，让我不甘于平庸。然而，体育课程也教会了我竞争与合作并重的原则，明白了团队合作对于达到更高目标的重要性。

5. 结论段：总结学校体育课程的心得体会（200字）

通过参加学校体育课程，我不仅学到了许多锻炼身体的技巧，还培养了良好的团队合作精神和竞争意识。体育课程的学习不仅能够促进身体健康，还能够培养学生良好的行为习惯和积极的人生态度。我深信，在今后的学习和工作中，我将继续运用体育课程所教给我团队合作和竞争精神，不断追求卓越。

学校体育课程实施方案篇四

一、指导思想：

为了更好的贯彻落实“全国亿万学生阳光体育运动”文件精神，切实提高青少年健康素质，大力加强学校体育工作，深入践行“每天锻炼一小时，健康学习工作五十年，幸福生活享受一辈子”的现代健康理念。激发学生的运动兴趣，促使学生乐于主动参与体育锻炼，形成终身体育锻炼意识，特制订本方案。

二、组织机构

组长：王树兵副校长全面负责

副组长：王道军：课外活动组织管理

王岩：课外活动实施、评价、考核

级部主任：本年级活动课的组织管理

组员：各班主任：课外活动的全程监管与指导，学期末上交活动记录。

三、实施目标

1、通过课外体育活动，让学生有更多的时间参与运动，培养体育锻炼的兴趣，养成每天坚持锻炼身体的习惯，促进学生健康成长。

2、在课外体育活动中，让学生有选择地参与、学习、享受体育，让学生掌握一定的体育锻炼方法和运动技能，提高学生基本身体素质。

3、通过课外体育活动，丰富校园体育文化生活，促进教师与学生、学生与学生之间的和谐关系，增强学生的合作意识、竞争意识以及不怕艰辛、勇于克服困难的坚强意志。

四、实施要求

人人有项目班班有团队学校有比赛

五、操作措施

（一）校本化俱乐部式体育活动的实施研究

（二）校本化俱乐部式体育活动的课程方案研究

1、调查学生的体育兴趣、爱好，确定俱乐部下设的项目部。通过访谈、设计问卷，调查学生的体育倾向，结合本校的场地、器材、设施和师资情况，分设各项目部。

2、配备各项目部辅导教师。在师资配备上，根据各项目部学生报名情况和学校的体育传统项目来分配辅导教师。对参加人数较多的活动项目，配备多名辅导教师；对学校的传统项目，除配备辅导教师外，还要配备专业体育教师，以便更好

地发现人才、培养人才。

3、安排俱乐部的活动时间、活动形式。根据俱乐部项目部的多少、人数，精心安排、设计各项目部活动时间、活动地点、活动方式。各项目部计划一学期进行辅导、培训，一学期进行竞赛。

（三）校本化俱乐部式体育活动的评价研究

1、开展在校学生的评价。通过在校学生的评价，发现活动中存在的问题，不断优化课程设置，优化活动形式，俱乐部委员会根据学生反馈情况，及时补充、修改和完善。

2、开展教师评价。通过教师对俱乐部活动建设、活动开展、学生参与的情况等方面进行评价，验证学生在体质、能力方面的进展状况。

六、研究方法

1、文献资料法。注重搜集、分析相关理论信息和研究成果，不断完善研究目标，丰富操作样式。

2、个案研究法。通过对部分学生进行连续不断的追踪调查研究，评价实验操作成效，发现纠正实验样式。

3、行动研究法。坚持在实践中研究，在研究中行动。

4、经验筛选法。对以前的经验、做法进行筛选。

学校体育课程实施方案篇五

体育是学校教育中不可或缺的一部分，体育课程是培养学生身心健康发展的的重要途径之一。在经历了一学期的体育课程学习后，我深感受益匪浅。通过这次体育课程的学习，我意

识到体育不仅仅是一堂课，而是一种生活态度。下面我将从三个方面分享我对体育课程的心得体会。

二、身体素质的提高

通过这次的体育课程学习，我真切地感受到了身体素质的提高。每节课的热身运动、练习动作和力量训练，都让我的身体逐渐变得更加灵活、敏捷和强壮。尤其是长跑这项运动，虽然一开始觉得有些枯燥乏味，但是坚持下来后，我的体能明显增强了。同时，我也提高了自己的球类技术水平，如乒乓球、篮球等项目，通过不断的练习和比赛，我的技术得到了显著的提高。这些身体素质的提高不仅让我在体育课上更加出色，也使我在日常生活中更加健康和自信。

三、合作能力的培养

在体育课程中，我还学到了合作的重要性。比如在各种团队比赛中，只有与队友合作默契才能取得好的成绩。通过这次体育课程的学习，我明白了团队中每个人的作用都是不可或缺的。在上课期间，我们互相鼓励、合作，遇到问题一起研究解决方案，形成了团结友爱的集体氛围。这种合作精神不仅在体育课上有用，在日常生活中也是不可或缺的。通过体育课程的学习，我明白了合作才能使我们变得更强大。

四、心理素质的提升

体育课程不仅是锻炼身体，更重要的是培养了我的心理素质。在体育课程中，我遇到了各种困难和挑战，如学习一些难度较大的技巧动作或克服恐惧心理。而通过老师的引导和同学们的鼓励，我逐渐克服了困难，并且提高了我的意志力和毅力。通过这次体育课程的学习，我也明白了比赛中的胜利与失败并不是最重要的，最重要的是要学会正确面对挫折和失败，保持积极向上的态度。这种心理素质的提升将对我的未来学习和生活有很大的帮助。

五、对体育课程的建议

通过这次体育课程学习的经历，我对体育课程也有了一些建议。首先，希望能增加一些锻炼身体的项目，如瑜伽、跳绳等，这些项目不仅可以提高我们的柔韧性和协调性，还可以培养我们的耐心和专注力。其次，希望能加强体育课程的理论教育，通过理论的学习，能让我们更深入地了解体育的意义和价值，培养我们对体育的兴趣。同时，希望能增加一些有趣的团队活动，如拔河比赛、定向赛等，这些团队活动既能培养我们的合作能力，也能增强我们对体育的热爱。这些建议可以帮助我们更好地提高体育水平，享受体育课程的乐趣。

总结

通过这次体育课程的学习，我深切地体会到了体育对于身心重要性。体育不仅能提高我们的身体素质，也能培养我们的合作精神和心理素质。通过体育课程的学习，我明白了体育不仅仅是一堂课，更是一种生活态度。希望能将体育精神融入到日常生活中，并不断完善自己，健康向上地成长。