

# 2023年初三体育学期教学工作计划 初三 体育教学工作计划(优秀5篇)

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 初三体育学期教学工作计划篇一

走进学生心灵，尊重学生选择，给学生一个玩乐的童年：

初三年级是我从初一带上来的学生，上课有严格的规范要求，大部分学生体育素质较好，他们敢于实践。学生体育基本功也不错，上学年体育达标成绩令人满意。本人特别喜爱学生。虽然我上课严格要求学生，但平时与学生一起玩乐，游戏，关心学生，所教学生都很喜欢我，听我的话，愿意和我交流，这些给我的教学实施带来了有利的条件。

初三学生已经具有独立思考问题的能力，教师重视学生的心理感受和情感体验对学生而言才是最重要的。因此，在教材的选择上，我将进行大胆地创新，积极创设情景，从学生兴趣出发，选择富有生活气息的形式进行教学。因此，本学期在课堂教学中，让学生更加自信地想、大胆地体验。教学中，注重与孩子之间建立良好的师生感情，时刻观察他们的一举一动，对于他们的每一点变化，力求做到了如指掌，一旦发现问题便马上从中想对策，对他们进行有针对性的培养与教育。除了对各别同学进行有针对性的辅导外，继续经常与同学们一起做游戏，在课堂上进行师生互动等。

## 二、教学质量目标及措施

1、加强安全防范措施，始终把“安全意识”放在首位，切实

做好学校体育的安全工作，确保活动场地设施的完好与安全，确保学生人身安全。

2、继续学习和研究《体育与健身》教材，坚持相互听课和评课，不断提高教师的业务水平与能力，对新教材加以研究，参与课程改革，积极探索教学新思路。以学生为本，以“健康第一”为原则，促使学生养成自我锻炼的习惯，掌握科学锻炼的办法，树立终身锻炼的思想。

### 3、体育课教学要开放化

在课程改革、教学不断创新的今天，体育课教学也应以创新为主，面向未来、面向社会。不应再是以教师为主的传授性教学为主，而应是以学生为主体的尝试性教学为主，要根据学生的身心发展特征、兴趣和水平目标来安排课的内容，内容应以协作性和互助性为主，重视对学生体育能力的培养。

### 4、根据目标来科学、合理地安排教材

对教材的安排要科学化、合理化、灵活化；课的内容要单一化，内容的形式要多样化、全面化；课的设计要新颖化、趣味化、个性化。体育教学要始终贯彻一个主题——健康第一、快乐体育、以学生为主。尽量让枯燥、单调的教学变得新颖、活泼、轻松，让学生的身、心、德、智在愉悦的活动中得到全面地发展，同时还要注重学生能力的培养，特别是创造性思维的培养。体育课教学只有不断地创新、不断地探索，才能不断地进步，不断地在实践中优化体育课教学。

### 5、选择适宜的教学环境

场地、环境的选择要有助于课堂教学，有利于提高学生的积极性、能动性和创造性。新颖别致的场地布置以及有选择地变换运动地点，都能调动学生的练习兴趣，同时环境具有调节情绪的功能，当学生处于一个整洁优美，生机盎然的环境

中时，能产生轻松、愉悦、安宁等积极的情绪，表现出活泼开朗、自信大方、朝气蓬勃、乐观向上与人友好相处易于接受别人的意见；反之，则表现出萎靡不振、情绪底下、烦躁不安、不友好等不良行为。

## 6、上体育课应注意的安全事项：

体育课是锻炼身体、增强体质的重要课程。体育课上的训练内容是多种多样的，因此安全上要注意的事项也因训练的内容、使用的器械不同而有所区别。

(1)短跑等项目要按照规定的跑道进行，不能串跑道。这不仅仅是竞赛的要求，也是安全的保障。特别是快到终点冲刺时，更要遵守规则，因为这时人身体的冲力很大，精力又集中在竞技之中，思想上毫无戒备，一旦相互绊倒，就可能严重受伤。

(2)立定跳远时，必须严格按老师的要求执行。起跳后要落入沙坑之中。这不仅是跳远训练的技术要领，也是保护身体安全的必要措施。

(3)在进行投掷训练时，如投实心球等，一定要按老师的口令进行，令行禁止，不能有丝毫的马虎。这些体育器材坚硬沉重，如果擅自行事，就有可能击中他人或者自己被击中，造成受伤，甚至发生生命危险。

(4)在进行双杠训练时，器械下面必须准备好厚度符合要求的垫子，如果直接跳到坚硬的地面上，会伤及腿部关节或后脑。做双杠动作时，要采取各种有效的方法，使双手握杠时不打滑，避免从杠上摔下来，使身体受伤。

## 三、体育中考项目具体安排

1、2月份身体素质耐力、定量素质、定性素质恢复阶段。

- 2、3月份主要是耐力素质、定量、定性素质训练、提高阶段。
- 3、双杠、篮球；
- 5、4月份巩固练习准备迎接考试阶段
- 6、5月份拓展活动、羽毛球、课堂常规训练提高。

## 初三体育学期教学工作计划篇二

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，初三体育教学计划。

### 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，培养女生积极参与体育锻炼的习惯。

### 二、教材的知识系统和结构

本册教材内容有：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。

### 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，特别是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。

## 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。

# 初三体育学期教学工作计划篇三

## 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，培养女生积极参与体育锻炼的习惯。

## 二、教材的知识系统和结构

本册教材内容有、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。

## 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,特别是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。

#### 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的效果。

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

## 初三体育学期教学工作计划篇四

本册教材内容有：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。

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。

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。

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。

男：100米跳远双杠支撑臂屈伸

女：100米跳远仰卧悬垂臂屈伸

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

## 初三体育学期教学工作计划篇五

根据社会发展的需要和新课程标准改革的要求，体育和健康课程对于义务教育阶段来说，更加关注学生的发展和学生运动的愉悦感，从而形成良好的体育锻炼习惯，为形成终身体育锻炼的意识，打下良好的基础。它强调学生的运动体验，突出学生学习的主体，强调学生的自主、合作、探究学习方式的形成，本次课力求靠近这些新的教学理念，大胆的将教与学融入学生的自主活动当中，寓教于练，寓教于乐。

### 二、教学目标

1、能自觉参加体育与健康课的学习，积极参与课外各种体育活动；

3、了解所学项目的简单技、战术知识和竞赛规则；体育锻炼的价值；

4、通过田径、体操、武术及球类项目的练习，发展运动能力和运动技术，增进身体健康；

5、通过本年度学习，让学生了解心理健康对身体健康的意义，树立自尊、自信和建立良好的人际关系，学会正确评价自己运动能力，和与同伴合作练习的能力；在体育运动中表现出适宜的自信心和良好的竞争意识。

### 三、教学内容设置分析

新的课程标准在教学内容上，只确定了一个内容结构框架，仅提供了不同水平、不同领域、不同层次的基本目标；对教材内容的选择、采取的教学方式和实施的教学步骤，都没有作明确规定；因而教师在教材选择上有较大的自主选择空间。教师和学生都参与到课程内容的选择和建设上来，使体育与健康课教学更能适应学生个体差异，做到因材施教，让全体学



生在学习中获得益处。