

2023年一年级体育教学工作计划(大全8篇)

导游工作计划是为了确保旅行的顺利进行而对导游工作进行规划和安排的一份书面材料。接下来我们将为您分享一些医务工作中的关键问题和解决方法，供您参考。

一年级体育教学工作计划篇一

1、学生情况初一年级共十二个班，我所教的班级是6——10班，大多数学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况初一年级女学生喜欢跑、跳、投掷、追逐、跳绳、踢毽子等大肌肉活动。但动作则显得僵硬呆板，需在今后的体育活动中进一步锻炼。

根据义务教育初中阶段《中学体育与健康》课程标准以及本校实际情况，以“健康第一”为指导思想，以身体、心理、社会适应的整体健康为课程目标，有目的、有计划地进行教育教学工作，通过传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，完成运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应目标，使每个学生发展成为德、智、体、美、劳动全面发展的优秀学生。

1、使学生认识自己的身体和掌握锻炼身体的知识及方法，学会一些体育卫生保健和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、学习田径、跳跃、力量、球类等项目的基本技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

3、培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以及勇敢、顽强、胜不骄、败不馁、自觉遵守规则、团结协作等优品质。

- 1、认真备课，上好每一堂体育课。突出学生的主体性，提高课堂效率。
- 2、抓好校运动队的建设和训练工作，为这学期学举办和各类比赛做好充分准备。
- 3、开展班级活动。本学期将进行班级间的各项体育比赛，如：跳绳比赛、拔河比赛、各种球赛等。
- 4、完成广播操的教学工作。
- 5、教学论文、教案的撰写。

- 1、抓好基本素质的提高。（如快速跑、俯卧撑、蛙跳、推小车等）
- 2、抓好基本技术的练习。（如女生800米、立定跳远、坐位提前屈、台阶试验、50米。）
- 3、结合阳光体育活动，认真抓好每天一小时的体育锻炼。
- 4、不断改进教学方法

一年级体育教学工作计划篇二

一引导课体育常识：做早操的好处

1、队列队形；2、游戏；块块集合

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

四1、队列；原地转法； 2、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；

七1、队列：报数； 2、复习，各种姿势的走；

1、韵律活动； 2、队列：报数；

八1、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；

九1、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；

十1、队列：齐步走-立定； 2、复习劳动模仿操；

游戏课： 1、蹦蹦跳跳； 2、猎人老虎；

十一1、队列：走圆形； 2、十字接力；

1、技巧：立卧撑； 2、游戏：换物接力；

十二1、基本体操； 2、游戏：“8”字接力；

1、徒手操；2、游戏：改换目标；

十三1、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；

十七1、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；

十八1、队列：齐步走-立定；2、复习劳动模仿操；

游戏课：1、蹦蹦跳跳；2、猎人老虎；

十九游戏课：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；

二十1、跳小绳；2、游戏：迎面接力跑；

1、走跑交替；2、复习跳小绳；

二十一考核

一年级体育教学工作计划篇三

新的学期开始了，为了开展良好的教学工作，进行有步骤的教学，顺利完成本学期的教学任务，根据学校工作安排，特制订本学期的教学计划。

1、全面锻炼，努力增强学生的体质。

2、学习基础知识，学会科学的方法锻炼身体，以创新的精神和实践能力的培养为重点，引导学生建立新的学习方式。

一年级有四个班，学生约200余人，年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，自控能力不强，组织纪律能维持。但他们活泼好动，非常乐意参加体育活动和上体育课，通过上一学期的学习，对队列的有关动作掌握的较好，本学期应根据学生的心理特点，因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，积极学习，使学生在德、智、体、美、劳诸方面都能得到发展和提高。

本学期一年级体育内容有走、跑、跳、体操及游戏等内容，以游戏为主，将其他内容穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还学到了简单的体育知识。

1、教材的重点是以、游戏教材，应突出课堂上练的教学方法，难点是队列的基本动作，使学生从小就建立正确的动作概念和动作方法，但是对于一年级来说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相帮助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

2、教研专题：本学期的教研专题“体育教学中培养学生创新能力”

3、集体备课、研究课、公开课的内容与时间安排

一至九周 掷轻物

十至十五 快速跑

十六至二十 跳短绳 、 、 、

1、全体学生要积极参加体育锻炼活动，遵守考勤制度，按时上课。

2、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。

3、参加 期中和期终检测，督促学习。

4、采用直观教学方法，精讲多练，搞好“自主、综合、拓展、创新”研究。

5、教师处处以身作则，为人师表。

6、教研专题实验措施：

(1) 注重智力因素与非智力因素协调发展，寓教于乐，促进学生全面发展。

(2) 加强对实验课题的研究，定期举行听课，评课活动和专题研讨。

1、 学生情况分析：

一年级有学生200余人，他们活泼好动，非常乐意上体育课，但对体育知识及技能差，自控能力不强，为全面提高学生的整体水平，根据学生的心理特点，本学期应加强培优辅中及后进的转化工作。

2、 辅导知识与时间安排：

3、培优、辅中、转差集体措施：

1、因材施教，分类指导。

2、培养优生，能自觉练习，善于动手，动脑的好习惯。

3、要加强学困生的指导，提高他们的技能水平。

4、教师要关心，热爱平等对待每一个学生。

5、教师要定时、定点，加强优生优培辅中转差的辅导。

一年级体育教学工作计划篇四

1、学生情况

初一年级共十二个班，我所教的班级是6--10班，多数学生身体健康，无运动技能障碍。

2、技能情况

初一年级女学生喜欢跑、跳、投掷、追逐、跳绳、踢毽子等肌肉活动。但动作则显得僵硬呆板，需在今后的体育活动中进一步锻炼。

根据义务教育初中阶段《中学体育与健康》课程标准以及本校实际情况，以“健康第一”为指导思想，以身体、心理、社会适应的整体健康为课程目标，有目的、有计划地进行教育教学工作，通过传授基本的体育卫生保健知识和体育技能，并在传授中渗入思想道德教育，完成运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应目标，使每个学生发展成为德、智、体、美、劳动全面发展的好学生。

1、使学生认识自己的身体和掌握锻炼身体的知识及方法，学

会一些体育卫生保健和安全常识，培养认真锻炼身体的态度。

2、学习田径、跳跃、力量、球类等项目的 basic 技术，掌握简单的运动技能，进一步发展身体素质，提高身体基本活动能力。

3、培养学习各项基本技术的兴趣和积极性，以及勇敢、顽强、胜不骄、败不馁、自觉遵守规则、团结协作等优品质。

1、认真备课，上好每一堂体育课。突出学生的主体性，提高课堂效率。

2、抓好校运动队的建设和训练工作，为这学期学举办和各类比赛做好充分准备。

3、开展班级活动。本学期将进行班级间的各项体育比赛，如：跳绳比赛、拔河比赛、各种球赛等。

4、完成广播操的教学工作。

5、教学论文、礁的撰写。

1、抓好基本素质的提高。（如快速跑、俯卧撑、蛙跳、推小车等）

2、抓好基本技术的练习。（如女生800米、立定跳远、坐位提前屈、台阶试验、50米。）

3、结合阳光体育活动，认真抓好每天一小时的体育锻炼。

4、不断改进教学方法，激发学生对上体育课的兴趣。根据这一情况我进行分层、分组教学。根据考试成绩将学生分成不同层次的小组。（分四组优、良、中、差）以好的学生助老师组织、辅导、督促素质较弱的学生进行练习。素质较弱的学生可消除自卑感和心理压力。更能激发学生的积极性和竞

争欲望。

5、学生练习一段时间进行模拟考试，及时掌握学生的练习情况，同时将成绩通知学生和班主任，让他们做到心中有数，从而有目的的进行锻炼。

6、根据学生不同情况进行专项练习。

一年级体育教学工作计划篇五

坚持“健康第一”的指导思想，以促进学生健康成长为目标，激发学生运动兴趣，培养他们终身体育的意识。在教学中，重视学生的主体地位，发挥他们的创造力，以学生发展为中心；关注个体差异与不同需求，确保每一位学生受益。

二、教学目标

认真完成教学任务，使学生掌握体育基础知识，基本技能，基本技术。培养学生的兴趣。认真开展研究、教改活动。认真完成校领导安排的各种临时性工作和任务。

三、学生现状分析

初一年级的学生身体发育已进入青春期，心理、生理的发育波动大。男生爱动，喜欢对抗性强的运动项目如：篮球、足球、等项目。而女生则恰恰相反，喜欢娱乐性、柔韧性、游戏性强的项目。从身体素质方面来看男生力量素质差，但是灵活性和反应能力强。女生也是力量差，但是柔韧性好。对于体育与健康理论知识较薄弱，对锻炼方法模糊，不知如何合理的进行体育锻炼。因此，这学期应加强理论与实践的结合，选择多样的教学内容，多通过集体游戏来提高凝聚力，满足学生参与活动和学习的需要。因此要因势利导，培养学生积极参与体育锻炼。

四、加强课堂常规落实、改进教学措施、提高教学质量。

1、常规落实，上课前认真备课，钻研教材，改进教学手段，根据学生的不同差异制定不同的教学手段使每个学生受益。在体育课中，对学生严格要求，加强组织纪律教育，防止各种伤害事故的发生，做到安全第一。

2、体育教学是整个体育工作的中心环节，因此，上好体育课是重中之重，是对学生进行体育教学的重要手段，本学期，我将按照“健康第一”的指导思想，努力探索新课程标准，积极改进自己的授课方式，提高自己的授课水平。在教学中严格贯彻以学生为主体，以教师为主导的教学思想，努力使每一位学生都能积极的上好体育课，学好体育知识，增强体质，使教学质量得到有效的提高。

3、进一步提高课外体育活动和运动竞赛水平，学校的体育工作除体育教学以外，还有课外体育活动和运动竞赛，这两项同样是学校体育工作的重点。课外体育活动是学生非常喜爱的活动形式，它即可以使学生对在体育课上学到的知识进行巩固，又可以发挥自己的能力去学习自己喜欢的运动项目，以保证课外体育活动顺利的开展。

一年级体育教学工作计划篇六

1、学生情况初一年级学生身体健康活泼，无运动技能障碍。

2、技能情况初一年级女学生喜欢跑、跳、追逐等大肌肉活动，但动作显的僵硬呆板，需在今后的体育活动中进一步锻炼。

二、指导思想

1、坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。

2、激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行

为。

3、重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。

4、充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每个学生都受益。

三、教学目标

1、知道合理安排锻炼时间及其意义，积极参与《体育与健康》课的学习，形成积极的态度和行为。

2、完成和基本掌握本年级选择项目中的知识与简单战术，结合游戏等多种形式获得应用技能，区分安全和不安全的运动行为，发展自学自练和自我保健能力。

3、在小学《体育与健康》课的学习的基础上，通过各种练习手段，发展速度与灵敏、有氧耐力。引导学生关注自己的身体，懂得不良行为对健康的影响，理解体育锻炼对身体形态和机能发展的益处。

4、掌握运动技能的同时使学生了解心理状态对身体健康的影响，在体育活动中初步建立自尊与自信，积极进取，培养坚强意志。

5、建立个人与群体的和谐关系，在体育游戏和比赛中能与同伴合理分配角色，协调配合，共同完成任务。

6、评说比赛和表演。

四、运动参与

1、积极参加课外体育活动，懂得体育的锻炼方法。

2、用安全方法进行运动，发展体育的广泛兴趣、爱好。提高自学自练和自我保健能力。

3、根据自己的生理发育特点，了解体育活动中应注意的事项。

五、教学内容

1、体育课常规(队形变换、跑操)

2、田径

跑(50米、耐力跑800米1000米)

跳(立定跳远)

掷(投实心球)

运动技能教学重点：以各项目技术为载体，发展跑的能力和
有氧耐力、弹跳力、肌肉力量，提高生活能力和抗疲劳的能力。

3、篮球(行进间单手肩上投篮)

排球(垫球)

教学重点：以篮球的基本技术为载体，发展学生的身体素质，
提高心肺功能，培养运动兴趣。

一年级体育教学工作计划篇七

本班学生有45人，年龄小，基础差，体育知识及技术技能差，
自控能力不强，组织纪律能维持。但他们活泼好动，非常乐意
参加体育活动和上体育课，本学期应根据学生的心理特点，
因材施教，合理处理教材，充分调动学生的自主性，积极学
习，使学生在德、智、体、美、劳诸方面都能得到发展和提

高。

本学期一年级体育内容有走、跑、跳、体操及游戏等内容，以游戏为主，将其他内容穿插其中，使学生在娱乐之中既锻炼了身体，又增强了体质，还学到了简单的体育知识。教材的重点是游戏教材，应突出课堂上练的教学方法，难点是队列的基本动作，使学生从小就建立正确的动作概念和动作方法，但是对于一年级来说是比较难做的，可采用直观教学，利用互相帮助和课外活动的方式来突破这一难点教材。

1、进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，知道一些保护身体健康的简单常识和方法。

2、进一步学会一些基本运动，游戏，韵律活动和舞蹈的方法发展身体素质和基本活动能力。

3、体验参加体育活动的乐趣，遵守纪律，与同学团结合作

1、养成正确的身体坐、立、行、走姿势。

2、队列和队形动作。

3、各种跑、跳动作。

1、调动全体学生要积极参加体育锻炼活动，按时上课。

2、遵守体育课常规，认真听讲，积极学习。

3、认真备课，做到深入了解教材与教材有关的书籍及材料。做好示范和讲解，使学生能有从客观和主观上学习。

4、教学方法具有多样性、灵活性，主要以学生练习为主，教师知识起到指导，纠正学生错误为主，真正以学生为中心。

5、及时进行考评，从学生自评、小组互评、教师总评相结合

的方法来评价学生的学习情况。

一年级体育教学工作计划篇八

教学目的：在《大纲》中，明确地规定了小学体育的目的：“通过体育教学，向学生进行体育卫生保健教育，增进学生健康，增进体质，促进德、智、体全面发展，为提高全民族的素质奠定基础。” 教学目标：

- 〈1〉 进一步了解上体育课和锻炼身体的好处，
- 〈2〉 知道一些保护身体健康的简单常识和方法。
- 〈3〉 进一步学会一些基本运动，
- 〈4〉 游戏，
- 〈7〉 遵守纪律，
- 〈8〉 与同学团结合作。

体育课教学常规

体育课教学应从增强体质出发，加强课堂的“三基”教学经常对学生进行思想品德教育，有意识地培养学生各种优良品质，充分发挥教师和学生两个方面的积极性，不断提高教学质量。

一、 教师方面：

- 1、认真备课，精心写好教案，不备课无教案不准上课。
- 2、认真学习和贯彻教学大纲，钻研教材，明确教材目的与任务，3、掌握教材重点、难点，明确本课的教学任务、为完成

任务而采取的教学原则、教学方法，组织措施等。

3、根据教学任务，提前准备和布置好场地、器材、及教学用具、教师不准旷课、丢课，因故不能上课必须经学校领导同意，并做好妥善安排。

4、在教学中加强与重视“三基教学”，同时要注意对学生能力的培养，努力完成体育三个方面的任务，掌握教学原则、教学方法的运用。

5、要从增强学生体质出发，根据青少年的心理生理特点及学生的实际情况，科学地安排好、密度和运动量。

6、教师要注意仪表整洁，举止大方，教态严肃、自然、注意精神文明的建设，并在课前三分钟前换好服装，在上课现场等候上课。

7、认真做好学生的学期、学年体育成绩的考核和评定，重视资料的积累和保管，并且定期进行科学的分析和归纳，指导和改进教学工作，不断提高教学质量。

8、教学中要充分发挥体育委员，小组长及积极分子的作用并且经常做好对他们的培养和训练工作，使他们真正起到教师助手作用。

9、教学中要有严密的组织纪律，严格的安全保护措施与要求，严防伤害事故的发生一旦发生伤害事故要及时向领导汇报并作好妥善处理。

二、 学生方面：

1、学习目的明确，积极自觉的上好体育课，注意听讲。

2、积极学习掌握必要的体育基本知识技能与科学锻炼身体的

方法，逐步养成自觉锻炼的习惯。

3、上体育课，着装要轻便整齐，做到穿轻便运动鞋上课，不带钢笔，

小刀等提前按教师要求，在指定地点等候上课。站队时要做到快、静、齐。

4、不得无故缺课，不迟到、不早退，服从领导，听从指挥，遵守课堂各项规定。

5、在课堂上严格执行教师的各项要求，未经允许不得随意移动器材，教具要严格执行教师规定的各项保护措施。

6、要爱护体育器材，不得有意损害各种体育设备和用品，课后要按教师的要求如数送还各种器材。

体育教学进度表

周次 起至日期 计划进度

一 8.20~8.24 引导课 体育常识：做早操的好处

1、队列队形；2、游戏；块块集合

二 8.27~8.31 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 9.3~9.7 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 9.10~9.14 1、队列；原地转法；2、复习基本体操；

1、技巧;前后滚动;2、游戏: 障碍赛跑;

五 9.17~9.21 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 9.24~9.28 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 10.1~10.5 1、队列: 报数;2、复习, 各种姿势的走;

1、韵律活动;2、队列: 报数;

八 10.8~10.12 1、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 10.15~10.19 1、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;

十一 10.29~11.2 1、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 11.5~11.9 1、基本体操;2、游戏: “8”字接力;

1、徒手操;2、游戏: 改换目标;

十三 11.12~11.16 1、跳小绳;2、游戏: 迎面接力跑;

1、走跑交替;2、复习跳小绳;

十四 11.19~11.23 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 11.26~11.30 1、跳小绳;2、游戏叫号赛跑;

1、跳双绳;2、游戏：迎面接力