

上海市嘉定区方泰中学文件（计划）

方中【2025】 4-2 号

2024 学年方泰中学第二学期体育备课组工作计划

一、指导思想

以“健康第一”为核心理念，贯彻党的教育方针，落实《学校体育工作条例》和《国家学生体质健康标准》，全面提升学生体质健康水平，培养终身体育意识，促进学生全面发展。

二、工作目标

- 增强学生体质：通过课堂与课外结合，提升学生身体素质和运动能力。
- 培养体育兴趣：激发学生对体育的热爱，养成锻炼习惯。
- 提高运动技能：通过单元教学，提升学生在各个运动项目上的技能。
- 促进心理健康：通过体育活动，增强学生的心理素质和团队合作能力。

三、工作重点

1. 课堂教学：

优化教学内容，确保每节课有明确目标。
采用多样化教学方法，提升课堂参与度。
定期评估教学效果，及时调整教学策略。

2. 课外活动：

组织丰富的课外体育活动，如田径、跳绳等比赛。
鼓励学生参与校内外体育竞赛，提升竞技水平。
定期开展大课间活动，增强集体荣誉感。

3. 九年级体育中考：

九年级学生分项目上课，确保每个项目的熟练度。
安排一次模拟测试，让学生了解考试流程。

对于项目比较薄弱的学生加强练习。

4. 教师培训：

积极参加区、片培训和教研活动，提升教学水平。

积极参与体育科研，撰写论文和教学案例。

加强与其他学校的交流，学习先进经验。

四、具体措施

1. 制定教学计划：

根据学生年龄和体质，制定科学的教学计划。

确保每学期有明确的教学目标和内容安排。

2. 加强课堂管理：

严格课堂纪律，确保教学有序进行。

关注学生个体差异，因材施教。

3. 丰富课外活动：

组织多样化的课外体育活动，满足不同兴趣需求。

鼓励学生参与体育社团，培养特长。

4. 九年级体育中考：

进行模拟测试，及时反馈结果。

根据测试结果调整教学和训练计划。

5. 加强家校合作：

通过家长会等渠道，宣传体育锻炼的重要性。

鼓励家长支持学生参与体育活动。

五、工作安排

二月

1. 制定本学期工作计划、教学进度

2. 落实九年级体育中考工作

3. 确定教研活动主题

4. 抓好大课间活动

三月

1. 各个项目运动队训练

2. 两次教研活动
3. 区阳光体育各大联赛（跳踢、冬季长跑、课间跑）
4. 九年级体育中考模拟测试工作

四月

1. 做好九年级体育中考工作
2. 区阳光体育各大联赛（嘉年华、三棋等）
3. 两次教研活动

五月

1. 做好各个年级学生体育考核
2. 上报各班体育成绩和竞赛成绩进行归档
3. 两次教研活动

六月

1. 教研活动备课组总结
2. 确定下学期教学计划、进度和课时计划准备

方泰中学教导处

2025 年 3 月