# 2024年体育学科个人研修计划(三篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2024-10-13

*时间就如同白驹过隙般的流逝，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，让我们一起来学习写计划吧。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？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。体育学科个人研修计划篇一一、指导思想以《学校体育工作条例...*

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，让我们一起来学习写计划吧。那么我们该如何写一篇较为完美的计划呢？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。

**体育学科个人研修计划篇一**

一、指导思想

以《学校体育工作条例》为指导，以《学生体质健康标准》为工作目标，认真贯彻学习新课程标准。树立健康第一的指导思想，以高标准，高质量作好学校体育工作。

二、工作目标

1、加强体育课堂教学的常规管理。推动体育教学改革与教学研究，提高体育教师的理论水平、业务能力和教学质量。促进学生积极参加体育锻炼，掌握基本运动技能，养成良好的体育锻炼习惯。

2、加强运动队训练工作，保证训练时间、提高训练质量，认真制定训练计划，积极主动的开展训练活动。为提高学生的竞技水平打下良好的基础。

3、认真抓好群体工作，保证两课两操质量，安排好体育课外活动和体育达标工作，保证学生每天一小时的体育锻炼时间。

三、工作重点

1、认真贯彻和落实体育工作条例，建立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，关心青年教师的成长，做好师带徒工作。

3、充分发挥骨干教师的模范作用，努力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、认真学习体育教学大纲，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。

四、教学工作

1、认真学习大纲和学科改进意见，认真备课、钻研教材，提高教学质量。

2、加强教学工作管理与指导工作，努力使我校教学工作更加规范化、科学化。

3、加强课堂教学，争取在本学期出一、二节特色课或精品课对外开放。

五、阳光体育大课间、课外活动和体育与艺术“2+1”项目工作

1、加强阳光体育大课间、课外活动和体育与艺术“2+1”项目的指导与管理工作，使我校的体育与艺术质量好上加好。

2、加强课外活动的管理工作，确保学生每天一小时的课外体育活动时间，并做到专时专用，随机检查。

3、认真抓好各类训练工作，有措施、有目标、有计划。

4、积极开展各类各项比赛活动，提高广大师生的全民健身意识。

六、竞赛与训练工作

1、认真抓好运动队的训练与管理工作，做好训练计划和人员记录。

2、组建两支长年训练的专项运动队，并有专人负责训练(田径、篮球)。

3、组织一、二年级趣味项目比赛。

4、组织召开学校一年一度学生田径运动会。

5、组建学校乒乓队伍。

6、组建学校棋类比赛队伍。

**体育学科个人研修计划篇二**

新学期的工作已经开始了，为了使自己教育教学能力有进一步的提升，根据校年度研修计划，制定个人研修计划如下：

一、积极进行“三三练功法”，即读好一本书，做好一份读书笔记，写好一篇读书心得，钻研好一册教材，上好一堂课，写好一份教案，讲好一口普通话，写好一手字，用好一种信息技术。

二、体育教研科研是一门综合性的学科，体育教师只有认真学习有关体育教学文章，加强理论学习，才能不断提高体育教学理论水平，平时要写一点文章，学一点理论、积累一点教学经验，才能在教学上有不败之地，争取教学工作的主动权、权。

三、体育教师要加强理论学习，不断提高自身的素养，注意体育资料积累工作，坚持听课，取人之长，补己之短。

四、重视备课，讲课，切实提高课堂教学效率。课堂教学是学校教学工作的重要渠道，充分利用课堂40分钟是提高教学效率，教师要认真上好课，充分利用先进的教学手段，设计好教学方法，把知识落到实处。

五、体育教师要认真写好论文的撰写工作，参加各级各类的小论文评比活动，要认真做好论文的撰写工作，不断提高青年体育教师的理论修养。

六、认真做好课题研究工作，完成各阶段的总结。

总之，本学期要积极开展教育教学工作，充分利用现代技术的丰富资源。实现教师实实学习，处处学习，高效率学习，真正把校本研修变成教师的终身学习，不断提高自身素质，完善自我。

**体育学科个人研修计划篇三**

一、指导思想

二、工作思路

以体育课、课间操、体育活动课为抓手，推动并促进开发区学校体育工作的深入开展。努力打造以特色的体育校本课程开发和课堂教学为原点，以青年教师技能比武、大课间活动设置、特色操的评比为措施，以各校体教结合的特色体育项目活动为亮点的学校体育的工作特色。

一是体育教学方面，以强化研训为引导，提高体育教学基本功，进一步完善和提高体育教师的专业技能水平，努力提高课堂教学的质量;配合杭州市学生体育素质抽测和国家体育健康数据上报，加强检查和指导，树立先进带动持续发展;继续规范体育课堂教学行为，开足课上好课。

二是体育活动方面;积极开展好国家倡导的“确保体育锻炼一小时”“阳光体育活动”“全国冬季长跑活动”“体育艺术2+1工程”等一系列加强学校体育工作的活动;积极开展好各学校的体育运动会、体育节、特色项目的比赛等活动。利用体育活动体现学生的精神风貌、同时抓出实效长效和特色品牌，努力培养广大师生体育锻炼的习惯，切实促进学生的健康成长。

三、任务与举措

(一)加强学科理论学习

1、深入学习和贯彻、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》、《关于加强教体结合全面开展阳光体育运动实施意见》、教育部国家体育总局关于实施《国家学生体质健康标准》以及《体育与健康课程标准(20\_\_年修订稿)》的培训与学习。

2、观念创新，思路突破，提高认识，明确落实每天一小时体育活动，如何开展丰富学生大课间、课外文体活动、校本化课程建设、校园集体项目活动开发的有关理论学习与研究。

3、以学习《体育与健康课程标准(20\_\_年修订稿)》为抓手，科学实施新课程，多层次多新式开展“草根式”教学研究活动，探索中小学体育基础运动能力教学，加强体育主题单元教学的研究和学习。

(二)加强学科教师队伍建设

1、尝试开展“五个一工程”的教研工作。要求：每一位体育教师，上好每一堂体育课;工作五年以内的每一位体育教师每一学期开设一节校内公开课;工作五年以上的体育教师每学年由各校推荐一位在区级上展示课;每一位区级以上的教学能手、骨干教师、学科带头人每一学年开设一节区以上示范研究课;每一所学校体育教研组每一学年开设一节校级以上精品课(经过教研组共同研究和讨论后形成相对成熟的示范课)以上三项可整合进行。

2、加强新教师(工作三年以内)队伍建设。开展每月一次青年教师课堂教学公开研讨活动、课堂教学设计、上课、说课、评析，旨在磨炼青年教师的执教能力，提高体育教师的问题意识，促进体育教师的专业成长。

3、通过体育学科教研大组的成立，开展校级学科教研机制建设，积极引导校际教研组联动。引导青年教师每人参加一个课题研究，每月开展一次专业知识学习活动，每年读一本教育理论书，每年上一节研究课，每年写一篇较有价值的教学论文。

(三)加强学科专题研究

1、通过调研各校申报的江干区立项课题，利用教研大组研讨形式指导并帮助有立项课题的老师或学校进行课题研究，及时督促做好中期检查与汇报相关工作材料，聘请区或市教研室检查与指导。

2、开展有关“中、小学主题单元教学、体育校本课程建设和《国家学生体质健康标准》”实施的专题研究。力求突破问题的重点和难点，形成定期研究制度。

3、积极参与区、市体育学科论文征集、评比工作。发挥教育教学理论研究“指导性、科学性、创新性、前瞻性”的作用，把论文评比的切入口与我区专题研究有机结合。

(四)加强运动项目的布局与课余训练

1、以迎接开发区第八届中小学生田径运动会为契机，建立运动队，制定训练计划，突破创新，提高训练有效性、训练科学性、儿童趣味性，抓紧训练，各校应积极参加区第八届中小学生田径运动会，争取运动成绩有所突破。

2、广泛、深入开展阳光体育运动，引导广大青少年走向操场、走进大自然、走到阳光下快乐地运动。学校课余体育训练的重点是普及田径、乒乓球、羽毛球、篮球、排球、足球等项目，每个学生应掌握2项以上运动技能，每所学校要有1-2个项目的代表队。校校有体育特色俱乐部。普及与提高结合，竞赛促普及。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找