**八年级体育与健康教学计划**

陈用好

**一、指导思想：**

进一步培养和巩固学生对足球的兴趣和爱好，培养集体主义观念，通过训练发展学生身体素质，增强体质，促进学生正常生长发育。让 学生积极参与学习，使学生掌握小足球的基本技术，了解足球比赛的规则，能够自己获得成功组织比赛。在学习中充分展示自己。增强自信心和意志品质，的喜悦。培养良好的团结协作精神。积极进取，乐观开朗。

**二、备组目标及工作思路：**

坚持以人为本、因材施教、全面发展的原则，以关注学生身心发展，全面提高教学质量为目标，以教科研为重点，更新观念。全面实施素质教育，紧紧围绕教学这一主题，深入开展足球教学活动。通过这学期对足球的学习让学生掌握足球的基本知识和在比赛中的运用，提升自身能力，对垫球、运球、运球绕杆有熟悉的掌握，突出“积极参与，全面提高”，通过优质高效的工作，尽而实现全体学生掌握足球技能。

**三、主要任务：**

（一）继续贯彻实施教学工作，做到常规教学管理规范有序。

（二）在教学中不断积累足球教学经验，加强教学反思，每月在教研组内要做一次反思性交流。

（三）关注、研究并帮助至少一名学习困难学生的学习，改变足球练习方法，提高足球考试成绩。

（四）扎实开展学生学习足球活动，提高学生的自学能力和积极性。

（五）认真备课和备学生的情况，提高上课的效率，准备好公开课的安排。

**四、教学工作:**

认真贯彻和执行新的“体育与健康教学大纲”，并根据教学要求补充和调整体育器材，力争为提高教学质量创造良好的条件。使本学期体育教学工作上一个新的台阶。

**五、具体措施：**

(一)给学生制定足球训练内容安排

(二)加强常规教学管理，落实体育课足球教学基本要求，全面提高学生对足球的掌握。

（三）备课

备课要坚持从学生对足球的实际掌握情况出发，并提前备课一周，制定出切实可行的足球教学设计方案。

（四）上课

1.基本功: 通过一个或几个人的带球练习，掌握基本的运球(控球).传球和射门技术，主要包括内外脚背运球、内脚背传球和脚弓射门。 旨在让学生熟悉球类，提高球感。

2.团队锻炼:通过小组、团队的训练和比赛，进行抢圈训练和小组 比赛对抗。在这个过程中，学生可以综合运用足球基本技术，进一步提高竟技能力。

3.足球知识教学:在教学过程中，足球技术教学是主体，同时足球知识和足球文化教学也是重要的组成部分。在教学中，通过口头教学、知识竞赛、小组讨论等方式，加强学生对足球知识的掌握和理解。

4.激励:为了提高学生的学习积极性，对表现积极、成绩优秀的学生进行奖励，可以是口头奖励，也可以是实物奖励(如证书、奖品等)。

（五）学业成绩考核考察

按照新课程标准要求，对学生进行综合评价。把平时考核、期末考核结合起来，重视对学生学习过程和学习态度的考核。

1. 公开课安排

利用学习的足球基础知识在体育公开课进行训练，主要内容有足球垫球、足球运球绕杆、射门等技术动作。对基础动作加强练习达到所有学生都能熟悉运用的目的，达到公开课的要求。

**六、常规工作**

配合学校的教学安排，认真贯彻和落实各项计划和工作，继续进行养成教育，加强学生心里适应能力的训练和辅导，按照各种规章制度进行日常的管理和教学用具的维护，努力做好各项工作。

**七、课程工作安排**

（一）队形队列练习、身体素质恢复练习

（二）慢跑恢复性练习、下肢力量恢复练习

（三）足球球性和垫球练习、下肢力量练习

（四）一分钟跳绳练习、核心力量练习

（五）足球垫球练习、跳跃恢复练习

（六）800/1000耐力跑练习

（七）足球垫球练习、跳跃练习

（八）一分钟跳绳、足球运球练习

（九）800/1000耐力跑、上肢力量练习

（十）足球运球和垫球练习、下肢力量练习

（十一）足球传球和射门练习、下肢力量练习

（十二）足球绕杆练习、核心力量练习

（十三）一分钟跳绳和足球垫球练习、上肢力量练习

（十四）足球运球绕杆练习、一分钟跳绳

（十五）800/1000耐力跑、上肢力量练习

（十六）足球垫球和绕杆、立定跳远

（十七）一分钟跳绳考核、下肢力量练习

（十八）足球考核、一分钟跳绳

（十九）800/1000耐力跑考核、核心力量练习

花广金狮学校

2023年8月27日