# 初中体育课堂教学达标目录

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2024-08-26

*第一篇：初中体育课堂教学达标目录初中体育 初中体育 初中体育 初中体育 初中体育 人教版 人教版 人教版 人教版 人教版 七-九年级 七-九年级 七-九年级 七-九年级 七-九年级 全一册 全一册 全一册 全一册 全一册 第一章 第二章 ...*

**第一篇：初中体育课堂教学达标目录**

初中体育 初中体育 初中体育 初中体育 初中体育 人教版 人教版 人教版 人教版 人教版 七-九年级 七-九年级 七-九年级 七-九年级 七-九年级 全一册 全一册 全一册 全一册 全一册 第一章 第二章 第五章 第五章 第五章 《体育与身体形态》 《科学锻炼的基本原则》 《快速跑》 《跨越式跳高》 《投掷实心球》 初中体育 初中体育 初中体育 初中体育 初中体育 初中体育

人教版 人教版 人教版 人教版 人教版 人教版 七-九年级 七-九年级 七-九年级 七-九年级 七-九年级 七-九年级 全一册 全一册 全一册 全一册 全一册 全一册 第六章 第六章 第六章 第七章 第七章 第八章 《垫上前滚翻》 《分腿腾越》

《双杠骑撑后回环》 《小足球脚内侧传球》《排球双手传球》 《健身拳》

**第二篇：初中体育达标训练方法**

立定跳远 跳跃练习每天选择一项练习内容

1．单脚跳：左脚连续跳30米，换右脚跳30米，左右脚各练习3组，各组间歇5秒。

2．跳绳：双脚起跳100次×5组，各组间歇10秒。

3．蛙跳：连续深蹲跳30米×3组，各组间歇10秒。

反映人的爆发力、协调性、速度和力量，统而称之弹跳素质。经常进行跳跃练习，可以有效地提高神经系统的灵活性和神经系统支配肌肉收缩与放松的能力，能改善位觉器官和前庭器官的机能，提高平衡与协调能力。通过练习，可以有效地发展腿部力量，特别是爆发力；提高下肢的柔韧性和运动幅度；连续跳跃则对发展呼吸、循环等内脏器官的功能有积极的作用。

篮球运球

球性练习所有练习内容每天都要练

练习一：原地拍起静止不动的球。原地单蹲，将球放地使之静止不动，然后用腕指不断地拍球，利用球的反弹作用将球拍起，随后再把球拍至地上静止，再重新把球拍起。15次×1组

练习二：固定手臂运球。原地半蹲，把运球手的肘关节放在膝上固定不动，利用指腕力量低运球。左右手各练100次×2组

练习三：直臂对墙运球。一手托球于头前上方，利用指腕力量对墙进行运球。速度由慢到快，两手交替练习。100次×2组练习四：坐着运球。运球者坐在地上，两脚向斜前方分开，运球者沿脚的内外侧进行运球练习。100次×2组

中长跑

每天可选择一项练习内容

练习方法：匀速跑、隔日耐力跑，要记录每次成绩。亲子游戏跑，跑的距离要长一些。

12-15岁的少年的心肺功能比较弱。当耐力跑的心率在120-150次／分范围内时，可使你的心脏一直保持着最好的心输出量，而有利于发展心血管功能。因此，通过控制心率，可以使你的耐力跑锻炼取得最佳效果。耐力跑的最佳心率是根据以下公式计算出来的：安静时心率+（最大心率-安静时心率）×60%。在制定跑步计划时，应与自己的身体状况、耐力水平和学习生活相适应，跑步时间应控制在12至30分钟范围内，选择自己的最佳心率，并注意安全。

每天一小时练习可选择：

立定跳远+篮球运球／中长跑+篮球运球

**第三篇：达标目录**

1、拍卖师证书扫描件（1名）

2、本企业为其上缴的社保证明扫描件

1、文博专家或文物拍卖专业人员证书扫描件

2、聘用合同扫描件

人力资源管理相关制度

1、文博专家或文物拍卖专业人员证书扫描件

2、本企业为其上缴的社保证明3、1、律师证书扫描件4、2、聘用合同

5、《委托拍卖合同》、《竞买协议》、《授权竞投委托书》、《成交确认书》合同文本

6、企业合同管理制度

7、企业《委托拍卖合同》使用的授权管理制度

8、企业库房管理制度

9、企业库房定期盘点制度

10、拍品出库、包装、运输制度

11、库房管理员移交工作制度12、1、专职库房管理人员资料13、2、本企业为其上缴的社保证明

14、档案管理制度

1、档案管理人员的专业学历（或培训证书）

2、本企业为其上缴的社保证明15、3、档案管理软件购置发票或其他合理证明

16、征集宣传资料

17、拍品征集管理制度

18、鉴定记录（1份）

19、企业内部拍品审鉴制度

20、与委托人约定的拍品争议处理程序材料（1份）

21、最近一期拍卖会：22、1、报送文物部门审核材料复印件；23、2、文物行政部门审核意见扫描件；24、3、拍品成交清单。

25、最近一期拍卖会拍卖会的备案材料复印件；

26、最近一期拍卖会拍卖日程资料

27、最近一期拍卖会拍卖公告扫描件

28、最近一期拍卖会的拍卖图录

29、举办公共教育活动的相关证明材料（如公告或宣传活动图片等）

30、与专业机构布展场机构的合同扫描件

31、最近一期拍卖会代扣代缴清单

32、拍品争议处理制度

**第四篇：初中体育课堂教学反思**

初中体育课堂教学反思

在新课改的体育教学中不仅仅改变学生学的观念，还要改变死板的课程流程。体育课大部分是在室外进行的教与学活动，它不同于其它课程容易组织管理。如何提高课堂教学质量，作为体育教师对课堂管理非常重要的。体育课堂教学是实现学校体育目的任务的基本途径，其实施过程及其效果与多种因素相关。在新课程理念指导下优化体育课堂教学，是提高中学生体育素质的主要手段.一、走进学生心灵，尊重学生的选择。

传统的体育教学以竞技体育为中心，教学内容体系竞技化。教材强调权威性，指导性，忽视了差异性。在教学中，教师关注的是教学计划、内容是否完成，忽视学生的心理感受和情感体验，至于学生愿不愿学，是否开心快乐，更不为教师所关心，于是出现了学生喜欢体育但却不喜欢上体育课的怪现象。体育新课程强调：“学校体育教学应面对全体学生，其主要目的和任务并不是把所有的学生都培养成运动员，而是将他们培养成社会主义现代化建设所需要的健康人才”。体育新课标的实施，使广大体育教师转变教育教学观念，突出以生为本，坚持“健康第一”的指导思想，已逐渐被广大体育教师所认同，无论在教学内容的选择上，还是在教学方法的采用上，都充分关注学生的身心健康发展。在平时的体育教学中，我能够积极创设情景，从学生的兴趣出发，选择富有生活气息的内容进行教学，“寓教于乐，情景创设”。我在教学中大胆鼓励，积极引导，唤起学生的参与意识，促使学生投入到教学中来。“抢座位”、“红绿灯”“抓尾巴”“捉虫子”“打雪仗”、“堆雪球”等教学游戏，都是学生喜欢的游戏。以此来激发和保持学生的运动兴趣，使学生自觉、主动、积极地进行体育课程的学习。

二、追求课堂诗意，重建师生关系。

传统教育中的老师常常以严师自居，高高在上，让学生望而生畏，望而却步。师生的关系难以融洽，情感难以沟通。因此教学或表现为以教师的教为中心，学围绕教转；或表现为以教为基础，先教后学。新课程把教学定位为师生交往、积极互动、共同发展的过程，这是对教学关系的正本清源。“教师不要太像教师，学生不要太像学生”。在课堂教学中，让学生自信地想，大胆地说，给他们一片自由的天空。在新课程改革实施中，我深切地体会到，体育教师不再是消极地扮演教材执行者的角色，而是一个新课程的设计者；体育教师不应是一个只懂得教人如何运动的教练员，更应该是一个具备现代观念和教育素养，知道如何进行课程建设以及如何运用体育教学方法去促进学生全面发展的教育专业人员。

三、教育是人与人的交流，是教师和学生之间的互动与互学。

教师和学生在人格上是相互平等尊重，教育不只是教师把书本知识传授给学生，更不是教师把做的道理填鸭式地交给学生。新课标的实施，改变了以往的那种师道尊严，新颖的师生关系正在形成。我在实践教学中，经常进行师生互动，通过让学生做小老师，喊口令，做示范；教师可以到学生中间，充当他们的一员。在新课程教学中，教师唱独角戏的现象少了，与学生交流、沟通、合作、互动的现象明显多了。学生的主体地位正在凸现，成为课堂学习的主人。

**第五篇：农村初中体育课堂教学方法初探**

农村初中体育课堂教学方法初探

经过八年的体育教学工作,我逐步加深了对农村初中体育课堂教学方法的理解。在工作中,我不断地进行了各种教学方法的尝试,下面就对几种体育课堂教学方法简单写一点自己的探索。

(1)讲解法

讲解法是体育教学常用的方法之一,是教师用语言向学生说明动作名称、要领和方法等的一种教学方法。教师带有启发性地讲解,不仅能使学生获得知识,了解动作的要领和方法,而且还能促使学生进行思维,培养学生认识事物、分折问题和解决问题的能力。教师必须具有运用语言进行教学的能力,并逐步提高语言的艺术水平。体育教师还必须具有指挥能力,能正确运用口令。

运用讲解法教学时一般要注意以下几点:

1.讲解目的明确、内容正确。在教学中讲什么,怎样讲,什么时间讲,教师在备课时要认真研究。切不可灵机一动,想起什么讲什么,愿讲多少讲多少。讲解要根据课的任务、教材、气候和学生情况的不同来安排。一般说,教授新教材时可多讲一些,复习旧教材时就要有针对性地少讲一点。低年级学生抽象思维的能力差要少讲,高年级则可多讲些。

2.要抓住教材的关键,简明扼要地进行讲解。讲解时,要抓住教材的关键,突出重点。如跑的教材重点是途中跑,而途中跑的重点是后蹬,教学中教师就应着重讲解后蹬技术。讲解时应运用简明扼要的语言,概括出动作的要领。现在很多教师运用教学口诀,取得了较好的教学效果。如教起跑,用抬(臀)、移(身)、压(起跑器)、听(发令声)几个字概括了动作的要领,又如篮球教学中的三步上篮,可概括为:一大二小三高跳。语言简明扼要,生动形象,条理清楚,学生喜欢听,容易懂,记得住。但是一个好的教学口诀,要经过长期认真地总结才能形成。

3.讲解要符合学生实际,启发学生思维,教师讲解深浅、语言的运用都要符合学生的实际。对高年级的学生,可以运用他们已经有的知识进行讲解,如讲解弯道跑为什么要求身体向

内倾斜时,可以联系“离心力”的物理知识进行分析。对低年级学生可以联系生活常识进行讲解,如利用火车轨道在拐弯处外侧高于内侧的道理来说明人在跑弯道时也应向内倾斜。讲解要由浅入深启发学生积极思维。教师可以用提问的形式来启发学生动脑筋、想问题。如在教“前滚翻”时,可以问学生:怎样才能向前滚动?怎样才能滚得好?身体怎样才能成圆形?这样做不仅能使学生理解得深、记得快,还能培养他们分析问题和解决问题的能力。

4.讲解要注意时机和形式。体育教学当中,大部分时间是让学生练习,在学生练习过程中,教师要针对具体情况,随时提出要求,给予指导。

(2)示范法

示范法是指教师通过具体动作范例,使学生直接感知所要学习的动作的结构、顺序和要领的一种教学方法。

由于体育教学是教师向学生教动作技术,发展学生身体的过程,所以示范法是体育教学的重要方法之一。教师的正确示范不仅能使学生直观的建立正确的动作概念,而且也能引起学生学习的兴趣,调动学生学习的积极性。

运用示范法要注意以下几点:

1.有明确的目的。教师每一次示范必须有明确的目的。在备课时,要根据课的任务、教材特点、学生情况来安排什么时间示范、示范多少次、重点示范什么。在教新教材时,为了使学生建立完整的动作概念,一般可先做一次完整动作的示范,然后根据教材情况做重点示范。动作的关键环节还应尽量放慢示范的速度,边示范边讲解。在进行复习教材时,则应根据学生对教材掌握的具体情况,做有针对性的示范。对低年级学生,由于他们的抽象思维能力差,模仿能力强,应多示范,少讲解。对高年级学生,由于他们的认识已由具体形象思维过渡到抽象思维,可适当减少示范的比重,加强对动作的技术分析。为了达到示范的目的,要向学生明确地讲清楚看什么、怎样看、使学生边看边想。必要时,还可以用正误对比的方法进行示范,加深学生对动作的理解,防止和纠正错误动作。

2.示范要正确。学生掌握动作的过程,从生理学角度讲,其本质都是条件反射的建立与巩固的过程,是条件刺激物(示范、讲解等)和无条件刺激物(肌肉感觉)相结合的结果。教师示范不正确,就会使学生对动作概念理解不清楚,就会出现错误动作,错误动作经过多次重复,就会形成错误的动力定型。所以教师必须认真地做好每一次示范时,每次示范力争做到正确、熟练、轻快、优美。由于学生对新事物感兴趣,在教师第一次示范时,他们的注意力特别集中,留下的印象也最深刻,所以教师应特别注意做好第一次示范。

3.注意示范的位置和方向。示范的位置和方向如何,会影响示范的效果。示范位置的选择要根据学生的队形(为了使学生看得清楚,调动队形也是必要的,但应尽量减少调动)、动作结构的特点和安全要求而定。一般示范者要站在学生的正面,与学生视线垂直,使全部学生都能看清楚。

示范的方向,应根据动作的结构、要求学生观察的动作环节和要素(速度、方向、路线等)而定。为了示范左右两个方向的动作(如篮球防守时的左右移动),示范者应正面对着学生,称正面示范。为了示范前后两个方向的动作(如弓箭步动作),示范者应侧面对着学生,称侧面示范,有些练习(如广播体操),教师的示范采取面对学生与学生动作相反的做法,称镜面示范,目的是使学生动作方向正确、整齐。有些练习(如武术等)由于动作的技术复杂,教师难以做镜面示范,而采取背对学生的方法进行,称为背面示范。

示范位置与方向的选择,还应考虑到阳光、风向、周围环境等情况,不要使学生面向阳光或迎风,尽量避开繁华和有特殊物的方向,以便集中学生的注意力。

4.示范与讲解相结合,与学生练习相结合。示范与讲解相结合,能使学生的直观(看到的)和思维(通过示范和讲解使学生思考动作的技术要求)结合起来,收到更好的效果。

5.除了教师亲自做示范之外,也可由动作掌握较好的学生做示范,这样不仅可以起到与教师示范的相同作用,还能增强学生学习的信心。如果有条件,还应利用直观教具(如照片、画片等)进行教学。但使用时要防止学生注意力的转移,或流于形式。

(3)体育课怎样运用完整教学法和分解教学法

完整教学法和分解教学法是体育教学中根据课的任务、教材特点和学生接受能力,处理教材的两种教学方法。

完整法是从动作开始到结束,不分部分、段落,完整地进行教学的方法。完整法的优点是一般不会破坏动作结构,不会割裂动作与动作之间的内在联系,便于学生完整地掌握教材;缺点是不易使学生较快地掌握教材中比较关键和较难的要素和环节(即重点、难点)。完整法多用于动作比较简单,学生容易掌握的教材。有些教材虽然比较复杂,但是用分解法会明显地破坏动作结构,这样的教材一般也用完整法进行教学。

分解法是把完整教材合理地分成几个部分,逐次地进行教学,最后使学生掌握完整教材的一种教学方法。分解法的优点是便于集中精力和时间突破教材中的重点或难点,从而有利于学生更好更快地掌握教材。但是如果运用得不合理,教材的几个部分或段落分解得不科学,将会破坏教材的结构,割裂动作与动作之间的内在联系,从而影响学生掌握完整动作。分解法多用于那些动作复杂、动作较多(如成套练习)、或者用完整法教学学生不易掌握的教材,如跨栏跑、体操中的成套练习、武术等。

在中学体育教学实践中采用完整法和分解法教学,是指在教学的某段时间里采用似哪种方法为主而言的,在使用分解法为主的教学过程中,会出现从分到合的过程;在使用完整法为主的教学过程中,会出现有选择地把动作中的某些细节分开加以掌握的教学过程。所以在使用完整法与分解法教学时,往往是交叉进行。

综上所述,在体育课堂教学中要根据农村初中学生的特点,适当运用以上几种方法,以达到体育教学的目的,提高学生综

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！