# 体质健康测试总结(好)

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2025-01-09

*第一篇：体质健康测试总结(好)《国家学生体质健康测试》工作总结《国家学生体质健康标准》的发布与实施是教育部，国家体育总局为积极贯彻落实《中共中央关于深化教育改革全面进行素质教育的决定》和国务院《关于基础教育改革与发展的决定》的一项重要举措...*

**第一篇：体质健康测试总结(好)**

《国家学生体质健康测试》工作总结

《国家学生体质健康标准》的发布与实施是教育部，国家体育总局为积极贯彻落实《中共中央关于深化教育改革全面进行素质教育的决定》和国务院《关于基础教育改革与发展的决定》的一项重要举措，是学校树立“健康了第一”的指导思想，切实加强学校体育工作的具体体现，是促进学生体质健康发展，激励学生积极进行身体锻炼的教育手段，也是学生毕业的基本条件。为此，我校十分重视《标准》的实施工作。现将我校贯彻落实《国家学生体质健康标准》的实施情况总结如下：

领导机构： 组 长：郝树森 组 员：张小利 柳宏东 实施机构： 组 长：柳宏东 组 员：王熠 翟军强 督查人员：张小利

一、积极宣传，提高认识、加强管理。

从学期初开始，要求全校各个班级对《标准》的测试项目以及锻炼方法进行经常性的宣传教育，帮助学生了解健康的意义和锻炼目的。让学生懂得只有坚持经常锻炼才能增强体质、提高健康水平。并通过征文的形式对学生进行宣传进行教育。同时成立了西华初中《标准》工作领导小组，组长由郝树森校长担任，组员由张小利、柳宏东担任，领导小组成员进行了分工明确，同时拟定了《标准》的测试计划和工作重点，严格按要求进

行测试和评价、及时汇总、统计和上报测试结果。

二、注重效果，与各项体能活动结合。

实施《标准》质量的好与坏不仅取决于测试的结果，更重要的是取决于开展活动的过程，若活动开展的好，学生积极参加效果就好，否则效果就差。我校把《标准》与体育教学结合、与课外体育活动结合、与运动竞赛等项目结合，取得了事半功倍的效果。

三、组织人员培训，确保规范操作。

培训一支业务过硬的测试人员队伍是提高实施《标准》工作质量的关键。主要包括对《标准》及《实施办法》的学习，测试工作的组织和安全措施、测试的规则、方法和要求、测试结果及评定成绩方法，测试仪器的使用和保养等。在培训工作中注意理论联系实际，确保操作程序规范，测试方法科学，测试数据准确。由于我校测试器材受到限制，我们对全校进行了分班测试，由体育组统一安排测试人员，各年段体育教师对测试结果进行统计上报。

四．测试所经历的三个阶段

1.准备阶段

开学初，组织各年级体育教师进行培训，明确各年级测试项目，测试步骤和操作细则，并要求体育教师对各班进行《标准》的测试项目及锻炼方法的宣传教育，让他们认识《标准》实施办法的重要性和必要性，学校还把《标准》工作方案复印给各班，让学生了解测试达标要求来督促自已平时积极主动地锻炼身体。另外，也数次与体育组同仁多次研讨有关学生体质测试的相关事宜，认识到国家非常重视学生的体质健康问题，看到近

年来学生体质下滑的严重性，对自己肩负的责任和义务也有充分认识：做好本职工作，守好自己的主阵地，高质量地完成体质健康测试工作；随后，体育教师在课堂上，宣讲了有关体质测试的意义和明确了随后体育课的重心将是体质测试，让学生重视且做好身体和心理上的准备。同时，还经常利用课余时间探讨：几项待测试项目的特点及其成绩提高的手段与途径，尽量避免出现非常尴尬的数据上报。

2.测试阶段

由于我校的班多、班额大，再者场地器材所限，在多班同时上课的情况下，给测试带来较大难度，所以，鉴于此体育教师都能协同作战、相互配合，在测试器材使用上都是统筹安排，尤其是对器材要求高的项目；我们一般在每周一安排好某年级的测试内容，其余的自行安排与待测项目相关的、发展体能的教材练习和内容。比如：某周，七年级各班测试：身高体重，八年级测试：肺活量，九年级练习：坐位体前屈。并有质量地完成教师布臵的任务；通过强化练习，正式测试时，有部分学生做到零的突破，学生的整体成绩也有所提高。

另外，在发展学生体能的教学过程中，注意运用实效、趣味的教法、学法，注意发挥学生的主体作用、调动学生的积极性，而不是一味地高压和强制。激励法、竞赛法和评价法等，基本做到体质测试和体育教学的有机结合，以测试为契机来增强学生的体质。

3.上报阶段

完成数据的导入与上报任务。我先后协同音体美组成员进行测试成绩的输入，但是，由于原始数据的不正规、不严谨，再加个别的疏忽、随意，致使输入微机的数据出现了或多或少的错误，这样给我们随后的导入带来了较多麻烦与困难，随后又多次利用闲暇时间、和微本组老师一起修正错误的数据，直至将全校学生完全导入，最后上传成功！五.加强安全教育，保障顺利实施。

安全是健康的基础，在测试工作中我们始终将安全工作放在第一位。每次测试前，总是先仔细检查测试仪器设备，确保消除因场地器材设备造成的不安全因素。每次体能项目测试前进行充分的准备活动，检查和了解学生的身体健康情况，有病或身体状况不好的学生另行安排测试。在测试工作过程中教师和各班班主任、小组长加强监督，杜绝伤害事故的发生。

六．测试工作中的不足与反思

1.本次测试，我们计划的严密性还不够。我们虽然很好地对本次测试进行设计和规划，但仍然不够完美，致使上报数据时间推后，这点需在以后的测试中加以改进。

2.将体质测试与体育教学较好地融合我们做的还不到位，如何结合体质测试，提高体育课教学质量，体现课程价值？是值得我们深思的问题。其实，体质测试丰富了我们体育教学，应该将其真正作为“教材”来对待，去钻研和探究；所以，在以后的体质测试中，应适宜地安排针对性的相关体能练习，少一些“强化”和“突击”，以记录学生正常的而非突击训练后的体质健康数据。我们应有计划有目的的实施教学，并通过常态的课堂教学，使每一位学生认识自己的体质健康水平，认识到体质健康是与其休戚相关的事，进而，不再去排斥发展体能的练习，并以积极认真的态度参与体质测试。

3.对上报数据数值的记录不严谨。由于老师在登记成绩时的不严谨和偏差，致使成绩的偏差和数据上报时所出现的错误，都需在将来的测试中加以改进，只有工作做实做细做到位，才能扎实有效地完成学生的体质测试与上报工作。

总之，这次体质健康测试，从分布任务到测试完成，时间紧，任务重，没有全体的力量是不可能在短期内对如此多的学生进行测试。同时积极发动，精心组织，合理安排是做好这项重要工作的保证。在这次测试过程中虽然取得了一些成绩，但也存在着不足，争取在以后的工作中克服不足，发扬长处，再上新高。

**第二篇：体质健康测试总结**

达依初级中学完成《国家学生体质健康标准》

测试工作总结

《国家学生体质健康标准》的发布与实施是教育部、国家体育总局为积极

贯彻落实《中共中央关于深化教育改革全面进行素质教育的决定》和国务院《关于基础教育改革与发展的决定》的一项重要举措，是学校树立“健康第一”的指导思想，切实加强学校体育工作的具体体现，是促进学生体质健康发展，激励学生积极进行身体锻炼的教育手段，也是学生毕业的基本条件。为此，我校十分重视《标准》的实施工作。现将我校贯彻落实《国家学生体质健康标准》的实施情况总结如下：

一、积极宣传，提高认识、加强管理。

从学期初开始，要求全校各个班级对《标准》的测试项目以及锻炼方法进行经常性的宣传教育，帮助学生了解健康的意义和锻炼目的。让学生懂得只有坚持经常锻炼才能增强体质、提高健康水平。成立了达依中学《国家学生体质健康标准》测试工作领导小组，组长由陶光永校长担任，副组长由管涛副校长担任，组员由教务处、各班主任、体育教师担任，领导小组成员进行了分工，体育组负责整体实施。严格按要求进行测试和评价、及时汇总、统计和上报测试结果。

二、注重效果，与各项体育活动相结合。

实施《标准》质量的好与坏不仅取决于测试的结果，更重要的是取决于开展活动的过程，若活动开展的好，学生积极参加效果就好，否则效果就差。我校把《标准》与体育教学结合、与课外体育活动结合、与运动竞赛等项目结合，取得了事半功倍的效果。

三、组织人员培训，确保规范操作。

学校体育教研组长认真培训全组体育教师。主要包括对《标准》及《实施办法》的学习，测试工作的组织和安全措施、测试的规则、方法和要求、测试结果及评定成绩方法，测试仪器的使用和保养等。在培训工作中注意理论联系实际，确保操作程序规范，测试方法科学，测试数据准确。我们对全校进行了分班测试，由体育教师担任测试人员，并对各班测试结果进行统计。

四、加强安全教育，保障顺利实施。安全是健康的基础，在测试工作中我们始终将安全工作放在第一位。每次测试前，总是先仔细检查测试仪器设备，确保消除因场地器材设备造成的不安全因素。每次体能项目测试前进行充分的准备活动，检查和了解学生的身体健康情况，有病或身体状况不好的学生另行安排测试。在测试工作过程中体育教师严格把关，杜绝伤害事故的发生。

五、学生健康档案和材料工作

1、体育组对测试原始数据和统计资料进行了妥善保存，记录每学年每一名学生的测试和评价结果。

2、为了确保学生体质健康测试的正常开展，在学校领导的支持下，通过近2月的努力工作，体育组老师完成了全校学生的体质健康测试工作，由谭皓老师汇总和整理，并按时准确地向教育部信息中心发送数据，完成了数据上报工作。

这次体质健康测试，肥胖人数较多，全校女生立定跳远成绩偏差，男生1000米、引体向上成绩偏差。在以后体育教学中我们将引起重视，我们下阶段要加强对学生的教、学、练、测。从开始到测试完成，时间紧，任务重，我们觉得没有全体体育教师的共同努力，是不可能短期内完成如此多的学生测试。

**第三篇：体质健康测试总结**

三里店东州春蕾小学学生体质健康测试工作总结

为了贯彻落实学校体育“健康第一”的指导思想，切实加强学校体育工作的具体体现，我校十分重视《学生体质健康标准》实施和测试工作，在2024-2024第一学期对全校学生进行了体育项目测试，并将测试数据上报，现将实施工作总结如下：

一、积极宣传，明确方向，切实提高工作质量

开学初，组织各年级体育教师进行培训，明确各年级测试项目，测试步骤和操作细则，并要求体育教师对各班进行《标准》的测试项目及锻炼方法的宣传教育，让他们认识《标准》实施办法的重要性和必要性，学校还把《标准》工作方案复印给各班，让学生了解测试达标要求来督促自已平时积极主动地锻炼身体。

二、组织测试，保障安全

1、在测试前，对学生进行身体健康情况的摸底调查，有计划、有组织地安排测试，并对测试仪器调试、场地、设施以及环境的布置和安排进行排查，制订详细的测试细则和安全措施，指导受试者做好充分的预备活动等。

2、对各年级的测试项目都做了统一的规定，身高、体重、视力、坐位体前屈、50米及一分钟跳绳为各年级的必测项目，此外三四年级还加1分钟仰卧起坐、五六年级加1分钟仰卧起坐、肺活量及50×8跑。在测试过程中，充分发挥体育骨干的作用，使学生能安全有序地完成测试任务。由于学校体育工作，阳光体育活动的扎实开展，学生体质整体水平良好。

3、在测试过程中，学生态度端正，认真测试，各项测试成绩很正常。但是也有个别学生抱着好玩的心态，以后要加强体质健康测试方面的教育。

三、数据整理上报

在测试全部结束后，对数据进行整理、分析并上传，实事求是地向学生反馈，所有工作按时完成，测试数据真实、准确无误并及时完成数据的上报工作。

四、学生体质健康测试实施情况总结反思

这次体质健康测试，从分布任务到测试完成，时间紧，任务重，没有全体的力量是不可能在短期内对如此多的学生进行测试。同时积极发动，精心组织，合理安排是做好这项重要工作的保证。在这次测试过程中虽然取得了一些成绩，但也存在着不足，争取在以后的工作中克服不足，发扬长处，再上新高。

2024年11月20

**第四篇：2024体质健康测试总结**

丰收镇中心校

2024年学生体质健康测试总结

我校于2024年11月7日成功将学生体质健康测试数据上传，至此，历时2月的学生体质测试告一段落；我们回顾与反思此次体质健康测试，并总结得与失，以利于来年的体质测试更为顺畅地进行，也有助于我们改革体育课堂教学，将体质测试与体育教学有机结合，以发展学生体能、增强学生体质，使学生的身心健康得以和谐发展。

一、测试所经历的三个阶段 1.第一阶段：

宣传发动，让学生了解测试的重要性，由凯大安市丰收镇中心校实施《标准》领导小组领导组织，学生体质健康测试组负责具体落实工作。我们体育教师将有关学生体质健康测试的内容和精神，向分管校长做了汇报，并得到以他为首体卫领导小组的支持与关注，从测试器材的添置、到测试表格的打印、到最后数据的导入可谓一路绿灯。另外，也数次与体育同仁多次研讨有关学生体质测试的相关事宜，认识到国家非常重视学生的体质健康问题，看到近年来学生体质下滑的严重性，对自己肩负的责任和义务也有充分认识：做好本职工作，守好自己的主阵地，高质量地完成体质健康测试工作；随后，体育教师在课堂上，宣讲了有关体质测试的意义和明确了随后体育课的重心将是体质测试，让学生重视且做好身体和心理上的准备。同时，还经常利用课余时间探讨：几项待测试项目的特点及其成绩提高的手段与途径，尽量避免出现非常尴尬的数据上报。

2.第二阶段：

进行测试工作，做好记录并填好纸质档案，由学生体质健康测试组负责具体落实工作。鉴于此体育教师都能协同作战、相互配合，在测试器材使用上都是统筹安排，测试一般采用流水作业方式，测试过程中必须保证秩序正常，测试数据和记录要准确无误，测试、记录。具体测试工作在实施《标准》工作领导小组统一安排下，由体育教师负责组织测试；各班主任负责组织教育、督促检查；校医负责现场医务监督和指导。比如：周一，身高体重各班测试：周二，跳绳各班测试：周三，肺活量各班测试：

测试的原始数据和统计资料由体育教师妥善保存，专人负责收集、保存成绩登记表和统计资料，并归入学校的学生体质健康档案。测试项目成绩，由体育教师汇总，并按照要求评定成绩，确定等级。学生测试项目的测试值记录、得分、评定等级确因客观有误需修改时，应由学生向体育教师书面申请，经相关测试教师、测试组总负责人、主管领导核实签字后予以修改。

测试成绩、评定结果应及时反馈给学生，以便指导学生科学、合理的锻炼。体育组要深入实际，调查研究，掌握第一手数据、资料，总结带有规律性的经验，要对本校的测试数据和评定等级进行统计分析，上报学校为学生体育工作的开展提供科学的参考依据。每项测试后，每位教师都能及时、实事求是地将成绩登记在册，所以说，通过努力，我们力争上报的是相对客观的我校学生体质数据。

3.第三阶段：

测试数据统计及上传工作，由数据录入组负责具体工作。经领导协调，我们体育老师共同完成数据的导入与上报任务。

二、测试工作中的不足与反思 将体质测试与体育教学较好地融合我们做的不到位，如何结合体质测试，提高体育课教学质量，体现课程价值？是值得我们深思的问题。其实，体质测试丰富了我们体育教学，它是带有“刚性”的教材和教学内容，尤其是对于小场地的学校来说；而我们只是单纯地为了测试而测试，有时至多为了提高运动成绩，采取一些手段和方法，而没有去将其真正作为“教材”来对待，去钻研和探究；缺乏延续性即单元的设计，缺乏关联性即短期的体能练习显得突兀，甚至是纯粹的体能练习充斥了整个课堂，因而抛却了一些含有运动技能较强的教材，如此就显得得不偿失，毋庸置疑：没有技能技术含量的体育教学显然是无价值的，所以，在以后的体质测试中，应适宜地安排针对性的相关体能练习，少一些“强化”和“突击”，以记录学生正常的而非突击训练后的体质健康数据。

现在，学生的体质健康水平的长期下降已得到国家政府的高度关注与重视，于2024年正式推行的《国家学生体质健康测试》便是增强学生体质的一项重要举措，所以，我们应将学生体质测试工作当成一项自己的份内事来做，决不能敷衍塞责，更期望通过我们踏踏实实的工作和不懈的努力，对扼止学生的体质的下滑起到一定的作用。

**第五篇：2024-2024体质健康测试总结**

2024年---2024学年学生体质健康

工 作 总 结

宜阳县三乡镇吉家庙小学

为全面贯彻教育方针，全面提高教学质量，牢固树立“健康了第一”的思想，切实加强学校体育工作，我校十分重视《学生体质健康标准》实施和测试工作。在10月的第一周，我校的2位老师就开始协商本校学生体质测试的情况，将测试项目、安排及注意事项都进行了充分放入准备。此后，相关负责人员按照原定的方案进行了测试、数据导入和上报工作，成功的完成了上级的工作任务，期间有着一些收获，现将工作总结如下。

一、积极宣传，提高认识、加强管理。

从学年初开始，要求全校各个班级对《标准》的测试项目以及锻炼方法进行经常性的宣传教育，帮助学生了解健康的意义和锻炼目的。让学生懂得只有坚持经常锻炼才能增强体质、提高健康水平。成立了宜阳县三乡镇吉家庙小学《国家学生体质健康标准》测试工作领导小组，组长由刘金良校长担任，副组长由白静辉教导主任担任，组员由各班主任、体育教师担任，领导小组成员进行了分工，体育组负责整体实施。同时拟定了《国家学生体质健康标准》的测试计划和工作重点，严格按要求进行测试和评价、及时汇总、统计和上报测试结果。

二、注重效果，与各项体育活动相结合。

实施《标准》质量的好与坏不仅取决于测试的结果，更重要的是取决于开展活动的过程，若活动开展的好，学生积极参加效果就好，否则效果就差。我校把《标准》与体育教学结合、与课外体育活动结合、与运动竞赛等项目结合，取得了事半功倍的效果。

三、组织人员培训，确保规范操作。

培训一支业务过硬的测试人员队伍是提高实施《标准》工作质量的关键。根据教育局的基本要求，学校体育教研组长认真培训全组体育教师。主要包括对《标准》及《实施办法》的学习，测试工作的组织和安全措施、测试的规则、方法和要求、测试结果及评定成绩方法，测试仪器的使用和保养等。在培训工作中注意理论联系实际，确保操作程序规范，测试方法科学，测试数据准确。我们对全校进行了分班测试，由体育教师担任测试人员，各年级体育教师对测试结果进行统计。

四、收集、整理和分析

我校严格按照《国家学生体质健康测试标准》规定，根据宜阳县教育局统一安排测试项目：身高标准体重、肺活量体重指数、50M跑、座位体前屈、1分钟跳绳、1分钟仰卧起坐、50\*8往返跑。根据《标准》评定等级：90分以上为优秀;89—75分为良好;74—60分为及格;59分以下为不及格。通过近2个月的努力工作，体育组及有关人员完成了全校学生的体质健康测试工作。

具体分析数据如下：全校学生人数 194人，请假人数：0人实际参加测试人数：194人，优秀人数：3 人 优秀率：1.55% ；良好人数：44人，良好率：24.23% ；及格人数：132人，及格率：92.27%。(按国家规定选测项目1000米或800米不及格则总分为59分)

五、加强安全教育，保障顺利实施。

安全是健康的基础，在测试工作中我们始终将安全工作放在第一位。每次测试前，总是先仔细检查测试仪器设备，确保消除因场地器材设备造成的不安全因素。每次体能项目测试前进行充分的准备活动，检查和了解学生的身体健康情况，有病或身体状况不好的学生另行安排测试。在测试工作过程中体育教师严格把关，杜绝伤害事故的发生。

六、学生健康档案和材料工作

1、体育组对测试原始数据和统计资料进行了妥善保存，建立了全体学生《标准登记卡》，记录每学年每一名学生的测试和评价结果，班主任和体育教师签字，毕业后放入学生档案。

2、为了确保学生体质健康测试的正常开展，在学校领导的支持下，通过近2月的努力工作，体育组老师完成了全校学生的体质健康测试工作，由白静辉老师汇总和整理，并按时准确地向全国学生体质健康网上传了检测数据，完成了数据上报工作。

3、测试结束后我们根据测试结果和评分成绩，体育组写了一份全校学生体质健康总结材料。

这次体质健康测试，肥胖人数较多，全校女生仰卧起坐成绩较差，男生座位体前屈成绩偏差。体育教学中引起重视，我们下阶段要加强对学生的教、学、练、测。从开始到测试完成，时间紧，任务重，我们觉得没有全体体育教师的共同努力是不可能在短期内对如此多的学生进行测试。同时班主任、体育教师积极发动，体育组精心组织，合理安排，是做好这项工作的重要保证。

这次体质健康测试，从分布任务到测试完成，时间紧，任务重。我们觉得没有全体的力量是不可能在短期内对如此多的同学进行测试的。同时积极发动，精心组织，合理安排，是做好这项重要工作的保证。只要各方面积极努力我们学校完全能够做好体质测试工作，对学生的健康负责，为培养全面发展的学生做出贡献。

目前体育组在校领导的安排下，已经在制订新的方案，力争把学生体质健康测试工作规范化，制度化。将体质健康测试工作做得更好。

宜阳县三乡镇吉家庙小学

2024.12.10

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！