# 中学2024年中考体育备考工作总结（大全5篇）

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-02-04

*第一篇：中学2024年中考体育备考工作总结\*\*中学2024年中考体育备考工作总结\*\*中学文体教研组在上级教育主管部门、学校领导的正确指导、关怀和毕业班班主任的积极配合下，我们文体组认真的进行体育教学，圆满地完成了学校的体育中考任务，取得了...*

**第一篇：中学2024年中考体育备考工作总结**

\*\*中学2024年中考体育备考工作总结

\*\*中学文体教研组

在上级教育主管部门、学校领导的正确指导、关怀和毕业班班主任的积极配合下，我们文体组认真的进行体育教学，圆满地完成了学校的体育中考任务，取得了可喜成绩，向学校、家长和学生交上了一份满意的答卷：参加考试的336名学生中，满分19人，优良205人，优良率61.01%，及格261人，及格率77.68%，三率排名居全县第三。下面浅谈我们体育备考的一点体会：

一、学校领导的关心和班主任的配合给了我们很大的支持和鼓励，也是成绩取得的一个必备条件。

学校高度重视学生的德智体美均衡发展。一年来多次召开了九年级科任教师会议，在研究文化课各学科教学的同时，总是将体育教学列为其中的一项重要内容。学校文体组制定了班主任任参与体育工作的管理新方案，改变了体育工作只由体育教师主抓的局面，突出了九年级班主任老师在体育教学中的管理作用，形成了“学校行政亲手抓、体育教师重点抓、班主任老师师协助抓”的齐抓共管的良好局面。体育教师制定计划，精心 1

安排，紧密结合学生自身特点，因地制宜地开展各种体育活动，将中考体育项目的训练与日常体育课活动结合起来，在活动中激发学生参与体育运动的兴趣，增强学生的身体素质。与此同时，根据中考体育项目，各班级将学生分成若干小组，每组指定1名班干部任小组长，监督学生到指定训练场地进行训练。国庆以后我们就就进入了积极备考的状态，对中考项目进行了全面的强化训练。每天下午的课外活动时间，师生们都会准时赶到各自的场地投入训练。全体学生热情参与，积极训练；体育教师亲身示范，科学安排；班主任老师认真负责，严格要求，细心照顾，精心关怀……上下齐心协力，在增强学生身体素质的同时，取得了体育中考的优异成绩。

二、体育教师针对学校设施积极动脑动手，给学生创造良好的锻炼环境，落实锻炼项目，是取得优异成绩关键。

新学年开始，我们就召开初三体育中考研讨会，落实中考项目，安排锻炼方案，并按步认真实施。

进入九年级，我们就开始对学生进行体育中考的思想动

员，引导学生确立目标和努力方向；对中考的项目进行技术分析，指导学生结合自身情况进行中考的训练；利用课堂教学、体育小考，及时对学生进行评价，让学生随时了解自身的不足；

为学生开出运动处方，指导学生采取有效的练习手段；在与学生的交流中，增加了彼此的了解，增强了相互的信任，提高了教学的效果。

体育课堂是我们的主要阵地，在不同的阶段，我们采取了不同的策略，第一学期主要进行技术常规的教学，对中考项目，逐项针对考试标准进行强化教学，关注每一位学生的发展。第二学期开始，则逐项进行拉网式梳理，关注的重点逐渐向后进生转移，在一遍又一遍的梳理中，进一步的向重点“困难户”倾斜。同时，利用早操、体育课、下午课外活动对那些素质、技能有问题的学生进行重点关注，并进行个别辅导，帮助其尽快达到高分。

三、思想准备是行动成功的前提条件。

学校积极做好考前动员工作，这是我校体育中考取得好成绩的一个重要原因。大家都知道体育中考是把答案提前告诉你，就看你自己怎么表现，怎么去取得那个答案，成为冠军。加强锻炼是提高体育成绩的行之有效的手段，提高学生的思想认识是两者之间的催化剂，它能够有效的催化这个化学反应，使体育中考成绩得以提高。通过考前动员，学生有了充分的思想准备和良好的心理状态，这样就加强了锻炼的有效性。

在体育中考前一个月进行考前动员和体育模拟测试是我校的一贯作法，通过实战性的模拟测试，可以让学生感受到考试的状态下该如何去正确的发挥水平，取得成绩，也可以让学生及时的发现自己在所选项目中的优势和不足，这样便于教师和学生有针对性的进行强化和补足。这样的方法可以让学生在体育中考中能超常发挥自己的水平，拿到自己满意的成绩。

2024年体育中考给了我们可喜的收获，也为我们带来了要求更高的开始。我们将努力探索，大胆创新，不断提高自身各方面的素质，虚心向兄弟学校的各位同仁学习，继续探讨新的教学规律，精益求精，加强体育教学、体育训练和管理等方面的研究，争取更大的进步。2024、9、10

**第二篇：2024年实验中学中考体育备考方案**

2024年实验中学中考体育备考方案

为了加强学生的体育锻炼，提高体育中考的测试成绩，针对临沂市教育局 印发《临沂市2024年初中学生学业考试体育考试工作方案》的通知，按照通知的要求，做到提前规划，早打算、早行动。现就九年级中考体育备考方案规划如下：

一、指导思想

坚持以学生为本，以健康第一为指导，面向全体初三学生，着力抓好体能、技能训练，全面增强初三学生的素质，提高中考体育成绩。

二、基本情况

九年级中考体育项目第一轮测试已经结束，从成绩分析上看，学习成绩优秀的学生，体育成绩不理想；学习成绩倒数的学生，往往是体育成绩较好，存在很多的无效分。从总体成绩上看，离我们期待的目标还有很大的差距，有待于今后不断加强与提高，尤其是加强各个班级前500名同学的指导和训练，做到有的放矢。

三、具体措施

1、加强思想教育，提高思想认识

通过班主任会、体育委员、家长等多种途径，加强宣传力度，分析当前教育形势，努力提高大家的思想意识，转变观念，使全体师生和家长更加重视，并能够相互配合，努力使学生形成积极锻炼的态度，让他们意识到中考体育成绩对整个升学考试有着重要的意义。（2024年体育有可能取消最低分限制，按照学生真实得分计入中考成绩）

2、各个班级建立体育成绩测试表

测试表分男女两部分，名单顺利按照年级的名次依次排序，并标明年级名次，便于及时了解学生。

3、体育课上实行分男、女按名次站队、依照年级考试名次进行分组，每组选出一名负责的同学担任组长，按照老师的要求带领同学加强体育锻炼。

4、紧抓课堂教学工作

初三年级每班每周两节体育课，全部安排考试项目的训练内容，每节课加大训练的强度和训练量，提高练习的次数和质量，加强中考体育项目教学和训练方法的指导。

5、按照市教育局的通知要求，提前做好学生的选项工作，针对自己的选项有重点的强化锻炼。

测试项目 分值 备注 身高标准体重 10 必 测 肺活量体重指数 20 必 测

1000米跑（男）、800米跑（女）、台阶试验 30 选测一项

坐位体前屈、掷实心球、仰卧起坐（女）、引体向上（男）、握力体重指数 20 选测一项 50米跑、立定跳远、跳绳、篮球运球、足球运球、排球垫球 20 选测一项

6、印发中考体育考试项目评分标准，让学生提前了解自己的成绩对应的分值，做到心中有数，调动学生锻炼的积极性。

7、分阶段，制定工作计划

第一阶段：（12--1月中旬）主要进行考试项目的练习，重点抓学生的锻炼工作。第二阶段：（2-4月份）提高阶段，对所有考试项目进行强化训练，力求在短时间内有所提高。

8、合理安排好中午大课间跑步锻炼

好的体育成绩不是一朝一夕能炼成的，需要吃苦耐劳的的精神，坚持不懈的毅力和很长时间的一个训练周期才会有所提高。

（1）、年假前，初三年级每天围绕教学楼、科技楼、宿舍楼环形跑道跑3圈，距离大约每圈260、270米左右，女生跑内道，男生跑外道，基本上能满足每天女生跑一个800米、男生一个1000米的训练量。

（2）、年假开学后，坚持中午大课间跑步3圈，然后班级到划定的区域，进行立定跳远练习，每人跳10次---20次左右，进一步加强学生的体能训练。

（3）、四月份左右，中午大课间跑步4圈，前3圈以班级为单位进行跑步，最后一圈完全放给学生，跑的快可以向前。

9、体育课上，进行系统的训练和测试，抓好培优补差，强化训练。

针对学生的选项，加大训练量和强度，提高训练标准，把学生按成绩分类、分组进行训练，在3月份再进行一次测试，尤其是对年级前500名的学生，进行重点关注和督促。同时采取好带差的方式，同学间相互关心，相互帮助，最后达到共同进步的目标。

10、抓好考前模拟测试，让学生熟悉考试流程

在4月中旬左右，按照体育考试要求，进行一次模拟测试，实地练习，让学生进一步了解自己阶段性的成绩，消除考试紧张情绪。

总之，目前初三的体育考试成绩现状不容乐观，学生的身体素质亟待待提高，在今后的日子里，我们体育教师会团结奋进、积极进取，积极备战，向学校、年级部交上一份满意的答卷。

九年级体育组 2024/12/2

**第三篇：中学中考备考方案**

为了保证我校在2024年的中考备考工作有序进行，提高学生中考成绩，实现中考目标，结合我校实际，特拟订我校2024年中考备考工作方案：

一、指导思想

贯彻素质教育精神，结合我校实际，继续以新课程标准为指导，以校本教研为动力，以推进新课程改革、加强中考备考、强化教学常规管理为主线，不断探索提高课堂教学效率的有效途径和方法，积极调动一切有利因素，着眼于学生的全面发展，抓好我校2024年中考工作，确保实现我校提出“力争中考升学人数再上新台阶”的奋斗目标，力争使我校2024年中考成绩有较大幅度提升。

二、学生情况分析

近几年来，由于我校中考成绩一直在低谷中徘徊，使得我校提高教学质量的任务更加紧迫。优秀率、合格率偏低，学生个人自身发展也不平衡，这样的现状的确令人堪忧。

三、备考工作措施

1、成立中考备考工作领导小组，加强对中考工作的领导。

组长：xx。

副组长：xx。

组员：xx、xx、xx。

中考备考领导小组负责指导我校的中考复习备考工作，协调复习进度，收集、传达中考信息，指导和协调使用中考复习资料，统一组织阶段测试及有关工作。

2、加大宣传力度，形成以下共识：a、时间紧，任务重；b、学科发展、学生培养做到既要统筹兼顾，也要重点突出；c、实事求是，依据各阶段的复习任务和复习目标确定不同的方法；d、围绕班主任和备课组长两个核心，形成合力。

3、班主任的主要措施

(1)班主任要加强做好学生的思想工作，确保教学秩序正常进行。

（2）各班要营造良好的中考备考氛围。各班应根据自身的特点创造浓厚的备考氛围。有效地激励学生奋发图强，积极备考。

（3）不定期召开科任教师会议，向课任教师了解班级学生上课的表现。

（4）指导学生科学合理安排和利用时间，制定好备考计划，引导学生学会自我拓宽知识面，引导学生学会阶段性自我总结。不定期召开优、中、后进学生会议，了解学生对科任教师上课的要求，对学校管理的要求，并及时做出调整。

（5）各班要落实好班内的培养对象，班主任组织本班科任老师对其进行分析，注重学科的均衡发展，扬长(优势科目)不避短，对弱势科目进行必要的学法指导。

（6）抓学生管理，做好以下工作：①抓优秀生，“响鼓重锤”。造培育优秀生的声势，适当运用心理暗示，让优秀生定位，并做到广种博收。②抓边缘生，“推拉并举”。相信每个学生都是千里马，创造条件，实施分层管理。③抓后进生，“百炼成钢”。认真分析原因，做细致工作，教给学习方法，尽量联系生活实际，使他们认识学习的价值。④抓心理辅导，“轻装上阵”。⑤重视非智力因素对考生的影响，提高学生抗干扰能力。

4、备课组的主要措施

（1）各备课组长要带领本科组教师依靠集体力量认真研究课程标准、教材和中考说明。

（2）经常与教研室、其他学校保持联系，增强教师之间，学校之间的经验交流、信息交流，保证信息畅通，共同搞好中考备考工作。

（3）抓好同科老师集体备考工作，充分发挥集体的力量。

（4）抓好分层教学。针对班级学生具体情况，制订相应的教学目标，采用灵活的教学方法、管理方法。

（5）加强学法指导，解题技巧的训练、知识归纳能力的训练。

（6）各教师最好设立“问题记录簿”等类似档案，收集复习过程中出现的问题，同科老师共同讨论探索。

5、要求各课任教师要把握中考命题方向，提高备考效率，做到：①在班主任及学科组的双重领导下，团结协作、齐抓共管、乐于奉献。②关注中考的信息动态，认真钻研《考试说明》。③精讲精练，找好、出好典型题目，结合应试技巧及应试心理进行针对性练习，突出讲练评的课型。每次测验结束后再针对共性问题讲评，个别问题个别解决，发现问题及时查缺补漏。④结合学生学科实际，分类指导。⑤代课教师不旷课不请假不迟到。⑥适当调整作息时间，要求学生提前半小时到校，由文科教师组织早读。

6、切实做好培优转差工作

九年级全体科任教师要明确各班确定的培优对象，针对本学科比较薄弱的学生利用课余时间加强课外辅导，使之学科发展平衡。同时顾及全面，努力提高中等生，转化学困生，做到以点带面，争取全面提高。

注重培养尖子生

（1）培优工作以班级为单位，各班锁定最具潜力的6名左右的学生，分科进行培优。

（2）制定尖子生的培养措施，使对尖子生的培养做到对象落实、教师落实、时间落实、措施落实。让优等生吃得饱，中等生吃得好，后进生吃得了，引导他们不断超越自我。

（3）根据学科实际，加强薄弱项目的教学，争取全面提高复习效果。

切实及早抓好临界生和后进生的提高工作

（1）对“临界生”、“学困生”，教师要付出更多的爱心。从身体、生活、学习、思想各方面多予关心。对他们有“压”，更要有爱、有导，要善于发现他们的亮点，让他们感受到老师对他们充满关怀和支持，增强他们克服困难的信心，使他们看到希望。

（2）在教学中，要注意调动这部分学生学习的积极性和主动性，通过抓课堂听课、作业、基础测试等环节，把他们“要我学”变为“我要学”，缩小与尖子生的成绩差距。

（3）班主任要明确这些学生的成绩差在哪科，差在哪里，差的原因是什么，与科任教师共同研究采取什么措施去补救。每次的测试、模拟考试，都应进行对照分析“临界生”的分布与变化，对进步快的应及时给予表扬，让他们有成功感。

7、制定规划，分阶段备考

（1）第三周结束课程，组织一次检测考试，根据检测成绩找出班级中的偏科学生，对于偏科学生由备考组制定具体措施责任到人、具体实施，针对班级中的偏科学生和差生，指派给具体教师单独辅导以提高其学业成绩。（2）从第四周开始各科任教师以初中《会考指导》为教材，认真研究总结辅导，不放过每一个细节，真抓实干；要求每一位学生认真完整地学习，必要时可配作业本，完成后，每章、每节、每一套题要求代课教师批阅、同时备考组检查。（3）第七周备考组对初三级学生实施第二次检测，以考查第一次检测后弱科、偏科、差生的转化情况，同时备考组根据本次检测和学生实际制定新的辅导方案调整思路，解决上六周存在的问题。（4）第九周要求《会考指导》的复习全面结束，迎接全县诊断检测考试，学校备考组召开交流会议总结经验寻找差距。（5）第十周备考组各年级实施分层教学、复习。优秀生、临界生做a型8套复习题，学困生做b型8套，要求每两周一套题，学生的做、练，老师的讲阅同步进行，不拖拉，脚踏实际、一视同仁。（6）第十四周、十五周本阶段突出双基能力的培养。要求教师对各学科重点知识作归类复习，专题训练，系统拓展，技巧点拨，技能培养，对开放型、探究型的题材做到专题复习，结合中考动向，进行热点专题训练。培养学生综合运用能力，教育学生保持良好的心理状态，养成坚毅、冷静、沉着、不骄的性格，灵活自如的应考状态，在考场上最大限度的发挥自己的水平。

我们坚信，在县局的领导下、社会的期待下、学校的努力下，我们九年级全体师生共同努力、知难而进，一定能打赢这场中考攻坚战。

**第四篇：建明中学2024年中考体育备考方案**

建明中学2024年中考体育备考方案

为了加强学生的体育锻炼，适应体育中考的工作需要。现就下一阶段的体育训练工作做如下安排。

一、指导思想

坚持以人为本，以健康第一为指导，面向全体初三学生，提高体育中考成绩，着力抓好体能、技能训练，全面增强初三学生的素质，特指导备考此方案。

二、基本情况

结合以往的体育课表现看，学生的学习锻炼态度不够明确，缺乏积极向上的进取精神，从成绩上看，离我们期待的目标还有一定的差距，这有待于今后不断的加强与提高。

三、具体措施

1、加强思想教育，提高思想认识。

通过班主任会、学生会、家长会等多种途径，加强宣传力度，分析当前教育形势，努力提高大家的思想意识，转变观念，使全体师生和家长更加重视，并能够相互配合，努力使学生形成积极锻炼的态度，让他们意识到中考体育成绩对整个升学考试有着重要的意义。使他们由被动学习与锻炼转变为个体需要，并逐步形成积极参与、主动学练的良好习惯。

2、合理安排训练，搞好基础训练。（1）、紧抓课堂教学工作。初三年级每班每周两节体育课，全部安排考试项目的训练内容。每节课加大训练的强度和训练量。通过体育课加强中考体育项目教学和训练方法的指导。

（2）、根据实际情况，进行系统的测试，抓好培优补差。对学生进行系统的测试，通过测试了解学生情况。把学生按成绩分组进行训练。对待优秀生，提高训练标准，加大训练难度，使他们为更高的目标而努力。对待后进生，适当降低标准和要求，提高他们的自信心。同时采取好带差的方式，同学间相互关心，相互帮助，最后达到共同进步的目标。

（3）、分阶段，制定工作计划。

第一阶段：（3月份）主要进行考试项目的技术方面的提高，主抓学生的薄弱项提高工作。

第二阶段：（4月份）提高阶段，对所有考试项目进行强化训练，力求在短时间内有所提高。

（4）、合理安排早操及课余的训练工作。

好的体育成绩不是一朝一夕能炼成的，需要吃苦耐劳的的精神，坚持不懈的毅力和很长时间的一个训练周期才会有小幅度的提高。所以就我校目前的情况提出以下建议：

1、在第一阶段，初三年级每周安排两次早操每次时间由原来的20分钟提高到40分钟，主要内容为长跑提高学生的体能素质。合理安排柔韧与立定跳远练习。

2、在第二阶段，每周安排辅导课3次。分别是周一、周三、周五。进一步加强学生的体能训练。

3、给学生布置家庭作业，每天在家利用20到30分钟时间进行柔韧和力量练习。例如:压腿、蹲起、单脚跳、收腹跳、跳绳等辅助练习。

4、抓好考前的模拟考试，实地练习。熟悉考试仪器的运用和考试流程。根据练习情况，定期合理安排模拟考试，让学生进一步了解自己阶段性的成绩。

以上就是我们提出的体育中考备考方案。总之，目前的体育考试成绩现状不容乐观，学生的身体素质有待提高。在今后的日子里，我们会团结奋进、积极进取。在校领导的高度重视下，在全体师生的辛勤努力下，我校的初三体育中考必将取得令人满意的成绩。

建明中学体育组 2024年2月29日

**第五篇：九年级体育中考备考计划**

九年级体育中考备考计划

万泉中学：王剑武

体育中考计分以来，我校一直高度重视，制定了一系列针对体育中考的方案、措施，并长期落实实施。在近几年的体育中考中取得了较好的效果和成绩，现将我本人所制定的具体备考方案介绍如下：

一、全面提高认识，明确体育中考具体内容，政策，考试计分办法

每学期开学初，学校组织九年级全体师生召开会议，重点向全体九年级师生介绍体育中考的具体内容，政策，考试计分办法，以及我校学生的素质现状和应对方案，促使每位老师和学生认识到体育中考的重要性。

二、强化体育课常规管理，加强学生技术训练

学校特别强调九年级体育课任何老师不得占用，体育教师要加强学生课堂管理，每堂课要有针对性，加强技术训练和指导。

三、强化九年级课间操内容和管理

将九年级课间操改为耐久跑，并逐步增加跑速和距离。体育教师、年级组长、班主任每天清点人数，加强管理。

四、每学期定期考核，建立学生素质档案，有针对性加强训练

每年十月，十二月利用体育课对体育中考项目进行考核，使全体师生了解每位学生素质状况，便于学生有针对性加强技术训练和体能训练。每年三月，九年级停课，按体育中考规范流程进行体育中考模拟测试，明确体育中考的具体办法，了解学生素质状况，有针对性地加强最后一个月的强化训练。

五、制定体育中考领导小组，全面为学生服务，确保每位学生取得理想成绩

每年我校体育中考前两天，组织学生学习了解体育中考流程及注意事项，体育教师讲解每个项目考核技巧，体育中考各服务小组老师明确各自职责。

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！