# 体育中考测试员工作总结(实用20篇)

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2025-05-04

*体育中考测试员工作总结107-08学年度，在领导的信任和同事们的大力支持下，我第一年从事初三体育教学工作，与初三体育教师共同体验了从20xx年暑假体育辅导到20xx年5月中考体育的二百多个日日夜夜，暑假辅导、早训、晚辅导、冬训、周六加课等等...*

**体育中考测试员工作总结1**

07-08学年度，在领导的信任和同事们的大力支持下，我第一年从事初三体育教学工作，与初三体育教师共同体验了从20xx年暑假体育辅导到20xx年5月中考体育的二百多个日日夜夜，暑假辅导、早训、晚辅导、冬训、周六加课等等，几位老师可以说是肝胆相照、风雨无阻，其中有劳累、辛酸，更有感动、欣喜，回顾近一年的工作，历历在目：

>（一）远眺初三体育——暑假体育辅导与初三结下姻缘

记得06-07学年度放假前的最后一次会议，东良找到我，说起初三体育老师利用暑假举办暑期体质训练营的事情，义务辅导学生训练，我义无反顾的加入到辅导教师的队伍，紧接着就是近40天的早晚两次训练，在此期间，我不断向初三体育教师请教各项技术的重点，时常上网学习初三学生体育训练的方法，经常翻阅运动训练的书籍，在这短暂的一个多月里，我和学生朝夕相处、共同练习，逐渐和他们建立了深厚的师生情谊，也渐渐的被学生勇于吃苦、刻苦拼搏的优秀品质感染了，也被初三体育教师的这种无私奉献的精神感动了，内心中已无数次萌动过担当初三体育教师，因为我知道和这么优秀的团队一起战斗是一种荣幸！

>（二）接近初三体育——我与学生快速成长

当我拿到学生初三第一次模拟成绩时，我已明显感到了压力，四个重点班（9-12班）的排名分别是15名、17名、22名、18名，面对这样的成绩和学生较弱的身体素质，毫无初三体育教学经验的我无数次陷入沉思，如何在短时间内提高学生身体素质？如何把这几个班的成绩尽快提上去？我开始制定短时间提升教学能力的计划：第一，多听课、多问第二，多看书，多上网查第三，多与班主任交流第四，多反思自我。单靠这些是远远不够的，我教学能力的提升关键是得益于初三体育组良好的教研气氛，大家在一起集思广益为中考体育第一的目标不懈努力，几位有经验的老师，真正做到了资源共享，教研中细到每节课的重点如何把握，学生的感觉如何等等，我真可谓是受益匪浅。由于我和王智颖老师是第一年带初三，为了让我俩尽快进入初三体育教学状态，另外几位老师不厌其烦的\'讲解三项技术的重点和难点，经常去听我俩的课，课下帮助找问题，解决问题。正是由于在这种良好的教研氛围和几位老师的大力支持和帮助下，使我迅速的成长起来，尽快的融入到了初三体育教师团队。

九月、十月可以说是整个初三学年最辛苦的阶段，由于以前没有接触过初三大强度的训练，学生的抵触心理很强，反映在课堂上就是纪律较散漫、量和强度无法完成，这就需要教师要有很强的责任心，面对懒散学生要晓之以理、动之以情，严抓课堂纪律，向课堂要效率。为让学生们尽短时间进入初三体育训练状态，我不断与班主任交流，了解学生思想状况，与个别学生谈话，了解学生心理，开通QQ空间，并写下十余篇文章来勉励学生坚持不懈。在中国学校体育网站的论坛中寻找捷径等等，我的种种努力逐渐的感化了学生，教学秩序变得井然有序，面对学生二模测试中成绩的明显提升，我这里体会最深的就是虚心与努力。

>（三）体验初三体育——严酷的冬训使我们更加坚强

学生中考体育成绩的好坏，完全取决于冬训的质量。为此初三体育组曾经多次教研，共同研究冬训阶段的周计划、月计划、注意事项等等，每周一、周四的教研活动雷打不动，把教研细化到每一节课，在初三体育团队的引领下我课上严抓效率，课下进行个别辅导，逐渐的与学生打成一片，成为了学生无话不谈的“大朋友”。

我清楚的记得今年一月份遇到了08年的一场大雪，在征求了大家意见的情况下，时东良老师带领我们几位老师开始清理操场的积雪，在不耽误上课的情况下，两天时间把操场积雪清扫干净，为学生正常训练和四模体育测试提供了场地，事后我收到了数名学生发来的短信，“老师，您太辛苦了，我一定好好训练，绝对不会辜负您的！”，“老师，我以后再也不偷懒了！”。这种遇山开路，遇水搭桥的精神不仅感动了我们自己，也感动了学生，加上周密的教学计划和领导的高度重视使整个冬训非常顺利的完成了。

>（四）感悟初三体育——为共同的目标我们不懈努力着

冬训结束之后，初三体育的训练逐渐由量向强度过度，男生400的时间要由原来的一分半提到一分十秒左右，女生300米的时间也要由原来的一分二十向一分左右提，尽管过度的很慢，但由于学生冬训期间从没有这样的强度，所以大部分同学表现出来的就是没有信心，每当我宣布时间，学生们总是感叹完不成，为此我专门请教了时东良和王剑老师，“第一，慢点没有关系，一定要让学生由信心第二，要给学生建立必胜的信念第三，教师可以适当带跑，给学生信心”。在两位老师的指导下，操场上奔跑的学生中多了我的身影，在近一个月师生的共同努力下，学生的拼劲十足。五模、六模学生体育成绩进步非常明显。

>（五）中考体育——我们拼搏过，我们不后悔

为迎接中考体育的到来，我们的教研更是事无巨细，从前一天晚上学生的睡眠到应考早晨的饮食，从交通安全到学生着装等等，面面俱到，王智颖老师还专门为最后一节室内课制作了视频。当我站到讲台上与学生共同回忆一起拼搏的日子时，我的喉咙时常哽咽，面对着我挚爱的学生们，我强忍着眼泪宣读了中考体育动员稿，从学生亢奋的情感中，我已看出学生必胜的信念。学生们中考体育优异的成绩（9-12班均分分）用强有力的事实见证了学校领导的大力支持、班主任的大力配合、初三体育团队的无悔付出、学生们的奋力拼搏！

>（六）回味初三体育——我们说过不会忘记

张宪老师曾经对我说过“没有带过初三，不能算的上真正的体育教师”，因为初三体育教学有其特殊性，那就是把训练教学化。

>我在近一年的初三体育教学中收益颇丰：

一、使我增长了运动训练方面的知识和经验，让我深刻的体验了运动训练的原则和方法

二、提升了我的学生管理经验

三、提高了我专项技术技能

四、拓展了我的教研思路，提高了我的教研水平

五、从初三体育团队和学生中真切的感悟到付出与收获

>由于第一年担任初三体育教师，我清楚到感到自己在诸多方面还存在不足：

一、专项技术技能的熟练度和把握程度

二、教学中的课堂调控方面

三、初三学生的管理经验方面还有待提升

四、初三体育教学的安全预知和教育方面

>改进方法与措施：

一、积极主动的向组内教师学习三项技术的教学，多进行三项练习，感悟、创新教学方法

二、认真备好上好每一节课，努力使教学内容衔接紧密，向课堂要效率

三、多与班主任交流，学习班主任管理学生的好点子、好办法

四、总结分析教学中的安全隐患，降低伤害事故发生的概率，认真学习教学安全的法律法规

>个人今后的计划:

喜欢挑战的我，绝不放弃任何一个挑战的机会！

初三体育组 李东涛

20xx 年 5月15日

**体育中考测试员工作总结2**

1、加强思想教育，端正学习态度。

由于一部分学生对中考体育的认识不够，造成平时训练不积极。因此我们要让学生有紧迫感和责任感。体育老师在体育课上，班主任在课余锻炼中要重点加强思想教育，使他们了解中考体育的重要\*。体育考试是第一仗，打了胜仗必然会使增强自己的自信心，对后面的文化课考试有很大的促进意义。打了败仗则一定会损害心理、挫伤自尊，后面的考试也必然会受到负面影响。而从实际看，多一分是一分，完全没有不拿的道理。

**体育中考测试员工作总结3**

>1、学校领导的大力支持与对体育中考的投入

本学年学校在经费特别紧张的情况下，为了毕业班的学生身体素质快速提高，学校领导在教学所用到的场地、器材方面给予“全额投入”。

>2、继续发挥体艺组整体作战的精神

组内教师的团结协作，目标一致，在学校统一思想，一盘棋的操做引领下，体艺组全体同仁相互配合，相互支持是取得体育中考成绩的重要因素。

>3、注重体育教师与各班主任的配合

全校所有教师中，班主任是最熟悉本班级学生的最高领导者，学生可以说是既敬又怕的人。所以，在备战训练过程中，班主任全员到位，用实践的行动证明了，他们也是体育成绩提高的一项重要因素。所以我们体育教师与各班主任的通力配合也是日后必不可少的。

>4、其他老师对体育工作的支持

在备战训练、体育模拟测试的安排和实际操做过程中，年级组长和其他学科教师起着至关重要的作用。因此，我们体艺组的的工作必须得到年级组长和其他学科教师的支持和帮助。

**体育中考测试员工作总结4**

体育中考在落下尾声的同时，也给了我们体艺组每位教师敲了一个大大的警钟，通过这次的体育中考，我们发现现在学生当中存在的一些问题。

1、学生对自己的身体指数（即身高体重的比值）不够了解，部分学生没有良好的锻炼习惯与饮食习惯，这样导致了偏胖或偏瘦，从而也影响了其他两项的成绩。这是个不容忽视的大问题，我认为应从小学一年级开始测试学生的身体指数作为一项成绩加入学生的总分中。并通过班主任和体育教师多与学生沟通，与家长沟通。从而引起他们的重视。

2、目前的体育中考测试内容还不够健全，今后的体育中考，可能很快就会改革。这样要求我们在体育教学中要多元化，要注重学生的体能，技能训练，要提高学生的综合素质。无论中考内容如何变动，都能让学生很快的适应体育中考。

总之，教育教学无万能之法，也无定法，关键是贵在得法。它的成功在于极大限度地去挖掘学生的潜能，增强他们的自信，培养他们的意志，养成学习和训练的习惯。才能使他们达到希望的彼岸，才能收到意想不到的效果。

**体育中考测试员工作总结5**

体育考试项目，无论哪一项，决定成绩的主要因素是全面素质而不是单一素质。身体素质包括力量、耐力、速度、柔韧、灵敏、协调\*五种。跑的项目对下肢力量、速度和耐力要求较高。投掷项目对上肢和腰部力量和全身协调\*要求较高。篮球运球对移动速度和球\*要求较高。引体向上和仰卧起坐对腰腹肌要求较高。每个项目同时又与其它各种素质紧密相连。若要提高全面素质，就必须增加运动负荷，加大训练强度。只有强度上去了，学生的心肺功能才能够增强，肌肉组织才能够得到发展，意志品质才能够得到锻炼。因此，要本着全面发展和循序渐进的锻炼原则，认真的制定训练计划，科学的安排运动量，合理的组织考前训练，努力使学生的各项身体素质都得到提高。

总之，我们将振奋精神，迎难而上，团结协作，齐心协力，提高训练要求，加大训练强度。确保及格率，\*抓优秀率。我们坚信，在学校领导的大力支持下，在初三全体教师的共同努力下，20\_年我校的中考一定能够取得满意的成绩。

**体育中考测试员工作总结6**

在这一学期里，我在课程标准的指引下，以学生为本，强化健康第一的指导思想，以增强学生体质为宗旨，通过体育教育教学使学生生理、身心得到健康发展为主渠道。就本学期开展了以下工作，现总结如下：认真学习新课标，以课改精神为指导，实现学生在课堂上的中心地位，自觉贯彻“健康第一”的重要思想，认真制定教学计划，认真上好每一节课，并对活动内容进行研究、分析。把所学所看的渗透到平时的教学之中。使自己在的教学水平进一步完善。突出“健康第一”的指导思想，与“人本主义”教育理念接轨，为使学生在运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应等各个方面得到全面的锻炼和发展，运用了“成功教学法”，即在各项身体练习中，每位学生通过“成功教学法”练习，都有成功的机会，来满足每位学生对“成功”的渴望，从而向练习目标迈进。

>一、要提高教学质量，首先要上好课，

1、课前准备：备好课认真钻研教材，对教材的基本思想、基本概念都要弄清楚，了解教材的结构，重点与难点，掌握知识的逻辑，能运用自如，知道应补充哪些资料，怎样才能教好；了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会有哪些困难，采取相应的预防措施；考虑教法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动。

2、课堂上的情况。组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服了以前重复的毛病。考虑到学生身体素质的差异，按能力分组，教学因人而异，让每位学生各需所求，各挥其能，各展其才。通过自己的精心设计，合理安排，使学生在轻松愉快的教学气氛中完成体育教学任务。

3、课后反思，对教材搭配，教学手段及方法，学生生理心理承受情况，实现体育与健康课程三维目标的情况等进行系统性地分析总结，发现问题，找出解决问题途径，改进教学形式，完善教学模式。

>二、教育工作方面

本学期体育教学都认真制定了切实可行的体育教学工作计划，并在教学工作中认真钻研新课改的教材，并根据不同年龄学生特点，认真备课，在备教材的\'同时，也注意备学生，教学中按照新的课改目标，改变以前课堂教学的几大基本环节的程序，注意讲解示范、重点是讲练结合，使学生能很快的学会课时内新学的教材内容，教研工作能各级参加，努力提高本人的业务水平。发展学生的身体健康和身心健康，从而让学生喜欢体育，使学生成为学习的主人，让学生在玩中学，学中乐的课堂气氛下得到锻炼。

1、学生上课积极性高，能在老师的要求下积极锻炼，对学生本身增强体质，矫正和补偿身心缺陷起到了很大的作用。特别是对于初三年级的即将毕业的学生，让他们在一个良好的行为习惯和正确的课堂常规中学习。

2、通过体育课的锻炼，使那些有身体和健康原因的孩子们感受到了学校、班级和老师的温暖，有利于学生在今后的学习过程中树立良好的自尊心，促进德、智，体等方面的全面发展。

3、整个体育教学，突出了实用性和趣味性的原则，既保证了学生得到积极锻炼，又使学生在学习过程中感到愉快，养成了锻炼身体的习惯。尽量使每个学生都能有适合自己的活动内容和活动方式，更增强了学生的自信心，使他了解到自己在这个群体中重要性，是我们这个大家庭中不可缺少的一员。

4、在教学过程中，教学进度和教学内容的安排，按照由易到难，由简到繁的原则，实行多次重复练习，使学习内容在学生头脑中留下较深刻的印象，有利于学生对技术动作的掌握和运动表象的形成。运动负荷由小到大，满足了不同类型学生的要求。

5、当然，在教学过程中还存在着一些问题，如备课方面对学生了解不够全面，对于学生原有的知识技能，他们的兴趣、需要、方法、习惯等认识不足，在有些时候未能及时的采取相应的措施。教法比较单一，在解决如何把教学资源传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动方法上比较单一。

在教育教学工作中还存在许多缺点和不足，我将更严格要求自己，努力工作，发扬优点，改正缺点，开拓前进，为我们学校体育贡献自己的力量。

**体育中考测试员工作总结7**

时间过得真快，转眼间，我的学生马上进入高中，即将成为一名让人羡慕的高中生，三年的教与学，印象最深的当属最后一个学期了，具体工作总结如下：

1、从思想上，自己有了很大的进步，虽然这学期忙点，但很充实。龙山中学网站就是我工作的导航，每天浏览一遍，知道本周该干什么，今天该干什么，及时了解学校各口的工作，为自己的教学服好务。

2、继续完善自己的博客，通过博客结交了五湖四海的朋友，学习了各种各样的知识，提高了自己。

3、利用课上时间对学生进行素质测试，进而完成了初三级部学生的数据上报工作。并完成了体育艺术2+1各项材料的\'整理工作。

4、3月份带领学生参加了肥城市中小学生田径运动会，作为教练员，从选材到训练到比赛做了全程服务，取得了团体总分第四名的好成绩，受到了学校领导的一致好评。

5、4月底带领特长生到石横进行专业测试，顺利完成了特长生的测试工作。总共训练人数9人，专业成绩均在70分以上，其中80分以上占7人，成绩可喜可贺。

6、协助体育组完成了初三普通学生的毕业体育测试，并整理了相关材料。

7、6月份中考结束后，我和汪娟老师为参加20xx年泰安市中学生健身啦啦操比赛进行了为期一个月的训练。成绩前六名，但那也是我们师生共同努力用汗水换来的。

8、8月份参加了山东省体育教师远程研修培训，进一步提升了自己的业务水平。

根据学校要求，工作是完成了，但也有不尽人意的地方：

1、自身的政治业务学习还需加强，争取使自己的教学水平再上一个层次。

2、课堂效果须进一步强化，对于素质差的同学要多加练习，尤其对那些叛逆的孩子更是要加强思想教育，争取让每一个孩子都能得到发展。

**体育中考测试员工作总结8**

顺河中心学校体育中考自5月19号下午开始，至5月21号下午结束，全镇1千余名考生在各位领导及教师的共同努力下，顺利完成了体育升学考试。现将顺河中心学校20xx年体育中考考点工作总结如下：

>一、加强组织领导。

做好考试各项准备工作来自顺河全镇张店、罗铺、垸店三校共计１千余名考生今年首度集结顺河中心学校参加体育升学考试。考生多，加之今年体育中考增设长跑项目，本次体育升学考试工作的艰巨性与复杂性可想而知，为组织好本次体育升学考试，顺河中心学校精心组织，认真规划，加强领导，积极做好考试各项工作。

1、成立机构，加强领导，明确职责体育考试为初中毕业生升学考试的学业考试科目。体育考试成绩与其他学业考试、考查和考核科目的考试结果作为衡量学生学业水平和高中阶段学校招生的重要依据，事关考生前途。顺河中心学校高度重视本次体育中考，成立了以中心学校校长肖宗应同志为组长、各中学校长为副组长、各中学中层干部为组员的顺河中心学校体育中考领导小组，领导小组下设办公室，办公室下设四大工作组：考务组、后勤组、安全组、宣传组。各组分工明确，考间各司其职、各负其责，考试秩序良好，受到市教育局巡视员及顺河镇党委的好评。

2、考生考试氛围好，宣传安全工作到位体育升学考试也要贯彻落实办人民满意教育的精神，坚持以人为本理念。为给考生创造良好考试氛围，学校积极动员全体考生，广泛宣传体育考试考点制度、纪律，认真搞好考试期间的安全工作，竭诚为考生服务。“黄冈市20xx年中考体育升学考试顺河中心学校考点”横幅悬挂考场，“端正考风，严肃考纪”“祝各位考生考出好成绩”的宣传标语张贴考场边墙壁上。体育中考宣传栏摆放在考场边，考生很快就可以查找到自己的考场、考试时间及考试内定，极大地方便了考生。

体育升学考试安全工作尤为重要，中心学校成立了安全领导小组，各学校政教主任为学校安全工作具体负责人，各学校各班均成立了安全小组，主要负责长跑考生安全。学校免费为考生提供开水，运动场搭建了考生及监考老师休息帐篷。考场设有医疗救护点，配有中心卫生院两名医生，配备较齐全的医疗急救设备，并与中心卫生院保持联系，准备有救护车辆，预防考生考试期间的突发事件，制定了周密的应急预案，确保考生安全。

学校门卫室严格考生及送考教师出入登记制度，杜绝非考务人员入场。

学校还请来当地派出所干警协助学校维持考场秩序。

顺河中心学校体育中考考生考试氛围良好，安全工作到位。

>二、严密施考

考风考纪好学校为保证体育升学考试的严肃性和权威性，依据上级文件精神制定了严格的考场纪律和考试工作规章制度，严肃考风考纪。

考场实行全封闭，划有警戒线，非工作人员严禁入内。学校增设门卫2人，严控非考务人员进入学校，进入考场。杜绝考生家长到学校观看、说情现象。各监考教师按体育升学考试要求及市教育培训要求认真监考，确保考试公平、公正，考试期间未出现一起营私舞弊等违纪现象。各位考生考试心态正常，依规参考，都考出了自己较为满意的成绩。

综合上述，我们认为，顺河中心学校20xx年体育升学考试考场地符合要求，组织机构健全，准备充分，督察认真，宣传到位，考试公平公正，安全有保障，是一次成功的体育升学考试。

**体育中考测试员工作总结9**

初三年级的体育教学结束了。本学期我本着全面落实“健康第一”的思想出发，牢固树立了坚持教育面向全体学生的原则，以体育中考目标为重点。自己的收获是加深了对体育本职工作重要性的认识及意义的理解。回顾过去的一个学期，我能根据学校工作安排认真做好各项工作，但在教学过程中还存在一些问题，现就一学期来的情况总结如下：

>1、在平时的教学工作过程中做到出全勤，从不无故迟到、早退。

工作中全面贯彻教育方针和新的教学理念，按大纲课程要求，结合新课程的理念和学生身心发展的要求制订行之有效的教学计划，从学生已掌握的知识出发，结合社会、家庭、学校，充分挖掘课程资源，认真备课。重视人体生理机能变化规律在教学过程中的运用。通过运用这个规律减少伤害事故的发生，使学生科学的锻炼身体并健康的成长。在教学过程中重视人的认知规律的培养。使学生尽快的学好技术，形成研究科学的教学方法和组织方法奠定基础。培养学生科学锻炼身体的方法，使学生实现终身体育锻炼的目的。重视学生的思想教育，利用体育教材的.特点结合具体内容，向学生进行思想教育。培养学生的自觉性、组织性、纪律性、集体荣誉感、不怕苦、不怕累、勇敢顽强的精神等。

>2、从教学经验上。

由于自己教学经验不足，有时还会在教学过程中碰到这样或那样的问题而不知如何处理。因而我虚心向老教师学习，力争从他们那里尽快增加一些宝贵的教学经验。我个人应付和处理课堂各式各样问题的能力大大增强。

我在初三体育教学中收益颇丰：

一、使我增长了运动训练方面的知识和经验，让我深刻的体验了运动训练的原则和方法;

二、提升了我的学生管理经验

三、提高了我专项技术技能

四、拓展了我的教研思路，提高了我的教研水平

五、从初三体育团队和学生中真切的感悟到付出与收获

我也清楚到感到自己在诸多方面还存在不足：

一、专项技术技能的熟练度和把握程度

二、教学中的课堂调控方面

三、初三学生的管理经验方面还有待提升

四、初三体育教学的安全预知和教育方面

改进方法与措施：

一、积极主动的向组内教师学习三项技术的教学，多进行三项练习，感悟、创新教学方法

二、认真备好上好每一节课，努力使教学内容衔接紧密，向课堂要效率

三、多与班主任交流，学习班主任管理学生的好点子、好办法

四、总结分析教学中的安全隐患，降低伤害事故发生的概率。

总之，从这一学期的体育教学中，使我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但较出色上好每一堂课，完成每一项体育训练，培养更多的体育优生就很艰难了。因此，在以后的日子里，我除了提高自己的专业水平之外，还会以一颗强烈的事业心、责任心和自信心，对待我的每一节课。

**体育中考测试员工作总结10**

送走繁忙充实的一学年，即将又送走一届毕业生，回顾本学期的工作，自己在思想政治素质、专业知识上都有所收获，在这一年里我深刻体会到了做体育老师的艰辛和快乐，我把自己的青春倾注于我所钟爱的教育事业上，倾注于每一个学生身上。一个学年的工作已经结束，收获不少，下面我对本学期的工作做一总结,为新学期的工作确立新的目标。

>一、加强业务学习

作为一名青年教师，我自觉加强政治理论学习，积极要求进步。我热爱教育事业，热爱工作，热爱我的学生。在工作中能够求真务实、创新、乐于奉献，认真上好每一堂课，严格代好每一次训练，培养一批精干的运动员，圆满地完成本职工作并为学校赢得了荣誉。工作中，我以师德规范严格要求自己，以身作则，时时处处做学生表率，凡是要求学生做到的，我自己首先做到。除干好我的体育本职工作以外，我还负责初三的课间纪律以及安全工作。争取更多更繁重的工作来锻炼、磨练自己，使自己不断进步，尽快走向成熟。

>二、教学工作

在教学过程中，教学进度和教学内容的安排，按照由易到难，由简到繁的原则，实行多次重复练习，使学习内容在学生头脑中留下较深刻的印象，有利于学生对技术动作的掌握和运动表象的形成。运动负荷由小到大，满足了不同类型学生的要求，学生上课积极性高，能在老师的要求下积极锻炼，对学生本身增强体质，矫正和补偿身心缺陷起到了很大的作用。特别是对三年级的学生，既保证了学生得到积极锻炼，又使学生在学习过程中感到愉快，养成了锻炼身体的习惯，有利于学生在今后的学习过程中树立良好的自尊心，促进德、智，体等方面的全面发展。在教案的编写上，尽量使每个学生都能有适合自己的活动内容和活动方式，更增强了学生的自信心，使他了解到自己在这个群体中重要性，是我们这个大家庭中不可缺少的一员。

>三、学校工作

本学期在初三工作，面临着中考的压力，工作繁重。我严格要求自己，工作实干，认真监督学生的每天的课间纪律，发现问题，及时处理，保证学生的正常

作息。积极参加学校的各种活动和本组的教研活动并完成了本学期的教研组计划，积极完成学校临时安排的.其他工作，为学校工作的正常运行提供强有力的后勤保障。

>四、考勤方面

我在做好各项教育教学工作的同时，严格遵守学校的各项规章制度。处理好学校工作与个人之间的关系，在本学年，我早到晚退，中午吃完午饭，立即返校，保证学校初三的安全工作，在晚上值班没有无故缺席过一次，晚上值班时，一边完成学校的各项任务，一边准备教材和学习自己的专业知识。在新学期中，我应更加勤恳，为学校作更多的事，自己更加努力学习专业知识，使自己的工作知识水平更上一层楼。

>五、比赛成绩

体育方面，认真参加学校的公开课以及评委工作，积极筹备春季中长跑比赛，在校长的带领下比赛成绩获团体第四名，比去年有进步；在初三学年篮球赛中认真组织学生参加比赛，通过比赛陶冶了学生的情操也培养了学生的团队精神，在紧张的初三学习生活中，给学生以适当的放松。

一学期即将走过，回首一学期的各项工作，无论是教学方面，还是其他工作方面，都有收获也都存在着不足。教学方面，在课堂上有时候组织语言较弱，不能很好的调整和控制课堂，忽视了课堂的细节，在内容安排上不够丰富。在以后的教学中，我要改调自己的不足，注重课堂的管理，不要学生乱了，就将计就计不管了，要提醒自己时刻抓住课堂，在不断的控制中养成习惯，这样以后乱了，就可以随时将课堂调控好，增加自己调控课堂的能力。在教学重点上要更加突出，让学生知道这节课学习了什么，这样掌握各项技能才更加扎实。教学方法上要多种多样，才能吸引住学生，对学生要有耐心。注重课堂的每一课环节与细节，将环节之间安排的更加紧凑些。要不断在自己的教学中进行反思，总结自己的不足，多听课向其他教师学习，积累经验。因此，在以后的日子里，我除了提高自己的专业水平之外，还会以一颗强烈的事业心、责任心和自信心，对待我的每一节课。其他工作方面要不断的学习，对于没有接触过的工作要更加认真而且出色的完成。热情的对待每一天，勤奋的对待每一项工作，真诚的对待每一个人。

一学期的工作与教学，收获了经验，改正了不足。使我有了很大的进步，点滴的进步与领导的指导和关心是分不开的，在以后的日子里我会更加努力，积极向上，为做一名出色的教师而努力奋斗！

**体育中考测试员工作总结11**

在充实、忙碌和愉悦中，一学年的工作即将划上圆满的句号，本学期我担任初三体育教学工作。在学校各级领导的正确指导、体育教研组的大力支持及本人的辛勤努力下，基本顺利地完成了教学任务。现主要对本学期的工作总结如下：

>一、教学方面：

一提到初三体育马上就能联想到体育中考，在应试教育的惯性下，这已成了检验初三体育教学成功与否的重要标准。因此我根据教学大纲的要求满课时、满内容、保质量的完成了所教教室的教学任务。学生体育技术，体育技能考核内容等，从未出现丢课、缺课、上课松散无内容及体罚学生的现象。结合新课程改革要求，教法上不断改进创新，使体育课在宽松、活跃的气氛中，教室中注意学生组织纪律性、思想品质等方面素质的培养，特别针对刚刚升入初中的学生特点，以加强学生身体素质为目的，利用游戏，武术等项目促使学生尽快完成中学体育活动，以形成优良的行为规范。并在每一节课中认真积累组织教法、经验进行组内科研课题的探讨。教案、集体备课，听课等全部按学校要求完成。

>二、培养学生优良的行为习惯

初三是整个初中学习打基础的阶段，那么如何形成优良的行为习惯是基础中的基础，首先，抓集合训练：包括课前、课中、课后结束。集合要求快、静、齐并强调精神面貌。通过严格的队列、队形练习，让学生了解正确站姿、走姿、跑姿及其动作要领。在强化训练中，逐步让学生形成优良的姿态。其次，教会学生器材使用方法。在教学中可以有目的、有组织地安排小组长布置、收拾器材等，培养学生爱护场地、器材的习惯。这也是学生自我教育的一个过程。

>三、培养处理意外事件的能力

作为一名体育老师，对于学生的运动技能知识传授只是基础部分，如何培养学生处理意外事故的能力才是教学的关键点。在体育教室当中或多或少会出现一些意外事件。例如：在学生进行慢跑热身的时候，跑道上遇到突发事件堵住了。在这时，学生大多会停下来。教师就应该在此时进行语言引导，教会学生处理这次事件的方法，然后还可提问：“假如跑步过程中有学生摔倒了，我们其他学生应该怎么办？”在学生进行思考的时候，其实他们就有了对突发事件的处理想法，教师再进行适当总结，学生处理突发事件的能力便会一点点提高。

>四、培养团结协作的精神

在体育教学中有认识培养学生团结协作的精神，不仅可以提高学生学习的\'兴趣，还能使学生为了集体的荣誉而努力拼搏。比如分成几个小组，选择需要互助合作才能完成的竞赛或游戏让学生比赛，比赛完后分析获胜或失败的原因，让学生知道只有服从集体利益才能取胜，即使自己吃亏也是光荣的。要使学生能更好的树立团结协作精神，必须先让学生明白团结协作精神的内涵。“团结协作的精神”就是奉献精神。举例说明：篮球场上的传球者，人们为什么会赞扬他，就是因为他的传球可以为团队带来胜利。

>五、注重德育教育

德育教育是学校教育的重要组成部分。加强对学生的思想品德教育，是体育课的重要任务。在体育教学中有认识地融入德育教育，不仅能锻炼学生的意志，更重要的是能培养学生的爱国主义和集体主义精神，培养学生服从组织、遵守纪律、主动进取的心理品质。例如：针对学生跑步过程中，在弯道上的偷跑行为进行教育，把这种行为灌输到学生的做人方面及思想品德方面，既改善了学生的偷跑现象又教会了学生做人。

**体育中考测试员工作总结12**

一学期来，，在领导的信任和同事们的大力支持下，我从事初三体育教学工作，与其他体育教师共同体验了体育训练到中考体育的日子，几位老师可以说是肝胆相照、风雨无阻，其中有劳累、辛酸，更有感动、欣喜，回顾近来的工作，历历在目：

>一、为共同的目标我们不懈努力着

初三体育的训练逐渐由量向强度过度，大部分同学表现出来的就是没有信心，每当我宣布时间，学生们总是感叹完不成，所以我灌输思想于他们“第一，慢点没有关系，一定要有信心；第二，要给学生建立必胜的信念；第三，教师可以适当带跑，给学生信心”。在老师的指导下，操场上奔跑的学生中多了我的身影，在近一个月师生的共同努力下，学生的拼劲十足。学生体育成绩进步非常明显。

>二、中考体育—我们拼搏过，我们不后悔

为迎接中考体育的到来，我们的教研更是事无巨细，从前一天晚上学生的睡眠到应考早晨的饮食，从交通安全到学生着装等等，面面俱到，当我站到讲台上与学生共同回忆一起拼搏的日子时，，我宣读了中考体育动员稿，从学生亢奋的情感中，我已看出学生必胜的信念。学生们中考体育优异的成绩，用强有力的事实见证了学校领导的大力支持、班主任的大力配合、初三体育团队的无悔付出、学生们的奋力拼搏！

>三、课堂教学心得

1、课前准备：备好课

认真钻研教材，对教材的基本思想、基本概念都要弄清楚，了解教材的结构，重点与难点，掌握知识的逻辑，能运用自如，知道应补充哪些资料，怎样才干教好；了解学生原有的知识技能的质量，他们的`兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会有哪些困难，采取相应的预防措施；考虑教法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何布置每节课的活动。

2、课堂上的情况。组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其坚持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们发生愉悦的心境，发明良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服了以前重复的毛病。考虑到学生身体素质的差别，按能力分组，教学因人而异，让每位学生各需所求，各挥其能，各展其才。通

过自身的精心设计，合理布置，使学生在轻松愉快的教学气氛中完成体育教学任务。

3、教学反思，对教材搭配，教学手段和方法，学生生理心理接受情况，实现体育与健康课程三维目标的情况等进行系统性地分析总结，发现问题，找出解决问题途径，改进教学形式，完善教学模式。

4、多与班主任交流，学习班主任管理学生的好点子、好办法

5、总结分析教学中的安全隐患，降低伤害事故发生的概率，认真学习教学安全的法律法规

总之，一学期来，我在教学中突出“健康第一”的指导思想，与“人本主义”教育理念接轨，使学生在运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应等各个方面得到全面的锻炼和发展。

**体育中考测试员工作总结13**

这一学期我担任的是九年级的体育教育教学工作，在本学期我认真较好地完成了体育教育教学工作。现将我这一学期体育教育教学工作总结如下：

>一、教育教学工作：

我首先根据各年级体育教育教学大纲，“体育与健康”教材，初中升高中加试体育的特点，我根据学校的体育器材，场地，以及各个年级学生身体素质状况，制定出合理的可行性的教育教学计划。每周都能够按教育教学计划，认真备课和上课。在教育教学中：

（1）、对学生进行体育课的常规教育：即、建立病事假制度，体育课必须穿运动鞋，穿的衣服必须宽松有利于体育运动，要学会正确的自我保护和安全意识等。

（2）、在教育教育中，严格要求自己，注重“身教重于言教”，要求学生做到的自己首先做到，处处做学生的表率。

（3）、在教育教学中，注意面向全体学生，注意学生之间的个别差异，注意在教育教学过程中的重难点教学，采用讲解、示范、对比、反复进行学习方法，引导学生大胆地尝试和体会，充分发挥每一位学生学习的主观能动性，大大激发了学生学习的兴趣，使学生真正成为学习的主人。

（4）、在课堂上做到“精讲多练”，同时注意培养学生的说话能力，使学生在讲话中做到了，声音洪亮，有节奏，充分展示了学生的说话能力。培养了他们的创新意识，爱动脑，乐动脑的好习惯，大大激发了学生的情感，使学生能在欢乐愉快中进行学习，营造了一个良好的课堂氛围。

（5）、在教育教学中注意差学生的\'教育，对他们采取耐心细致的工作态度，及时找他们谈心，找出差学生落后原因，并制定出短期目标和长期目标。在早操、课间操、体育课上，稍微有发光点就及时进行表扬和鼓励，使差学生都有上进的信心，都有不同的进步和提高

（6）、在课堂上做到说练结合，并让学生进行大胆地展示，鼓励学生充分展示自己的动作的能力，增加了学生展示的欲望。同时激发了学生学习的欲望，使学生的个性得到充分的张扬。在课堂上鼓励学生问老师，只要你把老师问住了，使老师回答不上来，你才是好学生。大大激发了学生说练的兴趣，充分调动和激发了学生的爱动脑，乐动脑的创新意识。同时又培养了学生的自觉性，组织纪律性，相互帮助，交流、切磋，合作的意识，集体主义荣誉感，顽强拼搏精神等都到了体现。

在教育教学中，我还不断学习新的教育教学理念，新的教学方法。认真学习探讨“情境教学”和“三疑三探”的教育教学模式在体育中的运用。例如：在队列队形、篮球、排球、体操、田径和规则等教育教学中运用的就非常好。 积极参加学校和音美体教研组，组织集体研课和备课，学习新课标，新的教育教学理念，新的教育教学方法，积极参加学校组织的“四控绑”教学活动，采取教师之间互相学习，互相交流和切磋，不断提高自己的教育教学水平。 在平时的教育教学中，我很抓教育教学基本功，发现问题及时研究，探讨，在网上学习，是自己的教育教学业务不断提高。

>二、两操：

“两操”是反映学校整体面貌的一个窗口，是学校推行素质教育的体现，抓好“两操”是学校管理的体现，更是促进学校全民健身的开展。

我们学校进行了狠抓“两操”的建设，定期召开了班主任会议，要求班主任在周会课强调“两操”的重要性，有过去的各个班级的体育委员带队，发展为现在的班级学生轮流带操，要求：带操的学生口令，短促，洪亮。每一个班级都有自己班级的独特的口号或班级的班询，经过学校的要求，班主任的配合，体育教师在体育课上的训练，使我们学校的早操，课间操不断更新变化提高。

早操：各班学生轮流带队，带队学生的口令，坚定有力，短促，洪亮。班级走、跑的节奏队列队形整齐，各个班级都有自己独特的口号，喊起来给人一种气吞山河的气势。每天早操，给人一种又在开运动会的感觉，每一个班级都非常有精神，有朝气。给人一个新鲜感。

课间操：学生以来到运动场，各班带队学生就按照学校划分好的区域进行整队喊口令，学生进行原地踏步整齐后，各班带队学生在班级的前面做操，学生们在队伍中做操，每个班级都做的非常整齐，做完以后，体育委员在进行原地踏步喊口号，学生们又秩序地进行疏散。

通过现在上的早操，培养了体育委员组织能力和喊口号的能力。班级的学生齐声喊口号，使学生的学习压力得到了释放，缓解了学生学习压力，使学生能够更好地学习。又培养了学生的自觉性，组织纪律性，合作意识，集体主义精神的体现，使学生成为学习和活动的主人，值得我们提倡和坚持下去。

>三、队列队形和广播体操比赛：

学校领导重视，我及早安排，实时比赛规程。，我积极配合各班主任及早训练，学生密切协作配合，班主任和学生们挖掘潜力，创作出了独特、新颖的队列队形，通过站、走、跑的变化出不同的造型来。增加了学生们的创新的能力，增强了学生严格要求自己，一丝不苟的精神，体现了学生们热爱班级，展示了每一个学生的风采。

>四、积极交流篮球比赛：

积极组织教师与兄弟学校的教师进行篮球比赛交流，是学校的教师与兄弟学校的教师进行了技术上的切磋，增进教师之间的友谊和了解。

**体育中考测试员工作总结14**

一学期来，我根据《体育与健康》课程标准，突出“健康第一”的指导思想，与“人本主义”教育理念接轨，为使学生在运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应等各个方面得到全面的锻炼和发展，运用了“成功教学法”，即在各项身体练习中，每位学生通过“成功教学法”练习，都有成功的机会，来满足每位学生对“成功”的渴望，从而向练习目标迈进。

由于面临着20xx年中考体育的改革，体育课既要照顾到学生的安全又要努力提高体育课的效率，在体育理论课上不断提醒学生运动的重要性，在实践课程的设置上做到循序渐进，以期不断提高学生的综合能力。

>一、要提高教学质量，首先要上好课。

1、课前准备：备好课

认真钻研教材，对教材的基本思想、基本概念都要弄清楚，了解教材的结构，重点与难点，掌握知识的逻辑，能运用自如，知道应补充哪些资料，怎样才能教好；了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会有哪些困难，采取相应的预防措施；考虑教法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动。

2、课堂上的情况。组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的`课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服了以前重复的毛病。考虑到学生身体素质的差异，按能力分组，教学因人而异，让每位学生各需所求，各挥其能，各展其才。通过自己的精心设计，合理安排，使学生在轻松愉快的教学气氛中完成体育教学任务。

3、课后反思，对教材搭配，教学手段及方法，学生生理心理承受情况，实现体育与健康课程三维目标的情况等进行系统性地分析总结，发现问题，找出解决问题途径，改进教学形式，完善教学模式。

>二、要提高教学质量，还要做好课后训练指导工作

本年段的学生体质和健康水平存在着个别差异，体育运动的基础知识和基本技术结构参差不齐，利用每周的一、三、五下午第四节在班主任的配合下，分层次教学，对于不同基础的学生采取不同的方案，教学中多用“鼓励教学”，坚决不放弃基础薄弱的学生，不断总结探索更有效的教学方案。

积极参与听课、评课，虚心向同行学习教学方法，博采众长，提高教学水平。本着“健康第一”的指导思想，却实加强体育工作的精神，认真备课、上课、听课、评课，做好课后辅导工作，广泛涉猎各种知识，形成比较完整的知识结构，严格要求学生，尊重学生，发扬教学民主，使学生学有所得，从而不断提高自己的教学水平和思想觉悟，并顺利完成教育教学任务。

在教育教学工作中还存在许多缺点和不足，我将更严格要求自己，努力工作，发扬优点，改正缺点，开拓前进，为我们学校体育贡献自己的力量。

在学校领导和上级部门的支持和领导下，坚持德、智、体全面发展的正确方向，明确全民健身计划，在搞好学校体育工作的同时，紧紧围绕教育的实施，全神贯注抓好课堂教学，业余训练，使我校体育工作得到长足的发展，丰富了校园生活，增强了师生的身体素质，健全了学校体育教学制度。为了能进一步总结经验，以谋求更大的进步，现在我将本学期的工作情况总结如下：

（一）、努力学习理论知识，紧跟时代步伐

在飞速发展的当今社会，注重学习是使自己不被社会所淘汰的最有效的手段。积极参加业务学习。平时，我能积极利用课余时间，认真学习教育类刊物，从刊物中汲取营养，领略教育改革的趋势和方向，学习他人的成功经验，移植到自己的教学中去，促使自己彻底改变陈旧和落后的教育观念，达到事半功倍的效果。

（二）、教学工作

要提高教学质量，关键是上好课。为了上好课，我做了下面的工作：

⑴课前准备：备好课。

①认真钻研教材，对教材的基本思想、基本概念，每句话、每个字都弄清楚，了解教材的结构，重点与难点，掌握知识的逻辑，能运用自如，知道应补充哪些资料，怎样才能教好。

②了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会有哪些困难，采取相应的预防措施。

③考虑教法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动。

⑵课堂上的情况。

组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服了以前重复的毛病，课堂提问面向全体学生，注意引发学生的兴趣，课堂上讲练结合。

（三）、课间体育工作

加强两操大课间管理，特别是广播操的教学。第一，加强对学生的思想教育，使学生真正认识到做操的重要性和必要性，培养学生重视做操、自觉做操、坚持做操、认真做操的良好习惯。第二，体育教师要正确运用示范。示范是体育教学的主要教学方法之一，通过示范能使学生建立正确的动作表象。因此，要求教师示范要清楚、准确、规范、优美。第三，讲解要少而精。我在课间体育舞蹈教学时的讲解，主要是结合我的示范动作，让学生加深对动作的理解。第四，口令要清楚、洪亮、准确。第五，纠正错误动作要及时。另外，在课间操教学过程中还得到了各位班主任的大力支持。所以，使做操质量，在很短的时间内有了很大的提高。

（四）、训练工作

我带领学生坚持业余训练，并做到训练有计划、阶段有测验、测验有记录、带领学生科学系统的进行训练。在训练过程中我努力做好学生和家长的工作，使家长能够让学生训练，使学生能够安心训练。在作学生和家长的工作中，班主任老师也为我作了不少工作，支持了我的训练工作。因此，我争取在以后的比赛中取得比今年更好的成绩。

在以后的工作中我要注重个人的业务学习和提高，紧紧抓住课程改革这一契机，通过培训学习、观摩探讨，撰写心得体会、反思，积累、学习教学经验，多向其他教师请教，多和学生进行交流，在实践中应用等方式，加深对课程的理解和领会，完善自己的教学工作，努力形成自己的教学风格，形成学习形的教学工作习惯

**体育中考测试员工作总结15**

本学期主要担任了初三年级三个班级的体育教育教学工作，在工作中认认真真上好每一节课。为了提高自己的业务素质，我从备课、上课、听课、评课，课后辅导、课外阅读等方面积极地进行积累。认真钻研教材，对篮球模块的知识充分掌握，结合学校实际，每节课尽量发挥学校的物质资源的优势，增加一些教学内容，激发学生的兴趣爱好；了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识技能可能会有那些困难，采取相应的方法手段和预防措施；考虑教法，解决如何把已掌握的篮球知识传授给学生，包括如何组织、如何安排每节课的活动；扩充学生的篮球知识量，拓展学生的知识面。让学生学习文化知识的同时掌握一项运动技能，今后不论是自己锻炼身体还是参加一些篮球业余比赛，都能够有所帮助，进而能够随时适应社会上的各种情况，成为全面发展的新时代青年。

>一、远眺初三体育——我与初三结下缘。

想起第一次带九年级的体育时，我感到了前所未有的压力，面对学校的要求和学生较弱的身体素质，毫无初三体育教学经验的我无数次陷入沉思，如何在短时间内提高学生身体素质？如何把体育成绩尽快提上去？如何让体育成为学生终身锻炼的习惯？我开始制定短时间提升教学能力的计划：第一，多听课、多问；第二，多看书，多上网查；第三，多与班主任交流；第四，多反思自我。单靠这些是远远不够的，我教学能力的提升关键是得益于体育组良好的教研气氛，我和体育组的老师在一起集思广益为中考体育第一的目标不懈努力，真正做到了资源共享，课下我不断向其他学校的老师请教各项技术的重点，时常上网学习初三学生体育训练的方法，经常翻阅运动训练的书籍，短暂的一个多月里，逐渐和他们建立了深厚的师生情谊，也渐渐的被学生勇于吃苦、刻苦拼搏的优秀品质感染了，正是由于在这种良好的教研氛围和几位老师的大力支持和帮助下，尽快的融入到了初三教师团队。

>二、接近初三体育——我与学生快速成长。

从九月开始上课，十月、十一月、十二月可以说是整个初三学年最辛苦的阶段，由于以前没有接触过初三大强度的\'训练，个别学生的抵触心理很强，反映在课堂上就是纪律较散漫、量和强度无法完成，这就需要教师要有很强的责任心，面对懒散学生要晓之以理、动之以情，严抓课堂纪律，向课堂要效率。为让学生们尽短时间进入初三体育训练状态，我不断与班主任交流，了解学生思想状况，与个别学生谈话，了解学生心理，让他们知道为什么要考体育，体育在中考当中起的什么作用，我们中考的目的不仅仅是为了中考能拿好成绩，更重要的是要养成健康锻炼的好习惯，全面提升学生的综合素质。我的种种努力逐渐的感化了学生，教学秩序变得井然有序，我这里体会最深的就是虚心与努力，我和学生朝夕相处、共同练习，奋进让我们迅速的成长起来。

>三、感悟初三体育——我们不懈努力。

寒假结束之后，初三体育的训练逐渐由量向强度过度，男生1000米的时间满分在3分30秒，女生800米的时间满分3分24秒，最紧张的是男生的单杠，本来就是难度很大的项目，加上学生在寒假期间缺乏自主训练，所以成绩不尽理想。而假期前成绩还可以的1000米和800米也有所退步了。所以大部分同学表现出来的就是没有信心，每当我宣布时间，学生们总是感叹完不成，“第一，慢点没有关系，一定要让学生由信心；第二，要给学生建立必胜的信念”。共同的学习中，我与孩子成了无话不谈的朋友，我不断的鼓励他们，为了共同的目标，我们在不懈的努力。

>四、欣喜初三体育——我们拼搏过不后悔。

为迎接中考体育的到来，我们更是事无巨细，从前一天晚上学生的睡眠到应考早晨的饮食，从交通运动量的调整到学生着装等等，面面俱到。今天，面对所有的学生，我们召开了考前动员会，当我站到队伍前与学生共同回忆一起拼搏的日子时，我的喉咙时常哽咽，面对着我挚爱的学生们，为他们动员，为他们打气。从学生亢奋的情感中，我已看出学生必胜的信念，我们又一次强有力的见证了学校领导的大力支持、班主任的大力配合、初三体育团队的无悔付出、学生们的奋力拼搏。

>五、回味初三体育——我们不会忘记

曾有这样一句话“没有带过初三，不能算的上真正的体育教师”，因为初三体育教学有其特殊性，那就是把训练教学化。我在近一年的初三体育教学中收益颇丰：

1、使我增长了运动训练方面的知识和经验，让我深刻的体验了运动训练的原则和方法。

2、提升了我的学生管理经验，提高了与学生的交往能力。

3、提高了我专项技术技能。

4、拓展了我的教研思路，提高了我的教研水平。

存在的不足：

1、专项技术技能的熟练度和把握程度不够准确。

2、初三学生的管理经验方面还有待提升。

3、初三体育教学的安全预案有待完善和加强。

改进方法与措施：

1、积极主动的学习三项技术的教学，多进行三项练习，感悟、创新教学方法。

2、认真备好上好每一节课，努力使教学内容衔接紧密，向课堂要效率。

3、多与班主任交流，学习班主任管理学生的好点子、好办法。

4、总结分析教学中的安全隐患，降低伤害事故发生的概率，认真学习教学安全的法律法规。

**体育中考测试员工作总结16**

这学期的体育教学工作将要结束，在本学期我较好的完成了体育工作，顺利完成体育中考。但在教学过程中还存在一些问题。现在我将本学期的工作情况总结如下：

>一、 教学工作

>1、 备课

根据课标和教学常规、体育中考内容写好教案。平时做到周前备课。备课时任真钻研教材、教参，虚心向本组老师学习、请教，力求吃透教材，找准重点、难点。

>2、 上课

上好课不仅要备好课，而且做好课前准备，布置好场地和器材，积极做好安全设施，不打无准备之仗。上课时，做好常规教育，做好准备活动，适应学生的身心健康。一学期下来，学生无重大事故发生。认真讲课，认真示范，力求抓住重、难点，精讲多练。运用多种科学教学方法，从实际出发，注意调动学生学习积极性和创造思维。培养学生积极参加体育锻炼的兴趣，发挥团结互助、吃苦耐劳、勇往直前的精神。为迎接初三的体育中考，制定了不同阶段的.训练工作，并及时组织学生进行训练，做到成绩记录与反馈，安排两次的考前模拟测试。

>3、 课后反思

通过对本堂课的反思，可以及时反映该堂课或该阶段存在的不足，然后及时加以改进。因为学生在不同阶段、不同时期的心理与身体方面都是不一样的。因此，教师在教学内容、教学方法、教学手段等方面都要有所区别，做到同中有异，万变不离其中。

>4、 听课方面

能够在教务处的组织与安排上，较自觉的去听课，并对听课的内容与过程作出详细的记录。

5、协同学校和教研组，组织学生进行冬季长跑活动。

>二、 不足之处：

1、 课堂上，对于违纪学生的处理手段还有待改进，区别好老师的威严与和善。

2、 课堂教学内容有时过于空洞、单调，不够具体，课堂的教学形式也不够多样，学生学习的兴趣还有待提高。

3、 有时不能够较好地把握学生的心态，对于他们的心理状况还不够了解，特别是后进生，没有及时进行交流。

4、 对体育尖子生的培养力度不够。

>三、 今后教学的主要着落点：

1、 加大对体育尖子生的培养，以带动课堂组织与后进生的工作。

2、 要及时与班主任了解学生的状况，特别是后进生，及时沟通与交流。

3、 充分利用自己的课余时间，积极听课，而且目的性要强，针对性也要强，本专业的课应多听多记。多向老教师学习，虚心听取他们的意见与建议，将其他教师上课的较好之处运用到自身的教学当中。

总结本学期，繁忙而充实，有收获、有失落、有困惑，但本学期自身的精神面貌和对学生的尽心尽责值得自己为自己称赞的。希望新的一年中自己能不断提高业务能力，立足本职，更好的为学校和学生服务。

**体育中考测试员工作总结17**

这学期借助体育中考的契机，引起了社会、学校、家长对学生身体健康状况和身体素质的重视，通过不断地改进体育教学，培养学生自觉锻炼身体的良好习惯，达到全面提高学生身体素质，同时，中考体育成绩记入中考总分，使得学生在不知不觉中树立竞争意识。

开学初，对初三全体学生进行了一次较正规的模拟测试，对学生状况进行了全面的分析，大多数学生有一定的身体素质及体育锻炼习惯，总体成绩能达到中等以上，50米成绩较薄弱，也有一小部分学生不能达到及格，又对体育缺乏兴趣；据此，在教学和训练中，我采取了目标设置，目标设置分：（1）短期目标和长期目标，如1～2个月的锻炼目标和一学期的目标；（2）容易目标和困难目标，如1分钟仰卧起坐和50米跑的目标；（3）单项目标和综合目标；（4）在锻炼小组中，还设置了个人目标和群体目标。在指导学生不同阶段完成各种目标的设置过程，当学生有了明确的目标，各项训练便有了努力方向，有了为早日实现目标的动力。

采取动机激励法，从中考的意义、中考体育的影响，从人生的第一次挑战等方面给予激励，中考是人生中第一个重要阶梯，而中考体育是中考的第一个挑战，中考体育考好了，就为整个中考打下良好的心理基础，为实现人生目标开了一个好头。我经常这样勉励学生：“任何一个有理想、有志气的青少年，都应勇敢面对挑战，超越自我。”对运动成绩较好，性格外向的学生，为他（她）们设置较高的运动目标，使其在高悬某个目标的激励之下，发挥出更大的运动潜能，为全班做出榜样；对运动成绩较差的学生，则应当根据他们的个人特质，分别采取鼓励、安慰、宽容、表扬等心理调节方法逐步提高其运动水平，让其在训练中看到自己的一点一滴进步，逐步树立起自信心，决不能操之过急，欲速则不达在每一个项目的训练中，测验后，给予学生积极评价，只要有点滴进步就及时给予肯定、表扬、赞美。

在教学中，学生的情绪好否，直接决定着这节课的质量。田径训练是艰苦的，如何让学生高高兴兴地接受较大强度的训练，成了我备课的重要一环。调动情绪让学生笑着上课，以轻松的心态完成大强度的训练，以愉快心情做放松整理，最终笑着下课。如果课堂气氛活跃不起来，有学生愁眉不展，就决不急于进入主教材活动，在通过师生间轻松愉快的语言交流，幽默风趣的对话，逐步化解学生畏难低落的负面情绪，排除消积的心理障碍之后，当全体学生都已热情高涨、强烈要求投入训练时，才按计划让学生进入训练。这样，学生既使面对大运动动量的`快速跑训练并不畏惧和逃避，而是愿意配合教师积极投入，由于是自觉、积极的参加，学生的主体作用得到充分发挥，每次训练效果都比较好，运动成绩呈稳步上升；而运动结束后的恢复也比较快，学生并不感到特别吃力。运动潜能也得到充分发挥，同时，为以后的训练继续保持热情创造了良好的心理条件，为中考体育打下坚实基础。

考前的动员也是至关重要的，我向学生强调了不仅要把自己的心态调整到最佳状态，还要把表情也调整到最佳状态，要微笑着走进考场，微笑着完成考试，微笑着走出考场，上场前作自我心理暗示，要求学生自己对自己说：“我是最优秀的！”，“别人行，我也行！”，结果，考完试后，学生对自己的成绩是相当满意的。

能获得令人欣慰的成绩，主要因素还在于科研引路，科学训练，把教学改革建立在对实际情况的深入分析和科学的理论基础之上。贯穿于教学活动始终的心理指导，对激发学生学习热情，克服心理障碍，锻炼坚韧的意志品质起到重要作用。突破了只重视身体训练，忽视心理训练的旧模式，追求心理训练的实效，注重身体素质提高的过程，通过心理训练与身体训练的同步进行，调动起每一个学生学习训练的自觉性、主动性，从而使学生内在潜能得以充分发挥，当学生整体素质得到提高之时，必然带来考试成绩的提高。这也从一方面证明了素质教育与应试能力的培养，并非就完全是对立的。体育教学实践中，学生的收获，不仅只是以优秀的成绩完成中考体育，更有意义的是，通过初三阶段的训练，获得自觉锻炼的习惯和良好的心理品质，使学生在今后的人生道路上，面对困难与挫折，面对现实生活中的各种“考试”，都能充满自信，以乐观积极的心态，迎接挑战，成为强者。

**体育中考测试员工作总结18**

本年度，在领导的信任和同事们的大力支持下，我从初一年级调任到初三担任体育教育教学工作，与初三体育教师共同体验了从20xx年8月到20xx年5月中考体育的二百多个日日夜夜，大课间、课课练、冬训等等，几位老师可以说是肝胆相照、风雨无阻，其中有劳累、辛酸，更有感动、欣喜，回顾近一年的工作，历历在目：

>(一)远眺初三体育——曾经代课与初三结下姻缘

记得20xx年放假前的最后一段时期，教导处找到我，说赵连峰主任因校建工作太忙……我有幸加入了代课的队伍，在这短暂的一个多月里，我和学生朝夕相处、共同练习，逐渐和他们建立了深厚的师生情谊，也渐渐的被学生勇于吃苦、刻苦拼搏的优秀品质感染了，要是真能担任他们的体育教师多好，因为我知道和这么优秀的团队一起战斗是一种荣幸!

>(二)接近初三体育——我与学生快速成长

20xx年8月，当我被分配到初三担任体育教育教学工作时，感到意外的同时我也明显感到了压力，我无数次陷入沉思，如何在短时间内提高学生身体素质?如何把这几个班的成绩尽快提上去?我开始制定短时间提升教学能力的计划：第一，多听课、多问;第二，多看书，多上网查;第三，多与班主任交流;第四，多反思自我。单靠这些是远远不够的，我教学能力的提升关键是得益于初三体育组良好的教研气氛，大家在一起集思广益为中考体育第一的目标不懈努力，几位有经验的老师，真正做到了资源共享，教研中细到每节课的重点如何把握，学生的感觉如何等等，我真可谓是受益匪浅。正是由于在这种良好的教研氛围和几位老师的大力支持和帮助下，使我迅速的成长起来，尽快的融入到了初三体育教师团队。

九月、十月可以说是整个初三学年最辛苦的阶段，由于以前没有接触过初三大强度的训练，学生的抵触心理很强，反映在课堂上就是纪律较散漫、量和强度无法完成，这就需要教师要有很强的责任心，面对懒散学生要晓之以理、动之以情，严抓课堂纪律，向课堂要效率。为让学生们尽短时间进入初三体育训练状态，我不断与班主任交流，了解学生思想状况，与个别学生谈话，了解学生心理，并写下十余篇文章来勉励学生坚持不懈。初三老师教学也很紧张且辛苦，没想到班主任非常的配合，不但每天来“督战”，还给学生们加油。同学们也非常积极地投入其中。特别是长跑练习，枯燥乏味，但同学们没有放弃的，最累最苦的时候，他们也会咬牙跑到终点。更有甚者，完成常规练习后，再加练。这是一种精神，一股冲劲，我也要好好学习的。面对学生测试中成绩的明显提升，我这里体会最深的就是虚心与努力。

>(三)体验初三体育——严酷的冬训使我们更加坚强

学生中考体育成绩的好坏，完全取决于冬训的质量。为此初三体育组曾经多次教研，共同研究冬训阶段的注意事项等等，每周二的教研活动雷打不动，把教研细化到每一节课，在体育组团队的引领下我课上严抓效率，课下进行个别辅导，逐渐的与学生打成一片，成为了学生无话不谈的“大朋友”。

为了更好的储备学生的体能，冬季的长跑训练从没有因此间断过，每次下雪，学校领导带领我们，尤其是体育老师还成了清雪先锋队，在不耽误上课的情况下，把操场积雪清扫干净，为学生正常训练和体育测试提供了场地，事后我收到了数名学生发来的短信，“老师，您太辛苦了，我一定好好训练，绝对不会辜负您的!”，“老师，我以后再也不偷懒了!”。这种遇山开路，遇水搭桥的精神不仅感动了我们自己，也感动了学生，加上周密的教学计划和领导的高度重视使整个冬训非常顺利的完成了。

>(四)感悟初三体育——为共同的目标我们不懈努力着

冬训结束之后，初三体育的训练逐渐由量向强度过度，男生1000m、女生800米成绩也逐渐提高，尽管过度的很慢，但由于学生冬训期间从没有这样的强度，所以大部分同学表现出来的就是没有信心，每当我宣布成绩，学生们总是感叹完不成，为此我专门请教了王健校长和王领杰级长，“第一，慢点没有关系，一定要让学生由信心;第二，要给学生建立必胜的信念;第三，教师可以适当带跑，给学生信心”。在两位领导的指导下，操场上奔跑的学生中多了我们体育教师的身影，在近一个月师生的共同努力下，学生的拼劲十足。每次测试学生体育成绩进步非常明显。

>(五)中考体育——我们拼搏过，我们不后悔

为迎接中考体育的`到来，我们的教研更是事无巨细，从前一天晚上学生的睡眠到应考早晨的饮食，从交通安全到学生着装等等，面面俱到，当我站到讲台上与学生共同回忆一起拼搏的日子时，我的喉咙时常哽咽，面对着我挚爱的学生们，我用心谱写了中考体育教师寄语，从学生亢奋的情感中，我已看出学生必胜的信念。学生们中考体育优异的成绩(共有272名学生满分)用强有力的事实见证了学校领导的大力支持、班主任的大力配合、初三体育团队的无悔付出、学生们的奋力拼搏!

>(六)回味初三体育——我们说过不会忘记

王占民校长曾经对我说过“没有带过初三，不能算的上真正的体育教师”，因为初三体育教学有其特殊性，那就是把训练教学化。

>我在近一年的初三体育教学中收益颇丰：

一、使我增长了运动训练方面的知识和经验，让我深刻的体验了运动训练的原则和方法;

二、提升了我的学生管理经验

三、提高了我专项技术技能

四、拓展了我的教研思路，提高了我的教研水平

五、从初三体育团队和学生中真切的感悟到付出与收获

>取得成绩的同时，我也清楚到感到自己在诸多方面还存在不足：

一、专项技术技能的熟练度和把握程度

二、教学中的课堂调控方面

三、初三学生的管理经验方面还有待提升

四、初三体育教学的安全预知和教育方面

>改进方法与措施：

一、积极主动的向组内教师学习，感悟、创新教学方法

二、认真备好上好每一节课，努力使教学内容衔接紧密，向课堂要效率

三、多与班主任交流，学习班主任管理学生的好点子、好办法

四、总结分析教学中的安全隐患，降低伤害事故发生的概率。

喜欢挑战的我，绝不放弃任何一个挑战的机会!

**体育中考测试员工作总结19**

今年体育的中考项目没有调整，评分的标准要求和去年的一样，在这样的情况下，所教九年级3个班人平均为分，在整个区初中估计稳居前列，并创体育中考新高，出\*完成了开学初制定目标和学校布置的任务，并为九年级中考开了一个好头，为了总结经验，吸取教训，特作如下总结。

一、比较成功的有效措施

1、对体育中考的高度重视

九年级体育中考是学校、体育组的一项重点工作，作为教研组长和任课教师，我始终把毕业班的教学作为工作重点。开学之初，就制定了目标，并积极思考有效的措施。如及时了解体育中考的信息，把握中考改革的脉搏；积极组织九年级大课间跑\*活动，钻研项目考试标准，钻研教材教法，努力提高课堂教学的效果；科学制定备考计划，并按步认真实施。

2、加强宣传指导，为学生创造优异成绩创造条件

进入九年级，我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薄弱项目制定训练计划；及时将中考的信息向学生传递；利用课堂教学、体育模拟考试，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。

3、发扬团结协作的精神，寻求多方配合

我经常与班主任老师进行交流，了解学生在班级中的情况，同时也把学生的在课堂上的表现，及时向班主任老师反馈，寻求班主任的支持。对每个学生的模拟考试情况，我总是以面对面的形式及时反馈给班主任和学生，并为每个学生都直接给出运动处方，并提醒部分家长给予学生生活营养配合。

4、充分利用有限的时间，进行个别辅导

体育课堂是我们的主要阵地，在不同的阶段，我采取了不同的策略，第一学期主要进行常规的教学，对所有的中考项目，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，利用早早自习及大课间时间进行长跑、身体素质训练，利用体育课、课外活动对那些素质、技能有问题的学生进行重点关注，并进行个别技术和心里辅导，帮助其尽快提高成绩。对于重点“困难户”，我则对其进行点对点的辅导，这一系列的做法取得了显著的效果。

二、几点思考

1、耐久跑项目这次是扣分的重点，如何提高教学的效果，提高学生的动作质量，尤其是后进生的技能，是今后急待解决的一个问题。

2、九年级体育中考是一项系统工程，七、八年级的教学内容涉及的面应进一步广一些，不能考什么就教什么，应增加其它项目的教学内容，全面提高学生体能和技能。

3、加强任课教师中考项目基础技能方面的培训，提高教师对评分标准的理解力。

4、关注体育课堂中运动负荷，强化素质课课练，提高学生的全面身体素质，合理组织好分层教学，提高练习效果。

5、加强学生运动能力分析及思想、心里辅导，培养学生吃苦耐劳、顽强拼搏精神。

6、加强学生薄弱项目练习落实及监督。

总之，近十几年的毕业班教学，使我积累了一些经验，但在今后的工作中仍须加强学习，特别是\*的广度与深度急需提高。工作中的统筹\*、创造\*是今后一段时期重点努力的方向。

**体育中考测试员工作总结20**

1. 从对学生平时成绩的评定和《国家学生体质健康标准》成绩的认定督查情况来看，基本达到市教育局的考评要求。

详见表四：

表四 20\_体育中考平时成绩督查情况表

毕业生 参加 平时成绩 抽测 总 合格 合格

总数 中考数 满分 ％ 最低分 平均分 班级数 人数 人数 率

人数 9564 6191 7703 5 14. 19 760 734

从上面的数据可知，参加体育中考学生的体育平时成绩基本上达到15分，大部分学校中考学生的平时成绩全部达到15分。今年平时成绩的最低分数为5分。各学校资料积累基本齐全，平时成绩的考核办法也作了一些调整，考核的标准各学校之间有一定的差异，有待更进一步的完善。

《国家学生体质健康标准》抽测过程中，中长跑成绩比较理想，坐位体前屈抽测时部分学生尚未掌握正确的测试方法，动作不到位，影响测试成绩。

2. 部分考生水平发挥失常：主要表现在篮球、跳绳、乒乓球、羽毛球等技术性较强的项目上，由于技术不稳定、心理咨询素质差、易紧张、不自信、过于急躁等原因，造成部分学生测试成绩不够理想。

3. 今年体育中考学生选择项目仍然过于集中，主要是乒乓球项目共有5389名学生；武术、艺术体操、健美操、足球等项目无人选择；100米

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！