# 教体局体育中考工作总结(精选17篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-04-29

*教体局体育中考工作总结1九年级这一年稍纵即逝，这一年收获了很多，也学到了很多，这是我上班以来带的第一批毕业生，所以我很认真，也很系统的制定了一系列的身体素质训练计划来提高九年级学生们的中考体育成绩。我们建三江管局初中毕业体育测试成绩计入中考...*

**教体局体育中考工作总结1**

九年级这一年稍纵即逝，这一年收获了很多，也学到了很多，这是我上班以来带的第一批毕业生，所以我很认真，也很系统的制定了一系列的身体素质训练计划来提高九年级学生们的中考体育成绩。

我们建三江管局初中毕业体育测试成绩计入中考统测总分10分，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。我校毕业班的体育中考，同样受到了各界、基层的关注。本届毕业班的体育中考已经结束，这是对我校体育工作又是一次检阅。回顾本届的体育中考“备战教学”，真是感慨万分，现就将我们的具体做法、经验与反思总结如下：

>一、启动时间较早，学校领导对体育工作的重视

“优秀的团队意识，精良的专业素质，和谐师生关系，顽强的拼搏精神”这几句已经不单单是一句对体育组的表扬，而被确立为校园的一种精神。作为学校的窗口学科，体育组的工作重心已数次前移。20xx年冬季长跑的启动，从两个年级跑上甬道，到今天1716名同学在操场长跑3000米。20xx年的阳光体育大课间的启动，从大课间需要体育教师用广播维持秩序；到目前的初具规模，全凭音乐指令完成整个大课间。在“快乐体育，健康第一”的观念深入每一名学生中的同时，学生的身体素质，学生的体育成绩（尤其是肺活量）明显得到了提高。

>二、备战中考，齐心协力，采用的几点措施

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，在课余锻炼中重点加强思想教育，使他们了解中考体育的重要性。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。本次中考让我们引起反思的是，学生的体育锻炼意识，是逐步渗透，逐步培养的，不单单是九年级这一学年确立的。

2、改进动作技术，提高成绩效果。

提高体育考试成绩的最重要的是掌握正确的动作技术方法，而大多数学生的动作都不同程度的存在着错误或变型。肺活量提升的关键是运用正确的呼吸方法。立定跳远则强调的是起跳的初速度和起跳的角度等等。针对以上存在问题，在一年的指导学生训练当中，我利用好每一节课，参加备战训练的每一为体育教师充分利用好了每一次训练，改进了错误动作，提高了动作质量。立定跳远的成绩就是我和体育组每名教师努力的鉴证。

3、强化考前训练，促进全面素质。

在近一个半月的备考中，在校领导的支持下，充分利用好了每天的两次大课间。全体科任教师上阵配合，本着全面发展和循序渐进的锻炼原则，无论从增加运动负荷，到加大训练强度。在学生的立定跳远成绩得到提高的同时，令学生的心肺功能也得到了增强，肌肉组织功能得到了发展，意志品质得到了锻炼，肺活量的成绩有了一定的提高。但本次肺活量的成绩略有不足，其主要让我们引起重视的是，每班的偏胖同学。他们是影响肺活量的主要成员，这样在我们今后的体育教学中，控制学生的体重也是一项教学重点。

>三、回顾与总结：

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”，做为参加中考的体育教师，我非常的感动，学生能提前适应考试仪器，对他们的中考成绩的提高是必不可少的。

2、继续发挥体育组整体作战的精神

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，体育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，我们体育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。

>四、存在的问题及体育组的瞻望

体育中考在落下尾声的同时，也给了我们体育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、 现在的体育教学任务中，其长跑内容仅占体育教材的十分之一。这样远远不够满足学生提高肺活量的要求。虽然我校有阳光体育大课间、有冬季长跑，但为了能够进一步的提高。我建议，今后体育教师在教学中，可以把热身跑的圈数在适当的范围内多加一些。可以适当开展课上的长跑竞技课。可以在条件允许的情况下，适当开展年级组内的长跑比赛。并提倡全员参与。

3、 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，更作为年轻教师的我会更加努力，争取继续创造我们七星一中更优异的体育新成绩。

**教体局体育中考工作总结2**

自从接任九年级体育教学工作以来，我感受到了一种责任、一种压力，随着中考体育加试的结束，我这紧张的状况才得以松驰。看着学生们因取得好成绩而美滋滋的样子，我感到莫大的欣慰，同时也体验到了“不经历风雨怎能才彩虹’的真谛所在。然而，个中滋味只有我和同学们最清楚。这一年来我和同学们一起摸打滚爬，使我明白想让学生取得好成绩，不仅仅是教会那样简单，更重要的是激励上进心，训练有恒心，还要有信心才能取得成功。

>首先要有上进心

俗话说“万事开头难”。刚开始训练时一部分学生经常迟到、早退或中途偷懒躲过我的视线，甚至干脆不参加。当时我很恼火，决心给他们点颜色看看。但静下来转念一想，什么原因都不知道，更何况他们终究是一群涉世未深的孩子，耍情绪太正常了。经过调查分析，发现学生受当前中考的影响，认为只要我考上重点高中升入大学，就什么都有了。再说中考各科体育满分才30分，是所有学科分值最少的，为了这一点点分数去“浪费”大量的体能和时间太不值得，还不如把时间和精力都用在其它学科上了，只要在加试前几天突击训练几天就可以了。还有的同学抱着悲观情绪，对升学的认识很茫然，既然升学没指望，锻炼又有什么用呢？

针对是述诸多原因，我决定“攻心为上”。只有让他（她）们从心里愿意学习、乐天学习，有上进心，才有学习的动力。于是我一方面减小运动量，避免畏难情绪;另一方面，向学生介绍体育理论知识、常识，让学生理解体育锻炼的意义及重要性。既能增强体能，提高肌体免疫力；又能缓解脑疲劳，使学生科学用脑，以达到高效学习，还能在不知不觉中提高中考成绩，一举三得，何乐而不为呢？

就这样一次次激励、鞭策，学生们有了上进心，不仅迟到、早退、装病以及偷懒等不良现象杜绝了，而且一部分学生还自觉地给自己增加了运动量。

>其次是恒心

面对种种不利因素，我一边给学生打气，讲一些中外名人及体育运动员切身的经历，靠毅力、耐心走向成功，以激励斗志；一边精心研究设计了一些与体育加试项目相关的体育游戏，增强学生参加训练的兴趣；我自身则严格要求自己，只要学生在场，我就一定在，无论校园还是公路，只要学生能做到的，我首先做到，而且坚决做好表率作用。学生看到我在训练中风雨不误，也都个个争先，不愿掉队。

>再次是信心

在临近中考的那段时间里，一部分学生本来成绩不错，但由于心里负担过重，怕考不出好成绩，而影响了正常训练水平的发挥，还有的由于自身功底原来比较差，看到其他同学成绩优异，见自己怎么努力也赶不上，就很苦恼，丧失了斗志。

我便和他们解释，体育运动是永无止境的，那是相对于一个人自身发展来说的，但由于每个人的先天素质不同，自然就有所差异。当然了，我们也不必过于抱怨自身条件差，要知道了除了要有耐心和毅力以外，特别是要有信心，一定要牢固树立“天生我材必有用”，积极完善自我，把握自我，就一定能成功。

总之，今年中考体育加试之所以能取得如此优异的成绩，关键取决于学生良好的身体素质、心理素质和一年来坚持不懈的训练效果，而我只是起到了一个引路者、带头人的作用，再加上全体毕业班老师及校领导的鼎力支持、帮助。

**教体局体育中考工作总结3**

一、领导重视，思想领先，认识统一，目标明确。

我校领导十分重视体育工作，把它作为学校工作的一件大事来抓。首先把它纳入学校整体工作计划之中，学期初在行政会议上听取体育工作计划，并予以审议；学期结束听取总结汇报。对于学校举行和参加的重大体育活动，则在行政会议上予以协调安排，给予人力、物力、时间上的保\*。平时校长除了亲自挂帅以外。学期初协助教研组制订体育工作计划，学期结束帮助他们进行工作总结，平时则共同探讨，解决体育教学中所出现的问题。学校领导还亲自督促全校“两\*、一课”的进行，以推动学校的体育工作进

**教体局体育中考工作总结4**

20\_年绍兴市区体育中考于5月16日至20日分别在绍兴一中分校、绍兴市高级中学和绍兴市游泳健身中心举行。今年绍兴市区共有初中毕业生9564人，实际报名参加体育中考学生6191人。设置的运动技能素质测试项目有：必测项目1000米（男）、800米（女）或 游泳(100米)； 自选项目有篮球 、 排球 、足球、 羽毛球 、 乒乓球 、 跳绳、 毽子、 引体向上（男） 武术、艺术体操（女）健美操、立定跳远、仰卧起坐（女）、掷实心球等17个项目。考评人员由绍兴市教育局负责指派，市属高中段体育专职教师担任，教育局部分机关干部担任监督。测试采用全封闭式，考评人员采用随机分项目、轮岗施考，测试成绩考毕通知考生。

**教体局体育中考工作总结5**

体育中考结束已经一个星期了，回顾今年体育中考，我觉得有许多方面值得总结。总结前一段工作的得与失，能为体育中考改革以后的体育工作（包括课堂教学、体育学习困难生的补差及学生体质健康测试等工作）提供参考，更好地为实中体育服务。本篇本人将十分理性地找出体育中考前前后后，我们全校上下特别是我们体育组的全体同志的优点与存在问题。找出自身的不足我认为不是一件丑事，大唱虚拟的赞歌反而使自己成为井底之蛙。

一、成绩值得肯定

今年的体育中考是历年来改革力度最大的一年，改以往的速度类（50米）和力量类项目的二。而是将体育中考分成了三大块，即学生体质健康测试、男1000米女800米跑及前一阶段进行的学生体能考试。立定跳远、跳绳、实心球三项测，考试的复杂给我们的教学与训练带来了很大的麻烦，但体育组的全体同志在校领导的大力支持下，在班主任和课任老师的密切配合下，取得了令自己比较满意的成绩。

1、领导的支持：

从13年九月份体育中考方案一出台，校领导就十分重视今年的体育中考。初三年级的黄段长、分管体育的林教导多次召开初三年级体育老师会议，大家一起出主意、想办法来把今年的体育中考工作做好，并对下一阶段的体育工作提出了指示和要求。

2、班主任的配合：

自九月份开始知道今年的体育中考方案后，我们的班主任从一开始就对“国家学生体质健康标准测试”相当重视，在班会课上他们能做好思想工作，在课间跑步时能亲临现场督促学生进行练习，有许多班主任在自己没课的时候主动协助助体育老师上好体育课。对于个别体育学习有困难的学生，他们还能联系其家长，有的家长还真的回家后陪子女一些锻炼。在课间体育补差的过程中，几乎每一个班主任都能将学生带到指定的练习场地进行练习。而对于一些上课不认真的学生他们又能做好思想工作，从而保证的训练和教学的正常进行。班主任的配合是取得好成绩的关键。

3、同仁的协作：

考虑我校运动场地偏紧的具体情况，每逢集体测试，体育组每一位老师都能到场帮助。在临近中考的补差训练中，初一的体育老师给了我们大力的支持，辅导学生练习立定跳远和投掷实心球。组内同仁的协作是取得好成绩的基础。

4、后勤保障：

实中的操场虽不是很大，但在器材的配备上我们总务处的领导可谓尽心尽力，凡是与体育中考有关的器材他们不怕花钱。从体质测试的器材到体育课需要的各种器材，只要教学需要就马上进行配置，从而保证教学和训练的正常进行。强有力的后勤保障使体育中考取得好成绩成为可能。

有了上述四个条件，加上在几次考核中学生比较出色的发挥，原本估计80%多的B等级率变成了近95%，超出了我自己的想像。

二、问题不容忽视 我们虽有一定的成绩，但和一部分兄弟学校比起来还有差距，而且这种差距一直持续了好多年，如果我们不能正视现实而盲目乐观甚至是夜郞自大，到最后吃亏是自己，倒霉的是学生。那么究竟有那些问题制约了实中的体育中考不能象文化成绩一样辉煌呢？

1、生源问题

我们不能否认实中的绝大多数学生是德智体美劳全面发展的好学生，第一，我们不能不清醒地看到，现在中学生肥胖学生的比例远远高于我们的以前。肥胖学生是如何导致的我们不去作过多的追究，但练习的难度和最后及格的可能性低于体重正常的学生却是一个不争的事实。虽然这一部分学生练得很苦，但由于自身先天的不足而很无奈。200米兼耐力与速度还稍好一些，1000米，800米这纯粹耐力性的项目是一点办法都没有的。比如说今年各班的几个学生，即使再练习一年想考及格都十分困难。

2、思想麻痹

少部分人一直受前几年思维的惯性，但却没有对具体的规则、规程、考试项目作过多的研究，只凭老经验想问题。有的人甚至认为是船到岸头自然直，学生到时候自然会发挥的。还有一部分人认为现在文化考试都在降低难度，体育考试还不一样，当这一小部分人的思想漫涏给那一小部分不能过关但总抱有侥幸心理的学生时，原本不是问题的问题就成了问题，有许多学生因不好好训练最终失去了与满分相拥的机会。这一小部分人中什么样的人都有，有学生、家长、班主任甚至是体育老师，所以当狼真来以后心里上难以适应。

3、教学差距

我就对全县各兄弟学校的学生在体育中考中的表现和我们学校的学生作一个比较。通过比较发现：兄弟学校的学生在中考训练的各个方面都抓得比我们细而实，比如说以前他们的预备姿势都是统一的，跳绳都一律先要试跳几个等等。我们的教学中没有作过多的强调，即使说了，因为学生不听或不做而自己先退缩了，让那些所谓能拿到满分的学生带了个坏头，结果影响了一部分不能过关的学生。如果我们在体育教学中不管学生怎样不听话，反复地讲，那怕让学生不断地去讨厌，我想应该会有一点效果的。这种教学上的高标准严要求从今年凸现出来，我们只强调能过关就行，而考得好的学校他们往往把标准又提高了一点，且他们的学生又比较听话，不会自己拿着秒表在那里计时，所以最终的考试比我们好也就顺利成章了。

前两年考50米的时候，我校有很多学生都是巴巴结结过的，和我一起参加过体育中考的教师都能在考场清楚地看到兄弟学校的学生是如何跑的。男生基本上都在8秒以内，女生则大多数在9秒以内。虽然最终的结果都拿很多了满分，但含金量绝对是不一样的，假如标准还高一点，他们可能不受影响，而对于我们学校影响就比较大。

4、认识误区

部分人还没有从考试第一、升学率第一的陈旧观念中走出来。这一部分人中各种群体都有，领导有之，班主任有，文化课老师有，连体育老师也有。他们经常在闲谈中有意无意说起某某学生即使体育考300分也不能正取；某某学生则要加油，他是正取的好苗子等等。在这种观念的驱使下，一部分学生自抛自弃，怎么做思想工作都无动于衷，练习过程中能开溜就开溜，最后成了真正的文化体育双差生。

三、解决存在问题 现在初三体育教学中存在上述诸多问题，比如场地问题，生源问题，认识误区，教学差距等等，有的比如生源问题我们是不能改变的，但有些可以通过调控可以解决的。

1、合班分层次教学

现在的初三体育课都以自然班的形式进行教学和训练的。自然班教学的好处是教师对学生比较了解，那个学生好，那个学生差心知肚明，但即便知道了也没有办法切实解决那些体育差而又不想练的学生锻炼积极性。假如我们现在还是一个人上初三体育课，将五个班级合起来重新分班，班级的重新组成是这样的：一个体育好班，主要解决学生的体育兴趣问题；两个过渡班，目标向体育好班过渡；两个补差班，一个班男生，一个班女生，重点保证他们在体育中考中拿高分。这样既能解决场地的压力，因为好班和过渡班的学生占用训练的场地较少，重点就是让补差班的学生去练习；二能解决一部分学生的偷懒问题，不同体育学力的人在一起，好的一直想开溜，而差的练习起来就没有了积极性，在好的学生面前有自卑感。而差的学生分在一起进行练习尤如现在我们的课间体育补差，彼此之间没有优越和自卑，练习的效果反而要好。这个思路我也不是今天才有的，而是在几年前的县级课题“提高初三体育课堂教学效率的研究”就着重说明过。这做起来一点都不烦，只要开学初将几个班排在一起就行了。它会降低体育老师、班主任、学生的许多负担，领导检查的时候也相当方便，效果一定会很好。

2、修正陈旧的经验

经验有时候好，有时候会阻碍你前进的步伐。如果一味地凭经验去想像体育中考到时没有问题，狼说来却一直没有来，如果狼真正来了就会无所适从。我们不去高谈梅花香自苦寒来，但对于体育差生来讲他们确实需要艰苦而有序的科学锻炼，单凭撞大运是很难令所有人满意的。

3、改变教学策略

前面我已经提到过合班分层次教学，在此基础上，对一些体育差生除了更多的人文关怀外，更多的是要提升训练的量和强度。不能一次偶尔的成功就以为万事大吉，就犹如一个学生偶尔数学考了个满分以后什么作业都不做了一样。我们要反复对他们进行测试，在高标准的环境里过了数次才让他们向过渡班甚至好班转化。

四、结束语

初三的体育中考已经结束，但随之而来的就是现有的初

一、初二的体育中考，他们将在12月份前完成学生体质健康标准测试的补考工作。我们一起努力。

**教体局体育中考工作总结6**

在充实、忙碌和愉悦中，一学年的工作即将划上圆满的句号，本学期我担任初一体育教学工作，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：

一提到初一体育马上就能联想到体育中考，在应试教育的惯性下，这已成了检验初一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班级的教学任务。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，课堂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，以形成良好的行为规范。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、培养学生良好的行为习惯

初一是整个初中学习打基础的阶段，那么如何形成良好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、课结束前的集合。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，逐步让学生形成良好的姿态。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。在体育课堂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

在体育教学中有意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。在体育教学中有意识地融入德育教育，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、积极进取的心理品质，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。

**教体局体育中考工作总结7**

>一、实施情况

本学期在实施新教材过程中，努力体现体育与健康课程标准的精神，改变了过去体育教材以运动技术为核心的方式，力求把激发学生的体育兴趣，小学体育下学期期中教学工作总结。培养学生的锻炼和健康意识以及提高学生的自我锻炼能力放在首位，并且尽最大可能采用生动活泼的、能吸引学生的方式表现学习内容，帮助学生更好地学习体育能力等方面健康、和谐的发展，使他们形成坚持体育锻炼的习惯和健康的生活方式，为终身体育和适应未来工作，学习和生活打下良好的基础。

>二、经验和成果

本期我在学校领导和全体师生的共同努力下成功举办了春季田径运动会，全校学生在这次活动中受益匪浅，从教学中可以感受到，工作总结《小学体育下学期期中教学工作总结》。教学过程中，改变了一些过去的教学方法，如：在进行前滚翻学习时没有按照以前先教后学的教学方法而是先让学生以自己的方法进行练习，然后让学生当裁判选出动作比较好看的学生进行表演，通过表演老师说出他动作的优点，让学生互相体会别人的动作，改进自己的动作，以达到教学目的。强调个人体会，教师指点，并用语言鼓励最后做规范、准确的动作。让学生体会老师动作，提出问题，这时再进行技术讲解，学生学习效果明显，提高了学生学习的兴趣，达到了教学目的。

>三、存在的问题

1、受场地及各方面的影响，班级集体活动得不到有效开展。

2、学生锻炼意识薄弱，稍微有耐力的运动不能坚持。

3、从\_达标\_情况看，学生的身体素质没有明显的提高，主要表现在：耐力、力量、吃苦耐劳精神、等方面；

4、学生参加业余锻炼的时间太少。

>四、改进建议

1、多开展一些集体体育比赛或者体育游戏，既增强学生的集体荣誉感，又能锻炼身体。

2、规范\_上课、两操、一活动\_，使学生有足够的时间参加体育锻炼，增强体质，以更充足的精神来面对繁重的文化课，从而达到更高的学习效率。

以上是我对本学期吧半程的工作总结，当然还有好多地方有待改进，在以后的教学中不断进去努力提高，争取做一位合格优秀的老师。

**教体局体育中考工作总结8**

中学校体育工作在市教体委的领导，校长室的总体布置下，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。

1、校领导坚持党的教育方针，为提高我校的知名度，教学分层次，抓特\*，努力探索教育教学经验。并能从有限的资金中拨出一定的经费，投入到学校的体育设施中，添置了一大批业训器材。

2、学校每学期都有工作计划，具有轻重、主次之分，安排到

**教体局体育中考工作总结9**

>1、早规划

我觉得中考体育其实应该首先是靠平时的积累，最后再有的放矢的强化一下，就可以收到满意的效果。所以在女儿初一的时候，我们就已经收集了中考体育三大类的12个项目和满分标准，根据孩子自身的情况，选择出了大致的准备方向（我们每个类别都多选择了一个项目作为备份）：耐力类（800米跑和100米游泳）；跳跃类（跳绳和仰卧起坐）；力量类（实心球和排球发球）。这样在初一、初二阶段就可以有意识地进行锻炼，做到心中有数。不要过分迷信学校的满分承诺，一定要自己做好准备，决不打无把握之战。

>2、夯实基础

因为动手早，所以不用一开始就关注成绩，我们主要关注在动作的准确性上，纠正孩子在运动过程中表现出的错误，如长跑中的口鼻的呼吸配合、游泳的手脚配合以及划水的效率、跳绳时手腕和脚着地的姿势、实心球的投掷时的出手角度和动作的协调以及排球发球时手与球的协调等等，发现问题及时纠正，同时通过反复练习强化正确的动作。也正是也有前期这些铺垫，才为最后的冲刺打下一个良好的基础。

>3、明确目标，强化冲刺

我们这里的中考体育第一次测验安排在初三上班学期的11月份，所以我选择在9月开学以后进行最后的强化冲刺。（游泳是利用暑假进行的强化）锻炼强度和要求的都根据孩子希望达到的体育成绩进行安排，这样就保证了母女俩的目标一致，不会在锻炼过程中产生摩擦。当时女儿的排球已经能够保证满分；游泳在纠正了她的转身动作之后也能游进了满分线，只有跳绳距离满分还有2、30个的差距。我就要求孩子，每天2次1分钟计时跳（要求全力以赴）、一次2分钟跳（要求尽量从头跳到尾，不要间断），经过2周这样速度+耐力的训练，她的跳绳也能够通过满分线了。

>4、有备无患，万无一失

虽然女儿的三个测试项目都能够达到满分标准，考虑到测试时可能出现的种种意外，我还是向女儿建议将满分标准再提高10%左右，保证在任何情况下都能一次拿到满分。通过随后的一个多月的锻炼，女儿可以达到跳绳：210个/分（标准190个/分）、游泳：2分15秒（满分2分30秒），另外又根据考试阶段的天气情况，及时将排球改为了实心球，这些措施，保证女儿在最后能信心十足地走上考场。

>5、细心准备，马到成功

在考试前一天，我们和女儿坐下来分析讨论所有可能出现的意外，以及采取的应对的措施，防止由于家长和老师不在身边，可能会给孩子带来的不良影响。有了这样细致的准备，孩子就可以完全把心思放在考试项目之上，不仅能够正常发挥，甚至100蛙泳游出了2分02秒的好成绩，在他们班上仅输给了一个游自由泳的男同学。

其实回头看看，中考体育的应对，可以当作我们日常工作中的一个项目来进行运作，在合理规划、有效执行的过程中，一定要去的孩子的全力配合才能达到事倍功半的效果。有了全家人的同心协力，体育满分还是一个比较容易达成的目标的。

**教体局体育中考工作总结10**

体育个人教学工作总结（体育中考）

宁成瑶

九年级这一年稍纵即逝，这一年收获了很多，也学到了很多，这是我上班以来带的第一批毕业生，所以我很认真，也很系统的制定了一系列的身体素质训练计划来提高九年级学生们的中考体育成绩。

我们建三江管局初中毕业体育测试成绩计入中考统测总分10分，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。我校毕业班的体育中考，同样受到了各界、基层的关注。本届毕业班的体育中考已经结束，这是对我校体育工作又是一次检阅。回顾本届的体育中考“备战教学”，真是感慨万分，现就将我们的具体做法、经验与反思总结如下：

一、启动时间较早,学校领导对体育工作的重视

“优秀的团队意识，精良的专业素质，和谐师生关系，顽强的拼搏精神”这几句已经不单单是一句对体育组的表扬，而被确立为校园的一种精神。作为学校的窗口学科，体育组的工作重心已数次前移。20\_年冬季长跑的启动，从两个年级跑上甬道，到今天1716名同学在操场长跑3000米。20\_年的阳光体育大课间的启动，从大课间需要体育教师用广播维持秩序；到目前的初具规模，全凭音乐指令完成整个大课间。在“快乐体育，健康第一”的观念深入每一名学生中的同时，学生的身体素质，学生的体育成绩（尤其是肺活量）明显得到了提高。

二、备战中考，齐心协力，采用的几点措施

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，在课余锻炼中重点加强思想教育，使他们了解中考体育的重要性。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。本次中考让我们引起反思的是，学生的体育锻炼意识，是逐步渗透，逐步培养的，不单单是九年级这一学年确立的。

2、改进动作技术，提高成绩效果。

提高体育考试成绩的最重要的是掌握正确的动作技术方法，而大多数学生的动作都不同程度的存在着错误或变型。肺活量提升的关键是运用正确的呼吸方法。立定跳远则强调的是起跳的初速度和起跳的角度等等。针对以上存在问题，在一年的指导学生训练当中，我利用好每一节课，参加备战训练的每一为体育教师充分利用好了每一次训练，改进了错误动作，提高了动作质量。立定跳远的成绩就是我和体育组每名教师努力的鉴证。

3、强化考前训练，促进全面素质。

在近一个半月的备考中，在校领导的支持下，充分利用好了每天的两次大课间。全体科任教师上阵配合，本着全面发展和循序渐进的锻炼原则，无论从增加运动负荷，到加大训练强度。在学生的立定跳远成绩得到提高的同时，令学生的心肺功能也得到了增强，肌肉组织功能得到了发展，意志品质得到了锻炼，肺活量的成绩有了一定的提高。但本次肺活量的成绩略有不足，其主要让我们引起重视的是，每班的偏胖同学。他们是影响肺活量的主要成员，这样在我们今后的体育教学中，控制学生的体重也是一项教学重点。

三、回顾与总结：

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”，做为参加中考的体育教师，我非常的感动，学生能提前适应考试仪器，对他们的中考成绩的提高是必不可少的。

2、继续发挥体育组整体作战的精神

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，体育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，我们体育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。

四、存在的问题及体育组的瞻望

体育中考在落下尾声的同时，也给了我们体育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、现在的体育教学任务中，其长跑内容仅占体育教材的十分之一。这样远远不够满足学生提高肺活量的要求。虽然我校有阳光体育大课间、有冬季长跑，但为了能够进一步的提高。我建议，今后体育教师在教学中，可以把热身跑的圈数在适当的范围内多加一些。可以适当开展课上的长跑竞技课。可以在条件允许的情况下，适当开展年级组内的长跑比赛。并提倡全员参与。

3、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，更作为年轻教师的我会更加努力，争取继续创造我们七星一中更优异的体育新成绩。

**教体局体育中考工作总结11**

今年体育的中考项目有了较大的调整，“加1”评分的标准要求提高如跳绳标准提高、排球改为上手传球等还增加游泳选项，在这样的情况下，所教九年级8个班200人平均为，超二十四中，并创实验初中体育中考新高，出色完成了开学初制定目标和学校布置的任务，为了总结经验，吸取教训，特作如下总结。

>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，作为备课组长和任课教师，我始终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;积极参加市里组织的培训;积极组织备课组的其他成员进行研讨，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的选项;及时将中考的信息向学生传递;利用课堂教学、体育模考，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。

>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，我总是以成绩单的形式及时反馈给班主任和家长，并为每个学生都写了评语：有的鼓励，有的指出不足，有的提出努力方面，还有的直接给出运动处方，并提醒家长给予配合。

>4、充分利用有限的时间，进行个别辅导

>5、利用好加“1”项目，提高学生满分率

体育中考的加分设置，是针对学生之间各类项目的差异给学生达到满分补偿性的手段。为此在分析学生选项基础上，本学年我在排球传球和跳箱两个加分项目上寻求突破，让学生勤加练习，以弥补其他项目的不足和失误，在中考中大大提高了学生的满分率，保证了较高的均分。

1、体操、球类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，应增加体操、武术的教学内容，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。

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

**教体局体育中考工作总结12**

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

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。

**教体局体育中考工作总结13**

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

**教体局体育中考工作总结14**

在学校领导的领导下，在环翠区教体局的大力关怀下，本学期体育组团结一致，连续奋战，圆满完成本学期教学和训练任务，并且在教学和训练上取得优异成绩，各方面工作取得圆满成功。

>一、校园活动

四个级部在教学方面各自突出不同的侧重点，初一级部重视习惯的养成和课堂规则的建立，举行了绳操比赛和初一篮球运球比赛，初二级部重视身体素质的快速发展，举行足球运球比赛和绳操比赛，初三级部重点培养学生体育技能的发展，为终身体育打下基础，举行了排球垫球比赛和绳操比赛。初四级部重点放在中考项目上，为高中教育打下基础。圆满完成各自级部的单元测试，期中和期末检测。9月28日，城里中学圆满举行了秋季田径运动会，并且选拔了一批优秀队员。

>二、“阳光体育”大课间

城里中学自20\_年开展阳光体育大课间活动，一直持续发展到今天，保证学生在校时间内有一个小时的锻炼时间。开展大课间跑操、跳绳活动，根据季节的变化做调整跑操时间长短，体育组与德育处配合采用各种手段，比如培训体育委员，加强对课间操的管理，对学生的出勤有保证，锻炼有效果。积极改进大课间跳绳，为下学期的大课间检查做好准备。

>三、体育特长生培养

城里中学一直保持高效的体育特长生培养，今年输送到高中体育特长生，王（田径）威海市实验高中；刘（女篮 ） 、段（女篮）、丁（足球）威海一中；姜（篮球）、胡（排球）、胡（健美操）威海二中；黄（篮球）、全（足球）威海四中。在他们身上看到了孩子的希望。谢、彭、刘、谢、孙、刘、姜、卜、刘、吴、刘、韩等同学被评为初四优秀体育特长生。

校田径队继续获得环翠区田径运动会第一名，并派出优秀运动员代表环翠区参加威海市田径比赛获得第二名；女篮上半年获得威海市篮球赛第三名，十月份环翠区获得第一名，之后在威海市篮球锦标赛中获得甲组第二名，乙组第一名；男篮获得环翠区篮球赛第四名，之后在威海市篮球锦标赛中获得甲组第一名，乙组第二名；健美操队获得环翠区第四届健美操比赛第二名；男足获得环翠区第二名；环翠区乒乓球比赛中我校获得男团体第三名，女团第二名。

体育组是一个团结的集体，是城里中学先进教研组，各位老师任劳任怨，积极献身于教学和训练中。为城里中学的体育教学贡献者自己的青春。

**教体局体育中考工作总结15**

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。

**教体局体育中考工作总结16**

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。

**教体局体育中考工作总结17**

5篇学校体育中考教学工作总结

靖远八中体育中考总结

初中毕业体育测试成绩计入中考统测总分，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。我校毕业班的体育中考，同样受到了各界、基层的关注。本届毕业班的体育中考刚刚结束，这是对我校体育工作的一次检阅。回顾本届的体育中考“备战”，真是感慨万分，现就将我们的具体做法、经验与反思总结如下：

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，在课余锻炼中重点加强思想教育，使他们了解中考体育的重要性。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。本次中考让我们引起反思的是，学生的体育锻炼意识，是逐步渗透，逐步培养的，不单单是九年级这一学年确立的。

2、改进动作技术，提高成绩效果。

提高体育考试成绩的最重要的是掌握正确的动作技术方法，而大多数学生的动作都不同程度的存在着错误或变型。立定跳远强调的是起跳的初速度和起跳的角度等等。引体向上则是对学生的腰腹肌及上肢力量的考核，针对以上存在问题，在一年的指导学生训练当中，我校体育老师利用好每一节课，参加备战训练的每一为体育教师充分利用好了每一次训练，改进了错误动作，提高了动作质量。立定跳远的成绩体艺组每名教师努力的鉴证。

3、强化考前训练，促进全面素质。

在近一个半月的备考中，在校领导的支持下，充分利用好了每天的两次大课间。体艺组教师全员上阵，本着全面发展和循序渐进的锻炼原则，无论从增加运动负荷，到加大训练强度。在学生的立定跳远成绩得到提高的同时，令学生的心肺功能也得到了增强，肌肉组织功能得到了发展，意志品质得到了锻炼。

三、回顾与总结：

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。

四、存在的问题及体艺组的瞻望

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。

靖 远 八 中

体 育 中 考 总 结

体育个人教学工作总结

宁成瑶

九年级这一年稍纵即逝，这一年收获了很多，也学到了很多，这是我上班以来带的第一批毕业生，所以我很认真，也很系统的制定了一系列的身体素质训练计划来提高九年级学生们的中考体育成绩。

我们建三江管局初中毕业体育测试成绩计入中考统测总分10分，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。我校毕业班的体育中考，同样受到了各界、基层的关注。本届毕业班的体育中考已经结束，这是对我校体育工作又是一次检阅。回顾本届的体育中考“备战教学”，真是感慨万分，现就将我们的具体做法、经验与反思总结如下：

一、启动时间较早,学校领导对体育工作的重视

“优秀的团队意识，精良的专业素质，和谐师生关系，顽强的拼搏精神”这几句已经不单单是一句对体育组的表扬，而被确立为校园的一种精神。作为学校的窗口学科，体育组的工作重心已数次前移。XX年冬季长跑的启动，从两个年级跑上甬道，到今天1716名同学在操场长跑3000米。XX年的阳光体育大课间的启动，从大课间需要体育教师用广播维持秩序；到目前的初具规模，全凭音乐指令完成整个大课间。在“快乐体育，健康第一”的观念深入每一名学生中的同时，学生的身体素质，学生的体育成绩明显得到了提高。

二、备战中考，齐心协力，采用的几点措施

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，在课余锻炼中重点加强思想教育，使他们了解中考体育的重要性。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。本次中考让我们引起反思的是，学生的体育锻炼意识，是逐步渗透，逐步培养的，不单单是九年级这一学年确立的。

2、改进动作技术，提高成绩效果。

提高体育考试成绩的最重要的是掌握正确的动作技术方法，而大多数学生的动作都不同程度的存在着错误或变型。肺活量提升的关键是运用正确的呼吸方法。立定跳远则强调的是起跳的初速度和起跳的角度等等。针对以上存在问题，在一年的指导学生训练当中，我利用好每一节课，参加备战训练的每一为体育教师充分利用好了每一次训练，改进了错误动作，提高了动作质量。立定跳远的成绩就是我和体育组每名教师努力的鉴证。

3、强化考前训练，促进全面素质。

在近一个半月的备考中，在校领导的支持下，充分利用好了每天的两次大课间。全体科任教师上阵配合，本着全面发展和循序渐进的锻炼原则，无论从增加运动负荷，到加大训练强度。在学生的立定跳远成绩得到提高的同时，令学生的心肺功能也得到了增强，肌肉组织功能得到了发展，意志品质得到了锻炼，肺活量的成绩有了一定的提高。但本次肺活量的成绩略有不足，其主要让我们引起重视的是，每班的偏胖同学。他们是影响肺活量的主要成员，这样在我们今后的体育教学中，控制学生的体重也是一项教学重点。

三、回顾与总结：

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”，做为参加中考的体育教师，我非常的感动，学生能提前适应考试仪器，对他们的中考成绩的提高是必不可少的。

2、继续发挥体育组整体作战的精神

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，体育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，我们体育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。

四、存在的问题及体育组的瞻望

体育中考在落下尾声的同时，也给了我们体育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、现在的体育教学任务中，其长跑内容仅占体育教材的十分之一。这样远远不够满足学生提高肺活量的要求。虽然我校有阳光体育大课间、有冬季长跑，但为了能够进一步的提高。我建议，今后体育教师在教学中，可以把热身跑的圈数在适当的范围内多加一些。可以适当开展课上的长跑竞技课。可以在条件允许的情况下，适当开展年级组内的长跑比赛。并提倡全员参与。

3、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，更作为年轻教师的我会更加努力，争取继续创造我们七星一中更优异的体育新成绩。

转眼间初三体育工作已经结束，一年来，在学校领导的关心，在年级组长和班主任的大力支持和初三体育备课组及所有教师的共同努力下，初三体育中考取得了比较满意的成绩，回想一年来和学生一起顶风冒雨，同甘共苦的日子，感觉确实有许多值得留恋的东西，现将工作中的一些心得总结为以下几点：

一、学校领导的重视，给予了最大支持。

在冯校长的领导下，学校领导对体育工作非常重视，把体育列为学校教育的重要组成部分，并将体育工作列在学校教育工作整体计划之内，作为学校考核工作的一项基本内容。校领导经常参加我们初三体育备课组活动，专门研究体育工作，确保体育工作人员的到位和体育器材的落实。同时学校领导还到训练场督导训练工作，这样大大的提高了学生的积极性和加强了学生纪律性，为每天的训练工作奠定了良好的基础。

二、级长、班主任的大力支持和配合今年初三体育中考取得不错的成绩，很大的一个因素是因为有备课组长、年级组长和8位班主任的大力支持和配合。每次的训练计划都能得到提高，班主任的肯定。特别是后两个月每天下午的体训工作，班主任们都会准时带领本班的学生到指定的地点进行训练，为了更好的提高学生的成绩。但是这也为班主任增添了不少的工作量，在这里我想对你们说声‘谢谢’。

三、提高体育课的课堂教学效果

一节体育课想要取得比较好的效果，必须有一个严格的管理，因此，在体育课堂上就要求有比较详细的管理制度，对训练时间、训练课上以及对场地器材的爱护等方面都提出了细致的要求，使学生对我们这个队伍的纪律有了一个明确的了解。教师根据学生自身的情况确定最适合学生拿高分的选项项目。适当提高课堂上的训练强度，根据每个项目的特点制定每个项目的专项训练，例如：抛绣球训练、篮球上篮成功率，立定跳远的下肢力量、实心球的上肢力量等。同时根据每位学生的具体情况，给每位学生制定业余时间和放假时间的训练任务。

四、体育科组的通力合作和制定科学的训练计划

今年体育中考的成功与体育科组其它老师的通力合作的努力是分不开的，每次的初三体育测试，科组其它老师都给予了非常大的帮助。我们初三体育的训练有长远的训练计划．我们有上半学期的计划，只是发展学生的身体素质和200米跑。也有下半学期的训练目标，发展200米跑和专项训练。在计划内容的安排方面，我们重视基础训练和运动能力培养。发展学生协调能力和基本运动能力。体育成绩的提高必须要不断地坚持训练，坚持训练首先要保证训练时间，我们固定每天下午5：00—6：00定为初三体训的时间，然后根据场地分布、各班情况进行制定训练计划和训练内容。在每次训练都要有明确的目的性和针对性，合理地制定训练计划和训练强度，同时提高学生的训练积极性和培养学生对体育中考的重视程度。根据学生的每一阶段体训的成效，我们共进行了五次的体训计划调整，使学生的体训得到更好的效果。

五、中考前的场地适应

每年体育中考的场地都在封闭形式进行，要求非常严格，这样给学生带来很大的心理压力，许多学生在测试中出现违例，影响了大多数学生的正常发挥。为了让初三学生能够进一步了解体育中考基本程序，取得更好的成绩，在学校的大力支持下，我校初三全体师生按照学校的统一安排，中考前进行中考前的模拟测试，通过这次测试，学生提前明确了考试的程序和适应了紧张气氛，加强了学生的应试能力，为后来的中考得以顺利进行和中考成绩的提高打下坚实基础。XX年的中考巳结束，展望XX年，我们会以饱满的热情和积极进取的心态来迎接新的挑战，再接再厉，使下一年的体育中考成绩再创新高！-以上是本人对一年来初三体育训练工作的点滴体会，请批评指正。谢谢！

总结人：裴先云

湖熟中学体育中考工作总结

在上级部门，校领导的正确指导、关怀和毕业班班主任的积极配合下，体育组各毕业班教师认真、用心进行体育教学，圆满的完成体育中考学校交给的任务，取得了可喜的成绩。给学校、家长、学生以及自己交上了一份满意的答卷。本届初三考生共计151位，其中有一位缓考，满分142人，优良8人。满分率达%，及格率99%，总分40分，校均分达分，创历史之高。

一、学校领导的关心和班主任的配合给了我们呢很大的支持和鼓励成为取得好成绩的前提条件。

我校非常高度重视学生的德、智、体、美的全面发展。XX-XX学年度学校多次组织召开初三年级科任教师会议，在研究文化课教育教学的同时，将体育教学列为其中的一项重要内容。学校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。如班主任没日大课间跟班跑，在体育课上随时巡视等与学生共同“动起来”，提高了学生参加体育活动的积极性和热情。

二、毕业班体育教师结合体育中考制定训练计划，深化课堂管理，提高训练效果

体育教师制定计划，精心安排，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。在课堂中，按照选项制定训练计划，如下示量化统计表。

湖熟初级中学初三年级体育专项训练量化统计

备注：一个项目进行一个月的训练。每周两节课进行技能学习、动作练习和巩固，第三节课进行测试，每月约测试3次，其中素质练习贯穿每节课堂。要求测试成绩呈递增式。

三、选择中考项目，做到早准备，早发展

对前期课堂训练结果进行汇总，学生与老师一起根据自己的项目的平时训练成绩对照得分表与自己的训练潜力进行综合分析，最终确定选项。

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。考前半个月我们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。每天上午的大课间活动，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，为取得了体育中考的优异成绩。

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！