# 体育中考训练工作总结(30篇)

来源：网络 作者：烟雨迷离 更新时间：2025-03-12

*体育中考训练工作总结1本学期我担任的是九年级三个班的体育教学工作，本次体育中考满分率排区第三名，学生的成绩非常好，但是在我的教育教学中还是存在一些问题。现将这学期情况的总结一下。>一、班级基本情况概述：九年级共有三个班，参加中考的人数是14...*

**体育中考训练工作总结1**

本学期我担任的是九年级三个班的体育教学工作，本次体育中考满分率排区第三名，学生的成绩非常好，但是在我的教育教学中还是存在一些问题。现将这学期情况的总结一下。

>一、班级基本情况概述：

九年级共有三个班，参加中考的人数是143人。在我的目标里，三个班要求全部满分，。学生们对体育课的兴趣非常大，对于学校开展的各项体育活动都积极参加，并且完成出色。

>二、取得的成绩：

备好每节课，上好每节课，严把教学质量关，积极总结好的教学方法，并且积极参加公开课，提高教学技能;认真指导学生开展各项体育活动，让他们劳逸结合，充分发挥他们的积极性，主动性，教育学生走强身之路，并且在今年XX区教育局组织的体育考试中取得了不错的成绩，善于发现特长生，培养精华，开发潜力，运动训练方面，在我们几位体育教师不懈的努力下，还有学校领导的大力支持下，在江夏区中小学生田径运动会，取得乙组第四名好的成绩。

>三、课堂教学：

课堂上注重了对学生的管理，课堂内无一例安全责任事故发生;高标准、高质量的完成教学常规工作，严把备课、上课质量关;结合体育中考项目，切实改进了教学方法，采用形式多样，松紧适度，适合学生的方法，以激发学生兴趣，提高教学效果;加强了课外实践活动的开展，加强运动能力的培养，创造运动的一切有利条件;开展了一些丰富多彩的比赛活动，以加强学生的竞争，培养学生的顽强拼搏精神;较为科学的训练制度，在最短的时间内尽量提高学生的成绩。

>四、存在的问题及今后的努力方向：

回顾这一学期来，取得了较好的成绩，同样也存在一些问题，主要体现在以下几个方面：

1、自身素质远远不够，有待进一步的提高。

2、学生人数多，部分学生运动习惯太差，在运动场地活动时有时不遵守纪律，课堂组织有待进一步加强。

3、在训练上面自己专业不强，要不断的充实自己。

针对以上几点不足，在今后的工作中，要做到扬长避短，克难奋进，争取再接再厉，把今后的体育教学工作开展得更出色。

**体育中考训练工作总结2**

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。 20xx年的中考巳结束，展望20xx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！

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。

各位领导，老师，大家好，我是体育教师梁文华，很荣幸今天有机会在这里作心得交流!转眼间20xx年初三体育工作已经结束，一年来，在学校领导的关心，在年级级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：

**体育中考训练工作总结3**

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。

**体育中考训练工作总结4**

送走繁忙充实的一学年，送走了又一届毕业生，又迎来充满希望的新学年、新学生，即将新一轮的开始。回顾过去的一年，自己在思想\*\*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，下面是我对本学期的工作总结。

一、加强学习，坚定信念，忠诚\*的教育事业

作为一名青年教师，我自觉加强\*\*理论学习，提高\*\*思想觉悟。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、开拓进取、大胆创新、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。

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。通过体育课的锻炼，使那些有行动障碍的学生消除了自卑心理，感受到了学校、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。对于初三的体育课，面对中招体育考试有的放矢、从初三开始就全面了解学生、制定计划、因材施教、严格训练，在长时间枯燥、艰苦、高强度的训练过程中，初三学生挥汗如雨，有时忍着病痛，眼里噙着泪水咬着牙坚持训练，他们称我为\*\*教练。因为，我在训练中不搞特殊、不许当逃兵、不能轻言放弃。还有各班\*\*给他们\*\*和鼓励，当他们每次筋疲力尽的洗过汗水上完每节课时，仍能看到他们欣慰的微笑和充满信心的神情。所以，本届初三学生的吃苦耐劳精神，顽强拼搏的坚强意志、挑战自己身体极限的行为让我佩服。

本学年时间短，但工作繁重。我严格要求自己，工作实干，认真\*\*每天的课间操和课余训练工作，精心计划、筹备每次的课外活动和比赛，尽力丰富学生的校园生活。时刻为学生的活动安全着想，及时维护有隐患得体育设施和场地。在学校的\*\*和\*\*下，既取得成绩，积累了成功的经验，又找到了自己的不足和别人的差距。

三、主要成绩

体育方面，认真参加学校的公开课，积极筹备并承办县运动会，在校长的带领下运动会成绩获团体第一名的好成绩。县冬季越野赛我校男\*\*\*均团体总分第一名。

初三的毕业体育考试是本学期工作重点之一，我与本县内体育同行多次探讨学习，组内教师相互研究，并且向外县，外省同行请教，根据本届学生的实际情况采取了笨鸟先行的方法，严格要求重点培养，体育中考成绩得到了\*\*和广大学生及家长的肯定。

成绩只\*\*过去，面对将来的挑战，我认为自己还存在不足，教书育人是塑造灵魂的综合性艺术。在课程\*\*推进的今天，社会对教师的素质要求更高，在今后的教育教学工作中，我将立足实际，认真分析和研究好教材、大纲，研究好学生，争取学校\*\*、师生的\*\*，使我们的工作有所开拓，有所进取，更加严格要求自己，努力工作，发扬优点，改正缺点，开拓前进，做一名优秀的人民教师。

**体育中考训练工作总结5**

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。

**体育中考训练工作总结6**

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。

**体育中考训练工作总结7**

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。

**体育中考训练工作总结8**

一学期的体育教学工作又结束了，三年一轮的体育教学结束了一半。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、中考体育测试中，200M跑和立定跳远与实心球，学校制定了相应的措施，要求我们不但在体育课中要加紧练习，而且在课外也要组织训练。初三的学习已经很紧张了，学生又要抽出时间来训练。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200M跑，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。百分七十以上能在及格与良好基础以上。弱项立定跳远和实心球还需加强练。我相信“有付出总有回报”。在选项上，跳绳相对有把握，学生练习过程中，特别是加强素质的辅助练习。

3、是从教学经验上。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。

总之，从这一年的体育教学中，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。

**体育中考训练工作总结9**

\*\*来，我校十分重视体育工作，充分发挥体育在深化教育\*\*、全面推进素质教育、提高学生素质中的作用，并将其作为学校教育工作中的重要内容。我校通过抓好课堂教学，业余训练以及丰富多彩的体育活动，使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。几年来，我校20xx年获得总校小学生田径运动会第四名，20xx年获得总校小学生田径运动会第一名。并且有多名运动员\*\*总校参加县运动会，都获得了优异成绩。现就我校开展的体育工作做如下总结：

一、\*\*\*\*体育工作，完善管理\*\*

学校成立了由分管\*\*为主管，体育教师、班\*\*共同参与的体育工作\*\*\*\*，将学校体育工作纳入学校工作整体计划，尤其重视全员体育活动，坚持每天锻炼一小时，使学生身体素质有明显提高。学校制定了完善的管理\*\*，包括体育上课\*\*、体育大课间活动\*\*、体育课安全\*\*等，使学校的体育工作有章可循。

二、加大经费投入，确保各项体育活动的开展

学校近几年加大器材和经费的投入，每年学校都拿出一定资金用于购买体育设备，目前，体育器材按省级器材配备标准中必配基本配齐，确保体育教学要求。

三、认真开展常规体育活动，促进学校体育工作发展

1、开齐开足课程，保障学生每天锻炼一小时

学校按国家颁布的课程计划开齐、开足体育课程，一、二年级每周4节体育课，三至六年级每周3节体育课。学校要求体育教师严格按照课程标准授课。每天一次眼保健操、一次课间操和30分钟体育大课间活动时间，确保学生每天锻炼一小时。

2、体育大课间活动丰富多彩

学校每天上午第二节课的课间操活动主要安排了广播体操、武术操、集体舞等，下午第二节课后30分钟大课间活动主要有武术健身操、集体舞、跳绳、踢毽、篮球、短跑、长跑立定跳远等活动等。学校建立了大课间活动的考评\*\*。定期由学校体育组教师对各班出勤、活动情况及内容、操姿、队列情况进行考评，并把考核结果纳入文明班级和明星班\*\*评比，从\*\*上保证了活动的质量。

3、注重“两操”质量，提高活动效果

学校“两操活动”是反映学生整体面貌的形象“工程”，我们把提高课间操和眼保健操的质量一直作为学校体育与素质教育的结合点着力抓好。体育老师、班\*\*充分利用课间操活动课时间对各班级进行强化、细化训练，从进场、做操、退场逐一要求努力规范每一节、每一拍、每一个细小的动作。我校通过音乐串联起来的广播操、集体舞、武术健身操等节奏鲜明动作流畅，学生的精彩表演成为我校的一道亮丽的风景线。

4、认真开展学生体质健康标准训练和测试工作

在学校分管\*\*指导下，学校体育老师牵头，以各班\*\*为\*\*者多方努力，齐抓共管，共同\*\*实施，积极发动全体学生踊跃参加体育锻炼。高要求，高质量的完成学生体质健康标准训练和测试任务。我校每年对全校学生体质健康标准测试有“身高体重”“肺活量”“男1000米、女800米

跑”“男实心球、女仰卧起坐”及“立定跳远”等方面内容。每期测试后都以等级加评语的形式记入学生成长档案和家长通知书，还做为评比班级三好学生的一个重要依据。

5、充分利用冬三月，认真开展冬季长跑活动

每年的11月中旬开始，我们每天以班级为单位，\*\*学生完成规定的跑步里程（约1000米左右）。同时，要求学生双休日和节假日自觉坚持长跑，并做好记录，班\*\*认真做好长跑记录检查。通过这项活动，学生的体质明显增强，感冒的同学明显减少。

6、扎实开展学校体育社团工作

为把我校建成有特色的体育强校，学校专门成立了学生体育社团。有篮球和田径等社团\*\*。学校体育组的老师负责训练时间、训练场地、制定计划、训练内容及技术指导；社团各小组长负责\*\*本组人员展开训练活动与记录。主要采用早上、课间操及下午第三节课后的时间进行训练。加强与学校、班级、家长的沟通工作，得到学校、班\*\*、家长及社会人士的大力\*\*和帮助。做好运动员学习、生活的保障工作，使学生能够集中精力，刻苦训练，在训练前做好相应的奖励措施，鼓励他们力争上游。在比赛后及时对获奖的学生进行奖励，使学生尝到成功的喜悦，为学生树立了榜样。

总之，体育教育工作事关学生健康成长，既是常规工作，又是长期工作，我们虽取得了一定的工作，但任重而道远，我们将全力以赴做好学校体育教育工作，确保学生身体健康发展，为创建\*\*、\*\*、健康、绿色校园做出应有的贡献。

**体育中考训练工作总结10**

>1、充分发挥排球发展学生身体各项素质的特点，培养学生的.协调能力及灵活性手指手腕控球能力。

排球对学生的学习主要以基本功训练为主的，各种形式的练习都是为学生在教学比赛合理应用为目的。在训练中我们按学生的特点和技术掌握能力分为两个不同层次的小组：已经有较好基础的学生为一组、其他的学生为二组。这样更易于学生掌握不同层次的技术，进行不同层次的教学。一组同学的主要教学内容的是排球垫传、接发球、三人组合练习等;二组同学主要学习单项技术，垫球、传球、下手发球。在练习的过程中充分调动了学生的主动性，同时也锻炼了学生“运动型”思维。

>2、开展竞赛活动。

为了检验学生在排球小组的学习情况，在练习中不断举行排球教学比赛和基本技能竞赛与小组内部的对抗比赛。由于这些活动的开展不仅使排球社团的学生基本功掌握的更扎实，而且更重要的是进一步增强了学生学习排球基本技术和锻炼身体的积极性起到了良好的效果。

>3、和研究生进行友谊比赛

为了检验我们的教学成果，也为了加强和研究生的友谊关系，与研究生进行了友谊比赛，我们本着“友谊第一，比赛第二”的原则，圆满的完成了与研究生的比赛，达到了预想的效果。

>4、观看世界杯

为了提高同学们的排球水\*，掌握专业的排球技能，我们还\*\*了观看世界杯活动，结束之后由技术部讲解其中的经典动作，使大家拓展眼界，掌握正确的排球技能。

一学期排球工作在学习即将结束的时候也落下了帷幕，我们在这学期的工作中收获很多，也看到了自己的不足，由于天气，经费等各方面的原因，活动办得不太成功，我们一定再接再厉，把社团办得更好。

时间过得很快，眨眼间已经到\*\*的时候，此时是我们总结过去、展望未来的最佳时刻。这一学期来，我们文艺部在学生会这个大家庭中成长着、发展着、探索着，真的是有所进步、有所收获。我们回顾过去，既是为了更好地汲取经验和教训，更是为下届的工作奠定更好的基础。这一学期文艺部所做的工作，总体说来还是比较成功的。学校举办的各种活动中，我们文艺部的所有人，上到\*\*，下到干事都认真积极地参与了院里的各项活动，做到紧密团结学生会各部，不分彼此互相帮助，听从学生会的安排。有过成功的喜悦，也有过失败的经历。

文艺部招新人员的选择。文艺部招收新成员时考虑了众多因素以求吸纳最大办事效率的部员，有很多经验，特别是如下一点：\*衡考虑参与社团活动的人员，过多者不吸纳，最多社团不要超过一个，原因如下：

1、有社团工作经验的人在人脉上和活动经验上有着优势，便于日后工作的自觉性和预见性，提高了工作的效率，也为我系在日后工作上与其他\*\*建立良好的工作关系。

2、社团活动过多者不吸纳，此部分人员不能固定在一处，导致在系内承办活动时精力分散，\*\*降低了工作的效率和成果。

总的来说本学期，我们的工作还是比较成功的，我们的所有活动都按计划完成，并取得预期效果。在文艺部的一年多时间里，我深切地体会到了做一个学生\*\*的重要和不易，也深深地感受到了文艺工作的重要，文艺是现代生活极其重要的一部分，是积极健康和高雅的精神追求，是精神文明的主要部分，文艺工作的成效直接关系到我院同学们的思想境界和精神追求，我们应该更加重视文艺工作。

一、模拟\*\*\*大赛。此活动为我系的立项活动，并在全校范围内得到了大力\*\*，文艺部与学生会各部门相互配合，申请场地，场地布置等一系列前期准备工作，使本次活动的顺利举办发挥了积极的作用。

二、校园风采月。校园风采月的举办可谓是下半年全校比较有轰动效应的一个“盛世活动”，我文艺部与七系八系一同参与校总会的项目竞标并获得了成功，承办举行了“校园风采月——中英双语绿之诵读”，此项活动一经举办便获得了全校同学的积极参与，从报名到正式比赛开始，先后有60名同学参与，获得了全校同学的积极评价。

——学校高考体育训练计划3篇

**体育中考训练工作总结11**

这学期兰中学校体育工作在市教体委的\*\*，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，业余训练和特色学校，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\*\*。现总结如下：

一、教学方面

本学期四位体育老师能定期接受多种形式的业务培训，在培训中开阔了眼界，吸取精华，应用于体育教学中，上好每节体育课。定期进行集体备课，解决出现在备课、教学中的问题，尤其就如何处理师生关系展开了深入地讨论，希望在下学期能有好的效果。每人每月完成一篇教学反思。如期完成公开课计划：三月，教研室对我校进行教学调研时，xx开了一节《武术》公开课；同月，xx就初三体育中考学科开了一堂全市的排球教学研讨课，四月底，xx参加了常州市中小学晋升教师专业技术职务课堂教育教学能力考核，考核为优；五月，xx承担了兰中对外公开课的任务，开了一堂七年级男生的《支撑跳跃》课；六月，xxx就世界杯足球开了一堂室内理论课。组长率全组老师参加xx一名师工作室的学习，每位教师认真参与，不断提高自身素质，加快专业化成长。

二、群体工作方面

全校正常规范开展大课间和课外活动，体育教师负责现场指挥学生进退场，技术指导和各项检查评比工作。针对做\*\*较差的年级和班级进行了教育和整顿，效果还是不错的。根据教育局的精神，这学期x月份至x月份，大课间仍为长跑为主，x月份至x月份以做广播操为主。体育器材室由xx老师负责保管，每天做到器材发收一致，物账一致，室内保持整洁。

三、运动竞赛方面

我校是田径传统学校，校田径队都进行常年训练。20xx年x月，我校四位运动员参加了大市中小学生田径比赛，取得了较好的成绩，x（x）班xxx同学获得x个第一，x（x）班xxx同学获得x个第二，这两位同学被二中特招，x（x）班xx同学获得x个第三，被xx高中特招，x（x）班xxx同学获得x个第五，被一中特招。20xx年元旦，我校参加xx市区中小学生迎新年长跑比赛，xx位运动健儿们齐心合力，奋勇拼搏，尤其x（x）班女生xx同学付伤参加比赛，赢得团体总分第x名的好成绩！x月，又参加了xx中学举办的xx届育苗杯运动会，在xx支参赛队伍里，我校健儿发扬拼搏精神，荣获初中甲组第x名的好成绩，上面x位运动员以比赛成绩前三名获得中考加xx分。x月，体育组又将积极备战，准备参加暑期球类项目大比拼。

四、体育中考方面

中考是学校的生命线，体育中考也很重要。x月份，我校开展了全市初三体育中考学科排球教学的研讨活动，教研组长何静开了一节排球研究课，参与人员达xx多人次，活动开展得很成功，教学评价高，为我校本次中考零扣分打下了结实的基础，成为学习的楷模，极大得提高了本人和学校的荣誉。x月，我校初三学生顺利通过了局\*\*检查组对\*时成绩的验收，检查组对我校体育工作的开展给予充分得肯定，受到好评。x月，初三体育中考，同学们凭着良好的心理素质和超水\*发挥，尤其是女生的零扣分，震撼了全场中考裁判，以优异的成绩结束了初中三年体育学习。在全市增效减负的大环境下，学校全面开展增效减负教学活动，体育组也积极响应。何静老师在课堂教学中积极开展小组合作学习，让学生指导学生，让学生管理学生，教学成果是很明显的，今年六个教学班，x（x）班\*均分xx分，x（x）班xx分，x（x）、x（x）、x（x）、x（x）班\*均分均xx分。

五、教科研方面

学习专业理论知识，深入讨论“减负增效”在体育教学中的应用，撰写体育论文。xx老师一文《中学体育与健康校本课程\*\*报告》获省xx杯x等奖。

六、典型事例

1、20xx年x月，体育组召开全市体育中考学科排球教学研讨活动；

2、20xx年x月，陈静被评为优秀团员；

3、xx通过评高级的理论考试和参加课堂考核，考核为优；

4、我校运动健儿在xx届育苗杯运动会获初中甲组团体总分第x名；

5、初三体育中考超市均分，校\*均为xx分；

6、由学校推荐体育组参加常州市优秀教研组的申报。

本学期来通过大家的努力，体育组出色的完成了学校的各项任务，得到了学校\*\*的好评。全组教师一定会在学校\*\*的指导下，更加尽心尽力的完成好自己的本质工作的，也许我们还有做得不够好的地方，但我们相信，我们会在以后的工作中越干越好。

**体育中考训练工作总结12**

>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\*\*。积极参加业务学习。\*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\*\*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\*\*教材、如何安排每节课的活动。

⑵课堂上的情况。

\*\*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\*\*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\*\*的大力\*\*。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\*\*老师也为我作了不少工作，\*\*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\*\*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。

**体育中考训练工作总结13**

>一、学生基本情况分析：

(对学生基础知识、基本技能、能力智力及学习兴趣、学习态度等状况的分析) 通过高中两年的体育教学训练，学生知道科学锻炼的基本原理，能够按计划进行体育锻炼，大部分同学都能够按兴趣选一至两个项目进行锻炼，而且掌握了所选项目的基本技术，有部分同学已达到较高的水\*。

>二、本学年教学目标：

(按知识目标、能力目标和情感目标分项填写)

知识目标：学会一两种我国传统养生保健方法，了解体育活动对预防和消除心理障碍的作用，应用简单的方法测试自己的体能，按兴趣新选一个或按上学期的项目进行训练。

能力目标：增强学生自我锻炼能力和创新能力，增强学生团队合作与社会适应能力。

情感目标：发展良好的心理素质，培养顽强的意志，勇于克服困难的品质，增强自信，感受交往、合作与竞争，培养创新能力及团队精神。

>三、主要教学措施：

(可就优化课堂教学，开展教学\*\*试验，调动学生积极性，抓好形成质量诸环节，面向全体学生，培优和辅导后进生等方面，结合实际，订出具体措施)

1、激励学生主动学习，为学生创设探索的空间、

2、多形势，多\*\*引导学生活动，吸引学生积极参与。

3、分层次培养，让每个学生都能在原有水\*上得到提高

4、设置一定的难度和困难情境，培养学生勇敢、不怕困难、意志坚强的优良品质。

5、场地器材巧妙设计，自编自制体育器械。

6、对于年级体育报考的学生,按照高考大纲要求,根据其个人实际情况制定一系列 的训练计划，辅导其训练为高考作好准备

——体育工作总结

体育工作总结

**体育中考训练工作总结14**

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。20xx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。

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：

**体育中考训练工作总结15**

1、精心规划。充分准备。

为了使今年中考体育考试能正常有序地进行，学校领导十分重视，召开专门会议，认真研究部署，建立了体育考试领导小组，下设后勤保障，制订并下发了中考体育考试秩序册子。

2。规范操作，安全第一。

为了确保本次考试能顺利进行，中考体育考试小组多次磋商，明确规定了考试器材场地要求，逐一对考场布局、禁区和安全等工作进行认真检查、指导，明确要求，落实责任。并就做好考务、监考、后勤、考纪等工作进行了培训和提出了具体要求。提高了全体监考人员思想认识和业务水平，增强了执行考试纪律的自觉性。真正使体育考试做到了公平、公正，安全确保万无一失。

当然，在工作中，我们还有这样那样的不周密之处，例如在这次测试中，在106位同学中没有一位在两个单项上能达到90分以上，大多数学生成绩在70至80之间，可以看到我们学生的成绩还不理想，总体身体素质还较差。今后在教学中要加强锻炼，增强学生体质，争取在以后的工作中做得更好。

20xx年参加体育中考共198人，此中反馈信息共180人(缓考3人)，177人中149人取得满分(满分率)，取得了令人满意的造诣，培训工作获得人人的充分承认。所取得的造诣与培训工作的“早”、“细”、“专”、“精”密弗成分。

**体育中考训练工作总结16**

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。

**体育中考训练工作总结17**

时光荏苒，转眼间初三工作已经结束，一年来，在学校领导的关心支持和体育组其他教师的帮助协作下，初三体育训练工作取得了比较满意的成绩，回想一年来和学生一起顶风冒雨，同甘共苦的日日夜夜，感觉确实有许多值得留恋的东西，现将工作中的一些心得和不足总结如下：

>一、领导重视，抢前抓早

每年新学年开始，学校的重点工作都是迎接新生入学和筹办我校的体育节，初三训练一般在此后进行，但今年初三体育考生身体素质普遍较差，底子薄，为此，我找到了主管初三的潘智敏校长，向他们反映了这种情况，想要提前训练，几位领导给予了大力支持，开学第一周训练队便组建起来，抢得了训练时间，为以后的训练工作奠定了良好的基础。

>二、严格管理，率先垂范

大量实践证明，一个队伍想要取得好的成绩，必须有一个严格的管理，为此，在训练之前的动员会上，我就制定了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。虽然有了纪律约束，但有些学生平时对自己要求不严格，时常有意无意地违反规定，针对这种现象，我首先严格要求自己，每天早来晚走，做学生的表率，建立起了良好的师生关系，然后针对不同个性的学生耐心细致地做他们的思想工作，经过努力，取得了良好的效果，确保了训练工作能够顺利、高效地进行。

>三、科学训练，悉心指导

初三体育考生参加术科考试需要考三项主要的身体素质，分别是1000米、实心球、立定跳远以及选择项目，要想在短短的看似一年，其实不足八个月的训练时间里迅速提高学生的身体素质，使每个学生都能达到自己理想的分数，其实就是达到满分30分。难度可想而知。因此，必须针对学生的个体差异制定周密的训练计划。制定这样的计划对教练来说也是一个考验，训练量小了，身体素质提高不明显，达不到预期的目的；

强度大了，身体恢复不过来，影响第二天训练，还容易带来伤病。而且每个学生的优势项目也不一样，有的学生实心球成绩好，1000米和弹跳差，有的学生弹跳好些，实心球成绩差等，针对这种情况，我首先是给不同类型的学生制定了不同的训练计划，然后在每天的训练结束后及时反馈，询问并记录下每个学生的训练感受，及时调整训练的量和强度，经过努力，短时间便制定出了比较科学合理的训练计划，让学生能够吃的饱、吃的好。对于技术含量要求较高的项目，如铅球，我采取统一讲解和个别指导的方法，给学生分析原地推铅球的技术动作，耐心细致地讲解动作方法并准确地示范动作，使学生在短期内便建立了正确的技术概念，但我发现有些同学在实践中动作变形，通过分析我认为是这些同学的绝对力量和腰腹肌力量弱引起的，为此我决定给他们吃小灶，加强上肢和腰腹肌力量，经过一段时间的有针对性训练，这些学生的铅球成绩有了明显提高。对于那些1000米成绩较差的学生，我主要在提高他们的步长和步频上下功夫，也取得了较好的效果，在此不一一赘述。

一年来，经过师生的共同努力，在今年的体育术科测试中，我校的体育考生取得了可喜的成绩，各项指标和兄弟学校相比都较好，圆满地完成了学年初学校工作任务。

**体育中考训练工作总结18**

本学期从第9周开始，我们系开展了教师技能训练，在老师们的指导和同学们的帮助下我在教师技能方面取得了很大的进步但同时也发现了自己的一些不足之处。现总结如下。

教师技能训练是培养我们师范生从师任教的基本素质，树立献身基础教育的专业思想，掌握从事基础教育、教学的基本技能，实现培养合格的基础教育教师的目标，所进行的教师职业技能综合训练。在这次培训中我们主要是从“三笔字技能训练、教师口语、课堂教学技能训练、班\*\*工作技能训练、微格教学训练”这几方面展开。在这次学习的过程中有辛勤的耕耘，收获的喜悦，也有不足和遗憾。

在三笔字训练中老师首先给我们讲了汉字的起源和发展并向我们展示了一些有名书法家的作品。让我们对汉字有了更深入的认识。而且老师还告诉我们该如何写好规范的汉字。我们逐渐认识到了写好规范字的重要性，特别是作为一名教师应当掌握这个规范和标准，书写一笔规范的汉字（包括字符、字母、简图）和布局合理、流畅清新的板书，以达到良好的教育教学效果和提高教师威信的目的。虽然我的字写得不漂亮但是比较工整。在今后的学习工作中我会加强练习争取写一手漂亮的字。

在教师口语训练中，我知道在教学过程中不仅标准的发音很重要有感情的语调也很重要。在发音方面要注意变调、轻声、儿化等。要了解方言与普通话的区别。在朗读方面，要吐字清晰，注意重音、停连、语调、节奏。无论是在朗读、演讲还是与人交谈，普通话都是很重要的，我粗略的了解了不同场合说普通话分别要注意的问题。在课堂教学技能训练中强化了备课和编写教案的能力，课堂教学技能、使用教学\*\*的技能。备课和编写教案是在课堂开始之前的准备工作，备好课，编好教案，这堂课才可以更好的开展。了解各项教学工作技能的概念、类型和特点，掌握各项教学工作技能的执行程序和要求，才能根据教学任务把教学技能应用于教学训练之中。在制作课件中要注意图片的选取，背景和字体的搭配。虽然这些技能我还不是特别熟练但是我会在今后的教学中加强。

通过班\*\*工作技能训练我知道了班\*\*的职责，掌握了一些班级管理的方法。初步具备对教育、教学过程中学生的行为表现、心理活动等因果关系及其变化规律进行正确观察和思维的能力。具备对较复杂的教育问题作出准确而迅速的分析判断的能力。一名老师应该有当班\*\*那的责任心，应该具备管理好班级的能力。我相信在今后的实践工作中我会做好这一点。

在微格教学训练中我发现了自己在课堂教学中的不足之处。我在讲课的时候教态不够自然，不够大方，语速过快。这些都是我需要改进的地方。

教育工作，是一项常做常新、永无止境的工作。社会在发展，时代在前进，学生的特点和问题也在发生着不断的变化。作为即将成为教师的我，必须加强自己在教师技能各方面的训练，以高度的\*\*性和自觉性，及时发现、研究和解决学生教育和管理工作中的新情况、新问题，掌握其特点、发现其规律，尽职尽责地做好工作，以完成我们肩负的神圣历史使命。

**体育中考训练工作总结19**

>一、学生情况分析：

初三学生从各方面来说都表现的比较好，学生的体形普遍比较均匀。从上学期的体育课不定期看这些学生，上课纪律可以，各方面的身体素质都同上二届有所差距。

>二、教材分析：

《体育与健康》九年级是以育人为宗旨，以学生为主体，重视启发式、探究式、合作式的学习方式，使学生学会学习，培养学生创新精神和实践能力，使学生身心得到全面发展。全书以指导身体锻炼实践活动为主，同时充分发挥体育与健康课程的功能，促进学生的身体健康和心理健康。教学内容基本上体现了“课程标准”中的运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个领域的内容。通过体育锻炼，既重视促进学生身体健康、心理健康和社会适应能力的教育作用，又重视了运动项目的文化性。同时编写了部分与体育有关的健康教育的内容。

>三、教学目标及要求：

1、了解田径运动的发展历史。了解自己的体能，了解体育锻炼对身体机能的影响，发展身体机能注意事项。了解青春期心理健康、青春期易产生的心理问题及调节心理问题的途径。理解掌握体育与健康知识和意义，了解获取体能健康知识的主要途径和方法。

2、了解全国第三套中学生广播体操，学生能熟记并说出各节操的名称，学生能基本掌握动作要求，跟上节奏练习。

3、了解跑的基础知识，建立跑的完整概念，加强跑的多种方法的指导，掌握跑的基本技术和技能，发展速度、耐力等身体素质，体验跑对健身具有重要作用，建立积极的态度和行为，自觉参与体育活动，增强参与体育活动自信心，培养学生坚强的意志品质和团结协作的精神。

4、了解跳跃的基本知识，以不同的跳跃方式，发展学生的弹跳能力，改善蹲摆技术，能以积极的态度和行为主动参与学习，培养学生克服困难的决心和信心。

>四、教学改革的设想（教学具体措施）

1.关注合作意识的培养。现在的中学生，大多是独生子女，习惯了以“我”为中心，唯“我”独尊。常以放大镜看别人的缺点视自己的优点，这是他们走向社会、走向成功的主要障碍之一。在体育教学中，人与人之间发生着频繁的合作，一场球赛、一次接力跑、一个游戏，如果同伴间没有合作意识，就很难取得胜利。合作意识的培养，要紧密结合课堂教学内容，提出具体要求。

2.发挥学生主体性，培养学生实践能力。体育教学的突出特点是实践性强，师生之间互相和反馈在课堂上表现得特别明显，学生对运动知识的掌握和对运动技能的形成与提高，都只有通过自身活动、自觉活动，才能将知识和技能转化为自己的认识与行为方式，教师要善于引导学生思考问题，有的放矢地指导和激发学生的学习动机，培养学生通过参加各种体育活动发现问题、分析问题、解决问题的能力，挖掘学生的创造潜能，开发学生的创造力。

3.利用比赛形式培养学生健康心态。体育教师在布置学生课堂练习时可以运用竞争的教学方法，增强教学效果。一般在竞赛前先让学生练习几分钟，这样每一组为了取得更好的成绩，就会互相督促，互相学习，互相帮助，形成好帮差、共同提高的气氛。进行比赛时，同组中的学生就会互相呐喊助威，从而促使学生间进行正常的感情交流，克服独生子女身上存在的任性、骄纵、自私等不良个性品质，使情感得以升华，促进学生心理健康水平与个性发展。还可利用不同时间、各种比赛形式。

4.认真备课，加强学法指导。教师上课前要做好充分的准备，教学设计的一切活动都是为了学生学，教学目标的达成，应在学生的体育学生活动中体现，因此，树立重备课、活课堂的思想。根据学生实际和教材特点，采取相应的教学方法，以使学生“学会”所学内容。同时也要认真研究“导法”和“学法”，以便于在教学中能切实有效地指导学生形成正确的学法，以使学生“会学”为目标，掌握体育锻炼的方法和自我育体的能力。在教学过程中，教师在充分发挥自己的主导作用使学生掌握所学知识、技术、技能的同时，要加强学生学法的指导和培养。教师应根据学生实际，在学习不同的教学内容和同一教学内容的不同阶段，积极有效地指导学生采用相应的学法，使学生逐步形成正确的学法，并能在今后的学习中灵活运用这些学法，使教与学活动同步进行。

>五、拟定本学期教学安排：

1、三月份进行800米1000米和柔韧性的练习

2、四五月份就中考内容进行全面训练。

3、第一周就中考项目进行全面测试。测试成绩进行针对性训练。

4、课堂前半部分进行项目练习，后半部分因材施教学生根据自己的弱项进行专项练习。

5、制定后期教学内容和训练计划。

**体育中考训练工作总结20**

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。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。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、要提高教学质量和科学的训练，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，利用每周的下午放学，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。

**体育中考训练工作总结21**

>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。

**体育中考训练工作总结22**

为了更好地提高学生的体育成绩，我们经常请教东莞市教育局体育教研室在中考方面的信息和走向。我们还经常和体育中考成绩较好的学校在信息方面和技术训练方面进行探讨交流。客观地分析训练中出现的缺点和训练中的不足。在发现和分析出不足后，在训练中制定针对性的补充训练从而提高学生的不足。例如：学生中出现大部分的耐力不好、学生的下肢力量不足、学生的起跑能力不强等现象。我们教师制定了有针对性的训练计划。从而弥补学生训练中的不足，为提高体育成绩奠定基础。

**体育中考训练工作总结23**

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。

**体育中考训练工作总结24**

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。

**体育中考训练工作总结25**

本学期的体育工作即将结束，在这一学期的工作学习中，使我更加对体育教育有了进一步的认识和感悟。

尽管体育场地和器材有限，但我还是尽可能提高场地的使用效率，还有在教学内容上“因地制宜”设置一些简单跑、跳、等组合型的游戏，通过快乐体育教学法改变了学生对体育课及体育训练的态度，这样的教学方法既使学生提高了对体育锻炼的积极性又增强了他们的体质。下面就将我本学期的工作进行一下总结：

一、体育教学

本学期按照学校发展规划所提出的特色项目计划，我制定了个人教学计划，并严格按照教学计划进行实施体育教学。在体育教学中我主要完成了以下几个大的教学模块：

1、队列队形；

2、少儿健美操；

3、前滚翻；

4、蹲踞式起跑；

5、软排。

在完成教学过程中，我积极备课上课，每一次上课后总结反思改进，这使我在教学中又进了一步。在教学中，完成教学目标的前提下我积极加入游戏教学，充实体育教学课堂，在游戏教学中以无形的方式起到增强学生体质，培养优秀品质的作用。

二、个性课堂

本学期根据学校的安排，每周二、三下午最后一节为四年级个性课堂活动时间（后改为每周四、五），在正常的体育教学课后，以年级为单位进行了阳光体育特色活动训练，我负责四年级健美操的训练，利用上课时间进行教学，利用课余时间设计队列队形变化。但由于各方面的原因，这应该做完成的仍不如人意，还有待进一步训练。

三、庆“六一”素质汇报演出节目排练

为了进一步落实素质教育，体现我校风采，我校举办了庆“六一”素质汇报演出。我负责了教师健身操、师生\*功夫的编排与训练。在那一段日子，可以毫不夸张的说是从早忙到晚。早上一到校开始排练教师健身操和参与歌伴舞的排练，完了之后就是紧接的正常体育课教学。中午仍是不敢休息，排练着\*功夫，当排练结束后紧接着就是体育课。一天学校生活就是站在运动场上，也许只有吃饭时才可以略微的休息一下吧。下午放学后依旧是加班一个半小时继续武术排练。还好，功夫不负有心人，在演出中健身操和武术表演得到了\*\*的认可。

四、培训学习

在本学期中我参加了陕西省武术健身操培训班的学习，在学习间，我积极练习，敢于表现，得到了培训\*\*和老师的认可，获得了武术教学资格证书和优秀学员称号。另外，我还以评委的身份参加了延安市新课程标准体育赛教活动，这不仅让我学会了如何上好一堂课，更让我学会了如何评价一堂课，有力的促进了我的教学和自身专业的提高。

五、其他

在完成了以上工作外，我还积极加入学校各项活动中去，协助完成会场的布置，管理等一些其他活动当中。这也使我在体育以为进一步提高了自己。

我还是那句话，没有完美的人，只有努力追求完美的人。我会继续努力，从各方面提升自己，让自己更快更好的成长起来，成为一名真正的优秀教师。

**体育中考训练工作总结26**

学校体育是学校体育的重要组成部分。达标成绩直接反映了一名学校体育教师的教学水\*和\*\*的重视程度，对培养优秀运动员的后备力量、提高运动技术水\*、促进学校体育的全面普及和提高学生的身体素质也起到了积极的作用。

开学时，学校及时制定并下达了学校体育“达标”工作计划，由校长、\*\*牵头，各年级班\*\*\*\*，积极动员全体学生高要求、高质量地参加体育锻炼。通过师生的共同努力，上星期学年顺利达标。

总体符合率95%，优良率30%，优良率41%。去年整体通过率80%，优良率20%，优良率32%。总的来说，这次达标的成绩比去年有了很大的提高，尤其是小学4-6年级。虽然有进步，但缺点也很明显。个人项目(之前投过实心球)分数普遍较低。

通过学生的理解，学生的家长根本不重视体育，认为只需要学好文化课，其他的都不重要。还有很重要的一点，就是学生对体育课的枯燥练习不感兴趣，更无聊的是去锻炼自己的力量等基本身体素质。因此，为了让体育课走出目前的困境，教师、学生和家长需要共同努力。没有总结和积累，就找不到自己的缺点并克服，更谈不上展示自己的优点并加以发展。从这次会议中可以得到以下启示：

1.观念的改变

运动本身就是一个高级游戏，玩这个游戏的人应该很开心。教师的教学理念、教学方法、教学内容长期不变，固执僵化，不能满足学生个性发展的需要，让学生没有精力去实践。这种教学导致学生喜欢运动，却不喜欢体育课，使得体育课质量每况愈下，停滞不前。学生体育意识薄弱，身体素质水\*下降。这就是为什么很多

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！