# 2024年初三年级体育老师工作总结(三篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-08-27

*总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!初三年级体育老师工...*

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编带来的优秀总结范文，希望大家能够喜欢!

**初三年级体育老师工作总结篇一**

1、依据“健康第一、突破中考”的指导思想，进行课堂教学工作的全面实施。九年级下学期是九年制义务教育的最后一个阶段，既是高峰也是尾声，面对升学压力的负担，大部分学生都没有能力进行自我约束，即兼顾体育锻炼，往往都是在教师的引领下进行有目标的体育训练。针对我校实际情况(九年级一周只安排一节体育课)，本着认真负责的态度，每节课以中考项目为主线，安排以课课练及专项技术动作的学习为主要内容，让学生利用有限的体育课堂掌握中考项目的动作技术。今年本地区中考体育项目的安排为：50米必考项目，其它实心球、立定跳远、跳绳三项选两项，三项总分30分。结合项目特点，制定课课练内容，主要以跑、跳、投练习为主，中间为督促学生认真完成学习目标，笔者会定期对学生进行技评达标考核，为最后集训任务做好铺垫。

2、以学生发展为中心，努力缔造融洽的师生关系，确保学生在和谐的氛围中自觉主动地去学习。因本届九年级学生为半路接手过来的学生(已经适应一个学期)，彼此之间还不完全了解，有的还存在一定的排斥心理。就自己学生时代已有的经验来说，学生往往会对自己比较喜欢的老师的相关科目感兴趣，因此，教学过程中，在坚持教学原则的基础上，笔者往往是以朋友、同学的身份去进行交流，经常和学生们一起讨论着他们的流行元素，或开心说笑一阵，或幽默一把，久之，便消除学生的芥蒂心理。在建立互相信任的基础之后，学生的学习行为会变得轻松主动，即使教师约束、严厉的批评也不会造成心理隔阂。

3、关注个体差异，保证每一位学生受益。在教学中，我们不乏有体育优秀生，体育后进生，甚至是体育“障碍生”，面对形形色色，不同体育层次的学生，发挥教学能力，解决现有问题是首要。本学期笔者在制定教学目标的同时对那些接受能力较慢甚至有障碍的学生进行了课前预设，进行了“特殊的照顾”——降低要求、疏通思想、培养运动自信，慢慢地进行引导，不能让其在承受太大压力的情况下，再次受到体育运动的打击，而彻底灰心。

九(3)班就是一典型的特例，其性格极其内向，对体育的态度，经过观察笔者认为是一种“狂羞症”，平时任何体育运动其一概不参与，问其原因只是摇头。为此，每次上课练习时，我都特别关注，经常站到她身边用温和的语气“邀请”其加入，一些简单动作在受到“邀请”后勉强参与，动作稍难点儿，她便“稳如泰山”地立在了那里，面对一脸难色的她，我便走进告诉她：“伟伟同学，回家好好练，我相信下节课，你会做得非常棒的，对不对?”在我一再强调重复与她交流后，她才害羞地点点头。我理解那种不自信状态下的运动行为表现，因此，给学生一个自我突破、提高的独立空间很重要。

4、将德育教育融入体育教学，让学生的全面素质得以提升。九年级三个班，其中分成一个重点班和两个普通班，说实话，从九年级开始分班的教学管理方法是我不认同的，我认为这样就等于无形中给学生进行三六九等的定位、定性划分了。因此，体育教学中，为了给学生更多的自信，笔者在实际教学中，会把每个学生的优点最大化，尤其是两个普通班的学生更是如此对待，对于他们“破罐子破摔”、不和睦的行为给予正确的分析，让他们明白做人首先得有仁，自信才是基础，团结才是力量。在年级组中以张满、方跃为典型代表，从开始的桀骜不逊到面对面交流，再到做事说话，谦逊有礼，足以证明德育教育是我们教学工作中的重中之重，不可忽视。

1、应以提高学生成绩为目标，不惜一切物质精神利益。本届九年级学生整体素质不是太高，即便是这样，我们仍旧没有放松训练工作，反倒应该加大训练工作的力度。面对一百多号人的四项训练工作(各个选项学生人数不均衡)，我与张老师(其他年级体育老师)有些力不从心，原本应该再增加体育专业老师，但年级组段老师(数学老师)却“主动”地承担起了此项工作(笔者也进行适当建议，未果)这让我和张老师无言以对，只好保持沉默。

2、体育训练工作的安排，应该科学合理，不可太随意。对于训练工作从一开始笔者便尽职尽责，统一制定训练计划，统筹安排，即使遇到天气原因也会及时调整计划，进行相关练习，但在训练过程中，年级组长不能及时地与体育老师做好相关沟通，时间上更是自行自定，导致训练计划的混乱，更有因天气原因便擅自解散训练，导致训练的系统性遭到破坏，给笔者造成了不必要的心理负担，考虑到“一切为了学生，为了学生的一切”，仍然克服了种种心理障碍，坚持了下来，并努力适应着这种突如其来的变化。

3、学校领导应该对考试的相关事宜进行详尽的解说。由于本地区今年第一次使用电子仪器测试，在时间安排上一直没能提前告之，导致学生一直在焦虑地等待着考试的现象，不能安心地进行训练，更不能有一个很好的恢复期调整计划，这些都是影响考试的种种因素。另外，上面在召开电子测试仪的相关培训中，学校领导未能指派相关体育教师前往学习，导致我们对仪器的使用以及考试的相关规则事宜，都是模糊状态。

以上所述，无论是体育课堂教学，还是体育训练工作都存在着许多有待改进的不足之处，但，相信，只要在不断的反思与学习之后，笔者会做的更加突出。

**初三年级体育老师工作总结篇二**

一个学期即将结束，回顾自己在本学期里所做的工作，虽说能做到热爱本职工作，认真学习新的教育教学理论，教学中能充分发扬民主，但为了能进一步总结经验，以谋求更大的进步，有必要对自己本学期的工作进行反思，因此总结如下：

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。本学期，我认真参加了科学发展观，写好心得笔记，写好博客。通过学习活动参与，我深刻明白了作为一名教师，干好本职工作，真正提高了自己的思想认识。

其次，积极参加业务学习。平时，我能积极利用课余时间，学习他人的成功经验，移植到自己的教学中去，达到事半功倍的效果。同时，认真学习了《新课程标准》，对课改要求有了一个全面的了解，促使自己彻底改变陈旧和落后的教育观念。

教学中能面向全体学生，注意发现学生的闪光点，多表扬鼓励，让学生在轻松、愉快的气氛中获取知识。

在做好教学工作的同时，我还积极做好分管工作。体育工作的好坏直接关系到一个学校办学水平评估的好坏初三体育老师工作总结初三体育老师工作总结。因此，要提高办学质量，提高学校的知名度，就必须努力提高学校的体育比赛成绩。为此，开学初，我就结合本校的实际情况制订了一份详细的体育工作计划，同时，做好运动员的选拔工作，既要全面提高学生的身体素质，又要为运动队选拔后备力量。

狠抓运动队管理，全面提高运动水平。在运动员管理上，既要体现“严”字，又要有爱心。学期初，学校就针对各队的实际情况，制订了一套各队考核奖励制度，对运动员的出勤、训练情况及比赛情况进行全面考核，全面提高了训练效率，平时，我能协助各运动队交流，谈心，关心他们的学习和生活，不放过任何一个可以教育的机会。针对队员们的学习成绩下降，训练时间不能够保证等现象，积极做好与班主任、任课教师的交流，极力争取他们对训练工作的支持。在我的不懈努力下，训练工作逐渐走上了正轨。做好年级组老师的月考总结。每个月底，认真填写月考成绩，对月考中发现的问题，能当面提出。

一学期来，我能认真履行岗位职责，严格遵守学校规章制度，坚持早到校，晚离校，陪同教练员参与训练，自始至终协助他们做好工作，坚决服从上级安排，做好各项工作，与教师搞好团结。

本学期，通过多方努力，运动会有了一定成绩，如小学部在开发区运动会上团体总分第五名，我想克服种种不利因素，力争在明年比赛中为我校嬴得更好的成绩。

一个学期以来，在广大教师的热情支持和大力帮助之下，我所负责的各项工作均能顺利开展。但回顾以往的工作，发现问题仍有不少，如工作的计划性不强，效率不高，工作中不够细心，惰性思想较为严重，希各位老师一如既往地关心、支持我，帮助我，使我和我们体育组工作能跃上一个新的台阶。

**初三年级体育老师工作总结篇三**

体育考试成绩占了中考总成绩的50分，接近中考总分的8%，那么对于学生来说，而且作为中考科目第一个考的，如何在体育考试中取得高分，如何确保中考的第一炮能打响，就成为学校领导及体育教师值得研究和探讨的问题。

1、200米跑(必考)

2、选项：立定跳远、1分钟跳绳、投掷实心球、半场来回运球上篮、一分钟踢毽子、1分钟仰卧起坐(六项中自选一项)

体育科考试与其它中考科目考试最大的区别，我觉得主要有三点。第一：体育科考试的内容及考试标准是考试前考生就知道的;第二：体育成绩是由两部分组成，200米和选项，每部分的满分是120分，但最后的体育成绩是最高200分，折合中考成绩是50分，所以就出现了不一定两部分都强才能拿到满分。第三：体育科考试如果想取得好成绩，就必须每天都坚持训练，要不厌其烦地重复性练习，不坚持锻炼，成绩也会下降，体育成绩就像是逆水行舟，不进则退。如何通过不断锻炼来提高成绩，这也是我们主要探讨和研究的。

虽然体育成绩占中考成绩的50分，但在学生和学生家长中间还是有很大部分人，没有意识到体育成绩的重要性，在思想上和行为上都不够重视。所以体育教师和班主任老师要把体育成绩对于中考的重要性，详细地全面地讲解给学生和学生家长听，要让家长和学生了解到只要足够重视，不用花太多时间，也不会影响文化课的学习，就可以拿到很高的体育成绩，甚至满分。

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的固定，不能随随便便。确定什么时间进行锻炼就是体育教师与学校领导要进行讨论，不能因为训练而影响文化课的学习。我认为体育训练主要集中在三个时间段：课间操期间、下午放学期间、体育课上。有的学校还进行晨跑，但我认为晨跑的作用不大，而且会影响学生上午的文化课学习。所以我主张以前面提高的三个时间段为主要训练时间。

在确定训练时间以后，我们就要确定各个时间段所要训练的内容，不能盲目的进行训练，要根据训练时间的特点进行制定训练计划。课间操期间，因为时间短，不宜进行选项的训练，因为选项需要各种器材而且分散。同时课间操之后还要进行文化课的学习，所以不宜制定大运动量的训练。课间操可以进行一些集体跳绳、跑斜坡、适当的深蹲跳等内容。体育课上，时间相对长，人数少，可以进行一些大运动量的训练，特别是200米的训练。下午放学期间，时间足，人数多，可以进行集体耐力跑的训练，在教师人数足够的情况下，也可以进行选项的分开练习及测试。

在确定足够的训练时间和合理的训练内容后，怎样在训练过程中收到好的效果也是很重要的。就是如何提高训练质量的问题!我认为以下几点可以提高训练质量。

(1)每次训练都要有明确的目的性和针对性

(2)训练中要进行适当的分层训练

(3)合理地制定训练计划和训练强度

(4)提高学生的训练积极性和对体育中考的重视程度。

200米跑属于短跑运动，力量与技术相结合的体能类运动项目。它既需要运动员具有好的爆发力，快速的速度，更需要有良好的耐力。200米跑可以分为起跑、弯道跑、直道跑、冲刺跑四个方面。除了这四个方面的技术动作之后，速度和耐力也直接影响200米跑的成绩。首先体育教师要让学生掌握起跑、弯道跑、直道跑、冲刺跑的技术动作，如何运用起跑器，弯道跑应该怎样跑，直道跑需要注意什么，终点冲刺的动作又是什么?这些都是体育教师的教学内容。在掌握四个方面的技术动作和注意事项后，体育教师利用各种训练方式及教学手段来提高学生的步频和步幅，从而提高学生的跑步速度。例如：高抬腿、小步跑、车轮跑、后蹬腿跑等方法。之后进行耐力跑得训练。200米训练主要以弯道100米、直道100米、150米、200米、250米、400米、800米训练为主。在2—3周内进行10圈的直道加速、弯道减速的速度耐力跑。

首先使每位学生都能详细了解各个选项项目的考试规则、要求、项目特点及评分标准。全体学生在体育课上进行各个项目的学习及训练，教师进行记录，但时间不要太长。之后教师根据记录的数据与学生一起确定最适合学生拿高分的项目。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：篮球训练运球速度、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。

根据每位学生的实际情况，给每位同学都确定不同时间段的阶段性目标和最终目标。阶段性目标的确定要让学生感受到努力之后容易达到，达到之后再重新确立阶段性目标，从而不断刺激学生的训练积极性和提高学生的自信心。所有的阶段性目标都是为最终目标服务的，是学生不停地向着最终目标努力。阶段性目标和最终目标要符合学生的实际情况，不要盲目的要求学生，而是要与学生一起进行分析和讨论，要让学生知道教师给他们的目标是他们可以达到的，不是没有根据的。

7、确定针对性的训练内容

在全面提升体育成绩的同时，也要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和训练中的遗漏后，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、女生的200米成绩太差、女生的下肢力量不足、学生的起跑能力不强等现象。教师要针对这些内容进行制定针对性地训练计划。从而弥补学生训练中的不足，为提高体育成绩奠定基础。

综上所述，中考体育训练不但要加强以技术为中心的全面身体训练，同时也要重视学生以及学生家长对体育成绩的重视。体育中考成绩的提高不是一朝一夕的事情，是要经过不断的训练，合理的、科学的训练计划及有效的教学方法等各种方面的提高，在各个方面都有所提高，体育成绩的提高是水到渠成的事情。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找