

2023年体质健康测试工作总结(大全5篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。什么样的总结才是有效的呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

体质健康测试工作总结篇一

体育课一般分为三个部分，即准备部分，基本部分，结束部分。准备部分中准备活动是非常必要的内容，准备活动能克服各种机能（特别是植物性神经系统的机能）活动的惰性，从而缩短进入工作状态的时间，使机体在进入正式活动时发挥较大的工作效率。由于人在相对安静状态时，各器官系统的机能活动有其惰性，这个环节中，安排一些有趣的小游戏进行引导，比如高人矮人、手腿分合、同步起落等；在《学生体质健康测试标准》中选择一些柔韧性练习，比如弓步压腿、侧压腿、劈叉、立位体前屈等；安排一些对抗性练习，比如斗鸡、拉人过线等。这些内容对练习场地没有什么特别要求，而且比较容易掌握，练习起来也比较有趣，不仅可以集中学生的注意力，还可以提高学生的兴趣，既教给了学生练习的方法也为提高学生体育成绩打下了基础。

在基本部分中，根据教学目标选择一些与《学生体质健康测试标准》结合较为紧密的内容，促进学生提高体育成绩。如提高心肺功能的800米/1000米，在课堂教学时安排50×4往返跑、利用足球场边线或篮球场端线摸线往返跑、400米接力跑、超越跑、2分钟跳绳、追逐跑等项目；又如立定跳远安排一些双脚跳的游戏，青蛙跳、袋鼠跳、规定距离看谁跳的次数最少、连续触膝跳等项目。将一些学生比较喜欢的游戏引入课堂，如贴烧饼（跑或双脚跳进行）、冲过战壕、比谁跳得高、推小车等项目。这样既增加了学生的兴趣和活动能力又充实

了课堂教学的内容。

在教学的过程中结合教学内容将《学生体质健康测试标准》测试方法教给学生，通过学习锻炼方法和测试方法让学生全方位的了解《学生体质健康测试标准》。

课外体育活动作为体育课的延伸，是落实一天一小时锻炼的重要保证，通过丰富多彩、灵活多样的课外活动竞赛来提供学生展现自我的空间，也可为学校增添一道亮丽的风景线。课外活动中采取了统一练习与分班活动相结合，游戏与竞赛相结合。组织学生利用课外活动进行篮球赛、跳绳赛、拔河赛等。使比赛不仅热闹，而且促使每个学生动起来。

利用大课间组织学生，选择一些学生喜爱的体育舞蹈，如：红领巾dsk□扒拉扒拉、武术、球操、棍棒操、童谣韵律操等。

学校每年开展大型的运动会，体育节，体育月，体育周活动，如：田径比赛，班级趣味比赛，拔河比赛、篮球比赛、《学生体质健康标准》多项运动会等等活动，人人参加，全员参与，收到了很好的效果。

学校开设一些特色课程，每周五组织兴趣小组活动，篮球、乒乓、小金属球、体育舞蹈等体育项目，提高了学生参与活动的兴趣。学校场地器材课余时间面向全体学生，使用率得到大大提高。

向学生家长进行《学生体质健康测试标准》宣传教育和知识普及，以取得更好的效果。积极尝试探索向体重超重的学生提供健康处方的做法，指导家长采取正确的措施，帮助孩子改变不良的饮食、生活习惯，建立健康的生活方式，逐步控制和改变体重超重的现状。

把体育融入到生活中，组织家长、社区、学生、老师参加校外体育活动。走进太行登山活动、滑雪活动、大手拉小手走

淇河活动、学生体能挑战赛等。

搞好《学生体质健康标准》的宣传。首先将《学生体质健康标准》打印，发送到各班级。动员学生积极投入到体质健康测试中去。增强心肺功能和呼吸系统的运动。如建议胖的人上下学走楼梯，不乘电梯。就近的学生步行上学，多参加登山活动。成立体育“俱乐部”，不定期的和外界进行比赛。

作为体育一线教师，认为学生体质测试属于普查，直接应用于本人。它与全国性的体质抽样调查不同。

首先在测试前做精心准备（仪器、场地、器材等），测试组织工作要严密，保持数据的严肃性，对学生讲解测试的意义、方法和质量规格的要求。这对一年级学生的首次体质测试尤为重要。在测试过程中，老师和认定的学生助手分项统一登记。为防止和及时清理误差，采取教师检查和学生申报相结合的办法，如发现某生某项测试指标异常者，及时进行复测。体质测试后，对学生及时进行评价，反馈评价结果与分析意见。

建立《综合体质评价卡片》，此卡片学生每人一张。这样能保持体质评价的连续性，便于了解学生在校期间体质变化曲线，有利于资料的积累、汇总与分析，有效增强学生体质提供科学数据。

《新体育课程标准》中，在学习成绩评定标准中提到：“在体能评定中参照《学生体质健康测试标准》结合每位学生的基础和提高幅度进行评定”，“基础、提高幅度”是两个关键词，考虑了学生与学生之间的能力差异，为了响应《新体育课程标准》的这一评价思想，对学生的学业评定进行了改革创新，将原来的体育成绩一分为二，从学习态度和活动能力、体质健康水平进行评价，前者重视活动能力的提高，而后者从学生体质健康状况进行评价，这样做很好的体现了“在体能评定中参照《学生体质健康测试标准》结合每位

学生的基础和提高幅度进行评定”这句话的精神，真正实现了教学与测试两者相结合。

总之，学生体质测试的意义就是通过在学生中进行体质综合评价的实践，有效地将《学生体质健康测试标准》与体育教育教学进行整合，增强学生体质的任务变得更加客观和实际，体质评价的结果易于检查和对比，具有重要的信息反馈与调节功能，为实现增强学生体质的目标管理提供了可靠的依据。

体质健康测试工作总结篇二

一、积极宣传，加强培训，提高工作质量

开学初，体育教师明确各年级测试项目，测试步骤和操作细则，并要求体育教师对各班进行《标准》的测试项目及锻炼方法的宣传教育，让他们认识《标准》实施办法的重要性和必要性，学校还把《标准》工作方案复印给各班，让学生了解测试达标要求来督促自己平时积极主动地锻炼身体。

二、组织测试，保障安全

1、在测试前，对学生进行身体健康情况的摸底调查，有计划、有组织地安排测试，并对测试仪器调试、场地、设施以及环境的布置和安排进行排查，制订详细的测试细则和安全措施，指导受试者做好充分的预备活动等。

2、对各年级的测试项目都做了统一的规定，身高、体重为各年级的必测项目，其他年级测试项目为：一、二、三、四、五、六年级测试一分钟跳绳、坐位体前屈、50米跑。五、六年级为肺活量、50*8往返跑、在测试过程中，充分发挥体育骨干的作用，使学生能安全有序地完成测试任务。

3、在测试过程中，学生态度端正，认真测试，各项测试成绩很正常。但是也有一小部分学生抱着好玩的心态。高年级学

生对耐力项目（400米）的测试有偷懒的现象，导致400米成绩较低。

三、数据整理上报

在测试全部结束后，体育教师对数据进行录入、录入之后体育教师对数据进行了分析并上传，实事求是地向学生反馈测试结果。

四、通过数据分析问题。

1、学生体能素质下降。学生的速度、耐力、柔韧性、爆发力和力量等素质均出现全面下降。除反映速度素质的50米跑成绩下降幅度较小外。其余各方面素质下降幅度较为明显。

2、肥胖学生增多，特别是低年级肥胖增长更快。

3、从坐位体前屈及格人数看，学生身体的协调性还有待于提高。

4、反映肺功能的肺活量有下降趋势。学生体质健康方面存在的问题其原因是多方面的，但造成学生身体下降。特别是耐力、柔韧性、力量和肺活量持续下降的重要原因之一是学生体育锻炼不足，包括锻炼时间和强度均不够，尤其是学校组织的课外体育活动少。所带学校体育活动兴趣队学生不能得到保障，存在重重智育轻体育的严重现象。而随着人民生活水平普遍改善带来的热量摄入过多，饮食结构和习惯也不合理。也是导致学生肥胖，身体素质下降的主要原因之一。

总之，我校有着扎实的体育基础，我们将牢牢树立“健康第一”的观念，为学生的未来着想，努力把我校体育工作深入、有效开展下去。

学生体质健康测试工作总结皮口中心小学2020.12

体质健康测试工作总结篇三

《国家学生体质健康标准》的内涵是测量学生体质健康状况和锻炼效果的评价标准，是国家对不同年龄段学生体质健康方面的基本要求，是学生体质健康的个体评价标准。我校加强宣传，制定方案，对学生进行全面的体质健康检测，现已圆满结束，现将前期检测工作做如下总结。

按照上级文件规定要求，我们首先组织全校师生认真学习《标准》内容，利用教师会、校园广播、黑板报、等方式向师生解读《标准》，其次在《标准》贯彻执行过程中，教研组成员定期进行研究、讨论，进一步提高认识，确保科学地实施《标准》，促进学生身体素质得到提高、身心得到发展，培养学生对体育的兴趣。

在学习中我们认识到《学生体质健康标准》强调的是促进学生身体的正常生长和发展，促进形态技能的全面协调发展，促进学生身体健康的全面提高和学生主动自觉地参加经常性的体育锻炼。淡化测试的甄选和选拔功能。《学生体质健康标准》是激励学生积极进行体育锻炼的教育手段，不是为测试而测试。《标准》采用个体评价标准，能够清晰地看出学生个体差异和自身某些方面的不足。

1、测试安排测试是实施《标准》工作中比较重要和复杂的环节

我校有12个教学班共人,为了确保测试工作顺利有效地进行,不做重复烦琐的工作,为此学校根据方案实施,学校领导统一调控布置。对全校学生进行了分级分班测试,由体育教师对所任班级负总责,其他教师协调配合的原则,体育教师对测试数据进行录入、统计和结果上报,测试前由副组长负责对测试人员进行统一培训,如在测试遇到问题应及时反馈给领导小组解决,确保测试工作的顺利进行。

2、测试形式

在遵照上级文件精神，认真执行铜仁地区各年级测试项目的要求，不得擅自更改，严格执行运用《标准》规定的器材测试，保证学生体质测试数据科学、真实、有效。

2、测试结束后我们根据测试结果和评分成绩，写了一份学生体质健康状况分析材料，内容包括现状分析、存在问题和今后工作建议等。

总之，在这次测试工作在全校师生的共同努力下，以划上了圆满的句号，过程中虽然取得了一些成绩，但是也存在着不足，以后我校一定把学科教学和《学生体质健康标准》有机整合，始终把实施《标准》工作纳入全面落实素质教育的活动中，始终树立“健康第一”的思想，让我校的体育教学工作再上一个新的台阶。

体质健康测试工作总结篇四

20xx——20xx学年度学生体质测试工作于9月开始，体质测试的项目有：身高、体重、肺活量、立定跳远、跳短绳、实心球、投沙包等。体质测试的项目符合国家体质测试的基本要求。为了进一步搞好我校的《学生体质健康标准》测试工作，学校对学生体质测试工作给予了高度重视，为学生体质测试工作的便捷、高效和科学化，提供了必要的保障。体育组在校领导的安排下，将体质健康测试工作做得更好。经过老师和学生的共同努力，顺利的完成了小学学生体质的测试工作，同时也完成了今年的数据上报工作。

为了让学生意识到体质健康监测的重要性。学校采取多种形式、多种渠道广泛宣传学生体质健康监测的重要性、必要性。一是充分利用校园文化营造健康第一的意识氛围，借助校园广播、健康专栏，班级黑板报、健康教育课；二是充分利用时间宣传：周一升旗仪式、班会课等。

(1) 学生身高、体重、肺活量与前次相比，仍呈增长趋势；学生营养状况继续得到改善；学生营养不良率检出率没有明显变化。

(2) 学生体质健康存在的问题：超重及肥胖检出率呈上升趋势；学生肺活量不良检出率有所提高。

1、工作中认真贯彻实施《学生体质健康标准》。树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作。

2、正确积极的导向，严格学生体质健康的评价、激励学生积极进行身体锻炼。

3、培养学生体育锻炼的兴趣与习惯。

4、完善各项制度，有效落实。

(1) 以“每天锻炼一小时”为切入点，把确保“健康第一”的教学目标落到实处。

体质健康测试工作总结篇五

工作计划

王本周 2017/9/18

2017年瓦坊中学学生体质健康标准

一、目的意义

通过《国家学生体质健康标准》方案的实施促进学生积极锻炼，不断纠正改变学生体质健康状况中出现的问题，从而使学生拥有健康端庄秀美的体魄姿态和健全的人格。将“健康第一”的指导思想落到实处，充分发挥学校体育在育人教育

的独特作用。

二、组织机构

成员：王本周、戚胜胜、汪荣梅

三、工作安排

1、学校教导处与总务处、少先队相关人员组成宣传小组，通过学习宣传让师生达成共识，认识到这是落实“健康第一”教育思想是推进素质教育加强体育工作有效途径。使学校体育工作走上规范化管理，促进学生发展，激励学生养成经常性锻炼的良好素质。

2、体育教研组以班为单位建立学生电子档案与数据分析处理系统，为学生体质教学提供依据。

3、在全校教职工例会上传达《国家学生体质健康标准》的有关文件精神，并进行会议动员。

4、体育组相关人员学习解读手册，转变思想、调整工作思路。

5、利用校园广播、班级板报等宣传《国家学生体质健康标准》方案。

四、锻炼时间

1、充分利用体育课、大课间等保证学生锻炼时间。

2、由班主任组织学生用体育活动课锻炼，体育老师加强指导。

3、由教导处举行相关项目测试指导。

五、测试项目及时间安排

- 1、与现行教材项目结合，在体育课考核进行预测，成绩合格者不再集中测试。
- 2、利用课外活动集中训练。
- 3、由学校组织相关人员进行测试。
- 4、测试前准备在2017年9月进行。
- 5、测试时间：2017年10月中下旬。

六、测试成绩运用

- 1、测试成绩评定等级记入《学生评价登记表》并列入素质报告。
- 2、测试成绩达优、良方可参与评优评先。
- 3、因病免测确不能测者出具县级以上医院证明材料向学校提出申请，学校签署意见后将材料存入档案。

七、数据处理