

体育个人工作总结(优秀6篇)

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。什么样的总结才是有效的呢？下面是小编为大家整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

体育个人工作总结篇一

一、指导思想：

按照《小学体育新课程标准》的要求，为全面贯彻党的教育方针，认真落实《学校体育工作条例》和《全民健身计划纲要》；坚持以“健康第一、育人第一”为宗旨，把学校体育工作作为实施素质教育的突破口；加强体育课改教研活动，努力施行新课程标准，用新的理念来强化教育教学活动。争创学校的体育特色，培养全面发展的学生。

二、工作要点：

- 1、体育的教学工作。要求体育老师要认真钻研新教材，认真备课，认真上好每一堂课。充分贯彻课改精神，突出学生的主体性，提高课堂效率。
- 2、抓好校运动队的建设和训练工作，做到定人、定时、定地进行训练，每天不少于1小时。为下学期参加各类体育比赛做好充分准备。
- 3、开展群体竞赛。本学期将进行班级间的各项体育比赛，如：全校性的广播体操比赛；田径单项赛；秋季越野赛等。
- 4、认真贯彻落实《体育器材室管理制度》，要求做到爱护器材，器材摆放整齐，能及时回收器材，学期末做好体育室的

器材清点、财产登记工作，做到学校财产不流失。

5、根据学校的要求，开展体育校本课程开发实践。

6、加强学校的卫生工作，坚持每天锻炼一小时，改善校园环境，落实卫生措施，强化卫生教育和常见病、多发病和传染病的防治工作，重点抓好食品卫生教育、配合上级部门组织开展的预防腮腺炎、伤寒和副伤寒等传染病的宣传教育工作，确保学生的身心健康。

三、主要活动：

三月份：

1. 参加学校体育工作会议。
2. 制定体育教学计划和教学进度。
3. 体育备课活动。
4. 体育课安全教育5、学校田径队开始训练。
6. 下发校广播体操比赛的竞赛规程。

四月份：

1. 优质课评比。
2. 搞好体育室的布置、器材的摆放等工作。
3. 校广播体操比赛。

4、越野赛五月份：

1. 体育教研活动。

六月份：

1. 校田径单项赛。

七月份：

1. 期末考核。做好统计工作。

2. 清点入库体育器材。

3. 体育工作总结。

体育个人工作总结篇二

活动目标：

1. 初步了解弓步、马步两种步法，加强腿部力量练习。

2. 加强动作的变换与持久性练习，锻炼幼儿的反应能力及耐力。

3. 感知武术的魅力，激发幼儿学习武术的兴趣。

4. 增强幼儿自身协调性发展，激发幼儿敢于挑战自我。

5. 体验与同伴协作游戏的快乐，增强幼儿的沟通能力。

活动准备：

1. 武术音乐磁带。

2. 录音机。

活动过程：

一、热身运动

教师带领幼儿随着武术音乐做热身运动,重点练习腿部和手臂及全身各个关节的动作。

1. 头部运动。
2. 扩胸运动。
3. 转腰。
4. 左右弓步压腿。
5. 踝关节运动。

二、武术教学

师：“小朋友们，你们喜欢武术吗，今天我们一起来玩“功夫小子学功夫”的游戏好吗？你们是功夫小子，老师是师傅。”

1. 拳、掌、勾教学

师：“功夫小子们，你们知道武术的手法都有哪些，你们会做吗？请你们好好想想，看谁做的最好。”

教师提问，让幼儿根据自己的想法做练习，教师给予正确讲解并指导。

教师带领幼儿集体练习，并分组练习，看哪组做的最好。

2. 弓步、马步教学

师：“刚才我们学习了武术的手法，功夫小子们做的很棒，那你们知道武术还有哪些步法吗？看谁做的最好。”

教师提问，让幼儿根据自己的想法做练习，教师给予正确讲解并指导。

教师带领幼儿集体练习，并分组练习，看哪组做的最好。

3. 手法与步法相结合

师：“刚才我们把手法和步法都学会了，那我们把它连起来做好吗？看谁做的最好。”

教师通过讲解与示范，把手法和步法结合起来展示给幼儿看，让幼儿模仿练习，教师在一旁指导。

教师带领幼儿集体练习，并分组练习，看哪组做的最好。

三、放松活动

师：“今天的功夫小子们都很努力，你们也很厉害，师傅很高兴。现在就让我们一起来放松一下吧。”

教师带领幼儿做放松全身的练习，捶捶肩，捶捶腿，捏捏胳膊。幼儿可以自己放松，也可以两个小伙伴相互放松，并抱一抱小伙伴，感谢对方的配合与帮助。

师：“功夫小子们，你们还想练习更厉害的武术吗？那我们先进教室休息一会，明天再练习好吗？”

最后，教师带领幼儿离开场地。

【活动设计】

《*总动员》以自制“纸箱*”为活动材料，取材于幼儿生活中易得的废旧材料，既安全又环保，且成本低下，装饰简易，更能通过滚一滚、推一推等方式实现材料的一物多玩，小班幼儿特别是男孩子对会动的*有着强烈的兴趣，都乐于和同伴

一起探索“*”的各种玩法，想办法让它动起来。在此过程中不仅充分锻炼幼儿滚、爬、推、手脚协调走等身体技能，且发展了幼儿在活动中的合作能力。此外，手脚协调走是小班幼儿较容易完成的动作，在该基础上让*动起来是本节课要突破的重难点，也是孩子在原来基础上“踮起脚尖”能“够”到的，教师通过活动中的有效引导给孩子脚手架，以此来促进其最近发展区的形成。

【活动目标】

- 1、探索多种让“*”动起来的方法。
- 2、发展幼儿在笼罩物下手脚协调向前走的动作技能。
- 3、喜欢和同伴一起探索、游戏，乐于表达自己的感受。
- 4、锻炼幼儿手臂的力量，训练动作的协调和灵活。
- 5、提高幼儿身体的协调能力，体验玩游戏的乐趣。

【活动准备】

物质准备：

- 1、自制纸箱“*”若干。
- 2、改编音乐《我是小士兵》、《颁奖进行曲》。

经验准备：能手脚协调向前走。

【活动过程】

一、热身活动。

教师扮演士兵统领带着小士兵跟音乐做热身操。

二、探索活动。

1、第一次探索：幼儿和同伴合作自由探索让*动起来的方法。

提问：

(1)你们组的*动起来了没?用了什么办法让*动起来了?,请你和你的同伴给大家表演下(幼儿用身体动作展示让*动起来的方法,鼓励幼儿用语言表述)

(2)教师根据幼儿示范,第一次总结幼儿探索出来的让*动起来的方法(如:两人同时在*里朝前爬、向前滚等方法)。

体育个人工作总结篇三

认真贯彻落实中央关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》及《学校体育工作条例》精神,牢固树立“快乐体育”、“健康第一”的指导思想,推进体育课程的改革,狠抓体育教学六认真工作,强化学校特色体育项目建设,大力开展青少年阳光体育活动,坚持开展学生体育训练工作,本着“求实、创新、协作、奋进”的精神继续做好体育工作,力争在各项体育竞赛中争创佳绩。

1、深化体育(与健康)课程改革,立足课堂,扎扎实实上好每一节体育家常课,提高体育教学质量,达到学生人人喜欢上体育课的目的,有效地改善学生的体质健康水平。

2、抓好课间操、眼保健操、集体舞、大课间活动、阳光体育活动。

3、强化科研意识,善于总结,教师能撰写科研论文。

4、加大体育运动队训练力度,严抓训练质量,争取各项比赛获得好名次。

（一）深化体育课程改革，优化教学过程

1. 体育课程标准是体育教师开展教学活动的指南，为使体育教师尽快树立全新的体育教学理念，开展多种形式的培训，促使每一位教师的观念发生深刻的变化。
2. 体育课程是学校课程的重要组成部分，是实施素质教育和培养全面发展人才不可缺少的途径。因此，体育教师要坚决维护体育课程的严肃性，按课时计划上好体育及活动课，并进一步加强安全教育及防范意识。

（二）强化常规管理水平，提高教学质量

体育教师将一如既往，在学校行政的领导下，继续加强学习，弘扬团队精神，努力做好以下几项工作：

1. 认真贯彻《体卫工作两个条例》精神，以认真务实的工作态度扎扎实实地开展各项工作。
2. 在体育教师之间倡导勤学习、共研讨之风，以不断充实提高每一位教师的理论水平和教育、教学能力。
3. 围绕《课程标准》和新的教材体系开展教学活动，本学年，体育教师人人上实践课，在实践中得以提炼、得以升华。
4. 一丝不苟做好各种资料工作，不断充实完善学校体育资料。
5. 认真开展体育教学工作，巧构思、勤笔耕，力争写出质量较高的学术论文。
6. 全面负责特色项目建设，拟定专项计划，用好校本教材，开展各项活动，为创建特色建设先进学校工作作出贡献。
8. 精心组织体育大课间活动的开展，大力开展阳光体育活动。

体育个人工作总结篇四

一学期的体育教学工作即将结束，在教学过程中，努力体现体育与健康课程标准的精神，力求激发学生的体育兴趣，培养学生的锻炼和健康意识，帮助学生更好地学习体育能力等多方面健康、和谐的发展，也为明年的体育中考打下良好的基础。对本学期的工作做如下总结：

2、学生上课积极性高，能在老师的要求下积极锻炼，严格要求学生，使他们养成良好的行为习惯和正确的课堂常规。准备部分和整理部分，以及每个教学环节前后，都要求学生做准备或放松活动练习。讲解动作要领和保护方法，突出重点和难点，示范动作正确，每堂课分组练习，既有秩序，又有队形。

3、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的印象，有利于学生对技术动作的掌握和运动表象的形式。

4、通过不同类型的球类与运动及游戏，使学生提高了身体的协调性，增加了学生对参加体育锻炼的兴趣。同时，向大多数女生传授了简单的篮球技术，让学生能在课外活动时间自己组织进行简单的篮球活动。

5、写好课后教学反思。通过教师对本堂课的反思，可以及时反映该堂或是该阶段存在的不足，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区别对待。

6、在听课方面，能够在教务处的组织与安排上，自觉地去听课，并对听课的内容与过程做出详细的记录。

7、为迎接初三的体育中考，在课堂上我提前有针对性的组织学生训练应考项目让学生提前进入应战的准备思想。

从体育教学中，使我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但较出色上好每一节课，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，在今后的教学中，除了提高自己的专业水平之外，还要借鉴同行的长处和自己的长处，改进不足，为学生更好地发展营造一个良好的环境。

文档为doc格式

体育个人工作总结篇五

本篇，总结了一年的工作，另外提出了次年的工作计划，全文如下：

是我工作的第二个年头，回想一年来，虽然辛苦但有很价值，学到了很多书本上没有的东西。我努力提高业务水平，虚心向前辈及客户学习，得到了领导的赏识和支持，还被评为“行业先进工作者”，下面是我一年来的工作总结。

一、xx年基本工作情况

重视理论学习，自觉加强相关金融政策及法律法规的学习，构筑牢固理论知识结构，不断提升自身的整体综合素质。

xx年是特殊的一年，贷款新规的出台和相关制度的修订完善给当前各项业务的开展带来了巨大的变化，虽然作为一名普通的前台综合柜员，但我深知作为一名综合柜员，没有过硬的业务理论支撑，就无法为客户提供完善快捷的服务，为了全面提升自己的综合素质，跟上政策规章制度的变化，我自觉利用休息时间，系统的学习了相关规章制度和新下发的各项文件，使自己对现行的政策、规章制度有了一个较为全面

的认识，对于日常柜台上的客户业务咨询也能给予正确的反馈、答复。

此外，为了迅速适应新时期金融工作开展的需要，增强整体业务学习的系统性和连续性，一年多来，本着谦虚谨慎的学习态度，我多渠道的认真学习各项金融知识，密切关注时事政治和宏观经济动向，对于联社下发的各类文件、资料，不仅仅简单的停留在了解的层面上，更注重对各种资料的融会贯通、学以致用，通过日常工作的开展，不断积累工作经验，在综合业务能力、综合分析能力、协调办事能力、文字语言表达能力等方面，都有了很大的提高。

为了保证学习的针对性和有效性，我抓紧学习的机会，积极参加联社、基层社各种培训和技能考试，并注意结合自身实际情况，及时进行反馈、回顾，及时解决自身存在的问题，取得了一定的成绩和进步。

工作方面，认真履行岗位职责，踏踏实实的做好本职工作。

xx年是我社服务创优工程和精细化工程深入开展的一年，作为一名前台综合柜员，我热爱自己的本职工作，并始终要求自己认真细致的去对待每一项工作，在具体的业务办理过程中，努力做到用心、诚心、信心、耐心、细心的处理每一笔业务，接待每一位客户。以“客户满意、业务发展”为目标，潜心钻研业务技能，把各项金融政策及精神灵活的体现在工作中，树立热忱服务的良好窗口形象，做到来有迎声，问有答声，走有送声，要让每个顾客都高兴而来满意而归。当前的柜台工作使我每天要面对众多的客户，为了给客户提供高效优质的服务，我常常提醒自己“客户就是上帝，理解就是沟通的开始”，在繁忙的工作中，我坚持做好“微笑服务”，耐心细致的解答客户的问题，一年来从未出现因个人原因而出现的客户投诉或不满意。

在其他工作的开展方面，能够时刻保持积极主动，认真遵守

规章制度，能够及时完成领导交给各项的工作任务，严格按照联社各项工作开展的要求，切实做好日常的岗位工作：

(1)严格规章制度，把好储蓄柜台直接面对客户的第一道关口。作为一名综合柜员，我深感自己肩上的担子的分量，稍有疏忽就有可能出现差错和失误。因此，我不断的提醒自己增强责任心。本着对自己和客户负责的态度，确实做到“规范操作、风险提示、换位思考”，严格要求自己，较好的完成了柜面各项业务。

(2)坚持原则，做好每一笔看似简单的业务。一线员工的一举一动都时刻体现着信用社的形象，自己的工作质量事关信用社经营发展大计，责任重于泰山，丝毫马虎不得。一年来，我坚持基层社和联社制定的相关管理制度，对每一笔业务都一丝不苟地认真按照规定操作，从客户办理业务的相关要求；从重空的检查、往来账目的核对到下班后的大额核对登记、身份证信息核对、账户信息维护，每一个环节我都是仔细审查，没有一丝一毫的懈怠。在具体办理业务时，我做到了“三个必须”，即业务办理条件必须符合政策、相关证件必须是合法原件、客户签字正确无误，并且做到生人熟人一样对待，保证了业务办理的合规、合法。

(3)提高工作质量，及时准确的做好储蓄基础资料的管理。搞好基础资料的记载、收集、管理，是做好日常工作的重要前提之一，这项工作即繁琐又重要，需要经常加班加点来完成。我坚持做到了当天账务当天处理完毕，全部核对从不过夜。自从我社开始实现柜员制之后，从未出现过因个人疏忽而造成的业务差错。

3、立足实际，精诚团结，团结全社员工为提高我社经营效益尽心尽力

一年来，在具体的工作开展过程中，我积极主动的做好日常各项工作，结合我社实际，服从领导的安排，团结全体职工

为我社经营目标的顺利完成而同心同德，尽心尽力。

(1)存款任务是关键，为完成我社的存款任务，我充分利用日常工作机会，在业务办理过程中做好存款营销工作。业余时间，利用自身的区域优势，走亲串朋、动员社区的储蓄存款，积极宣传相关的优惠政策、理财技巧等，为壮大信用社实力不遗余力，较好的完成了联社下达的存款任务。

(2)积极主动的营销信用社的相关新业务和新功能。我立足我社实际，不断强化储蓄营销意识，破除“惧学、惧烦”的思想，认真学习我社新兴业务和新制度规章，如公务员贷款、失地农民专项贷款等特色业务，耐心的给客户讲解相关类似业务的相同点和不同点，讲清利弊之所在，提供有利建议，深受客户的好评。

(3)勤勤恳恳的完成领导交办的其他任务，除做好本职工作外，我还按照领导的安排做好其他工作，如每天的卫生打扫，帐表的装订等，都能够与大家一起协调好，共同完成任务。

4、生活上，与人为善，注重培养自己的团队精神和协作意识，不断提升自身价值。

我深知个人的能力是有限的，促进我社的业务发展，需要的是全体同事的共同努力，在提高自身素质的同时，我尤其注重团队精神的发挥，团结好各位同事，确实做到“想别人之所想，急别人之所急”，积极营造团结进取的工作氛围，有效开展好我社的各项工作。

5、安全经营方面，增强防范意识，牢记“安全重于泰山”，确实落实“三防一保”。

一年来，我能严格遵照联社安全保卫相关要求，严格按照各项制度行事。当班期间能够时刻保持警惕，严格按“三防一保”的要求，熟记防盗防抢防暴预案和报警电话，熟练掌握、

使用好各种防范器械。经常检查电路、电话是否正常，防范器械是否处于良好状态，当出现异常情况，能当场处理的当场处理，不能处理的能主动向上级汇报等等。结合自身工作实际，加强凭证、印章管理，从源头上防范案件。不断地增强安全防范意识，认真落实各项防范措施，确实做到“安全保卫从我做起、从身边小事做起”，防微杜渐，把安全工作确实落到了实处。

二、工作中存在的问题和不足

有成绩就一定有不足之处，在正确进行自我分析和定位的基础上，回顾一年来的工作，仍存在很多的问题和不足，具体表现在以下几个方面：

(1) 学习的积极主动性还不够，因家庭因素、工作开展因素的客观因素的影响，导致存在学习的连续性不足，存在业务素质提高不快，对旧有知识回顾不足的问题，学习效率低的情况。

(2) 创新意识和进取意识不足，在自觉主动学习方面，与年轻大学生相比还存在一定的差距，不能有效的结合自身专业特长和岗位实际进行业务创新或针对岗位需求自觉进行相关考试认证。

(3) 工作方式简单，尚停留在较低层次的任务完成要求上，工作开展的实际效率和效果还有待提高。

三、20xx年工作规划

新年新气象，在新的一年里即将开始之际，我将立足自身实际，客观分析自身所存在的问题和不足，结合县联社和我社发展的实际情况，有目的、有针对性的解决自身存在的实际问题，重点做好以下几个方面的工作：

- 1、继续加强学习，不断提高自身的综合能力和业务技能，在xx年里，我将结合自身工作开展的实际，有计划的报考银行从业资格证的相关科目考试，职称资格考试，针对自身进取不足的实际，自觉提高整体综合素质。
- 2、结合我社的服务创优工程开展实际情况，不断提升自身专业技能，继续狠抓勤练基本功不放松，不断提高自身综合技能、服务能力和营销能力，有效提升自己的整体综合素质。
- 3、结合岗位实际，不断探索岗位工作开展的方式、方法，立足实际，着力窗口接触点的“同位”思维，充分理解客户的心态，善于换位思考，积极探索客户维护和服务的方式、方法，并结合当前实际给予有效的开展落实，通过优质服务的开展，不断提升现有客户的忠诚度和诚信度。
- 4、熟练的掌握各种业务技能特别是计算机操作、财会业务等技能，努力适应时代发展需要，培养多方面技能，更好的实践为“三农”服务的宗旨，我将通过多看、多学、多练来不断的提高自己的各项业务技能。

我将努力克服自身的不足，在基社信用社领导的带领下，我将立足自身实际，严格服从领导安排，积极开拓进取，不断提高自身综合素质，有效履行岗位职责，当好参谋助手，与全体信用社职工一起，团结一致，为我社经营效益的提高，为完成2017年的各项目标任务作出自己的努力。

一文到这里就全部结束了，本文总结了一年的工作，另外提出了次年的工作计划，可以参考这个思路。

体育个人工作总结篇六

在20xx年里，我个人没有多少成绩，但我觉得在这段时间里，我努力工作成长着，我相信，成长比成绩重要。

我们体育工作得到了学校领导的大力支持，同事的鼎力协助。一年来，我们做了国家学生体质健康测试的数据测试上报工作、学校特色体育项目的训练、春季集体项目比赛、学校和市学生田径运动会、市小学生篮球赛，体育强镇创建、阳光体育冬季长跑活动等重大工作。这些工作的顺利完成，无不凝聚着同事们的智慧和汗水。尤其是上学期学生田径运动会，共有29人次打破17项学校年级记录，在10月底的市中小學生田径运动会上，获得18分，列全市第17名的好成绩。这些工作都是大家团结合作的结果。这让我明白了相信同事，与同事合作共处的美好效果。我们体育组年轻专职老师都上了一堂校内公开课，其中，应俏老师还上了市教师进修学校和中心学校的考核课，获得了中心学校一等奖的好成绩。

一年的工作下来，让我充分体会到了年轻真好！年轻老师在一起共事，大家有干劲。年轻人负担少，做事速度快，说干就干，这是一种可贵的精神。发挥得当，能让工作运转迅速。由于速度快了，做事考虑得就欠周全，很多细节就考虑不到，如运动会报名表填写、运动会裁判的培训、场地器材的安全设施等等，这些在学校领导的关怀和老教师的帮助下，妥善处理，使工作能和谐地进行。

综上所述，我 综上所述，我在今后的工作中，将戒骄戒躁，好好学习，努力工作，更好地为学生服务，为学校服务，为国家服务。

20xx年12月22日