

花房工作总结(实用7篇)

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

花房工作总结篇一

一、背景

体育与健康新课程标准确定了以“健康第一”为指导思想，以“终身体育”为培养主线，以“快乐体育”贯彻教学全过程的改革思路，被不断运用到中小学体育教学中，一些娱乐性较强的民族传统体育项目也得以在体育教学中推广应用。其中花样跳绳就是一项既有体育性，又兼备娱乐性和表演性的运动，他融入了街舞、跳绳、音乐、杂技、武术、京剧等众多元素在内的表演项目，处于舞蹈与体育竞技之间。将花样跳绳运用在体育教学中，可以丰富课程资源，培养学生的主动性、创造性，提高学生的能力，也可以使特有的民间体育文化能得到很好的发展和传承。根据各小学场地的实际情况（地少生多）人均活动面积严重不足的情况下，因地制宜开展花样跳绳类项目作为大课间活动的突破口具有极好的锻炼与教育价值的。

二、研究的目的和意义

花样跳绳项目对场地设施要求不高，器材简单；动作宜学，花样多，不受气候变化影响；宜于集体开展，有利于促进师生和谐发展；学生能自我创新练习，练习运动量大小因人而异，都能自我调节；宜开展大型表演和比赛，观赏力强，具

备艺术品位。最主要的是跳绳运动可以最便捷地提升学生的体质，辅之以花样变化，孩子们喜欢，容易学会、乐于接受，掌握一两项技能可以促进小学生健康——终身——快乐的锻炼需求。花样跳绳本身所具有的民族性、娱乐性、趣味性、表演性、健身性、竞争性等特征，恰好符合学生的心理特点，应用在学校体育中，必然能给学校体育教学带来更多生机。希望通过花样跳绳运动的开展将我市小学生体质健康标准进一步提升。

三、研究的策略：

一、水平

二、水平三适用于低、中、高不同年级水平的花样跳绳内容：

1. 水平一：使学生通过手中的绳在玩乐的过程中把自己的兴趣、爱好表现出来，自由创想多种玩绳方法。掌握连续并脚向前（后）跳，双脚交换向前（后）跳，前（后）交叉跳和向前跑动跳的方法，并能用手中的绳与同伴合作，探究更多花样跳短绳的方法。给学生提供了一个互动交往的空间，使学生的天性释放，个性张扬，促使学生的合作意识在无形中形成。

2. 水平二：帮助学生在学会水平一跳法的基础上，根据自己的能力和经验做各种跳短绳和跳长绳练习，如两人同摇跳短绳，三人重叠跳短绳，“8”字跳长绳等等方法。在跳的过程中，教师及时指导学生去发现问题：“8”字跳长绳的动作关键？如何才能跳得又快又好？„„学生通过动体——动脑——实践——体验，主动探究，创造出更多跳绳的花样。使学生在锻炼身体体的同时，学会发现问题，解决问题。

3. 水平三：引导学生在掌握短绳和长绳基本跳法的基础上，配上适合学生年龄特点的音乐，把自己的想象、理想和愿望用手中的绳表现出来。通过练习——讨论——实践——再练习，寻

找出更多、更有趣的短绳和长绳结合跳的方法。潜移默化地培养学生对花样跳绳的兴趣以及合作意识和欣赏能力，使学生在不断探究、不断创新中求趣、育人、达到身心健康的目的。

四、预期的目标

关于开展全国亿万学生阳光体育运动的通知中指出，开展阳光体育运动，要与课外体育活动相结合。配合体育课教学，保证学生平均每个学习日有一小时体育锻炼时间。

1、通过跳绳项目丰富学校阳光体育内涵，培养学生勇敢顽强的意志品质和互助共进的精神，切实做到增强学生体质，让学生感受跳绳带来的成功体验。

3. 在开展花样跳绳的体育特色活动过程中，积极探索校本化实施形式的“阳光体育活动”的策略，努力形成本学校绳类体育特色文化。

4、通过练习促进学生智力的发展和创新能力的培养。

5、通过掌握的动作内容在家可以涉及到家庭的活动，走出家庭能推广到社会的群体活动及全民健身活动中去。

五、实施途径

通过各种教研活动——公开课、专题讲座、培训、大课间现场交流等活动进行花样跳绳跳法和技巧的培训，让老师们懂得花样跳绳对小学生体质健康的重要作用，提升体育课堂、大课间、课外活动的魅力。推动和普及学校体育活动的多样性，进一步培养学生对体育的兴趣，养成终身体育锻炼的习惯。

1、完成跳绳单元计划，丰富大课间活动。

一、水平

二、水平三学生特点安排个人跳绳计划，完成每学期6-10节跳绳课，做到有内容、有教案、有图片。大课间活动根据体育课所教内容创编出一套适合本校学生的特色的绳操4--6分钟与广播操、学校自编舞蹈在大课间中交替使用。大部分学生对跳绳产生了浓厚的兴趣，还不断发明了一些新的跳法，花样跳绳正以独特的魅力在校园铺开。

六、存在的问题

1. 花样跳绳已经走进各学校，但形成系统的校本教材目前还是一个空白。 2. 大部分学校操场硬化场地多，软化场地少，不适合长时间进行跳绳锻炼，今后需要设置塑胶场地，便于学生体育锻炼。

3、学校在安排课表时没有安排课外活动时间，使体育教师很难完成有计划的训练任务。

4、希望还未开展花样跳绳项目的学校在下学期开展起来。

七、建议；

1、体育教师们应增强自信心，团结协作，各学校之间多交流，找到适合本校，适合学生的具有花样特色、校本特色的跳法。

2、各学校要将花样跳绳纳入学校体育课堂教学，每学期安完成6—10节跳绳内容。在每节体育课中利用3—5分钟的时间进行花样跳绳练习，做到课课练。

3、每学期开展以“花样跳绳”为主题的形式多样的花样跳绳比赛。做到每次活动有计划、有过程、有记录、有总结。

4、根据花样跳绳项目的特点，结合学生身心发展的差异性，

确定评价水平

一、水平

二、水平三学生的标准，把对学生花样跳绳的考核，作为教学效果、衡量学生花样跳绳能力水平的一种手段，灵活掌握测试标准，树立学生学习花样跳绳的自信心。

5、通过体育课、快乐课间等形式，通过教师的引导，互教互学，激发和提高学生自主学习自主创编的能力。

6、希望通过花样跳绳运动推动校园文化，借花样跳绳运动，弘扬民族传统文化，为全民健身做出应有的贡献。

“没有最好，只有更好”本人希望通过对花样跳绳的开发与实施能够让每个学生都乐于、主动的参与锻炼，养成终身体育的习惯，并因此带动学生在文化学习中探索，求新的能力，把学生从繁重的学习中解脱出来，进一步提高学生学习、练习的兴趣，促进身体机能的提高，最后取得文化学习和身体体质提高的双丰收。

让花样跳绳能“舞”动每个校园，让每个学生都“绳”彩飞扬。

花房工作总结篇二

2016/8/30 新的学期开始了，整理下心情，同时回顾上学期花样跳绳的工作经历，对本学期花样跳绳兴趣小组做如下计划：

目标：

一、打牢学生身体素质基础。具备专项所需的力量，柔韧，灵敏，速度等基础素质。

二、学习并掌握一级，二级跳绳单个技术动作。

三、编排并组织练习组合跳绳动作。

四、学生熟练各技术动作，并懂得变通。

五、学生具备一定的表演能力，能参加比赛或者表演。

六、能够把练习中养成的遵守纪律，吃苦耐劳等运动精神潜移默化到生活和学习中去。

学期训练计划：

一、9月——10月

学习基本站姿，一级单个技术动作，身体素质练习。

二、11月——12月

学习二级跳绳基本动作，巩固一级

跳绳技术动作，巩固身体素质练习。

三、12月——2017年元月

组合并串联跳绳动作，具有

层次感，组织一次表演或比赛，继续加强身体素质练习。

四、2017年2月

总结，测评，反思。

花房工作总结篇三

三星口中心小学 安建建

在深入推进素质教育，全面实施课程方案的进程中，加强和创新阳光体育活动，让孩子们拥有健康的体魄，乐观向上的精神一直是我們思考的问题。学校在深入挖掘校本资源的基础上，提出了开发建设体育校本课程——花样跳绳。并作为我校特色品牌课程组织实施和研究。先把这一年来特色创建情况汇报如下：

一、立足校本，厚实课程底色。

1、“需要”呼唤花样跳绳。

学生体质现状堪忧是近几年来加强阳光体育活动，硬性规定学生在校活动时间的根本原因，花样跳绳作为一种喜闻乐见，简便易学的活动项目适应了这一需要。三级课程的设置方案，明确了校本课程的本土特色，“花样跳绳”作为普通跳绳的发展和创新，成了创建特色课程的需要。“花样跳绳”所具有的多元教育功能也是学生全面发展的需要。“花样跳绳”还适应了学校活动空间不足的需要。

2、“优势”成就花样跳绳。

我校传统的跳绳比赛活动，形成了大部分学生爱跳绳，会跳绳的基础，这为花样跳绳的开展打下了坚实的基础。跳绳加上了花样，激发了孩子的兴趣，具有广泛的参与度。简便易学，用具易配，利于推广，安全性强，体现花样跳绳的优越性。我校莫丽丽老师从事过花样跳绳的培训和研究，有着丰富的教学经验，这为花样跳绳校本课程提供了优秀师资资源。

二、研究论证，形成课程体系。

“花样跳绳”校本课程在近来年的实践、摸索与研究中，初步形成了我们自己的课程体系。当前已编辑出版了三个学段的《花样跳绳校本资源读本》。

1、凸显了“花样跳绳”的文化特色。

读本收集整理了“花样跳绳”的基本动作。阐述了“花样跳绳”的多元育人价值。按学段分层次介绍了“跳绳”和“花样跳绳”的历史和现状，介绍了“花样跳绳”史上的部分名人和部分“花样”。还把我校一些同学新创的花样，以该生的名字进行命名，写入读本。体现挖掘和研究文化内涵的特色。

2、论证设立了“花样跳绳”的目标体系。

在教学实践中，研究教师根据年龄特点，技能基础，对目标体系作了深入的研究论证。主要从体能素质、技巧技能、学习态度、合作精神、创新意识等方面设立目标体系。比如低年级主要培养跳绳的兴趣和基本技能。中、高年级才在花样掌握、创新、合作、速度等方面提出一定要求。同时还设立了不同项目的等级评价表。

尽管这些资源还不完备，但这些有益的探索，为有序、深入的开展“花样跳绳”活动起到了推动作用。

三、课程实施，完善保障机制。

为扎实有效地落实“花样跳绳”校本课程。学校出台了多种保障措施，在实践不断完善，取得了良好效果。

1、确保课时计划不占用。按课程设置方案的规定，每个年级拿出1课时作为“花样跳绳”校本课程的教学时间，严禁占用。

2、实行“花样跳绳”专职化。为确保课程质量学校明确莫丽

丽老师和我为“花样跳绳”的专任教师。全面负责各年级“花样跳绳”的教学和研究工作。各班主任为“花样跳绳”第二责任人，协助组织有关这个项目的各类活动。

3、运用常规活动助推“花样跳绳”的开展。一是各班设立了“花样跳绳”晋级栏。由各班主任负责组织评价。二是校本课程活动时间定为集体训练展示时间。集中活动既展示了训练成果，又培养了学生团结协作的精神和集体荣誉感。

4、组织项目比赛和跳绳节，推进“花样跳绳”向内涵发展。学校每年组织4次单项比赛，包括：传统花样比赛、单人花样比赛、多人花样比赛和创新花样比赛。主要以单项比赛的方式提升训练水平。其内容涵盖了全校展示、班级展示、个人、双人、多人花样展示、“花样跳绳”文化宣传展览、“花样跳绳”多元育人研讨活动等，以跳绳节为载体全面推进“花样跳绳”的内涵发展。

我们通过扎实的实践与研究，取得明显成效，初具影响力。拓宽渠道、扎实实践、深化研究，让“绳彩飞扬”，让“激情四射”，让孩子们绽放出最童真的笑颜，是我们不懈的追求！

花房工作总结篇四

马树新、陶玉华

本学期，我们接手了学校五年级组花样足球社团的训练工作。初次接手这项工作，再加上学员多，水平参差不齐，所以教学起来很有难度，本学期我们采取了以下措施：

第1、制订科学的训练计划及进度计划，严格按照训练计划进行训练，并根据学生的具体训练情况及时调整训练计划。

第2、组织学生学习足球社团的管理制度及训练制度。要求学

生包括我个人思想上统一，做到不迟到，不早退，团结协作，勤于动脑，严格训练，善于总结。

第3、克服困难，训练严谨：足球运动项目多，技术复杂，每一个动作，按照不同的时间，不同的速度，不同的方位，不同的用力方向所产生的效果不同。训练时要求学生做到眼快、手快、腿快、移动快。观摩学习，分组总结，共同提高。

第4、发扬团队精神，努力拼搏共创佳绩。足球社团的训练工作经过一个学期的磨练已呈规范化、制度化、常规化。

足球社团的训练每周三、下午三节课训练，每次一小时。运动员积极训练，教师在训练时兢兢业业、克尽职守。做到每次训练有计划、有记录、有总结，做到备课、备人、备场地，充分利用训练时间针对学生不同年龄段的生理特点、采用各种不同的训练手段进行训练。足球社团的训练在半年时间中让学生掌握了一定的足球技术，成绩的取得全赖于学校领导大力支持，教师、学生的共同努力的结果。本学期我们掌握了一些足球技巧，学会了一套足球操。我的工作态度是：作为花样足球教师，对体育课和业余训练工作的重要性有足够的认识，不自轻自贱，为培养德、智、体、美、劳全面发展的人才，为增强学生体质做出应有的贡献，这样才无愧于我们的事业和责任。有吃苦奉献精神。体育训练工作既是脑力劳动，又是体力劳动，工作时间长，体力消耗大，没有顽强的吃苦精神和无私奉献精神是不行的。在今后的工作和学习中我要不断充实自己，要不断善于积累经验，总结成败得失，勇于思考敢于创新，不断提高自身的素质，为今后能更好的工作打下坚实的基础，做一名合格的教师。

花房工作总结篇五

花样跳绳兴趣课 钟承民、刘华

本学期的兴趣课已经结束，现将花样跳绳教学活动做一个小

结：

1、通过学生丰富的想象力使花样跳绳在课堂教学上得以提高，使学生对花样跳两次绳，交叉跳，前进跳，前进交叉跳，跳长绳。分别以两样一周一周安排练习。

1、通过学生丰富的想象力使花样跳绳在课堂教学上得以提高，使学生对花样跳绳产生浓厚的兴趣，同时培养了学生科学锻炼身体的好习惯，为终身体育奠定良好基础。

2、学生对花样跳绳教学兴趣普遍高涨，通过调查得知，学生学生在利用课外时间进行练习，在家也按时练习跳绳。在学校举行的体育节中，二年级的学员表现十分好，都能为班级争光。

3、1分钟跳为基础练习，每周必须练习并测试，一学期下来效果十分显著：25名学员中，24人达到目标。

4、交叉跳大部分学员都学会，前进跳全部通过，长绳人人参与。

整体来说，本学期的花样跳绳教学活动让所有的学员都得到了锻炼，对一分钟跳绳等跳绳有了很好的了解。经过这一学期的努力，本兴趣课达到了培养学生的性情，让学生感受到活动带来的快乐这些目的。

花房工作总结篇六

卢龙县蛤泊乡中坨小学

2014年3月起，为了有效利用阳光体育大课间30分钟宝贵的时间，我校领导班子认真学习、研究有关阳光体育大课间的文件，集思广益，经班子研究活动项目，体育教师的刻苦努力，全体教师的密切配合下，经过师生一年半的努力，特色课间

活动项目--花样跳绳在我校有条不紊，扎实有效地开展。

一、领导重视

校领导班子对特色项目创建工作高度重视，迅速成立了领导小组，确定特色项目、制定方案、计划、实施步骤等。领导小组有校长、分管领导及体育教师组成，同时加大人力、财力、物力上的投入，保证创建工作落到实处。

二、项目的确定

首先，作为花样跳绳定为学校特色项目针对我校的实际情况是完全可行的，也是完全可以推广的，特别是像我校处于体育设施和器材较薄弱，学生源于农村等前提条件下，推广花样跳绳是非常具有可操作性、实用性、推广性、有价值性的。为此，结合特色项目创建，我校开发了《花样跳绳》这一校本课程，配合花样跳绳项目的开展。

通过对我校两年来开展的花样跳绳工作的总结得出以下几点：

- 3、练习动作易学，花样多，不受气候变化影响，四季皆练；
- 4、对教学师资要求不很高，学生能自我创新练习；
- 5、练习运动量大小因人而异，都能自我调节；
- 6、易开展表演和比赛，观赏力强，具备艺术品位；
- 8、有很强的推广性，覆盖面很大，学生通过练习就能掌握，动作内容在家可以涉及到家庭的活动，走出家庭能推广到社会的群体活动等等的全民健身活动中去。

因此，学校将花样跳绳定为学校特色项目一定可行、有效、会深受广大师生的喜爱。其次，花样跳绳活动能强身健体，愉悦身心，改善情绪，增进人际关系和智力。通过两年的花

样跳绳的活动，学生体质明显增强，学生成绩进步较快；并且花样跳绳是一项既有体育性，又兼备娱乐性和表演性的运动，参加花样跳绳运动能调整心态，减轻学习工作压力，改善情绪，愉悦身心，有助于培养运动者良好的心理素质，消除疲惫，增进人际交往，增强自信。在集体跳绳运动中还能培养运动者团队协作精神，勇敢和坚韧不拔的心理素质。

三、工作与成绩

花样跳绳作为学校的特色项目创建，在普及推广和训练中我们主要做了以下几个方面的工作：

1、形成了课程的整合，融体育课、大课间、课下活动等多元学教学、学习。以单跳、集体跳、花式跳基本动作三个基本项目为主要学习、考查内容，并要进行花样跳绳的学习。

2、以人为本，培训学生创新、团结协作能力，使学生乐于加入到活动中来。学校鼓励学生自学、创编花样跳绳动作，要求在班内和学校的跳绳比赛中都必须安排个人和小组自编花样跳绳动作的展示时间，并把好的动作加以推广。这样通过学生丰富的想象力使花样跳绳有了新的、富有自己特色的内容，学生对花样跳绳产生浓厚的兴趣，增强了学生科学锻炼身体意识，为终身发展奠定了良好基础。

3、学校每学年上、下学期都开展一次全校性的跳绳运动会，包括定时（一分钟次数）、不定时不定量（一次跳绳时间长短）、花样跳绳比赛，来检验学习和训练的效果。师生人人参与，共同提高。

4、学生自行在班级内、年级之间分成小组，安排小组长，课余时间小组自行编排花式跳绳动作，在大课间活动中分年级分小组进行轮流展示。展示过程中学生的表现欲望强烈，学习兴趣浓厚。培养了学生的创造力，想象力，合作能力。

5、学校每周在体育课中会根据学生掌握情况教授新的花式动作，现今学生已经基本掌握单人动作中的：开合跳、勾脚点地跳、并脚左右跳、弓步跳、勾脚侧点地、提膝跳、提膝侧点地、双脚交换跳、左右甩绳接直摇跳、基本编花跳、左右甩绳接编花跳等动作。

6、由于我校地处村中，在大课间表演时，时常有村民观看，得到了群众的极大认可。为此，学校也通过学生带动家长加入到这项以其器械简单、锻炼便捷、健身益智、效果良好而广受喜爱的运动中来。做到全民健身、人人参与。

7、培养了兴趣，收获了成果。在2015年春季我校获得了阳光体育大课间县级示范校荣誉称号，李国富、武晓光、黄松涛被评为县级优秀教师。

四、问题与不足

我们的特色跳绳活动虽然取得了一些成绩，但是还存在一些不足：

1、普及与推广面目前局限在学校里，没有很好的充分的利用学生的双重身份带动家庭，更进一步的推动全民健身活动。

2、我们的特色项目建设工作只是在初期、才刚刚起步，有很多工作要做：每位学生会的花样，班集体的花样组合，精品花样多不多，跳绳与美体，跳绳与安全、跳绳与健康兼顾到了没有等等，有待在今后的花样跳绳活动中不断完善、发展。

五、总结

我校的跳绳特色项目不但丰富了校园文化生活，锻炼了师生的身体，还促进了学生个性特长的发展。由上级领导的正确领导，我们只要与时俱进，精心培植，一定会打造出别具一格的大课间活动。

花房工作总结篇七

在内心那面平静的湖面上，不时也会泛起一丝的涟漪。当微风过处，这朵涟漪也会随之淡隐。那内心的湖，依然清澈无痕。有时候，平静的湖可能会遭到暴风雨的冲击，这时，那面湖会泛起一朵朵浪花，与天竞相投足。

在我们的人生中，不如意事十有八九。有时，我们感到迷茫，不知所措。愁绪如流水一般倾涌而下，但是，随着时间和流水的冲刷，我们内心深处的伤口，就会自然地被抚平，慢慢地恢复往日的风采。

就这样，时间这片流水会伴随着我们走过每个春夏秋冬。当我们白发苍苍的时候，我们会坐在摇椅上，合上双眼，让记忆的洪水打开内心的闸门。这时候，在我们眼前，将晃过一幕幕赏心悦目的情景。

似水年华，点点滴滴，流淌着岁月的足迹，印证着时光的飞逝，伴随着我们整个人生，我们要活得平静，如水一般。默默地活着，静静地活着，恶魔需要这样的活法：与世无争，悠闲自在，以天为庐，以地为席。我们也要活得精彩。让自己的人生不留下遗憾。炫出自己的风采，炫出自己的个性。

似水年华，丝丝缕缕，记忆犹新，历历在目。让我们对酒当歌，仰天呼吁，沐浴着充沛的阳光，放飞青春，让生命谱下一首不悔的歌。让我们轰轰烈烈，展现自己独特的风采，显露自己不凡的身手，打开记忆，让记忆捕捉一刻的潇洒英姿。

似水年华，潇洒走一回吧！