

体育学生(xué sheng)自我评价 12 篇

体育学生(xué sheng)自我评价 12 篇

体育学生自我(zìwǒ)评价 1

转眼间一学期即将(jíjiāng)过去，回忆(huíyì)过去一学期的特长生训练工作，我们在学校领导的指导下，做了许多工作，取得了一点成绩，现将我们一年的工作总结如下。

一、严格管理，求标准

一个好的班级，需要标准的管理，同样，一个好的训练队，也需要严格的管理。过去的一学期，我们制定了一系列的制度来约束运发动。标准了运发动的不良行为，提高了训练效果。比方，田径队的初乐同学，在进田径队之前，是学校有名的“倒蛋鬼”，由于其很想训练，我对他说：“你进田径队可以，但是你必须遵守学校及田径队的制度，否那么，我就不让你训练。”“好的！老师，你看我表现吧！”果不其然，自进田径队到现在，他在也没犯过错。

二、认真钻研，求科学

初中阶段的运发动学习任务紧，他们不可能象少体校的运发动一样训练，因此，如何在有限的时间内提高训练的效益，成了我们认真钻研的问题。例如我们根据学生的身心特点，借鉴了体育教学上的“快乐体育”理论进行田径训练，收到较好的效果，如在身体素质训练时，我采用各种接力跑游戏开展学生的快速跑能力。我在训练中积极尝试运用“多因素训练法”。多因素训练法是指一个练习手段能到达多种训练效果。比方，为了使学生掌握跨栏的起跨练习，当学生向前提拉起跨腿时，我有意识地用力阻挡起跨腿向中前提拉，别小

看这个动作，是可以开展有关肌肉的力量，另一方面刺激有关神经，对提拉动作的条件反射，有利于技术动作的掌握。同时，也开展了灵敏、柔韧等素质，真正实现通过一个手段，到达多方面训练效果的作用。

三、严格训练，求实效

随着科学技术的开展，各个教练的训练手段大同小异，那为什么训练效果不一样呢我想是要求不同造成的。比方，两个教练同时采用肩负杠铃全蹲开展运发动的上肢力量，一个教练要求运发动快起慢下，而另一位教练员不做要求，很显然，前一个教练员的训练效果好，因为，运发动的大腿在跨起和慢下时都在用力。因此，在平时的训练中，我对运发动要求非常严格。比方，短跑运发动在持哑铃摆手臂时，我要求两点：

1、摆臂动作正确；

2、摆臂时速度尽可能快。又比方，跳越运发动利用跳栏架开展快速力量时，我要求运发动在脚着地瞬间离地要快，同时，大腿尽力向胸部靠。

通过教练的严格要求，训练效果得到了很大的提高。要带好特长生训练，首先要加强对学生的思想教育。例如经常讲一些我国优秀运发动是怎样刻苦训练，顽强拼搏创造好成绩为国争光的事例。使学生从小树立起认真训练，为校争光的信念。再结合本队的典型例子，如我队一位同学在一次训练中扭了脚。好了马上主动提出要回来参加赛前的训练，当然，单有学生自的积极性是不够的，还要取得家长们的支持。父母非常疼爱孩子。少数家长仍有顾虑，一那么怕参加训练后影响学习成绩，二那么心疼孩子，怕累坏了，练坏了。

我们也常碰到这个问题。我们向家长讲清道理，讲明训练目的、时间、方

法等具体问题，消除家长的顾虑，保证她的学习成绩不下降。另一方面通过学校领导和班主任一起做家长工作。平时除了抓好学生的训练外，还及时了解学生训练的身体状况反响。加强学生的营养供应和思想品德的教育。一学期来，我校田径队取得了比拟好的成绩。展望新的一学期，我将扎扎实实地工作，一步一个脚印地不断前进。

体育学生自我评价 2

谁，似奔腾的溪流，勇往直前谁，似离弦的箭，令人窒息谁，似泛黄的照片，在我们老去时总想再体验一把这似水的年华啊！总是让人觉得太短暂，恨不得在走一遭，再细细品味一番。临近期末，在惜时的同时，我体育部部觉得本月过得非常充实的，现对一个月作如下总结：

一、常规工作

1、本月，除了参加院部系统会议，我部门召开了屡次小会议，探讨和交流工作过程中的经验教训，并阐述了来期的工作方案。

2、在期末考试将近之际，关心各干事的学习与生活情况，催促并鼓舞各干事搞好学习，争取在各科都取得优异的成绩。

3、按照我系惯例，我们积极配合劳卫宿管部进行每周一次的劳卫检查，认真催促每个人员做好寝室卫生，及时发现并解决问题。

4、按时完成系部或院部交代的任务，配合好院部和系团学会各部门，完美的完成各项工作并配合学校做好举行大型活动方面的准备。

二、活动方面

临近期末，各方面的工作都已接近尾声，这个月我们主要参与组织的活动

只有 2022 年湖南城市学院“迎评估阳光体育与学校同行”冬季长跑比赛。

为进一步贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神，结合我校本科办学水平合格评估工作，进一步掀起学生阳光体育活动的新高潮，加强学校精神文明建设，营造良好的校园精神文明建设和体育文化气氛，加强全校师生的交流，迎接 2022 年教育部对我校本科办学水平评估的到来，学校特别举办 2022 年湖南城市学院“迎评估阳光体育与学校同行”冬季长跑比赛。

1、前期准备：

为了积极配合学校举办好本次活动，我部门从 11 月中旬开始组织我系学生踊跃报名，同时每天早上由我部门部长及所有干事认真组织环校跑训练，有针对性地训练、合理的训练，我们的工作得到了我系同学的大力支持以及上级领导的肯定，我们的付出取得了非常理想的效果，为了刷选出最正确人选，我们筹划并于 12 月 18 日早上六点半组织对之前报名和参加了我们的训练的所有选手进行了严格的选拔赛，从我系挑选出最优秀的男女运发动各十名。

在 12 月 21 日接到具体通知后，当晚我们召开了紧急运发动发动及大会及工作安排会议，会议主要向运发动详细交代有关比赛的时间、地点、路线、规则、竞赛方法等，同时由体育部部长(以前是田径队员)对所有人员做了认真仔细的技术及战术指导、比照赛路段进行了仔细的分析，还根据比赛时可能出现的情况拟定了两套整体战术方案。最后我们的目标是：男子拿冠军，女子争取拿前三，争取团体拿冠军。

2、比赛日：

这是运发动一个多月来期待已久的日子。在比赛期间，我们的运发动个个热情洋溢，激情澎湃，在 3000 米的赛场上洒下了他们晶莹的汗水，留下了他们永恒的脚步。与此同时，在我们的组织下，我系青志部所有成员牺牲了自己的休息时间，在赛场周围为选手加油鼓劲，应付可能出现的状况，默默奉献着，保障了我们比赛的顺利进行。虽然成绩尚未公布，但通过我们的努力，我相信本次环校跑我系一定取得了骄人的成绩。

三、其他方面

1、我部门与各院系之间的联系比拟少，导致对有些工作不是很了解，以后我们一定会主动加强与院部的沟通与联系，只有与外界多联系我们能及时了解各方面的新情况，才能更好的与他人学习和交流。

2、我部门有想法来期组建一个我系田径队或者晨跑队，方便我系以后参加任何田径比赛方面的活动时直接选拔运发动，更重要的是我系可以通过这个组织的影响作用带动我系的运动气氛，提高全体同学的健身意识，为我系的精神文明建设提供一道保障。

当期末的钟声将要敲响，紧张的考试又迫在眉睫之际，希望所有学生会干部在剩余的时间抓紧复习，然后载着满满的信心向考试宣战，相信努力后一定会有收获的，让我们一起在考试中打个漂亮战!

体育学生自我评价 3

本学年以来，一直以“关注课堂、关注训练;抓好学风、抓好训风;文化、体育两手抓，两手都要硬”来争取多考几个大学生，多输送几个优秀人才;坚持以感情投资，关心体贴学生;在教育教学中坚决贯彻党的教育教学原那

么和训练原那么，以学校的办学理念的为指导纲要，根本上实施开学初的工作训练方案。一年下来收到了较好的效果。：

一、进行正确的舆论导向：

作为下一个特殊的集体——特长生，学生层次参差不齐，而且都要经历两次高考磨砺。因此须要我们平时多加强鼓励，多宣传，两手抓，两手硬，利用舆论导向进行思想教育，使他们由“他律型”向“自律型”转变；尤其是体育高考结束以后，不管他的体育成绩如何，更须要关注学生的思想动态，不能有丝毫的马虎和松懈，否那么真的会造成“一失足成千古恨”。

二、狠抓纪律作风：

体育特长生性格开朗、活泼、好动、好胜等这些都是他们的天性，而纪律观念淡薄，文化成绩较差，这又是通病。因此，我们要狠抓纪律，制定各项规章制度来约束他们，这是保障他们去学习和训练的前提条件，也是走向成功不可缺少的根本因素。我们通过采取各项规章制度措施以后，学生的纪律以及在各方面的表现有了明显的改善，这一年来从未出现过任何重大的违规违纪现象，并且还屡次受到学校领导的高度评价和表扬。

三、培养学生自觉学习的良好风气和训练的良好气氛：

有了纪律的保障，再开展竞争机制，采用横向和纵向等多方面的比拟，狠抓“学风”和“训风”，使学生由“要我学”向“我要学”转变。形成自觉、自主的去学习和训练，这是高考取得成功的关键因素。

四、认真总结落实每次的月考和体育检测，分析成功与失败的根源：

每考一次月考或体育测试，都要作详细认真的总结、分析，针对不同的学

生提出不同的要求和希望，让学生“高而可攀”做到心中有数，体验他劳动背后的成功感；但同时又要有一定的难度，要感觉到“成功背后的艰辛”；平时多催促学生学习和训练，多关爱他们，使他们在艰辛的背后知道还有人在为他们“呐喊”；对于个别“短腿”现象的学生，要多鼓励，多诱导，使其尽快赶上去，平衡开展，得到提高，使这些“残疾”得到恢复，尽量使这些学生也能够挤进大学的校门。这也是取得成功不可微少的一局部。

五、形成学校——家庭——社会网络管理体系：

经常与家长取得联系，定时向家长汇报其子女在学校的情况，使家长做到心中有数；定时召开家长会，让家长进一步了解其子女在校的表现和学习训练情况，以便能够更好催促子女学习和训练，做到有的放矢，构成家长、学校齐抓共管的体系。这也是构成学生取得成功的一局部。

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。因此，我们认为要不断地去鼓励，找到他们的“闪光点”，唤起他们在“黎明前的黑暗”，才能使他们到达希望的此岸，才能收到意想不到的效果。

体育学生自我评价 4

时间一晃而过，四年的大学生活结束了，这是我人生中弥足珍贵的经历，也给我留下了精彩而美好的回忆。作为一名体育专业的学生，我热爱我的专业并为其投入了巨大的热情和精力。总结过去，收获良多，总结如下。

在校期间，我不断地完善自己，进行自身素质训练。在专业课上已连续获

得屡次特等奖学金，名列本专业前茅，并获得了多项专业课单科奖。我利用业余时间阅读了大量的课外书籍，不断地增加新知识，陶冶情操、开拓视野，打下了坚实的专业根底。不仅如此，我还努力学习外语和计算机，通过了英语某级，学习了计算机根底知识，已初步把握了计算机多媒体课件制作，并以优异的成绩通过了普通话考试，为以后的工作奠定了根底。

在大学四年中，我担任系里的社团部部长这个职务，组织了屡次大型的活动，并积极参加院系举办的活动，培养了我一定的组织能力与社交能力。我还积极参加院系举行的篮球赛、运动会等各种比赛，均取得了较好的成绩。

在暑假期间，我参加了院里组织的三下乡社会实践活动，到中学讲课；以及到母校进行社会调查活动，了解中学生的学习、生活情况。这些活动提高了我的社会适应能力，扩展了我的知识面。更重要的是通过这些活动，塑造了我朴实、稳重、创新的性格特点，让我在挫折中成长，接受困难的挑战。

我性格开朗、极富耐心和责任心，并且有较强的亲和力和组织能力，开朗的性格使我充满活力，而且沉着自信的面对学习、工作与生活。我具有爱心和强烈的职业道德感，勇于超越自我是我的人生信条，具有远大的目标是我不断前进的动力，能在平凡的岗位上做出不平凡的业绩是我的人生追求。

体育学生自我评价 5

一、形成性评价

在体育课堂教学过程中，达标和技评测试是稳固动作、培养能力的重要环节，传统的达标和技能评价是教师根据学生测试的情况分别给予 a、b、c、d 个等级的评价，而学生完成测试前努力学练的真实准备过程教师却不得而知。

事实上，个别学生因体育根底扎实，课堂上没有认真学练而得 a，而有的学生经历了一系列的自主探索活动和刻苦学练，终因根底或偶然的失误而得 b，甚至得 c 或 d。这样的评价方式有较大的片面性，不能真实反映学生的学业水平，与新课标“以学生为本，关注学生的开展、表达合作意识”相背离。为了鼓励和促进学生平时学习，注重对学生技能的形成和开展过程的记录，加强其合理性、有效性和科学性，笔者用了一个学期的时间进行了实验和探索，总结了如下评定方法：形成性评价要关注纵向比拟，淡化横向比拟，以图表曲线形式来表达，表现性评价以定性描述的形式来反映学生的情况。在指导学生评价时仍采用 a、b、c、d 四个等级的形式进行评价，以一周为单位运用图表曲线的形式进行评价。

学生完成达标和技能评测试后对自己本次学习过程的自我评价，其也可以用作教师辅导学生练习后对学生二次学习效果的自我评价。其评价标准是：a 表示学生对课本知识与技能理解透彻、掌握准确、思路清晰、充满信心；b 表示学生对课本知识与技能根本掌握、思路清晰、较有信心；c 表示学生通过学练、模仿能完成动作，但信心缺乏；d 表示学生对课本知识与技能模糊不清，无法独立完成所学动作。假设某学生第一周测试为 c 等，第二周为 a 等，第三周为 b 等，第四周为 b 等，第五周为 a 等，可用图 2 表示。从图 2、图 3 可以看出，学生首次完成测评时的真实情况，以及通过后续努力学练后掌握技能的情况。这种评价方式的作用是：能激发学生的学习动机和学习兴趣，为学生开展效劳，反映学生的学习开展过程；提高学习能力，增强自信心，调整学习策略；培养合作学习和与人交往的能力；通过自我评价和相互评价增强参与意

识。通过图表曲线形式来直观表示学生的学习情况，使学生和家长都能一目了然学生本周内在该方面的表现。在图下面还有教师评定和家长反响栏，这主要是教师在必要的时候以定性描述的语言对学生学习进行表现性的评价。它可以使学生和家长能对这一时期学生的学习有一个较全面、详细的了解。

二、阶段性评价

一个学期进行到一半，需要对前半个学期学生的学习完成情况进行检验，查找其存在的问题和具体的优势，以便后半学期师生共同进行调整和进一步开展。阶段性评价主要从以下几个方面搜集评价资料：

1. 每个学习单元上交本单元学生学习状况的小结；
2. 每单元每位学生上交一次自己最满意和最不满意的测试成绩；
3. 月考核情况分析；
4. 学生参加校内外各种活动的获奖证书复印件；
5. 每位学生每月上交的小制作、小设计、小论文、小报告等；
6. 让每位学生每个月上交一份课外自我健身的活动工程。

以上材料逐一收入学生成长记录袋中，并按表格形式进行汇总、评价，一个学期结束后，翻开该学生的成长记录袋，学生学习进展情况清晰可见，也可把它作为学生送给父母的厚礼，帮助家长全面了解学生在校的表现和成长轨迹。这些材料还可以作为对学生综合评价的一个依据。

三、终结性评价

终结性评价是学生对自己在整个学期的学习情况的定性描述，可以通过同学互评、家长反响，结合一个学期收集的成长记录材料，进行自我评价，最后

请教师给予客观真实的评价。教师的评语力求简明扼要、具体，尽量使用鼓励性的语言，客观、全面地描述学生的学习状况，充分肯定学生的进步和开展，同时也要指出学生在哪个面具有潜力，哪方面还存在缺乏，使评语有利于树立学生学习体育的自信心，提高学习体育的兴趣，明确自己今后的努力方向，促进学生进一步成长。

四、综合评价

在新课程改革背景下越来越多学校将形成性评价与终结性评价两者结合起来，进行综合评价。如果将本班学生学习体育的情况分为 a(学习优秀)、b〔学习良好〕、c〔进一步努力将成为良好〕、d〔须加倍努力，积极改良学习方法以赶上大多数同学〕四类。

体育学生自我评价 6

我具有爱心和强烈的职业道德感，勇于超越自我是我的人生信条，具有远大的目标是我不断前进的动力，能在平凡的岗位上做出不平凡的业绩是我的人生追求。在校期间，我不断地完善自己，进步自身素质。在专业课上以连续获得五次特等奖学金名列本专业前茅，并获得了多项专业课单科奖。我利用业余时间阅读了大量的课外书籍，不断地增加新知识，陶冶情操、开拓视野，打下了坚实的专业根底。不仅如此，我还努力学习外语和计算机，通过英语四级，学习了计算机根底知识，我初步把握了计算机多媒体课件制作，并以优异的成绩通过了普通话考试，为以后的工作奠定了根底。

在大学四年中，我担任系里的社团部部长这个职务，组织了屡次大型的活动，并积极参加院系举办的活动，培养了我一定的组织能力与社交能力。我还

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/068025076011007002>