

# 最新初中障碍跑教学视频 障碍跑教学反思 (精选7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 初中障碍跑教学视频篇一

本课采用引入教学情景、进行探究学习的教学方法，让学生在自主的空间里，自由奔放地想象、思维和学习，在玩中学，玩中练，玩中体验体育课的情趣所在，学会自己克服困难和解决困难的方法，在自己感悟、交流中掌握了跑、跳等体育技能，体验体育学习和成功的快乐，达到了教学目的，符合新体育课程标准的要求。

一是体现了“坚持‘健康第一’的指导思想，促进学生健康成长”的理念。

二是体现了“以学生发展为中心，重视学生的主体地位”的理念。这节课在注意发挥教师主导作用的同时，特别强调学生学习主体地位的体现。例如在30米障碍跑接力练习时由学生选择过障碍的方法，鼓励学生参与；一轮练习结束后，进行自我和相互评价；教师在学生练习或比赛时予以指导和评价，这些都注重调动学生学习的积极性和学习潜能。

三是充分体现了“关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益”的理念。这节课充分考虑了学生在身体条件、运动技能等方面的个体差异，使每一个学生都各尽所能地发挥了自己的特长。使每一个学生体验到了学习和成功的乐趣，满足了学生自我发展的需要。

当然，在这节课上也存在一些缺点，如学生跟着老师做热身

操时，身体表现比较僵硬。在今后的教学中，要尽量坚持让学生每节课都做热身操，使之成为一种习惯。

## 初中障碍跑教学视频篇二

表现在以下几个方面：

游戏是小学课堂教学中常用的教学手段，灵活运用游戏化的教学方法，将枯燥的快速跑和障碍跑变得生动而有趣味。在障碍跑教学中，努力激发学生思维，培养动手能力和创新意识。因此，我在课中以游戏培养学生的反应能力，并及时改变教学中游戏的规则，使得游戏变得更加紧张、激烈、有趣，学生参与度高，积极性得到增强。这样不仅提高了学生的学习兴趣，而且让学生学到了许多知识，取得了很好的教学效果。

在教师的引导下，使学生玩出更多的、更有锻炼价值的方法，在练习中进行自主探索，让学生在相互合作、相互交流、相互竞争中学习，扩展学生的思维，培养学生的创新精神。并通过比赛的形式让学生集中表演，给予鼓励和表扬，增强了学生的自尊心和自信心，提高了学生参加体育活动的兴趣，促进学生身心全面发展。

发挥学生的主体作用和主观能动性，利用教材本身的德育因素及器材本身的安全因素，有机渗透新课标理念，在游戏的练习过程中得到发展。在整个教学的过程中，我们清楚地认识到：竞争是重点，合作是关键，教师应帮助学生认识到只有团结合作，勇敢顽强，才能与强者做斗争，才能取得胜利。

## 初中障碍跑教学视频篇三

本节课以学生参与和尝试跑动中越过障碍物练习活动为主，全班学生分为三组，其中把全班的女生平均分配到三个小组中，实行混合法分组教学有助于教学比赛的开展，能充分发

挥学生之间你追我赶、相互比拼的潜能。在开始部分的准备、热身阶段，我改变了以往常用的集体慢跑热身，使用了“兔子舞”热身，并伴奏着节奏感较强的音乐，老师带领同学们共同活动，在不知不觉中就达到了热身的目的。

通过组织小组之间的比赛提高了学生参与练习和活动的积极性、主动性从而活跃了课堂气氛。学生在每完成一次尝试都有一种成就感，并且在增加障碍物时都有一种新鲜感，挑战欲。从而使激发了学生参与尝试的欲望，在活动中同学们都能开动脑筋思考，相互之间学习帮助，尤其是女同学不怕脏、不怕累坚持到底的精神值得表扬，小组成员之间能相互团结共同进步，达到了预期的目标。

这节课也存在不足之处：

- 1、由于我普通话平时讲的不多导致不太流利，声音不够洪亮，在以后的课堂中多加练习争取更好。
- 2、学生在进行教学比赛中穿越障碍时，由于紧张和慌张容易把障碍物碰倒或带倒，反而影响了过障碍物的时间，可以给学生强调一下动作要领，要求动作到位，身心放松，正确对待。
- 3、结束部分的时间有点仓促，在以后的课堂中会多加注意各环节之间的时间分配。希望各位老师给予指导和指正。

## 初中障碍跑教学视频篇四

首先师傅对我的课进行了评价，整节课的练习密度大，组织有序，充分体现了自主锻炼。两位主任给我提出了特别好的建议，比方说，障碍跑教学可以充分放手给学生，先让学生自主选择练习的器材、难度，分别就钻、爬、跨、平衡等进行练习，这样学生可以根据自身的情况，更好的自主练习，针对薄弱项巩固提高，效果会更好；同时，教师积极的参与

到比赛活动中，对学生也是一种激励，更加调动了学生练习的积极性。

针对大家对我的建议，我进行如下反思：

我设计本堂课，宗旨就是将课堂放手给学生，同时与学校的养成教育相结合，让学生自主锻炼，作为教师担任引导者的角色，让学生在不断尝试中学会过障碍的方法，同时也锻炼了学生的合作能力和团队意识。课堂上，我充分考虑到安全要素，对过障碍的安全进行了着重强调。

课堂预设以球为接力的对象，在到达第一个障碍物前一段距离，最好设计一个圆圈，学生跑到圆圈再从胯下背向传球，这样就不会影响过障碍物了，效果会更好，这一点我师傅给了很好的建议，以后再有这样的设计，我一定会充分考虑到这一点，避免类似的问题再出现。

本次课以跑为主教材，脚是最容易扭伤的，学生徒手操准备活动充分，但缺少踝关节的练习，这样就给安全带来了一定的隐患，实在不应该，要时刻树立安全意识，不放过一丝细节，这样的课堂才是成功的。

辅助教材头胯下传球，师傅也给了我很好的建议，最后一名学生接到球以后跑到排头继续传球，采取循环传球的方式，这样练习的密度也会加大，学生学练的积极性也会提高，效果肯定会更好。

这堂课，学生的参与意识强，练习的情绪也很高涨，但组织纪律这些细节上还是不足的，学生遵守规则的意识不强，不该踩到起跑线的时候就应该站在线的后面，作为教师教学生技能的同时也是在教育孩子，让学生通过游戏认识到，只有在遵守规则前提下，才能公平的去竞争。

最后，洪校长给我提出了更高的要求，提升自我的同时，培

养小榜样，更好的激励与评价，改进自身的不足，听了大家的一席评价，我觉得自己的压力大了，动力也大了，我会更加努力的工作，严格要求自己，上好课，不断提升教学水平，尽快成长起来。

## 初中障碍跑教学视频篇五

本节课是根据《新的课程标准》设计的，坚持“健康第一”的指导思想，以学生为中心，课上充分调动学生学习的积极性，培养了学生合作、创新意识，活动效果很好。

小学生的心理及生理发展有显著的特征：活泼好动，对周围的一切充满好奇，但因心理发展不均衡，注意力不集中，兴趣容易转移。因此，教学中要充分考虑学生的这些特点，唤起学生的情趣，丰富学生的感知，吸引学生的注意，使学生时时产生新鲜感，寓乐于教学中。本课中，学生是整个课堂的“主人”，教师只是积极的指导者和评价者。例如，在障碍跑活动中，教师不直接将障碍摆好，而是让学生自由发挥来摆障碍，把学习的主动权交给学生，充分发挥了学生的学习积极性和学习的潜能。在拼图游戏活动中，当有两组学生的创编缺乏创造时，教师给予他们的是鼓励和支持，最后给予了他们表扬。

在教学中，学生创新精神和创新能力的培养需要教师的正确引导。在本课障碍跑的设计中，主要针对小学六年级学生的身心发展特点，在学生进行“创造性”活动前，通过简单的讲解，给学生提供了一个基本的“创作”思路，给学生以创作“原型”，起到了一个“抛砖引玉”的作用。学生们根据各自对教师指导的不同理解，以及器材的利用程度不同，创编出不同的障碍。

学生的主体性学习并不是“放羊”，教师的指导与引导是必要的。本课中，我特别重视激发学生的学习兴趣，努力创设和谐的学习环境，尽量使整个课堂教学自始至终充满着活力。

## 初中障碍跑教学视频篇六

本节课是以“健康第一”的思想为指导，以“动中思、动中健、动中乐”为主题，以学生能力发展为根本。教学中以游戏为主线，采用多种练习形式和激励手段，激发学生的学习兴趣，启发学生积极思考问题，在玩中学、学中玩。抓住教材本身的德育因素及器材本身的安全因素，有机渗透新课标理念于课堂教学之中。力争在“障碍跑”教学过程中展现一堂锻炼大家战胜困难、克服困难的信心和能力的体育课。具体表现在以下几个方面：

游戏是小学课堂教学中常用的教学手段，灵活运用游戏化的教学方法，将枯燥的- § 快速跑和障碍跑变得生动而有趣味。在障碍跑教学中，努力激发学生思维，培养动手能力和创新意识。因此，我在课中以游戏培养学生的反应能力，并及时改变教学中游戏的规则，使得游戏变得更加紧张、激烈、有趣，学生参与度高，积极性得到增强。这样不仅提高了学生的学习兴趣，而且让学生学到了许多知识，取得了很好的教学效果。

在教师的引导下，使学生玩出更多的、更有锻炼价值的方法，在练习中进行自主探索，让学生在相互合作、相互交流、相互竞争中学习，扩展学生的思维，培养学生的创新精神。并通过比赛的形式让学生集中表演，给予鼓励和表扬，增强了学生的自尊心和自信心，提高了学生参加体育活动的兴趣，促进学生身心全面发展。

发挥学生的主体作用和主观能动性，利用教材本身的德育因素及器材本身的安全因素，有机渗透新课标理念，在游戏的练习过程中得到发展。在整个教学的过程中，我们清楚地认识到：竞争是重点，合作是关键，教师应帮助学生认识到只有团结合作，勇敢顽强，才能与强者做斗争，才能取得胜利。

## 初中障碍跑教学视频篇七

讲完《压强》这节课后，我仔细回顾了教学的全过程，结合评课老师的点评，有了如下的认识和体会。

一、压强是生活中应用广泛的一个概念，它不仅贯穿本章的学习，还是后面学习液体压强、大气压强、浮力的基础，所以压强的概念在初中占着重要的位置，因此本节课的重点和难点是压强的概念。压力概念是学习压强概念的基础，虽然我把握住了重点和难点，但设计时过于重视理论知识，轻视了对实际例子的运用。

二、本节课我利用一句“风声雨声读书声，声声入耳；弹力重力摩擦力，力力探因”的话语引入新课，出人意料的结果，不仅激发了学生的求知欲望，而且告诫学生学习力的知识需要谨慎的思考和严谨的探究过程，大大调动了学生的学习兴趣 and 参与意识。

三、关于探究“压力的作用效果与压力大小和受力面积的关系”，我让学生利用身边的物品自己动手准备实验、做实验，是每个学生都有机会参与探究压力的相关知识的活动，让他们也展示一下自己的能力，增强他们的自信心，克服畏难心理，充分调动全体学生的主动性和能动性，让他们感受到“实验就在我们身边”。类比以前的探究实验，在此基础上让学生设计实验降低了难度，照顾了学生的差异，让学生相互交流，使其从触觉、视觉不同角度认识压强。但在施教的过程中，我给学生交流的广度和深度不够，没有照顾到可能有不同想法的这一部分同学来进一步发表意见，师生共同探讨，以让问题进一步拓展和延伸。

四、压强的知识学生接触比较多，但对概念很陌生，我在教学中通过类比速度概念的方法让学生去归纳，发挥学生学习的主动性。又及时组织学生运用压强公式进行简单的计算，帮助学生掌握压强公式的同时，有突出了本节课的重点、难

点。但是由于时间关系，没有使更多的学生参与到课堂演示的活动中，不便于掌握全班学生的学习动向。

五、关于增大和减小压强的方法，我从上述例题出发，让学生掌握一种运用公式分析的方法，培养学生运用公式分析问题的意识。学生有了初步的认识，但没有更多的时间结合实例进一步的分析、运用来巩固。没使学生注意到虽然增大和减小压强都可以从压力和受力面积两个方面着手，但在实际应用中应视条件采取合适的方法。

六、关于板书。由于准备仓促，又是第一次用阶梯教室上课，板书的设计重点不突出，指导单位换算时，没有让学生用更多的时间去感受单位之间的关系。

总体而言，我这堂课从设计和施使中还是突出了学生的参与意识和主动性，但细节把握不够好，有待进一步改进和提高。