

# 夹球跳教案反思 体育课教学反思(精选8篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。教案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇教案呢？下面是我给大家整理的教案范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 夹球跳教案反思篇一

一年级大部分是6岁左右的孩子，刚进入学校，学习、生活习惯还不太适应，正在慢慢形成，学习新知识也需要老师一步一步手把手的教。俗语说“一口气吃不成胖子！”我想自己这种焦急的心理忘记了孩子们还是5、6岁不懂事的小朋友，正是处于启蒙教育阶段，很多方面需要老师引导，需要耐心和细致。

欲速则不达！从常规和排队抓起，教会孩子们记住自己上课的队形，然后才能慢慢教孩子们学习立定跳远，学习广播体操，学习前滚翻，学习其他内容。教会孩子们走，他们才会慢慢学跑，走都没有学会，就去学跑，确实是难为他们了，这就需要老师把握好主体方向。

有些班级队伍总是站不好，安静不下来，特别在室外就象放飞的鸟儿。老师上课发脾气，对于孩子们来说也许只能镇住几分钟，一会他们又忘记了，玩得忘乎所以。实践教学更需要的是经验和方法，一个老师的人格魅力并不是在于这个老师多么严厉，有多高的学历，关键在于如何教书育人，如何传授知识，能够寓教于乐，让学生轻轻松松学到知识。平时我试着去接触和了解孩子们，试着走进孩子们的世界，希望可以更利于自己的教学。

发现学生上课认真了，按照老师要求做了，哪怕是队伍排好，

并且安安静静了，这一天我的心情都会很好。孩子们哪天疯玩，不听指挥了，我也会失落一整天，不知不觉心情起伏受学生上课的态度和效果影响。今天上一年级1、2班的课，孩子们排队集合比以前有进步，我心里就很高兴。特别是立定跳远考试的时候一2班胡嘉俊小朋友跳出了155厘米的成绩，离满分156厘米只差1厘米了，不知为什么我很高兴，很自豪。相信只要稍微指导和训练一下，这个孩子就可以跳出满分的成绩，毕竟很多高年级的同学还达不到这个成绩。一个班级还是有很多人才的，需要老师用心去发现。有的孩子擅长画画，有的孩子有语言天赋，有的孩子擅长体育运动，还有的孩子擅长音乐，人有所长，尺有所短，这就需要我们老师用发现的眼光来看待每一个孩子的闪光点，能够因材施教。不能总是盯着学生的缺点不放，扼杀了孩子们的天性和特长。

查询了一些关于孩子们心理特点的书刊，发现网上很难找到关于小学一年级体育教学的视频，发现体育课相比英语，语文等等其他学科已经落后了，关于体育类教学的参考书和教学碟片太少了。正是因为体育教师之间的经验交流太少，才导致体育教学相对其他主科的停滞和发展不前。希望自己能够在经验教训中积累和沉淀，在教学中迅速成长，能够获得长足进步！为推动小学体育教学的发展献出一份力量。

## 夹球跳教案反思篇二

案例背景：当前，在体育教学中，许多教师从趣味性、多样性、实效性出发，安排了一些新颖的教学内容。加强了课堂气氛的活跃性，学生锻炼的积极性更为提高。但在教学大纲占有一定比例的队列队形的练习，在实施中却有被“挤掉”的现象，造成学生的队列队形练习素质下降。在一定程度上也影响了教学的质量，根据这一现象，谈一下队列队形在广播操中运用的效果，以引起体育教师的重视：

在队列队形的练习中，学生根据教师的“口令”做规定的动作，并使自己的行动和集体协调一致。这就要求学生具有集

体的组织观念和较强的纪律性。严格要求的队列队形练习，能培养学生的组织性、纪律性和集体主义的精神。在广播体操、体育课集合时做到快、静、齐，精神焕发。学生的组织性、纪律性加强，课堂纪律明显好转，为学校的教育工作创造良好的条件。队列队形更重要的一个方面是使儿童、青少年从小养成正确的站立、行走等姿势，使他们的肌肉和骨骼得以正常协调地发育，使全身的肌肉协同、对抗而完美地收缩和放松，保持一定的紧张度，减少中小学学生中出现的驼背，鸡胸等脊椎，胸廓结构变形等问题，形成良好的身体姿势。

广播操的教学无论从教来讲还是从学来说都是一项枯燥乏味的工作。所以，圆满完成广播操教学的前提就是如何激发学生的学习兴趣、提高学生的学习积极性。

1、准备部分在这部分里我主要采用激发兴趣导入的方法来提高学生的学习兴趣，给课堂升温，具体的方法就是让学生分级进行趣味游戏，并以此达到热身的目的。因为初中一年级的学生比较“稚嫩”、孩子气还很重，适当采用游戏的方法进行教学可以大大提高学生的学习积极性。

2、基本部分因为广播操有硬性的教学要求，注定了其在教学过程中要严格按照书面要求进行教学，所以除了尽量使用诙谐幽默的语言外，仍然采用传统的完整示范—分解示范、讲解教学—完整教学的模式，但是在教学过程中，不能过分的强调“教”，而是“教”与“学”并重。在动作传授完以后，让同学之间分组练习、讨论，互相纠错，以此培养学生自评、互评的能力，并让动作完成好的学生进行示范领做，以此来激发学生的学习动力和培养学生敢于表现自己的能力。因为我们的学生在上课之前都已经分组，在教学过程中，利用学生相互攀比的心理，让他们分组比赛，看哪组同学做的规范，在学生的练习过程中，我全程指导及时发现错误动作，在错误动作未成型之前就把它纠正过来。

3、结束部分结束部分比较简单，只是一些课堂的常规，让学生总结点评一下这节课的收获，表扬做得好的学生，鼓励还有待于进一步提高的学生，让其在课后加强练习。

通过这节课的教学，我发现自己不仅教学经验比较欠缺，在管理学生方面也不能达到完美的要求。广播操的教学内容基本完成，教学效果比较理想，但是在难度较大的教学教程中，总是有个别的学生调皮捣蛋，在处理问题学生的时候，我基本都采用了微笑处理，效果不是理想。这方面有待进一步改善和加强，应该在熟悉和了解学生的基础上采用区别对待方法，根据不同学生的个性有针对性的进行教育。

自从开始新课程改革之后，通过观察和总结发现，现在的体育教学与传统的体育教学有了很大的不同，主要体现在以下几个方面：

体育教学活动的独特性在于其学生身体必须加入到激烈的运动中去，并且使用一定的辅助器材（如跳箱、单双杠等），从而使体育教学活动产生了更多的危险性因素，因此，在教学中应加强安全教育。为了让学生积极主动地进行身体锻炼，在设计时教师首先要有预见性，预见在活动中可能发生的意料不到的情况，使教学过程“活”而不“险”，让学生身心得以健康发展。

体育教学大多是在室外进行，这对大部分时间关在教室里的学生来说，无疑为他们提供了一个“自由空间”，学生表现出活跃、好动，常常会借机捣乱。教师应针对学生的生理和心理特点，改进教学方法，激发学生的体育兴趣，采取行之有效（如以“动”制“乱”、以趣治“乱”）的方式让学生“活”而“乱”。

让学生“活”起来，以充分展示自我，并不是一切都以学生为中心，重学轻教，进行“放羊式”的体育教学，而是教学着眼于发展学生的能力，让学生得以生动活泼地健康地发展，

这就要求教师要更好地发挥主导作用。调控好教学进程，松弛有度，做到“活”而不“放”。体育教学中只有灵活选择教材内容，大胆尝试多种教学方法，改革教学组织形式营造生动活泼的课堂教学气氛，才能使学生的个性得到充分的发展。

### 夹球跳教案反思篇三

我担任小学一年级体育教学，我觉得游戏比赛在小学体育教材中占有相当的份量，通过游戏教学能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。游戏深受学生的喜爱，也为教师开展心理健康教育提供了良机。例如，在游戏比赛中一些个性较强的学生因不服输而与对方发生争执，甚至“动武”；也有失利组的学生互相埋怨，导致受指责的学生产生层场心理而退出比赛。这样一来，不仅影响了游戏教学的正常进行，而且还伤了同学之间的和气。这时，我就要抓住这一契机，耐心地教导学生特别是有偏游倾向的学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素。还有一个例子就是，我们学校举行一个篮球比赛，就因为争一个球，就准备打架了，我马上跟他们两个人说：友谊第一，比赛第二；不然就请先离场休息。最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态迎接。

做广播体操是我国公民强身健体的一个主要运动手段。我不知道外国的孩子也要象我们一样做广播体操。就学生的天性来说是不愿意做广播体操的。孩子们很喜欢体育类的课程，却很讨厌在体育课中教他们做整齐划一的体操。他们喜欢体育课，无非是体育课中有机会可以进行自己喜欢的体育游戏。我们现在的体育场地设施以及教师的理念还是经常要做扼杀孩子天性的事情，不许这个也不许那个。自从“安全第一”的思想在我们教师头脑中扎根后，我们许多体育教师都不大敢碰器械类的课程了，如跳箱、山羊等技术性较强的项目。

由于场地狭小，我们也不敢让孩子们在草地上欢快地踢足球，生怕踢伤旁边上课班级的学生。

这一切现状的存在是我们做教师很无奈的，目前我们还是没有办法去改变它，能做的也只有有限的范围里进行微小的创新与突破。

反思：

本课教学内容是原地侧向投掷轻物，是小学水平二（四年级）体育课学习的重要内容。本课的教学设计主要想体现“让学生在体育课中玩起来”的指导思想，让学生在玩中学，玩中创。下面就谈谈本人上完课后的反思：

玩是小学生的天性，小学体育课中如果没有“玩”，那么这节课体育课肯定不能吸引学生，不能体现“寓快乐于体育教学之中”的教学目标。因此，我在课的一开始就设计了一个“玩开心纸棒”的小游戏，使学生一下就进入了上课角色，玩得十分开心，而且在不知不觉中完成了上课的热身准备活动。在下面的教学中，我始终在贯彻执行这种教学思想，无论是学习投掷技能，还是知识延伸，或是放松身心，我都设计了各种各样的游戏，如：“甩纸炮”“打纸牌”“投弹练习”等让学生始终在玩中开展技能的练习，获取更多的知识，进行创新实践，愉悦身心。从整节课的情况来看，学生还是十分喜欢这种练习方式，整节课几乎每个人都表现出一种积极的学习态度，乐于参加各种教学实践活动，并敢于在活动中表现自我。

新课改的体育课，我觉得并不是简单的玩或者是做游戏。因此无论教师设计了怎样的课，其目的都是让学生能在玩中有所收获，即玩中学。

本课的教学重点和难点是让学生掌握原地侧向投掷的技术方法，即掌握投掷的出手角度和出手速度。为此我专门设计了两个小游戏：一个是弹射纸火箭，一个是甩小球。通过组织

让学生玩这两个游戏，让学生在玩中明白了“投掷的角度是前上方，出手的速度要快”这两个重要技术的原理，并能在实践练习中运用，达到了较好的效果，许多平时体育不是太好的学生也轻意的学会了这个技术动作，如史一淳等同学这种教学方法要比教师直接讲解示范的效果要好，而且在这种教学实践中，学生接受技术不是通过教师的直接传授获取的，而是通过自己的亲身体会获得，较好的体现了新课标的强调探究性学习的思想。我在课的结束部分设计了一个“合作创新，愉悦身心”的教学环节，组织学生在小队长的带领下自创“庆功舞蹈”，学生表现出来的创造力是我没有想到了。有跳交谊舞的，也有跳民族舞的，还有健身舞，搏击动作，小动物舞蹈等等五花八门。这些即兴表演都是学生通过合作完成的，真实的就是美好的。发挥孩子的创造力也是体育课中的一道美丽的风景。

以上是这节体育课上完后的一个教学心得，当然还存在着许多不足之处，如课堂密度的掌控，学生掌握技术的反馈评价的及时性等方面还有待进一步完善。

## 夹球跳教案反思篇四

体育教学是以“健康第一”为指导，“快乐体育”为目的，将体育游戏与教学相结合，让学生在轻松、活泼、欢快的气氛中学习获得知识，提高素质，使其身心得到全面发展。接力跑中下压式交接棒的这一单元练习的教学，不仅使学生掌握下压式接力跑的基本技术，发展跑的速度和协调性，同时使学生身心素质方面全面的发展。因此在教学设计中我将技术动作练习与自创辅助性游戏两者有机结合，使教育教学质量大大提高。在课的设计上分为引入情景、激发兴趣、技能学练、拓展运用和调节评价。引入情景部分我主要是强化课堂常规和提出课的内容；激发兴趣部分是带领学生做徒手操、高抬腿和游戏；技能学练部分主要学习下压式交接棒的基本技术，从原地徒手交接棒到行进间交接棒练习，然后分组讨论练习和集体操练；拓展运用部分是小组比赛。从课中学生

的学习效果来看，学生积极参与度高，全部都掌握所学的内容；在课堂教学中充分考虑学生的学习兴趣，以学生发展为中心，注重每位学生的共同发展；合理的安排运动负荷、强度、练习密度，同时加强学生安全意识教育与优良思想品质的培养。

1. 以学生为主体，发挥学生的发散性思维，通过观看教师示范，模仿练习，分组讨论，让学生在自主学习和学后反思中充分体会交接棒的基本动作要领。学生观察很仔细，学习也很认真，游戏中基本没有看到学生交接棒时发生困难，而且交接速度也很快，由此也让我想到教学时必须根据内容来思考教学的方法，合理地选择教法和学法才能使教学达到最优化。

2. 采用多种分组形式来提供集体学生间的合作时间与空间，提供多样的学习形式让学生在发现学习过程中发现问题后，相互帮助、相互改进，进而提高学生通过合作来解决问题的能力，创造良好的合作学习氛围，让学生充分发挥团结协作意识。

3. 教学中对学生错误动作要及时纠正。应采正误对比方法来教学，请几位学生出来演练动作，教师讲评、学生间的自评与互评了解学生对教材的掌握情况，使学生明白正确与错误的动作之分，让每一位学生都有所收获。

4. 通过比赛的形式增强了责任感荣誉感以及和组员之间的凝聚力，学生对分组教学方法很感兴趣，教学比赛既是素质，技术，战术的较量，也是对学生技术练习验证，比赛增强了学生的自信心，勇敢性和坚强的毅力，同时又培养了学生的竞争意识和创新能力，因此，分组比赛对提高全体学生的参与能力，培养良好的心理素质方面也有着显著的功效。

## 夹球跳教案反思篇五

今天对九年级学生进行了身体素质训练，安排的内容还是比



较紧凑的。有摆臂练习、高抬腿跑、立卧撑、俯卧撑、蛙跳、单足跳，各2组，还有进行100米限时跑，大部分学生在老师的催促下都能自觉参加，但是还是有几个女生不愿意跑。这点让老师挺无奈的，按照规定应该跑，而且这些学生明确落后。这是一个吃力不讨好的事情，作为老师是为了学生好，想她们提高成绩，可学生却不想跑，反而恨老师。最终我还是让她们选择再跑一次或慢跑三圈。

课后，跟同事聊起这种情况，也感觉很无奈。有个同事说起，学校每年会让学生对老师进行打分评价，这个评价关系到老师的年度考核，以前她就是因为很认真，使得学生对她的评价很差，结果在考核中被扣分，还不如其它随随便便上课的老师分数高。不过事后想想，我们最终得改变态度，对学生讲明训练目的，对学生要笑脸相对，减少学生的'紧张感和厌恶感。如果实在不行的话，只要尽力了就行，我们的最终目的也就达到了，超越极限，挑战自我！

## 夹球跳教案反思篇六

时间过的太快了，不知不觉已经在小学体育教学有1年了，我觉得教学真的不简单，所要面对的事情太多了，但从中也学到一些东西和一些经验，借此上学期上过的“一课三上”总结一下。

我上课的内容是《30米快速跑》，借着这节课，以下的几点，虽然只是从本课中总结出来的经验，但是确是整个教学课堂过程中的一个缩影。

游戏比赛在小学体育教材中占有相当的份量，通过游戏教学能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。游戏深受学生的喜爱，也为教师开展心理健康教育提供了良机。例如，在本课的游戏比赛中，我采用了踩影子这个竞争性很强的游戏。一些个性较强的学生因不服输

而与对方发生争执，甚至拳脚相向，也有失利的组同学之间互相埋怨，导致受指责的学生产生怯场心理而退出比赛。这样一来，不仅影响了游戏教学的正常进行，而且还伤了同学之间的和气。这时，我抓住这一契机，耐心地教导学生特别是有倾向性的使学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素。最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态迎接新的挑战。

任何人从事任何事情都不可能一帆风顺，事事如意。同样，学生在体育学习中，也难免会遇到一些困难和挫折，但是，当遇到困难和挫折时候的心态，则决定了学生在面对困难时的各种不同的能力。有的学生在面对困难时往往能够及时地自己分析问题，总结问题，然后自己想办法解决问题；但是也有学生往往面对突如其来的困难时表现的十分茫然，完全不知所措，第一反映就是希望得到别人或者老师的帮助。这就是学生接受意外事实时候的能力差异。而前者的学生正是一个优秀的人所具备能力。我所采用的教学内容是30米快速跑，很多同学在接触这个项目的时候都能够表现出极大的热情，非常愿意参加到这个项目的学习中，但是当我采用听哨声变方向快速跑的时候，有很多学生不能及时变换方向，并且只能跟着其他学生进行游戏。这样不仅有的同学对游戏失去了信心，而且反映慢的同学在变换方向的时候很容易和其他同学发生冲撞，造成一定的伤害。这样，我将反映相对较慢的学生进行了针对性的练习，让学生在不同的刺激下进行不同判断的练习。最终通过强化练习，学生在一定程度上对接受意外事件的能力都有了一定程度的提高。

新课程强调教学过程是师生交往、共同发展的互动过程。在教学过程中要处理好传授知识与培养能力的关系，注意培养学生的独立性和自主性，引导学生质疑、调查、探究，在自主学习中培养独立思考能力，探究学习中培养解决问题能力，合作学习中提高合作交流的能力。《30米快速跑》一课，过去教师一般采用传授式教学法和学生反复练习的方法来完成

教学任务。目前，在教法上我改用激趣法和鼓励法进行教学尝试，取得了较好的效果。课前，激发学生模仿小兔跳，然后，比比谁学得快的任务，让学生自由练习。练习过程中，一些基础好的学生很快就完成老师布置的任务，为了保持学生的练习兴趣，一方面，引导学生学习花样跳绳，一方面，让学生当小老师教不会的同学。每当发现学生微小的进步，我都会不失时机地给予表扬，有时作出惊讶的表情，有时有意输给学生，在我的激发和鼓励下，学生对跳绳充满了兴趣，不仅体育课上跳，回家跳，课间十分钟也在跳，学生只要一见到我，就拿着跳绳跑到我跟前，让我数数，面对学生的进步，我深感成功的快乐。体育教学方法层出不穷，有情景教学法、愉快教学法、游戏竞赛法、动机迁移法、成功教学法、创造思维法、兴趣教学法等，从而改变单一的传授式教学方法，在教学实践中在灵活运用各种教法和学法，是新课改对教师的基本要求。

## 夹球跳教案反思篇七

在本课中，我抓住三年级学生的心理特点，设计一些贴近儿童现实生活的活动内容。如：仿生、模仿操、游戏等，吸引学生积极、热情地参与到活动中。我适时适度地对学生进行表扬和评价使学生的情绪始终高涨，同时通过学生们的范样颠球与比赛，将本课步步推向高潮，从而解决了本课的重难点问题，效果比较明显。

我在课程资源开发上动了脑筋，给了学生一个开放性的学习环境，如果能使本课更充分地体现个体差异和因材施教，还可以设计一组简易的乒乓球台子，以满足不同学生的需求，从而使本课内容更加完善。

## 夹球跳教案反思篇八

游戏比赛在体育教材中占有相当的份量，通过游戏教学能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪

守法等优良品质。而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。游戏深受学生的喜爱，也为教师开展心理健康教育提供了良机。例如，在游戏比赛中一些个性较强的学生因不服输而与对方发生争执，也有失利的组同学之间互相埋怨，导致受指责的学生产生怯场心理而退出比赛。这样一来，不仅影响了游戏教学的正常进行，而且还伤了同学之间的和气。这时，我抓住这一契机，耐心地教导学生特别是有倾向性的使学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素。友谊第一，比赛第二；耐心地教导学生特别是有偏游倾向的学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素使他们能热爱体育，增强自尊心和自信心。此外，还可通过教学方法的创新，以开发学生的潜能和完善人格，培养学生自学、自练的能力，并给学生营造合作学习的氛围，同时为学生提供机会，培养他们的创造力、竞争力。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)