

2023年体育课抛实心球教学反思(大全5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

体育课抛实心球教学反思篇一

我选择双手向前抛实心球作为本课的主教材，而齐心协力作为辅教材。以培养学生学习技能为主要目的，以培养学生的团队精神作为次要目的。改变以往教师不教动作，学生自由活动的模式。在整堂课中始终发挥教师的主导作用，通过让学生尝试体验，挑战目标练习达本次课的教学目标。

虽然我较顺利的完成了教学但是还存在很多问题。因为我接到上本次课的任务，时间比较短。因此，在此次课的准备上我不够充分。具体表现在：对教材吃得不够透彻。特别是在示范教学的时候，没有让学生掌握正确的动作。尤其是在讲授站姿时，我没有强调脚的要求。准确的教学是在抛的过程中双脚是不能离地的。这一点我没有说清楚。另外，我在让学生进行目标练习的时候，定的目标脱离的学生的实际能力。使得学生在练习的过程中很难达成目标。再次，游戏环节我对游戏的技术含量要求定的不高，学生练习的负荷难以体现。这几点主要是我在进行备的时候没有充分考虑学生的实际情况造成的，在今后的教学中我要努力改正过来。

为了使学生更好地掌握动作，我采取了多种教法与学法。成功体验法，创设一定的获取成功的一此途径，激发学生的学习兴趣；讲解示范法，突出难点，培养学生观察及模仿思维能力；学导法，针对学生练习，教师进进行有目不暇接的的辅导；竞赛法，充分调动学生装的积极性、主动性；探究练

习法，体会抛、推的用力情况及出手角度的把握；重复练习法，技能目不暇接标的达成；成功体验法，达到一定的目标，提高学生参与的兴趣。

实心球抛练习比较单调，学生在技能和力量上有比较大的差异，因而要求学生统一的规定和纪律，并要求在规定的区域内进行投掷，在组织队形时，把学生分成男女二大组，沿跑道边线间隔 5 米左右，以确保安全，避免伤害事故的发生，学生先看教师的出手方法和角度，模仿练习，让学生互相之间纠正动作，在场地上画几个小园圈，要视学生的情况体现分层教学的指导思想，用上述各种姿势向园内投掷，先练习后比赛，再一个练习方法是画三条投掷线，成绩好的在最后的线上，中等的在中间线上，差一点的最前面的线上，看是否都能超出目标线，假如第一次站在最前面的线上投过了目标线，那未第二次投可以站到第二条线上投掷，看是否也能投到目标线上，培养学生成功的欲望。

在整堂课的教学过程中，我尽量体现学生为主体的特点。创设主动参与的条件，形成主动参与的氛围，为使学生主体性得到充分的发挥和发展，课中不仅鼓励学生参与，而且积极引导主动参与，把教师自己的角色放在导演的位置上，让学生自己去寻找解决问题掌握技能的方法。

体育课抛实心球教学反思篇二

组内的这次同题异构课的资料为“实心球”，在观摩了其他老师的课以及自己上下来以后，对本节课进行了一些教学反思：

- 1、课前准备：认真的进行备课，研究教材，熟悉教材，也对双手原地头上掷实心球的动作进行了练习，同时也针对动作的重点、难点寻找练习的方式。但在“备场地”上这一块上没有做好，篮球场上设置了两块练习场地，导致课上要进行大幅度地队伍调动，浪费时间。

2、课中：太过于想要学生能够记住老师所讲，而忽略了精讲多练，也正是因为没有很好地利用起一片练习场地，而使得学生练习的不“精”，在最后组织的小比赛中，采用让学生自己累积加分的形式，虽然当时气氛很热烈，学生都很用心，却也有弊端，就是学生胡乱加分。

3、在身体素质练习中，因为感觉时间紧张，就让学生将实心球放在了脚边，虽然意识到了安全隐患，但没有及时让学生停止练习，将球放回框中。

同时在观看了其他老师的课以后，也给我带来了许多启发。有的老师利用一个“话题”串起一节课，有的老师利用羽毛球进行挥臂练习，再到利用羽毛球做身体素质的练习，将器材的作用发挥的淋漓尽致。这些都给我今后上公开课带去了经验。

体育课抛实心球教学反思篇三

课堂教学是学生自主学习的主阵地，在时间、空间和学习方法上体现一个“放”字，确保学生自主学习的时间和空间更多，自主选择学习方法。

还得实践、反思、实践、反思、再实践。

今后我在教学中还有待改善的地方是：

1、由于创想活动的时间我没有掌握好，只好把调节游戏给省了，直接进入到了下一步的教学中，虽然仅有短短的两分钟，可是却给我留下了不小的遗憾，也使整节课显得不够完美，所以在教学时间的把握上，我今后要更加注意。

2、“创想试投”的教学设计上，我还要动些脑筋，采用更多的不一样形式进行教学，注意小组成员间的通力配合。在巡视指导方面，我照顾的范围还有待进一步扩大，应更加注意

对差生（行为偏差生、完成动作不好的学生）的帮忙，使他们取得提高，跟上其他同学的学习步伐，也让他们体会到提高、成功的喜悦。

体育课抛实心球教学反思篇四

刚刚接到讲课任务，倍感责任重大。已经参加过一次晋中市优质课的我，居然还能有机会参加，说明领导认可我的工作，但是压力也很重大。因为这不仅代表自己和修文，还代表着榆次区。所以，我下定决心必须讲好这节课。

首先，认真备课。

1、根据季节、场地、器材、实用等因素，精心选择教材实心球；根据季节与上下肢搭配原则，选择了搭配游戏接力跑；根据上课场地布置，游戏接力跑又设计为“十字接力”。

2、以“健康第一”为指导思想，从激发学生为出发点，创设学生感兴趣的教学场景——保卫。灵感源自与“炸碉堡”，以为主线贯穿整节课的内容。

其次，尽情发挥。体育课有着它独有的学科特点。我通过体育骨干的带头作用，让学生在自主、互动、尝试中大胆去想，积极参与，获得参与体育活动的乐趣，使学生的个性和创造性得到充分的发展，为终身体育打下坚实的基础。虽然自己的身体有些不舒服，但是工作还是第一位。微笑面对学生，用我的激情带动感染学生。

整节课讲完后，整体还算顺利，但也有个别细节不好。最大的一个漏洞来自组织。游戏时分组，学生既然不知道自己是个哪个组的。其实当时有点慌了，还好灵机一动，站成四列横队，在站住。可是下来看录像，这把整节课的连贯性就打断了。而且还说了个口头禅“气死我了！”实在不好。反思让学生想，一组的举手，互相帮助，站位后在二组、三组、四

组。还有一些细节就是基本功。如吹哨、示范动作，不够干脆，利落。这也许与我后来学舞蹈有关，不够阳刚。反思下来要苦练基本功，哨声用上丹田之气。最后还有就是情景主线在放松时断了，从直接变到大草原上。反思，演习很成功，让我们伴着优美的音乐站到上遥望一下我们的国土吧！

通过一次次的教课，反思，最大的感触就是自己在处理教材上更加的得心应手了。但是一些临时的突发状况，还不能够用最合适的方法处理，这也就是自己下一步需要学习和积累的地方之一，最后谢谢所有帮助过我的领导老师，我会继续努力，争取把自己最好的状态拿出来。

体育课抛实心球教学反思篇五

总体来说教学效果达到预期目标，重难点突出了，而且也鼓励学生勇敢尝试，让学生展现了自己，发挥了学生自学、自练的能力。能够考虑到学生的个体差异，注重以学生为主体，充分地发挥教师的主导作用。学生的积极性也比较高，学得高兴，玩得也非常开心。不足之处是激励太少，表扬的范围比较小，而对做得差的学生批评有点多。

另外过高地估计了学生的实际能力，毕竟是小学五年级的学生，预想太高，所以上完课觉得部分学生没有达到我初设定的目标，心里有些失落。在今后的实际教学中，我在课前要做好调查，并且充分考虑到学生的差异，认真地研究教材，考虑学生学生的实际情况，具体情况具体设计好自己的每一节课。