

# 2023年小学体育跳短绳反思 体育课教学 反思(精选8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 小学体育跳短绳反思篇一

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。

## 小学体育跳短绳反思篇二

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！

## 小学体育跳短绳反思篇三

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

## 小学体育跳短绳反思篇四

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传接棒的基本技术，从原地徒手传接棒到行进间传接棒练习，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传接棒时发生困难，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。

## 小学体育跳短绳反思篇五

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。

《跳短绳》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、袋鼠等动物跳，然后，布置小动物学跳绳，比一比谁学得快的任务，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。

## 小学体育跳短绳反思篇六

跳绳项目是孩子们成长运动中必不可少的一项活动，不管是在学校还是在生活中经常看到孩子们在跳绳，跳的好与坏暂且不说，就是这根小小的跳绳能带给孩子们无尽的快乐。值得我们去探究，去完善跳绳的方法。

我校根据学校实际情况开展了以“跳绳”为主特色体育项目。全校一到六年级班班有跳绳，每位学生至少掌握了两种以上的跳绳方法。在课间、午间休息时，到处都能看到孩子们跳绳的身影。看到孩子们开心的笑容，是那么的幸福可爱，深深地触动了我，今后的体育教学应怎样上跳绳课，是按教材内容授课？还是不断的创新跳绳的新跳法？思前想后我决定一定要深挖跳绳这项目。

今天刚好有一节高年级体育课，我尝试的去挖掘孩子本身的创新潜能。课中学生们练习并脚跳、单脚跳、各种方式跳玩不亦乐乎，课程过半发现有些学生开始兴趣不浓了，有的学生在蹲下聊天，甚至有的学生拿起跳绳挥舞着玩起来了，我一看这样不行，很容易出现伤害事故，还容易使学生对跳绳失去兴趣。我看这情况机会来了，我马上集合队。做了学生思想工。询问了为什么不跳了呢？孩子胆怯说太累了没意思。还有的说跳来跳去就是哪几种跳法。我说大家想学习新的跳法吗？学生异口同声说想，想学得自己去创新，两人一组用一根跳绳合作创新。

新的跳法，自由结伴注意安全，开始练习。话音刚落学生们活跃起来了，快速的找到伙伴开始练习，看到学习氛围有活跃起来了，我想我的目的达到了，学生的想象力超出了我的想象范围，不一会儿有的学生把握叫过去，老师，看我们两个跳的怎么样，我说好啊，能不能让全班的学生欣赏你们新的跳法？学生愉快的答应了，我立刻鸣笛把全班学生召集过来，看他们表演，看完后很多学生说：老师我们也会几种新的跳法，我说：你们敢不敢也展示下？“敢”一个一个来，于是在我的鼓励下，好几种新的跳法出来了，铃声这时想起来了，很多孩子还在喊“老师看完我们的在下课好吗？老师下节课一定先让你们展示，看看下节课谁是我们班的创新大王。

课后我反思了下，不是学生不爱玩，是我们扼杀了学生的想象空间。是我们教育者没有尽到义务。今后教学中还要不到的总结经验，不断的完善自我。

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](#)

## 小学体育跳短绳反思篇七

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。

## 小学体育跳短绳反思篇八

新课标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。

《跳短绳》一课，过去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，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、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。

课的开始，我首先从学生喜闻乐见的体育游戏“绳操”导入新课，游戏中充分活动肢体，达到热身和娱乐，这样课的开始就能使学生产生学习的兴趣，也为后面进一步的自主探究活动创造了有利条件。在本课基本部分中先安排跳绳徒手模仿练习、集体玩绳、邀学生展示、相互点评、分组跳绳接力

竞赛、合作跳（长）绳，让学生们通过想象玩出花样来。接着安排学习韵律放松操，最后进行放松。在这节课的愉悦身心部分“绳操”，虽然学生也很积极的去模仿，可学生玩起来过于投入以致出现断节情况，以后事先应讲解游戏关键点比较合理，游戏中适当运用一些肢体语言，孩子们的积极性可能会更好，愉悦的效果也会达到另一个情境，在自由玩绳中，我充分让学生自由学练，小组合作，小组探讨，激发学习的情趣，培养了学生的团结合作精神和学生创造性思维和能力，使得学生自己创造出多种绳子的玩法。课堂学习氛围浓厚，学生能积极学习，积极思考，踊跃表演，充分发挥了学生的主体作用，让学生成为学习的主人。但我还有不足之处：在课堂上，总是让那些表现非常积极和活跃的学生体会到成功的喜悦，而忽视了少数表现欲不强的孩子，没能让他们也很好的体会到成功的喜悦，今后在这方面还要加强。另外，我对学生讲解应详细些，说话放慢，那样会更利于教学发展。

这节课上，存在的问题和不足之处，我会努力改进，在今后的体育教学中，不断发在现，不断的创新，并从中吸取经验和教训，只有不断的反思，总结才能有助于我们以后的教学工作，才能把我们的体育教学工作做的更好。