

2023年体育常识课教学反思(通用9篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

体育常识课教学反思篇一

本单元是一个以体育为主题的开放单元。主体内容是两页描绘体育运动项目（15项）和游戏活动项目（5项）的图；此外，还有四组关于体育运动的词语和四句关于体育的基本观念，以及有关奥林匹克运动的知识（五环旗）等等。本单元把画、图片、字词、歌谣、知识等有机地结合在一起，知识性、整体性、开放性都较好。本节课的教学内容为一篇短文《奥林匹克旗帜》和21个与体育运动有关的词语包括：体育中的人，体育器械，运动精神与规则，运动口号。一些能够渗透在前面的词语已经作了一些渗透性学习，这样能减轻本课时的难度，同时又一个复习巩固的过程，能加深知识的掌握和理解。

本节课环节设置为：

- 1、复习词语，老师在学生认读过程中进行小结和分类。
- 2、学习短文《奥林匹克旗帜》。
- 3、认读词语，对生字、词进行拓展训练。课程内容层次清晰，符合学生学习规律。因此在学习过程中学生一直饶有兴趣，紧跟老师教学思路进行学习，课堂效果和吸收率都比较高。虽然本课只是一篇篇幅短小的课文，但这篇短文条理清晰，顺序明确。语言准确，精炼，因此将之作为一篇朗读和表达的训练点，进行了比较充分的学习。运用多种形式进行朗读训练，让学生能够有条理的附属课文内容，并进行当堂背诵，在老师的指导和方法的引导下学生基本上都做到了当堂背诵。

收效显著。在只是拓展上根据问题的难易其重要程度，进行了不同层次的拓展，拓展的度把握得比较好。

但在以下方面还有但进一步扎实。

- 1、时刻注意孩子的表达要完整，无论是教学中的哪个环节，都要扎实这一项训练。
- 2、在理解“五环相套”这个词语时，不仅可以采用图片直观感知，同时可以结合年段特征让孩子演一演，体验体验。既活跃了课堂气氛，又能激发起孩子的兴趣，加深他们对相套的理解，事半功倍。
- 3、写字姿势还有待进一步严格规范。握笔、书写在细节上还要更加规范，在习惯性养成上还有上升空间。

本课收获：语文学习是一项目积月累的慢功夫，如同煲汤熬药，需小火慢煨，贵在耐心和天长日久的反复琢磨，对于字词的训练要反反复复，循环往复。对于学生掌握的难点只要遇到就一次次的强调、巩固，需不厌其烦，需有一份耐心和恒心，贵在坚持！

体育常识课教学反思篇二

中长跑训练单调、枯燥，训练强度大，训练过程往往很容易使学生身心疲惫，产生厌恶情绪。本人从事体育教学工作30多年来，对如何提高小学生中长跑训练效果结合实际工作经验及比赛的探索，进行反思如下：

一、中长跑训练存在的难点及主要问题

中长跑是一项比较难练的项目，其难点是：动作单一，趣味性不强，队员易感到枯燥、单调而不愿学。再者，练中长跑运动员负荷大，学生在练习中怕“极点”的出现。存在的问

题是：队员的速度感差，不会合理地分配体力，无计划地乱跑，成绩提高缓慢，这样，严重地影响着中长跑训练效果。

二、提高中长跑训练效果的途径与方法

1、改进传统的训练方法

现代中长跑比赛，不是比耐力，而是速度的较量。运动员都是在高速中跑完全程。所以说，现代中长跑已不是一般性的耐力项目，而是以耐力为基础，速度耐力为核心的高强度项目。这就要求我们在训练当中，把速度与耐力紧紧地结合起来，把培养队员保持高速度的能力作为训练的根本目的。

在学校中长跑训练中培养速度感的练习经常得不到足够的重视，有的甚至在平时的训练中很少计时或者只简单地记录训练课的总时间，忽略单位段落负荷时间。由于没有良好的速度感，在比赛中往往盲目改变跑速或被动调整节奏，最终导致比赛达不到预想的效果。所以，提高速度感是一个长期渐进的过程，必须贯穿于平时的训练课之中。中长跑是对体能要求较高的项目，研究中长跑训练方法，首先要把握中长跑各项目的供能特点。例如：800米跑，一般是磷酸原系统供能占30%，糖酵解系统供能占65%，有氧代谢只占50%。训练时，应该根据不同的项目，选择和采用相应的训练方法。

2、改进和提高运动技术

长期以来，我们在中长跑训练方面，比较重视后蹬用力，而忽视了动作的速率，由于过分地强调后蹬和高抬，每一步都消耗很大的能量。在实践训练中，我们应依据队员的身体形态特点，选择合理的步长和步频，将队员分成不同的组，在其超步幅与低步幅的对比中灵活地指导他们选择适合个人特点的跑法。另外，跑动时上体的放松对整个技术动作也很重要。首先面部肌肉应放松；稍含胸，两臂做轻快有力的小幅度摆动，摆臂时，肘关节的夹角一般为90°最好，这样加上

良好的步频，整个动作就显得快而松，轻而稳，节奏感强。

提高队员对训练中长跑的认识及注重培养队员不怕艰苦、克服困难的意志品质。从心理学、教育学角度看，学生掌握学习的过程可以分为知——情——意——行。“知”就是明确练习目的、意义，“情”既对某一事物建立感情，“意”即产生意志，“行”是积极自觉地行动。当队员对练中长跑的目的、意义明确后，就会建立感情而产生练中长跑意愿，也就会表现出积极自觉的行动。

育人是训练的根本，队员对疲劳的心理耐受度是决定队员耐力水平的主要因素之一。因此，必须把育人贯穿训练的始终。在中长跑训练中要特别注重培养学生不怕艰苦、克服困难的意志品质，以提高队员心理调节控制能力，改进队员在疲劳姿态下充分动员机体潜力、坚持跑完全程的自我激励机制。

3、提高训练技巧

搞好训练前测验。要求学生全力跑全程，教练员组织好记录工作（记录运动技术上主要缺点、各分段的时间、意志表现等），为训练提供原始依据。

体育常识课教学反思篇三

听了新课程个性教学展示的几节课，感觉“转变角色”“尊重个性”“让学生在自主、合作、探究中学习”“重视学习过程和方法的指导”“关注情感态度价值观的培养”等新课程理念已成为教师教学实践中的共识。学生们都有着良好的精神面貌，多数学生主动热情，课堂发言落落大方、充满自信。课堂教学充满活力。课堂气氛和谐，师生关系融洽，呈现师生、生生互动的富有活力的局面。下面结合自己平时的教学，浅谈几点感想。

教学时要把握总体目标。明确阶段性目标。定准课时目标。

只有明确以上三个层面的目标，实验才会做到既登高望远，又脚踏实地。

教师要活用教材资源、利用生活资源、捕捉课堂资源。课堂互动经常会生成各种各样的资源。教学时特别关注并捕捉一些有价值的资源加以利用。如学生在练习时，有的整套动作做得好，有的某一环节做得很棒，有的提出的问题特别有思考价值，有的出现错误带有普遍性等，及时捕捉并加以利用。

在新课程理念的指导下，课堂教学活起来了，师生关系融洽，学生竞相发言，课堂非常热闹。必须理性对待，实施有效教学，让课堂活而不乱。既要尊重学生的个性，也要让学生学会遵守规则。要重视培养学生必要的课堂习惯、独立学习习惯、小组合作性学习习惯的养成。每一个教学活动的目标指向要清楚，过程要落实，要有实在的成效，真正让孩子学有所得。要扎扎实实地进行双基和良好习惯的训练。

今后一定要以记促思，以思促教，每天反思一点，每天进步一点，引导自己不断在反思中成长。

体育常识课教学反思篇四

体育学科应突出教师的主导和学生的主体，重在教师的“导”，让学生围绕“导”中完成各项练习。在教学设计上要对传统的体育教学进行认真的反思，要在继承的基础上去改革，去发展。对符合人体科学规律、符合教育教学规律、有利于学生身心健康发展的，要很好地去继承，对落后于时代、妨碍改革与发展的，要坚决地屏弃。比如，传统的体育教学重视教师的主导作用，讲究教材的合理搭配，注重课的结构、运动量、密度的科学性等等。我们不仅都要继承，而且要研究怎样从实施素质教育的角度赋予新的内涵。

充分展现体育学科的真正价值，突出学科的实用性。教学中发挥自身的特色，形成自己的风格。体育教学过程是以身体

练习为主要活动形式，它是在室外和动态中进行。比其它学科的教学过程更复杂、更难驾驭，是一个更充满各种可能性的教学过程。体育教学模式的设计，必须遵循体育教学过程中的科学规律，体育学科同其他学科的教学一样，要符合学生的认知规律。但是，体育教学还要有它自身的人体活动的生理负荷规律和运动技能的形成规律；当然也有情感体验和人际交往的规律等等。因此，教学设计的重点要突出实用性和可操作性，内容的设置和选择应尽量选择贴近学生生活的，培养学生对体育练习的兴趣，让学生学得新鲜、学得愉快、学得主动，让学生在体验中感受运动的苦与乐、感受体育运动的价值。

在新课程理念的指导下，课堂教学活起来了，师生关系融洽，学生竞相发言，课堂非常热闹。必须理性对待，实施有效教学，让课堂活而不乱。既要尊重学生的个性，也要让学生学会遵守规则。要重视培养学生必要的课堂学习习惯和小组合作性学习习惯的养成。每一个教学活动的目标要明确，要有实在的成效，真正让孩子学有所得。

教师要活用教材资源、利用生活资源捕捉课堂资源。课堂互动经常会生成各种各样的资源。教学时要特别关注和捕捉一些有价值的资源加以利用。如学生在练习时，有的整套动作做得好，有的某一环节做得很棒，有的提出的问题特别有思考价值，有的出现错误带有普遍性等，对这些问题要及时捕捉并加以利用。

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，也难免会遇到挫折。便如，在一场班际拔河比赛中，因教师发现一名外班的学生参与了某班的比赛，故大声斥责，结果使该班的学生转移了注意力而导致失败。这种由于意外因素造成的失利使学生难于接受，情绪非常恶劣。对于这种意外事情的发生，教师要主动地向学生说明真相，讲清道理，充分肯定他们的实力，保护他们的自尊心，并提供再赛的机会。同时还可以通过我国运动员参加世界大

赛出师不利的典型事例来教育学生，使学生了解任何比赛都可能存在一定的意外，包括裁判不公等，培养学生接受意外事实的能力，从而增强抗挫折能力和情绪调节力。

多抓住课中的教学的“点滴”和关注学生的“闪光点”，提倡教学的开放性，让学生在教师“导”中发挥自己的“优点”，让学生体验体育课的真正价值。对教学中“难点问题”多观察、多发现、多思考。从而不断总结教学经验，调整教学策略，拓宽体育的综合功能，让学生学得新鲜、学得愉快、学得主动，让学生在快乐的体验中获得最佳的发展。

创新精神和实践能力是衡量学生心理健康的一项重要指标。因为一项创新活动的完成，必须具有充沛的体力、饱满的精神和乐观的情绪。为此，体育教师在教学中应通过多种手段培养学生活跃的思维和丰富的想象及运用知识的实践能力等。比如教材的安排要体现健身性、趣味性和实用性，以促进学生生理、心理和精神等方面的提升，获得成功和愉快的体验，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。

平时多查阅体育课程的最新动态，多参与课程改革的实践，在实践中不断反思和总结，调整自己的教学策略，从而扬长避短，形成自己的教学风格。

体育常识课教学反思篇五

本节课是二年级前滚翻教学，滚翻对于二年级学生并不陌生，之前都学习和练习过各种方式的滚动，学生有了一个初步的概念，前滚翻这个技术动作是小学体育的重点教材，每个水平阶段都安排不同的教学目标及相应的教学内容。

在课的准备部分我放入了动物模仿操，创设语言情景，学生

的积极性非常高，在课的基本部分，我放入了前后滚动的辅助练习，两个同学一组，一个同学保护帮助，一个同学做。其次我采用了一个低头看天的小游戏，结合图片的展示与讲解，让学生尝试练习，在练习中，一部分学生在滚动时整个胸露出来，造成翻滚不过的技术性错误。这是由于翻滚时没有含胸，没有低头而产生的。于是我结合教学难点，我举例说：假如同样向前推一个球和一块方块，哪个会滚动？学生深思后纷纷举手回答。归纳学生的见解为：球会向前滚动，由于球是圆形的，所以很快向前滚动，而方块是接触地面较多，所以很难向前滚动。接着我指出，我们学习前滚翻的动作要领跟球滚动一样，把身体贴紧大腿和低头。身体成球形姿势。接着我又进行示范，让学生夹纸练习，充分利用到器材。通过结合示范练习与改进，学生对这项技术的掌握率提高了。

我发现在后脑触垫这个教学难点解决上不够到位，体育学习对于低段学生来说，只有老师有效的引导，学生不断尝试，才会让学生所发现。几次练习都发现学生的脚蹬地力度不够，致使很多学生头顶触垫而不能向前翻滚，也容易造成安全问题；于是我及时发现后进行纠正，但也是老师急急忙忙归纳出来，并不是学生经过尝试、比较发现的，这点老师需要改进。

由于是二年级的学生，对于技术掌握不能太过于抓细节，多放入些提高学生练习兴趣的手段和方法。在课上我放入了“争做奥运小冠军”的练习游戏，让学生体会自己在奥运场上的比赛，激发学生的练习认真度，有利于学生掌握技术动作。最后我放入了游戏“火炬接力手”，增加学生练习的强度。整堂课，虽然完整的上下来了，但是自己感觉细节方面需要抓。

体育常识课教学反思篇六

新一轮的课改正在全国各地如火如荼地进行，作为新时期的

体育教师，我也在课改精神的指引下摸索前进，在新大纲颁布以后，我牢固树立“健康第一”的指导思想，以快乐教学为宗旨，时刻都在想如何在体育教学中让学生充分体验运动的快乐，把快乐带入课堂，变要我学为我要学，提高学生的健康水平。

在体育教学改革中，培养学生的学习兴趣是调动学生学习主动性的一个重要因素，它不但能使学生主动完成教学任务，而且对于培养人才及养成自我锻炼的习惯，使之终身受益有着重要的作用。

情境教学是教师运用生动形象的语言进行讲解，来吸引学生的学习兴趣，促使学生体验体育的快乐。体育教学是一种艺术，其效果好坏与教师的语言表达有直接关系，为了调动学生的学习兴趣，使课上得生动活泼，我运用了生动活泼的儿童语言来带领学生投入体育教学中。例如课题为：抢险、2008奥运等。均以情境的形式来完成了教学任务。也体现了学生的自主学习，较好地吸引学生积极主动地投入到学习中去，并收到了良好的教学效果。

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，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，教师要抓住这一契机，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，最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态迎接新的挑战。

体育常识课教学反思篇七

课改向我们体育教师提出了新的要求。在教学中要树立新的理念，真正做到以学生发展为本“为了一切学生，为了学生的一切，一切为了学生”。在现实生活中，每个班都有肥胖的学生、性格内向的学生、遗传因素导致缺乏运动细胞的学生较多，在技能要求比较高的项目练习时，常受到同学嘲笑，因而这些学生虽喜欢上体育课但又怕遭到同学的嘲笑，久而久之，便疏远了体育活动，成了体育课上受冷落的旁观者，特别是体育课改的今天，此类问题更加突出。那么如何使这些同学象其他学生一样能积极主动地投入到体育锻炼中并获得乐趣，是我们每个体育教师的职责和追求目标，也是课改的今天要解决的问题。通过教学实践，我感悟到只要教师努力去关爱这些特殊学生，这个目标是一定能够实现的。现在可能所有班级中都有一位或是多位同学人特胖，有的不但胖个子又高，跑起步来挺费力的(200米都跑不完)，别说跟随队伍跑步了。所以这样的学生在分组练习时经常受到小组同学的批评及责骂，甚至遭到嘲笑。我所教的初一年级就有这样一位同学，不太爱和同学们一块活动，做练习时总是往后溜，摸底测验成绩也比较差。课后我找到他，问他为什么上课不积极活动?开始他不说，在我的启发下，他才说：“其实我很喜欢体育活动的，可我长得这么胖，做起动作来很吃力，又不好看，同学们会笑话我，所以就不想动了”。根据他的想法，我诱导说：“不管谁在学习新动作时，都不可能做得很好，再说对于你，重要的是参与、体验体育活动的乐趣。练习的次数多了，动作也就好看了。老师相信你，你一定会战胜自我，找到体育活动的乐趣。”在后来的活动中我仔细寻找该生的闪光点。不久在练习耐久跑时他总是坚持到底，不管和其他同学有多大的差异，始终坚持到底。久而久之，在他的自信、坚强下完成了和其他一样的练习内容。在体育课上，我及时表扬了他，并要求其他同学多向他学习。同学们也报之以热烈的掌声，纷纷向他询问起来。老师的表扬，同学的鼓励给这位同学装上了自信、坚强的翅膀。自此以来的体育课他上课很投入，与同学合作的也很愉快，体育成绩也

有了相应的提高。在上课时每个人一定要克服内心的自卑心理，融入到集体的大家庭之中，不懂不会的主动请教，反复练习，同时常于同学合作、交流。总之，“在课堂上只要主动参与、积极练习，就一定能获得快乐，获得成功”。

培养学生自主学练能力是当前体育教学过程中实施《新课标》的需要，也是体现主体性教学的一种现代教学思想。每节课以学生为主，以学生的发展为本，建立健康第一的指导思想。课以“运动技能”“社会适应”“运动参与”“心理健康”为主要目标，着重培养学生的创新精神和实践能力。在教学的过程中，教师运用现代化的教学手段帮助学生建立印象，直观的体验和感受，并先提出问题，让学生自己寻找解决问题的办法，培养学生的发现性思维及多样性思维和自我的创新能力。在动作技能形成过程中，采用了尝试，启发，点拨的方法。使学生对新动作有个总体的了解，同时根据不同水平，让学生自主选择辅助练习，完善技能的不同练习方法，使不同层次的学生都能尝到成功的乐趣。同时，还能拓展学生思维空间，超越过去那种“授之以鱼”的被动教学模式，更好地贯彻“授之以渔”的思想，使学生在学习中做到会学、会用、举一反三。通过热身游戏和素质练习游戏，培养了学生的良好的人际关系及合作精神，激发了学生爱国，爱军的高尚思想。

在课的开始部分，选用了创新“集体性”游戏，但是改变了传统的你讲我做的教学方法，让学生动脑思考，发挥想象，创新练习的方法，并在合理运用情景导入的基础上，更易激发学生的参与精神。培养高尚的思想品德。

在技巧学习的过程中，应用多种教学手段，采用直观的图片示范、教师的标准动作示范、甚至多媒体的观看；采用了启发式教学，让学生在安全的基础上敢于尝试，在实践中发现问题，解决问题。教师即使点拨，诱导，使学生由过去的被动学习，变成主动思考，自主活动，自主创造，自我管理的活动方式，同时心理也获得了愉快的体验。在游戏教学中，教

师只提出目的和要求，小组讨论练习的方案，通过比赛，提供了自我表现的机会，启发学生对体育学习的兴趣，并在此基础上提高学生的反应性和灵敏性。其次，通过一些奔跑和跳跃练习和来提高学生的综合素质。

在初一体育教学中，教师要根据体育课是通过身体的各种练习，使体力活动与思维活动紧密结合，掌握体育知识、技能和技巧以及室外上课的特点，行之有效地组织教学。抓好体育课堂常规的组织教学。体育课堂常规是规范体育课必要条件，教师必须严格认真，坚持不懈地抓好体育课常规教育。尤其是要抓好集合整队、服装、精神状态、组织纪律、场地器材的布置与收拾等常规训练与教育。在教学中，教师要严格要求、反复训练使学生变成自觉行动，以保证体育课的顺利进行。抓好体育各阶段组织教学。体育教育过程是由开始、准备、基本、结束四个部分组成的。由于四部分教学内容和学生情绪各不相同。因此，教学中要灵活地组织教学，充分调动学生的学习积极性，切忌出现先紧后松，龙头蛇尾的不良现象。上课前，教师要组织学生布置好场地器材等，为上课作好准备；上课开始时的组织教学特别重要，因为体育课前，学生大部分在操场上进行各种活动，他所注意观察的对象目标较多，思维比较活跃，注意力比较分散。因此在组织课堂教学前，采用趣味游戏。如做反口令训练游戏，将全班学生的注意力集中到课堂上，使他们兴奋的情绪稳定下来：基本部分是体育中的重点部分，教师应力求做精讲多练，语言生动，并不断改变练习方法。如在联系中引入竞争性游戏、不同形式的分组练习等，提高学生兴趣。结束部分，学生情绪极易松懈，此时教师的组织教学更不能忽视，后采用一些调解情绪和恢复体力的放松性练习，保持学生兴趣，如舞蹈放松，同时做好利用结束部分对课堂进行小结。

同一教材的组织教学。在体育课中，同一教材在不同课时重点练习的难道要求是不一致的。如初二年级的实心球投掷的教学，第一次课的要求是教会学生投掷方法。第二次则要求学生初步掌握投掷方法，通过多次重复练习，让学生找到掌

握正确技术动作的感觉，才能使學生进一步掌握投掷方法等，每一次重复练习的难度都有所提高，最终达到合格标准。对此，教师在同一教材的重复练习，如果每次都采用同样的组织教学方法，学生自然会感到枯燥无味而分散注意力。不同教材的组织教学有其不同的特性。因此，教师在教学与教材特点有机结合，改变传统中单一的千篇一律的组织教学形式，变学生被动的接受为主动的学习，从而充分发挥每个学生的主动性和创造性，提高教学效果。如田径教材的“跑”，教师可以充分利用跑的特点，运用竞赛、奔跑游戏等增加教材的趣味性。

根据学生的生理特点和心理特点主要表现为：有意注意时间短、兴奋过程和无意注意占优势，好奇、好动、好模仿、好竞争等。同时，一节课中，学生的注意力、意志和情绪等心理活动的变化也是不同的。教学中，教师要充分利用初一学生生理和心理特点进行组织教学。合理安排教学内容。由于学生注意力在课的前半部达到高峰，意志力在课的中后部达到高峰，情绪则在课的后半部达到高峰。根据这一特点，教师在组织教学中应把新教材安排在课的前半部分。有利于学生对新教材的学习、理解和掌握。在课的后半部分则应安排一些游戏性较强的内容，激发学生兴趣，同时要做主教材和辅助教材的搭配，尤其抓住主教材的内在联系进行组织教学，以提高教学效果，灵活动用组织方法，针对学生生理和心理特点，在教学中，教师的组织教学要尽量体现在“新奇、活”的原则，采用多种多样的，生动活泼的，使学生能够产生强烈兴趣和新鲜感的组织形式，以增强教学的吸引力，激发学生的学习兴趣和热情。如一节课中，教材之间的衔接，传统的调队方法显得机械、死板、单一，且容易出现散乱的状况，而此是教师采用游戏或舞蹈等教法进行衔接，即会使学生感到新奇，又会使教学活而不乱，顺利过渡。

同时，教师在教学中充分发挥“手势、眼神、语言”的作用，既用“手势指挥、眼神暗示，语言激励”组织方法。“手势、眼神”具有无声的语言，更具有其它组织方法不可替代的作

用。总之，教师在教学中要根据具体情况，灵活运用组织方法。保证教学过程的顺利进行，从而实现教学目的。教育是知识创新，传授和应用的主要基地，也是培养创新人才的摇篮。由此可见，让课堂充满创造力，促使学生产生兴趣，调动他们的学习热情。必须着眼学生，从学校实际出发，下面略谈下我的一节初一篮球课。

体育常识课教学反思篇八

有学者说：教师的成长=经验+反思。一个教师或许工作了三十年，如果没有反思，也只是一个经验的三十次重复。上海教科院教授顾泠沅说：反思是教师选择以“最大化”成长方式，它能使教师始终在能力的边缘工作。因此，我想从近些年体育教研组宏观教学实践和微观教学理念中谈谈个人的观点与反思。

1、“基本技能”教学中主要存在的问题。

(1) 新课程标准对水平四运动技能目标是“发展运动技战术能力”。在实际教学中，一些教师在具体的某个项目基本达到了课标的要求，但从与学生和教师的交流中了解到学生平时学习“基本技能”时，内容比较单一，或很少涉及“基本技能”要求的内容，而用“自主活动”或“较为安全”的活动代替。

(2) 对运动技能的动作重点、难点学生掌握欠够，如“武术”中动作与眼神的配合不够，是“形似而神不似”以及人的精神状态不够投入；“前滚翻”中“低头抱膝团身”动作中“低头抱膝”不及时；跳山羊中“提臀分腿”动作应该是先“提臀”后“分腿”，学生往往是还没“提臀”就“分腿”等等。

(4) 现在在体育课堂教学中教师也热衷于培养学生的创造力。这并没有错，但体育课堂教学中学生的创造性学习和练习应

该是在掌握一定的基本技能的基础上进行，否则一是学生在还没有掌握“基本技能”的前提下，“创造”又何从谈起，具有一定的盲目性；二是有时某个技术动作没有一定的“基本技能”，让学生去“创造”具有一定的危险性。

2、“体能教学”中主要存在的问题。

当前初中体育教学存在重表面、轻实效、忽略整体性的现象。在新课程实施过程中有相当一部分教师迷失方向，过分强调“情景”、“快乐”、“成功”教学，淡化甚至放弃体育课堂教学中的素质练习，学生没有生理和心理负荷，体育课基本上成了活动性、组织性的、管理性的课，学生体能的发展成了一句空话，学生仅仅获得浅层次的趣味和无需努力的所谓“成功”。所以教学中必须体现体育学科的特性，以身体练习为手段，让学生充分活动，并在活动中学习、感悟和提高，伴随着知识技能的掌握，体能慢慢增强。

3、“基本知识”教学主要存在的问题。

(1) 学生对体育运动术语了解不够；对自己的身体也缺乏足够的认识；这将影响学生对体育活动的兴趣、关注和参与程度，以及对体育文化遗产的曲解。这就要求体育教师平时教学用语必须规范，要用正确的体育术语，体现体育学科的知识性和文化性。

(2) 学生对在体育活动中如何避免危险了解不够，可以看出教师宣传少、安全意识不强或者说手段、方法简单、没有给予正确的引导，出现安全问题将影响学生参与体育活动的信心和热情。当然也必须正确处理竞争性、冒险性和危险性关系，不能因为某一内容有一定的危险性就不教不学，要不学生的竞争性、冒险性、勇敢精神等意志品质的培养就无从谈起。

对当前初中体育教师在教学中的现状的分析和反思，其价值

远远超过现状本身，教师要明确学生才是课堂教学中“主体”，使学生对教学活动的参与不仅仅是行动上的参与，更重要的是思维上的参与，让学生的“主体”作用真正落到实处。

能仅注重社会价值，而忽视学生的个体价值，从而难以调动学生学习的主体性。教学目标中要把国家需要、社会需要和个体需要紧密结合方能调动学生学习的积极性。

3、对体育知识传授的反思：体育基础知识的教育必须和生活与体育活动时间结合，应该在体育实践中随堂就课教育，这样学生更容易理解、掌握以及灵活运用。而现在有的学校在每周三节体育课中有意单独安排一节课坐在教室学习体育保健知识，是没有根据的，是对增加学校体育课时意图的曲解。

4、对体能教学的反思：既要全面发展，又要突破薄弱环节，合理选择教学内容，要“抑其过而补其不足”，促进体能全面发展。如实心球成绩不好的原因：从学生角度看主要是身体瘦弱、力量较差、协调用力能力差、技术不到位；从教师和课堂教学来分析主要是教学内容以手段单一，课时安排相对少、教学缺乏整体考虑能。其实不难发现无论在公开课还是日常的教学课中，我们看到更多的是发展和促进下肢力量的练习，有关发展上肢力量和上下肢协调用力能力的练习较少，如有也仅仅是围绕实心球单一动作的练习，且受客观条件和安全因素的考虑，活动次数非常有限，这就要求体育教师要合理安排教学内容，有针对性的全面发展学生体能。

5、对教学内容和教学方法设计的反思：教学方法和教学内容要开放。我们要改变把体育课变成“达标课”、“素质训练课”的作法。在目标统领下，着眼于“对生活有用”和“对终身发展有用”的体育知识和技能，加强教学内容和学生课外体育活动、生活及现代社会的联系，关注学生的兴趣和经验，增加健身性和趣味性强的球类、舞蹈、民族传统体育和新兴体育运动。倡导“自主、探究”的学习方式，主张一切

教学活动以学生为主体，使学生在自主学习中培养学生独立思考的能力和自我锻炼的能力；在探究学习中培养学生解决问题的能力 and 感受知识和技能形成过程和日常生活的联系。

生感受到教师是朋友，是伙伴；善于控制情绪，让学生保持愉悦的心境参与体育学习。

7、对课堂教学手段的反思：（1）“健康第一”，安全更不可忽视。为了更好的在安全的前提下达成教学目标，要针对本节课的主要内容和学生身心特点，采用“游戏+课题+导入”的教学理念为主题，使学生的身体机能和心理状态得到预热。同时也转移了学生对枯燥乏味的田径课或不感兴趣项目的注意力。（2）激发兴趣，例如，在传球游戏过后老师开始提问：“同学们，你们知道在学习与生活中有哪些与投掷有关的活动？”“投篮。”一位男学生抢声回答。“扔纸团”、“套圈”、“扔飞镖”等有很多？？老师提高声音说：“不错，你们说的都很对。“今天，我们就以投远、投准为目的、为主题完成学习内容。投掷方式可以创新，看谁的投掷动作最具新意。好吗？”。“好”同学高声地回答。激活学生的学习兴趣。（3）注重运动过程的参与体验，在课堂实践中老师要宽厚待人，严格施教。例如：在侧平举踏步成体操队形散开时，由于少数同学没有听讲，在下面讲话、做别的事情，把老师要求动作做错了，老师马上说：“可能是由于我没有讲清楚，咱们重做”。老师没有批评同学，而是自己主动承担了责任。下面的内容同学们完成的很好。我认为作为教师应该主动承担责任效果会更好一些。由于导入方法恰当，同学们参与活动的积极性很高，互相启发、互相激励，学生根据自己的学习与生活经验设计练习方式，并以“课题+趣味性练习”为载体，让学生在享受锻炼乐趣之余，体验集体合作获取成功的喜悦心情。就在他们意犹未尽之时，老师开始了主题内容的练习。这样不但完成了设计的内容，同时还创造了更加丰富的锻炼形式，使得创新精神、创新意识、创新能力得以承载和发扬。总之，当前的初中体育教学不应该仅仅是运动技能的形成、巩固与熟练，体能的不断增强、

体育知识的建构与运用、还应该是学生的情感的丰富、细腻和态度、价值观的形成和完善，同时更应该关注学生的个体差异，帮助学生认识自己的优势，发展自己的潜能，引导和按照学生的兴趣和特长进行运动，在体育活动中找到属于自己的乐趣，形成自我锻炼的习惯。

习惯时，你会感到你已插上了神奇的翅膀，运动场将变成你遨游的蓝天！

20xx—12—23

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](#)

体育常识课教学反思篇九

通过文献资料和研究调查，以及实践中总结，发现我们现在的学校中，女子篮球教学计划全部是以技战术教学为主，没有把规则的介绍列入教学计划，从而导致了我们的学生，在学习篮球之后，大多数女生还不知道什么是走步球，什么是两次运球。在以往的教学过程中，我们一般把篮球规则作为理论课的教学内容，从来没有纳入实践课的教学之中，学生在理论课上，听讲的能力一般，况且，女生对于篮球的热爱程度本

身就不是很高，所以，理论课讲完后，能记住的很少很少。所以才导致了，在学院的篮球赛中，出现了女生抱着球满场跑，还有故意用脚去踢球的行为出现，这些问题值得我们深思。另外，女生参加篮球运动的兴趣不高，我们也要在教学中解决好这个问题。在教学中，我们教师一般是按着教学计划往下进行，所以，要改变这种现状，我们就要从我们的教学计划中，想办法。从而制定一份更好，更适应我们女生接受的教学计划。

在中学体育教学中，我们要考虑她们掌握篮球技术的现状，为我们的教学做好向导。在教学中，我们要教授篮球技术，还要讲解篮规则，所以，在教学计划的制定中，我们要进行改革，做出一份更好的教学计划。

包括滑步、后撤步、侧身跑、后退跑、急停。

在这个计划的制定过程，考虑的是学生以前在初高中学习基础差，再次进行学习，加强他们对于篮球运动中防守的练习。在本次教学中，可以辅助以游戏来进行，加强学生学习的积极性。另外，我们要打破常规的教学方法，不单单只限于动作技术的教学，我们要在室外课堂的教学中，加以篮球规则的讲解。比如说，在这一课时中，我们可以在讲解滑步的同时，给学生讲解在比赛实践中所运用的方法，滑步主要用于比赛的防守中，所以在这里，我们一定要向学生讲解规则中涉及的部分规则，比如“合法防守位置”、“圆柱体原则”、“阻挡”、“带球撞人”等。这样，让我们的学生在学习技术的同时，让他们明白什么是正确的防守位置，什么是正确的防守方法，避免在课余参加篮球运动时，造成无谓的犯规。所以说，在这一个课时内，我们不但完成了动作技术的教学，而且让学生掌握了一些简单的规则，提高了学生对于规则的了解程度。以前专门组织讲解规则，听的时候都很认真，下来后，在实践中运用的远远不理想。我们现在这种，技术加理论教学的’模式，提高了学生学习的兴趣，加强了学生掌握理论知识的能力。

包括原地的高低运球、原地的体前变向运球、行进间直线快速运球、行进间体前变向运球。

在这一课时的制定中，考虑到原地运球是基础，练习原地运球是为了给行进间运球打好基础，另外是让学生第一次触球时，增加手对球篮球的感觉，也就是球感、手感的练习。

在本节课中，涉及的规则有：非法运球（两次运球）、走步球、脚踢球、翻腕、球回后场等。

原地传接球练习，抱抱双手胸前传接球，单手胸前传接球，单身体侧传接球，反弹球。行进间传接球，抱抱行进间短传配合练习，行进间长传配合练习。涉及规则：漏接球、三秒、五秒、八秒、二十四秒。

行进间单行抵手投篮、行进间单手高手投篮。规则讲解：比赛时间4×10分钟，暂停、换人。

交*步持球突破

罚球练习，附带讲解罚球站位及规则。规则讲解：侵人犯规和技术犯规、违反体育道德犯规。

讲解一场球的组织，及裁判员的执法程序。