

# 最新中学体育与健康教学总结论文题目(精选5篇)

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。那么，我们该怎么写总结呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 中学体育与健康教学总结论文题目篇一

本节课以“健康第一”、“快乐体育”为主导，以增进学生对体育活动的兴趣，提高身体素质及能力为核心，培养学生终身体育的意识为最终目标。通过循序渐进，从易到难的教学过程，使学生在掌握一定运动技能的基础上，发现并逐一解决课上生成的一些疑难问题，层层深入，让学生自己探究、自主学习，激发学生学习兴趣，激活学生的思维与创新能力。课程内容贴近生活实际，教学方法的设计操作性强。同时让学生在团结友爱的环境中感受到集体的温暖和情感的喜悦，使学生形成合作的意识。

成功之处：

- 1、基本实现预期目标，不仅学生的情感、态度、价值观得到体现，也体现了学生自主探究、合作的学习方式；培养了学生团结互助、协同合作的意识。
- 2、打破传统的枯燥、死板的队列练习教学模式，通过创设出的情境来集中学生的注意力，取得一定的成效。
- 3、通过游戏让学生能够充分的展示自我；对自己及同伴做出准确的评价，学生与教师之间建立和谐的师生关系。

不足之处：

- 1、由于传统教学模式的影响，还不敢大胆地将学生的活动放开。
- 2、为了一节课的圆满，有的地方草草收场，练习的深度不够。学生的讨论还不够深入。

兴趣是激发和保持学生行为的内部动力，教学需要把握学生的心理进行

小学生的天性是喜欢玩、好奇心强、争抢好胜的。在教学中要利用学生的这种心理，激发和保持学生行为的内部动力，以学生为主体使主体自身发挥自我教学的作用。

我观察学生跳绳的整个过程。学生往往是开始时的十几秒快，中间的半分钟左右保持在一个比较平稳的状态，最后的接近15秒时间是在体力有一点不能完全支持的状态进行的，跳绳的速度是比较慢的。这个过程是比较符合学生“一分钟跳绳”的体力分配的。但我却发现当学生们在跳完绳之后，有好多的学生还在进行练习，或者是进行其他的活动，没有一点疲惫之态。这个现象说明：学生是完全有体力在一个相对比较高速的状态下进行一分钟跳绳的。

因此，首要解决的是学生跳绳的耐力问题，使学生在一分钟尽可能长的保持在高速的状态下。我采用了把一分钟的时限拉长，变成1分30秒或更长。这种带有训练性质的同时又需要学生付出比较大的努力的活动，学生很容易产生为难、畏惧、退缩的情绪。此时，如果用命令式的方法强行让学生进行练习，学生往往会很反感，在训练中不投入，而且体会不到愉悦感。结合学生比较喜欢“下陆战棋”的特点，我设计了给原本枯燥、单纯的“一分钟跳绳”比赛，改一个名字，冠名为：“跳绳王大赛”。并用“小兵升级”的办法，由“陆战棋”中的各个名称（军\*）来命名：使学生由小兵排

长连长营长……随着一分钟跳绳的只数的增加而升级。这样可以满足学生迫切的成功感和好胜的心理，在娱乐中克服为难、畏惧、退缩的情绪，这样学生的主动性就被充分的调动起来了。

换一种活动的组合方式多一份收获

跳短绳是一项比较普遍而且易于开展的活动。但跳短绳的活动方式比较少，主要是学生个人的活动，较少集体参与，显得过于单一。跳长绳则需要较多的成员共同参与，活动开展就比较困难，同是甩长绳的学生很少有跳的机会，而跳的同学也常常由于不习惯长绳的跳法，很难在活动中得到足够的锻炼和愉悦感。

用一种什么样的方法，把这两种跳绳方法结合在一起，发挥两者的优点？使跳绳变成具有：既益于开展又便于学生个人发挥，具有合作性、集体参与性的活动。

实际的活动中，学生对于这样形式的练习，兴趣高涨。练习可以持续较长时间。这样在不知不觉中学生的耐力就得到了发展。仅仅变换了一种跳绳的组合方式，却收到了意想不到的效果。

## 中学体育与健康教学总结论文题目篇二

目前，我国的中学体育与健康课程教学的水平参差不齐，并没有达到令人满意的有效教学成果。这其中的问题主要表现在以下几个方面：第一，部分中学过于重视学生的文化课程学习，轻视体育与健康课程的学习。这就使得学生没有能够形成积极锻炼身体的意识，出现了文化知识水平与身体素质存在较大偏差的现象，不能实现身体素质和文化知识水平的全面发展。第二，部分中学体育与健康课程的教学项目过于传统，没有随着时代的变化而有所进步。在我国体育教学的传统项目主要包括篮球、排球、足球、田径等项目，这些项

目已经不能满足现代体育教学的需要，许多学生的兴趣十分广泛，已经远远超出了传统项目的范围。这就体育的魅力在学生心中大打折扣。第三，受传统教学模式影响，在课堂上“教”的味道过于浓重。在我国传统的教学模式往往是以教师为主，学生只是被动的接受知识。在现代的体育与健康的教学中，学生应该是教学课堂的主体，教师在课堂知识起到辅助的作用，两者的位置关系是不能互换的，否则对于教学目标的实现是十分不利的。

## 2在新课标下，对体育与健康课程有效教学的正确理解

体育与健康课程是中学生的一个必修课程，它主要是在“健康第一”的指导思想下，以身体锻炼为主，保证中学生身体健康。学生的进步与否是衡量体育与健康课程教学是否有效的最佳标准。对新课标的正确理解主要有以下几个方面：第一，新课标下，课堂教学应该由以教师为主转向以学生为主，如果学生在体育与健康课程学习中获得了健康知识并且增强了自身的身体素质，那么我们就可以认为体育与健康课程的教学是有效的。第二，在新课标下，教学效性不仅仅是指学生的自身素质的增强，还包括学生的适应能力的增强，心理健康水平的提升。第三，以“健康第一”的指导思想，促进学生身心健康成长；激发学生体育活动兴趣，培养学生终身体育意识；以学生发展为中心，重视学生的主体地位；关注个体差异与不同需求，确保每个学生受益为教学要求，明确教学目标。从总体来说，体育与健康课程的有效教学表现在对学生的世界观、人生观、价值观的树立所起到的积极推动作用。

## 3中学体育与健康课程实现有效教学的建议

中学体育与健康课程对中学生的身体素质增强和健康知识的掌握有着举足轻重的作用。通过对中学体育与教学课程的现实状况进行研究分析以后，我们不难看出体育与健康教学是存在着许多有待解决的问题。针对中学体育与健康课程教学

的有效性不足，提出以下几点建议。

### 3. 1明确体育教学目标，精选教学内容

教学目标是中学体育与健康课程教学的核心，一切教学都应该仅仅围绕着这个教学目标展开。在人教版的《体育与健康》的教材中，把《自觉参与和科学锻炼》章节分为了“自觉参与体育锻炼”和“全面发展体能与科学锻炼”两个部分，做到了内容的精选和细化。本章的教学目标是实现学生的自觉锻炼的意识，掌握科学的锻炼方法，培养出学生终身体育的观念。在本章的第一节中为了让学生形象的明白有规律的进行体育运动的好处，以张帆和王飞学习篮球的不同结果为例，引导学生去明白自觉有规律的参与体育锻炼的好处，不再是硬生生灌输给学生。教材的这种内容安排极大地明确了教学目标。只有教学目标明确了，才能真正的增强教学的有效性，从根本上减少教学的模糊性、随意性、散漫性，提高教学的效益，节省教育资源。教学目标的明确使得中学体育教学更加注重有效性的提高，减少不注重教学内容只是把教学停留在形式的层面上的情况出现。

### 3. 2关注学生的心理健康，促进学生全面发展

教书育人是中国最基本的、最古老的，也是目前教学最应该具有的教学理念。新课标要求全面提升学生素质，使学生可以实现身体素质和健康知识水平全面发展。体育与健康的教学既包含学生身体素质的培养，也应该注重学生心理的健康发展。既注重学生身体素质的培养，又注重学生心理的健康发展的教学模式打破了以往教学不看重培养学生心理健康的教学方式。这有助于实现新课标中培养学生“心理健康、社会适应”的目标。两者并举、两者并重的教学形式要求教师要树立高大的形象，利用自己的人格魅力来引导学生，挖掘学生的情感因素。教学也应该实行积极地互动形式，通过学生之间的交流或者互帮互助，使他们感受到体育的魅力，看到教师的人格魅力，从而受到积极因素的熏陶，产生积极地

情绪，最终实现身心的健康发展。

### 3.3 建立协调的师生关系，打造和谐的教学环境

在教学中，教师和学生是最主要的参与者。教师和学生的关系协调有助于教学的开展和教学目标的有效实现；反之，如果教师和学生的关系出现对立，这将使得教学很难继续下去，最终导致教学的失败。在教学中，教师要努力展现自己的人格魅力，提高自己的威信，使学生信服自己。只有有了学生的信服和支持，教师才能做到让学生听话。另外，教师应当公平的对待每一个学生，尽量减少单独与个别的学生相处，否则会降低教师在学生中的威信，而且使其他学生感到自己被边缘化了，这十分不利于整个学生团体的团结与友善的。只有教师和学生体育与健康的教学中相互尊重，相互信任才会打造出和谐的教学环境。在这种积极和谐的教学环境中，十分有利于学生的自我发展，有利于体育与健康教学的有效性的提高。

### 3.4 培养学生体育兴趣，树立终身体育观念

新课标对于培养学生的体育锻炼的意识也提出了更高的要求。现代的. 学生有很多室内活动，比如：看电视、打游戏等等。这就在无形中减少了学生的户外活动时间，使得学生的身体素质下降。行动源于意识，所以培养学生的运动意识，使学生养成运动的习惯至关重要。新课标提出要以“健康第一”为指导思想，大力加强培养学生的终身体育观念。观念的形成，习惯的养成都要从学生的兴趣下手。俗话说“兴趣是最好的老师”，只有学生对运动产生了兴趣，才会产生养成运动习惯，树立运动意识的动力。我们可以通过增加体育项目，改变教学方法等多种手段提高教学的趣味性，吸引学生的注意力，完成新课标的要求。因此，兴趣是最强大的动力，培养学生的兴趣至关重要。

## 4 结语

在体育与健康的教学过程中，既要加强学生的身体锻炼，又要加强健康知识的普及，最终才能实现学生的身体素质和心理健康的全面发展。学生通过课堂的学习，实现了自身的素质的全面提升，这就是体育与健康教学的有效性的充分表现。针对教学中存在的问题，体育教育工作者需要不断的进行研究和分析，促进教学的发展，适应学生的自身情况的变化。所以，体育与健康教学的有效性的提升是一个长远的过程，需要体育工作者不断努力。

### 中学体育与健康教学总结论文题目篇三

中学体育与健康课要进行快乐教学, 游戏课的教学是很重要的一项, 游戏教学能活跃课堂气氛, 对青少年的思维, 促进智力, 体力的. 发展有很大的帮助作用, 游戏课的教学是促进学生身心健康全面发展的重要环节.

作者：作者单位：刊名：内江科技英文刊名[]neijiangkeji年，卷(期)：200930(12)分类号[]g80关键词：体育与健康课游戏教学体力

### 中学体育与健康教学总结论文题目篇四

摘要：随着社会发展和生活方式的改变，“健康第一”成为体育教学的指导思想和理念。然而，目前中学生群体仍存在诸多健康问题，制约了体育教学的发展。以问题为导向探讨体育与健康的关系，探索教学模式的改革，对提升体育教学质量 and 促进学生健康成长具有重要意义。

关键词：中学体育；健康教育；问题；对策

随着社会发展和生活方式的改变，“健康第一”成为体育教学的指导思想和理念。然而，目前中学生群体仍存在诸多健康问题，近视、肥胖和心理亚健康等发生率较高，缺乏运动、低头久坐和过度饮食等不良生活方式和饮食习惯普遍存在，

制约了体育教学的发展。以问题为导向探讨体育教育与健康的关系，探索教学模式的改革，对提升体育教学质量和促进学生健康成长具有重要意义。

## 一、中学体育与健康教育存在的问题

（一）疾患和亚健康人数增加。青海省小学生、初中生和高中生近视发生率整体呈上升趋势。农村学生体现出自我封闭性较强、交流主动性较差等问题，并存在一定的心理健康问题。另外，随着生活方式的改变，青少年学生超重和肥胖患有率不断升高。

（二）健康教育不足，学生缺乏健康知识。健康行为的养成和不良习惯的改变以科学知识和认知态度转变为基础。然而，长期以来中学体育教学重视技能训练，忽视健康教育和心理卫生知识的普及，使学生未能深入理解运动对健康的促进作用，未能掌握基本的运动理论和创伤预防知识。知识缺乏与运动准备不足、运动创伤发生等有一定的关系，进而影响运动积极性等。

（三）体育教学模式相对滞后，学生缺乏积极性。应试教育的不良影响尚未完全消除，社会甚至学校对体育教学的重视程度尚不足，加之教学模式转变期间教学理念、教学方法、器材和场地以及学生健康认知缺陷等诸多因素的限制，体育教学未能激发起学生对运动的兴趣，学生普遍缺乏主体意识和参与意识，倾向于以应付达标为主。

## 二、中学体育与健康教育发展策略

体育是一门与健康密切相关的课程，如何在新的形势下改革体育教学方式和内容，在培训运动技能的同时，促进学生身心健康，使学生养成良好的行为习惯是一个值得思考的问题。

（一）转变观念，积极落实“健康第一”的指导思想。从思



想理念、教学方式和教学内容等方面加快向素质教育的转变，积极落实“健康第一”指导思想。将实践技能训练与理论知识相结合，使学生了解更多健康方面的知识，提高自我保护能力。

（二）加强师资队伍建设。在传统观念影响下，教师普遍具有较好的运动技能传授经验，但缺乏全面系统的理论知识和健康知识，存在知识面狭窄等局限性，已不适应素质教育下体育教学的发展和学生的需求。应通过网络和现场培训等方式开展继续教育，加大对师资队伍的培养力度，提升其业务技能、健康素养和理论水平，引导教师重视知识普及，积极探索创新，根据学生特点采用适宜的教学模式，提升教育教学质量。

（三）健全和完善体育课程体系。体育课是一门参与性、互动性极强的课程，充分利用学校资源，发挥学生的主观能动性，可明显提升教学质量和教学效果。因此，学校应根据总体目标，以问题为导向，结合学生特点、教学资源拥有情况，将技能训练与发展个性、增强体质、培养健康意识和行为习惯并重，健全和完善体育课程体系。

1. 体育教学内容。在传统技能训练的基础上，应增加理论知识讲授、健康知识传授和心理教育等内容，使学生充分认识体育对健康的重要性。在教学中避免单一化、教条化，针对不同的学生设置个性化的教学内容，提高学生的参与性和积极性。坚持全面训练、重点培养的原则，引导学生积极参与训练，培养形成一至两项可终身开展的运动项目，使体育真正服务于终身健康。

2. 建立全新的体育教学评价体系。既往体育教学效果的评价以学生技能达标得分为唯一依据，严重制约了体育课改革和教师创新意识。应在“健康第一”的指导思想下，积极探索建立符合新健康观和新课程目标的评价方式。探索建立纳入技能达标、健康理念、理论知识、健康状况为一体的评价体

系，以全新全面的评价方式促进改革，引导课程体系建设和观念转变。

（四）加大投入，改善运动条件，使教学内容多样化。探索建立以学校特色体育项目为特征的全面发展的教学体系，通过特色项目激发学生参与运动的积极性。加大资金投入，改善运动条件，丰富教学方式和教学内容，给学生提供充足的课外活动机会，使学生逐步养成良好的运动习惯，体验运动带来的益处，养成终身运动的习惯。

#### （五）加强普及宣传和监督管理

开展教师课件大赛、学生健康知识竞赛、趣味性和竞赛性运动比赛、知名运动员讲座等活动，积极发展特色项目并参与高级别竞赛，营造全校师生重视体育、关注健康的良好氛围。认真贯彻落实以“健康第一”为理念的教学体系、评价体系和管理制度，树立改革意识，同时推进课堂教学和课外活动的协同发展，逐步提升体育教学质量，促进学生健康发展。

## 中学体育与健康教学总结论文题目篇五

教学设计中，以坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。运用游戏、比赛等练习形式激发学生的运动兴趣。通过讲解、示范，指导学生积极的学习，所采用的引导、鼓励、表扬等激发学生的共同参与。

在教学时，按循序渐进的方法，先进行单脚跳、双脚跳的动作进行复习，然后反复由教师口令指挥学生进行练习，辅以讲解、表扬和纠错。接下来运用游戏法加强练习效果，经过多次讲解纠错指导，学生掌握的动作都有不同程度的进步。辅助教材是上肢活动为主的游戏，体现了全面锻炼原则，促进学生身体素质全面发展。

教师要钻研教材，丰富教学经验。当学生存在练习困难时，

教师光反复强调动作要求和动作方法，没有从学生的实际出发，让学生通过亲身实践怎样去纠正错误动作，那是不能提高教学效果的。应该加强对困难生的单独辅导，学生乐于接受教师的亲自指导，要比同学间的指导更有效。特别是技术动作方面。教学方法要合理采用。我在教学跳进沙坑时，在沙坑前放了一块小垫子，这对学生立即进入练习角色提高了练习难度。学生本来对动作掌握的并不是很熟练，动作还不够很协调，当一块小垫子放在沙坑前时，学生对跳进沙坑存在了心理障碍，动作就变形了，应该在待学生反复熟练练习后再增加难度，不要急于求成，反而使教学失败！

在授课的过程中有以下几点还需加强：

- 1、教师的语言要接近学生的年龄，这样才能更好地体现学生的主体地位，学生容易接受教师的指导，学生的学习效果会得到提高。
- 2、培养学生良好的习惯是一个长期的工作，要坚持不懈地培养学生良好的身体姿态，树立“健康第一”的思想。
- 3、加强组织纪律教育，加强课堂的组织，课的始终以兴趣引导学生，但也要加强对学生组织纪律性的教育，强调安全教育。

教师要把握好课的节奏，各部分时间分配要合理：前面复习单脚跳、双脚跳占用时间比较多，后面游戏时间就显得不够，没有充分把游戏做开，学生游戏意犹未尽。课的结束部分仓促，学生就有点不听指挥，教师课堂驾驭能力需要加强。教学内容衔接要合理：主教材结束是比赛游戏法、紧接着辅教材又是一个游戏，学生不可能紧接着连续两次高度兴奋投入练习。课的内容衔接应该更合理一些。场地安排需要更多考虑安全因素；练习场地为硬地，练习存在一定安全隐患，应该增加一些安全保护措施，平时也可以多进行安全教育。