

2023年肩肘倒立教学反思中班(汇总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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

肩肘倒立教学反思中班篇一

根据教学内容的需要，运用小垫子布置了一个椭圆形的场地，尽量发挥“小场地多用途”的优势，诱发学生的练习兴趣和热情。小垫子的摆设整洁、美观。

整节课围绕小垫子进行练习。基本部分用小垫子进行肩肘倒立的教学。教师讲解示范效果好，有利于组织教学；好组织，好调动，只要向学生交待清楚完成动作的方向、位置调换，学生很快配合，移动迅速，节约了时间，增加了练习的次数。

小垫子提倡一物多用。除了作为学习肩肘倒立的器木才外，在素质练习时充分发挥了它的作用，仰卧起坐、背起练习，利用小垫子进行蛇行跑，发展学生跳跃能力的练习等。在课的结束部分，又利用小垫子进行放松，提高了小垫子的使用率。

在教学预设的过程中对于学生可能出现的问题考虑得比较细致，可是在具体的实施过程中还是有不尽人意的地方。如学生有些紧张。准备部分的.身体练习不够充分等。在教学过程中，必须以学生的发展为中心，关注学生的个体差异和不同需求。教师在组织教学中要尽量采用使学生能够产生强烈兴趣和新鲜感的组织形式，以增强学生的吸引力，激发学生的运动兴趣。课堂中必须注重学生学习和锻炼过程中积极的情感体验，力求做到精讲多练，语言生动，并不断改变练习方法，同时为学生提供广阔的空间，让学生在愉悦和谐的氛围中学习，达到教与学的和谐统一。

肩肘倒立教学反思中班篇二

一、教学目标

- 1、运动参与：通过自学、互学、评价激发学生自觉参加体育与健康课的学习欲望。
- 2、运动技能：85%以上的同学能理解肩肘倒立，70%的学生能自己做好动作。
- 3、身体健康：发展学生的柔韧性和全身的协调性。
- 4、心理健康：设置多层次教学目标，面向全体学生，使每个学生体会成功，增强个人的自尊和自信。
- 5、社会适应：在小组学习中，学会合作，发展社会交往能力，能开展互学、互评。

二、学情分析

这个年龄段的学生主要特点是有一定的好胜心，兴趣广泛，乐于接受挑战，尤其是男生对公众人物有一定的崇拜和向往，爱表现自我，同时还存在着任性和依赖性。因此在教学过程中不时要用引导和激励的语言来调动其积极性。

三、重点难点

重点：翻臂夹肘，展髋绷脚。

难点：挺拔笔直。

四、教学过程

一）、课堂常规

- 1、成四列横队站立体育委员整队，并检查人数？
- 2、向老师问好，静听

教师活动：

- 1、指导观察；
- 2、向学生问好，宣布本课内容。

二）、准备活动

- 1、一路纵队慢跑，并在老师带领下进入练习区
- 2、自由操

教师活动：

- 1、领跑进入练习区
- 2、讲解、示范、口令引导

三）、新授：肩肘倒立评论.

- 1、传球游戏
- 2、体前屈后倒垫上举

要点：膝关节伸直，双脚并拢，脚面绷直，双手压垫

- 3、压垫伸髋，脚尖上顶(保护与帮助)

要点：倒垫迅速，压垫有力

教师活动：

- 1、讲解、示范并组织进行游戏
- 2、在游戏过程中提醒学生要点?
- 3、讲解、示范
- 4、在练习过程中提醒学生要点?
- 5、巡回指导、纠错
- 4、保护与帮助

方法：帮助者站在练习者身前；当练习者上体后倒、收腹举腿后，帮助者立即上垫，两手握住练习者的踝关节上提，同时用膝关节顶其臀部，示意练习者收臀，绷脚尖向上用力保护帮助下做肩肘倒立。

五、练习与展示

一）、肩肘倒立练习

要点：上体后倒腿上举，两臂夹肘时紧压垫，屈肘内收手撑腰，伸髋挺腹腿蹬直

二）、展示与评价?练习保护帮助

游戏活动

1. 听取规则、要求
2. 练习

教师活动：

1. 讲解
2. 参与练习

六、结束部分

- 1、放松活动
- 2、课堂小结
- 3、师生再见，收还器材

教师活动：

- 1、组织、引导学生放松活动
- 2、讲解注意事项
- 3、总结评价
- 4、组织整理器材
- 5、师生再见

肩肘倒立教学反思中班篇三

《肩肘倒立》是全日制九年义务教育小学四年级《体育》教材中的教学内容，本课时的教学目标是：进一步学习改进肩肘倒立的技术动作，发展学生的腰腹肌力量、灵活、协调等素质及平衡定向能力，提高学生自我锻炼能力，培养学生的创新意识及互帮互学的良好习惯，体验取得成功的喜悦感；培养学生美感与韵律感，陶冶学生情操。

为了更好地体现用教材教而不是教教材的新课程理念，这节课无论从教学组织形式，还是整个教学活动的实施过程，都体现以学生的发展为本，注重学生创新精神和实践能力的培养。

充分发挥了小组长的作用，由小组长带领本组同学根据老师的要求，利用小垫子共同创编练习的形式，不仅锻炼了身体，还培养了学生积极思维、动手、动脑的学习风气。

从课堂效果看，每一个学生都充分发挥了自己的聪明才智，不但动作编排新颖，而且积极主动、认真学习的态度以及优美的动作确实让大家振奋，给学生提供了广阔自我发展空间，所以才能有如此的效果。

根据教学内容的需要，运用小垫子尽量发挥“小场地多用途”的优势，诱发学生的练习兴趣和热情。小垫子的摆设整洁、美观。

整节课围绕小垫子进行练习。基本部分用小垫子进行肩肘倒立的教学。教师讲解示范效果好，有利于组织教学；好组织，好调动，只要向学生交待清楚完成动作的方向、位置调换，学生很快配合，移动迅速，节约了时间，增加了练习的次数。

肩肘倒立教学反思中班篇四

一、本课教材：肩肘倒立（第二次课）

二、指导思想：根据体育健康标准的要求，本课在教学中坚持“健康第一”的体育教育思想，激发学生的运动兴趣，注重学生的主体性并关注学生的个体差异；培养学生的小组合作和竞争意识，以及自主探究的学习能力，创新精神和实践能力；达到教与学的和谐统一。

三、学情分析：

1、教学对象：小学五年级男女生

2、知识、技能基础：有一定的知识、技能基础，但在知识的理解、技术的掌握和学习的方法、兴趣上存在着一定的差异。

为此，在教学中关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生受益。

3、心理素质、身体素质特点：心理素质处于思维的活跃期，思路比较敏捷，乐于思考组织纪律性和自信心以及集体荣誉感较强。身体素质处于生长发育阶段，呈现出身体素质发展不均衡的特性。

四、教学目标：

认知目标：

- 1、使学生了解动作概念以及完整动作的相关原理，学会自我评价的方法。
- 2、通过研究和想象用羽毛球、球网来创作编织“奥运”的意识。

技能目标：

- 1、较好地掌握肩肘倒立动作方法，能够较稳定、高质量地完成动作。
- 2、发挥学生的积极性、想象力和合作精神，较好地完成游戏任务。

情感目标：

主动参与，积极创新，欣赏自我；增强个人的自尊和自信，培养学生互帮互学、一丝不苟的优良品质，体验取得成功的欣慰感。

五、教材的重、难点：

- 1、重点：压臂举臀，两手撑腰。

2、难点：伸髁立腰，连贯优美。

六、教学程序设计：

1、开始部分：除常规教学外，安排了队列队行——按所报数齐步走立定练习。

2、准备部分：安排了几节徒手操，并模拟解放军叔叔进行行军操练，通过多种障碍如冲过战壕、投弹、跑过独木桥、走过沼泽地、爬过铁丝网、滚过草地、越过小山包、穿过树林、跨过小河等对学生进行磨练教育，学习解放军叔叔训练的刻苦精神。同时，利用课件来激发学生的学习兴趣，提高自信心、克服困难、勇于进取较好地完成这次行军任务。

3、主体部分：

（1）利用多媒体导入本课主教材——肩肘倒立，让学生通过观察、想象“雨后春笋”的形状和样子，提出质疑——你能不能用自己的身体将春笋正直、挺拔的特点展现出来，这时学生通过观察、想象，展现出各种动作。教师利用课件总结出几种如直立、手倒立、头手倒立、肩肘倒立等，导入课题肩肘倒立。

（2）教师通过课件集中讲解肩肘倒立的动作并示范，组织学生根据教师的讲解示范进行分解练习上体前倒手触脚—后倒翻臀臂压垫—屈肘内收手插腰—伸髁挺腹腿蹬直。教师巡视给予指导纠正，找学生进行示范并点评。组织学生进行完整动作的练习、展示。

（3）教师利用课件讲解示范保护和帮助的方法，组织学生两人一组进行练习，教师巡视观察指导，让学生体验肩肘倒立的规范动作并进行展示。

（4）游戏安排的是编织体育，利用羽毛球和球网进行，先进

行简单的织和解，再编织稍有难度的并和北京奥运会相关，先原地小组研究摆放的位置再进行接力赛。

4、结束部分：利用小垫子和身体摆放我们开发区的英文缩写teda□先小组合作再进行展示，要求全员参与、图形有立体感。

七、备注：

本次课采用体育与信息技术相整合，利用多媒体将本课从开始到结束串联起来并配以不同的音乐，让学生在学习过程中放松心情、愉快学习。

肩肘倒立教学反思中班篇五

本节课教学的目标是：学生能初步了解肩肘倒立动作，知道肩肘倒立的动作过程，懂得动作的要点是“一撑、二挺、三绷直”，通过一节课的教学大部分学生能做出动作。为了更好地调动学生学习的主动性和积极性，这节课无论从教学组织形式，还是整个教学活动的实施过程，都以学生为主，教师只做简短的讲解，示范动作也全部由学生完成，注重学生创新精神和实践能力的培养。

在场地布置方面我作了精心的准备，考虑人数问题我选择了篮球场，垫子之间的距离尽量的放大。但考虑不周全，导致学生在铺满垫子的场地中散点跑动的时候出现拥挤、停顿的现象，场面比较乱。这在以后的教学中要多注意，场地的选择要合适不至于影响教学。

另外，课堂上学生都很配合，一遍一遍的练习不厌其烦，我设计时候的想法是将动作细化，一步一步渐进，但真正练习时似乎每个动作都差不多，给学生的感觉是每次练习都是一样的`动作，也可能治这个动作本来就很单一，每一步的练习差别很小。

再者，既然有垫子就充分的利用起来，所以游戏部分我也设计了垫上的游戏，游戏的效果还不错，但在讲解时存在不足，部分学生没有明白我的意思，尤其在多球游戏时，有一组的学生就是没有明白游戏方法而影响了比赛成绩。所以这也告诫我以后对游戏方法的讲解要详细，最后还要多问一句“大家都听明白了没有？”。

总体而言，教学的效果还是不错的基本达到了预定的教学目标，教学中存在的缺点和不足还有待在以后的教学中不断的总结和弥补。