

# 跳长绳的教学反思中班(大全5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。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 跳长绳的教学反思中班篇一

依据新课程标准，本课坚持“健康第一”的指导思想，以提高学生身体素质和跳绳技能为主要目的，并结合我校大课间的活动内容和小学三年级的身心特点而设计这节课，通过让学生在：“乐中练，动中练，玩中练”，培养学生互相帮助的合作精神和讲解参与跳绳运动锻炼的良好习惯，通过本次课的学习，力争使每个学生都能初步掌握本课内容；体验体育健身带来的快乐，提高我校大课间多人跳长绳的质量。本课的教学重点是掌握多人跳长绳时，多人上绳的时机和跳跃节奏。教学难点是动作熟练和出入自如。

结合以上的教学理念，我的课程是这样设计的：课堂常规——队列练习——绳趣：跳绳穿豆腐、百足虫行走——多人跳长绳——绳趣：扶老携幼、漫步双木桥——结束。教学中我始终在长绳上做文章。让一绳多用，合理利用器材，通过长绳这一器材，结合绳趣，既锻炼了学生的身体素质，又培养学生的互助协作精神。同时注重学生学习能力的培养。体育新课程关注的核心是激发学生学习运动兴趣，促进学生的全面发展。根据学生喜欢上体育课的心理，我在教学中，采用统一学习教学内容的教学方法，但在教学中充分发挥学生的主体作用，培养学生的互助协作精神，提高合作意识。在本课的教学中，我把多人跳长绳的学习分成：持绳和甩绳、上绳和出绳、单人或二人跳长绳、多人跳长绳四个部分学习。在学习过程中，通过师生示范展示内容和要领，让学生学习有明确目的，激发兴趣，提高课堂效率。本课还通过绳趣，能有效地激发学

生的兴趣和积极性，培养学生的互助协作精神。本节课总体来看，教学效果比较好。让学生在愉快的氛围中获得运动技能，锻炼了身体，使体育可变得更加生动有趣。但是，在实际的教学中，还存在着许多的不足。如：培养学生的自主学习能力是一个长期的过程，需要教师不断给学生实践的机会，更需要教师的指导与帮助，那么学生就容易体会到成功的乐趣和学习的快乐。学生在学习过程中，教师要面向全体学生，让每一个学生都有收获，保证每一个学生在不同程度上有进步，从而提高了教学的质量。但在练习中，有个别小组的学生没有按教师的要求去练习，而是在玩其他的内容，虽然教师纠正，但练习效果不是很理想。还有在本节课的教学中，教师的引导作用和随机应变的能力，有待在以后的工作中提高。以及在教学中要不断的自我学习、总结，自我锻炼，从而提高学生的锻炼的积极性，使学生在教师的指导下自主学习，促进身体全面发展，使我的教学水平更上一层楼。

## 跳长绳的教学反思中班篇二

我觉得体育课必须重视培养学生对体育运动的兴趣，独立锻炼身体的能力、终身锻炼身体的意识、态度、习惯，注意提供有意义的运动消遣手段与方式，满足学生运动精神娱乐等方面的追求与享受，为学生的终身体育运动奠定基础。

不管教师在课前做了多少充分的准备工作，教案写的如何的完美，只有当它在课堂得以很好地实施，才能算是一节成功的课，而课堂是老师与学生接触、交流最多的场所，加上体育课自身特点，不同于其它的课堂教学。一节体育课的重点在于它的组织，有了好的组织课堂任务才能顺利完成。

这节课我主要以游戏的方式去达到我的教学目标；游戏：可以使紧张的体育课变得生动、轻松，具有吸引力，激起学生的学习兴趣 and 热情，使之灵活运用走、跑、跳、投掷等基本技能，在竞争中得到锻炼，同时也培养了学生勇敢顽强的好作风及团结互助的共产主义风格，思想和技术双丰收，效果

显著。

随着教改的逐步深入，我认识到要把游戏教学搞好，必须先吃透教材，了解学生的心理特点，从而抓住实质，提高效率。其次是发挥教师的主导作用和教学艺术，处理好教与练的关系。这种应变能力\*平时积累，虚心学习都能逐步丰富。对学生的脾气也不尽掌握，因为“好胜”竟会奋不顾身地只顾荣誉而不管安全。为此，得总结教训，从热爱学生出发，重视安全教育，加强保护工作，严防伤害事故的发生。

但课后我发现存在很多的问题：

- 1、在组织学生方面欠缺经验，在脑海里面没有很多应对的方法，往往浪费了不必浪费的时间。
- 2、虽然备课比较充分，但在实施上对课的流程不熟悉，时间安排不合理，导致最后没有完成教学任务。
- 3、课的密度过大，学生由开始的跳得“快乐”变成跳出“烦恼”，在教学比赛中甚至出现学生累的坐下来休息。

总之，这节课中仍然出现很多问题，我会不断改进，提高。

## 跳长绳的教学反思中班篇三

跳长绳是小学生非常喜欢爱的体育活动之一，可以促进学生下肢力量的发展，培养学生的灵敏性、协调性等身体素质的发展，培养学生团结意识和合作意识。

课前学生对跳长绳已有了一定的基础，本次课是在已有的基础上进行提高，首先是最简单的个人跳长绳；然后是进行趣味的绕8字的跳长绳练习，通过这个练习培养学生的团结合作意识；再次是3—5人集体跳长绳；最后游戏环节是用跳绳作为道具的“快快跳起”。

反思本次课不足的地方：

- 1、对学生的调控较差，学生在八字跳绳环节没有认真听老师讲解，而随心所欲的擅自练习。
- 2、老师的讲解不详细、示范不到位。
- 3、游戏环节老师没有详细讲解规则，学生游戏时比较乱。

## 跳长绳的教学反思中班篇四

本次课堂主要通过分层教学，让学生根据技术水平练习不同的教学内容，提高学生的自信心，激发学生对跳长绳的兴趣。整堂课学生的表现较积极，基本上能完成所学的任务。

下面我就从以下几点对本节课进行反思：

本课以前脚掌着地为重点，通过教师的示范和讲解，以及学生的对比示范，学生大多数能掌握前脚掌着地的动作方法，跳的自然轻松，能够达到预期的效果。

在学习的过程中，学生表现积极，能够大胆的去表现自我，和发挥自身的想象力，尝试各种不同难度的跳绳。小组长也能够起到带头的作用，积极投入到练习中。在最后的速度跳绳游戏中，学生能够积极进取不断的激励队友，表现出了良好的团结合作精神，为本组的胜利付出了最大的努力。

在教学过程中，我能够参与到学生的跳长绳中，跟学生一起交流，共同探讨容易失误的地方，给学生做示范，用激励性的语言鼓励学生，增强学生学习的信心。对于有困难的学生，能够给予及时的指导和帮助。

- 1、在巡视指导过程中，应该更加的关注后进生。

- 2、教师可以充分发挥自己跳长绳的优势，给学生更多的示范。
- 3、队伍的调动不够明确，浪费了一些不必要的时间。

## 跳长绳的教学反思中班篇五

本次课是根据学生的年龄和心理特点，教学组织采用比较宽松的练习方式，利用比赛培养学生学习兴趣和团结合作的精神，教学过程中贯穿以学生为主体，教师为辅的教学思想，教师少说学生多练，通过练习调动学生的学习积极性，提高学生的学习质量和课堂教学效率。在评价方面首先是学生进行自评，对自己的运动技能，学习态度，与合作精神进行评价。通过自评发现自己的不足与进步，找出差距，其次是组内互评，以便互相促进，互相学习。教师在对学生进行评价的时候采用鼓励的方式调动学生的积极性，使学生身心健康得到全面发展。

新课程教学实践，使学生在欢快中得到锻炼，不仅是技术方面的，而且在齐心协力，协调统一等方面也得到了很大的提高。

### 教育叙事

- 1、点评：这一节体育课，强调发现学习、探究学习。体现了现代教学理念和以学生发展为本的教学思想，注重学生学习方式的转变，关注学生个体差异，为每一为学生提供了享受体育教育和获得成功的机会。
- 2、点评：在教学过程中充分体现了学生的创新精神和实践能力，培养他们探究的欲望，给学生提供了发现问题、提出问题、解决问题的过程，培养了学生乐于合作、乐于思考、勤于实践意识和习惯。
- 3、点评：本堂课操作简便、新颖有趣，满足了学生的不同要

求，使学生通过改变学习方式体验成就感和满足感，达到掌握动作要领的目的。

## 再反思

新课程教学实践，使学生在欢快中得到锻炼，不仅是技术方面的，而且在齐心协力，协调统一等方面也得到了很大的提高。教学过程中贯穿以学生为主体，教师为辅的教学思想，教师少说学生多练，通过练习调动学生的学习积极性，提高学生的学习质量和课堂教学效率。在评价方面首先是学生进行自评，对自己的运动技能，学习态度，与合作精神进行评价。通过自评发现自己的不足与进步，找出差距，其次是组内互评，以便互相促进，互相学习。教师在对学生评价的时候采用鼓励的方式调动学生的积极性。

## 修改策略：

- 1、课堂结构：应以学生的身体锻炼规律为主来安排教学顺序，以学生与学生间的个体差异进行小组组合并有针对性地教学。
- 2、强度、负荷安排：强度与负荷的安排应从低到高再到低的发展规律进行教学。
- 3、结束放松部分：放松的时间要长，内容应简单，动作要舒展大方。
- 4、教学评价：教学评价要有针对性，及时地指出学生的不足，并提出纠正方法。