

起跑的教学反思(实用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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。

起跑的教学反思篇一

本堂课,我教学内容是蹬踞式起跑,大部分学生都能完成教学任务,能记住蹬踞式起跑的口令和方法,动作协调,起跑迅速,小组合作讨论的意识较强,学生的思维敏捷.组织过程严密,学生运动的负荷和密度适中,运动量安排合理.但课堂常规执行情况良好,教师在“放”与“收”的处理上有点欠妥,游戏时“放”出去后“收”的不是太及时.在游戏过程中,教师如果能积极参与与学生的活动效果会更好.在教学中,教师在队形的调度上浪费了不少时间,如果能想出更合理,调度上更简单的方法,节约时间,那么学生活动的时间会更充裕.

起跑的教学反思篇二

通过一节课的教学，开始设计好的教学内容，问题都显露出来。同时通过和组内老师的交流，请教。反思一下自己的本节课，自己觉得以下几方面要反思：

一、教学内容。首先，教学内容的口令有问题，蹲踞式起跑的口令是“各就位、预备、跑”，而不是学生喊得“各就各位、预备、跑”，学生没有统一的口令，必须根据现实情况，及文书的资料，来正确的表达教学内容。

二、队伍的调动及老师站位。队伍调动的把握，是本节课是否连贯的关键。如果调动的好，就能很好的把本节课串在一

起。调动时用一些平时常用的口语，而不是体育教学中的专业术语。老师的站位也非常重要，必有让所有学生看到你在做什么，说什么，而不是只要有大多数学生看到了就可以。有时候也参与到学生中去，积极的调整自己的站位。

三、练习的密度和强度。本节课让学生练习站立式起跑，四个学生一组进行练习，按二十秒练习一组，一个班练完也要近分钟左右，练习密度和强度太小，效率太低，如果能改成以排为组进行，那练习的次数会更多，练习动作、巩固要领是这节课学生的重点让学生要有知识“生成”过程，只有通过有效的练习。学生才能较好的掌握动作。

四、自主学习的组织。课堂教学是动态的，学生是课堂活动实施的主角，激发学生真正成为课堂的主角，在教学过程我发现几个较好学生，让他们来做小组长，负责整个小组的练习。但学生毕竟能力有限，而且口令什么的，基本不会。导致整个小组有瘫痪的感觉，这些小组长学习的能力比较强，但教的能力却不一定强。作为小组长应该给这些学生培训，如口令怎么叫，技术动作的关键。掌握了这些，这些小组长才能发挥作用。

总之，要真正提高体育课堂的教学质量和课的效率，还有许多值得我去反思的东西，如何有效提高教学质量，将是我追求的目标。通过这样的形式，提高自己的能力，提高教学质量。

起跑的教学反思篇三

这节课我改变了以往上课的先讲解，后示范，再练习的教学模式，而是利用学生这一年龄段，观察能力、模仿能力特强的特点、跃跃欲试的心理，让学生观察动作，模仿动作，然后分组练习。分组练习以后，我巡回观察、指导，发现学生比我想像的要聪明的多。小组中间同学们讨论、示范、讲解、纠正错误动作，进行的热火朝天，个个俨然是一位“小老

师”。这是我没有想到的。其中一个组的一个同学在做“预备”动作时，小组其他同学就帮助他“臀部稍抬高一些，要稍高于肩”

“后腿不能蹬直了，脚要踏实，不能打滑”

“不要低头，要抬头看着自己的跑道前方”在起跑的教学中发现学生练习时，有几种常见的错误及纠正方法：

（1）眼睛不看前方

教师对于这一现象应该在练习中教师出示手指1、2、3、4等数字，让学生不断的报出数字，教师采用这种方法使学生眼睛看前方。

（2）学生不按口令

学生不按口令“各就位”时，学生早以做好了动作，在这种情况下教师首先要强调，如果再发现这种情况，应该发口令时，注意不要喊“预备”应吹哨或让学生站起来说说错误的地方。

（3）起跑中人先站后再跑

学生是先站直以后再向前跑，在教学中教师应该用2种不同的起跑慢动作来演示给学生看，让学生观察及分析，找出错误的地方，这样的教学效果不错。

起跑的教学反思篇四

蹲踞式起跑的教学内容，通过参加这次讲课。主要表现在教学的过程中，能紧贴教学对象，突出学生这一主体；紧贴所教内容，把提高学生的技能作为目标；紧贴教学环境，把营造活泼、愉悦的课堂氛围作为手段，从而达到了师生互动、

共同参与、相互提高，大家始终在和谐愉快的气氛中完成了教学过程，但与新课标的高标准相比较，本节课还从在诸多差距：

一是对课的设计还不够完美，主要是自己讲的多，组织练习少，学生活动强度达不到要求。纠正问题多对学生的启发诱导还不够，如在做蹲距式起跑练习时，可让学生自己体会，然后讨论讲评，这样效果会更好。

二是对个别学生参与练习不积极的问题，不能及时激发鼓励，

三是有些教学内容还是第一次尝试，时间把握上有些不合理，

五是安全问题虽然强调了，但在练习中的安全因素考虑不够

六是对待课堂管理重视不够

针对以上存在的问题，自己要在今后的教学中，会认真总结，加以改正。

起跑的教学反思篇五

从本节课教学流程的设计、教学目标的达成来看，还算成功，尤其是热身操与放松操的创编与音乐使用结合效果比较好。但是也存在很多不足的地方需要改进，尤其是一些细节方面的问题需要重视起来。

本节课基本部分的教学流程。首先教师提问，结合奥运会短跑运动员的短跑动作引出课题。随后教师设计了一个小游戏“石头剪刀布”，由站立式玩游戏过渡到双手撑地，双脚做石头剪刀步动作，目的让学生体会手脚着地的感觉。第三步，讲解示范蹲踞式起跑的动作要领和口令，这个地方采用四列横队的方式设计，不利于学生观察和练习，教师边讲解边示范效果不好。第四步，指导学生集体练习各就位、预备

动作，这是本节课的重点环节，学生掌握各就位、预备动作就能达成这节课的教学目标，手脚的位置图、口令示意图等不可少，这个地方要注意先教脚上动作，再教手上动作，预备时重心要前移，后腿不能伸直。这个环节没有运用挂图、骨干学生的协助来教学，导致浪费了时间。接着进行分组合作练习，并且邀请学生展示，点评。最后进行两人一组推肩练习，并且运用蹲踞式起跑进行快速跑20米。游戏部分是一个接力比赛。这个游戏效果比较差，组织的不好。

仔细分析了这节课，主要有以下不如。第一，教案要与上课一致，杜绝上课环节与教案不一致。第二，本节课组织队形不合理，练习效果不够好，骨干学生利用少，一定要重视骨干学生对于教学的帮助。第三，语言生硬，不够灵活，不够清楚，激情不够，这是需要改进的地方。第四，游戏部分需要好好设计，要练习两次，同时能激发学生的兴致。