

2023年体育课跪跳起教学反思(汇总7篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

体育课跪跳起教学反思篇一

时间总在不知不觉中从身边走过，转眼在丁兰的日子就要半个学期了，今天接到体育组组长的通知，新教师将在周五上公开课。一接到通知，我就马上准备了起来。我相信不管公开课上的结果怎么样，只要经过这一过程的锻炼，我能得到很多宝贵财富，最主要的是“享受”这一过程。

这次我准备的是一节小学四年级跪跳起的课，跪跳起是小学四年级学生应该掌握的技术动作，为了调动学生积极参与体育锻炼的兴趣，合理的动作用力顺序，所以我安排了两个课时的教学计划，也能充分的体现了新课标内容的合理安排，这节课要解决的问题是学生的迅速收腹提膝的问题，这也是本节课的教学重点，本节课以跪跳起为教材让学生体验下肢动作形成对整体动作的影响。

为了学生能更好的对跪跳起的动作的认识，本次课安排了以游戏代替热身的方法来激发学生的学习兴趣，通过复习摆臂、小腿脚面压垫动作的复习，使学生在学完动作后能够独立的完成跪跳起动作上做了一个很好的铺垫。

我在学习动作部分，从辅助性练习过渡到跪跳起的完整动作，使学生能够独立的完成。我先用单腿提膝的动作使学生能初步了解在提膝时要迅速的问题，也为了下面的辅助练习做一个很好的引导，在第二个辅助练习中我采用了从原地收腹跳过度到原地收腹跳是用膝盖去顶标志物的练习，使学生在

跳起时有提膝的动作而不是勾小腿动作，这样就很好的解决了学生的提膝动作，最后的辅助性练习是跪垫提膝顶标志物，这个练习主要解决学生在跳起时能迅速提膝收腹效果，也起到了一个承上启下的作用，也是这节课的一个闪光点，但是在这个环节中我也有不足的地方：

第一、据学生存在的差异性来练习，我所设的标志物多是同一个高度，这是因为我想的不够充分而形成的。

第二、学生练习的密度不够。

第三、没有体现学生的主体地位，因为在练习时，大部分时间多是我去喊节拍练习，没让学生去自主的练习。

在结束部分，我利用了小学生喜欢玩的心理，选择了太极这一呼吸与动作相结合的放松方法，让学生在“玩”太极的过程中，不知不觉中达到了放松的效果。

这次公开课我感受颇深，本课优点明显，也有不足之处。

优点：

1. 教态较好
2. 教学组织和队伍的调动比较清晰。
3. 在教学的设计和内容的衔接上做的比较合理。

缺点：

1. 我的语言表达和组织比较薄弱，以后需要更注意自己，提示自己，提高自己。
2. 在上课中没有明确学习动作的目的性。

但是从总体来说，我对于这节课还是满意的，不足之处我会在以后的上课中去慢慢的摸索，在教学中积累经验，多听优秀教师的课，多向他们学习，使自己的语言更加的丰富，使课堂更加的精彩。

体育课跪跳起教学反思篇二

1、教师是学生的楷模，所以教师的一言一行，对学生都有着深远的影响，通过本次讲课，感觉自己的基本功还需要提高，在以后的教学中要严格要求自己，不断提高。

2、练习手段过多，对学生的水平把握还不够准确，对学生的期望值过高。

纠正方法：平时多和学生沟通深入了解学生，设计贴切的练习手段。

3、评价不够及时，不能准确把握学生的情绪。

纠正方法：抓准时机，评价有针对性，简单扼要。

总之，本课的教学还算成功的，学生基本能按照教学思路，在教师的引导下主动参与学习，课堂气氛十分活跃，学生参与积极性很高，基本实现了教学目标和教案的设计。在今后的教学中，我应该向有经验的教师学习，加强自身的教学、教研能力。

体育课跪跳起教学反思篇三

时间总在不知不觉中从身边走过，转眼在丁兰的日子就要半个学期了??今天接到体育组组长的通知，新教师将在周五上公开课。一接到通知，我就马上准备了起来。我相信不管公开课上的结果怎么样，只要经过这一过程的锻炼，我能得到很多宝贵财富，最主要的是“享受”这一过程。

这次我准备的是一节小学四年级跪跳起的课，跪跳起是小学四年级学生应该掌握的技术动作，为了调动学生积极参与体育锻炼的兴趣，合理的动作用力顺序，所以我安排了两个课时的教学计划，也能充分的体现了新课标内容的合理安排，这节课要解决的问题是学生的迅速收腹提膝的问题，这也是本节课的教学重点，本节课以跪跳起为教材让学生体验下肢动作形成对整体动作的影响。

为了学生能更好的对跪跳起的动作的认识，本次课安排了以游戏代替热身的方法来激发学生的学习兴趣，通过复习摆臂、小腿脚面压垫动作的复习，使学生在学习动作后能够独立的完成跪跳起动作上做了一个很好的铺垫。

我在学习动作部分，从辅助性练习过渡到跪跳起的完整动作，使学生能能够独立的完成。我先用单腿提膝的动作使学生能初步了解在提膝时要迅速的问题，也为了下面的辅助练习做一个很好的引导，在第二个辅助练习中我采用了从原地收腹跳过度到原地收腹跳是用膝盖去顶标志物的练习，使学生在跳起时有提膝的动作而不是勾小腿动作，这样就很好的解决了学生的提膝动作，最后的辅助性练习是跪垫提膝顶标志物，这个练习主要解决学生在跳起时能迅速提膝收腹效果，也起到了一个承上启下的作用，也是这节课的一个闪亮点，但是在这个环节中我也有不足的地方：第一、据学生存在的差异性来练习，我所设的标志物多是同一个高度，这是因为我想的不够充分而形成的。

第二、学生练习的密度不够。

第三、没有体现学生的主体地位，因为在练习时，大部分时间多是我去喊节拍练习，没让学生去自主的练习。

在结束部分，我利用了小学生喜欢玩的心理，选择了太极这一呼吸与动作相结合的放松方法，让学生在“玩”太极的过程中，不知不觉中达到了放松的效果。

这次公开课我感受颇深，本课优点明显，也有不足之处。

优点：1. 教态较好

2. 教学组织和队伍的调动比较清晰。

3. 在教学的设计和内容的衔接上做的比较合理。

缺点：1. 我的语言表达和组织比较薄弱，以后需要更注意自己，提示自己，提高自己。

2. 在上课中没有明确学习动作的目的性。

但是从总体来说，我对于这节课还是满意的，不足之处我会在以后的上课中去慢慢的摸索，在教学中积累经验，多听优秀教师的课，多向他们学习，使自己的语言更加的丰富，使课堂更加的精彩。

任周营

20xx年10月30日

体育课跪跳起教学反思篇四

昨日我们沈荡片的部分体育教师，集中在我们百步小学，展开了一场“评比课”大比武。今年不一样往年，都是青年教师。他们所上的公开课都很成功、多方面体现了新课程的教学理念。学生也都全身心的投入，教师也不外。这次五位青年教师开课都很成功。

精心设计“导入”，激发学习兴趣好的开头是成功的一半。精彩的课堂导入不仅仅能很快地集中学生的注意力，并且还会把学习当成一种乐趣，促使教学任务顺利完成。所以教师应根据小学生的心理特点，精心设计好导入，一开始就充满

趣味，让学生兴趣盎然，产生激烈的欲望，从而使学生在愉快的心境中跨进知识大门。比如城西小学的教师朱玉伟设计的以半圆形“钻城门”：横港小学的教师陆伟峰设计的“小马参加奥运会”：齐家小学的教师杨杰设计的“我们都是解放军”：沈荡小学的教师设计的“模仿老人走”：百步小学冯敏雅教师设计的“小马进森林”等趣味的游戏，把学生的注意与兴趣移到体育课上。

在体育教学中，他们有目的、有预见地给学生“设置疑问”亲身体会，解决问题。这样既提高了学生的学习兴趣，又开拓学生的思路，起到了重要作用，对于更好地掌握技术动作，有效地活跃课堂气氛。课堂教学中“设疑”的方法较多，如“悬念式设疑”，在课的一开始设置一些悬念，使学生带着问题上。并且自我经过亲身体会把问题解决。如：“你能用铁环玩几种方法”，“解放军叔叔你想当吗？”：“小马有多少本领”：“用头部能写字吗？”：“上山打猎高兴吗？”等等一系列教师有目的的提问，引发学生的思考，使学生在探索中一步一步进行练习，激发学生对所学资料的兴趣。让学生自我寻找解决问题的钥匙去解决问题，从而激发学生主动锻炼的进取性，比只单独强调学生怎样做效果更好得多。

在体育教学中，他们对学生的学习情景给予及时、公正、客观的评价，能进取影响学生的心理活动。对学生即使微小的提高，用进取肯定的语言加以鼓励和表扬，能使体验到成功的喜悦，从而加深对体育课的感情，提高学习进取性。除用富有感情色彩的评价语言如：“很好”“有提高”“不错”继续努力“等外，教师还要用体态语言来评价学生，如微笑、点头、鼓掌等。及时评价要快准确，异常注意对不一样对象掌握不一样分寸。对有骄傲情绪的学生，要促使他们虚心，看到自我的不足，自我有提高，也期望其他同学一齐提高。对基础差的学生应注意观察，只要有微小的提高即要肯定，没有提高也应鼓励以激发信心，不能冷落、视而不见。即使对后进的顽皮生若真情所至，也能金石为开。

总之，学生对体育课产生兴趣，让他们主动参与各项运动，成功的机会就会更多，教师经过简化规则和动作要求与组合等，增加学生完成动作的可能性，参与运动的乐趣，进而培养学生对体育的兴趣爱好，为终身体育奠定基础。

体育课跪跳起教学反思篇五

开学已一个多月了，在过去的一个月里，本人在教学上以教广播体操为主。由于自己以前广播体操是《雏鹰起飞》动作简单，而现在要教《七彩阳光》动作复杂像健美操，所以刚开始无从下手了，于是就白天进行教学，晚上在办公室进行自学，这样边教边学的日子持续了半个来月。

在体育教学中大多数体育教师对执教低年级的体育教学感到“吃力”，因为低年级的广播操教学可以说是教师教得费力、学生学得痛苦。记得刚到齐鲁执教低年级的广播操教学时有一位学生向我提出：“于老师，学这操真没劲！”回想起自己上小学时，何尝不是同样的感受。我的教学法方法是不是不适合呢？如何使学生改变这样的感受呢？于是我在另一个班教学时，对学生做了调查，结果居然有大部分学生对此有同感，那一年的广播操教学我一直耿耿于怀。

广播体操是小学体育的一个重点和难点，学生现在入学一个月，对于学习广播体操觉得新鲜，但由于年龄偏小的问题注意里往往会受到客观因素的影响，我在上课的时候，就想是不是要转变一下教学方法，让孩子们自己当小老师，找出其他人做的不好的地方，从而加深他们对动作的记忆，激发学习的兴趣。

这种轮流当小老师的方法，可以使注意力老不集中的学生一点压力，如果轮到他们当小老师时做不好，自己也觉得不好意思，另一方面他们也会努力把动作做的更好。

由于学生的广播体操质量，从侧面反映了一个学校的精神面貌，所以体育教师在传授广播体操的动作时，必须认真规范，

来不的半点马虎。但问题是你体育老师在前面认真的教，学生看起来在认真的学，但等到叫他们连起来做的时候怎么也做不整齐，更不用说动作的规范性了，于是自己对出现问题较多的地方再进行讲解，示范，再练，但效果仍不明显，可时间很快，等到下课铃声响了，一节操还不能完整的做完。所以我就开始考虑出现这种问题的原因了。后来经过几堂课的试行，感觉学生的学习兴趣也提高了，做的动作也比以前到位了。经过本人分析总结，认为取的这样的效果，主要有以下几点：

1. 学习广播体操是一件枯燥无味的事情，所以老师要采取一切办法调动学生学习的积极性，比如开个玩笑，说个笑话等来活跃课堂气氛。

2. 以前自己在做完整动作示范时，只做背面示范，忽略了正面示范与侧面示范，其实应该让学生从各个角度看清动作姿势，要知道留给学生的第一印象是相当关键的。

3. 以前主要是采取集体教学，一堂课自始至终是同一个队形，而后来是集体教学完成后马上分小组，让学生在相互帮助合作下自行练习，老师依次对各小组进行纠正指导。

4. 等整节操都学完后，教师可以专门挑两位典型的同学（一位动作规范，一位动作不规范的同学）到前面进行示范，这样对学习不认真，做的差的同学增加点压力，同时给动作规范的同学增加了信心。

5. 时间允许的话，教师可以安排两组进行比赛，让没轮到的同学进行评判，这种方法可以激发同学们的好胜欲望，同时动作质量也相应的提高。（本人感觉此方法特别适合女同学）

6. 在每堂课前的复习前面所学的广播体操时，教师的口令一定要跟广播操音乐的口令相同，节与节之间要连贯，绝不能喊一节做一节，这样让他们更早的适应每天早上的全校广播

操练习。

7. 对于个别动作实在做不到规范的学生，教师要有耐心，要相信“只有更好，没有最好”的学生。

一节课的成功与否首先取决于学生的上课情绪，为此教学过程就必须创设出一个良好的情境、借以激发学生的知识和技能在生动活泼的气氛中得到主动发展，让学生在在学习中体验到成功的喜悦，产生一种内心的满足感，并形成一种“良性循环”，愿意一而再，再而三地练习，尤其是低年级的学生就更需要这样的情境设置，以提高他们的上课热情。教师的教学手段和方法体现了新课程理念，渗透了新课程的改革精神，课堂教学改变了以往学生被动接受的教学模式，注重突出学生的主体地位，发展学生的能力，这些均体现了体育教师的新思想。教师对学生厌学的心理有对策，没有强行安排学生按部就班地进行学习，而是从理解学生的角度出发，通过师生和生生彼此间的交流，使教师很快融入孩子们的世界，走进学生的内心，促使学生对广播操产生强烈的学习愿望，在如此融洽的氛围中，学生把学习当成一种乐趣，并积极开动脑筋，想方设法地进行广播操学习。整个过程，虽然没有严肃的讲解，一本正经的提问，但学生参与的热情却是那么高涨。

20xx年9月27日星期六，我校举办秋季趣味运动会，虽然天公不作美使运动会中间停了两次，但我们还是把运动会项目除接力外都进行的很顺利，在本届的运动会里运动健儿创造了骄人的运动佳绩，本届运动会是一次和平的盛会、奋进的盛会、友谊的盛会，希望运动健儿们，在以后的生活学习当中，能够继续发挥本届盛会的精神，在下一届运动会中发挥出更好的水平。小学还有四名同学打破了学校的记录，老天可以打断我们运动会时间，打断不了学生和老师的热爱运动的热情，也打断不了我们当天完成运动会项目的决心，只要雨停了就比赛，挤时间比赛，就这样我们出色地完成了学校运动会任务。

以上就是本人通过这一个多月来的广播体操教学与校运动会所得出的体会与反思。

体育课跪跳起教学反思篇六

课的开始，我没有直接告诉学生这节课学什么？而是通过对教师的观察，得出本节课学习的内容：跪跳起。对跪跳起的一些动作要领又是通过学生的观察、体验、尝试一步步的把跪跳起的动作及注意事项自己体会出来，象老师一样给同学讲出来。

跪跳起动作有一定难度，通过练习发现有很多学生因身体素质和心理问题自己不能独立完成动作，看那些同学着急的样子，我及时引导、鼓励又教给同学们一招（保护与帮助），通过我的引导与激励、同学们的帮助与喝彩消除心理障碍完成动作。

在整个跪跳起活动中，同学们都积极的动了起来，在动中展示了自我，在活动中享受了成功的快乐，在动中得到了发展。从而提高了课堂教学的实效性，促进了知识与技能、过程与方法、情感态度价值观等方面和谐发展。

体育课跪跳起教学反思篇七

体育教学和训练在学校工作中有着重要的位置。体育教学的目的是增强学生的体质，促进身心发展，使学生在德育、智育、体育、美有几方面得到全面发展。学校体育教学内容包括：田径、体操、球类、武术等；对发展学生身体各方面素质、培养学生集体主义观念，锻炼学生克服困难，勇敢顽强的意志品质起着重要的作用，大部分学生对体育运动有着浓厚的兴趣，培养和利用学生对体育运动的兴趣，并合理的运用到教学中去，会给学校的体育教学工作带来意想不到的效果。

学生在学习过程中有意无意对所学内容产生兴趣，这种兴趣，会给学习带来很大帮助，兴趣在教学中是不可缺少的。

从心理学角度讲，兴趣是认识某种事物时的优先注意倾向和从事某种活动时的爱好倾向，按兴趣的起因划分，可分为直接兴趣和间接兴趣。对事物或活动本身需要而产生兴趣，为直接兴趣。对事物或活动本身没有兴趣，而对事物或活动结果感到需要，而产生的兴趣，为间接兴趣。这两种兴趣对于学生的学习与训练都是必要的，它鼓励学生努力学习和训练，提高他们学习和训练的积极性，如果学生在学习过程中缺乏直接兴趣，会使学习成为一种沉重的负担；没有间接兴趣，又会使学生丧失学习的目标和恒心。因此，直接兴趣和间接兴趣有机的结合是提高学习效果的重要条件。

在体育教学与训练中，我们经常会遇到这样一些情况，当学生对练习感兴趣时，会表现出全神贯注、专心致志地听教师的讲解，认真仔细观看教师的示范动作。当教师布置练习时，他们会一丝不苟、认真刻苦，勇敢顽强地完成。当学生对此练习无兴趣时，上课时会出现心不在焉，做教师布置练习时，会出现不在乎、随便。这样经常延误练习时间，而且影响完成动作质量，应当注意的是还会可能发生意想不到的伤害事故。

学生参加体育运动有兴趣无兴趣，直接影响他们从事体育运动的自觉性和积极性，也决定着体育知识的掌握和技能的形成，事实证明，只要学生对参加体育锻炼有了兴趣，就会把学习与体育锻炼成为自身的需要，积极开展体育活动，刻苦进行锻炼，克服主客观困难，逐步增强身体素质，提高健康水平和运动水平。

1. 教学内容

新颖的教学内容能引起学生的好奇心，注意的事物易引起兴趣，学生对事物感到新颖而又无知时，最能诱发好奇内驱力。

激起求知、探究、操作等学习意愿。课堂教学中教材内容要适合学生的年级水平的特点，教材过浅，引不起学生的兴趣，教材内容过深，会减低学生的学习兴趣。对符合本人能力水平的活动容易产生兴趣，学生能力上存在着明显的个别差异，在同一活动中，常因能力上的差异而造成不同的结果，致使学生产生兴趣的程度不一。学生对适合能力水平的活动期望大，获得成功结果的可能性就多。

教学内容与学生学习积极性有密切联系，符合学生年龄特征的富有游戏性和竞赛性的教材能激发学生学习积极性，不符合学生的年龄特征，单调乏味的教材则会降低学生学习积极性。教学实践证明，当学生上球类课时，男生女生对球类运动的兴起远远超过其它项目，而这项运动又能充分表现出每个学生的个性，对发展学生灵敏、协调、弹跳、速度、力量等各项身体素质，对培养学生集体主义精神，教育学生团结友爱有非常好的作用。

2. 教学的过程

教师在安排和组织教学时一定要考虑到学生年龄、性别、体质情况和接受能力等。根据教材特点和学生实际，采取相应的教法措施，会使整个教学过程生动活泼，节奏鲜明，效果显著，有利激发学生自始至终以极大的热情投入练习。学生在接受、学习一项教学内容时，教学的过程显得非常重要，由浅入深，由易到难，不同的学生要有不同的对待，在一个班中，身体素质好、接受能力快的和一些身体素质较差的，应用分组教学。如：跳箱、跳高等项目，体重较大的胖学生和弹跳力协调较差的学生，首先要建立自信、消除恐惧心理，一些辅助练习对他们是非常必要的。

3. 教师在教学中的主导作用

教师的主导作用在体育课或训练中举足轻重，教师的业务水平高低也直接影响学生的学习质量。在体育课和训练中，教

师的讲解简明扼要、条理清晰、语言生动，风趣幽默，加之教师动作示范准确、协调、优美、学生就会很快地领会动作要领，振奋精神，在做练习时就会感兴趣，练习认真。但讲解含糊不清、罗嗦重复、示范动作不准确，不协调，不优美甚至失败、就会影响学生对练习的积极性，因此教师上课前应仔细，认真的学好吃透教材，对每次课的练习难度要有充分的研究，安排每次课的运动量，练习密度要合理，对教学方法，手段要不断的改进。

教师的言行对学生上课情绪影响较大，要及时的指出学生的优缺点，用表扬、鼓励激发学生练习的积极性。如当学生练习成功时，及时给予表扬；当学生练习失败时，及时给予鼓励，当学生焦躁不安时，及时给予安慰等，都可以激发学生的练习积极性。但如果表扬不当，言过其实，也会使学生产生反感，影响学生学习积极性。因此，在体育教学中应坚持以表扬为主，正面教育为主的方法，多运用良好语言刺激，可以增强学生情绪的正向变化，对于学生的缺点和不足。最好不直接提出批评，而采用正面提出要求为好，这样做，有利于防止负面作用的产生，影响学生的学习积极性。

教师应熟悉学校的环境、场地、器械，在课前与项目相适应的场地上，器械的布置井然有序，合理得当；教师精神抖擞，衣着干净利落，语言简洁明快，有利于提高学生的兴趣，注意力集中，促进体育教学的顺利进行。

所偏爱。田径、体操、球类等各不相同，但能通过教师生动的讲解，准确优美的示范、科学新颖的组织方法得到补偿，体育教学要在活跃、愉快的气氛中使学生身心得到锻炼。