

体育教师耐久跑教学反思与总结(大全5篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。那么，我们该怎么写总结呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看看。

体育教师耐久跑教学反思与总结篇一

摘要：采用“亚利桑那州立大学观察工具(asuoi)修改版”作为教师教学行为系统观察的研究工具，对某高校8名体育教师教学录像进行行为观察，分类统计其教学行为数据，并结合对被观察教师的访谈结果，分析教师教学行为所表现出的内在教学理念。结果发现，教师教学行为主要集中在教学指导、传授与督促练习等两个方面，却很少关注情感交流、引发思考等教育环节。据此，认为体育教师在教学理念上存在教学目标单一、较少关注学生的心理和社会适应能力、忽视学生的主体作用等问题。

关键词：高校体育；教学行为；教学理念；体育教师

基金项目：中央高校基本科研业务费专项资金资助项目(nkzxc1108)□

行为是受思想支配而表现在外部的活动。教学行为是教师在学习活动过程中受思想支配表现出来的组织、言行等方面的行为方式。在体育课堂教学中，教师主导教学的整个过程，其教学行为表现反映了教师的教学理念与教学能力。此外，教学目标是否能够达成，教学效果的优劣与教师课堂教学行为关系密切，因此，研究教师的课堂教学行为长期以来一直是教育界关注的领域。

近些年，国内外学者呈现从关注教学整体过程（比如：教学大纲的制定、教学环境的影响等整体环节）到更加关注课堂教学本身的趋势。研究趋向深入课堂教学，直接观察教学与训练中教师（教练员）的行为，以直观得到在体育教学或运动训练过程中教师（教练员）究竟做什么，通过其教学行为表现来推断其主体思维过程及教学理念，进而反思并改进被观察者的教学行为。

当前我国教育改革如火如荼，随着高校体育教学指导思想的不改革，要求教师的教学理念随之改进，然而教师教学理念是否与当前的教育观相符，却难以度量。本研究以系统观察方式对个案教师的教学行为进行观察，对获得的教师教学行为数据进行量化，并对观察结果进行统计分析，以探究其行为方式与教学理念的联系。依据研究结果进行教学行为反思，对教师的教学行为提出合理化建议，以期使体育教师的教学行为得到改进，教学能力得到提升，并引导新的教学理念转化为教学行为实践。

1.1 研究对象

本研究为小样本个案研究，选择了某普通高校为研究范围，该校学生众多，拥有30多位具有一定教学经验的体育课专任教师，符合当前我国普通大学教育的现实情况。选取该校8名体育教师为研究对象，他们都具有长期大学体育教学的经验，其中6位教师具有硕士学位，2人为本科学历；3人为副教授，5人为讲师，具有一定的代表意义，教师基本情况见表1。

1.2 研究工具

本研究以亚利桑那州立大学观察工具(asuoi)修改版作为教师教学行为系统观察的研究工具。asuoi源自于tharp and galliamor(1976)开发的10个行为条目，最先是用来观察篮球教练训练活动的行为，其后经逐渐扩增、修订成为完善的系统观察工具，也适用于观察体育教师的教学行为。以此工具

观察体育教师教学行为，所有观察到的教学行为都能被合理地归纳、编码，显示出此工具具备良好的适用性。

基于语言与文化的差异，本研究将以13个行为项目为基础，其项目内容可分成以下3类。(1)指导行为：练习前指导、练习中指导、练习后指导、提问、肢体协助、正确动作示范、错误动作示范；(2)情感互动行为：鼓励、责备、催促；(3)管理行为：指示、安静和管理。

1.3 研究过程

1.3.1 教师教学行为的系统观察、拍摄

本研究于20xx年10月到11月，使用系统观察法对8位教师各进行2次观察，每次45 min，并在事先征求教师意见的前提下对教师的教学实况进行拍摄，拍摄时尽量不影响教师的教学与学生的活动，随后，再以播放视频的方式进行观察记录（见表2）。

1.3.2 教师教学行为数据的记录

对另外3位体育教师进行培训，然后将其作为观察员，对拍摄到的教学实录分别进行观察并记录。采用分时记录的方式对8位教师的课堂录像进行记录，并对3位观察者的观察结果进行一致性检验。当对于某事件分类不一致时采用集中讨论的方法确定。经检验，3位观察员的一致性即观察事件一致次数 / 观察事件总次数 $\times 100\%$ 达到了91.34%，可以认为观察结果可信、有效。

1.3.3 对被观察教师进行一对一访谈

观察数据统计结束后，对被观察教师进行一对一访谈。访谈前对研究的结果使用与研究的隐私性进行说明，排除访谈对象的心理顾虑，然后，就教学中出现的行为统计结果进行询

问，了解他们教学行为背后的教学理念。

1.3.4 数据分析

以描述统计方式分别计算出每一个行为条目的次数、教学行为的总数、各类行为的百分比，以及每分钟的行为数，用来描述8位教师教学行为的表现，并与对教师进行访谈的结果相印证，以分析其教学理念的特征。

本研究用asuoii观察8位体育教师各2次(每次45 min)[]共计16次640 min的教学活动，发现体育教师出现的教学行为总数为2 697次，各行为项目的总数、百分比[]rpm如表3所示。

由表3发现，体育教师教学行为总数依次是指导类行为、管理类行为、情感互动类行为，其大致比例为7:2:1，其中以指导类行为为主，约占行为总数的2/3，平均每20s就出现一次。情感互动类行为出现次数大约是管理类行为出现次数的一半，占有所有教学行为的12%，平均每2 min出现1次。

在所有出现的教学行为中，排名前三位的依次是练习中指导、正确示范、指示，约占所有行为总数的70%。排名后几位的是：其他行为、练习后指导、催促、提问等，总共不到10%。三种不同时机（事前、当场与事后指导）的指导行为中，又以当场指导使用最多，其他二者使用较少，尤其是事后指导最小；而包含“事前指导、当场指导、事后指导、问问题、肢体协助、正确动作示范与错误动作示范”在内的7种“指导类行为”的使用，占据了所有教学行为的绝大多数，大大多于“非指导类行为”的使用。其次，包含鼓励与责备的反馈行为使用共占11.19%，其中，赞美行为约占7.45%，而鼓励与责备之比约为2:1。再则，包含指示与管理的管理类行为合计共占21.24%，二者以指示的使用居多。

从上述各项目的教学行为统计中可以直观得出，上课过程中，指导（含事前、当场与事后指导）行为是教师们上课的主要

行为方式，再辅以正确动作示范作讲解，以指示、命令学生进行教学活动，在学生练习中进行指导，教学反馈则采用多鼓励、少责备的方式。

3.1 教师最常使用的行为与教学理念反思

从统计结果来看，教师最常使用的行为是“当场指导、正确动作示范与指示”，高达所有教学行为的70%，可知，教师主要教学行为集中在传授技术动作，讲解练习要点与动作要领，而且通过正确示范、清晰的讲解，让学生可以理解和模仿，能够及时给予正确的指导与提醒，相应地表明教师认为普通高校体育教学的核心目标是运动技术学习。极小比重出现的练习后指导、提问等关注情感、心理、思维的教学行为表明，教师较少关注学生的心理和社会适应能力，其教学目标相对单一。

3.2 教师指导时机与教学理念的反思

在三种同时机的“指导”中，教师最常使用当场指导，占所有行为总数的26.29%，远大于练习前指导的5.45%和练习后指导的1.04%。说明教师习惯在学生练习过程中出现偏差时，及时发现指出并协助改正其错误，却忽视了练习前的思维引导与兴趣激发，形成了灌输多启发少的情况。练习后指导不仅仅是对运动技术学习的集中反馈，更是对整个教学过程中的行为、情感、道德、价值观等多方面的评判。二者的缺失也表明，教师包办了整个教学过程，学生处于被动学习的状态，教学过程中忽视了学生的主体作用，激发学生主动参与教学过程的环节还有待改进。

3.3 教学反馈与教学理念的反思

整个教学反馈行为的使用显示出鼓励多与责备，大概比例是2:1，教师比较喜欢用赞扬的方式，善于发现学生的优点，特别是那些认真练习的同学会更容易受到教师的鼓励与称赞。

教师较少采用责备的方式给予负面反馈。从教师访谈及反馈行为统计结果来看，教学反馈以鼓励为主，有利于提高运动能力较差学生的自信心，激发学生参与体育运动的兴趣。

3.4 管理行为与教学理念的反思

数据显示教学过程呈现多用指示、少管理的行为模式。指示行为占总教学行为的16.72%，管理行为仅有4.52%，分析其原因，主要是因为教师认为，大学生们的自制能力与理解能力都很高，给学生明确的指示，让他们知道教学活动的进程，教学就可以顺利进行。此外，很多管理行为已经成为课堂常规，无需教师提醒就能自觉完成，因此，在教学过程中呈现出指示行为多，管理行为少的现象。

体育教师耐久跑教学反思与总结篇二

“教而不思则罔，思而不学则殆”（《论语》）。教育反思是教师成长的重要机制。体育教师要提高自己的职业形象，就必须在教学实践中以自己的行为表现及其行为之依据为对象，主动反思，深入探究，推进自身专业发展。

什么是反思？简单地说，反思就是对思维的思维。对思维前提进行审视，对思维的各个环节进行批判，对认识所得结果的再思考、反思实践的过程。只有在“反思—更新—发展—再反思—再更新—再发展”这样一个无限往复、不断上升的过程中，教师才能不断地实现个人的成长与发展，提高其专业化水平，符合作为研究型教师、教育家式的教师的角色定位。

1、信念系统

体育教师的教学观念是一个信念系统，对体育教师在教学工作中的态度、情感和行为的支配作用极其明显。体育教师在日常教学生活中持有各种各样的信念和假设，比如，认

为体育教学就是“讲——练——考”；课程是政府和学科专家关注的事，与己无关，教师的任务只是教学；快乐体育就是只要上课有笑声，学生活跃、有兴趣就行，这些信念或者假设如果没有认真地反思，体育教师可能习以为常地以为它们是正确的、合理的，并支配着自己的行动。这些不合理的假定必然会影响体育教学的效果，当然也阻碍着体育教师持续成长。“正确先进的观念和活跃的思维，可以使我们开阔视野，放开思路，善于在无路之处走路，开阔属于自己的新视角、新领域。反之，如果观念陈旧，思想保守，固守旧思维定势，必定目光短浅，思路狭隘，优柔寡断，坐失良机。”因此，体育教师的专业发展首先应该是体育教师信念的发展和观念的转变。

2、知识系统

知识系统是教师教学决策和行动的基础。体育教师的知识系统包括：本体性知识（体育学科专业知识，如解剖学知识，生理生化理论知识、运动训练学知识等）；条件性知识（教育学、心理学等知识）和实践性知识（在面临实现有目的的行为中所具有的课堂情景知识及）。固然，经过大学阶段的系统学习，体育教师已经获得了一些专业知识，但是大量必需的知识必须在实践中产生。无论是从他人那里学习、借鉴来的知识，还是自身实践的知识，都难以保证它们是合理的、有效的。即使教材也只能被作为参考书，而不是绝对的真理。因此，为了保证拥有知识的合理性和实践的有效性，体育教师必须进行批判性反思，通过不断地反思自己的知识系统，清楚自己理论上的误解和偏执，增进对教育实践及其复杂情景的洞察和见识。

3、专业能力

教育科研能力和教学实践能力是体育教师专业能力发展的两个重要标志。教学反思是促进这两种能力发展的重要途径。反思性教学是“教学主体借助行动研究，不断探究与解决自

身和教学目的，以及教学工具等方面的问题，将‘学会教学’与‘学会学习’结合起来，努力提升教学实践的合理性，使自己成为学者型教师的过程”。这意味着体育教师始终扮演着研究者的角色，进行着创造性的劳动。

教师不仅要知道结果，而且要对结果及有关原因进行反思和追问，这种追问将会增进体育教师的问题意识和“解题”能力，促进教师的科研探究能力的发展。反思性教学还提倡体育教师对自己的教学实践活动不断进行自觉的反思，独立自觉地调节和管理自己的教学过程。体育教师要关注学生运动中的感受、运动技能的掌握、心理的承受力、学习情感和学习过程等，还要关注自己的教学效果。在此基础上，主动调节教学过程，改进自己的教学，逐步提高自身的教学实践能力。

体育教师耐久跑教学反思与总结篇三

课改向我们体育教师提出了新的要求。在教学中要树立新的理念，真正做到以学生发展为本“为了一切学生，为了学生的一切，一切为了学生”。

在现实生活中，每个班都有肥胖的学生、性格内向的学生、遗传因素导致缺乏运动细胞的学生较多，在技能要求比较高的项目练习时，常受到同学嘲笑，因而这些学生虽喜欢上体育课但又怕遭到同学的嘲笑，久而久之，便疏远了体育活动，成了体育课上受冷落的旁观者特别是体育课改的今天，此类问题更加突出。

那么如何使这些同学象其他学生一样能积极主动地投入到体育锻炼中并获得乐趣，是我们每个体育教师的职责和追求目标，也是课改的今天要解决的问题。

久在练习耐久跑时他总是坚持到底，不管和其他同学有多大的差异，始终坚持到底。久而久之，在他的自信、坚强下完

成了和其他一样的练习内容。在体育课上，我及时表扬了他，并要求其他同学多向他学习。同学们也报之以热烈的掌声，纷纷向他询问起来。老师的表扬，同学的鼓励给这位同学装上了自信、坚强的翅膀。自此以来的体育课他上课很投入，与同学合作的也很愉快，体育成绩也有了相应的提高。

还有在上课时每个人一定要克服内心的自卑心理，融入到集体的大家庭之中，不懂不会的主动请教，反复练习，同时常于同学合作、交流。

总之，“在课堂上只要主动参与、积极练习，就一定能获得快乐。

体育教师耐久跑教学反思与总结篇四

上学期教学任务已经完成。在过去的这一学期中，我们组积极探究新改，努力实践并取得了一定的成绩。

1、积极极探究新改

我们打破常规教学，进行分专项教学，优势互补。四位教师轮流上，既弥补教师自身缺陷，又满足学生选修部分内容的要求。

2、加强集体备。

尽管我们分四大块进行教学，但是我们仍然加强集体备。对教材进行分析，确定重点、难点，并根据教材内容，探索新的教学方法、新的突破口，努力实践新改[]([fsir](#))特别是申丽梅老师的评优，我们群策群力，上网查资料、反复听找问题。最后代表郴州市参加省评优获银奖第一名。

1、组建高二体育高考队。

根据新的体育高考形势，我们在高二第一期就决定组建高二体育高考队。动员了一部分化成绩中等，有一定体育素质的学生参加。由我和王振兵老师担任教练，着重培养队员对体育的兴趣，教会队员正确的跑、跳、投的基本姿势及基本的训练方法。

2、开展足球兴趣小组活动。

由周华老师担任教练，主要是满足部分学生对足球的爱好，其次也能引导部分学生参加体育高考。

我们备课组积极参加业务学习，先是参加了郴州市的体育与健康教育的听活动，接着我和申丽梅老师又参加了全省的体育与健康教育的评优活动。10月，在郴州市中小学生运动会上担任裁判员，并组织编排了桂阳县第二届田径运动会及桂阳三中20xx年田径运动会。

虽然这一期我们备课组取得了一定的成绩，但是要看到存在的问题。分专项轮流上由于缺乏学校教研室及教研组的指导还不完善，学生测评优秀率偏低等等都需要我们好好地思考，力争下期更上一层楼。

促教，每天反思一点，每天进步一点，引导自己不断在反思中成长。

通过游戏教学能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。游戏深受学生的喜爱，也为教师开展心理健康教育提供了良机。

例如，在游戏比赛中一些个性较强的学生因不服输而与对方发生争执，甚至“动武”；也有失利组的学生互相埋怨，导致受指责的学生产生层场心理而退出比赛。这样一来，不仅影响了游戏教学的正常进行，而且还伤了同学之间的和气。

这时，教师要抓住这一契机，耐心地教导学生特别是有偏游倾向的学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素，最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态迎接新的挑战。

同样，学生在体育学习中，也难免会遇到挫折。例如，学生在学习中作出的动作与其他同学不一致，遭到同学的讥笑。由于这种因素造成的失利使学生难于接受，情绪非常恶劣。对于这种意外事情的发生，教师要充分肯定他们的实力，保护他们的自尊心，引导学生继续参加练习。同时还可以通过我国运动员参加世界大赛出师不利的典型事例来教育学生，使学生了解任何比赛都可能存在一定的意外，包括裁判不公正，培养学生接受意外事实的能力，从而增强抗挫折能力和情绪调节力。

良好的性格对于学习具有重要影响，而人的性格与人际关系和心理健康有着密切联系。我们应当通过体育教学培养学生良好的性格，使他们乐于交往，兴趣广泛，与人和谐相处和积极进取。如在体育分组活动中，常会发现个别学生不愿参与活动，只是坐在一旁观看或四处走走，询问为何？大都强调客观原因。经深入调查才得知是因性格孤僻而导致不合群。针对这一情况，教师可亲自出马，带领不合群的学生一起参加小组活动，指导小组活动方法，并在巡视中不时地过问该小组每个成员的活动情况，及时表扬小组成员取得的成绩，使不合群的学生增添信心、融入群体。

此外，还可创设两人合作的游戏比赛，让这类学生在愉快的气氛中与同伴打成一片。这样日积月累，持这以恒，就能帮助学生培养起良好的性格。

因为一项创新活动的完成，必须具有充沛的体力、饱满的精神和乐观的情绪。为此，体育教师在教学中应通过多种手段培养学生活跃的、思维丰富的想象及运用知识的实践能力等。

比如教材的安排要体现健身性、趣味性和实用性，以促进学生生理、心理和精神等方面的提升，获得成功和愉快的体验，使他们能热爱体育，增强自尊心和自信心。此外，还可通过教学方法的创新，以开发学生的潜能和完善人格，培养学生自学、自练的能力，并给学生营造合作学习的氛围，同时为学生提供机会，培养他们的创造力、竞争力。通过一段时间的体育教学实践我发现小学生们有一种天性就是爱玩好动且不太喜欢听从教师的细心讲解，不太喜欢按照老师所规定的练习方式和要求去做，他们总爱根据自己的爱好和想象来进行体育活动，其实这就是小学生这个年龄段所特有的一个特性，他们对各种事物总是充满着好奇。

因此，作为一个有洞察力的老师应该就从这一点入手来进行教学探究与改革。在体育教学中应注重“教”与“玩”的结合。学生的成才需求决定了在体育教学中应注重“教”与“玩”的结合。体育教学的目的在于育人，即为社会主义事业培养合格人才，这就要求在体育教学中应体现出能够开发学生智力、发展学生个性、增强学生体质和培养学生思想品德，要达到这一目的，需要教师的精心教导和学生的自我锻炼，“教”，可以使明确体育课的目的、原则、方法。“玩”，则可以促进学生消化理解教学内容，增强实践能力，同时通过有目的的“玩”，还可以发挥学生的潜能，发展其个性，增强其创造能力。

体育教师耐久跑教学反思与总结篇五

体育事实上也是一个长期的，反复的过程所谓拳不离手、曲不离口要想有一定的水平就必须多加练习，体育课本来就是培养学生身体素质，以学生发展为本的宗旨。从学生的兴趣着手更为重要。让学生在轻松、愉快的学习氛围中锻炼身体。让学生在不知不觉中对体育活动产生浓厚的兴趣。

我们在体育教学活动中把兴趣作为让学生喜欢上体育课地出发点，上什么内容都应力求找出学生容易感兴趣的地方，激

发学生的求知欲望，从而培养学生对体育的浓厚兴趣，成为他们学习，锻炼和创新的动力。让学生在小组合作中找到自身的价值，同时，可以进行适当地评价，让同伴之间进一步地沟通，简单地说说他助跑直腿摆动跳高的动作掌握情况，为跳得更高作个准备。

感觉转变角色尊重个性让学生在自主、合作、探究中学习重视学习过程和方法的指导关注情感态度价值观的培养等新课程理念已成为教师教学实践中的共识。学生们都有着良好的精神面貌课件下载，多数学生主动热情，课堂发言落落大方、充满自信。课堂教学充满活力。课堂气氛和谐，师生关系融洽，呈现师生、生生互动的富有活力的局面。下面浅谈几点感想。

教学时要把握总体目标。明确阶段性目标。定准课时目标。只有明确以上三个层面的目标，实验才会做到既登高望远，又脚踏实地。

教师要活用教材资源、利用生活资源、捕捉课堂资源。课堂互动经常会生成各种各样的资源。教学时特别关注并捕捉一些有价值的资源加以利用。如学生在练习时，有的整套动作做得好，有的某一环节做得很棒，有的提出的问题特别有思考价值，有的出现错误带有普遍性等，及时捕捉并加以利用。

在新课程理念的指导下，课堂教学活起来了，师生关系融洽，学生竞相发言，课堂非常热闹。必须理性对待，实施有效教学，让课堂活而不乱。既要尊重学生的个性，也要让学课件下载生学会遵守规则。要重视培养学生必要的'课堂习惯、独立学习习惯、小组合作性学习习惯的养成。每一个教学活动的目标指向要清楚，过程要落实，要有实在的成效，真正让孩子学有所得。要扎扎实实地进行双基和良好习惯的训练。

今后我一定会经常反思，用反思促进教学，每天反思一点，每天进步一点，引导自己不断在反思中成长。