

低段学生体育教学反思总结 体育课也要给学生减负体育教学反思(通用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？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

低段学生体育教学反思总结篇一

在我教授李庄五年级学生少年拳的时候，我认为学生已经掌握了基本的动作却怎么也做的不是很规范，于是我大胆给学生配上了音乐《精忠报国》，在音乐的伴奏下，学生的积极性又上来了，打的课带劲了，动作也规范了、协调了、美观了。

在大家的眼里，体育课是单调的、重复的练习来锻炼身体的，这是很多人给体育课下的定义。在这里我想对大家说，体育的锻炼可以不这样的。在体育课上我们仍然有美的享受。这就是让音乐走进课堂。

比如：随着教师的讲解、示范，播放轻音乐，在学生练习过程中配播儿童轻快乐曲，在体育课结束部分用放松性质的音乐舞蹈的形式来结束课程。这样除了增加课堂的愉快气氛外，还能减轻学生运动的疲劳和提高学生对体育课的兴趣。这不仅是优质体育课的需要，也是未来体育课的需要。因此，针对体育活动的单调乏味，体育教师一定要创设欢乐轻松的教学氛围，调动学生锻炼的积极性，让他们以最佳的心理状态进行各种活动，寓教于乐。

低段学生体育教学反思总结篇二

体育活动是一个生动活泼的、主动的和富有个性的过程。因此，我们每一个教师在新的形势下，必须转变教育观念，在教学实践中，改变传统的：“教师讲，学生听”和“教师示范，学生练习”的教学模式，大力创设让学生自主探索、动手操作、合作交流的平台，让学生大胆尝试，使体育学习变成学生的主动性、能动性、独立性不断生成的过程。只有这样，才能促进学生学习方式的转变促使学生全面素质的提高。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

低段学生体育教学反思总结篇三

运动心理学告诉我们，注意是人体对于客观事物进行走向反射的一种心理活动，它能保持人体清晰地感受周围环境的刺激，使人体能做出相应的反应，体育教学集中学生注意力的探讨。正如一些心理学家所说：注意是打开人们心灵的唯一门户。在体育教学中“注意”同其它认识活动中的“注意”一样，也是由无意注意和有意注意两大类组成的。体育教学中学生的注意力集中与否是一堂课能否成功的重要环节，目

前学生所学的课程比较多，学生更多的是关注自己的专业学习，所以在体育教学中集中学生的注意力，就显得很有必要了。如何在体育教学中集中学生的注意力，我认为可以从以下三方面来考虑。

1、针对无意注意的特点，把握直观性原则。

学生常常对他们感兴趣的教学内容表现出集中的注意，在体育教学中能够引起学生无意注意的形式、内容、方法很多，体育论文《体育教学集中学生注意力的探讨》。例如在课的开始部分用师生之间的问候语或下达口令的方式都可以使学生注意力得到相对的集中。

因此，在体育教学中必须针对学中年龄特点和心理特征，经常变换教学手段使教学方法充满新意，经常交替采用诸如竞赛法、游戏法、分组练习法和互相纠正法等手段使组织体育课的传统方法得以奏效，成为启发学生学习兴趣的有效方式。

2、启发学习自觉性，加强对有意注意的引导。

有意注意是一种有自觉目的，必要时还需经过意志努力的注意，有意注意同间接兴趣相联系，是在个人意识控制下的注意现象。因此，加强对学生的引导，明确学习目的，培养自觉性，是教学中必须关注的重要问题。

3、把握注意

注意与无意注意的交替转化无意注意是由刺激物的直接兴趣引起的，而有意注意是对刺激物的间接兴趣引起的，两种兴趣的转化必然导致两种注意的交替。如果在教学中只考虑学生的无意注意，单纯让学生凭兴趣出发，既无法体现教学的真正意图，也不利于培养学生的意志品质，既无助于教师教学能力的提高，更难以维持正常的课堂秩序。

如果教学中片面强调学生的有意注意，就会冲淡教师改进教学方法的热情，也难以形成良好的学术氛围。作为教师应该尽可能地把握学生的兴趣变化，研究摸索学生两种注意的反映规律，因势利导，提高教学效率。

低段学生体育教学反思总结篇四

在农村小学体育教学中体育教师要学会给予学生主人翁意识，让学生主动地参与到教学活动的编排中。

在现实生活中，我们的同学做的游戏很多都来自于他们自身的发明创造，如“老英雄”、“冰糕猫”等等。如果在教学中，我们让学生参与到游戏的构思上，让他们思考在已有工具和场地的基础上，如何编排游戏，他们会想到我们所不能想到的方法。而用他们的方法进行游戏，他们会在活动中表现得更加投入，更加兴奋，从中不但发展了学生思维的广度和深度，同时提高了学生的身体素质，更重要的是使他们更有兴趣参加体育活动，真正体现了把课堂和活动还给学生。

在教学中要让学生主动参与到学习中来，让学生真正成为学习的主人，这就需要体育教师在平时的教育教学中，采用学生主动参与教学的过程，这样才能培养学生的主动参与意识，让学生在参与的同事获得体育技能。

低段学生体育教学反思总结篇五

在一节体育课中，准备活动虽然不是课内的主要部分，但它直接关系到一堂课的质量、安全和效果。因此，体育教师必须高度重视体育课的准备活动，注意培养学生养成在激烈运动前做准备活动的良好习惯。准备活动作为体育课不可缺少的一个部分，一直被大多数体育教师忽视。然而对于教师来说，它不仅能调动学生上体育课的兴趣，为体育教师设计的教学内容服务，而且也能作为挖掘学生想象力和创造力的一种手段；对学生来说，准备活动的目的是使他们在生理和心

理上做好准备，克服神经机能惰性，使人体尽快地由安静状态进入工作状态，并能起到防止运动伤害事故发生的作用。

教学中主要采取以下几种方法及对策：

一、准备活动要具有小学特点

小学生由于年龄不同，在生理和心理上存在着的差异，这就决定了小学的准备活动应具有起独特的特点。但在体育教学中，准备活动区别不大，小学成人化，中学公式化，一套操，一个游戏，小学用，中学也用，甚至把高级运动员的专门性练习也拿来用。这种毫无区别，毫无特点的准备活动，违反了教学规律和小学生的生理特点。小学生的准备活动应根据身体发育特点，以游戏或简单易学动作为基本，再结合教材特点，提出不同的要求。

二、加大宣传力度，让“认真做准备活动”在学生中形成共识

体育教师应巧妙地把学生在体育课上或者在课外活动时遇到的一些伤害事故设计成问题，如跑步时的腹痛、肌肉痉挛、脚扭伤等常见的运动损伤组织学生进行讨论。但在这里要注意，就是体育教师在提问时，最好是问班上曾经受过伤的学生，或是他们比较熟悉的学生，一步一步地引导学生得出运动损伤的主要原因，最终让学生明白做准备活动的意义和作用，使学生在思想上高度重视起来。然后再把运动解剖和运动生理的相关知识告诉学生，做准备活动不仅仅使他们在生理和心理上做好准备，克服神经机能惰性，加快运动神经传导作用和反应速度，使人体能尽快地由安静状态进入工作状态，避免运动伤害事故，最主要的是把他们的身体机能调整到最佳运动状态，从而更好地学习体育技能。

三、勇于创新，创造性地开展工作

1. 掌握第一手资料在接手新的教学班级时，体育教师要利用机会向学生了解以前上体育课时他们的准备活动是怎么做的，从而为自己设计准备活动打下基础，尽量避免重复，并认真研究学生的生理、心理、年龄等特点，从电视上、资料里汲取“营养”。更主要的是体育教师之间要相互协作，共同研究，努力编排出适合学生的. 各种准备活动。

2. 有计划地引导学生参与到准备活动中来，如果要做到每一节课的准备活动或者游戏都不尽相同，这不是一件容易做到的事情，恐怕这也是每一位体育教师感到头疼的事情。那么怎么办呢？俗话说“三个臭皮匠，抵一个诸葛亮”，那么多的学生对我们来说，是一个取之不尽的能源库。我们为什么放着那么多的资源不利用呢？也许是在教学过程中忽视了这一点，也许是我们低估了学生的想象力和创造力。在信息化时代和经济比较发达的今天，学生们完全有能力做到这一点。假如我们在开学上课的第一天，跟学生们讲清楚准备活动的编排原则和方法，要求学生们按照学号顺序轮流带准备活动，并有意识地引导学生去收看电视中健身、文艺表演、健康节目p体育等，引导学生去查阅体育类相关书刊，帮助并指导学生把所看、所学与日常生活中常见的一些动作有机组合起来。在一开始学生们可能由于各种各样的原因所取得的效果并不尽如人意，在这时候体育教师要有足够的耐心，甚至对学生所犯错误要给予足够的宽容和理解，要多帮助学生、多鼓励学生，切忌采用简单、粗暴的口气对待学生，更不能讽刺、挖苦学生。相信用不了多久，经过充分的准备，学生准备活动中就可能会出现诸如健美操、搏击操、徒手操、各种各样的小游戏等灵活多样的形式。随着时间的推移，你就会感觉到，学生编排出来的东西出乎你的想象，它不仅充分调动了学生学习的积极性，而且学生的动脑、动手能力得到加强，同时，我们教师从中也得到不少启发，真可谓“教学相长，相得益彰”。

3. 采用激励机制，鼓励学生勇于创新学生大都好胜心较强，体育教师们要充分利用学生的心理，在开学的第一节室内课

上，就向全班学生宣布设立如“最佳体育委员组织奖”、“最佳体育委员创意奖”、“最佳体育委员表演奖”、“学期最佳体育委员”、“年度最佳体育委员”等相关奖项，并与校团委合作，把学生的获奖姓名、班级在橱窗内、校报上予以公布，或在每学期的体育课成绩计算上根据相应奖项实行加分制，从而激发学生的成就感、成功欲，让学生在不知不觉中形成良好的竞争意识，有利于他们今后更好地走向社会。

四、准备活动内容要丰富多彩

一套基本体操，一个游戏长期使用，久而久之，会让学生感到厌烦。在教学中，选择准备活动的内容应全面、丰富、形式多样。既要有徒手体操，又要有器械操；既要有原地的、也有行进间的；既有单人的、也有双人或集体的；既有一般练习，又有模仿、诱导或辅助性的专门练习。这样使学生才能感到新颖有趣，才能在提高神经系统兴奋性的同时激发学生的运动欲望。

五、注重一般性准备活动与专门性准备活动的结。

准备活动不只是做个游戏，做几节基本操。一般性准备活动主要是使全身各主要肌肉群、关节、韧带都得到充分的活动。准备活动是为教材服务的，因此要有的放矢，使与完成基本部分主要教材有关的肌肉群、器官以及各主要系统机能得到充分活动。它是在一般性练习基础上，采用动作性质相似和结构与基本部分教材相类似的专门性练习。专门性练习是一般性练习无法代替的。因此上课时必需合理地安排一般性和专门性准备活动练习的比重。

作为一名一线的体育教师，我们要努力做到与时俱进。只有我们对准备活动重视起来，才能带动学生对准备活动的重视。我们在积极研究如何做好准备活动的同时，一定要充分考虑到准备活动的强度、难度、时间、次数等与学生的实际年龄、

水平、气候等之间的关系，并充分考虑到一般准备活动与专项准备活动之间的关系。更主要的是我们要学会利用学生的心理，采用各种激励机制去鼓励学生，发挥学生的想象力和创造力，要在教学过程中充分保护学生的积极性，更要放手大胆地让学生去干。相信通过各方面的共同努力，准备活动就一定会得到体育教师和学生们的的高度重视，从而更好地为上好每一节体育课和预防运动伤害事故的发生起着积极的作用。