

2023年收获提升专业素质心得体会(模板5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

足球教学反思篇一

新的课程理念强调体育教师在教学中要树立“健康第一”的思想，以学生发展为本，激发学生的运动兴趣，重视学生的主体地位，形成学生自我发展的个性和终身体育意识。本课重在培养和激发学生参与活动的兴趣，强调在教学中以学生为主体，改变教师灌输、学生被动接受的传习式教学模式，使学生学会学习、乐于学习、主动学习，通过亲身体验，内化为对体育的兴趣与能力。掌握一些锻炼身体的方法，深化学生对体育运动的认同与理解。下面我将从教材、学情、教学目标、重难点、设计意图等几个方面进行说课。我们常说，备课是上好课的关键，深入学习新的课程标准和教学理念，钻研好教材是备好课的前提，因此，我先对教材进行分析：

二、教材分析

脚内侧踢球由从助跑、支撑脚站位、脚触球、踢球腿的摆动和踢球后的随球摇动动作组成的动作技术，它是足球运动的主要特征，是足球技术中最重要的技术，是队员之间相互联系的重要途径，是整体技战术的体现，对培养学生积极进取、机智、灵活、勇敢顽强的竞争意识和团结协作的优良品质都有重要的价值和意义。同时，通过对脚内侧踢球的学习，还能发展学生速度、力量、灵敏、柔韧和协调性等身体素质。

三、学情分析

本次授课是面对五年级学生经过几年的体育锻炼，他们已经能够规范自己的动作，而足球是小学生较喜欢的体育项目，如果以规范的足球动作技能施教，正好符合这个年龄段学生的心理特点，可以促进学生足球水平质的提高。

四、教学目标

1、认知目标：学习与了解足球脚内侧踢球的技术原理及其在足球运动中的作用，建立脚内侧踢球的动作概念，培养学生对足球的兴趣。

2、技能目标：通过本次课的学习，使70%以上的学生能正确掌握脚内侧踢球的动作要领，巩固提高学生对球的控制能力、支配能力，发展学生快速奔跑、灵敏、协调等能力。

3、情感目标：通过足球练习，体验成功感，激发运动兴趣；培养合作精神与良好的人际关系。

五、重难点

重点：支撑脚位置的合理性与击球点的准确性。

难点：掌握脚内侧踢球动作的连贯与协调用力。

六、教法与学法

说教法：根据学生生理、心理特点，我采用了讲解示范性教学法、激励性教学法、观察法、探究法、指导法、比赛法、评价法等，让学生在宽松的学习氛围中愉悦的学习。

说学法：本节课采用的学法主要采用小组练习法、小组讨论法、自主学习法、合作交流法等学法调动学生积极性，让学生成为学习的主体。

下面是正堂课的教学流程，我把这节课分为六个部分，分别

为：引入部分、激发兴趣、共同研究、活跃身心、调整情绪、评价小结。

（一）引入部分分为两个部分

第一，创设情景

一开课打破常规的教学模式，引入情景，为了让学生能很快的进入上课状态，抓住学生的心理，我利用提问、图片、道具、角色扮演等多种手段创设情景。

第二，分配角色

教师提问题：“同学们，认识哪些足球运动员？还知道有哪些著名的足球俱乐部吗？”学生积极开动脑筋，伴着提出的问，教师出示挂图，设计学生扮演职业足球运动员，老师扮演教练员，老师今天的任务就是带领一只职业球队的球员进行训练。

（二）激发兴趣

分配角色后，开始进行下一个环节的专门性练习，在开课后设计这个环节，是为了使教学进一步情境化，让学生更快进入自己的角色开始学习，主要目的让学生积极主动地热身，活跃课堂气氛，为下面的课做好铺垫及身体、心理的准备。

游戏方法：

左右两人一组面对面，两手平行半屈臂互握，同侧脚轻踢，脚内侧相对，左右脚交替小跳中完成，要求大腿外展屈膝前摆，对脚时脚底与地面平行，为课上学习做铺垫。充分活动各关节。

游戏要求：

要求学生注意力集中，反应迅速，合理掌握力度，在游戏中注意安全，不能故意用过度力量踢对方。

（三）共同研究

当学生经过上一个游戏愉悦，对学习产生兴趣的时候，马上进入本节课的主题，星球碰撞（脚内侧踢球），这个环节是本课的重点部分，在接下来的环节中我采用“思考——尝试——对比——讨论——再尝试——评价——提高”的学练流程，让学生充分领会自觉、自主、能动的学习方法和积极参与体育锻炼的乐趣。让学生在游戏中的自主学习，在玩中学，学中动，开动脑筋。

首先，教师先讲解游戏的规则，并且请学生出来配合教师做示范。（游戏规则：两人一组每人一球，分别相距2米、4米、8米的传球相撞游戏。（激发学生学习的欲望。）然后教师提出问题？学生带着问题进行游戏。

学生活动：学生积极思考问题，回答问题。

学生活动：学生积极思考问题，回答问题。

在两次游戏中，教师选出不同的学生典型做出对比，让学生很直观的发现问题，并且解决问题，最终引出本次课的内容脚内侧踢球，教师出示挂图并讲解脚内侧踢球的动作要领，动作要领：（以右脚踢球为例）直线助跑，左脚支撑在球的侧方15cm左右，脚尖指向出球方向，膝关节微曲；同时右脚顺势以髋关节为轴由后向前摆，脚尖稍翘起，用脚内侧部位击球的中后部。

（四）活跃身心

1、分组练习

为了加强练习的强度，更好的让全班学生都动起来，让学生做学习的主人。将全班分成男女两队继续进行碰撞游戏，教师加入其中一对，共同游戏。

在这个环节中教师发现学生错误技术动作，给予及时纠正

2、踢准游戏

为了更好的调动学生学习的积极性，把星球碰撞游戏更换成踢固定球的踢准游戏，教师和学生共同参与游戏，积极给予指导与鼓励！

（五）巩固拓展

利用本节课所学到的知识，展开游戏，让学生巩固前面所学到的运动技能，进行星球碰撞比赛。

游戏方法：

全班分成男女四队，比赛的两个队员之间相隔4米的距离面对面踢球，再分别选出四名队员做小裁判，分别记下每对撞球的成功次数，成功最多的队伍获得比赛的胜利，游戏2次。

要求：不得故意破坏游戏规则，注意安全。

素质练习游戏

再进行小的上肢力量游戏（推小车游戏），平衡对本节课上肢力量练习的不足，提高本课强度。

（六）活跃身心

游戏结束，今天的小球员都很棒！都能按照教练员的要求进行训练，通过刻苦的训练在比赛中我们一定会取得胜利！接下来放音乐，大家和教师一起随音乐做“足球人浪”放松身

心。

足球教学反思篇二

我所教授的是七年级人教版第三章教学内容——脚内侧传球，本课的主要目的是培养学生的足球运动兴趣，在运动中提高自己的身体素质，培养学生的团队合作能力。

七年级学生的足球运动水平还很低，对足球知识了解很少，采用这样简单一点的教学内容，可以激发学生的学习欲望，提高自信心。

通过实践教学活动，发现了很多教学过程中存在的不足，主要不足是学生在小组合作学习过程中，学生的学习次序不明显，先练什么后练什么，不是很清楚，练习的随意性比较大，小组长在练习中起到的作用不明显，主要是平时对小组长的培养还不够，没有明确自己的学习任务。

展示交流过程中，动作掌握不好的同学很少展示，对自己没有信心，他们有很多值得我们讨论学习的地方，以后要多鼓励他们进行展示。

总的教学效果还可以，基本按设计完成各个环节的教学，学生的自主学习能力还有待提高，学习兴趣比较高，我感觉这是一个好的开始，有利于我今后的教学。

足球教学反思篇三

一、设计理念：

本课以推动校园足球为出发点，以课程标准为指导，结合三年级学生的身心特点，以足球运动的基本动作“运球”为主要教学内容贯穿整个课堂。课堂中通过自主学练、合作体验的学习方式激发学生的学习兴趣，使学生在宽松、和谐、愉

悦的环境下进行学习和锻炼，在游戏中体验锻炼的价值，享受足球带来的乐趣。为进一步推进校园足球，全面发展学生的身体素质奠定基础。

二、教学内容：

小足球运球

三、教学重难点：

1、教学重点：提腿屈膝的运球方法。

2、教学难点：运球中对球的控制力

四、教材分析：

小学阶段的足球教学，有技术的教学，但并不苛求技术的细节，主要强调突出“游戏”二字。本课运球活动，有一定的难度，课上通过设计不同难度的练习方法和游戏来激发学生参与活动的积极性和主动性，从而达到掌握相关的技术动作及控制球的能力，为下阶段的学习打下基础。

五、学情分析：

我所授课的班级是三年级学生，有集体荣誉感，特别喜欢上体育课，更喜欢上足球课。由于刚刚接触足球，对足球没有基础，容易出现很多问题，需要教师不断的变化教学方法，来引导学生在该阶段实施足球的教学，让学生体验脚运球的基本动作。

六、教学方法及手段：

讲解与示范、游戏与比赛、评价学习法。学生主要采用的学法：体验法和自主学练法。学生在教师设计的教学形式下，由简到难，在难度递进中反复体验，巩固提高。

七、教学目标：

- 1、让学生知道脚运球的方法，体验运球的乐趣。
- 2、能做出正确的用脚运球的动作，提高运球时对足球的控制能力。
- 3、提高学生的协调平衡能力，培养学生的团队合作能力。

足球教学反思篇四

足球是当今世界最受欢迎的体育运动，也是少年儿童非常喜欢的体育活动，足球教学反思。随着全国性的“足球进校园”活动的开展，我们更在体育课上加大了足球运动的普及度。我所教授的是五年级的学生，虽然都属于水平三的学生，他们对足球的理解和接受能力也存在差异，但在学习过程中表现出的能力特点和出现的错误却大相径庭。首先，对于足球的兴趣，基本上三个班的学生都具备一个特点，那就是90%的男生都有浓厚的兴趣，而70%的女生听到要上足球课都悄悄皱起了眉头，男女兴趣不一，就成为了普及足球运动的一个障碍，该如何消弱这种障碍呢？我试图将练习内容融入游戏，确实还是将一部分女生的积极性调动了起来，毕竟爱玩是孩子的天性。第二，在教学中我始终按照以下为教学流程来指导教学：兴趣导入——体验球性——互动学练——实践创新——放松身心——评价小结，教学反思《足球教学反思》。如脚内侧踢球是足球技术中最基本也是最常用的一种动作方法，根据小学生的特点，我先采用模仿练习，先是无球的模仿练习，接着是有球的练习。体会摆动腿以髋关节为轴，大腿带动小腿的摆动方法。但是由于小学生独有的特点，对动作的完整概念往往不能理解，这就导致不同错误的发生。如：踢球腿的膝盖和脚尖外转不够，踝关节放松，脚尖没有翘起；身体不会协调用力；脚型控制不好等等，鉴于这些错误的发生。我让学生，两人一组，一人用脚踩球，另一人做原地或上一步的踢球练习。并且踢球力量不要过猛，主要体会支撑脚的

选位和摆动腿的摆动动作。采用这些方法后，取得了很好的效果，我觉得对小学生的要求，不应过急，练习应循序渐进，打牢基本功，才会取得技术方面的更加进步。

足球运动能全面发展人的身体素质，增强人的体质。培养少年儿童的身心。抓住足球运动的特点及儿童的心理特点，开展教学，会取得良好的效果。在教学中，适当的语言鼓励也会取得很好的促动，这方面，我得加强运用，以便取得更好的教学效果。

足球教学反思篇五

足球是当今世界最受欢迎的体育运动之一，也是青少年非常喜欢的体育活动。随着近些年足球运动在学校的开展，学生也有了较大的兴趣，渴求对于足球基本技术的掌握，足球课的开展也正解决了绝大部分学生基本技术缺乏的问题。学生为了能在足球运动中崭露头角，从而积极的参与到足球学习当中。本课以健康第一为指导思想，注重学生对足球基本技术的掌握与实践应用。尝试运用新的教学理念和教学方法，充分强调学生的主体地位，发挥学生的模仿能力和小组长的带头作用，开展自主练习，使学生在愉快、团结的学练氛围中激发对足球的强烈兴趣，感受练习，并从中培养学生的坚强意志，协作竞争意识和创新精神。我在整节课的教学设计中紧紧围绕“兴趣”来教学。在新授前让学生先进行游戏听指挥，通过游戏活动，提高学生上课的积极性和注意力练，培养了学生对球感和对足球活动的兴趣，也改善脚对球的控制和掌握能力，进一步热身，同时活跃课堂气氛，为基本部分学习做好辅垫。

本节课在我的引导下进入徒手操活动，充分活动身体各关节为主教材打下基础，预防运动损伤，提高学生学习兴趣。接下来复习了上一节学习的内容，加强了学生的运球技术，并设置了障碍运球，让学生体验，用自己的好方法过障碍。发现好的动作，引出本节课的课题脚内侧传球。在我做示范时，

我提出问题，让每一对学生观察我的每一个动作，小组讨论并回答，同学们观察的都比较认真，这样也充分发挥了学生的主体地位。

脚内侧传球是足球技术中最基本也是最常用的一种动作方法，根据学生的特点，我采用：

1、“模仿练习，先是无球的模仿练习。

2、接着是固定球的练习。体会摆动腿以髋关节为轴，大腿带动小腿的摆动方法。但是有些学生对动作的完整概念往往不能理解，这就导致不同错误的发生。如：踢球腿的膝盖和脚尖外转不够，踝关节放松，脚尖没有翘起；身体不会协调用力；脚型控制不好等等，鉴于这些错误的发生。

3、我让学生两人一组，相互对照进行踢球练习。并且踢球力量不要过猛，主要体会支撑脚的站位和摆动腿的摆动动作。采用这些方法后，取得了很好的效果，我觉得对学生的要求，不应过急，练习应循序渐进，打牢基本功，才会取得技术方面的更加进步。我还进行了分层教学，技术不好的进行两人传球，有3米的距离增加到5-6米的距离练习，也可以两人之间加一个球门（小垫子当球门）了练习，如果这两项练习的都比较好还可以运球绕标志杆射门练习，这样提高了学生的兴趣，也发展了学生的自信心。

本节课在对人评价时，以运用激励的语言为主，在评价时以语言的准确性，使学生增强了自信心，也对自己的学习效果有一个明确的认识。本节课中通过学生的展示提高学生对自己、对他人评价的能力，让学生感知获得进步的喜悦，调整与改进学习活动。通过小组讨论，增强学生相互间的交流，有效培养了学生探究学习的能力和提高了学生基本技术的掌握。虽然比较好地完成了教学目标，但也存在着一些不足，个别学生活动不太积极，在传接球练习时，个别学生有散漫现象，不过后来的素质游戏仰卧传球蹦蹦跳中，解决了

这些不足；再就是教学场地有点小，感觉有点活动不开。因此在以后教学时，应充分考虑学生的兴趣、学生的个体差异、合理设置教学场地等，不断变换教学方法来提高学生的学习积极性，有效提高个体能力，为校园足球的有序开展打下良好基础。

足球教学反思篇六

1. 教学中要充分调动学生的学习兴趣。

2. 充分发挥学生的主动性。

让学生自由组合，比较符合学生的心理特点，让他们有自由选择的权利。根据哨声组队，可以让学生有更多的机会与他人合作，形式多样，组合随意，学生乐意，真正体现学生主体原则。小学生的思维一下子被打开，各种玩法应运而生，有的甚至于超出了教师的想象。播放歌曲《大家一起来》，使场上气氛活跃，有如身临赛场。

教师在设计教案时，为了充分尊重学生的选择，发挥学生主观能动性，教师请学生上来展示，结果，被点名的学生上来没有按照教师的意愿进行。为了真正体现学生为主体的原则，教师随机应变，按学生的意愿进行教学。

3、不断对学生进行鼓励使学生有成就感。

教学组织形式采用分组，并让学生发挥想象，用各种形式进行扣篮练习，充分体现学生主体地位。该内容是本课的重点部分，由于学生第一次接触射门，学生激动、兴奋，所以更需要教师巡回指导，并参与其中，运用激励性语言，不断鼓励学生，创设展示机会，使学生有成就感。根据学生差异，让学生自行选择高度，体现以生为本。

4. 比赛是体育教学中的重要手段之一。

深受学生的喜爱，通过比赛使学生的积极性被调动起来，情绪高涨。由于这个“龙在行动”的游戏平时经常练习，所以学生很熟练地完成。这类团体比赛，能很好地培养学生的合作精神。教师仔细观察比赛过程，及时评判与总结。

5、体育新课标指出：“让学生具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神。”

因此在体育教学中，加强学生的合作学习对从小培养学生的合作意识和精神具有深远的影响。在进行“拼字母”游戏时，教师并没有教学生如何合作，而是让学生自己开动脑筋，生与生互动，在探究中学会合作，学会相互配合。整个教学过程是在优美轻松的音乐中进行的，放松了学生的心情。

足球教学反思篇七

教学内容：

篮球运球急停急起

教材版本：

人民教育出版社《体育与健康》

指导思想与理论依据：

一、依据《体育与健康课程标准》的要求，树立“健康第一”的指导思想。

二、学习篮球运球急停、急起技术，激发学生参与学练的欲望和兴趣；注重学生的运动体验。

三、培养学生的运动兴趣，提高篮球技能水平，进一步培养学生的集体观和合作创新精神，确保每一位学生受益，增强

学生终生体育的意识。

教学背景分析：

一、教学内容分析

本课篮球运球急停急起是水平四初中教材中重要的篮球运球教学内容之一，它承上启下着篮球运球中高、低运球和体前变向换手运球两部分，也是篮球运动中较为普遍运用的基本技术之一。

篮球运球急停急起是队员在跑动中突然制动和加速运球的一种动作方法，是衔接其他技术动作和摆脱对手的有效方法，它是为做好很多技术动作的一个关键点，所以重视这一个关键技术。运球急停时，迅速降低重心，重心后移，跨步急停，手按拍球的前上方。运球急起时，重心前移，蹬地短促有力、手拍球后上方。

手与球的按拍位置和脚步动作是运球急停急起的重点环节，是做好整体动作的前提条件。身体协调和对重心的控制能力是该技术运用好坏的关键。

二、教学重点、难点

根据以上分析，结合教学实际，本课的重难点确定如下：

重点：手与球的按拍位置和脚步动作。

难点：身体协调和对重心的控制能力。

三、学情分析

1、初一年的学生表现欲极强，学习兴趣很高，他们很希望能通过这项运动展现自己的能力，吸引同伴的眼球。

2、小学时候已经初步学习了篮球的高、低运球技术，大部分学生能够脱离自己运球的视线在原地或在低速行进间稳定地运球，但是学生的总体水平参差不齐，突出表现在控球能力方面。

足球教学反思篇八

拍皮球比赛

1、能培养孩子手、眼的协调能力以及动作的敏捷性，促进节奏感的发展。

2、用左右手轮流拍皮球，可以促进左右脑的*衡发展，为今后的逻辑思维和形象思维的发展打好基础。

场地、皮球。

1、各班整齐队伍，分别站在四面。

2、然后进行拍皮球比赛。

3、最后整队回班。

1、每班每次选出2名选手进行比赛。

2、每班最多选出20名选手进行比赛分10轮进行。

3、每次拍皮球的时间为1分钟。

4、1分钟内拍皮球的个数最多者为本轮胜利者。

5、最后选出个人拍皮球前10名，班级排名。

主持人：徐建东

裁判：各班老师（大三班与大四班老师交叉裁判，大五班与大六班交叉裁判）

裁判员负责数小朋友排球的个数顺便负责记录。