

最新初三祝福语(优质10篇)

作为一名教师，通常需要准备好一份教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。那么问题来了，教案应该怎么写？下面是小编为大家带来的优秀教案范文，希望大家可以喜欢。

体育跳绳比赛教案反思篇一

养学生“开放性”的思维已经成为当今的教学主题，而怎样去引导学生的思维则又是教学任务中的一大难点。

体育课作为学生兴趣较大的一门课程，同样要求教师在教学过程中恰当地引导学生开动脑筋，积极思考。下面以“双人跳绳”为例：双人跳绳是利用一根绳子，两人在积极地配合下完成的技术动作。方法有很多种，如：一人摇绳两人一起跳，两人摇绳一人跳，两人摇绳一起跳等等。因此在上课之前可以先玩一些两人配合的游戏，增加默契感！

接下来复习单人跳绳，再次强调动作要领，然后两人一组开动脑筋创作双人跳绳的方法。在学生创作地过程中教师要注意观察，适当的时候给予鼓励性的提示语，如“好的，不错，再想想看”等等的语言，这样学生可能会更加努力地去思考，课堂气氛也就活跃起来了，集合小结时，让创作最多的一组做示范，并表扬所有开动了脑筋的学生，最后提问：“你们认为要跳好双人跳绳最关键的因素是什么？”当然是两人的配合，然后教师就可以延伸地讲一下团结的重要性，这样一堂课就非常丰富了，不仅学习了新的技术，而且还能懂得很多道理。同学们动了脑筋注意力就会集中，教学效果也会达到最佳。

因为这种教学方式充分地发挥了学生的自主性，调动了学生的积极性，因此，我们在教学中应多运用这种提问式方法，

让学生的思维发散，打破以往的“灌输式”教学。

《跳绳》

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

体育跳绳比赛教案反思篇二

我做的最大的改动就是课前让学生开展跳绳活动，然后和好朋友比一比谁跳的多，最后完成课前调查表。（1）我一分钟跳绳（ ）下。（2）一分钟跳绳（ ）下。（3）我会提一个减法问题：（4）我会列式计算：通过调查，我发现孩子们能够掌握两位数减一位数的退位减法和不退位减法，两位数减两位数的不退位减法，在两位数减两位数的退位减法中存在困惑，更不会三位数减两位数。我想，这是多好的素材呀！于是，我就用孩子的这些学会的知识进行复习导课，用两位数减两位数的退位减法引出课题进行新知探究，最后拓展到三位数减两位数课下探究。

其实，我最大的困惑就是一一直在纠结怎么处理这么几个关系：创设情境与复习铺垫的关系，算法多样化与算法优化的关系，算理直观与算法抽象的关系，形成技能与解决问题的.关系，

只要处理好这几个关系这节课就上好了。

在创设情境和复习铺垫的关系处理中，我是在跳绳这个活动中进行课前测，了解学生学情，从中选取几个有代表性的知识进行复习，情境图的处理突出体现我们的一题三读，这样就有效的平衡了两者的关系。

在这节课算法多样化和算法优化的关系处理中，学生在探究新知的过程中大多数孩子采用的是竖式的方法，但是有的竖式是对的，有的是错的，那怎么办呢？同桌合作用摆小棒或者拨计数器的方法来验证一下。展示点拨环节摆小棒的方法是为了判断谁的正确，引导学生找出错误的原因。拨计数器的方法是为了沟通计数器和竖式这两种方法的关系，从“你知道这个退位点是拨计数器的哪一步？”这个问题开始，引导学生明白用退1后剩下的数进行计算。最后进行竖式计算教学，而无论是摆小棒还是拨计数器都是为了理解竖式十位上退1后用剩下的数去减的道理。

在处理算理直观和算法抽象的关系处理中，第一个问题小红比小亮多跳多少下，我采用的方法是摆小棒和竖式相结合，拨计数器和竖式相结合探究整十数减两位数的退位减法的计算方法。第二个问题小亮比小红少跳多少下，我采用的方法是脱离模型，利用口算和竖式相结合的方法探索两位数减两位数的算法。

最后，在处理形成技能和解决问题的关系中，我从解决谁比谁跳得多这个问题中引入探究新知环节，最后通过多种方法的验证知道了 $40-28=12$ （下）达到了解决问题的目的，然后针对重难点进行专项练习最高位不能写0（采用的是解决问题的形式）和对比练习——对比两位数减一位数的退位减法和两位数减两位数的退位减法（这个是前两个问题的抽象和提高。）让学生不仅形成两位数减两位数的退位减法的技能，而且要讨论交流几种算法之间的联系，最后总结在两位数减一位数或两位数减两位数竖式计算中要注意什么，从而让学

生掌握规律。于是，这节课就像教授所说的，又上升了一个境界：不但学习知识和技能，还要掌握解决问题的方法，更要理解事物的规律。

体育跳绳比赛教案反思篇三

自本学期活动课进行花样跳绳以来，首先对两个班的学生进行一个星期的花样跳绳视频观摩，让学生了解花样跳绳的美妙之处，一根绳可以跳出不同的花样，是一个技术含量很高的体育运动。之后对学生进行跳绳摸底，有一个班有3名学生不会跳绳，有一个班有两个学生不会跳绳，其中一名学生有智力障碍，学习很困难。要求学生要象上体育课一样，注意安全，要穿运动鞋，自己准备一根短绳和毽子。本节课我以短跳绳贯穿始终，由易到难，循序渐进的'提高学生跳绳的能力，在学习过程中使学生充分体验到运动的乐趣与运动后的愉悦。课堂气氛活跃，学习热情高，能较好地完成了课时的教学目标。

在学习多样跳绳中我采用了自由结合，小组合作的形式进行了初步探讨和实践，给了学生合作的场所，各小组创新赛又刺激了合作的深度，任意组合搭配，增加了合作的可能性。

爱因斯坦说过：“发现问题比解决问题更重要。”在本节课中，我引导学生善于观察，积极思考，在最初的合作中，学生从学习的实践中去发现问题，然后主动的去探索研究，学生会思考摇绳的动作要领是什么？动作方法有什么不同？如何在原来的花样基础上有所创新。

在花样跳绳的过程中，学生通过动体——动脑——实践——体验，主动探究，在锻炼身体的同时，学会发现问题，解决问题，这种学习方式更主动，更积极，学生的学习兴趣更浓，思维也更活跃。如果说跳绳给学生带来的是尽情，那么创编花样跳绳则给学生送去了尽兴。

学生在自己的“作品”上，在同学间的两次合作中，在教师的激励下，根据自己的能力和经验做各种跳绳的练习，不仅锻炼了身体的协调性、同时培养了学生善于动脑、敢于创新、大胆实践的优秀品质。花样跳绳让我的学生们领略到了体育的快乐，还掌握了体育技能，提高身体素质。同时还培养了学生不服输的精神，满足了学生的表现欲，增强了学生的自信心。

在这节课中，如果在学生小组交流多样跳绳过程中，我能着重要求学生练习大部分学生不会的花样，教师进行必要的技术指导，然后再进行比赛巩固，相信效果会更上一层楼，在以后的教学中更要重视学困生的身心健康，使每位学生都能在体育课中体验成功的快乐和喜悦。

体育跳绳比赛教案反思篇四

跳绳对三年级的学生来说，由于学生的身体协调能力，以及掌握跳绳的能力稍差，所以在教学生跳绳时，我注意学生以下几点：

（一）教学目标通过教学过程顺利实现

本课的教学目标是通过来开发学生的创新能力，并以学生所创造的玩法为游戏的载体，让学生在学中玩、玩中学体验集体和个人获得成功的喜悦心情，让学生真正形成“自我学练、合作学练、探究学练、创新学练”的良好气氛，从而实现教学目标。我在教学《跳短绳》一课，采用传授式教学法、学生创新方法、学生反复练习、分组比赛等方法来完成教学任务。目前，在教法上我改用激趣法和鼓励法进行教学尝试，取得了较好的效果。练习过程中，一些基础好的学生很快就完成老师布置的任务，为了保持学生的练习兴趣，一方面，引导学生学习花样跳绳，一方面，让学生当小老师教不会的同学。每当发现学生微小的进步，我都会不失时机地给予表扬，有时作出惊讶的表情，有时有意输给学生。

(二) 以音乐为背景，营造浓厚的民主氛围，把课堂转化成舞台，让学生自始至终是主体

(三) 以游戏为切入点，让学生全员参与。这节课一直是在游戏的氛围中的，从开始的听音乐做跳绳游戏，再到学生听音乐做捉尾巴游戏。都是以学生为中心，以游戏为手段达到让学生自主锻炼的目的。

总之，这节课还有很多的不足之处，比如组织学生的能力，课堂的节奏和运动量的把握还是有待提高，希望通过不断地学习和实践来提高自己的能力，多学习、多锻炼，让自己尽快的成长起来。

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](#)

体育跳绳比赛教案反思篇五

学生通过练习，掌握了跳绳的技能，在锻炼身体的同时开发了思维。学生能主动的参与到活动中，能做到学中乐，乐中学。学生练习的时间还较少，还应把更多的时间留给学生。

在教学中要利用学生的这种心理，激发和保持学生行为的内

部动力，以学生为主体使主体自身发挥自我教学的作用。我观察学生跳绳的整个过程。学生往往是开始时的十几秒快，中间的半分钟左右保持在一个比较平稳的状态，最后的接近15秒时间是在体力有一点不能完全支持的状态进行的，跳绳的速度是比较慢的。

这个过程是比较符合学生“一分钟跳绳”的体力分配的。但我却发现当学生们在跳完绳之后，有好多的学生还在进行练习，或者是进行其他的活动，没有一点的疲惫之态。

这个现象说明：学生是完全有体力在一个相对比较高速的状态下进行一分钟跳绳的。因此，首要解决的是学生跳绳的耐力问题，使学生在一个月内尽可能长的保持在高速的状态下。

我采用了把一分钟的时限拉长，变成1分30秒或更长。这种带有训练性质的同时又需要学生付出比较大的努力的活动，学生很容易产生为难、畏惧、退缩的情绪。此时，如果用命令式的方法强行让学生进行练习，学生往往会很反感，在训练中不投入，而且体会不到愉悦感。

结合学生比较喜欢“下陆战棋”的特点，我设计了给原本枯燥、单纯的“一分钟跳绳”比赛，改一个名字，冠名为：“跳绳王大赛”。并用“小兵升级”的办法，由“陆战棋”中的各个名称来命名：使学生由小兵排长连长营长。随着一分钟跳绳的只数的增加而升级。这样可以满足学生迫切的成功感和好胜的心理，在娱乐中克服为难、畏惧、退缩的情绪，这样学生的主动性就被充分的调动起来了。

跳短绳是一项比较普遍而且易于开展的活动。但跳短绳的活动方式比较少，主要是学生个人的活动，较少集体参与，显得过于单一。跳长绳则需要较多的成员共同参与，活动开展就比较困难，同是甩长绳的学生很少有跳的机会，而跳的同学也常常由于不习惯长绳的跳法，很难在活动中得到足够的锻炼和愉悦感。

用一种什么样的方法，把这两种跳绳方法结合在一起，发挥两者的优点？使跳绳变成具有：既益于开展又便于学生个人发挥，具有合作性、集体参与性的活动。

在实践中，我经过观察和思考，最后形成了“4人制接力跳绳”这样一个结合型的活动。4人制接力跳绳，结合了短绳和长绳的优点，避免了一些短绳、长绳的缺点，更重要的是它可以使4名学生结合成为一个牢固的小集体。学生可以为小集体的荣誉，不断地练习，同时学生可以在感觉累时而停下由后面的学生接力继续比赛。

实际的活动中，学生对于这样形式的练习，兴趣高涨。练习可以持续较长时间。这样在不知不觉中学生的耐力就得到了发展。仅仅变换了一种跳绳的组合方式，却收到了意想不到的效果。

我在教学《跳短绳》一课，采用传授式教学法、学生创新方法、学生反复练习、分组比赛等方法来完成教学任务。目前，在教法上我改用激趣法和鼓励法进行教学尝试，取得了较好的效果。课前，激发学生模仿小兔、袋鼠等动物跳，然后，布置小动物学跳绳，比一比谁学得快的任务，让学生自由练习。

练习过程中，一些基础好的学生很快就完成老师布置的任务，为了保持学生的练习兴趣，一方面，引导学生学习花样跳绳，一方面，让学生当小老师教不会的同学。每当发现学生微小的进步，我都会不失时机地给予表扬，有时作出惊讶的表情，有时有意输给学生，在我的激发和鼓励下，学生对跳绳充满了兴趣，不仅体育课上跳，回家跳，课间十分钟也在跳，学生只要一见到我，就拿着跳绳跑到我跟前，让我数数，面对学生的进步，我深感成功的快乐。

进行积极的评价，教师在课堂中队学生的主体言行充满激情的真诚赞扬，例如“你真行！”“跳的真好！”“真不

错！”让学生在教师的评价中充分感受到一份成功的自豪感和愉悦的情感。