

最新跳长绳教学反思案例分析(精选7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

跳长绳教学反思案例分析篇一

我觉得体育课必须重视培养学生对体育运动的兴趣，独立锻炼身体的能力、终身锻炼身体的意识、态度、习惯，注意提供有意义的运动消遣手段与方式，满足学生运动精神娱乐等方面的追求与享受，为学生的终身体育运动奠定基础。

不管教师在课前做了多少充分的准备工作，教案写的如何的完美，只有当它在课堂得以很好地实施，才能算是一节成功的课，而课堂是老师与学生接触、交流最多的'场所，加上体育课自身特点，不同于其它的课堂教学。一节体育课的重点在于它的组织，有了好的组织课堂任务才能顺利完成。

这节课我主要以游戏的方式去达到我的教学目标；游戏：可以使紧张的体育课变得生动、轻松，具有吸引力，激起学生的学习兴趣 and 热情，使之灵活运用走、跑、跳、投掷等基本技能，在竞争中得到锻炼，同时也培养了学生勇敢顽强的好作风及团结互助的共产主义风格，思想和技术双丰收，效果显著。

随着教改的逐步深入，我认识到要把游戏教学搞好，必须先吃透教材，了解学生的心理特点，从而抓住实质，提高效率。其次是发挥教师的主导作用和教学艺术，处理好教与练的关系。这种应变能力*平时积累，虚心学习都能逐步丰富。对学生的脾气也不尽掌握，因为“好胜”竟会奋不顾身地只顾荣誉而不管安全。为此，得总结教训，从热爱学生出发，

重视安全教育，加强保护工作，严防伤害事故的发生。

但课后我发现存在很多的问题：

- 1、在组织学生方面欠缺经验，在脑海里面没有很多应对的方法，往往浪费了不必浪费的时间。
- 2、虽然备课比较充分，但在实施上对课的流程不熟悉，时间安排不合理，导致最后没有完成教学任务。
- 3、课的密度过大，学生由开始的跳得“快乐”变成跳出“烦恼”，在教学比赛中甚至出现学生累的坐下来休息。

总之，这节课中仍然出现很多问题，我会不断改进，提高。

跳长绳教学反思案例分析篇二

我觉得体育课必须重视培养学生对体育运动的兴趣，独立锻炼身体的能力、终身锻炼身体的意识、态度、习惯，注意提供有意义的运动消遣手段与方式，满足学生运动精神娱乐等方面的追求与享受，为学生的终身体育运动奠定基础。不管教师在课前做了多少充分的准备工作，教案写的如何的完美，只有当它在课堂得以很好地实施，才能算是一节成功的课，而课堂是老师与学生接触、交流最多的场所，加上体育课自身特点，不同于其它的课堂教学。一节体育课的重点在于它的组织，有了好的组织课堂任务才能顺利完成。

这节课我主要以游戏的方式去达到我的教学目标；游戏：可以使紧张的体育课变得生动、轻松，具有吸引力，激起学生的学习兴趣 and 热情，使之灵活运用走、跑、跳、投掷等基本技能，在竞争中得到锻炼，同时也培养了学生勇敢顽强的好作风及团结互助的共产主义风格，思想和技术双丰收，效果显著。随着教改的逐步深入，我认识到要把游戏教学搞好，必须要先吃透教材，了解学生的心理特点，从而抓住实质，

提高效率。其次是发挥教师的主导作用和教学艺术，处理好教与练的关系。这种应变能力*平时积累，虚心学习都能逐步丰富。对学生的脾气也不尽掌握，因为“好胜”竟会奋不顾身地只顾荣誉而不管安全。为此，得总结教训，从热爱学生出发，重视安全教育，加强保护工作，严防伤害事故的发生。

1. 在组织学生方面欠缺经验，在脑海里面没有很多应对的方法，往往浪费了不必浪费的时间。

2. 虽然备课比较充分，但在实施上对课的流程不熟悉，时间安排不合理，导致最后没有完成教学任务。

3. 课的密度过大，学生由开始的跳得“快乐”变成跳出“烦恼”，在教学比赛中甚至出现学生累的坐下来休息。

总之，这节课中仍然出现很多问题，我会不断改进，提高。

跳长绳教学反思案例分析篇三

在这课堂上，我设计了以跳长绳为主线的'教学内容，跑跳、结合，激发了学生的兴趣，发展了学生的个性，也提高了学生长时间跑的能力，让他们掌握了一种提高耐力的健身方法。

我试图创造一个开放、宽松式的学习环境，让学生为自己做主，在一种师生互动、生生互动的氛围中进行学习；在教学过程中，通过分层及趣味性练习，激发全体学生积极性和学习欲望，培养学生创新意识和挑战自我的勇气；回想起学生们的话，我觉得是达到了教学目标，但这又同时是我的不足处。我对学生们的兴趣及个性都估计不足，学生的创新意识还没有完全被挖掘出来，有的`学生课后对我说他们还有更好的跳长绳的方法，这让我很惊奇，也让我看到了他们还有很多闪光点。

在整堂课的教学设计上未能更加合理，教与学的气氛也未能

充分调动，显得比较慢热。其实，我想只要更加充分调动学生的积极性，以学生为主体，完全可以将本堂课上的更加生动有趣，更能发展学生个性。我要求全班同学一起练习跳长绳，因为我发现跳长绳是一项不错的体育运动，它不仅能让孩子们动起来，达到锻炼身体的目的，而且还能锻炼学生的胆量，培养集体的合作意识。

在刚开始教学时，我发现很多同学最大的问题就是不敢进绳，害怕绳子会打到自己，不仅是女同学，就连很多男同学也害怕得不得了。以我的经验来看，我知道是他们还没有掌握长绳的节奏和进绳的时间。我先边示范边讲解怎样避开绳子迅速跑进去跳，边强调进绳的时机，告诉他们在绳子击打地面发出“啪”声时，跟着绳子的运动方向跑进去，就不会碰到绳子轻松进绳，然后等待绳子再次击打地面时跳起，出绳要靠绳的两端出，也就是自己的右斜方迅速出绳，因为绳甩起时两端的幅度是最小的，所以不容易被绳子打到。

经过不断的讲解示范，很大一部分孩子都能掌握了，只有小部分的孩子还是不敢，我知道是因为他们还没有一次成功的体验，所以我就拉着这些孩子的手和他们一起跳，这样又成功的教会了不少孩子。我发现他们学会了跳长绳的方法后，由原来排斥这项运动到喜爱上了它，我深深的体会到了教学成功后的喜悦。

体育教学是以学生的身体活动为载体。教师善于引，学生乐于学。教师只有积极引导学生，才能让学生体验到运动的快乐，从而对体育产生浓厚的兴趣；只有结合学校和学生的实际，创设出更有效的活动方法，才能激发学生的潜力，让他们在快乐中成长。

跳长绳教学反思案例分析篇四

本次课堂主要通过分层教学，让学生根据技术水平练习不同的教学内容，提高学生的自信心，激发学生对跳长绳的兴趣。

整堂课学生的表现较积极，基本上能完成所学的任务。下面我就从以下几点对本节课进行反思：

一、目标的达成：本课以前脚掌着地为重点，通过教师的示范和讲解，以及学生的对比示范，学生大多数能掌握前脚掌着地的动作方法，跳的自然轻松，能够达到预期的效果。

二、学生学习方面：在学习的过程中，学生表现积极，能够大胆的去表现自我，和发挥自身的想象力，尝试各种不同难度的跳绳。小组长也能够起到带头的作用，积极投入到练习中。在最后的速度跳绳游戏中，学生能够积极进取不断的激励队友，表现出了良好的团结合作精神，为本组的胜利付出了最大的努力。

三、师生互动方面：在教学过程中，我能够参与到学生的`跳长绳中，跟学生一起交流，共同探讨容易失误的地方，给学生做示范，用激励性的语言鼓励学生，增强学生学习的信心。对于有困难的学生，能够给予及时的指导和帮助。

四、不足的地方：

- 1、在巡视指导过程中，应该更加的关注后进生；
- 2、教师可以充分发挥自己跳长绳的优势，给学生更多的示范；
- 3、队伍的调动不够明确，浪费了一些不必要的时间；

跳长绳教学反思案例分析篇五

本单元我设计了以跳长绳为主线的教学内容，跑跳、结合，激发了学生的兴趣，发展了学生的个性，也提高了学生长时间跑的能力，让他们掌握了一种提高耐力的健身方法。我试图创造一个开放、宽松式的学习环境，让学生为自己做主，在一种师生互动、生生互动的氛围中进行学习；在教学过程是

达到了教学目标，但又有同时又有不足之处。我对学生们的兴趣及个性都估计不足，学生的创新意识还没有完全被挖掘出来，有的学生课后对我说他们还有更好的跳长绳的方法，这让我很惊奇，也让我看到了他们还有很多闪光点。在整堂课的教学设计上未能更加合理，教与学的气氛也未能充分调动，显得比较慢热。

其实，我想只要更加充分调动学生的积极性，以学生为主体，完全可以将跳长绳上的更加生动有趣，更能发展学生个性。我要求全班同学一起练习跳长绳，因为我发现跳长绳是一项不错的体育运动，它不仅能让孩子们动起来，达到锻炼身体的目的，而且还能锻炼学生的胆量，培养集体的合作意识。

在刚开始教学时，我发现很多同学最大的问题就是不敢进绳，害怕绳子会打到自己，不仅是女同学，就连很多男同学也害怕得不得了。以我的经验来看，我知道是他们还没有掌握长绳的节奏和进绳的'时间。我先边示范边讲解怎样避开绳子迅速跑进去跳，边强调进绳的时机，告诉他们在绳子击打地面发出“啪”声时，跟着绳子的运动方向跑进去，就不会碰到绳子轻松进绳，然后等待绳子再次击打地面时跳起，出绳要靠绳的两端出，也就是自己的右斜方迅速出绳，因为绳甩起时两端的幅度是最小的，所以不容易被绳子打到。经过不断的讲解示范，很大一部分孩子都能掌握了，只有小部分的还是不敢，我知道是因为他们还没有一次成功的体验，所以我就拉着这些孩子的手和他们一起跳，这样又成功的教会了不少孩子。

我发现他们学会了跳长绳的方法后，由原来排斥这项运动到喜爱上了它。

跳长绳教学反思案例分析篇六

跳绳深受学生的喜爱，具有较大的锻炼价值。跳绳可以促进生长发育，跳绳可以使身体素质得到全面发展。有句顺口溜

说得好：“跳绳练臂力，跳绳练腿功；快摇练速度，多跳练耐力，反应慢的长绳上不去，不灵敏的短绳要绊腿。”也就是说，跳绳练习能够使速度、力量、灵敏、耐力等素质得到全面发展，同时发展弹跳力，跳绳还可以促进同伴间密切协作精神。

体育教学的兴趣化可以给儿童以情绪的满足，有利于调动学习的积极性。小学生好动、爱新鲜，厌烦过多的重复练习。因此，教学手段要多样化，才能提高学生的兴趣，推迟疲劳的出现。在这节体育课的教学过程中，我首先采用提问启发式的教学方法，怎样才能提高跳绳效率？学生展开激烈的讨论，经过反复的实践，最后确定：在跳绳过程中绳离脚尖15厘米，两脚起跳离地面1.5厘米时，跳绳效率最高。为了避免练习某一个动作而感到枯燥，我采用游戏法和比赛法激发学生的兴趣，1分钟跳绳比赛，活跃课堂气氛。此外，还应做到生动形象的讲解和准确的动作示范，师生互动，我在这节课上教学方法力求多样化，兴趣化，以充分调动学生的积极性，使体育课上的生动活泼。这节课上我还采用劳逸结合，两人一人跳一人计数。在体育教学中很好的运用游戏教材，充分发挥游戏教材的教育因素，对完成体育教学任务有重要的意义和作用。游戏具有趣味性和竞争性，对小学生有较大的吸引力。体育游戏是小学生喜爱的体育教材之一。

体育教师应适当的采用游戏方法进行教学，在课的开始采用反口令训练，结束阶段，采用游戏法提高学生注意力，调动学生积极性，能受到良好的教学效果，有利于课的顺利进行。小学阶段学生的生理和心理特点是兴奋占优势，一抑制能力差，注意力不易集中，单调的练习容易产生疲劳。因此，要采用变换游戏方法，加深形象化教学，使每个游戏都能吸引住学生。通过游戏，提高小学生对体育教学的兴趣，是小学生体育教学中的一个十分重要的问题。

跳长绳教学反思案例分析篇七

本次课是根据学生的年龄和心理特点，教学组织采用比较宽松的练习方式，利用比赛培养学生学习兴趣和团结合作的精神，教学过程中贯穿以学生为主体，教师为辅的教学思想，教师少说学生多练，通过练习调动学生的学习积极性，提高学生的学习质量和课堂教学效率。在评价方面首先是学生进行自评，对自己的运动技能，学习态度，与合作精神进行评价。通过自评发现自己的不足与进步，找出差距，其次是组内互评，以便互相促进，互相学习。教师在对学生评价的时候采用鼓励的方式调动学生的积极性，使学生身心健康得到全面发展。

新课程教学实践，使学生在欢快中得到锻炼，不仅是技术方面的，而且在齐心协力，协调统一等方面也得到了很大的提高。

1、点评：这一节体育课，强调发现学习、探究学习。体现了现代教学理念和以学生发展为本的教学思想，注重学生学习方式的转变，关注学生个体差异，为每一为学生提供了享受体育教育和获得成功的机会。

2、点评：在教学过程中充分体现了学生的创新精神和实践能力，培养他们探究的欲望，给学生提供了发现问题、提出问题、解决问题的过程，培养了学生乐于合作、乐于思考、勤于实践意识和习惯。

3、点评：本堂课操作简便、新颖有趣，满足了学生的不同要求，使学生通过改变学习方式体验成就感和满足感，达到掌握动作要领的目的。

新课程教学实践，使学生在欢快中得到锻炼，不仅是技术方面的，而且在齐心协力，协调统一等方面也得到了很大的提高。教学过程中贯穿以学生为主体，教师为辅的教学思想，

教师少说学生多练，通过练习调动学生的学习积极性，提高学生的学习质量和课堂教学效率。在评价方面首先是学生进行自评，对自己的运动技能，学习态度，与合作精神进行评价。通过自评发现自己的不足与进步，找出差距，其次是组内互评，以便互相促进，互相学习。教师在对学生评价的时候采用鼓励的方式调动学生的积极性。

1、课堂结构：应以学生的身体锻炼规律为主来安排教学顺序，以学生与学生间的个体差异进行小组组合并有针对性地教学。

2、强度、负荷安排：强度与负荷的安排应从低到高再到低的发展规律进行教学。

3、结束放松部分：放松的时间要长，内容应简单，动作要舒展大方。

4、教学评价：教学评价要有针对性，及时地指出学生的不足，并提出纠正方法。