

# 体育课教学总结(通用6篇)

总结是对前段社会实践活动进行全面回顾、检查的文种，这决定了总结有很强的客观性特征。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 体育课教学总结篇一

现代教学论认为，在教学过程中，学生是学习的主体，教师是学习的组织者，引导者，教学的一切活动都必须以强调学生的主动性，积极性为出发点；根据这一教学理念，结合本节课的内容特点和学生的年龄特征，本节课我将从教材分析，学情分析，教学目标等几个方面加以说明：

### 一、指导思想

根据《体育与健康课程标准》理念，以“健康第一”为指导思想，以学生发展为中心，体现学生的主体地位，关注学生的不同需求，激发学生的学习兴趣，在教学中运用多种教学方法，启发学生自创、自学、自练、合作练习，发展学生的学习能力，培养合作意识和社会适应能力，形成积极主动的学习与生活态度。

### 二、教材分析

教材是进行教学的评判凭据，是学生获取知识的重要来源。首先，我对本节教材进行一定的分析：

运球急停、急起，变向运球选自人教版水平五第八章球类项目的内容，该动作的教学重点在于手控制球的能力，脚步动作的质量，手脚协调配合。运球急停、急起，变向运球教学对于培养中学生的判断、灵敏、协调等身体素质有着积极的作用，同时还能培养勇于克服困难、团结协作的心理品质，

学习运球急停、急起，变向运球动作前学生已经在中小学有了相关的体前变向运球的基本知识和技能储备。为本堂课学习做好了良好的铺垫作用。

### 三、学情分析

教学必须符合学生的天性和身心发展的规律，我将学生的情况分析如下：

本科教学对象为高中学生，处在该年龄段的学生身体素质较好，接受新事物能力强，反应敏捷。经常参与体育运动并具备了一定的运动基础和自我保护能力。喜欢集体练习项目。在教学中设置集体性比赛、练习，可以培养学生理解和认识个人、团体以及个人与团体的关系。速度、腰腹力量、柔韧、速度耐力素质在该学段处于关键发展时期。灵敏素质发展也极为敏感，学习和掌握技术动作较快。神经系统发展较快，兴奋和抑制的机能有所增强，控制和调节自己行为的能力提高明显。

### 四、教学目标

从课程标准中“学生为本”的基本理念出发，我设计了以下教学目标：

#### 【知识与技能】

学生能正确理解运球急停、急起和变向运球动作在比赛中的作用和运用方法与时机，85%能够做出该动作。

#### 【过程与方法】

通过分组练习，学练结合，发展判断、灵敏、协调等身体素质，提高身体的感知及控制能力。

## 【情感态度与价值观】

在练习过程中形成团结协作、克服困难、勇于挑战自我的心理品质。

## 五、教学重难点

教学目标已经确立，教学重难点就显而易见：

### 【重点】

手控制球的能力，脚步动作质量。

### 【难点】

手脚协调配合。

## 六、教学方法

俗话说：“授人以鱼不如授人以渔”要注重教学方法，因此我采用了：

教法：讲解示范法、纠正错误法、游戏法

学法：探究法、观察法、分组练习法

## 七、教学过程

围绕以上教学目标，教学重难点，根据“教师指导—学生主体—训练主线”的原则，设计以下几个教学环节：

### (一)开始部分

1. 良好的开始是保证上好课的前提条件，在开课之初首先进行课堂常规。体委整队，报告人数，师生问好，教师简要介

绍教学内容，检查服装，安排见习生。课堂常规是促进学生由下课状态转变为上课状态的过渡，并明确本节的学习目标。使身心都做好上课准备。在课堂常规后进入我的导入环节。

同学们，你们都知道nba巨星詹姆斯他的个人技术非常的强，特别是他的突破技术堪称经典。其实他的突破快速转变能力就是以急停急起，变向运球这几个动作组合起来选择合适的时机进行突破。今天老师就带领你们学习这一项技术——运球急停、急起，变向运球技术。提问导入，能够激发学生学习的兴趣，同时提出需要我们坚强的意志力，为后面的教学做好心理准备。

## (二)准备部分

为了让学生在运动中不受伤，保证学生的安全，准备活动是必不可少的，在准备部分我将安排三项活动，首先第一项为游戏一传球接力。将学生分成4个小组，成四路纵队站立，第一名同学将球经头后脑传递给第二名同学，第二名同学将球经胯下传给下一名同学。当到达最后一名同学时，该同学抱球跑到第一名同学前面，依次进行，直到最后一名同学跑到终点游戏结束。第二项为徒手操分别进行扩胸运动、体转运动、腰部绕环等练习。第三项为专项篮球操练习腰绕环、膝绕环、8字绕环等。通过游戏激发学生学习的热情，热身的同时与专项相结合，不仅提高中枢神经系统的兴奋性，降低肌肉粘滞性，加大关节灵活性，也为新授技术的学习奠定基础。

## (三)基本部分

下面进行课程最核心的部分基本部分，我将从教师示范、总结讲解、循序渐进练习、优生展示、游戏竞赛几个环节展开：

1. 示范动作，并引导学生认真观察并提问运球急停时重心是怎样变化的？换手运球时身体姿势怎样？这样的做法符合高中生认知特点，帮助学生学会学习，学会思考。

## 2. 讲解

在讲解动作时注重简洁明了，我会这样讲解，运球急停、急起：运球急停时，重心后移，跨步急停，手拍球的前上方。运球急起时，重心前移，蹬地短促有力、手拍球后上方。

体前换手变向运球：（以右前方向左前方变向为例）右手迅速按拍球的右侧上方，使球向身体左侧反弹，跨步、转体、侧肩保护球的同时换左手运球。通过教师讲解示范技术动作让学生把握技术原理，准确理解技术环节和注意事项。

(1) 无球徒手练习跨步急停、变向跑动作。

(2) 原地单手前推后拉运球，体会按压球的部位。

(3) 看信号急停练习。并在练习中纠正运球急停时重心未后移，启动速度慢等问题。

(4) 遇标志杆体前换手变向练习，4-6米处设标志杆。巡视指导纠正，转体、探肩迅速，手脚的协调配合。

(5) 一对一对抗性体前变向换手运球练习。

4. 教师选出优生进行展示师生进行自评、互评。

学生在有了一定的技术表象后，采取循序渐进和逐层深入练习，符合水平四认知水平特点和动作技能形成规律，更加准确掌握技术动作要领。同时在练习中加入学生自主思考探究极大加强学生学习兴趣。满足新课程标准要求，以教师为主导，学生为主体。

4. 教师选出优生进行展示师生进行自评、互评。

5. 在课的最后为了提高学生将所学知识引应用于实战中，增加课程的趣味性我会进行教学比赛——三对三实战对抗。游

戏方法，将学生分成3人为一个小组，在场地上进行实战对抗。先获得5分的小组获胜。在游戏中强调安全的同时，并在游戏中运用本节课的动作的要领，将所学知识运用到实践中，能够极大的增加学生的成就感和自信心。

#### (四) 结束部分

在一节课学习的尾声，让同学们充分放松是很有必要的，为了缓解学生的身体疲劳，同时也让学生精神逐步放松，我将播放一段轻松舒缓的音乐，在音乐声中带领同学们做拉伸放松的活动方式。在活动结束后，我让学生围城一个圈，让学生说说本节课学到了什么，老师同时伴随着提问，检查学生的学习效果，对学生进行口头评价。宣布下课，师生再见，安排学生回收器材。

#### 八、场地器材

篮球40个、录音机1台、标志物10个、磁带2盒、篮球场。

#### 九、预计负荷

#### 十、课后反思

文档为doc格式

## 体育课教学总结篇二

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性结论的书面材料，它可以使我们更有效率，因此，让我们写一份总结吧。那么总结要注意有什么内容呢？以下是小编精心整理的体育课教学工作总结，希望能够帮助到大家。

转眼间，一学期又结束了。就这学期的体育教学作如下总结：

本期我在实施新教材过程中，努力体现体育与健康课程标准的精神，改变了过去体育教材以运动技术为核心的方式，力求把激发学生的体育兴趣。培养学生的锻炼和健康意识以及提高学生的自我锻炼能力放在首位，并且尽最大可能采用生动活泼的、能吸引学生的方式表现学习内容，帮助学生更好地学习体育能力等方面健康、和谐的发展，使他们形成坚持体育锻炼的习惯和健康的生活方式，为终身体育和适应未来工作，学习和生活打下良好的基础。

本期我在教学过程中，改变了一些过去的教学方法，如：在进行篮球双手头上投篮的教学中，过去的教学注重技术动作，强调运用过程，反复练习徒手的基本动作，学生投篮难以掌握，没有积极性，因此学习兴趣下降，达不到教学效果。通过教改，首先让学生以投出去为主，增加练习次数，教师用语言鼓励并做规范、准确的示范，当学生屡投不中时，他们就会去模仿教师的动作，提出问题，这时再进行技术讲解，学生学习效果明显，提高了学生对篮球运动的兴趣，达到了教学目的。

- 1、班级人数多；
- 2、运动场地少、小，运动器材少；
- 4、学生基本没有时间参加业余锻炼。

- 1、增加体育器材、场地；
- 2、规范“二课、三操、一活动”，使学生有足够的时间参加体育锻炼，增强体质，以更充足的精神来面对繁重的文化课，从而达到更高的学习效率。

## 体育课教学总结篇三

我参加5月17日在大石头中学举办的基地课观摩活动，让我耳目一新，带回的是沉甸甸的收获和思考。现将本次活动的心得体会总结如下：

本次共听了2节精彩的体育课，每一节课，我都被老师们所营造的大气，流畅，和谐的课堂所感动，孩子们和老师融为一体，老师们沉浸于课堂，课能上到如此境界，我感受颇深！在听课过程中，我始终被老师们感动着，感动于老师的纵横千里，收放有度，感动于学生灵动思维，勇于创新，感动于老师的激情投入，生机勃勃，感动于教师对教材的理解，大胆的创新，完美结合。

本人尤其欣赏李老师这节课，听完李老师的课，让人有豁然开朗的感觉，原来体育课还可以这样上，上得如此从容不迫，上得如此兴味盎然，上得如此富有激情。由这节课引出了我对体育课的一些思考，这节课之所以这么让我们觉得震撼，觉得耳目一新，就因为它是一节体现体育课改精神实质的课，它让我们对体育课改的理论有了更加直观的感性的认识。近距离的接触和感受，使我受益匪浅。具体体现在：

- 1、以学生为本。教师的教学设计是面向全体学生，教学指导，教学评价等都考虑到每一个学生。
- 2、培养学生自主探究，合作学习能力。教师们在教学中借助泡沫踏板这一器材，为学生创造自主探究与合作学习的时间和空间。
- 3、多元的评价。教师能在教学中注意评价方式的多元化，学生自评，生生互评，教师点评等，既有终结性评价，也有过程性评价，以评价引导学生更好地完成学习任务。
- 4、是“用”教材理念的体现。教师在教学中，对教材进行了

二次加工，使教学内容更贴近学生，更贴近生活实际，更能激发学生的学习兴趣。

5、教师角色发生了彻底的转变。我所感觉到李老师在课堂上不像是“老师”，反而像一位朋友，没有一味的去讲授知识，而是帮助学生通过一系列的动作的解决获得学生的理解。

总之，收获颇深，今后我会像他们学习，改进自己教学，取得更好成绩。

## 体育课教学总结篇四

转眼间，一学期又结束了。就这学期的体育教学作如下总结：

本期我在实施新教材过程中，努力体现体育与健康课程标准的精神，改变了过去体育教材以运动技术为核心的方式，力求把激发学生的体育兴趣。培养学生的锻炼和健康意识以及提高学生的自我锻炼能力放在首位，并且尽最大可能采用生动活泼的、能吸引学生的方式表现学习内容，帮助学生更好地学习体育能力等方面健康、和谐的发展，使他们形成坚持体育锻炼的习惯和健康的生活方式，为终身体育和适应未来工作，学习和生活打下良好的基础。

本期我在教学过程中，改变了一些过去的教学方法，如：在进行篮球双手头上投篮的教学中，过去的教学注重技术动作，强调运用过程，反复练习徒手的基本动作，学生投篮难以掌握，没有积极性，因此学习兴趣下降，达不到教学效果。通过教改，首先让学生以投出去为主，增加练习次数，教师用语言鼓励并做规范、准确的示范，当学生屡投不中时，他们就会去模仿教师的动作，提出问题，这时再进行技术讲解，学生学习效果明显，提高了学生对篮球运动的兴趣，达到了教学目的。

1、班级人数多；

2、运动场地少、小，运动器材少；

4、学生基本没有时间参加业余锻炼。

1、增加体育器材、场地；

2、规范“二课、三操、一活动”，使学生有足够的时间参加体育锻炼，增强体质，以更充足的精神来面对繁重的文化课，从而达到更高的学习效率。

## 体育课教学总结篇五

回顾自己在本学期里所做的工作，有必要对自己本学期的工作进行反思，特就这学期的工作小结如下：

首先，我特别重视人体生理机能变化规律在教学过程中的运用。使学生科学的锻炼身体并健康的成长。其次，我在教学过程中特别重视人的认知规律的培养。使学生尽快的学好技术，形成技能。最后，在教学中特别重视学生的思想教育。培养学生不怕苦、不怕累、勇敢顽强的精神等。

在开学初我重点抓了广播操，使学生真正认识到做操的重要性和必要性，培养学生重视做操、自觉做操、坚持做操、认真做操的良好习惯。

本学期我承担了学校足球队的训练工作，并积极为提高学生的足球运动技术水平作出努力。

一个学期以来，我所负责的各项工均能顺利开展。但回顾以往的工作，发现问题仍有不少，希各位老师一如既往地关心、支持我，帮助我，使我能在体育工作上跃向一个新的台阶。

## 体育课教学总结篇六

这一学期我们系统学习了二十四式太极拳。经过这一学期的学习，我的收获很大，对太极拳也有了更深刻的认识。

太极拳很好的阐释了儒释道三家的文化思想，既有老庄的逍遥无为，又有孔孟的仁义思想，还有这佛家的“禅”学思维。每一次的练习，我们都是重新温习一份古老却又青春的文化，也是走进一个经典却又新潮的世界。在太极拳里，我们崇尚柔和，遵循平缓。我们对自然充满敬畏，对人生充满愿景。太极拳不只是一份简单的拳法，它还是一份承载着中华五千年文化的宝典。学习太极拳对我们来说都是一种收获，每一次打起太极拳都是我们重新感受那份古老的文化，它是我们民族的瑰宝，是古人们留给我们的一份难以估计的宝藏。

在学习中，我们也是在学习者为人处事的道理，做事不应该事事着急，要学会放松内心，用冷静的姿态来解决任何烦恼的问题。太极拳要求人在锻炼中“心无杂念”，就是要放松内心，不去想其他琐碎的事。

静心，以修养德性；格物，以明察万籁。

太极拳是一种优雅的运动，它讲究柔和缓慢，却又是慢而不停。讲究人体的和谐，虽因人而异，但最终是殊途同归。这就如同生活，生活也有着相应的节奏，你跟随着它的节奏，就会发现生活中美好的一面。而当你或快或慢的时候，你就会感觉生活在处处与你为难。每个人都有着不同的生活轨迹，但在生活中总会遇到各种各样的困难，太极拳教会我们要“不以物喜，不以己悲”，坦诚的面对生活中的各种困难。

此外，太极拳也是一种适应性很广的体育运动。从我们脱离高中的题海战术进入到大学自由的学习中来，我们大多数人都习惯于“遗忘”出去锻炼身体。另外，进入大学以后，生活上都是自理的，这样就出现了很多同学经常熬夜、抽烟、

喝酒，而且我们还不经常锻炼，这就导致我们的身体素质一年比一年差。我们就需要一种占用时间少，健身效果好的，我们每个人都能轻松做到的运动。太极拳就是这样一种运动。我们的二十四式太极拳所用的时间不会超过十分钟，而且我们可以在任何地方都可以打打太极拳。并通过坚持打太极拳提高我们的身体素质，为祖国的未来努力奋斗。