

# 排球垫球教案课后小结(优质9篇)

作为一位不辞辛劳的人民教师,常常要根据教学需要编写教案,教案有利于教学水平的提高,有助于教研活动的开展。写教案的时候需要注意什么呢?有哪些格式需要注意呢?下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的教案范文,我们一起来看看吧。

## 排球垫球教案课后小结篇一

排球垫球技术是我安排四年级学生上的一节课,上本次课之前我就对自己说,本节课注重的是兴趣的培养,其次是技术,体育课要营造一个宽松、和谐、民主的教学环境。充分发挥学生的主体地位。

我的教学环节和实施分为三大部分:

在这个部分我加入一些思想教育,排球对于小学生来说,想学好有一定的难度,而且垫球技术在初学阶段必须要承受一定的身体上的压力,比如球落在前臂上,会有一定的疼痛。在这里需要激发他们的学习兴趣。中国女排曾经有过五连冠的辉煌战绩,运用此契机,向他们宣传排球运动的好处和乐趣,并告诉他们没有轻易取得的成绩,任何成绩的取得都要付出一定的努力。

以游戏“听口令看谁反应快”、球操的动作技术来引导学生进行学习。主要就是要充分、激发学生的热爱度。从而使学生努力完成教学的目标。

在这个环节首先示范一下正面双手垫球的动作,说明动作的要领是:“一插,二夹,三抬臂,全身用力要协调”。分组让学生自由练习,练习一段时间后集合同学,请部分学生讲解一下练习中的心得体育,培养他们自主学习的能力和意识,

有了直观感受后学生才会对接下来的动作讲解及纠正印象更深。

讲解完后分组互相学习探讨，如何将此项技术发挥的更好，之后以组为单位分组进行垫球比多的比赛。培养他们团结协作的精神。

通过简单的排球放松操结束本节课，然后通过唱歌配动作活动放松学生的上肢，活跃最后的课堂气氛，在欢呼声中结束本节课。

本节课能够充分的发挥学生在课堂中主体地位的作用，将技术教学融入到欢快的课堂教学气氛中，学生在锻炼身心的同时达到学到技术的作用。

本节课还存在一定的不足：首先、在准备活动的慢跑阶段，学生的集体组织意识没有达到一定的阶段，纪律方面还需要加以引导。其次、在练习中，有部分同学的积极性没有调动起来，原因可能是怕疼，还有就是不愿意运动，这些多发生在女同学中间，对于这部分同学要多找他们谈谈心，使他们融入到本班这个大家庭的运动中来。

总的来说本节课比较圆满的完成了本次课的教学任务，在本次课的练习中，教师及时观察，调控负荷，并给予学生充分展示自我的机会。学生的能力是无限的，要相信学生，这样他们技能掌握、思考、合作和竞争等能力都会有显著的提高。

## 排球垫球教案课后小结篇二

敬爱的老师：

本来上课应该注意听讲，下课钻研问题的勤奋精神。而我却上课说话惹老师生气真是让我感到惭愧！我对学习觉悟不深。在写检讨书的同时，我真正意识到了我的缺点、错误。

这次，我这种行为还在学校同学间造成了及其坏的影响，破坏了学校的形象。同学之间本应该互相学习，互相促进，而我这种表现，给同学们带了一个坏头老师是非常的关心我们，爱护我们，所以我今后要听老师的话，充分领会理解老师对我们的要求，并保证不会再有类似的事情发生。

希望老师给我改过自新的机会。好吗？

老师是希望我们成为社会的栋梁，通过这件事情我深刻的感受到老师对我们那种恨铁不成钢的心情，使我心理感到非常的愧疚，我太感谢老师对我的这次深刻的教育。

我真诚地接受批评。对于这一切我还将进一步深入总结，深刻反省，我保证以后认真学习，天天向上！恳请老师相信我能够记取教训、改正错误。

检讨人：

年 月 日

### 排球垫球教案课后小结篇三

体育课的运动负荷，是指学生在练习时所能承受的生理负荷和心理负荷，它反映学生在练习中的生理和心理的变化。安排课的运动负荷，总的来说，应根据高中学生人体生理机能活动能力变化的规律和人体机能适应性的规律，循序渐进，逐渐加大运动负荷。在整个教学活动中，随着学生身体素质的提高，根据学生对运动负荷的适应过程和机能恢复过程的生理规律，可有节奏地逐步加大运动负荷。在一次课中，合理的运动负荷曲线应由低到高逐渐上升，至基本部分后半部达到最高峰，然后逐渐下降，到课结束时恢复到接近课前水平。同时要兼顾到：

- (1) 根据课的任务和要求来合理安排运动负荷。

(2) 根据学生年龄、性别、体质水平、训练水平等实际情况来安排运动负荷。

(3) 根据季节、气温、课的时间、等统筹安排本节课的运动负荷。体育课必须有适宜的运动负荷，过分关注学生的生理效应而忽略心理效应是不可取的，课堂教学中安排适宜的运动负荷是锻炼身体和掌握运动技能的需求，也是促进学生身心健康发展的需要。

通过本人《排球正面双手垫球》第二次课的分析与评价来看，学生练习情绪较高。准备部分的听数字“1、2、3”做不同反应的慢跑，使学生的注意力、灵敏度、及反应速度得到了锻炼及提高；基本部分的学生探究自主学练、徒手分解动作练习、原地垫固定球练习、一抛一垫练习、“一对一”对垫练习让学生在掌握基本动作技能的基础上继续加深印象并提高技术上的要求，多种形式的垫球练习对学生的肌肉耐力、意志力提出了考验；“小红帽”接力游戏既提高了学生的移动速度，又让学生的情绪再次达到高峰；结束部分通过放松操使运动负荷逐渐恢复到接近课前水平。整节课下来，学生只有在教师教学点评和学生展示的部分有短暂的休息，从学生的反应来看，运动负荷中等偏上，主要体现在：

学生主观感觉精神饱满、体力充沛、学习兴趣较高。

学生有微汗或中等程度的出汗，证明负荷适宜。如果负荷过大，机体过于疲劳，就会满头大汗。这种现象出现在极个别同学身上，大部分同学中等程度出汗。

情绪是人身体健康的“晴雨表”，同时也是衡量人体承担负荷情况的一种主观指标，整节课下来，绝大部分学生情绪较高。

本次课准备部分的球操虽然很新颖，但由于是第二次课，学生的球性并不太熟，可能导致学生只侧重照顾球，而忽略了

准备活动的实际目的，经反思我认为可采用教师统一口令的脚步移动练习。基本部分的对垫练习采用的是男一女对垫，虽然达到了互助的目的，但在实际练习时，由于忽略了男女身高、力量、速度等的差异，从而出现了练习时球到处乱跑的场面，我认为这样安排弊大于利。同时，教师在课中应多观察学生练习时的状态，包括脸色、表情、喘气、排汗量、完成动作的情况，通过提问，观察学生的注意力是否集中，并通过调整练习的次数、组数、强度等，来对运动负荷进行合理的调节。建议在练习中和练习后，教师可采用脉搏测量法，统一计时，学生各自测量自己的脉搏波动次数，因为生理负荷的变化引起人体需氧量的变化，它通过心脏的活动反应出来，运动负荷的大小直接影响脉搏次数的多少。课下，通过询问、观察、听取学生的反应等来判断运动负荷的大小，再加以反思调整，从而达到优化本课生理负荷的目的！

## 排球垫球教案课后小结篇四

一、本堂课主教材是排球正面下手垫球，辅教材是夹球跳。垫球是排球运动中最主要的技术之一，本堂课以一抛一垫训练为练习手段，让学生在学技术的同时也得到了锻炼。通过教学，促进了学生身体技能的发展。提高学生灵敏、速度、力量和协调素质的能力，培养学生勇敢、果断和勇于克服困难的意志品质。

二、本课在设计上，从新课程理念出发，注重以学生的发展为本。本课是以一种常态课的方式呈现出来的，从队列队形的练习为课的开始来集中学生的注意力，使学生迅速进入课堂角色。然后从准备部分的慢跑到自编球操练习，比较有特点的是球操练习，在球操中巧妙的融入了顶肘、压腕等排球的垫球动作。有效的舒展活动了学生的各关节，熟悉了球性，又尽可能的规避学生体育课中的运动伤害，最主要是为下面的主教材做好铺垫。最后通过排球垫球的手型和垫固定球，这样很自然地过渡到本课的主教材内容学习，个人认为这样自然的导入是本课最大的一个亮点。

在主教材的处理上，运用自主探究和合作的学习方法，来提升学生对抛球动作及“插”、“夹”、“抬”垫球动作的熟悉程度，学生通过学习正确的手型、准备姿势、徒手练习、垫固定球、自抛自垫、一抛一垫、巩固展示，按照动作技能教学中的程序教学法原则，更加提高了学生的学习兴趣。其中我一直有强调抛球的位置及击球点的重要性，让学生正确找到击球点，这样就能更好的使学生掌握和巩固正面双手垫球的技术动作。针对不够好的学生进行个别指导，更能体现出教育以生为本的理念和教育的全面性，也能体现出对后进生的关注。

另外，我在排球垫球示范时，能从正面、侧面等多个角度进行示范，在示范位置的选择上，我也做到既要考虑排头，也要顾及排尾，使每位学生都能直观的看到我的动作。在最后的延伸拓展内容中，通过辅助教学，对学生的灵敏、速度、力量等方面都做到了锻炼的效果。练习密度和强度没有因为学生多而下降，在有限的时间内最大幅度地提升了学生的练习效果。

三、教师突出培养学生自主学练的能力，采用分层教学，让学生自主选择，使不同层次水平的学生都能体会到成功的喜悦。注重学生之间的和谐相处和团队精神。本课主要采用的教学方法有：教师示范法、学生自主练习法、学生示范法、对比法、分组练习法等。通过有效的教学方法，激发了学生学习兴趣，从而提高了学生课堂的实效性，完成了课前所预定的目标。

四、教学不足：

- 1、练习的队形可以适当拉开距离，整堂课学生练习都处在一个比较集中的状态，没能很好利用场地的宽度。
- 2、未能及时发现学生的闪光点。

3、教学时，教师的语言表达、语气语调的变化，都需要教师平时教学的积累和平时文化学习的积淀。本课感觉自己在语调语气语言方面还需要加强，还要不断地学习，提高自身的能力。

五、总结 通过本次课的教学，我感觉到现在教师角色的转变，突破传统的教学模式，激发学生学习的兴趣和积极性，才能取得好的教学效果。我会朝着这个方向去努力，充实自己。

## 排球垫球教案课后小结篇五

走进二年级下半学期，同学们都已经适应了各科老师的教学风格，对流程性的教学设计已经兴味索然。个别同学开始习惯性地走神，如何吸引这部分同学的注意力，同时让全班跟着老师的思路走，我开始反思如何提高语文教学的效果。为此，我回忆着自己是如何对语文学习产生了兴趣，又参照了一些教育教学著作，发现一个老生常谈却没有真正引起重视的真理：兴趣是最好的老师。

如何提高学生学习语文的兴趣？我似乎陷入了一个又一个问题，直到反复教学《画家和牧童》这一课时，才在同行们的帮助下一点点理出了一点头绪：

### 一、创设情境，提高趣味性

对于一二年级的小娃娃，要激发他们的学习兴趣，首先要挖掘学生兴趣的潜在因素，其实就是提高文本教学的趣味性。孩子爱听故事爱做游戏，如果寓教于乐，学生自然能很快进入“最佳学习状态”。语文课本中的许多课文都是一个个鲜活有趣的故事。只有将学生带入生动的故事，在跌宕起伏的情节中不知不觉地学习，自然而不露痕迹，才能最大限度地抓住每个学生的注意力，激起学生的兴趣。

几天前执教的这篇有趣的故事——《画家和牧童》在设计时就体现了故事的趣味性。试讲以后，同组老师为我出谋划策，其中重点提到，如果想让孩子深刻地体会故事中饱含的深意，必须创设出故事的情境，让学生身临其境跟老师穿越回到唐代，那个《斗牛图》诞生的情景之中。于是反复修改以后，我的教案从偏重一个个语言训练点的强硬拖拽教学，变成了有故事有情境的体会教学。当我用神秘的语气开始讲述“传说有这样一个故事……”学生的眼睛散发出平日里听故事时才有的专注光芒。

## 二、课前导入，以趣取胜

魏书生老师说过：“好的导语就像磁铁，一下子把学生的注意力聚拢起来”，因此，语文教学要根据课文特点，采用适当的方式导入，像磁铁一样把学生牢牢地吸引住。

在《画家和牧童》的教学中，课前导入直接引入课题。一切玄机又都在课题的板书之中。学生读完课题很容易就能发现老师把“画家”二字写得很大，“牧童”却写得很小。此时引导学生思考为什么这样书写，孩子们很快能意识到二者的地位相差悬殊。两个地位悬殊的人发生了一段有趣的故事，本身就是一个悬念，而课题的书写还为推动故事情节的发展埋下伏笔，学生感兴趣去体会故事的趣味，在课的一开始就能进入最佳的学习情境，开始自己主动学习。

## 三、图片音效，适时激“趣”

回想刚开始利用多媒体教学时，课件往往比较花哨。纵使没有过多的装饰也会尽可能找到最详尽精美的图片帮助学生理解文字。甚至希望给每个故事的环节配上贴切的插图。这样的课不如叫做图片欣赏课却不是真正的语文课。

在教学《画家和牧童》这一课时，戴嵩所画的.一前一后两幅《斗牛图》何时出现成为了反复修改教案的一个重点。如果



过早的出示斗牛图，学生对这幅图的印象先入为主，在体会文字时则是第二印象，丝毫没有体味的新鲜感。图片的冲击力也因为太早出现而大打折扣。经过讨论，图片出现在尽可能完善地体会文本以后，此时正契合学生的期望值，它对文本的辅助作用得以体现。而学生对文章下文的兴趣同时被勾起，适时激发了学生学习课文的兴趣。

在这一课中学到的东西还有很多，总之，语文课堂教学是学生自主学习的阵地，要使学生在语文课堂上享受到语文学习的乐趣，就应该从“趣”字入手。只要我们巧妙运用各种方法和手段，就能激发学生的学习兴趣，促使他们产生强烈的求知欲，达到事半功倍的效果。

注：查看本文相关详情请搜索进入安徽人事资料网然后站内搜索小学生语文教学反思。

## 排球垫球教案课后小结篇六

本节课的教学是在两位数加两位数(进位)以及三位数加三位数(不进位)的基础上进行教学的。在课的开始，我让学生进行两道计算练习： $561+325=$   $37+25=$ 通过学生的计算与交流，巩固了竖式计算中相同数位对齐，从个位加起的方法，同时也复习了以前所学习的两位数加两位数的进位加，这样的复习既巩固了旧知又为新知作铺垫。

在新课教学中，我还是利用前面的图书馆借书的情况统计表这个题材，根据各个年级的借书情况学生收集信息，提出问题，解决问题。学生列出进位加的算式后，我让学生尝试先独立计算，因为在笔算两位数加法时，学生已经掌握了个位上数相加满10要想十位进1的方法，因才在解决问题时，让学生利用知识的迁移，让学生尝试着自己做题，在交流算法时，提出在计算时要注意什么？十位上的 $8+4=12$ ，该怎么办？培养学生的自主探索意识。

在教学试一试时，虽然在计算中连续进位的难度对学生来说比较高，但遵循的是相同的运算方法，我还是让学生先独立思考计算，再同桌交流。交流时，我提出了一系列的问题：十位上哪几个数相加，得多少，你是怎样处理的？每道题目加的顺序时怎样的？为什么从个位加起？通过这些提问，使学生在充分理解的基础上完成对加法技能的掌握，同时也体会到了成功的喜悦。在学生计算出结果后提出“计算的对不对呢”这个问题引出学生验算的需要，让学生用以前学过的验算方法进行验算，进一步提高计算正确率。然后及时引导学生比较不进位加法和进位加法的异同，从而更好的巩固了用竖式计算的注意点，同时强调“哪一位满十就向前一位进一”。

在习题的练习时，我安排了竖式计算、改错，还有解决问题。竖式计算中学生计算速度比较慢，改错题中学生通过观察、计算很快发现错误原因，再进行改正。在练习的最后安排了填方框里的数，但是因为时间的关系没来得及完成。

本节课通过前后知识之间的内在联系，注意调动学生已有的知识经验，通过创设问题情境，提出问题，运用知识的迁移使学生自己探索计算方法，总结规律，解决问题，使学生较轻松的掌握了进位加法的计算方法，形成一定的计算技能。

本节课虽然是计算课，但是练习设计应更儿童化一些，以提高学生的学习兴趣。

## 排球垫球教案课后小结篇七

一年级新生由幼儿园跨入小学，由游戏式教学转为正规系统的知识学习，进入了较严格的学校管理体系，稍不小心，就可能是小学生受到心理挫伤，就可能使小学生受到心理挫伤，从而产生害怕学校与学习的心理，这对其健康成长是很不利的。为了让教学更贴近学生的生活，在开学第一天，特地找了些学生进校的画面，通过观看入学的录像，展示了他们的

真实生活，有的学生高高兴兴的去上学，反映了上学的喜悦心情。有的学生紧紧拉着妈妈的手，说明他们在陌生的环境中有一些紧张。通过观看录像，既能使学生产生亲近感，又能帮助学生解决对新环境的陌生感等问题。

在参观校园这个环节中，为了提高学生的`观察能力，可先让学生回忆，在进校时，你看到了哪些地方，然后再去集体参观，在认识学校设施、设备时，有意识加强爱护公物教育和文明礼貌教育，与此同时，还可让学生找出不可随便出入，不可攀爬及有危险的地方，适时进行学校生活中的安全教育，同时还结合活动室了接学生的个人爱好与特长。

通过游戏、回忆、聆听录音等比较小学与幼儿园生活的不同之处，让学生从感情上认识到自己长大了，要以一个小学生的标准衡量自己，要求自己，在老师父母的教育培养下，努力学习，健康成长。

## 排球垫球教案课后小结篇八

《认识时分》是在一年级认识钟表，会看几时、几时半、大约几时的基础上，进一步认识时分，对于低年级的学生来说，时间是很抽象的概念，很不容易被理解，在教学这节课时，我很好地利用了课件，让学生在观察中掌握概念和知识。

### 一、利用课件激发兴趣，让学生经历知识形成的全过程

根据低年级儿童的年龄特点和心理特征，课一开始就出示课件观察钟面，一下子就吸引了学生的注意力，调动了他们强烈的学习兴趣。让学生认识钟面，特别是认识了钟面上有12个大格，每个大格间又有5个小格，钟面上一共有60个小格，还通过课件一一让学生去数一数。使学生通过具体的观察、操作，在已有知识的基础上，更全面地认识了钟面，并且也为这节课的学习打下了扎实的基础。然后再引导学生认识时分，使学生知道时针走一大格是1时，分针走一大格是5分，

随后通过让学生观察时针和分针的走动，得出结论：1时=60分。在这个环节中，利用课件的演示，让学生去观察，在观察、思考中理解。同时在最后的。练习中设计的“拼图游戏”，也激发了学生很大的兴趣，这道题不但进行了认识时分的练习，也起到了教育学生珍惜时间的作用。

## 二、在学习知识的同时，渗透德育思想

这节课有的放矢地向学生进行珍惜时间的德育教育。在教学中，我向学生发出邀请，让他们来体会“1分钟有多长”和“1分钟内你能做些什么事情”，然后教师又展示收集到的资料“一分钟的价值”等等，这些都让学生深切地体会到了一分钟时间虽然很短，但是却能做很多有意义的事情，所以一定要珍惜时间。

### 存在问题

- 1、引入时分时不够巧妙，如果能利用生活中的一些事例让学生认识到精确到时分的重要性就更好了。
- 2、整堂课中，老师讲得太多，没有让教具、学具、媒体结合起来，应该让学生动手拨一拨钟，亲身体验一下时间的变化。
- 3、课堂中让学生体验一分钟，举例一分钟可以干什么，老师出示搜集的一分钟的价值，还有时间名言，情感目标太多，这样显得主次不分了。
- 4、教师语言缺乏激情，评价性的语言也不够，不能很好地调动学生的积极性。

## 排球垫球教案课后小结篇九

《铺地砖》是一堂数学实践活动课。在调查了解学生的经验之后，我发现，学生对于装修、铺地砖这样的事情是有感性

认识的。为此，我在教学时挖掘生活中的数学素材进行教学，使学生发现数学就在身边，感受数学的作用，从而激发学生学习数学的兴趣。如在课始时，引导学生观察有关家装的效果照片，通过对家装中美的欣赏，并让学生帮老师设计新房，以鲜活的事例催发学生的学习兴趣，引发学生研究的兴趣，从而让学生根据生活经验提出自己需要解决的问题。

数学源于生活，生活中处处充满数学。数学是对客观世界数量关系和空间关系的一种抽象。因此，在教学中一方面要尽可能让抽象的数学概念在生活中找到原形；另一方面要创造条件，使学生能够用学到的知识去解决日常生活中有关数学现象，并能解决一些数学问题。如：在课后，我让学生将本堂课掌握的方法为实际生活设计铺地砖的方案，从而让学生在生活经验数学化、数学知识实践化的过程中体会到数学就在我们生活中，让学生切实感受到数学很有用，生活中处处有数学，数学给我们带来快乐。

喜欢游戏是孩子的天性，色子是学生熟悉的玩具之一，用它作为锻炼学生自觉估计可能性的意识的活动，让学生在立体图形中感受等可能性的问题。同时，让学生根据新学的知识，提出有关的问题，既培养了学生的问题意识又加深了他们对新知识的掌握与理解，教师的追问是本节课知识的拓展，开拓了学生的思路，训练了学生的思维能力。