

最新认真上好体育课教学反思(模板10篇)

在写作过程中使用提纲可以使文章更加有条理，逻辑更加清晰。提纲的制定需要将主题分解为几个具体的要点，每个要点可以有相应的论据和例证来支持。下面是一些范例提纲，供大家参考和借鉴，帮助大家更好地制定自己的提纲。

认真上好体育课教学反思篇一

《红黄蓝绿大对抗》是一节以跳高为主要教学内容的体育课。为培养学生的学习兴趣，使学生乐于学习，发展学生的跳高能力，我设计了以“红黄蓝绿大对抗”为情境的跳高综合接力的游戏。

首先在导入新课这一环节，我让学生回顾去年的体育公开课《红黄蓝绿大对抗》的比赛情况，利用学生好胜的心理，引出课题《红黄蓝绿大对抗第二季》。让学生投入这一情境，积极主动地参与到各种跳高游戏活动中。

在教学过程中，我设计了两个教学环节，一是进行热身活动（实际是本课的主要教学部分），美其名曰：熟悉赛道；二是跳高综合接力。在热身活动中，设计了四个活动：1、跨垫接力，2、左右跨跳，3、三步助跑起跳，脚触手心，4、三步助跑起跳，跳高。在“跨垫接力”游戏后，我积极引导由“跨垫接力”联想到刘翔的110米栏，让同学们向刘翔大哥哥学习为国争光，进行爱国主义教育。为了让学生学会跳高的正确方法，发展学生灵敏、协调素质和弹跳力，提高学生跳跃活动能力，本节课设计了“左右跨跳”、“三步助跑起跳，脚触手心”和“三步助跑起跳，跳高”。“左右跨跳”让学生体会了如何直腿摆动，“三步助跑起跳，脚触手心”和“三步助跑起跳，跳高”让学生体会了如何掌握助跑与起跳结合的跳跃方法。在接下来的“跳高综合接力”（练习）

的游戏中，我把每个队分成两个小组，进行两个回合的比赛，在活动中学生充分体验动作的正确要领，感受成功的乐趣，树立学习的信心。

但这节课也存在着一些不足之处，如1、上体育课时，教师应穿运动服；2、说话还应响亮一些；3、在设计体育游戏时，应注意活动的安全性，同时还要加强保护。

总之，在今后的体育教学中，要发扬优点，克服缺点，提高自身的体育素养和教学水平，力争再上一个新台阶。

认真上好体育课教学反思篇二

游戏比赛在体育教材中占有相当的份量，通过游戏教学能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。游戏深受学生的喜爱，也为教师开展心理健康教育提供了良机。例如，在游戏比赛中一些个性较强的学生因不服输而与对方发生争执，也有失利的组同学之间互相埋怨，导致受指责的学生产生怯场心理而退出比赛。这样一来，不仅影响了游戏教学的正常进行，而且还伤了同学之间的和气。这时，我抓住这一契机，耐心地教导学生特别是有倾向性的使学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素。友谊第一，比赛第二；耐心地教导学生特别是有偏游倾向的学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素使他们能热爱体育，增强自尊心和自信心。此外，还可通过教学方法的创新，以开发学生的潜能和完善人格，培养学生自学、自练的能力，并给学生营造合作学习的氛围，同时为学生提供机会，培养他们的创造力、竞争力。

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

认真上好体育课教学反思篇三

在本课中，我抓住三年级学生的心理特点，设计一些贴近儿童现实生活的活动内容。如：仿生、模仿操、游戏等，吸引学生积极、热情地参与到活动中。我适时适度地对学生进行表扬和评价使学生的情绪始终高涨，同时通过学生们的范样颠球与比赛，将本课步步推向高潮，从而解决了本课的重难点问题，效果比较明显。

我在课程资源开发上动了脑筋，给了学生一个开放性的学习环境，如果能使本课更充分地体现个体差异和因材施教，还可以设计一组简易的乒乓球台子，以满足不同学生的需求，从而使本课内容更加完善。

认真上好体育课教学反思篇四

体育教学是以“健康第一”为指导，“快乐体育”为目的，将体育游戏与教学相结合，让学生在轻松、活泼、欢快的气氛中学习获得知识，提高素质，使其身心得到全面发展。接力跑中下压式交接棒的这一单元练习的教学，不仅使学生掌握下压式接力跑的基本技术，发展跑的速度和协调性，同时使学生身心素质方面全面的发展。因此在教学设计中我将技

术动作练习与自创辅助性游戏两者有机结合，使教育教学质量大大提高。在课的设计上分为引入情景、激发兴趣、技能学练、拓展运用和调节评价。引入情景部分我主要是强化课堂常规和提出课的内容；激发兴趣部分是带领学生做徒手操、高抬腿和游戏；技能学练部分主要学习下压式传接棒的基本技术，从原地徒手传接棒到行进间传接棒练习，然后分组讨论练习和集体操练；拓展运用部分是小组比赛。从课中学生的学习效果来看，学生积极参与度高，全部都掌握所学的内容；在课堂教学中充分考虑学生的学习兴趣，以学生发展为中心，注重每位学生的共同发展；合理的安排运动负荷、强度、练习密度，同时加强学生安全意识教育与优良思想品质的培养。

1. 以学生为主体，发挥学生的发散性思维，通过观看教师示范，模仿练习，分组讨论，让学生在自主学习和学后反思中充分体会交接棒的基本动作要领。学生观察很仔细，学习也很认真，游戏中基本没有看到学生传接棒时发生困难，而且交接速度也很快，由此也让我想到教学时必须根据内容来思考教学的方法，合理地选择教法和学法才能使教学达到最优化。

2. 采用多种分组形式来提供集体学生间的合作时间与空间，提供多样的学习形式让学生在学习过程中发现问题后，相互帮助、相互改进，进而提高学生通过合作来解决问题的能力，创造良好的合作学习氛围，让学生充分发挥团结协作意识。

3、教学中对学生错误动作要及时纠正。应采正误对比方法来教学，请几位学生出来演练动作，教师讲评、学生间的自评与互评了解学生对教材的掌握情况，使学生明白正确与错误的动作之分，让每一位学生都有所收获。

4、通过比赛的形式增强了责任感荣誉感以及和组员之间的凝聚力，学生对分组教学方法很感兴趣，教学比赛既是素质，技术，战术的较量，也是对学生技术练习验证，比赛增强了

学生的自信心，勇敢性和坚强的毅力，同时又培养了学生的竞争意识和创新能力，因此，分组比赛对提高全体学生的参与能力，培养良好的心理素质方面也有着显著的功效。

认真上好体育课教学反思篇五

今天对九年级学生进行了身体素质训练，安排的内容还是比较紧凑的。有摆臂练习、高抬腿跑、立卧撑、俯卧撑、蛙跳、单足跳，各2组，还有进行100米限时跑，大部分学生在老师的催促下都能自觉参加，但是还是有几个女生不愿意跑。这点让老师挺无奈的，按照规定应该跑，而且这些学生明确落后。这是一个吃力不讨好的事情，作为老师是为了学生好，想她们提高成绩，可学生却不想跑，反而恨老师。最终我还是让她们选择再跑一次或慢跑三圈。

课后，跟同事聊起这种情况，也感觉很无奈。有个同事说起，学校每年会让学生对老师进行打分评价，这个评价关系到老师的年度考核，以前她就是因为很认真，使得学生对她的评价很差，结果在考核中被扣分，还不如其它随随便便上课的老师分数高。不过事后想想，我们最终得改变态度，对学生讲明训练目的，对学生要笑脸相对，减少学生的紧张感和厌恶感。如果实在不行的话，只要尽力了就行，我们的最终目的也就达到了，超越极限，挑战自我！

认真上好体育课教学反思篇六

作为一名青年教师，在工作中，我会遇到很多不同的问题与困难，但我不会退缩，不会认输，我要勇敢的面对问题，解决困难，总结经验，吸取教训，在自己热爱的事业中不断进取、努力奋斗。

这次课的主要内容是原地踏步走向齐不走的转换和“捉尾巴”的游戏。教学目标是使学生掌握正确齐步走的方法，保持正确的身体姿态；发展学生的身体协调性、灵敏性及反应能

力;培养学生对体育活动的兴趣和集体荣誉感。这是一堂简单的队列队形课,看似很容易,但真正扣到细节问题却很难统一。例如:学生的基本站姿,能站好,但持久性较差。踏步变齐步的第一步步幅大小很难走齐,横排面的整齐就更难了。从这点上我就犯了层次性的错误,横队走人多且排面场不易走齐,如果采用纵队走就容易得多了。所以方法很重要,课前的准备工作,课的研究设计工作更为关键。在课堂常规的细节方面要求不够,如:蹲的姿势不统一,看示范,听要求不认真等。做第一个上肢游戏时,能够很好的带动课堂气氛,调动学生的积极性,但使用器材后的放置却很随意,同时我也没有提出具体的要求。这也是细节上忽略的问题。今后应该注意,从小做,从细抓,从严管。本节课最严重的一个失误就是在研究下肢游戏时,没有考虑使用何种教具更为合理、妥当。这是思想上的认识不到位。以上的问题我会总结经验,吸取教训。在课上一一避免,认真上好每节课,力争让学生在体育课上不仅可以锻炼身体还可以学到知识。

青年教师面临的.最大不足就是缺少经验,对教学的重点难点把握不住,在领导小组第一次听完我课之后,提出了宝贵的意见,我认为提得很对并虚心接受加以改正。课堂教与学的效率是关键。在课堂上要合理组织好内容,优化教学手段,发挥学生的主动性,关注全体学生,注意信息反馈,创造良好的课堂气氛,但同时要注意对学生做到收放自如。不能让学生过于活跃,否则不利于控制课堂纪律,进而影响学习的效果。

认真上好体育课教学反思篇七

由于体育课大都是在室外进行,组织教学的目的就是要排除各种干扰,激发学生兴趣,从而完成教学任务。只有合理而周密地组织教学,才可能使学生从物质上、从心理上作好充分准备,从而保证体育教学过程的顺利进行。因此,组织教学是上好体育课的关键。

在小学体育教学中,教师要根据体育课是通过身体的各种练习,使体力活动与思维活动紧密结合,掌握体育知识、技能和技巧以及室外上课的特点,行之有效地组织教学。

抓好体育课堂常规的组织教学。体育课堂常规是规范体育课必要条件,教师必须严格认真,坚持不懈地抓好体育课常规教育。尤其是要抓好集合整队、服装、精神状态、组织纪律、场地器材的布置与收拾等常规训练与教育。在教学中,教师要严格要求、反复训练使学生变成自觉行动,以保证体育课的顺利进行。

抓好体育各阶段组织教学。体育教育过程是由开始、准备、基本、结束四个部分组成的。由于四部分教学内容和学生情绪各不相同。因此,教学中要灵活地组织教学,充分调动学生的学习积极性,切忌出现先紧后松,龙头蛇尾的不良现象。上课前,教师要组织学生布置好场地器材等,为上课作好准备;上课开始时的组织教学特别重要,因为体育课前,学生大部分在操场上进行各种活动,他所注意观察的对象目标较多,思维比较活跃,注意力比较分散。因此在组织课堂教学前,采用趣味游戏。如做反口令训练游戏,将全班学生的注意力集中到课堂上,使他们兴奋的情绪稳定下来:基本部分是体育中的重点部分,教师应力求做精讲多练,语言生动,并不断改变练习方法。如在联系中引入竞争性游戏、不同形式的分组练习等,提高学生兴趣。结束部分,学生情绪极易松懈,此时教师的组织教学更不能忽视,后采用一些调解情绪和恢复体力的放松性练习,保持学生兴趣,如舞蹈放松,同时做好利用结束部分对课堂进行小结。

同一教材的组织教学。在体育课中,同一教材在不同课时重点练习的难道要求是不一致的。如一年的投掷的教材第一次课的要求是教会学生投掷方法。第二次则要求学生初步掌握投掷方法,通过多次重复练习,使学生进一步掌握投掷方法等,每一次重复练习的难度都有所提高。对此,教师在同一教材的重复练习,如果每次都采用同样的组织教学方法,学生自然会感

到枯燥无味而分散注意力。

不同教材的组织教学,小学体育包括田径、球类、技巧、体操等多种教材,不同的教材有其不同的特性。因此,教师在教学与教材特点有机结合,改变传统中单一的千篇一律的组织教学形式,变学生被动的接受为主动的学习,从而充分发挥每个学生的主动性和创造性,提高教学效果。如田径教材的“跑”,教师可以充分利用跑的特点,运用竞赛、奔跑游戏等增加教材的趣味性。

根据儿童的生理特点和心理特点主要表现为:有意注意时间短、兴奋过程和无意注意占优势,好奇、好动、好模仿、好竞争等。同时,一节课中,学生的注意力、意志和情绪等心理活动的变化也是不同的。教学中,教师要充分利用儿童生理和心理特点进行组织教学。合理安排教学内容。由于学生注意力在课的前半部达到高峰,意志力在课的中后部达到高峰,情绪则在课的后半部达到高峰。根据这一特点,教师在组织教学中应把新教材安排在课的前半部分。有利于学生对新教材的学习、理解和掌握。在课的后半部分则应安排一些游戏性较强的内容,激发学生兴趣,同时要做主教材和辅助教材的搭配,尤其抓住主教材的内在联系进行组织教学,以提高教学效果,灵活动用组织方法,针对儿童生理和心理特点,在教学中,教师的组织教学要尽量体现在“新奇、活”的原则,采用多种多样的,生动活泼的,使学生能够产生强烈兴趣和新鲜感的组织形式,以增强教学的吸引力,激发学生的学习兴趣 and 热情。如一节课中,教材之间的衔接,传统的调队方法显得机械、死板、单一,且容易出现散乱的状况,而此是教师采用游戏或舞蹈等教法进行衔接,即会使学生感到新奇,又会使教学活而不乱,顺利过渡。

同时,教师在教学中充分发挥“手势、眼神、语言”的作用,既用“手势指挥、眼神暗示,语言激励”组织方法。“手势、眼神”具有无声的语言,更具有其它组织方法不可替代的作用。总之,教师在教学中要根据具体情况,灵活运用组织方法。保证教学过程的顺利进行,从而实现教学目的。

认真上好体育课教学反思篇八

根据我多年教学经验与实践，使我认为要改变这一现状，上好小学一年级体育课，教师要有童心，知道孩子们心里在想些什么，要说孩子们感兴趣的话题，如最近上演的《成龙历险记》，孩子们就很感兴趣，注意力就很快抓住了。这时因势利导，富趣味于教学，孩子们有了偶像就有了动力，学习体育运动能保证身体健康强壮，长大了才能成为成龙式的人物。一方面实现教学目标，完成学习任务，另一方面也培养了学生热爱体育活动的习惯，为终身体育锻炼思想打下基础。

一提到队列就会想到军队，孩子们也很向往当一名军人，一两节课孩子们还好哄，时间长了就不行了。我就根据体育教材的内容，根据具体情况，结合游戏进行教学，效果就比较理想。比如，教材中的队形内容集合、解散、立正、稍息，通过快快集合的游戏，培养了学生的组织纪律性。这个游戏比谁最听指挥。重复几次，每次提出一个要求，学生们很自然的理解了集合、解散的含义，学会了立正、稍息的站姿，并能根据教师一定的口令做出规范的动作。也能很快的站成方形、圆形为今后的教学打下了基础。

认真上好体育课教学反思篇九

1. 本节课的教学目标是提高学生的协调性, 柔韧性和灵敏性。我采用了蜘蛛爬行和抢运弹药的情境教学来激发学生的表现欲望, 从而达到运动的功能和目的。七年级学生好动, 但他们对以往的体育课并不感兴趣, 究其原因, 无论是我们的组织安排还是内容, 都太富竞技性和技术性, 本节课以障碍跑作为教学的主要内容, 在教学中以丰富多彩的形式吸引学生积极加入到运动中来, 通过游戏辅助教学活动, 锻炼了学生的身体, 激发了学生的思维, 使他们获得愉快的情感体验, 同学之间形成了良好的合作关系, 学生动了, 快乐了, 高兴了。

2. 如何在体育课堂教学中落实“学生发展为本, 重视学生的主体地位”是当前中小学体育课程改革的一个重要课题。在本案中, 教师通过精心设计课的教学组织形式, 巧妙运用各种适合七年级学生身心特点的游戏, 科学运用, 自主学习, 合作学习, 探究学习等新的学习方式, 确保学生的主体地位落实到教学的每一个环节, 处处体现了教师的主导作用与学生的主体作用有机融合, 从而取得良好的教育教学效果。

3. 创造条件, 提供机会。学生是课堂的主体, 课程内容必须与学生的知识、情感态度、价值观相适应。旧的课程资源脱离了学生的知识和生活经验, 忽视了学生的情感体验, 所以我创造了“抢运弹药”, 让学生体验成功。体育课堂教学中, 对学生而言, 场地器材是有限的, 但思维创造是无限的, 要上好一堂课, 这就需要体育教师筛选内容, 以及根据现有的场地和器材开发新内容、新项目。本课利用栏架、海绵垫、标枪、实心球等创编了项目——抢运弹药。这非常符合学生的心理特征, 即丰富了教学内容, 又进行了爱国主义教育和培养了团结合作的精神。

不足地方: 如何面对偶发事件。课堂教学环境并不是一个封闭的空间, 它会受到各种因素的干扰。刚开始上课的时候, 有一学生突然不舒服请假。游戏“踩踩猫”是一对一的对抗性游戏。这样只能让多出的那个同学充当裁判, 致使那个学生失去一次参与运动的机会, 看到其他同学兴高采烈的玩, 那个学生非常失望。那一幕也久久在我脑海中徘徊。所以当我们将精心设计的教学方案与偶发事件“遭遇”时, 要善于冷静, 以便从意外中得到更大的收获。

认真上好体育课教学反思篇十

讲解是使学生获得知识和技术概念的方法之一, 同一内容不同的讲解效果也不同。实践证明要提高体育教学质量必须精讲多练。怎样做到精讲呢? 我认为应做到以下几点:

1、运用形象比喻。采用这种方法讲解，新鲜活泼，富有情趣，启发思维，丰富形象。如讲解蹲距式起跑时的动作原理时，可用压紧的弹簧作比喻起到加深印象、明白原理的作用。讲解前滚翻的动作要领时，用球滚动做比喻引导学生懂得要把前滚翻做好，就要团身、低头、抱腿，使身体成圆形。

2、运用教学口诀。用口诀教学容易懂，记得住，学生喜欢听，有利于掌握动作。如蹲距式跳远时的口诀是：跳起保持腾空步，双腿并拢向胸屈，伸腿前倾后摆臂，重心前移稳落地。又如途中跑的口诀为：后蹬用力蹬直，前摆积极扒地，上体平稳前倾，摆臂协调放松。这些口诀抓住了动作的要实质，便于快速中完成的比较难的动作在学生脑海里建立概念。这样学生容易掌握其动作要领，在教学中也能收到好的效果。

3、运用理科知识。体育教学中不少技术的原理是学生学过的理科知识，因此，讲解时运用理科知识能激发学生的学习兴趣，便于加深理解。如把向心力、离心力的知识用在弯道跑技术的讲解上。

(1) 用加速度的知识讲解投掷项目时滑步、助跑、旋转增加器械出手的初速度。

(2) 用力的三要素中力的大小说明最后用力时要爆发用力。

(3) 用力学公式和倾斜角的大小与出手角度成正比与投掷的距离成反比的原理讲解器械出手适宜的高度。这样对学生掌握技术发展智力起到很大的作用。

4、运用体育术语。体育术语是对动作本质的概括。运用术语不仅能给学生一些基本知识，还会使学生建立正确的技术概念。因此，讲解中还要运用术语。如讲解加速跑时可用步幅要大、步频要快、后蹬充分、积极前摆等术语。讲解前滚翻时可用团身、后脑着垫、肩、臂、腰、臀依次着垫等术语。讲解时一定要运用正确、简练、易懂的术语，使学生获得生

动的表象。

5、运用直观教学。讲解中运用直观教具如技术图片、挂图、黑板画简图等有助于突出难点，能吸引学生的注意力，激发学生兴趣。如排球中的传球动作，学生对手指接触部位把握不准，不易掌握动作。在挂图上把手指触球的部位涂上颜色，学生一看就明白，就能按动作要领去练。一些在快速中完成的动作如跑、跳技术用图片配合进行讲解，也容易收到好的教学效果。

总之，体育课要做到精讲还要求体育老师语言表达能力强，只有在这方面下功夫，才能做到精讲与教学质量得到基本保证。