

# 最新体育课教学反思(大全5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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 体育课教学反思篇一

根据学生的心理特点，在宣布课的内容，引入正题时得讲究点艺术，即要激发学生的兴趣，又要能收的回。下次课时，我想先提出了要求，再引入课题，同样的情景，能够很快收场，进入正常的教学中。总结一句，作为教师，只有自己对学生的要求不到的，没有学生做不到的。本课与前一次课承接，教会同学一套完整的“徒手操”。

徒手操教学在某种意义上也是形体教学，可以为今后的工作和学习打下坚实的基础。同时，通过教师示范和讲解，让学生了解一些简单动作的术语，还加强了对学生主体意识的培养，如让学生自主复习技巧，单个运动，让学生在实践中、体验中建构新的技巧知识和技能。

让学生展示自己的动作，并以“活动一”的游戏为准备活动，营造了课堂的活跃气氛，课堂整体要求整齐、严肃、培养了学生的组织纪律性。

## 体育课教学反思篇二

跳绳是我国民间的一项体育活动，深受学生喜爱，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。

作为一名小学的体育教师的我，着眼学生，从学校实际出发，略谈“跳绳”这一教学活动。

小学生的天性是喜欢玩、好奇心强、争抢好胜的。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。

我在教学《跳绳》一课，采用情境教学法、设疑法、演示法、练习法、激励法、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。

体育教学方法层出不穷，有情景教学法、愉快教学法、游戏竞赛法、动机迁移法、成功教学法、创造思维法、兴趣教学法等，从而改变单一的传授式教学方法，在教学实践中在灵活运用各种教法和学法，是新课改对教师的基本要求。

总之，学生能够完成本课的教学目标，通过自主、合作、探究方式的学习，使学生掌握了多种跳绳方法：单脚跳、双脚跳、正跳、反跳等十几种方法，了解了跳绳的基本动作要领与锻炼身体各部位的关系，培养了学生身体的协调性。达到了培养学生创新能力与实践能力的目的。

## 体育课教学反思篇三

游戏比赛在小学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，甚至拳脚相向，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。还有一个例子就是，我们学校举行一个足球比赛，就因为争一个球，就准备打架了，我马上跟他们两个人说：友谊第一，比赛第二；不然就请先离场休息。最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态迎接新的挑战。

### 二、培养善于接受意外事实的能力

## 体育课教学反思篇四

目录            小学体育课堂教学反思一：小学体育课教学  
反思

### 一、利用游戏比赛形式培养健康心态

游戏比赛在小学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，甚至拳脚相向，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。还有一个例子就是，我们学校举行一个足球比赛，就因为争一个球，就准备打架了，我马上跟他们两个人说：友谊第一，比赛第二；不然就请先离场休息。最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态迎接新的挑战。

## 二、培养善于接受意外事实的能力

任何人从事任何事情都不可能一帆风顺，事事如意。同样，学生在体育学习中，也难免会遇到挫折。便如，在一场校际拔河比赛中，因我发现一名外班的学生参与了某班的比赛，故大声斥责，结果使该班的学生转移了注意力而导致失败。这种由于决心书外因素造成的失利使学生难于接受，情绪非常恶劣。对于这种意外事情的发生，我主动地向学生说明真相，讲清道理，充分肯定他们的实力，保护他们的自尊心，并提供再赛的机会。同时还可以通过我国运动员参加世界大赛出师不利的典型事例来教育学生，使学生了解任何比赛都可能存在一定的意外，包括裁判不公等，培养学生接受意外事实的能力，从而增强抗挫折能力和自我调节情绪的能力。

## 三、利用小组活动形式，培养乐于合群的性格

性格是个性的核心要素。良好的性格对于学习具有重要影响，而人的性格和交际关系、心理健康有着密切联系。小学阶段是性格形成期，我们应当通过教学培养学生良好的性格，使他们乐于交往，兴趣广泛，与人和谐相处和积极进取。如在体育分组活动中，常会发现个别学生不愿参与活动，只是坐在一旁观看或四处走走，询问为何？大都强调客观原因。经深入调查才得知或是因性格孤僻而导致不合群，或是因为体

育成绩不理想，而没有人愿意与他们一组。针对这一情况，我就亲自上阵，带领不合群的学生一起参加小组活动，指导小组活动方法，并在巡视中不时地过问该小组每个成员的活动情况，及时表扬小组成员取得的成绩，使不合群的学生增添信心、融入群体。此外，还可创设两人合作的游戏比赛，让这类学生在愉快的气氛中与同伴打成一片。这样日积月累，持这以恒，就能帮助学生培养起良好的性格。

#### 四、采用“运动处方”教学方式

教学中为了锻炼同学们的自我组织能力、自我管理能力，为了有目的、有组织、有计划地教学，满足所有同学的兴趣和需要，有时我把教学内容科学地、严谨地设计成多种运动处方让同学们选择自己所喜欢的运动处方，然后根据选择情况自由结合成小组，每个小组选出一位小组长，小组长带领同学们完成教学内容。各小组在完成运动处方的内容时，根据自己情况选择自己的组织方法和学习方法。这样充分发挥了同学们的聪明才智，发挥了同学们的想象力、创造力，学生的主动性充分调动了，课堂教学一片生机盎然。

#### 五、培养创新精神和实践能力

创新精神和实践能力是衡量学生心理健康的一项重要指标。因为一项创新活动的完成，必须具有充沛的体力、饱满的精神和乐观的情绪。为此，体育教师在教学中应通过多种手段培养学生活跃的思维、丰富的想象及运用知识的实践能力等。比如教材的安排要体现健身性、趣味性和实用性，以促进学生生理、心理和精神等方面的提升，获得成功和愉快的体验，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。

## 小学体育课堂教学反思二：小学体育课教学反思（1178字）

不知不觉已经从事小学体育教学有十余载，面对新课程改革的浪潮，为我们带来了机遇，同时也掂量出我们的分量，小学体育课教学反思。我觉得课堂教学真的不简单，所要面对的事情太多了，但从中也学到一些东西和一些经验，借此机会和大家分享一下：

怎样才算是一堂好的体育课？记得在一次教师培训中，教研员说，只要学生在有限的时间充分活动，全身心的投入就是一堂好课。认为上体育课没有必要排着整齐的队伍集合，慢跑。要考虑学生的兴趣及想法，不能让学生觉得上操场好象上刑场一样。提出了现在的体育教学有些教师还是以竞技项目为主，以增强体质为教学目标。

作为基层的体育教师的总有一种迷茫的感觉，总觉得体育课程改革纯理论的东西过多，具体实际指导的、可操作性的东西太少。我们是不是真要天天培养学生的体育兴趣，不进行体育训练与竞赛？理论与实践总是存在着一定的距离。象我们学校几乎每个班都有60多人，每个人的身体素质不一样，兴趣不相同，更何况体育项目种类繁多，有的喜欢打篮球，有的喜欢踢足球、赛跑、投掷等等。假如都依照学生的兴趣，让他们在玩乐中学习。在学生的心里可能会认为这是一堂活动课，在其他老师的眼里认为这是一堂“放羊课”。其实“放羊课”是特别难上的课。所谓“放羊”，要有足够的“草”让“羊”吃，要有安全的场地让“羊”吃饱。象这类课我不敢上，一来让人看了似乎有些不务正业，让学生在操场疯玩，自己到处转悠，巡视。二来学校的环境有些不允许，一堂体育课，操场上有三四班算少了，经常六七个班在场地上。这儿跑去撞到人，那儿投球砸到人了，更别说其它项目。高喊了几年的素质教育，快乐体育，还是在传统的教学方法上打转，四列横队集合、慢跑、讲解示范等等。

公说公有理，婆说婆有理，我们只有全盘接纳，待到仔细回

味真是酸甜苦辣尽有。不管怎样，符合学校实际情况的教学才是最好的！

### 小学体育课堂教学反思三：小学体育课堂教学反思：新构思新课堂（2378字）

一. 教学设计构思：教育不是训练，是生活，是创新，现实的生活是教育内容的重要源头，教育是现实生活的有机组成部分。中华民族是一个光荣的民族，革命先辈艰苦战斗，创造了我们新生活。我们要继承、发扬他们不怕苦的精神。结合我们的体育课，通过创设教学情境，选用了抢运弹药，使光荣传统在体育课教学中得到体现。

本课主教材教学选用了相互探索法、尝试完善法和竞赛法，始终把教师放在“导演”的位置上，充分发挥学生的主观能动性，让学生自己寻求解决问题和掌握动作技能的方法。抢运弹药技术的教学，注重对学生自学能力的培养，让他们在自学、讨论、研究的基础上，达到掌握知识技能和技巧的目的。在抢运弹药，创设了“怎样才能送得快送得稳”来启发学生思维群策能力，并在尝试中提高对问题的认识，增强学生相互配合、相互协作的意识，使学生主体性得到充分发挥，有利于学生主动地学习和发展。在教学中，注重知识的联系性，增强学生对中国革命的了解，渗透了德育，丰富知识，激发学生对祖国大好河山的热爱，对家乡的热爱。

本课在教学中以情激人，陶冶情操，弘扬革命传统。通过创设情景，使学生能够很快进入角色，整个教学过程中，始终渗透了革命传统教育和思想品德教育，使学生在了解革命传统的同时，激发学生对美好祖国的热爱，做一个合格的中学生，发挥自己的聪明才智为祖国建设服务。通过对《抢运弹药》的教学，培养学生热爱劳动、敢于竞争、团结合作的精神。通过激励评价，使他们能够不断地认识自我、完善自我

和发展自我。

## 二.. 需要解决的问题

1. 较好的运用游戏(踩踩猫)组织方法。
2. 如何有序的组织游戏，如何在游戏(蜘蛛爬行)的过程中保持队形, 顺利的进行活动。
3. 如何引导学生自主选择蜘蛛爬行和过障碍的最佳途径。
4. 学生的参与性和兴趣性的提高。

## 三. 拟解决的方法

1. 踩踩猫的游戏强调不能用力踩，否则就算被踩。
2. 蜘蛛爬行的游戏时要保持队形， 否则每个在总成绩上扣除5秒。
3. 相互演示，相互纠正, 相互分析, 相互比较, 互帮互助，找出最佳途径。
4. 激发兴趣，根据七年级学生的心理特征， 运用竞赛的方法，激发他们的斗志，增强运动欲望，进一步达到运动的目的，完成教师的预期目标。

## 四. 教学实录

### 1. 导入常规

1 教师导入情况，引出问题

1 小游戏：踩踩猫



## 1 学生分组练习

### 1 教师评价

#### 2. 游戏::

师：我们今天做一个游戏，各小组比一比，那一小组最好。

生：议论……

师：同学们大家看过蜘蛛爬行吗？

生：看过……

师：我们做一个蜘蛛爬行的游戏。

方法 规则 学生练习 分析 比赛 综合评价

#### 3. 障碍跑:

师：力争向上是我们的理想，胜利是我们的目标，刚才玩了一个游戏，输的肯定不服气，是不是。

生：是……

师：下面老师再给你们一次机会。重新展示自我。下面进行一组障碍跑……

生：议论，欢呼……

游戏方法 要求 示范 学生探索练习 师生讨论 分析 竞赛 发展评价

#### 3. 结束部分

1 放松练习

1 综合评价

1 下课

五： 教学流程

课堂常规

游戏(踩踩猫)

蜘蛛赛跑

障碍跑(抢运弹药)

享受运动

六： 教学反思：

课改的学习和实践使我领悟到体育教学中出现学生厌学的现象根源不在学生的身上，而在教师的内容和形式上。新体育应关注学生的需要，重视教师的变化，师生不再是某教材某内容的机械实践者，应用教材和资源来完善人，培养人。一切以学生发展为本，这些才是体育课程的最终目标。七年级的学生刚从小学升上来，好动、天真、活泼是他们的本性，表现欲极强，竞争意识非常激烈，游戏作为体育课的一种形式，普遍适用于学生的练习，特别是低年级的学生，培养他们团结协作，相互竞争，相互提高的意识。在本课中，学生的参与性比较强，情绪高涨，发言积极思维敏捷，运用分组对抗法，极大的激励学生的斗志，体现了一个少年自强不息，顽强拼搏的精神。以下是这节课较成功的地方：

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。

#### 小学体育课堂教学反思四：小学体育课教学反思（1549字）

时间过的太快了，不知不觉已经在小学体育教学有1年了，我觉得教学真的不简单，所要面对的事情太多了，但从中也学到一些东西和一些经验，借此上学期上过的“一课三上”总结一下。

我上课的内容是《30米快速跑》，借着这节课，以下的几点，虽然只是从本课中总结出来的经验，但是确是整个教学课堂过程中的一个缩影。

##### 一、利用游戏比赛形式培养健康心态。

游戏比赛在小学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，在本课的游戏比赛中，我采用了踩影子这个竞争性很强的游戏。一些个性较强的学生因不服输而与对方发生争执，甚至拳脚相向，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。最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态迎接新的挑战。

## 二、培养善于接受意外事件的能力。

任何人从事任何事情都不可能一帆风顺，事事如意。同样，学生在体育学习中，也难免会遇到一些困难和挫折，但是，当遇到困难和挫折时候的心态，则决定了学生在面对困难时的各种不同的能力。有的学生在面对困难时往往能够及时地自己分析问题，总结问题，然后自己想办法解决问题；但是也有学生往往面对突如其来的困难时表现的十分茫然，完全不知所措，第一反映就是希望得到别人或者老师的帮助。这就是学生接受意外事实时候的能力差异。而前者的学生正是一个优秀的人所具备能力。我所采用的教学内容是30米快速跑，很多同学在接触这个项目的时候都能够表现出极大的热情，非常愿意参加到这个项目的学习中，但是当我采用听哨声变方向快速跑的时候，有很多学生不能及时变换方向，并且只能跟着其他学生进行游戏。这样不仅有的同学对游戏失去了信心，而且反映慢的同学在变换方向的时候很容易和其他同学发生冲撞，造成一定的伤害。这样，我将反映相对较慢的学生进行了针对性的练习，让学生在不同的刺激下进行不同判断的练习。最终通过强化练习，学生在一定程度上对接受意外事件的能力都有了一定程度的提高。

## 三、灵活运用各种教法和学法。

新课程强调教学过程是师生交往、共同发展的互动过程。在教学过程中要处理好传授知识与培养能力的关系，注意培养学生的独立性和自主性，引导学生质疑、调查、探究，在自主学习中培养独立思考能力，探究学习中培养解决问题能力，合作学习中提高合作交流的能力。《30米快速跑》一课，过去教师一般采用传授式教学法和学生反复练习的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，激发学生模仿小兔跳，然后，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。体育教学方法层出不穷，有情景教学法、愉快教学法、游戏竞赛法、动机迁移法、成功教学法、创造思维法、兴趣教学法等，从而改变单一的传授式教学方法，在教学实践中在灵活运用各种教法和学法，是新课改对教师的基本要求。

## 小学体育课堂教学反思五：小学体育课教学反思（800字）

1、把猜谜、讲故事引进体育课 目前，体育教学方法基本上是教师讲解动作概念、要领，示范，然后学生随教师进行模仿练习，方法单调，吸引不住学生的兴趣，学生的自觉性和主动性得不到充分的发挥。如果采用提问式教学，可收到良好的效果。针对低年级学生喜欢听故事、猜谜语的特点，我在教《前滚翻》时，出了个谜语让学生猜：“两手用力撑，两脚迅速蹬，团身如球滚，展体似雄鹰。”谜语一出，学生的注意力集中了，积极性调动起来了，这样不仅激发了学生的兴趣，活跃了课堂气氛，而且使学生对所学的东西易学易记，从而达到了寓教于学的目的。因此，教师要根据教学内容设计教法，要有选择性和针对性，常变常新，步步深入，始终吸引学生的学习兴趣，进而把教学过程变成学生想学、乐学的自觉行动。

2、做一些集中注意力的练习 由于学生注意力容易分散，上课时往往是“人到课堂心未到”。我们学校是寄宿学校，学生一个星期才回家一次，每逢星期一上课，这种注意力不集中的情况就更加严重，甚至连队伍都排不好。针对这一情况，我根据教材内容，编一些韵律操，配上音乐或指挥学生做反

口令练习、模仿动物动作等各种新颖、有趣的集中注意力的练习，收到了良好的效果。

3、多采用小型竞赛 低年级学生争强好胜，热衷于小型竞赛，教学中可以充分利用他们的这一心理特点。如：当学生掌握快速跑动作后，就可以组织他们进行直线接力跑、十字接力跑；单脚跳可演变成跳进去拍人和斗鸡；投掷小垒球可组织学生打坦克、打飞机比赛，由于比赛激烈，学生就能较好地全身心投入。又如：学生甲在走廊上玩，学生乙在其背后打了一下，只见甲猛一转身，拔腿就追，直到甲、乙两人都气喘嘘嘘地趴在地上为止。此种在操场上屡见不鲜的镜头引起我们的思考：为什么学生在学习起跑时反应就不那么快？为什么学生练习耐久跑时就不能那样卖力？其实，学生在玩耍时都显露出其个性心理特征，如果教学过程能适应其个性，能激发其个性倾向性，那么教学效果就会大大的提高。

## 体育课教学反思篇五

上节体育课，有个学生问我：“老师，跑步时应该怎么呼吸？我怎么老岔气肚子疼呢？”对于呼吸我们课本上涉及到，用鼻和半开的口同时呼吸，一般采用跑2---3步一吸气或呼气的方式，可是岔气怎么预防呢？我只能含糊过去。

回来查了一下资料才知道：

1. 运动前准备活动作得不够，身体处于不完全灵活的状态，容易引起不平衡。
2. 重体力劳动中，如搬抬提举重物时，用力不当。
3. 活动时不会利用深长呼吸，呼吸频率太快，深度不够，使呼吸肌连续过急地收缩，长时间得不到放松。

4. 活动前身体过劳，或长时期没有参加体力劳动或活动而体力不支。

看来对知识一知半解，到关键时刻就不够用了，平时应该加强理论知识的学习是非常必要的。