

# 2023年跳短绳的教学反思 跳短绳教学反思 (实用9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 跳短绳的教学反思篇一

本课教材是小学体育【水平二】的内容，教师根据学生好动、模仿能力强，具有一定的创新意识等特点，设计了以花样跳绳为特色的课时教学，用不同的跳法来引导学生由浅入深、由简到繁，逐步把花式跳绳的基本方法传授给学生，而且使学生在学习的基础上发挥自主创新，分组合作创编出各种新的跳法，培养了学生的创新意识及合作能力。

这节《固定交叉单摇跳》的教学设计，充分考虑到教学策略这一重要问题，对教学过程中教与学做到有机结合，融为一体。教师从学生实际出发，为学生提供自主学习活动的空间。改变原有的教学模式，把新课程理念融入教学之中，将深受学生喜爱、传统枯燥的跳绳教材游戏化，有意识地挖掘和发展学生个性，使每个学生在课堂中都能够充分地展示自己，如：在学会简单花式动作的基础上启发学生大胆创新，模仿老师的新跳法，适应不同体能学生的需求，小学合作、小组展示，满足了多数学生的表现欲，让学生有成功感。

教学过程中采用分层次教学的方法，满足不同层次学生的需求，做到每个学生受益。教师将花式跳绳直观地展示给学生，结合学生身心特点，分层次教学，使学生能够积极主动地参与整个教学活动，真正地体现了学生是课堂的小主人。

教学手段设计合理。教学步骤层层深入，复习——新授——

练习——展示，融入个人练、小组练，相互探讨、相互评比，有利于学生合作学习意识的培养。设计多种游戏（体能大比拼、看谁花样多、看谁跳的快）活跃课堂气氛，增强了他们的自主意识。为学生们创造了一个展示的平台，培养了他们的创新思维能力，张扬了学生的个性，使每位学生都能积极主动地参与学习与活动。

本次课还有待改进的地方，如：学生课堂常规不好，集合速度慢、队列纪律差，注意力不够集中。当然，跳绳是一种耗体能的运动，水平二阶段的学生各项身体素质指标还未发育完全，进行花式跳绳体能跟不上，造成动作僵硬、变形，也属正常现象。在进行教学时，要注意学生身体、生理的实际情况，改进教学方法，消除学生厌学情绪，从而收到更好效果。

## 跳短绳的教学反思篇二

跳短绳是发展跳跃能力的传统性运动项目。在教学中如何调动学生学习的积极性是我首先要突破的'难点。为此我在开始部分和准备部分中设计了一些训练游戏。提高他们参加体育活动的积极性、注意力。教师又在训练中赋予适时的点评、鼓励，学生表现出了很高的学习积极性。

教学过程中从握绳、徒手转动手腕、双手握绳甩动、徒手跳甩、一直到双手握绳试跳，孩子们始终保持着高昂的斗志，而且学习兴趣越来越浓厚，学练积极性也是越来越高，自然，教学效果也是比较理想的。

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，有时做出惊讶的表情，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，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。

热身和放松阶段让音乐教学渗透于体育教学之中，让学生跳舞，调节身心，陶冶情操，恢复身心，师生来一段舞蹈让学生沉静在课尽趣浓的感觉之中。

一节课下来，学生们的收获很大，而我的收获更大。在这节课中我的优点是：

1、教态自然亲切，注意了教法的运用，注意了以学生学习为主体，注意了在学习中自己找寻方法与教师提示相结合。

2、教学目标较清楚，围绕教学目标学生的语言表达能力、意志品质、合作意识、自信心、身体的灵活性等方面都得到了锻炼。

3、课程环节清楚，基本完成了教学任务。本节课的教学也使我找到了自身的不足：

1、作为一名体育教师，专业知识的学习尤为紧迫。如：教学方法、游戏方法、训练形式等。

2、在学生的训练中，如何梯进式练习，如何有针对性指导及指导方法的多样性。

3、对实际教学的预测性备课经验不足。

总之作为一名教师，如何备好一节课，如何上好一节课将是我今后工作的重点和难点。我会把反思作为突破口时刻督促自己改进、学习。通过反省，我以后应该在教学中多下功夫，多创新，象我的热身操和放松操那样新颖，才会吸引学生的注意力，真正达到在体育课中想练结合，乱中有序及创新的效果。

## 跳短绳的教学反思篇三

跳短绳是发展跳跃能力的传统性运动项目。在教学中如何调动学生学习的积极性是我首先要突破的难点。为此我在开始部分和准备部分中设计了一些训练游戏。提高他们参加体育活动的积极性、注意力。教师又在训练中赋予适时的点评、鼓励，学生表现出了很高的学习积极性。

教学过程中从握绳、徒手转动手腕、双手握绳甩动、徒手跳甩、一直到双手握绳试跳，孩子们始终保持着高昂的斗志，而且学习兴趣越来越浓厚，学练积极性也是越来越高，自然，教学效果也是比较理想的。

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，有时做出惊讶的表情，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，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。

热身和放松阶段让音乐教学渗透于体育教学之中，让学生跳舞，调节身心，陶冶情操，恢复身心，师生来一段舞蹈让学生沉静在课尽趣浓的感觉之中。

一节课下来，学生们的收获很大，而我的收获更大。在这节课中我的优点是：

- 1、教态自然亲切，注意了教法的运用，注意了以学生学习为主体，注意了在练习中自己找寻方法与教师提示相结合。
- 2、教学目标较清楚，围绕教学目标学生的语言表达能力、意志品质、合作意识、自信心、身体的灵活性等方面都得到了锻炼。

3、课程环节清楚，基本完成了教学任务。本节课的教学也使我找到了自身的不足：

1、作为一名体育教师，专业知识的学习尤为紧迫。如：教学方法、游戏方法、训练形式等。

2、在学生的训练中，如何梯进式练习，如何有针对性指导及指导方法的多样性。

3、对实际教学的预测性备课经验不足。

总之作为一名教师，如何备好一节课，如何上好一节课将是我今后工作的重点和难点。我会把反思作为突破口时刻督促自己改进、学习。通过反省，我以后应该在教学中多下功夫，多创新，象我的热身操和放松操那样新颖，才会吸引学生的注意力，真正达到在体育课中想练结合，乱中有序及创新的效果。

## 跳短绳的教学反思篇四

周一上午，市教研室来我校检查工作，体育学科教研员葛老师与我们共同进行了一次集体备课。第三节课由我讲了一节一年级《跳短绳》的常态课。

跳绳是国家学生体质健康检测的一项重要内容，对于一年级刚刚入学的学生来说，如果想达到检测标准是非常难的一件事情。为了提高学生的跳绳能力，我提前把《跳短绳》的学习内容安排在了了一年级的教学进度中。从本次课的教学过程和教学效果来看还是可以的，但是从许多细小的环节中还存在许多的问题需要改进：

1、低年级学生注意力集中时间较短，在加上室外课的干扰较大，所以学生的学习状态很难掌控，如果采用情景教学的方法可能更能够吸引学生。

2、在教学过程中课堂组织能力有待提高，可以采取代币奖励的方法鼓励学生积极参与课堂活动，引起学生的学习兴趣。

3、在教学过程中由于孩子们的年级较小，认知能力较低，应采取精讲多练，让他们多模仿的方式组织练习。先让他们将跳绳动作在头脑中形成动作表象，然后在逐步的提高难度，为以后的学习打下基础。

## 跳短绳的教学反思篇五

本次青年教师展示课我选定了《并脚跳短绳》这个体育项目，授课对象为二年级的孩子们。这节课有很多不足：

第一、绳操部分时间过长，教师示范部分动作没有足够标准。

第二、课堂练习时间较短。由于绳操时间用了太多的时间，并且在新授环节语言不够简洁明了，导致学生练习时间较少，也导致教案设计的小组合作跳绳环节没有进行。

第三、在我让学生创新其他跳绳方法的时候，作为老师的我没有引导学生去创新，而是让学生自己来，导致孩子对创新新的跳法积极性不高，课堂气氛也不活跃。

第四、在游戏环节，我设计的游戏为《袋鼠跳跳跳》，二年级孩子“规则意识”认识不到位，游戏应进行两遍，但由于整堂课时间把控不到位，游戏只进行了一遍，没有使学生深刻的理解规则意识。

第五、放松环节本来准备了音乐，但是由于课堂时间把控不到位不是，放松环节很仓促的就结束啦，也忘记了放音乐，学生并没有得到充分的放松。

作为一名非体育专业的体育老师，要学习的东西还有很多。但我认为，凡事不能急于求成，而是一步一个脚印慢慢进步。

通过这次的青年教师展示课，使我在面对学生的时候更加从容淡定，也使我意识到，作为一名教师，要学习的内容还有很多很多，我一定会珍惜每次上课的机会，使自己的课堂更加生动，更加完美。

## 跳短绳的教学反思篇六

化学学科以化学实验为基础，各位化学教师无论运用何种教学方法，都要充分地考虑到这个方面，将实验教学的诸多优点充分发挥出来，借助实验教学法，让学生理解、掌握以及具备相应的化学知识与操作技能，还要激发学生动手实践的积极性，有效地培养他们分析问题思维能力，提升他们动手解决实际问题的化学意识和操作技能。要让学生高度重视理解化学理论和概念，要借助化学实验和相应的教学模型，让学生科学地理解和接受化学概念以及相关理论，要适度地运用讲授法，向学生耐心地解释化学概念和理论，借助形象具体的教学语言，发展和提升学生的抽象思维能力，开发学生在学习化学知识以及掌握操作技能的智力，如此才能更好地使学生掌握和理解复杂多变的化学理论和概念。

### 二、运用具有启发性的化学教学方

在开展化学教学的过程中，广大化学教师要注重引领学生参与到教学和学习中去，让学生明确本节课的相关学习目标，如知识目标、能力目标以及态度、情感和价值观目标，启发学生积极思考的学习态度，培养他们在学习化学知识过程中的积极性和主动性，要在引导学生单独地分析、思考、概括以及判断等丰富多彩的思维活动，全方位地开发和训练学生的化学能力以及智力，更好地吻合新课标所提出的素质教育新要求。

### 三、要符合化学教材的内容和教学目的

对广大初中化学教师来说，无论采取何种教学方法，主要目

标都是为了有效地完成化学教学任务，向学生传授相应的化学知识和理论体，所以化学教师在选择和运用具体的化学教学方法的过程中，要能够制定出符合本节课的相关教学目标和，以合理的方式向学生传授教学内容。初中化学教师要仔细地研究相关教学内容，让学生明确教学目标，以学生的实际学习状况为前提，在此基础上选取和运用针对性强的教学方法，这样才能更好地提升课堂教学实效性，顺利地实现新课标确定的相关教学目标。

#### 四、要考虑学生的实际状况

教学是学生和教师同时参与、共同完成的知识活动，涵盖了教师的“教”以及作为教学活动主体的学生的“学”这两大方面，在此要意识到，学生的“学”占据着主体地位，教师的“教”要服务于学生的“学”。所以对各位初中化学教师来说，在选取和运用各种教学方法的过程中，要能够吻合学生当前的实际状况。首先要能够了解和把握学生在学习化学知识以及习得化学操作技能方面的真实水平，例如学生的认知特征、知识水平、实践操作能力以及接受能力等具体情况，之后按照他们的实际状况，选取和运用合理科学的、让学生理解和接受的教学方法，如此一来，才会最大限度地激发学生学好化学的积极性。

#### 五、注重多种教学方法的灵活配合与运用

从事实上的化学教学来看，通常情况下会出现下列情况：教学涉及面比较广，或者知识比较复杂，单纯运用某种化学教学方法已不能有效地达到传授教学内容，完成教学任务的需要，化学教师在这种情况下要结合具体情况，巧妙地糅合多种教学方法，这样才能获得较好的教学效果。在化学课程的教学过程中，某种教学方法存在着较强的局限性，不能完美地展示相关的教学内容，也无法完成教学任务。在这种情况下，初中化学教师要配合若干种教学方法，使之能够很好地服务于化学教学。在各种教学方法间的彼此补充和科学结合

下，进一步提升初中化学课程的教学实效性。在此过程中，化学教师也要掌握多种教学方法，真正意识到掌握化学教学方法的多元化的巨大优势，科学地理解有效糅合多种教学方法的重大意义以及可能性。他们在选择教学方法的过程中要注重灵活性、合理性以及目的性，坚决不能胡乱地混合教学方法，决不可为追求多元化的教学方法，让学生摸不着头脑，对提升教学实效性以及学习效率造成重大影响。

## 六、结束语

从上述分析来看，教学如何选择教学方法不但能够影响到学生的学习效果，而且也会影响教学实效性，所以，初中化学教师在备课时要充分考虑学生的实际情况，让学生明确教学目标，以多种方式传授教学内容，针对学生的实际状况，灵活选择合适的教学方法，学会运用教学方法之间的组合，启发学生的积极思维，激发学生学习化学的积极性和主动性，激起学生化学学习的兴趣，促进学生思维和智力的全面提升，提高学生的化学学习效率，圆满完成化学教学的任务。

## 初中化学单元教学反思三：初中化学中支架式教学理论的应用

摘要：

相关专家学者通过研究发现，在支架式教学理论指导下进行初中化学教学设计有利于教学效果的提升，能够较好的引导学生开展探索活动，培养学生自主学习的能力. 基于此，本文以支架式教学理论为探究对象，选择初中化学为突破口，首先对支架式教学理论进行相关概述，接着简述了支架式教学理论对初中化学教学的意义，最后提出几点应用建议。

关键词：支架式教学；初中化学；应用

### 一、支架式教学理论相关概述

## 1. 支架式教学理论之含义

“支架”二字原本主要是指建筑业中所使用的脚手架，将其引申到教学领域则可以理解为一种教学的方式. 这种教学方式是在构建主义的基础上提出，在当前学术界对其并未有统一一定论. 本文将支架式教学理论定义为以学习者的需要为基础，尽可能的为其提供帮助并在其能力得到增长之后及时撤去帮助[1].

## 2. 支架式教学理论之特征

第一，教学范围独具特征. 支架式教学实际上就是在最近发展区内开展的教学活动，所谓最近发展区是一个虚拟的、潜在的空间，只有在建构与学习中相邻的挑战时才会凸显出来. 也就是说，在利用支架式教学理论开展初中化学教学时，教师应当首先为学生提供一个有利于引起学生已经具备的认知发展水平的情境，并且对其现有的认知水平造成挑战，以此将新旧知识点之间的连接点、生长点凸现出来. 第二，交流方式独具特征. 支架式教学理论的最终目的是让学习者可以独立的开展学习活动，教师在其中扮演的只是过渡者、帮助者的角色. 因此，教师在运用此教学理论进行教学时往往需要一种师生之间平等、公开的交流方式，对于初中化学课程而言这种交流方式可以是师生对话. 这种对话应当是有效、互动的对话，通过对话的方式教师积极的给予学生引导和帮助，鼓励其自主探索、自主构建.

## 二、支架式教学理论对初中化学教学之意义

### 1. 通过支架式教学，提升教师专业素养

在使用支架式教学理论进行化学课程教学的过程中，由于教师起到的是引导、帮助、促进、合作的作用，改变了传统教学中主宰者、灌输者的地位，在专业素养上可以说是一次挑战及提升[2].

## 2. 通过支架式教学，提升学生综合素养

在支架式化学教学过程中，一般步骤为师生探讨、研究方案、信息搜集、尝试解决问题最后得出结论. 通过这一系列的活动，能够在建立起学习框架的过程中拓展学生的学习空间，并提供了一种学习者共同体的情境，让学生与教师一起把多种多样的知识技能融合在一起，不断地创新、尝试最后得出结论. 这对于提升学生学习兴趣、创新思维等综合素养非常有帮助.

### 三、支架式教学理论在初中化学中的应用建议

#### 1. 利用举例子的方式，巧妙搭建支架

支架的搭建方式较多，教师应当尽可能多的熟练掌握更多的搭建方式，结合学生实际情况择优选择. 利用举例子的方式搭建支架是较为常用的一种. 举例子搭建支架可以简称为范例支架，其往往是使用学习中最具有代表性、最为典型的例子进行. 例如，在学习“氧气的性质”这一知识点时，教师应当首先意识到对于学生来说这是首次对 $O_2$ 这种物质展开完整的认识，并且至此开始今后会继续出现通过 $O_2$ 认识到某一类物质的知识点，如 $CO_2$ 、 $H_2O$ 等物质. 教师在进行教学时候就要注意有效支架的构建，首先教师可以从 $O_2$ 的物理性质、化学性质入手对学生进行引导，通过举出现实生活中一些常见的例子增强学生的体验. 接着，通过实验的方式，引导学生对燃烧现象进行观察并描述，并得出 $O_2$ 和其他物质的符号表达式，如 $4P + 5O_2 \xrightarrow{\text{点燃}} 2P_2O_5$ . 注意尽量让学生体会到科学探究的一般步骤. 在教师一步步的引导过程中构建其支架，为之后的“二氧化碳制取的探究”提供支架. 在利用举例子的方式搭建支架的过程中需要注意例子的选择，尽量选取来自生活实际、贴近学生生活的例子.

#### 2. 利用提建议的方式，构建支架

提建议构建支架的方式主要在学生进行独立探究、合作性学

习的时候运用，一般是在学生遇到困难、瓶颈的情况下，教师将设问的语气转变为陈述的语气，从感觉上来看更加直截了当。例如，在学习“氧气的实验室制取与性质”这一知识点时，学生在进行实验的过程中可能由于操作失误、粗心大意等原因导致实验的成功率普遍较低，无法观察到相应的现象自然也就得出不了结论。针对这种情况，教师应事先对容易致使试验出现失误的关键操作环节、注意事项等做出归纳，在实验开始之前给予建议。比如，需要注意使用的铁丝表面是否有锈迹，如果已有锈迹则必须使用砂纸将其打磨掉；使用的铁丝形状不可为直线型，而应当使其绕成螺旋状等。通过这些建议的提出，构建学习支架，让学生更好的完成实验，提升学习化学的兴趣和热情。总而言之，支架式教学理论由来已久并且在化学学科中作用较为明显。作为一名初中化学教师，应当在不断地实践过程中总结、反思、归纳，更好的利用支架式教学理论。

参考文献：

[1]张炳林，宁攀. 支架式教学法及其在高中化学教学中的应用[j].中学化学教学参考，(4):98.

[2]陈必云. 支架式化学教学设计及案例分析[j].科技信息，(24):72.

初中化学单元教学反思四：构建高效初中化学实验课

### 一、实验让化学课走向高效

激发学习兴趣是展现高效化学教学的目的化学实验能揭示物质世界的无穷奥秘，激起学习兴趣。如第一节化学课上，做一个小实验，向一张白纸上喷洒一种无色液体，纸上出现诸如“同学们!欢迎进入神奇的化学世界”等字样。“小魔术”不仅揭开了化学神秘的面纱，激发了学生的好奇心与求知欲，从而为学好化学，掌握创新方法等营建积极的学习氛围。联

系生活实际是展现高效化学教学的途径。学生有强烈的探索欲望，教师要激发学生学习动机，必须将化学学习与生活相结合，让学生感受到化学与生活息息相关，将学生对化学实验的兴趣转化成为学好化学的稳定动力，并具维持、调控作用。如我们在学习空气时，首先要讲清空气由哪一些气体组成，还要向学生介绍每周空气质量周报，指出大气污染物有哪些，如何治理等，使学生关注社会、关注生活。培养创新能力是展现高效化学教学的愿景。化学实验教学既要重视实验基本操作，更要重视实验原理和思路，以引导学生进行思考和探索。要把实验教学与学生发展需要联系起来，让学生提出假设、设计方案、开展实验、得出结论。教师应不拘泥于教材演示实验的安排，合理地进行一些创新设计，把部分演示实验改为探究实验，从而使学生自主选择仪器、药品，自主设计方案、完成实验，充分发挥学生的主动性，激活创新意识。

## 二、化学实验的分类

趣味实验是实现高效化学教学的先导。趣味实验的奇妙能激发学生学习的兴趣，活跃课堂气氛，引发学生积极思考，为学生学好化学埋下了伏笔。如讲解“石灰石性质”时，以趣味实验“会游泳的鸡蛋”开头：在一个烧杯中倒入适量的稀盐酸，再放入一个鸡蛋。通过一系列的实验，学生自然而然得出碳酸钙的有关性质，教学效果好，学习兴趣也高涨。演示实验是实现高效化学教学的基础。演示实验操作简便、现象鲜明，有较强的直观性与示范性，能使学生在接受新知识的同时，了解仪器及试剂的正确使用方法和操作过程。教师要有意识地引导学生注意实验条件、环节和主要结果，明白操作过程的关键步骤。要引导学生积极思维，发现问题并解决问题，有意识地为他们创造一个良好的“研究”情境。如在演示实验室制取氧气时，可让学生思考除用排水法收集氧气外，能否用排空气法收集，怎样用简单的方法证明收集到的是氧气等问题。引导学生用学过的知识来解释实验现象和结果，消化、理解、巩固所学知识，培养学生的思维能力。探究实验是实现高效化学教学的根本。探究实验能使学生在问题解决的

过程中获得知识、培养能力、习得科学研究的方法，养成良好的科学态度。科学方法的训练和培养，能使学生知道所学知识“是什么”“为什么”“还有什么”，进而解决“做什么”“怎么做”。如做“酸的性质”探究实验时，对盐酸与带锈铁钉的反应，在实验过程中不仅能观察到铁钉表面的锈斑被盐酸所溶解，铁钉表面变得光亮，若盐酸过量，还能观察到铁钉表面有气泡出现的现象。切实加强化学实验教学，不仅能增强学生学习兴趣，调动学生学习的积极性，而且能培养学生创新思维能力，养成学生参与、合作、求真、创新的精神与意识，使学生终身受益，从根本上改变传统的教学方式，让“三维目标”真正得以实现。

## 跳短绳的教学反思篇七

跳绳项目是孩子们成长运动中必不可少的一项活动，不管是在学校还是在生活中经常看到孩子们在跳绳，跳的好与坏暂且不说，就是这根小小的跳绳能带给孩子们无尽的快乐。值得我们去探究，去完善跳绳的方法。

我校根据学校实际情况开展了以“跳绳”为主特色体育项目。全校一到六年级班班有跳绳，每位学生至少掌握了两种以上的跳绳方法。在课间、午间休息时，到处都能看到孩子们跳绳的身影。看到孩子们开心的笑容，是那么的幸福可爱，深深地触动了我，今后的体育教学应怎样上跳绳课，是按教材内容授课？还是不断的创新跳绳的新跳法？思前想后我决定一定要深挖跳绳这项目。

新的跳法，自由结伴注意安全，开始练习。话音刚落学生们活跃起来了，快速的找到伙伴开始练习，看到学习氛围有活跃起来了，我想我的目的达到了，学生的想象力超出了我的想象范围，不一会儿有的学生把握叫过去，老师，看我们两个跳的怎么样，我说好啊，能不能让全班的学生欣赏你们新的跳法？学生愉快的答应了，我立刻鸣笛把全班学生召集过来，看他们表演，看完后很多学生说：老师我们也会几种新

的跳法，我说：你们敢不敢也展示下？“敢”一个一个来，于是在我的鼓励下，好几种新的跳法出来了，铃声这时想起来了，很多孩子还在喊“老师看完我们的在下课好吗？老师下节课一定先让你们展示，看看下节课谁是我们班的创新大王。

课后我反思了下，不是学生不爱玩，是我们扼杀了学生的想象空间。是我们教育者没有尽到义务。今后教学中还要不到的总结经验，不断的完善自我。

## 跳短绳的教学反思篇八

跳短绳是发展跳跃能力的传统性运动项目。在教学中如何调动学生学习的积极性是我首先要突破的. 难点。为此我在开始部分和准备部分中设计了一些训练游戏。提高他们参加体育活动的积极性、注意力。教师又在训练中赋予适时的点评、鼓励，学生表现出了很高的学习积极性。

教学过程中从握绳、徒手转动手腕、双手握绳甩动、徒手跳甩、一直到双手握绳试跳，孩子们始终保持着高昂的斗志，而且学习兴趣越来越浓厚，学练积极性也是越来越高，自然，教学效果也是比较理想的。

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，有时做出惊讶的表情，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，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。

热身和放松阶段让音乐教学渗透于体育教学之中，让学生跳舞，调节身心，陶冶情操，恢复身心，师生来一段舞蹈让学生沉静在课尽趣浓的感觉之中。

一节课下来，学生们的收获很大，而我的收获更大。在这节课中我的优点是：

1、教态自然亲切，注意了教法的运用，注意了以学生学习为主体，注意了在练习中自己找寻方法与教师提示相结合。

2、教学目标较清楚，围绕教学目标学生的语言表达能力、意志品质、合作意识、自信心、身体的灵活性等方面都得到了锻炼。

3、课程环节清楚，基本完成了教学任务。本节课的教学也使我找到了自身的不足：

1、作为一名体育教师，专业知识的学习尤为紧迫。如：教学方法、游戏方法、训练形式等。

2、在学生的训练中，如何梯进式练习，如何有针对性指导及指导方法的多样性。

3、对实际教学的预测性备课经验不足。

总之作为一名教师，如何备好一节课，如何上好一节课将是我今后工作的重点和难点。我会把反思作为突破口时刻督促自己改进、学习。通过反省，我以后应该在教学中多下功夫，多创新，象我的热身操和放松操那样新颖，才会吸引学生的注意力，真正达到在体育课中想练结合，乱中有序及创新的效果。

## 跳短绳的教学反思篇九

通过学生动操作和老师的点拨、启发，让学生从中发现规律，获得“按比例分配”的感知，为分散难点起来承上启下的作用。

设计“猜想——尝试——讨论——归纳”的教学程序进行例题的教学。组织学生操作、讨论，引导学生动脑想，动口说并进行归纳总结，调动全体学生积极参与探求知识的全过程，促进学生思维系统性的发展。

在解答应用题的时候，通过鼓励学生对同一个问题积极寻求多种不同的解法，拓展学生思维，引导学生学会多角度分析问题，从而在解决问题的过程中培养学生的探究能力和创新精神。

在巩固练习阶段，安排了多层次的练习，由浅入深来巩固和强化新知识。正所谓“学以致用”，举一反三和不同的训练方式调动全体学生的积极性，既检验学生的学习情况，又可以巩固学生在本节课所学的知识，更为不同的学生谋得了不同的发展。例如：“黄金比”开放性知识习题，解题方法多样，为学生提供了思维发展的空间。真正体现了人人学习有价值的数学，不同的人数学上得到不同的发展。