

# 最新一分钟跳绳教学反思 跳绳教学反思 (汇总8篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 一分钟跳绳教学反思篇一

本节课的教学内容是两位数减两位数退位减法的笔算。这节课是在学生已经掌握了两位数减一位数退位减法的口算，以及两位数减两位数不退位减法和两位数加两位数加法的基础上进行教学的。

本课，首先由复习旧知入手□ppt出示 $53-8=$ ， $21-9=$ 。让学生回忆两位数减一位数的退位减法的方法“借一当十”。使学生在学新知识时有了生长点，能够联系已学知识，起到正迁移的作用。

新课教学时，通过提问学生你是怎么计算的？引出学生的多种算法：分步口算，摆小棒，拨计数器，列竖式计算等方法。体现出算法的多样性。下一步组织学生通过同桌合作摆小棒和拨计数器的方法，验证自己的算法，更进一步用直观操作来感知退位减法的方法“借一当十”。最后一步，通过引导学生观察多种算法的共同性，发现这几种的算法的精髓都是“借一当十”。引出列竖式计算是简单有效的算法。指名板演竖式计算，进而指导学生列竖式计算的方式和方法。使学生达到掌握竖式计算的教学目标。在评价方面：做到了师生评价、和生生评价。

本课需要改进之处：

1. 在数学教学中，注意数学语言运用的规范性和严谨性。从3捆小棒中取出2捆，应表述为：3个十减2个十。强调位置值，给学生灌输位置值思想。
2. 在组织学生进行摆小棒的操作活动时。指令要明确，引导学生有序的进行合作活动。搜集强化课堂秩序的方法。
3. 在以后备课中，应充分挖掘教材所设计的练习题意。练到讲到习题的设计的意图。

## 一分钟跳绳教学反思篇二

跳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，如何活跃课堂气氛是我首先要突破的难点。在跳绳教学过程中我发现大部分学生拿着绳子站着不动，有的学生将绳子放在地上跳来跳去，有的学生练习前摇双脚跳非常的吃力，有的学生原地跳的非常好，为此我就号召同学们从自己的基础练起，按基础的不同分组，设置不同的要求，6人为一组，共6组，设立小组长，学生在小组长的带领下积极的练习，兴趣昂然。学生在教师的评价中充分感受到一份成功的自豪感和愉悦的情感，他们活动得愉快、轻松、自信积极。学生表现出了很高的学习积极性。

为了突破本节教学重点双手交叉编花跳。我在基础部分的设计中以激情引趣的方式让学生通过展示他们所掌握的各种不同的跳法，从而引出本节教学重点“单编跳”。当学生看到他们的同伴双手交叉编花跳得那么好，早早已跃跃欲试。再听到教师激励性的话，学生们都迫不及待的尝试起来，但绝大多数学生失败了。此时正是提示方法的有利时机。为了培养学生的表述能力及互动、合作学习的意识。我邀请会跳单编的学生说出跳单编的技术要领。学生们听完后又纷纷尝试起来。经过多次的尝试个别学生学会了单编跳的动作要领，但大多数学生仍旧焦急的练习。这时的学生渴望有人能帮助他练习，看到他进步。于是我解决完在练习中学生们纷纷提

出的各种问题后，针对学生不会双手交叉跳，不会连续跳等问题，为学生们创设了小组互助合作学习的氛围。

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、在教师引导下有目的的分组练习给学生搭建了展示才能的舞台，培养了学生的主动参与意识、自我管理能力和合作精神，使他们能充分享受到学习活动的乐趣。

2、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。

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。

## 一分钟跳绳教学反思篇三

天气越来越冷了，户外活动显得尤为的重要。保持上下午的户外活动时间不仅可以帮助幼儿增强体质，锻炼身体，也可以在这个寒冷的冬天里带来一丝温暖。

根据大班幼儿的生理特征的需要，这学期我们主要加强幼儿的跳绳方面的能力，不仅在户外活动的时候帮助幼儿学会并熟练跳绳，也和家长配合，共同努力。一开始，幼儿对跳绳比较陌生，充满了兴趣，晨间锻炼的时候乐在其中。对于跳绳的练习，我们老师先让幼儿自己摸索跳绳的技巧，在摸索的过程中锻炼身体。经过几次的锻炼后，部分幼儿已经能够熟练又快速的跳绳了。但是仍有部分幼儿还没有掌握跳绳的

技巧。这个时候我们便会进行个别指导和交流，鼓励幼儿不断的练习。

在一次锻炼中，一向乖巧懂事的姚奕儒小朋友哭了起来，我很诧异也很奇怪。便急忙上前询问为什么。但是姚奕儒小朋友仍然不说话。这时我就会猜测她是不是不好意思说？还是另有什么原因？于是我一直在不住的问她为什么。可是仍然不说。经过我多番的询问，姚奕儒小朋友终于说出了原因：“在家的的时候婆婆不让她跳，所以她一直都不会。”

了解事情的真相后，我对她说没有关系，我们慢慢练，于是我教她练习的技巧，耐心的帮助她。后来又经过和小朋友家长的沟通后，在家长的配合下，很快姚奕儒小朋友掌握了跳绳的方法。

通过这个事情我了解到对待小朋友要耐心，细心加关心。首先要了解她的性格才能针对性的进行相应的解决方法。在经过的教学活动中，发现问题要善于和幼儿沟通了解，引导他们变得自信、大胆、独立，把自己的想法表达出来。我们也要学会多和家长沟通，共同努力解决问题。

## 一分钟跳绳教学反思篇四

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。

跳绳是小学生十分喜欢的一种体育活动，通过“以绳练跳”使学生掌握多样式的跳绳方法这是必要。同时，为了活跃课堂的教学气氛，我让学生两人一组结对，以比赛的形式，相互激励，使学生达到“练跳”的目的，既可收到良好的教学效果，又可促进学生身心的发展，提高学生的弹跳能力，灵敏性、协调性等。

我在教学《跳短绳》一课，采用传授式教学法、学生创新方

法、学生反复练习、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。

在教学过程中要处理好传授知识与培养能力的关系，注意培养学生的实践能力，引导学生质疑、调查、探究，在自主学习中培养独立思考的能力，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。

## 一分钟跳绳教学反思篇五

本课在教学组织上充分利用学生爱动好玩的天性，抓住其心理特征，激发兴趣，调动积极性，树立自信心。为了让学生在玩中学知识，巧妙地布置数跳绳的次数及谁多谁少，自然地引入本课内容。这样学生兴趣高，下面的教学自然就容易多了。

怎样使学生想算理、找方法，充分发挥其潜能呢？出于这样的考虑，我进行新的教学实验，充分利用学生的天性——好动好玩的特性，让他们根据自己收集的实际数据，在“玩”

中来比多比少，然后教师收集与教学有关的数据，请他们帮忙算，以显示其聪明才智，挖掘潜力，充分利用学生的“玩”来达到教学目的，起到较好的教学效果。学生在这种轻松自在的“玩”中互相探讨，相互启发，得出算理，掌握多种计算技巧。这样，既培养学生的团结合作精神，又培养他们的竞争意识，使他们的潜能被唤醒，内在的个性得到展示，发展了推理能力、想像能力。

想，而是他们自己“玩”、自己“比”，试想在这种“玩”中谁能说他们没有“思考”呢？同时还尽可能让学生发表自己不同的意见，把时间真正地还给学生。从侧面还可以看出，学生的数学知识是通过自己主动建构起来的，而这一点恰恰是教师在引导学生“玩”的基础上建立的，改变了以往的“教室安静、学生坐好、教师讲好”的教学模式，在这里学生是主体，他们自由地“比”“争”。在这种热烈的氛围中，锻炼学生的口头表达能力，为今后自编应用题或应用题补条件填问题的教学埋下很好的伏笔。因此，在“玩”中学数学，既能培养学生的个性，又能发展其思维，也充分体现学生自主探究合作的精神。我认为这是每个教育工作者孜孜以求的教学方式。

## 一分钟跳绳教学反思篇六

整堂课，我觉得以下几点自己是做得好的：

- 1、注重与生活的联系，从学生熟悉的跳绳情境出发，引发学生学习的兴趣，让学生感受数学源于生活，又应用于生活的理念。
- 2、注重培养学生的观察能力和发散思维。本课通过让学生自主观察、思考“跳绳”一图，列出合适的加法算式，并让学生解释算式表示的含义，关注到学生的思考过程和语言表达能力的培养。当学生只能说出一两个算式时，我加以引导和鼓励，激发学生从多个角度入手思考问题，想出更多的算式。

3、在课中，我插入了“比手势游戏”，创造了融洽、平等的氛围，促进了学生对教学目标的掌握，到最后，学生都学会了拍手、比手势游戏，并能解决一些简单的问题。

不足之处：

在课堂提问方面要注意指向明确，提问简洁准确。在讲授的过程中，也要注意语言的简明性。

## 一分钟跳绳教学反思篇七

这一次我一直在跳绳的一段体育反映，我是单系列跳绳教学的第二年，跳过是跳跃传统运动的能力的发展。在教学中如何动员学生的热情学习，使我首先突破困难，为此我在开始准备和准备一些训练的一些比赛。如：报告更快，积极和消极的话，动员学生的热情提高他们的注意力。

为了突破本课的教学重点交替手和臀部，我在设计的基本部分以一种激情的方式让学生通过显示他们掌握的不同的跳跃方法，这导致了焦点本课的单跳跳跳看到其他学生跳得这么好，有些学生长期以来一直不耐烦，在我的鼓励下他们必须跳，但绝大多数学生都失败了，这次我建议一个好机会，我展示他们并解释他们，他们被分成小组，互相学习彼此，学生在学习自己的优势，进步已经展示，并建立坚强的意志品质和良好的合作学习态度，以更好地发展学生跑步，跳跃的灵活性和合作意识，我在基本部分设计的鹰抓小鸡游戏，学生在巡演经验的集体活动的快乐，我们收获了很多教训，我的收获更多。

1. 教导自然亲切，注意使用教学方法，学生应学习为主体，注意安全问题的实践。

2. 教学的目标应该是清楚的，已经行使了语言技能。

3. 缺乏专业知识，教学方法有待改进，缺乏教学预测教学准备。

总之作为实习老师，如何准备一部分体育课？如何良好的身体课？是我未来工作的重点和困难。我将反思作为一个时刻来监测自己的改进，学习。

## 一分钟跳绳教学反思篇八

本节课教学认真贯彻新课程标准指导思想，树立“健康第一”的教学理念，以学生发展为中心，重视学生的主体地位，培养学生创新精神和实践能力。跳绳是很好的锻炼项目，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。在本节课的教学中，改变以往的单纯用绳子来进行单摇、双摇、双人跳、跳大绳等等，而是以跳绳作为主线索进行快乐的游戏。

在一节课的教学中，通过“过关”、“抓蛇尾”、“拼图”这三个环节，让学生在玩中学、学中玩、玩中练、玩中创，充分感受自主与合作的乐趣。教学中注重对学生能力的培养，特别是在“拼图”这个环节中让学生自己结合成小组，以运动场作为“画板”，跳绳成为手中的“画笔”，充分发挥自己的想象力，给予学生自我思考、合作学习的时间，让他们互相学习，互相交流，提高自身思维、判断能力，开发自己的大脑。

一节课下来，学生们在学习中感受到了乐趣，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，改变了以往的教师“教”而是注意了以学生学习为主体，真正成为学生“我要学”。

- 2、教学目标较清楚，围绕教学目标学生的意志品质、合作意



识、自信心、想象能力等方面都得到了锻炼。

本节课的教学也使我找到了不足：

- 1、有三名学生跳绳工具没有准备，不能投入到教学中，从而不能很好的感受到学习的乐趣。
- 2、还有些小组的成员不愿意主动和伙伴配合。在对学生合作意识上要加强引导。