

2023年小学体育走跑交替教学反思(优质5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为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。

小学体育走跑交替教学反思篇一

在初一体育教学中，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。

初步掌握投掷方法，通过多次重复练习，让学生找到掌握正确技术动作的感觉，才能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，最终达到合格标准。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。

根据学生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，教师要充分利用初一学生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，针对学生生理和心理特点。

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。教育是知识创新，传授和应用的主要基地，也是培养创新人才的摇篮。由此可见，让课堂充满创造力，促使学生产生兴趣，调动他们的学习热情。必须着眼学生，从学校实际出发，下面略谈下我的一节初一篮球课。

小学体育走跑交替教学反思篇二

本课以“快乐体育，健康体育”为总的指导思想，全面引入素质教育这一新的教育理念，突出以人为本，以学生为主体，让学生在整個学习过程中感受运动的乐趣。通过游戏的教学，激发学生的学习兴趣，逐步增加游戏的难度，进一步提高学生跑的能力，协调性及团结协作精神。教学内容上选择遵循增进健康体质的原则。

首先，在准备活动中先进行了蛇行跑，给学生一个新鲜的感觉，然后是关节活动，接着进行了游戏“贴膏药”，来提高学生的学习兴趣，效果甚佳，锻炼了学生的反应能力和身体协调性。新授课开始采用了提问的方式：“同学们在电视上看过nba的比赛吗？看过他们眼花缭乱的传球和行云流水的配合吗？”学生有的回答看过，有的说没看过，我又说：“篮球运动是一个集体项目，进攻是通过五个人相互配合来完成的，要达到默契的配合，比赛的胜利，就要掌握好传球这项基本功，今天，我们就来学习篮球的双手胸前传接球技术。”通过这样的情景创设，来提高学生的学习兴趣，之后又进行了游戏“营地抢运”，这是一个分组竞赛的游戏，通

过这种游戏教学，培养学生注意安全、相互鼓励和团结协作的集体主义精神。下面就以上几点谈谈本人上完课的反思：

通过课堂教学反映：“在教学中存在学科的特性体现不够充分”，体育学科应突出教师的主导和学生的主体重在教师的“语言信息”，让学生围绕“语言信息”中的提示来完成各项练习。在教学设计上要对传统的体育教学进行“扩展、从组”，在基础上去改革，去发展。比如：传统的体育教学重视教师的主导作用，讲究教材的合理搭配，注重课的结构、运动量、密度的科学性等等。我们不仅要统统继承，而且要研究怎样从实施素质教育的角度来赋予新的内涵。

多抓住课中教学的“点滴”和关注学生的“闪光点”，提倡教学的开放性让学生在教师“语言提示”中发挥自己的“优点”，让学生体验体育的真正价值，让学生在快乐的体验中获得最佳的发展。

平时多上网查阅体育课程的最新动态，多向有经验的教师学习，多参与课程改革实践，在实践中不断反思和总结，调整自己的教学策略从而扬长避短，形成自己的教学风格。

总之，通过这次教学活动，为我今后的发展，指明了努力的方向，是自身教学质量的飞跃。

小学体育走跑交替教学反思篇三

小学篮球教学中注重培养学生的学习兴趣，由兴趣入手激发学生积极参与篮球教学活动的全过程，对学生身体素质、心理素质、个性和能力的发展具有积极作用。教师乐教，学生乐学，愉快的篮球运动练习会提高学生学习兴趣。教学中寻求各种教学手段，不断采用新颖生动的教学形式刺激学生的胃口，做到寓教于乐，寓教于练，使每个学生都体验到篮球学习的快乐，在身心愉悦的氛围中促进动作技术的提高。本节课通过教师情景的创设，使学生带着问题去游戏；从问题中

找到篮球运球的方法。

课堂回顾：在进入课的准备活动时，我首先带领同学们做了几节篮球操，利用篮球是同学们身体各个主要关节得到活动。做完操后我又问同学们你们玩过呼拉圈吗？玩过呀！老师，我也玩过！好，那你们看这是什么？我把呼拉圈拿在手里，高高地举在头上。老师可以在脖子上转，在腰上转，还可以在腿上转老师，我也行。同学们争先恐后，有几个甚至要过来试试，我急忙又问那你们能不能像转呼拉圈一样，用手使篮球在脖子、腰上、腿上转呢？话音刚落有几个同学已经开始练习了，老师，您看我练得好不好！老师，您看我呢？同学们练得热火朝天，几分钟后，随着我一声哨响，练习结束了。今天，我们继续学习运球技术，大家分成两组在东西半场的三分线内运球练习。同学们每人一个篮球迅速的来到了自己的场地开始练习，还没有多大一会儿，一个同学就气冲冲来找我了老师，他不给我让道儿，我向前运球他把我球给碰出界了老师，张苑也把我的球给碰出去了。老师，我也是老师不大一会儿我身边聚集了十几个同学，我一看这正是一个好机会，于是终止了所有同学的练习。大家过来一下！同学们，为什么有这么多人球被碰出界了？老师，人太多了，地方太小了。老师，我觉得地方大一点就好了。我用手轻轻的摸了摸了他们的头，说：那么咱们有没有办法呀？同学们一下子安静了，好像被我的问题难住了，那你们再去试试，同时想一想，怎样避免相撞？同学们兴趣很高，都积极去寻找答案了。

几分钟，有几个同学兴高采烈跑到我的面前，老师，我知道了！我遇见其他同学马上停下来，然后转身向后再接着运球！老师，我是直接运球向后退我是用急停，然后等他过去了我在过。老师，我是改变方向从他左面过去的。好！同学们非常聪明，运用的方法都非常好，今天，我们学习最简单、最合理的方法之一体前变向运球，大家想不想学？想学！我开始介绍体前变向运球的基本技术。基本的技术大家已经了解，可怎样练习动作，我还没有想好，同学们是否能帮我想想办法，完成练习？好的！那么下面大家自由分组，小组讨论练习方法。

我从这个组走到那个组，听着每个小组的讨论，小组讨论激烈，有的三五成群埋头沉思、研究，有的进行激烈争论，还有的已经指挥本小组练了起来同学们，我发现每个小组的方法都非常好，都有各自的特点，大家想不想把本小组的方法和其他同学的比一比呀?想!那好，哪一组首先展示?同学们互相评价优点与缺点。老师，我们组先来，我们是运球行进，快要相撞时各自变向避开一个同学向左一个同学向右第一组的同学先说了自己的方法。第二组的同学也争先恐后，老师，他们的动作有一定的危险，容易相撞，我们用同学做障碍，依次过障碍运球变向练习我们的方法好!我们用折线运球法第三组的同学说着自己的方法。我们用我看着同学们这么热情这么投入也深受感动，同学们，你们的方法都很好，那么咱们可不可以借鉴一下其他组同学的方法进行练习。好呀!那么你们选择自己喜欢的方法和老师一起进行练习吧!

通过这次课的学习，大部分同学在游戏之中接触了篮球运动不可缺少的变向运球，整节课同学们始终处于较兴奋的状态。学生活动积极，课堂氛围热烈，学生真正的成为了课堂学习的主人。

教学反思

新的课改要求：牢固树立主体意识，充分调动学生参与意识。正如一场戏剧，学生为主角，教师就应为导演，戏剧的好坏直接取决于导演是否使主角按照自己的思维，深入剧情，自觉、主动的进入角色，完成戏剧。本次课以凸现主体与主导地位为着手点，改变过去，一言堂模式(即讲解-示范-练习-再讲解-再练习)，使学生在实践中自己发现问题，自己动手解决问题，最后去指导实践，走一条实践-发现问题-解决问题-指导实践之路。兴趣是最好的老师。浓厚的学习兴趣，是学生主动学习的心理前提。本节课以如何运用各种灵活多样的教学方法，激发学生运动兴趣为重点。本节课采用的是困难法不同的教学阶段设置不同的困难，使学生在克服困难(问题)中解决问题，在实践中掌握知识。首先，在小型的场地进

行运球练习，会出现人、球互相碰撞的情况，如何避免碰撞，直入主题，激发学生兴趣。再有，讲解、示范动作，使学生建立基本技术概念后，教师提出有困难请求帮助，老师有不会的请我们帮助?!学生感到新奇与激动，更加激发好胜心理，学习的热情空前高涨。最后，要求学生把自己成果展示给其他同学，既加强自我总结的能力，也提供了自我表现的机会，学习的热情达到高潮。

小学体育走跑交替教学反思篇四

篮球运动是广大青少年喜爱的球类项目，主要发展学生跑、跳、投等基本活动能力，提高灵敏、速度、耐力等素质以及动作的准确性、协调性，同时可以增强呼吸、循环、消化等系统的机能，以及培养学生勇敢顽强、机智果断、胜不骄、败不馁的优良品质和团结一致、密切配合的集体主义精神。

篮球的运球，是篮球运动最基础的动作之一，在小学低中段已多次出现，但由于学生练习强度和密度以及兴趣的原因掌握的程度却并不是很理想，特别是手型和球感上。

学情分析

小学生、尤其是六年级的学生正处于身心发育的重要时期，活泼好动，对事物有一定的了解且充满好奇，有较强的模仿能力，有一定的运动能力;六年级男生喜爱上体育课，尤其喜爱上球类项目的课，但大部分女生对球类特别是对抗性较强的篮球运动却羞于出手或是心存顾虑，虽然在之前低年级时候学生对运球有一定的学习和练习，但在手型动作上还存在着较大的问题，结合以上两点考虑我决定采用降低难度、采用多角度新方法的教学手段来激发学生的学习积极性，从而使得学生的运球能力有所提高，学会如何的运球练习。

教学目标

1. 参与认知目标：提高学生对篮球的兴趣及认识，了解篮球的部分相关知识，识记并说出行进间运球的具体方法，培养积极参加体育活动的意识。
2. 技能目标：通过各种形式的练习，提高学生的篮球运球水平，同时发展学生的上、下肢力量和协调能力。
3. 身体目标：通过练习提高学生的速度、灵敏、肌肉力量等素质。
4. 心理和社会适应：通过各种形式的练习，培养学生创新、合作精神，展现学生青春的活力，增强竞争意识、团队精神、表现意识。建立良好的人际关系，增强学生的自信心。

教学重点和难点

1. 重点：手腕控球、运球时手触球的部位。
2. 难点：上下肢的协调配合，全身协调发力控制球的方向

教学过程：分四个部分1、开始部分；2、准备部分；3、基本部分；4、结束部分。

小学体育走跑交替教学反思篇五

- 1、整堂课都将学生的安全健康放在第一位，采用“先学后教”的学练模式和“三步节奏”教学法，充分发挥教师的主导作用和学生的主体作用，努力营造良好的学习氛围，让学生在 学习过程中享受篮球运动带来的快乐，增强学生的合作、探究精神，培养学生自信心。始终在一个轻松、快乐的氛围中得到学习。
- 2、整堂课教学流程十分清晰，环节完整，学生的练习密度和强度适中，教师临场组织、指挥得当，学生的自主学习、合

作探究效果较好、达到了预期的目标。

3、在课的准备活动部分，由课代表带领完成。进行慢跑既培养学生的组织能力，又起到了很好的热身效果，也为接下来的分组练习学习的组织打好了基础。

4、在导入部分，改变了以往教师直接讲解示范的模式，而是设计了一个巧妙的环节：让学生每组推举出在”先学”过程中的一位“三步上篮”动作做的比较好学生和有一定篮球基础的学生，几位学生用同一篮球进行上篮的展示，结合教师的示范，让学生进行评议，第一、第二、第三步分别有何要求？从而总结出“三步上篮”动作要领：

一大二小三高跳、提肘屈腕要记牢；

身体凌空球出手、投篮碰板准又妙；

通过这个环节，既让学生直观地了解和认识了三步上篮的作用及学习的要领，也很好地激发了学生学习和探究的三步上篮的兴趣。

5、在突破课的难点方面，一方面遵循球类教学的基本规律，采用“先徒手、后有球”的学练模式，另一方面根据三步上篮的技术特点，采用“三步节奏”教学法，采用原地跨步、运一次跨步、运二次跨步、运多次跨步、分解教学，逐步攻破。这样既克服了学生畏惧的心理、又很好地降低了学习的难度，便于学生更好地学习和掌握动作。

6、在分组学习过程中，我分别用了异质分组和同质分组及分层教学法，教师不仅注重对运动技能掌握学生的练习频次，还注重对未掌握技能的学生得到重点的指导，以使每个学生掌握技术动作。通过安排技术掌握较好的学生指导小组的学练、要求小组间学生互帮互助、共同学习、安排学生以小组为单位进行展示等，既很好地促进的运动技能的掌握、也培

养了学生的团队意识和勇于竞争的优良品质。也达到了“会的不教、不会的教”教学精神，大大提高教学效率。

7、在纠错练习中，我安排了助跑摸高，分层教学，我用可控高度的排球，篮网、篮板、篮筐设置不同的目标，提示学生永攀高峰，并做到触手可及，让每个学生都有成功的感觉，大大提高了学生的练习兴趣，达到了预期的效果。

1、由于采用“先学后教”的学练模式和“三步节奏”教学法，将三步上篮的完整动作分解为多个简单的动作进行徒手和有球的练习，对导、展、议、评、点的每个环节的时间把控不是太准，教师对每个步骤的学练情况了解的不够充分、指导的不够全面。

建议：深入了解学生的学习能力，大胆打破常规的思维模式。根据学生掌握知识的能力，适当将一些分解步骤进行合并，精简练习步骤，延长每个步骤的学练时间。

2、当代学生学习知识的途径很多，有些学生可能在课前都已经掌握了三步上篮的技术，教师在教学时虽然考虑了让这部分学生担当技术指导、负责各小组的学练，但在技术的提升上没有制定更高的目标，导致这些学生的技术在本次课中没有得到很好的提升。

建议：对于技术较好地学生，要充分发挥他们体育骨干的作用，不仅要让他们在一旁组织、帮扶，还应该给他们提出更高的目标，让他们参与到学练中去，通过自己不断地完成正确的动作，在提高自己运动能力的同时，给每位同学留下更直观的印象，便于其他同学更好地去模仿学习。

“先学后教”的体育教学模式是一个不断学习和积累的过程，也是一个反复实践、反思、改进、提升的过程。我在以后的工作中，将会严格要求自己，努力把每个知识点都按照优质课的标准进行准备、设计、实施，并及时进行反思和总结，

努力积累丰富的教学经验，让更多的学生都能够在一个快乐的氛围中轻松地掌握知识，提升技能。

3、在技术动作方面

(1) 学生在学习跨步持球上篮时，时常会迈错脚，导致跨步动作投篮手配合不协调动作。建议出现动作不协调时，多练习单脚起跳助跑摸高，自然体会动作要领，强调动作的规范性与协调性。

(2) 学生在学习跨步持球上篮时，重心过高，导致跨步动作有点像跳步动作。因此，在动作要领的讲解中，多注重细节，强调动作的规范性与整体性。

(3) 学生展示、练习过程中过程中人数有些偏少，应尽可能的把各小组不同情况的学生逐一给学生提供展示与交流机（至少在小组内有一次展示和教师好评价），以使之学生终身受益。