

2023年沿直线跑教案(通用9篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？以下我给大家整理了一些优质的教案范文，希望对大家能够有所帮助。

沿直线跑教案篇一

课堂教与学的效率是关键。在课堂上应合理组织好内容，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，影响学习效果。

要跟学生保持适当的距离。这一点开始我做得不好，跟学生走的太近，不利于老师在学生心目中的威严形象，不利于教学。教学中应注重“教”与“玩”的结合。低年级的小学生，理解能力和应用能力都比较差，在教学过程中，我常常会遇到自己讲的头头是道，学生却似懂非懂的情况，因此在教学中必须将“教”同“玩”结合起来，同时通过做游戏等趣味活动来启发学生理解教学内容，做到潜移默化，当然课堂纪律问题也不容忽视，因此应特别注意以下几点：

- 1、队形、队列：这是培养学生正确的身体姿势和加强纪律性的手段，是小学教学的重要一环。如何使之专心致志，排除一切杂念，这是教师所采取的手段。有时同学出现的顽皮，不遵守纪律的现象是由好动而动得不适时产生的。针对“好动”这一天性，我注意加强课堂常规教育和训练，逐步发展他们的自制力；同时，还有意识地加强一些集中注意力的练习，随时把他们的注意力引到正确的道路上。这样才能达到教学目的，完成教学任务。当然，训练队形队列，同学的步伐，精神饱满与否和教师的口令和生动的启发性语言有关，

因为学生最敏感，对老师的表情最易感染，老师要起表率作用，单调和枯燥的项目，学生就不会持久，尽管一般不超过十分钟，但由于“疲劳”的出现，自然会导致不守纪律的现象发生。对这项，今后一定更要重视。

2、游戏：可以使体育课生动、轻松，具有吸引力，激起学生的学习兴趣 and 热情，使之灵活运用走、跑、跳、投掷等基本技能，在竞争中得到锻炼，同时也培养了学生勇敢顽强的作风及团结互助的优良品质，思想和技术双丰收。随着教改的深入，我认识到要把游戏教学搞好，必须先吃透教材，了解孩子们的心理特点，从而抓住实质，提高效率。其次是发挥教师的主导作用和教学艺术，处理好教与练的关系。虽然才上了一年的课，但对他们的脾气也不尽掌握，因为“好胜”竟会奋不顾身地只顾荣誉而不管安全。为此，得总结教训，从热爱学生出发，重视安全教育，加强保护工作，严防伤害事故的发生。

室外课接触面大，极易受周围的人和事的暗示，有时竟会不加选择地模仿他人动作。这主要是学生的活动自觉性、持久性差的缘故，往往是受环境感染而不是他们的自觉性，有的则表现为任性、执拗，不守纪律由自然变为习惯，这就难了。粗暴的训斥不是根治的办法，用软的“哄”虽是办法，但他们有时也会无动于衷，好像都会伤害他们的自尊心。如何处理课内出现的的调皮生，这是比较头疼的问题，“调皮”种类不胜枚举，转变也快慢不一：有的一经暗示即改的；有则当众点名才改；有的前者无效，须出列“反省”。“反省”时有的知错，红着脸，甚至掉眼泪，这种有“救”。有的还变本加厉，嬉皮笑脸，像这种同学下课后须请到办公室进行开导、教育，必要时和班主任老师一配合，会达到良好的效果。今后我要以记促思，以思促教，每天反思一点，每天进步一点，引导自己在不断的在反思中成长。

沿直线跑教案篇二

优点：导入的主题选的不错，学生都非常感兴趣。课堂流程比较清晰。

缺点：

容量太大，知识落实不实。导入时间过长，占用时间太多。学生指导不到位，小助手的作用没有充分发挥出来。学生学情分析不到位。

对于学生的学情，应该引起自己足够的重视。其实这也反应出自己平时教学落实不到位。因此要加强日常教学中知识、技能的落实。同时，也有必要做一些检测。不然，对于学生的学习就是一本糊涂帐。不知道哪些学生掌握了，哪些学生又没有掌握。《小学体育教学反思：奥运知识》这一教学反思，来自网！

沿直线跑教案篇三

新课标指出，倡导学生主动参与、乐于探究、勤于动手，培养学生收集和处理信息的能力、获取新知识的能力、分析和解决问题的能力。本课的一个重点是改变学生在课堂中的角色，使其真正成为学习的主人，由被动接受为主动探究。如引导学生体验玩绳，教师示范简单的玩绳方法，然后提出精彩的玩绳方法来自大家，给学生足够的时间和空间进行探索。教师则巡回观察、指导、鼓励、帮助，让学生更加有信心完成动作。最后，教师通过让学生讨论、互评、表演评比的形式在全班同学面前展示，使整堂课充满了欢声笑语。在本课教学中，教师开始的示范，实际上是对学生的引导，提出“要求”实际上是给学生设置学习目标，学生则围绕这一目标展开了自主的探究和创新。在这个过程中，学生情绪高涨，积极参与，创新的潜能得到了充分发挥。因此，只有我们体育教师坚持从实际出发的原则，使学生的主体地位得以

落实，才能使体育课程在促进学生心理健康水平的提高和社会适应能力的增强方面发挥更大的作用。

在传统的体育教学理念下，体育器材的作用仅仅是教学内容的辅助教具，如看到垫子就要练习滚翻，看到垒球就要练习投掷等，而新课标提出要利用和开发器材资源，来促进体育教学的改革。这就需要体育教师发挥创新精神，合理利用和开发体育资源。一次课中，我合理地利用和发挥器材的多功能性，确立以绳子为中心，提出明确的练习目标，突出“玩”字，让学生的思路始终围绕绳子而进行，从而激发了学生练习的积极性和创造性，达到身心协调发展。从玩绳器材创编的成功我们可以看到，玩绳可以一组一条绳子，也可以两条，甚至可以每人一条。不同数量的绳子，都可以玩出不同的水平。同样在其他常见的器材中，只要加以开发，也能成为学生的好朋友。如垫子，我们可以开发出推小车、作为跳跃的障碍高度等；如垒球，我们可以踢、可以抛、可以滚、可以换物跳等。

只要体育教师善于开发和利用器材，以学生的需要和实践为出发点，我们的课堂教学必将焕发出更新、更强的生命力。

让每位学生都能乐学、爱学，对体育学习抱有极大的兴趣，这是体育教学迈向成功的第一步。本课一开始，教师设置玩绳情境，激发学生练习的兴趣，使他们产生愉快和好奇的心理，提高学生的自觉性和积极性。在玩绳的展示设计中，教师要求把最佳的方法展示和评比，并把与本节课所学的内容相联系的练习和大家一起练习、一起分享，使学生的努力得到老师和同伴的肯定，体会到成功的乐趣，从而无形中告诉学生：只要付出，必定会有所收获。因此，我们在教学中应始终从激发学生的兴趣出发，让成功的喜悦传遍体育课堂。

学生在体能、运动技能、爱好、能力、个性等方面存在相当大的差异。因此，从教学内容的选择到教学评价的实施，都要充分考虑到学生的个体差异。本案例由于在分组中没有考

虑学生的差异，只求自由分组，形成好的小组，各方面都突出，差的小组什么都不行，就出现学生课后要求换组的想法。如果不加以改善，久而久之，在课堂中将无法融合集体，使学生产生体育学习的自卑感，丧失体育学习的兴趣。在课后的调查中，85%以上的学生都认为，自由组合与教师调配相结合的分组最佳。这样，既可以与自己要好的伙伴分成一组，又可以使各小组能力、水平都差不多，有利于发挥集体的智慧，使学生更好地参与合作学习。在这样分组的基础上，教师在课堂中更应关注相对而言能力较弱的小组，让他们在教师的关注下，能够看到自己的进步和发展，提高学习的积极性。

在确定运动技能领域各水平段的具体教材内容时，应充分考虑绝大部分学生的需要、兴趣和接受能力。特别是我们面对的是小学生，就更应注重学生的基本运动知识、运动技能的掌握和应用，不苛求技术动作的细节。然而，“不苛求技术动作的细节”，并不是说对于运动技能的教学的过程就可以非常笼统，应循序渐进，不能“一口吃个胖子”。在教学过程中，我们还应有效地抓住对知识与技能的评价，激励学生学好运动技能，使不同层次的学生学有所得、学有所乐。教师应对技能动作在不破坏核心动作的基础上进行有效地分解，尝试让学生进行自主、合作、探究学练，进而体会和形成对动作的分解及整体概念。

运动技术的形成和掌握是一个复杂的认识过程，它是感性认识和理性认识、经验和实践的有机结合。教师的教学艺术不仅应体现在如何教上，更重要的是要体现在引导学生如何学上。在教学中将运动技能教学和让学生体验运动乐趣有机地结合起来，为学生创造更多的运动技能迁移的机会，能让每一位学生都对体育学习产生浓厚的兴趣，从而提高体育教学效果。

沿直线跑教案篇四

新课程改革的不断深入，教学行为发生了根本性的变革，教学反思正逐步为教师接受，为新课程改革增添了活力。新课程理念要求教师应该是教育教学的研究者，而要成为研究型的教师，首先必须要做一个反思型教师。教师只有不断反思、不断思考，才能提升教学实践的合理性，才能使自己成为学者型、研究型的教师。美国心理学家波斯纳提出：教师成长=经验+反思。我国心理学家林崇德教授也提出：优秀教师=教学过程+反思。在新课程实施过程中，体育教师的教学反思对提高自身的教育能力，提高体育教学质量等方面起着不可低估的作用。它能够使教师的教学经验理论化，使教师不断改进教学观念，改善教学行为，提升教学水平。同时，使教师逐渐养成对教学现象、教学问题的独立思考和创造性见解[1]。只有教学反思才能产生教学变革，只有教学变革才能带动教学的快速发展。

对反思的理解来源于哲学的思维方式。反思一词本身含有“反省”之义，从本质上说是一种批判性思维，即通过对当前认识的审视、分析来洞察其本质，这是“反思”与“思考”的主要区别。换句话说，反思也就是从新角度、多层次对教学问题进行全面的考察、分析和思考，从而深化对问题的理解，揭示问题的本质，探索规律，获得新的发现[2]。

(一) 体育教学反思的内涵

体育教学反思是指体育教师在一定的教育理念指导下，对体育教学内容、行为、决策以及由此所产生的结果进行审视和分析，从而揭示体育教学问题、促进体育教师思考、不断改进体育教学、提升体育教学质量的一种活动。体育教师的教学反思是体育教学活动的重要组成部分，它贯穿于体育教学活动的始终，它能够通过提高教师觉察水平来促进教学监控能力发展，促进教师专业素质的提升。体育教学反思既是对过去教学经验的反思，同时又是做出新计划和行动的依据。

体育教学反思并不单纯是体育教学经验的总结，它是伴随整个体育教学过程的思索、分析和解决问题的活动，主要包括对教学理念、教学目标、教学过程、教学状态等方面的反思。因此，也可以说，体育教学反思实质是教学主体不断探究与解决体育教学问题，将“学会教学”与“学会学习”结合起来，努力提升体育教学合理性，不断提高体育教学质量的过程。

（二）体育教学反思的特征

教学反思不同于一般的教学思维，教学反思是一种积极的思维活动和探究行为，通过教学反思可以拓宽思维通道、优化思维过程[3]。体育教学反思具有创新性、发展性、批判性、互动性等特征。首先，体育教学反思具有创新性。体育教学反思不是体育教师教学后简单回想一下体育教学情况，而是一种具有研究意义的反思。它用科学的方式解决体育教学主体和教学目标以及教学过程等方面的问题，追求“更好地”完成体育教学任务。这使得体育教师能获得创造性思考以及创造性解决问题的机会。其次，体育教学反思具有发展性。体育教学反思的发展性是指通过反思促进师生的不断发展，在反思过程中，不同的教师可能经历不同的发展阶段。体育教学反思既要求教会学生“学会学习”，全面发展学生，又要求教师本人“学会教学”，自身获得进一步发展，使自身成为学者型、研究型教师。三是体育教学反思具有批判性。反思思维实质上是批判性思维，经常批判的、反复深入的思考问题，师生的知识构造就会更完善、更牢固，思路就会更开阔、更灵活，见解会更深刻、更新颖。学生在批判中学，教师在批判中教，改变传统教学仅仅是接受或是继承。四是体育教学反思具有互动性。教与学两方面相辅相成，仅仅有教的反思或是学的反思远远不够，教与学的反思是相互联系、互为补充的。体育教师的反思应建立在学生学习体育的基础上，根据学习的接受程度来调整自己的教学计划等。学生在反思的过程中，通过与教师和同学合作、互动，能加深对体育知识的理解。教师需要思考的不仅仅是完成体育教学任务，

而是如何“更好地”完成体育教学任务。反思不是白费力气，而是明确指向于体育教学问题的解决，能够想出一个问题的多种解决之道，并且尝试不同解决方式的效果。

教学反思有助于教师将自己的教学经验升华为理论。教学反思可以帮助教师挖掘和梳理出教学经验中蕴含的教育原理，使教学经验升华为教育理论，构建一套属于自己的教育教学理论体系，形成独具个性的专业理念。这也为教师从传统的“教书匠”角色转变为“教育家”角色打下基础。体育教学反思的内容主要包括教学理念、教学目标、教学过程、教学状态等。

（一）反思教学理念

新课程标准的核心理念是全面实施素质教育，强调促进每个学生充分、全面、多元地终身发展和最优发展。与传统教育相比，除了基础知识和基本技能的学习和掌握外，小学体育课程标准突出强调以下几个方面：坚持“健康第一”的指导思想，培养学生健康的意识和体魄；改革课程内容与教学方式，努力体现课程的时代性；强调以学生发展为中心，帮助学生学会学习；注重学生运动爱好和专长的形成，奠定学生终身体育的基础。教师需要明晰自己对新课程理念的认识，并且尝试描述自身的教育行为。教师自身的教育理念与行为往往是教师反思的一个盲点，在对自己的教学进行反思的时候，教师往往更多从客观环境的角度，从外在于自身的角度进行反思，而很少对隐藏在自身内部的，支配自己教育实践的理念进行反思，进而也很少对理念指导下的实践进行反思。反思教学理念理应成为教学反思的一个主要内容。

（二）反思教学目标

为了保证绝大多数学生能达

沿直线跑教案篇五

免以上缺陷，较好的完成小学一年级教学。

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。

玩中完成队列和广播操教学任务。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。

有快快集合游戏为基础，教师指挥学生就易如反掌了，在此基础上用做高人和矮人的游戏，高人和矮人在游戏中互相衬托，方形、圆形等不同的队形图案依次变化着展现在学生眼前大家觉得既新鲜又兴奋。抓住时机，教师进行广播操教学，利用分组轮流做法，使每个学生能够都有展现的机会，欣赏队形和广播操的美感，享受亲自参与创造美的收获和成功的兴奋，相互提高促进学习体育的兴趣。使学生的认识到集体的力量，热爱集体，把心贴近集体。这样，枯燥无味的队列队形教材和广播操教学合二为一的完成了，经过游戏化处理，活了起来，变得有情趣多了。孩子们也喜欢体育课了。

沿直线跑教案篇六

时光如梭，不知不觉已经在小学教学15年了，我觉得做一名小学教师真的不简单，特别是做一名小学体育教师更不容易，我们所要面对的事情太多、太复杂了，但在工作过程中我也学到了许多专业知识、掌握了一定的工作经验，借此机会我就把自己的教学经验和大家一起分享。

教师要活用教材资源、利用生活资源、捕捉课堂资源。课堂互动经常会生成各种各样的资源。教学时特别关注并捕捉一些有价值的资源加以利用。如学生在练习时，有的整套动作做得好，有的某一环节做得很棒，有的提出的问题特别有思考价值，有的出现错误带有普遍性等，及时捕捉并加以利用。

游戏比赛在小学体育教材中占有相当的分量，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“动武”；也有失利组的学生互相埋怨，导致受指责的学生产生比场心理而退出比赛。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，我就抓住这一契机，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。

小学阶段是性格形成期，我们应当通过体育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，持之以恒，就能帮助学生培养起良好的性格。

教学中为了锻炼同学们自我组织能力、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，根据自身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。

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。因此，体育教师在教学中应通过多种手段培养学生活跃的思维、丰富的想象力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。

体育教学过程是由组织教学、教学内容、身体练习等各种成分组成，各成分之间的结合并无固定形式。体育课的结构形式应根据课的不同任务、不同教材、不同环境及学生的实际情况和人体的活动变化规律，合理地安排，并在实际操作中灵活掌握和运用。因此，我们不能把教学过程只限于一种手段的固定。个人认为：不论我们采用哪种课堂结构，总要考虑三个要素：

(1)、每个学生每堂课都要能学习到体育知识，掌握体育技能。

(2)、一节课合理的教学密度应达到85%以上。

(3)、有良好的教学氛围和融洽的师生关系。合理的课堂结构应该是从教学任务的需要出发、从学生的生理特点出发、遵循学生学习的心理规律出发、从满足学生的活动愿望，为学生的个性发展提供广阔的空间出发，多层次的教学组织结构，把握学生身心发展规律，多向性、多变化的去安排，以利于学生的积极参与。

沿直线跑教案篇七

1、在教育教学中，真诚公平地对待每一个学生，不体罚学生，能做耐心细致的工作，让他们热爱学习，发挥特长，培养其素质。

2、在教学过程中，能根据教学进度和教学资料的安排，按照由易到难，由简到繁的原则实行多次重复练习，使学生在学时能在头脑中留下比较深刻的印象，有利于学生对技术动作的掌握和运动表象的构成。

3、在工作中，能按国家颁布的〈学生体质健康标准〉对学生进行教学和测试，并按国家过顶将测试情景上报。积极开展阳光体育活动，搞好大课间改革，抓好每一天的“两操”检查和体育锻炼。

4、在本学年里，我认真对待，积极参与上级部门组织的各项活动，在县“阳光。奥韵”杯长跑比赛中，我组队参加比赛，有两名学生获得较好名次；组织学生参加县教科所举办的团体舞比赛，效果良好；在初三年级中招体育考试前，我利用有效途径，加大对学生的训练，最终体育考试成绩取得我校历史水平。

5、强化体育学科的教学，尽力丰富教师们的学校生活。在本学年里，我成功策划并组织了学校体艺节，做到师生全员参

与，增加了全体师生的运动热情，培养了他们对体育运动的爱好，强化了师生们的团结拼搏精神。

我在尽力做好教育工作的同时，严格遵守学校的各项规章制度，出全勤，空堂坚持坐班。并积极利用休息时间发挥自我的特长，撰写各类文学作品以及通讯稿件，效果颇丰。本学年里，有二十余篇通讯稿件在〈今日某〉、〈某新闻网〉、〈某政府信息网〉以及〈某德育网〉上发表。但我并不满足这些成绩，我将以更高的热情投入到教育教学工作中去，以更高的标准来要求自己，进一步完善自我，向着更高的目标奋进。

沿直线跑教案篇八

我觉得运用口头奖励应做到：

1、有丰富的语词。采用口头来赞扬学生时，合理地运用语词对学生心理影响有重要的意义。要选用适当的语词来代替一般的语词。如：无论学生的动作做的怎样的好，我们总是用“好”或“不错”的习惯用语，这会使学生得不到心理上的满足。教师在选择赞扬的语词时，不仅应表明把学生当作成人那样深加关注，而且要表明教师为人富有思想性。在教学中，教师能预测出学生的需要和情景的性质，并为有关事情做出适当的确切的表扬，才具有真正的激励意义。例如：当教师在表扬学生在练习中的动作完成得好时，不要简单地说“好”或“很好”，而可以用下列言语来代替：

(1) 对有的学生你可以说：“你又完成了”，或“你很勇敢”。

(2) 对练习的质量进行评价时可以说：“我想你可以做的更好些”，“这正是我所期望的”，“它是完美的”。

(3) 涉及到这个学生的同伴时，可以说：“同学们来看看某

某同学的表演”，“我们都为你的进步而感到骄傲”。

(4) 为提高学生的自信心时，可以说：“照这样下去，你一定能成功”。

这些例子表明了教师对学生的赞许可以用无数的语词来表达自己的态度和情感。这样做，可以增强教师和学生间的关系，促进学生更好地完成学习任务。

2、用肯定的语词代替否定的语词。肯定的语词将明显地告诉学生应该怎么做，而否定的语词只告诉学生不应该这么做，无法表达出应该怎样做的要求。如学生在做滚翻练习时，某些同学产生害怕心理，如果用“勇敢些”，“放松些”，的语词比用“不要胆小”，“不要紧张”的语词更带有激励和提高学生自信心的作用。肯定和否定的语词在逻辑上分析可具有相同的含意，但在现实教学中则会给学生带来不同的心理效应，肯定的语词具有积极的效应，而否定语词则会引起消极反应。如：肯定性语词：你应该再努力些，我已看到你的进步，我希望你做得更好些等。否定性语词：你不要偷懒，你的进步不快，你使我失望了等。

总之，语言奖励是教师在日常教学中经常使用的手段，它是一种表扬行为，是对学生好行为的表扬，对他们坚持下去的鼓励，良好的语言会使体育课堂气氛更加充满和谐和高涨。

沿直线跑教案篇九

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。