

# 最新侧向对墙投掷教学反思 投掷教学反思 (汇总5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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 侧向对墙投掷教学反思篇一

以“健康第一”为宗旨；重视学生的主体地位，激发学生的运动兴趣，促进自主创新学习；关注差异，面向全体，使每一个学生获得最大的收获。

掌握投掷的基本技术和技能，培养安全锻炼意识；发展速度、耐力、灵敏等运动素质和肌肉力量、肌肉耐力等健康素质；培养学生积极进取、主动参与的运动态度，增强自尊和自信。

投弹打靶、投高、投准——放松操

投掷作为发展学生身心素质的重要手段和学校体育的测试项目，一直受到普遍关注。但从以往的情况来看，在教学过程中往往存在着学生参与不积极等因素，影响教学任务的完成。

针对教材和学生情况，依据课程水平四的要求，紧扣三个目标进行案例的设计。通过教师的启发、诱导，让学生在自我的运动参与和创新中，体验运动和创造的乐趣，从而实现教学目标。

“健康第一”，安全更不可忽视。为了更好的在安全的前提下达成教学目标，我针对本节课的主要内容和学生身心特点，采用了“投弹打靶”游戏来使学生的身体机能和心理状态得

到预热。同时也转移了学生对实心球的注意力。

## 兴趣激发阶段

那么如何才能激发学生的学习兴趣呢？在两个准备游戏过后我开始提问：“同学们，你们知道在学习与生活中有哪些与投掷有关的活动？”

“投篮。”一位男学生抢声回答。“扔纸团”、“套圈”、“扔飞镖”……

我提高声音说：“不错，你们说的都很对，那么它们都有那些共同点呢？”“都要用手扔”一位学生回答，随之有更多的学生附和。

“除了用手进行投掷外，还有什么共同点？”我问。学生们呈现出迷惑神态。“这些活动是不是都有投掷的目的呢？”我问。“嗯，……，是”学生回答。

“今天，我们就以投远、投准为目的，由大家自己设计、创新投掷的方式，好吗？”我说。

“好，好。”学生欣喜地答道。

“但我有一个要求，就是要注意安全，而且大家的投掷方式要尽量做到不一样，看谁的投掷动作最具新意。好吗？”我说。

“好”同学高声地回答。

## 运动参与体验阶段

我将队伍带至投掷场地，宣布以投远为目的的投掷体验开始，并重申“尽量不重复别人已采用过的动作，看谁的投掷动作最具新意”的要求。

“我先来”，我以原地侧向的方式将实心球双手抛出，成年人的力量是足以让这群孩子信服的，我赢得了一片热烈的掌声。随后，男、女各两组，按顺序以投远为目的进行创新投远练习，真是千姿百态，花样迭出：弓步正向、马步后抛、双手胯下后抛、双膝跪姿前后左右抛、原地侧向抛、侧向上步掷……。课堂上，大家不但完成了教材上的内容，还创造了更加丰富的姿势，使得创新精神、创新意识、创新能力得以承载和发扬。

学生们互相启发、互相激励，学习积极性空前高涨。就在他们意犹未尽之时，我们开始了以投准为目的的创新体验练习。

“老师先来。”学生整齐地向我发号“施令”。

“好！遵命。”我拾起地上的垒球，以投飞镖的方式向四米外的箩筐投去。热烈的掌声再次响起……。

接下来又是同学们千姿百态的动作，叹息声、赞赏声、指责声、鼓励声、欢笑声不绝于耳。

## 应用拓展阶段

这一阶段主要是结合投远、投准的特点发展学生控制力量的能力，并通过集体协作共同体验合作成功的乐趣。

“下面我们作一个游戏，你们听说过保龄球吗？”我问。

“听说过”、“我还跟爸爸去玩过呢”……学生七嘴八舌地回答，甚至有些炫耀。“好！我们就做保龄球投掷对抗游戏。”我说。

学生分成四组，男女各两组。男生与男生、女生与女生进行小组淘汰赛，最后男女生优胜组进行决赛。每人只投三次，胜负以各组击倒手榴弹的总个数来定。

这时男生更是兴奋不已，斗志十足，看得出他们没把女生放在眼里，而女生则多数露出胆怯神态。我见状，便补充说：“女同学有投掷距离比男同学少一米的优势”，这下男生可慌了神，而女生则立即欢呼雀跃，士气大振。

“各组同学应注意比赛规则，要以地滚球的形式击倒手榴弹，投掷方式可以自由选择，但不得越过投掷线。”我补充比赛规则。

“哎呀！打偏了”、“用力一点”、“瞄准再扔！”各组学生紧张地指导着本组同学的投掷动作。

同学们忘我的投入劲着实让我感动。课要结束的时候，学生的参与热情仍然很高。

教学反思：

### （一）教学目标通过教学过程顺利实现

本案例的教学目标是通过投掷创新体验，来开发学生的创新精神和能力。本案例主要让学生根据自己的学习与生活经验设计投掷方式，并以“保龄球”集体竞赛游戏为载体，让学生在享受投掷乐趣之余，体验集体合作获取成功的喜悦心情，从而实现教学目标。

### （二）淡化投掷教学的竞技性色彩，吸引学生积极参与

学生的身心健康和良好的社会适应能力主要是通过运动参与的形式得以实现的。本案例淡化投掷技术，让学生根据自己的生活经验和学习基础，进行创新体验与练习，既提高了投掷能力，又激发了学生参与投掷活动的兴趣与积极性。

（三）营造浓厚的民主氛围，体现教师为主导、学生为主体的新课标理念本案例中，老师始终是以参与者的身份进入课堂，

与学生共同参与到整堂课的各项投掷体验活动中。师生间没有隔阂，平等的对话呈现了一种民主氛围，教师的主导、学生的主体地位均得到充分的体现。

#### (四) 教学内容与生活实际相联系，学以致用得以有效实现

投掷是人们日常生活中的常用技能。本案例让学生提出一个投掷目的，利用自己的知识和经验基础，设计相应的投掷练习方法，促进其在生活实践中投掷能力的发展与提高，从而达到学以致用的效果。

#### (五) 开心愉悦的学习情景下，更要注意运动安全教育。

教学形式越是强调自主则越容易出现松散，这必将增加课堂教学的不安全因素。如在进行投远、投准及保龄球练习时，一定要求各组学生在将投掷物全部投完后，才可以将本组的投掷物取回，以避免发生危险。

## 侧向对墙投掷教学反思篇二

原地侧向投掷沙包是二年级水平一的达标测试项目。这节课原地侧向投掷的第三课时，在复习原有动作的基础上，着重强调蹬转动作，将沙包投过一定高度的横绳，注意投掷的高度，提高学生投掷的高度。第二部分是一个素质练习，通过运沙包的游戏发展学生的配合和奔跑能力。

课的开始，先做准备操，学生的完成情况较好，起到了热身的目的。接下来复习原地的转法和原地踏步走，原地转法利用脚后跟脚尖转完成情况较好，原地踏步走有精神，口令响亮。总体来说这些教学常规完成还可以。

基础部分是原地侧向投掷沙包，首先利用原先教学的方法进行投掷，按照口令一二三的步骤，学生有较高的积极性投过绳子，在投掷过程中发现很多学生没有利用身体的力量，通

过示范，让学生看到老师是如何蹬脚转髋转体的动作，接着让学生来练习，练习之后在进行沙包投掷，注意体会蹬转的动作。在讲解的过程中，学生出现注意力不集中的现象，有些同学自己顾自己在那边做小动作，可能任凭我的声音再响，也没有用。有些没有及时的评价，多表扬学生的话太少，所以注意力没有集中到老师这里，这个也是我以后大力改进的地方。

后面一部分是接力运沙包，学生的积极性较高，很多学生帮在运沙包的同学加油，但是忘记了自己站的队伍。在试教过程中，我已经发现了学生在运沙包过程，要注意防止冲撞等安全问题，所以在上课时，调整了队伍之间的间距，组与组之间的冲撞解决了。但是组内的出现了冲撞现象，比如说跑回队伍的人跟要出发的人，最好规定好从哪一边回队伍比较好，以后还要多关注这种小的细节。

教低段更需要贴近孩子，多用形象的讲解，多用真心的表扬，多用耐心的辅导，需要我学习的还有很多，相信自己一定能做好！

### **侧向对墙投掷教学反思篇三**

本课通过有效的教学方法、手段和组织形式激发学生主动参与，调动学生练习兴趣。我对本课的各个环节进行了精心设计，开始环节的队列练习进行转法和左转弯走两个内容，使学生迅速进入上课状态，养成良好的组织纪律性形成良好的课堂行为习惯，并达到运动前的热身效果。准备活动简单易行，达到锻炼前充分活动开身体各部位，特别是对上肢以及腰部的活动侧重，以便更好的和主教材的内容结合。练习安排了几种不同方法的抛、接、掷的练习，让学生着重一会脚蹬地以及全身协调用力的动作感觉，教师也以参与者的身份进入课堂，与学生融为一体，共同参与到活动中。教学中师生间平等对话与交流呈现了一种民主氛围，学生练习积极，参与兴趣高，为下面练习侧向沙包掷远动作作好铺垫。

新课程重视学生学习方式的转变，实际上是体现了“以学生为中心”的教育思想和理念，有助于培养学生的创新意识和能力，有助于促进学生的个性发展，有助于提高学生体育学习和锻炼的能力。在本课教学中，我设计了学生“徒手练习—尝试练习—带着问题练习—提高练习—比赛练习”等教学环节，练习中同学们要互相观察、互相学习、互相帮助，在练习过程中共同提高。看到学生在练习中会有很多错误的动作出现，教师及时提出要开动脑筋、多观察思考、勤练习等练习要求，从而把学生引入探究学习环境中来，学生在教师的提示下，学习主动积极，练习氛围浓厚，由于四年级学生对侧向投掷沙包动作要领的讲解还不能深入的理解，所以课上我力求少讲多练，让学生从直观上观察动作，鼓励学生多练习多实践，来达到掌握动作的目的，最后进行小组比赛，学生练习情绪高涨，课堂气氛达到高潮，从而有效达成了本课的教学目标，教师的主导作用得到了学生的积极响应与参与，学生的主体作用得到充分的发展和体现。

通过这节课，也发现了一些不足，总结如下：

- 1、辅助练习内容过多，从而使主体内容的练习时间、次数较少。
- 2、对动作的难点全身协调用力强调的不够，教学过程中对动作的难点解决的方法体现的不足。
- 3、课上应再多一些及时性评价与反馈评价。
- 4、更多的运用激励性的语言，充分调动学生的积极性，参与性。
- 5、学生的情绪不够活跃，今后的教学中还要给学生创设轻松活跃的课堂学习氛围。

## 侧向对墙投掷教学反思篇四

本课教学内容是原地侧向投掷沙包，是小学水平二(三年级)体育课学习的重要内容。本课的教学设计主要以学生扮演解放军战士苦练本领、保家卫国的情景为主线实现教学目标并进行强烈的爱国责任感等各种品质教育。下面就谈谈本人上完课后的反思：

玩是小学生的天性，小学体育课中如果没有“玩”，那么这节课肯定不能吸引学生，不能体现“寓快乐于体育教学之中”的教学目标。因此，我在课的一开始就设计了一个“快速武装”的小游戏，使学生一下就进入了小战士角色，学生的积极性马上被调动起来。在下面的教学中，我始终在贯彻执行这种教学思想，无论是学习投掷技能，还是知识延伸，我都设计了各种各样的游戏，如：“炸碉堡”“掷准游戏”等让学生始终在玩中开展技能的练习，获取更多的知识，进行创新实践，愉悦身心。从整节课的情况来看，学生还是十分喜欢这种练习方式，整节课几乎每个人都表现出一种积极的学习态度，乐于参加各种教学实践活动，并敢于在活动中表现自我。

新课改的体育课，我觉得并不是简单的玩或者是做游戏。因此无论教师设计了怎样的课，其目的都是让学生能在玩中有所收获，即玩中学。本课的教学重点和难点是让学生掌握原地侧向投掷的技术方法，即掌握投掷的出手角度、出手速度和蹬地专题。为此我专门设计了两个小游戏：一个是用手榴弹掷投掷线一，一个是两人一组蹬地转体练习。通过组织让学生玩这两个游戏，让学生在玩中明白了“投掷的角度是前上方，蹬地转体”这两个重要技术的原理，并能在实践练习中运用，达到了较好的效果，许多平时体育不是太好的学生也轻意的学会了这个技术动作。这种教学方法要比教师直接讲解示范的效果要好，而且在这种教学实践中，学生接受技术不是通过教师的直接传授获取的，而是通过自己的亲身体会获得，较好的体现了新课标的强调探究性学习的思想。我



在课的结束部分设计了一个“欢庆动作”的教学环节，组织学生站在各自的'位置上将手中的手榴弹往高空抛，高呼“胜利咯”，结束时的庆祝胜利再次将学生的气氛带到高潮。

以上是这节体育课上完后的一个教学心得，当然还存在着许多不足之处，如课堂密度的掌控，学生掌握技术的反馈评价的及时性等方面还有待进一步完善。

## 侧向对墙投掷教学反思篇五

本课结合新课程理念，注重体现以学生为主体地位，让学生在自主尝试的联系中去发现问题和解决问题，设置不同远度的距离，让学生树立信心，关注个体差异，让每一个学生受益。教学设计内容围绕教学目标，教学过程衔接紧凑。用儿童话的'语言和活泼有趣的组织形式将整堂课渲染的富有活力和激情，让学生对本有些枯燥的投掷练习兴趣盎然，在轻松愉快的教学氛围中较好的学习和掌握了教学目标要求达到的知识与技能、情感态度与价值观。现将我本节课总结如下：

1、教学目标设计合理，符合水平一学生的学习要求。教学中遵循目标统领内容的核心思想，精心组织教学过程，顺利地完成了本课的学习内容，基本达成了原定的教学目标。

2、教学思路清晰，过程流畅，重难点突出。本节课设计过程简洁明了，主次分明，基本部分的教学利用学生自主尝试体验—教师示范讲解，用口诀的形式引导学生进行分解动作的练习。在徒手分解与完整练习中体会肩上屈肘、蹬地转体、挥臂过肩、快速有力的动作要领，以此突破教学重难点，教学方法比较有效。

3、教学形式多种多样，趣味性强，符合学生学习的心理需求。投掷教学内容相对比较单调乏味。我在教学中应用儿童话的语言和富有情趣的教学形式将学生的兴趣和有意注意始终吸引在教学各个环节本身。让学生快乐学习、轻松掌握动作技

能。

4、积极贯彻新课程理念。教学各个环节特别注重学生的学习兴趣，使学生充分体验到体育带给他们的成功，从而不断培养学习兴趣，形成终身体育的意识；通过设置不同距离的标志线，让不同能力层次的学生都能体验到成功、喜悦和满足，达到了既关注个体又面向全体的教育思想。