

2023年体操前滚翻课后反思 前滚翻教学反思 反思(实用5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。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

体操前滚翻课后反思篇一

在这堂课的前滚翻的教学中，我主要采用了课前微课自学，课中小组合作练习的方法，使学生很好的掌握了前滚翻技术，也逐步养成了团结协作的良好习惯。

传统的体育教学，以教师的讲解示范，学生的模仿练习为主要途径，帮助学生学会知识、掌握技能。这种以“模仿”为主的学习方式虽然也很重视教法，亦有利于技术教学，但忽视了学生的学法和能动性。像前滚翻这样并不很难的教学我们完全可以通过学生的主体参与，使学生获得主动表现的机会，从而创造性地学习，帮助学生实现“自主学习”。在前滚翻教学时，我通过有针对性的辅助练习来降低学习的难点，例如用膝盖夹纸解决滚翻时分腿的难点，用钻圈来提高团身紧的技术，使学生更好学会了前滚翻。

体育教学是以学生为主，所以在教学过程中，我们不应该过多的束缚学生，应让学生按照自己对技术的理解去活动，并在活动中提高自己。例如，在教学中，我让学生两人一组进行自主练习，寻找解决问题的方法，我只在旁协助。这样，不但大多数学生能较好的完成前仰卧滚翻，更有钻圈、夹纸前滚翻的成功。这样教学可使学生变被动为主动，从而产生浓厚的兴趣，以积极的热情投入到学习中，而不是教师说什么做什么，被动地接受，逐渐丧失了个性和创造性。

现代心理学认为，人的一切行为都是由动机引起的，动机是激励人们活动的内在动力。由此想到我们平时的课堂教学中，总有那么一部分学生对学习缺乏应有的积极性，表现出一种漫不经心的样子，学习总是处于被动的状态，学习效率低下。例如聪明的学生学得较快，自以为都掌握了，出现了注意力不集中，和别的同学玩耍了，在这种情况下我们可以提高他们前滚翻的难度，让他们去挑战，这样不但能提高学生的前滚翻技术，还能够激发学生勇于拼搏的精神，从而积更加积极主动的学习。

由于学生的个体差异，通过一节课并不能让所有的学生都能够掌握前滚翻的技术。特别是有些学生学习能力不强，其他学生又不乐意和她们合作，这时教师就要及时地帮助她们，帮她们找到问题的所在，以树立她们的信心，使这部分同学也能积极地投入到学习中来。

这节课我以课前微课预习为前提，课中提问技术并配合小组合作学习为手段，让学生能够自主学习，发现学生们的创新，提高学习的积极性这一亮点，推动整个课堂走向高潮，在游戏这个环节中，我们不仅让学生学习的内容得以发挥创新，还让前滚翻这一教学内容得到巩固提高。我们不仅要注重课内学习、还要注重课外知识的巩固，以培养学生自主学习的意识，发挥学生的主体作用，提高学生的基本素质，帮助学生逐步树立自主学习、自主锻炼的终身体育观。

体操前滚翻课后反思篇二

前滚翻是人体基本活动能力之一，通过前滚翻教学，可以发展学生的柔韧、灵敏、协调素质和基本活动能力，提高学生控制身体的平衡能力和时空感。

前滚翻对动作的要求较高，动作不能分解练习，因此我在教学中先要求学生做了一个辅助练习：“滚动”。前滚翻的动作重点在于团身紧，这个动作正好能够提高团身紧的要领。

我要求学生双手抱膝，团身进行前后滚动，同伴之间可以互相帮助一下。然后，我把前滚翻动作进行了详细的讲解并做了示范，让学生充分了解动作要领。在学生进行练习时，为了让学生掌握动作要领并便于记忆，我把动作要领编成了顺口溜；为了使学生的动作更加标准，我为学生准备了沙包，让学生把沙包放到脖子下面和两膝之间，让他们感受低头和两腿并紧的感觉。在学生分组练习时，我给学生讲解如何进行保护与帮助，使他们在练习时能够更快更好地完成动作。最后，我设计了前滚翻接力游戏，让学生进一步巩固前滚翻的动作要领。

这节课的成功之处是，老师讲解的层次比较清晰，学生对技能的掌握较为出色。大部分学生通过体验或是观察老师、同学的示范，逐步掌握了低头、团身、蹬地等前滚翻的技术要领，出色完成动作，达到了教学的目的。

细节成就完美。在本节课中，很多细节上的问题我都没注意到：对课的时间掌握不够准确，练习时间有点过长，使游戏的时间有点紧张。

在室内进行教学时，虽然使用到了信息技术参与教学，但是只是简单地停留在了使用ppt上面，可以尝试添加视频，让学生更好地掌握前滚翻的动作要领。

这些看似很小的问题恰恰使这节课不够严谨。一堂课的精彩之处往往体现在教师对每一处细节的处理上，而这一点正是我缺少的，上课后的思索才是我在本节课中最大的收获，所以在今后要努力提高和完善自身业务素质，尽快成长起来。

体操前滚翻课后反思篇三

上周上了一节一年级的前滚翻的课，课堂中间有很多缺点要改正，同我们组的体育教师讨论后总结如下：

1、“教学永远是门遗憾的艺术”。由于关注了每一个活动的质量，出现了教学时间不足而导致结尾有匆匆收场之嫌。因为我是采用了：教师主导，学生主体。也就是：教师提问，学生自练发现，同学交流评价，集体练习掌握，教师简单小结。那么要在有限的的时间里，练习全身的协调能力，而且每一个活动都要学生自己实践、交流、再实践，所以，作为老师是无法控制，只能是点到为止，尤其是最后比赛，总有匆匆收场之嫌。

2、学生之间的差距太大。同样一块“垫子”，男女生之间、高矮生之间、素质好差之间，要完成同一个项目，难度实在太大。这要怪我当时一心想要贯彻“一物多用”，而没有考虑同学之间确实存在的这种差距。

3、学生之间的差距，上课时，作为老师必须考虑。如果不考虑，那么课上的安全问题随时可能发生，这是绝对不允许的。

4、课堂的量也要作一定的控制。如果在关键时刻，及时点拨和引导；另外还可以减量加质；那么也不至于导致结尾时有匆匆收场之嫌。

5、作为教师，要让身体素质表较好的学生在班级中展

示自我的机会，要为全班同学树立学习的榜样。因为没有时间，故没有安排优秀学生展示自我的机会，也失去了一次让全班同学学习的大好机会。

总之，成功的地方要发扬、要完善、要推陈出新；不足的地方要进行回顾、梳理，要吸取教训、引以为戒。这些都是我在以后的教学实践中，值得深思和借鉴的，我将继续努力。

体操前滚翻课后反思篇四

一、准备活动，慢跑抢占座位环节虽然充分的激发了学生得

积极性，但是在组织方面有些混乱，学生还是按以往的练习方式两人抢占了一个座位，我这节课设计的是一人一个座位。

原因是：在练习前讲解的不够清晰，学生未真正理解练习方法。纠正：教师讲解要清晰，组织过程中，给学生思考的时间，用语言和哨子调动队伍。二、教学过程反思：1. 在专项准备活动中准备的“天、地、球”的小游戏，让学生对蹲撑，团身抱膝，举手亮相虽然有了初步的认识，但在教师讲解示范时，语言应该更加简练易懂，在讲解前滚翻完整动作口令：一蹲二撑三低头，应仔细讲解一下动作要领的细节，比如蹲撑，因为没有强调，导致学生不理解动作，有些同学跪在地上，导致翻滚不起来。所以要注意强调细节。2. 完整动作练习完后，再加一个滚翻创编，增强趣味性3. 在发现问题解决问题环节，可以把问题抛给学生，让学生提出问题，师生共同探讨方法。三、刘老师建议：1. 慢跑抢占座位时，把垫子折叠起来。（我觉得这个方法很好，既有效的缩小了空间，又提高了安全系数，不易发生危险），要充分利用空间，垫子的摆放既要利于教师讲解示范，又要利于学生观摩。2. 自编韵律操环节时，动作较简单，教师可以少讲解，学生跟随教师练习即可3. 注意动作要领强调细节4. 把连续翻滚两次这一环节去掉，强调动作的完整和美观。四、校长建议：1. 结合本节课教学目标，将教学内容分解，在准备活动中提前导入，让学生有初步的了解和认识。2. 在讲解游戏规则和方法时，要明确结束动作。所以设计改为，传球以最后一个同学双手将球举起以示结束。3. 每个环节间语言衔接要流畅上完后在刘老师和校长的点评后，不断地反思改进，希望下一次可以上的更好。

体操前滚翻课后反思篇五

小学排球教材是小学体育基本教材之一。他是结合年龄特点用小排球、小场地，在低网条件下进行的球类活动。小排球活动对于提高学生神经系统的灵活性，促进呼吸和血液循环系统功能，发展速度、力量、弹跳力等身体素质，培养敏捷、

果断、勇敢顽强的心理品质，养成团结协作，遵守规则等社会公德具有重要意义。

不过在三大球中，排球的技术掌握周期最长，学生不能在短时间内见到效果，这容易使学生丧失学习兴趣。由于对排球教材进行了较全面的分析，并采用了相应的教学策略，可以说排球单元的教学效果还是令人满意的。下面将本单元的一些经验教训总结如下。

重视基本技术的教学。基本技术是学好排球的基础，而我们的学生，往往容易忽视这一点。因此，在教学前，我将理论学习放在首位使学生明白，只有全面、准确、熟练的掌握基本技术，才能在这个基础上进行有效的技术链接，享受排球的运动乐趣。在实际教学中，也是扎扎实实学习，只要动作不过关决不进行下一动作的学习。

以软式排球为过度，软式排球在技术掌握上，更易于学习。好帮差。在教学中充分发挥学得比较好的学生进行辅助教学。这不仅减轻了教师的负担，也培养了学生的自主能力。值得改进的方面：

(1) 对教材的把握还不够准确，虽然在教学前做了较充分的研究，但在教学进度的安排上，还是估计不足，过高地估计了学生的学习能力。

(2) 对不同的班教学策略还应有所区别，基础稍差的班，在教学上更应脚踏实地，而不能拔苗助长。