

# 快速跑体育教学反思(模板5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

## 快速跑体育教学反思篇一

在体育教学中，我个人认为，只有给学生足够的空间，只有倡导自主、合作、探究新的学习方式，才能更有效地促进学生的发展，为终身体育打下良好基础。爱玩好动是儿童的天性，这就要求体育教学应从学生的情趣特点出发，采取灵活多样的形式，寓教于玩，这样既能增强学生参与又能在游戏中体现体育教学内容，达到体育教学目的。学生快速跑的动作速度基本都能在原有的基础上有所提高，学生比较喜欢以游戏形式出现的练习，喜欢在游戏中尽情的奔跑，如在“贴纸跑、追拍人”等游戏中，学生玩得不亦乐乎。运用游戏，让学生“枯燥的短跑练习”变得有趣，参与面很广，学生在练的同时激发了对快速跑的兴趣。看着孩子们开开心心的玩我深深感受到，良好的师生关系对于激发学生的学习兴趣是多么的重要。在以后的教学工作中我们更应该注重教学方法和语言激励，要让教学方法存在一种可操作性，让语言更富有激励的语气，努力为学生创设参与的机会，让学生体验到成功所带来的喜悦，真正成为学习的主人。

## 快速跑体育教学反思篇二

根据新课程标准及健康第一的指导思想，应充分发挥学生的主体地位。在教会学生学会的同时，更要教会懂。不过分强调动作细节，充分发挥学生的创造力和想象力。关注学生的个性差异，改变单纯为跑而跑的枯燥练习，体验合作，享受

成功的快乐。

从初中生身心发展的特点出发，应大力发展速度素质。本课以“体验成功的快速跑”为教学内容。通过体验、探究明确影响快速跑得关键因素步长和步频，激发学生兴趣形成互助合作的关系。体现学生主体地位，采用不同的教法和学法，让学生乐而不疲，变枯燥的教学为趣味教学。进而培养学生的各种实践能力，为终身体育打下基础。

导入明理：

运用速度公式导入引出课题，激发学生兴趣。

热身心活动：

通过游戏“抢占高地”的方式克服惰性提高学生的反应速度和动作速度。

尝试快速跑的练习：

学生通过快速跑的尝试，并通过计时、测量、计算，引导学生找出快速跑的两个关键因素。通过自我评价确定个人类型。

学生自选修正内容环节：

运用典型对比示范和教师示范。学生观察思考，总结确定自选内容及修正方案，并进行有针对性的练习。

成功跑：

尊重关爱弱者，学生自定起点，尝试成功、享受愉悦。

“踏格子跨垫子”游戏：强化巩固教学重点，体验合作与竞争。

陶冶情操环节：通过感受“神七”升天，渗透德育内容，激发民族自尊心和自豪感。

体现出“体育与健康”课改新课型、新理念。改变传统模式，培养学生发现和解决问题的‘能力。

体验、合作与竞争，更好的弘扬学生个性。

不足之处：

教学的设计针对性较差、学生实际操作的时候难度较大。安全措施应更处理的合理些。

### 快速跑体育教学反思篇三

快速跑是小学体育教学的主要内容之一，也是学生必须学习和掌握的主要体育技能。为了贯彻新课程标准的精神，积极探索有效、合理的教学方法，在设计教学内容时，我充分考虑学生已掌握的运动技能和身体素质，以及接受能力和学习兴趣，将学习技能和参与游戏融为一体。通过教师的示范与点拨，让学生在活动中，主动探究并初步掌握浅易的知识和学会简单的动作技能，锻炼和发展学生的下肢力量及快速奔跑能力。

对本节课的教学有以下两方面的收获。

1. 在传统的教学模式中，采用灵活多样的教学方法，既考虑了全体学生的需求又注重了学生的个体差异，教学中采取示范讲解，学生自主练习，自评、互评，相互纠错等形式进行。为学生营造了一个学习、娱乐、竞争、团结协作、积极进取的良好学习氛围，及时地调动了学生的学习积极性和参与性，锻炼效果明显。
2. 教学中充分体现了教育教学的新思想、新观念，把发展学

生个性与展示自我相结合，把学习运动技能与游戏比赛相结合，保证了合理的锻炼时间，充分体现了活泼、自由、愉快的课堂新模式，力求学生在轻松愉快的游戏活动中学习和掌握知识，享受体育锻炼的乐趣。

对本节课的教学有以下不足之处：

1. 在教学时，我急于讲解知识的动作要领，而忽略了创设教学情景效果，对组织学生以学习小组为单位开展讨论的活动较少，让多数学生进行自学、互学，提出问题、分析问题的机会不够。

2. 没能较好地调动和激励起学生参与“学”及“练”活动的积极性、主动性和创造性；课堂调控不到位，个别学生锻炼意识、注意力不集中。

总之，“快速跑”的教学内容较为枯燥，根据小学生求新、求异、求变的心理特征，在今后的教育教学中我会刻意的留心教学中的每个环节是不是达到了教学目的，尽量提高教学的实效性，争取最大限度的发挥优势，争取最好的教学效果；其次在教学中我会不断总结、学习，大胆创新，把繁杂、枯燥的教学内容简单化、形象化、趣味化，努力使自己的教育教学水平有一个新的提高。

## 快速跑体育教学反思篇四

快速跑是小学体育教材中的主要内容之一，也是学生必须学习和掌握的主要技能。在设计本课教学内容时，充分考虑学生已掌握的运动技能和身体素质，以及接受能力和学习兴趣，将学习技能和参与游戏融为一体。积极探索有效、合理的教学方法，既考虑了全体学生的需求又注重了学生的个体差异，教学中采取教师示范讲解，学生自主练习相结合。为学生营造一个学习、娱乐、竞争、团结协作、积极进取的良好学习氛围，极大地调动了学生参与学习的积极性，收到了良好的

效果。在快速跑练习中，学生的兴趣很高，能够按照前后摆臂的动作要领来完成练习，特别是让距离跑，每个学生对自己都充满了信心，哪怕让你再多我也能够跑过你。学生不甘示弱练习得比较投入。

教学过程充分体现了“以学生发展为本”的教学思想，采用情境教学模式、游戏划拳比赛和自主、合作学习方式，活跃了课堂气氛，使学生以情入境，真正体验了运动的乐趣，既激活了学生参与体育活动的热情，又提高了跑步教学的效果。本案例简便实效，有效地激发了学生的学习兴趣 and 热情，培养了良好的意志品质，发展了学生的运动技能。

在游戏开始，有2个小组的学生第一次由于没有领会游戏的方法而导致游戏失败，于是我马上集中再次强调游戏方法及要求，提示他们：我们进行的的就是集体活动，要靠组里每一位同学的努力，不能抛弃小组中的任何一人，我们要发扬团结协作的精神。第二次游戏开始，学生的表现就不一样了。在今后的教学中将不断总结、学习，大胆创新，努力使自己的教育教学水平有一个新的提高。我采用了灵活多样的教法吸引学生，以新课程要求来对待学生，善待调皮学生，充分认识体罚和变相体罚的错误和危害，使学生积极的投入到课堂中。

通过教学，让我深深的体会到，我们教师要改变以往只注重知识技能传授的思想。在教学中要采用多种教法和手段，激发学生的学习兴趣，营造愉快、和谐、宽松的教学气氛，重视学生在学习过程中探究与分析，确保学生的主体地位，让学生真正成为课的主人。教师在教学中应想方设法为学生提供自主、合作学习的机会，但也要重视学生的需要和情感的体验，使学生在教师的引导和启发下，培养自主、合作学习意识，使学生的身心得到健康的发展。

## 快速跑体育教学反思篇五

50米快速跑是小学体育教材中的主要内容之一，也是学生必须学习和掌握的主要技能。我在设计本课教学内容时，充分考虑学生已掌握的运动技能和身体素质，以及接受能力和学习兴趣，将学习技能和参与游戏融为一体。既考虑了全体学生的需求又注重了学生的个体差异，教学中采取教师示范讲解，学生自主练习相结合。为学生营造一个学习、娱乐、竞争、团结协作、积极进取的良好学习氛围，极大地调动了学生参与学习的积极性，收到了良好的效果。

在快速跑练习中，学生的兴趣很高，能够按照前后摆臂的动作要领来完成练习，特别是让距离跑活动，每个学生对自己都充满了信心，哪怕让你再多我也能够跑过你。学生不甘示弱练习得比较投入。还组织50米x4人接力赛跑的游戏，在游戏中，有2个小组的学生第一次由于没有领会游戏的方法而导致游戏失败，于是我马上集中再次强调游戏方法及要求，提示他们：我们进行的就是集体活动，要靠组里每一位同学的努力，不能抛弃小组中的任何人，我们要发扬团结协作的精神。第二次游戏开始，学生的表现就不一样了。50米快速跑在通过不同的游戏活动中不断的得到练习。学生在欢快的游戏氛围中对学习的兴趣也大大的提高了。

课后我体会到只有采用灵活多样的教法吸引学生，以新课程要求来对待学生，善待调皮学生，才能使得学生积极的投入到课堂中。在今后的教学中我将不断总结、学习，大胆创新，努力使自己的教育教学水平有一个新的提高。