

体育课蹲踞式跳远教学反思(精选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。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

体育课蹲踞式跳远教学反思篇一

10月9号迎来了我的师父，体育组芦老师的新学期引领课，水平一二年级《立定跳远》。一场秋雨把这堂本应该在室外进行的体育课转移到体育馆进行。但是丝毫没有影响到本节课的上课质量，这节课对于向我这种年轻教师来说感受颇深。以下是我从三个方面对本次课的个人感想。

体育课蹲踞式跳远教学反思篇二

教师为了激发学生们兴趣，调动积极性，总是把游戏贯穿于教学中，让所有的学生完一个游戏，对这个游戏感兴趣的同同学就积极、主动参与，面对这个不感兴趣的同同学只是勉强参与，使得游戏的教学效果并不理想。我在进行游戏教学时大胆采用“游戏超市”教学方式，就是在游戏时给同同学们提供一个内容：立定跳远，多种玩法的游戏：

- 1、鲤鱼跳龙门
- 2、青蛙跳荷叶
- 3、包袱、剪子、锤

分别说明游戏规则等，然后让学生根据自己的兴趣、爱好去自主的选择游戏，我也积极参与，并在适当的时候给予恰当的的指导。在一定的运动负荷内学生既得到了锻炼，教学效果

也较好。设计目的是强调身、心同步发展。不同年龄阶段的学生，在生理和心理上都具有不同的特征，即使同一年龄阶段的学生，由于其先天的遗传素质，后天的生活环境和所受的教育以及学生本身实际情况的不同，在身心发展的可能性都存在着差异，这就要求教师对学生从实际出发，做到区别对待。对在表现有特殊才能的学生，要提出更高的要求；对于能力表现一般的学生要从他们已有的基础出发，发掘他们身上的积极因素，充分发挥和挖掘学生的个性潜能，促进不同层次的学生都得到最优的发展（技能上的提高或心理上的发展），达到全面提高学生身心素质，更好的提高教学的效果，有效地达成新课程“为每一个学生的发展的理念”。

体育课蹲踞式跳远教学反思篇三

由于下雨芦老师很早就去了体育馆布置场地准备器材，进行课前的常规准备。充分的课前准备给这节课打下坚实的基础，由于是低年级的学生注意力不能长时间集中，从准备活动到基本部分再到游戏及放松每一个环节的教学设计、场地规划、队形变化必须做到细致紧凑不枯燥。充分的课前准备是一节体育课的基础，更是一名合格教师的基本责任。

体育课蹲踞式跳远教学反思篇四

1、本课采用学习和游戏相结合教学，以跳远为主线，把课的全过程一线贯穿。学生学习兴趣较高。因此，学生练习积极性、参与程度高，课堂气氛活跃，能达到预计效果。

2、通过小组合作学习，让学生体验自己在学习过程中学习情况，对自己、对他人进行评价，同时教师通过巡回指导给予学生一定的评价，这样学生不仅掌握了动作方法，而且在各方面都有了全面的体验。

3、本课不足之处，我觉得语言组织方面，过于琐碎，不够精炼，重复部分较多，虽然过多的强调可以加深学生的印象，

可是也阻碍了学生练习的连续性，使他们过多的分散注意力。这点在以后的上课中应该多加注意。

4、本课的教学重点是提高学生的跳跃能力，但我在授课过程中没有给学生一定的时间、空间，让学生自我表现，限制了学生的创新能力。

5、在教学过程中，我没有完全放开，在目标分层化、组织游戏化、学生个性化等方面没有给学生足够的空间和时间，没有让学生尽情玩耍，享受其中的乐趣。

体育课蹲踞式跳远教学反思篇五

初学立定跳远的小学生，往往急于跳“远”，忽视了起跳的“高度”，具体表现在：起跳后身体用力向前冲。由于没有高度作保证，结果还没有作出完整的立定跳远动作，身体就已经落地了，难以形成腾空后的收腹举腿动作。为解决这一问题，在课中我通过各种手段来进行尝试练习。

其中最有效的方法是：将小垫子叠成竖立的“人”字型，让学生模仿“兔子”从上方跃过，跃过时要注意收腹举腿。这是利用学生善于模仿、乐于表现的心理特征而设计的。在不断地尝试中，通过利用这一游戏进行多次反复的练习，不仅有效地延长了身体在空中的滞留时间，改善了腾空的动作，而且充分发挥了学生的模仿力和想象力，满足了新课标中课堂教学要注重培养学生综合素质的需要。

同时，由于课堂气氛活跃，同学们既合作又独立，兴趣盎然，训练的积极性很高，效果明显。