

# 小学体育跳皮筋教学反思(模板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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 小学体育跳皮筋教学反思篇一

教学目标：运动参与：创设abc情境，激发参与兴趣运动技能：掌握通过不同障碍的方法身体健康：发展灵敏、速度素质心理健康：培养战胜困难，勇于取胜的坚强品质社会适应：小组交流通过障碍时的方法与比赛时的心情教学过程：一、课堂常规 1. 四列横队..

课题：障碍跑教学目标：

运动参与：创设abc情境，激发参与兴趣

运动技能：掌握通过不同障碍的方法

身体健康：发展灵敏、速度素质

心理健康：培养战胜困难，勇于取胜的坚强品质

社会适应：小组交流通过障碍时的方法与比赛时的心情

教学过程：

一、课堂常规

1. 四列横队集合，体育队长喊口令整理队伍(图略)

2. 宣布上课，师生问好，检查出勤情况，宣布本课内容
3. 激发参与情趣：今天锻炼大家战胜困难的信心和能力比比看谁克服障碍、战胜困难表现的最棒！

## 二、准备练习：

1. 慢跑400米
2. 徒手操： 肩肘绕环 扩胸 振臂 体侧 腹背 下蹲 膝绕环 正压腿侧压腿
3. 专项练习： 原地摆臂 原地高抬腿

## 三、障碍赛跑

1. 按男生两队、女生两队进行比赛；调整各队人数(人次)。
2. 带入赛场，介绍障碍及比赛方法(略)。要求既要快速完成比赛又要保证安全。
3. 各小队商议如何快速、安全进行比赛？
4. 比赛(一)： 《30米钻圈障碍往返跑》(返回时不过障碍)
5. 宣布第一次比赛结果；各小队总结首场比赛战况，以利再战。
6. 进行第二次比赛。
7. 宣布第二次比赛结果；各小队总结首场比赛战况，以利再战。
8. 比赛(二)： 增加难度进行 《30米钻圈、跳跃(小垫子)障碍往返跑》
9. 各小队商议如何快速、安全进行新的内容比赛？及交流刚才

比赛的感受。

10. 进行第三次比赛。

11 宣布第三次比赛结果。并请部分同学谈出面对困难时应该怎么办？

四、课堂小结：

1. 表扬、鼓励今天表现突出的同学及小队

2. 宣布下课，师生再见！

反思：培养战胜困难，勇于取胜的坚强品质

小组交流通过障碍时的方法与比赛时的心情

## 小学体育跳皮筋教学反思篇二

学习目标：能够在练习中相互合作，互帮互助，认真完成学习任务，提高自己的投掷水平。

学习内容：原地侧面投掷垒球

学习步骤：

一、 情景导入

教师活动：

1. 组织学生队列常规练习。

2. 提示学生在平时的生活中见过那些会飞的昆虫和东西，并让学生尽情想象，自由模仿他们的飞翔动作。

3. 带领学生进行准备活动练习，使学生知道各准备活动的方法和意义，并能够记住，以后在没有老师的带领下自己会做(提示下一次由学生来带领大家共同来练习)。

学生活动：

1. 集中注意力，认真进行队列队型练习。
2. 虚心学习知道各节准备活动的方法和意义。
3. 充分展示自己的想象力，形象逼真地模仿各种飞翔动作。

组 织：队列练习时四路纵队，模仿练习时无固定队型。

---

---

---

---

## 二 合作探究\掌握技能

重 点：蹬地转体动作的身体体验

难 点：蹬地转体与快速挥臂间的较好衔接

教师活动：

1. 老师先带领学生分解动作(重点体验蹬地转体有力)，然后再把动作连贯起来徒手练习。
2. 组织小组长带领学生到指定地点进行持球投掷练习，强调

练习时一定要共同去捡球，投掷方式由组长和同学商量决定。

3. 老师巡回指导，及时纠正学生的不规范动作，对投掷动作质量比较差的同学，热心帮助，并给予积极的鼓励。

学生活动：

1. 认真反复练习，细心体会蹬地转体动作，能够做到和同伴间相互交流学习，共同进步。

2. 积极配合听从小组长的指挥，练习中发扬互帮互助和相互激励的团结和奋斗精神。

3. 虚心向同学和老师学习，不断改进自己的动作，提高自己的投掷水平。

组 织：

### 三 总结经验、展示技能

教师活动：1. 教师通过询问了解学生对该次课技术的掌握情况，并组织学生在跑道线上进行自我的立定跳远练习。

学生活动：积极思考回答老师的问题并进行立定跳远的练习。

组 织：四列横队到自由分散练习

场地器材：田径场一片 垒球36个

## 小学体育跳皮筋教学反思篇三

学习目标：开动脑筋发挥想象，乐于参加活动敢于自我表现；体验个人活动与集体活动的区别；说出自己在体育活动中的表现。

学习步骤：

## 一、进入动物天堂

教师活动：

- 1、组织学生看老师的表演。
- 2、组织学生模仿动物的动作。
- 3、组织学生进入动物天堂。

学生活动：

- 1、看老师表演激发学习兴趣。
- 2、进行模仿动物动作的活动。
- 3、在老师的组织下进入动物天堂。

组织：分散练习四路纵队

000000000000

000000000000

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

p

## 二、寻找动物的食物

教师活动：

- 1、帮助学生分组。
- 2、启发学生开动脑筋进行食物图形粘贴。
- 3、组织学生进行观摩交流，评选最正确贴图。

学生活动：

- 1、在老师的帮助下分成四组。
- 2、开动脑筋相互帮助完成贴图活动。
- 3、互相观摩交流，评出贴图明星。

组织：四大组分散站立

### 三、搭建动物乐园

教师活动：

- 1、组织学生搭建动物乐园。
- 2、鼓励学生发挥想象建造动物住所。
- 3、启发学生与动物一起活动。
- 4、鼓励学生勇于自我表现。
- 5、组织学生观摩交流。
- 6、教师评价。

学生活动：

- 1、发挥想象为动物搭建房屋。

2、在搭好的房屋里进行跳方格，享受成功的喜悦。（搭阶梯状）

3、与小动物一起玩乐。

4、敢于自我表现，学生进行个体表演。

5、参与老师评价评出造屋小能手。

组织：分散四大组

四、回归美丽的自然

教师活动：

1、启发学生动物原来的乐土在哪里。

2、组织学生拆除动物房屋，让小动物回归大自然。

3、组织学生戴上动物头式跳起欢乐的“找朋友”。

4、教师评价。

5、学生交流。

学生活动：

1、一起动手拆除动物的房子。

2、寻找朋友与朋友一起在音乐中跳起欢快的“找朋友”舞蹈。

3、学生交流心里的感受：从小就有爱心是一个人的美德。

4、参与老师的评价寻找本节课自己的收获。



组织：分散四列横队

## 小学体育跳皮筋教学反思篇四

### (一) 指导思想与理论依据：

本课依据《体育与健康课程标准》，坚持“健康第一”的指导思想。以学生的发展需要为中心，遵循技能形成的规律，鼓励学生通过练习与体验，探寻和纠正技能动作，启发学生自学自练、互帮互学，并逐步形成积极主动的学习态度，从而促进学生学习能力的提高。教学过程充分发挥教师主导作用，彰显学生学习的主体地位，有序的组织教学。关注学生的个体差异，使每个学生在与同伴的合作学习中得到技能的逐步提高，心里的愉悦与满足。在教学过程中学生初步体会练中生疑、练中思疑、练中释疑的体育学习方法，培养学生终身体育意识。

### (二) 教学内容：

本课教学内容选自人教版小学体育与健康教材第四册，内容是小篮球：原地运球和游戏：前赴后继。

### (三) 单元课次：

小篮球原地运球单元共安排3课次，本课是第3课次。

#### 单元计划：

第一课次：初步学习篮球基本站姿、双手持球的方法，重点进行1—2种熟悉球性的练习，使85%的学生基本掌握1—2种的熟悉球性的练习方法。

第二课次：进一步进行熟悉球性的巩固练习，重点学习原地运球的技术动作，使80%的学生正确掌握原地运球的技术动作。

第三课次：进一步进行原地运球的巩固练习，重点练习与纠正原地运球低头运球的错误动作，使80%的学生能都抬起头来运球。

#### (四) 教学背景分析：

##### 1、教学内容分析：

在人教版教材中，小篮球从四年级开始出现至六年级，技术动作呈由易到难的递进，是小学球类教材学习中重要的组成部分。根据小学生年龄特点，小学篮球教学，主要抓熟悉球性、脚步移动、传接球、运球和投篮等最常用的几项主要技术动作进行教学，重点以学习基本技术和技能，提高身体基本活动能力为主，目的是使学生初步掌握基本技术，懂得一点比赛规则，培养篮球运动兴趣，引导学生积极参与，主动学练。

根据篮球内容教材中的分布情况，制定四年级篮球原地运球的单元计划。单元目标：学会原地运球的方法，初步掌握原地运球手触球的部位和时机，发展协调性和上肢小肌群的控制能力，激发学练兴趣，培养良好的合作意识。根据丰台区小学体育教学统一计划安排，四年级原地运球共1.5课时3课次，本课次在单元计划中是第3课次。

##### 2、学生情况分析：

(1)心理特点：四年级学生活泼好动，喜欢上体育课，对体育运动具有良好的参与意识，并且对教师明确提出的学练要求能够主动完成，同时，他们对动作的认识具有了初步地自我分析、理解能力，对动作的完成质量有了初步的评价与量化标准，这是进行合作学习，教学中能高效率完成尝试与体验的一个先决条件。

(2)生理特点：四年级学生开始进入青春初期，身体发育较快，

身高明显增长，身体素质明显增强，但长时间、大运动量的练习容易产生疲劳感，易产生消极情绪。技能的形成过程较低年级快，对粗略动作的掌握较快，但细致程度不够，在学练的过程中，动作容易变型，走样，形成各种错误的技术动作。

(3)技能基础：篮球原地运球的技术比较简单，在日常的生活和学习中，学生们都或多或少地参与过，形成了一定的技术基础，但是也养成了一些错误的练习习惯，需要教师在教学过程中及时纠正。

年级：四年级人数：28

1、小篮球：原地运球2、游戏：前赴后继

教学目标

- 1、采用不同方式巩固练习原地运球的技术动作，80%的学生能抬头运球
- 2、发展学生上肢小肌群力量及协调性，提高手对球的控制能力
- 3、培养学生合作意识，激发学生对篮球运动的兴趣

教学内容

开始部分

一、课堂常规

1、体育委员整队

报告出勤人数

2、师生问好。

3、宣布本课内容：

4、检查服装，安排见习生。

二、队列队形练习

1、齐步走，立定

准备部分

一、一般性准备

1、七彩阳光

预备节

第一节伸展运动

第二节扩胸运动

第三节踢腿运动

第四节体侧运动

第五节体转运动

第六节腹背运动

第七节跳跃运动

第八节整理运动

2、小游戏：小兔摘瓜

## 二、专项准备

1、双手体前拨球

2、双手体前抛接球

### 基本部分

一、小篮球：原地

#### 运球

动作方法：运球时，两脚开立，两腿弯曲，上体前倾；五指自然分开，用手指手掌触球(手心空出)，以肘关节为轴，当手触球时小臂和手腕随球向上的缓冲，然后小臂下伸，手向下按压将球拍向地面。如此反复进行。

教学重点：抬头运球

教学难点：抬头运球

二、游戏：前赴后继

游戏方法：(略)

游戏规则：

1、前一组分出胜

负，第二组便可出发游戏。

2、出发后必须运着球走，相遇后双手持球。

3、哪一组“门前”球多，哪一组告负。

结束部分

一、学生自主进行

熟悉球性的练习

二、小结本课

三、安排学生收器材。

四、师生再见

## 小学体育跳皮筋教学反思篇五

教学内容：

1、行进间队列（齐步走）

2、游戏：你追我躲

教学目标：

1、让大部分学生进一步了解齐步走的要领，正确身体姿势和良好习惯

2、使学生在集体行动中逐渐养成动作正确、听从指挥、遵守纪律的良好作风。

3、通过游戏发展学生的跳跃、躲闪的能力发展弹跳力，培养学生机智、勇敢、顽强和应变的能力，感受成功的快乐和生动活泼的情绪。

教学步骤：

一、开始部分（6-5`）

- 1、学生自己按大小个男女生排成二列横队。
- 2、复习前几节课的内容。
- 3、教师领学生进行象形模仿游戏。（螃蟹、小鸟、大象、狗熊、鸭子等）

## 二、基本部分（25`）

### （一）行进间队列（齐步走）

注：在练习的间隙适当安排象形模仿游戏吸引学生注意力。

### （二）游戏：你追我躲

- 1、介绍游戏的方法和要求
- 2、教师领学生练一遍
- 3、进行游戏

### 注意安全

## 结束部分（5-4`）

- 1、复习本课内容
- 2、象形游戏，放松
- 3、小结