# 初中体育教学反思（大全5篇）

来源：网络 作者：春暖花香 更新时间：2024-06-11

*第一篇：初中体育教学反思新课程改革的教学理念认为,初中体育教师在教学过程中,应积极引导学生展开反思性评价,以激发学生的学习兴趣,促进对学生个性培养。下面小编为大家整理了初中体育教学反思范文，欢迎参考。初中体育教学反思范文篇一本课是一节九年...*

**第一篇：初中体育教学反思**

新课程改革的教学理念认为,初中体育教师在教学过程中,应积极引导学生展开反思性评价,以激发学生的学习兴趣,促进对学生个性培养。下面小编为大家整理了初中体育教学反思范文，欢迎参考。

初中体育教学反思范文篇一

本课是一节九年级的体育课，主教材是“立定跳远”和游戏“拉网捕鱼”。在七年级时，学生已经学过了立定跳远，大多数学生基本上已掌握了动作的要领，但为了提高学生的身体素质，进一步提高成绩，改正动作，到了九年级时，学生依然还要学习立定跳远。

立定跳远是一种非常单调，枯燥的项目，所以学生比较喜欢选择跑或者投掷类的体育课，而在以往的教学中，我发现其他的老师总是采用老一套的教学方式，教师先示范讲解，然后全体学生听教师口令集体学习，一遍又一遍的练习，整堂课下来，学生学习的积极性不高，学的动作变形，有的学生还坐在地上偷懒，而且学生每次测验的成绩也不是很理想。

现在，体育课堂教学进行了改革，“主体性教学，创新思维的培养”的提出，打破了传统教学模式的羁绊，强调以“教师为主导，以学生为主体”。要求教师通过自己的主导作用，充分发挥学生的主动性，积极性和创造性，使学生在参与教学的过程中做到乐学，会学，善学，从而保证教师的教和学生的学都达到最佳的发挥和发展，所以，在本次课的设计中，我对突出“主体性教学”的方法，做了一些尝试，主教材的部分采用了分组教学方式—竞赛评比法—游戏教学法。

1.让学生自由组合，7—9人为一小组，由小组长负责。带领组员进行立定跳远练习，教师到每组实行检查。

2.每组可选送4名成绩优秀的同学，代表本组参加比赛，然后从中选取出8—10个跳得最远的同学给予奖励。

3.分成四大组，进行“拉网捕鱼”的游戏，看哪一组的反应速度和奔跑能力好，既锻炼了学生的身体素质，又提高了学生的团队精神和对体育课的喜爱。

通过本次课的教学，我得到了很大的启发，很深的体会。

分组教学方法改变了过去以教师为主的被动式教学方法，调动了全体学生的积极性，全体学生的共同参与，也避免了少数学生厌学当观众的现象，从而有效地克服了长期以来形成的素质与素质差生的两极分化的弊病，利用团队的力量创造良好教学环境，加强学生与学生之间的合作学习能力，学生与学生相互指导，相互帮助，合作学习加深了学生们的友谊，提高了学习效果。

学生通过分组比赛，进一步增强了责任感荣誉感以及和组员之间的凝聚力，从学生的练习程度上不难看出，学生对分组教学方法很感兴趣，教学比赛既是素质，技术，战术的较量，也是对学生心理素质的考验，比赛增强了学生的自信心，勇敢性和坚强的毅力，同时又培养了学生的竞争意识和创新能力。因此，分组比赛对提高全体学生的参与能力培养良好的心理素质方面也有着显著的功效。

通过课堂实践后，让我重新认识了教学的意义，学生应是学习的主人，是课堂上主动求知、主动探索的主体，教师教学的过程要顺应学生学习的过程，教师只能是在学生时行探索学习的过程中遇到困难和出现问题时，时行有效的引导和帮助，力求展现学生在自主探索活动中突出主体，突出个性，并获得积极的，成功的体验，使学生的创新意识和实践能力得到切实的培养。

初中体育教学反思范文篇二

在体育课分层教学中，无论是‘同质分组’还是‘异质分组’都容易忽视一个问题，即忽视中等程度的学生，使他们成为‘中间沉默层’，针对这种现象，教师在教学中应多关注‘中间层’的学生，以做到面向全体，共同提高。

.在体育课分层教学中，教学不是注意培优，就是重视补差，中学生则很少有机会地得到进一步帮助，一是中学生不能像优生那样准确完美的完成动作，而是需要教师花费更多时间进行辅导，二是不属于“关心辅导”的对象，加上有的中等生在性格和气质方面性格内向.偏于沉默，时间久了，他们的进取心和信心就有所减退，于是成了“沉默层‘。对待这些学生，教师如果不及时解决，他们就会向差生滑落，成为新差生，为此，教师在注意营造轻松，愉快，民主，和谐的教学氛围，賜发令他们学习兴趣的同时，培养自信，促其进步。例如，在体育教学中，一些略有难度的动作，在差生完不成的情况下，教师可以请中等学生来当老师帮助他们，给中学生表现’我能行，试一试‘的机会。另外，在分层教学中采用同质分组，更有利于中等生的培养，因为水平相近，心理没有压力，敢于练习，易于讨论，也便于教师有针对性的指导，尤其在他们解决问题中处于“愤，排”迷惑之时，教师及时引导，给予点拨，使其顿悟，体验到成功的欢乐，树立信心。

“中间沉默层‘的学生不像优秀学生得到老师的赞赏，也不像差生得到老师的特别呵护与关爱，体育成绩虽然不是优秀，但也说的过去，家长也不会批评，从而产生比上不足比下有余的思想。满足于现状是造成中等生甘居中游的主要原因。为此，教师课根据”最近发展区“的原理，帮助中等生在班上选择学习的榜样，确定进取目标，榜样的确立要符合学生的知识水平和接受能力，既不能让学生”坐着摘桃子“，也不能叫学生‘跳起来摘月亮”，一旦他们追上目标，信心就会加强，学习积极性也会提高，这时再对他们适度提高要求，确定高一些的目标，鼓励学生继续努力。同事教师要给予必要的关爱，使中等生一步一个脚印地朝着不断提高的目标攀峰，从而使他们感到自己的进步，体验到成功的喜悦，促使“中间沉默层’积极转化。

“思进畏难‘使中等生所共有的心态。再与中等生交谈中，了解到“中间沉默层的学生也像努力学习，也像赶上优生，但因基础不够扎实，学习中遇到的困难比较多，缺乏克服困难的毅力与勇气，一遇到困难，就打退堂鼓。针对这种情况，教师在关心指导的同时要加强对中学生的帮助，督促，检查，评比。首先我们给基础相对好的中等生配格优生当小老师，结成对予。平时中等生遇到困难由他辅导。其次让优生协助老师经常提醒督促中等生课堂上练习。检查是否完成各项目标，促进中等生去掉”畏难“心态’。改掉‘疲沓“习惯。此外，定期开展评比，通过评比，发现典型，树立榜样，并编入优质组。对停滞不前甚至倒退的学生，帮他们寻找原因，调整目标。在评比中，不但要引导中等生自我纵向比较，还要引导与他人横向比较，让沉默层时时都有新目标，新的追赶对象，不断进取。

总之，只要教师都能认真，耐心做好’中间沉默层”的促进工作，中等生也有突破成为班上优生的可能，同时对优生也能促进作用，从而达到全体学生均衡发展，整体发展的目的。

初中体育教学反思范文篇三

作为一名青年教师，在这几年的工作中，我收获很多，有经验，有教训，也有喜悦。青年教师面临的最大不足就是缺少经验，对教学的重点难点把握不住，我知道了自己教学中的不足，刚开始不知道学生学过什么、掌握到什么程度，语速和教学进程都比较快，如原地的三面转法的学习过程中，向右转的口令发出后，有好多学生方向会搞错，在以后的教学中我就把向右转的右字口令拖长，给学生足够的反应时间

课堂教与学的效率是关键。在课堂上要合理组织好内容，优化教学手段，发挥学生的主动性，关注全体学生，注意信息反馈，创造良好的课堂气氛，但同时要注意对学生做到收放自如。不能让学生过于活跃，否则不利于控制课堂纪律，进而影响学习的效果。要跟学生保持适当的距离。这一点开始我做得不好，跟学生走的太近，不利于老师在学生心目中的威严形象，不利于教与学。根据小学生的情趣特点、身体素质、接受能力这些特征总结出在体育教学中应注重“教”与“玩”的结合。低年级的小学生，理解能力和应用能力都比较差，在体育教学过程中，我常常会遇到自己讲的头头是道，学生却似懂非懂的情况，因此在教学中必须将“教”同“玩”结合起来，同时通过做游戏等趣味活动来启发学生理解教学内容，做到潜移默化，当然课堂纪律问题也不容忽视，因此我会特别注意以下几点：

1、队形、队列：这是培养学生正确的身体姿势和加强纪律性的手段，是小学教学的重要一环。如何使之专心致志，排除一切杂念，这是教师所采取的手段。有时同学出现的顽皮，不遵守纪律的现象是由好动而动得不适时产生的。针对“好动”这一天性，我注意加强课堂常规教育和训练，逐步发展他们的自制力;同时，还有意识地加强一些集中注意力的练习，随时把他们的注意力引到正确的道路上。这样才能达到教学目的，完成教学任务。当然，训练队形队列，同学的步伐，精神饱满与否和教师的口令和生动的启发性语言有关，因为学生最敏感，对老师的表情最易感染，为师的要起表率作用，否则这一单调和枯燥的项目，学生就不会持久，尽管一般不超过十分钟，但由于“疲劳”的出现，自然会导致不守纪律的现象发生。对这项，我今后一定更引起重视。

2、游戏：可以使紧张的体育课变得生动、轻松，具有吸引力，激起学生的学习兴趣和热情，使之灵活运用走、跑、跳、投掷等基本技能，在竞争中得到锻炼，同时也培养了学生勇敢顽强的好作风及团结互助的共产主义风格，思想和技术双丰收，效果显著。随着教改的逐步深入，我认识到要把游戏教学搞好，必须要先吃透教材，了解中学生的心理特点，从而抓住实质，提高效率。其次是发挥教师的主导作用和教学艺术，处理好教与练的关系。这种应变能力\_\_平时积累，虚心学习都能逐步丰富。对学生的脾气也不尽掌握，因为“好胜”竟会奋不顾身地只顾荣誉而不管安全。为此，得总结教训，从热爱学生出发，重视安全教育，加强保护工作，严防伤害事故的发生。

体育课在室外，接触面大，极易受周围的人和事的暗示，有时竟会不加选择地模仿他人动作。这主要是学生的活动自觉性、持久性差的缘故，往往他们是受环境感染而不是他们的自觉性，有的则表现为任性、执拗，不守纪律由自然变为习惯，这就难了，说实在的，一节体育课不可能过细地作几个差生的思想工作，特殊的课程有时只好采取特殊的手段。但是粗暴的训斥不是根治的办法，用软的“哄”虽是办法，但他们有时也会无动于衷，好像都会伤害他们的自尊心。如何处理课内出现的的调皮生，这本是体育老师必备的基本功。

当然还有很多地方存在着不足，我将在以后的工作中不断学习，争取能够做的更好。

**第二篇：初中体育教学反思**

初中体育教学变向运球的反思

浙江省上虞市实验中学 程素珍

教学反思是以阶级教学过程中的问题为出发点,以追求教学实践的科学性为动力,强调 “学会教学”、“学会学习” “学会创新”的过程．教学反思可以对教与学活动的全过程各个环节进行,但其中主要是在目标统领下对课堂的组织教学、教学方法的反思,因为它是提高课堂效率的重要依据.教学反思按教学过程分为教学前、教学中、教学后三个阶段.现结合体育教学中的变向运球为例,谈谈我的看法.一、教学前的反思

在传统的教学中,教师关注的是教学后的反思,忽视了教学前的反思.实际上教师在教学前对自己的教案及课堂设计思路进行反思,不仅是教师对自己的教学设计、教学方法的再次查漏补缺、吸收和内化的过程,更是教师关注学生,体现“以学生为本”的这一理念的过程.1.起点是否合适

起点是新知识在原有知识基础上的生长点.只有起点合适,才有利于促进知识迁移,学生才有兴趣学.起点过低学生不愿意学、厌学;起点过高,学生难掌握、怕学.如初一学生的篮球运球教学中,学生从小学到初中大多的学生都怕拍球,如果一味的让学生从头开始,学生会产生厌倦、不想学的念头,所以在了解学生基础上,必须变化运球的方法,可以从变向运球开始学习,这样有利于激发学生的积极性和兴趣.2.重点是否突出

重点是一节课内的枢纽，在时间分配上必须保证重点练习时间，同时辅以重点内容的练习方法，引导和启发对重点内容的理解。让每个学生做到心有重点，练有重点，这样才能使一堂课有个灵魂，在学生练习过程中要突出“变向”二字，同时，如变向跑、变向运球追逐等。也可以启发学生从变向的字面上进行探究，自主的学习，让学生在学、练中明白其中的道理，从而做到有顺序，有目的的变向运球。3.讲练是否透彻

动作技术在理论理解的基础上，还要通过一些身体的强化练习才能得以掌握。每个学生都喜欢篮球运动，因此教学过程中要把练习的手段方法当做一条主线，通过精确的讲解、示范，来引导学生探究、引导学生竞赛，同时在巡回指导中纠正学生一此错误斩练习方法，以便学生能正确的学，愉快的学。

二、教学中反思

在教学中进行反思，即及时、主动在教学过程中实施中反思，这种反思使课堂教学高质高效地进行。课堂教学中教师要时刻关注学生的学习过程，关注所使用的方法、手段以及目标达成的效果。捕捉教学中的灵感，及时调整组织教学方法，做到教学灵活，巧妙调控，使课堂效果达到最佳。1.学生在课中的参与

学生是课堂中的主体，是以一定的参与度做保证的，学生没有参与或少参与，就算不上“主体”了。学生的参与状态，既要看参与的广度，又要看的深度。就广度而言。学生是否全面参与到课堂教学中来，是否参与了课堂教学中的每个环节;就深度而言，学生是主动的、积极的，还是被动的、应付的。2.学生在课中的交流

交流是培养学生友好往来，合作精神的重要途径，也是学生为主体的具体体现。教学中我用“随机式”的分组方法进行交流。这有利于学生的个性发挥，但由于素质的差异不能进行很好交流，可以用“朋友式”的组合方式进行合作学习，这有利于学生相互学习、相互促进交流的气氛相当浓厚，学生的个性更能无拘无束发挥。因为他们是朋友，多而也促进了学生的学习积极性，也减少了个体差异，因为他们为了这个合作进行互助，使自己的这个合作小组能全面发展和提高。3.学生的目标达成

在课堂中，教师要时刻关注学生有无切实掌握动作技术，并将所学在技术纳入自己原有的技术中融会贯通。同时还要关注在目标的过程中是否积极主动的投入，是否熟悉地掌握和 运用，在致力于面向全体的同时，是否能让素质好的“吃的饱”，让慢生“吃得了”。让每个学生学有所得，各得其所。

三、教学后反思

课堂教学都是在教学后的评价反思、反馈纠正中得以升华，反思取“好坏”，得“扬弃”，求“纠正”，促“提高”。是找出原因和解决问题的捷径，是实践经验的系统化、理论化过程。1.成功的经验

它可以是教学奇思妙想，灵机一动;也可以是教学方法的精心安排，巧妙之举;更可以是师生交流的精彩的对话„„这些成功的教学经验值得以后的借鉴。2.失败的教训

再好的教学方法在实践过程中也有节外生枝的，可怕的是没有进行系统地回顾、梳理，没有对其作深刻的反思、探究和剖析。那么在今后的教学中要更上一层楼很困难，只有吸取教训，总结、反思失败的原因，找出解决问题的方法，才能使我们的教学再接再厉。3.教学的应变

课堂教学中，随着基本部分的开展，师生的思维发展及情感交流的融洽，往往会因为一些偶发事件而产生瞬间灵感。这种“做法”要比自己平时想的高明很多。这此“智慧的火花”,常常是不由自主、突然而至的，若不及时利用课后反思去捕捉便会因时过境迁而烟消去散，令人后悔莫及。4.教案的修正

课上完后,静心沉思:除了上述提到过的问题以外,组织教学方法还有何新招?教法、有哪些创新?易发生的误区有没有突破?引导是否得当?练习是否到位?体现了哪些教学规律?等等.几时记下这些得失,并进行必要的整合和取舍,考虑一下再教其它内容时应如何处理,并记录下来,可成为今后教学的丰富素材.总之,教师在进行教学后反思时要及时做好笔记.教学的探索创新不是一天两天就能完成的.要做到常思常想,常想才能常新,善于捕捉灵感的火花,勤于动笔.同时还要经常学习教育理论,积累教学材料,以便更好的积累自己的教学实践.把自己磨练成适应课程改革的科研型教师.

**第三篇：初中体育教学反思**

排球教学体育教学反思

大桥乡学校

袁玉亭

由于体育课大都是在室外进行，组织教学的目的就是要排除各种干扰，激发学生兴趣，从而完成教学任务。只有合理而周密地组织教学，才可能使学生从物质上、从心理上作好充分准备，从而保证体育教学过程的顺利进行。因此，组织教学是上好体育课的关键。

在教学过程，教师、学生、教材三者通过复杂的相互作用，使学生成为一个动态的统一过程。在这一过程中，教师采取一定的组织教学形式来完成一定的教学任务，从而实现老师的“教”和学生的“学”的目的。然而，教无定法，任何教学方法和组织形式都是根据一定的教学内容和教学对象而变化的。怎样抓好初中体育课的组织教学、更好地为教学服务呢？

在初中体育教学中，教师要根据体育课是通过身体的各种练习，使体力活动与思维活动紧密结合，掌握体育知识、技能和技巧以及室外上课的特点，行之有效地组织教学。

抓好体育课堂常规的组织教学。体育课堂常规是规范体育课必要条件，教师必须严格认真，坚持不懈地抓好体育课常规教育。尤其本节课依据新程标准精神及体育与健康课教学大纲的要求，坚持把“以学生发展为本”、落实“健康第一”作为指导思想，促进学生健康成长，在教学中注重，以学生为中心，重视学生的主体地位，同时充分发挥教师的主导作用，关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益，鼓励和引导学生在学习中积极动脑，互相协作，互相探讨，提高学生在学习过程中的感兴趣程度，使学生能积极主动地参与到课堂中，营造一个宽松、和谐、民主的教学环境。

从新课程标准所设置的学习目标来看，在义务教育阶段，应注重学生基本的运动知识、运动技能的掌握和应用，不过分追求运动技能传授的系统和完整，不苛求技术动作的细节。本节课我选择排球，而排球源于游戏，是一项深受广大学生喜欢的球类运动。长期以来，我们在教学中更多地追求它的技术性，忽略它的趣味性、娱乐性、观赏性；忽视了学生的主动性，这样严重地挫伤了学生的学习积极性。随着新课程标准的实施，如何以人为本，全面关注每个学生的发展，真正把“健康第一”的指导思想落到实处；如何改变学生的学习方式，让学生成为学习的主人；如何使球类教学做到源于游戏，回归游戏，真正做到寓教于乐，是本节课力求探索的问题

**第四篇：初中体育教学反思**

初中体育教学反思

光阴似箭，不知不觉已经从事体育教学20年了，在体育与健康教学课上，怎样上课效果好，怎样上课更容易让学生更好接受的问题上，一直以来总觉得想说点什么，想写点什么。今天有幸在这里提笔写出自己的一些反思，很是激动，也很高兴。

下面我将以自己的一节广播操新授课为例，示例中包括课前的备课，以及课中复习部分、基本部分、结束部分的组织、讲授、如何让学生与学生、学生与老师合作学习，怎样让学生体验合作学习的快乐，做一反思，不足之处望大家给以指导。

首先，我从课前的备课说起，一般的备课我主要从两方面着手，其一，熟悉自己所讲授课程的教学内容，教学重点，教学难点，为自己上好一堂课做基础准备。其二，课前对各班级的学生做了解。了解各班的班风，以及班里面的学风、学生基础身体素质等。然后依据不同的班级制定不同的教学任务，教学目标。比如，拿我带的九年级4班来说，1班跟2班学生的力量素质就相对接近，但身体协调能力要相对较其它班级差一点，3班跟4班学生身体协调能力较好，但力量素质不足，尤其在做每一动作时，在要求动作到位的情况下，老是慢比别人半拍。在班风学风方面我通常了解的是各班的学习方式，是善于集体学习，还是善于个人思考单独学习。在做到以上一些了解之后，我会给各个班级定下不同的教学目标。为课堂教学做好充分的准备。

其次，咱说上课，体育与健康课程的讲授与其它室内课不同，要想上好一节体育课，必须让学生们动起来，而且是让他们从内心想动。蠢蠢欲动。让他们有一种老想伸手试一试的感觉，而要让学生自己活动起来，自主学习，我认为关键还是调动每个学生自己的积极性，让他们对内容感兴趣----特想学。拿我上中学生广播体操《舞动青春》第一节伸展运动来说，我的教学重点：是让学生把握动作细节总结动作规律，细节的包括手上动作、眼神等，品规律是让学生找动作的重复相同之处，自己加以琢磨、归纳教学难点：依据不同班级学生，教学难点不同。对于力量相对弱的班级学生来说，难点在于动作的到节拍位度。一般采取多家练习以增强力量素质。而对于协调性较差的班级学生来说，难点则在于他们协调性的练习。教学目标上技能教学目标：让学生运用自己的思维掌握动作要领。情感目标：其一是要让学生在做动作时体会体育运动的动作美。其二，在学生间交流学习动作的同时，学生与学生彼此间的心灵沟通，同时学生与老师之间的关系也得以调节，增强生生、师生间的关系。下面来具体说说我是如何上《舞动青春》第一节：伸展运动课的。总体来说我分三个步骤：第一步：教师自己做完整动作，让学生在感官上认识动作，并初步在自己的脑海里建立映像--再练习，最后完成动作。需要注意的是，再课上，教师要一直循序不断的跟各组学生一起研究引导学生，做到及时补充说明。

在学生练习动作这一块，我一直认为，只要是经过自己亲自研究后，往往掌握的动作记忆深刻，不容易忘记。所以每节课教学，学生学习效率特别高，很快就达到了预期的教学目标。

课的结束部分，除了安排学生课后熟加练习以外，一般我还会安排几分钟时间给学生做下节课的教学内容，这样即对学生起到预习的作用，又让学生对下节课产生浓厚的兴趣。让他们觉得：“哇，下一节更好看啊！”这样他们就会更加期盼下一节体育课啦！

总之，在以后的工作中，我将坚持不懈，及时总结课堂教学的不足，努力做到让学生容易懂，容易学，在充分掌握运动技术的同时，提高学生广泛的兴趣爱好，以促进学生的身体心里健康，让他们在快乐中完成教学。

**第五篇：初中体育教学反思**

初中体育教学反思

体育教学目的是增强学生的体质，促进身心发展，使学生在德育、智育、体育、美育各方面得到全面发展，对发展学生身体各方面素质、培养学生集体主义观念，锻炼学生克服困难，勇敢顽强的意志品质起着重要的作用。其实大部分学生不论自身的体育成绩如何，他们对体育运动都有着浓厚的兴趣。培养和利用学生对体育运动的兴趣，充分调动学生的积极性，使课堂气氛变得更加欢快和愉悦，对我们的体育教学工作会起着事半功倍的效果。

一、中学体育包括理论与实践两大部分。理论课十分抽象、深奥，并且系统性不强，实践课包括队列队形、基本体操、跑、跳、投、技巧、支撑跳跃、单杠、双杠、民族传统体育、篮球及韵律体操和舞蹈等。体育课是身体活动课，而身体活动是以身体素质与思想素质作基础的。学生基础不同，要掌握相同的教学内容，这也成了体育教师的一大难点。另外限于条件，体育实践课受场地影响大，背越式跳高少不了海绵包，篮球教学要有很多的球与球场，遇大风、下雪、落雨、强日光，体育课变更的随意性则更大。

二、初中学生正处生长发育的第二高峰期，即青春发育期。第一，由于体内新陈代谢旺盛、精力充沛，充满朝气，活泼好动，喜爱体育运动及竞赛以表现自己。第二，由于身体发育不均衡，加之中枢神经系统调节能力差，所以动作笨拙、别扭、不灵活，而且容易头晕和疲劳，干事情往往虎头蛇尾、有始无终。第三，由于性机能开始成熟，性意识觉醒，开始注意异性，产生好奇心，并且爱表现自己来吸引异性。第四，成人感产生并逐渐对身体形态产生意识，开始评价别人和进行自我评价，所以应以正面教育引导为主，不可打击其自尊挫伤其人格。

三、游戏法教学是比较适合的方法。体育课中使用游戏法，可以激起学生运动热情；但当学生很活泼时上体育课，又必须集中其注意力并稍抑制其激情，这时可用集中注意力的游戏；素质练习很枯燥乏味，可用游戏法进行调节，如追逐跑练奔跑能力、听信号追逐跑练反应速度与动作速度，“跳深”与蛙跳的竞赛练跳跃能力，不同高度的橡皮筋可用来练障碍跑和跳高。结束部分用音乐伴奏跳迪斯科来放松肢体，或用听信号大声笑的游戏放松情绪。

总之，体育教学的目的不光在于让学生锻炼身体，而且还在于激发和保持学生对体育的学习兴趣。学生学习的内在需要主要表现为学习兴趣。学生对体育本身带有一定的兴趣，只要我们稍加引导就可以激发出学生的浓烈学习兴趣。了解了学生对哪些体育项目感兴趣，并根据此调整教学计划，使教学内容尽量与学生兴趣接轨。课堂中充分尊重学生主体地位，采用民主和商量的口吻进行调动，使其主动学习，才能使学习气氛宽松、广阔，学生无拘无束地置身其中，尝试学习，享受学习的乐趣，课堂焕发无限的生命力，学生思维活跃，热情高涨，真正成为学习的主人，成为课堂的主角。这样往往会取得事半功倍的效果。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找