# 初中体育教学课后反思5篇

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-07-18

*第一篇：初中体育教学课后反思体育教学旨在增强学生的体质,没有强健的体魄,其他学科的学习就没有保障，教育是一项多环节的工作,但是当前在教育工作中,教师一般都只注重于教给学生知识,而对于学生在学习方面没有一个较好的评价体系，因此对于初中体育的...*

**第一篇：初中体育教学课后反思**

体育教学旨在增强学生的体质,没有强健的体魄,其他学科的学习就没有保障，教育是一项多环节的工作,但是当前在教育工作中,教师一般都只注重于教给学生知识,而对于学生在学习方面没有一个较好的评价体系，因此对于初中体育的教学方式的确要好好反思一下怎么找到适合教学生的方法。下面小编为大家整理的初中体育教学课后反思，希望大家喜欢。

初中体育教学课后反思篇一

一、情景设置与信息反馈

在教学时如何提高教学效率，克服学生上课的惰性。首先根据学生的兴趣，让学生都对体育课产生浓厚的兴趣，但大多数为直接兴趣，作为体育教师应如何加以引导，让学生在玩中学，在玩中充分享受体育学习的乐趣，体验获得成功与进步的快乐。例如：在投掷的教学上很多学生都很喜欢，但按照口令一遍一遍地被动的接受，学生就会感到厌烦，没有发挥和自主激情。当第一队练习时，后三队的学生就有思想走神，不听指挥，甚至还有打闹的现象，纪律、队行就不能保障。再有教学中的教法单一，没有创新，做法千篇一律就像走形式似的，时间久了从学生的表情、行为就能看出来。针对这种现象，我们只有不断地学习新思想、新理念，掌握新信息，不断地改善和发展自己的教学观念，形成新的教育观;改革教育模式从而活跃课堂情景。并且，在教材上进行处理从多层次，多角度引导和鼓励学生，从不同角度探求新问题，在教学中的各个环节中穿插利用，形式灵活多样。学生喜欢形、色，较为鲜明的刺激、好玩、好动，在教学中就利用他们的特点，通过练习抛气球，投自己制作的纸飞机，投轻物、打活动目标，小组讨论研究，或者是分组教学、比赛与练习相结合，看谁投得远、投得准，以便提高同学们的积极兴趣。

二、引入趣味因素，激发兴趣，提高课堂效果

有的学生喜欢音乐，老师就通过音乐、舞蹈、歌曲引入课堂，以活跃课堂气氛，刺激学生潜在的天分用来加强学生练习效果，保证练习密度，达到锻炼身体陶冶情操的目的。学生在音乐的伴奏下，翩翩起舞精神振奋，陶冶在课堂之中。同时也培养了学生们的节奏感和韵律感。

体育教材中游戏占比例不大，而怎样利用游戏教学培养学生的创新能力，首先，要从游戏的规则下手，在游戏中模仿修改，从而逐步过渡到学生自己学会创编游戏，来提高学生的创新能力。在平时教学中我也有许多困惑的地方，在干部组织能力的培养上，不能充分调动他们的积极性，对体育教学是个很大的问题。上体育课不光是体育老师的事，需要干部的协作，才能起到团队的作用。改正措施是：调动干部的积极兴趣，培养和树立他们在班中的威信。经常与干部进行交流，让他们得到老师的信任，让他们给其他同学做示范，帮助老师进行组织教学。留给干部自主的空间，发挥干部的聪明才智，有效地帮助老师搞好教育教学工作。

三、改革创新发挥学生的想象力

在平时的教学中怎样给学生留有创造的空间是摆在我们面前的一个课题。平时，我反复学习新的理论思想，阅读优秀教师的文章，学习他们的新理念，找出适合我们教育教学的方法进行充实自己。通过理论与实践相结合我发现，让学生自己去亲自尝试，动手去研究是发挥他们想象力的最好的途径。实践是检验真理的唯一标准。例如：在运球接力游戏时，要求学生一次搬三个球，至于学生怎样搬，由学生自己决定。这样，给了学生一个创造的空间，并且让学生分小组研究，发挥干部的组织带头作用和用集体的力量去探索。游戏开始，我看到有的学生把两球夹在腋下用脚踢着一个球跑的;还有一个抱起三个球的，还有三个球一个一个往前滚的;五话花八门，各式各样。

如此种种方法把想象留给学生，让他们去创造，去想象发挥学生的那一份纯真的天性。总之，一个人的力量是有限的，集体的智慧是无限的，我们体育教师要善于总结和反思，耐心地教导学生，调动他们的积极性，发挥同学们的想象力，开发他们的创造力，迎接与开创他们的未来。

初中体育教学课后反思篇二

课改向我们体育教师提出了新的要求。在教学中要树立新的理念，真正做到以学生发展为本“为了一切学生，为了学生的一切，一切为了学生”。在现实生活中，每个班都有肥胖的学生、性格内向的学生、遗传因素导致缺乏运动细胞的学生较多，在技能要求比较高的项目练习时，常受到同学嘲笑，因而这些学生虽喜欢上体育课但又怕遭到同学的嘲笑，久而久之，便疏远了体育活动，成了体育课上受冷落的旁观者，特别是体育课改的今天，此类问题更加突出。那么如何使这些同学象其他学生一样能积极主动地投入到体育锻炼中并获得乐趣，是我们每个体育教师的职责和追求目标，也是课改的今天要解决的问题。通过教学实践，我感悟到只要教师努力去关爱这些特殊学生，这个目标是一定能够实现的。现在可能所有班级中都有一位或是多位同学人特胖，有的不但胖个子又高，跑起步来挺费力的(200米都跑不完)，别说跟随队伍跑步了。所以这样的学生在分组练习时经常受到小组同学的批评及责骂，甚至遭到嘲笑。我所教的初一年级就有这样一位同学，不太爱和同学们一块活动，做练习时总是往后溜，摸底测验成绩也比较差。课后我找到他，问他为什么上课不积极活动?开始他不说，在我的启发下，他才说：“其实我很喜欢体育活动的，可我长得这么胖，做起动作来很吃力，又不好看，同学们会笑话我，所以就不想动了”。根据他的想法，我诱导说：“不管谁在学习新动作时，都不可能做得很好，再说对于你，重要的是参与、体验体育活动的乐趣。练习的次数多了，动作也就好看了。老师相信你，你一定会战胜自我，找到体育活动的乐趣。”在后来的活动中我仔细寻找该生的闪光点。不久在练习耐久跑时他总是坚持到底，不管和其他同学有多大的差异，始终坚持到底。久而久之，在他的自信、坚强下完成了和其他一样的练习内容。在体育课上，我及时表扬了他，并要求其他同学多向他学习。同学们也报之以热烈的掌声，纷纷向他询问起来。老师的表扬，同学的鼓励给这位同学装上了自信、坚强的翅膀。自此以来的体育课他上课很投入，与同学合作的也很愉快，体育成绩也有了相应的提高。在上课时每个人一定要克服内心的自卑心理，融入到集体的大家庭之中，不懂不会的主动请教，反复练习，同时常于同学合作、交流。总之，“在课堂上只要主动参与、积极练习，就一定能获得快乐，获得成功”。

一.课的构思：

培养学生自主学练能力是当前体育教学过程中实施《新课标》的需要，也是体现主体性教学的一种现代教学思想。每节课以学生为主，以学生的发展为本，建立健康第一的指导思想。课以“运动技能”“社会适应”“运动参与”“心理健康”为主要目标，着重培养学生的创新精神和实践能力。在教学的过程中，教师运用现代化的教学手段帮助学生建立印象，直观的体验和感受，并先提出问题，让学生自己寻找解决问题的办法，培养学生的发现性思维及多样性思维和自我的创新能力。在动作技能形成过程中，采用了尝试，启发，点拨的方法。使学生对新动作有个总体的了解，同时根据不同水平，让学生自主选择辅助练习，完善技能的不同练习方法，使不同层次的学生都能尝到成功的乐趣。同时，还能拓展学生思维空间，超越过去那种“授之以鱼”的被动教学模式，更好地贯彻“授之以渔”的思想，使学生在学习中做到会学、会用、会举一反三。通过热身游戏和素质练习游戏，培养了学生的良好的人际关系及合作精神，激发了学生爱国，爱军的高尚思想。

二.教学过程：

准备：在课的开始部分，选用了创新“集体性”游戏，但是改变了传统的你讲我做的教学方法，让学生动脑思考，发挥想象，创新练习的方法，并在合理运用情景导入的基础上，更易激发学生的参与精神。培养高尚的思想品德。

基本内容：在技巧学习的过程中，应用多中教学手段，采用直观的图片示范、教师的标准动作示范、甚至多媒体的观看;采用了启发式教学，让学生在安全的基础上敢于尝试，在实践中发现问题，解决问题。教师即使点拨，诱导，使学生由过去的被动学习，变成主动思考，自主活动，自主创造，自我管 理的活动方式，同时心理也获得了愉快的体验。在游戏教学中，教师只提出目的和要求，小组讨论练习的方案，通过比赛，提供了自我表现的机会，启发学生对体育学习的兴趣，并在此基础上提高学生的反应性和灵敏性。其次，通过一些奔跑和跳跃练习和来提高学生的综合素质。

3.结束：让学生对小组和个人进行自我评定。这样整堂课在学生的自我评价、相互评价中结束。

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。在教学过程中，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，怎样抓好体育课的组织教学、更好地为教学服务呢?

初中体育教学课后反思篇三

在初中体育教学过程中，应如何选择体育教学方法?我们认为，体育教学方法的选择应遵循体育教学规律，以现代教学论思想和新课程标准为指导，以教育学、心理学基本原理为基础，以学生的发展为目标。具体应从以下四个方面进行选择。

1、根据教学的目的任务进行选择。体育教学方法的选择必须从教学的目的任务出发，在考虑新授课，复习课，还是综合课，考核课，室內课，还是室外课的前提下，采用相应的教学方法。比如新授课，一般采用完整法与分解法、语言法、直观法等。又如复习课，可采用练习法、预防与纠正错误法、游戏法和比赛法等。

2、根据教学內容特点进行选择。体育教学内容是教学方法的直接性对象，选择教学方法，必须根据教学内容、性质、特点、难易程度、前后的联系等进行选择。如对技术动作相对较复杂的动作，可先采用分解法进行教学，然后逐歩过渡到用完整法进行教学。而对技术动作结构相对独立，动作细节紧密的动作，就不宜采用分解法进行教学，否则就会破坏动作的完整性，影响教学效果。

3、根据学生的实际情况进行选择。学生是体育教学方法的实施对象。因此，选择教学方法必须从学生的身体素质及运动能力、体育基本知识掌握的程度、知识储备、运动技能的水平、年龄特点、个性差异、心理状态出发。低年级学生的运动能力及体能状况相对较差，兴趣易发生多变，注意力不能保持持久，思维以感性直观形象为主。所以在选择教法时，应以直观法、游戏法和比赛法为主，并要注意教学方法的变化，以培养和激励学生学习体育的兴趣和动机。初中年级学生的体育学习行为习惯逐步养成，认知水平有所提高，体育基本知识、体能和运动能力及运动经历有了较大的发展，注意力也有了较大的提高，对体育学习也有了一定的主动性。

因此，在体育教学过程中，应把直观法、语言法等教学方法有机地结合起来加以运用，以提高体育教学的效果。高中学生的抽象思维能力有了很大的发展，体育的基本知识、体能和运动能力、运动经历有了很大的发展，学生学习体育的积极性和主动性进一步加强。因此，在体育教学的过程中，宜采用语言法、练习法等教学方法，并有机地把探究学习、自主学习和合作学习渗透到体育教学中，以发展学生独立获取运动技能、技巧的能力以及独立思考问题和解决问题的能力。

4、根据教师本身的素养条件进行选择。教学方法的选择，只有适应教师的素养条件，才能为教师所掌握，才能发挥其作用。有的教学方法虽好，但教师缺乏必要的素养，自己亦驾驭不了，仍然不能在体育教学的实践中取得良好的效果。如直观法是体育教学中常用的教学方法，如果教师不能正确掌握示范的目的、示范的时机、位置与方向，并很好地和讲解相结合。那么，最好的直观教学法也不会在教学中取得良好的效果。

**第二篇：初中体育教案课后反思**

体育教学作为一项教学活动,对学生的身体及心理健康都有着重要的影响，但是在当前的初中体育教学中,因为各种原因,学生的学习效率不高，该如何提高课堂教学效率,促进学生全面发展,是每个体育教师需要反思的教学内容。下面小编为大家整理的初中体育教案课后反思，希望大家喜欢。

初中体育教案课后反思篇一

初中体育课程改革的浪潮滚滚而来，新课程体系在课程功能、结构、内容、实施、评价和管理等方面，都较传统的课程有了重大创新和突破.初中体育课程改革所产生的深刻变化，普遍反映在教师的教育观念、教育方式、教学行为的改变上。在积极投身课改的具体实践中，我充分认识并感受到这些变化，对我的教学工作认识、教学习惯和教学方法，产生了强烈的冲击和影响。

体育新课程的实施，为我们创设了充满时代气息的教学情境，我们应该如何把握课改的目的?课程的要求?怎样全面把握《体育与健康课程标准》以目标统领内容的要求?怎样组织教学?怎样发挥教师的作用?怎样挖掘学生的潜能?需要体育教师冷静、积极地不断反思，才能适应新课程下的体育课教学。教学反思要求我们体育教师，将自己置身于新课程改革整体的大教育情景中，以自己的事业和专业发展为基础，以全面培养合格学生为出发点，从更宽广的社会、伦理及教育层面激发自我意识的觉醒，及时深刻地总结、研究教学活动中，涉及到的教学思想、教学策略、教学流程、教学方法和教学反馈等。

一、更新教育观念，转变教师角色。传统的教育观念和传统的课程设置，使师生关系实际上成为一种不平等的关系。教师是教育教学活动的绝对的权威，不仅是教学过程的控制者，教学活动的组织者，教学内容的制定者和学习成绩的评判者。传统的教育观使广大教师习惯了按自己的思维定式，严格要求学生的意识、习惯和行为“规范化”、“格式化”。新课程实施后，用“目标引领内容”要求我们树立明确的教育思想，面向全体学生，促进学生均衡协调发展。教师由传授者转化为“首席促进者”，由管理者转化为“首席引导者”，就必须在教学活动中，与学生建立平等民主和谐的关系，培养学生的良好的兴趣和爱好，培养终身健康的意识和能力!只有这样，才能实现“让学生在体育活动中，不断认识自我;增强自信和团队意识开放的胸怀坚定的意志，实现现代文明的展示与交流。提高健康水平，提高生存质量，促进学生发展.”的教育目的。

二、调整教学策略，改变教学方法。牢固树立“健康第一”的指导思想，以快乐教学为宗旨，时刻都在想如何在体育教学中让学生充分体验运动的快乐，把快乐带入课堂，变要我学为我要学，提高学生的健康水平。根据新课程观念，教学由重知识传授向重学生发展转变，由重教师“教”向重学生“学”转变，由结果向重过程转变，由统一规格教育向差异性教育转变。教师调整教学策略，改变教学方法，使其与课改理念高度统一，紧密结合　　初中体育教案课后反思篇二

在教学中要树立新的理念，真正做到以学生发展为本“为了一切学生，为了学生的一切，一切为了学生”。素质教育的本质是全体学生各方面素质的全面发展。所谓“全面”包含两方面的内容：一是面向全体，二是各方面的而非特指某一方面。在学校工作中只有课堂教学具备这种的“全面”功能，它是素质教育的基石。就体育教学而言，其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，同时也是每一位体育教学工作者必须考虑的问题。

体育学习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奇效。

要想使一节课成功，教师的因素是至关重要的。作为一名优秀的教师，应当具备扎实的基本功和全面的素质，即使遇到前面所说的情况：碰到自己不是很擅长的教材，也能轻松完成。

我们都知道优美的示范、准确的讲解是最能感染学生的。但除此以外，教师还应该做到亲而不媚、“笑”而不俗。亲而不媚指让学生感到很放松，觉得老师很好相处，愿意与教师配合完成教学任务。从教学中我真的感受到每个学生都有自己独特的内心世界、精神世界和内在感受，有着不同他人的观察、思维和解决问题的方式。也就是说，学生有着独特的个性，每个学生的学习方式本质上都是独特个性的体现。实际上，有效的学习方式都是个性化的，没有统一的方式。正如多元智力理论所指出的，每个人的智慧类型不一样，他们的思考方式、学习需要、学习优势、学习风格也不一样，因此每个人的具体学习方式是不同的。这意味着我们在体育与健康教学，要尊重每一个学生的独特个性和具体生活，根据学生不同性格类型设计教学法，不设上下限，力争为每个学生富有个性的发展创造空间，为每一位学生创造一个可以发挥的天地。学生的差异性，学生学习客观上存在着个体差异，不同的学生在学习同一内容时，实际具备的认知基础和情感准备以及学习能力倾向不同，决定了需要的帮助不同。课堂学习方式的转变对促进学生发展更具有战略性的意义。但是传统的学习方式过分突出和强调接受与掌握，学生学习成了纯粹被动式地接受、记忆过的过程。这种教学窒息学生的思维和智力，摧残了学生的学习兴趣的热情。造成了学生喜欢体育，却不喜欢上体育课这样滑稽的局面。

学生是教学活动中的主体，必须充分发挥其主体作用，从被动接受变成主动学习。要想使学生在课堂上“笑”起来，首先要给学生一个宽松的学习环境，多表扬，少批评，教师过于严肃，势必使学生产生距离感和畏惧感，如果学生做完练习的第一反应是观察教师脸上的表情而不是体会练习过程中的满足感，那么学生也就永远都“笑”不起来;其次，要激发学生练习的兴趣，循循善诱，永远不要让学生觉得“我肯定不行”或“这太简单了，我不练都行”，而要让他们认为“我肯定能行，让我试一试”。把课堂还给学生，给学生自主练习的空间，底年级同学，兴趣广泛，并有了一定的自主能力，教师应考虑从学生的实际出发，打破以往教学中一切都由教师组织学生一起做同一活动的做法，而多给学生有选择性的自由练习空间，使学生找到练习的乐趣，发现自己的特长，为终身体育打下坚实的基础。教师放手让学生自己去练、自己去学，就给了部分学生表现的良机.总之，教师要善于从学生实际需要考虑，放开手脚，把课堂还给学生，努力去为学生拓展一个空间，而不是让学生艰难的来适应自己的教学方式，使学生真正成为课堂的主人。学习和教学只有在师生愉悦的情况下才会迸发无限生机。

总之，无论体育场地如何，学生情况怎样，作为我们一线的体育教师，新课程目标一定要吃透，认真备好每一堂课，激发、调动学生的兴趣，重视和发挥学生在教学中的主体地位，以及充分利用多种不同的教学模式，才能在小场地上好体育课，同时也需要我们教师付出更多的心血，想出更多的办法，使我们的新课程目标顺利完成。

初中体育教案课后反思篇三

课改向我们体育教师提出了新的要求。在教学中要树立新的理念，真正做到以学生发展为本“为了一切学生，为了学生的一切，一切为了学生”。在现实生活中，每个班都有肥胖的学生、性格内向的学生、遗传因素导致缺乏运动细胞的学生较多，在技能要求比较高的项目练习时，常受到同学嘲笑，因而这些学生虽喜欢上体育课但又怕遭到同学的嘲笑，久而久之，便疏远了体育活动，成了体育课上受冷落的旁观者，特别是体育课改的今天，此类问题更加突出。那么如何使这些同学象其他学生一样能积极主动地投入到体育锻炼中并获得乐趣，是我们每个体育教师的职责和追求目标，也是课改的今天要解决的问题。通过教学实践，我感悟到只要教师努力去关爱这些特殊学生，这个目标是一定能够实现的。现在可能所有班级中都有一位或是多位同学人特胖，有的不但胖个子又高，跑起步来挺费力的(200米都跑不完)，别说跟随队伍跑步了。所以这样的学生在分组练习时经常受到小组同学的批评及责骂，甚至遭到嘲笑。我所教的初一年级就有这样一位同学，不太爱和同学们一块活动，做练习时总是往后溜，摸底测验成绩也比较差。课后我找到他，问他为什么上课不积极活动?开始他不说，在我的启发下，他才说：“其实我很喜欢体育活动的，可我长得这么胖，做起动作来很吃力，又不好看，同学们会笑话我，所以就不想动了”。根据他的想法，我诱导说：“不管谁在学习新动作时，都不可能做得很好，再说对于你，重要的是参与、体验体育活动的乐趣。练习的次数多了，动作也就好看了。老师相信你，你一定会战胜自我，找到体育活动的乐趣。”在后来的活动中我仔细寻找该生的闪光点。不久在练习耐久跑时他总是坚持到底，不管和其他同学有多大的差异，始终坚持到底。久而久之，在他的自信、坚强下完成了和其他一样的练习内容。在体育课上，我及时表扬了他，并要求其他同学多向他学习。同学们也报之以热烈的掌声，纷纷向他询问起来。老师的表扬，同学的鼓励给这位同学装上了自信、坚强的翅膀。自此以来的体育课他上课很投入，与同学合作的也很愉快，体育成绩也有了相应的提高。在上课时每个人一定要克服内心的自卑心理，融入到集体的大家庭之中，不懂不会的主动请教，反复练习，同时常于同学合作、交流。总之，“在课堂上

只要主动参与、积极练习，就一定能获得快乐，获得成功”。

一.课的构思：

培养学生自主学练能力是当前体育教学过程中实施《新课标》的需要，也是体现主体性教学的一种现代教学思想。每节课以学生为主，以学生的发展为本，建立健康第一的指导思想。课以“运动技能”“社会适应”“运动参与”“心理健康”为主要目标，着重培养学生的创新精神和实践能力。在教学的过程中，教师运用现代化的教学手段帮助学生建立印象，直观的体验和感受，并先提出问题，让学生自己寻找解决问题的办法，培养学生的发现性思维及多样性思维和自我的创新能力。在动作技能形成过程中，采用了尝试，启发，点拨的方法。使学生对新动作有个总体的了解，同时根据不同水平，让学生自主选择辅助练习，完善技能的不同练习方法，使不同层次的学生都能尝到成功的乐趣。同时，还能拓展学生思维空间，超越过去那种“授之以鱼”的被动教学模式，更好地贯彻“授之以渔”的思想，使学生在学习中做到会学、会用、会举一反三。通过热身游戏和素质练习游戏，培养了学生的良好的人际关系及合作精神，激发了学生爱国，爱军的高尚思想。

二.教学过程：

准备：在课的开始部分，选用了创新“集体性”游戏，但是改变了传统的你讲我做的教学方法，让学生动脑思考，发挥想象，创新练习的方法，并在合理运用情景导入的基础上，更易激发学生的参与精神。培养高尚的思想品德。

基本根据体育课的特点组织教学

在初一体育教学中，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。尤其是要抓好集合整队、服装、精神状态、组织纪律、场地器材的布置与收拾等常规训练与教育。在教学中，教师要严格要求、反复训练使学生变成自觉行动，以保证体育课的顺利进行。抓好体育各阶段组织教学。体育教育过程是由开始、准备、基本、结束四个部分组成的。由于四部分教学内容和学生情绪各不相同。因此，教学中要灵活地组织教学，充分调动学生的学习积极性，切忌出现先紧后松，龙头蛇尾的不良现象。上课前，教师要组织学生布置好场地器材等，为上课作好准备;上课开始时的组织教学特别重要，因为体育课前，学生大部分在操场上进行各种活动，他所注意观察的对象目标较多，思维比较活跃，注意力比较分散。因此在组织课堂教学前，采用趣味游戏。如做反口令训练游戏，将全班学生的注意力集中到课堂上，使他们兴奋的情绪稳定下来：基本部分是体育中的重点部分，教师应力求做精讲多练，语言生动，并不断改变练习方法。如在联系中引入竞争性游戏、不同形式的分组练习等，提高学生兴趣。结束部分，学生情绪极易松懈，此时教师的组织教学更不能忽视，后采用一些调解情绪和恢复体力的放松性练习，保持学生兴趣，如舞蹈放松，同时做好利用结束部分对课堂进行小结。

三、根据教材特点组织教学

同一教材的组织教学。在体育课中，同一教材在不同课时重点练习的难道要求是不一致的。如初二年级的实心球投掷的教学，第一次课的要求是教会学生投掷方法。第二次则要求学生初步掌握投掷方法，通过多次重复练习，让学生找到掌握正确技术动作的感觉，才能使学生进一步掌握投掷方法等，每一次重复练习的难度都有所提高，最终达到合格标准。对此，教师在同一教材的重复练习，如果每次都采用同样的组织教学方法，学生自然会感到枯燥无味而分散注意力。不同教材的组织教学有其不同的特性。因此，教师在教学与教材特点有机结合，改变传统中单一的千##第1篇律的组织教学形式，变学生被动的接受为主动的学习，从而充分发挥每个学生的主动性和创造性，提高教学效果。如田径教材的“跑”，教师可

以充分利用跑的特点，运用竞赛、奔跑游戏等增加教材的趣味性。

三、根据学生的生理和心理特点组织教学

根据学生的生理特点和心理特点主要表现为：有意注意时间短、兴奋过程和无意注意占优势，好奇、好动、好模仿、好竞争等。同时，一节课中，学生的注意力、意志和情绪等心理活动的变化也是不同的。教学中，教师要充分利用初一学生生理和心理特点进行组织教学。合理安排教学内容。由于学生注意力在课的前半部达到高峰，意志力在课的中后部达到高峰，情绪则在课的后半部达到高峰。根据这一特点，教师在组织教学中应把新教材安排在课的前半部分。有利于学生对新教材的学习、理解和掌握。在课的后半部分则应安排一些游戏性较强的内容，激发学生兴趣，同时要做主教材和辅助教材的搭配，尤其抓住主教材的内在联系进行组织教学，以提高教学效果，灵活动用组织方法，针对学生生理和心理特点，在教学中，教师的组织教学要尽量体现在“新奇、活”的原则，采用多种多样的，生动活泼的，使学生能够产生强烈兴趣和新鲜感的组织形式，以增强教学的吸引力，激发学生的学习兴趣和热情。如一节课中，教材之间的衔接，传统的调队方法显得机械、死板、单一，且容易出现散乱的状况，而此是教师采用游戏或舞蹈等教法进行衔接，即会使学生感到新奇，又会使教学活而不乱，顺利过渡。同时，教师在教学中充分发挥“手势、眼神、语言”的作用，既用“手势指挥、眼神暗示，语言激励”组织方法。“手势、眼神”具有无声的语言，更具有其它组织方法不可替代的作用。总之，教师在教学中要根据具体情况，灵活运用组织方法。保证教学过程的顺利进行，从而实现教学目的。教育是知识创新，传授和应用的主要基地，也是培养创新人才的摇篮。由此可见，让课堂充满创造力，促使学生产生兴趣，调动他们的学习热情。

**第三篇：初中体育课后反思**

俗话说: 身体是革命的本钱。,体育教学在初中课程中扮演着十分重要的角色,教师只有把身体锻炼好,学生才有可能获得全面的发展。下面小编为大家整理的初中体育课后反思，希望大家喜欢。

初中体育课后反思篇一

耐久跑是一种较长距离的周期运动，既要求一定的速度，又要能跑的持久，属于田径运动中的中长跑项目。在中学阶段，耐久跑是发展心肺功能提高有氧代谢能力的有效手段。经常进行耐久跑锻炼，不仅可以发展一般耐久，培养顽强、坚毅的心理品质，而且对于消耗身体多余的脂肪也有直接功效。初中学生身体正处于生长发育阶段，由于平时学习负担过重，锻炼时间较少，耐力素质普遍很差，急需提高学生一般耐力水平，改善学生呼吸系统和心血管系统功能。通过改造传统的耐力练习手段，变速跑，匀速跑，来发展学生有氧耐力的目的。培养学生对耐久跑学习兴趣。因此，本课确立了两个教学目标,(1)技能目标：使学生掌握耐久跑时两步一呼，两步一吸的有节奏的呼吸法，并发展学生保持匀速跑的能力。(2)情感目标：通过小组合作，学生能够以均匀中等的速度,跑完设计的路线，有克服“极点”的坚强意志力。

在上课中，我始终围绕着目标进行组织教学，并始终贯穿着培养学生学习兴趣的这一主

旋律。这节课从教学目的，教学内容，教学结构，教学过程，教学方法，教学能力，教学效果来看，基本达到了预期的教学目标本课堂，打破传统的以运动技能形成规律和身体活动规律为主线的教学模式,代之以学生的兴趣为主线，一开始通过创设情景吸引学生的注意力。在各种练习中,教师适当的引导，给学生以足够的发展空间，培养学生创造性思维。如：分组讨论和设计跑动路线这个环节，充分体现学生的主体地位和教师的主导作用，从中发现问题,并通过演示实验解决问题启发学生思考。合理的开发了学生体育能力，体现了学生的主体性，培养了学生的创新精神，能够通过这一环节，为终身锻炼打下坚实的基础。本课气氛活跃，充分调动了学生练习的积极性，使学生在集体练习中建立一种和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德。达到了预计的教学目的。

初中体育课后反思篇二

一、如何教会学生全身协调用力

双手向前掷实心球是近几年初三体育中考选项之一。在投掷教学的最初阶段，学生不能掌握正确的技术动作，仅靠手臂的力量投掷器械，是一个非常普遍而又较难解决的问题。我觉得若在教学中注意以下几个问题，就可以在一定程度上解决这个难题，一、在教学开始的讲解示范中，除全面介绍投掷技术的各个环节和细节外，着重说明投掷运动技术所要求的用力顺序，使学生明确概念，形成正确的运动技术表象，同时，教师可提示投掷练习中易犯的错误，让学生在练习前就做好预防错误动作的思想准备。

二、在教学过程中，要求学生严格按照教师设计好的练习程序，着重掌握好如蹬地、转体、挺胸等的基本技术环节，其中特别要注意教会学生如何做好正确的左侧支撑动作，对此教师可采用一些如帮助学生在实心球出手前瞬间顶住左髋和左肩的办法辅助其练习。在学生没有掌握好这些基本技术环节前，不要让学生过多地进行完整的投掷练习，以免其只想把器械投得尽量远而盲目用力，破坏了正确的用力顺序。

三、在学生掌拉好各基本技术环节后，可让其进入完整的手持器械的练习，但应限制学生在练习中的用力程度。可采用在投掷区内划限制线的方法，要求学生每次练习都把投掷的远度控制在一定的范围之内，把练习的重点放在体会正确的用力顺序和全身的协调用力上，这样就可避免破坏学生已经形成的正确的基本技术环节的动力定型，逐渐分解练习中习得的技术动作迁移到完整的投掷练习中去。

在经过上述的教学程序后，若学生仍不能全身协调用力完成投掷练习，教师就应具体分析学生的“症结”所在，采用“对症下药”的方法纠正其错误动作。

二、怎样避免课堂意外事故的发生

体育课的主战场是在室外，期间要进行大量的运动技能的练习，学生大部分时间都处在不同强度的运动练习当中，稍不注意就会有肌肉、韧带的拉伤，甚至骨折的现象发生，所以课堂意外事故是常有的，也是不可避免的。尽管老师怎样精心安排、组织，谁也保证不了事故不发生的可能。走路要摔跤、跑跳要摔跤、游戏同样要摔跤。摔跤对自己、对老师、对家长，甚至对学校、社会都没有好处，谁都不希望看到和发生。怎样避免意外事故，怎样处理意外事故，怎样看待意外事故?是每个关心的人必须要考虑的事，不管你是老师、还是学校领导，都要抱着对学生负责，对家长负责，对学校负责，对老师负责。

避免意外事故的发生，必须在意外事故发生前，作好思想上的准备，精心设计、组织、安排。比如安全教育、充分的准备活动等等，但就是这样，事故也不可避免。所以在体育课上应该经常提醒学生注意，避免意外事故的发生。当然，意外事故发生后，处理意外事故是弥补过失的最好办法。及时、正确地处理意外事故，也是积极、主动且行之有效地办法，与家长沟通，与同事、领导沟通也是必要的。

三、教学反思

根据初中学生的学习特点，我发现只有用不同的教学形式才能激发学生的学习兴趣，例如让学生自己独自练习，注意力就不会集中，从而达不到训练效果。所以我在平时的教学中让学生以小组为单位，组长负责制，让学生自己练习，练习前，由教师进行示范让一些技术动作。为了彻底激发学生的学习兴趣，教师在练习前强调最后以比赛的形式检查练习效果，从而让学生在练习过程中有目的得去进行。很多学生上完课后总是很高兴，不仅完成了学习的内容，也很好的进行了小组的活动。

初中体育课后反思篇三

在教学中有目的、有计划地进行丰富多彩的体育活动，让孩子们在玩中学、玩中练促进身心和谐发展来达到体育锻炼目标，让学生体验上体育课的乐趣，这不仅能充分发挥体育教学的教学思想，而且能使学生的体育学习变得亲切、自由和欢悦，并能对提高体育教学效果起到事半功倍的作用。体育教学是教与学的过程，是教师与学生为了完成共同的教学目标的合作过程，是教师的教与学生的学的和谐统一，是师生交往、积极互动、合作创新与进步的过程。

一、创设情景，激发情感。

人的情感总是在一定的情境中产生的，创设良好的教学情境对学生学习情感的产生具有很大的作用，体育教学也不例外。有了良好的教学情境就能激发其强烈的好奇心。强烈的好奇心是保持旺盛学习动机的重要因素，是取得成功的重要条件。比如在一节前滚翻教学中这样讲到，孩子们，今天我们来看天。孩子们一听这有什么希奇的，都仰头望着天空。这时老师又说了，只不过今天我们看天的方式有点特别。这下强烈的好奇心可把孩子们吸引住了。怎样看天呢，老师说，我们从胯下看，谁能双手着垫翻过去，并能看到天，谁就是这节课的英雄。听了老师的讲述，学生们个个欲试，谁也不甘落后。因此，激发学生的体育兴趣，创设情景满足他们的学习愿望，发挥他们创造性学习，为终身奠定快乐体育培养良好的思想道德品质。

二、让音乐走进课堂，促进体育教学氛围

体育课是单调的、重复的练习来锻炼身体的，这是很多人给体育课下的定义。在这里我要对大家说，体育的锻炼可以不这样的。在体育课上我们仍然有美的享受。这就是让音乐走进课堂。比如：随着教师的讲解、示范，播放轻音乐，在学生练习过程中配播儿童轻快乐曲，在体育课结束部分用音乐舞蹈的形式来结束课程。这样除了增加课堂的愉快气氛外，还能减轻学生运动的疲劳和提高学生对体育课的兴趣。这不仅是优质体育课的需要，也是未来体育课的需要。因此，针对体育活动的单调乏味，教师一定要创设欢乐轻松的教学氛围，调动学生锻炼的积极性，让他们以最佳的心理状态进行各种活动，寓教于乐。

三、体育游戏化，增加体育教学兴趣感

很多人认为体育课应该是跑啊、跳啊让学生机械的反复练习。其实根据儿童的生理特点和心理特点，游戏才是他们的乐园。如果体育课的教学机械而无生命力的话，学生是不会感兴趣的，是枯燥乏味而又令人厌烦的。自古以来教师被喻为“辛勤的园丁”，而学生则是是花圃中那一朵朵初绽的小蕾或骄人怒放的鲜花。在体育课中只要你稍加留意就会发现有些花“无精打采”。他们的“无精打采”也正是因为体育课的枯燥乏味，机械的反复练习。这时，我们只要多费心思尽量用游戏的手段来提高兴趣，使课变得生动多姿，学生听起来就会有滋有味，动起来也会生龙活虎。

四、师生共同参与活动 提高体育教学积极性

体育教学是双向多边，复杂的活动。体育教师掌握着教学方向、进度和内容。在体育课中即使有了轻松愉快的音乐和丰富有趣的游戏，第2 / 3页

教师不参与活动，只是让学生活动，这样的游戏毫无生机，学生玩一会儿就毫无兴趣，我就经常和孩子们一起活动，效果非常理想。因此，师生共同参与活动是学生快乐体育的桥梁。传统的体育理论认为师生之间是命令与服从。教师神情严肃，不容质疑。这样学生言听计从，根本就谈不上快乐而言，快乐体育就是要建立师生之间和谐协调平等的关系。

五、不断提高业务水平，加强体育教学巩固性

一个好的体育老师不能只上一节好的体育课，要随时让学生体验上体育课的乐趣，每堂课都有新感受，喜欢上体育课。第一次上课做的游戏学生会很感兴趣，第二次也许也很感兴趣，那第三次呢，第四次呢，若干年后呢。社会在进步，教育教学在创新，依旧是原来的知识和方法学生学久了会感到疲倦，厌烦。只有不断提高教师的业务水平，才能促进教学的发展，才能使快乐体育真正快乐起来。

**第四篇：体育课后教学反思**

体育课作为向学生传授体育的基础知识、让学生掌握体育的基本技术、形成一定的运动技能、发展体育的综合素责与能力、提高身体健康水平的一种基本形式，其教学的形式与方法也同样地不再具有唯一性,因此改革体育课传统的教学模式已是体育教学面临的一项首要任务，体育课后教学反思。本人就体育课的教学有如下几点感受：

一、重视体育课的准备部分

准备部分的作用是为了学生在从事某一体育项目时避免心理、生理上的准备不足而对学生造成身心方面的损伤。不同的体育项目对身心方面的要求也不同。传统的体育教学模式重点放在了关节、韧带、肌肉粘滞性等方面，应而表现出来的内容不外乎慢跑、徒手操、游戏等，而这种形式大多数是在教师的指挥下、按照一定的要求进行的。这在一定程度上束缚了学生的思维与行动，对学生参与体育活动产生了一定的负面影响。开放式的准备活动，把主动权让给学生，还学生一个自由发挥、充满想象、富于追求新意的空间。学生可以是把从教师哪里学来的知识加以改编运用、可以是把电视、影像等上面的优秀内容搬到课堂、也可以是自己根据已有经验思维、加工、合成创造出新的内容。这样既给了学生一个表现自我的机会、又锻炼了学生的组织能力、同时还向学生提出了更高的要求，促使学生为之继续努力，养成学生良好的体育习惯。另外开放式的准备部分还为学生在心理方面留有一定的空间，教师可以设置问题情景，让学生积极思维试图回答问题，并引导学生在实际练习中检验，让学生正确理解理论与实践两者的相互关系，体会成功的快乐，培养学生三思而后行的良好习惯，教学反思《体育课后教学反思》。此外，自我暗示调节情绪等方面的知识也可以在开放式的准备活动中，让学生在实际操作过程中加以领会、掌握、运用。

二、体育课基本部分可以充分调动学生学习的积极性

采用开放式的体育课模式就是承认学生存在的差异、区别对待每一个学生，让每一个学生都在最适合自己的学习环境中求得最好的发展，使人人都有“成就感”，有利于学生进行自我评价，学生根据教师的要求及时把学练过程中的问题加以总结，反馈教学信息，教师及时修正教学目标，形成良性循环：教师制定教学目标→学生学练→学生自我评价学练效果→信息反馈→教师修订新的目标。尊重学生、信任学生、让学生体会成功，能增强学生的自信心，调动学生学习的积极性。对学生予以肯定，对学生而言既是压力、又是动力，有了教师对学生的肯定（放手），他们就会在学练过程中努力克服遇到的困难，去认真完成每一个练习。在宽松的环境中，学生自觉地进行学练，变教师要学生学为学生自己要学。自己的爱好、自己的喜欢项目，学生总会有一种向上心理。在遇到困难挫折以后，他们会自己想办法来解决问题，这就促使他们进行思考，采用各种办法去解决问题，提高他们学习的积极性。

不能“轻视”的体育课的结束部分

课的结束部分不拘泥于传统的形式，只要是有益于身、心放松的活动都可以采用，游戏；欢快的集体舞；互相按摩；自我按摩；调整呼吸；意念放松；听上一段优雅的音乐，想象把自己置身于优美的自然环境，享受大自然赋予人们的恩赐；课后的理疗、药物、营养补充、桑拿浴等形式都可以让学生采用。让学生寻找出最适合于自己的一种或几种放松活动形式在不同的情况下采用，有利于他们在走出校门后运用，为终身体育服务。

**第五篇：体育课后反思**

体育课后反思

三陵学校 徐国祝

10月17日去渤海参加了片上的教研活动，观看了渤海小学的大课间活动，给我留下了深刻的印象。另外还听了孙老师的一节篮球课，我谈谈对这节课的浅显认识。

本课以体育新课程为理念，结合五年级同学的特点，在教案的总体上以求实，创新的思路来展开。在教与学的关系上，既强调教师“教”的重要性，同时也突出学生“学”的主体地位。根据五年级学生特点和学生需要，安排了相应的学习内容。形式多变的教学方法才能激发学生的篮球运动兴趣，这堂课主要围绕着篮球的运球练习，提高学生的球性和控球能力，最后安排了游戏，使学生的学习兴趣更为高涨。在课上，教师安排了原地运球，运球接力赛，还有头后传球，总体给我的感受是学生能够围绕着教师的安排积极参与练习，课上的很活，学生运动量较大，完成教学目标较好。

这节课围绕着“球”这个载体组织教学，充分挖掘了一球多教的思路，使学生参与练习，获得多方面的收获，是我们值得学习和借鉴的。

此次课虽然上的很活，但是也有不足，比如在教学原地运球之前，教师应给学生讲明运球时代手型以及在行进间运球时手触球的部位，给学生正确的动作概念，会使教学更有效，学生会少走弯路，使教学效果更加明显。

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