体育课如何吸引学生

1、把猜谜、讲故事引进体育课

目前，体育教学方法基本上是教师讲解动作概念、要领，示范，然后学生随教师进行模仿练习，方法单调，吸引不住学生的兴趣，学生的自觉性和主动性得不到充分的发挥。如果采用提问式教学，可收到良好的效果。针对低年级学生喜欢听故事、猜谜语的特点，我在教《前滚翻》时，出了个谜语让学生猜：“两手用力撑，两脚迅速蹬，团身如球滚，展体似雄鹰。”谜语一出，学生的注意力集中了，积极性调动起来了，这样不仅激发了学生的兴趣，活跃了课堂气氛，而且使学生对所学的东西易学易记，从而达到了寓教于学的目的。因此，教师要根据教学内容设计教法，要有选择性和针对性，常变常新，步步深入，始终吸引学生的学习兴趣，进而把教学过程变成学生想学、乐学的自觉行动。

2、做一些集中注意力的练习

由于学生注意力容易分散，上课时往往是“人到课堂心未到”。我们学校是寄宿学校，学生一个星期才回家一次，每逢星期一上课，这种注意力不集中的情况就更加严重，甚至连队伍都排不好。针对这一情况，我根据教材内容，编一些韵律操，配上音乐或指挥学生做反口令练习、模仿动物动作等各种新颖、有趣的集中注意力的练习，收到了良好的效果。

3、多采用小型竞赛

低年级学生争强好胜，热衷于小型竞赛，教学中可以充分利用他们的这一心理特点。如：当学生掌握快速跑动作后，就可以组织他们进行直线接力跑、十字接力跑；单脚跳可演变成跳进去拍人和斗鸡；投掷小垒球可组织学生打坦克、打飞机比赛，由于比赛激烈，学生就能较好地全身心投入。又如：学生甲在走廊上玩，学生乙在其背后打了一下，只见甲猛一转身，拔腿就追，直到甲、乙两人都气喘嘘嘘地趴在地上为止。此种在操场上屡见不鲜的镜头引起我们的思考：为什么学生在学习起跑时反应就不那么快？为什么学生练习耐久跑时就不能那样卖力？其实，学生在玩耍时都显露出其个性心理特征，如果教学过程能适应其个性，能激发其个性倾向性，那么教学效果就会大大的提高。

《仰卧起坐》教学反思

 在本课里我着重呈现激发学生学习的兴趣，引导学生在学习中相互帮助，相互学习学会合作，在学练中体验到成功的乐趣，使学生身心在原有的基础上得以发展。

教学中，教师先进行示范，让学生对仰卧起坐有着初步的直观认识,再用比较短的时间讲解了仰卧起坐的正确的做法、用力部位和注意事项。在这样的示范、讲解、分析动作下学生很快就明白怎么做了。为了让学生在学习中学会合作，我引导学生自由选择伙伴成两人一组、互学互助，每个学生先做3次，轮流交换着做。我在一旁巡视指导时，发现有的学生做起来很容易，但有的学生做起来比较吃力，就请做得好的学生，说说自己是怎么做的：手臂和腿的协调配合及发力部位等。听完同学的经验之谈后，让学生再次进行练习，同学们不再是盲目的做，而是围在一起商量怎样做才最轻松，而且做得最规范。学生初试后，对仰卧起坐有着进一步认识，我积极引导学生试着多做几下，看能不能做20下，启发学生根据目前自己的实力自由选择不同的练习次数。学生练习后动作明显做得最轻松多，我积极引导学生挑战一个自己，组织学生进行一分钟比赛，看谁做得又规范又多。一分钟对于小学生来说是比较长的，他们一般到了35秒左右的时候就显得比较吃力，看到这种情况，我就提醒学生注意要吸气，吸一口气就往上冲。在这种情况下，学生很多还是能够坚持下来的。达到的效果也比较好，我又及时对他们进行鼓励和表扬。

《小学生体育运动安全常识》教学反思

体育作为学校教育的重要组成部分，由于自身的特点（运动、器械）或其它各种因素，伤害事故（尤其是运动性损伤）偶有发生，成为学校教育过程中的不安全因素，给学生心理、生理带来了巨大的伤害。小学生安全防护意识比较淡薄，缺乏运动安全知识和自护方法，是造成体育活动中安全事故的根本原因。

在小学生的体育活动中，我们经常碰到这种现象，无论任何运动，任何动作，学生们都想尝试，不畏恐惧。恐惧心理的产生是随年龄的增长、生活经验的积累、自我保护意识增强而增强的。年龄越小，恐惧感越弱。因为他不知道什么叫危险，如“初生牛犊不怕虎”就是这个道理。因此，在本节课中，我帮助学生树立安全观念，了解安全基本常识，具备对危险的初步判断能力，掌握躲避危险和自我保护的简易方法，不断提高学生的自我安全意识、自律意识和自护能力。最大限度地预防和杜绝体育安全事故的发生。

1、本节课我通过放手让学生课前搜集素材，课上进行主题任务锻炼了学生对知识的综合运用能力

2、本节课的教学重点和教学难点，是通过让学生结合自己的体育活动经历或经验，并由课件的帮助和在语言上的引导，师生的合作交流，能够使学生初步掌握体育运动安全常识并尝试运用。

3、将“安全第一”、“健康第一”的指导思想放在的首位，让体育运动安全意识渗透到每一位学生的思想，让每一位学生都具备一定的运动安全知识、防范意识和自护能力。

用宽容的心走近学生

好动是小孩子的天性，以多年的体育课堂教学经验，自认为带一年级的体育教学应该能绰绰有余，对刚入学一年级新生的课堂纪律的要求不能太高,学生上课时有些小吵小闹也无可厚非,反而能营造出一种热闹、活跃的课堂氛围。可是经过这几周的观察,我发现体育课堂上开始出现了一些不和谐的状况。

很多时候上课前跟学生讲好的一些要求和需要注意的事项，学生只能听一会儿，一走、一动、或者一到操场上就全变味了，比如在教室集合排队的时候我要求脚并拢、手贴紧、嘴闭紧。走的时候要眼看前方，紧跟队伍、不能碰到别的同学、不能讲话等。很多同学做的都很不错，可是等带他们去操场路上的时候就乱了，队形散了，跟不上队的，说话的，和别的同学玩耍的，搞的经常有学生在打“小报告”。 老师：他推我，老师：他踢我等等。这些问题经常让我哭笑不得，有的时候从教室到操场的路上我甚至需要走走停停，整好几次队伍。一节课的时间只有四十分钟，我在集合整队的时间就用去了四分之一有些班级甚至更多。那么还有多少时间让我用来进行其他内容呢！

七八岁的小孩子的注意力也很难长时间的集中，如果在纪律方面浪费的时间太多，那么在教学环节就会有大量的重复的练习，学生肯定会产生厌烦的情绪，时间久了孩子们还会喜欢体育课吗？还会喜欢体育运动么？我意识到了问题的严重性,我开始反思自己的教学态度和教学方法,开始思考自己应该如何对课堂纪律进行管理。

俗话说：“要上好一节课，不是看你老师怎样表演，而是看老师的课堂管理和学生的配合”。 老师的宽容是育人的前题，教师要用一颗关心学生爱护学生的心去融洽师生关系。其次，教师对学生要热情教诲，以情感人。在教学中，教师要融入到学生当中，和学生一起做练习、一起玩游戏，成为他们中的一员，而不是做个旁观者。要用语言，用行动，去引导、去讲解、去沟通，关注他们的点滴进步，坚持不懈的对学生进行养成教育，尤其是体育课的习惯教育，如集合时要求快、静、齐；报数时要求声音洪亮，快速连续。用宽容的心走进学生，关心他们的成长，帮助他们养成良好的课堂习惯。

体育课堂小妙招

一、成立合作小组，制定帮扶政策

首先就要打破传统的统一教学模式，采取先统一后分组的教学模式进行教学，课堂教学效率自然就能提升，这种教学形式还能加深学生之间的友谊，增强他们的责任感。

二、采取分层教学的教学措施

针对学生之间这种不同的差异，教师可以采取分层教学的策略，对于坚持时间较短的学生重点培养他们的耐力和肺活量，对于坚持时间较长的学生可以重点教他们一些注意事项和如何才能更省力。这样对于不同的学生设置不同教学目标的教学方法，使学生在课堂上都能有所收获。相对于传统体育教学中的统一教学来讲，分层教学的方式更适合学生的发展，也更能提高课堂教学效率。

三、适当增加游戏的环节，吸引学生的兴趣

如在对学生进行由一列横队变成二列横队的训练时，教师可以采取游戏的方式进行，将学生平均分成几个小组，看看哪个小组能够最快地完成由一列横队变成二列横队，给这一组的学生进行适当的奖励，这种比赛形式能够激发学生学习的兴趣，使得他们更快地完成这一节的教学内容。又如在完成教学任务之后，教师可以带领学生进行一些小游戏，如老鹰捉小鸡，以培养学生的团队合作意识，同时使学生觉得学习体育是一件很有趣的事情。

如何运用激发学生主动参与热情

体育课的学习，虽然是以身体活动为主，但教师的教，还是以语言为主要手段，这就要求教师语言精练、简明扼要，清晰准确，同时富有艺术性，有感染力和鼓动性，使学生在语言的刺激下产生良好的心理定势和情感变化，力争使学生在有限的学习时间内，始终兴致勃勃地处于觅求知识、锻炼身体的积极状态。如“请你出列为同学们做一下示范”等礼貌用语；又如上前滚翻课时，学生不能顺利完成动作，教师要用“别紧张，想想动作要领，你一定能行”等鼓励性语言，并亲自给予保护帮助，以减轻其紧张程度。整体教学以表扬、鼓励为主，尤其对技术水平，身体素质较差的学生更要鼓励、诱导，不能使用伤害学生自尊心的语言，哪怕只有一个动作细节做的好，也应给予赞扬。要让学生感到教师谦虚可敬，平等待人，进而乐于接受教师的谆谆教诲，出色完成教学任务。反之，对学生责骂、训斥、讽刺挖苦，学生会处于一种被动，抑郁不快的状态，既影响学生学习，又会产生逆反心理，从而对体育课失去兴趣。

如何与学生交流

我认为要想让某一个班或是某一个学生爱上体育课，在体育课上有良好的学习兴趣，那么就应该让学生喜欢上自己，这样再对学生教育教学时，就不会有太多的麻烦等着自己了。也就是我们常说的：亲其师，才能信其道。

在课上，我尽量发现学生身上的优点、长处，每个班都有个别的学困生，这些学生在文化课上表现不好，经常是不爱学习，总给别人捣乱，在体育课上他也不会闲着。但是往往这样的学生他在体育方面是有特长的，我就利用他这一点对他进行教育，先是肯定他在体育活动中要比别人优秀，让他感觉在体育方面我要比那些学习好的学生棒，树立他的信心，慢慢减少他在体育课上说话、捣乱的次数，让大多数学生感觉他进步了，最后，我给他在体育课上分配一些任务，让他有事做，没有多的时间去想着淘气。比如：先让他当个小组长，比赛和活动时组织管理学生，表现出众的我还可以“提拔”他做副的体育委员。这是我在课堂当中运用最多的一个小方法，但是他却起到了事半功倍的效果。

在课上精心选择一些学生喜欢的体育项目和游戏，让学生感觉上体育课有乐趣，例如：现在所教的三年级学生，我们在一起共同学习长绳、短绳的时间有一年多，但学生却丝毫没有厌烦。我想主要是因为这个年龄段的学生喜欢这项运动，同时我也采用了以下几种小方法：1、把跳绳课设计成一些游戏和小比赛，让学生在学习中也有竞争。2、详细记录学生的进步，当他有一点进步时，就及时的反馈给他和全班同学那里。让他感觉成功和进步是这样的容易。3、学生学习过程中给他们拍照片，有时还能抓拍到一些有趣的画面。在风雨课时用大屏幕放出来，一是可以放松学生的心情，二是可以让学生看到自己跳绳时的动作，便于改正。

如何进行教学设计

教学设计技巧是指体育教师经过分析和研究，对每次教学进行构思并确定最佳教学方案的能力。教学设计是教师对课堂教学从宏观规划到微观实施的构思过程，它不仅决定着课的组织形式，影响着课的质量，而且是教师教学能力综合素质的表现。体育课堂设计的内容包括多个方面，

首先，是明确教学目标，即明确学生学习什么，甚至明确到单位时间内的目标;

其次，是明确为实现这一目标所应采取的教学策略，即为达到预期目标，打算如何进行教学，如何恰当地组织教材和选择教学方法和场地器材的布置，课的密度与运动负荷的预计;

最后，是为执行这一策略所应采取的具体措施，包括课的组织、讲解时机、示范的位置、易出现什么错误，怎样纠正等等。体育课教学设计常采用两种类型。

1.经验型教学设计。教师根据自身的教学经验，知识水平和教学条件等来设计教学过程，这是一种传统的教学设计方法，这种设计方法不仅受到教师本身经验和知识水平的限制，而且要使之达到完善需要长期的工作经验的积累。

2.教学过程结构的设计。教师根据体育课的过程结构和教师的教学行为，学生的学习行为等情况进行教学设计。它包括教师主导活动的设计，学生的参与活动设计，教学方法手段的设计，场地、器材运用的设计，运动负荷和课的密度的设计等。

教学设计是搞好课堂教学的首要环节，教师要构思设想出体育教学的最佳方案，并经过教学实践达到预期目标，这就要求教师在备课过程中，积极动脑思考，对确定教学目标，选择教材、教学的组织形式，教学手段的运用等等都要经过严密的谋略策划，最终使教学方案达到系统化，最优化。

如何增加体育课的游戏性？

游戏在小学水平一阶段占有重要的位置。游戏是儿童的天性、权利，是他们身心发展的客观要求。游戏中蕴藏着丰富的教育契机，是寓教于乐的适宜途径。

　　现代小学体育教育是以树立“健康第一“为指导思想，以发挥学生的主体性为课堂主题，力争使教学达到新颖性、健身性和趣味性的融合，使学生在宽松、活泼及欢乐的气氛中学习，发展个性，启发创造性思维，使学生身心得到健康发展。

　　既然孩子的天性就是——爱玩，在玩中学，在学中练，孩子们就会整节课保持高昂的兴趣和积极性。那么，如何上好体育游戏课呢?

一、以游戏为载体与枯燥、乏味的跑、跳训练科学结合、合理搭配，使训练充满灵活性、趣味性，让学生从厌学到爱学，从爱学至乐学。寓教于乐又事半功倍，何乐而不为?!

二、用游戏提升学生的竞争意识，团队理念。促进同学之间的接触与交往，了解与沟通，激发学生的进取与拼搏、团结与合作的优秀集体主义精神。

小足球教学反思

课堂教学中，我利用足球热身操，激发他们对“脚内侧踢球”的兴趣。在教师的引领下进行，“无球练习”、“有球练习”逐步让学生掌握“脚内侧踢球”部位与技术要领。在练习中还采取不同方式与不同要求的变换让不同程度的学生得到不同的发展。在“脚内侧踢球踢准”游戏中，随着距离的远近及准确性的不断提高，让他们充分体验到成功的乐趣。在学生能较好地掌握“脚内侧踢球”技术后，我还引导学生进行“脚内侧踢球”自我或小组合作创编游戏的设计，大胆的开发、尝试、探索，充分发挥学生的聪明才智。

整节课的教学设计中紧紧围绕“兴趣”来教学，而不是为培养学生技术，放弃枯燥的“技术”变成学生的“玩”。但在“技术”教学中应思考如何变“枯燥”为“有趣”才是我们前进的正确方向，毕竟学生是学习的主体，如果他们不接受、不愿学，那作为教师的我们又教什么呢？通过本节课我还深深的感知到，作为一名体育教师，必须吃透教材，利用一切可利用的资源准确把握技术要领，并将其行之有效的传授给学生。

课堂教学中的“足球技术检验”是测试学生与教师一节课上的成果。而“脚内侧踢球技术” 的检验，就要看我们体育教师对教材的理解与把握了。根据不同的要求，采取诸如比赛、游戏、提问等方式加以正确“检测”，为后阶段的学习提供保障。

脚内侧踢球是足球技术中最基本也是最常用的一种动作方法，根据学生的特点，我先采用模仿练习，先是无球的模仿练习，接着是有球的练习。体会摆动腿以髋关节为轴，大腿带动小腿的摆动方法。但是有些学生对动作的完整概念往往不能理解，这就导致不同错误的发生。如：踢球腿的膝盖和脚尖外转不够，踝关节放松，脚尖没有翘起；身体不会协调用力；脚型控制不好等等，鉴于这些错误的发生。我让学生，两人一组，一人用脚踩球，另一人做原地或上一步的踢球练习。并且踢球力量不要过猛，主要体会支撑脚的选位和摆动腿的动动作。采用这些方法后，取得了很好的效果，我觉得对小学生的要求，不应过急，练习应循序渐进，打牢基本功，才会取得技术方面的更加进步。

如何与学生相处

室外体育课是通过身体活动和思维活动紧密结合来达到掌握体育基本知识、基本技术和基本技能的目的。实际也是知与行相结合的一个过程。我国人民教育家陶行知早就指出：“游水是在水里做的事，便须在水里学在水里教。”体育课是教、学、练合一的，在练中教、在练中学。各项体育运动的知识、技术和技能，都是要通过练才能掌握的，因而要在练中学、在练中教。

由于体育课需要从事各种身体练习和活动，学生进行身体练习，既需要教师的指导、帮助，又需要学生之间的相互合作、相互帮助、相互评价，客观上要求进行多方面的交往。如果说，在其它学科的课堂教学中有一些是师生互动的环节，那么在体育课中，师生互动和生生互动则占了相当的地位。因此有人把体育课堂教学中的人际关系称之为“课堂小社会”。于是，就有了很多有趣的事情：集体跑步的时候，有人会撞到前面的同学；共同跳绳的时候，有人会甩到旁边的同学；一起打球的时候就更多了，撞疼了，踩到了，拌跤了……无意的倒也罢了，但如果就是孩子调皮捣蛋，故意的。当剑拔弩张，“战争”一触即发，作为教师的我们怎么引导？一味地责骂？严厉地惩罚？……

动作示范技巧

教师要提高动作示范的质量，提高动作示范技巧，使其起到积极的教学效果，就一定要注意以下问题：

首先，动作示范要正确、规范、优美，通过示范帮助学生建立正确的动作概念;

其次，示范动作的目的要明确，重点突出，要让学生明确示范的是什么，如何观察、怎样观察;

第三，示范的时机要适当，教师要根据教材内容和学生学习情况选择适当的示范时机，充分发挥动作示范的直观作用;

第四，示范的位置和距离要便于学生观察，教师要根据所授技术动作结构，选择适当的示范位置和距离，或是面对学生，或是侧对学生;

第五，教师要依据学生的实际水平和动作的难易程度，注意示范动作的速度和节奏;

第六，示范与讲解要统一，教师在示范的同时进行必要的讲解，使学生视听结合地接受知识，对于提高他们的观察力和理解力有重要作用。

走走跑跑教学感悟

走是人日常生活、学习、劳动中最基本的活动能力。通过走的训练，使学生掌握正确走的方法，形成走的正确姿势和良好的身体形态，提高走的能力，为接下来的跑做好准备，所以在学期开头安排了两节“走”的基础课：

1、自然走、直线走、两臂放在不同部位走

在这一课的教学中我创设了“郊游”的情境，让学生在良好的学习环境中享受“走”的快乐。配合儿歌“两臂前后摆，脚要向前迈，脚跟先着地，脚掌蹬脚面，抬头又挺胸，身体不能歪。”形象生动的进行教学

2、模仿各种人物、动物走

这节课的主题是“模仿”，让学生模仿各种人物（解放军、老奶奶、老爷爷、运动员……）、各种动物（鸭子、螃蟹、猴子……）走的形象，通过模仿练习，增进学生走的能力。

通过这两节课的学习，我发现学生变得更生动、更活泼了。大部分学生在进行踏步走时，通过对解放军叔叔的学习，己经能很好做到精神饱满、动作有力。一（3）班朱某某、张某某、李某某等同学模仿的老爷爷、老奶奶十分形象、生动，表现出老爷爷、老奶奶年老弯腰、步履蹒跚的样子。一（4）班陆某、马某某同学的鸭子走很有创意，他们做出了鸭子走时的摇摇摆摆、晃晃悠悠的形象。

自然地形跑是利用校园里比较好的自然环境，配合校园的基本设施（树丛、台阶、横杠……）进行的一种耐力训练，学习氛围比较宽松，容易带动学生的积极性。在前两节课中我主要是创设了“春天”这一个情境，通过找春天、郊游等情节，让学生在比较生动、形象的环境中进行走、跑结合的慢速跑，新鲜的刺激使学生不容易觉得累。第三节课中在自然地形跑中安排了找宝藏的游戏，课前把宝藏藏在校园的花坛，树边，课上把学生分成相同数量的小组，在找宝藏前先安排一段必跑的路，然后再进行找宝藏游戏。这样练习下来，效果比较好，学生比较感兴趣，乐于参与练习，充分体现了“玩中学、乐中学”的特点。

在“短程跑”中这个学期安排了30米跑和自然站立式起跑，学习自然站立式起跑前先安排各种姿势的起跑的自然跑，发挥学生的想象力、创造力，在实践中摸索比较快的起跑方法，再进行自然站立式起跑的练习，学生比较容易接受。在跑中还安排了很多游戏，像接力跑、追逐跑、绕物接力跑，在游戏中锻炼了学生的跑的能力，又培养相互间的合作精神。在教学中我发现学生都能积极参与练习，而且比较投入，在一开始学生之间的合作还很差，学生输了，会怪某个同学，后来经过教育，学生的这种现象有所改善，能很好的合作

杂谈怎么样才算一节好课

走是人日常生活、学习、劳动中最基本的活动能力。通过走的训练，使学生掌握正确走的方法，形成走的正确姿势和良好的身体形态，提高走的能力，为接下来的跑做好准备，所以在学期开头安排了两节“走”的基础课：

1、自然走、直线走、两臂放在不同部位走

在这一课的教学中我创设了“郊游”的情境，让学生在良好的学习环境中享受“走”的快乐。配合儿歌“两臂前后摆，脚要向前迈，脚跟先着地，脚掌蹬脚面，抬头又挺胸，身体不能歪。”形象生动的进行教学

2、模仿各种人物、动物走

这节课的主题是“模仿”，让学生模仿各种人物（解放军、老奶奶、老爷爷、运动员……）、各种动物（鸭子、螃蟹、猴子……）走的形象，通过模仿练习，增进学生走的能力。

通过这两节课的学习，我发现学生变得更生动、更活泼了。大部分学生在进行踏步走时，通过对解放军叔叔的学习，己经能很好做到精神饱满、动作有力。一（3）班朱某某、张某某、李某某等同学模仿的老爷爷、老奶奶十分形象、生动，表现出老爷爷、老奶奶年老弯腰、步履蹒跚的样子。一（4）班陆某、马某某同学的鸭子走很有创意，他们做出了鸭子走时的摇摇摆摆、晃晃悠悠的形象。

自然地形跑是利用校园里比较好的自然环境，配合校园的基本设施（树丛、台阶、横杠……）进行的一种耐力训练，学习氛围比较宽松，容易带动学生的积极性。在前两节课中我主要是创设了“春天”这一个情境，通过找春天、郊游等情节，让学生在比较生动、形象的环境中进行走、跑结合的慢速跑，新鲜的刺激使学生不容易觉得累。第三节课中在自然地形跑中安排了找宝藏的游戏，课前把宝藏藏在校园的花坛，树边，课上把学生分成相同数量的小组，在找宝藏前先安排一段必跑的路，然后再进行找宝藏游戏。这样练习下来，效果比较好，学生比较感兴趣，乐于参与练习，充分体现了“玩中学、乐中学”的特点。

在“短程跑”中这个学期安排了30米跑和自然站立式起跑，学习自然站立式起跑前先安排各种姿势的起跑的自然跑，发挥学生的想象力、创造力，在实践中摸索比较快的起跑方法，再进行自然站立式起跑的练习，学生比较容易接受。在跑中还安排了很多游戏，像接力跑、追逐跑、绕物接力跑，在游戏中锻炼了学生的跑的能力，又培养相互间的合作精神。在教学中我发现学生都能积极参与练习，而且比较投入，在一开始学生之间的合作还很差，学生输了，会怪某个同学，后来经过教育，学生的这种现象有所改善，能很好的合作

反思素质练习

本周我上了一节内容是身体素质练习，我着重将上下肢协调练习作为课内的重点。我上此课的初步想法是要将几个不同的游戏组成一堂素质练习课，通过游戏的方式来强化学生的协调动作，力图将效果最优化。本课中的我通过设疑、布置任务、让学生自我解答、让学生在实践中解决问题等方法，使整个游戏非常成功。无形中还将柔韧素质融入课堂，拓展了学生的知识面。在锻炼学生协调的同时，开发了学生的创新能力。

整堂课下来，学生的参与性很高，而且整节课下来，学生还会进行比较，比谁的动作正确、协调，同时还存在一些不足之处：

1、首先，因为学生是刚入的学的新生，对任何东西都充满了好奇心，不能跟着教师的要求去进行，但是通过我的游戏式开场白的调剂，拉近了师生之间的距离。当时，我将整个课堂布置成一个大的游戏园地，将六个海绵垫子组合成“沟堑”、“山洞”、“江流”等人造障碍，我和学生同时在这些障碍中慢跑，在嬉戏中，大家不觉地就热身完毕。但是失误就出现了排队后的操练中，当时我将自编的一套柔韧操付诸于实践，但是未按照人体生理学的原理，只对身体各大关节、肌肉和韧带做了系统的活动，但是对上下肢少了着重的锻炼。主要原因我分析是因为我没有充分考虑到学生的年龄、喜好、身体状况、运动规律、认知结构等个体差异性，所以导致准备活动缺乏坡度和普遍性。

2、其次，在做完操后，做的游戏没有考虑到学生的兴趣问题，当时我站在篮球场的中间，让同学们围绕我成一圈，手都能触碰到我的身体，

我吹哨的时候，他们必须四散奔开，手触碰到四周的线后，回来和我拍手。但是在飞奔出去的时候，部分学生有推搡情况，我想以后要尽量控制游戏的有效性，加强安全教育，从学生的兴趣出发。

3、接下的失误是紧接上部分的练习，当时我开始组织学生做推垫子的接力游戏，这个游戏主要练习下肢力量，也充分利用垫子的用途。接力比赛有胜负，所以竞争性比较激烈。在推垫子的游戏中，还存在有些学生推大型物件时不懂准确的用力方式和部位的情况。 这部分的内容和主要的教材没有衔接很紧，而且整个环节我缺乏激励性的语言来导入，所以学生在练习的时候有点忙乱，没有尽力去完成教师给的任务。

4、最后，在爬行比赛中，我组织了四组学生从起跑线出发，让每个学生想想如何才能爬的快，而且又不会爬歪，这充分锻炼了上下肢体的力量和协调。在课堂中，由于学生的能力差异，没有组成平等的竞争实力，所以在比赛中，我充分调动学生的兴趣，同时给予正确的指导，让学生能改进技能，取得最后的胜利。

杂谈体育

小学体育,很多教师认为只要学生学会最基本的跑、跳、基本球类就行了,其实不然。如果学生不喜欢学就会一见上体育课就头痛,甚至在体育课无聊地打发着时间，体育教学就很难顺利地进行下去。在课前和课后,我千方百计地让学生既能学习体育基础知识,又能激发他们的兴趣,培养学生的体育基本技能，下面就谈谈我的一些体会。

1、造就生动活泼的课堂学习气氛。

小学体育的教学活动中，每一课都准备有一些体育游戏，所以我们上一堂课就需要很多的准备。在备课中,我力争以充实的内容来吸引学生，通过听听、说说、玩玩来培养学生的兴趣。

2、增加练习的趣味性激发学生学习体育的兴趣。

在游戏的时候做到：1.认真的听好讲解和观看示范。2.在教师的安排下进行游戏，热情的投入到游戏中去。积极的和同学配合完成游戏。 3.认真的总结游戏的中存在的问题。总结后继续游戏。这样的课安排得当容易激起学生的学习热情，也使他们开阔了视野,激发起学生学习美术的兴趣,从而促进了小学美术的教学效果,提高了他们自觉的艺术创造力。4、激发学生学习体育的兴趣。兴趣是学习体育的基本动力。教师应充分发挥体育教学特有魅力，使课程内容呈现形势和教学方式都能激发学生的学习兴趣，并使这种兴趣转化成持久的情感态度。同时将体育课程内容与学生的生活经验紧密联系在一起，强调了知识和技能在学生学习、生活方面的作用。

3、使学生形成基本素养

这点非常重要，在体育教学中，我注重面向全体学生，以学生发展为本，培养他们的基本知识和基本技能，为促进学生健康身体的形成，促进他们全面发展奠定良好的基础。因此，我选择了基础的、有利于学生发展的体育知识和技能，结合过程和方法，组成课程的基本内容。如篮球、足球，球类是小朋友最喜欢的，同时球类的体育设施又是学校最能满足给学生们的。还有，课程内容的层次性，适应不同素质的学生，使他们在体育学习过程中，逐步体会体育学习的特征，形成基本的体育知识和体育技能，为终身锻炼奠定基础。

4.教师自身素质的培养

教学之余，认真参加学校及教研组组织的各种技能业务学习外，经常去图书馆学习体育教学刊物，从理论上提高自己，完善自己，并虚心向其他老师学习，取人之长，补己之短。从而使自己更好地进行教育教学，工作上能更快地适应二十一世纪的现代化教学模式

如何让学生喜欢上体育课

众所周知，小学教育是基础教育，体育课也是为学生打好体育基础、激发学生体育热情、最终培养学生终身体育意识的关键。因此，如何在体育教学中实施新课改，落实新课标，让学生融进课堂，调动他们对体育课的兴趣，在玩得尽兴的同时，学会体育知识，增强心理素质和身体素质，这是我们体育教师应该探讨的重要课题。

　　一、教师自身素质的思考

　　1. 在教学思想上要更新。新《体育课程标准》明确了体育与健康课的性质、目标、内容、标准和评价体系，将体育与健康课定位在“以身体锻炼为主要手段，以增进学生的健康为主要目的”的一门课程。由此可见，体育与健康课突出了健康的目标。我们在体育与健康课中须坚持“健康第一”的指导思想，时刻把“健康第一”放在首位，在这一指导思想下训练、学习、掌握一定的运动技能。

　　2. 在知识结构上要更新。当今，知识经济已占主导地位，社会竞争越来越激烈，社会发展的必然趋势要求教师必须具备完整的知识结构。同样，体育教师的知识结构也应该是全方面的，要呈现多元化，必须在牢牢把握住学科专业知识的同时，积极拓展各方面的基础知识，如教育学、心理学、社会学、教育科研、教育现代化。

　　3. 在心理上要宽容大度。小学生的年龄小、阅历浅、知识窄，幼稚和无知是在所难免的事。俗话说：“童言无忌”。在课堂中，如果我们的学生说错话或做错事，教师片面地给予了批评，不仅不能调动学生的积极性，还会使学生的兴趣受到打击，对老师产生抵触心理。因此，我们教师应该循循善诱，少刮一点西北风，多洒一点阳光，对于学生的进步或做得好的地方应给予表扬，让学生感受快乐，体验成功，从而更加努力。

　　4. 在动作示范上要规范。体育教学是一种特殊学科的教学，它是以身体练习为主的教学。因此，在体育课堂教学中，教师的动作示范是最常用的直观教学法，是通过教师的动作示范向学生展示正确动作方法的，是在学生大脑中形成简单动作概念的最直接方式。由此可见，动作示范的重要性。正确的动作示范可以提高学生的兴趣，让学生产生跃跃欲试的冲动，对于自己感兴趣的动作会乐此不疲。因此，教师正确优美的动作示范可让学生对学习新的内容产生浓厚的兴趣，提高他们学习的积极性，激励他们更好地掌握新的知识、新的技能。

杂谈反思体育

一、现象：在一次课间活动时，我无意走进教室，听到一群学生在大声喊到：“体育，体育，我最爱”。虽然是课间活动时间，他们却喊得非常整齐有序，那场面看了好感动，学生喜欢上体育课。我不想打扰他们，默默地站在教室后面微笑地看着他们，不知是谁发现了我，大家马上七嘴八舌地围着我问：“老师，老师，今天我们干什么？”这是我在上体育课前经常听到的一句话。我会反问他们一句：“那你们最想干什么呢？” 他们的回答虽然是五花八门：打乒乓球、打篮球、跳橡皮筋、跑步、游戏……但我还是有点不知所措。该怎么回答，才能满足他们的运动欲望，不伤他们的自尊心呢？

二、对策：孩子就是这样好问，当然，好问也是进取的一种表现，作为教师不能抹杀孩子的这种积极兴趣，而且我觉得好问也是对体育课感兴趣的一种外露表现。所以我在设计课时，总是要想办法在完成本课所规定的教学任务之外，力所能及地安排一定的时间，让他们做些他们所喜欢的活动或游戏，来满足他们的积极兴趣和运动欲望。有时我会在宣布完本课内容之后，明确完成动作好的学生可以踢足球或打篮球，作为一种奖励，这样学生上课的积极性马上被调动起来了。但在活动中，作为教师也不能放任不管，而要适当加以引导、点拨，我想不管做什么运动，对学生的身体、心理、生理，都会在一定程度的得到锻炼。当然，在教学中的安全也是不能被忽视的，但也千万不能只顾安全，什么也不让他们干，这样会丧失他们对参与体育运动的一片热情。我觉得学生喜欢上体育课的另一方面，就是作为教师要用心去聆听，用心去教学，正确处理好师生关系，这对你能否上好一节课，是否吸引学生的学习兴趣，影响也很大。在教学过程中，我比较注重师生一起练习、游戏、比赛，共同吃苦、受累，共同分享胜利的欢乐。因为我知道在此过程中，建立起的师生关系是其他学科所无法比拟的，所以在平时的教学过程中，我很重视与学生在这方面的交流和合作，努力使每一个学生都爱上体育课，喜欢上体育课。

篮球教学反思

　我热爱篮球，平常喜欢自己打篮球，喜欢教孩子们篮球。可面对年龄较小、技巧不强的小学生，要让他们篮球水平有所提高，我也有自己的想法。

　　篮球是小学生十分喜爱的运动项目之一，对小学生的篮球观要加以正确的引导，是十分重要的。所以对小学生的进行篮球训练要以基础为主，要按照一个系统进行，不能盲目地练习。

　　一、培养小学生的篮球兴趣

　　要使学生保持对篮球兴趣的长期性、稳定性，以小学生身心特点为依据进行训练。小学生对事物产生兴趣的原因是多种多样的。他们可能是由于感受到某项活动有意思引起好感，产生了兴趣；也可能因为某些事物带有神秘色彩，引起好奇心产生了兴趣；也可能是受别人的感染和影响而产生了兴趣等等。一般说来，多数小学生是在学校和教师的教育下，受正确的学习目标和学习动机支配而产生的学习兴趣。这就是说学生的学习兴趣虽然有很大的自发倾向性，但主要还是靠教育和培养。那如何对小学生进行篮球兴趣的激发与培养呢？

　　二、体现学生个性、训练从基础抓起

　　每个学生都有自己不同的个性，在对篮球都感兴趣的前提下，结合学生的个性特点开展训练工作，可以使自己的工作顺利、有效的开展。抓住兴趣这一点任何事情都会走向成功又近了一步。

　　1、通过明星和榜样效应来诱发学生学习的兴趣；采用丰富多彩的游戏形式激发学生的兴趣，让学生体验成功，巩固学生的兴趣

　　2、对小学阶段的篮球训练，重视基本功的练习，遵循循序渐进，把握适量的度，以锻炼小学生身心健康为主。

3、基本功的练习

（1）传运球是关键

（2）身体训练是保障

（3）技术和战术训练是保证

4、小学生篮球训练要从小注意动作的规范性，保证小学生朝着规范健康的方向发展。

三、训、赛结合成绩才能有所提高

　　小学生的意志转移比较快，但同时对他感兴趣的东西他不会轻易忘记。我们在开展训练工作是不能一味的蛮干，采取不同的教与练的形式，可以在不同的小型比赛中发现自己存在的问题，在以后的练习中想办法进行弥补。这样可以有事半功倍的效果。

　　总之，小学生篮球训练要根据学生的身心年龄特点，主要以培养学生兴趣为主，循序渐进地、有规范地进行篮球训练，以基本功为主，为提高学生的身体各方面素质做好自己的本质工作。

双手投掷实心球

双手投掷实心球，是小学六年级的学习内容。但小学生自控能力比较弱，所以在体育课中要“动中学、动中健、动中乐”的指导思想，让学生在玩中学，玩中练。下面就实心球的教学做一个反思：

一、玩中练

玩是小学生的天性，小学体育课中如果没有“玩”，那么肯定不能吸引学生，不能体现“寓快乐于体育教学之中”的教学目标。因此，在教学中设计了各种各样的游戏，让学生自己体验，小组体验，来解决学习中的问题。让学生始终在玩中开展技能的练习，获取更多的知识，学生通过玩，愉悦身心。从教课的情况来看，学生还是十分喜欢这种练习方式，乐于参加各种教学实践活动，并敢于在活动中表现自我。

二、玩中学

新课改的体育课，我觉得并不是简单的玩。因此无论教师设计了怎样的课，其目的都是让学生能在玩中有所收获。本课的教学重点和难点是让学生掌握原地双手头上持实心球屈肘的技术方法，即掌握投掷的出手角度和出手速度，以及重心的移动。为此我设计了两个小游戏：一个是向后的实心球传递接力，一个是向前的传递接力。通过组织让学生玩这两个游戏，让学生在玩中明白了“双手头上持实心球屈肘和脚步重心的移动”这两个重要技术的原理，并能在实践练习中运用，达到了较好的效果，许多平时体育不是太好的学生也很快的学会了这个技术动作。这种教学方法要比教师直接讲解示范的效果要好，而且在这种教学实践中，学生通过自己的亲身体体验获得了知识。

教师评价鼓励学生语言不能太单调，没有更好激发学生的兴趣。如：学生投的远时，我只说了“真不错”,“好”等语言，语言过于平淡，大众化，对学生没有激励。