教学反思23

1. 自觉积极性原则。
2. 循序渐进原则。
3. 合理的运动负荷原则。

4、精讲多练的原则。

5、全面锻炼的原则。

(一)、自觉积极性原则

这是指教师在教学过程中，教育生明确学习目的，调动他们学习的积极性和主动性，并培养学生独立思考的能力，使他们的学习成为自觉的行动。在体育教学中，为了使学生能自觉积极地学习和锻炼。首先必须使学生明确学习的目的，有了目的才使学生自觉积极主动的去完成任务，明白总结学到了什么?其次，要注意培养学生的兴趣，这样才有利于调动学生的学习积极性和自动性。最后，科学合理选择游戏内容，正确地运用游戏的方法以学生的想象力、思维能力，是体育上的有声有色，学生爱学，教师爱教，教学就能收到良好的效果。

(二)、循序渐进的原则

贯彻循序渐进的原则。首先要正认识和善于把握“序”的实质。“序”就是反映客观规律的程序。正确认识和把握了“序”，教学工作就是获得预期的效果。其次，要立足“进”在打好“双基”的同时，逐步深化。只有按照学生认识发展的规律和人体机能活动的特点，由浅入深，由易到难，由简到繁，由少到多，由小到大，循序渐进的教学。才能使学生获得系统的知识，提高技术和技能。

(三)、合理的运动负荷原则

在体育教学中，合理安排学生身体所承受的生理负荷，就是使学生身体既有一定程度的疲劳，又能承受住，并与休息合理交替，以便更好地掌握体育技术，技能，有效地发展身体，增强体质。

(四)、精讲多练的原则.

这是指教师在体育教学中，为了更好地完成任务课的任务，根据学生的接受能力，用最精练的语言和最短的时间，简明.要地将教材的概念动作要领和练习方法讲解清楚，让学生有充分时间进行身体练习。

(五)、全面锻炼的原则

实行这一原则，是由高中体育目的的任务和学生的年龄特征所决定的，全面提高身体各器官系统的机能和全面发展各种身体素质，对促进学生身体的发育和提高各种基本活动能力，具有重要意义。

总之，在今后的教学工作中，我将严格要求自己，努力工作，发扬有点，改正缺点。