# 2024年初中体育课教学反思日记(十二篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-07-04

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧初中体育课教学反思日记篇一热爱祖国、...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**初中体育课教学反思日记篇一**

热爱祖国、热爱人民，热爱中国共产党。坚决拥护党的路线、方针、政策，遵守国家

的法律、法规和学校规章制度。认真参加政治学习，关心时事，看新闻、听报告、写体会，努力提高自身的政治素质。严格遵守中小学教师职业道德规范，语言文明，举止端庄，品德言行努力做学生的表率，同事之间关系和睦，团结互助。一直以来敬业奉献，热爱人民教育事业，积极做好本职工作，平时工作敢挑重担，集体观念强。在新的一年里，我将向党组织上交入党申请书，接受党对我的考验。

在平时的教学工作过程中做到出全勤，从不无故迟到、早退。工作中全面贯彻教育方针和新的教学理念，按大纲课程要求，结合新课程的理念和学生身心发展的要求制订行之有效的教学计划，从学生已掌握的知识出发，结合社会、家庭、学校，充分挖掘课程资源，认真备课。重视人体生理机能变化规律在教学过程中的运用。通过运用这个规律减少伤害事故的发生，使学生科学的锻炼身体并健康的成长。在教学过程中重视人的认知规律的培养。使学生尽快的学好技术，形成技能，使体育教师真正实现精讲多练，为体育教学研究科学的教学方法和组织方法奠定基础。培养学生科学锻炼身体的方法，使学生实现终身体育锻炼的目的。重视学生的思想教育，利用体育教材的特点结合具体内容，向学生进行思想教育。培养学生的自觉性、组织性、纪律性、集体荣誉感、不怕苦、不怕累、勇敢顽强的精神等。

在开学初我用了三个星期的时间对初二的学生进行广播操教学，加强对学生的思想教育，使学生真正认识到做操的重要性和必要性，培养学生重视做操、自觉做操、坚持做操、认真做操的良好习惯。二，正确运用示范。示范是体育教学的主要教学方法之一，通过示范能使学生建立正确的动作表象。因此，要求示范要清楚、准确、规范、优美。第三，讲解少而精。我在广播操教学时的讲解，主要是结合我的示范动作，让学生加深对动作的理解。第四，口令清楚、洪亮、准确。第五，及时纠正错误动作。在此后，在全校广播操练习中，因为学生经过一个暑假，对广播操有些陌生，所以我重点抓了学生在动作规格上的一些经常出现的错误。另外，在广播操教学过程中还得到了学校领导和班主任的大力支持。所以，广播操质量，在很短的时间内有了很大的提高。保证了学生以健康的身体进行学习、生活。

这个学期我接手了学校田径队训练工作。初次接手工作，我采取了以下措施：

第一、制订科学的训练计划及进度计划，严格按照训练计划进行训练，并根据学生的具体训练情况及时调整训练计划。

第二、组织学生学习田径队的管理制度及训练制度。要求学生包括我个人思想上统一，做到不迟到，不早退，团结协作，勤于动脑，严格训练，善于总结。

第三、克服困难，训练严谨：田径项目多，技术特别复杂，每一个动作，按照不同的时间，不同的速度，不同的方位，不同的用力方向所产生的效果不同。训练时要求学生做到眼快、手快、腿快、移动快。观摩学习，分组总结，共同提高。

第四、发扬团队精神，努力拼搏共创佳绩。今年下半年在县越野赛运会中取得了：女子团体第一名，男子团体第七名。总团体第四的名次。田径队训练工作经过一个学期的磨练已呈规范化、制度化、常规化。训练队每周早练、晚练次数不少于9次、每次40分钟。运动员积极训练，教师在训练时兢兢业业、克尽职守。做到每次训练有计划、有记录、有总结，做到备课、备人、备场地，充分利用训练时间针对学生不同年龄段的生理特点、采用各种不同的训练手段进行训练。田径队训练在半年时间中取得这样的佳绩、全赖于上级领导及学校领导大力支持，全体教师、学生的共同努力的结果。

我的工作态度是：作为体育教师，对体育课和业余训练工作的重要性有足够的认识，不自轻自贱，为培养德、智、体、美、劳全面发展的人才，为增强学生体质做出应有的贡献，这样才无愧于我们的事业和责任。有吃苦奉献精神。体育训练工作既是脑力劳动，又是体力

劳动，工作时间长，体力消耗大，没有顽强的吃苦精神和无私奉献精神是不行的。我要不断充实自己，要善于积累经验，总结成败得失，勇于思考敢于创新。不断提高自身的素质。

在教学过程中还存在着一些问题，现在总结如下：1、备课方面对学生了解不够全面，对于学生原有的知识技能，他们的兴趣、需要、方法、习惯等认识不足，在有些时候未能及时的采取相应的措施。2、教法比较单一，在解决如何把教学资源传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动上方法比较单一。3、课堂上对于以下能教学能力要还有所提高：组织好课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服重复的毛病，课堂提问面向全体学生，注意引发学生学习的兴趣，课堂上讲练结合。

所以在新的一年里我要注重个人的业务学习和提高，紧紧抓住课程改革这一契机，通过培训学习、观摩探讨，撰写心得体会、反思，积累、学习教学经验，多向其他教师请教，多和学生进行交流，在实践中应用等方式，加深对课程的理解和领会，完善自己的教学工作，努力形成自己的教学风格，形成学习形的教学工作习惯，为学校的优质化工程作出我应有的贡献

**初中体育课教学反思日记篇二**

学校教育改革给体育教学提出了新的目标要求，而现行体育教学很少研究学生的年龄性别特点，体育课练习密度普遍偏低，不利于全面提高学生身心素质，也很难调动全体学生的学习热情，体育教学改革势在必行。本文根据个人多年体育教学实践体会，就初中体育教学目标、资料和方法提出了改革性提议。我做了如下工作，现总结如下：

学校体育主要由体育教学和课外体育活动组成。体育教学的任务与目标是进行健身知识技能的传授以及运动教学，课外活动目标是巩固课堂教学资料同时组织丰富多彩的活动来健身和活跃学生生活、协调人际关系。所以学校体育的目标宏观来讲应是促进学生体格体能的完善和发展，培养体育的情趣、坚强的意志和良好的社会情感，构成良好的人际关系。

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。学生基础不一样，要掌握相同的教学资料，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。教学资料完不成，学生身体得不到锻炼，结果体育课成了学校的“搭头课”。

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我。第二，由于身体发育不均衡，加之中枢神经系统调节本事差，所以动作笨拙、别扭、不灵活，并且容易头晕和疲劳，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，并且爱表现自我来吸引异性。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。

体育课中使用游戏法，能够激起学生运动热情;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活力，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，如追逐跑练奔跑本事、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本事，不一样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，实施素质教育应强调让每一个学生的每一个方面均有发展，具有个性特长，实施游戏法教学则能很好地吸引学生，使他们感到因为学校里有自我的游戏伙伴，有游戏场所和游戏组织者及参与者，在共同的活动中能够不断了解自我，评价自我，提高欣赏美、表现美、创造美的本事，能够在欢乐中锻炼身体，培养良好的思想品德。所以，学校体育中应大力推广游戏法教学，尤其是义务教育中，在学生的世界观、人生观构成时期，在体质锻炼的黄金时期，用多种有效教学方法促进学生全面发展。

**初中体育课教学反思日记篇三**

体育，是一种复杂的社会文化现象，它以身体与智力活动为基本手段，下头是小编为大家收集的初中体育的教学反思，望大家喜欢。初中体育的教学反思范文一初中体育教学是基础体育教学之一，是连接小学乃至大学体育的一个关键所在。初中体育教育，包括了素质教育所要求的情感储备、智能开发、实践本事、创新精神、身体健康等诸多人类基本素质的培养，初中体育教学改革充分以学生为主体，注重学生这些方面的发展。可是，体育教育在现今的初中受重视的程度、大纲教材、场地器材、师资状况等软、硬件的影响，阻碍了体育教育在初中教育中的功能发挥。

1、上级领导重视不够，奖金和场地器材缺乏。多数学校领导把教学改革的重心倾向了语文、数学、英语等与升学有着密切关系的科目上，没有重点研究体育改革。需要的器材不能得到满足，专业教师不能得到及时的引进，中学的体育课在很多领导看来就是活动课，学生只是学习累了出来活动一下。学校也不会将很多的资金投入到体育教学当中去，因为搞好体育活动是要花钱的。另外，体育器材比较容易损坏，新增器材远远高于其他学科器材。

2、教学方法落后，专业教师缺乏，教学思想陈旧，教学模式单一。中学体育教学仍未摆脱传统教学理念束缚。教师沉醉于现有的教法之中，安于现状，不思创新。考评以身体素质达标为准，教师怎样教，学生就怎样学，简单课堂教学依然存在。这样，在教学中就不可避免地压制了学生地情感，挫伤了学生的主动性和进取性，抑制了体育教学在素质教育中的发挥。我们也明白兴趣是的教师，然而，学校场地的限制、教师专业的不一样，导致学生只能在给定的几个项目上选择。此外，一些中学学生比较少，体育教师就相应的比较少，有的学校甚至就仅有一两名体育教师，这样无疑会增加体育教师的工作量，体育项目也比较单一，从教学质量和满足学生的兴趣上来说都是不适宜的。

3、教材陈旧、重复过多，脱离学生实际。中学体育教学是传统体育教学体系，仍未摆脱传统教学理念束缚。教师沉醉于现有的教法之中，不思创新，课堂教学仍然是开始、准备、基本、结束，几乎没有室内体育场所。教学资料基本是走、跑、跳、投等一些竞技体育项目，各项动作技术难度大，重复过多。小学生学的东西初中还在学，高中学习过的大学还要学，这在教学中，脱离中学生实际，难以满足学生对趣味性、娱乐性、健身性、实用性的需求。学生上体育课，表面上愿意，内心却极不情愿，严重压抑了学生对运动的兴趣和对运动乐趣的体验。

学生是好动的群体，对于体育活动的需求较为强烈，兴趣较大。在体育教学中，大多数学生渴求掌握必须的健身知识和方法，培养一两门体育爱好和专长，以备考上大学乃至走上社会之用。如果他们的业余时间能用在体育活动中，他们旺盛的精力就能得到宣泄，运动才能得到充分发挥，身体素质和技术水平得到了较大提高。另外，学生还能够经过体育课学习各项基本技术，而在活动课中利用充足的时间，系统的学习某一项运动技术、技能、技巧，增强其熟练性。这样，有利于学生产生良好地自我锻炼意识和习惯，对参与其它体育项目的学习产生进取影响，还有利于提高学生的运动技术水平，为各项运动竞赛储备人才。

**初中体育课教学反思日记篇四**

根据新课程标准及健康第一的指导思想，应充分发挥学生的主体地位。在教会学生学会的同时，更要教会懂。不过分强调动作细节，充分发挥学生的创造力和想象力。关注学生的个性差异，改变单纯为跑而跑的枯燥练习，体验合作，享受成功的快乐。

从初中生身心发展的特点出发，应大力发展速度素质。本课以“体验成功的快速跑”为教学内容。通过体验、探究明确影响快速跑得关键因素步长和步频，激发学生兴趣形成互助合作的关系。体现学生主体地位，采用不同的教法和学法，让学生乐而不疲，变枯燥的教学为趣味教学。进而培养学生的各种实践能力，为终身体育打下基础。

运用速度公式导入引出课题，激发学生兴趣。

通过游戏“抢占高地”的方式克服惰性提高学生的反应速度和动作速度。

学生通过快速跑的尝试，并通过计时、测量、计算，引导学生找出快速跑的两个关键因素。通过自我评价确定个人类型。

运用典型对比示范和教师示范。学生观察思考，总结确定自选内容及修正方案，并进行有针对性的练习。

尊重关爱弱者，学生自定起点，尝试成功、享受愉悦。

“踏格子跨垫子”游戏：强化巩固教学重点，体验合作与竞争。

陶冶情操环节：通过感受“神七”升天，渗透德育内容，激发民族自尊心和自豪感。

体现出“体育与健康”课改新课型、新理念。改变传统模式，培养学生发现和解决问题的能力。

体验、合作与竞争，更好的弘扬学生个性。

教学的设计针对性较差、学生实际操作的时候难度较大。安全措施应更处理的合理些。

**初中体育课教学反思日记篇五**

自 20 世纪 80 年代以来，“反思”一词在美国、英国、加拿大、澳大利亚及欧洲大陆被人们越来越多地加以引用，并很快影响到了西方世界以外的各国教育。大量的研究表明，反思是教师专业成长与发展过程中的关键因素，应该说培养具有反思能力的教师，是当今教师教育追求目标的应有之意，同时也是教师教育者、教师教育研究者以及关注教师及教师教育的人们所期待的。

1、反思

反思，《汉语大辞典》将其解释为，对过去的事情进行深入的再思考。《哲学辞典》将其解释为，对事物的思考和对现象的本质研究。教育学、心理学将其理解为一种心理素质、思维能力和教学能力。尽管对反思的表述不尽相同，但对反思的认识在本质上是基本相同的，即反思是一种自省、思考、探究和评价，是指行为主体立足于自我以外批判性地考察自己言行的过程。

2、教学反思

张立昌认为教学反思是指教师在教学实践中，批判地考察自我的主体行为表现及其依据通过回顾、诊断、自我监控等方式或给予肯定与强化、或给予否定与修正、从而不断提高自身教学效能和素质的过程。熊川武认为教学反思指教师借助行动研究，不断探究与解决自身和教学目的以及教学工具等方面的问题，将“学会教学”与“学会学习”统一起来，努力提升教学实践的合理性，使自己成为学者型教师的过程。李凤侠认为教学反思指教师在教育教学实践中，用先进的理念来审视已有的教学行为，通过观察、回顾、诊断、自我监控等方式，找出其中差距，或给予肯定、支持与强化，或给予否定、思索与修正，将“教学”与“学习”结合起来，在教学实践中扬长避短，不断提升教学实践的合理性进而提升自身教育教学效能和素养的过程。

综上所述，教学反思应该是教师立足于教学实践，以提高教学效果和促进学生发展为目的，对教学过程本身以及教学过程中的行为进行理性的审视和分析，反思教学中存在的问题与不足，从而提高教学实践的合理性，使自己成为反思型教师的过程。

1。 推动新课程的顺利实施

我国新一轮课程改革在原有的课程基础上，在教材编写、课程设置、教学目标、教学结果、教学对象、教学内容、教学方法、教学过程、教学评价等方面给教师更大的发挥空间，更加注重知识与能力、过程与方法、情感态度与价值观，注重科学探究的方法，因此在教学中存在着很多不确定性。面对扑面而来的种种

变化，教师最困难的一点就是如何同习惯化的教育观念和教育模式做斗争，这就需要教师积极参与到新课改中去，以研究者的眼光审视和分析教学理论与教学实践中的各种问题，不断对自己的教学过程进行反思，对积累的经验进行总结，这是教师角色适应与发展的必要条件。新课程改革的主体是教师，改革的成败在教师，教师是把理想课程转变成现实课程的载体。只有通过增强教师的反思意识和反思能力，才能促使其以新的课程理念为指导，积极审视、质疑、研究和改进自身的教育教学实践，从而积极推进国家新一轮基础教育课程改革的顺利实施。

2。 促进教师专业发展

长期以来，教师只作为一种职业，而未被看做一种专业，主要因为教师没有自己的专业标准，他们具有的只是一些狭隘的教学技能，对教学及其外部状况并不进行思考。过去，人们总是习惯于教育方法和诀窍的倾销，把教学改良的关键看做是教师能否正确地按照程序行事，能否复制和照套有效教学的行为标准，而不是教师根据自己对学生和教材的深层理解做出复杂批判的能力的发展。反思是教师专业发展的重要基础，是否具有反思的意识和能力，是区别作为技术人员的经验型教师与作为研究者的专家型教师的主要指标之一。教师职业的特征决定了教师本身应是研究者、反思者，而且“教师越能反思，在某种意义上越是好的教师”；对教学的反思， 反映了人类对教学实践合理性的不断追求，是现阶段培养优秀教师、学者型教师，加速教师专业化的有效形式。由此可见，在教师的实践活动中，反思被广泛地看做教师专业发展的决定因素。

3。提高教学质量

高水平高质量的教育需要有高素质的教师队伍做支撑。长期以来，教师在传统教学背景下形成了一些习惯的工作方式，限于程序性的一套方法或技术，很难顾及教学的情境性，对课堂中出现的问题缺少必要的关注，其结果是学生个性和想象力的抹杀，学生成为技术加工塑造出来的模式化产品。教学反思要求教师建立科学的教学理念，并促使教师由“经验型教师”向“反思型教师”转变。新的教育理念强调以学生为中心，不仅要求学生由外部刺激的被动接受者和知识的灌输对象转变为信息加工的主体、知识意义的主动建构者，而且要求教师由知识的传授者、灌输者转变为学生主动建构知识意义的帮助者、促进者。教师的教学反思，主要是反思师生在课堂教学中教、学行为的得与失。由此可见，教学反思就是教师对教学活动中的各种现象进行检查、分析、反馈、调节，从而使整个教学活动、教学行为日趋优化的过程，这无疑会促进教学质量的提高。

反思起源于问题。杜威认为：任何反思都有三个阶段，即：问题的定义；手段———目的分析；概括。科顿和斯巴克斯—兰格，提出了一个教师反思的框架（如下图）：

发现、选择问题 → 分析问题 → 构建假设 → 验证假设

（1）发现、选择问题：教师反观自己的教育教学并梳理出其中存在的问题，

选择特定的问题予以关注并在可能的范围内收集与此相关的资料。

（2）分析问题：分析收集到的资料，形成问题的一般框架，同时在自己已有的知识中收搜寻与当前问题有关的信息，以批判的眼光审视自己的观点和行为，进一步对发现的问题进行评价和论证。

（3）构建假设：一旦对问题情境形成明确框架，就应建立各种假设，以解释情境和指导行动，并在内心对行动的短期和长期效果加以考虑。

（4）验证假设：在对假设进行深入思考后，开始实行行动计划，积极验证各种假设，当这种行动能被观察和分析时，教师就开始了新一轮的反思循环，从而形成有效的反思链。

体育教师的教学反思是体育教师专业发展的重要一环，教师在不断反思与探究的教学过程中提升自己的专业水平和教育教学能力，这既是体育课程教学改革的需要，也是体育教师自身发展的需要。在实施体育与健康课程标准过程中，“教学反思是教师专业发展和自我成长的核心因素”已经成为体育教师的共识。但在实践过程中，体育教师进行个体反思时往往习惯于已有的经验，很难摆脱其封闭性和局限性。因此要想适应体育课程与教学改革，促进教学能力提高，体育教师就必须掌握一定的教学反思方法。

1、写反思日记

反思日记是教师将自己的课堂实践的某些方面，连同自己的体会和感受诉诸于笔端，从而实现自我监控的最直接、最简易的方式。反思日记可以涉及有关实践主体（教师） 方面的内容；有关实践客体（学生） 方面的内容；或有关教学方法方面的内容。教师不仅可以对课堂的事件进行诚实、客观地描述，对事件的发生进行细致地分析，还可以提出对相关问题的研究方案。教学后记是反思日记的一种，在每次教学课结束后，多问自己几个为什么，并及时记载下简单的后记，可以包括：教学中的成功或不足、教学中学生锻炼的情况、教学中的改革创新等。

2、学习中反思

在新课改实施过程中，成功体验、合作学习、情境教学、快乐体育等体育教学模式层出不穷。要想明辨是非、判定真伪，真正掌握新课改的脉络，就要求体育教师进行系统的理论学习。在学习中反思是教师在认真学习教学理念的过程中，诱发质疑、思考、批判教学行为与策略，寻觅教学理论支撑的方式。学习的内容不仅仅是教材，还可以是专著或是体育教学及训练类的杂志、报刊，在学习中取人之长，补己之短。

3、观摩中反思

“他山之石，可以攻玉”。观摩他人的体育教学并积极反思自己的教学实践，反复研究他人的成功与失误，去其糟粕，取其精华，能更多地提升教师的反思能力。通过学习比较，找出理念上的差距，解析方法手段上的差异，从而提升自己的专业能力。教师还通过观看自己或其他教师的教学录像，思考反省当时的组织教学是否合理、运动强度是否妥当、下次应如何改进等内容。如果有专家从旁帮助进行分析和评价，这一反思方法的作用将会发挥得更好。

4、交流反思

“当局者迷，旁观者清”。教师个体单独进行反思时，相对来说具有一定的封闭性和局限性。毕竟单纯的内省反思活动，往往是比较模糊、难以深入，而且容易囿于自我。特别是对于青年教师来讲，工作时间短，教学经验又不是很丰富，教学过程中的一个小问题也可能让你措手不及，这时交流就显的尤为重要，经过集体的讨论或者其他教师的指点，问题就会迎刃而解。交流反思既可以是同事之间的交流分析，可以与学生进行交流沟通，也可以与专家学者进行交流探讨，还可以利用发达的网络进行交流学习。

5、绩效反思

对每堂课的教学效果或是对某项运动技能的测试成绩进行反思、分析、比较，可以为下一步调节教学过程、修正教学目标提供依据。

教学反思是对教育教学规律的探究与发现，是教学创新的基础，教师成长的开始。从不同角度与方式回顾、分析和审视自己的教学行为，教师才能“形成自我反思的意识和自我监控的能力”。只有把教学反思当作一种行为习惯，体育教师才能不断提升自我能力，完善教学艺术，减少“教学遗憾”，与新课程共同成长。

教师反思能力的培养是一个长期而艰巨的任务，需要教师、学校和教师教育部门的共同努力，也需要广大教育理论工作者的继续努力，使教学反思行为更好的为初中各个学科的教育教学活动服务。

[ 1 ]黄文仁。 论批判性反思在体育教师专业化发展中的作用[ j ]。 北京

体育大学学报， 20xx

[ 2 ]陈海波。 学校体育课程改革与体育教师观念的转变[ j ]。 体育文化

导刊， 20xx

[ 3 ]刘耀明。 基于教师专业发展的反思性教学[ j ]。 集美大学学报：教育

科学版， 20xx

[ 4 ]朱万银。 体育（与健康） 课程标准教师读本[m] 。 武汉：华中师范大学出版社，20xx。

[ 5 ]季浏。 体育（与健康） 课程标准解读[m] 。 武汉：湖北教育出版社，20xx。

**初中体育课教学反思日记篇六**

本学期，我承担了初一新生的体育教学任务。所以，广播体操的教学就成了这学期的首要教学资料，广播体操无论从教来讲还是从学来说都是一项枯燥乏味的工作。所以，圆满完成广播体操教学的前提就是如何激发学生的学习兴趣、提高学生的学习进取性。下头仅以我的一节体育课的教学过程来说明我是如何进行广播体操教学。

在这部分里我主要采用激发兴趣导入的方法来提高学生的学习兴趣，给我的课堂升温，具体的方法就是让学生分级进行趣味游戏，并以此到达热身的目的。因为初中一年级的学生是比较“稚嫩”、孩子气还很重，适当采用游戏的方法进行教学能够大大提高学生的学习进取性。

因为广播体操有硬性的教学要求，注定了其在教学过程中要严格按照书面要求进行教学，所以除了尽量使用幽默的语言外，我依然采用了传统的完整示范—分解示范、讲解教学—完整教学的模式，可是在教学过程中，我没有过分的强调“教”，而是“教”与“学”并重。在动作传授完以后，我让同学之间分组练习、讨论，每组5-6人，学、练、教、互相纠错，以此培养学生自评、互评的本事，并让动作完成好的学生进行示范领做，以此来激发学生的学习动力和培养学生敢于表现自我的本事。因为我们的学生在上课之前都已经分组，在教学过程中，我利用学生相互攀比的心理，让他们分组比赛，看哪组同学做的规范，在学生的练习过程中，我全程指导及时发现错误动作，在错误动作未成型之前就把它纠正过来。

结束部分，一是课堂的常规，二是让学生总结点评一下本节课的收获，表扬做得好的学生，鼓励还有待于进一步提高的学生，让其在课后加强练习，三是收还器材。

经过课的教学，我发此刻管理学生方面不能到达完美的要求。广播体操的教学资料基本完成，教学效果比较梦想，可是在难度较大的教学教程中，总是有个别的学生调皮捣蛋，在处理问题学生的时候，我基本都采用了微笑处理，效果不是梦想。这方面有待进一步改善和加强，应当在熟悉和了解学生的基础上采用区别对待方法，根据不一样学生的个性有针对性的进行教育。

**初中体育课教学反思日记篇七**

九年级体育教学反思实行体育中考直接影响着学校体育的教学工作。在教学实践中，经常使体育教师感到为难的是，如何改变考什么教什么把体育课变成单一的训练课，学生不再喜欢上体育课。这样不仅影响教学质量，而且不利于学生的身心健康发展。如何上好九年级毕业班的体育课，抓好课余锻炼工作，提高中考成绩是摆在体育教师面前急需解决的首要问题。特别是文化课成绩较好的学生，身体素质相对差些，这部分学生又是升学的主力军，面对这一问题，学校必须采取有力措施。初中与高中体育教学衔接问题的也是需要研讨的。

兴趣是最好的老师。学生学习兴趣直接影响这学生的学习行为和效果。学生体育成绩不好，是因为学生们不爱上体育课吗？恰恰不是这样，其实学生们爱上体育课超出任何其他一门功课，但是只限于他们感兴趣的体育项目。按照常规的体育课程内容去教学，学生们都会很懈怠，甚至抵触。只有按照他们喜欢的项目上课，他们的积极性才会高一些。如何科学合理的安排毕业班体育课堂教学，就成为一线体育教师首要思考与解决的问题。

体育教师首先要学习中考项目的测试规则，要自身掌握了解正确的动作要领。做好教学计划与单元计划，这样就不会盲目的训练，不会总觉得时间不够。科学的安排中考项目练习与身体素质练习和学生球类等项目的合理搭配。

体育教师要用“心”来经营体育课。要从理念上实现由“让学生适应体育课”向“体育课适应学生”的根本转变。体育的课堂是要靠体育教师要导演的，如果教师没有去努力、去计划、没有动力与热情，那课堂就不会有活力，学生就不会有兴趣。要力所能及的做到少一份硬性规定、多一份师生交流；少一份指责与批评、多一份引导与鼓励；少一份严肃、多一份欢乐；少一份限制、多一份创新练习，再多一份和谐、平等、友爱。

不能简单地为了方便教师的教学而把丰富多彩的体育课变成了内容枯燥乏味、活动形式单一的训练课。也不能把准备活动当作体育课的全部。

任务式的课堂教学模式是很有效的，学生能完成课堂任务的，可以进行自主练习如打篮球羽毛球等，每节要先确保有足够的统一练习时间。这样课堂教师有更多的时间指导后进生。对于后进生的指导也要安排一定的自主练习的时间，相互学习交流，有时间对原有的动作进行改进。

当然调皮的学生与不爱练习的同学一定会有的，重要的是教师要有一份好的心态来面对。多一份耐心，多一点鼓励。对于后进生一定要做到手把手的教他，这样学生才有进步的动力，才能感受到教师的关心。没有教不好的学生，只有不会教的老师。

在体育课中，教师既要照顾到学生的安全与兴趣又要努力提高体育课的效率，对于体育教师是不小的挑战。针对中考体育项目的内容之一的耐力跑。为了提高这个项目成绩，就要在平时上课之前作为热身运动。并且，还要做到慢慢增加跑步的圈数。比如立定跳远、实心球等都需要一定的技术，通过专门的训练，协调性提高了，掌握技巧后成绩自然会提高。跳绳是一项很好开展锻炼并且很容易得分的项目，但考试时大多学生会不稳定常绳绊脚。平常要加强不绊脚一次连续跳和抗干扰能力。

短期的突击训练是一种短视行为，虽然可能当时对于提高体育成绩会有帮助，但是容易造成运动伤害。但是对于初中生的年龄段来说，强化训练对健康是不利的。人体的机能是一个循序渐进的过程，不是突变的过程，“恶补”容易造成肌肉拉伤、骨骼损伤，尤其平时缺乏运动的学生，如果负荷强度过大，容易发生突发性的心血管疾病或者伤害事件，所以，“进补”手段达不到健康效果。

各学校都对毕业班课外训练进行安排，具体训练计划细到准备活动、练习基本内容和练习次数、放松活动统一安排。学生真的认真的去训练了吗？集体统一练习的时候，大家都能较好的投入练习，但是，毕竟中考项目较多，学生是需要分开练习的，一旦开始分组练习，由于场地并不在一个区域里，很多时候，学生的自觉性还是较差的。

教师人员有限，要发挥体育骨干的作用，安排各小组长负责点名与记录。有记录、有反馈、有落实才会有效果。每位同学要制定合适的练习目标。分小组合作学习与练习，相互提高与进步。

部分学生身体素质和协调性实在太差，光依靠课堂教学很难促进其水平能稳步提高，这就要求我们教师重点关注此类学生的发展。我们的做法是：利用一切可以利用的时间对其进行重点辅导。

具体做法：通过一段时间的教学或测验，把水平较差的学生名单按照项目分类，并安排不同的时段分别进行重点辅导，直到他们掌握自己的弱势项目为止。

所谓教学就包括“教”和“学”，两者是相辅相成的。存在“一头热而一头冷”的现象普遍，学生的厌学情绪非常严重。这对教师的教学造成了很大的影响，几乎是“摁着牛头吃草”式的教学方式无疑加重了教师的负担。

模拟测试方案：男、女生分开测试，分小组测试，每小组20人，由小组长带队。先测选项项目，完成两项后再测800、1000米。着装要适合考试，考前要做好准备活动。

模拟测试一方面是展示学生通过训练所取得的成果，给他们以必胜的信心，另一面也是希望通过测试，来发现少数学生在测试过程中存在的问题，再做最后针对性的指导、训练。

初中阶段体育课程多采用单元的教学方式。而高中阶段采用选修模块教学方式，学生根据自己的兴趣、爱好选择选修模块。在高中构建的主要是单一教材单元，例如，篮球选项单元、武术选项单元、游泳选项单元等；而初中构建的单元包括了单一教材单元和复合教材单元两类

我们九年级的孩子们通过自身的努力，他们所付出的每一滴辛勤的汗水，终于得到了回报！回顾这一些艰辛的努力，不管苦也好，累也好，在看到孩子们开心，兴奋的这一刻，一切都变得无足轻重了。唯一可以释怀的是，没有课堂辜负学校、家长的重托。下一步所要考虑的就是如何合理地安排教学内容，保证适宜的运动量，从“功利”型的体育教学模式中跳出来，让九年级的同学真正的去享受“快乐体育”。

**初中体育课教学反思日记篇八**

初中体育教学是基础体育教学之一，是连接小学乃至大学体育的一个关键所在。初中体育教育，包括了素质教育所要求的情感储备、智能开发、实践潜力、创新精神、身体健康等诸多人类基本素质的培养，初中体育教学改革充分以学生为主体，注重学生这些方面的发展。但是，体育教育在现今的初中受重视的程度、大纲教材、场地器材、师资状况等软、硬件的影响，阻碍了体育教育在初中教育中的功能发挥。

1。上级领导重视不够，奖金和场地器材缺乏。多数学学习方法校领导把教学改革的重心倾向了语文、数学、英语等与升学有着密切关系的科目上，没有重点思考体育改革。需要的器材不能得到满足，专业教师不能得到及时的引进，中学的体育课在很多领导看来就是活动课，学生只是学习累了出来活动一下。学校也不会将很多的资金投入到体育教学当中去，因为搞好体育活动是要花钱的。另外，体育器材比较容易损坏，新增器材远远高于其他学科器材。

2。教学方法落后，专业老师缺乏，教学思想陈旧，教学模式单一。中学体育教学仍未摆脱传统教学理念束缚。教师沉醉于现有的教法之中，安于现状，不思创新。考评以身体素质达标为准，教师怎样教，学生就怎样学，简单课堂教学依然存在。这样，在教学中就不可避免地压制了学生地情感，挫伤了学生的主动性和用心性，抑制了体育教学在素质教育中的发挥。我们也明白兴趣是最好的老师，然而，学校场地的限制、教师专业的不同，导致学生只能在给定的几个项目上选取。此外，一些中学学生比较少，体育老师就相应的比较少，有的学校甚至就只有一两名体育老师，这样无疑会增加体育教师的工作量，体育项目也比较单一，从教学质量和满足学生的兴趣上来说都是不适宜的。

3。教材陈旧、重复过多，脱离学生实际。中学体育教学是传统体育教学体系，仍未摆脱传统教学理念束缚。教师沉醉于现有的教法之中，不思创新，课堂教学仍然是开始、准备、基本、结束，几乎没有室内体育场所。教学资料基本是走、跑、跳、投等一些竞技体育项目，各项动作技术难度大，重复过多。小学生学的东西初中还在学，高中学习过的大学还要学，这在教学中，脱离中学生实际，难以满足学生对趣味性、娱乐性、健身性、实用性的需求。学生上体育课，表面上愿意，内心却极不情愿，严重压抑了学生对运动的兴趣和对运动乐趣的体验。

学生是好动的群体，对于体育活动的需求较为强烈，兴趣较大。在体育教学中，大多数学生渴求掌握必须的健身知识和方法，培养一两门体育爱好和专长，以备考上大学乃至走上社会之用。如果他们的业余时间能用在体育活动中，他们旺盛的精力就能得到宣泄，运动才能得到充分发挥，身体素质和技术水平得到了较大提高。另外，学生还能够透过体育课学习各项基本技术，而在活动课中利用充足的时间，系统的学习某一项运动技术、技能、技巧，增强其熟练性。这样，有利于学生产生良好地自我锻炼意识和习惯，对参与其它体育项目的学习产生用心影响，还有利于提高学生的运动技术水平，为各项运动竞赛储备人才。

**初中体育课教学反思日记篇九**

体育课顾名思义是以身体练习为主,培养意志品质,养成良好习惯,积极参与到其中。

现在的学生越来越有自己的思想，如果不能按照他们的想法做就有可能不听话，甚至于起哄，这就要求我们发挥聪明才智，如何调动他们的积极性。

第一，合理安排体育教材，提高学生的兴趣。兴趣是学生最好的老师，这样就要求我们设置符合他们年龄特点的情景。

第二，尊重学生、热爱学生、信任学生。

第三，参与到学生的练习当中。

第四，学生之间的相互作用是提高学生兴趣的因素之一，同学之间的互相帮助、相互交流、相互促进、相互鼓励有利于学生提高学习兴趣。

第五，要给学生自由发言的机会，在教师的引导下充分发挥学生的主体性。

第六，在不脱离教师想要练习的效果时，学生可以自由选择兴趣的项目进行练习。

总之，今后在选择教学内容是不是可以这样来思考：只要目标明确了，其内容来源可以多方面的。可以是教材中的，也可以是教师收集整理的，还可以是学生熟悉的、感兴趣的内容，只要能够为目标服务的教学内容都可以

**初中体育课教学反思日记篇十**

学校教育改革给体育教学提出了新的目标要求，而现行体育教学很少考虑学生的年龄性别特点，体育课练习密度普遍偏低，不利于全面提高学生身心素质，也很难调动全体学生的学习热情，体育教学改革势在必行。本文根据个人多年体育教学实践体会，就初中体育教学目标、内容和方法提出了改革性建议。

一、体育教学的目标学校体育主要由体育教学和课外体育活动组成。体育教学的任务与目标是进行健身知识技能的传授以及运动教学，课外活动目标是巩固课堂教学内容同时组织丰富多彩的活动来健身和活跃学生生活、协调人际关系。所以学校体育的目标宏观来讲应是促进学生体格体能的完善和发展，培养体育的情趣、坚强的意志和良好的社会情感，形成良好的人际关系。

二、现行教学内容及方法的弊端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。教学内容完不成，学生身体得不到锻炼，结果体育课成了学校的“搭头课”。

三、中学生的生理心理特点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。

四、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，实施素质教育应强调让每一个学生的每一个方面均有发展，具有个性特长，实施游戏法教学则能很好地吸引学生，使他们感到因为学校里有自己的游戏伙伴，有游戏场所和游戏组织者及参与者，在共同的活动中可以不断了解自己，评价自己，提高欣赏美、表现美、创造美的能力，能够在快乐中锻炼身体，培养良好的思想品德。所以，学校体育中应大力推广游戏法教学，尤其是义务教育中，在学生的世界观、人生观形成时期，在体质锻炼的黄金时期，用多种有效教学方法促进学生全面发展。

**初中体育课教学反思日记篇十一**

通过近段时间的体育课堂教学实践，对于在新时期如何更好地开展好体育教学有以下反思，反思如下：

游戏比赛在小学体育教材中占有相当的份量，通过游戏教学能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。而这些优良品质正是一个人健康心态的集中体现。游戏深受学生的喜爱，也为教师开展心理健康教育提供了良机。例如，在游戏比赛中一些个性较强的学生因不服输而与对方发生争执，甚至“动武”；也有失利组的学生互相埋怨，导致受指责的学生产生层场心理而退出比赛。这样一来，不仅影响了游戏教学的正常进行，而且还伤了同学之间的和气。这时，教师要抓住这一契机，耐心地教导学生特别是有偏游倾向的学生认识游戏比赛的意义，正确看待比赛的成败，批评有碍团结的不良倾向。同时还要与学生一道分析造成失败的原因，找出制胜的有利因素，最终使学生化“沮丧”为“振奋”，以积极的心态迎接新的挑战。

任何人从事任何事情都不可能一帆风顺，事事如意。同样，学生在体育学习中，也难免会遇到挫折。便如，在一场班际拔河比赛中，因教师发现一名外班的学生参与了某班的比赛，故大声斥责，结果使该班的学生转移了注意力而导致失败。这种由于决心书外因素造成的失利使学生难于接受，情绪非常恶劣。对于这种意外事情的发生，教师要主动地向学生说明真相，讲清道理，充分肯定他们的实力，保护他们的自尊心，并提供再赛的机会。同时还可以通过我国运动员参加世界大赛出师不利的典型事便来教育学生，使学生了解任何比赛都可能存在一定的意外，包括裁判不公等，培养学生接受意外事实的能力，从而增强抗挫折能力和情绪调节力。

性格是个性的核心要素。良好的性格对于学习具有重要影响，而人的性可知与际关系和心理健康有着密切联系。小学阶段是性格形成期，我们应当通过体育教学培养学生良好的性格，使他们乐于交往，兴趣广泛，与人和谐相处和积极进取。如在体育分组活动中，常会发现个别学生不愿参与活动，只是坐在一旁观看或四处走走，询句为何？大都强调客观原因。经深入调查才得知是因性格孤僻而导致不合群。针对这一情况，教师可亲自出马，带领不合群的学生一起参加小组活动，指导小组活动方法，并在巡视中不时地过问该小组每个成员的活动情况，及时表扬小组成员取得的成绩，使不合群的学生增添信心、融入群体。此外，还可创设两人合作的游戏比赛，让这类学生在愉快的气氛中与同伴打成一片。这样日积月累，持这以恒，就能帮助学生培养起良好的性格。

创新精神和实践能力是衡量学生心理健康的一项重要指标。因为一项创新活动的完成，必须具有充沛的体力、饱满的精神和乐观的情绪。为此，体育教师在教学中应通过多种手段培养学生活跃的思维、丰富的想象及运用知识的实践能力等。比如教材的安排要体现健身性、趣味性和实用性，以促进学生生理、心理和精神待等方面的提升，获得成功和愉快的体验，使他们能热爱体育，增强自尊心和自信心。此外，还可通过教学方法的创新，以开发学生的潜能和完善人格，培养学生自学、自练的能力，并给学生营造合作学习的氛围，同时为学生提供机会，培养他们的创造力、竞争力。

**初中体育课教学反思日记篇十二**

教学后记是教师对自身具体教学工作的检查与评定，是各科课时教案的重要组成部分，它可以在上完课后对本次课的上课过程做出综合的评定，它可以记载下本次课的经验与教训，找出教学具体实施过程的成功与不足之处，但在实际的教学过程中，我们有的教师决认为备好课、上完课就是完成了教学任务，往往就忽视了在课后的教学情况的回顾与审视，忽视了教学后记这一重要的环节。

体育课教学除了具有教学的一般规律外，还具有自身多层次、多变化的特殊性，组织好一堂体育课并不容易，它需要教师具备一定的教学水平以及组织能力。常写教学后记，可以帮助体育教师提高教学智慧，为不断调整体育课堂教学策略积累可\*的依据，进而提高教学水平，优化课堂教学，所以，我们在每一次课后可在教学后记中记以下几个方面：

1、记在实际教学过程中的失败与成功之处。教学过程是一个教师指引学生身心直接参与的过程，所以就决定了教学过程中的复杂性。因此，教学过程中难免有疏漏失误之处，如教学内容安排不合理，技术动作重点和难点处理不当，练习手段和方法缺乏趣味性和启发性等，教师应当客观分析，()承认自己在教学中的不足，面对教学失败之处，不仅要及时将问题记录下来并积极在主观上找原因，还应请同行看课、提建议，采用多种形式取长补短，使之成为今后教学中应吸取的教训，并在适当的时机加以弥补和解决，从而改进今后的教学。在记录下失败的同时，也要将教学过程中自己感受深刻的、达到预期效果和引起教学共鸣的做法记录下来，在以后的教学中不断引用和完善，定会直接促进教师教学水平和教学质量的提高。

2、记教学过程中的教学机智和学生评价。

3、就体育课而言，体育教学具有课堂活动空间大，可控性差的特点，易于受到外部因素和偶发事件的干扰。所以在教学过程中常会出现一些不可预见的突发事件，所以教师也可能会在教学中突破备课教案的框框，产生一些有益于教学的灵感，这些可能都是教师教学智慧的闪光点，它们可能稍纵即逝，如果不注意积累，很快就会忘掉。课后要及时利用教学后记去捕捉记录下来，需要同时记录地的还有一些学生通过切身感受而产生的一些意想不到的好见解，它可以在一定程度上拓宽教师的思路，使教师的教学能进一步补充和完善，真正做到了教学相长。

4、针对以上种种情况，再记今后教学中需要改进的地方。

5、每次在课后，应对教学情况进行全面的回顾总结，根据本次课的教学体会和从学生反馈的信息，考虑下一次课的教学设计，应及时修订教案，充分挖掘教材中学生感兴趣的内容。小学体育课教学反思体育课教学反思

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