# 精选体育课教学心得总结通用

来源：网络 作者：夜色微凉 更新时间：2025-04-02

*精选体育课教学心得总结通用一在此，我怀着万分悲痛的心情向你表达我对错误的反省。特此递交此篇“上体育课迟到买零食的检讨书”向您表达深深的歉意，报告的我思想状态，提出具体的改正措施，最大程度地争取您的原谅。回顾错误，\*\*\*\*年\*\*月\*\*日下午的...*

**精选体育课教学心得总结通用一**

在此，我怀着万分悲痛的心情向你表达我对错误的反省。特此递交此篇“上体育课迟到买零食的检讨书”向您表达深深的歉意，报告的我思想状态，提出具体的改正措施，最大程度地争取您的原谅。

回顾错误，\*\*\*\*年\*\*月\*\*日下午的体育课期间我私自跑出操场去了小卖部购买两包“咪咪”还一边吃一边跳地在校园里闲逛。这直接导致了我上体育课迟到，在学校当中造成了很不好的影响，让多名老师的遇见，影响了体育老师在学校当中的声誉。

面对错误，我感到万分悲痛。这个错误是我没有想到的，然而恰是这样不经意地错误暴露出我自身存在严重的纪律松懈问题。错误是严重的，后果就是惨痛的，影响是恶劣的，未来是待定的。

所以我必须深刻反省错误，提出改正措施。为此，我向您保证：

1，以后上体育课期间我就必须认认真真上课，坚决不买零食吃了。

2，充分吸取本次错误教训，努力纠正自身存在的诸多坏习惯与缺点。

3，努力认真锻炼身体，让自己的体育成绩获得提高，不辜负体育老师的辛勤教导！

最后，我恳请原谅！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**精选体育课教学心得总结通用二**

小学体育《跳跃》说课教案

柏城小学 营清华

一、说教材

本课遵循新课程理念，以学生的发展为核心，注重培养学生自主创新，合作探究的意识和能力。创设开放性的课堂教学氛围，让学生在学练的过程中既掌握知识技能又得到情操的陶冶，智力的开发，能力的培养。使整个教学过程始终处于积极、活跃、主动的状态。

今天我说课的内容是小学水平二跳跃练习，这是根据水平二学生的特点设计的一节体育课。各种的跳跃练习，不但能提高学生的弹跳能力而且能发展学生全身的协调性，通过练习能让学生体验儿时的乐趣，展示他们活泼可爱的天性。跳跃是人类在常生活中最常见和经常用到的一种人体活动，也是学生喜闻乐见、节奏强、兴趣高的一种体育形式，所以对增强学生体质，提高弹跳力，发展下肢力量，灵敏性和协调性等身体素质有很好的作用。本堂课以“跳跃练习”为主线，带领学生进行各种跳跃的练习。跳跃是小学生非常喜爱有意义的一项体育锻炼活动。

二、说教学目标：

1、运动参与目标：让学生能积极地参与到体育活动中来，敢于表现自己。学生能够积极参与课堂的各项活动，从中体验运动的乐趣，培养学生的终身运动意识。

2、运动技能目标：使学生基本掌握双脚跳的方法，为下了阶段立定跳远的学习奠定基础。让80%左右的学生基本掌握各种跳跃的方法。

3、身体健康目标：通过游戏，发展学生腿部力量以及弹跳能力。

4、心理健康目标：在活动中培养学生的创新精神，体验体育活动所带来的乐趣。在学习中充分展现自我，在思考、合作的过程中体验成功的乐趣。

5、社会适应目标：在游戏中，让每一个学生都能体验到团队的力量，在活动中能与同伴互相帮助，建立和谐的人际关系，培养良好的合作精神，增强集体荣誉感。

三、说教法

在教法上，采用了因材施教、启发诱导的方法，注意捕捉和发挥课堂上各种

教育因素，以情导教。辅以欢快的音乐，调动学生的视、听感官。在课堂中，用小游戏调节学生身心负荷，从而达到寓教于乐的目的，使学生在轻松愉快的气氛中完成本课的学习。

根据低年级学生兴趣广泛，模仿力强、活泼好动、喜欢游戏等特点，在教学实施中，采用游戏的方法，内容及组织形式，使教材的内容具有趣味性和娱乐性。在教学过程中，通过激情引趣——学习新知发展个性——寓教于乐——恢复调整，四个阶段进行教学，使学生在自主学习活动中，引起思维与探索的兴趣，达到教与学的统一，充分挖掘学生学习的主动性、积极性，不仅使学生学会双脚起跳的动作，而且使学生学会学习的方法。本课通过多种形式，使学生个性得以展示，情绪得到宣泄，心理得到满足，合作得到加强，身心得到发展，在培养团结协作精神的同时，也就提高了相互关注与合作的能力与意识。

四、说学法

在学法上，本课采用语言激励法、游戏法、观察法等进行学与练。同时，注重设计教学氛围和情境，充分发挥学生的创造性。当总在教室里的学生一来到操场，就会兴奋不已，在课堂上得到解放，他们的想象力、创造力就得到巨大的发挥。本节课根据低年级学生具有好玩、好动、好思考的特点。全课贯穿寓教于乐、乐中施教的精神，让学生高高兴兴的得到锻炼。在三年级体育课上，主要内容是各种方式的单、双脚跳。这一组是以游戏形式为主，发展学生腿部力量和身体灵敏、协调性及弹跳力的简单跳跃动作练习。教师让学生分散练习、体验想象与创造各种动作形象，多给学生自由、结伴充分表现机会。

五、、教学过程：

师：同学们，今天我们学习各种方式的单双脚跳。首先，请同学们想一想，你能模仿哪些动物跳跃的方法。

„„（同学们纷纷发表自己的意见，展示自己的动作）

师：同学们的想法都很好，能这么快就想到适合自己的动作方法，你们真棒！同学们，你们能把自己的动作展示一下，让老师和同学们看看好吗？看谁做的最好、最棒。

教师引导学生让学生自由练习，尽情表现。学生五花八门、各显神通，积极

参与不甘落后、勇于实践、各有所得。有的小组唱着歌曲进行模仿练习。

小白兔，白又白，两只耳朵竖起来，爱吃萝卜和青菜，蹦蹦跳跳真可爱。大袋鼠，长的怪，肚上长个大口袋，双脚起跳双脚落，连蹦带跳真是快。

„„练习7分钟后，教师叫停，进行小结，表彰鼓励。教师在这段时间内，参与到学生当中去和学生一起练习并兼顾学生容易出现的安全问题，学生练习时，相互之间距离太近，教师选择在一个学生前面把距离有意识地拉大，让学生注意到你的动机，练习三次后，教师及时叫停。

各个小组分别展示自己的动作，然后进行讨论、交流、尝试在自己动作基础上学习别的动作。只有给学生自我表现的机会，给学生以心灵的解放、放飞，学生才能真正成为学习的主人，才能自主学习、自主发展。

最后对本次课进行总结，表扬动作好的，鼓励练习认真刻苦的，指出不足的让课下练习。本节课通过语言激励与同学互评的方式，引导学生以积极、认真的态度进行学习。

**精选体育课教学心得总结通用三**

一、学情分析：

本校小学五年级共四个班，本人担任五1、2、3班教学任务，五年级学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性有了必须的基础，基本学会与同伴合作学习，能正确评价自我及他人的学习态度与学习本事;在主动参与体育游戏与活动。五1、3班学生运动本事较平均，五2班学生相对其他2个班级体育素质比较好，但存在着男、女的差异比较大，所以，本学期将因材施教，提高兴趣，发现体育人才，重点抓广播操质量和课堂纪律，强化课堂常规训练，为今后的学习打下基础。

二、教材分析：

小学五年级体育教材以实践教材为主。根据学生的本事以及学校的条件，体育教材主要选择田径(跑、跳、投)、基本体操、小球类、技巧、游戏、地域性体育项目等基础项目，以便使学生跑、跳、投等的基本技术得到提高;并挖掘生活中的实用技能。并经过体育锻炼，培养团体主义精神，进行爱国主义教育，增强自信心，为终身体育打下坚实的基础。

三、教学总目标：

1.引导学生初步养成主动、进取参与体育活动的意识，表现出乐于学习和对体育活动的浓厚的兴趣，体验到体育活动带来的欢乐。

2.引导学生经过学习各项体育活动资料，获得一些运动和健康的基础知识;初步学习和体验运动的技术与技能，学习科学锻炼身体和自我锻炼、自我表现、自我保护、自我评价的方法，培养参与体育活动的良好习惯，以及安全地进行体育活动的意识。

3.引导学生经过体育教学活动，和多种形式的游戏发展身体灵敏、协调、平衡、速度、耐力和力量等体能，促进身体全面发展，增强关注自我身体和健康的意识。

4.引导学生学与练的过程中，体验参加不一样项目运动时的紧张与愉快、兴奋与疲劳、成功与挫折等心理感受，学会经过体育活动调控自我的情绪，并在必须的困难的条件下进行体育活动，养成克服困难等意志品质。

5.引导学生构成活泼开朗、进取向上、团合作、竞争进取等的精神，以及勇敢、顽强、尊重他人、遵守规则的意志品质。

四、教学要求：

每堂课教学，都应把学生的运动实践活动作为实现综合目标的载体，教学中要关注四个学习领域目标的达成。

教材的设计要把重点放在培养学生参与活动和主动、进取的学习态度上。教师在选择教材时，要在“趣”上做文章，发展学生体育基本活动本事。

在教学时教师应体此刻引导、启发和帮忙学生主动、进取、创造性地学上学习，给学生留与充足的自主支配、自由发挥的时间和空间，让学生学会自主学、自我表现、自我保护、自我评价;不仅仅学会动作方法与技能这一果，也要掌握获地果的过程。

教师在教学上时要注重学生个体差异。教师要根据学生的各种差异性适定教学目标、选择教学资料、教学方法，坚持面向全体学生，努力做到因材施教，使学生真正做到学习的主人。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！