## 《跨越式跳高》教学反思

　　在跳高教学中，很有必要让学生了解跳高小常识和比赛规则。通过教学比赛，提高学生的动作水平，发展弹跳能力，敢于表现自我，跨越式跳高是中高年级的教材。学生认知水平提高了，独立操作能力也提高了，所以我们将单独的运动能力评价改为涉及多个领域的单元综合评价，这样做的目的是引导孩子们不但关注跳高成绩，同时更关注学习过程中的综合表现，从而提高教学质量，实现多个领域中的层次目标。

　　教学中让学生明白，评价是对自己单元学习过程的一个综合诊断，不是只按成绩给同学们排队，虽然跳的不高，但积极参与跳高活动，取得了进步，加强同学间的交往，同样获得了许多可贵的东西。

　　跳高是人体通过快速助跑和有力的起跳，采用合理的过竿姿势，使身体越过垂直高度的跳跃项目。通过课中的练习，能有效地增强下肢力量，发展灵敏。协调等身体素质。提高弹跳能力，培养勇敢。顽强。果断等意志品质和拼搏向上的精神。练习中采用了分组自选高度的练习，让学生根据自己的实际情况，确定自己练习的目标，既锻炼了学生自我评价能力，又有利于学生进行自主学习。

　　在学习活动中，学生表现出友好和谐的氛围。当同伴在进步或失败时表现出激动。兴奋。失落。灰心等情绪，这时，同学间能给予同伴鼓励。帮助。指导。做出合理的评价，能与同伴们建立和谐的人际关系。