# 体育教师教学培训的心得和体会(五篇)

作者：紫芸轻舞 更新时间：2025-01-04

*体育教师教学培训的心得和体会一教师的职不仅仅局限于传递知识，而是越来越多地转向引导、影响、了解、激励、鼓励学生，使学生全面发展。体育是学校教育的一个重要组成部分，应该服从于“培养人”这一教育的大目标。体育课程的目标是培养学生健康的体魄，以使...*

**体育教师教学培训的心得和体会一**

教师的职不仅仅局限于传递知识，而是越来越多地转向引导、影响、了解、激励、鼓励学生，使学生全面发展。体育是学校教育的一个重要组成部分，应该服从于“培养人”这一教育的大目标。体育课程的目标是培养学生健康的体魄，以使他们将来能够精力旺盛地为社会和国家做出更大的贡献。

二、加强科研意识，提高反思能力。

反思是教师对教学中的行为以及产生的结果进行审视和分析的过程，是一种通过参与者的自我决策水平来促进能力发展的途径。为了符合新课程的要求，满足学生个体的需要，体育教师应加强学习，不断提高自己的理论水平和反思能力，在教学中勤于反思、质疑、批判、创新，善于观察和发现教学中存在的问题，并通过科学研究的途径解决问题，以提高自己的教育科研能力。

三、转变观念，才能让教师提高自己的综合素质。

长期以来，人们对体育课的概念模糊，特别是农村小学，因为体育器材缺乏，人们认为体育课就是跑跑步、做做操。通过这次培训，使我懂得了小学体育的教学目标。首先，我在研修期间认真聆听了专家们的讲座，感受很深，收获很多。专家们的讲座以及优秀课例和视频，使我得以从理论的高度了解本次培训的必要性和重要性，同时也得以从感性上了解新课程理念下的课堂教学，从而得以重新认真地反省与审视自己的教育教学观和教学策略和方法。

四、加强专业知识学习，做专业型教师。

培训既紧张而忙碌，因为在培训中，我感受到了一种孜孜以求、学无止境的氛围。这种严谨实效的氛围，让每听一课讲座我都认真聆听，精心揣摩，通过网络便捷方式查阅相关资料，努力构建高效的教育教学活动。在实践过程中敢于迎接挑战，便也敢于创新。可以说，是培训激励了我的意志，启发了我的心智，让我更加执着地扑在体育的教育教学上。有句话说的好：“教师要想给学生一碗水，自己必须得有一桶水，甚至是源源不断的源头水。”所以我们要想做一名优秀的教师，不能做一潭死水，而是要做那源源不断的源头水，因此必须要不断加强专业知识的学习。体育教师也是如此。教师只有认识到了体育课的重要性，理解了体育课的教学目标，那么就要想法设法在课堂教学中实现，因此教师必须强化自己的体育综合素质，就应该加强学习各方面的知识，研究教材，研究学生的身心成长规律，多学习和掌握体育方面和与体育有关方面的知识，才能上好每一节体育课。

总之，通过观看视频、专家点评以及网上相互交流，我对新课程改革的理念有了更进一步的认识;通过参与在线研讨和交流，我领略到了远程研修的魅力，有幸聆听到了各位学友们不同的课改心声;通过完成提交作业，我锻炼了表达，增长了个人智慧;通过阅读班级和课程简报，我分享到了学友们的研修成果和专家们的课改成果;最后，通过撰写提交研修总结心得，思想和认识又得到了进一步的升华。

培训活动虽然是短暂的，但无论是从思想上，还是专业上，对我而言，都是一个很大的提高。在今后的工作中，我会努力学习，做好后续研修，在实践、学习中不断进步。

**体育教师教学培训的心得和体会二**

体育教师的专业发展是离不开学习的，这次培训教研室为我们一线的体育老师提供了一个专业水平提高的平台，营造了一种十分浓厚的学习气氛。使学习成为工作，在工作中学习，无时不学，无人不学，无地不学的学习。在这样的气氛下圆满的结束了这次培训学习。

培训内容非常丰富，在专项技能方面有，长拳、太极拳、排舞、拉丁健身操等基本技能。体育裁判规则培训方面有，篮球类、田径类，另外还有课件制作、素质操编排。等等……真的很想把所有内容，在短时间内全部学会，但是时间是有限的。在学习中我明白了学生在学习体育动作时，不能急于求成，要遵循教学规律。我们教师也一样在学习的同时应不断总结经验。这次培训给我印象最深的是第一实验幼儿园的蔡卫凤老师，蔡老师的讲座非常精彩，内容是素质操的编排。素质操的编排对于每个学校体育工作其中的一部分来说，是很主要的，学校每天大课间活动是离不开素质操的。我们教师本身对编排这方面就不是很专业，有一部分教师在这方面很头痛。蔡老师解决了这个头痛的问题，让我们明白了怎样去编排、怎样去编好，从最基本的编排知识讲起，一步步深化，现场找听课教师做编排示范，让每位教师都看得清清楚楚，既生动又形象，效果非常好。听了蔡老师的讲座真是受益匪浅。

集中培训学习时间是短暂的，但是终身学习时间是无限的。虽然身体有点累，但留给我的收获却是无穷无尽的，作为新课程背景下的体育教师要做一名终身学者，应不断学习新理念、新技术、新方法，不断挖掘体育课程资源，用心去思考、去发现，我们的体育课程资源是取之不尽，用之不竭的。把在培训中，讲授的教学技巧和训练方法，我们一线教师应该把他灵活运用到体育教学中去，特别是运用到常态课当中去。让学生在体育活动中，得到身体的锻炼，得到身心的愉悦。

通过短暂的学习，我学到了很多新知识、接触了很多新事物，使我深刻体会到了，只要用心去思考、去发现、去运用操作，体育课堂将会变得更加丰富多彩。我们的常态课一定会出现生机盎然的景象，虽然农村的整体体育设施和外部条件简陋，但是只要我们用心的备好每一节课、精心的上好每一节课，课上不断的变换教学形式与方法，我们的体育课堂将会更精彩。

**体育教师教学培训的心得和体会三**

刚刚过去的暑期，对体育老师来说是一个收获颇丰的暑期，这个暑期，教研员给我们进行暑期培训，培训主题鲜明，教师专业成长及有效课堂教学，给予了我们强烈的感染和深深的理论引领，一个个教学资源实例、一个个有效教学的内涵，使我们在感悟中进一步了解和掌握了新课改的发展方向和目标。

首先，李雪峰对课程改革做了回顾，对体育与健康课程标准的主要特点进行了阐述。面对社会的发展，我们体育课堂教学改革与创新必须遵循体育教学的规律，坚持\"健康第一\"的指导思想，然后，对教材编写的指导思想、教学内容的构建以及编写依据、体育教学方法与体育教学行为的区别、评价体系的变化等方面做了详细的讲解。

其次，李雪峰重点讲解了当前体育教学方法改革的问题分析和当前体育教学方法带来的利与弊等。重点讲解了体育教学方法的运用，并结合教学实际，在新课改下的体育课教学方法，学生学法.怎样评课等，教师素质的提高和教育教学观念的转变等内容。对我今后的学习有了更大的帮助。

再次，他讲解了关于体育课的教学反思的写法，并要求教师们动手写一写，举例说明了课改的关键是什么，教师角色转变和要提高自身的素质，重点讲解了，怎样提高体育教师的教科研水平，在科研研究方面还存在着很多不足，如本质的东西，论文的抄袭性，要有自已的独立风格，个性，和实效性。

通过学习重新认识了\"健康第一\"的指导思想的深刻内涵，通过老师的举例，对新课程理念下的课堂教学的方法与组织，有了重新的认识和理解。在看、听、讨论中，使过去的体育课非常的单一，课堂上教师就是全权代表，教什么，学什么，学生没有主动权，学生与教师之间是很被动的。我们和老师一起学习和研讨，我们深刻认识到，只有我们体育教师的观念转变，把适应新的课程方法和理念应用到我们的教学中，才能使我们的.学生在体育课堂中快乐学习，健康成长。达到我们追求的\"让学生在乐中求学，在学中取乐\"。

学习的时间是短暂的，虽然身体很累，但留给我的收获却是无穷的，头脑是充实。通过学习，我收获了很多平时很难了解到的经验和教学方法， 通过学习让我更深的认识了体育与健康课程标准与体育课的乐趣，也对教好新教材充满信心。

**体育教师教学培训的心得和体会四**

四天的大练兵和两天的技能培训已经结束了，在短暂的学习中，我获得了一大笔精神财富!下面我就来谈谈我的体会。

前两天，我们被集中安排在巩留县森林武警中队接受训练。刚开始我们都有情绪，好不容易有一个周日，又把我们弄到这里参加军训，有什么好训的，那些东西又不是不会。不管有什么想法、有多少怨言，我们还是得去，胳膊终究拧不过大腿，我们就这样别别扭扭的开始了为期两天的训练。森林武警的教官尽心尽责，每一个动作都要求我们做得尽善尽美，一天的训练下来了，我们突然发现我们开始喜欢上了这种训练。军姿一站就是20分钟，正步走的抬腿动作单腿举起、手臂摆臂制动练习……我们这一拨人大部分身上都有伤，大部分人都咬牙坚持下来了。经过不懈的努力，终于我的动作做到位了。虽然汗如雨下，但是内心非常快乐。特别值得一提的事，不是我们专业的体育教师。他们有的年龄在40岁以上，他们虽然动作不标准，惹得大家阵阵发笑。但是他们的精神可嘉，还是在不停地学习。

后两天，我们集中到巩留县四乡中学，来自新疆教育学院范教授为我们开展了为期两天的培训。范教授首先对课改做了回顾，对体育与健康课程标准的主要特点进行了阐述。面对社会的发展，我们体育课程教学改革与创新必须遵循体育教师的规律，坚持“健康第一”的指导思想。范教授重点讲解了当前体育教学方法改革的问题分析和当前体育教学方法带来的利和弊。重点讲解了体育教学方法的运用，并结合实际，在新课改下的体育教学方法，学生学法，教师素质的能提高和教育教学观念的转变等内容。对我今后的学习有了很大的帮助。

其次，在整个培训过程中范教授始终都在极力推崇“终身体育”、“健康第一”的理念，在他的课上欢笑不断，每个人自觉与不自觉的都在积极参与其中。

第一天上午，范教授上了一节理论课，其余三节课都上的是室外课，从武术到舞蹈、到游戏以及健身等等，甚至包括说拉弹唱，范老师都做得是非常好，范老师不停在说一句话：“体育课要有活力，要有欢笑，各类健身运动都能灵活应运，如果做到了，又何愁学生不愿上呢?”两天的课，上的我们汗颜，范老师一个五十多岁的老人，一直在运动，然而我们这些稍微还年轻一点的体育老师，一个个都累的上气不接下气。范老师就一个俯卧撑和仰卧起坐的锻炼方法上就各有20种和10种以上，如果我们在教学中，能够灵活的应运，不仅锻炼了身体，还提高了学生的参与性，这样的可才有吸引力。

范老师的武术动作更是潇洒漂亮。我们首先学习了基本的手型，步型;然后学习组合动作。全体教师学习非常认真，在老师的带领下，我们很快掌握了这套组合动作。说实话，在平时的教学工作中，我不敢教学生武术动作。害怕自己的动作不标准，教坏了学生。通过这次培训大大提升了自信心，对我今后的教学工作有很大的帮助。总之两天的培训，我受益多多。我也由衷的佩服范老师，我在佩服他们的同时，也在思考：“作为体育教师个人的综合素质一定要过硬，而且一定要善于创新，一陈不变，结果只有学生不喜欢，自己也无趣”。

通过学习我重新认识了“健康第一”的指导思想的深刻内涵，通过范教授的的举例，对新课程理念下的课堂教学的方法与组织，有了重新的认识和理解。在不断地练习中，使过去的体育课非常单一，在课堂上教师就是全权代表，教什么，学什么，学生没有主动权，学生与教师之间很被动。我们和范教授一起学习和研讨，我们深刻的认识到，只有我们体育教师的观念转变，把适应新的课程方法和理念应用到我们的教学中，才能使我们的学生在体育课堂中快乐学习，健康成长。达到我们追求的“让学生在了中求学，在学中取乐”。

学习的时间是短暂的，虽然身体很累，但留给我的收获却是无穷的，头脑是充实的。通过学习，我收获了很多的很难了解到的经验和教学方法，通过学习我更深的认识了体育与健康课程标准与体育的乐趣。培训已经结束了一周，在这一周授课中，我慢慢的调整授课方式和内容，学生的积极性空前的高。

参加教师培训的机会是难得的，我觉得自己身上的压力更大了，但我一定要把压力变动力，今后在学校的教育教学中，我要更加努力学习各种教育教学理论和业务知识，与全体教师共同致力于新课改的研究和探索中，切实以新观念、新思路、新方法投入教学，为新时代培养更多富有创新意识、创新精神和创新能力的合格人才做出贡献!总之，通过这两天紧张的学习和考试，提升了自身的体育教学技能，加强了自己和各位体育教师的学习和交流。我想在以后的学习中我会更加努力，争取通过暑假培训，做一名优秀的体育教师!

**体育教师教学培训的心得和体会五**

为加快培养我县合格加专长的体育老师，尽快缓解全县中小学校体育教师配备不足情况，5月24日-28日，婺源教师进修学校举办了全县兼职体育教师培训班。我非常有幸参与其中，现就目前学习与感悟作个回顾与小结。希望通过交流，我们在体育教学工作方面互相促进、学习，有所提高。

一、珍惜机会，力求学有所得。

5月24日，我们举行了开班仪式，听取了县教体局领导的要求与嘱托，感觉肩上责任重大。作为一名兼职体育老师，我们不能因为是兼职就放弃对专业的追求。相反，我们应当自觉担当起挑起学校体育教学、体育训练等工作任务。毕竟，追求健康，锻炼强健的体魄是每个人的需求，更是培养学生的首重任务。学校把体育教学分担给我们，我们要有强烈的责任感与使命感。为此，我觉得此次机会实属难得，倍感珍惜。通过培训，我要力求学有所得，学有所获。

二、认真学习，争取学以致用。

此次培训，安排满满。有胡老师主讲的《学校体育工作计划制定》《体育场地、器材的使用》《课外活动的开展与学生安全保护》《学生体育成绩的考核与评价》;有陈老师主讲的《足球规则和裁判法》;有谢老师主讲的《军事技能知识》和王\_\_、藤\_\_、胡\_\_、孙\_\_等老师主讲的课程。从培训内容来说，我们从体育知识与教学技能方面都得到巨大充实，学到了真本领。特别是婺源中学胡老师讲授，从方方面面进行详细解析，并结合自己教学实践给我们作示范，让我们感受到体育教学的严谨和专业精神。我想今后定要遵从老师们的教导，努力实践，争取在实际的体育教学中运用恰当的手段与技能，不断提高自己的体育教学课堂。

三、与时俱进，为全面提升学生体能素养做出贡献。

体育教学与体育技能训练不是一成不变的。作为一名多年兼职的体育教师而言，一方面要夯实体育课堂教学，向40分要质量，要体能;另一方面，我们要自觉适应时代与形势要求。此次培训我认为，不仅让我学到了知识与技能，更重要的是接触到了新的理念、先进的教学手段。今天，我们将有幸观摩县优秀体育老师课堂教学，并展开研讨活动。将告诉我们怎么样落实体育教学目标，如何让孩子们爱上体育课程，爱上体育锻炼，为我们今后转变课堂教学提供很好的借鉴与思考。

学习的过程是一种享受，更是一次自我提升的过程。曾记得何时，我也有过这种感觉——那还是20年以前的事情了。此次全县兼职体育教师的培训又让我回到了青春年少时，感觉真好!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找