# 2024年体育研修心得体会范文 体育研修心得体会简短最新

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-08-30

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。体育研修心得体会篇1通过本学期的培训，我对新课程改革内容有了更深的认识和...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**体育研修心得体会篇1**

通过本学期的培训，我对新课程改革内容有了更深的认识和了解。学校体育教育要发展，体育教师必须要有新理念、新思路，就要不断的探索、研究与学习。作为一线体育老师，要把这次远程培训作为学习新课程、执行新课标和实践新课程的切入点。

听着各位专家的讲座，感觉每一句话都那么贴近我们的课堂教学，而平时的教学中自己还缺乏深入思考，同时也发现对一些教学的理论知识和新名词自己尚未了解。

面对体育新课程，我们每一个参与者要解放思想、更新观念，要重新学习、改造自我，适应新课程。观念是行动的灵魂，是实践的先导。谈几点学习体会，在以后的教学中，贯彻新的思想和观念，请专家和老师批评指正：

1、由重视知识传授向重视学生发展转变，引导学生在获取知识技能同时，还要学会互促、探究，学会做人和生存。

2、由重视教师“教”向重视学生“学”的转变。

3、由重视结果向重视实施过程的转变，教师不但要使学生“学会”，而且要使学生“会学”。

4、由权威向平等融洽的朋友关系转变。

5、由教材的接受和传递向教材的开发和创新转变。

新课改向我们老师提出了挑战，老师就要改变观念，由原来以教师教为主的课堂模式转为以学生主动学的课堂模式，需要我们发挥能动性，不断的探索、研究、学习与提高。

在今后的教学中，选择合适的行之有效的教学方法、教学手段，合理运用探究、小组合作的学习方式，设计有针对性地练习，努力构建体育课堂教学有效性的教学模式和方法，不断加强自我反思，与其他教师之间加强合作、交流与研讨。这样才能站在一个体育教师的高度去教学生，才能与学生共同享受体育的魅力。

**体育研修心得体会篇2**

通过这段时间的研修学习我对以后的教学工作方向有了更进一步的认识。新的课程标准，体现以人为本的思想，以身体练习为主要手段的课程。贯彻了“健康第一”的指导思想，重视学生的主体地位，关注学生的个体差异与个性培养，把学生的健康意识、交往合作意识作为重点。

对于同一教学目标、教材内容，采用新颖独特的教法，形式多样的教学手段，使一些单调枯燥的教材内容，通过生动活泼的教学形式，使整个教学过程充满快乐、愉快、和谐的情感与气氛，充分照顾到学生的兴趣爱好和满足学生的需要，既让学生喜欢学、乐于学，又让他们知道学习的目的和意义，自觉主动地发展体育能力和个性，增强体力和智力，培养良好的思想道德品质，确保人人皆有所获，充分享受体育的乐趣。

快乐体育简而言之就是愚教于乐，在教学实践中，我们应着重围绕《新课程标准》进行改革，走进学生心灵，尊重学生的选择。我们的教学目标应定位在培养学生的学习能力和学习兴趣上，应该让学生喜欢并且会进行体育锻炼。传统的体育教学，教师关注的是教学计划、内容是否完成，忽视学生的心理感受和情感体验，出现了喜欢体育但却不喜欢上体育课的怪现象。体育新课标的实施，使广大体育教师转变教育教学观念，突出以学生为本，所有的教学内容须为教学目标服务，教师要用先进的教育教学理念重新选择，建构教材来教学生感兴趣的内容，这才是增进健康的第一步。

总之，通过这此培训学习，使我认识到必须转变教育观念。摒弃传统的教学理念，以新的角色和学生相处，树立“以学生为本”的教学理念。让学生学会学习的方法，运用新的教学手段激发学生主动求知的欲望，激发学生练习的兴趣，鼓励学生大胆提出设想，促进学生的自主性和独立性，突出学生的个性，培养学生具备现代的适应能力和生存能力，使学生成为课堂教学的主角，教育的主体和获得知识的主动者。让我们走进学生的心灵，让课堂追求一份诗意，从而培养出适应时代要求的创新型人才。

**体育研修心得体会篇3**

在初中体育教学过程中，应如何选择体育教学方法？我们认为，体育教学方法的选择应遵循体育教学规律，以现代教学论思想和新课程标准为指导，以教育学、心理学基本原理为基础，以学生的发展为目标。具体应从以下四个方面进行选择。

1、根据教学的目的任务进行选择。体育教学方法的选择必须从教学的目的任务出发，在考虑新授课，复习课，还是综合课，考核课，室内课，还是室外课的前提下，采用相应的教学方法。比如新授课，一般采用完整法与分解法、语言法、直观法等。又如复习课，可采用练习法、预防与纠正错误法、游戏法和比赛法等。

2、根据教学内容特点进行选择。体育教学内容是教学方法的直接性对象，选择教学方法，必须根据教学内容、性质、特点、难易程度、前后的联系等进行选择。如对技术动作相对较复杂的动作，可先采用分解法进行教学，然后逐歩过渡到用完整法进行教学。而对技术动作结构相对独立，动作细节紧密的动作，就不宜采用分解法进行教学，否则就会破坏动作的完整性，影响教学效果。

3、根据学生的实际情况进行选择。学生是体育教学方法的实施对象。因此，选择教学方法必须从学生的身体素质及运动能力、体育基本知识掌握的程度、知识储备、运动技能的水平、年龄特点、个性差异、心理状态出发。低年级学生的运动能力及体能状况相对较差，兴趣易发生多变，注意力不能保持持久，思维以感性直观形象为主。所以在选择教法时，应以直观法、游戏法和比赛法为主，并要注意教学方法的变化，以培养和激励学生学习体育的兴趣和动机。初中年级学生的体育学习行为习惯逐步养成，认知水平有所提高，体育基本知识、体能和运动能力及运动经历有了较大的发展，注意力也有了较大的提高，对体育学习也有了一定的主动性。

因此，在体育教学过程中，应把直观法、语言法等教学方法有机地结合起来加以运用，以提高体育教学的效果。高中学生的抽象思维能力有了很大的发展，体育的基本知识、体能和运动能力、运动经历有了很大的发展，学生学习体育的积极性和主动性进一步加强。因此，在体育教学的过程中，宜采用语言法、练习法等教学方法，并有机地把探究学习、自主学习和合作学习渗透到体育教学中，以发展学生独立获取运动技能、技巧的能力以及独立思考问题和解决问题的能力。

4、根据教师本身的素养条件进行选择。教学方法的选择，只有适应教师的素养条件，才能为教师所掌握，才能发挥其作用。有的教学方法虽好，但教师缺乏必要的素养，自己亦驾驭不了，仍然不能在体育教学的实践中取得良好的效果。如直观法是体育教学中常用的教学方法，如果教师不能正确掌握示范的目的、示范的时机、位置与方向，并很好地和讲解相结合。那么，最好的直观教学法也不会在教学中取得良好的效果。

**体育研修心得体会篇4**

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！

**体育研修心得体会篇5**

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，名师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。

**体育研修心得体会篇6**

作为一名体育教师，我有幸参加小学体育学科培训学习，经过学习，可谓收获颇丰，在培训中，有的教师通过聆听专家的讲座和面对面的交流，理顺了原本有些含混的理论认识，解开了心存已久的疑惑，但更多还是与原有理念的碰撞和矛盾，重新确定未来体育教学的前进方向，成为体育教学的前沿人。

体育教师的视频课，对于我，很好地起到了示范作用。

让我从他们的课堂中领略了他们的执教标准，以及驾御课堂的能力，可以说重新让我坚定了课堂教学的信念。教学中，教师要勇于创新，改变传统的教学定势，进行有针对性的辅导与帮助，从而激发学生的学习兴趣，培养他们勇于实践的能力。课例从不同层次、不同角度重新提升了我对课堂教学的认识与把握，极大地开阔了我的视野。

专家的在线研讨，对困扰一线教师教学中存在的问题进行解答。通过认真学习专家的留言答疑，使我明确了自己今后的教学目标，而且对一些现实存在的问题有了自已解决的心理准备。尽管面对的困难很多，但我要积极地进行教学改革、探索新教学方法，积极进行尝试新课改。

改变以往的单一的教学评价，采用多形式、多渠道的评传方法，建立开放、宽松的评价氛围。注重学生在评价中的主体地位，让家长、学生、教师共同参与评价。引导学生在学习中反思，在反思中学习，有效地增进他们的自我评价意识，使学生在学习过程中不断体验进步与成功，认识自我，建立自信。同时强调以形成性评价为主，以学生平时参与各种教学活动的表现和合作能力为主权依据，坚持主人的正面鼓励和激励作用，注重评价的实际效果，以利于学生的终身学习和发展。

十天的学习，安排的丰富而有序。即有宏观的《我国学校体育课程发展形势及改革的趋势》、也有体育教学课中最基础的体育游戏的讲座与实践，既有课程标准等指导性文件的学习、也有一线体育教学课的观摩。在一次次的反思和交流中，学员们个人专业能力得到明显提高。通过学习，大家也掌握了一些教学方式和方法，包括教材内容，这些都可以直接在我们的教学实践中运用改善我们的教学质量。

**体育研修心得体会篇7**

通过研修，我的教育教学理念在发生着变化，促使自己不断反思，对于个人今后的发展起到了积极的促进作用，对教育教学工作也有了一种新的理解。

一、在这次研修过程中，我坚持每天进行网上学习，认真观看各个专题的文章和专家名师的经验之谈，通过学习，解决了在实际教学中遇到的很多疑难问题，使自己在教育理念、教学方法等各方面有了很大的提升，驾驭课堂、把握教材、交流沟通、

教学设计

、

教学反思

的技能也有了很大的提高，同时更新了教育理论，丰富了教学经验，为今后从事体育教学工作，进一步提高课堂教学效率打下了良好的基础。同时也结识了许多优秀的教师，开阔了视野，充实了自己。

二、这次研修，教会了教师怎样去面对困难，需要经常性的进行研修，并且要肯下苦工夫，勤于钻研，才能有所收获。这次远程研修，教会大家敢于面对困难。让大家认识到，其实教学过程也是一样，要想在教育领域里有所贡献，你一定要敢于面对困难并进行不屈的努力，你才会有所成就。

三、这次研修，教师们收获了很多鼓励和感动。论坛里那些鼓励的话语，让我更加明白：其实，学生是需要鼓励的，老师也是需要鼓励的，教学更是需要赏识的。我们总是被这些发自内心的鼓励的声音所感动着。

我们在这次研修中的收获是沉甸甸的。我已经尝到了网络研修的甜头，在今后的工作中会更加积极、主动地参与到网络研修中来，不断的提高自己的教育教学能力，同时还要带动其他老师积极参与，以促进学校、学生的发展。同大家一起在网络研修中健康、快乐的成长！

回首走过的日子，有在教学上艰难跋涉的痛苦，有在工作中成长的快乐，有收获信任的喜悦，这一切让我体会了时间的意义，让我明白了拥有的珍贵。

在今后的教学过程中，要把新课程理念运用到自己的教学实践中。不断学习，总结教学经验，选择恰当的行之有效的教学方法、教学手段，自觉运用探究的学习方式，设计有针对性地练习，努力提高自己的教学水平和专业素养，努力探索适合本地特色的体育新课改的教学模式。此外，还促使我不断加强自我反思与其他同行教师之间的合作、交流与研讨。只有这样才能

站在新课改理性的高度，认真研修新课改专题，认真教我们的学生，才能与学生共享新课改的下数学教学的过程和成果。

**体育研修心得体会篇8**

怀着期待激动的心情我参加了今年为期六天的初中教师远程研修，在这几天之间和学校老师坐在一起并且通过互联网和外校外市老师积极研讨网上互动，我的思维在一次次浏览文章中得到了扩散，我的专业知识在一次次回复中得到了提升，我的业务能力和教学思想也在一次次激烈的研讨中得到了升华。以下是这几天远程研修的个人体会以及总结：

没参加研修之前，我还觉得自己大学已经学过不少的教育学和心理学的理论知识，再加上在中学实习期间也积累了不少经验，对初中体育教学有一定的自己的理解，以为在交代中学体育教学问题应该不会有太大的问题。但是事实却不是如此，通过研修讨论我发现，现在兄弟学校的教育理论和教育资源正在悄然改变，而我还是沉浸在四年大学所学的理论基础之上，跟现在先进的教学理论相差甚远，并且有好多新的先进的教学思路没有大家那么宽阔，特别是现在的学生生源以及学生的性格特点随着社会的进步也在变化，而我们面临的教学对象正好是大多数都是95后比较有个性有代表性的一代，以前的教育理论可能不完全使用于他们，而这几天的研讨也多次涉及这方面的问题，如何再将原来所学的教育理论加以改进，加以变通，变成适合现在青少年现状的教学手段，让我这几天感触颇深。也打破了原来一些思维的禁锢，开拓了自己的教学思路，相信通过这几天的研修讨论再加上以后有针对性的学习，我肯定会在教学理论运用方面有较大的进步和提高。

记得第一天的视频讨论是就是对新课程改革的解读，三位老师带着我们就新课标进行了详细全面的解读，并且和前面的进行比较，特别是在三维目标的确立和课程设计等方面进行了详细的阐述，新课标更注重以学生为本，重视学生自主学习自主探究，并且给体育老师提了更高的要求，怎样才能在最短的时间内把示范做好，充分启发学生的学习兴趣，把更多的时间留给学生自主练习，教师巡回指导，这样才能真正的体现出老师的`价值所在，通过三位老师对课标的解读我也去除了以前一些来考虑不全面的课上问题，在上课的时候更能抓住重点少讲精讲，把时间交给学生，真正做到让学生做课堂的主人。

在今后是教学过程中要以新课程标准为依据，结合三位老师对课标的解读再加上自己的一些见解，争取课堂更有效学生更开心教育意义更大。

六天的远程研修虽然不长，但是我感觉这是一个能把以前知识碎片整合在一起的六天。以前总是想到哪上到哪，没有像现在一样有了系统的理论指导，根据目标去制定内容，在制定好框架以后再把自己的知识碎片提取，多号入座的将自己的知识和教育教学结合在一起，就是轮船有了航标，汽车有了导航。通过这几天的学习我也深深的感觉到了不断学习不断充电的必要性，只有这样才能把和学生之间的代沟化为代桥，拉近和学生之间的距离，能做到学生真正喜欢又不被社会淘汰的好老师。

通过为期六天的远程研修学习，我对教育教学的认识更加的深刻了，对教学内容也有了更大的把握性，对如何选择合适的教具和教学素材也更有了针对性，深深的领会到学习思考的必要性和重要性，在今后的教学工作中我也是秉承这次研修的精神，勤思考，多学习，勤总结，多反思，争取快速成长为一名合格优秀的体育老师。

【2024年体育研修心得体会范文 体育研修心得体会简短最新】相关推荐文章:

2024年体育个人研修计划范文

2024年体育个人研修计划书范文 体育个人研修计划书模板精选

2024年最新体育研修计划范文

2024年最新体育研修计划范文模板

2024年体育年度研修计划精选

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