# 最新体育教师有效备课心得体会(10篇)

来源：网络 作者：明月清风 更新时间：2024-07-04

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？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。体育教...*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？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。

**体育教师有效备课心得体会篇一**

当我读完《有效备课》以后，却发现这本书不像以前的理论书籍一样去强调教学的艺术性，高谈阔论一些在实际教学中很难实现的东西，而是从我们的实际教学生活出发，很多东西说出了我们的心声，颇有感触。下面结合我个人的读书体会，谈一下我的认识，希望能将书读薄，能和大家产生一点共鸣。

有效备课。在这一章节中，提到了一些怎么样备课才实用的一些意见，在我看来，我觉得很有道理， 作为一名教师，要上好一堂课，教案的准备非常重要，我们把这一过程称之为备课。备课包括备教材、备学生、备教法、备学法、备教学过程等，但因为一些日常琐碎的事情占据了教师大部分时间，实际上的备课就等同于写教案了。为了按固定的格式填写好教案本上的内容，工整的书写以便达到要求，应付学校或上级的检查，老师们大部分的时间用于了“书写”，平时在学校上课、改作业、解决学生纠纷、与家长沟通……已占去了教师大量的时间和精力，用于思考的时间又有多少呢?然而这样精工细写的教案等检查后便放进了抽屉，上课前教师还得重新备课。这样的“备课”造成了“备课”与“上课”两张皮的现象，这样的备课便成了一种摆设，这样的备课便是徒劳的、无效的。学习了《有效教学》这本书后，对于“有效备课”的理念我有了新的认识和理解，有效的备课应是备而有用的，有利于教师落实地教、巧妙地教，促进学生学得快、学得扎实。有效备课重要的是教师的钻研、思考，采用合适的教学方式及手段。我非常欣赏于漪老师的“三备法”，但我觉得因每个人的不同，无论什么样的方式只要适合自己就行，能达到高效就行。

关于有效指导，在看这部分内容前，想当然的认为这绝非难事，应该容易做到。看过书之后才清楚自己还有很大差距。好在自己平时还算比较注意，一直在想怎么样才能让学生学的更好。新授课中，注意培养学生基本的学习习惯;练习课中，重点培养的是指导学生如何做题，有效提高自己的卷面成绩;而在复习课中，也是从方法入手，教给学生如何有效复习，提高自己的复习效率，感觉自己做的还算不错。

关于有效讲授，中间提到了一条就是要幽默风趣，令学生保持轻松活泼的心情。这一点，比较符合自己的课堂特征。一直以来，自己所提倡的就是能给学生创造一个轻松愉快的课堂学习环境，而且也得到了学生的认可。可有时候却发现一旦气氛活跃起来了学生的注意力就容易分散，更有少数同学会把注意力转移出课堂，这样便需要老师花时间去维持课堂纪律，也就是说，如何解决这个问题还是自己以后的努力方向。

教师的任务导向应该是为学生提供较多的机会去学习那些将要评估的材料，而不应该把过多的时间浪费在与教学内容无关的事情上，对教学中可能发生的影响教学的事件有一个预测和行之有效的处理方法。对授课内容在时间上有做出合理安排，这样才能够充分有效的传授教学内容，使得学生能够在有限的.时间内获得较多的有价值有意义的知识。

关于课后反思。这一条对于一个教师的成长来说，应该是非常关键的。早在学习这本书之前，自己就明白课后反思的重要性。可很多时候，自己往往会因为懒惰或者文采的限制，而只是去简单回顾自己近期内的教学情况，没有进行系统的书面整理，所以到目前为止，自己的总结能力也没有得到锻炼，这也是自己今后一个很重要的改进方面。

而在最后，自己想说的一点就是有效练习。现阶段很多人对于题海战术不屑一顾，认为这与当前的素质教育、课堂效果等等一系列的教研活动相冲突，而我的观点则认为，很多时候，练习的重要性是其他任何环节所不能代替的。只是由于作业的分层设计不够好，导致很多同学感到一定的挫败感，于是就出现了不完成作业的情况，很多学生开始搪塞老师，敷衍了事。所以，要想真正体现练习的有效性，作为教师来讲，必须要设计有意义的、高效的练习形式。

**体育教师有效备课心得体会篇二**

当我读完《有效备课》以后，却发现这本书不像以前的理论书籍一样去强调教学的艺术性，高谈阔论一些在实际教学中很难实现的东西，而是从我们的实际教学生活出发，很多东西说出了我们的心声，颇有感触。下面结合我个人的读书体会，谈一下我的认识，希望能将书读薄，能和大家产生一点共鸣。

有效备课。在这一章节中，提到了一些怎么样备课才实用的一些意见，在我看来，我觉得很有道理， 作为一名教师，要上好一堂课，教案的准备非常重要，我们把这一过程称之为备课。备课包括备教材、备学生、备教法、备学法、备教学过程等，但因为一些日常琐碎的事情占据了教师大部分时间，实际上的备课就等同于写教案了。为了按固定的格式填写好教案本上的内容，工整的书写以便达到要求，应付学校或上级的检查，老师们大部分的时间用于了“书写”，平时在学校上课、改作业、解决学生纠纷、与家长沟通……已占去了教师大量的时间和精力，用于思考的时间又有多少呢？然而这样精工细写的教案等检查后便放进了抽屉，上课前教师还得重新备课。这样的“备课”造成了“备课”与“上课”两张皮的现象，这样的备课便成了一种摆设，这样的备课便是徒劳的、无效的。学习了《有效教学》这本书后，对于“有效备课”的理念我有了新的认识和理解，有效的备课应是备而有用的，有利于教师落实地教、巧妙地教，促进学生学得快、学得扎实。有效备课重要的是教师的钻研、思考，采用合适的教学方式及手段。我非常欣赏于漪老师的“三备法”，但我觉得因每个人的不同，无论什么样的方式只要适合自己就行，能达到高效就行。

关于有效指导，在看这部分内容前，想当然的认为这绝非难事，应该容易做到。看过书之后才清楚自己还有很大差距。好在自己平时还算比较注意，一直在想怎么样才能让学生学的更好。新授课中，注意培养学生基本的学习习惯；练习课中，重点培养的是指导学生如何做题，有效提高自己的卷面成绩；而在复习课中，也是从方法入手，教给学生如何有效复习，提高自己的复习效率，感觉自己做的还算不错。

关于有效讲授，中间提到了一条就是要幽默风趣，令学生保持轻松活泼的心情。这一点，比较符合自己的课堂特征。一直以来，自己所提倡的就是能给学生创造一个轻松愉快的课堂学习环境，而且也得到了学生的认可。可有时候却发现一旦气氛活跃起来了学生的注意力就容易分散，更有少数同学会把注意力转移出课堂，这样便需要老师花时间去维持课堂纪律，也就是说，如何解决这个问题还是自己以后的努力方向。

教师的任务导向应该是为学生提供较多的机会去学习那些将要评估的材料，而不应该把过多的时间浪费在与教学内容无关的事情上，对教学中可能发生的影响教学的事件有一个预测和行之有效的处理方法。对授课内容在时间上有做出合理安排，这样才能够充分有效的传授教学内容，使得学生能够在有限的时间内获得较多的有价值有意义的知识。

关于课后反思。这一条对于一个教师的成长来说，应该是非常关键的。早在学习这本书之前，自己就明白课后反思的重要性。可很多时候，自己往往会因为懒惰或者文采的限制，而只是去简单回顾自己近期内的教学情况，没有进行系统的书面整理，所以到目前为止，自己的总结能力也没有得到锻炼，这也是自己今后一个很重要的改进方面。

而在最后，自己想说的一点就是有效练习。现阶段很多人对于题海战术不屑一顾，认为这与当前的素质教育、课堂效果等等一系列的教研活动相冲突，而我的观点则认为，很多时候，练习的重要性是其他任何环节所不能代替的。只是由于作业的分层设计不够好，导致很多同学感到一定的挫败感，于是就出现了不完成作业的情况，很多学生开始搪塞老师，敷衍了事。所以，要想真正体现练习的有效性，作为教师来讲，必须要设计有意义的、高效的练习形式。

学无止境，同样，对于一个老师来讲，自己需要学习的东西也很多，只有真正掌握了教学真谛的老师才是一个好老师，才是一个深受学生欢迎的老师，也才是一个对学生帮助很大的老师。最后让我把颜真卿的名言献给大家：三更灯火五更鸡，正是男儿读书时。黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。

**体育教师有效备课心得体会篇三**

我们都知道，备课是上好课的关键，备课无效，教学必然无效，备课之重要不言而喻。何为“有效备课”？必须弄清楚与备课相关的要素，要素许多，但我觉得这三个方面必不可少：学习者、学科内容及其结构、教学目标及其教学方法。所谓“有效备课”理所当然要备好这三个方面。

一、备学生

学生是教学工作的落脚点，是备课活动的最终服务对象。几千年前的孔夫子提出的因材施教，应该是备学生最早的注脚吧。今天，“为学生的需要和发展设计教学”既是一种理念，更是一种教学行为。它要求教师在备课时目中要有学生，要充分了解学生，坚持以学生为主体，尊重学生、欣赏学生。

了解学生，首先要考虑学生的年龄特征，熟悉他们身心发展特点。其次，要了解每一个学生，掌握他们的思想状况、知识基础、学习态度和学习习惯。许多时候决定学生成绩好坏的不是老师的水平高下，而是学生的学习态度、学习习惯、学习的热情。这就要求今天的教师不仅要考虑“我应该讲什么”，更要考虑“我应该如何让他有热情”了。身边这样的例子很多，同样带的平行班，有些老师带的班级成绩总是遥遥领先，究其原因，倒不见得是水平高多少，更多的是学生喜欢这个老师，从而喜欢这个老师教的课，是这个老师激发了他求知的热情，我们知道情感的力量有时候大于知识的魅力。在今天，“学高”之人只能是成为好老师的一个重要条件。许多时候，了解、欣赏学生的老师才是一个完全的老师。

二、备教材

备学生还只是备课的第一步，学生主要任务是学习，教材是学生最重要的学习资源，教参是教师最重要的教学参考资源，要备好课，当然得备好教材以及相关教学参考书。这在以前作为一个老教师来说可能不是问题，凭着他们多年的经验，这些可能早已了然于胸。可是今天的老师不再有这样幸运的事了。那么怎样备教材、教参呢？首先必须与教材进行对话，与教参进行互动，备课不是教材内容到教案的简单的“块移动”。深备教材，就是要了解教材的编排特点，吃透教材的编排意图，把握教材内容的主旨，找准教学的重点、难点和要害点，这样我们的教学会更全面更生动。

三、备方法

确立了明确的“教学目标”之后，教师需要大致确定用何种“教学方法”来实现这些预定的目标。有效的备课不仅要考虑具体的教学方法使用，更要考虑方法组合模式的灵活运用，即包括教学方法、组织形式及课堂管理因素的组合。应该使之形成一个连贯的整体，为实现课堂教学目标服务。总之，新课程背景下的备课，对我们广大教师提出了更高的要求，我们只有不断学习新理念，研究教材，研究学生，把握可行的教学策略，适应学生各方面的需求，才能在教学中做到融会贯通，更好地实施有效教学。

**体育教师有效备课心得体会篇四**

学校只我一人专职体育，很多时候都是自己在学校里闭门造车，自己的发散思维发挥的也不好，有些时候很是急人，不知道该如何是好，没有一起分担和商量的同事，很多事情都是自己一味的盲目行事，所以一直以来都想有出去学习的机会，哪怕只是去附近的学校学习，争取到这次省优质课评比学习的机会，自己是很兴奋的，本身自己对课堂教学，对讲课这方面就不精通，能去省里听各个市里选拔出来的高手讲课，这个机会真的是来之不易，这要感谢领导给我的这次学习的机会，让我有幸参加了山东省小学体育教师优质课的观摩，在青岛度过了快乐、感动、充实的一周，带回的是沉甸甸的收获和思考。现将本次活动的心得体会向大家做一汇报交流，供大家交流探讨。

本次共上了五十节精彩的体育课，有传统的田径课、篮球课、足球课、武术课，也有新兴的.运动项目。由于是两个场地同时进行，所以只能顾及一个场地的课，其中印象最深的是青岛的《快乐足球》，济南的《前滚翻》，潍坊的《篮球行进间运球》，淄博的《跨越式跳高》等。每一节课，我都被老师们所营造的大气、流畅、和谐的课堂所感动，孩子们和老师融为一体，老师们沉浸于课堂，课能上到如此境界，我感受颇深!淄博体育老师的完全放手，让课堂成为学生自主学习的主人，青岛体育老师以自己完美的链接让我们感受到体育课的完美境界。在听课过程中，我始终被老师们感动着，感动于老师的纵横千里，收放有度，感动于学生灵动思维，勇于创新，感动于老师的激情投入，生机勃发，感动于教师对教材的理解，大胆的创新，完美结合。

我本人尤其欣赏济南体育老师所讲的《前滚翻》这节课，听完这节课，让人有豁然开朗的感觉，原来体育课还可以这样上，上得如此从容不迫，上得如此兴味盎然，上得如此富有激情。由这节课引出了我对体育课的一些思考，这节课之所以这么让我们觉得震撼，觉得耳目一新，就因为它是一节体现体育课改精神实质的课，它让我们对体育课改的理论有了更加直观的感性的认识。近距离的接触和感受，使我受益匪浅。具体体现在：

一、教学理念的新

1、以学生为本。教师的教学设计是面向全体学生，教学指导、教学评价等都考虑到每一个学生。

2、培养学生自主探究、合作学习能力。教师们在教学中借助折叠海绵垫这一器材，为学生创造自主探究与合作学习的时间和空间。

3、多元的评价。教师能在教学中注意评价方式的多元化，学生自评、生生互评、教师点评等，既有终结性评价，也有过程性评价，以评价引导学生更好地完成学习任务。

4、是“用”教材理念的体现。教师在教学中，对教材进行了二次加工，使教学内容更贴近学生，更贴近生活实际，更能激发学生的学习兴趣。

5、教师角色发生了彻底的转变。我所感觉到张老师在课堂上不像是“老师”，反而像一位朋友，没有一味的去讲授知识，而是帮助学生通过一系列的引导，让学生主动的获取知识。指明学生提要求，而自已却和其他同学一起按要求做动作，不但活跃了课堂气氛，而且也体现出教师角色的转变。

6、教学方法的转变和课堂形式的多样化。打破了传统的讲授法和练习法为主的课堂教学，而是综合运用了观察法、实验法、小组合作学习等多种教学方法，培养了学生各个方面的思维能力和实践操作能力，激发了学生学习的兴趣，提高了课堂效果，在教学中，尤其给学生创设观察的情境和思考的余地，让他们有机会发现问题、提出问题和解决问题。采取各种形式的课堂活动来教学，活跃了课堂气氛，真正实现了课堂形式的多样化和教学方法的灵活性原则。

二、课堂教学结构合理、紧凑

课的教学层次十分鲜明;各教学环节之间以也能做到搭配合理，组织紧凑，过渡自然;能够把握重点，突出难点;且时间分配恰当。

三、教师的语言

教师对学生回答问题给予肯定，让他们得到心理上的满足，从而使学生始终以积极的状态参与学习过程。真正把自己看作是和学生平等的一员，和学生“平等对话”，全神贯注地聆听，并及时作出回应，热情、全面地对每一位学生的学习表现加以评价，激发学生的欲望。

四、课后放松活动

很多老师都会利用音乐放松操来进行放松活动，表演的性质比较高，而且学生的身心并没有完全受到放松，在这节课中课后的放松活动尤为让我们在场的所有老师所震惊，音乐和肢体的结合再完美不过了。

总之，参加省级小学体育优质课观摩之后，使我清醒认识到，讲课教师的教学设计都是从学生的角度设计课堂活动，一般是情境导入、重难点突破、梯度练习、小结巩固、布置作业。而好课都在重难点突破、梯度练习、小结巩固上采取了新方法，尊重了儿童的认知规律，达到了良好的效果。

**体育教师有效备课心得体会篇五**

本次共上了五十节精彩的体育课，有传统的田径课、篮球课、足球课、武术课，也有新兴的运动项目。由于是两个场地同时进行，所以只能顾及一个场地的课，其中印象最深的是青岛的《快乐足球》，济南的《前滚翻》，潍坊的《篮球行进间运球》，淄博的《跨越式跳高》等。每一节课，我都被老师们所营造的大气、流畅、和谐的课堂所感动，孩子们和老师融为一体，老师们沉浸于课堂，课能上到如此境界，我感受颇深!淄博体育老师的完全放手，让课堂成为学生自主学习的主人，青岛体育老师以自己完美的链接让我们感受到体育课的完美境界。在听课过程中，我始终被老师们感动着，感动于老师的纵横千里，收放有度，感动于学生灵动思维，勇于创新，感动于老师的激情投入，生机勃发，感动于教师对教材的理解，大胆的创新，完美结合。

我本人尤其欣赏济南体育老师所讲的《前滚翻》这节课，听完这节课，让人有豁然开朗的感觉，原来体育课还可以这样上，上得如此从容不迫，上得如此兴味盎然，上得如此富有激情。由这节课引出了我对体育课的一些思考，这节课之所以这么让我们觉得震撼，觉得耳目一新，就因为它是一节体现体育课改精神实质的课，它让我们对体育课改的理论有了更加直观的感性的认识。近距离的接触和感受，使我受益匪浅。具体体现在：

一、教学理念的新

1、以学生为本。教师的教学设计是面向全体学生，教学指导、教学评价等都考虑到每一个学生。

2、培养学生自主探究、合作学习能力。教师们在教学中借助折叠海绵垫这一器材，为学生创造自主探究与合作学习的时间和空间。

3、多元的评价。教师能在教学中注意评价方式的多元化，学生自评、生生互评、教师点评等，既有终结性评价，也有过程性评价，以评价引导学生更好地完成学习任务。

4、是“用”教材理念的体现。教师在教学中，对教材进行了二次加工，使教学内容更贴近学生，更贴近生活实际，更能激发学生的学习兴趣。

5、教师角色发生了彻底的转变。我所感觉到张老师在课堂上不像是“老师”，反而像一位朋友，没有一味的去讲授知识，而是帮助学生通过一系列的引导，让学生主动的获取知识。指明学生提要求，而自已却和其他同学一起按要求做动作，不但活跃了课堂气氛，而且也体现出教师角色的转变。

6、教学方法的转变和课堂形式的多样化。打破了传统的讲授法和练习法为主的课堂教学，而是综合运用了观察法、实验法、小组合作学习等多种教学方法，培养了学生各个方面的思维能力和实践操作能力，激发了学生学习的兴趣，提高了课堂效果，在教学中，尤其给学生创设观察的情境和思考的余地，让他们有机会发现问题、提出问题和解决问题。采取各种形式的课堂活动来教学，活跃了课堂气氛，真正实现了课堂形式的多样化和教学方法的灵活性原则。

二、课堂教学结构合理、紧凑

课的教学层次十分鲜明;各教学环节之间以也能做到搭配合理，组织紧凑，过渡自然;能够把握重点，突出难点;且时间分配恰当。

三、教师的语言

教师对学生回答问题给予肯定，让他们得到心理上的满足，从而使学生始终以积极的状态参与学习过程。真正把自己看作是和学生平等的一员，和学生“平等对话”，全神贯注地聆听，并及时作出回应，热情、全面地对每一位学生的学习表现加以评价，激发学生的欲望。

四、课后放松活动

很多老师都会利用音乐放松操来进行放松活动，表演的性质比较高，而且学生的身心并没有完全受到放松，在这节课中课后的放松活动尤为让我们在场的所有老师所震惊，音乐和肢体的结合再完美不过了。

总之，参加省级小学体育优质课观摩之后，使我清醒认识到，讲课教师的教学设计都是从学生的角度设计课堂活动，一般是情境导入、重难点突破、梯度练习、小结巩固、布置作业。而好课都在重难点突破、梯度练习、小结巩固上采取了新方法，尊重了儿童的认知规律，达到了良好的效果。

**体育教师有效备课心得体会篇六**

通过这次培训，多位教育专家的讲解给学员们带来了心智的启迪，情感的熏陶和精神上的享受，让学员们饱享了高规格的化学文化大餐。专家教授们的精彩讲座一次次激起了我内心的感应，更激起了我的反思。在这种理论和实践的对话中，我收获着专家教授们思想的精髓，理论的精华。

人民教育出版社化学室的王老师在《初中化学教材总体介绍》的讲座中，详尽地阐述初三化学的编排体系，编排意图，让我在今后的教学中，教学思路豁然开朗，思路清晰，在教学中少走弯路。人民教育出版社化学室的王晶老师、乔国才老师在《初中化学教材疑难问题解析》的讲座，详细的指出并用具体案例分析了教材的疑难问题，用更多教育案例来说明突破教材难点在教育中发挥着重要作用。以前我在教学课题时，这是一个抽象概念，很难让学生听懂，没办法时就是加强练习，但是听了两位专家的课例分析后，用对比法教学更容易让学生接纳。因此我通过国培后，我的教育理念得到了提升，教育思路得到了转变，教育方法得到改变。

王洁老师做了题为《校本教研与教师专业发展》的专题讲座，向我们介绍了先进的教研经验。教育教学质量的有效提高和促进每位学生更好发展离不开校本教研的有力推进，校本教研是促进中小学教师理论素养进一步提高的一个有效途径，这个讲座中王老师为我们指点迷津，明确了校本教研的方向。

还有《如何认识和解决中小学生学习困难问题》，有梁威等三名专家，对中小学生学习困难问题怎么去认识，怎么去对待，怎么去解决做了精辟、深入细致的讲解，也为我们教师在实际教学中，提供了更多理论上的支持。

还有专家教授们的讲座《九年级化学教材与课例分析》，《中小学教师科研成果的主要表达形式》。每一个讲座都是丰富多彩，有血有肉，有滋有味，让我们深受启迪，如获至宝。 在研修过程中，我坚持每天进行网上学习，认真观看各个专家的视频录象，通过学习，解决了我在实际教学中遇到的很多疑难问题，使自己在师德修养、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、班级管理、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,为今后从事化学教学工作，进一步提高课堂教学效益打下了良好的基础。

通过这次培训，让我如沐春风，受益匪浅。我得到的不仅仅是更多的知识，更重要的是一种教育理念的提升，一种带着教育改革投身于教育事业的执着信念。教师的一天，学生的一生，这句话道出了教师的工作对学生人生的巨大影响。因此，我们一定要抓住此次国培机遇，再学习、认识、反思，把学到的知识技能与理论知识运用于教学之中，善于捕捉教育良机，发掘学生学习过程中的积极因素，让学生真正能领悟教师言行中传递的真诚、情感、智慧，并将教师的理解、期待、鼓励内化为努力学习的动力。关爱每一位学生，激发学生的学习动机，让我们的课堂更具有生命活力。

国培研修学习的过程，也是我不断成长的过程，从课改许多实验区的有关教改资料看，新课程关注学生的学习兴趣，讲座从各个角度剖析了教师在日常工作存在的问题，学习过程中会自觉的联系自己的实际，哪一点我应该改正，哪一点我应该继续发扬。做到心中有数，今后的教学中少走不少弯路。经验的积累不在牺牲学生，这也许就是最大的收获。 教师参加国培的心得体会

在这次的培训学习中，我在网上聆听了各位专家、教授的专题报告，对我的感受很深，使我对语文课程标准新课改有了更深的认识，也意识到新课改的重要性及其必要性。在培训中，我进一步认识了新课程的发展方向和目标，反思了自己以往在工作中的不足。作为一名教师，我深知自己在教学上是幼稚而不成熟的，在教学过程中还存在一些问题.但是，这对于我今后在实际工作有着重要的指导作用，可以说此次培训收获颇丰、受益非浅。现将我的学习作如下总结：

一、树立活到老，学到老的终身学习观

通过这次国培学习，结合我班实际，使我深刻的意识到作为跨时代的教师， 传道、授业、解惑已远远不能应对改革开放的今天，就连学生的需求也难以满足。如果教学理念不改革，教学方法不创新，个人素养不提高，是难以胜任的。这些都要求教师要不断的学习提高，做创新型教师、研究型教师、引导型教师。教师如果没有认识到自己学习的必要性、重要性，总是用陈旧的知识和老化的观念去教育现在的学生，那其结果必然是被社会无情的淘汰。 今天，在我们这些农村中小学可能还不能体现，知识媒体的进步和信息时代的快速传播，但学生可说也是见多识广，知识量也在飞速增长。学生除课堂学到的知识外，在广阔的课外天地里，古今中外，天文地理都在接触，他们每时每刻都在产生许许多多稀奇古怪、异想天开的问题。面对这种情况，我们老师也只有不断的学习新的科学文化知识才可以应对。由此可见，作为一名教师，应同时具备双重身份：既是教师，又是学生，教师为育人而学习。作为教师，我们的学习不是一般的学习，而是基于一个教育者的学习。我们最终的追求是育好人，为育人而学习是教师的天职。 我们应当积极参加上级组织的各种培训，继续学习，使之达到活到老，学到老的终身学习观念。应当不断学习新的教法，新的教育教学理念。让自己成为源头活水更好地滋润学生渴求知识的心田。

二 、积极实践，提高教育教学

实践是检验真理的唯一标准，只有通过不断的实践，才能把学到的观念和方法落实在教育教学工作中，帮助学生确定适当的学习目标，培养学生良好的学习习惯。掌握学习策略和发展能力，创设丰富的教学情境，激发学生的学习动机和学习兴趣。

充分调动学生的积极性，为学生提供各种发展的机会，为学生服务，建立一个民主，宽容的课堂氛围。另外，教师应该把握社会发展对人的发展的基本需要，不断提高自己的教学能力和科研能力，确立培养目标，打造新时代的人才。

培训视频中的一些专家、学者或有经验的教师，从自己切身的实践经验出发，畅谈了他们在教育教学各个领域的独特见解。在这些专家的引领下，我的思想受到极大的震撼：平常我在兔街中学这所边远的农村中学上课，考虑的是如何上好一堂课，对于学生长期全面的发展考虑得并不周全。专家们的讲座为我指明了努力的方向!

三、改变工作方式，谋求共同发展

新课程理念提倡培养学生的综合性学习，而自主合作探究又是学生学习数学的重要方式。对于绝大多数教师而言，几乎很难独立一个人较好的完成，这就要求我们教师要善于了解其它学科，学会与其他教师合作，互助配合，齐心协力培养学生。从而使各学科、各年级的教学有机融合，互助促进。

除此之外我还明白，人生没有捷径，教学亦如此。虽然我的作业没有得到优秀，有一点点的伤感，但是让我看清楚了其中的差距，鞭策我不断的努力。相信自己，别人能做到的，我经过努力一定也能做得到。

四、国培缘，网络情

在这次国培中专家、辅导员也让我很感动。不断的解答我们的疑问。我能深深感受到辅导老师们的工作态度。每位学员的作业他都要认真的评判，给出自己的一些教学建议。大家都只知道培训期间的简报都做得又快又好，可以想象在我们都休息的时候，辅导老师还在做着简报、公告等。最让我感动的是，连我们提的问题辅导老师都要一一解答。如果仅仅是一个人的问题，那应该没什么，但是我知道，辅导老师肯定不止回答一个人的。还有就是还要看我们的培训感言等，反正我能感受到辅导老师整天都在网上辅导着我们。

在今后的教学活动中，我将继续虚心地利用网络学习，利用网络成长;兢兢业业的奉献，踏踏实实的工作;理论结合实际，实现自己的教育梦想。五、展望未来

**体育教师有效备课心得体会篇七**

本学期的体育工作将要结束了，在学校领导的大力支持和正确领导下，通过本组同事们的共同努力。基本完成了本学年度学校交给我们的各项任务，取得了一些成绩，下面具体从几方面做以下总结。

一、教学工作。

我们根据新课改的要求，积极探索新的教学方法。针对我们学校的条件和特点每人制定全年教学计划，并按计划完成教学任务。我们特别重视人体生理机能变化规律在教学过程中的运用。运用这个规律可以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。在教学过程中培养学生科学锻炼身体的方法。其次，在教学过程中特别重视人的认知规律的培养。这样，可以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。最后，在教学中特别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。这三点的有机结合会使体育教学工作起到事半功倍的作用。

二、大课间活动工作。

我们体育组主要是通过以下几点学校大课间活动进行管理的。第一，加强对学生的思想教育，使学生真正认识到做的重要性和必要性，培养学生重视做、自觉做、坚持做、认真做的良好习惯。第二、开展学生篮球赛，3八跳绳比赛。

三、训练和比赛工作。

我们能够长期带领学生坚持业余训练，并做到训练有计划、阶段有测验、测验有记录、带领学生科学系统的进行训练。在训练过程中我努力做好学生和家长的工作，使家长能够让学生训练，使学生能够安心训练。特别在田径竞赛方面有了明显提高，在体育组全体教师的共同努力下

教师对学生的过高要求也是不

教师在要求学生完成动作或训练时，有必要降低难度或要求，使身体素质较差的学生也能在运动中体验到成功。对待学生方面，既要求严格注重素质的培养，提高他们的自信心方面，还多给予鼓励和表扬，坚定他们克服困难决心，也培养他们吃苦耐劳，顽强拼搏的体育精神。

在上课方面：

1、按《体育课程标准》和学生实际情况，制定学年体育教学工作计划，学期体育教学工作计划，单元教学计划，备好课，写好教材，做到课前布置和检查场地器材。

2、准备部分和整理部分，以及每个教学环节前后，都要求学生做准备或放松活动练习。

3、每一堂课教材合理安排，使学生得到全面的身体锻炼，发展学生各方面的素质。

4、讲解动作要领和保护方法，突出重点、难点，示范动作正确，每堂课分组练习，既有秩序，又有队形。

5、教材由易到难，由简到繁。循序渐进，新旧难易程度和不同性质的教材，搭配好，备课之间的教材衔接好，每次课的教材注意多样化，使学生的身体得到较全面的锻炼。

6、注意每堂课运动量曲线的预计，防止身体过渡疲劳。

7、积极虚心请教有经验的领导和老师，使自己在理论和实践相结合，钻研教学大纲，努力地培养体育尖子，辅导差生，提高学生整体素质。

时间很快，已在xx麻醉科三个月，期间自己努力了，也进步了不少，我想这不仅是工作，更重要的是给了我一个学习和锻炼的机会。现在的工作已经渐渐变得顺其自然了，这或许应该是一种庆幸，是让我值得留恋的一段经历。

短短的三个月我们不可能变得老练，不可能独当一面，在科室里呆了三个月，深深的认识自己的缺点以及不足之处，理论知识不够扎实，实践操作不够完善，从医是一辈子的事情，活到老学到老，是我们所要面对以及付诸行动的，只有理论与实践相结合才能造就一名合格的医务工作者，我们要学的还很多，要走的路也还很长。

工作上我能够认真、细心且有较强的责任心和进取心，勤勉不懈，具有工作热情;性格开朗，乐于与他人沟通，有很强的团队协作能力;责任感强，能够很好的完成领导交付的工作，和同事之间能够通力合作，关系相处融洽而和睦。

xx医院始终坚持“爱心奉献”的宗旨和“一切以病人为中心”的理念，努力建设一家技术精品化、服务个性化、工作程序化、环境温馨化、医院品牌化的现代化医院，能在这样的一家医院学习进步，我感到很荣幸。

如今能够在麻醉科学习工作我很兴奋，激动。因为我是临床专业的，所以刚进麻醉科室对于麻醉专业知识恶补了一阵子，如今也养成了每晚花上一两小时补补理论知识。科室里每个前辈老师都能够谆谆教导我们，手把手的教会我们他们自己对于麻醉领域的独特见解与体会，经验毕竟是有些书本上所欠缺的，这让我们倍感弥足珍惜。

在这里我真的很感激蒋优君老师，她不仅能当面指正我们的缺点与不足，而且对于麻醉专业知识她能够不厌其烦的给我们讲解，让我们懂得很多，学会很多，而且也避免了许多。徐元红、余云兰、户长龙还有张义几位老师，对于生活的态度，以及对于工作的那份责任，我在他们身上也学到了很多。王新主任的一句话令我记忆深刻“麻醉这一行业要么不出事，一出就是大事，所以做事要慎而重之”，这句话让我时刻谨记，我想这能让我在今后从事这已行业的路走的更远更长。遇到解决不了的我们会及时上报领导前辈，不逞强逞能，这不仅是对自己负责也是对病人，同事负责。我觉得做人起码要有一份责任心，更何况是在从事医务这一行业。

麻醉医生又被称作手术室里的内科医生，不但要熟练各种麻醉操作技术，确保病人手术无痛、手术顺利进行，而且还要利用先进的仪器随时监测病人的生命功能，如发现由于手术、麻醉或病人的原有疾病产生威胁病人生命的问题，就采取各种治疗措施，维持病人生命功能的稳定，保证病人的安全。所以在这个岗位我们马虎不得，胆大心细，这才是干麻醉的必要前提，眼勤手快这恰是我们做事的基本准绳。

在xx医院上班的日子里，我喜欢上了麻醉这份工作，想在这里慢慢成长成材，成为一名合格的正式xx医院里的职工，三个月的学习与工作，让我成长了很多，今后我会继续努力，一如既往地保持着优良的作风，不断地完善自己，为了自己的明天，xx的明天作出一番成绩。

**体育教师有效备课心得体会篇八**

一、工作指导思想

本学期，高一、二体育备课组工作，将牢固树立和认真落实发展观，进一步认真学习新课程标准，落实素质教育要求，面向全体学生，以提高高一、高二学生的体育运动能力，全面增强学生体质，树立终身体育观为工作目标，以新课程理念为行动指南，努力转变教育教学观念，大力提高课堂教学效率，促进学生的身心健康成长，扎实有效地开展工作。

二、工作目标

1、新课程改革的实验能形成良好的影响力和效果，受到同行好评。

2、常规教学经常化，提高教师的专业能力和素养，提高日常教学水平。

三、工作措施

（一）、认真学习教育教学理论，提高教师的理论素质。

认真学习教育教学理论，学习研究新课标和体育教育心理学，更新教育观念，确定正确的教育观、质量观，树立学生的正确体育观，促使教学上新台阶，出新成效。积极参加学校组织的各项活动，备课组各项活动做到经常化、规范化。加强教室专业学习和政治思想教育，努力提高自身素质。以强烈的责任性和事业心投身于教育事业，树立全心全意为学生服务的观念；另一方面要力求上进，努力做好本职工作，热爱自己的工作，把教学工作当作一种事业来做。还需要发扬钻研精神，把教学中的经验转化为教学论文。

（二）、规范教学常规，为提高教学质量奠定坚实的基础。

要强化集体备课，发扬团队协作精神，充分发挥集体的智慧。每周坚持活动一次，集体备课内容以分析教材，确定教法为主，把好教学常规第一关。通过集体备课来达到最好效果，组员之间可相互随堂听课，共同探讨教学实践中遇到的实际问题，充实备课中的不足。开展听课、评课经常化，并积极寻找机会到校外去听课。努力使每节课生动活泼，充满生机。复习课要在研究大纲、钻研教材的情况下，联系实际生活和当前体育热点，以利于提高学生学习积极性。

（三）、积极稳妥地推进新课程实验。

这个学期，深入研究新课程实验中遇到的困难和问题，提出解决问题的对策，推进新课标、新教材的实施工作向纵深发展。一是要加强对新课标、新教材的学习与研究。要正确理解课标的特点，把握课标的设计思路，熟悉教材对课标内容标准的演绎方式等。二是要及时总结在实施新课标、新教材中的新经验、新方法。

四、工作内容：

具体工作：

九月份：

1、军训，身体素质练习

2、高一、二年级广播操训练

3、校各运动队训练

十月：

1、高一年级广播操比赛

2、校秋季田径运动会

3、篮球基本技术、技巧、跑

4、组内公开课

十一月：

1、组织体育教师观摩体育优秀课展示活动。

2、耐力跑、跳跃

3、校田径运动会

十二月：

1、组织高一、高二年级跳绳、踢毽、接力比赛。

2、全市公开课。

3、体育考核。

**体育教师有效备课心得体会篇九**

我们高二体育备课组积极探索，努力钻研，采取了行之有效的方法，提高教学质量，指导学生的学习方法，对了解教育方针具有推动作用。同时，加强教研组的凝聚力和提高教研组的工作效率。现作如下几方面总结：

一、指导思想

围绕学校和组工作计划，深化课程改革。改变教学观念，改进教学方法，更新教学手段。坚持“健康第一”的指导思想，培养学生健康的意识和体魄，提高体育教学效率。

二、具体工作

1、组织备课组教师认真学习教学理论、新大纲和新教材的课程标。努力钻研和教学方法和教学手段，全面提高学生运动技能和身体素质。

2、备课组教师要制定本学期个人教学工作计划和教学进度表，积极参加备课组活动，围绕备课组计划开展教学。认真备课上课、听课，认真总结教学经验，提高课堂效果和教学质量。

3、教学中，树立“健康第一”指导思想，培养学生的健康的意识和体魄，加强学生安全知识教育，树立安全教育意识，加强体育课堂的管理，落实安全措施，避免伤害事故发生，使学生身心得到健康发展。

4、坚持开展备课组活动，组织备课组教学公开课，组织教师进行听课评课，交流教学经验，提高自己教学水平。

5、本学期高二级体育教材分为必修教材和选修教材。

6、本学期考核项目:男生:身高、体重、视力、立定跳远、引体向上、肺活量、50米跑、1000米跑、立位体前屈；女生身高、体重、握力、肺活量、视力、立定跳远、仰卧起坐、50米跑、1000米跑；还要两个学分。

7、协助年级组抓好学生跑操和排舞的有关工作,组织好学生开展各项体育锻炼和体育竞赛。

8、做好本学期学生体育考核和统计工作。

9、期中，期末认真总结教学经验,找出差距,加以改进,提高体育与健康课教学质量。

三、须改进的地方：

1.备课组成员继续加强自身专业知识的培训。

2.继续加强交流与合作，成员应积极发言并作好记录。

3.单元计划和课时计划应尽量考虑男、女生之间的教材差异。

**体育教师有效备课心得体会篇十**

通过十多天的网上国培学习培训、听讲座、观看教学光盘、参与式教学的交流、研讨、等方式进行教学系列活动，使我了解到了最新的一些新课程教育理念、新课程的教学模式、教学设计的方法、一些教育专家成功的教学经验，真正是获益匪浅。今后，我要把学到的东西积极运用于教学实践。通过培训主要有以下体会：

一、教师要进行知识的更新。

知识也有保质期。作为教师，实践经验是财富，同时也可能是羁伴。因为过多的实践经验有时会阻碍教师对新知识的接受，也能一时地掩盖教师新知识的不足，久而久之，势必造成教师知识的缺乏。缺乏知识的教师，仅靠原有的教学经验，自然会导致各种能力的下降甚至是缺失，这时原有的教学经验就成了阻碍教师教学能力发展和提高的障碍。所以，对于这种学习、培训，对于一个教师来说，是很有必要的，也是很有价值的。

二、思想认识得到了提高，灵魂得到了净化。

十多年的教学生涯，让我已经慢慢倦怠，我已不知道从什么时候开始，自己变的除了爱抱怨，还是抱怨。抄不完笔记，频繁的检查，刻薄的制度，一项又一项的任务以及家长的难缠，学生的愚笨，领导的不理解，等等、等等。都是那么沉重，沉重的令人窒息。我早已像一台机器，不再有灵感。把教师当成了一种职业，一种谋生的职业。对工作有的是厌倦之意，不平之心，黯淡之境。可通过这几天的培训，让我能以更宽阔的视野去看待我们的教育工作，让我学到了更多提高自身素质和教育教学水平的方法和捷径。爱是教育永恒的主题，我们知道了怎样更好地去爱我们的学生，怎样让我们的学生在更好的环境下健康的成长。

通过学习培训，认真反思自己在教学中存在的问题，要从生活走向化学，从化学走向生活，用教科书教，而不是教教科书。有成就的教师都非常重视教学反思，在教学中研究，在研究中学习，在学习中反思，在反思中调整，在调整中提高。

三、在教学活动中，教师要当好组织者。

教师要充分相信学生，信任学生完全有学习的能力。应当把机会交给学生，俯下身子看学生的生活，平等参与学生的研究。教师把探究的机会交给学生，学生就能充分展示自己学习的方法和过程，教师也就可以自如地开展教学活动。新课程实施的灵活性大，让教师觉得难以驾驭教学的行为，课堂教学中表现为过多的焦虑和不安。那么，怎样调

动学生的思维参与呢?应当创设情景，巧妙地提出问题，引发学生心理的认知冲突，使学生处于一种心求通而未得，口欲言而弗能的状态。为此教师要多给学生做、说的机会，让他们讨论、质疑、交流，围绕某一个问题展开辩论。这样，学生自然就会兴奋，参与的积极性也就会高起来，他们的才智就会得到大大的提高和发展。

四、评价学生要全面。

评价学生应该是多元化评价，多一把衡量的尺子，就会多出一批好学生，而不仅仅局限于学习成绩，要注重情感教育，增强民主意识。让课堂走向民主、走向学生、走向生活、走向社会。

五、以学生的发展为出发点。

在教育教学中，要树立以人为本的理念，以学生的发展为出发点，树立责任意识、规则意识，加强与学生的沟通，树立学校既是学习的场所，也是发展的场所，努力改进自己的工作方法，使学生的素质得到全面发展。

六、学以致用，指导实践。

学习的目的在于应用，要把所学的理论知识运用到自己的教学实践中，紧密结合个人工作状况，结合学校的实际，用科学的态度分析问题、解决问题，积极探索适合本校学生实际的管理模式，不断提高自身教育管理水平和实际工作能力。

七、勤奋学习，苦练内功，树立终身学习理念。

这次培训内容丰富，学术水平高，充溢着对新课程理念的深刻阐释，充满了教育智慧，使我们开阔了眼界。虽不能说通过短短几天的培训就会立竿见影，但却也有许多顿悟。身为老师，要把握新课改的动态、要了解新课程理念的内涵、要学习新课程标准、要掌握学生的认知发展规律、要在教学实践中不断地学习，不断地反思，不断地研究，厚实自己的底蕴，以适应社会发展的需要，适应教育改革的步伐。引用一位老师的话教师大半辈子生活在课堂中，如果缺乏对课堂的观察与反思意识，缺乏对教育教学的观察与思考意识，那么他就很难实现专业的提升。

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