# 2024年体育教学设计培训心得(5篇)

来源：网络 作者：梦里寻梅 更新时间：2024-07-15

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。体育教学设计培训心得篇一大家都知道，在我们省，大...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**体育教学设计培训心得篇一**

大家都知道，在我们省，大部分学校一个班学生都在60人以上，运动场地器材设施奇缺，一名体育教师一周十几节课，甚至20节左右，还带运动队、课外活动等，在这样的条件下，我想改革是非常重要的。那么，改革的关键是什么?怎样入手去进行改革呢?在此，我想谈谈自己的看法，以求教于大家。

首先，我们在脑海里要树立一个正确的观念。如果老是强调外部的条件，认为条件不成熟，没有办法改革，我认为那是唯条件论和唯物质论，其实条件越不好越需要改革，越需要通过改革来促进条件的改善。所以，毋庸置疑，体育改革犹如经济改革，那是非常必要的。

其次，抓住改革的关键。改革的关键在哪里?我认为有两点：一是教什么;二是怎么教。所谓体育课程，就是传授体育知识，用现在流行的话说，就是三个维度并重的传习。只有解决了教什么和怎么教的问题，三个维度才有可能并举发展进行。钟启泉教授曾经说过：“基础教育课程改革贯彻着一个非常清晰的教育改革逻辑，即教育改革的核心环节是课程改革;课程改革的核心环节是课堂教学改革;课堂教学的核心环节是教师的专业发展。”我想，他所指的这方面是非常值得我们教师深思的。

因此，为了适应初中体育课程改革的需要、推动体育新课改的顺利实施，我结合各年级学生的特点，作课改计划如下：

1、树立健康第一的思想，促进学生身心全面健康发展，养成良好的健身习惯。

2、从注重教法到注重学法。学生在课程学习中占据主体地位。学生是体育学习的主体，要重视自主学习、合作学习和探究学习等学习方式的运用，促使学生主动积极地参与学习和锻炼。例如：在教学中，培养学生的创造性思维、提高学生的自主学习能力。我们在教学中可以展示任何一种器材在学生面前，不告诉学生怎样玩，而让学生自己想办法、自己创编各种游戏玩法，发挥其创造性思维。同时，在活动中设置一定的难题，让学生自己想出解决办法，培养其解决问题和创造性思维能力。

3、注意创建生动活泼的教学氛围与民主和谐的师生关系。民主和谐的师生关系是学生生动活泼和主动地进行学习的前提之一，也是学生获得愉快的情感体验的.重要因素。教师将不再只是传授知识技能，不能只成为课程实施中的执行者，他更应成为课程的建设者和开发者，在实践教学中注重角色转换：有时做学生的指导员来促进学生的互动和合作，有时与学生一起参与体育活动，一起寻找解决问题的方法。这种平等学习、共同进步也是新课标的精神所在。

4、有教无类，尊重学生的个体差异，关心爱护学生，注重学生的情感的变化，使学生能在运动中愉悦身心。例如：在教学中可以利用以下几点来吸引学生注意力：以学生的生活爱好设计富有趣味性的游戏;制造一定的紧张气氛，让学生在紧迫中锻炼;合理运用语言激励或身体语言的激励……

除此之外，我想体育的课余活动也是必不可少的。而体育比赛是较常见的一种形式，学校可以经常举行一些大的课外活动，有的是全校性的，如每年的田径运动会、冬季的长跑比赛，或跳绳、拔河和踢毽等比赛，以及对学生有很强吸引力的球类比赛。这些比赛学生参与的人数多、影响较大，学生在参与这些比赛时有不同的感受，同时这些活动中有竞争和合作，有困难和挫折，有成功和失败，比赛中蕴含着丰富的教育因素，教师要利用比赛形式培养健康心态。进行比赛时，同班的同学就会呐喊助威，从而促使同学间的感情交流，克服不良个性品质，使情感得以升华，促使学生心理健康水平与个性发展。参加比赛的同学既能在同学面前展示自己的能力和才华，又能在比赛中锻炼自己，从而培养良好的心理品质。教师还可利用比赛形式，培养班集体的凝聚力和向心力以及同学间的协作能力和集体主义精神，锻炼个人意志和竞争意识，培养耐挫能力和积极向上的健康心态。在每次比赛结束后，体育教师一定要关注学生的反应，了解学生在比赛中遇到的问题，通过和学生谈心，找到合理的解决办法，这样就可增强学生的心理品质。

作为体育骨干教师的我，有幸成为新课程改革的实验者，我为之感到非常荣幸，但我也深知承担这次改革任务极具挑战性。为适应课改的需求，我也参加了各级各类的培训，自学了有关课改的材料和相关理论，力争深刻地领悟课改的精神并努力把所学到的理论落实到教学实践中。通过培训和自学，使我认清新课程、新教材改革的背景和思路，增加了责任感和紧迫感，更新了观念，并使这些新观念能够在新教材的实验中得以落实。要想把学生培养成为高水平的人才，我们还需要长期的探讨和实践，不断提高自己的业务素养和敬业精神，在观念、教学方法、教学内容上与时具进，为进一步提高体育课的教学质量而努力。

**体育教学设计培训心得篇二**

体育课后教学反思

体育课作为向学生传授体育的基础知识、让学生掌握体育的基本技术、形成一定的运动技能、发展体育的综合素责与能力、提高身体健康水平的一种基本形式，其教学的形式与方法也同样地不再具有唯一性,因此改革体育课传统的教学模式已是体育教学面临的一项首要任务。本人就体育课的教学有如下几点感受：

一、重视体育课的准备部分

准备部分的作用是为了学生在从事某一体育项目时避免心理、生理上的准备不足而对学生造成身心方面的损伤。不同的体育项目对身心方面的要求也不同。传统的体育教学模式重点放在了关节、韧带、肌肉粘滞性等方面，应而表现出来的内容不外乎慢跑、徒手操、游戏等，而这种形式大多数是在教师的指挥下、按照一定的要求进行的。这在一定程度上束缚了学生的思维与行动，对学生参与体育活动产生了一定的负面影响。开放式的准备活动，把主动权让给学生，还学生一个自由发挥、充满想象、富于追求新意的空间。学生可以是把从教师哪里学来的知识加以改编运用、可以是把电视、影像等上面的优秀内容搬到课堂、也可以是自己根据已有经验思维、加工、合成创造出新的内容。这样既给了学生一个表现自我的机会、又锻炼了学生的组织能力、同时还向学生提出了更高的要求，促使学生为之继续努力，养成学生良好的体育习惯。另外开放式的准备部分还为学生在心理方面留有一定的空间，教师可以设置问题情景，让学生积极思维试图回答问题，并引导学生在实际练习中检验，让学生正确理解理论与实践两者的相互关系，体会成功的快乐，培养学生三思而后行的良好习惯。此外，自我暗示调节情绪等方面的知识也可以在开放式的准备活动中，让学生在实际操作过程中加以领会、掌握、运用。

二、体育课基本部分可以充分调动学生学习的积极性

采用开放式的体育课模式就是承认学生存在的差异、区别对待每一个学生，让每一个学生都在最适合自己的学习环境中求得最好的发展，使人人都有“成就感”，有利于学生进行自我评价，学生根据教师的要求及时把学练过程中的问题加以总结，反馈教学信息，教师及时修正教学目标，形成良性循环：教师制定教学目标→学生学练→学生自我评价学练效果→信息反馈→教师修订新的目标。尊重学生、信任学生、让学生体会成功，能增强学生的自信心，调动学生学习的积极性。对学生予以肯定，对学生而言既是压力、又是动力，有了教师对学生的肯定（放手），他们就会在学练过程中努力克服遇到的困难，去认真完成每一个练习。在宽松的环境中，学生自觉地进行学练，变教师要学生学为学生自己要学。自己的爱好、自己的喜欢项目，学生总会有一种向上心理。在遇到困难挫折以后，他们会自己想办法来解决问题，这就促使他们进行思考，采用各种办法去解决问题，提高他们学习的积极性。

不能“轻视”的体育课的结束部分

课的结束部分不拘泥于传统的形式，只要是有益于身、心放松的活动都可以采用，游戏；欢快的集体舞；互相按摩；自我按摩；调整呼吸；意念放松；听上一段优雅的音乐，想象把自己置身于优美的自然环境，享受大自然赋予人们的恩赐；课后的理疗、药物、营养补充、桑拿浴等形式都可以让学生采用。让学生寻找出最适合于自己的一种或几种放松活动形式在不同的情况下采用，有利于他们在走出校门后运用，为终身体育服务。

**体育教学设计培训心得篇三**

在这次课中，我以坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。激发学生的运动兴趣，兴趣的培养是实现体育与健康课程目标和价值的有效保证。本着以学生发展为中心，教师为主导。充分发挥学生学习的积极性和学习潜能。为了学生的个体差异，确定学习目标和评价方法，从而使每个学生都能体验到学习和成功的乐趣。我通过讲解、示范，指导学生积极的学习，所采用的引导、鼓励、表扬、比赛等激发学生的共同参与。从整体看课前的教学目标，计划、教材的选用、设计，都很成功。

在游戏部分教学内容的合理达配，对学生的学习产生浓厚兴趣。在游戏中安排了同学们特别喜爱的跳绳运动和跳过人索桥游戏。用竞技的形式，将这两项结合起来对学生产生浓厚的兴趣，使学生在娱乐中学习，产生学习的欲望，这样就像一根无形的指挥棒，牵引着五十几位同学的心，这样让注意力不集中的学生都吸引过来。

将复习内容安排在游戏中：一是起到巩固的效果；二是辅导个体差异的学生；三是无形中形成了积极的练习作用。

其次师生的共同参与，激发了学生的练习欲望。在游戏、学习中以学生为中心，教师为指导者。这样就形成了教学相长，让学生也成为教学的设计者。在游戏和放松练习的过程中，教师主动、积极地和同学们共同练习，主动参与，既起到组织者的作用，又发挥其引导学生的作用，学生练习的积极性得到充分调动，学生练习的时间增加，练习密度加大，这样很好地完成了教学任务。

再者我注重学生“三基”的培养。教师通过讲解、示范、指导；注重学生基本知识、技术、技能的学习。让学生知道什么而且更要让他知道为什么；教师是学生学习的榜样，基本技术、技能的学习，是直接关系到动作质量的好坏，小学体育教师的技术、技能，对学生的终身体育锻炼至关重，所以加强教师自身素质也不容复视。

第四学生对在授课的过程中有以下几点需加强：

1、教师的语言应接近学生的年龄，这样才能更好地体现学生的主体地位。

2、培养学生良好的习惯是一个长期的工作，要坚持不懈地培养学生良好的身体姿态，扎实贯彻健康第一的思想。

3、加强组织纪律，加强课堂的组织。

**体育教学设计培训心得篇四**

今天，由于下雨的原因，体育课改为室内课。室内课对于体育来说，很难上，特别是小学一年级的学生，如果知识老师讲或是图片展示，根本不能激发学生的兴趣，课堂纪律会很难保持，针对这种情况，我对室内体育课进行了调整，这样一堂有趣的体育课上的有声有色。

一、准备环节

我带领学生做一些有益健智的手语操，提高学生的兴趣，学生在学习的过程中非常认真，有事做，学生就不会溜号，不会做别的事情，课堂纪律很好，又能够锻炼手与脑，课堂的导入准备阶段就在这10分钟左右过去了。学生的注意力有些转移，兴趣渐失，这时如果不改变学习内容，课堂纪律和学生有意注意就不能维持。

二、基本环节

失去注意的这个阶段，我们可以采取游戏活动来保持学生的课堂纪律，例如我们可以通过报数、喊口令、明7暗7等提高学生注意力的游戏活动，提高学生课堂纪律的同时，保证体育活动的练习。也可以在这个阶段播放一些体育微课、体育明星励志的事迹等音视频都能够很好的抓住学生的心，保证课堂纪律和有效学习。这个阶段大概用时20分钟左右。

三、结束部分

一节课的尾声部分，要让学生身心得到放松，可以播放一些轻松或是舒缓的音乐，配合语音，让学生闭上双眼，去慢慢体会感受，最后再让学生说说这节课的感受，下节室内体育课怎么上，这样上喜不喜欢等进行讨论。

一节室内体育课在不知不觉中就过去了，感觉一堂课太短了。课堂上只要有事做，感觉不到时间的流逝。注意观察学生厌倦期，及时改变活动内容，一点要明确，满满的课堂内容、高效、实用。也就是要让学生忙起来，动起来。

**体育教学设计培训心得篇五**

体育教学的课后反思

体育教学的课后反思

教学反思有助于教师将自己的教学经验升华为理论，教学反思：体育教学反思的内容。教学反思可以帮助教师挖掘和梳理出教学经验中蕴含的教育原理，使教学经验升华为教育理论，构建一套属于自己的教育教学理论体系，形成独具个性的专业理念。这也为教师从传统的“教书匠”角色转变为“教育家”角色打下基础。体育教学反思的内容主要包括教学理念、教学目标、教学过程、教学状态等。

（一）反思教学理念

新课程标准的核心理念是全面实施素质教育，强调促进每个学生充分、全面、多元地终身发展和最优发展。与传统教育相比，除了基础知识和基本技能的学习和掌握外，小学体育课程标准突出强调以下几个方面：坚持“健康第一”的指导思想，培养学生健康的意识和体魄；改革课程内容与教学方式，努力体现课程的时代性；强调以学生发展为中心，帮助学生学会学习；注重学生运动爱好和专长的形成，奠定学生终身体育的基础教师需要明晰自己对新课程理念的认识，并且尝试描述自身的教育行为。教师自身的教育理念与行为往往是教师反思的一个盲点，在对自己的教学进行反思的.时候，教师往往更多从客观环境的角度，从外在于自身的角度进行反思，而很少对隐藏在自身内部的，支配自己教育实践的理念进行反思，进而也很少对理念指导下的实践进行反思。反思教学理念理应成为教学反思的一个主要内容。

（二）反思教学目标

为了保证绝大多数学生能达成课程目标，使每个学生都能体验到学习和成功的乐趣，促进学生不断进步和发展，高中体育与健康课程的设计改变了传统的按运动项目划分课程内容和安排教学时数的框架，根据三维健康观、体育自身的特点以及国际体育课程发展的趋势，在确定课程总目标的基础上，从运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个方面描述具体目标，并根据课程目标体系构建课程的内容标准。教学目标是教学的出发点、归宿和依据，教学反思必须对是否达成教学目标作认真的反思。新课标要求我们在制定每节课（或活动）的教学目标时，要特别注意体现“三个维度”的目标，即知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观。对学生的可持续发展来讲，能力、情感态度与价值观目标，其适用性更广泛，持久性更长，教学反思《教学反思：体育教学反思的内容》。许多体育知识都随着时间的推移而遗忘，只要具备获取知识的能力，就可以通过许多渠道获取知识。所以，情感、态度、价值观必须有机地融入到体育教学内容中，并有意识地贯穿于体育教学过程，使其成为体育教学内容的血肉，成为教学过程的灵魂。反思教学目标，首先需要反思所设定的教学目标，看其教学目标是否明确，反思自己之所以如此设定目标的原因，以及如此设定目标是否合适，是否符合学生的实际。其次是反思如何达成教学目标，为达到设定的目标需要进行怎样的教学设计，需要采取哪些有效措施，如何进行教学。再次需要反思教学目标的达成情况，也就是反思实施教学后的效果问题。

（三）反思教学过程

作为教学核心的教学过程，无论是教学理念的落实，还是教学目标的达成都要通过它来落实。体育教师对教学过程的反思主要应考虑以下一些问题：一是要反思教学内容、教学方法及学生的认知、体能、技术水平。在内容方面，应反思如何创造性地使用教材，设法使教师、教材和学生成为和谐的统一体。在教学方法上，要反思如何根据体育学科的特点，利用体育现象、运动竞赛、体育游戏等为学生创造合作、创新、探究的机会，并设法激发学生学习体育的兴趣。在学生认知方面，应分析学生的认知特点，反思如何设计问题以培养学生的情感、态度和价值观，如何才能使学生达到跳一跳、能摘到的理想状态。二是反思教学设计。教学设计犹如建设高楼大厦的图纸，是精品工程的第一步。反思教学设计就是要反思如何打破传统教学模式，扫除独角戏、学生被动接受等现象，设法为学生创造合作、探究的学习情景，以培养学生的创新思维和实践能力。三是反思教学现象。随着教学内容的展开，师生的思维发展及情感交流的融洽，往往会产生一些教师未曾想到和意识到的突发事件，教师往往会因为这些偶发事件而产生瞬间灵感，这种灵感要比自己事先的设计宝贵得多。此外，反思突发事件还能使教师及时主动地调整教学方案、教学策略，从而使教学达到高效和高质。

（四）反思教学状态

高中体育课程标准强调，注意学生的个体差异，帮助学生认识自我、建立自信，促进学生在已有水平上发展。新课改的核心是“一切为了每一位学生的发展”，围绕“以人为本”的中心任务，体育教师要随时对教学状态反思。反思教学状态主要包括以下方面：一是反思教学中的互动关系。教学过程是师生交往、积极互动、共同发展的过程。教学中的师生关系不再是“人与物”关系，而是“人与人”关系；教学是师与生彼此敞开心扉、相互理解、相互接纳的对话过程。在教学过程中，师生应形成一个“学习共同体”，他们都作为平等的一员在参与学习过程，进行心灵的沟通与精神的交融。二是反思学生的主体地位。学生在课堂上主体地位是否确立，学生是否都参与到课堂教学中，是否参与了课堂教学的各个环节；学生是被动地、应付地学习，还是积极地、主动地探究。教师是否创设了民主、活泼、宽松、和谐的学习环境，让学生感到在这个环境里是安全的、融洽的、自主的、快乐的，他能和同学、老师甚至教材进行平等的对话。三是反思教学是否关注学生的个性差异。学生的个性差异是客观存在的。教师必须反思如何根据学生的个性特长、秉赋优点，因材施教，充分发挥学生的个性特长，让性格、体能、技术水平各异的学生争奇斗艳，让每一个学生都有施展才能的天地与机会。换言之，成功的课堂教学，均应“为了一切学生”，“为了学生的一切”。体育教师只有认真反思教学状态，才能让师生、生生分享彼此的思考、见解和知识，交流彼此的情感、观点和理念，才有可能丰富教学内容，求得新的发展，实现教学相长。只有在这样的环境里，我们的体育课堂才能成为学生舒展身躯的舞台、亲近自然的窗口、放飞心灵的天空，才能真正成为学生学习体育的天堂。只有这样的教学状态，才是我们每一个体育教师和学生所追求的理想状态。

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