# 最新体育听课心得体会(实用16篇)

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2024-02-27

*心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。体育听课心得体会篇一11月3日上午，我怀着学...*

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**体育听课心得体会篇一**

11月3日上午，我怀着学习的心态兴致勃勃地来到了无锡市市北中学，向参加江苏省体育与健康优秀课评选的参赛教师吸取宝贵的教学经验。

这次观摩课共有40节体育课。三天的时间安排非常紧凑。上午听课，中午聆听专家讲座，下午再观摩。我非常珍惜这样难得的学习机会，各项活动至始至终认真参加了。由于每次都有三个选手在不同的场地同时开课，我非常遗憾地错过了许许多多的学习机会。但几天下来，也学到了不少先进的理念，同时我也有一些感受，特别是对体育新课程改革有了更进一步的认识，下面谈谈我的感受。

在这次观摩过程中，我觉得这次参赛教师们的上课内容的选择与安排，都经过了反复的构思和精心的设计。华东师范大学季浏教授在讲座中提出：“体育课内容应从传统的内容中进行筛选，并加以改造。要从生活实际中选取教学内容，并在此基础上创新内容。”从季老师的字里行间，从选手们一堂堂精彩的课中，我感悟到体育教学还是应结合实际教学，认真选择适合的内容，采用新颖的教学手段与方法。培养学生学习体育的爱好，养成好的锻炼习惯。”

在观摩活动中，有两位参赛老师给我留下了难忘的印象。她们分别是南京市航空航天大学附属中学的程璐老师和苏州第一中学王菊老师。

程璐老师上的一节田径课：《跨栏跑》，教学手段多样且对教学有创新，使原本比较枯燥的跨栏教学上得如此的生动。课至始至终都将跨栏跑作为一条主线贯穿于课中。课的一开始，程老师带领学生慢跑时有意识地让学生做外踢腿跑和跨越小体操垫的内容，这让学生在不知不觉中体会了跨栏中的跨的动作和跨栏跑的节奏。体现出程老师对教材和教法的理解了然于胸；然后程璐老师在小体操垫的运用上进行了巧妙的构思，一会儿放成“人”字形，一会儿放成“直角”形，通过不断地改变小体操垫组合来逐渐引导学生适应跨栏跑的动作方法，不仅使学生学生学习有新鲜感和趣味性，也使学生在学习难度上也具有挑战性，同时也让学生对跨栏跑的学习想学、愿意学、乐于学。

苏州第一中学王菊老师上的是《支撑跳跃》，王菊老师的动作示范近乎完美。作为一个体育教师是否优秀取决于体育教师的动作示范，这也是体育教师最基本的基本功。王菊老师每次示范跨栏的动作时都迎来了学生的阵阵热烈的掌声，而且赢得前来观摩程老师课的体育教师的喝彩。可见王老师的支撑跳跃的功底是多么的扎实。其次王菊老师肢体语言透露着优秀体育教师的气质，无论她的走、跑、跳，还是她的上课手势都具有很强的感染力，学生在她肢体语言的影响下，都自觉的模仿和学习她的动作和示范，从而使支撑跳跃的教学起到事半功倍的效果。

几天学习时间一转眼就过去了，虽然每天我都会踏着晨露早早赶往无锡市北中学观摩参赛教师的优秀课和聆听专家讲座，等到回到住处时已经非常累，但因为我收获了许多的知识，感悟到了自己的不足，所以感觉还是非常的好，即使再累也是值得的。

通过观摩学习，我会在今后的工作中加快自己学习的脚步，不断提升自己的教学水平。

**体育听课心得体会篇二**

体育课是学生接触体育运动，了解运动原理和培养身体素质的重要途径之一。在过去的一学期里，我总结了一些对于听课体育的体会和心得体会。通过积极参与体育课，我不仅收获了身体上的锻炼，还提高了合作能力和团队精神。

第二段：重点突破-锻炼身体。

体育课是集体锻炼的好机会，它可以增强我们的体质。通过每周的课程，我们进行了各种体育锻炼，如跑步、游泳、篮球等。体育锻炼不仅可以促进血液循环，增强心肺功能，还可以增强肌肉力量和体能水平，提高身体机能。在过去的一学期中，我注意到自己的体力有所增加，感觉更加健康和有活力。

第三段：合作能力和团队精神。

体育课还是培养合作能力和团队精神的重要途径。在各种体育项目中，我们需要与同学们合作，共同完成任务。例如，篮球比赛中，我们必须相互传球，密切配合，才能打出团队的默契，取得胜利。在这个过程中，我学会了如何与他人合作，交流和协调，这对我今后的学习和工作都是很有帮助的。

第四段：克服困难和挑战。

体育课常常要求我们挑战自我，克服困难。在运动中，我们会遇到各种难题和困难，如克服恐惧、面对压力、战胜疲劳等。通过体育课，我学会了调整心态，积极面对挑战，并且不放弃的坚持下去。这种积极向上的态度在我日常学习和生活中也派上了用场。

第五段：总结。

通过参与听课体育课程，我收获了很多身体上和心理上的成长。我不仅变得更加健康和有活力，还培养了团队合作精神和克服困难的能力。体育课对于我们的全面发展和健康成长起着至关重要的作用。我将继续积极参与体育课程，不断锻炼自己，提高自己。

**体育听课心得体会篇三**

小学低段的体育教学，应以游戏为主。使学生在‘乐中学、学中取乐’，达到娱乐性与趣味性相结合。”要作好体育游戏的教学，首先应懂得如何创编游戏。娱乐性是检验体育游戏的一种非常重要的方法，体育游戏只有具备了娱乐性、趣味性，才得以使其存在与发展，更具有诱人的魅力。如我国许多优秀的传统游戏（母鸡爱小鸡、丢手绢、猫抓老鼠），源远流长。所以体育游戏的创编，应从提高其娱乐性、趣味性出发。

1、使游戏具有新奇性并带有较强的喜剧色彩只有使游戏新奇，才能诱发学生参与的兴趣。游戏的创编出乎学生的意料，好奇心被激发，他们“蠢蠢欲动”，或许会想：“我能做好吗？我一定会比别人做得更好的！”同时又调动了学生的主动性与积极性，能认真地去完成这一个游戏。如一年级学生做“夹着球走”的接力比赛，学生受腿长的限制，跨下夹球已经是很不容易的事，更何况要走完10米距离的路程，那是“雪上加霜”，便会出现很多的滑稽场面，不能用手抱球、举步难行，或是走几步球便慢慢下滑，成了“母鸡下蛋”，让学生捧腹大笑。所以为了能完成好而作不懈的努力。

2、体育游戏的设计应淡化竞技意识，改变竞技体育为主的教学思想也是大纲的要求，淡化竞技意识，能更大的提高游戏的娱乐性学生只要在体育游戏的竞赛中认真完成，遵守纪律，听从指挥，都能拿到一块“金牌”。这样在游戏教学的比赛中，每位学生都会认真去做，集体项目更会为集体着想，争取“第一”，培养了勇敢顽强、奋发向上的精神斗志。达到竞赛目的，又实现了体育游戏的娱乐目的。当你向全班三分之二的学生，或只有几个不在内的众多学生宣布游戏结果均取得“第一名”时，他们会双手握拳高举头大声地喊“耶”。

3、利用游戏活跃课堂氛围。

苏霍姆林斯基说过一句至理名言：课堂教学中没有欢欣鼓舞的心情，学习就会成为沉重的负担，反之会使学习变得轻松有趣。

在四年级的体育课中，我为了调动学生的积极性，在课前安排了游戏“捉迷藏”。同学们都按游戏的规则练习去了。可是同学们对“捉迷藏”不感兴趣，都无精打采，一副不想玩的样子，口里还说着没意思。

我看到这种情况，就问着自己，是不是学生玩的次数多了，可能缺少了兴趣，怎样才能活跃气氛，激发学生的兴趣呢？想到这儿，我灵机一动，立即整队，马上就对学生说：同学们你们自己找朋友玩好吗？学生异口同声，好！学生就分散在自己的场地里，玩起各种各样的游戏，我也不断的加入到学生当中去，这样能使学生玩的更有劲，更有趣，那样会使学生与老师的距离拉得更进，让学生感受老师的亲切感。就在这时，有一组学生的游戏吸引了我，把我的视线都集中到那一小组去了。我没多想，快步走到他们小组的面前。

同学们这是什么游戏？怎么你们这么开心啊！这一组的学生异口同声的说：“八仙过海”踩一脚。好！这游戏很好！心想这游戏不但可以练习灵敏性，还可以提高跳跃能力。这不是两全齐美吗！我想到这里，就马上集合了全班同学，叫这一组的同学演练了一遍，这一下，学生的兴趣大增。我就顺水推舟号召学生像他们这组学习。同学们以三、四人一组来玩“八仙过海”踩一脚。好吗？好！这时同学们的脸上露出了开心的样子。他们都分散在自己的场地里练习去了。看着一个个活蹦乱跳的场面，我的脸上也露出了笑脸。练习了几分钟后，我问学生：你们玩得高兴吗？高兴，太高兴了！那为什么这么开心？有趣啊！对啊！我们的游戏就是要接近学生的年龄段，只有这样学生才会喜欢上体育课。另外体育课要不断的加入新的游戏或是学生中比较好玩的游戏。这样学生在体育课中才会有乐趣。

**体育听课心得体会篇四**

在大学期间，体育课程是我们经常需要参与的一项活动。每次课上，我们都可以学习到很多体育知识和技能，同时也感受到了运动的乐趣。下面我将分享我的听课体育心得体会。

第二段：体育课的重要性。

体育课作为一种教育方式，不仅可以培养学生的体格，还可以提高学生的身心素质。通过体育课，我们可以锻炼自己的身体、增强体质，促进身心健康。而且运动还可以培养学生的团队合作能力，增强沟通与协作能力，这些对我们今后的工作和生活都非常有帮助。

第三段：学到的知识和技能。

在体育课上，我们学到了各种各样的知识和技能。比如，我学会了正确的跑步、跳远、投掷等技巧。在学习这些技巧的过程中，我发现只有掌握了正确的姿势和动作方式，才能更好地进行运动。体育课还使我掌握了一些运动的规则和战术，提高了跟队友合作的能力。这些知识和技能不仅在体育课上会用到，在日常生活中也会派上用场。

第四段：克服困难的体验。

在体育课上，由于我们的身体素质和技能水平不同，往往会遇到各种各样的困难。比如，我曾遇到过在短时间内跑完800米这样的长跑项目，对我来说是一个巨大的挑战。起初，我觉得非常困难，几乎无法坚持下来。但是，就像老师说的一样，“只要你相信自己，拼尽全力，你就能做到。”经过反复努力和坚持，我终于成功完成了这个任务。这次经历让我明白了只有克服困难，才能不断进步。

第五段：体育课的启示。

通过听课体育，我不仅学到了知识和技能，还受益匪浅。首先，体育课让我明白了坚持、努力和毅力的重要性。只有不断努力并逐渐提升，才能取得更好的成绩。其次，体育课教会了我团队合作和沟通的能力。在团队运动中，与队友的合作十分重要，只有相互信任和配合，才能取得胜利。最后，体育课让我明白了健康的重要性。保持良好的身体状况，不仅可以提高学习和工作的效率，还有益于身心健康。

总结：

通过听课体育，我收获了很多。体育课不仅丰富了我的知识和技能，还开拓了我的眼界，培养了我的团队合作精神和沟通能力。通过克服困难，我学会了坚持和努力，更加明白健康对于我们的重要性。体育课给我带来了很多乐趣，也使我更加充满自信和动力。我相信，通过持续参与听课体育，我将会在未来的学习和工作中取得更大的成就。

**体育听课心得体会篇五**

20xx年10月24日，我有幸聆听了河南省新乡一中何光斌老师的一节《跳绳》课，收获颇丰。现将我的感受记录如下：

基本功扎实，备课充分，对学生的体育常规训练到位。何老师的课体现了“健康第一”的思想，把学生的发展放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐。整堂课何老师没有把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复练习的过程中自己去体会、去探索、去交流，并且为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与运动的乐趣，从中体验成功的喜悦，增强了学习的自信心。

教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。强烈的动感刺激加上徒手操、课前激趣游戏等，能快速激发学生的练习热情，使之尽快进入角色。结束部分放松练习的舞蹈，又能使学生彻底放松，效果非常好。何老师赋有渲染性的语言，使学生热情高涨，为接下来学习主要内容奠定了基础。

专业化的示范动作，极赋渲染性的行体语言，令人赞不决口。何老师精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。自主互助的创新练习富有刺激性，真正体现了“自主互助的学习型课堂教学模式”。

何老师课堂上所体现的教育思想与展现的教学艺术，给我留下了深刻的印象，让我受益匪浅。希望在后期的实习阶段多听听这样的课，为将来成为一名优秀的教师打下坚实的基础。

20xx年3月6日下午，我已经开始了实习，正式开始听我的实习指导老师上课，课题是《跳绳》体育教案，听了谢老师的课。使我确实感受颇深，首先是本课的整体设计都是从学生的年龄特征出发，因为八年级的学生团体意识逐渐加深，除对个人的竞争有兴趣外，对团体竞争也发生浓厚兴趣。因此谢老师安排了许多竞赛，灵活的安排多样的跳法练习，在课堂上为学生创设公平竞争的气氛，留给学生一定的活动天地，让学生自由学习、自由组合，有效的激发学生团队精神、合作精神。并让学生在观察思考中得到启示、得到锻炼，真正调动了学生的积极性，提高了学生的竞争意识。同时，谢老师的及时评价和鼓励也是非常值得我学习，对于能力较弱的学生，也尽量多表扬，少批评和指责。而且体育教学中，谢老师也适当的参与，加深了师生的感情，融洽师生关系，使学生在轻松愉快中学习。我觉得谢老师的课基本功扎实，在课前准备充分，教师对学生的体育常规训练到位。这节课，树立了“健康第一”的思想，能把学生的身体锻炼放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐和提高学生学习兴趣。整堂课谢老师没有把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复练习的过程中让自己去体会、去探索、去交流；并且谢老师为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与体育运动的乐趣，从中体验成功的喜悦和快乐，增强了体育学习的自信心。

谢老师在教法上先进，上课内容丰富，课堂气氛活跃。强烈的动感刺激加上自偏操、课前激趣游戏等，能快速激发出学生的练习热情，尽快进入角色。在结束部分的放松练习自偏舞蹈，又能使学生彻底放松，效果非常好。谢老师赋有渲染性的语言，使学生激情高涨，一下把学生的情绪提到了极点，为接下来的主要内容学习奠定了基础。专业化的示范动作，极赋渲染性的行体语言，使学生及听课教师赞不决口。精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。自主互助的创新练习富有刺激性，真正体现了“自主互助的学习型课堂教学模式”。观后令人赏心悦目，耳目一新，给我留下深刻的印象。

通过这节课，我深深感受到要想让学生得到充分的锻炼和能力的提高，必须先采用多种教学形式来调动学生的积极性，沿着学生身心变化这条主线来设计课堂教学模式，安排教学内容，选择教学方法。而各种竞赛就是体育教学中不可缺少的一部分，它可以让学生增强其自信心，获得成功的喜悦，使同学的练习由简单逐步到复杂，并不断激发学生学习的兴趣，让学生向新的目标挑战。

总之，在我以后的实习中，谢老师的体育教学值得我学习的地方甚多，希望以后能多听谢老师的上课，以此来提高我自身的教学经验。

**体育听课心得体会篇六**

体育课是学校日常课程的一部分，对于学生来说，除了锻炼身体，体育课还有助于培养团队合作、竞争意识和纪律性。最近，我参加了一堂关于体育教育的专题讲座，深受启发。在这节体育课心得体会中，我将分享我对体育课的思考和体验。

第二段：体育课的培养品质作用。

首先，体育课在学生身上起着培养品质的作用。通过体育活动，学生们不仅能够锻炼身体，还能够培养团队合作精神和竞争意识。在参与体育运动的过程中，学生们需要与队友相互配合、相互帮助，这种团队精神可以帮助他们在以后的工作和生活中更好地与他人合作。此外，体育课还能够培养学生的纪律性，学生们需要按规定时间去上课，并且遵守比赛规则，这些要求对于学生们养成良好的生活习惯非常重要。

第三段：体育课的促进健康意义。

其次，体育课对学生的健康起到重要的促进作用。现代社会，久坐不动的生活方式正逐渐成为人们的生活习惯，这对人们的健康造成了很大的影响。而体育课可以帮助学生们增加体育锻炼的机会，提高身体素质，消耗体内过多的能量，改善学生们的身体状况，降低患病的几率。此外，体育课对学生的心理健康也有积极的影响，通过体育活动，学生们可以放松自己的心情，减轻压力，提高学习效果。

第四段：转变体育教育方法的必要性。

然而，体育课仅仅在学生体能上的培养还不够，体育教育还需要更加注重培养学生的兴趣爱好和终身运动习惯。在课堂上，老师应该通过丰富多样的体育活动来激发学生的兴趣，让学生们从中找到自己喜欢的运动项目，并将其发展为持久的爱好。此外，学校和家庭应该共同配合，提供更多的体育锻炼机会和条件，让学生们在课外也能够持续参与体育活动，养成良好的运动习惯。

第五段：总结。

综上所述，体育课在学生身上起到了培养品质和促进健康的重要作用。但体育教育还需要更加注重培养学生的兴趣爱好和终身运动习惯。通过改变体育教育的方法和运动环境，我们可以更好地发挥体育课的作用。在未来，我将积极参与体育课堂，加强体育锻炼，努力成为一个更加健康、积极、有活力的人。

**体育听课心得体会篇七**

20xx年3月1日，进入实小六年有余，今天我终于有幸第一次听到我校体育组唯一高级教师兼教研组长——李洋的一节《跳》课，收获颇丰。现将我的感受记录如下：

基本功扎实，对的体育常规训练到位。因为这个班在一年级时我曾教过，那时课堂纪律非常不好，经常让我挠头。时隔四年，学生上课注意力集中，秩序井然，着实让人佩服。

李老师备课充分，教学设计充分了“健康第一”的思想，把学生的发展放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐。整堂课李老师没有把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复的过程中自己去体会、去探索、去交流，并且为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与运动的乐趣，从中体验成功的喜悦，增强了学习的自信心。

教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。强烈的刺激加上徒手操、课前激趣游戏等，能快速激发学生的练习热情，使之尽快进入角色。结束部分的放松练习，又能使学生彻底放松，效果非常好。李老师赋有渲染性的语言，使学生热情高涨，为接下来学习主要内容奠定了基础。

专业化的示范动作，极赋渲染性的肢体语言，令人赞不决口。李老师精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。自主互助的创新练习富有刺激性，真正体现了我校的“先学后教，以学定教的教学模式”。

李老师课堂上所体现的教育思想与展现的教学艺术，给我留下了深刻的印象，让我受益匪浅。希望在以后的工作当中多听听这样的课，为将来成为一名像李老师一样优秀的教师打下坚实的基础。

**体育听课心得体会篇八**

3月1日，进入实小六年有余，今天我终于有幸第一次听到我校体育组唯一高级教师兼教研组长——李洋的一节《跳》课，收获颇丰。现将我的感受记录如下：

基本功扎实，对的体育常规训练到位。因为这个班在一年级时我曾教过，那时课堂纪律非常不好，经常让我挠头。时隔四年，学生上课注意力集中，秩序井然，着实让人佩服。

李老师备课充分，教学设计充分了“健康第一”的思想，把学生的发展放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐。整堂课李老师没有把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复的过程中自己去体会、去探索、去交流，并且为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与运动的乐趣，从中体验成功的喜悦，增强了学习的.自信心。

教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。强烈的刺激加上徒手操、课前激趣游戏等，能快速激发学生的练习热情，使之尽快进入角色。结束部分的放松练习，又能使学生彻底放松，效果非常好。李老师赋有渲染性的语言，使学生热情高涨，为接下来学习主要内容奠定了基础。

专业化的示范动作，极赋渲染性的肢体语言，令人赞不决口。李老师精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。自主互助的创新练习富有刺激性，真正体现了我校的“先学后教，以学定教的教学模式”。

李老师课堂上所体现的教育思想与展现的教学艺术，给我留下了深刻的印象，让我受益匪浅。希望在以后的工作当中多听听这样的课，为将来成为一名像李老师一样优秀的教师打下坚实的基础。

**体育听课心得体会篇九**

体育是幼儿园教育中不可或缺的一环，它不仅能运动幼儿的身体，促进其全面发展，还能培养他们的团队合作意识和竞争意识。近日，我有幸参观了一堂中班的体育课，深受启发和感悟。通过这次听课，我更加明确了幼儿园体育教育的重要性，并从中获得了一些心得体会。

首先，在这堂体育课上，我深刻地感受到了教师的引导和指导对于幼儿的重要性。教师通过简洁明了的语言，向幼儿解释了游戏规则和目标，并示范了正确的动作姿势。这让幼儿能够更好地理解游戏的要领，避免出现错误的动作。同时，教师还时刻关注幼儿的表现，及时给予肯定和鼓励。我发现这种积极的反馈能够激发幼儿的自信心，增强他们的参与度和积极性。

其次，我在听课过程中观察到了幼儿园体育课的趣味性和多样性。课堂中，教师采用了多种游戏形式，如赛跑、传球等，激发了幼儿的兴趣和热情。特别是在游戏中融入了一些音乐和舞蹈元素，使整个课堂更加生动有趣。这种多样化的教学方式不仅能够满足幼儿的好奇心和探索欲，还能够提高他们的学习动力和参与度。

另外，在这堂体育课上，我还注意到了团队合作的重要性。教师通过分组的形式，让幼儿们相互合作完成任务。这不仅培养了他们的团队意识，还让他们在游戏中互相配合和相互帮助。我发现，通过团队合作，幼儿们能够更好地理解合作的重要性，学会倾听和尊重他人的意见，提高了他们的社交能力。

此外，这堂体育课还教会了幼儿们坚持不懈的精神。在游戏中，有些幼儿由于技术不够熟练，一开始出现了失败的情况。然而，教师并没有放弃他们，而是鼓励他们不要气馁，要坚持下去。经过多次的尝试和练习，这些幼儿们渐渐地取得了进步，并最终完成了游戏目标。这让我深受鼓舞，体会到了坚持和努力对于幼儿发展的重要性。

最后，通过这次体育课的观摩，我认识到体育教育对于幼儿全面发展的重要性。体育课不仅能够培养幼儿的身体素质，还能够锻炼他们的意志品质和社交能力。在体育课上，幼儿可以通过游戏和竞争更好地理解团队合作和竞争的意义，发展自己的个性和潜力。因此，幼儿园教师应该加强对体育教育的重视，设计富有趣味性和挑战性的体育活动，让幼儿在欢乐中成长。

总之，这次中班体育课的观摩给我留下了深刻的印象。教师的引领和激励、有趣的游戏形式、团队合作和坚持不懈的精神，都对幼儿的发展起到了积极的促进作用。通过这次听课，我更加明确了体育教育的重要性，并将继续努力在教育实践中运用这些宝贵的经验和教训。

**体育听课心得体会篇十**

时光飞逝，岁月如梭，转眼间一年又要过去了。不知不觉间又过去一年，回头想一想，这一年来，以教学评估为契机，各位老师精心备课，认真上课，认真总结。在上课方面收获颇多但也有很多大方面需要进步，特此，在这对本学年的学习工作心得做一下总结。本学年听了体育教学部主任以及老师的体育课。下面简单选几位老师的课做一下具体总结。

王老师所授班级男生较多，所授课程是篮球课，王老师本节课的体育教学，以原地高手、低手运球为教学手段。在教学过程中，王老师亲自示范，六十多岁的人和学生在烈日暴晒下一起运动，以身作则，学生自然而然热情高涨，以更饱满的精神状态投入到运动之中去。教学过程中的互动过程能调动学生学习的积极情趣，为学生创设和谐、宽松的心理环境，形成互动、共享的氛围。此外，在师生互动和生生互动的合作学习中，使学生的个性得以展示，兴趣得以诱发，灵感得以唤起，感受体育学习的乐趣，培养学生终生体育的意识。而这节课的闪亮点是：在课堂中实施和谐互动的师生关系，能让学生在学习过程中感受到学习乐趣，同时得到指导，从而使整节课堂成为学生学习的乐园。如准备部分中让学生围绕操场做各种熟悉球性动作练习，此时学生得到了自由的空间。最后，还不得不重点提一句，作为老教授，王老师体育课堂的敬业精神以及工作态度是我们广大青年教师需要学习的典范。

最后，说一下课堂安排，在课堂安排教学过程中，王老师既能够照顾到学生的身心发展规律和心理需求，通过小组合作、探究的方式完成了教学，又能让学生不知不觉的更多的参与了体育锻炼。设计了自主尝试、小组尝试、共同分享、展示等教学流程，提高了学生自主学习能力，对学生合作意识和创新意识的培养有重要意义，从而建立与培养学生的自信心。

接下来是杨老师的排球课：听了杨老师的排球课，杨老师本节课学习的内容是排球正面双手垫球。杨老师本课的整体设计都是从学生的基本情况出发，这些学生很多都没有接触过排球，甚至体锻练的机会都不是太多；学生本身会对排球有陌生感以及恐惧感，从而产生抵触心理。因此课堂常规很重要，在这一点上，老师把握得很好，导入部分创设情境：以怎样抛球怎样培养球性为要点，通过游戏激发学生的兴趣，善于开发利用身边的物体做障碍物，因地制宜。在课堂上为学生创设公平竞争的气氛，留给学生一定的自由发挥空间，并让学生在观察思考中得到启示，得到锻炼，真正调动了学生的积极性，提高了学生的竞争意识。杨老师的授课让我深深认识到体育课堂上“以学生为主体”的重要性，不再是“以老师为中心”的传统的体育课，让学生参与体育运动从被动变为主动，从而不知不觉中让自己得到更充分的锻炼。

记得有人说过：一节成功的体育课，那就是让学生在体育练习中找到快乐，乐意出汗，喜欢上课，在练习中获得成功的喜悦。不要把本该活泼的体育课上成死气沉沉的方程式课堂，课堂上可以介入多种元素，物理的、艺术的、语言的等等。“课堂不要怕乱，我们要做到创新，就不怕有新情况出现，如果把孩子当成机器人，那我们的体育课也就走进死胡同了。”

“一堂课包括很多因素，课的部分之间的衔接，授课内容以及组织形式的多样化，学生的练习密度、练习强度、主动参与性，课堂目标达成率，还有最重要一点，那就是安全，所有这些都要求老师能够提前预设到。”可见，体育课对于老师的素质要求也在不断提高，因此听完这节课给我最大的鼓励就是争取做一名新时代、新时期的体育教师。

张老师认真研读课标，教材，每一个目标的设定都根据课标而定，胸中有教案，眼中有学生，让学生自我思索，经历，从而解答疑惑，让他们充分体验思考所带来得成功，树立起学生我能行，我必须行的理念。看似平常的提问，却把学生的思路引向了更高层次的探究世界。除此之外，张老师以身作则，每个动作都争取做到最好，做到位，张老师那种身材，把每个动作多做到位要付出比常人不止十几倍的努力吧。他这种认真的态度也许本身对于学生来说就是一种鼓励。但是不得不说，张老师的认真精神、敬业态度是值得我们年轻教师认真学习的，是我们学生进步的目标。

接下来是杨老师的一节健美操课。杨老师的基本功扎实，课前准备充分，声音洪亮、口齿清晰、口令下达准确到位，示范动作干净利落，不拖泥带水。教师对学生的体育常规训练到位。树立了“健康第一，学生主体，教师主导”的思想，能把学生的发展放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐。整堂课教师没有过多的把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复练习的过程中自己去体会，去探索，去交流；并且老师为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与运动的乐趣，从中体验成功的喜悦，增强了学习的自信心。

教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。强烈的动感刺激加上徒手操等，能快速激发出学生的练习热情，尽快进入角色。结束部分的放松练习的舞蹈，又能使学生彻底放松，效果非常好。指导教师赋有渲染性的语言，使学生激情高涨，一下把学生的情绪提到了极点，为接下来的主要内容学习奠定了基础。专业化的示范动作，极富渲染性的肢体语言，使学生及听课教师赞不决口。精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。自主互助的的创新练习富有刺激性，真正体现了“自主互助的学习型课堂教学模式”。

还有很多老师的课（在这就不一一举例了以上所选择的几位老师包含老中青教师），上的是丰富多彩，精彩无比，让我感触颇多，收获满满，通过学习他们的精华之处，克服自己的不足谈谈自己的满腹收获：

首先，从备课来说，一堂好的体育课是离不开精心的课前准备的，课前积极翻阅教材资料，吃透所教内容，然后结合学生实际情况，设计合理的教学方法，从而能让学生更好的接受所学内容，一个好的课堂设计，既不会让学生感到枯燥乏味，也能让学生在轻松愉快的环境中学会运动，掌握一种运动技能。

第二，课堂上认真要求，维持好课堂纪律，坚决避免“放羊式”教学。体育课要有体育课的样子，要精神抖擞，抬头挺胸，站有站相，蹲有蹲相。严厉并不等于残酷，要让学生有该认真的时候认真，该放松的时候轻松的感受。新授课方面，采用些细小的道具来学习有难度的动作。循序渐进是教学的一个最基本的道理。如：跳远时，可在沙坑上横划一道线，按课的进程，逐渐提升高度，整个班级分成两大组，进行比赛。学生的竞争意识也能使学生学习的积极性提高。作为体育教师要充分利用好这一点。

第三，注意创建生动活泼的教学氛围与民主和谐的师生关系。比较重视运用情境教学、主题教学、体育游戏、激励性评价、师生互动等多种多样的方法和手段来营造生动活泼的教学氛围，使学生受到感染和激励，并愉快地投入到学习和锻炼中来。为此，专门设置很多不一样的体育游戏来调动学生，还要结合所学内容，让学生在游戏的过程中体会到动作要领。

最后，每次体育课结束后，做好课堂反思，课后小结，简单回顾一下本次课有哪些地方做的合理，哪些不合理，需要改进。因为体育课是公共课，授课对象是全校师生，学生的个体差异性决定了接受新事物的能力和方式都不一样，这就需要老师做好点调查和反馈，做好总结，因材施教、寓教于人。

以上就是我本学年在听课和上课方面的心得体会，有收获也有不足，接下来的一学年我会更加努力，还请各位领导给予指导！

**体育听课心得体会篇十一**

今天听了我校李小川老师的体育课，感受如下：

李老师的课体现了“健康第一”的思想，把学生的发展放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐。整堂课李老师没有把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复练习的过程中自己去体会、去探索、去交流，并且为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与运动的乐趣，从中体验成功的喜悦，增强了学习的自信心。

强烈的动感刺激加课前《兔子跳》激趣游戏等，能快速激发学生的练习热情，使之尽快进入角色。结束部分放松练习的舞蹈，又能使学生彻底放松，效果非常好。李老师赋有渲染性的语言，使学生热情高涨，为接下来学习主要内容奠定了基础。

李老师精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。自主互助的创新练习富有刺激性，真正体现了“自主互助的学习型课堂教学模式”。

李老师课堂上所体现的教育思想与展现的教学艺术，给我留下了深刻的印象，让我受益匪浅。

**体育听课心得体会篇十二**

体育课对于每个学生来说都是非常重要的一门课程。很多学生认为体育课只是锻炼身体的时间，但其实，体育课不仅可以让我们健康成长，还可以培养我们的团队合作能力、互助意识以及独立自信的品质。当我细心倾听老师的讲解时，我受益匪浅。下面我将分享我在体育课上的学到的心得体会。

首先，体育课不仅仅是锻炼身体的时间，更是培养我们的团队合作能力的机会。在球类项目中，我们需要和队友紧密配合，互相传球、传递信息，完成一个个任务。通过和队友的默契合作，我们能够培养互助意识和团队协作能力。在一次足球比赛中，我和队友之间默契配合，我们完成了一个精妙的传球进攻战术，最终将球射入了对方的球门。这次经历让我意识到，团队的力量是巨大的，只有大家齐心协力，才能取得更好的成绩。

其次，体育课还能培养我们的独立自信品质。在各项体育项目中，我们需要克服困难和压力，在比赛中展现自己的能力。通过反复训练和努力，我逐渐掌握了技巧和策略。在一次田径比赛中，我面对其他选手优秀的成绩，内心充满了压力。然而，我并没有放弃，而是坚定地相信自己的能力。在比赛过程中，我全力以赴，最终取得了良好的成绩。这次经历让我明白，只有勇敢地面对压力和挑战，才能取得成功。

此外，体育课也能够锻炼我们的身体素质。通过体育锻炼，我们可以增强心肺功能、提高身体柔韧性和协调能力。定期参加体育课不仅可以让我们保持良好的身体状态，还能提高我们的学习效果。研究表明，适度的体育锻炼可以促进血液循环，增强记忆力和集中力。因此，我们应该珍惜体育课上的锻炼机会，让我们的身心更加健康。

最后，体育课还能够培养我们的坚韧毅力和顽强拼搏的精神。在体育项目中，我们往往需要经历一次又一次的失败与挫折。然而，正是通过克服困难，我们才能够成长。在一次篮球比赛中，我经历了一次失误后，虽然遭遇了很大的打击，但我没有放弃，我用更加坚定的决心再次投入到比赛中。最终，我成功地完成了几次进攻并帮助球队取得了胜利。这次经历让我明白，只要有坚韧不拔的毅力，我们就能够克服困难，取得成功。

总之，体育课不仅仅是锻炼身体的时间，更是培养我们的团队合作能力、互助意识和独立自信品质的机会。通过认真倾听老师的讲解，我在体育课上受益匪浅。我深刻地体会到，在体育课上的学习不仅可以让我们身体健康，还可以让我们培养出许多在人生道路上必备的品质。因此，我们要珍惜体育课上的每一次锻炼机会，不仅要锻炼身体，更要培养自己的团队合作能力、互助意识以及独立自信的品质。

**体育听课心得体会篇十三**

体育课是幼儿园课程中非常重要的一门课程，通过体育活动，可以培养幼儿的体质，锻炼他们的身体素质，开发他们的智力和动手能力。近日，我参加了一堂中班体育课的听课，让我受益匪浅。以下是我对这堂体育课的心得体会。

首先，这堂体育课注重了锻炼幼儿的体能和协调能力。老师引导幼儿进行有氧运动，进行跑步和跳跃操等活动。不仅能够提高幼儿的心肺功能，还能让幼儿更好地掌握自己的身体。通过跳远、跳高、原地跳等运动项目的训练，幼儿们能够锻炼自己的协调能力，提高肌肉的灵活性。这些活动让幼儿们在快乐的氛围中进行，有效地培养了他们积极参与体育活动的兴趣。

其次，这堂体育课重视了幼儿的团队合作能力。在动态游戏环节中，老师让幼儿们分为几个小组进行比拼。通过合理的组织和安排，每个小组都能有机会取得胜利，让幼儿体验到团队合作的重要性。这不仅能够培养幼儿的集体观念，还能提高幼儿的沟通和协作能力。幼儿们在游戏中互相配合，分享胜利的喜悦，也学会了接受失败，在失败中吸取教训。通过这些活动，幼儿们不仅学到了竞争，更学到了合作。

再次，这堂体育课注重了幼儿的自我表达。在一个自由发挥的环节中，老师让幼儿们发挥自己的创造力进行自由舞蹈。幼儿们可以根据自己的喜好和情绪，尽情地挥洒自己的热情和活力。他们可以通过舞蹈表达自己的情感和思想，让身体和音乐完美地融合在一起。这样的活动不仅培养了幼儿的表演能力，还鼓励他们展示自己的特点和个性。在这个环节中，幼儿们能够体会到舞蹈给他们带来的自信和快乐，激发了他们对艺术的热爱。

此外，这堂体育课强调了安全和教育的并重。在任何体育活动之前，老师都会对幼儿进行安全提示和教育，告诉他们如何正确地进行锻炼，避免受伤。在活动过程中，老师时刻关注着幼儿的动作，及时指导他们的体态和动作技巧。通过这样的教育方式，幼儿明白了正确锻炼的重要性，并养成了良好的运动习惯。他们知道如何预防受伤，学会了尊重和遵守规则，提高了自我保护和自我管理的能力。

总之，这堂中班体育课让我深刻地认识到体育教育的重要性。体育活动不仅能够提高幼儿的身体素质，增强他们的体能，还能培养他们的团队合作能力、自我表达能力、规则意识和安全意识。通过体育课，幼儿能够获得积极、阳光和健康的成长，让他们在童年时光中拥有无限的乐趣和快乐。(1206字)。

**体育听课心得体会篇十四**

在本届优质课大赛上，各市地教师以体育与健康知识、技能、方法为主要学习内容，实施素质教育和培养德智体全面发展人才不可缺少的重要途径。以运动技能的传授和学生的身体练习为载体，把运动参与、身体健康、心理健康与社会适应的目标融入其中，强调课程多种内容、多种功能和多种价值的整合。

首先，参赛课教师教学内容选择符合学生身心特点与发展需要。本次初中优质课的比赛，授课老师教学内容的选择与授课学生的身心发展水平相适应。能根据学情对学生课外、校外体育锻炼提供帮助，与体育锻炼实际相结合，为学生未来体育学习与发展打下良好基础。如田径、球类、武术、健美操等教学内容，都符合学生发展的实际需求，为学生终身体育打下基础。

其次，参赛课教师体育专项技能和教学基本功扎实。体育教师专项技能与教学基本功是一堂优质课的前提和要求，也是教师教学魅力所在，对体育教师专业发展起到决定性作用。本次参加优质课比赛教师体育专项技能好，教学基本功扎实，课堂驾驭能力强。体育教师专项技能和学生专项技能共同进步提高。

再次，参赛课老师教学设计体现学科性质，都能选择比较合理有效的教学方法和手段。一堂优质课的成功与否，除了教师体育技能和扎实的基本功外，关键是对教学科学合理的设计及教学方法手段的有效。本次课的教学设计十分关注学生学习方式的改变，重视提高学生自主学习和合作学习的能力。教学方法的选用，适合教学对象，适合学生年龄特征。能把教育法、教学法、锻炼法揉合在一起，在继承传统教法基础上进一步创新、丰富、发展，实现了体育课教学方法的丰富性和最优化，进而促成教、学、练结构。教学手段的运用应符合学生身心特点和学校实际，注重教学器材的创新和“一物多用”，有效提高课的练习密度，使组织教法创新提高。

总之，本次学习之行让我深深感触到上好一堂体育课是多么的重要，平时应多注重学习和总结，使自己在教育教学过程中不断提高业务水平，不断充实自己、提高自己，让体育教学上一个新的台阶。

**体育听课心得体会篇十五**

10月24日，我有幸聆听了河南省新乡一中何光斌老师的一节《跳绳》课，收获颇丰。现将我的感受记录如下：

基本功扎实，备课充分，对学生的体育常规训练到位。何老师的课体现了“健康第一”的思想，把学生的发展放在首位，重视学生的主动参与，使学生在自我探索中体验成功的快乐。整堂课何老师没有把怎样做动作的方法直接告诉给学生，而是让学生在反复练习的过程中自己去体会、去探索、去交流，并且为每个学生提供了展示自我的机会，使学生在自愿的氛围中，享受参与运动的乐趣，从中体验成功的喜悦，增强了学习的自信心。

教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。强烈的动感刺激加上徒手操、课前激趣游戏等，能快速激发学生的练习热情，使之尽快进入角色。结束部分放松练习的.舞蹈，又能使学生彻底放松，效果非常好。何老师赋有渲染性的语言，使学生热情高涨，为接下来学习主要内容奠定了基础。

专业化的示范动作，极赋渲染性的行体语言，令人赞不决口。何老师精彩的练习内容，幽默而简练的语言，鼓励性的评价，精细的技术讲解，使学生激情投入练习之中。自主互助的创新练习富有刺激性，真正体现了“自主互助的学习型课堂教学模式”。

何老师课堂上所体现的教育思想与展现的教学艺术，给我留下了深刻的印象，让我受益匪浅。希望在后期的实习阶段多听听这样的课，为将来成为一名优秀的教师打下坚实的基础。

**体育听课心得体会篇十六**

20xx年10月14日上午，我有幸来到海口市第二十五小学参加半日学习之旅。首先是听课，由朱武老师给我们展示体育课，讲课的内容是如何用脚内侧踢球。朱老师在教学中多以游戏的方法，同时采用讲解、示范、启发、模仿等方法，根据学生的情况采用了分层次教学，循序渐进、由浅入深，由易到难，让基础薄弱的同学在教师的引导下有步骤、有计划的进行练习，充分挖掘每个学生的\'潜在能力，充分体现学生的主体地位，更好地促进学生努力达到教学目标。

接着是评课，特级老师庞耀琴对朱老师说的这堂课给予点评及指导：优点是本次课，教案设计符合新课标的要求，合理的安排了详细的教学目标（认知目标、技能目标与情感目标），并指出了教学内容的重、难点，在教学过程中体现了坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长；以学生发展为中心，重视学生的主体地位，并预设了练习密度与预计心率。这堂课从常规教学组织到队列练习，紧凑有序，敢大胆展示队列表演，精神可嘉。在专项足球热身操准备活动完成后，进入脚内侧踢球的技术学习重点掌握“三点一线”的动作要领（脚内侧、触球部位、目标应承一线“。在教学中充分发挥了学生的主体作用与教师的主导作用。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！