# 最新体育教师读书心得(模板18篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-06-06

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。体育教师读书心得篇一在这本书其中第一篇主要讲的是教师对学生的教育能力，分三个大主题，其中第一个主要...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**体育教师读书心得篇一**

在这本书其中第一篇主要讲的是教师对学生的教育能力，分三个大主题，其中第一个主要讲教师的爱心问题，可以说爱心教育是小学体育教学的前提，主要有二个方面：

体育教师在素质报告单上这样写到“虽然你的运动成绩不理想，但老师知道你已经尽力了，如果再多一份自信各刻苦，就一定能克服各种困难，争取身体素质的提高，不信你试试，老师对你有信心！”这位学生在老师的激励下体育成绩有了大幅度的提高，最后取得满分的好成绩。

读到这里，反思自己的要教育学生方面的实际情况，在今后的工作中要让学生感受到自己得到老师的关心和鼓励，多关心特困生，善于发现他们的优点，使所有的学生得到进步。

**体育教师读书心得篇二**

利用暑假时间，我研读了周成平教授的《魅力教师的修炼》一书，这本书在如何才能使自己在教师这个群体中更加优秀这个问题上让我受益匪浅。分别从教师的人格魅力、学识魅力、教学魅力、形象魅力、语言魅力、沟通魅力和反思魅力七个角度，系统地阐述如何全面提升教师各方面的魅力，从而更好地为教育教学服务。

我认识到了教师对学生的影响是潜移默化的，而且教师的魅力指数越大，影响也越大。古往今来，大凡成功的教育家无不是有魅力的教师，例如孔子、魏书生。都有着深厚的个人魅力。一个有魅力的教师，学生就喜欢多亲近，聆听其教诲。我作为新教师站在三尺讲台上，既要不断吸取老教师的优秀教学经验踏踏实实地落实到教学实践过程中，还要注重培养自身的教师魅力。通过阅读，我认为提升自身的魅力主要做到以下几个方面：

一、修炼教师的师德，提升自身的人格魅力。

1、重视师德修炼。

陶行知先生说过：“咬人敬己，必先自敬，重师首先师自重。”可以看出历代的教育家都重视教师道德修养要求。德高为师，身正为师，教师首先要学会献身教育，甘为人梯，忠诚人民的教育事业;二要以身作则，为人师表;三要热爱学生，诲人不倦;四要善于养德;五要更新观念、努力创新;六要感染学生、育人为先;七要终身学习、不断进取。在日常的教学工作中真真落实七要，重视师德的修炼。

2、提升人格魅力。

学生眼中教师的好老师应该是：威而不令、严而不死、亲而不猥、活儿不散、宽而不乱、博而不骄、新而不怪、雕而不俗、刚而不倔、愤而不私。我认为一个教师应该有威信，但不是依靠粗暴的言行和一味的命令来压制学生;要学会讲究方法;教师要有爱心，但需要一定的距离感;教育有时需要宽容，但不是包庇缺点，美化弱点。作为班主任我觉得体现教师人格魅力就尤为重要了，只有你用自己的人格魅力去感染学生，这样言传身教，班级的学生才能培养好习惯，才能营造良好的学习氛围。

二、修炼教师的教学，形成独特的教学风格。

教师在课堂教学中起着主导作用，他的教学魅力能够激励鼓舞学生汲取知识的信心和力量，不断向新知识殿堂奋发进取，所以这也就对教师的教学水平提出了很高的要求。结合本书我认为修炼教学魅力主要做到以下几个方面：

1、课前：认真研读教材、做好的教学设计。

课堂教学中好的教学设计都能激起学生的学习兴趣。思想品德课给人的映像是枯燥乏味的，唯有好的教学设计才能激起学生的兴趣，喜欢上这门课。结合思想品德课的特点我认为首先在研读教材和基于新课改的要求下可以通过现实生活中的案例学生感兴趣的事例结合知识点讲解，这样通俗易懂，学生也容易掌握。其次可以在教学过程中穿插游戏和学生参与活动，中学思想品德意在情感、价值观的培养，所以通过活动可以体会教学内容所要达到的知识情感。

2、课中：修炼语言魅力，加强师生沟通。

我认为一些优秀教师的教学之所以吸引学生就在于他的语言魅力，教师的语言如果充满朝气、热情、幽默和关爱，可以使课堂充满吸引力，调动学生学习的积极性和主动性。为了提高学生的学习效率可以在教学中多鼓励学生开展课堂讨论、同伴协作、小组学习等形式。思想品德教学中可以设计环节让教师设计问题，引发学生的思考，或者学生设计问题，同学之间共同思考、分析在教学过程中建立亲密联系。

3、课后：积极反思，加强与家长的联系。

一个优秀教师的优秀教学设计不能缺少的就是教学反思环节，只有教师在教学实践后反思自己的不足，才能不断教学水平。教师可以通过学生的日常联系看出学生对于知识的掌握情况，对于学生不易掌握或掌握不好的知识点可以在以后的教学中重点强调。教师要想提高教学水平还要加强与家长的沟通，及时了解学生在家情况，帮助父母了解学生在校情况，才能真真修炼自己的教学魅力。结合我校特点，我可以通过家校路路通的平台反馈学生的学习情况，了解学生的学习动态，帮助学生提高学习效率。

三、修炼教师的学识，增强自身的文化底蕴。

教师是先进文化的传播者，作为一名优秀的教师，必须要有深厚的学识魅力。这里的学识魅力除了指有精神的专业知识外，还必须要有广博的各方面知识。前苏联教育家马卡连柯说过：“学生能原谅教师的严厉、刻板甚至吹毛求疵，但不能原谅教师的不学无术。”教师要有扎实的基础知识、极高深的专业知识、广博的文化知识和宽厚的教育科学知识，为此教师要不断获取新知识，唯有孜孜以求，才能培养出新一代学生。一个有魅力的教师必须学会读书和思考。

读书可以使师德艺双馨教师唯有读书才能与时俱进，才能站在课改大潮的最前沿，作为新教师，我们首先要读教育教学专业的书，这样才能具备深刻的教育理论功底;其次要多读本专业的书;最后要读知识性的书籍，教学需要渊博的知识，结合思想品德教学的特点我认为还要多读报，多看新闻，了解时事政治。让阅读成为我成长的阶梯。

我相信只要我能够严格按照以上几个方面做，把学习收获切切实实运用到自己的教育教学实践中，我也可以在平凡的岗位上做出不平凡的事，使自己成为一个极具魅力的教师。

。

**体育教师读书心得篇三**

第一段：引言（约200字）。

身为体育专业教师，读书对于我而言不仅是一种放松和娱乐的方式，更是一种提升自我的途径。近期我读了一本名为《运动生理学》的专业书籍，深受启发和感悟。通过阅读，我深刻认识到了运动生理学对于提高学生体育水平和发展体育教育的重要性，进一步确认了自己在体育教育领域的职业选择。

第二段：体育教育的重要性（约300字）。

体育教育与其他学科相比，具有独特的价值和作用。运动生理学的知识，能够帮助我们了解运动对人体各器官的影响以及身体适应能力的形成机制，进而指导我们更好地设计体育训练计划。通过掌握运动生理学的基本理论和实践知识，我们能够更好地满足学生的体育需求，促进其身体素质的全面发展。此外，体育教育还有利于培养学生的团队合作意识、竞争意识和良好的生活习惯，对学生的身心健康发展有着重要的促进作用。

作为一名合格的体育专业教师，不仅要具备对学科教育法律法规的了解和遵守，还需要具备扎实的学科知识储备。在读完《运动生理学》之后，我对体育学科的知识体系有了更深入的了解。通过掌握运动生理学的基本概念和理论，我能够指导学生正确理解运动对人体的影响和运动适应的规律，制定出更科学的训练计划和指导方案，提高学生的体育成绩和竞技水平。同时，这本书也为我提供了更广阔的视野，让我更加热爱和热衷于体育教育事业。

第四段：知识应用与实践（约300字）。

知识的学习与应用是紧密相连的，只有将所学知识应用到实践中才能发挥其最大的价值。在我的体育教学实践中，我将《运动生理学》中的运动生理学知识运用到实际教学中。比如，在进行体育测试时，我能够更好地解读学生的测试数据，找出其身体素质的薄弱环节，并根据运动生理学原理制定相应的训练方法，帮助学生进行针对性的训练。此外，在竞技项目训练中，我也将书中关于运动能源供应和运动疲劳控制的知识应用其中，有效地提高了学生的运动能力和耐力。通过实践的验证，我深刻体会到了运动生理学对于体育教学的实际指导意义。

第五段：心得总结（约200字）。

通过读书并将知识应用于实践中，我深刻理解到了体育专业教师的重要性和运动生理学的实践应用价值。深入学习和掌握运动生理学的理论知识，能为我提供更多更科学的指导方法，提高学生的学习效果和体育成绩。因此，作为一名体育专业教师，我将坚持不懈地学习，不断提升自己的知识水平，在实践中不断探索和创新，为学生的体育教育事业做出更大的贡献。

**体育教师读书心得篇四**

《与体育教师谈心》这书名是吸引我的地方，想想工作这几年似乎都只是自己在埋头瞎干，成长与否自己也不太清楚，改变的方向是否正确也不确定，感觉自己是得找个人好好的谈谈心了，遇到这本书也是一个巧合，在阅读这本书以后，让我对教师专业化发展有了一个新的认识，特别是书中关于“如何促进教师的专业成长”的介绍更是给了我很大的指引作用。这本书特别适合于在第一线工作的体育教师，因为书中的内容都是来自实验区体育教师自己积累的经验，是发生在第一线教师身边的事情，是新课程改革中生动的故事。

书中提到师生教育观念的改变是我感触较深的一点，时代在发展，我们在发展，我们的教学对象也在发展，如果用一成不变的教学观念去理解去传授我们现在的学生显然是不够的。现在的学生无论是成长环境还是家庭情况都跟以往大不一样了，及时的提升教师自身素质、教师教育观念的转变、教师角色行为的转变、教师教学方式的转变是对当代教师的要求。师生的教育观不再只是“最好的”才是最好的，“好”的定义发生了改变，其中参与就是一个非常重要的评价指标，从参与状态反映出情感态度，情感态度提升到心理健康层面。作为体育老师在注重学生的体质健康、体育知识、体育技能掌握的同时，要积极提炼体育的内涵与精神，并感化和指导十分喜爱体育运动的广大学生，让他们在增强体魄的同时，塑造健全的人格，形成良好的心理素质，进而领悟体育的内涵，指引自己的人生道路。

另一点感触较深的是给予孩子更多的德育渗透，面对一些还未定性的小学阶层孩子，作为老师我们的给予很重要，给予孩子正确而有需要的道德渗透是我们的义务是我们师德的另一种体现。教师的行为时刻再影响着身边的孩子，都可能引起学生情感产生巨大的变化。师生情感和谐融洽，学生才能“亲其师，信其道”，进而“乐其道，学其道”。要获得这种情感氛围，关键在于教师。教师是教学活动的组织者，在教学中起着主导作用。体育教师必须具备良好的、稳定的、最有利于教学的情感品质。体育教学中设计难度不一的教学内容，让学生有机会获取成功提高信心，也要有挑战的胆量提升勇气。利用教学相处中产生的问题作为教育契机，给予孩子正确的德育指引。

**体育教师读书心得篇五**

在没有读《教育的目的》这本书之前，我从来没有认真思考过教育的目的是什么，因为我认为这不是我们普通人需要考虑的问题。可是当我细细研读一番以后，惊讶的发现原来怀特海先生早就告诉我们教育的目的是什么，而且他还把它定义的如此明确和富有内涵。

如果大家说怀特海先生是数学家、哲学家的话，那我还要说他是一位预言家。因为他早在上个世纪初就告诉我们，教育的核心问题是：不能让知识僵化，而是让它生动活泼起来。可这正是我们当下体育教学所面临的问题，目前我们体育教学出现了体育教学方法陈旧、体育课堂呆板，从而出现了学生喜欢体育但是不喜欢体育课的现象。为了改变这种尴尬的局面，有的老师想到了开发器材、有的教师引入了动感的音乐，而我却大胆地申报了《童谣体育的开发与应用研究》这一个人课题。通过让小学生说唱与运动内容相关的童谣，从而让学生明确动作要领的同时也起到了活跃课题气氛的.作用。尝试改变过去的教师讲解、示范，而是让学生在童谣中感受和领悟知识与技能。努力让学生从“无声体育”走向“有声体育”。

如果让作为体育教师的我，来总结自己的教育目的或者说是自己的愿望吧！那应该就是努力让所有的学生都能成为“体魄强健的少年君子”。

**体育教师读书心得篇六**

一个月，我们就犹如一个婴儿，从母亲的怀抱里实现了能够扶墙而立的成长历程。经过一个月的实践，我们基本能按照礁的要求，将一堂体育课较为完整执行开展，而且最重要的是我们每个人从心理上实现了从学生到教师的转变，当然这也体现在我们的举止、仪表、谈吐和教态间。相信，每一个实习老师在上完一节体育课后，心中总有那么股成就感和无限的自信。这就是我们成长与进步的最好体现。

实践的操作、指导老师的传授、自己的亲身体验，使我们在教学经验上感悟颇深：

回想第一堂体育课的情况，自己时常感到“脸红”、“洋相百出”啊!课后分析，学生的体育运动能力、接受能力与我自己想象中的水平距离相差甚。当然，这是由于我的原因才出现这样的情况。我想，我们每做一件事，肯定要对主体对象有一定的了解和认识，在此基础上你才会有更好、更有效的方法和途径去完成任务、实现目标。而我对目前中学生体育运动能力缺乏足够的认识，对目前中学体育教学的开展状况、学生的理解能力、心理特点缺乏必要的认识，而只停留在“我认为应该是这样”上，所以才会导致第一堂课学生们异样的目光、混乱的教学场面和自己的紧张。渐渐地，你会发现同一年级不同班、同一班不同学生，有着鲜明的集体风貌和个性特点。当你用同一份礁给平行班上课时，其表现情况、完成效果是不同的。所以从一开始编写礁起，我们应从学生实际水平出发，制定切实的教学目标和要求，采取适合的教学内容、方法、手段。在对班级、学生有充分的了解的基础上，应做到区别对待。对平行班的教学，虽采用同一份礁，但在部分内容、方法、组织、语言口令方面可采取不同方法，适应不同班级、学生的班风和个性特点，达到共同的教学目标。

我们现在编写礁过程中，往往十分注重教学内容、方法、手段，把很的心思花费在内容、方法、手段的组合、创新上，使课上的生动、活泼上。当然这是我们上课的目标，但不可否认整堂课是一个有机的整体，我们在执行过程中应充分重视实现教学内容的载体的重要性，没有他们作为保障，再好、再有创意的内容也得不到实现。这“载体”所指“场地布置、队伍调动及各内容之间的衔接。我们在编写礁中，对场地布置应十分详细，考虑各种因素(人数、队形、安全问题、器材数量等等)，并且在教学过程中要有“流水作业”的概念，一个个内容要衔接自然、合理、省时，使整支队伍调动紧凑、集体性强、井然有序。以此作为保障，可能在内容上有所不足，但相信给人的感觉，尤其在整体感上是相当井井有条、自然合理的。

对于实习老师而言，在上课时很容易遗忘内容，这种情况在实习初在我身上就发生好几次。所以现在每上一节课之前，我会对自己编写的礁在脑海中进行一次次“翻阅”，尤其是队伍调动、口令语言、教学步骤进程一一进行想象，直到有时做梦也会想到这些。我想，这是一种习惯，一种前提的保障，是对你的礁、你的劳动的一种负责。

俗话说：计划不如变化。在上课时，可能会出现一些突发、使你毫无准备的情况，按照礁上的计划可能很难执行，就应学会随机应变、处理各种突发状况，使教学顺利开展进行。当然，这样的能力是一个积累的过程，不是靠一次两次的处理就能达到很高的处理水准，这需要我们始终有这样随机应变的意识，在实践中不断提高。实习教师在实习过程中每个人都有很深刻的实习体验，有共性的问题，也有不同的特点。我们相互之间应多交流和总结，交换相互之间的想法，互相指正，不断提出建设性的建议，以此来改进我们每个人自身的不足，提高教学水平和教学能力。这样的互动形式是很有助的，当你自己感觉良好、发现不了自身存在的问题的时候，其他同学的见解会使你对自己有更进一步的认识。我想进步是我貌同的追求!

为人师表，这是永恒的话题，作为一名老师，在各个方面都应体现出与教师这一神圣称谓相符的品质。我们只有在仪表、谈吐、举止、心理等各方面体现出作为教师的气质，才能折服我们的学生、赢得他们的尊重与尊敬。我们应以踏踏实实、认真严谨的工作态度对待我们的工作，为学生做出良好的表率作用。此外，我们应用“心”教学、用真情和爱心去教育、感染、爱护和启示我们的学生，让他们意识到老师对他们每一个人的充分肯定和重视，重视他们的个性发展，使他们健康、快乐的成长。这也是作为一名教师最为开心、最为欣慰与幸福的事。

一个月，我们学会扶强而立，接下来的一个月，我们要开始学着走路了，这当中我们可能会摔倒很多次。“摔”不可怕，关键是摔了以后要立刻站起来，继续往前行走。所以，在后阶段我们会遇到很多新问题，我们要充满自信，努力克服、改进、不断提高、不断改进小的细节，使我们的步伐越来越稳当。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**体育教师读书心得篇七**

假期阅读了《小学体育教师专业能力必修》使我对体育教师的工作有了更高的认识。

作为体育教师和其它教师一样，首先应该爱学生。体育教师对学生的爱不仅体现在要有一颗童心，与学生用童话对话，而且还要有耐心，无论是表扬和批评都要有智慧。

其次应该具备良好的教育教学能力。良好的教学能力包括全面的运动技能（一专两强全适应），讲解示范，教学设计等能力。

不过在学生管理和教育教学之外，体育教师还要做好学校的健康教育，体育达标和测试。学校还会有很多运动会，这同样需要体育教师具备一定的组织和协调能力。

运动会中还要组织学生训练，这就要求体育教育善于发现新苗，并会利用科学的方法去组织训练。课间操是学校工作的一个重要方面，同时在我国也是特有的因此体育教师也要善于把课间操做出特色。在我们港区中心校这样一个具有特色的学校，体育场地和设施占到学校面积的.一半。

因此体育教师要保护和合理利用好体育场地，在日常教学中要及时发现安全隐患，做好体育教学的安全保障。

**体育教师读书心得篇八**

作为一名体育教师，从课程角度来说，体育课是学生最喜爱的课程之一，运动回归自然，爱玩好动的自然天性，是每个所具有的，因而，作为体育老师的我，更容易了解他们最真实，最天性的一面，更容易在轻松和悦的气氛中与他们沟通，在细微的角度，潜移默化的给他们以影响。孩子们所接触的是一个日新月异的世界，他们身边充满新鲜的事物，这就满足孩子们好奇的天性。

但他们的年龄、天性注定他们在接触接受新事物是不会加以区别和选择，是一种自发性的行为，而非自觉性，因而，就需要老师的引导，帮助他们远离那些对他们有害的.事物，而积极吸收有利于他们成长的新知识、新思维。

另一方面，从社会的现状看，现在的孩子们由于生活在良好的、甚至非常优越的条件之中，又接触着更多更先进的思想知识，他们个体的自我性，主观性，都非常强，而且，在一个集体中还有非常大的条件差异。也就是我们常开玩笑说的“现在的孩子越来越难管了”难就难在，我们不能再用老的“规矩”来束缚新的学生，我们必须与他们一同“成长”。就如同大禹治水，“堵不是办法，只有疏导”，才能从根本上解决问题。

用生硬的体例来压制学生的本性，只会带来更多的反抗、叛逆，使他们不再爱，不再信任他们的老师，只有用和他们同样的心态，随他们一同感受生活和世界，那么我们将在根本上与他们达成一致，在情感上受他们的信任，这样的引导将不是一时一刻，而将是一生的影响，作为一个年轻教师，我认为我更能体会和理解他们，更能亲近他们，用他们的视角和心态看待这个世界，用他们的语言和方式与他们沟通，给他们以最有效，最直接的帮助和关心。

在教学过程中，学生的调皮总能让自己有不同的感受，但工作，尤其是人民教师的工作，总会使自己多一份责任感，只有保持良好的心态，才能使工作做得更出色。孩子是一个鲜活的生命，在他们的成长过程中需要得到关心和帮助，他们也希望老师能尊重他们独立的人格，因此，在教育过程中，我注意到以不伤害学生的自尊心为原则，使他们也因为喜爱老师而好好学习。

**体育教师读书心得篇九**

本学期读了《与体育教师谈心》这本书，觉得很有体会，具体感想如下：

一、争做反思型教师。

在这本书中，不论是实施策略还是具体措施中都提到了“自我反思”对加快教师专业成长和发展的重要作用，是广大体育教师工作者在新课程推行过程中的心得体会和经验，这将对我今后的成长有非常大的指导作用。

体育教师要提高自己的职业形象，就必须在教学实践中以自己的行为表现，主动反思，做“反思型实践者”，逐步推进自身专业发展。反思型教师不仅要具有课堂教学知识、技巧和技能，还要具有对自己的教学方法、教学内容进行反思、研究和改进的能力，以及对教育的社会价值、个人价值和自己的教育信念进行更广阔的探究和反省的能力。即在“反思——更新——发展——再反思——再更新——再发展”这样一个无限往复、不断上升的过程中，使自身的成长始终保持一种动态、开放、持续发展的状态。

要想成为反思型体育教师需要我们在职业生涯中不断学习与提升，不断地反思自己的知识、信念、行为和各种视之为当然的观点，转变那些不正确的假设、信念，修正那些不合理行为，把反思的方法与实践结合起来，不断自我探究、自我发现、自我解决，才能逐步迈向批判反思之门。做法如下：

1、要将反思渗透教学的全过程。即教师要进行全面具体的课前准备，并在教学过程中对教学活动的内容、对象、过程进行计划、安排、反馈、评价与调控，最后在课后对上的课进行回顾与评价，总结课堂教学的经验，找出问题，分析原因，采取补救措施。

2、要讲究科学的反思方法，选择适合自己的反思方式，以提高反思的效率。

3、经常记录并剖析“关键事件”，以提高教师在教学过程中处理突变事件的能力，促进教师的自身的发展。

4、要进行系统的理论分析。帮助认识和理解自己的行为和思想，而且还可以为自己的实践提供多种可能，增强陈述自己行为的理论基础。

二、深化师生教育观念改变。

这本书中还涉及了教师自身素质的全面提高、教师教育观念的转变、教师角色行为的转变、教师教学方式的转变和教师主动参与教学内容的构建、教学方法的创建等多方面内容。

掩卷深思，作为中学体育教师，面对学生身心发展的关键时期，在注重学生的体质健康、体育知识、体育技能掌握的同时，要积极提炼体育的内涵与精神，并感化和指导十分喜爱体育运动的广大学生，让他们在增强体魄的同时，塑造健全的人格，形成良好的心理素质，进而领悟体育的内涵，指引自己的人生道路。

要引导学生是积极地参与，明白参与不是做做样子，运动中并不在乎水平、能力的高低，全身心投入却是最关键的，运动的结果并不是最重要的，过程的体验却是丰富而深刻的。积极的投入能体现出一个人的态度，呈现出良好的精神面貌，最终达到促进身心发展的最佳效果。而被动的参与是无效的，实质上也违背了体育的基本要求与精神。当然也要让学生知道体育室中考科目之一，分数也很重要要计入中考总分的。

三、师生间的德育渗透。

1、学生需要的品德教育。

体育不仅仅可以强身健体，其还有愉悦身心的功能，能调节人的情绪，化解紧张的心理压力，提高人的心理品质，给人带来快乐。要让学生把积存的能量和紧张通过体育运动合理地释放出来，放松自己的心情；既要让学生参与到喜爱的球类运动当中去，获得运动的快乐，也要组织学生从事一些器械类运动，因为它陌生，需要付出更多的勇气和智慧，一个技术动作的尝试和把握，这种体验更深刻，成功的快乐能迅速地转化为人的自信。

教师要帮助学生形成乐观的心态。世上什么水最甜？大汗淋漓、筋疲力尽之后喝一杯白开水；什么事情最开心？通过自己的努力，终于超越了原来一直不能战胜的\'对手；什么人最让大家敬佩？是跌倒后能站起来，再跌倒后仍能笑着爬起来！天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……要使学生面对困难与挫折，能积极应对，明白痛苦与压力也是人生的重要组成部分，人生的真正快乐，在于不断拼搏向前的快乐，在于勇于克服困难的快乐，能化苦为乐。

更快、更高、更强，是体育的精髓，也体现了人类的一种精神，不断超越极限、超越自我，创造一个有一个人类奇迹的原动力。应该是面对现实，从我做起，从小处做起。通过自身每一次运动成绩的提高，每一个技术动作的改进，每一次拼搏中困难的面对、克服，去审视自己所蕴含的潜力，即是战胜了自我的极限，超越了自我。在于拼搏的过程，依靠比别人多流的汗水和顽强不屈的意志，才能最终从失败中崛起，胜利后也不会目空一切，努力达到胜不骄、败不馁的境界。

2、教师应具备良好的情感。

教师的每一个表情、每一个动作、每一个暗示、每一个眼神都传递着教师不同的情感，都可能引起学生情感产生巨大的变化。师生情感和谐融洽，学生才能“亲其师，信其道”，进而“乐其道，学其道”。要获得这种情感氛围，关键在于教师。教师是教学活动的组织者，在教学中起着主导作用。体育教师必须具备良好的、稳定的、最有利于教学的情感品质。

一、热爱之情（包括对体育教育事业深切的热爱和对学生真挚的热爱）。

二、期待之情（教师对学生深切的期待能对学生产生积极的心理效应，是学生上进的动力）。

三、愉悦之情（教师带着愉悦情感走进课堂并自始至终保持愉悦心情，能将学生带进一个和谐、轻松、友爱的学习环境，对课堂气氛、教育效果有重要意义）。

让我们携起手来，共同在体育课堂上和三操活动中积极进取，为我校的健脑健体贡献力量！

**体育教师读书心得篇十**

。

在这本书中，不论是实施策略还是具体措施中都提到了体育教师的“自我反思”对加快专业成长和发展的重要作用，这也是广大体育教育工作者在新课程推行过程中的心得体会和经验。

说到体育教师，人们经常说的一句话就是“头脑简单、四肢发达”，甚至更有人不知道上体育课还需要备课、写教案，他们印象中的体育教师就是“动一动、跑一跑、跳一跳、”，不需要动什么脑筋。是不是这种状况，我想，这不是靠别人说的，而是在于自己是如何去展现的？展现从何而来，展现的一个重要方面就是要从教育教学的反思中来，书中谈到，体育教师要注重从反思中积累探索的素材，在反思中奠定思想的基础，在反思中创建独树一帜的手段和方法。

我们听说过美国有过游泳教练不会游泳的事情，我们见证过无数优秀的运动员却当不好教练的事例，这说明体育教育教学的过程不完全依赖于体育教师自身的运动能力，体育教师不能躺在原来固有的体育技术技能中依靠一成不变的经验，机械化、流水化操作课堂。体育教师要提高自己的职业形象，应该做到在教学实践中以自己的行为表现，主动反思，做“反思型实践者”，逐步推进自身专业发展，体育教师应该既是体力劳动者又是脑力劳动者。书中强调，反思型教师不仅要具有课堂教学知识、技巧和技能，还要具有对自己的教学方法、教学内容进行反思、研究和改进的能力，以及对体育的社会价值、个人价值和自己的体育信念进行更广阔的探究和反省的能力，使自身的成长始终保持一种动态、开放、持续发展的状态。

体育运动也是一个不断更新发展的领域，无论理论和实践都在变化之中，学校体育课已经更名为体育与健康课，牢固树立了学校体育的健康目标，不在为运动成绩论；运动项目的技战术也是层出不穷，跑动技术由关注“后蹬”转向加强“前摆”，乒乓球日益成为大众喜闻乐见的健身项目，随着规则、赛制的改革，发球和比赛过程中的节奏把握都在随之发生变革；清华大学的“体教结合”服务国家竞技体育的新模式让我们对运动员的“脑体平衡”问题有了新认识（注释）……体育界方方面面在发生着新旧更替的变化，体育教师应该关注这些变化，要联系到中学校园的体育教育教学，不断学习与提升，不断地反思自己的知识、信念、行为和各种视之为当然的观点，转变那些不正确的假设，修正那些不合理、已经被业界摒弃的过时的行为，把反思与实践结合起来，不断自我探究、自我发现、自我解决，逐步由教学型向科研型转变，由教书匠向研究型教师转变。

这本书中还涉及了教师体育观念转变方面的内容。现代体育教师必须要有充分的思想认识，不断地转变思想观念，正确认识与理解《体育新课程标准》提出的概念和内容，深入地学习课程性质、课程基本理念，清晰课程目标与学习领域目标，把握好内容标准，从思想到行动上自觉地按照《体育新课程标准》的要求开展体育教育教学活动。

（1）要从传统的\"师道尊严\"转变成新型的师生关系。

每一个学生不论他的学习成绩是好是差，道德是否有缺陷，他的人格都应该受到尊重。教师首先要尊重每一个学生，教师只有尊重学生，才能赢得学生的尊重。在体育活动中，学生只有感受到老师的尊重，才能对体育活动产生兴趣，才能快乐的投入到体育锻炼当中。体育教师爱学生，就要相信学生，要树立\"无差生观\"。

学生的智能是多元的，性格特点也具有双重性，体育教师要善于发现、扬长辟短、以长克短，差生往往只是某方面智能因素较差，而在其他智能方面，特别是体育素质方面却可能一鸣惊人；在自我控制力方面较差，但在协作精神、集体荣誉感等方面则可能是好学生。体育教师要变看不到学生的优点、讨厌学生为努力发现学生多方面的优点，欣赏学生的长处和每一点进步。

在知识信息化的时代，体育教师很多方面的知识和能力可能逊于他的学生，特别是高中阶段的学生，足球知识可能没有痴迷足球的学生宽泛，篮球技能可能没有热衷篮球的学生与时俱进……，这就要求体育教师放下架子与学生建立既是师生关系，又是互相学习的伙伴关系、朋友关系。体育教师指导学生学习，同时也要真诚地向学生学习，包括学习学生的良好品德和知识技能，教学相长，共同进步。

（2）要从单一评价转变成立体动态化评价。

在体育教学中，评价单一性往往是造成体育教育失败的重要因素。过去之所以有一部分学生不喜欢上体育课，其中有一个重要的原因，就是用统一的目标要求来对待千差万别的学生。一部分体育尖子无须做出什么努力，就可轻而易举的实现目标，而失去学习的动力和兴趣；而另一部分体育稍弱的学生，却无论做出什么样努力也无法实现目标，屡受挫折而丧失学习信心、导致自暴自弃、一蹶不振。因此，体育教师应该多采用激励性评价方式，帮助学生确立适合自己学习水平的学习目标，承认学生与学生之间存在差异，始终牢记评价的目的是促进学生身体素质的发展，使学生更加喜爱体育运动，因为评价的过程就是学生自我认识的过程，要使每一位学生都能看到自己的进步和提高。

（3）要从\"为教而教\"转变成\"教是为了最终达到不需要教\"。

教师为了最终不需要教，要重在教学生掌握方法，学会学习。在当今这个瞬息万变的时代，\"学会学习\"比\"学到什么\"重要得多。\"授人以鱼不如授人以渔\"。方法获取的价值远远大于知识的获取。通过教育获得的知识总是有限的，而掌握了方法，知识的获取将是无限的。体育与健康课程为了最终不需要教，最重要的是习惯的养成，这种习惯包括按时作息的习惯、主动锻炼的习惯，喜爱运动钻研的习惯，把锻炼当成一天必修程序的习惯，坚持的习惯，等等。良好的体育习惯能给予人实现成功的无穷力量。

（4）要从为学生的学习负责转变成为学生的一生负责。

在传统的体育教学中，体育教师的责任仅仅是为学生传授体育的基本知识、基本技术、基本技能和增强学生体质，而比较忽视学生的心理健康和社会适应这两个健康维度。

体育不仅仅可以强身健体，其还有愉悦身心的功能，能调节人的情绪，化解紧张的心理压力，提高人的心理品质，给人带来快乐。体育教师要让学生把积存的能量和紧张以及压力通过体育运动合理地释放出来。

体育教育活动如果只是为学生的学业和体质考虑，停留在身体训练的层面，这些学生将来就可能是\"四肢发达，头脑简单\"。作为一个体育教师，承担着比传授知识、技术、技能更重要的责任，就是要培养学生具备良好的作风和意志品质。更快、更高、更强，是体育的精髓，也体现了人类的一种精神，体育教师要意识到，在培养和教育学生乐观向上、机智果敢、承受压力、勇于担当，团结协作，坚忍不拔等诸多优秀品质和能力方面，体育与健康课程是得天独厚的平台和载体。“长跑”不是苦的代言词，它同样也能给人带来快乐，只不过许多学生太急功近利只看到吃力的表象，境界未到而已。世上什么水最甜？大汗淋漓、筋疲力尽之后喝一杯白开水；什么事情最开心？通过自己的努力，终于超越了一直难以突破的高度；什么人最让大家敬佩？是跌倒后能站起来，再跌倒后仍能笑着爬起来的人!天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤……要使学生面对困难与挫折，能积极应对，明白痛苦与压力也是人生的重要组成部分，人生的真正快乐，在于不断拼搏、努力向前的快乐，在于勇于克服困难的快乐，能化苦为乐、苦尽甘来的快乐。毛泽东同志青年时代在一师就读时坚持清晨洗冷水浴培养坚强的意志品质，着名足球教练米卢在执教中国足球队的经典语录就是“态度决定一切”，中国足球的问题是环境的问题、体制的问题、技战术体能的问题，归根结底是人的问题，种种事例都告诉我们从事体育教育工作的人，如果我们培养的人只有身体健康，而缺乏态度，缺乏道德，缺乏情感，缺乏信念，缺乏作风，这同教育的最终培养目标是背道而驰的。

这本书中强调要转变教师的教育主体观，要从以教师为本转变成以学生为本，在传统的体育教学中，体育教师往往就是单向传授知识技，过度强调和看重教育者的主体作用，低估学生的能动性和潜能。体育《新课程标准》首先确立了新的知识观，积极倡导学生“主动参与、乐于探究、勤于思考”，以培养学生“获取新知识”、“分析和解决问题”的能力。

当前，学校倡导的三问三学课堂思维模式正是彰显生本教育思想的有益实践和探索，通过\"以问导学\"、\"自问促学\"和\"设问测学\"三个环节来体现学生的主体地位。这对体育课堂教学也有着重要的实践指导意义。

例如：实心球投掷是正在实施的全国学生体质健康测试项目内容，也是高考体育专业体能测试项目内容。我在教学中，在教学开始部分，只是向学生强调安全教育和简要说明投掷的方向、地点。教学中不规定投掷的方法，也不做投掷的动作示范和技术讲解，让学生自由地去练习。学生在练习过程中慢慢的运动起来，有模仿别人投掷的，有边想边投掷的，有比一比谁投掷得远的，有单手投掷的、有背转身双手投掷的、有双手从下往上抛投的……运动的气氛很浓，学生们玩得很高兴，很投入，而且练习的方法很有创造性。练习一阵时间后，学生中就有请我投掷一次给他看的，有请我教他们投掷的，有问我怎样才能投掷得更远的，等等，由此切入实心球投掷教材教学的讲解、示范和练习。在这样的学习气氛中，学生不但玩得开心，而且通过自身的感悟和体会深刻领悟到投掷项目的知识原理、掌握正确的技术技能。

在实施体育教学的实践中，我们应该以学生为主体，先练后教，以问促教、以问促学，根据学生练习的实际情况，灵活安排适合学生的学习活动，鼓励学生进行小组交流，开发思维，自由发表独特的见解和提出自己不同的做法，同时培养他们的创新意识和相互协作的能力，给学生自主选择和创造的空间，尽量做到让学生自己去发现问题、思考问题、解决问题，充分贯彻“自主、合作、探究”的新课程理念，最大效率的利用好课堂45分钟，让学生真正沐浴在体育的阳光中。

通过这本书让我学习了体育新课程标准的相关理论，了解了体育新课程标准的深刻内涵与实质，进一步明晰了体育新课程标准的方向和目标。今后，我还要继续努力，不断充电，让自己成为一名与时俱进的合格的体育教育工作者。

**体育教师读书心得篇十一**

阅读《教师培训读本》第三章第二节《教师专业成长》中，让我对教师专业化发展有了一个新的认识，特别是该章节中关于“如何促进教师的专业成长”的介绍更是给了我很大的指引作用,其中，不论是实施策略还是具体措施中都重点提到了“自我反思”对加快教师专业成长和发展的重要作用，这将对我今后的成长有非常大指导作用。

当前，影响体育教师发展的因素很多，归纳起来大致可分为两大类：一是外部因素，如体育教师的社会地位、学校的管理制度等;二是体育教师自身因素，如自我发展需要、教学反思能力等。其中，教师自身因素在教师专业发展中起决定性作用。从专业发展角度看，教师的成长离不开教师自己的教学实践，教师的专业发展只有在具体的教学实践活动中不断反思才能完成。教育学者杜威这样说过：教师应当对实践进行反思，将教学看作是一种反思性的学术实践，通过反思实践来改进教学，做“反思型实践者”。体育教师要提高自己的职业形象，就必须在教学实践中以自己的行为表现，主动反思，做“反思型实践者”，逐步推进自身专业发展。

反思是个体成熟之标志。反思型教师不仅要具有课堂教学知识、技巧和技能，还要具有对自己的教学方法、教学内容进行反思、研究和改进的能力，以及对教育的社会价值、个人价值和自己的教育信念进行更广阔的探究和反省的能力。即在“反思--更新--发展--再反思--再更新--再发展”这样一个无限往复、不断上升的过程中，使自身的成长始终保持一种动态、开放、持续发展的状态。

要想成为反思型体育教师不是一个自然而然、简单的过程，它需要体育教师在职业生涯中不断学习与提升，不断地反思自己的知识、信念、行为和各种视之为当然的观点，转变那些不正确的假设、信念，修正那些不合理行为，把反思的方法与实践结合起来，不断自我探究、自我发现、自我解决，才能逐步迈向批判反思之门。首先，要将反思渗透教学的全过程。即教师要进行全面具体的课前准备，并在教学过程中对教学活动的内容、对象、过程进行计划、安排、反馈、评价与调控，最后在课后对上过的课进行回顾与评价，总结课堂教学的经验，找出问题，分析原因，采取补救措施等。教师只有通过这些措施，形成对体育教学的系统反思，养成反思习惯，并使反思伴随着体育教学活动的常规化而逐渐自动化。其次，要讲究科学的反思方法，选择适合自己的反思方式，以提高反思的效率。第三，经常记录并剖析“关键事件”，以提高教师在教学过程中处理突变事件的能力，促进教师的自身的发展。第四，要进行系统的理论分析。因为系统的理论分析可以帮助教师审视那些教学中的直觉判断，帮助认识和理解自己的行为和思想，而且还可以为自己的实践提供多种可能，增强陈述自己行为的理论基础。

要想成为一名反思型体育教师，就意味着要在反思的过程中，把个人的教学活动、集体的经历以及正规的理论、研究视为同样重要的因素，使自身的教育实践和思想更具有合理性。只有在不断的反思中教师的教学才会得到持续地发展。为成为一名具有反思的体育教师努力!

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**体育教师读书心得篇十二**

（一）。

阅读《教师培训读本》第三章第二节《教师专业成长》中，让我对教师专业化发展有了一个新的认识，特别是该章节中关于\"如何促进教师的专业成长\"的介绍更是给了我很大的指引作用,其中，不论是实施策略还是具体措施中都重点提到了\"自我反思\"对加快教师专业成长和发展的重要作用，这将对我今后的成长有非常大指导作用。

当前，影响体育教师发展的因素很多，归纳起来大致可分为两大类：一是外部因素，如体育教师的社会地位、学校的管理制度等;二是体育教师自身因素，如自我发展需要、教学反思能力等。其中，教师自身因素在教师专业发展中起决定性作用。从专业发展角度看，教师的成长离不开教师自己的教学实践，教师的专业发展只有在具体的教学实践活动中不断反思才能完成。教育学者杜威这样说过：教师应当对实践进行反思，将教学看作是一种反思性的学术实践，通过反思实践来改进教学，做“反思型实践者”。体育教师要提高自己的职业形象，就必须在教学实践中以自己的行为表现，主动反思，做“反思型实践者”，逐步推进自身专业发展。

反思是个体成熟之标志。反思型教师不仅要具有课堂教学知识、技巧和技能，还要具有对自己的教学方法、教学内容进行反思、研究和改进的能力，以及对教育的社会价值、个人价值和自己的教育信念进行更广阔的探究和反省的能力。即在\"反思--更新--发展--再反思--再更新--再发展\"这样一个无限往复、不断上升的过程中，使自身的成长始终保持一种动态、开放、持续发展的状态。

要想成为反思型体育教师不是一个自然而然、简单的过程，它需要体育教师在职业生涯中不断学习与提升，不断地反思自己的知识、信念、行为和各种视之为当然的观点，转变那些不正确的假设、信念，修正那些不合理行为，把反思的方法与实践结合起来，不断自我探究、自我发现、自我解决，才能逐步迈向批判反思之门。首先，要将反思渗透教学的全过程。即教师要进行全面具体的课前准备，并在教学过程中对教学活动的内容、对象、过程进行计划、安排、反馈、评价与调控，最后在课后对上过的课进行回顾与评价，总结课堂教学的经验，找出问题，分析原因，采取补救措施等。教师只有通过这些措施，形成对体育教学的系统反思，养成反思习惯，并使反思伴随着体育教学活动的常规化而逐渐自动化。其次，要讲究科学的反思方法，选择适合自己的反思方式，以提高反思的效率。第三，经常记录并剖析“关键事件”，以提高教师在教学过程中处理突变事件的能力，促进教师的自身的发展。第四，要进行系统的理论分析。因为系统的理论分析可以帮助教师审视那些教学中的直觉判断，帮助认识和理解自己的行为和思想，而且还可以为自己的实践提供多种可能，增强陈述自己行为的理论基础。

要想成为一名反思型体育教师，就意味着要在反思的过程中，把个人的教学活动、集体的经历以及正规的理论、研究视为同样重要的因素，使自身的教育实践和思想更具有合理性。只有在不断的反思中教师的教学才会得到持续地发展。为成为一名具有反思的体育教师努力!

在阅读《教师专业成长》这本书以后，让我对教师专业化发展有了一个新的认识，特别是书中关于“如何促进教师的专业成长”的介绍更是给了我很大的指引作用。其中，不论是实施策略还是具体措施中都重点提到了“自我反思”对加快教师专业成长和发展的重要作用，这将对我今后的成长有非常大的指导作用。

当前，影响体育教师发展的因素很多，归纳起来大致可分为两大类：一是外部因素，如体育教师的社会地位、学校的管理制度等；二是体育教师自身因素，如自我发展需要、教学反思能力等。其中，教师自身因素在教师专业发展中起决定性作用。从专业发展角度看，教师的成长离不开教师自己的教学实践，教师的专业发展只有在具体的教学实践活动中不断反思才能完成。教育学者杜威这样说过：“教师应当对实践进行反思，将教学看作是一种反思性的学术实践，通过反思实践来改进教学，做‘反思型实践者’”。体育教师要提高自己的职业形象，就必须在教学实践中以自己的行为表现，主动反思，做“反思型实践者”，逐步推进自身专业发展。

反思是个体成熟之标志。

反思型教师不仅要具有课堂教学知识、技巧和技能，还要具有对自己的教学方法、教学内容进行反思、研究和改进的能力，以及对教育的社会价值、个人价值和自己的教育信念进行更广阔的探究和反省的能力。即在“反思——更新——发展——再反思——再更新——再发展”这样一个无限往复、不断上升的过程中，使自身的成长始终保持一种动态、开放、持续发展的状态。

要想成为反思型体育教师不是一个自然而然、简单的过程，它需要体育教师在职业生涯中不断学习与提升，不断地反思自己的知识、信念、行为和各种视之为当然的观点，转变那些不正确的假设、信念，修正那些不合理行为，把反思的方法与实践结合起来，不断自我探究、自我发现、自我解决，才能逐步迈向批判反思之门。首先，要将反思渗透教学的全过程。即教师要进行全面具体的课前准备，并在教学过程中对教学活动的内容、对象、过程进行计划、安排、反馈、评价与调控，最后在课后对上过的课进行回顾与评价，总结课堂教学的经验，找出问题，分析原因，采取补救措施等。教师只有通过这些措施，形成对体育教学的系统反思，养成反思习惯，并使反思伴随着体育教学活动的常规化而逐渐自动化。其次，要讲究科学的反思方法，选择适合自己的反思方式，以提高反思的效率。第三，经常记录并剖析“关键事件”，以提高教师在教学过程中处理突变事件的能力，促进教师的自身的发展。第四，要进行系统的理论分析。因为系统的理论分析可以帮助教师审视那些教学中的直觉判断，帮助认识和理解自己的行为和思想，而且还可以为自己的实践提供多种可能，增强陈述自己行为的理论基础。

要想成为一名批判反思型体育教师，就意味着要在批判反思的过程中，把个人的教学活动、集体的经历以及正规的理论、研究视为同样重要的因素，使自身的教育实践和思想更具有合理性。只有在不断的批判与反思中教师的教学才会得到持续地发展。为成为一名具有批判反思的体育教师努力！

《与体育教师谈心》是广大体育教师工作者在新课程推行过程中的心得体会和经验，是广大体育教师工作者在新课程推行过程中的心得体会和经验，涉及了教师自身素质的全面提高、教师教育观念的转变、教师角色行为的转变、教师教学方式的转变和教师主动参与教学内容的构建、教学方法的创建等多方面内容。

掩卷深思，作为小学体育教师，面对学生身心发展的关键时期，在注重学生的体质健康、体育知识、体育技能掌握的同时，要积极提炼体育的内涵与精神，并感化和指导十分喜爱体育运动的广大学生，让他们在增强体魄的同时，塑造健全的人格，形成良好的心理素质，进而领悟体育的内涵，指引自己的人生道路。

要引导学生是积极地参与，明白参与不是做做样子，运动中并不在乎水平、能力的高低，全身心投入却是最关键的，运动的结果并不是最重要的，过程的体验却是丰富而深刻的。积极的投入能体现出一个人的态度，呈现出良好的精神面貌，最终达到促进身心发展的最佳效果。而被动的参与是无效的，实质上也违背了体育的基本要求与精神。

体育不仅仅可以强身健体，其还有愉悦身心的功能，能调节人的情绪，化解紧张的心理压力，提高人的心理品质，给人带来快乐。要让学生把积存的能量和紧张通过体育运动合理地释放出来，放松自己的心情；既要让学生参与到喜爱的球类运动当中去，获得运动的快乐，也要组织学生从事一些器械类运动，因为它陌生，需要付出更多的勇气和智慧，一个技术动作的尝试和把握，这种体验更深刻，成功的快乐能迅速地转化为人的自信。再如长跑运动，它同样也能给人带来快乐，只不过许多学生太急功近利只看到吃力的表象，境界未到而已。

进而，教师要帮助学生形成乐观的心态。世上什么水最甜？大汗淋漓、筋疲力尽之后喝一杯白开水；什么事情最开心？通过自己的努力，终于超越了原来一直不能战胜的对手；什么人最让大家敬佩？是跌倒后能站起来，再跌倒后仍能笑着爬起来！天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……要使学生面对困难与挫折，能积极应对，明白痛苦与压力也是人生的重要组成部分，人生的真正快乐，在于不断拼搏向前的快乐，在于勇于克服困难的快乐，能化苦为乐。

更快、更高、更强，是体育的精髓，也体现了人类的一种精神，是人类从古至今、直至未来，不屈不挠、永远向上的真实体现，更是人类一代又一代奋斗不息的顽强意志，去不断超越极限、超越自我，创造一个有一个人类奇迹的原动力。

作为学生，应该是面对现实，从我做起，从小处做起。通过自身每一次运动成绩的提高，每一个技术动作的改进，每一次拼搏中困难的面对、克服，去审视自己所蕴含的潜力，即是战胜了自我的极限，超越了自我。在于拼搏的过程，依靠比别人多流的汗水和顽强不屈的意志，才能最终从失败中崛起，胜利后也不会目空一切，努力达到胜不骄、败不馁的境界。

现代人的成功，一个人的道德和智力是基础，继而，一个人在发展过程中，体现出来的态度、情感、意志等非智力因素，在竞争激烈的当今社会呈现出越来越重要的作用。不容质疑，学校中，体育学科对学生的非智力因素的发展有其积极独到的作用。

爱尔维修曾说过：即使是普通的孩子，只要教育得法，也会成为不平凡的人，以此为念，激励自己。

。

**体育教师读书心得篇十三**

要想成为反思型体育教师不是一个自然而然、简单的过程，它需要体育教师在职业生涯中不断学习与提升，不断地反思自己的知识、信念、行为和各种视之为当然的观点，转变那些不正确的假设、信念，修正那些不合理行为，把反思的方法与实践结合起来，不断自我探究、自我发现、自我解决，才能逐步迈向批判反思之门。首先，要将反思渗透教学的全过程。即教师要进行全面具体的课前准备，并在教学过程中对教学活动的内容、对象、过程进行计划、安排、反馈、评价与调控，最后在课后对上过的课进行回顾与评价，总结课堂教学的经验，找出问题，分析原因，采取补救措施等。教师只有通过这些措施，形成对体育教学的系统反思，养成反思习惯，并使反思伴随着体育教学活动的常规化而逐渐自动化。其次，要讲究科学的反思方法，选择适合自己的反思方式，以提高反思的效率。第三，经常记录并剖析“关键事件”，以提高教师在教学过程中处理突变事件的能力，促进教师的自身的发展。第四，要进行系统的理论分析。因为系统的理论分析可以帮助教师审视那些教学中的直觉判断，帮助认识和理解自己的行为和思想，而且还可以为自己的实践提供多种可能，增强陈述自己行为的理论基础。

要想成为一名批判反思型体育教师，就意味着要在批判反思的过程中，把个人的教学活动、集体的经历以及正规的理论、研究视为同样重要的因素，使自身的教育实践和思想更具有合理性。只有在不断的批判与反思中教师的教学才会得到持续地发展。为成为一名具有批判反思的体育教师努力！

“教”得是否幸福、愉快，主要取决于在“教”的过程中能否体现人的本质力量，能否体现人的创造性！要创造就需要学习，需要研究，需要改变。我在语文教学中充分发挥学生的主动性、创造性和积极性，创造宽松的语言教学氛围，把学生视为自己的生命的一部分。

对于学生，我们只有坚信学生能改变，他想成为好人，想有出息，这样“诲人不倦”才有动力和基础，我们工作才不至于失去希望和信心。教学不是教师教学生学、教师传授学生接受的过程，而是教与学交往、互动的过程，师生双方相互交流、相互沟通、相互启发、相互补充。在理想的课堂上，我们付出的的同时，也得到了巨大的收获―向学生所付出的积极情感不仅使学生体验到了愉快，而且学生给予我们的回报也使我们感受着加倍的绵延的快乐;我们不仅在课堂教学中享受着学生的发展和进步带给自己的幸福，而且在自己的职业生活中感受着自我发展带来的幸福。这就是我们所需要，并应该教给学生的自由。

发挥学生的主体作用，关注生成不能放弃教师的引导作用。对于零碎的问题，一方面，教师不能打击积极性，要引导和帮助学生发现问题、整理问题，提高提问的水平和质量;另一方面，教师要做好问题的输理和提炼，以少量的关键问题研究和讨论为主要手段，突出主要教学目标，提高课堂教学效益。

作为一名教师，我们天天进学校入课堂，天天面对学生。学生在学校里，在课堂中能感受到生命的宝贵，生活的可爱，知识有意义，学习有价值，从而对生命充满渴望，对知识充满渴求。课堂教学氛围和谐、有序，人际环境充满关怀。

理想中的体育课堂，跟随新课标是对以往课程进行继承与发展，取其精华，去其糟粕，而非全盘否定。重视激发学生的运动兴趣，并非强调要淡化竞技运动，反对体育教学的竞技化倾向，与学好运动技能是不矛盾的，在平时的课堂教学中想尽办法结合学生的生理、心理特点采取适宜的练习形式，在低年级教学中采用游戏的形式来学习动作就是一个不错的增强教材趣味性的策略，曾看到过一篇一年级的“前滚翻”课的教学案例，任课教师通过两个游戏“看天”(低着头看天)和“看谁坐得快”使小朋友在不知不觉、兴趣盎然中学会了前滚翻。同时，教师教学语言的生动、形象、活泼，也能够激起学生的参与热情，比如“今天老师给大家带来了一位好朋友，看看哪个小朋友们能保护好它，跟它成为最好的朋友”与“不能坐在球上、不能随便乱拍”的语言来引导学生上好“球类”的第一课，前者更能激发孩子遵守课堂纪律的自觉性。

理想课堂要有老师的精心备课，有学生的积极配合，有良好的课堂教学情境和课堂气氛，无论从整体还是局部看都是接近完美的。这种情况在实际的教学中是很难经常出现的，我觉得理想课堂应该作为教师的一个终生追求的目标存在，这个目标的实现是否理想，还要结合学生实际情况，只要学生有所收获，有所提高，有所发展就是理想的。

总之，《建设理想课堂》是需要我们教师下功夫的。

**体育教师读书心得篇十四**

。

通过阅读、钻研《体育课程与标准》，我对以后的教学工作方向有了更新更高的认识。新的课程标准，体现了以人为本的思想，以身体练习为主要手段的课程。同时它贯彻了“健康第一”的指导思想，重视学生的主体地位，关注个体差异与个性培养，将学生的健康意识、交往合作意识作为重点。采用新颖独特的教法，形式多样的教学手段，使单调枯燥的教材内容，通过生动活泼的教学形式展现出来，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。

我们把这些称之为“快乐体育”，简而言之就是寓教于乐，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。而我们传统的体育教学，教师关注的是教学计划、内容是否完成，忽视了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。

总的说来，通过读书，我认识到必须转变教育观念，这是很重要的一步。必须摒弃传统的理念，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。我们体育教师只有潜心钻研《新课标》，严格按照《新课标》去想去做，才能让我们的体育课上得有声有色，从而培养出适应时代要求的创新型人才。

日前，我刚刚读完一本北京师范大学出版社出版，基层体育教研员刘端文老师撰写的《学校体育教学艺术》一书。全书共两章10节，涵盖体育教学艺术概述与体育课堂教学艺术两个方面。作者以一个基层教研员的视角，参照了一些学者的理论对教学艺术特别是课堂教学艺术进行了草根性的论述。它没有长篇大套的说教更没有高深的理论说明，但作为基层一线教师的我，却如饮甘泉分外的解渴。读罢后思之感同身受，现在将自己结合书中的一些心得写出来供同行品评。

书中写到如何认识和理解体育课堂教学中的教学语言一节对我触动很大。语言具有艺术性，这是被大众所公认的。教学语言的艺术性是教学艺术性的主要表现特征。我们在体育教学中，要追求语言运用的艺术表现，应正确认识和理解体育课堂教学中的教学语言的内涵，方能培养和发展具有教师个性特征的教学语言艺术。人类几千年来的文明是主要通过教学中的口头语言对教材的概念、定义、技术的精确表述而代代相传的，对未来技术的发展和社会的美好图景追求，也主要是通过口头语言描述而了解。在体育教学中的口头语言表达的精炼，使复杂的动作技术变得简炼，帮助学生学习和记忆。比如：运动的挺身式跳远的空中动作，学生只通过视觉形象的接收，还是不能完全理解的。而教师口头语言的放、摆、挺、展四个字的精炼表达，就帮助了学生对腾空动作的认识和对技术要求的理解，可见精炼的口头语言是教学艺术的视觉形象的最好的直观描述。

口哨作为教学的语言这是体育教学所特有的。在体育教学过程中，口哨具有很多方方面的作用。

(1)口哨语言是教师课堂口头语言的延续和补充。课的分段或动作的练习开始和结束;运动动作的节奏(主要表现在节拍上)的变化以及教师某些教学情感的表达，都可以用口哨语言来进行。而往往表现出比口头语言更准确而定于生色。另外口哨本身具有的明亮，音量和音调特征，又往往是一般教师的口头语言难以达到和表现的。所以是教师口头语言的延续和补充，有时也是教师不同口头语言之间的连接和休整。

(2)口哨语言是教师口头语言的扩展和艺术性追求。口哨的音量大小是受教师的控制;口哨的长声与短声的变化是受节拍变化的影响;口哨的运用时机是教师对教学节奏艺术追求的一种需要。它不但有时能替代教师的口头语言的运用，而且往往表现为比口头语言运用的效果更佳，更具运动色彩的动感感染力。它的高低、长短的变化，象一曲美妙的音乐，能从学生心灵深处调动运动激情;它的急促、响亮的音响效果又能旬一道强制的命令，指挥学生运动用力的设入和运动的开始与结束。体育教师离不开口哨，它是教学工具，又是教学语言是体育教学特有的教学语言。口哨在特定的条件下，有时也能表达教师的情感，不过这不是它的主要功能了。同时，与之相关的体育课堂教师教学语言构成因素同样使我看后受益匪浅。

对于体育课堂教师教学语言构成因素，无论是教师的口头语言还是教师的口哨语言都主要是由语言的语调、节奏和个性气质特点三个部分构成。只是口头语言构成因素的变化更强烈，更丰富多彩，其教师问的个性差异也较大。而口哨语言从严格上来看也是由此三部分构成，可教师在掌握其使用技巧方面，有判别而不大。有些时候出现的差异与口哨制作质量本身有联系，因此，对构成教学语言因素的分析时，以教师运用口头语言的变化为准。其中对几个变化我们同样要清楚。

教学语言中的语调变化。语调是语言的语音变化。教学语言中的语调是指教师语言的高低、强弱，证据的快慢、长短以及其断续变化。教师的每一句话都有一定的语调，表示出轻重缓急、强弱协调的语气与情感变化。学生对教学中的知识与情感的准确理解，是通过教师的语调以及与其教材内容相一致的语调变化刺激来实现的。和谐而定于变化的语调就能加速学生的理解，调动学生的情绪。教师的每一句话的语调变化，是语音和证据的变化结果。我们知道，语音的音质是教师的个性声音质量，它的音色与音品是一个人与另一个人的声音本质特征区别。具有一定的先天性。但语言的高低取决于声音的频率;语音的长短取决于发音持续时间;语音的强弱取决于声音的振幅。虽说也受到一定先天影响，但这不是主要因素，重要的还取决于教师本身的努力与追求。语音与语气的变化是教师自我能基本控制的，是与教师对教学语言艺术追求有联系的。

参与教学内容的构建、教学方法的创建等多方面内容。

掩卷深思，作为中学体育教师，面对学生身心发展的关键时期，在注重学生的体质健康、体育知识、体育技能掌握的同时，要积极提炼体育的内涵与精神，并感化和指导十分喜爱体育运动的广大学生，让他们在增强体魄的同时，塑造健全的人格，形成良好的心理素质，进而领悟体育的内涵，指引自己的人生道路。

要引导学生是积极地参与，明白参与不是做做样子，运动中并不在乎水平、能力的高低，全身心投入却是最关键的，运动的结果并不是最重要的，过程的体验却是丰富而深刻的。积极的投入能体现出一个人的态度，呈现出良好的精神面貌，最终达到促进身心发展的最佳效果。而被动的参与是无效的，实质上也违背了体育的基本要求与精神。

体育不仅仅可以强身健体，其还有愉悦身心的功能，能调节人的情绪，化解紧张的心理压力，提高人的心理品质，给人带来快乐。要让学生把积存的能量和紧张通过体育运动合理地释放出来，放松自己的心情;既要让学生参与到喜爱的球类运动当中去，获得运动的快乐，也要组织学生从事一些器械类运动，因为它陌生，需要付出更多的勇气和智慧，一个技术动作的尝试和把握，这种体验更深刻，成功的快乐能迅速地转化为人的自信。再如长跑运动，它同样也能给人带来快乐，只不过许多学生太急功近利只看到吃力的表象，境界未到而已。

进而，教师要帮助学生形成乐观的心态。世上什么水最甜?大汗淋漓、筋疲力尽之后喝一杯白开水;什么事情最开心?通过自己的\'努力，终于超越了原来一直不能战胜的对手;什么人最让大家敬佩?是跌倒后能站起来，再跌倒后仍能笑着爬起来!天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，要使学生面对困难与挫折，能积极应对，明白痛苦与压力也是人生的重要组成部分，人生的真正快乐，在于不断拼搏向前的快乐，在于勇于克服困难的快乐，能化苦为乐。

更快、更高、更强，是体育的精髓，也体现了人类的一种精神，是人类从古至今、直至未来，不屈不挠、永远向上的真实体现，更是人类一代又一代奋斗不息的顽强意志，去不断超越极限、超越自我，创造一个有一个人类奇迹的原动力。

通过读《体育教师教育》这本书，使我深深得体会在在教学中有目的、有计划地进行丰富多彩的体育活动，让孩子们在玩中学、玩中练促进身心和谐发展来达到体育锻炼目标，让学生体验上体育课的乐趣，这不仅能充分发挥体育教学的教学思想，而且能使学生的体育学习变得亲切、自由和欢悦。

体育教学应根据学校的场地设施、师资等实际情况尽可能多地安排学生选择的运动项目开阔学生的眼界。在体育教学中学生在教师的指导下掌握一些运动技能从而激发学生的体育锻炼的热情让学生参与到体育锻炼和竞赛活动中去在体育实践中感受到体育活动带来的快乐和享受使学生懂得体育活动要按照人体生理的基本规律根据年龄、性别、体质等方面来进行体育锻炼促进学生的终身体育锻炼意识和能力。

课外活动是学生参加体育锻炼的重要途径之一。在课外活动中学生可以根据自己的兴趣爱好选择适宜的运动项目合理安排运动量运用“全面、经常、渐进”的体育锻炼原则让学生参加到体育活动的设计和决策中提高学生的终身体育锻炼意识和能力。

寒假有幸拜读了《体育游戏的教学》这本书，结合自己的日常教学实践，对游戏活动是小学生喜闻乐见，乐于参于的一种活动，游戏在体育课中应该占有非常重要的位置这句话深有感触。

近几年在我们在教学中发现体育课中的游戏不能轻视，体育教学和实际生活中有很多种类型的游戏，内容丰富多彩，生动活泼，融入课堂能够使学生更有学习的欲望，进而提高学习效率。游戏不仅是少年儿童所喜爱的综合性很强的体育活动，而且是使少年儿童认识社会，了解自然与事物，加强同学之间的友谊，发展与培养学生的协作精神的重要手段。

重视新授部分的教学，这是教师做到了重点突出，主次分明，本来无可厚非，但是，一味地讲授，反复练习，那就是片面地、极端的、错误的，应引导学生以自己的方式，以游戏活动的方式进行练习，这不但能提高学生学习的兴趣，主动积极参与体育学习，也能张扬学生的个性，这才能提高学生素质，培育出身心健康的，全面发展的好学生。

在体育课中，结合所学知识，适当地组织学生做一些有意义的游戏活动，是很有必要的，把游戏放在重要的位置上来，引导学生做一些比如“老鹰捉小鸡”，“冲过战壕”，“快速找伙伴”，“支援前线”，“跳绳接力”，“打活动目标”，“巧过岗哨”等丰富多彩的游戏，少年儿童一定会踊跃参加的，也是深受学生欢迎的。体育教师应有目的的引导学生做一些有利于身心健康发展的游戏，是有助于提高学生素质，有助于身体与智力全面发展的，也是与少年儿童发展规律相一致的。

学生在跑、投、乐、歌、说中培养了各种能力与素质，培养了学生上体育课的兴趣，通过学习还可以培养学生朝气蓬勃，团结互助的品德，树立了较高的集体主义观念，培养了机智、勇敢、顽强的优良品质，锻炼了能力，发挥和发现了学生的特长，清楚了解每个学生的兴趣爱好及缺点，以便今后对学生因材施教，因人制宜，重点培养特长的机会，更为今后发现人才和选拔人才创造了更大的机会。

体育教学工作，特别是小学体育教学工作，更要重视体育课中的游戏，教师要认真对待学生的游戏活动，要把游戏放在重要的位置上来，体育课不能上半堂扔半堂，决不能只上新授内容的课，忽略轻视游戏内容的课。教师对学生的游戏要因势利导，人人担起责任，要认真研究游戏。结合内容来安排游戏，不但要突出重点，还要百花齐放，不但要紧张有序，还要劳逸结合。

所以一定要重视体育课中的游戏，儿童们在游戏中成长，在游戏中发展，因此学生的全面发展离不开游戏，把游戏放在体育课的重要地位，才能使学生的素质全面的提高与发展，才能对人才达到提高与发现，才能切实地把体育工作做好。

《体育教学艺术》是由我国著名体育教育家夏翔老师撰写，北京体育大学出版社出版，此书主要讲述在体育教学中教师如何表现技巧和风格，来提高学生的体育兴趣。在暑假里，我认真读了《体育教学艺术》一书，读此书时间是短暂的，但是此书有几句话让我终身受启发，受益匪浅。

今天我坐下来，写些读了《体育教学艺术》一书的感想，我归纳了三点：

一、从兴趣入手，推行换位教学。

《体育教学艺术》一书中讲到“体育课堂内容设计不求花样，只求如何提高学生的兴趣”。此话很简单，但是一针见血，因为兴趣是开展创新运动的前提，没有兴趣就没有学习的动力。读了《体育教学艺术》一书，我觉得今后我一定要尝试换位教学。一是在这学期我想尝试提前布置关于知识点的几个问题，让学生课余时间预习、备课、组织教学语言，逐渐增强学生体育也有课外作业的意识;二是对于高段学生，我将随机让一位学生上来授课，以一个小师者的身份来做一位名副其实的“小老师”。我想学生在预习时定能想办法，怎样才能把知识讲好，来施展一下才能，表现一下自我。这二种尝试，都是贯穿体育课有“武”也有“文”，既达到了自我完善、自我肯定的最佳境界，又增强了学生的表现欲和成功体验。其他同学可以与其对照，用心体会，认为有知识点讲解不够清晰、不够准确或有自己独特见解的可以提出来讨论，教师给予适当的指点、讲解与表扬。这样，激励了学生在下一次的备课中更进一步提高兴趣。

二、从启发入手，激活思维能力。

《体育教学艺术》一书中讲到“体育课就是培养让学生动”，“体育运动最贴近人的情感世界”。这几句话让我很受启发，我们的体育课是否达到让每个学生都动起来，是否在每节体育课中都注重情感、道德培养。今后教学中我将更加时刻注重引导学生走进体育意境，进行情感交流，使学生如身临其境而奇思遐想。因此我们要运用多种教学方法，激发学生的学习热情，发展其个性。由于体育的表现手法丰富多变、情感性强烈，因此很注重对学生的表现进行评价，评价对在何处，错在哪里。不但让学生的个性充分得到发展，而且满足他们希望得到肯定的心理要求，激发他们的主观能动性。例如，在学习并腿跳时，可设小兔子的情境，先给学生讲述小兔子的习惯，再讲它们故事。结合课堂任务编入情节动作。这样，大大激发学生的学习兴趣，启发孩子的想象力，引发学习激情，调动学习情绪，充分发掘他们的创造力，达到意想不到的效果。

三、从创新入手，创造发展氛围。

基础教育，以尊重个性为主题的教育的呼声越来越高。《体育教学艺术》一书中讲到“体育课堂是最有创新的课堂”。因此，个性教育刻不容缓，其突破口在于学生个性全面和谐地发展。创新能力来自于强烈的表现欲望，教师要给学生以表现的机会，千万不能扼杀孩子的积极性，要有意识地培养学生大胆创新、勇于探索，从而形成其渴望表现、渴望创新的良好的心理品质。因此要创设舞台，展示个性。学生的个性只有在得到充分肯定的时候，才能充分表现出来。因此，想发展个性，就要有展示个性的舞台。学生只有在轻松、活跃、融洽的民主氛围中才能发现自我，勇于表现自我，敢于提出自己的观点，便于逐渐锻炼成为具有大胆创新精神、个性丰富的人。尊重其表现欲就要给其机会，创造条件，运用各种教学手段，给每个学生展示个性的舞台。例如，让学生自主的进行比赛，自主设计活动，教师再给予肯定和鼓励。这样，能充分发掘学生的个性潜能，使他们获得成功的喜悦，从而信心倍增，学习热情极大提高，学习积极性、主观能动性与创造性大大增强。

**体育教师读书心得篇十五**

自从学校开展读书活动以来，读了《教学规范》和《关于体育与健身教学和提高课堂效益的若干建议》两本书。在《教学规范》中，备课是从目标的确定，重点的把握，难点的突破，活动的设计四个角度进行归纳提炼认识，而在《关于体育与健身教学和提高课堂效益的若干建议》中，科学制定教学目标、合理组织教学内容、精心设计教学过程、努力整合信息技术都是体育备课的范围和内容。

体育教师要认真学习教学大纲，了解教学内容和程序，掌握教材的知识技术体系，要研究教材性质特点和技术结构，找出其内在的联系，明确本课的教学任务和目标要求，此外，体育教师要紧跟时代步伐，不断学习新的知识和技术，以提高自身的职业素质。

制定合理的教学目标，首先，教师要弄清课堂的结构，安排好教材的顺序，其次袄合理分配好教学时间，第三要灵活选用多用教学方法，第四要根据课堂的类型，和学生的实际情况安排用动负荷，让它符合学生的身理以及心理发展。

体育教师想要在教学过程中达到预期的目的，就必须在课前对学生的实际情况进行调查，将其作为自己备课的基础，体育教师对学生的调查了解应该是多方面的，首先要了解学生的思想情况，对体育的认识程度，其次要了解学生的体育基础和健康情况，最后还是要检查教学场地和教学器材。

教师上课是有组织有计划的向学生传授体育技术，知识和思想品德教育的活动，写教案包括：教学目标，教学重点和难点，教法手段，教学过程，练习次数，保护与帮助，时间分配等，教案格式要清晰，一目了然。

为了提高备课质量，教师必须对备课效果进行反思。通过对反馈情况进行分析，发扬其成功之处，改善其不足，能有效的提高教师备课能力，反馈的手段有：课后进行分析小结，对学生进行问卷调查或者其他方法都可以。当然除了备课以外，上课也是真正体现一个教师的教学能力和水平的关键，课后反思是促进教师专业成长的重要环节，从《关于规范体育与健身教学和提高课堂效益的若干建议》中，可以知道教师应该从哪些方面着手可以让自己更完善。如果我们遵从规范的要求进行教学工作，不但能够有效的进行教育教学，而且能更好的促进学科的教研、教改工作，从自身角度而言一定也会取得更大的收获。只有我们能驾御课堂，落实课堂的各个环节才会有课堂的效率，才会有高的教学质量。

**体育教师读书心得篇十六**

通过读《体育教师教育》这本书，使我深深得体会在在教学中有目的、有计划地进行丰富多彩的体育活动，让孩子们在玩中学、玩中练促进身心和谐发展来达到体育锻炼目标，让学生体验上体育课的乐趣，这不仅能充分发挥体育教学的教学思想，而且能使学生的体育学习变得亲切、自由和欢悦。

体育教学应根据学校的场地设施、师资等实际情况尽可能多地安排学生选择的.运动项目开阔学生的眼界。在体育教学中学生在教师的指导下掌握一些运动技能从而激发学生的体育锻炼的热情让学生参与到体育锻炼和竞赛活动中去在体育实践中感受到体育活动带来的快乐和享受使学生懂得体育活动要按照人体生理的基本规律根据年龄、性别、体质等方面来进行体育锻炼促进学生的终身体育锻炼意识和能力。

课外活动是学生参加体育锻炼的重要途径之一。在课外活动中学生可以根据自己的兴趣爱好选择适宜的运动项目合理安排运动量运用“全面、经常、渐进”的体育锻炼原则让学生参加到体育活动的设计和决策中提高学生的终身体育锻炼意识和能力。

**体育教师读书心得篇十七**

毛泽东的《体育之研究》，在我心目中，堪称体育论文的绝世经典。

中国的文化，时常把文人与柔弱联系起来，这无疑是文人的耻辱。在我看来，如果身体柔弱，也根本称不上真正的文人，最起码气质上不像。文与武是不可分的！文、武缺一岂道乎？真正的书生意气，是文与武波峰的交织，是一个绝世儒将的风姿。

从史至今，可称得上英雄的，必是文而兼武者。事实上，文而兼武者，中国历史上有好多好多，比如周瑜“雄姿勃发，羽扇纶巾”，孙策“猛锐盖世，决胜疆场，又常与周瑜、大小乔共读诗书”。以及《体育之研究》中提到的：“燕赵多悲歌慷慨之士；清之初世，颜习斋、李刚主文而兼武。”等等。

所以说，只重视德、智而忽略体育锻炼、强身健体是100％的舍本逐末。

大家应该意识到，体育锻炼的基本作用是为了祛病修身，使身体健康。另一个更加深入的作用，就是可以通过体育锻炼，使意志坚强，心情舒爽，使人胆大无畏，敢为耐久。“意志者，人生事业之先驱也！”体育之大效益尤在此矣！”正如《体育之研究》文中所说：“体育之主旨，武勇也。武勇之目，若猛烈，若不畏，若敢为，若耐久，皆意志之事。”

通过体育锻炼，可以使身体强健，可以利用体育锻炼来消除烦恼，使精神舒畅，精力充沛，更能增强人的意志，毛泽东在“体育之研究”给予体育这样的解释：“体育非他，养乎吾生，乐乎吾心而已。”

“欲文明其精神，先自野蛮其体魄；苟野蛮其体魄矣，则文明之精神随之。”在平庸中觉醒的奋斗者啊，须知道德、知识的完备，要仰仗钢铁般的躯体与意志，旧时柔弱的知识分子形象将再也不属于你和我，体弱可以变体强，无知可以变博学，肌络筋骨、山河大地皆可改变，这是辩证唯物主义思想，是正确的理论，只要我们认清方向，明确了目标，从体育锻炼入手，努力学习，哪怕我们现在柔弱无知，又何愁不能文武兼备、身心并完？建功立业，实现理想抱负，也可以不再像那美丽的星空可望而不可及了。

**体育教师读书心得篇十八**

。

读过《细节决定成败》这本书，觉得他写的很好，很有道理所以一直收藏着它。这本书的各种成功和失败的案例都告诉我们一个浅显的道理——不管是一个国家、还是单位、或者个人，如果他想发展壮大，或者有所成就，都必须从细小的环节做起。只有每个环节，每个部位，每个点都做的非常到位，才能使它正常运转，不断的发展壮大。

细节是平凡的、具体的、零散的，如一句话、一个动作、一个会面。细节很小，容易被人们所忽视，但它的作用是不可估量。有些细节会深深地印在我们的脑海中，留下终生难忘的印象;有些细节会改变事物的发展方向，使人们的命运发生转变。对个人来说，细节体现着素质;对部门来说，细节代表形象;对事业来说，细节决定着成败。汪中求先生的《细节决定成败》，从各个方面，由浅入深，从思想观念出发，到细节的产生的差距，忽视细节的代价，由细节的本质到细节的积累。清清楚楚，淋漓尽致的向读者展现了一个全新的观念，从做人，做事，做管理，处处体现了细节的重要性。而“细节”又是一个多么容易被忽视的字眼啊，在表面风光的背后，有谁会真正注意到细节的存在和影响呢?而要真正做到对每一件事都细致入微，周全考虑却并不是一件容易的事。正如书中所说的注意细节其实是一种功夫，这种功夫是靠日积月累培养出来的。谈到日积月累，就不能不涉及到习惯，因为人的行为的95%都是受习惯影响的，在习惯中积累功夫，培养素质。香港商业巨子李嘉诚无论是在事业上还是在与人的交往中都可以说是取得了巨大的成功，他就在一次讲学中说道：“栽种思想，成就行为;栽种行为，成就习惯;栽种习惯，成就性格;栽种性格，成就命运。”可见“注重细节”这个行为习惯的日积月累对人的影响。

我们现实生活中，切实感到：细节确实决定成败.不注重细节而酿成大祸的事件天天都在上演，矿难事故频频发生，井喷事件的不断涌现，有毒有害物质泄漏的事件屡禁不止等等给国家和人民的生命财产造成了不可估量的损失。《细节决定成败》也举了很多例子：苏联宇航员加加林因脱下鞋子进入航天飞船而成为遨游太空第一人，一位应聘者因检起地上的纸团而成功应聘，这些事情无不生动地不告诉我们细节决定成败。

但到第三天可能就只会擦五次、四次、三次，到后来就不了了之。有鉴于此，他表示，把每一次简单的事做好就是不简单，把每一件平凡的事做好就是不平凡.正如书中所说：“芸芸众生能做大事的实在太少，多数人的多数情况总还只能做一些具体的事、琐碎的事、单调的事，也许过于平淡，也许鸡毛蒜皮，但这就是工作，是生活，是成就大事不可缺少的基础。

这是一个细节制胜的年代，在我们现实生活中，细节往往被我们忽视，随着经济的发展，专业化程度越来越高，社会分工越来越细，也要求人们做事认真、精细，否则会影响整个社会系的正常运转，对一个单位来说也是如此，单位要成功，得靠每一个员工做好每一个细节。所以，我们无论做人还是做事，都要注重细节，.从小事做起，把小事做细做实。古人有云：天下大事，必作于细;天下难事，必成于易。周恩来总理就一贯提倡注重细节，他自己也是关照小事，成就大事的典范。

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！