# 小学体育老师实习心得体会怎么写6篇

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-09-12

*成为体育教师不难，但出色完成教学、训练，培养优生不易。总之，教育实习坚定了我投身教育的决心。我会以负责态度虚心学习，完善自身。比如钻研教学方法，提升训练效果。不断提高素质与能力，为成为优秀人民教师而奋斗，为教育事业贡献力量。 下面是小编给大...*

成为体育教师不难，但出色完成教学、训练，培养优生不易。总之，教育实习坚定了我投身教育的决心。我会以负责态度虚心学习，完善自身。比如钻研教学方法，提升训练效果。不断提高素质与能力，为成为优秀人民教师而奋斗，为教育事业贡献力量。 下面是小编给大家分享的一些有关于的内容，希望能对大家有所帮助。

时光荏苒，如白驹过隙般匆匆而过，转眼间，顶岗实习已经快一个月了，在这短短的一个月中，让我感觉自己成长了许多，，从象牙塔迈出的第一步走的特别的稳重，也要感谢学校给我提供这样一个展示自己的平台，让我学会如何面对真实的社会以及学校生活。特别是由学生到老师的一种转变。

对于每个人而言，第一次总是很难忘的，特别是像我们这种第一次站上讲台，面对着底下几十双眼睛，其意义可想而知。而在这一个月中，也让我体验了许多第一次，第一次踏上东西湖开发区辛安渡中学——这片我余下几个月生活与学习的热土，第一次在50多双渴望的眼睛注视下，和他们说话，讲课以及交流。这并不像普通的实习那样看起来轻松，因为没有指导老师在旁边，这让一切都必须自己摸索。现在想来，与我换岗的老师对我也是相当的信任的，第一天去学校后，在把我介绍与学生后，就让我开始带课。可以想象，我当时是很紧张的，当时是带的初一学生，在进行简单的自我介绍和上我的体育课的要求后，就进行教学任务——广播操《舞动青春》，第一次上课的过程远远没有我想象中得轻松，由于初次与学生见面，大部分学生还是很听话，课堂纪律维持的还是很不错的，但依然有个别调皮的学生，还好我事先有所准备，已经大致想了一遍第一堂课会遇到哪些问题与解决方法，所以第一节课还是有条不紊的在预定计划中进行，但自己还是有点不足的地方，由于自己初次上课，导致时间上没有把握好，下课时教学任务没有完成，拖了一点时间的堂。总体而言，效果还是很不错的，学生都很听我的话，这点让我还是很开心的。

这一个月对于课堂教学，总体感觉还是不错的。但我觉得实习不仅仅只有课堂上课这么简单，因为实习生活是方方面面的，比如与学校的一些老体育老师的交流与配合，他们身上毕竟有着几十年的教学经验，因为是个比较偏僻的农村学校，所以除我外，在我们学校另外有两个快要退休的老教师。俗话说，家有一老，如有一宝。老教师的经验之丰富是不言而喻的，与他们交流是件很让人受益匪浅的事情，其中一个老师是我们学校专门带射击队的——射击队是我校的一项传统的体育运动项目。这让我有幸能够学习到对于射击这个不是很普及的运动项目是如何进行训练的。还有就是如何和自己宿舍的老师相处，我想这也是一门学问，由于和大家是初次见面，在自我介绍的时候我都是让大家叫我——小叶，因为我年龄是最小的。在宿舍，我都以一种谦卑的态度，认真向每个老师学习如何和学生相处，在一个月中，我和宿舍的老师相处的还是很愉快的。

总体来说，这一个月收获还是很多的，十一前一天举行的全校秋季运动会在其他两位体育老师的配合下成功的举行，算是这一个月来最有成就感的一件事了吧。这一个月自我觉得还是很有进步的，当然这和学院工作是分不开的。我相信后面的实习生活会越来越顺利的。

来这里实习已经一个月了，对这里的环境也渐渐适应了，现在回顾一下自己初来乍到的心情与感受。

刚来这里的第一天是我最难忘的一天，在来这所学校的车上我憧憬自己即将是作为一名人民教师站在讲台或操场给我的学生教授知识，在他们的人生中会有一位我这样的老师曾经走进他们的生活，那种奇妙的兴奋感让我信心倍增，丝毫没有任何的担忧。当我们到达目的地的时候，我踏进这所学校的时候首先想到的是田径场，篮球场，可是在我找了一圈之后我发现这所新建不到两年的学校里没有田径场与篮球场，这对于学田径与篮球主项的我来说是一个多么残酷的打击啊。我感觉我的所学在这里将得不到发挥，没有什么用处。但是我又发现这里有一个活动室，里面有羽毛球场地两片，乒乓球台两张。当时我就暗自庆幸还好我学了羽毛球和乒乓球副项的，这两项我还是可以教学生的，就在我暗自庆幸的时候我走进活动室看见头顶上的屋顶时我就傻眼了，这个活动室高不到三米，羽毛球在里面根本打不起来。此时我的那股兴奋劲像是被一盆冷水从头泼到脚，整个人凉飕飕的。我想用“此起彼伏”、“乐极生悲”这个词来形容我的心情就是最贴切的了。

紧接着安排我们跟着指导老师交接工作，来到办公室发现偌大的办公室只有两张办公桌，两位年轻漂亮的体育老师坐在里面办公，上网。感觉这里环境还不错，办公室宽敞明亮设备齐全。坐定之后和我交接的老师告诉我以后每个星期要一个年级九个班的课，也就是上18节课和2节课外活动课。她说会很辛苦的，可我当时并没有觉得会有多辛苦，自己也没有课多的意识，直到后来自己每天四五节课上下来到最后一节课嗓子哑到一句话也说不出来的时候，我才能体会到那位老师当时所说的辛苦是个什么感觉了。

交接工作之后就是安排住宿，拖着行李来到寝室，里面的高低床给我的感觉很温馨，像是回到了大学寝室，里面有单独的卫生间，就像学校里一样，地面都是瓷砖，干净整洁。里面有一共住了五个人，都是年轻老师。想想以后都住在一起多少会有些拥挤，毕竟在学校的时候是四人间现在住了五个人。可是时间久了跟她们混熟了后就发现那些拘束已经不见了，更多的是熟悉与亲密。我们每天晚上都有聊不完的话题，躺在床上那种开卧谈会的感觉像在203寝室一样温暖，只是现在谈论的话题不再是学习和娱乐，更多的是学生和教学经验。每天都有不一样的事情发生，都过着很快乐很轻松的日子。

从踏进这里的不适应不接受到现在的适应与喜爱，是的，我开始渐渐喜欢这里，喜欢这里的学生，喜欢这里的工作氛围，喜欢这里温馨的寝室，喜欢这里的和蔼与亲切。如果让我留在这里我会毫不犹豫的答应。

在实习的六周期间，我获益良多。除了拓宽了自己的知识面还提高了自己的执教能力。

我确立好自己的角色，实现从学到教的角色转换，运用所学知识进行组织教学，以身立教，从心理上做好当老师的准备。以真心实意、积极主动地向指导老师学知识、增才干，用自己的行动换取他们的信任，营造和谐的实习环境，为我成功的实习打下了良好的基础。由于实习目的明确、动机端正，在实习教学过程中，明确施教对象结合施教对象的生理和心理特点，备好一份教案后，向实习指导老师、本组同学一一征求意见，改了又改，才实施教授，把知识有机地结合起来上好每一节体育课。实习期间除了上好自己的实习课外，我还有目的地听课、评课，弄清好的好在哪里，差的差在何处，以便自己教学时作为借鉴，并做好把听、评课记录。

首先，在体育课教学工作计划方面，我积极、主动地向指导老师学知识、增才干，用自己的行动换取他们的信任，营造和谐的实习环境，为我成功的实习打下了良好的基础。见习周期间，我认真观看指导老师的每一节教学课，做好看课记录，并对体育课练习密度和学生的运动负荷进行测量，为之后自己上课做好准备。在实习教学过程中，我结合施教对象的生理和心理特点，认真备好每一份教案，并向指导老师、本组同学征求意见，经过改良后才进行教学，并努力培养体育骨干，以此把知识有机地结合起来上好每一节体育课。

其次，在代理班主任工作方面，我以多沟通，多谈心的形式，与学生建立良好的师生关系，为代理班主任的工作打下了巩固的基础。期间，我组织了勿忘国耻，振兴中华的主题班会，以此培养学生的爱国情操，引导学生正确的人生观和世界观。除此之外，我还积极协助班主任处理班里的日常工作，与班干们一起努力维护班风和学风。通过助理班主任的工作，使我懂得了班主任工作的重要性和艰巨性，同时也提升了我的组织与管理能力。

自己在实习过程中在存在不少缺点，如：教学技能、技巧仍较薄弱，专业基本功不扎实，语言表达不清等。我应该既要看到自己的优点，也要正视自己的缺点，加强自己的专业技能的学习，为做好一名优秀的体育教师做好准备。

20\_\_年11月25日至12月27日是我们体育学院实习教师进行教育实习的时间，我们被分配到五指山民族技工学校实习小组，并按要求进行了教育实习，取得了良好的成效。通过实习，我们对教师职业有了更为感性和理性的认识，提高了教学能力，熟练掌握了一些教学基本技能，并且向实习学校展示了我校体育学院学子良好的精神风貌，受到了实习学校领导、老师的一致肯定。实习期间，在校领导、老师及带队教师的支持和指导下，作为体育运动学校的体育实习教师，我们一直以教师身份严格要求自己，处处注意言行和仪表，热心爱护实习学校和班级学生，本着对学生负责的态度尽力做好实习工作;同时，作为实习生的一员，一直紧记实习守则，遵守实习学校的规章制度，尊重学校领导和老师，虚心听取他们的意见，学习他们的经验，主动完成实习学校布置的任务，当中包括了组织学生参加教科片的学习、主持主题班会的开展、参加越野比赛学生训练的工作和比赛时裁判的工作、还有各班级的元旦晚会节目排练工作，为我们体育学院塑造了良好的形象，给实习学校的领导、老师和学生都留下了良好的印象，得到学校领导和老师的一致好评。我们的实习工作得到了比较圆满的成功，下面就此次实习工作，分别从以下几个方面进行总结。

(一)见习准备阶段

我们到达实习学校后，及时请教学生科的杨科长介绍有关情况，了解实习学校的体育教学工作及相关的教学设施，并对我们上课提出要求。在学校体育组的指导下，我们研究讨论体育教材，了解教学进度和班级学生情况，修改整理自己的教案并进一步熟悉教案。

(二)正式实习阶段

1、教学工作：

此次我们的实习课程不开展三大球，而是围绕丰富实习学校学生们的课程而展开教学，因此我们的全部课程包括队形队列、竹竿舞、田径、少年拳和技工学校安排的篮球考核项目。由于我们刚从大学学生角色进入教师角色，会有意无意的把大学老师的教学方法、模式带入课堂。并没有考虑到教学对象及环境的不同致使教学方法与大学有很大的不同，所以一开始并不适应，总是有意无意地习惯于大学老师的教学模式，学生练习的少，老师讲的很多。当然，我们也建立了听课评课制度，相互之间听课评课，学习好的教学方法和组织，改进教学过程中的不足，及时进行教学总结，在不断的实践中，我们逐渐适应了属于自己的教学方法、模式，教学效果也明显提高。

2、课外活动工作：

(1)在课外活动时间，我们协助学校做好学生们的越野比赛练习工作和元旦晚会的排练工作。

(2)结合学校课外活动，我们有时候会安排俩个班一起组织一场篮球友谊赛来丰富学生们的校园生活。

(三)总结阶段(第十七周)

(1)实习教学工作结束后，我们及时检查自己在实习中的态度和表现及问题所在，提出改进的方向。

(2)实习学校的领导和任课教师对这次实习做总结，指出实习生的优、缺点，提供合理建议，并在实习鉴定上做了意见，而且肯定了这次我们实习教师取得的成绩，并且还有校领导欢送我们实习生并留影合照。

(3)回校后实习小组作好实习期间教案材料、听课记录以及工作总结报告。

二、主要收获

1、我们作为实习教师认真负责实习工作，一方面认真做好实习期间的各项工作，另一方面严格要求学生，端正态度，教育学生认真对待学习与生活。

2、我们实习教师的教学能力得到极大地提高，能较好地把握教材内容、控制课堂气氛，教态自然大方，课堂气氛活跃。

3、通过实习，对现在教师的现状有了更为理性的认识，对学生的学习有了更为恰当的了解，对教师的工作有了更为真实的体验，这些都有利于在今后的工作中能够更快地适应新的工作环境，从心理上抹去了对教学的畏惧。通过实习，掌握了一些基本的教学方法和教学技能，提高了教学效果和教学水平。在一次次的教学实践中，在一次次的和指导老师的交流的过程中，我们的教学水平和对教学认识已经提高了许多。通过实习，增强了教师的责任感和荣誉感。教师承担着“教书育人”和培养祖国未来人才的重任，因而教师是光荣的，同时也感到一份沉甸甸的责任感。因此，备更好的课，讲更多的知识，并且教会学生做人的道理都是我们实习教师在实习期间的共同愿望。

这学期我校积极响应阳光体育运动的号召，树立“每天运动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”的健康理念，全面实施“阳光体育活动”，让全体师生走向操场，走进大自然，走到太阳底下，积极参加体育锻炼，掀起全体师生健身运动的热潮.我校在新学期的第一周就制定了活动方案，进行了统筹安排，启动了“阳光体育运动”。

一、统一思想，高度重视。

我校在开学的第一次教师全会上就组织学习了《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》和教育部国家体育总局《关于进一步加强学校体育工作，切实提高学生健康素质的意见》的主要精神，以及丹阳市教育局《关于认真落实学生每天1小时体育活动的通知》精神，明确认识到：学生的健康是每个学生成长的基本条件，关系到民族的未来和国家的竞争力。

为了搞好阳光体育活动，学校组织老师进行了座谈，听取了建议，并成立了活动领导小组。李水平校长任组长，副校长李光强任副组长，中层领导和体育教研组长为主要组织者，形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，体育组与各阶段联动，确保活动有序、安全。为加大宣传力度，扩大影响，学校还订制了横幅悬挂于校门口。活动前根据学生习惯积极安排活动内容，落实各项活动名称，力求影响深远并规划活动场地，策划活动范围，确定活动时间，为响应启动活动做好充分准备。

二、精心安排，有序组织。

我们的活动主题是我运动我健康我快乐

我们的活动口号是每天运动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子

我们的活动要求是人人有项目班班有团队学校有比赛我们构建的模式是学校腰鼓舞、集体校园舞、班级特色活动三位一体

我们具体操作的内容有

1、按新课程标准开足上齐体育课。

2、上好眼保健操和课间操。体育教师和班主任指导学生规范做好每一个动作，提高两操质量。

3、实行“大课间”的`体育活动课制度，按班级划分活动区域，进行丰富多彩的文体活动，包括跳绳、踢毽、打球、跑步、韵律操、丢沙包、做游戏等。学校为各班配备了一定数量的体育运动器材。

4、学校组建腰鼓队，形成全校活动特色;继续组建并扩大校级舞蹈队，在选材上做到集传统与现代特色，符合儿童年龄特点。

5、以班级为单位，每班组建体育特长活动小组，如：跳绳、踢键子、乒乓球队、棋队等。

6、全面实施《学生体质健康标准》。让每个学生都参加，并努力达到及格以上。学校把此项工作作为今后一个时期学校体育的重点工作，建立健全《学生体质健康标准》工作管理运行机制，建立岗位责任制，实行奖励机制。

三、关注过程，加强考评。

在“阳光体育”活动启动仪式上，校长李水平作了发言，要求全体师生人人参与、个个争先，营造生龙活虎、生气勃勃的校园体育氛围，促进青少年学生健康成长、全面发展、终身发展，让“健康第一”，“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”深入到我们每个人心中，用实际行动踊跃参加丰富多彩的体育活动，在运动中领略体育的魅力，感受体育的美，体会运动的快乐。

总之，通过活动，使广大师生深深地体会到“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”，进一步树立了全民体育、天天锻炼、终身锻炼的意识，有力地促进我校体育工作，为学生身心的健康发展，打下良好的基础。

两个多月的实习生活即将结束，在学校领导和各位体育老师们的指导和帮助下，我完成了由学生向教师的华丽转身。这一路走来,颇多留恋,诸多感慨。在实习期间，我既是学生，又是教师。作为学生，我虚心求教，不耻下问; 作为人师,我兢兢业业，倍感骄傲。我付出了很多，收获了更多。下面我将这两个多月的实习做简要的汇报总结。

一、加强学习，忠诚党的教育事业。

作为一名青年教师，我自觉加强政治学习，提高政治思想觉悟。我认真学习了\_\_大精神，仔细体会“”渗透在教育领域的意义，并系统的了解和学习了体育新课标。在课余时间，我阅读教育书籍，学习教育战线中先进人物的事迹，时刻鞭策激励自己。

我热爱教育事业，热爱我的学生。在工作中能够求真务实、开拓进取、大胆创新、乐于奉献，努力教好每一堂课，带好每一次训练，圆满地完成本职工作。我能够师德规范严格要求自己，以身作则，时时处处做学生表率，凡是要求学生做到的，我自己首先做到。此外，我还能够尊敬领导，团结同事，积极参加学校的各种活动，遵守学校的一切规章制度。

二、深钻教材，认真教学。

体育课教、学、练三者之间的统一。俗话说：施教之功，贵在引导。教师的教学艺术在很大程度上就是他引导水平的体现。只有教师正确而巧妙的引导，才能在学生的学习中起到“引爆”作用，实现认知、情感、行为三者的统一，获得教学最佳效果。

传统的教学组织和教学程序是以教师为中心的教学组织形式，以行政教学班为主的组织形式、分项教学的组织形式等，还有一成不变的课堂教学程序。既严重束缚了教师的手脚，也影响了学生参与体育活动的情绪和积极性。用比较坦诚和理性的思想来思考一下，当在教室里久坐的学生来到操场上的时候，他们需求的是什么?不就是想舒散一下禁锢着的筋骨，放松一下绷紧的大脑。有那位学生想一来到操场就“立正、稍息”，面对体育教师的讲解示范等，学生能喜欢这样的教学法组织形式吗?答案是否定的。根据《新课程标准》的内容，结合学生的年龄特征，我在实习期间有针对性的教学，充分调动学生的学习兴趣，提高体育运动技能，培养学生顽强拼搏的意志品质。

三、我的思索。

在实习期间，我遇到了困难，也对体育教学进行了一定的思索：

1、教师对学生的过高要求也是不利快乐体育的实施。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，如我在单足跳的练习中，可允许学生换一次脚，这样就使学生尝到了成功的滋味，有了很大的成就感。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。

2、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。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。

3、上课期间，在注重终结性评价的同时也应注重过程性评价，告诉学生期末体育成绩=运动参与+运动技能+上课行为+身心健康+社会适应。让学生真正体验到主体地位。同时，这种评价方法对发展学生的体能，增进健康，娱乐身心，调节情绪，减少压力，乐于接爱不同观点，分享自己和他人的快乐，会评价他人和自己所获得的成功感，对进一步促进完善新课标的评价方法起着积极的意义。

4、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。

四、我的不足。

实习中我发现了自己的不足，需要改进：

1、对学生，对教材应该更加的细致：需要更钻研新的教材，处理教材应先分析各班学生特点，作到由易到难，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。

2、培养自己应用所学的教育理论观察分析教育问题的能力和兴趣。可能的话，进行教育调查，有利于自己的教学。

3、自我要求应更高，每次课尽可能提早到达上课地点，布置好场地、器材，特别注意检查安全方面的措施，确保上课时学生的安全;同时，要提前做好自身的准备工作。

4、每次课后应认真进行自我分析，虚心听取其他教师的意见，及时在教案中写好课后小结。

总之，从这两个多月的体育教学中，使我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但较出色上好每一堂课，完成每一项体育训练，培养更多的体育优生就很艰难了。总而言之,教育实习让我更加坚定了献身教育事业的决心，我将继续以认真和高度负责的态度虚心学习,不断完善自己,不断提高自身素质和能力水平,为成为一名光荣的人民教师而努力奋斗!

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！