# 体育课教学心得体会(大全8篇)

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2024-05-24

*心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。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。体育课教学心得体会篇一疫情让整个社会都发生了很大的变化，而受到影响最大的莫过于教...*

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。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。

**体育课教学心得体会篇一**

疫情让整个社会都发生了很大的变化，而受到影响最大的莫过于教育领域。学校暂停了面对面授课，而转向了在线教学。对于体育课来说，这个变化意味着什么？在这篇文章中，我想分享我的体育课在线教学心得体会。

与面对面授课不同的是，体育课的教学重点在于实践，在线教学却有一定的局限性。此外，学生们可能没有足够的空间和设备来完成某些活动。这些挑战使得在线教学的体育课相对困难。

第三段：创新的亮点。

然而，有些教师和学校开始迅速适应新环境，采用新的教学方式与技术，以确保学生能够尽可能地从体育课中受益。例如，一些老师会通过视频教学展示锻炼动作和身体素质训练，还会布置任务，以保持学生的活跃度和兴趣。

第四段：学生的反馈。

那么，在线体育课对学生来说体验如何呢？一些学生在家里完成练习时，会向老师发送视频，以证明他们的做法是否正确。另一些学生在跟随后，会感到更自在和自信，因为他们在认为比课堂上少了社交压力。除此之外，学生们能够以自己的节奏安排时间，学会自我管理，这对他们的长期发展是有益的。

第五段：总结。

总的来说，体育课的在线教学虽然面临挑战，但新的环境下也有一些创新的亮点，同时学生们对于这种方式也有部分积极的反馈。未来我们需要更加深入地探讨和探索体育课在线教学的具体方式，来确保它能够真正有效地为学生们提供帮助。

**体育课教学心得体会篇二**

体育课是学生在学校期间最令人期待的一堂课，它不仅让学生锻炼身体，还培养了他们的团队合作精神。然而，在传统的体育课教学中，往往存在一些问题，如学生学习兴趣不高、课堂效果不明显等。然而，近年来，微格教学法在体育课中的应用逐渐被探索和应用，它为体育课的教学带来了新的活力。本文将从我个人的体验出发，谈谈体育课微格教学的心得体会。

首先，体育课微格教学能够提高学生的学习兴趣。在传统的体育课中，学生往往只是被动地接受教师的指导，缺乏主动参与的机会。然而，在微格教学中，学生可以参与到各种小组活动中，主动地提出问题和解决问题，使他们产生浓厚的学习兴趣。例如，在一次篮球比赛中，教师将学生分成几个小组，每个小组都有明确的目标和任务，学生需要合作完成比赛，并根据比赛情况及时调整策略。通过这样的活动，学生们积极参与到比赛中，体验到合作的乐趣，进而提高了他们对体育课的兴趣。

其次，体育课微格教学有助于提高学生的动手能力。在传统的体育课中，学生往往只是被动地接受指导，很难实际动手操作，导致他们对课堂内容的理解程度不深。然而，在微格教学中，教师可以利用各种实践活动提供更多的动手机会，让学生亲自去实践，提高他们的动手能力。例如，在学习游泳技巧时，教师可以让学生们在浅水区域中互相搭桥，通过实际操作来体验和理解游泳动作的要领。通过这样的实践活动，学生们能够更好地理解体育技能的要点，提高自己的动手能力。

此外，体育课微格教学还有助于培养学生的团队合作精神。在微格教学中，学生们被分成小组，需要在特定的任务中展示团队合作的能力。例如，在攀岩课上，学生们需要组成小组完成攀岩任务。在攀岩过程中，每个小组成员都需要相互配合、相互支持，才能更好地完成任务。通过这样的团队活动，学生们能够培养合作意识、增强团队凝聚力，提高自己的团队合作精神。

最后，体育课微格教学能够提高学生的学习效果。在传统的体育课中，学生们往往只是单纯地进行体能训练，对技能的掌握程度难以评估。然而，在微格教学中，教师可以通过视频分析和互评活动来及时了解学生的学习情况，给予及时的反馈和指导。例如，在学习跳高技巧时，教师可以通过视频记录学生的跳高过程，并和学生一起分析和评价，指出他们的不足之处，并提出改进意见。通过这样的学习方式，学生们对自己的技能掌握情况有了更准确的了解，从而进一步提高了学习效果。

总之，体育课微格教学给学生带来了全新的体验和学习机会。通过提高学生的学习兴趣、动手能力、团队合作精神和学习效果，体育课微格教学在促进学生全面发展方面发挥了重要的作用。希望越来越多的学校和教师能够重视微格教学法，并在体育课中加以应用，为学生们提供更好的学习环境和成长机会。

**体育课教学心得体会篇三**

体育工作是德育、智育教育的重要组成部分，体育课，课外活动的有效开展对促进良好的班风，提高文化素质有着重要的意义，现就一学年来的体育教学进行总结。

一、严抓课堂纪律，形成良好的习惯。

体育教学以室外教学活动为主，没有严的纪律就难了实施教学活动。学期初定出的课堂常规，通过学生的努力基本达到如下要求。

1、穿运动服上课。

2、上课铃响后，体育委员集队，检查人数。

3、课间要按老师布置的练习内容进行活动。

4、没有老师的批准不得擅自离开练习区。

5、下课检查人数，清点器材。

二、完成教学任务，培养学生的运动兴趣。

针对学生年龄段的特点，根据教学的要求设计教学内容，培养学生的兴趣。如，乒乓球、篮球、中长跑、跳远、跳高。通过以上项目的开展，使学生无论体育兴趣，技能方面都有大的提高，特别是乒乓球项目，是我校传统项目，人人喜爱，积极参与。由于课堂被队列、队列广播操、田径运动会的准备所占用时间较多，未能在篮球、足球方面更多地引导学生进行练习，兴趣未能充分调动，达不到预期的设想；竞技性的项目有待进一步学习和提高。

**体育课教学心得体会篇四**

第一段：引言（150字）。

近年来，随着信息技术的迅猛发展，线上教学成为一种越来越受欢迎的教学方式。然而，对于体育课这种需要实际动作和操作的课程来说，线上教学一度被质疑其有效性。然而，由于疫情的爆发，线上教学成为了不得不采取的教学方式。在过去的几个月里，我作为一名学生亲身经历了线上体育课堂。本文将分享我在线上体育课程中的心得体会。

第二段：具体体会一（250字）。

首先，线上教学体育课程为我们提供了极高的自由度和便利性。无论是时间安排还是地点选择，我们都可以根据自己的情况进行自由调整。不需要担心上课迟到或者交通拥堵等问题。而且，线上教学更加注重学生的个性化需求，不论是学习进度还是难度设置都可以根据自己的能力进行调整，这为我们提供了更好的学习体验。

第三段：具体体会二（250字）。

然而，线上教学也给体育课堂带来了某些挑战。其中最明显的问题就是无法进行实际的体育活动。体育课通常需要学生亲自进行动作训练和实践操作，而在线上课堂这几乎是不可能实现的。虽然老师可以通过视频向我们展示相关动作，但我们缺乏实际的互动和练习机会。这对于提高学生的体育技能和培养体魄方面造成了一定的困扰。

第四段：应对挑战（250字）。

然而，并非完全没有解决办法来应对线上教学体育课程中的挑战。首先，老师可以通过视频直播和互动教学平台与学生进行实时交流。通过这种方式，老师可以及时纠正我们的动作并给予指导。其次，相关的软件和APP可以为学生提供在线体育训练课程和指导，使学生能够在家完成一些实际的锻炼。最后，老师可以组织线上体育竞赛和项目展示，让学生在竞赛和展示中互相学习和促进进步。

第五段：总结（300字）。

总体来说，在线上教学体育课程中我们可以体验到自由度和便利性的优势，但也要面对实际操作的困难。然而，通过老师和学生的共同努力，我们可以找到解决问题的办法，使线上教学体育课程更加丰富和有效。同时，我们也应该认识到线上教学不仅是一种应急手段，更是一种适应未来发展的教育模式。通过线上教学，我们可以更好地发挥信息技术的优势和创新能力，为学生提供更广阔的学习机会和多样化的教学方式。相信随着技术的进一步发展和老师的积极探索，线上教学体育课程将会不断完善和进步，给我们带来更大的收益和惊喜。

**体育课教学心得体会篇五**

。

。

学校教育改革给体育教学提出了新的目标要求，而现行体育教学很少研究学生的年龄性别特点，体育课练习密度普遍偏低，不利于全面提高学生身心素质，也很难调动全体学生的学习热情，体育教学改革势在必行。本文根据个人多年体育教学实践体会，就初中体育教学目标、资料和方法提出了改革性提议。我做了如下工作，现总结如下：

学校体育主要由体育教学和课外体育活动组成。体育教学的任务与目标是进行健身知识技能的传授以及运动教学，课外活动目标是巩固课堂教学资料同时组织丰富多彩的活动来健身和活跃学生生活、协调人际关系。所以学校体育的目标宏观来讲应是促进学生体格体能的完善和发展，培养体育的情趣、坚强的意志和良好的社会情感，构成良好的人际关系。

二、现行教学资料及方法的弊端。

中学体育包括理论与实践两大部分。理论课十分抽象、深奥，并且系统性不强，实践课包括队列队形、基本体操、跑、跳、投、技巧、支撑跳跃、单杠、双杠、民族传统体育、篮球及韵律体操和舞蹈等。体育课是身体活动课，而身体活动是以身体素质与思想素质作基础的。学生基础不一样，要掌握相同的教学资料，这也成了体育教师的一大难点。另外限于条件，体育实践课受场地影响大，背越式跳高少不了海绵包，篮球教学要有很多的球与球场，遇大风、下雪、落雨、强日光，体育课变更的随意性则更大。教学资料完不成，学生身体得不到锻炼，结果体育课成了学校的“搭头课”。

三、中学生的生理心理特点。

初中学生正处生长发育的第二高峰期，即青春发育期。第一，由于体内新陈代谢旺盛、精力充沛，充满朝气，活泼好动，喜爱体育运动及竞赛以表现自我。第二，由于身体发育不均衡，加之中枢神经系统调节本事差，所以动作笨拙、别扭、不灵活，并且容易头晕和疲劳，干事情往往虎头蛇尾、有始无终。第三，由于性机能开始成熟，性意识觉醒，开始注意异性，产生好奇心，并且爱表现自我来吸引异性。第四，成人感产生并逐渐对身体形态产生意识，开始评价别人和进行自我评价，所以应以正面教育引导为主，不可打击其自尊挫伤其人格。

四、游戏法教学是比较适合的方法。

体育课中使用游戏法，能够激起学生运动热情;但当学生很活泼时上体育课，又必须集中其注意力并稍抑制其活力，这时可用集中注意力的游戏;素质练习很枯燥乏味，可用游戏法进行调节，如追逐跑练奔跑本事、听信号追逐跑练反应速度与动作速度，“跳深”与蛙跳的竞赛练跳跃本事，不一样高度的橡皮筋可用来练障碍跑和跳高。结束部分用音乐伴奏跳迪斯科来放松肢体，或用听信号大声笑的游戏放松情绪。

总之，实施素质教育应强调让每一个学生的每一个方面均有发展，具有个性特长，实施游戏法教学则能很好地吸引学生，使他们感到因为学校里有自我的游戏伙伴，有游戏场所和游戏组织者及参与者，在共同的活动中能够不断了解自我，评价自我，提高欣赏美、表现美、创造美的本事，能够在欢乐中锻炼身体，培养良好的思想品德。所以，学校体育中应大力推广游戏法教学，尤其是义务教育中，在学生的世界观、人生观构成时期，在体质锻炼的黄金时期，用多种有效教学方法促进学生全面发展。

**体育课教学心得体会篇六**

12月7号，荆州市各区县思品教师欢聚荆州实验中学礼堂，分享十年来荆州市思品课改成果。我有幸参与其中，收获良多。

一、教学中要注重基础知识。

思品教学有三大目标，即知识与能力，过程与方法，情感态度价值观。但归根到底知识是基础，没有知识的了解、领会，情感态度价值观的深化、能力的培养无疑都是空中楼阁。例如学生如果不知道绿色消费的内涵，就不可能在消费活动中形成绿色消费的意识。

二、教学目标的设置应适当。

在设置教学目标的过程中要注意把握好高度，不可过低，也不能过高。过低不利于学生能力的提高，而过高的目标往往不能实现，使学生产生失败感，这样又会挫伤学生的积极性。

三、不断创新。

教学过程中要不断创新。教师授课过程中不能照本宣科，要多思考、勤创新。只有这样才能使课堂生动起来。例如，在讲授《学会合理消费》时完全可以设置学生消费的相关场景，在情境中让学生身临其境地进行消费抉择。掌握合理消费的要点，培养合理消费的情感态度与价值观。

四、联系生活是政治教学的生命线思品教学要案例化。但我们的案例要注重生活化，尽量选取学生熟悉的案例。例如在讲述集体经济时，华西村的案例虽然比较典型，但毕竟离荆州初中生的生活太远，学生并不一定熟悉，因此在讲述中最好引述学生身边的集体经济案例。例如拍马村的集体经济发展地较好，且拍马村就在荆州区，学生对该村的情况比较熟悉，运用拍马村的例子讲述集体经济显然就比华西村的例子更能调动学生的兴趣。

五、教学过程中要注重探究学习新课改要求体现学生的主体地位，突出教师的主导作用。突出学生主体地位、教师主导作用最好的途径之一便是引导学生进行探究性学习。教师给出学生探究主题，并在学生探究的过程中适当的加以引导。通过探究，学生掌握了的学习的方法、提高了综合素质与能力，而教师引导也及时的帮助学生突破了重难点，实现了教师的主导作用。

六、授课中要注重知识的落实。

新课改下的思品教学依然要面临考试的检验，因此教学中教师要特别注重学生知识的落实。适时复习、检测，以不断的帮助学生巩固所学知识。只有这样才能既提高学生综合素质，又保证考试成绩。

**体育课教学心得体会篇七**

通过这次研修让我受益匪浅，让我从中学到很多知识，特别感谢专家们深刻的讲解。学到了新的的教学理念，多方位了解了现在的学生，得到专家的真传。对待孩子不能只用自己的思维想象问题，应该多换角度，多换别的方法。孩子有他们“玩”的天性，我们不能磨灭它，只能适当约束，从现在起我已经开始让学生“从玩中学、玩中创”，根据学生的年龄特点及学生的实际情况游戏、教学等教学方法，将教学内容趣味化,使学生在快乐中成长,在快乐中学习，纪律方面，在发现纪律问题时，我已经开始注意并着重落实，课下是朋友，课上就是老师。找准自己的位置，抓住重点。通过这次小学体育的培训，聆听专家的教诲和指导，让我深深地体会到：转变观念，是上好体育课的。

1、明确教学目标：长期以来，人们对体育课的概念模糊，特别是我们农村小学，因为体育器材缺乏，人们认为体育课就是跑跑步、做做操。通过这次培训，使我懂得了小学体育的教学目标。我们每一位体育教师都应该彻底地从心理上转变观念，把体育课当作一堂与语数等科目来组织教学，而不应该把体育当作一节负课上。语、数课不应该取代体育课，我们应该按课表的要求上好每一节体育课。在提高教学质量的同时，不应该无情地剥夺学生上体育课的权利，要真抓实干，把体育课落在实处，我们没有任何理由不给学生上体育课。

2、提高综合素质：俗话说，给人一碗水，自己要有一桶水。体育教师也是如此。教师只有认识到了体育课的重要性，理解了体育课的教学目标，那么就要想法设法在课堂教学中实现，因此教师必须强化自己的体育综合素质，就应该加强各方面的学习，钻研教材，研究学生的身心成长规律，多学习和掌握体育有关方面的知识，才能上好每一节体育课。

(1)教师要有过硬的身体素质：体育教师要有过硬的身体素质，不仅要身体强壮、意志坚强，还要在体育学习和工作中，始终保持充沛的精力和体力。因为体育教师工作的特殊性，需要经常带领学生一起运动，不仅课时任务重，还要长年累月地在室外上课，教学强度大，如今各种竞赛和评比竞争又激烈，不得不在工作之余积极地充电学习，提高自己的业务素质，以适应体育教学改革的需要。而参与教育科研，学习先进的教育理念，提高自身运动技术、技能等，都必须要有一个强健的身体予以支撑。否则，体力和精力难以得到保证，很容易影响自己的学习和工作，更谈不上充电学习提高了。任何一个体育教师要在其岗位上有所成就，就必须练就一身扎实的教学基本功，有了扎实的教学基本功能让体育教师娴熟地驾驭体育课堂，提高教学质量，及时地发现自己在教学中存在的问题，并通过自己的主观努力得到有效改善，不仅有利于自己的专业成长，还能提高自己的专业素养。

(2)敢于吃苦、积极进取：体育教师是一个特殊的职业，敢于吃苦，要认真备好、上好每一节课，组织好每天的“两操”，课外活动的训练和课外体育活动以及学校参加各种田径球类比赛的集训等工作，认真、踏实、任劳任怨地干好自己的本职工作，用实际行动在工作上的支持，让领导对自己的赏识和关注。但是，一名优秀的体育教师仅仅只是具备吃苦耐劳的精神是不够的，还要善于认真总结自己的得失，反思在教学和工作中的成败，善于用独特的思维方式去思考问题和解决问题，要具备积极进取的创业精神。

(3)积极参加教研，取人之长，补己之短：体育教师要想学到更多的东西，促进自己专业的成长，就离不开一个优秀体育教研组的影响和培养。首先，一个优秀的体育教师，在自己的专业成长过程中少不了体育教研组优秀教研文化对自己的影响。积极参加教研，能吸取同组体育教师的教育理念、教学方法、学习方法、科研方法等。做到学海无涯、勤能补拙、不甘落后。

3、教师上好体育课要有热情：

(2)让每一位体育教师更关爱学生：体育课有各种活动，难免会发生意外伤害。但是如果教师能在学生活动前就做好的准备，就能避免因为活动对学生的伤害，而一个转变了观念的教师就能做到这一点。让教师更关爱学生，让学生不受伤害。首先，教师在备课时，就会十分注意容易造成学生伤害的细节。例如，跑步，教师就会让学生充分做好准备活动，并且交代一些注意事项，从细节做起，指导学生认真按教师所说的去做，以免伤害的发生。其次，教师在上课时，出于对学生的关爱，教师一定会观察每一个学生的身体状况，像有病的，女生的特殊情况的，手脚有伤的等情况，对他们进行区别对待，以有利于体育的顺利的进行。

(3)让每一位体育教师把体育课上得丰富多彩：转变了观念的教师一定会想方设法把体育课上得丰富多彩。有器械会充分利用好这些器械，没有器械，也会想办法找到或制作器械。有了器械，就能让学生在体育上得到充分的锻炼。

在体育的内容上，教师会利用各种途径去丰富体育的内容，并找到学生喜欢的体育活动，特别是学校所在地的比较流行的体育活动，甚至是学生所不熟悉的体育活动，但又是很趣的活动，学生一定喜欢的这些活动，教师一定会收集到，并加以补充，丰富学生体育课堂的内容，使学生更加爱上体育课。

**体育课教学心得体会篇八**

为了进一步提高教师的。

教学。

水平和教学能力,有效推动教师之间相互学习、相互交流,在学校科研处精心组织下，我校于202\_年5月4日开展了阶段性教学成果交流与课堂展示活动教学研讨活动。真正取得了“全员参与、相互学习、共同提高、开拓创新”的教学实效。

1、全面把握教材，注重灵活处理。

在这次活动中，教师能对教材进行全面把握，课堂教学呈现清晰的脉络。如xxx老师的《多彩的夏天》，用一幅幅精美的夏天画面把学生带入情景后展开教学，教师采用先引导后放手的教学方法直到学生自学，体会，最后深情朗诵掀起课堂高潮。再如xxx老师的《千以内数大小的比较》的教学，教态自然，教法得当，基本功很强。特别是最后点课堂练习，用生动的课件直观形象的展示给学生，引导学生共同探究问题，课堂中教师对学生的表现运用多种评价方式收到了很好的效果，我听完这节课觉得这位年轻的老师具有特级教师的风范，实在令我回味无穷。

2、注重三维目标，突出教学难点。

新课程教学改革要求课堂展示三维目标，这次讲课，所有教师都能做到目标明确，重难点突出。如xxx老师执教《标点符号的争吵》一文，讲的是妙趣横生，邻人难忘。如果不出现异常情况，多媒体的用途将体现的更加完美。很好的运用现代的教学手段，把本课的重难点一一体现，并很好地调动了学生的学习兴趣。师生配合的非常默契。

3、注重学生主体，突出训练实效。

（1）多形式训练学生朗读。

语文课堂朗读精彩纷呈，读的形式多样，有齐读、个别读，教师的范读，师生的配合读等等，老师讲授了读书方法，指导学生读得韵味十足。

（2）多方位训练学生思维。

在教学中，各位教师用心营造浓厚的学习氛围，注重让学生自己学习，如xxx老师在讲《分数的意义》中，通过身边的生活事例引导学生，并利用多媒体直观演示，取得了很好的教学效果。

（3）多角度培养学生实践能力。

在数学教学中，xxx老师教学的英语课中，充分体现了新课程理念，注重学生亲身体验，让学生在议一议、说一说、比一比、猜一猜中认识英语单词，形成概念。充分的调动了学生求知的欲望。

通过这次学习，使我受到了很大的启示，教学方法不能用陈旧的那一套，必须创新。在以后的工作和学习中，我会更加努力的钻研教材，在教学方法上多下功夫，不断加强自己的科研能力。

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！