

最新体育引经据典心得体会500字(通用5篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

体育引经据典心得体会500字篇一

本人有幸参加了市青年体育教师培训，短短四天时间虽然身体上比较累，但是过得非常充实，收获颇丰。此次青年教师培训内容分为两个部分：技术课和理论。技术课分别安排了足球、篮球、防身术和体操。理论部分由江苏学校教育网的曹卫民老师为我们做《课外体育活动》的讲座。

培训第一天由教研员李主任给我们上足球课，他给我们上的不是具体到某个课时的示范课，而是通过足球游戏的方式达到学生轻松掌握某个动作要领的组织方法，在此过程中李主任还讲了如何通过足球游戏提高学生的运动负荷，如何合理组织可以有效解决农村体育课缺少器材的问题。

防身术课的安排深受女教师们的喜爱。给我们上课的是一位全国散打、跆拳道冠军。听他的课可以用充满激情、充满正能量来形容。课的开始我们分为四组，在3分钟时间内快速写好队名，口号和队歌，接下来就是各种展示时间，大家的积极性一下子就被调动了起来。整堂课他给我们讲解示范了各种紧急危急情况下如何化解的方法，非常受用。

体操专项培训的一天是收获最大一天，为什么说是收获最大的一天呢？是因为20xx年我参加的市青年教师基本功大赛中体操部分的考试内容这里面都有涉及，而且很多地方技能展

示的时候模棱两可，还有双杠的前滚翻根本就不会，我想如果让我先参加培训，再去参加基本功考试名次有可能会好很多。上午刘老师给我们把《青春的活力》这套操又重新梳理和规范了一遍。我们还学习可几种队列队形口令的正确发出方法，从开始的把握不好节奏，到反复练习的熟练运用，都说明了熟能生巧，勤能补拙的道理，经过多次反复的练习操化动作和队列，学员们基本上都掌握了学习的内容。下午，刘老师还给我们示范了前滚翻，后滚翻和肩肘倒立等技巧类标准的动作，在我们的要求下他又给我们讲解示范了双杠前滚翻的教法和保护与帮助的方法。让我们有了直观的体验和感受。这天的培训，有汗水，但是更多的是收获。

江苏学校教育网的曹卫民老师用节拍游戏让大家的注意力一下集中起来，他讲的初探《课外体育活动》给所有人留下了深刻的印象，连续四个小时的时间，中间只休息了十分钟，曹老师给我留下了兢兢业业，尽职尽责的形象，他详细明了的给我们讲解“课外体育活动”的主要框架内容和表述要求，曹老师采用的是先提问，后出示优秀案例的方法，让每个人都开动脑筋思考问题，而不是平时培训时的只听不讲。

四天时间，说长不长，说短不短，通过培训，我既收获了很多平时很难了解到的经验和教学方法，也让我找到了平时工作中的不足，帮助我站在一个崭新的平台上领悟当前体育课程教学改革，让我进一步明确了自己今后体育教学工作的方向。结合我学到的知识，不断的提高自己的业务水平，运用科学的方法和良好的心态投入到教学工作中去。

体育引经据典心得体会500字篇二

1、我有幸参加了这次听课活动，听了张鹏老师的一节《跳绳》课，收获巨大。张老师的课基本功扎实，课前准备充分，教师对学生的体育常规训练到位。树立了“健康第一”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；并且教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，极赋渲染性的行体语言，使学生及听课教师赞不绝口。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，给我留下深刻印象。

总之，在以后的教学中值得我学习的地方甚多，希望领导以后能多组织这样的活动，以此来提高我自身的素质。

2、今天，我有幸听了马科农老师的一节体育课，收获很多。

马老师专业技术能力强，自身素质比较高。这一节课教法先进，课堂气氛活跃，课堂激趣游戏，热身操等，能快速激发出学生的练习热情，尽快进入角色。结束部分放松练习，又能使学生彻底放松，效果非常好（我认为这个地方用录音机播放音乐效果会更好）。

马老师鼓励性的评价，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，给我留下深刻印象。但是，在学习中我也发现一些不足之处：练习密度不够，可能是场地原因安全措施不够好，最后的放松活动利用录音机会更好。

马老师的课鼓励性的表扬是不多的，这是一点不足。我认为体育教师在语言表达上应真实、亲切、果断、简练，在语言和行为上摆正师生的平等关系，才能符合新《课程标准》的要求。

总之，这次体育听课让我感受很深，开拓了我们的视野，充实了我们老师贫乏的课

3、我听的这堂课的讲课教师叫刘金桥。他设计的这堂课是从学生的年龄特征出发，对低年级的学生来说课堂常规很重要，这一点刘老师把我的很好。开始部分是转向练习。而后引导学生做韵律操准备活动，充分调动了学生的积极性，不仅使学生的注意力更集中了，也让学生的肢体充分活动开了。在团身前滚翻的教学中，不仅学生掌握了技巧，同时还学到了帮助与保护等安全的学习方法。在结束部分是以一首儿歌《小燕子》来进行韵律操放松活动，积极带动了学生放松的自觉性。整节课下来，学生不仅玩到了，学会了技巧，同时还能锻炼到了。

听完这次体育课堂竞赛后，我自己也在琢磨未来自己应如何去设计与安排教材如何让学生在自我的课堂中既能学到又能很好的锻炼到身体。

体育引经据典心得体会500字篇三

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主任以及x等老师的体育课。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，能让学生在过程中感受到学习乐趣，同时得到指导，从而使整节课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，甚至体育锻炼的机会都不是太多；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。

听了张老师的健身气功课，收获很多。实实在在的课堂让我对教学有了更深刻的了解。这次听课对我来说是次提高，也是促进。张老师的语言，非常有魅力，它能深入学生的心灵深处。语言声情并茂唤起了学生的共鸣。教学是一门艺术，教学语言更是一门艺术，谁能将它演绎得好，就能抓住学生的心。张老师充满感情的语言，让学生更加理解课文内容。一句教育名言说得好：“什么是教育，那就是学生把在学校所学的东西都忘记以后剩下的东西。”我想，我们每一位教师在上完一堂课后，该问问自我：当学生把这堂课所学的知识点忘记以后，还剩下些什么？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绝口。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”。

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！

体育引经据典心得体会500字篇四

高中体育教师必须树立“以人为本”的学生观。“一切为了学生，为了学生的一切”是新课程改革下的核心理念。新课程要求教学要面向全体学生，关注学生的全面发展，体现学

生的主体地位。师生之间不再是传统的师徒关系，而是一种平等与民主、尊重与信任、理解与合作的新型关系。

体育教师角色的转变

计划

的过程，而且是师生共同开发课程标准的过程。

学生学习成绩评价方式的转变

新课程改变只关注学生学业成绩的唯一

总结

性评价方式，评价主体多元化，评价内容全面性与选择性，关注个体差异，帮助学生认识自我，了解发展中的需要，充分激发与调动每一位学生的学习积极性，促进学生进步和发展，发挥评价的教育内能。

以上就是我在本次培训中的一点收获和体会，随着课程改革的不断深入，在课堂教学实施上我们会按照新课程标准要求，尝试全新的教学方法，我相信，课程改革后一定会培育出有创新精神和实践能力，适应社会的全面发展的英才。

体育引经据典心得体会500字篇五

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——李洋老师的一节《跳》课，收获颇丰。现将我的感受记录如下：

基本功扎实，对学生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。

教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。强烈的语言刺激加上徒手操、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，令人赞不绝口。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。