

# 2023年体育教师外出培训心得 体育教师 外出培训心得体会(优质10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 体育教师外出培训心得篇一

20\*\*年12月7-8日我参加了济宁市体育中考教研会。在学习期间，我们集中并认真系统地听了优秀体育教师的教学实践课以及专家的讲座。随着改革开放的发展，人们的教育观念也发生了变化，体育与健康课程正从育体向育体与育人有机结合的方向转变，新课程标准颁布以来，作为一名新时期的中学体育教师，我们一直在积极摸索、思考，自己应定位在一个什么样的角色，怎样让学生学得更加快乐，一直是体育教学工作中的一个聚焦话题，通过本次的学习，颇有些感悟与收获。

通过这次学习我们对体育有了新的熟悉，对体育教学有了新的思考。体育不是简单的技能教学，更不是健康知识的说教。而应该是在身体练习的基础上轻松地学、快乐地练、主动地思考。我们只有多反思、多总结，不断探索新的科学的教学方法和手段，通过学习不断进步自身的素质以适应社会对体育教师的要求。

通过学习重新认识了

体练习为主要手段的课程。新课程标准贯彻了“健康第一”的指导思想，重视学生的主体地位，关注学生的个体差异与个性培养，把学生的健康意识、交往合作意识作为重点，对

于同一教学目标、教材内容,采用新颖独特的教法,形式多样的教学手段,使一些单调枯燥的教材内容,通过生动活泼的教学形式,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。

总之在体育教学中我们应切实从学生的实际出发,为了学生的身心健康发展,设计适合学生身心发展的运动内容,采取有助于学生健康发展的教学方法,提高学生心理健康水平和社会适应能力,培养学生健康的意识。让学生学会学习,掌握学习运动精神的本领,养成不断求知的习惯,形成终身学习必备的素质。

## 体育教师外出培训心得篇二

20xx年11月17日~19日,我们组6人在进修学校参加了全市体育教师外出培训。全市1百多名体育教师参加外出培训。

首先,市进修学校体卫科科长林老师和州体卫科田主任简单说明这次外出培训目的和日程安排。

其次在进修学校体育馆进行体育教师基本功外出培训。

18日在公园小学观摩4节课,下午进行反思和专家讲课。

现在,简单就简单谈一谈我们组学习后得到的一点体会。

第一天严格的考勤制度,让每位教师都从内心深处重视起了这次外出培训。每位体育老师都认真地听、认真地记、认真地练。通过学习,让我更深刻地认识到教师在教学过程中应与学生积极互动,共同发展,努力处理好传授知识与培养能力的关系,注重培养学生独立性和自主性,引导学生质疑、

调查、探究，在实践中学习。通过典型课堂案例和理论结合，让我学会如何去激发学生学习兴趣，鼓励学生积极做到学会学习，学会必备的动作技能，通过创设情境，满足学生个性化学习和发展需求，使学生达到身体的、心理的、社会适应的整体目标。

特别是延吉市第十二中学的王显刚教师的耐久跑教学，那么小的场地里组织进行耐久跑教学。教学设计独特，学生也喜欢练习，真的感受深刻。

1、与时俱进，以“健康第一”为指导思想，与新课标标准教学理念接轨。

2、树立体育教学的主体教育观念。提高自己的专业知识，研究出更适宜中学生学习的方法，强化自己的综合素质，增加自己的人格魅力，感染学生以提高学习积极性。

3、教学中，以学习体育与健康知识、技术和方法为主要内容，以身体练习为主要手段，以发展学生体能和增进学生健康，培养终身体育意识和能力为主要目标来要求学生。

4、教学中，要改变现状，尽可能的增强学生的运动乐趣，引入新兴体育，引导学生之间的团结互助、互谅互爱，共同创作。

5、教学中，努力实现艺术与体育的有机结合，让学生在轻松愉快的音乐中锻炼身体，提高学生的韵律感和协调性，让学生把上课当作一种享受，在快乐中达到锻炼身体的目的。

6、教学中，对现有教材内容进行改造，发展学生的个性和特点，激发学生的创新意识与参与热情，努力达到趣味化、游戏化。

总之，短短两天的外出培训，使我的教育教学观念有了很大

的变化，让我认识到我们每一位体育教师都应积极参与到课程改革中去，不做旁观者，而应去推动它朝正确方向发展，做一个课改的积极实施者。我不再满足自己只是一个一板一眼的“教书匠”，虽然我成不了教育家，但我愿意做一个有个性，有想法，有追求的好老师！如果我真的用心去做了，我的学生也会更快乐，更幸福，相信追寻路上的我也一定会在工作中多得到一份快乐，一份幸福！

## 体育教师外出培训心得篇三

教师是一份神圣的职业，而成为一名人民教师是我一直以来的梦想，在参加了福建省教师招考笔试和面试之后，我终于收获了我的梦想。虽然已有半年的支教和一年的体育教师工作经验，具备了一定的专业知识技能，但我依旧感觉自己还欠缺正确的理论指导，同时在组织能力和教学效果上还需进一步的加强与提高。而这一星期的新教师岗前培训让我深深体会到，教育是一门艺术，一门大学问，值得我用一生的精力去钻研。这次的岗前培训多是福州的优秀教师为我们传授经验，从安全教育、师风师德、教育心理知识、专业知识、教学案例等方面为我们上了一堂堂生动的课程，通过7天的培训，我受益匪浅，体会颇丰。

通过培训，我更深一步了解到作为一名教师最基本的义务——教书育人。教师应无私地将知识传授给自己的学生，维护自己的学生，并关爱他们，以自己高尚的品行为学生树立起榜样。面对后进的学生，不能采用暴力或体罚等行为，而是应该用加倍的爱去帮助他们进步，这不仅是从职业角度，更是从法律角度对教师的义务作出了规定。教育不仅是教，更是教与学互动的一个过程。一味地向学生灌输书本知识只是一个教书匠的水平。

只有通过教育中不断学习，在学生实际情况的基础上对教学有所创新，才能逐渐提高教学水平。在培训中，老师们都不约而同地谈到了当代教师身肩重任、角色特别这一问题，

这似乎是一个比较陈旧的话题，但细细体会、琢磨他们的话语，觉得很有分量。这也使我对教师这一职业有了更深的思考和认识：首先，教师是文化的传递者。“师者，所以传道、授业、解惑也”，这是从知识传递的角度来反映教师的重要性。其次，教师是榜样。学高为师，身正为范也正是这个意思，这里主要涉及做人的问题，学生都有向师性，实际上是做人的一种认同感；同时学生受教育的过程是人格完善的过程，教师的人格力量是无形的、不可估量的，教师要真正成为学生的引路人。

在培训中，几位从事教育多年、教学经验丰富的老教师根据自己的实际经验给我们介绍了一些当好教师的要点和方法，给我留下了深刻的印象，也为我即将面临的实际工作提供了许多方法和策略。在谈到教师的发展问题上，几位校长都强调了适时调整和更新自身知识结构、终身学习的做法；在谈到面对困难如何克服的问题上，各位老师还提出了如何加强教师之间团结合作的方法；在教学教法经验方面，经济系的辛理主任给我们上了一堂绘声绘色的模拟课，通过这次课，我们认识到教师在上课过程中要多加思考，适时改进教学方法和策略，以艺术的眼光去对待教学，争取精益求精。

述的一些方法，实际上就为我们新老师起到了“扬帆导航”的作用，我觉得包括我在内的所有新老师必须好好地吸收和采纳。

这次培训，我也进一步确定了自己的方向，并且有了日后工作的指南针。

第一：终身学习，我们不仅要提升自身的专业知识，还要学习更多方面，如教育学、心理学、课程改革理念等。同时我们也要学会做事与人际交往。教师从事的是和人打交道的工作，如果能善于观察、研究、思考；处理好与学生、家长、同事之间的关系，那么相对来说，工作起来就会更得心应手。

第二：提升个人魅力，作为一名教师，首先要让学生喜欢你，喜欢听你的课，进而喜欢听你的指导。这就要求个人魅力不断提升，在积累经验中获得一种平和优雅的心境，在和学生相处的过程中获得学生的信赖。书是最好的老师，多读书，提升自己，在实践中反思自我，做一位优秀的人民教师。

第三：热爱学生，不管学生做了什么，你都要真心实意，关心爱护学生，体贴与理解学生。让学生觉得你始终是爱他们的。真诚可以是一面镜子，也可以是一种无敌的武器，对待学生，对待花样年龄的青少年，除了真诚还能用什么方式来打动他们，获得他们的信任呢？在教师生涯中，我将本着对学生对职业的热爱，坚决地走下去。

第四：不断反思，要想从工作中不断提高自己的教学水平就少了这个环节；不断的反思、改进。教师职业没有最好，只有更好。在不断的反思与积累中获得属于自己的经验与方法，并且能将这种方法深化为一种理论，这便是做一名教师的最高境界了。

对于刚刚步入教师工作的我们，对新的生活、新的责任、新的角色多少有些怯懦，而本次培训中，培训指导老师十分注意我们的这种心理的变化，他们的讲话，从头到尾始终贯穿一个中心，那就是充满对新教师的鼓励。其一是鼓励我们要赶快适应学校的教学环境、生活环境、人际关系环境等，其二是鼓励我们要更加理性地认识社会、认识自己的角色，改变以往学生时期那种趋向“感性”或者说是“浪漫”的生活态度。其三是鼓励我们要做一名终身学习型老师，做一名能够不断适应新知识新问题新环境的老师。其四是鼓励我们要坚持创新，在教学中发挥自己的聪明和才智，争做教学发展的弄潮儿。这些鼓励，使我对未来的工作充满了信心和动力。高尔基曾经说过：“只有满怀自信的人，才能在任何地方都怀有自信沉浸在生活中，并实现自己的意志。”也许，对于我们新教师来说，只要有克服困难的信心，才能取得好的开端，而好的开端，便是成功的一半。

现在虽然培训已经结束了，但是我学习的心没有因此停下，我会对所有教过我的老师心怀感恩之心。作为一名体育老师我必会将所学的理论知识和课堂实际相结合，为给学生上好每一堂课而努力，为每一位学生的健康和平安而认真谨慎，努力成为学生和家I长满意的人民教师。

## 体育教师外出培训心得篇四

首先先说一下我学到的最重要的一点，就是罗老师对我们要求，一定要上好体育课，让农村的学生健康成长。我总体感受就是：发自肺腑。姑且不谈论罗老师的专业情况，就从他的谈话就让人感觉到他是一个积极向上、责任心强的好老师。同时也是我第一次听到罗老师站在为全体学生根本利益、人生发展的高度去谈论这次培训。我觉得很实际到位，需要我们每个一线的体育教师深刻的反思！

球不了解、不吃不透，总是半桶水的水平。这样时间长了，学生也就越来越不想学我教的足球了，长此以往对学生的教学也会出现错误的情况。这次的培训把平时的教学中出现的许多问题加以清晰化，明朗化、规范化，对今后的教学起到了重要的推进作用。

通过这次培训，在今后的的工作中，我决定做到以下几点：

一、体育教学实际上就是一个长期的，反复的过程，需要教师“拳不离手、曲不离口”，只有把平时的体育课当做是自己不断充电的过程，认真去研究每一位学生，“找己不足、扬己之长”，营造和谐的课堂氛围，争取师生共同进步。

二、明确学习目标，尤其是体育教学中的总体目标、阶段性目标和课时目标一定要明确，甚至是每一节你要干什么一定要清楚，让学生干什么、达到什么样的要求一定要具体，只有做到事无巨细，教学实践才不盲目。

三、灵活运用资源。把现有的资源和周围的（学生及生活中）资源加以利用，力求普遍化，多强化，在实践中不断的提高学生的身体素质，只有素质提高了，什么样的运动孩子们都能够灵活运用，否则再多的都是空话！

四、多学习研究。只有平时下功夫，才能做到课堂不盲目。体育课看似简单要想上好其实是件不容易的事情，就好比“画虎画皮难画骨”、形似神不似，就是这个道理。

实际情况，要想搞好体育的教学，全面的提高学生的素质，更需要领导阶层转变思想，严格执行国家的政策。

## 体育教师外出培训心得篇五

12月12日，周五，与同事几人参加了在临淄区举行的“共享优秀科研成果 大力推进教育创新”——淄博市教育科研成果推广现场会。

临淄实验中学校长吴宪平，淄博市教研室王玉强老师、陈鲁峰老师，做了精彩发言。他们把十多年的科研成果毫不保留的展示在大家面前，既给在场的所有老师以宝贵经验，又给我们敲醒了警钟。

是呀，新课程要求教师自己由“教书匠”转变为研究者，在教学过程中要以研究者的心态置身于教学情景之中，以研究者的眼光审视和分析教学理论和教学实践中的各种问题，对自身进行反思，对出现的问题进行探究，对积累的经验进行总结，使其形成规律性的认识，以发挥课程资源的整合效应。

静心思考，教师专业发展的理想境界是什么？我想应该是追求卓越。经济发展靠科技，科技进步靠人才，人才培养靠教育，教育振兴靠教师。没有教师专业质量的提升，就没有学校教育质量多的提高；没有教师的主动发展，就没有学生的主动发展。教师职业是使人类和自己都变得更美好的工作，每位教



师资源的不断学习、充实和发展自己的职业，才会具有越来越重要的社会价值。

教师间的差异是有限的，但人的潜能是无限的，一个人的潜能开发，离不开激情的燃烧。用心爱她，勇于实践，善于积累，不断完善自己的职业。

## 1、专业教育书籍的阅读是教师专业成长的基石

学校要求教师不仅要有扎实的业务知识和专业能力，还要有高尚的师德和丰厚的人文底蕴。应该大举措要求教师人文阅读，开设“大家讲坛”，提升人文素养，以保障学校可持续发展和促进学生健康成长的需要。

读书是教师专业成长的重要方式和生命状态。学校是读书的好地方，教师要终身读书，读好书，读书方能立己，才能成为一个追求精神独立的思考者、探索者、创新者；读书方能在别人的思想之下建立自己的思想并能尝试着用思想点燃智慧的课堂。几乎所有受学生尊敬的教师都有一个共同的嗜好——读书，教学的智慧和灵气，正是得益于教师广博的知识积累和深厚的文化底蕴。

学校要制定教师读书计划，校长要以身作则，建立学习型的领导班子，让读书成为一种习惯，通过读书塑造儒师之魂。教师首选读物是专业教科书，教师必须精读细嚼专业书籍，围绕专业构筑的专业框架。其次，文学书籍的熏陶，能够使心灵变得柔软，哲学书籍能改变思维方式，为教学开启第三只眼。

## 2、教师善于反思是教师走向成熟的标志

学校应以教师博客为途径，进行反思性阅读写作，促进教师发展。

对一名教师来说，推动其事业发展应该有两个轮子，一个是情感，一个是思考。教育情感使教师热爱教育事业，敬业奉献而乐此不疲；教育思考使教师不断修正教育实践，总结、提炼教育经验，理性的实施科学教育。总结教学的得失与成败，对整个教学过程进行回顾、分析和审视，才能形成自我反思的意识和自我监控的能力，才能不断丰富自我素养，提高自我发展能力，才能冲击原来根深蒂固的传统观念，以改进自己的教学行为从而使自己终站在教学改革的前沿。

### 3、教科研是教师专业发展的必需

科研工作应贯彻“课题研究校本化，教学研究课题化”，学校应该成立校长领导，分管校长主抓，教科室主任具体负责的组织结构，以课题研究为核心成立课题小组，规定每周1小时的校本教研活动时间，每次活动均有明确的活动内容。

对于教师成长，最后总结为一句话：教科研是教师成长的唯一渠道。教而不研则浅，研而不教则浮。现实中，许多教师天天走进课堂，却缺少对教学的理解和探索；天天面对学生，却不能走进学生的心灵；天天面对教材，却不能创造性的处理教材；天天面对困惑，却习以为常，不去思考和解决。正因为这样，教师的教学变成了年复一年，日复一日的机械劳动。

教科研范围宽泛，处处有课题。校本课程开发是教科研的重要一部分，它能够增进专业知识与技能；完善教师的专业情感与专业价值观；提升教师专业发展意识与专业自主权。在校本课程开发活动中，教师通过不断的学习、探索、充实学科专业知识和教育专业知识完成课程选择、课程改编、课程整合、课程补充、课程拓展和课程新编任务。

写作就是研究。作为一名教师，要学会养成记录自己平时思想火花的习惯。一次联想、一回顿悟、一缕思绪、一个念头都以随感、格言的形式写下来，让激情的火焰在纸上燃烧。作为一个新时期的教师，要想扎扎实实的积聚教育能量，锤

炼教育艺术，要想踏踏实实的贡献自己的教育才华，就得善于总结自己的教育教学经验，并在此基础上，在自己专攻的领域内，纵横开拓，深入研究，不断升华为规律性的认识撰文立说。

仅仅经过短时间的考虑，我就下定决心加入科研。我坚信人是逼出来的，想做事从来就没有太晚的时候。不要否定自己的能力，事在人为。

现在，有了目标该如何出发？

我现在知道了需从教学或管理的问题中定课题，定下课题以后的工作，我需找明白人学习。接下来我需在工作生活中多读些书，做到厚积而薄发，随时解决工作中遇到的问题与困难。

教师外出培训心得2

## 体育教师外出培训心得篇六

20\_\_年11月17日~19日，我们组6人在进修学校参加了全市体育教师外出培训。全市1百多名体育教师参加外出培训。

首先，市进修学校体卫科科长林老师和州体卫科田主任简单说明这次外出培训目的和日程安排。

其次在进修学校体育馆进行体育教师基本功外出培训。

18日在公园小学观摩4节课，下午进行反思和专家讲课。

现在，简单就简单谈一谈我们组学习后得到的一点体会。

第一天严格的考勤制度，让每位教师都从内心深处重视起了

这次外出培训。每位体育老师都认真地听、认真地记、认真地练。通过学习，让我更深刻地认识到教师在教学过程中应与学生积极互动，共同发展，努力处理好传授知识与培养能力的关系，注重培养学生独立性和自主性，引导学生质疑、调查、探究，在实践中学习。通过典型课堂案例和理论结合，让我学会如何去激发学生学习兴趣，鼓励学生积极做到学会学习，学会必备的动作技能，通过创设情境，满足学生个性化学习和发展需求，使学生达到身体的、心理的、社会适应的整体目标。

特别是延吉市第十二中学的王显刚教师的耐久跑教学，那么小的场地里组织进行耐久跑教学。教学设计独特，学生也喜欢练习，真的感受深刻。

- 1、与时俱进，以“健康第一”为指导思想，与新课标标准教学理念接轨。
- 2、树立体育教学的主体教育观念。提高自己的专业知识，研究出更适宜中学生学习的方法，强化自己的综合素质，增加自己的人格魅力，感染学生以提高学习积极性。
- 3、教学中，以学习体育与健康知识、技术和方法为主要内容，以身体练习为主要手段，以发展学生体能和增进学生健康，培养终身体育意识和能力为主要目标来要求学生。
- 4、教学中，要改变现状，尽可能的增强学生的运动乐趣，引入新兴体育，引导学生之间的团结互助、互谅互爱，共同创作。
- 5、教学中，努力实现艺术与体育的有机结合，让学生在轻松愉快的音乐中锻炼身体，提高学生的韵律感和协调性，让学生把上课当作一种享受，在快乐中达到锻炼身体的目的。
- 6、教学中，对现有教材内容进行改造，发展学生的个性和特

点，激发学生的创新意识与参与热情，努力达到趣味化、游戏化。

总之，短短两天的外出培训，使我的教育教学观念有了很大的变化，让我认识到我们每一位体育教师都应积极参与到课程改革中去，不做旁观者，而应去推动它朝正确方向发展，做一个课改的积极实施者。我不再满足自己只是一个一板一眼的“教书匠”，虽然我成不了教育家，但我愿意做一个有个性，有想法，有追求的好老师！如果我真的用心去做了，我的学生也会更快乐，更幸福，相信追寻路上的我也一定会在工作中多得到一份快乐，一份幸福！

## 体育教师外出培训心得篇七

四天的大练兵和两天的技能培训已经结束了，在短暂的学习中，我获得了一大笔精神财富！下面我就来谈谈我的体会。

前两天，我们被集中安排在巩留县森林武警中队接受训练。刚开始我们都有情绪，好不容易有一个周日，又把我们弄到这里参加军训，有什么好训的，那些东西又不是不会。不管有什么想法、有多少怨言，我们还是得去，胳膊终究拧不过大腿，我们就这样别别扭扭的开始了为期两天的训练。森林武警的教官尽心尽责，每一个动作都要求我们做得尽善尽美，一天的训练下来了，我们突然发现我们开始喜欢上了这种训练。军姿一站就是20分钟，正步走的抬腿动作单腿举起、手臂摆臂制动练习……我们这一拨人大部分身上都有伤，大部分人都咬牙坚持下来了。经过不懈的努力，终于我的动作做到位了。虽然汗如雨下，但是内心非常快乐。特别值得一提的事，不是我们专业的体育教师。他们有的年龄在40岁以上，他们虽然动作不标准，惹得大家阵阵发笑。但是他们的精神可嘉，还是在不停地学习。

后两天，我们集中到巩留县四乡中学，来自新疆教育学院范

教授为我们开展了为期两天的培训。范教授首先对课改做了回顾，对体育与健康课程标准的主要特点进行了阐述。面对社会的发展，我们体育课程教学改革与创新必须遵循体育教师的规律，坚持“健康第一”的指导思想。范教授重点讲解了当前体育教学方法改革的问题分析和当前体育教学方法带来的利和弊。重点讲解了体育教学方法的运用，并结合实际，在新课改下的体育教学方法，学生学法，教师素质的能提高和教育教学观念的转变等内容。对我今后的学习有了很大的帮助。

其次，在整个培训过程中范教授始终都在极力推崇“终身体育”、“健康第一”的理念，在他的课上欢笑不断，每个人自觉与不自觉的都在积极参与其中。

第一天上午，范教授上了一节理论课，其余三节课都上的是室外课，从武术到舞蹈、到游戏以及健身等等，甚至包括说拉弹唱，范老师都做得是非常好，范老师不停在说一句话：“体育课要有活力，要有欢笑，各类健身运动都能灵活运用，如果做到了，又何愁学生不愿上呢？”两天的课，上的我们汗颜，范老师一个五十多岁的老人，一直在运动，然而我们这些稍微还年轻一点的体育老师，一个个都累的上气不接下气。范老师就一个俯卧撑和仰卧起坐的锻炼方法上就各有20种和10种以上，如果我们在教学中，能够灵活的应运，不仅锻炼了身体，还提高了学生的参与性，这样的可才有吸引力。

范老师的武术动作更是潇洒漂亮。我们首先学习了基本的手型，步型；然后学习组合动作。全体教师学习非常认真，在老师的带领下，我们很快掌握了这套组合动作。说实话，在平时的教学工作中，我不敢教学生武术动作。害怕自己的动作不标准，教坏了学生。通过这次培训大大提升了自信心，对我今后的教学工作有很大的帮助。总之两天的培训，我受益多多。我也由衷的佩服范老师，我在佩服他们的同时，也在思考：“作为体育教师个人的综合素质一定要过硬，而且一

定要善于创新，一成不变，结果只有学生不喜欢，自己也无趣”。

通过学习我重新认识了“健康第一”的指导思想的深刻内涵，通过范教授的举例，对新课程理念下的课堂教学的方法与组织，有了重新认识和理解。在不断地练习中，使过去的体育课非常单一，在课堂上教师就是全权代表，教什么，学什么，学生没有主动权，学生与教师之间很被动。我们和范教授一起学习和研讨，我们深刻的认识到，只有我们体育教师的观念转变，把适应新的课程方法和理念应用到我们的教学中，才能使我们的学生在体育课堂中快乐学习，健康成长。达到我们追求的“让学生在学中求乐，在学中取乐”。

学习的时间是短暂的，虽然身体很累，但留给我的收获却是无穷的，头脑是充实的。通过学习，我收获了很多的很难了解到的经验和教学方法，通过学习我更深的认识了体育与健康课程标准与体育的乐趣。培训已经结束了一周，在这一周授课中，我慢慢的调整授课方式和内容，学生的积极性空前的高。

参加教师培训的机会是难得的，我觉得自己身上的压力更大了，但我一定要把压力变动力，今后在学校的教育教学中，我要更加努力学习各种教育教学理论和业务知识，与全体教师共同致力于新课改的研究和探索中，切实以新观念、新思路、新方法投入教学，为新时代培养更多富有创新意识、创新精神和创新能力的合格人才做出贡献!总之，通过这两天紧张的学习和考试，提升了自身的体育教学技能，加强了自己和各位体育教师的学习和交流。我想在以后的学习中我会更加努力，争取通过暑假培训，做一名优秀的体育教师!

## 体育教师外出培训心得篇八

20xx年11月17日~19日，我们组6人在进修学校参加了全市体育教师培训。全市1百多名体育教师参加培训。

首先，市进修学校体卫科科长林老师和州体卫科田主任简单说明这次培训目的和日程安排。

其次在进修学校体育馆进行体育教师基本功培训。

18日在公园小学观摩4节课，下午进行反思和专家讲课。

现在，简单就简单谈一谈我们组学习后得到的一点体会。

第一天严格的考勤制度，让每位教师都从内心深处重视起了这次培训。每位体育老师都认真地听、认真地记、认真地练。通过学习，让我更深刻地认识到教师在教学过程中应与学生积极互动，共同发展，努力处理好传授知识与培养能力的关系，注重培养学生独立性和自主性，引导学生质疑、调查、探究，在实践中学习。通过典型课堂案例和理论结合，让我学会如何去激发学生兴趣，鼓励学生积极做到学会学习，学会必备的动作技能，通过创设情境，满足学生个性化学习和发展需求，使学生达到身体的、心理的、社会适应的整体目标。

特别是延吉市第十二中学的王显刚教师的耐久跑教学，那么小的场地里组织进行耐久跑教学。教学设计独特，学生也喜欢练习，真的感受深刻。

1、与时俱进，以“健康第一”为指导思想，与新课标标准教学理念接轨。

2、树立体育教学的主体教育观念。提高自己的专业知识，研究出更适宜中学生学习的方法，强化自己的综合素质，增加自己的人格魅力，感染学生以提高学习积极性。

3、教学中，以学习体育与健康知识、技术和方法为主要内容，以身体练习为主要手段，以发展学生体能和增进学生健康，培养终身体育意识和能力为主要目标来要求学生。



4、教学中，要改变现状，尽可能的增强学生的运动乐趣，引入新兴体育，引导学生之间的团结互助、互谅互爱，共同创作。

5、教学中，努力实现艺术与体育的有机结合，让学生在轻松愉快的音乐中锻炼身体，提高学生的韵律感和协调性，让学生把上课当作一种享受，在快乐中达到锻炼身体的目的。

6、教学中，对现有教材内容进行改造，发展学生的个性和特点，激发学生的创新意识与参与热情，努力达到趣味化、游戏化。

总之，短短两天的培训，使我的教育教学观念有了很大的变化，让我认识到我们每一位体育教师都应积极参与到课程改革中去，不做旁观者，而应去推动它朝正确方向发展，做一个课改的积极实施者。我不再满足自己只是一个一板一眼的“教书匠”，虽然我成不了教育家，但我愿意做一个有个性，有想法，有追求的好老师！如果我真的用心去做了，我的学生也会更快乐，更幸福，相信追寻路上的我也一定会在工作中多得到一份快乐，一份幸福！

## 体育教师外出培训心得篇九

有幸参加本次外出培训，我觉得十分开心，为此，我十分珍惜这次学习的好机会。

在这次外出培训中，我受益匪浅。使我深深感到要转变学生体育学习方式就必须让学生有充分从事体育活动的机会，以发挥他们学习的主动性和创造性。但在教学实践中，我也发现全新的教育理念还不能很好贯彻课堂教学始终，长期形成的学习习惯的教学方式还难以一下子完全改变，这在很大程度上影响到学生学习方式的转变。在今后教学工作中，要不断更新自己的教育观念，将全面的教育理念转化为教学行为，体育源于生活，生活中到处充满着体育活动。教师应为学生

创设良好的体育活动氛围，让学生陶醉于体育锻炼情境之中，乐不思蜀。

这里的“情境”主要指教师通过讲故事、创设活动场景、多媒体课件等教学手段使学生置身于体育锻炼氛围中。在体育教学中，要从培养学生的素质着眼。中学体育教学不仅让学生掌握体育知识，更重要的是使学生掌握体育技能，增强学生体质。我认为在中学体育教学中，必须重视培养学生的好个性，并通过各种运动途径努力实施，全面提高学生的综合素质。在体育教学中培养学生的好个性，教师要通过各种渠道，抓住时机，把握好体育教学与学生个性之间的联系，发挥体育教学的功能，从而形成学生良好的个性品质，在教学中要做到：要引导学生在自我评价的时候，既要看到进步的一面，又找到自己的不足，力争发扬优点改正缺点，扬长避短，不断提升自己的各种素质；体育教学中，教师要创造让学生自主学习、合作锻炼的课堂教学环境，正确引导，巧妙疏导，使学生积极投入到学习的全过程；教师不需要对解决问题的方法做许多硬性规定，让学生在实际操作中自己想方法克服困难，有意识的磨练学生的意志，鼓励他们不畏困难，提高运动质量。这是逐步培养学生良好意志的有效途径。

本次外出培训帮助我们体育教师解决教育教学中的实际问题，提高实施素质教育的能力和水平。通过学习，我深深地感受到国家对我们教育的重视，感受到远程教育的极大优势，感受到教师参加外出培训、提高自身素质以及教育教学能力的重要性。

通过倾听专家教师讲座，我对教育教学工作，特别是中学体育教学有了更深的认识，教学思路开阔了很多，对今后的教育教学有了新的目标和方向，可谓耳目一新，受益匪浅。我想我在今后的工作中应该牢牢地记住：学生是一切教学的起点，也是一切教学的归宿；学生探索求学的过程要比获得单纯的结论重要得多。作为新时期的教育工作者，我们应该做一个“大气”的教师，不仅仅是要教给学生体育知识，还应该教

会学生学会科学的学习，锻炼方法，赋予学生更大的后劲。这才是我们要追求的体育教学价值。

## 体育教师外出培训心得篇十

第一天严格的考勤制度，让每位教师都从内心深处重视起了这次培训。每位体育老师都认真地听、认真地记、认真地练。通过学习，让我更深刻地认识到教师在教学过程中应与学生积极互动，共同发展，努力处理好传授知识与培养能力的关系，注重培养学生独立性和自主性，引导学生质疑、调查、探究，在实践中学习。通过典型课堂案例和理论结合，让我学会如何去激发学生学习兴趣，鼓励学生积极做到学会学习，学会必备的动作技能，通过创设情境，满足学生个性化学习和发展需求，使学生达到身体的、心理的、社会适应的整体目标。

特别是延吉市第十二中学的王显刚教师的耐久跑教学，那么小的场地里组织进行耐久跑教学。教学设计独特，学生也喜欢练习，真的感受深刻。

1、与时俱进，以“健康第一”为指导思想，与新课标标准教学理念接轨。

2、树立体育教学的主体教育观念。提高自己的专业知识，研究出更适宜中学生学习的方法，强化自己的综合素质，增加自己的人格魅力，感染学生以提高学习积极性。

3、教学中，以学习体育与健康知识、技术和方法为主要内容，以身体练习为主要手段，以发展学生体能和增进学生健康，培养终身体育意识和能力为主要目标来要求学生。

4、教学中，要改变现状，尽可能的增强学生的运动乐趣，引入新兴体育，引导学生之间的团结互助、互谅互爱，共同创

作。

5、教学中，努力实现艺术与体育的有机结合，让学生在轻松愉快的音乐中锻炼身体，提高学生的韵律感和协调性，让学生把上课当作一种享受，在快乐中达到锻炼身体的目的。

6、教学中，对现有教材内容进行改造，发展学生的个性和特点，激发学生的创新意识与参与热情，努力达到趣味化、游戏化。

总之，短短两天的培训，使我的教育教学观念有了很大的变化，让我认识到我们每一位体育教师都应积极参与到课程改革中去，不做旁观者，而应去推动它朝正确方向发展，做一个课改的积极实施者。我不再满足自己只是一个一板一眼的“教书匠”，虽然我成不了教育家，但我愿意做一个有个性，有想法，有追求的好老师！如果我真的用心去做了，我的学生也会更快乐，更幸福，相信追寻路上的我也一定会在工作中多得到一份快乐，一份幸福！