

体育教研活动心得(通用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

体育教研活动心得篇一

作为一名体育教师，我一直致力于提高自己的教学水平，积极参加各种体育教研活动，不断汲取新的教学理念和方法。在这些体育教研中，我获得了很多收获和体会，下面将分享一下我的体会心得。

第一段：重视教育

在我的体育教研经历中，最让我印象深刻的是一位老师的讲话。他说：“我们不教授的是运动技能，而是塑造品格，培养坚毅精神，锻炼身体素质，让学生在体育中学会生活和分享。我们教育的不是单一的课堂，而是创造机会，让学生在良好的环境中成长。”

这段话让我深刻地认识到，在体育教学中，不仅仅是要注重技能训练，更重要的是要注重对学生性格、素质的培养。只有这样，才能真正完成体育教育的真正使命。

第二段：注重学生的主体性

在传统的体育教学模式中，老师是绝对的权威，学生被动接受。但是，在现代教育理念下，我们必须重视学生的主体性，让他们在学习中成为活跃的参与者。

在进行体育教研时，我学到了很多创新的教学方法，如自主

学习、合作学习等。这些方法可以激发学生的主动性，提高学习效果。学生参与其中，能够发挥自己潜在的能力，培养自信心和合理思考的能力，更可喜的是，根据学生的个性、兴趣、能力做出不同的安排和考虑，这是一种符合学生需求的体育教学方法，而不是固定的教学内容。

第三段：规范的体育教育教学要求

我的一位体育教研老师曾说：“标准体育课是全面、高效、有效的”。

这说得很对，是很多基层教师需要参考的体育教学目标。高效指的是班级同学的平均水平的提高，有效是指教学内容和方式的实际效果是确切的。具有规范性，有一定的性质和教育特点，是广泛参照的标准。

第四段：综合素质教育体现

在体育教学中，必须注重综合素质的培养，让学生在体育中锻炼自身的综合能力。

综合素质包括知识、技能、体育意识、体育行为、人际关系等各个方面。学科的综合教育不仅需要掌握知识，还需要在学科教学中注重学生形成的素养实践，体现出体育教育和体育教育教材的内在联系，使学生在不断学习体育知识和技能的同时，提高身体素质，培养良好的体育行为习惯，促进个人健康发展。

第五段：技术锻炼

在体育教学中，促进学生技能的提高，打造专业化的培训环境是必要的。

体育教育是个实践性极强的学科，而技能是学生实际表现的

重要体现。因此，我们必须关注学生的技术锻炼，让他们在运动中逐步积累自己的技能，做到内外磨合，支持学生在体育技能中的成长。

综上所述，通过这些体育教研，我深刻认识到，体育教育重在培养综合素质、注重学生主体性、强调体育意识，学妥中常，普及教育，高效、规范的体育教学对学生的发展是至关重要的。而特别适应观望发展战略下的教学研究的要求————返璞归真，磨砺出人才来。

体育教研活动心得篇二

谈课外体育锻炼的效果

我们的学生，在紧张的学习、工作之余，必须通过一定的方式来放松紧张的精神，调整生活的节奏。在课外体育锻炼中开展多种多样的消遣娱乐性的体育活动，恰是学生调整、顺应新的生活节奏的重要辅助手段。那么，重视课外体育锻炼到底有多少作用呢，概括起来有以下四点：

1. 它有助于培养学生的终身体育意识，所谓终身体育意识，主要是指人们对从事体育活动的理性认识和实践期望。终身体育意识的培养，主要依赖于有关体育基本理论知识的学习和对体育实践的情感体验。课余体育活动还为学生提供了一个自主运用所学体育基本理论知识，施展体育各方面才能的机会。通过课余体育活动来培养学生的终身体育意识，有独到的作用。
2. 它有助于培养学生的终身体育兴趣：学生参加课外体育锻炼活动可以根据自己的兴趣、爱好自愿选择其活动的内容、形式、方法，富有吸引力，能引起学生浓厚的兴趣，满足愉悦身心的情感体验。课余体育活动对培养学生的终身体育兴趣，有重要的作用。

3. 它有助于培养学生终身体育习惯：终身体育习惯是人们经过长期体育实践巩固下来的终身从事体育活动的行为特征。终身体育习惯的养成，有赖于终身体育意识和兴趣的培养，以及持之以恒的意志努力，并有一个从不自觉到自觉、从不习惯到习惯的逐步培养过程。持之以恒地参加课余体育活动本身就是终身体育的行为，是终身体育习惯的培养过程。

谈课外体育锻炼的效果

我们的学生，在紧张的学习、工作之余，必须通过一定的方式来放松紧张的精神，调整生活的节奏。在课外体育锻炼中开展多种多样的消遣娱乐性的体育活动，恰是学生调整、顺应新的生活节奏的重要辅助手段。那么，重视课外体育锻炼到底有多少作用呢，概括起来有以下四点：

1. 它有助于培养学生的终身体育意识，所谓终身体育意识，主要是指人们对从事体育活动的理性认识和实践期望。终身体育意识的培养，主要依赖于有关体育基本理论知识的学习和对体育实践的情感体验。课余体育活动还为学生提供了一个自主运用所学体育基本理论知识，施展体育各方面才能的机会。通过课余体育活动来培养学生的终身体育意识，有独到的作用。

2. 它有助于培养学生的终身体育兴趣：学生参加课外体育锻炼活动可以根据自己的兴趣、爱好自愿选择其活动的内容、形式、方法，富有吸引力，能引起学生浓厚的兴趣，满足愉悦身心的情感体验。课余体育活动对培养学生的终身体育兴趣，有重要的作用。

3. 它有助于培养学生终身体育习惯：终身体育习惯是人们经过长期体育实践巩固下来的终身从事体育活动的行为特征。终身体育习惯的养成，有赖于终身体育意识和兴趣的培养，以及持之以恒的意志努力，并有一个从不自觉到自觉、从不习惯到习惯的逐步培养过程。持之以恒地参加课余体育活动

本身就是终身体育的行为，是终身体育习惯的培养过程。

体育教研活动心得篇三

体育教育是学校教育中不可或缺的一部分，它不仅能锻炼学生的身体素质，而且能构建学生的团队协作能力、个人意志品质等多方面，这些都是体育教育所能带给学生的财富。体育教学的实施过程中，教研是一个核心环节，在教研中我们不仅能学到教学经验，而且能交流同行的教学方法，共同促进体育教学的发展。

二、体育教育教学的现状

目前，随着人们对于品质培养意识的增强，体育教育的地位和重要性不断上升。但是，在体育教育教学中，有一些问题也需要我们正视和解决。在教师队伍中存在部分教师专业素养不足的情况，导致在教学实践中存在一些失误和弊端。此外，学校的课程设置、资源配置等问题也影响着体育教育的提升和发展。

三、体育教育教学的探索和实践

为了解决体育教育教学存在的困境，许多学校正在探索和实践教研模式，通过集体备课、教研活动来推动体育教育的稳定发展。在教研过程中，可以与其他学校交流分享自己的教学经验和精益求精的态度，共同思考如何针对体育教育中的难点问题，探讨如何使体育课更加丰富有趣，使学生爱上体育。同时，教师队伍素质的提高也是体育教育重要的拓展方向，通过学习各种体育知识及心理学知识，提升教的自身素质，然后更好的服务于教育事业的发展。

四、体育教育教学思考

在体育教育教学中，教师该如何培养学生的认知和兴趣，需要我们需要思考。我们可以通过开展一系列课外体育活动、丰富体育课程设置、搭建多样化教学场景、充实体育教师课后教育培训等多种形式，从而促进学生对于体育教育的热爱程度。更重要的是，提高学生对体育教育的重视程度，这需要教师具有策略思考和方法论，通过不断创新方法，激发学生学习体育知识的兴趣。

五、结语

总的来说，体育教育的教学体会让我们认识到，借助教研模式能够促进体育教育的稳步推进和教学质量的提高，借助不断创新的方法实现体育教育转型升级。在教研的过程中，我们应该保持一颗开放，思考取其精华，采取自己的思路和方法，大力推进教育改革，为学生打造富有品质和成就的未来。

体育教研活动心得篇四

20xx年7月16日至20日我参加了全国中小学体育教研员培训，在这几天的学习培训中，我有幸观看了教育部专家及教材修订学院院长、教授的精彩报告，使我感悟颇多，受益匪浅。他们的报告，带给我的不仅是知识上的收获，更是能力的补充。培训的时间虽短，但给了我强烈的感染与深深的理论引领，让我明确了教研员的角色定位，深刻地领悟出一种思想、一种境界、一种努力的方向。通过学习，我有了以下几点体会：

通过培训，使我对教研员这个角色有了进一步的了解，教研员不只是听课、评课、检查常规教学工作这么简单。教研员是老师的老师，是专业引领者、指导者的角色。在教学过程中和教师们一起研究、探讨存在的具体问题，看到教师们看不到的，想到教师们想不到的，有着榜样作用。

专家们的精彩讲座给了我一次次心灵的撞击。聆听了教育部

教育司司长杨贵仁就新课标下的工作对全国体育教研员工作要求及期望，关注学生健康成长，树立“健康第一”的指导思想。华东师范大学体育与健康学院教授、博士生导师季浏讲座的基础教育《体育与健康课程标准》，他通过大量的理论知识讲座作了全面的剖析，使我茅塞顿开；聆听了潘绍伟、汪晓赞、谭华、陈雁飞等教授专家的讲座，使我认识到要想成为优秀的教研员，必须重视学习，不断提高自己的文化素养和专业素养，促进自身专业发展，不断提高自身的研究能力，不断提高自身的人格魅力；分组讨论聆听了全国各地的教研员关于网络教研的思路与方法，使我懂得了一些使用技巧，知道了如何建立自己的网络平台，如何利用这个平台进行交流和学习，充分提高了自己网络研讨能力。

教研员是学校教研工作的引领者和指导者、是老师的老师，要想真正地成为老师的老师就要学无止境。只有在教学中不断学习，才能不断地提升自己的教学理念，才能不断地提高自身的研究能力，这样教学研究才能深入，教学质量才能保障，教学成果才能丰硕。

“语言是花苞，行动是果实，”有了深刻的培训体会，就要把它付诸于行动，在今后的教坛上，我要把学到的教育理念真正落实到自己的教育教学实践中，并有目的、有计划地进行校本培训，带领全体体育教师积极学习新课标、新课改，更新观念，努力提高教研活动的有效性、实效性，力争在教育教学质量更上一层楼。

总之，在今后的工作中要不断开拓创新，使自己的专业知识更高，更智能化，走进课堂，研究教材，研究学生，指导服务，有自己独特的学科见解，成为让教师信服，具有人格魅力的教研员，努力适应教研工作的需要。让我们快乐健康享受教师的快乐健康成长。

体育教研活动心得篇五

“生命在于运动”，我们每个人都认识到运动的重要性。而小班孩子刚刚从家庭的小环境到幼儿园这个大集体，面临着一个环境的转变，对此我们由衷地感到发展提高他们的身体素质和健康行为方式有多么重要。本学期，我们根据幼儿的生长发育和体育活动的规律，以多种形式：如体育游戏，户外活动，散步，户外小型器械练习等，保证幼儿每天有2个小时的锻炼时间，让幼儿进行多方位的锻炼，促进幼儿运动能力的发展与提高。

本学期我们严格遵循《幼儿园教育指导纲要》精神：“培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与。”认识到体格锻炼对孩子们的生理和心理发展有很大的益处，能促使幼儿身体和心理过程得到全面发展。组织幼儿经常进行体格锻炼，可以增强身体素质，减少疾病，全面地增强智能，促进身体健康地生长发育。

我们结合小班幼儿的年龄特点、生理特点，根据季节的不同以及幼儿在活动中的不同需要，组织开展一系列的体格锻炼活动，有早操活动、小型器械、集体活动和体育游戏等形式，以培养幼儿对体育活动的兴趣，保证每天不少于二小时的户外活动时间，让幼儿在日常活动和游戏中达到锻炼身体、增强自信心，促进幼儿智力、个性品质、审美情趣、交往能力等多方面的发展。

从我班幼儿的出勤情况来看，我班十一月份孩子缺勤率最高，那个月正好是气温刚刚开始下降的时候，由于家长担心孩子受冷生病，就给孩子急切地加衣，只要孩子稍一活动就容易出汗受凉，反而造成孩子咳嗽、感冒，针对这样的情况，我们及时通过“家长园地”、早晚接送孩子的机会以及路路通短信等，耐心地和家长作好解释工作，让家长们明白，要想让孩子健康地成长必须要加强孩子体格锻炼、增强体质，穿适

量的衣物，要不断提高他们对外界气候变化的适应能力和对疾病的抵抗能力。虽然一开始个别家长、特别是奶奶辈，并不是特别愿意配合，但是当她们看见班里穿得少、乐意锻炼的孩子个个健康后，也逐步改变了自己的想法。从十二月、甚至气温已经很低的一月幼儿出勤记录来看，孩子们的缺勤率在逐步降低，到学期结束时几乎天天全勤。

其实对于人体来说，除了体育活动，加强卫生工作，如果能利用自然界的日光、空气水、风、雪等不同刺激的锻炼，就能增强机体的耐受力经得起外界自然因素的突然变化。