

2023年体育教师外出培训心得体会(模板5篇)

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。

体育教师外出培训心得体会篇一

作为一名教师，我深知培训的重要性。近期，我参加了一次关于体育教学的培训课程，经过系统学习和实践活动，我深深感悟到了体育教育的核心理念和有效教学方法。在接下来的文章中，我将结合自己的体验，分享我对于这次培训的心得体会。

首先，这次培训加强了我关于体育教育的意识和认知。在课程中，我了解到体育教育不仅仅是教会学生运动技能，更重要的是培养学生的体育素养和身体健康意识。体育教学需要从学生的兴趣出发，通过激发学生运动动机，引导他们积极参与体育活动，培养他们良好的生活习惯。这样的观点让我深思：一个健康的身体是学生成功学习的基础，我们教师应该从全面的角度关注学生的身心健康发展。

其次，培训课程提供了一些实用的教学方法，帮助我提高体育教育的效果。其中最令我受益匪浅的是运用多元智能理论进行体育教学。每个学生的智力发展和兴趣爱好都有所不同，通过了解学生的优势智能，我们能够根据学生个体差异优化教学内容，创造适合学生的学习环境。我在实践中尝试了这种方法，发现学生的积极性和参与度明显提高，他们更主动地参与体育活动，更愿意接受新的挑战。

此外，培训中重视协同学习和团队合作的观念也深深影响了

我。在参加这次培训之前，我已经意识到团队合作对学生的成长具有重要意义。而通过体育教学的实践，我更加深入地领会到了团队合作的核心意义。在课程中，我们教师被要求与同事进行合作，共同设计和实施一堂体育课。这种体验让我明白没有任何一个人可以独立完成教学任务，只有通过密切合作，才能真正实现学生的全面发展。这个观念对于我个人的教学也有很大启发，我会努力营造一个包容和谐的课堂环境，鼓励学生在团队中相互支持、相互学习。

最后，这次培训还让我认识到了体育教育在学校中的重要地位。体育教育不仅是为了培养学生的运动技能和体力，更是为了提高学生的身心素质和全面发展。体育课程不应该只是填鸭式的传授知识，而是要通过设定目标和评价机制，促进学生综合能力的提高。这次培训的最大收获就是激发了我对于体育教育的热情，我将竭尽全力，让每一堂体育课都成为学生成长的平台。

综上所述，这次体育教育培训给了我很多启示。我不仅深化了对体育教育的理解，也掌握了一些实用的教学方法。更重要的是，我明白了团队合作和个体差异对于学生发展的重要性。我相信，通过不断学习和实践，我能够更好地提高自己的教育水平，为学生的成长创造更好的条件。

体育教师外出培训心得体会篇二

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。

培训是为了更好地进行教学，做一名成功的教育实施者，我们将从以下几方面做起：

- 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体会篇三

教师是一份圣神的职业，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。

只有通过在教育中不断学习，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体会篇四

“教师外出培训课改心得体会”

第1段：引言

在久经沙场的课堂教学中，老师和学生不免会感到疲惫。为了进一步激发教师的工作热情，学校安排了一次外出培训。这次培训深深地触动了我的内心，让我对课堂教学有了新的认识。

第2段：培训过程

在这次外出培训过程中，我们听取了许多国内外知名教育专家的讲座。他们从不同角度、不同侧面向我们阐述了课堂教学的一些问题。比如，如何提高教学质量，如何引导学生发挥主动性，如何使用现代技术辅助教学等等。这些知识，无不让我受益匪浅。

第3段：思考问题

在听完这些讲座之后，我开始反思我在教学中的一些问题。比如，我不太擅长注重师生互动，总是靠讲义来教学；又如，我的教学方式比较死板，很难引发学生的兴趣。这些都需要我在今后的教学中加以改进。

第4段：行动计划

作为一名教师，我必须付诸行动，将这些理论知识应用到实践中去。首先，我会拓宽教学方式，注意交流互动；其次，我会注重学生的主动性，培养他们兴趣；同时，我也会利用现代技术，辅助我的课堂教学。

第5段：总结

这次出行培训，在我的教学生涯中留下了深深的印记。我会一如既往地投入到工作中，不断提高自己的教育水平，满足学生的学习需要。我希望所有的教育工作者都能够像我一样，积极面对挑战，努力实现自身的教育追求！

体育教师外出培训心得体会篇五

很多学院积极组织教师通过各种途径外出学习先进的教学理念、先进的教学模式,为教师搭建学习交流的平台,促进教师专业能力的提高,使得教师队伍整体水平明显提升,为学院的发展提供源源不断的动力。下面是本站小编为大家整理的体育教师外出培训心得体会,供大家参考。

20xx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。

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，有了重新的认识和理解。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“让学生在学中求学，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！

提起体育教师，人们的印象往往就是身材高大、嗓门洪亮，处事干脆利索、还能吃得苦，霸得蛮。甚至还有一小部分人会错误的认为，体育教育，就是锻炼身体的教育，体育老师都是“四肢发达，头脑简单”的。

本人一直觉得，体育教师就应该具备那种雷厉风行、言出必行、说一不二的个性。课堂上，要能管理得住学生、把握得住课堂、完成得了任务，似乎对于学生来说，只有服从、听从，不能有太多的想法，不能有太多的自由。

题粗糙，没有耐性，对学生总是呼来喝去，批评、惩罚的手段用得很

多，激化了老师与学生之间的矛盾(本人一直固执的认为，教师和学生

生之间是存在一定矛盾的。)激发了学生的叛逆，为体育课堂埋下了隐患。其实，有时候，发挥教师的教学智慧，很多问题都能迎刃而解。本人就自己的理解，谈谈对“智慧型”体育教师的看法：

一、 体育教师的“管理智慧”：

模式，都是老师的“一言堂”，只能是老师发号施令，学生只有服从的义务，而不能有自己的想法，教师处于居高临下的地位，师生之间的关系显然是不平等的。学习的主动性渐渐地丧失。显然，这种以教师“讲”为中心的教学，不利于学生的潜能开发和身心发展。因此，在实施新课程标准中，教师要由以往的居高临下转向“平等中的席位”，从管理者转化为引导者。因此教师要努力营造民主、和谐、平等、活

跃的课堂教学氛围，我们要树立“以人为本”的思想。使我们永远是学生的朋友，平等的交流。为管理引导学生打下良好的基础。

二、 体育教师的“语言智慧”：

体育老师“呼喝”的语言，在老师与学生当中筑起了一道深深的沟壑，严重影响了师生

之间的交流，而幽默风趣的话语，以及简单易懂的讲解，则能更有效的吸引学生，让体育课堂变得更和谐更高效。例如，有的学生行为习惯不好，喜欢随处席地而坐，如果老师幽默的说：某某同学，到处都有凳子可以坐，其他同学可就没有那么幸福了，在同学们的笑声中，他会有些不好意思，但肯定不会和老师产生对立的情感。

三、 体育教师的“表扬智慧”：

每个班都会有令体育老师头痛的“懒虫”，尤其是高年级的女生，普遍是好静的超过了好动的。其实，并不是她们都那么好静，主要是她们在体育课堂上找不到表现自己的机会，因为体育老师的要求过高，而能让老师满意的，能得到老师肯定和表扬的人，总是那么几个老面孔，所以，才会有越来越多的人“好静”了。

马克吐温曾经说过，靠一句优美的赞扬，就能让我活上一个月。如果某学生的一次尝试失败了，老师多给他一个笑脸，一句关心，一声鼓励，少一个白眼，少一句责备，相信，他们会一次又一次努力的奋斗下去，而不是带有逃避性质的“好静”。对于一个“智慧型”体育教师来说，光做到以上几点还远远不够，我们还得继续努力，继续发现和创新，争取让我们的体育课堂成为孩子们充满欢声笑语的天堂。