

最新推拿教学心得体会(优秀10篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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。

推拿教学心得体会篇一

推拿作为中华民族的传统医学技术之一，历史悠久，源远流长。近年来，随着人们对身体健康的重视程度不断提高，推拿也逐渐受到关注。作为一名推拿教师，我有幸在过去的几年中从事推拿教学工作，切身体会到了推拿教学的独特之处和值得总结的经验。以下是我对推拿教学的心得体会。

首先，推拿教学应注重理论与实践相结合。推拿理论为学生提供了推拿的基本知识和理念，而推拿实践则为学生提供了锻炼技能的机会。在教学中，我们通常会先介绍推拿的基本理论，如经络理论、穴位理论等，让学生对推拿有一个整体的认识。然后，通过实践操作，让学生亲身体验推拿的效果，并更好地掌握推拿技巧。通过理论和实践相互结合，学生不仅能够理解推拿的原理，还能够熟练掌握推拿的技术，提高推拿的治疗效果。

其次，推拿教学应注重个性化辅导。每个学生都有自己的特点和潜力，在教学过程中，我们要根据学生的实际情况，提供个性化的辅导。对于技术较为熟练的学生，我们可以给予更高难度的训练任务，帮助他们进一步提高技能水平。对于初学者，我们要耐心引导，从基础操作开始，逐步提升难度。关键是要发现学生的优势和短板，针对性地进行辅导，帮助他们在推拿技术上取得更好的进步。

第三，推拿教学应注重实战能力的培养。在推拿教学中，除

了学习相关理论知识和技术操作外，学生还应该具备一定的实战能力，能够辨别疾病，并有效地施行推拿治疗。因此，在教学过程中，我们会加强学生的实践操作，引导他们参与真实的病例操作。通过这样的实践训练，学生能够更好地掌握推拿的实际应用，提升自己的实践能力。

第四，推拿教学应注重学以致用。推拿是一门实用的技术，学生在学习推拿的过程中，一定要学以致用，将所学的理论知识和技术应用于生活实践中。在教学中，我们会鼓励学生到社区、医院等地参与推拿实践活动，为社会做出积极贡献。通过实际操作的锻炼，学生能够更好地掌握推拿技术的本质，提高技术的实践能力，为自己的推拿事业打下坚实基础。

最后，推拿教学应注重培养创新能力。推拿作为一门古老的医学技术，也需要不断与时俱进，不断进行创新和发展。因此，在教学中，我们要激发学生的创新意识，鼓励他们在推拿技术上进行尝试和创新，提出新的理论观点 and 治疗方法。只有不断地创新和发展，推拿才能与时俱进，更好地为人们的健康服务。

综上所述，推拿教学是一项综合性、复杂性很高的工作，需要我们注重理论与实践相结合，注重个性化辅导，注重实战能力的培养，注重学以致用，注重培养创新能力。只有通过这些不断的努力，我们才能够培养出更多优秀的推拿专业人才，为推拿事业的发展做出更大的贡献。

推拿教学心得体会篇二

通过对教学常规的学习，我觉得自己对新时期的教学常规工作有了全新的认识。我认为新时期教学常规工作的首要任务是转变教育思想，更新教育观念，深入研究新课标，积极贯彻新课程理念。在这个前提条件下，认真领会区教学常规实施细则会事半功倍。我们只有思想上提高了认识，行动上才能跟上步伐。

我通过查阅教育教学文献资料，了解到有效的教学系指教师通过一系列的变量促进学生取得高水平成就的教学。有效的教学总是着眼于教学目标的取得。也有学者认为，有效的教学就是引导学生积极参与智力学习的教学；有效的教学就是能够激发学生学习欲望，促进学生积极地掌握知识以及团队工作和解决问题的技能，提高批判性思维能力和建立终身学习态度的教学与学习。还有学者认为，有效的教学就是指学生在教师的指导下成功地达成了预定学习目标的教学。从本质上讲，有两个因素制约着有效教学：其一是教师必须明确促进什么样的学习；其二是教师必须安排和提供给学生获得这种学习的学习经验。不难看出，着眼于目标的定义，重点强调的是预期的教学目标的达成。

教学之效，结果表现为质量。质量来自哪里？来自日积月累的功效。这日积月累，涉及面甚广。单就课堂教学而言，来自于每一节课，以及相关的课前深入研读教材以至有效备课、课后根据学情差异有效布置和批改作业、培优补差辅导、科学训练考试、深入教学反思和习惯总结提升……。

认真推敲起来，从一定义以上说，实现教学有效、高效，就是抓好抓实教学常规。说到教学常规，大家都有话可说。但是，说起来常常不外乎这样一些话语：备课，三次备课两次飞跃；上课，方式转变师生互动；作业，减轻负担；辅导，有的放矢；训练，讲究科学；反思，教后笔记；总结，撰写论文……。这些，都没错。

但是细加研究，又感觉不是那么回事。备课，飞跃不易；上课，互动艰难；作业，负担难减；辅导，乱矢穿空；训练，机械重复；反思，鲜花朵朵而已；总结，论文拼凑罢了。要真的做到有效，照我的理解，就是要把教学的每一个常规环节做到精细。

优化课堂教学结构，改进教学方法，提高课堂教学的有效性，是每一个教师苦苦追求的目标。教师在设计活动时要注重活

动的趣味性和学生的主体性，这一点无可厚非，但是如果忽视了活动的有效性，那就会导致活动流于形式，这样不但学生基本能力得不到培养，而且教学任务也难以完成。我下面结合实际，谈谈自己的几点想法。

开展课堂教学，应该以尊重教学条件和教学内容的实际为前提，这样才能保证课堂教学的真实有效。一切都要从实际出发。课堂上，我们在选用各种教学媒体时，应遵循“简单、实际、经济、易操作”这一基本方向，以是否适合课堂教学的实际需要为基本出发点以达到最佳的教学效果，使课堂回归自然。

在开展课堂教学时，我们还应充分重视学生对知识掌握的实际状态。学生的学习状态有时并未达到教师的期望，学过的东西学生并没有掌握好，有时又远远超出教师的想象，许多课本上尚未涉及的知识，学生已经知道得清清楚楚了。所以，课堂上，我们要随时随地关注学生的反应。学生注意力不集中，我们宁可不讲，让学生先放松一下，活动一下。学生没弄明白这个问题，我们一般也不能往下讲另一个问题。也就是说，要根据学生的实际状态，及时调整教学方案。按照学生的实际状态教学，取得了一定的效果。

课堂教学中，教师要善于通过有效的活动帮助学生掌握所学的知识与技能，才能使学生对新知识和技能的感知鲜明、完整和深刻，但是有的课堂活动太过频繁，密度过大，学生忙于配合老师应付这些活动，忽略了知识和技能的掌握，因而课堂教学的效率大打折扣。一堂课并不是一堆或有趣或无趣的活动的无序集合，而应该是一个具有内在联系的活动序列，这些活动相互强化和巩固，从而使学习朝着教师努力的方向发展。无论教师采用何种教学形式，都要将教学内容融入到教学活动中，使每个活动都要有明确的目的性，能为实现教学目标服务，这样才能有助于知识的学习、技能的掌握和运用能力的提高，才能使学习与活动实现有机结合，使教学任务在活动中得以完成。

总而言之，“课堂活动是实际的、千变万化的；课堂是质朴的、创新的、激昂的；课堂是思想生命火花的碰撞与展现，是情不自禁地从灵魂深处流露出不断滋润精神之园的丝丝甘泉的发源地。”让我们精心设计教学活动，做到适时适度，切实可行并富有成效。唯有如此，才能使课堂教学活动从“表里不一”走向“表里合一”，从而真正持久地提高课堂教学效果，共同追求真实、有效的课堂教学。

有效，是教育工作者永无止境的追求。

有效的方法多样，途径多条，关键是一一

施教者要有坚持不懈的努力态度，要有永无止境的追求精神。

管理者要有科学的评价方法，要有宽容的态度激励的机制。

引领者要有深入独到的研究，平等的态度，发挥有效促进作用。

在今后的工作中，我将积极吸收其他教师的先进经验，补充完善自己，努力缩小与其他教师的差距，力争取得更大的成绩。

这段时间我通过学习《有效教学》，深有感触。课堂教学是一个双边活动过程，应营造一个宽松和谐、兴趣盎然的学习氛围。教与学必须有一个和谐课堂步骤，形成一个完整的教学步骤来实施素质教育，使学生学得积极主动，真正成为课堂学习的主人。达到有效教学，创设情境，形成问题，使学生愿学。情境的创设关键在于情，以情激境，以最好的境、最浓的情导入新课，形成问题。提出的问题要击中思维的燃点，这样不但能对全体学生的认知系统迅速唤醒，从而提高单位时间里的学习效率。学生因情境的巧妙刺激，学习热情激发起来，萌芽学习兴趣，认知系统开始运转。

2、仔细推敲教学方法。随着网络的普及，教师可以利用的资源是越来越多了，教师交流教学方法的渠道也是越来越广，我们可以发现相同的教学内容往往有多种不同的教学方法，如何选择适合自己班级学生的教学方式在教学中有着举足轻重的地位。

3、有针对性的设计课堂练习。学生吸收知识第一印象往往十分重要，而教师在课堂上设计的听说读写各式练习情况往往直接影响着学生课后练习的正确率。

4、制造宽松融洽的课堂氛围，良好的心态更加有利于学生投入的学习，提高学习的效率。

具体还应从一下几个方面开始抓：

1、不要伤害孩子的自尊心。

有的学生是由于自尊心受到了伤害，比如遭到讽刺，挖苦；受到不应有的干涉，与家长、同学、教师发生矛盾，尤其是当和教师发生矛盾时，他就更不可能把精力专注与学习。

2、对学生的期望值不要太高

有的学生是因为教师、家长对学生的期望太高，孩子因为没有达到预期目标而产生了负罪感和内疚感，因此也就产生了厌学的情绪，这样也就不能去听教师所教的课程了。

3、真正的走进学生的心灵世界

有的学生是因为我们教师没有适应人本教育，没有改正自己的教育观念和习以为常的教学方式和教学行为。同时自己不能做到以身作则，对学生的爱心不够，不能真正的走进学生的心灵世界，与学生建立和谐融洽的师生关系。

4、教师要幽默

5、教师要讲究对学生评价的方法

评价很重要，无论是课堂评价还是学生的自评、互评都要准确。课堂上要多鼓励，及时鼓励，肯定评价要多于否定评价；学生之间的评价要把握好，不要使学生的自评、互评变成自我夸耀、自我贬低，或互相进行攻击、互相挑刺，评价要中肯，要切合实际。只有这样，学生才能更专注地投入到学习中来。

6、教师做学生学习活动的组织者、合作者、引导者和鼓励者

学生是学习活动的主体，教师只是学习活动的组织者、合作者、引导者和鼓励者。教学中要尽可能地根据教学内容和学生实际，准备好充足的学习材料，为学生发挥主观能动性、创造性提供广阔的时间和空间，让学生在自主、自觉、自由的活动中积极、主动、探索式学习。

所以为了做一个好教师，一个能被学生认同的好教师真是太不容易了，首先要把教室布置在教学环境中，这样学生才能进入专心的学习状态；在课堂上要建立民主与规范，既不能把课堂管死，又不能让课堂太活跃，影响了课堂纪律。但是课堂的学习行为规范必须要明确，要说到做到，然后还要对学生付出真诚的关爱，哪怕是一个动作，一个眼神，都不要去伤害学生。

我们既要承认激励赏识教育的正面作用，也要承认它存在着一定的局限性，这才是科学的发展观。当然惩戒要以尊重学生的人格为前提，批评时在方式上要含蓄、委婉、注意语气，讲究“度”。我们教师只有做到了这些，才能被学生认可、接受，那么就不会再有教不好的学生了。

推拿教学心得体会篇三

中医推拿作为中医学的重要组成部分，在保健、疾病预防和治疗上具有独特的优势。随着人们健康意识的不断提升，对于传统中医草药和推拿疗法的需求也越来越大。因此，中医推拿教学也越来越受到人们的重视。通过中医推拿教学，不仅可以传承中医经典理论，培养专业的推拿人才，还可以让更多的人了解中医推拿的原理和方法，从而促进中医传统文化的传承和发展。

第二段：讲述个人参与中医推拿教学的心得

在参与中医推拿教学过程中，我深刻体会到了中医推拿的独特魅力。首先，中医推拿教学注重理论与实践相结合。通过课堂的理论学习，我对中医推拿的基本原理、经络腧穴等方面有了更深入的了解；而实践操作的环节，则让我亲身体会了推拿手法的灵活性和疗效。此外，中医推拿教学还注重个案教学，通过生动具体的病例，让我能够更好地理解中医推拿在实际治疗中的应用和效果。

第三段：分享中医推拿教学对个人的影响和启发

参与中医推拿教学不仅拓宽了我的学识和技能，还对我个人产生了深远的影响。首先，中医推拿教学加深了我对中医文化的热爱和把握。通过对中医经典理论的学习，我感受到了中医智慧的博大精深，也增强了我对中医文化的传承和发扬的责任感。其次，中医推拿教学让我对健康管理和疾病防治有了更全面的认识。通过学习中医推拿的方法和原理，我意识到保持身体健康、防患于未然的重要性，并学会了一些简单易行的自我调理方法。

第四段：探讨中医推拿教学的不足和改进方向

尽管中医推拿教学有许多优点和好处，但也存在一些不足之

处。首先，中医推拿的教学内容较为繁杂，传统经典文化的学习难度较大，需要较长时间的积累和探索。其次，中医推拿教学的实践环节相对较少，学生的动手能力和实际操作经验有待进一步培养。为了改进中医推拿教学，我们应该积极探索新的教学方法，注重理论与实践相结合，加强实践操作的环节，提高学生的动手能力和诊疗水平。

第五段：总结中医推拿教学的价值和意义

中医推拿教学是传承中医文化、保护中医遗产的重要方式之一。通过中医推拿教学，我们可以培养更多的中医推拿人才，传承中医经典理论，提高推拿技能和治疗效果。同时，中医推拿教学还能够让更多的人了解中医推拿的独特魅力，促进中医传统文化的传承和发展。因此，我们应该积极参与中医推拿教学，将中医推拿的智慧和方法传播给更多的人，为推动中医传统文化的繁荣和发展做出自己的贡献。

这篇1200字的文章通过五段式的连贯结构，系统地阐述了中医推拿教学的背景和意义、个人参与中医推拿教学的心得、中医推拿教学对个人的影响和启发、中医推拿教学的不足和改进方向，以及中医推拿教学的价值和意义。通过本文的阐述，读者可以更好地了解中医推拿教学的重要性和作用，以及中医推拿对个人健康管理和疾病防治的意义，进一步促进中医传统文化的传承和发展。

推拿教学心得体会篇四

在校园领导提出的中考目标的督促下，结合本校实际，我制定了数学学科初20xx级，初20xx级的中考目标，同时制定了“个人负责制”和完成目标的具体措施。围绕这些计划，我认真分析学生的现状，群策群力，团结协作，用心努力，出色地完成了初20xx级数学教学任务，取得了较优异的成绩，赢得了必须的社会效益；同时初20xx级的数学教学正在按计划有步骤的进行，同学们学习数学的热情正在日益高涨，相信

明年中考时有一个较好的收获。

针对我校学生基础普遍较差，厌学情绪范围广，全面抓基础教育又不利于中考，因此我对20xx级学生采用了分层教育方式，以点带面，循序渐进，让优生变为尖子生，让中等生变为优生，让厌恶数学的学生变为喜欢数学的学生，为到达此目标，我在教学任务完成后，利用课余时间采用分批分层次方式辅导，取得了明显成效，于20xx年中考中，数学上a+级有4人，上a级有20人，为同学们取得全科总分的好成绩打下了良好的基础，为校园争得了荣誉。

然而初20xx级两个班的数学水平堪称担忧，该年级从初一到初三，数学教师换了4至5人，每个教师的教学方式又不相同，致使绝大部分学生数学水平极差，很多基础知识一巧不通，厌学群体广泛，接手时摸底测试只有5人及格，将近一半的学生只能对选取题感兴趣，对稍有点难度的题那就根本没有办法了；另有近三分之一的学生想学好，但苦于基础薄弱，又没有较好的学习方法，急功近利，结果对知识掌握得一点都不牢固，也正是这部分学生才是我要抓的主体，但在短期内是没有明显成效的，只能多给予鼓励，尽可能给他们学得好的信心，循序渐进地引导他们采用正确的学习方法，相信透过明年的总复习后会取得令人满意的成绩。

初20xx级学生数学水平两极分化相当严重，从目前看同学们都能理解我的教学方式，很多同学对数学有明显的认知态度，从抵触到试学再到感兴趣，从感兴趣到喜欢再到钻研的同学越来越多，但就第二阶层的同学人数较少，如何把范围扩大，也是我今后要快速思考和解决的问题。基于此现状我会借鉴对上届的有效方法教学，让同学们看到期望，让同学们在每次测试中能感受喜悦。

我把学生分成三个层次，并确定了工作的重点和工作措施：优等生---拓展；中等生---狠抓；学困生---辅导。优等生只

有2—3人，以喻川江、杨超为代表，有较好的思维习惯和思维方法，上课前我把问题布置给他们，让他们自己先研究，以提高他们自己解决问题的潜力，上课时采用讨论式教学，让他们舒展见解，然后我再总结，归纳并进行深化，类比和提高，从高、严、难要求他们。中等生是个小群体，约10人，以刘茜茜、温丽淋为代表，在应对目前的应试教育中，上课时主要以他们为主，力求在课堂上消化所有的知识点，作业的练习题以a、b级为主，透过强化训练，实现普遍提高，再适当拓展到c级难度题。对于学困生这个大群体，在短期内不能有大幅度的进步，只能是想方设法让他们对数学感兴趣，再发展到喜欢数学，对个别想学好的同学进行单独辅导，能抓一个算一个，鼓励他们多学基础知识，以布置a级练习题为主，力保他们在上课时不影响他人学习，力求使他们每节课有事可做，每节课都有收获以此来调动他们的学习用心性。

数学是一门比较抽象的学科，要维持学生的学习兴趣，务必重视与学生的情感沟通，比如给学生及时的辅导，给注意力不集中的学生及时的提醒，给有新颖的解法的学生及时表扬等等。强化练习，讲评结合，措施再得力，改错是关键。数学的提高在于综合知识的应用，学生是主体，但我的引导又极为关键，为此我只有不断地“充电”才能给学生满意的答卷，在这方面我还做得不够，还务必深钻教材，多向前辈和同行请教以完善自我。

20xx级中考已成历史，20xx级中考任重道远，在今后的教学工作中，我要不断探索新形势，新特征，不断努力工作来回报校园领导对我的信任，让学生满意，让家长放心。

推拿教学心得体会篇五

小儿推拿是一门古老而神奇的学科，它结合了中医理论和按摩疗法，专门面向儿童的身心健康进行调理。我是一名小儿推拿教师，通过多年的实践和教学经验，我深深体会到小儿

推拿教学的重要性和奇妙之处。在这篇文章中，我将分享我对小儿推拿教学的心得体会。

第二段：教学方法

在小儿推拿教学中，我发现最重要的是采用亲身示范的教学方法。儿童对学习的方式和成人有很大差异，他们更容易通过观察和模仿来学习。因此，我总是先向学生展示正确的推拿技巧和手法，并配合清晰而生动的口语讲解。同时，我还会鼓励学生进行实践，让他们亲自操作推拿手法，并根据学生的实际情况进行指导。这种基于实践的教学方法，可以提高学生的学习兴趣和动手能力。

第三段：培养观察能力

小儿推拿的诊断和治疗都依赖于大量的观察和辨识。因此，培养学生的观察能力是非常重要的。在教学中，我常常会组织学生进行观察练习，让他们仔细观察儿童的表情、姿势、气色等细节，并帮助他们分析和判断儿童的身体状况。通过这种方式，学生能够提高自己的观察技巧，能够更准确地诊断和治疗小儿推拿的问题。

第四段：注重情感交流

小儿推拿教学不仅仅是技术的传授，更重要的是建立起与学生的情感联系。在教学过程中，我不仅要成为学生的老师，还要成为他们的朋友和倾听者。我会和学生进行积极的沟通，了解他们的学习需求和困难，并提供相应的帮助和支持。另外，我还会组织学生进行小组活动和角色扮演，让他们在互动中感受到推拿的温暖和治愈力量。通过情感交流，我能够更好地引导学生，并激发他们对小儿推拿的热情和信心。

第五段：培养责任感

小儿推拿涉及到儿童的健康和安全，因此，培养学生的责任感是十分重要的。在教学过程中，我会强调学生对小儿推拿的专业精神和道德伦理。我会要求学生时刻保持专注和谨慎，确保自己的操作和技术符合规范和要求。我也会鼓励学生自觉学习和研究相关知识，不断提高自己的专业水平。通过培养责任感，我相信学生们会以高度的责任感和敬业精神去从事小儿推拿工作，并为儿童的健康做出更大的贡献。

总结

小儿推拿教学是一项神奇而有意义的工作，它涉及到儿童的身心健康和幸福。通过亲身示范、培养观察能力、注重情感交流和培养责任感，我相信我们可以为每一个学生奠定坚实的推拿医术基础，并以此为儿童的健康发展贡献自己的力量。作为一名小儿推拿教师，我将继续努力提高自己的教学水平，不断完善教学方法，为更多的学生带去推拿的神奇和美好。

推拿教学心得体会篇六

20xx年11月26日，我参加了镇教研室组织的小学数学教研活动，观摩了镇中心校两位老师的课，本次教研活动对于我而言，是一次宝贵的学习机会，令我受益匪浅。

自县教研室提出课堂“三环节”改革以来，我参加了很多次的教研活动，即县、镇、校也不断的开展关于课堂“三环节”改革的教研活动。下面就说一说参加本次镇教研活动之后的心得体会。

首先，关于课前预习这个环节，预习对于我来说并不陌生，自我上学以来，预习这个环节是不可缺少的一部分。预习的方法颇多，而参加本次教研活动加上以前县教研组织的活动，这对我预习关有了很多的看法与认识。正如在本次教研活动中刘传英主任所说：预习的方法有很多种，可以让学生看一看、读一读、想一想、做一做、记一记、说一说等等，来

认识本课时所要讲授的内容和知识点，教师再引导学生、辅助学生如何来预习，正如刘传英主任说的，预习方式多种多样，我们教师可以优化预习的方法。尽可能的让学生在预习中学习新知识、新能力，为学生的学习打下基础。

再次，在课堂教学这个环节上，首先以学生为主体。学生才是学习的主人，教师的角色已经发生转变，转变成了学习的组织者、引导者和辅助者。因此我们作为教师要从教学理念上发生根本性的改变，主要以学生为主体，可以让学生小组合作。自主学习，从某种意义上讲，让学生真正成为学习的主人。当然课堂教学的方式也有很多种，我们要尊重学生个人，让他们在课堂这个舞台上尽情的展现自我，从而达到培养和提高学生学习和自主学习的能力。

最后，限时作业这个环节。我认为限时作业这个环节是十分重要的，因为限时作业能检验本课时教学的效果，能让学生自我检测，从中发现问题与不足，对学生如此，对教师更是如此。教师本人可以从限时作业中发现问题，找出本课时存在的问题，为今后的教学打下铺垫。另外，限时作业的方式也有很多种，可以让学生说、读、写、记。都是限时作业的一种。当然，对于我而言，还要有待于去探究、去发现、去摸索。

总而言之，本次镇教研活动使我学到了很多知识，尤其在课堂“三环节”改革方面上，相信自己在今后的实际教学中做的更好！

推拿教学心得体会篇七

中医推拿是一门古老而神奇的医学技术，拥有悠久的历史和丰富的理论体系。作为一名中医推拿学生，我在学习过程中积累了许多宝贵的经验和体会。今天，我想分享一下我对中医推拿教学的心得体会。

第二段：理论与实践相结合

学习和运用中医推拿需要我们既要理解相关的理论知识，又要实践技术操作。在课堂上，老师详细讲解了中医推拿的经络学说、穴位位置、手法和操作方法等重要内容，同时还进行了实际操作演示。通过理论和实践相结合的方式，我更好地理解了中医推拿的原理和技巧。

第三段：观摩与交流

除了在课堂上学习，观摩和交流也是我在中医推拿学习中的重要环节。学校组织了实地观摩活动，我们可以看到真实场景下的推拿技术操作，了解推拿师是如何运用手法和技巧来治疗患者的。在观摩过程中，我不仅能够学习到一些新的技术和方法，还可以与其他同学和推拿师进行交流，分享彼此的心得和体会。

第四段：实践与培训

中医推拿是一门需要不断实践和培训的技术。学校为我们安排了实践课程，我们有机会亲自动手操作。通过模拟患者进行推拿治疗，我们能够熟悉每个穴位的位置和推拿手法的使用。此外，学校还组织了专业的培训课程，邀请资深推拿师来讲解经验和心得。这些实践和培训的机会让我们能够更好地掌握中医推拿技术，提升自己的实际操作水平。

第五段：反思和展望

在中医推拿学习的过程中，我不仅学到了专业知识和技术，还培养了耐心、细心和责任心。在与患者接触的时候，我要倾听他们的需求和问题，并根据不同的病症制定合理的治疗方案。同时，我也意识到中医推拿是一门需要不断学习和创新的学科，我希望将来能够继续深造，学习更多新的推拿技术和理论，为更多的人带去健康和舒适。

总结：

通过中医推拿的学习，我不仅学到了专业知识和技术，还得到了宝贵的实践和培训机会。在这个过程中，我不断反思和总结自己的经验和体会，不断进步和提升自己。我相信，只有通过不断地学习和实践，才能真正成为一名优秀的中医推拿师。我对中医推拿的热爱将永远伴随着我，我将以自己的职业操守和责任心，为更多的人带去健康和快乐。

推拿教学心得体会篇八

跟着社会合作的日趋剧烈，人们的糊口节拍也变患上愈加疾速以及松散，正在临时的劳顿中，人们才发明身材安康的患上要性，因而，按摩正在现今的社会中，普遍受的到人们的喜爱。的按摩是甚么呢？按摩便是使用一些特定的伎俩感化于人体外表的部位或者穴位，活动人的肢体，改动以及调理机体病理以及心理情况，停止防治疾病的一种疗法。

按摩之以是被人们喜爱，是由于按摩推拿操纵便当，没有需求良多的工夫，而且经济平安，没有需求年夜笔的医药费，且没有会发生药物的反作用，并且按摩对于一些疾病另有明显的疗效，省往了吃药注射的费事。除了此以外，按摩的保健感化更晋升了它正在人们脑筋中的印像分，这也是我挑选这一学科的一个缘由之一吧。

直至昔日，按摩学的存正在汗青曾经很长了，我国现存最先的医书中，就无关于保健推拿及按摩医治的记录，沿续至今，正在今世医学不时的研讨开展中，呈现了浩繁的操纵办法，失掉了立异以及更有针对于性的打破，出格是对于一些疾病：内排泄平衡、肉体告急、高血压、脾性和睦、糖尿病、头痛失眠、腰酸背痛四肢风湿、体弱多病具备很好的疗效。正在保健功用上，按摩能增进血液轮回、肌肉灵敏、醒脑安神、舒肝顺气、还能高免疫力、健体增寿，能到达摄生地。

经过进修，我晓得了人体中有14条经脉，它内属于脏腹外络与相同，是运转气血的通络，有运转气血、濡养满身、防备外邪、捍卫机体的感化。正在临床上能阐明病理变革，指点辩证回经指点疗效及判别疾病预治。针灸治病，是要针灸正在必定穴位上的，这些施术点，是指人体体表部位，人体俯气血输注，它大要分为经穴、经外穴以及阿是穴腧穴，有近治以及远治的感化，当指刺某些腧穴，对于机体的差别形态可起两重良性，别的，有些腧穴还具备绝对非凡性的感化。

腧穴的地位没有像阿是穴那样好断定，找对于压痛点就找到了它的地位，是很难断定准确的地位，医学上使用人体体表剖解标记定位法（如神门穴的定位，它正在伎俩部，腕侧横纹尺侧端，尺侧腕屈肌腱的桡侧凸起处）、骨度折量定位法，（如劳宫穴，定位于正在手掌第2、三掌骨之间，偏偏于第三掌骨，握拳屈指时中指指尖处）、及指寸定位法（如天枢穴的定位，正在腹中部，距脐中两寸，人的年夜拇指宽为一寸）拟取腧穴。每个穴位城市有一个主治功用，如劳宫穴，主治中暑、中风苏醒、口臭等病症。腧穴又分为手太阳肺经、手少阴经、足太阳经、手少阴三焦经、足少阴胆经等等。

按摩的伎俩因此手或者肢体的其余部位，采纳各类特定的本领举措，依照必定的技能请求施加于患者的身材，从而完成其防病目地。请求术者伎俩要耐久、无力，使劲温和而且平均，因部位的差别可挑选差别的肢体部位挑选差别的伎俩，如颈部可挑选小鱼际揉法、拿法挤法等，肌肉饱满处可用臂滚、掌根揉、肘推等。

按摩虽好，但也不克不及滥用，关于一些非凡状况是不克不及用按摩的或许说是按摩是有效的，共有9种忌讳情状况。

一、某些传染性疾病，如丹毒、骨髓炎、化脓性枢纽关头炎；

二、各类出血症，如便血、尿血等；

三、烫伤或者溃疡性皮炎或者皮疹的部分；

四、某些急性流行症，如肝炎、肺结核等；

五、结核病、肿瘤及脓毒血症；

六、内伤出血，骨折晚期，处截瘫早期；

九、严峻的心脏病或者病情严峻者禁用。

经过进修按摩这门课程，我学会了一些一样平常保健以及小缺点的处理方法，能使用一些伎俩往减缓疲惫。糊口，进修让人繁忙，更该当往维护本人的身材，维护本人便是维护好本人的反动成本，使用学会的常识，保护身材吧！

推拿教学心得体会篇九

推拿作为一种传统中医疗法，在世界范围内备受欢迎。作为一名推拿教师，我深感推拿的教学是一项具有挑战性和满足感的工作。通过教学和实践，我所领悟到的经验与体会已经成为我成长的源泉。在以下的文章中，我将分享我的推拿教学心得体会，希望能对读者有所启发。

首先，激发学生学习的兴趣和动力至关重要。学生们在刚接触推拿时，对于推拿这种疗法往往没有太多的了解。因此，我采用了多种教学方法和手段，以提高学生的学习兴趣。我会邀请经验丰富的推拿师来给学生们讲述推拿的历史背景和疗效，通过展现推拿的实际效果，让学生们亲身感受到它的神奇之处。我还会组织学生们观看推拿技法的视频和实地考察，增加学生们对推拿的好奇心和求知欲。

其次，灵活多样的教学方法能够满足学生们的不同需求。每个学生都有自己的学习风格和学习速度，因此，我会根据不同学生的特点，采用不同的教学方法。对于一些理论学习强

的学生，我会聘请专家进行讲座和授课，深入讲解推拿的理论知识。对于一些实践学习强的学生，我会设计各种推拿实践的课程和活动，让他们能够亲自动手进行推拿实践。通过理论知识和实践相结合的教学方法，让学生们能够更全面地掌握推拿的技法和理念。

同时，培养学生的观察力和动手能力也是推拿教学的重点。推拿在实践中是需要观察病情和运用技法的，因此，我会提倡学生们多观察、多实践。在教学过程中，我会与学生们一起观察推拿的病例，帮助他们学会正确判断和分析疾病。并且，我鼓励学生多参与推拿实践，加强他们的动手能力和技法运用能力。我相信，只有通过多实践才能更好地掌握推拿的技巧和要领。

此外，注重个性化的教学也非常必要。在教学过程中，我始终将学生的个性发展放在首位。我会分析学生的特点和问题，针对性地提供学习方法和建议。有些学生学习能力强，但沟通能力较弱，我会采取小组讨论或辩论的方式，帮助他们培养与人交流的能力。有些学生反应敏感，容易受外界干扰，我会给予他们更多的关心和鼓励，帮助他们培养自信心和耐心。通过个性化的教学，我希望每个学生都能在推拿教学中找到自己的特色和发展潜能。

最后，推拿教学需要不断地学习和更新知识。作为一名推拿教师，我深知自己的知识和经验是需要不断充实和更新的。在教学过程中，我会不断学习新的推拿理论和技法，保持自己的知识储备和专业水平。同时，我也会鼓励学生们参加学术研讨会和实践交流活动，增加他们的学习经验和见识。只有与时俱进，才能更好地培养出优秀的推拿师和推拿教师。

推拿教学是一项充满挑战和乐趣的事业。通过灵活多样的教学方法、关注学生的个性化发展、培养学生的观察力和动手能力，以及不断学习和更新知识，我相信我的推拿教学会越来越有效和有意义。希望我的经验和体会能够对其他推拿教

师和学生有所启发，共同推动推拿事业的发展。

推拿教学心得体会篇十

关于有效教学我想我是没有什么资格来谈的，一是因为从教时间不长，二是我没有什么出色的成绩。我只能说把我对有效教学的一点认识跟大家交流一下。

有效教学一直以来都是我们每个从教者努力追求的目标，自06年参加工作担任初中语文教师以来已经过去了近四年，回想起来发现问题挺多的，比如，学生基础好坏不一，参差不齐；语文学习背诵的东西较多，学生大多都不喜欢背诵；几乎每班都有几个学生甚至丧失了进一步学习语文的兴趣和愿望……作为语文教师的我也感到很困惑：教师教得这么累，学生学得这么苦，为什么效果却不尽人意呢？经过几翻思考我从中得出，我们在教学中很多是无效的或低效的教学行为。为此，我开始有意识地反思自己的教学行为，去实现有效的教学效果，并十分关注学生的知识水平以及兴趣的培养。

一、课前准备是有效教学的前提。

正如有些老师所说的那样，有效课堂是要建立在有效备课的基础上的。学校给我们青年教师提供了一个很好的交流和提升自己的平台，就是集体备课。集体备课是集众人之长，加强集体备课可以提高教学效益，实现资源共享，显著提高教学效果。所以每次集体备课之前我都认真准备，不仅备课本，也备学生，把每节课的教学目标都明确，把难懂难讲的问题和学生有可能想到的问题都记录下来，在集体备课时拿出来向同事请教，跟同事讨论，俗话说的好：三个臭皮匠，赛过一个诸葛亮。在这里可以有不同的观点的论辩，在论辩中我们有智慧的火花的碰撞，也能让自身不断进步。所以每节课的上课内容我们都是把众多老师的意见和观点糅合后，作进一步的知识整合，把内容精益求精，最终把知识传授给学生。通过集体备课，我们对学生传授的知识点更多也更深刻了。

二、课堂教学是有效教学的根本。

要提高教学效果，课堂教学是一个不容忽视的最重要的环节。课堂教学的有效性体现在学生学习的^{有效}和教师教学的有效。这两方面如果有一方失衡，那教和学就谈不上有效了。记得初登讲台时，我如履薄冰，怕自己教不好，所以课下花很多时间备课，去粗取精，将最精华的部分传授给学生。但是剃头担子一头热是没有用的。

有效教学心得体会(2) 因为学生由于种种原因成绩上不来，以至于在月考中成绩不理想。此刻我认真反思了自己的教学行为，发现主要原因在学生。因为有些学生方法不对，不注重预习，复习，短短的40分钟课堂听讲就更是敷衍了。所以我经常告诫学生，一定要重视每一节课，每节课虽然只有短短的40分钟，但这也许是老师花了四个小时甚至更多时间准备的，都是精华，如果你们漏掉了哪怕一分钟，课下也许要花上一个小时才能补偿。经过我们长期的沟通和调整，学生的学习方法和态度有了很大转变，对课堂重视了，开小差的没有了，课堂气氛活跃了，学习效率也提高了，在09年中考中，我们班也取得了不错的成绩。所以我觉得要想提高课堂效率，发挥师生双方的积极主动性是必不可少的，这样可以尽量少的时间、精力和物力投入，取得尽可能多的教学效果。

三、课后练习是有效教学的保证。

有效的教学，不仅在于成功的讲解，而且更取决于科学、高效率的练习。好的练习能主动地把学生学习的疑难问题、困惑之处诱发出来，及时予以纠正。所以在教学工作中我布置练习遵循两个原则：一是尽量少而且精；二是能当堂完成的，决不留到课下去做。记得刚参加工作时，我每个周末都会布置一些作业让学生带回家做，因为我总希望学生能够每天拿笔写写作业，回忆一下所学的内容，没想到好心办坏事。学生不仅不接受，还对周末作业很排斥，自然作业质量不高，

这样经过几周后，我决定充分利用好学生的在校时间，要求他们在学校或者在课堂把该做的作业保质保量的完成，这样既能把课堂的内容进行巩固，也充分利用了学生的时间，一举两得，实现教学的有效性。

四. 提高兴趣是有效教学的动力。

爱因斯坦说过“兴趣是最好的老师”，兴趣是激发学生积极主动探索知识的内部动力，是学生积极认识事物，积极参与活动的一种心理倾向，兴趣越浓厚，学生学习的积极性越高，掌握知识就越快。这里我所说的兴趣包含两个方面，一是指学生对知识学习的兴趣。学生只有以主动热情的心态，带着兴趣学习，才能更好更快地掌握所学内容。为了让学生学得好，学得生动有趣，我充分挖掘教材的趣味因素，运用多媒体等设备，让课堂变得生动活泼，让学生对课堂感兴趣，因为只有生动，才能吸引学生的注意力；只有活泼，才符合学生的心理特点，使他们感受到学习的乐趣。学生一旦对学习感兴趣，就会乐于接受它，变“苦学”为“乐学”。在这样的教学方式中，学生能愉快的接受，并且也取得了很好的效果。另外一点，兴趣还包括学生对老师的兴趣，也就是说要想让学生学好你教的'科目，就必须让学生喜欢你，喜欢你讲的课。记得曾经有个学生对我说过一句话，他说：“我知道如果我不喜欢哪个老师的话，那么我一定学不好他所教的这门课，所以我总是努力去喜欢每一个老师。”既然学生都能意识到这一点，我想作为老师就更应该很好地利用这一点来帮助提高教学效果。所以我与学生交朋友，与他们亲近，努力让他们都喜欢我。课堂上我是严师，尽量运用恰当有趣轻松适宜的教学方法，活跃课堂气氛，提高学生学习兴趣，调动学生学习的积极性，使学生自觉地将注意力集中到授课内容。课下我又是他们值得信任的朋友，师生关系相处融洽，因此学生的学习效果也很不错。由此可见，提高兴趣，能够使学生保持有效的主动学习，提高学习效率。

总之，在今后的教学中，我要牢固树立有效教学的理念，强

化有效教学的意识，不断学习，在学习中反思，在反思中进步，主动把有效教学理念、有效教学策略落实到教育教学工作中去。

以上是我个人的几点不成熟的看法,不足之处,还请各位老师批评指正,谢谢大家!