

# 制作果酒心得(精选9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 制作果酒心得篇一

一、瓶装啤酒的产品名称、规格、价格、数量：

1、产品名称：

2、产品规格：瓶装啤酒有精装塑包(19)和彩箱包装(112)。

3、产品价格：普通型暂定8度塑包型小环标9.90元包；塑包大环标10.60元包，精制大环标12.80元包，普通彩箱16.00元箱，高档彩箱18.00元箱。根据原材料及馐物的`市场价格浮动，由供方给需方价格，如有价格变动，供方需要\_\_\_\_日内通知需方。酒水购销合同范文节选！

4、销售数量：需方全年销售普通型啤酒30万瓶一组，按月计划销售供货，三个月完不成计划，供方有权解除合同。

5、\_\_\_\_月底完成任务将保证金退还给需方，如完不成任务供不付保证金，超额完成达到100万瓶送长安面包车一辆，完成200万瓶送一辆。

二、产品选题：系列啤酒产品质量符合国标，保持期内符合产品运输，避光常温0-25度以下储存及正常销售条件下，如出现质量问题，由供方负责，但需方发现批量产品存有质量问题，必须在货到\_\_\_\_日内以书面形式通知供方，否则，需方即确认本产品合格，出现任何问题概不负责。

三、交(提)货方式：供方指定仓库，当场提货，当场验收。因商标造成本合同条款不能履行(包装外观、文字的修改)时，乙方同意给予谅解和支持。

4、运输方式及费用：供方代办运输，所有产生费用由需方承担，或需方自提均可，汽车造成的损失由乙方直接向承运方索赔，铁路运输失盗或造成损失向保险保价部门索赔。

五、销售范围：系列啤酒指定(市、区)一家总代理，未经供方许可，需方不得自行转让买卖合同，否则则视合同无效。需方在合同约定的县、市、地区内销售，不得冲击其它县、\_\_\_\_市场。在所销售区域内销售价格必须统一，不得降价销售，否则供方有权单方终止合同或采取惩罚措施，扣留全年返利和保证金。

六、返利结算：销售供方啤酒按销量不定期执行返利政策、不重复返利办法；需方销售20万瓶，每瓶返利2分；销售40万瓶，每瓶返利5分；销售60万瓶，每瓶返利8分；返利金额只能按现行价格提酒，可顶下年销售任务额。酒水购销合同范文节选！

七、空瓶加收及验收标准：供方回收本标的空瓶，普瓶0.45元个，600异型瓶0.45元个计算，只顶酒款，不付现金。

八、结算方式：现金(汇票)结算，款到发货。

九、违约责任：双方按照民法典承担责任，需方违约不退保证金，供方违约双倍退还保证金。

## 制作果酒心得篇二

第一段：引言（200字）

酿果酒是一种古老而充满魅力的酿造工艺，利用水果和糖分发酵而成。作为一名酿酒爱好者，我对酿造果酒充满了好奇

和热情。近期，我开始尝试自己酿制果酒，并深受其乐趣和成就感。通过这个过程，我不仅学到了许多关于酿酒的知识，而且产生了一些对于酿果酒的深刻体会和心得。在下文中，我将分享一些我在酿制果酒过程中得出的结论和体会。

## 第二段：选材的重要性（200字）

在酿制果酒的过程中，选择适当的水果是至关重要的。无论是使用苹果、樱桃、葡萄还是草莓，水果的品质和新鲜度直接影响着酿造出的果酒的口感和香气。我发现，选择成熟但不过熟的水果是制作高质量果酒的关键。此外，不同的水果在酿造过程中需要不同的处理方法，例如在使用草莓酿造果酒时，需要去掉果皮和籽，而苹果则需要去除核心部分。选择合适的水果和正确的处理方法是确保果酒成功的第一步。

## 第三段：发酵过程的管理（200字）

发酵是酿造果酒的核心步骤，也是最复杂的阶段之一。通过控制温度、时间和添加适量的酵母等因素，可以使果酒发酵到理想的程度。过高或过低的温度都会影响发酵的效果，过长或过短的时间也会影响果酒的口感和质量。我通过不断调整这些发酵因素，探索出了适合自己酿造果酒的最佳配方。此外，我还发现在发酵过程中定期检查并搅拌果酒，有助于均匀发酵和提升果酒的质量。

## 第四段：瓶装和陈年（200字）

酿造出的果酒需要进行适当的瓶装和陈年，以进一步提升其质量和口感。在这一步骤中，我选择了透明且密封性好的玻璃瓶，并在瓶中添加适量的二氧化硫以保持果酒的新鲜度。然后，我将果酒存放在阴凉、干燥且温度稳定的地方进行陈年。我发现，通过陈年，果酒的口感和香气会逐渐变得更加丰富和复杂，同时果酒的酸度也会得到平衡。陈年是果酒制作过程中不可忽视的一环。

## 第五段：分享与交流（200字）

在酿制果酒的过程中，我不仅获得了自我成就感和满足感，而且还认识了一些志同道合的朋友。通过与其他酿酒爱好者分享经验和交流技巧，我得以不断改进和提升自己的酿酒水平。同时，参与酿酒社群中的活动和比赛也给了我更多的学习和展示的机会。酿制果酒不仅是一种个人的创作过程，更是一种与他人互动和交流的方式。

## 结尾（100字）

总结来说，通过酿制果酒的过程，我深刻地体会到了选材的重要性、发酵过程的管理、瓶装和陈年的技巧以及分享与交流的乐趣。这是一种独特的创作体验，让我更加热爱并迷恋上了酿酒这门艺术。我相信，在不断的尝试和实践中，我将继续提升自己的酿酒技巧，创造出更多美味而令人惊艳的果酒。

## 制作果酒心得篇三

### 伟大的实践，无穷的收获

自从进入大学以来就听师兄说我们回利用假期去参加社会实践，我当时真的不知道何谓社会实践，更不知道社会实践对我们，对社会有什么帮助，所以就没怎么放在心上！直到大一结束时，班长通知我们说，学院规定所有的同学必须参加暑期社会实践，并且要写社会实践心得，真的，当时我听到这个消息心都凉了一大节，因为我不了解社会实践！我怕，我担心。，可着有用吗？对我完成这次学院硬性规定的任务，答案当然是否定的，所以我选择了积极“入世”，参加了青年志愿者协会举办的主题为“关注乡镇教育，扶助希望幼苗”的活动。下面就是我第一次参加的社会实践的经历与感想，希望能和大家一起分享。

提出了要求与希望，在此我对支持并参与其中的领导，老师表示感谢，从此刻开始该我们上场了。

在哪天是我们第一次接触到我们这次实践活动的对象-天全县希望小学的学生，他们给我们的第一印象就是可爱，天真，对知识充满无限的向往可由于各方面条件的限制脸上又充满无赖，在他们的脸上我们能看的出他们想要我们来并且能够给他们带来某些他们所不知道的，看到他们的脸我们感觉我们来对了并且感觉我们应该把这次社会实践活动搞好，从哪天开始我们带着肩上的责任，我们开始了工作，在11号我们准备了《自我介绍》，说实话在这个我们看来相当简单的一项工作，可在农村的小学生身上可是一件可怕的事情，他们由于锻炼的机会很少甚至没有导致了他们没有面对众多认得勇气，也就是俗话说的胆子小，在课上我们通过自己的带头作用，同时邀请部分胆子大的同学到上面起示范带头作用，最后我们用带有奖惩性质的方法，让每个同学自我介绍了，并且我们没有用任何惩罚措施，我们成功了，成功的让他们站在大家面前来展示自己，增加了他们的自信心与胆量但着不是一个人的成功，是我们全体支援者的成功，在这次课上我们很多支援者本来没参加这项活动的，有的根本就不是实践组的但他们任活跃在这课堂上，他们维护课堂次序，进行教学，活跃气氛。总之我们的不是一个人完成的而是由几十个怀揣梦想的支援者来共同完成的，就这样我们相继完成了大部分任务，并且都是很成功的。

我们的活动也就结束了，在这天我们准备了才艺大比拼，在这个活动上同学们展示了这几天他们所学的英语，绘画，唱歌，跳舞。看者这些我们笑了，我感觉我们有所值，给渴望知识的孩子带来了他们所需要的而我们完成了社会实践的任务同时达到了锻炼的目的，更重要的是我们杂这次社会实践活动中互帮互助，齐心协力，志愿者之间建立了比较深厚的友情，我觉得这是最重要的，也是我这次假期社会实践活动最大的收获。

## 制作果酒心得篇四

自古以来，酒便是饮食文化不可分割的一部分。而随着生活水平的不断提高，人们对于酒的要求也愈发严格且多样化。尤其是在果酒这一类别中，又因其酸甜可口、口感醇香而受到了越来越多消费者及酒友们的喜爱和青睐。而本人也对果酒制作产生了浓厚兴趣，为此不断钻研、实践，有了自己的一些心得和体会，今天就来分享一下，希望对各位酒友的制作果酒能有所帮助。

### 第二段：材料的选择

制作果酒的首要条件，是选好新鲜、优质、无斑疵的新鲜水果，这点是无论如何都绕不过的。个人推荐的水果有：草莓、蓝莓、覆盆子、樱桃、苹果等，当然也可以根据自己口味和爱好来选择。在水果中添加适量酵母，以及一些维生素等营养物质，既可以促进水果自身的发酵和口感成型，又可以保证果酒的品质和特色。

### 第三段：发酵的时间和条件

制作果酒的发酵阳关是制酒的关键。将净化后的果酒放置于发酵罐中，使用专门的酵母菌，使酵母能够充分发酵，口感更加醇厚。在发酵过程中，一定要注意温度控制，这关系到酒的品质，最好选择温度约30度左右的空间发酵，提高了发酵的效率和口感的好坏。此外，发酵过程中一定要定时的去除罐子内的CO<sub>2</sub>气体、糖分与其他垃圾等，以便果酒清澈干净，在质量上得到保证。

### 第四段：陈酿的通途

果酒陈酿是制作果酒的重要环节。陈酿其实就是将发酵好的果酒放置在一个和谐、适温、通风的环境下，以便其自然发酵和口感的不断融合。陈酿的时间通常为1-2月，视物情可以

加长一些。此期间不用开口，仅需要不时的搅拌一下，增加果酒的光滑度和均匀度。陈酿过后，就可以直接装瓶，享用自己亲手制作的果酒了。

## 第五段：个人心得和感悟

制作果酒的过程是一个不断的学习和试验的过程，也是一个不只是用心制作、更需要专业技术的过程。个人制作果酒的心得体会是：一定要有耐心和毅力，懂得利用自己的经验和知识去不断的完善技术、提高质量。同时也要懂得借鉴和学习其他酒友们的经验和技巧，用自己的感悟将自己的果酒制作到尽善尽美。总之，爱好果酒的酒友们，只有用心去体验和参与，才会有意外哪些收获和惊喜。

## 制作果酒心得篇五

端午节在中国人的心里，是一个非常重要的节日，传说，农历五月初五这一天，中国古代伟大的爱国诗人，因为不满统治者的统治，忧国忧民的屈原在汨罗江投江自杀，后来，人们为了纪念屈原，就在每年的五月初五的这一天，吃粽子、赛龙舟用来纪念这位伟大的诗人。

今年的端午节是我在海南过的第三个端午节，以前的端午节没有什么感觉，因为我们只是窝在宿舍里，也没有什么活动，但是今年的端午节过的很不一样。今年，我们两个班的同学在文珍老师、刘文霞老师还有吴超华老师的带领下来到了三亚市四马村一家黎族人家，过了一个非常精彩的端午节。

我们租了三辆车，从学校7点半出发，差不多半个小时之后，来到了四马村。这一家黎族人非常好客，因为我们的人特别多，所以，那一家人也请了很多人来帮忙。我们今天主要的任务是学习怎么样包粽子，我们大家在家里基本上都没有包过粽子，所以大家都不怎么会，只有几个海南的同学会包，

我就觉得特别羡慕和佩服。

文珍老师也教我们怎么样包粽子，我们一共包了两种粽子，一种是甜的，一种是咸的。甜粽里面包了蜜枣、花生和葡萄干，而咸粽里加了猪肉，这可能是因为南北的文化差异，南方人喜欢吃咸粽，尤其是海南人，而我们北方人大多喜欢吃甜粽。一开始学习包的时候，包了半天也没有把它包上，不是米放太多，就是粽叶被折坏了，然后后来都弄好了之后，就是绑绳子的时候怎么绑不出四个角，一开始就是特别灰心，不过后来在老师的帮助下，我总算是完成了人生的第一个粽子，虽然样子不是特别好看，可是，还是觉得心里很高兴。后来我一共成功包了四个粽子。大家都包完了之后，我们就开始煮了，大家烧火、煮粽子，洗菜、切菜忙的不亦乐乎，我们大家一直忙到了中午1点多，然后才开始吃饭。感觉这么多人在一起吃饭，尤其是和这么多的同学在一起，感觉真的很好，以后可能再也不会有这样的机会，人这么全的在一起吃饭，所以这是一段很是珍惜的时光。

中国古代的节日，现在已经被很多人遗忘了，现在的端午节，赛龙舟都很少看到了，所以，我们今天这个活动我觉得特别的有意义，不仅可以增进我们同学之间的感情，学习了怎么样包粽子，然后也会牢牢的记住这个很难忘的日子。

传统就聚起来一起包粽子。

从楼底下玩完回来，一打开家门只见一桌，四椅，两人，一盆米。桌上还摆着一碗蜜枣和一碗肉丁。妹妹也随后跨入家门，我就拉着他去一起洗手，有一起跑过来包粽子。一家人围绕桌子而坐，一边聊天，一边包着粽子。我拿起一片光滑的粽叶，学着妈妈在手中卷了卷，拿起一把糯米就往里面装，可是这个粽子的胃口太大，我给他使劲装米，但他却不见个满，我纳闷了，举起粽子一看，原来粽子底下没包紧，米就从那个洞里飞泻而下。我没有放弃，又抓了一片粽叶，卷紧下面再往里面装米。米已经装满了，眼看离胜利只有一步之



遥时，问题又出现了。我虽然包出了粽子，但是我包出的粽子却是平面的三角形，不像爸妈包的一样是立体的。我又拿出一片叶子，包了半天，爸妈也教了我半天，可是我包的就是平面三角形的。到了最后，我们终于报完了，可是这些粽子并不是去投江，而是给我们吃的。

通过这次包粽子，我知道了干什么事都要有耐心，不能急躁。凡事都可以慢慢解决，如果急躁就将可能事得其反，惹出更大的麻烦。还有就是，虽然我们现在包粽子不用往江里投，但是屈原的精神和遗留下来的文化我们必须铭记在心中，并且发扬和传承。

## 制作果酒心得篇六

果酒作为一种传统的酿制饮品，具有独特的口感和香气。在近些年，果酒逐渐受到了更多人的欢迎，成为了时下流行的饮品之一。作为一名好奇心强、喜欢尝试新鲜事物的人，我也对果酒有着浓厚的兴趣，并花费了不少时间和精力去学习和酿制果酒。在这个过程中，我有很多体会和心得，让我受益匪浅。

### 第二段：学习之初的不易

初学果酒酿制的时候，我是充满热情的，但也充满了迷茫。不知道要从哪里入手，以及如何去选择果实、用酵母等等，这些都是困扰我的问题。当我尝试做出第一瓶果酒时，由于种种操作不当，导致果酒味道难喝，色泽也不好，让我又失望又沮丧。然而，我并不气馁，而是继续在学习和尝试中寻找突破口。

### 第三段：实践经验带来的进步

在几次失败尝试后，我开始总结自己的经验教训，制定出一

份果酒酿制计划，同时也不断地阅读有关于果酒酿制的书籍和资料。最终，我的努力得到了回报，制作出来的果酒味道不断提高，也得到了身边朋友的誉赞。这让我进一步坚定了学习果酒酿制的决心，也让我对于自己的酿酒技巧充满了信心。

#### 第四段：学习果酒的收获

通过学习果酒酿制，我懂得了如何通过不同的方法和配方去调整果酒的味道和口感，并且对于精细化生产、品质控制等方面有更深层次的认识。同时，在学习的过程中，也结识了许多志同道合的朋友，交流自己的心得和经验。

#### 第五段：总结

通过学习果酒的过程，我不仅仅收获到了实践的经验和技巧，更重要的是收获到了对于追求品质和精益求精的态度。这种学习的心态和理念，不仅可以应用于酿造果酒这样的具体事务上，也可以应用到日常生活的方方面面中，让我们变得更加完善和优秀。我相信，在未来的日子里，学习果酒的经验将始终伴随我，成为我成长的一笔宝贵财富。

## 制作果酒心得篇七

### 一、?双方责任

甲方：

1、甲方提供的所有产品质量必须符合国家有关部门的质量要求，否则一切后果由甲方负责。如果出现质量问题假一赔十，并承担给乙方和顾客造成的危害和法律责任，乙方有权终止协议。

2、在乙方订货后，甲方必须在\_\_\_\_\_个月内到货，特殊情

况甲乙双方另行约定。

3、如甲方擅自涨价，乙方有权终止协议，甲方并承担一切后果。

5、甲方负责送货到乙方指定的地点，由甲方承担运输费用。

乙方：

1、乙方应配合把甲方所有的产品摆在吧台上作为展示。

2、乙方每月必须提供准确、真实的销售情况，并及时向甲方业务反应。

3、按照双方协商的结算方式在合同期内结算货款。

4、乙方购进的产品如果销售不畅，任何品牌的酒水，随时可调换别的产品或原价办理退货。

二、结算方式?：款到付货

三、标的价值

在此期间以行业最低价格，随行就市，每次订货额不得低于\_\_\_\_\_万元。

四、合同期限

本协议有效期限\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日至\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日止，协议期满\_\_\_\_个月内，甲乙双方协商是否续约，本合同期内，甲乙双方有特殊情况不能履约，须提前壹周以书面形式通知对方，并承担相应的法律责任及经济损失。

五、违约责任

未经甲乙双方同意，任何一方无权中途终止协议，如有违约，履约方有权向违约方索赔损失，赔偿损失不得低于乙方年销售额。

## 六、其他

本协议未尽事项，甲乙双方另行协商，本协议壹式两份，经双方代表签字盖章生效，甲乙双方各执壹份。

购销合同?|?购销合同范本?|?购销合同书范本?|?买卖合同

## 制作果酒心得篇八

制作果酒的第一步就是选择优质的果实。果实的品质直接影响着最终果酒的口感和香气。因此，在制作果酒之前，我们需要花费一定的时间和精力来挑选新鲜、成熟的果实。最好选择色泽鲜艳、果实饱满、不带有任何腐烂或疾病的痕迹的果实。这样的果实能够提供足够的糖分和酸度，使果酒达到理想的口感。

### 二、果酒种类的选择

果酒有很多不同的种类，比如葡萄酒、苹果酒、梅酒等等。不同的果酒种类有着不同的制作方法和口味特点，因此，在制作果酒之前，我们需要决定我们要制作哪种果酒。选择适合自己口味和喜好的果酒种类，会增加制作过程的乐趣，同时也更有助于我们掌握制作的技巧和方法。

### 三、酵母的选择与处理

酵母在果酒的制作过程中起着至关重要的作用。它们将果汁中的糖分转化为酒精和二氧化碳，从而发酵产生果酒。选择合适的酵母品种对于果酒的质量至关重要。一般来说，干酵母更适合果酒的制作，因为它们对果汁中的糖分的利用率更

高，而且能够产生更多的酒精。在使用酵母之前，我们还需要对其进行处理，比如进行培养或激活，以确保酵母的活性。

#### 四、发酵过程的控制

果酒的发酵过程需要一定的控制和耐心。在发酵过程中，温度、时间和空气的流通都对果酒的质量有着重要的影响。一般来说，宜低温长时间发酵，这样能够保持果酒的新鲜度和香气。在发酵过程中，我们需要定期检查果酒的酒精度和味道，以确保发酵进程的顺利进行。如果发现异味或者不正常的呈色，需要及时采取措施进行调整。此外，还需要注意果酒容器的卫生和密封性，以防止发酵过程中的细菌和氧气的污染。

#### 五、果酒的陈酿和享用

果酒的陈酿是最后一个关键过程。它是果酒发酵后的重要环节，也是果酒成熟的过程。陈酿时间越长，果酒的口感、香气和酒体都会更为优雅和丰富。一般来说，果酒的陈酿时间至少需要数月以上，甚至更长。陈酿期间，我们需要定期品尝果酒的味道和口感，以掌握适合自己口味的陈酿时间。当果酒陈酿到理想的程度时，我们就可以享用这独特的美酒了。

通过制作果酒，不仅可以享受到美味的果酒，还可以体会到其中的乐趣和成就感。不论是选择优质的果实，还是掌握不同果酒种类的制作方法，都需要我们付出一些努力和耐心。但是，当我们亲手制作出一瓶独一无二的果酒，品尝到其中的酒体、香气和口感时，那份成就感和满足感是无可替代的。制作果酒是一门艺术，也是一种对自然和生活的热爱与感悟。通过制作果酒，我们更能领悟到自然的神奇和生命的美好。

## 制作果酒心得篇九

20xx年11月1日，我参加了县教研室组织的新进综合科教师教学比武听课活动，一共听了六节课，三节音乐课、二节美术课和一节体育课。

一天的听课受益非浅，其中体育课对我感触最深。

这位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。

这些课，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。

李老师教法先进，内容丰富，课堂气氛活跃。

强烈的动感刺激加上木棒操、课前激趣游戏等，能快速激发出学生的练习热情，尽快进入角色。

结束部分的意念放松练习，能使学生彻底放松，效果非常好。

李老师教师赋有渲染性的语言和满堂课的微笑，使课堂激情高涨和亲和力，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。

合作能力培养游戏“海上飞船”富有刺激性和情感教育，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。

## 一、我的学习经历

我深知这次机会难得。

因此在学习过程中始终都是全身心的投入，丝毫不敢懈怠。

争取让自己能在有限的学习时间内学到更多的先进经验，感悟同行对体育教育事业的完全认同和献身精神。

因此，在外出听课的时间里，我除了参加听课学习以外，积极地向其他优秀教师学习。

通过这种高水平的观摩课，更加引起我的思考，进而通过和同行的方方面面的对比找到自己的不足。

因此，在学习期间我尽可能的利用时机，多听、多看、多问、多思，并与其他体育教师一起进行交流，不放过一丝的学习机会。

## 二、我的学习体会

课堂教学方面

通过这次的听课与学习，我从体育课的各个方面与优秀教师进行对比，发现还是存在华考|zk168着一定的差距的。

主要体现在：这些教师的基本功扎实，在课堂上的一言一行，都充分的反应出其扎实基本功的。

课前准备充分，每一个讲课教师都真正的做到了课前备教材、备学生。

不论从教材内容的选择、还是课得设计，以及根据学生的实际情况来安排活动内容上都做了精心的设计与准备。

这是我以往所不能做到的。

在课堂教学中融入情景教学，使课堂教学中始终贯穿一条主线，环环相扣，组织紧密。

课堂的组织结构合理。

课堂评价的艺术性，在体育课上，教师多以鼓励与表扬为主，并对学生进行正确的评价。

有一堂课，学生进行分组比赛，比赛结束后教师对最后一名的评价是不甘落后组，对第二名的评价是奋勇拼搏组。

评价恰如其分，保护了学生的自尊心。

### 三、我的学后反思

“生命是一条河，需要流动，需要吸纳”。

教师有了丰富的文化底蕴，教育教学活动才会有底气。

此次的学习，让我找到了明确的努力目标。



在今后的教学中我要脚踏实地，实实在在结合自己学校和学生情况，备好每一节课、更要上好每一节课，使自己真正成为一名称职的体育教师。

首先我非常感谢各级领导给我这次外出学习的机会，虽然只有短暂的两天学习时间，但我感觉自己收获了很多知识，对我今后的工作有借鉴之处。

下面是我通过学习获得的几个方面的体会：

第一、浮华退去，尽显本色。

这次听课最大的感受就是，老师执教的课都很朴实，注重学生的学习效率，从而淡化了课件等的辅助作用。

华丽惹眼的课件被几张简单的幻灯片代替；五花八门的活动被扎实的学生练习所代替，真正彰显了课堂本色。

第二、教师要做一个成功的引路人。

再一感受就是这次活动的务实精神。

在教师上课过程中，有教师讲解田径时跨栏动作漂亮到位，游戏的讲解、示范与操作环节(规定时间内)，队列队形的口令清晰，还有篮球行进间运球低手上篮干净利落。

这些技能对老师的个人专业技能，钻研教材能力，教学实施能力都提出了考验。

这样的学习氛围也给我敲响了警钟，想到自己还有很多不足，需要继续努力，提升自身素质。

第三、高效成为衡量标准。

教师教学设计的每一个环节都围绕着“高效”，注意提高课

堂效率尤其学生的练习效率。

每节课都非常注重对学生动手的落实。

上课直接解决，没有拖沓；目标明确，有利于学生真正成为课堂的主人。

这也提醒我们切切实实逐步培养学生自主学习好习惯，上课来一定能取得事半功倍的效果。

第四、在教学活动中，教师要当好组织者。

教师要充分信任学生，相信学生完全有学习的能力。

把机会交给学生。

俯下身子看学生的生活，平等参与学生的练习中，及时了解他们的情况。

时间过的很快，在2天里我学到了许多在自己学校里没有学过的知识，我会继续努力，努力提高自己的教学业务水平。

因为很多教练会很严格，因为学车要很认真不能随意嘛，要是以后成了马路杀手教练也有可能是没有教好。

刚开始学的确会很紧张，很怕什么都弄错之类的，教练也让自己有压力，不过最重要的是在学的时候要头脑清醒，我就是那种不怎么清醒的人，所以经常都会忘记呀。

所以呢，你在学了一点之后有机会就用车再试试，没有的话就在脑子中反复记得，不然下次去又忘记了，又要被教练训话又要自己紧张了...记得第1次教练让我从学校可i到学车场，紧张到要死，生怕随时撞。

其实学车呢我就觉得是个基础的事情，以后很多开车的东西还是要有经验，现在就是练习一下那种感觉吧。

心态好自然就好了，不过我那时候巴不得快一点拿到驾照，因为就不用经常被教练训了，不过不同教练方法肯定不同。