

一年级孩子体育锻炼心得(汇总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。相信许多人会觉得范文很难写？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。

一年级孩子体育锻炼心得篇一

进入小学一年级，孩子们变化很大。他们从事许多新活动，学习更多有趣的知识。尽管在这个时期，孩子们的学习任务很重，但他们的成长和进步也非常明显。在这篇文章中我将分享一年级孩子活动的心得体会。

第二段：认识自己

经过几个月的学习，我发现孩子们的基础知识还比较薄弱，许多技能还需要学习和加强。因此，他们需要更多的帮助和引导。在这个时候，孩子们也更加关注自己的问题和缺点。教师可以通过不断了解孩子，让他们更自信的认识自己，更勇敢的面对挑战。

第三段：活动扩展

在学习中，孩子们喜欢做手工、画画、唱歌。这些活动不仅可以帮助学生释放自己的情感，还能激发他们的想象力和创造力，更好的促进他们的学习。在新学期里，教师们通过组织一些活动来扩展孩子们的兴趣和娱乐，使他们更愿意去学习。

第四段：课后活动

在上完一天的课后，孩子们一定很累了。我常常鼓励他们通过课外活动来放松身心。孩子们可以去公园散步、踢足球，

和家长一起阅读绘本或者挑选自己喜欢的活动等等。通过这些活动，孩子们能够更好地回归到课堂学习中。

第五段：学会相互支持

一年级的学生细心体贴，且关注同学之间的情感，互相支持。许多学生能够跟其他同学分享想法、知识等问题，使他们更快乐、更自信、更聪明。教师们要善于培养这种互相支持的文化氛围，让孩子们更好地在这样的环境中成长和进步。

结论：

在这篇文章中，我分享了我关于一年级孩子活动的体验。一年级的学习任务可谓相当繁重，因此，我们要创造出一个令孩子们开心愉悦的环境，更好的让他们适应新的学习模式，能够更好地成长和进步。因此，在这个过程中，我相信每个孩子都能挖掘出自己的闪光点，互相促进，共同进步。

一年级孩子体育锻炼心得篇二

- 1、在互相讨论中和教师引导下，理解体育锻炼的价值。
- 2、在自学、讨论和教师互动交流过程中，提高对体育锻炼的认识。
- 3、在教师引导下明确个人坚持体育锻炼的策略。

重点：使学生理解坚持体育锻炼对身心发展的价值。

难点：引导学生主动进行体育锻炼，明确个人坚持体育锻炼的策略。

（一）课的开始

- 1、教师宣布学习内容。
- 2、学生齐读“每天坚持一小时体育锻炼”课题。
- 3、教师提问，为什么学习这个内容？请同学们看大屏幕。

(1) 内容。

(2) 目的。

(二) 活动一、坚持体育锻炼对身心发展有什么价值

1、活动目的。通过活动，使学生在原有理解体育锻炼价值的基础上，能够更全面地理解坚持体育锻炼对身心发展的价值，进而提高主动参加体育锻炼的积极性。

2、活动形式。小组讨论，推小组代表全班交流，教师小结。

3、具体操作。

(1) 教师提出分组讨论要求。

(2) 小组讨论。

(3) 教师巡视指导，搜集信息。

(4) 小组推代表与教师和同学交流。

(5) 教师结合学生交流情况，利用课间或挂图，形象直观地补充讲解。

4、教师小结。

(三) 活动二、说一说“你参加过的或观看过的最难忘的体育活动和比赛”，谈谈自己的感受、体验或收获。

1、活动目的。分享参加体育锻炼的感受、体验和收获激发学生主动进行体育锻炼。

2、活动形式。同桌讨论、班上交流，教师小结。

3、具体操作。

(1) 教师语言组织。

(2) 同桌同学之间交流。

(3) 推代表与教师和同学交流。

(4) 教师归纳与学生互动。

4、教师小结。

(四) 提问讲解

1、教师说出“生命在于运动”的体育格言，提问学生，你们能说一说你知道的体育格言。

2、学生交流体育格言。

3、引导学生观看*参加体育锻炼的视频。

4、学生阅读教科书中对*参加体育锻炼的介绍。

5、引导学生谈观后和读后的感想。

6、教师解释、归纳*的体育思想观点，帮助学生进一步加深对体育锻炼价值的理解。

7、教师小结。

（五）学习每天坚持一小时体育锻炼的策略。

- 1、教师引导学生提出自己对体育锻炼的认识观点。
- 2、归纳学生认识观点，用课件或挂图给出教科书中正误的内容。
- 3、引导学生针对有关体育锻炼的误区发表自己的看法。
- 4、结合学生提出的看法，引导学生进行分析，得出正确的结论。
- 5、教师提出“学习忙没有时间进行体育锻炼”的误区。
- 6、学生分组交流，共同设计利用学习的空余时间进行身体锻炼的方案。
- 7、教师小结。正确地认识体育锻炼，能够坚定体育锻炼的信念，增强动力。
- 8、教师用多媒体课件或挂图展示“周体育锻炼计划”表，引导学生观察说出构成“周体育锻炼计划”的主要内容有哪些。
- 9、教师归纳制定“周体育锻炼计划”主要包括的内容。
- 10、教师依次讲解怎样制定目标、如何确定锻炼时间、怎样选择锻炼内容、如何确定运动负荷、怎样对计划实施情况进行评价等内容。
- 11提示制定“周体育锻炼计划”注意事项，解答学生疑问。
- 12、布置作业。

（六）教师总结

1、知识梳理。

2、本课小结。

一年级孩子体育锻炼心得篇三

在一年级里，我真心地感谢孩子们的陪伴和成长。他们是未来的希望，每天都给我带来快乐和感动。在和他们相处的过程中，我深刻体会到了孩子们的善良、坚强和进取心。因此，我想写下这篇文章，记录下我在一年级工作中的点滴收获和感悟。

第二段：对孩子们的感谢

首先，我要感谢孩子们的坚强和勇敢。许多孩子来自不同的环境和背景，面对着各种各样的困难。然而，他们都以无比的坚强面对，并且积极地努力学习。有一次，班上的一个孩子遇到了一些家庭问题，但他并没有因此而放弃，相反，他更加努力地学习，就是为了能在将来能够改变自己的命运。这样的孩子让我深受鼓舞，也让我更加坚定了我教育的信念。

其次，我要感谢孩子们的善良和友爱。在一年级这个年龄，孩子们的世界观正在逐渐形成。有些孩子很小，但他们却能懂得分享和关心他人。他们不会忍心看到同学受伤或者难过，并会主动去帮助和安慰他们。这种善良的品质让我看到了人性的美好，也让我明白到了我们应该以身作则，用自己的行动影响他人，培养更多善良和友爱的孩子。

第四段：对孩子们的感谢

此外，我要感谢孩子们的进取心和勤奋。在这一年里，我看到了孩子们的巨大进步。他们每天都在学习新的知识和技能，并且积极参与各种课外活动。即使遇到困难，他们也能鼓起勇气去尝试和解决。这种进取心和勤奋的态度让我明白到了

只有付出努力，才能收获成果。在教育孩子的过程中，我深深被他们的刻苦和努力所感动，也让我更加坚信只要任何人都能够通过努力实现自己的梦想。

第五段：结尾

总结一年级的工作经历，我深切地感受到了孩子们的善良、坚强和进取心。他们是如此纯真而可爱，正是他们的存在让教育更有意义。通过和他们的相处，我得到了很多启发和成长。在以后的工作中，我将更加用心地去教育和引导他们，帮助他们成为更好的人。感谢孩子们，感谢他们给我带来的快乐和成就感。我相信，只要我们一起努力，我们将共同创造美好的未来。

一年级孩子体育锻炼心得篇四

评语是老师与学生及监护人之间进行沟通的重要渠道。写好操行评语,对学生一个学期以来的德智体美劳各方面进行客观全面的评价,是班主任要做的一项重要工作。本文是本站小编为大家整理的孩子一年级期末评语,仅供参考。

1. 老师很希望看到上课时认真听讲的你，认真完成作业的你，希望你在学习中多下功夫，一份耕耘，一份收获，希望通过自己的努力来取得进步！
3. 有自己的想法，非常想表达，但是一定要遵守纪律哦！在平时的作业中，一定要把字学端正了，你知道吗？老师最喜欢看你认真写的字了，希望在四年级的时候天天能看到，多努力啊！
4. 看到你矫健的身姿，老师很高兴，老师更希望在学习中你也能如此，所以学习还得多认真一点，作业可得认真完成，不可以马虎，至于踏实的学习，你才会有所进步！

5. 认真听讲，字迹端正，积极发言，这些都是你的优点，希望在以后的学习中能看到你更多的闪光点!加油啊!
6. 这学期成绩不是很理想，但成绩代表过去，希望你向前看，找出学习中存在的问题，并及时地改正，并在下学期中继续努力，相信你依然是老师和同学心中好孩子!
7. 你变得更开朗活泼了，成绩也稳定了，上课时也能听到你的发言了。平时还乐于帮助学习上有困难的同学，希望你在学习和工作能力上有更大的进步，加油啊!
8. 你是个懂事的孩子，写作业都是一丝不苟的，在各方面都很优秀，并且严格要求自己，学作文也有很多自己的想法，老师希望你能胆子再大些，多为班级服务，加油吧!
9. 你是个充满好奇心的孩子，但是老师上课时你还得认真听讲阿，写作业时要多多提高作业的质量，学习中养成良好的学习习惯，下课休息的时候一定要多注意安全，期待你有更大的进步!
10. 你有一个聪明的小脑袋，可得好好利用阿!在上课的时候一定要认真听讲，认真完成自己的作业，平时很大家友好的相处哦，相信你努力去做了。一定会有进步的，加油啊!
11. 一年的接触，老师发现你也是个调皮的小男孩，但是上课的时候心还得静下来哦，只要你多努力一点，你就会有进步的。老师期待着你的进步啊!
12. 稳重，踏实是你给老师留下的印象，认真完成老师布置的任务，希望多与他们同学交流，更活泼些，期待在四年级中看到一個更出色的你!
13. 你是一个要求上进的孩子，但是基础知识还比较薄弱，希望你能利用课余时间自己来多补一补，在四年级的时候

赶上大家的步伐，加油哦！

14. 脸上常带着微笑，关心他人，尊敬老师，对于自己的学习，还得多下功夫，写作业时字迹要端正，希望在各方面认真地对待，你会更加棒的，加油！

15. 这学期基本能按时完成作业了，希望你继续保持并有更大的进步，在自己的学习上，还要多一点自觉，少一点贪玩，用心学习就会有进步！

16. 学习要靠自己的努力换来的，只有在学习上多下功夫，你才会有收获，老师希望你上课时认真听讲，开动脑筋，做一个听话、懂事的好孩子！

17. 这学期你有了一定的进步，字迹比以前好看多了，上课的时候积极举手，老师希望你在课间能够开展安全的活动，争取在四年级的时候，看到一个更出色的你，加油！

18. 有时很安静，有时又有些调皮，在上课的时候还应多举手发言阿，胆子大些，你可是个男子汉阿！在四年级中多多努力，希望你能取得更大的收获！

19. 在家长的督促下开始认真写作业，这点很好噢！老师希望你在上课的时候还要多遵守纪律噢，在老师，家长和同学的关心下，你会有更多的进步和收获噢！加油啊！

20. 你很爱动脑筋，老师希望你再学习上还得自觉，上课时遵守课堂纪律，认真听讲，只有这样你才会有进步噢！加油吧，在四年级的学习中，取得更多的收获！

21. 活泼积极是你给老师留下的印象，你有优美的舞姿和出色的画技，希望你在学习中也不断的完善自己，争取做一个更加出色的人，多努力噢，期待你的精彩表现！

23. 你是个惹人喜爱的男孩，能持之以恒地坚持天天打扫包干区，如果学习也能做到持之以恒，成绩会更上一层楼。

25. 你是个懂事的孩子，有上进的愿望，但是光有志向还不行，必须还要付出艰苦的劳动，希你在未来的道路上更刻苦，更勤奋。

27. 胖乎乎的你，健康，可爱，老师多么希望在课堂上听到你的响亮的发言声。

28. 你踏实的学风，让老师感到欣慰，希你课外要增加阅读量，努力提高写作。

29. 你很懂事，学习上求上进，能为同学服务，做好老师的好帮手，但学习上还不能做到精益求精，希今后，要讲究学习方法、技巧，使学习成绩能迅速提高。

30. 在学习的时候要养成良好的用眼习惯噢，保护好自己的双眼。在学习的过程中，需要你的认真对待，只有踏实的学习才会有真正的收获，多多努力吧！

1、你是位人见人爱的女孩，但也许你胆小的缘故，发言的机会总给别人抢去了，老师多么希望听到你响亮而精彩的回答啊！

2、你是一个爱学习的孩子，但学习方法需改进，学会与同学交流，学会与老师沟通，相信你会进步更快。

3、能按时到校，参加学校里开展的各项活动，但学习上缺乏主动性，不敢于向困难挑战，希你能很快地改正缺点，追上一般同学。

4、能积极参加校开展的各项活动，各科作业能完成，如果学习上再增加一点主动性，课外多看一些书，成绩就会有所提

高。

5、能积极参加校开展的各项活动，各科作业能完成，如果学习上在增加一点主动性，课外多看一些书，成绩就会有所提高。

7、你是个自理能力很强的孩子，但是在学习中少一点倔强，多听家长和老师的话，好好利用你的好脑子，相信只要你努力了，你就会有很大的收获的，加油啊！

8、你很有自己的见解和想法，在学习中总能很自觉，小品表演也给老师留下了深刻的印象，希望你在各方面继续努力，在四年级中有更大的进步！

9、活泼，还有些任性，老师最喜欢看到上课时认真听讲的你，积极举手的你，希望在四年级时常常能看到这样的你啊！多努力吧，做一名出色的少先队员吧！

10、好动又贪玩，你真是太活泼了，老师希望你上课时能静下心来认真听，写作业时不要马虎对待，平时养成良好的复习预习习惯，通过自己的努力取得更多的收获！

11、那次运动会大家多么希望你能来参加，但是没关系，希望下次能来参加。在学习中也应该像体育一样有拼搏的精神，通过自己的努力和认真地付出来收获更多！加油！

一年级孩子体育锻炼心得篇五

作为一名小学一年级的语文老师，我深深地意识到了语文学习的重要性。在这一年里，我有幸见证了许多孩子从对语文毫无感觉到对语言文字逐渐形成自己的认知和理解。在我的教学过程中，我不仅仅是教授知识，更重要的是要帮助孩子们匹配他们的认知水平，使他们更好地理解 and 记忆所学内容。

今天我想与大家分享一些一年级孩子学习语文的心得体会。

第二段：学习方法

一年级孩子们的学习方法与成年人有很大不同。他们的学习主要依赖于感性认知和直觉思维。因此，我在教学过程中注重让孩子们通过各种感官接触到知识，并帮助他们在感性认知的基础上形成概念框架。例如，在教授古诗词时，我会通过韵律、意境等方面的介绍来引起孩子们的兴趣，增加他们对古诗词的了解和感受。此外，我还鼓励孩子们通过看图讲故事、读书提高朗读能力、整理笔记、背诵课文等方法积累更多的语文知识。

第三段：教学内容

首先，教育基础是最重要的。我会按照教师手册规定的教学内容，安排每个单元的学习内容。在教学过程中，我会让孩子们学习拼音、认字、词汇、语法等知识。其次，我也会让孩子们接触到文学作品、国学经典等丰富多彩的文化知识，以帮助他们发展广泛的人文素养。

第四段：教学策略

在教学中，我更注重启发和引导孩子们的思考，让他们逐渐理解语言文字的内涵和价值。我的教学策略是提问式授课，让孩子们通过回答问题思考问题，从而提高他们的语文思维能力。例如，在用字会、识字会等方面的考核中，我会选取经典阅读材料，通过多种方法刺激孩子们的兴趣，使他们温故知新，从而加深对语文知识的理解。

第五段：总结

总体来看，一年级的语文学习是孩子们语文启蒙阶段的重要时间点，教学者需要掌握一些心理学和教育学的相关知识，

并采用合适的教学方法和策略帮助孩子们尽早建立起对语文学科的兴趣和认知。在我眼中，孩子们的成长是一种美好的感受，我希望在我的小学心灵之花的世界里，每一份付出都能为孩子们带来更多的成长和进步。