

2023年幼儿体能训练心得体会(通用10篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来看看吧。

幼儿体能训练心得体会篇一

电影《小孩不笨2》的一句台词说得十分好，即“资源放错了地方就是垃圾，垃圾放对了地方就是资源”。如果说，尊重、理解幼儿需要教师有较高的素养的话，宽容幼儿则需要勇气和更大的投入。教师要允许幼儿认识反复的过程，需要我们有更大的耐性。

宽容，不是放纵，更不是溺爱，它有着丰富的内涵。宽容，是理解的继续，也是理解最真实、最具体的体现。宽容应当有多种形式，各种形式的确定必须根据“一把钥匙开一把锁”的原则。宽容，还应为幼儿排除不良因素的干扰，创造条件，让幼儿“跳一跳”就能够到达的努力目标；同时要因势利导，用爱心感染幼儿，尊重、理解、宽容有机地结合，提高与孩子交流的深度、广度和质量，也使教师的爱心放大了更多倍。

望着那一张张天真可爱的脸，一切的烦恼与忧愁刹那间消退，生活的诗画便在眼前飞扬，使心田灿烂，温馨。”我觉得幼儿园教师是一个纯真和完美的职业。有人形容幼儿教师永远都是显得那么年轻和充满朝气。

这种形容不无道理。当你应对幼儿那双清澈无比充满童真的眼睛时，当你聆听着幼儿银铃般的笑声时，每个人都仿佛又重新回到了童年时光。这让我更加喜欢这个职业，让我觉得

这份职业如此纯真完美，我无悔选择了这样的职业。在与幼儿一齐相处的日子，多一份爱心，少一点虚荣；多一份理解、帮忙，少一点指责、批评；多一份宽容、耐心，少一点责难、惩罚！这样，让教师的职业道路更加完美。

“爱”是教育永恒的主题，我们明白了怎样更好地去爱我们的孩子，怎样让我们的孩子在更好的环境下健康的成长。作为一名骨干教师，我们要以扎实的作风潜心实践，坚持不懈；要以自觉的精神对待学习，不必急功近利，心浮气躁；要以务实的心态思考问题，力求兼收并蓄，博采众长；要以独特的眼光大胆创新，做到不拘一格，匠心独运；要坚持进取而健康的心理品质，逐步构成巧借外力的综合素养，让自我的工作、生活与学习始终处于一种研究的状态，让自我的生命处于不断探索与追求的过程之中。

幼儿体能训练心得体会篇二

每个孩子都是天然生成的小画家，他们喜爱信手涂鸦，墙面、家私、书本、衣裳……都可能成为他们纵情挥洒的“画布”，有的母亲怕弄脏，因此而阻碍宝宝们“创造”，这是万万不行的，或许正是由于您今日的阻挠扼杀了一位明日的“大师”。嘉嘉从小很喜欢涂鸦，我就在墙上贴上一张足够大的纸，让她在规则范围内自在涂鸦。这样一来，既处理了墙面物品的清洗疑问，也为她的涂鸦供给了足够空间。

不知从何时起，简笔画大行其道，孩子们只需墨守成规，寥寥几笔就能画出人物、动物等生动形象，母亲们更是将其当作宝宝学画的最佳办法。可殊不知正是这看似简略易会的“学画捷径”，却无形中压抑了美术创造中最名贵的才能——“创造力”。我教嘉嘉学画的原则是“恰当引导但绝不演示”。例如，我和孩子一起花卉写生，我会引导她注意观察花朵的颜色特色及花瓣形状，然后两人分开绘画，最终再彼此点评。母亲们必须要让孩子在观察中创造、在幻想中

绘画，切忌盲目演示，让宝宝们依葫芦画瓢。在颜色运用上，母亲们也不要给孩子过多的约束：如天不必定总是蓝的，树不必定总是绿的，花也不必定满是红的。

让孩子用啥东西作画议论纷纷：有人以为，油画棒最适合孩子，由于它运用方便且不易折断；但也有人以为，水粉颜料才是最佳挑选，由于它的浓淡、颜色富于改变。那么究竟什么才是孩子们作画的佳材料呢？我以为这并没有必定之规，母亲们应尽量让孩子尝试不一样的材料创作。比如用吸管吹画、用海绵蘸画、用彩纸撕画、用手指压画。

“画得像不像”通常是母亲们评估孩子著作的规范，其实这是不正确的，孩子画是他们心里的灵动、思维的亮光，要知道激起孩子的创造热心远比让他们掌握绘画窍门更重要，所以母亲们必定要学会用赏识的眼光看待孩子的每一幅著作。我在评价嘉嘉作品时，通常会指出每幅画的可取之处，如这些线条很鲜活、那些颜色很漂亮，造型很生动等。在维护她绘画兴趣的同时，也让她渐渐领会绘画的构图美、线条掌握和颜色运用。

“美”是要用心开掘和领会的。平常日子中，我会常常拿一些名画图册或优异的绘本插图和嘉嘉一起欣赏，还会带他去观赏画展，同时也带她多接触大自然，以浸透的方法给予他“美”的启迪。

以上是我对于孩子绘画方面的个人看法，希望对父母对如何引导孩子绘画有一定帮助！

幼儿体能训练心得体会篇三

上个星期，我跟父母一齐看了《小孩不笨2》这部教育影片，影片中的故事情节使我感触很深，心境久久不能平静。

“天下没有教不会的孩子，仅有不会教的父母。”这是是爸

爸临终前才觉悟的，他不是不爱成才，他只明白自我是从小被打大的，不期望成才走他的后路，不明白如何去爱一个人和表达自我的爱，才导致今日的杯具，用自我的生命换取孩子成长和回头。

如果说父母打孩子还能够理解，但学校经过全校师生的颜面鞭打孩子的暴力方法去教育学生，我觉得很残忍，我不赞同这样做。这样做也许能够令孩子吸取教训，可是你们明白吗？这样的做法同时也使孩子的心灵造成很大的伤害。剧中也曾说过：烂苹果削去烂的部分，剩下好的还能够吃，全部丢掉就没有了。

正因为在孩子提高时，家长没有及时表扬，在孩子出现问题时也没有好好教育，只是一个劲地责怪孩子，才导致孩子一错再错。剧中曾有这样的一句话说：资源放错了地方就是垃圾，垃圾放对地方就是资源。我相信每一个小孩都不笨，也期望每一个小孩如天使般欢乐！

幼儿体能训练心得体会篇四

军训是艰苦的，但我们是欢乐的。

黑白蓝相交融的迷彩服，服朴素而庄严。多少曾娇的`女孩穿着它昂首立足于训练场上，勾勒出一道美丽的风景。我骄傲我是其中的一员。

炎炎烈日下，汗水渗出我们的额头；跌倒在训练场上，血液涌出我们的肌肤。我们没有流泪，军训中我们学会了承受，我们牢记”流汗流血不流泪”。

暴雨中，任凭雨水渗透我们的军服，模糊我们的视线，在教官的带领下，我们仍在拼搏。军训中我们学会坚持，我们深信”坚持就是胜利”。

”寒风飘飘落叶，军营是咱温暖的家……”同学们长着军歌，在嘹亮的歌声中我们想家，却不因想念家人而逃离军训。军训中，我们正在长大。

幼儿体能训练心得体会篇五

还记得，那个忙碌的老爸，每次都是在漆黑的夜空下才打开家门！手中打着电话，等打完电话又开始洗脚洗脸，之后又点燃一支烟躺在沙发上闭着眼睛无声无息，像是在回忆什么，吐出的烟气又像是把今天经历的苦给吐出来之后飘散如烟，老爸把手机放在茶几上面，之后又闭着那带着黑眼圈的眼睛，四周格外的安静，唯独只有那只手机在‘喊’！最终老爸拿起了手机，穿上鞋又匆忙的跑出家门。

那时我已经闭着眼沉入梦中，可老爸还在外面睁着眼忙碌工作，四周安静了，万物都沉入了梦中。

渐渐地，太阳公公也起床了，世间万物都苏醒了，汽车的喇叭声，楼下买菜的叫喊声，打太极的口号声，也有爸爸的呼噜声，震耳欲聋，我捂着耳朵生怕把耳膜震破跑进书房写作业。

快到中午了，爸爸终于起床了，穿起衣服吃了午饭，穿上鞋破门而去。

下午了，爸爸咚的一声打开门，我看着爸爸气喘吁吁提着一袋吃的并说道：“快吃，吃完了咱们去打篮球”，对于爸爸陪我打篮球这件事我感觉就像是一个奇迹！一个忙碌的人抽时间来陪我玩。到了体育馆，我拿着篮球问爸爸：“你为什么总是那么忙，而今天有时间来陪我打篮球”。爸爸说：“今天事情少，待在家又无聊，你别看我今天陪你打篮球，可明天后天我会更忙的，恐怕很少有时间陪你打篮球”。

我终于知道，奇迹那天是如此重要。

幼儿体能训练心得体会篇六

孩子对画画有一种天生的喜爱和兴趣，因为小小的他们充满了无限的想象力。他们把绘画当做自己对这个世界发现的一种诠释，所以他们很快乐，快乐做这种游戏，因为他们有太多太多需要表达的。这是他们童年的游戏，有快乐的想象，有宝贵的天真想法。如何让孩子更健康的成长，这一直是我思考的主题。

刚接触儿童画时，心里半喜半忧。喜的是他们有天使一样可爱的面孔，纯净的眼睛，不是说出稚气而又天真的笑话。担忧的是儿童画属于美术的范畴但又不是是一种成形的美术画种。不知道该从哪教起，而且我也很难站在小孩子的角度去思考，总觉得什么都太简单了。所以刚开始时画的东西总是太难。学生画的累，我教的更累。有时在课上，我刚教过怎么去画，就听见有的小朋友说：“老师，我不会。”眼里好像很委屈，眼巴巴的望着你，这时我就想过去帮助他，哪怕是一笔一笔的教他画，也不想让孩子有那种委屈的感觉，但是久而久之就会使孩子养成了对美术课失去积极性的态度，还滋生了一脸感，没有起到教学的目的，培养孩子的兴趣。见见的，我改变了一种方法，先调整自己的心态，增强孩子的自信心，你去帮助他就是在伤害她，限制他画画时的想法，放手让孩子自己去做，你会看到孩子在自己的作品上表达的情感、个性和风格，他们自己内心的世界，老师不能代劳，对自己和孩子都有不利的地方。

在平时的美术教学当中，看到好多孩子都喜欢在纸上乱画，我才意识到孩子正处于涂鸦期，了解之后我还注意到应该在美术活动中多用搞笑的，他们熟知的语言来和他们交流，语言的夸张，使他们富有想象，鼓励他们大胆自由的去表现自己的想法，并随时处地的让孩子们更多的自己动手、不断的发现问题解决问题让我自己从一些教学误区中走出来。

在接触一些学生家长的过程中我发现，有许多孩子的家长时常感叹“我的孩子平时不知道在画些什么东西！”或“画的圆不像圆，方不像方，横线不平，竖线不直”等等。对于家长们的这种感叹委实叫人心痛。美术专家说，儿童的绘画是一个集审美与情感陶冶等功能于一体的过程，其表现结果并不是最终标准，更何况家长的感叹多数是来自“像”于“不像”的直接衡量。对此我对家长的讲述是：儿童绘画是儿童天性和个性的自然反应及流露，儿童画的形象应建立在合理的儿童生活基础之上，最重要的是努力去理解他们试图表现什么，儿童学习美术最重要的并不是让孩子学到多少美术知识，而是让孩子学会观察、记忆与表现，尽量让孩子学会用自己的绘画语言区表达。

当然，在一节课结束后呈现一幅完整的作品也是很重要的，这不但需要兴趣和创作的冲动，更需要孩子的毅力、专注、耐性，这对孩子来说并不容易。为此，我经常和他们一起动手画，培养他们的学习兴趣，训练他们做事要有始有终的习惯，并通过展览的方式让他们品尝胜利的喜悦。

儿童画教学是一门丰富多彩的艺术，这就需要我们教师用心去感受，耐心、负责的对待每个孩子。

幼儿体能训练心得体会篇七

“小孩不笨”，这四个字听起来很新颖。我是怀着一种期待的心情看完这部电影的。故事情节很紧凑，催人泪下。

电影讲述了三个孩子由好变坏，由坏变好的几个经典场景。反映了信息社会，许多家庭面临的一个现实问题：父母忙工作，忙赚钱，缺少同孩子沟通交流。即使是有限的几次交流，也不过是：父母说，孩子听，照着做。在大人们看来，这样就算是沟通、教育了。

看小孩杰利的演出，父母认为是无聊之举……

哥哥杰利博客写得好，父母也认为是没用的折腾……

学谦体育好，喜欢拳击，却遭到父亲的暴打……

凡此种种，代沟越来越深，越来越宽，差点就酿成了悲剧。好在剧中父母老师觉醒很快，才皆大欢喜，以令人振奋的喜剧结局。

由电影的目光看现实，我觉得有很多东西值得我们思考。

在我的同学中，有很多人真的很了不起，有很多的优点，但就是被家长老师忽略了。大人的观点很唯一，也很统一，就是一个答案：读书读得棒才是真的棒，其余的都是假的，不值一提。

是的，童心生来就很纯洁，可塑性也很强。由于父母的忽略，会慢慢变迟钝，甚至麻木。这时的“家”已经不再是家，而只是睡觉的房子了。

最后我想说：不管工作有多忙，为人父母，请多一抽一点时间陪陪孩子吧。他们缺少那份爱，那份沉甸甸的爱！

幼儿体能训练心得体会篇八

在学校召开亲子共读活动以来，我与儿子一起阅读《小布头奇遇记》和《怪城奇遇记》，读到高兴时，看到儿子哈哈大笑，听着儿子“接着读！接着读！”的催促声，心里感到很满足，仔细想一想，与儿子一起阅读，真的体会很多。

平时总是发现儿子学的太慢，如此简单的东西却总是理解不了，自己急的不得了，后来静下心来想一想自己小时候的样子，才发现儿子也真不容易，理解比什么都重要，暗暗的告

诉自己要学会换位思考，至少在陪儿子阅读的我要有耐心，用儿子的思维体会儿子的生活，这也是一种收获吧。

与儿子一起阅读，通过一些小故事，让他知道什么是对错，让他知道一些简单的社会准则，从小就树立积极向上健康全面的生活学习世界观。与儿子一起阅读，不仅儿子高兴，我自己也感到很开心，虽然生活很累，工作很忙，但是拿着书给儿子讲故事的时候，就会不知不觉放松起来，感觉很温馨。

发现互动学习的效果真的不错，学得轻松，掌握得也快，有点儿羡慕他，要是我们小时候也这样该多好。

在学校召开亲子共读活动中，我和儿子共同学习，共同成长，陪伴儿子读书的同时，和儿子一起读书，一起在书中感受故事的精彩，词语的优美，让儿子感受到读书的乐趣。总之，在与儿子一起阅读过程，我的收获真的很多很多。

幼儿体能训练心得体会篇九

在xx年十一月至二0一六年二月期间，我参加了市公安局举办的二0一六年度第二期新警培训班学习。在警校这三个月的生活学习里，虽然时间短暂，但在我的人生轨迹中却留下了最光辉的一笔，使我永久不能忘怀。三个月的学习生活中，我学会了如何从事公安工作的许多技能与法律知识，更重要的是，磨砺自己的意志，锻炼了自己的体魄，为以后的公安工作打下了坚实的基础。

这次新警培训学习圆了我渴望了解公安工作、掌握公安工作技能与法律知识的愿望。在这三个月的学习中我学会了如何接警、处警，如何使用枪弹，并学习了国际上最安全的出警对敌战斗理念，这些都使我对公安工作有了更进一步的了解，特别是在模拟枪战训练中，真正地体现了新时代警察高效率

的快速反应能力与沟通配合意识，还有全方位的安全理念。

多么朴素的语言，但它却使我深深地体会到了信任的重要；在急救项目中，更加体现了团队团结一致的好品质、好精神，正如雷锋所说：“一朵鲜花打扮不出美丽的春天，一个人先进总是单枪匹马，众人先进才能移山填海。”只有大家团结一心，才能顺利渡过难关，完成任务。

在这三个月中，给我影响最深的便是参加了市公安局大练兵成果汇报表演。在长达一个月的汇报表演训练中，我们日晒雨淋、摸打滚爬，没有一个人叫过一声苦，喊过一声痛。刻苦的训练迎来了硕果，我们的汇报表演获得了省市领导的肯定与赞赏。

通过参加汇报表演，还使我深深的感受到了公安技能的重要性及它的意义所在。对于一个仅仅当过几年机关兵的我来说，在经过这些摔打磨砺之后，可以说，我可以胜任当一名人民警察了。在这个日新月异、知识爆炸的时代里，为了适应公安工作的发展，为了做好自己的本职工作，我必须用新的技能与知识来武装自己，以便更好地全心全意为人民服务！

在这三个月中，我学到的东西并不只有这一些，还有同学们之间的友谊，教官们无微不至的关心，一点一滴都深深地刻在我的心里，永远不可磨灭！这三个月，我是受益匪浅的。

入警对于一名军转干部来说，不单单是工作的问题，更重要的是角色的转变，首先我们告别了自己的热血军营，开始真正的步入社会；其次我们即将从事的这份职业是一项光荣的事业。不管我们有没有准备好，摆在我们眼前的事实是我们即将成为一名警官，一名背负着国家与人民所寄托的使命的工作者。

我们这些来自不同部队不同专业的同志们即将成为治安战线上的战友，在治安事业这个宽广的舞台上我们要用自己的青

春书写自己的梦想。记得，我们新警班开班典礼，市公安局领导对我们的教诲，要求我们能真正的成为忠于党、忠于祖国、忠于人民、忠于法律的合格的人民警察，我们将铭记在心。

一个多月的培训时间仿佛如白驹过隙，然而回忆这段日子里的点点滴滴，我个人感觉收获颇多，有许多值得我细细体味与认真总结的地方。在警校，良好的生活学习环境，科学的教育计划与管理，人性化与潜移默化的示范教育，使我们受益匪浅。

大队组织的拔河、故事会和“班务生活会”等活动，不仅培养了学员们的组织活动能力，而且增强了学员之间的凝聚力，让我们的心贴在一起。大队长不仅仅是一位教员，更像一位兄长，每天抽出时间与我们谈心，了解每一个人的思想动态，倾听我们的声音，真诚地帮助我们，把自己的工作体验和心得无私的与我们分享，他的付出让我们感动，更让我们尊敬。还有我们的杨队，虽然训练时不苟言笑，但平时和我们说话时非常和气。

他们对工作认真负责、对我们亲如兄弟的精神感染了我们每一个人，我们能做的只有严格遵守纪律，努力刻苦训练，以优异的成绩完成此次训练，争取早日成为一名合格的人民警察。要说的人和事还有很多，我们的主任、袁队、李队，还有我们这172培训学员。

在培训初期队列训练的那段时间里，通过两天不多的队列训练，使转业回来一年本来浮躁的心渐渐的沉稳下来了，多余的念头全都被打消了，半个多月过后，当我们发现每天早上起床不再那么痛苦，每天晚上也不再失眠时，适应了生活节奏了。在基本适应了警校的一日生活制度之后，同志们彼此之间也都逐渐熟悉了，在相互交往的过程中，我也从战友们的身上学到了不少东西，有的体能比我好；有的在写作方面有特长；有的学计算机专业在电脑方面比较在行；有的活动组织

能力很强。

总之在看到别人的特长之后，我总是努力使自己向他们靠拢，虚心学习他们的长处，虽然在短短的一个多月里我真真学到的东西没有多少，但至少这种谦虚好学的心态使我保持了一种接受新鲜事物和努力提升自己的动力，让我在训练之时感觉到每天都有新的目标，每天也都有新的收获。

在没有进入警之前，对于警察的理解真的就是简简单单的停留在执行任务，不需要过多的知识，但是在接受了入警理论知识学习之后，我感觉到自己要真的想在这个职业上做出点成绩来，今后需要学习的还有很多，尤其是一些老警察的现场说法，使我看到了他们一步步走来的艰难与困苦，一次次水与火的考验中他们用自己的行动保卫了祖国和人民的财产安全，也正是无数公安第一线的执勤，才保障了人民的幸福和祖国的发展。

公安是一个英雄辈出的集体，是一个有着光荣传统的集体，一个月的入警培训只让我了解到了公安工作的皮毛，有着无数的英雄做我们的榜样，我相信在今后的工作中我们一定会努力学习，刻苦训练，沿着英雄的足迹坚定的走下去。对于很多人来说，有时缺乏的并不是某一方面的能力，而是去大胆的展示自己的勇气。回顾这一个月点点滴滴，总有那么一两个瞬间是我们无法忘记的。

眼看培训工作近半，我一定要以饱满的热情、坚定的信心和高度的责任感投入下面培训工作中去，迎接新的挑战，攀登新的高峰。

我宣誓：我志愿成为一名中华人民共和国人民警察。我保证忠于中国共产党，忠于祖国，忠于人民，忠于法律；服从命令，听从指挥；严守纪律，保守秘密；秉公 执法，清正廉洁；恪尽职守，不怕牺牲；全心全意为人民服务。我愿献身于崇高的人民公安事业，为实现自己的誓言而努力奋斗！

“几度风雨几度春秋，风霜雪雨博激流，历尽苦难痴心不改，少年壮志不言愁，金色盾牌热血铸就，危难之处显身手……”正如歌词中所唱，人民警察担负着巩固共产党的执政地位，维护国家的长治久安，保障人民安居乐业的三大政治和社会责任。通过培训期间对警察职业相关法律法规的系统学习，我从一名刚步入社会的青年迅速向人民警察转变，充分认识到警察不仅仅是一个职业头衔，更多地意味着肩上那份沉甸甸的使命。通过爱民模范唐亚平阿姨对社区警务工作的详细讲解，我深刻明白警察也绝不再单单是理想中高大威武的形象，更多的是奔波于日常繁琐的生活小事之中。唐亚平阿姨承诺不忘记、不推卸群众的任何一件事情，在平凡的警务室坚持群众事无巨细，为构建和谐社区从点滴做起。正是无数广大像唐阿姨这样的警察在他们平凡的岗位上，用他们实际的言行、魄力、精神促使我合理定位，转变思想，更贴切地融入警察这一神圣的职业。

二、努力学习、扩展知识、提升理论在这个日新月异、知识爆炸的时代里，为了适应公安工作的发展，为了做好自己的本职工作，我必须用新的技能与知识来武装自己，与时俱进，锐意创新，以更好地全心全意为人民服务！因此在学习理论时，我以饱满的精神专心听讲，认真做笔记，积极思考，系统地学习了《人民警察法》、《刑法》、《治安管理处罚法》等相关法律；了解了如何接警、处警；知晓了行政、刑事的办案程序；懂得了全方位的安全理念。通过学习，我初步掌握了法律知识，对公安工作有了全局的认识，知识结构得到调整，知识面得到拓宽，理论水平得到提高。总之在今后的工作中我将继续学习，用复合型的知识结构打牢自己从警的每一步理论基础。

在高强度的体能训练中，我们逐渐战胜了往返快速跑、3公里武装越野、俯卧撑、深蹲跳、蛙跳、鸭子步、倒功等体能训练项目；在千篇一律的口令声中我们逐步规范了立正、稍息、齐步、跑步、正步等队列动作；在反复操练中我们也逐一掌握了擒敌拳、盘查嫌疑人、查控嫌疑车辆及给犯罪嫌疑人上拷

等警务技能。日晒雨淋、摸打滚爬，没有一个人叫过一声苦，喊过一声痛。我们用自己坚强的意志，实际的行动诠释着“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队”的真实内涵。通过一步一步扎扎实实的训练，我们磨砺了意志，增强了身体素质，提高了警务技能，为以后的从警生涯提供了最基本的保障。

“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强……”这首耳熟能详的歌曲能激发起我们参加培训的每一位新警的特殊情怀。在短暂的培训期间，我们学员与学员之间，学员与教官之间都建立了深厚的情谊，大家劲往一块使，心往一处想。期间我们开展了篮球赛、乒乓球赛、演讲比赛以及组建团队创意比赛等丰富多彩的课余活动。在活动中我们拉近了距离，增进了友谊，相互帮助，相互鼓励，共同进步。那整齐划一的队列动作，气贯长虹的擒敌拳，娴熟稳健的警务技能都充分展示了我们团队的向心力、凝聚力、战斗力。

两个月短促的培训，获益匪浅的同时也清醒地认识到做好一名合格的人民警察任重而道远，路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。在今后的从警生涯中我定当用自己的实际行动去践行在国旗下庄严而神圣的誓言，在本职工作中实现人生价值，切实做到：戴好警帽，穿好警衣，开好警车，守好警规，走好警道。

幼儿体能训练心得体会篇十

时光荏苒，转眼之间儿子已经15岁，暑假以优异的成绩被泰安一中首届创新班录取，已经成为一名准高中生了。儿子善良、正直、刻苦、向上、自信、阳光，是老师眼中品学兼优的好学生，是同伴眼中好学上进的好榜样，是很多父母教育孩子时所说的“别人家的孩子”！回想儿子从出生到今天的点点滴滴，其实我们也没有刻意寻求教育孩子的方法，只是努

力试着和孩子一起成长。

一、自律自约，率先垂范。

孔子曰：“其身正不令而行，其身不正，是令不从。”父母是孩子第一任老师，一言一行都对孩子起着耳濡目染的作用。著名教育家苏霍姆林斯基说得好：人的全面发展取决于母亲和父亲在儿童面前时怎样做人，取决于儿童从父母的榜样中怎样认识人与人之间的关系和社会环境。作为父母，首先我们会在孩子面前实话实说、说话算数、言而有信。其次，我们在处理家庭问题时，家庭成员之间是一种平等关系，能相互体谅，和睦相处，不要家长威风。还有，我们对待工作都是全身心地投入，都多次获得各自单位优秀员工、工会积极分子等荣誉，我没觉得这才是最好的表率，这样的家庭教育一定会有成效。

二、适时引导，严而有爱。

00后的孩子，成长环境和学习环境与我们小时候大相径庭，虽然生活条件好了很多，但课业量大、学习任务重，孩子有着太大的压力，我多数时候会换位思考去理解孩子，想法设法的多找到孩子的优点，多给孩子一些赞赏，多引导，少强加，多沟通，少指责。在孩子的日常生活中充分提供独立思考、独立选择、独立处理问题的机会，让孩子学会正确对待挫折，从各个方面培养孩子自立、自理的能力。鼓励孩子多参加各种社会实践活动，如各种参观、旅游、夏令营，使孩子能客观、全面、深入地了解社会环境和社会需要。关爱孩子，关注孩子的学习情况、生活状况，但对学习习惯要严格要求，我认为这种严而有爱的教育应该适用于所有孩子。

三、付出第一，回报第二。

我们从小就注意培养孩子的兴趣爱好，鼓励并配合他去做自己喜欢的事情。而且，我们一直给孩子灌输的思想是：做事

情不要太功利但要努力，没必要所有事情都要争一争二，只要自己开心就好。孩子学习围棋、书法、二胡，老师反映都不错，因为初衷就是培养个爱好，所以一直练着却并未追风考级。我们经常对孩子说，付出不一定有回报，但不付出绝对没有回报。父母不要求你做最好的，只要你努力了就是好孩子，我们都会以为你傲！孩子在考试取得好成绩时，我总是低调处理，适当鼓励，但又指出不足，防止孩子滋生骄傲自满情绪。

我始终相信：金无足赤，人无完人，虽然我的孩子目前取得了一定的成绩，但高中生活才马上开始，泰安一中创新班学霸云集，会有更严峻的挑战等着他。我将会继续努力，让孩子登上更高的平台去实现自己的梦想！