

2023年体育生实训心得感悟(精选5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。优质的心得感悟该怎么样去写呢？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

体育生实训心得感悟篇一

第一段：介绍实习的背景和目的（提出观点）

体育师范生的实习是培养他们实践能力和教学经验的重要环节。通过实地实习，可以让学生更好地了解教育的现状和问题，并提高他们的专业素养。在此次实习中，我收获颇丰，深刻意识到体育教育的重要性和对学生的影响。

第二段：描述实习的过程（提出观点）

本次实习我被分配到某中学担任体育教师。刚开始接触学生时，我感受到了他们的踊跃参与和对体育教学的热情。然而，随着实习的深入，我发现学生对体育教学的认同度并不高，他们对体育的兴趣和参与度逐渐下降。经过分析原因，我发现传统的体育教学方式已经无法满足学生的需求。因此，我决定创新教学方法，以期能够激发学生的兴趣。

第三段：实习中的发现和改进（提出观点）

在实习中，我注重与学生的沟通和反馈，了解他们的需求和意见。通过与他们互动交流，我了解到他们对于体育教学的期望主要是增加趣味性和参与感。因此，我采用了小组竞赛、游戏化等方式，把课堂变成一个积极向上、充满活力的环境。这样一来，学生们对体育教学的参与度明显提高，他们更愿意积极参与课堂活动，也更加喜欢体育课程。

第四段：实习中的挑战和成长（提出观点）

在实习的过程中，我遇到了种种挑战，如教学内容安排、学生的自主学习能力等。然而，正是这些挑战促使我不断完善自己，提高教学水平。通过在实习中的不断实践和反思，我不断调整教学策略，提高课堂管理能力，并逐渐适应了教师的角色。实习让我深刻理解到，只有不断努力和改进，才能成为一名合格的体育教师。

第五段：总结体会及对未来的展望（提出观点）

通过实习，我对体育教育有了更深入的了解，并提高了自己的实践能力和教学经验。同时，实习也让我认识到了自身的不足之处，我会在以后的学习和工作中不断完善自己，为学生的健康成长贡献自己的力量。体育教育是培养学生身心健康的重要途径，我将努力探索更好的教学方法，不断提升自己的专业素养，为学生带来更好的体育教学体验。

以上是关于“体育师范生实习心得体会”的五段式文章。通过描述实习的过程和发现，表达了在实习中遇到的挑战和成长并提出改进的方法。最后，总结了实习的收获和对未来的展望。

体育生实训心得感悟篇二

实习对于体育教育专业的的师范生来说，是门必修课，也是我们将来踏上社会的一个转折点，是必须要精力的。你知道体育生实习心得体会是怎样的吗?今天本站小编为大家整理了关于体育生实习心得体会，欢迎大家阅读!

两个多月的实习生活即将结束，在学校领导和各位体育老师们的指导和帮助下，我完成了由学生向教师的华丽转身。这一路走来，颇多留恋，诸多感慨。在实习期间，我既是学生，

又是教师。作为学生，我虚心求教，不耻下问；作为人师，我兢兢业业，倍感骄傲。我付出了很多，收获了更多。下面我将这两个多月的实习做简要的汇报总结。

一、加强学习，忠诚教育事业。

在实习期间，我系统的了解和学习了体育新课标。在课余时间，我阅读教育书籍，学习教育战线中先进人物的事迹，时刻鞭策激励自己。我热爱教育事业，热爱我的学生。在工作中能够求真务实、开拓进取、大胆创新、乐于奉献，努力教好每一堂课，带好每一次训练，圆满地完成本职工作。我能够师德规范严格要求自己，以身作则，时时处处做学生表率，凡是要求学生做到的，我自己首先做到。此外，我还能够尊敬领导，团结同事，积极参加学校的各种活动，遵守学校的一切规章制度。

二、深钻教材，认真教学。

体育课教、学、练三者之间的统一。俗话说：施教之功，贵在引导。教师的教学艺术在很大程度上就是他引导水平的体现。只有教师正确而巧妙的引导，才能在学生的学习中起到“引爆”作用，实现认知、情感、行为三者的统一，获得教学最佳效果。

传统的教学组织和教学程序是以教师为中心的教学组织形式，以行政教学班为主的组织形式、分项教学的组织形式等，还有一成不变的课堂教学程序。既严重束缚了教师的手脚，也影响了学生参与体育活动的情绪和积极性。用比较坦诚和理性的思想来思考一下，当在教室里久坐的学生来到操场上的时候，他们需求的是什么？不就是想舒散一下禁锢着的筋骨，放松一下绷紧的大脑。有那位学生想一来到操场就“立正、稍息”，面对体育教师的讲解示范等，学生能喜欢这样的教学法组织形式吗？答案是否定的。根据《新课程标准》的内容，结合学生的年龄特征，我在实习期间有针对性的教学，充分

调动学生的学习兴趣和，提高体育运动技能，培养学生顽强拼搏的意志品质。

经由过程近一个月的教学实习，所教学的班级学生根基理解和把握了跨越式跳高。在教育教学中，运用前进前辈的教育理念和科学(教学案例，试卷，课件，教案)的教学体例，全力培育学生的合作和竞争意识，选择的体例能激发学生的进修乐趣和促进学生的思维勾当，能注重因材施教、因人施教，有用的调动了学生进修的自动性，使学生在课堂上慢慢养成了当真进修的精采习惯，让每一位学生都能够
在“乐”中练，在操练“乐”，课堂空气布满活力，有用地提高了课堂教学质量。我在高二年级学生查询拜访中，几乎人人都能做到从激情上、步履上自动介入教学勾当，做到人人介入勾当，人人健康成长。

三、实习体味

在体育教学中，有意识地融入德育教育，不仅能磨炼学生的意志，更主要的是培育学生的爱国主义和集体主义精神，培育学生从命组织遵守纪律，老实、机智、积极进去的心理道德。经由过程教学实践，为此，我在教学，“跨越式跳高”首要从以下几个方面进行试探的，并受到了精采的下场下面就环绕这个问题谈谈我自己的一些陋劣的观点。

1、用尊贵的精神去塑造学生

教师的言行直接影响和传染着学生。作为教师必需增强自身涵养，提高自身素质具备一种高昂向上，积极进取的敬业精神，教师精采的言谈举止，会给学生树立一个好的形象，再加上教师规范的动作手势，行走坐卧、外在仪表和丰硕内在，是学生在潜移默化中受到陶冶，模拟中审阅自己，从而获得周全教育。

2、用正确的体例去指导学生

体育教学中，教师最能影响学生的是简明简要的讲解，正确无误的示范和行之有效的教育，让学生对此内容发生浓密的乐趣。在操练中学生，学生不敢做的动作，由教师示范，学生不会做的动作，教师应手把手教。教师要用自己健康的体魄，精采的专业素质去影响指导学生热爱体育行为。

例如我在跨越式跳高教学时这样放置的，第一个操练，用激励的口号庖代传统的“一二一”口号，在跨越式跳高操练前热身勾当中，我用激励口号鼓舞激励学生，我自傲，我成功、我介入、我孤高、我勇敢，操练跨越式跳高我能行！然后要肄业生自立操练跨越式跳高过竿动作，几回后经由过程体味去考虑□a若何才能保证操练时的平安？b操练跨越式跳高能使身体哪些部位获得磨炼？获得的谜底是：对于平安，年夜部门学生回覆是按跨越式跳高动作体例去做；对于磨炼的益处有的学生回覆可以磨炼下肢的力量，有的学生说可以磨炼自己的胆子，有的学生回覆好玩，有的学生回覆可以磨炼自己的身体，学生回覆几乎包含了操练的意义。教师实时加以指导，经常操练可以使人下肢更有力，关节更矫捷，可以使人勇敢，但操练时注重平安，注重自我呵护。

第二个操练，我设计几组分歧高度的跳高架，让学生自己选择高度操练，并提出问题：当别人跳不外去时你该怎么办？年夜都学(教学案例，试卷，课件，教案)生回覆我们要辅佐他，教师马上提出呵护与辅佐的体例，操练中发扬合作精神。不管在哪组上操练，我老是用鼓舞激励性的说话对学生进行鼓舞激励和指导，尤其是对进修上有困然的学生，几回操练后学生逐渐向有难度的跳高架挨近。

3、用师生间精采激情去传染学生

在体育教学中，向学生进行思惟道德教育，关头在于教师的上行下效，而身教更胜于言传，体育教师的工作性质抉择了年夜部门时刻在室外，和学生的直接接触最多。我们非论起风下雨，仍是严寒盛暑都率领学生去完成身体磨炼使命。在

这种艰辛的情形中教师的影响是最年夜的。盛暑中，我们所站的位置是面临太阳；冬风中我们所站的位置是面临风口……这种无形的教育体例，化为浓浓的师生激情和对夸姣事物的判定，使学生在潜移默化中受到教育，从而提高学生对夸姣事物的追求。

4、用祖国的呼叫去鼓舞学生

青少年都有神驰夸姣未来的愿望，都有为祖国进献自己青春的使命感，都想有健康的体魄和精采体育手艺。在道德理想与专业进修中，辅佐学生树立只怀孕体好，未来才能更好地为祖国工作的思惟，在各类规章轨制的约束下，使学生磨炼身体成为自觉的步履，并使这种自觉步履表此刻体育课的进修和磨炼中。

四、我的思索。

在实习期间，我遇到了困难，也对体育教学进行了一定的思索：

1、教师对学生的过高要求也是不利快乐体育的实施。教师在要求学生完成动作或训练时，有必要降低难度或要求，使身体素质较差的学生也能在运动中体验到成功，如我在单足跳的练习中，可允许学生换一次脚，这样就使学生尝到了成功的滋味，有了很大的成就感。对待学生方面，既要求严格注重素质的培养，提高他们的自信心方面，还多给予鼓励和表扬，坚定他们克服困难决心，也培养他们吃苦耐劳，顽强拼搏的体育精神。

2、每一堂课教材合理安排，使学生得到全面的身体锻炼，发展学生各方面的素质。讲解动作要领和保护方法，突出重点、难点，示范动作正确，每堂课分组练习，既有秩序，又有队形。

3、上课期间，在注重终结性评价的同时也应注重过程性评价，告诉学生期末体育成绩=运动参与+运动技能+上课行为+身心健康+社会适应。让学生真正体验到主体地位。同时，这种评价方法对发展学生的体能，增进健康，娱乐身心，调节情绪，减少压力，乐于接受不同观点，分享自己和他人的快乐，会评价他人和自己所获得的成功感，对进一步促进完善新课标的评价方法起着积极的意义。

4、积极虚心请教有经验的领导和老师，使自己在理论和实践相结合，钻研教学大纲，努力地培养体育尖子，辅导差生，提高学生整体素质。

五、我的不足。

实习中我发现了自己的不足，需要改进：

1、对学生，对教材应该更加的细致：需要更钻研新的教材，处理教材应先分析各班学生特点，作到由易到难，由简到繁。循序渐进。新旧难易程度和不同性质的教材搭配好，备课之间的教材衔接好，每次课的教材注意多样化，使学生的身体得到较全面的锻炼。

2、培养自己应用所学的教育理论观察分析教育问题的能力和兴趣。可能的话，进行教育调查，有利于自己的教学。

3、自我要求应更高，每次课尽可能提早到达上课地点，布置好场地、器材，特别注意检查安全方面的措施，确保上课时学生的安全；同时，要提前做好自身的准备工作。

4、每次课后应认真进行自我分析，虚心听取其他教师的意见，及时在教案中写好课后小结。

总之，从这两个多月的体育教学中，使我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但较出色上好每一堂课，完成每一项

体育训练，培养更多的体育优生就很艰难了。总而言之，教育实习让我更加坚定了献身教育事业的决心，我将继续以认真和高度负责的态度虚心学习，不断完善自己，不断提高自身素质和能力水平，为成为一名光荣的人民教师而努力奋斗！

实习任务。

学，并努力培养体育骨干，以此把知识有机地结合起来上好每一节体育课。其次，在代理班主任工作方面，我以多沟通，多谈心的形式，与学生建立良好的师生关系，为代理班主任的工作打下了巩固的基础。期间，我组织了“勿忘国耻，振兴中华”的主题班会，以此培养学生的爱国情操，引导学生正确的人生观和世界观。除此之外，我还积极协助班主任处理班里的日常工作，与班干们一起努力维护班风和学风。通过助理班主任的工作，使我懂得了班主任工作的重要性和艰巨性，同时也提升了我的组织与管理能力。通过毕业实习工作，我也发现了自己所存在的一些不足。如：知识面不够宽广，理论与实际结合得不够完善，教学技能、技巧仍待加强等。

在这段期间我精力了很多，第一次真正站上讲台，第一次在这么多学生面前讲授知识，第一次体会到为人师表的滋味，那么多的第一次让我也学会很多东西。这段充满酸甜苦辣的实习生活将成为我人生中一次刻苦铭心的精力，也将是我今后走上工作岗位的一笔财富。转眼间实习工作已经结束，这段时间里从学生一下变成老师，感觉有些不适应，可是这一段时间的实习锻炼，使我完成了由学生到老师的华丽转身。回想这段实习工作经历历历在目。这一路走来颇多留恋，诸多感慨。在实习期间，我既是生，又是老师。作为学生，我虚心求教，不耻下问；作为人师，我兢兢业业。付出了很多，收获的更多。“十年树木，百年树人。”实习期间，我以做一名高素质的优秀体育教师为目标，全面严格要求自己。不断追求进步，不断完善自己，不断超越自己。近两个月的实习，使我真正体会到做以为老师的乐趣，同时，使我的教学理论变为教学实践报告，使虚拟教学变为真正的面对面教学，现在回想起

来，短短的实习生活，感觉很不错。

体育生实训心得感悟篇三

第一段：介绍体育师范生实习的背景及意义（约200字）

体育师范生实习是体育专业学生在大学期间进行的一项重要实践环节，旨在让学生通过实际操作和实际体验，进一步深化对体育教育的认识与理解。实习不仅是体现体育师范生综合素质的机会，还是检验培养成果、提高专业能力的有力途径。在实习过程中，我深刻感受到了体育教学的乐趣和挑战，并收获了许多宝贵的经验和体会。

第二段：体育师范生实习的准备工作（约200字）

在实习前，我们要进行充分的准备工作。首先，要了解实习学校的基本情况，包括学校的体育设施、教学资源以及学生的年龄特点等。其次，要熟悉相关课程知识，包括体育教学方法、课程设置和教学要点等。最后，要具备一定的时间管理能力，合理安排实习时间和课程复习的时间。通过充分准备，我在实习中能够更好地适应和应对各种情况，提高了教学质量和效果。

第三段：实习中的收获与困难（约300字）

在实习中，我有幸亲身参与了体育课的设计和教学实施。通过和学校的老师们的交流和互助，我从他们身上学到了许多宝贵经验和教学技巧，这些经验对我今后的教育生涯有着深远的影响。另外，我还发现了自己的不足之处，比如对学生情绪的控制不够成熟、教学语言的表达能力有待提高等。这些困难和不足使我更加明确自己的发展方向，为今后的学习和实践提供了宝贵的参考。

第四段：实习中的成功经验和教训（约300字）

实习中，我经历了许多的试错和摸索，每一个成功和失败都让我受益匪浅。通过多次进课堂教学和与学生的互动实践，我逐渐发现了许多有效的教育方式，例如通过小游戏来激发学生的学习兴趣，采用分组合作的方式来培养学生的团队意识等。同时，我也意识到教育需要耐心和责任感，不能急于求成，要关注每一个学生的发展。这些成功经验和教训我将铭记于心，并在今后的教学实践中不断加以运用和完善。

第五段：对体育师范生实习的总结与展望（约200字）

通过体育师范生实习，我深刻认识到了体育教育的重要性和影响力。体育师范生应该具备扎实的理论知识和丰富的实践经验，努力提升自己的教学能力，为学生的体育成长和全面发展贡献自己的力量。同时，我也意识到个人素质的提高需要不断的努力和实践，希望通过今后的学习和实践，进一步完善自己，为体育事业的发展做出更大的贡献。

总结：体育师范生实习是一次宝贵的实践经历，通过实习，我不仅对体育教育有了更深刻的认识和理解，也收获了许多经验和体会。通过总结与反思，我相信自己能够更好地适应和应对各种教学环境和情况，在今后的教学实践中不断提高自己的专业能力和素质。

体育生实训心得感悟篇四

第一段：引言（200字）

大学生活是每个人成长的重要阶段，而大学体育生更是身心健康的代表。作为体育生，实训是锻炼自己技能、提高竞技水平的重要部分。在近期的一次实训中，我对自己在大学体育生活中的体会更加深刻。通过反思与总结，我认为实训不仅是赛场上技术的提升，更是通过团队合作、自律及坚持等

多方面的培养，让我们逐步成为完整、坚韧而自信的人。

第二段：团队合作的重要性（200字）

在大学体育生实训中，团队合作是不可忽视的一个环节。以我们参与的篮球实训为例，每一次训练都需要球队成员之间的密切配合和默契。只有每个人都尽自己的责任，才能使整个队伍变得更强大。通过实际操作，我发现团队合作不仅仅是意味着人数的加强，更重要的是每个人之间的相互信任与支持。而这种团队合作的精神，也同样适用于我们大学生活中的各个领域，如社团活动、学术研究等。通过实训的锻炼，我深刻体会到了团队合作的重要性，并逐渐培养出了一种集体荣誉感和责任感。

第三段：自律的意义（200字）

在大学体育生活中，自律是我们每个人必备的素质之一。而实训正是锻炼我们自律能力的重要途径之一。在实训中，每次训练都需要我们严格要求自己，坚持不懈、规律训练。只有有了自律，才能保证我们有条不紊地进行实训，尽力提高自己的竞技水平。实训也有助于我们倾听、遵守权威和规则，培养起自律的品质。我们要相信自律的力量，相信通过自身的努力和坚持，我们能够在实训中获得更多的进步和收获。

第四段：坚持的必要性（200字）

大学体育生活中的实训不仅仅是技术上的磨炼，更需要我们坚持不懈的精神。在实训中，我们时常会遇到困难和挫折，但只要我们能够坚持下来，并不断努力，那么成功就会渐近。正如著名篮球教练约翰·伍登所说：“永不放弃，坚持到底。”坚持不仅是一种品质，更是一种信念。只有坚持，我们才能迈向更高的目标，实现自己的梦想。通过实训，我逐渐明白了坚持的重要性，它不仅仅是为了取得好成绩，更是培养我们坚韧不拔、永不言败的意志力。

第五段：实训给我带来的启示（200字）

通过大学体育生实训，不仅仅是技术上的提高，更重要的是我们的成长和自我认知。通过团队合作，我们能够学会相互信任和支持；通过自律，我们能够培养出一个成功者应有的素质；通过坚持，我们能够证明自己的意志力和努力的价值。实训带给我更多的是对自己的挑战和突破，让我逐渐认识到人在实践中的无限潜能和不断超越的能力。变得更强大的同时，我更加珍惜和感激这种来之不易的成长过程。

总结：通过实训，我不仅仅收获了篮球技能的提高，更重要的是意识到团队合作、自律和坚持的重要性。这些品质将伴随我一生，成为我在大学和职业生涯中取得成功的关键因素。通过实训，我更加坚定了自己的目标，坚信只要付出努力和坚持，就一定能够迎来更美好的未来。

体育生实训心得感悟篇五

实习期间，在校领导、老师及带队教师的支持和指导下，作为体育运动学校的体育实习教师老师兼班主任，我一直以教师身份严格要求自己，处处注意言行和仪表，热心爱护实习学校和班级学生，本着对学生负责的态度尽力做好实习工作；同时，作为实习生一员，一直紧记实习守则，遵守实习学校的规章制度，尊重学校领导和老师，虚心听取他们的意见，学习他们的经验，主动完成实习学校布置的任务，塑造了良好的形象，给实习学校的领导、老师和学生都留下了好的印象，得到学校领导和老师的一致好评。我的实习工作得了比较圆满的成功。对此，本人甚感欣慰。下面就我实习的主要工作进行总结：

在实习期间，我主要完成了3方面的工作：一是见习，第一个星期听指导老师讲课，学习教学方法和吸取教学经验，二是亲自上课，在上课过程中研究教材，认真备课。课后进行自我小结。三是及时与指导老师和其他实习生进行经验交流不

断完善自我。

我们实习的课程大多数围绕跑、跳、球类等专业课展开教学。我的实习对象是初三、初二年级。初中生，他们活泼好动，教学要从他们的实际出发，结合这个年龄的生理心理特点，寻求一条让他们感到容易理解和接受的教学方法，对于初为人师的实习生，这是有一定难度的。

由于我们刚从大学学生角色进入中学教师角色，会有意无意的把大学老师的教学方法、模式带入中学课堂。并没有考虑到教学对象及环境的不同致使教学方法与大学有很大的不同所以一开始并不适应，总是有意无意地习惯于大学老师的教学模式，教的很快，一节45分钟的内容30分钟就讲完了，可学生的学习效果并不高，很多动作教完了，学生还是没有掌握。当然在后来不断的实践中，也逐渐适应了中学的教学方法、模式，教学效果也随之好了起来。

接下来我就具体从四个方面谈谈这次教育实习

当我们踏入实习学校作为一名教师时对自身最基本的要求之一就是忠诚教育事业。我们应该热爱教育事业，热爱自己的学生。在工作中能够求真务实、开拓进取、大胆创新、乐于奉献，努力教好每一堂课，圆满地完成本职工作。规范严格要求自己，以身作则，时时处处做学生表率。此外，还应尊敬领导，团结同事，积极参加学校的各种活动，遵守学校的一切规章制度。

作为一个教师，也许你的课讲得很透彻、明白，也许你对学生如慈母般关爱，许你是个俊男靓女，但具备任何一个条件，都不会使你在学生中的地位更高，我们需要具备的是综合素质、为人师表。你既不能是学生口中的法西斯，也不能是他们眼中的和事佬，要让学生真正的服你，只有去挖掘你的人格魅力。什么叫“人格魅力”了。

第一：幽默机制。

幽默可以给人带来笑声，无论在课堂上还是在课外活动时，任何一个学生都不喜欢那种死气沉沉的压抑的氛围。适时的发挥你的幽默，会得到意想不到的效果，学生也会因此而喜欢你。

第二：丰富的知识储备。

教师的主要任务是教。都说给学生一杯水，教师要有一桶水。实际上教师更应作长流水。课上，你可能想象不到学生会问出怎样的问题，所以不仅在备课时要多看教材以及一些学术著作，平时更要多读专业书籍，以丰富自己的知识储备。第三：衣着整齐、干净、得体。

作为年轻人，这一方面应该是最值得注意的。年轻有年轻的资本，我们是教师，不能穿奇装异服，不能梳怪诞发型，这是基本要求。但我们完全没必要穿得很严肃，很正式，很古板。而应该是青春的、充满活力的。此外，我们一定要时刻注意自己的形象，时刻都要保持整洁，给学生清新自然亲切的感觉，这样学生也愿意和你接触。

第四：灵活的语言艺术。

现在的学生已经在逐渐形成自己的处事方法，这也就决定了教师既不能生硬的说教，也不能一味的哀求。这次我带的初二（1）班有时也很乱，当他们说话闹翻天时，我不知所措。刚开始我声色俱厉地向他们大喊，但是他们连听都听不见。如果怒目以对，也许良久他们才能看到我。所以就要一开始说话吸引住学生的注意力，不给他们自己聊的机会。

然而在教学中仅仅只是靠人格魅力并不能达到教育的真正目的，我们还应该从以下几点切入。

1、用高尚的精神去塑造学生

教师的言行直接影响和感染着学生。作为教师必须加强自身修养，提高自身素质具备一种奋发向上，积极进取的敬业精神，教师良好的言谈举止，会给学生树立一个好的形象，再加上教师规范的动作手势，行走坐卧、外在仪表和丰富内涵，是学生在潜移默化中受到熏陶，模仿中审视自己，从而得到全面教育。

2、用正确的方法去引导学生

体育教学中，教师最能影响学生的是简明扼要的讲解，正确无误的示范和行之有效的辅导，让学生对此内容产生浓厚的兴趣。教师要用自己健康的体魄，良好的专业素质去影响引导学生热爱体育运动。俗话说：施教之功，贵在引导。教师的教学艺术在很大程度上就是他引导水平的体现。只有教师正确而巧妙的引导，才能在学生的学习中起到“引爆”作用，实现认知、情感、行为三者的统一，获得教学效果。

3、用师生间良好情感去感染学生

在体育教学中，向学生进行思想道德教育，关键在于教师的言传身教，而身教更胜于言传，体育教师的工作性质决定了大部分时间在室外，和学生的直接接触最多。我们不论刮风下雨，还是严寒酷暑都带领学生去完成身体锻炼任务。在这种艰苦的环境中教师的影响是的。酷暑中，我们所站的位置是面对太阳；寒风中我们所站的位置是面对风口……这种无形的教育方式，化为浓浓的师生情感和对美好事物的判断，使学生在潜移默化中受到教育，从而提高学生对美好事物的追求。

4、用祖国的召唤去鼓舞学生

青少年都有向往美好未来的愿望，都有为祖国贡献自己青春

的使命感，都想有健康的体魄和良好体育技能。在道德理想与专业学习中，帮助学生树立只有身体好，将来才能更好地为祖国工作的思想，在各种规章制度的约束下，使学生锻炼身体成为自觉的行动，并使这种自觉行动体现在体育课的学习和锻炼中。

第一、通过实习，对中学的现状有了更为理性的认识，对中学生的学习有了更为恰当的了解，对教师的工作有了更为真实的体验，这些都有利于在今后的工作中能够更快地适应新的工作环境，从心理上抹去了对教学的畏惧。

第二、通过实习，掌握了一些基本的教学方法和教学技能，提高了教学效果和教学水平。在一次次的教学实践中，在一次次的和指导老师的交流的过程中，我的教学水平和对教学认识已经提高了许多。

第三、通过实习，增强了教师的责任感和荣誉感。教师承担着“教书育人”和培养祖国未来人才的重任，因而他是光荣的。每当上课时，看着面前一双双渴求知识的眼睛，我无不感到一种光荣，同时也感到一份沉甸甸的责任感。因此，备更好的课，讲更多的知识，并且教会学生做人的道理都是同学们在实习期间的共同愿望。

第四、通过实习，增强了交际能力和口头表达能力。如何处理与实习学校领导和老师、学生以及同小组同学的关系。在这个相处的过程中也提高了自身的交际与沟通能力。为今后的工作打下了良好的基础。

第一、突出一个“细”字。

“细”主要指一方面我们的工作安排要细，另一方面是要求我们做事的态度要细。做工作不仅要着眼全局，更贵在从细小的方面做起。只有具备了步步为营的基础，才能产生步步高升的效果。

第二、落实一个“严”字。

顾名思义，“严”字就是要求严格，在实习工作中要严于律己。无论是在教学工作中，还是在平时生活上，都要严格要求自己，按章办事。在教学工作上，在实习中对课前准备工作，课中实施过程，课后总结工作都要抓得十分严格。我相信，只有在“高标准，严要求”的作用之下，才能成为一个成功的实习生。

第三、强调一个“实”字。

指实习生的每次工作必须实事求是地去完成，反对一切表面工作行为。刚开始，实习生们因受到“怕批评”的心理因素影响，出现了只做表面工作的现象。从某种意义上讲，年轻就意味着犯错误，犯错误并不可怕，可怕的是犯了错误以后有意识地去掩盖它。只有当你坦然面对错误，从无数的错误中找到正确的答案以后，才能提高自己的办事能力。才能不断提升自己的经验值，让自己壮大起来。

- 1、对学生，对教材应该更加的细致：需要深入的钻研新教材，处理教材应先分析各班学生特点，作到由易到难，由简到繁，循序渐进。每次课的教材注意多样化，使学生的身体得到较全面的锻炼。
- 2、培养自己应用所学的教育理论观察分析教育问题的能力。可能的话，进行教育调查，这样将更有利于自己的教学。
- 3、自我要求应更高，每次课尽可能提早到达上课地点，布置好场地、器材，特别注意检查安全方面的措施，确保上课时学生的安全；同时，要提前做好自身的准备工作。
- 4、每次课后应认真进行自我分析，虚心听取其他教师的意见，及时在教案中写好课后小结。

以上就是我自己在教育实习之中的一些收获。我相信在实习中，我们大家都付出了很多，同时也得到学到的更多。这段时光对于想致力于教育事业的人来说，这是一个开始，应该让它变成一段美好的回忆；而对于那些无心致力于教育事业的人来说，这是第一次也许是最后一次做老师，相信也会是人生中一段美好的回忆。