

高中体育教学心得体会 高中体育教学心得 (实用5篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

高中体育教学心得体会篇一

体育教学中要注重学生创新能力的教育，创新能力的教育是培养高素质人才的重要因素，如何培养学生的自主创新能力与终身体育能力，是中学体育教学的一大课题，也是建设现代化教育的关键问题。

首先，要建设高素质的教师队伍，这是培养学生创新能力与终身发展能力的根本保证。教师在教学过程中对学生创新能力的开发与培养，具有潜移默化的作用。教师必须具有强烈的创新意识，不断地学习，积极地探索，大胆地实践，要解放思想，更新观念，在教学方法、方式，教学手段和策略上求得创新，在学生面前树立一个开放型、开拓型的创新形象，为开展创新教育发挥示范榜样作用。着力建立民主平等的师生关系，变传统的“师道尊严”为现代型的“良师益友”，给学生营造一个宽松和谐的学习环境。

其次，体育教师要有良好的思想品德和责任心，还要有高的运动技术水平以及理论水平，才能培养学生的创新能力和终身发展能力。所以中学体育教师必须不断地改善智能结构，不断吸收科技新成果，通过进修、访问学习、自我钻研等多种形式，来完善自我能力与智能更新。

中学体育教师必须有一定的转变，从原来的传播知识向现在

的合作探讨转变;从教师起主导性作用向学生的主动性转变;从单纯的体育技术教学观念向综合素质和个性特长发展教育思想转变。树立“健康第一”的指导思想,是培养学生自主创新能力与终身体育能力的重要前提。

最后,课程改革和创新知识,是培养学生自主创新能力与终身体育发展能力的重要途径,中学体育不再是打基础、掌握体育方法,而是重视实践、体现因人而异的课程结构和教学模式,拓宽学生大范围的选择性和自主性,提高学生的能力素质和面向未来的健身素质。然而现在比较突出的是中学阶段还在重复着初中阶段的课程内容,从而大大降低了中学体育课程的地位和作用。针对这种教学目标的不明确性和内容的重复性,我们应大胆改变课程内容设置,准确地把握改革方向,在正确目标引导下从宏观和微观等层面上,有组织、有计划、系统地进行改革,保证改革的良性发展,从而使中学体育有目的的进行教学和改革。

因此,在中学体育教学中,自主创新能力与终身体育能力的培养,是教育思想的灵魂,必须顺应时代发展的要求,克服传统的应试教育观念,建立以素质教育为基础的创新教育,激发学生创新意识、创新精神和创新能力,培养社会发展需要的高素质人才。

高中体育教学心得体会篇二

中学体育课与其他科目不同的地方很多,中学生积极参与性比较高,自主学习性较高,但课堂的集中程度和关注度易变,通过《中学体育教学中学法指导的案例研究》这一课题,深刻体会到体育课发生了巨大改变。我体会如下:

在过去的体育课中,课堂上教师就是全权代表,教什么,学什么,学生没有主动权,学生与教师之间是很被动的。通过这一年以来,体育组全体教师,分时段,分阶段的进行讨论、分析、实践、最后再改进,再讨论,分析……,以及和外校

的其他体育教师在一起学习和研讨，我深刻认识到，只有我们体育教师的观念转变，把适应新的课程方法和理念应用到我们的教学中，才能使我们的学生在体育课堂中快乐学习，健康成长。达到我们所追求的“让学生在乐中求学，在学中取乐”自主学习的新高度。围绕新课程改革，围绕体育教师的专业技能与教学技能，围绕学生的体质健康与终身体育的理念，以课程改革与阳光体育运动为主线，改进教学手段，不断更新思想为做好新时期的教师添砖加瓦。

关注学生的差异，让不同程度的学生都能在课堂上展现自己的能力：

这种对学生差异的关注，在体育游戏的设计以及在分组学习中体现的尤为明显。在体育教案的设计中，分层练习，差异发展，根据学生不同的认知水平选择不同的梯度。在教学中要选优秀的学生及一般的学生做表演，其余的同学观看学习，大家积极性高涨，都不示弱。我们不去评价学生表演的好坏，但我们可以看出全体学生都参与了。都来展示自己的才能。不论学生们感受深浅与否，他们都可以大胆交流，说出自己的想法，教师并不一概而论；而是由浅入深，由易到难循序渐进。虽然学生有差异，但在教学过程中，他们的能力却得到了不同的展示，这样更激发了学生的学习积极性、主动性，让学生真正成为学习的主人。老师还采取多种办法来指导学生。从生活的角度来激发学生热情，让学生动起来，让学生觉得自己有兴趣有意识去玩去学，这也更好的体现了新课改中的玩中求学、学中取乐的理念。

通过学习让我更深的认识了体育与健康课程标准与体育课的乐趣，也对教好体育与健康科充满信心。我会在今后的工作中，不断学习，为做一名优秀的体育老师而努力。

高中体育教学心得体会篇三

身体姿态以及习惯养成是体育教学中最基本的要求，高中学习紧张，高中体育教学是很重要的，它可以让学生得到放松，下面是本站带来的高中体育教学心得体会，仅供参考。

激发学生兴趣，排除各种干扰，是组织室外体育课教学的目的。只有合理而周密地组织教学，才可能使学生从物质上、从心理上作好充分准备，从而保证体育教学过程的顺利进行。因此，组织教学是上好体育课的重点。在教学过程中，教师、学生、教材三者通过复杂的相互作用，使学生成为一个动态的统一过程。在这一过程中，教师采取一定的组织教学形式来完成一定的教学任务，从而实现老师的“教”和学生的“学”的目的。然而，教无定法，任何教学方法和组织形式都是根据一定的教学内容和教学对象而变化的，怎样抓好中学体育课的组织教学，就成为重中之重。

一、根据体育课的特点组织教学

在高中体育教学中，体育课教学是通过身体的各种练习，使体力活动与思维活动紧密结合，掌握体育知识、技能和技巧为目的，以及室外上课的特点，进行组织教学。

1、抓好体育课堂常规的组织教学。体育课堂常规是规范体育课必要条件，教师必须严格认真，坚持不懈地抓好体育课常规教育。尤其是要抓好集合整队、服装、精神状态、组织纪律、场地器材的布置与收拾等常规训练与教育。在教学中，教师要严格要求、反复训练使学生变成自觉行动，以保证体育课的顺利进行。

2、抓好体育各阶段组织教学。体育教育过程是由开始、准备、基本、结束四个部分组成的。由于四部分教学内容和学生情绪各不相同。因此，教学中要灵活地组织教学，充分调动学生的学习积极性，切忌出现先紧后松，龙头蛇尾的不良现象。上课前，教师要组织学生布置好场地器材等，为上课作好准备；上课开始时的组织教学特别重要，因为体育课前，学生大

部分在操场上进行各种活动，他所注意观察的对象目标较多，思维比较活跃，注意力比较分散。因此在组织课堂教学前，采用趣味游戏。如做反口令训练游戏，将全班学生的注意力集中到课堂上，使他们兴奋的情绪稳定下来：基本部分是体育中的重点部分，教师应力求做精讲多练，语言生动，并不断改变练习方法。如在联系中引入竞争性游戏、不同形式的分组练习等，提高学生兴趣。结束部分，学生情绪极易松懈，此时教师的组织教学更不能忽视，后采用一些调解情绪和恢复体力的放松性练习，保持学生兴趣，如舞蹈放松，同时做好利用结束部分对课堂进行小结。

二、根据教材特点组织教学

1、同一教材的组织教学。在体育课中，同一教材在不同课时重点练习的难度要求是不一致的。如高一的投掷的教材第一次课的要求是教会学生投掷方法。第二次则要求学生初步掌握投掷方法，通过多次重复练习，使学生进一步掌握投掷方法等，每一次重复练习的难度都有所提高。对此，教师在同一教材的重复练习，如果每次都采用同样的组织教学方法，学生自然会感到枯燥无味而分散注意力。

2、不同教材的组织教学，中学体育包括田径、球类、技巧、体操等多种教材，不同的教材有其不同的特性。因此，教师在教学与教材特点有机结合，改变传统中单一的千篇一律的组织教学形式，变学生被动的接受为主动的学习，从而充分发挥每个学生的主动性和创造性，提高教学效果。如田径教材的“跑”，教师可以充分利用跑的特点，运用竞赛、奔跑游戏等增加教材的趣味性。

三、根据学生的生理和心理特点组织教学

根据学生的生理特点和心理特点主要表现为：有意注意时间短、喜欢表演自我，好动、好竞争等。同时，一节课中，学生的注意力、意志和情绪等心理活动的变化也是不同的。教

学中，教师要充分利用青少年朋友的生理和心理特点进行组织教学。合理安排教学内容。由于学生注意力在课的前半部达到高峰，意志力在课的中后部达到高峰，情绪则在课的后半部达到高峰。根据这一特点，教师在组织教学中应把新教材安排在课的前半部分。有利于学生对新教材的学习、理解和掌握。在课的后半部分则应安排一些游戏性较强的内容，激发学生兴趣，同时要做主教材和辅助教材的搭配，尤其抓住主教材的内在联系进行组织教学，以提高教学效果，灵活运用组织方法，针对青少年生理和心理特点，在教学中，教师的组织教学要尽量体现在“挑战、活”的原则，采用多种多样的，生动活泼的，使学生能够产生强烈兴趣和新鲜感的组织形式，以增强教学的吸引力，激发学生的学习兴趣 and 热情。如一节课中，教材之间的衔接，传统的调队方法显得机械、死板、单一，且容易出现散乱的状况，而此是教师采用游戏或舞蹈等教法进行衔接，即会使学生感到富有挑战，又会使教学活而不乱，顺利过渡。同时，教师在教学中充分发挥“手势、眼神、语言”的作用，既用“手势指挥、眼神暗示，语言激励”组织方法。“手势、眼神”具有无声的语言，更具有其它组织方法不可替代的作用。总之，教师在教学中要根据具体情况，灵活运用组织方法，保证教学过程的顺利进行，从而实现教学目的。

课程标准同大纲相比，确实发生了很大的变化，同过去历次教学大纲的改革相比，是一次脱胎换骨的变革，难怪有的人说是一项“洗脑工程”。那么，观念的转变不是一时半刻能解决的，需要我们花时间一点一点逐步去消化和理解，不是有的老师说么，课改改得我都不会上课了，我们要正确地理解课改，努力用课改思想驾御课堂教学，找准切入点，要想解决好这个问题，我想，首先应明确下面几个方面的问题。

体育教学是其他学科无法替代其作用的学科教学，学科的特点充分体现了其教书育人的重要性。增进学生的身体健康，这是教学的第一责任；促进学生的心理健康，这是教学的同期目标；培养学生的社会适应能力，这是教学的远期理想。胆量、

勇气、自信心、成就感、耐挫力等等综合性的素质，可以通过体育教学，教会学生学会做人、学会生活、学会学习、学会合作，培养学生成为适应社会的综合性人才。通过体育教学，我有以下心得建议：

一、要完善高中体育教学体制

体育学科的教学特点，就是以增进身体健康为目的，以身体练习为手段的一门综合性学科，要确实保证学生身体练习的时间，教师要规范学科教学，要结合学生的具体情况，教会学生身体练习的方法，提高学生身体练习的质量，要有计划的、系统的进行学科教学，要科学的适当负荷的进行身体练习，提高学生身体的质量，完整的进行体育教学，促进学生身心的健康发展，促进应试教育的健康发展。

二、在体育教学中要重视学生的习惯养成教育

神面貌，通过常规的集体队列训练，加强学生的组织纪律性，培养集体荣誉感，增强集体凝聚力，体育教学中一定要强化常规练习，规范身体语言终身受益。

三、身体练习要量化时间、适度负荷

体育教学中，要体现教学的特点，精讲多练，要安排足够的时间让学生练习，要规范指导学生进行身体训练，要根据学生的生理特点，适量负荷训练，提高身体练习的承受能力，发展身体驾驭练习的能力，促进身体健康发展。

通过体育教学，我发现一是学生没有科学性、计划性的身体练习，学生的运动能力与文化学习不能同步发展，技术类的运动项目教学没有系统性，素质类的运动项目很薄弱，特别是中长跑的耐力项目，学生长途奔跑能力较差，究其原因，一是没有系统的身体训练。二是农村学生生存环境较差导致营养不良、体能相应较差，三是农村的应试教育突出，忽视

体育教学。要想改变学生体能差的状况，首先是要从体制上强调、重视体育教学；其次是每个体育教师要从自己做起，珍爱自己的学科，重视并规范体育学科的教学；第三要创造积极、自觉参与锻炼身体的氛围，激励学生自我锻炼，通过各种途径，提高体育教学的质量，提高学生的身体素质，提高学生身体的健康水平。体育教学要求体育教师树立新的理念，真正做到以学生发展为本，“为了一切学生，为了学生的一切，一切为了学生”。

在教学过程中，班上都有肥胖、遗传因素导致缺乏运动细胞的学生，在技能技巧练习时，受自身素质的限制，常受到同学嘲笑，导致这些学生喜欢上体育课，但又怕遭到同学的嘲笑，久而久之，便疏远了体育活动，成了体育课上受冷落的旁观者。那么如何使这些同学象其他学生一样能积极主动地投入到体育锻炼中并获得乐趣，是我们每个体育教师的职责和追求目标，新课改要求解决的问题。通过教学实践，我感悟到只要教师努力去关爱这些特殊学生，目标就有实现的可能。这部分学生跑起步来挺费力的(200米都跑不完)，别说跟随队伍跑步了。所以这样的学生在分组练习时经常受到小组同学的批评及责骂，甚至遭到嘲笑。我所教的就有这样一位同学，不太爱和同学们一块活动，做练习时总是往后溜，摸底测验成绩也比较差。课后我找到他，问他为什么上课不积极活动？开始他不说话，在我的启发下，他才说：“其实我很喜欢体育活动的，可我长得这么胖，做起动作来很吃力，又不好看，同学们会笑话我，所以就不想动了”。

根据他的想法，我诱导说：“不管谁在学习新动作时，都不可能做得很好，再说对于你，重要的是参与、体验体育活动的乐趣。练习的次数多了，动作也就好看了。老师相信你，你一定会战胜自我，找到体育活动的乐趣。”在后来的活动中我仔细寻找该生的闪光点。不久在练习耐久跑时他总是坚持到底，不管和其他同学有多大的差异，始终坚持到底。久而久之，在他的自信、坚强下完成了和其他一样的练习内容。在体育课上，我及时表扬了他，并要求其他同学多向他学习。

同学们也报之以热烈的掌声，纷纷向他询问起来。老师的表扬，同学的鼓励给这位同学装上了自信、坚强的翅膀。自此以来的体育课他上课很投入，与同学合作的也很愉快，体育成绩也有了相应的提高。在上课时每个人一定要克服内心的自卑心理，融入到集体的大家庭之中，不懂不会的主动请教，反复练习，同时常于同学合作、交流。

总之，“在课堂上只要主动参与、积极练习，就一定能获得快乐，获得成功”。

在这一段的学习中，与大家一起学习，一起探讨、交流、碰撞……我们共同走过了一段难忘的心路历程。从开始的心存疑虑到现在的豁然开朗，我从中学习到了很多，也收获了很多。下面我从教学设计谈谈我的几点体会。

一、教学观念的转变

对于体育与健康课程，现在的地位和一些不合理的状态是一时无法改变的，那么我能改变的是——我的心态，我的观念。要真正做到热爱教学，热爱学生，使每个学生都有发展。在教学中，教师不能老是端着架子，我就是来给你教学的，你就是要学习的，这样的教学局面并不好，老师要做到放下架子，与学生共同研究，探讨，商量，让学生体会到老师的教学赋有亲和力，他们的抵触情绪就会消失，让学生在轻松愉悦的环境中探究学习，从而达到一个教与学的和谐状态。好的教育就是激励、唤醒和鼓舞。

二、教学设计和教学方法的转变

以前我们的教学虽然有前辈的指导，有可借鉴的方法、经验，但是与他人的切磋交流较少，因而教学方法也是较传统，保守。通过新课程培训我们认识到了新教学教法和设计的新理念。

首先，要创新。教学是一种技术，更是一种艺术，在把握好教学目标的前提下，对教材，对知识点，内容设计，教学评价等，做到有效的创新，才能赋予教学充实而富有个性化的生命力。只有教师的教法新颖，学生也才会更有创新意识，学生的兴趣也会更浓厚。

其次、要清晰。教学思路、线索、过程清晰。这首先取决于老师的基本功，基本功扎实了，教学自然也就成功了一半。另外还要在备课时进行大量充分的准备，理清教学脉络。

第三、要贴近生活、社会、学生。枯燥乏味，难于理解的教学是课堂大忌，以致学生对课堂失望，老师对学生失望，形成恶性循环。学生的兴趣爱好广泛，当我们俯下身来，去了解他们的生活，学习，从中取材，与自己的教学有效结合起来，这将大大有益于教学。

第四、要灵活。教学内容、过程、教学评价灵活。我们体育老师带的班都很多，若每班的教学都是一种模式，一成不变，讲到最后，自己都会感到味同嚼蜡。对学生的发展和老师的教学，都是谈不上有所促进。但是课堂教学也不能够花哨过头。新课程里讲的分层教学，主题教学，自主探究式、分组协作的等的方式以及多种教学评价给我们以很大的启发。学习之后感到获益良多。最终我们教学要达到的是：授人以渔而不是授人以鱼。

我们应该在做好本学科教学的同时，能够从事一些有益于专业发展的专业研究的工作。

苏霍姆林斯基说过的这样一句话：“如果你想让教师的劳动能够给教师带来乐趣，使天天上课不至于变成一种单调乏味的义务，那你就应当引导每一位教师走上从事研究这条幸福的道路上来。”

当自己真正在本职工作以及专业研究方面有所作为时，也就

真正实现了自己人生的价值，我会沿着新课改的道路走下去，我会一直努力。

高中体育教学心得体会篇四

本学期即将结束，回顾整个学期的工作，有好的也有不足之处，我作了一下总结，希望对今后的工作有所帮助。

本学期主要担任了高一年级八个班级的体育教育教学工作，在工作中认认真真上好每一节课。为了提高自己的业务素质，我从备课、上课、听课、评课，课后辅导、课外阅读等方面积极地进行积累。认真钻研教材，对篮球模块的知识充分掌握，结合学校实际，每节课尽量发挥学校的物质资源的优势，增加一些教学内容，激发学生的兴趣爱好。

了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识技能可能会有那些困难，采取相应的方法手段和预防措施；考虑教法，解决如何把已掌握的篮球知识传授给学生，包括如何组织、如何安排每节课的活动；扩充学生的篮球知识量，拓展学生的知识面。让学生学习文化知识的同时掌握一项运动技能，今后不论是自己锻炼身体还是参加一些篮球业余比赛，都能够有所帮助，进而能够随时适应社会上的各种情况，成为全面发展的新时代青年。

我的体育教学主要从三点来进行总结：

首先，我特别重视人体生理机能变化规律在教学过程中的运用。运用这个规律可以减少伤害事故的发生，使学生科学的锻炼身体并健康的成长。在教学过程中培养学生科学锻炼身体的方法。

其次，我在教学过程中特别重视人的认知规律的培养。这样，可以使学生尽快的学好技术，形成技能，使体育教师真正实

现精讲多练，为体育教学研究科学的教学方法和组织方法奠定基础。

最后，我在教学中特别重视学生的思想教育，利用体育教材的特点结合具体内容，向学生进行思想教育。培养学生的自觉性、组织性、纪律性、集体荣誉感、不怕苦、不怕累、勇敢顽强的精神等。这三点的有机结合会使体育教学工作起到事半功倍的作用。

因此，我要加倍努力，争取在今后的学生篮球比赛中取得好成绩。教学中要处理好教师与学生、教与学、学习与锻炼的关系，充分发挥主体与主导两方面的积极性。强调学生的自主学习并非削弱教师的指导与启发作用。要注意学法指导的有效性，要创设有趣轻松的教学氛围，激发学生的学习兴趣，要使学生理解和明确自己要达到的学习目标和学习内容。要让学生在在学习过程不断获得愉快与成功的体验并在老师的激励下获得知识、技能和能力发展，最终达成学习目标。

总之，我将不断总结教学中的不足之处，为今后更好的教学积累经验，为今后更好的教学打好基础。

文档为doc格式

高中体育教学心得体会篇五

我非常有幸参加了这次国培计划，通过培训使我收获很大，同时也感到自己的理论知识和教学实践的差距。希望通过这次培训能在教学能力、理论水平上一个新台阶。我深深的意识到一名优秀的教师没有先进的理论充实自己，就无法更新自己的教学观念，改变教学模式，提高课堂教学的有效性，从而真正提高自己。国培的学习，使我在思想政治与职业道德、教育教学能力、终身学习能力等方面的综合素质有所提高，下面谈点心得体会：

1、新的课程标准，体现以人为本的思想。即体育从学生的发展、学生的需要出发。根据课改的指导思想，学生是知识的建构者。学习是经验的重组和重新理解的过程，在这个过程中，学生是自主的学习者。学生来到学校，不是被动接受知识，而是主动进行知识建构。通过自主的知识建构活动，学生的创造力、潜能、天赋等得以发挥，情意得到陶冶，个性得到发展。

2、树立“健康第一”的思想，体现身体、心理、社会“三维”健康观，实现运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应五个领域目标。

3、教法要求创新,开放和放开,以培养学生的兴趣为主,采用探究教学,情景教学等、重视学生学法指导。新课程强调改变原有单一、陈旧,以教师为中心的教学方式,建立和形成以学生为主体的教师学生互为中心师生互动的多样化教学方式。传统的课堂教学方式基本是单一灌输——接受,使学生完全处于被动接受状态。课程改革所倡导的新观念,促使了教学方式产生了巨大的变革,一是由重知识传授向重学生发展转变,引导学生有目的的接受知识,运用知识、拓展知识,注重知识与知识之间的'承接。二是重教师“教”向重学生“学”转变,通过学生各种方式的学习,如自主学习、相互间的合作学习等等培养学生积极主动接受知识、开拓思维的能力。三是由重结果向重过程转变,这就直接影响到教师为考核而教学转向为学生接受知识而教学,学生为过关而学习转向为自己兴趣爱好而学习。四是由统一规格教育向差异性教育转变,从学生的实际出发,注重学生不同的差异和基础,因材施教,保证每一个学生在自己不同的基础上有提高。

会学生掌握知识技能的同时还应做到:一是积极地旁观,让学生自主学习、合作实验或积极地看,积极地听。同时,设身处地地感受学生的所作所为,所思所想,随时掌握课堂中各种情况,处理即时发生的事情、状况,并考虑如何对学生心理上的支持。二是创造良好的学习氛围,采用各种适

当的方式，给学生心理上的安全和精神上的鼓舞，使学生的思维热情更加高涨。三是注意培养学生的自律能力，注意教育学生遵守纪律，与他人友好相处，培养合作精神。

2、师生关系将更加和谐

传统教学形成的师生关系，实际上是一种不平等的关系。体育教师不仅是教学过程中的控制者，学习的指挥者，体育活动的组织者和体育成绩的判定者，对学生的评定具有绝对的权威。多年来，教师已经习惯了根据自己的设计思路进行教学，总是千方百计，要求学生按自己的想法方式进行练习和活动，完全掌握在自己手中，绝对阻止学生的另类表现，把一些活跃的学生作为差生来处理。新课程强调，教师是学生学习的合作者、引导者和参与者。教学过程是师生交往、共同发展的互动过程。交往意味着教师与学生之间的平等对话，教师要注意学生的反映，关注学生的不协调音，用公正合理的态度对待练习中发生的教师意料外的事情。新课程中，传统意义上的教师的教与学生的学，将不断让位。教与学，彼此形成了一个真正的“学习共同体”，教学过程不只是忠实地执行课程计划的过程，而且是师生共同开发课程标准的过程。

1、学生从滥竽充数的“随波逐流者”变为有独立空间的“运动者”。学生不再只是跟着全班同学一起做很多不喜欢的东西。而是可以独立的思考，独立的练习、独立的进步。

2、学生从被动的“接受者”变为主动的“选择者”。学生可以根据自身爱好和条件主动的选择学习内容。

3、学生从“样样通，样样松”转变为能够展示自我特长的“个性者”。学生通过选项学习可以集中的练习某项技术，该项技术水平必然得到快速的提高，有机会展示自我个性和特点。

经过这段时间的学习，我相信自己有了很大的收获。一些对教育教学工作很有见解的专家以鲜活的案例和丰富的知识内涵，给了我具体的操作指导，使我的教育观念进一步得到更新，真是受益匪浅：要想不被淘汰出局，就要不断更新自己，努力提高自身的业务素质、理论水平、教育科研能力、课堂教学能力等。这就需要今后自己付出更多的时间和精力，努力学习各种教育理论，勇于到课堂中去实践，相信只要通过自己不懈的努力，一定会有所收获，有所感悟。