

# 大班发脾气教案(模板9篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

## 足球心得体会篇一

我一直以来对足球这项运动都很感兴趣，这次，我很高兴选修了姚老师的足球课。通过这次的学习，增长了我的足球知识和技能，让我深刻地体会到足球的乐趣。

这次培训我们是足球理论和实践相结合并进行了考试。技术课我们首先讲了如何踢球：脚内侧踢球、脚背正面踢球、脚背内侧踢球、脚背外侧踢球。如何接球：脚内侧接球（地滚、反弹、空中）、脚背外侧（地滚、反弹）、胸部接球（挺胸式）。其次是如何运球：脚背正面运球、脚背外侧运球、脚内侧运球。

踢球时一个很重要的话题，我们踢足球最注重的就是这个“踢”字。踢得远近可以决定是否能够进行长传，踢得准确性决定我们长传的精度，也就是我们能不能精准的把球传到自己队友的脚下。踢球也是射门的必需。我们射门的距离影响我们射门的力道和精度。能够踢得远无论对我们的传球和射门都有很大的帮助。姚老师结合20xx欧洲杯进球进行讲解指导，使我们加深足球对技战术的理解和运用。

姚老师教一些头顶球，包括：前额正面顶球，前额侧面顶球、跳起顶球；抢截球，包括：正面抢球（正面跨步抢球）、侧面抢球（合理冲撞抢球）；掷界外球，包括：原地掷界外球、助跑掷界外球；还有一些守门员技术和假动作；个人战术：

传球跑位；二过一配合：传切直插二过一、踢墙式二过一、交叉掩护二过一、回传反切二过一；选位与盯人；保护与补位；中路进攻、边路进攻、混合防守；定位球战术：任意球攻防战术、角球攻防战术；等等。

通过这次足球培训，我学到了很多足球理论和实践知识，有助于我在以后学校足球兴趣班的训练。

## 足球心得体会篇二

### 小学数学教材教法培训心得体会

#### 一、对教材有了更加深刻的整体认识。

人教版教材的总体特点是情境串引发问题串，让学生在解决现实情境中问题的过程中引发学生对数学知识的学习，然后把学到的新知识又作为解决新问题的工具，让学生把解决问题与知识学习融合在同一过程中。同时在情境图的解读过程中渗透对学生的思想教育和情感教育。尽管每学期我们都对所教教材进行了解读，但我们对教材的认识仅停留在本册教材上，只是对教学内容、教学重难点、教材处理等进行浅层次理解。对其他年级各册教材与本册教材之间的关系，知识结构，目标体系知之甚微。通过学习，对人教版教材有了新的认识，新的理解，每单元的知识基础是什么，在教材中的地位是什么，通过学习都已经做到了心中有数。这样为我在今后每单元的教学中，如何做好与前面知识的衔接，如何向后续知识延伸和拓展。起到了很好的指导作用。

#### 二、明确了每单元、每课教材的教学策略

1、每一个单元的教学，要树立单元教学思想，抓住关键，突出重点。关注学生已有的知识经验，弄清学生每一个单元已经学习了哪些知识，要学习哪些知识，为哪些后续知识做准备。

2、每一课的教学要读懂图中故事和图中信息，在读懂信息的基础上提出有价值的数学问题。并且一定要把问题写在黑板上。在解决问题的过程中让学生经历操作观察——形象感受——抽象概括等过程，培养学生的抽象概括能力。重视解题方法和解决问题策略的比较和提升。教师要加大对学生的解决问题思维方式的引领和指导力度，给学生留下自主探索的时间和空间，进一步拓宽学生解决问题的渠道，提高学生的解决问题的能力，提高学生的自主探索能力，提高学生的知识迁移学习能力，渗透数学思想方法，培养学生的数学素养。充分发挥教师的作用，帮助学生有效地开展探究活动，培养学生的创新能力和实践能力。重视自主练习的处理，对每一道练习题目，不仅要能正确解答，而且要更深层次的挖掘练习的含义，有些新知识的学习就放在一些练习题目中。

### 三、知道特殊板块的教学方向。

这里的特殊板块指的是实践活动、我学会了吗、总复习、教材总体分析、丰收园等，这些板块是教师在平常教学中容易忽视或者说教法差异最大的环节。在培训中韩国万老师抓住了教师在这里的困惑，重点让教师分析解读从而让教师不再茫然。让他们知道从何入手，从何教学。我非常有幸对一年级下册总复习进行教材解读，通过自己与团队成员的努力对总复习教学有了深入的研究，明白了教学中的策略，掌握了复习的方法，并对知识有了整体的、系统的掌握。

### 四、掌握了五种课型的基本模式

在培训中万老师就对课的教学模式提出了自己的见解，并结合县组织的系列达标课对数学课的教学模式进行研究探讨。那时我已经了解了基本的教学模式，但对于这种课到底怎样上还存在困惑，这次的培训不但让我了解了课如何上，更加深入的掌握了五种课型的教学模式及教育理念，对其中的教学策略、注意问题更明确。

## （一）计算课

计算课在解决问题这一环节的具体流程为：列算式——说意义——试做——汇报交流——算法优化。

对于计算教学我们研究的较多，而且每位教师都有自己的独特见解。但往往我们更加重视计算的准确率，从而忽视了计算的过程以及对算理的研究，特别是计算课在解决问题这一环节更容易忽视学生对题意的理解也就是学生对自己所列算式的解说。我感觉对学生来说列算式不难，难在说题意上，我们发现我们的新课型注意了这点让学生“说意义”，只有真正理解了题意才能更好的解决问题。

## （二）解决问题

解决问题的具体流程为：自主探索（整理信息——列式——理由——解答）——合作交流（交流——汇报）——总结提升（优化）。对于解决问题这种课型我想从我听过的两节课谈起：一节是高春霞老师讲的相遇问题，一节是吴正宪老师讲的二年级两步运算的问题，这两节课都很好的运用了我们的新课型。他们都把重点放在了自主探索中的整理信息上。因为只有把信息整理到位也就是学生真正的了解题意——理解题意——掌握题意，才能进入下一个环节。两位教师利用读题、说题、直观演示、画题等不同的方法深入的对题意进行解析，而且吴正宪老师还利用辩论会的形式组织学生进行交流汇报，让学生在争论中发现问题的关键，明确解题的入手点。两位教师的做法为我们以后上这种课型提供了很好的素材。

## （三）探究课

探究课的具体流程为：猜测——验证——结论。

我们的教材中许多课是非常适合用探究课的模式教学的。如

长方形和正方形的特征、平行四边形的面积、长方体和正方体的特征等，这种课让学生真正的融入课堂，让他们感到他们就是课堂的主人。通过自己的猜测、验证，直至得出结论。让他们体会数学家探讨知识的过程，体会数学的神秘。

#### （四）统计课

统计课的具体流程为：产生统计的必要性——探索统计方法——分析统计结果。

统计课的关键是让学生体会统计的必要性、经历统计的过程，学会分析统计的结果。新的课型就是从这三方面进行解读的，让我们的学生经过这三个教学流程把数学应用于生活，让生活更加的有目标。

#### （五）概率课

概率课的具体流程为：猜测——验证——结论（三步）

猜测——实验——分析——推断——结论（五步）

五步教学模式一般用在等可能性的教学中。我们知道生活中有许多事情发生的可能性是不一样的，有的是0，还有的是1，更多的是0——1之间的某一个数。教会学生猜测才能更了解生活，教会学生验证才能体会事件发生的概率有大有小，教会学生根据结论来决策，这样的教学模式才有利于学生在社会上更好的生存。总之，无论哪种课型模式只有我们教师真心去研究，去探索，才能使我们的教学落到实处，才能更好的为学生服务。

五、体会到备课实效的重要性。

从培训的分组讨论中我了解到现在各镇，各学校都有各自的备课形式，甚至一个学校也存在多种备课形式，有电子备课、

备课本备课、活页纸备课、教参书或课本圈点备课等。那么这么多的备课形式是否满足了备课的实效性呢？我想备课形式多样并不一定备课实效就高。因此，如何提高备课的实效才是重中之重。

### （一）个人备课是基础

小学数学教材教法培训心得体会

小学数学教材教法培训心得体会

胜溪新村小学 一年级 数学 张秀丽

针对小学一年级的学生，都是刚刚入学的儿童，天真浪漫，爱说爱动，对自己的行为约束力差，注意力容易分散。在课堂上，有时要玩一会儿与学习无关的东西。传统的教学思想把这些特征视为影响学生学习的缺点加以约束，限制学生“动”，强制听课，有的还认为是患了“多动症”。上课不专心听讲，老师批评，家长责备，他们上课时像是被捆住了手脚，束缚了思维，完全处于被动地位，上一堂课下来又苦又累，从小产生厌学情绪。长此以往，形成大面积的后进层面，日积月累，延误孩子的一生。如果我们上一年级课的老师，能够让孩子们一上学就感受到学习的乐趣，从小培养起他们的强烈的求知欲、良好的思维品质和学习习惯，对孩子们来说，将受益匪浅。

一、故事开头，创设情景，营造浓郁的课堂学习气氛。

要想学生学得好，首先要解决他们喜欢学的问题。而培养学生的求知欲，是和培养他们的学习兴趣紧密联系在一起。六七岁的孩子，刚走进学校开始学习文化知识，还沉浸在童话故事的世界里。脑袋里想象着小动物们的活动。他们很爱听大人给他们讲一些小动物的故事。每次上新课，1根据教材的内容，自编一段故事，从讲故事开头，创设一种情景，再

进行一组富有启发性的提问，来导入新课。我们学校每个班级都有四十多个学生，单靠教师控制课堂纪律，教学秩序难以维持。但一说到讲故事，教室立刻就安静下来，个个都竖着耳朵听讲。

## 二、培养孩子专心听讲的习惯

专心倾听是学生主动参与学习过程，积极思考的基础，也是提高课堂学习效率的前提。因此，教师要培养学生上课专心听讲的习惯。为了吸引学生的注意力，使他们上课专心听讲，我认为教师讲课时一定要精神饱满，而且语言要生动有趣，条理要分明，方法要灵活多样，力求使课堂教学引人入胜，使每个同学都乐意听。

## 三、应注意培养学生敢说、善说的习惯

2总之，对学生数学学习方法的指导，要力求做到转变思想与传授方法结合，课上与课下结合，学法与教法结合，教师指导与学生探求结合，统一指导与个别指导结合，建立纵横交错的学法指导网络，促进学生掌握正确的学习方法。

审核人：郭君伟

## 小学数学教材教法培训心得体会

东津新区大埠小学 五年级数学李有军

针对小学一年级的学生，都是刚刚入学的儿童，天真浪漫，爱说爱动，对自己的行为约束力差，注意力容易分散。在课堂上，有时要玩一会儿与学习无关的东西。传统的教学思想把这些特征视为影响学生学习的缺点加以约束，限制学生“动”，强制听课，有的还认为是患了“多动症”。上课不专心听讲，老师批评，家长责备，他们上课时像是被捆住了手脚，束缚了思维，完全处于被动地位，上一堂课下来又

苦又累，从小产生厌学情绪。长此以往，形成大面积的后进层面，日积月累，延误孩子的一生。听了后，我的感慨颇多，受益匪浅。

一、故事开头，创设情景，营造浓郁的课堂学习气氛。

专心倾听是学生主动参与学习过程，积极思考的基础，也是提高课堂学习效率的前提。因此，教师要培养学生上课专心倾听的习惯。为了吸引学生的注意力，使他们上课专心听讲，我认为教师讲课时一定要精神饱满，而且语言要生动有趣，条理要分明，方法要灵活多样，力求使课堂教学引人入胜，使每个同学都乐意听。

三、应注意培养学生敢说、善说的习惯

活，走进自然，经历知识能力形成的过程培养学习兴趣，让学生享受学习，享受校园生活的快乐。

二、北师大版小学数学六年级上册教材教学的主要内容及各单元内容介绍与教学建议 培训中指出了各单元的教学重难点以三维教学目标以及各单元之间的知识环节间的内在联系。从教学理念到具体的教学方法，从教法到学法的结合，都给出了阐述。

些实践经验，让他们积极主动地参与到教学活动中来，从而最大限度地发挥他们的主体作用，把旧课堂的“要我学”变为新课堂的“我要学”，适时地激发他们的学习热情，培养他们的学习兴趣，让课堂真正成为有趣、有序、有效的课堂。

交流，真正做到快快乐乐学英语，扎扎实实打基础。

一、趣味操练

是

了，则右边问，左边猜，通过这样的猜答游戏巩固对话。

## 二、难点突破

在处理难点句子，包括祝福语、评价等句子，可以用判断、选择、猜测、打钩、趣味的形式，让学生自然而然的理解句子意思，而不是老师直接告诉答案，这样让学生更好更快的理解句子意思，提高学生兴趣。像李老师这节课中的“have a good time”教师用选择来让学生理解意思就是一个不错的案例。

很流畅，过渡自然，知识点讲授也很到位，学生自主合作探究的学习方式得到了培养和提高。

静分析问题解决问题的能力。三、新版教材条理，更接地气，教学要充分体现新课改理念。

## 生活动能力

学生心理，生发交际生内容，突出三本地位，还给学生课堂。形式五彩缤，提高交际技能，争取把语文课上出语文味，家常味，交际味。

## 小学数学教材教法培训心得体会

一、对教材有了更加深刻的整体认识。

做好与前面知识的衔接，如何向后续知识延伸和拓展。起到了很好的指导作用。

## 二、明确了每单元、每课教材的教学策略

1、每一个单元的教学，要树立单元教学思想，抓住关键，突出重点。关注学生已有的知识经验，弄清学生每一个单元已

经学习了哪些知识，要学习哪些知识，为哪些后续知识做准备。

2、每一课的教学要读懂图中故事和图中信息，在读懂信息的基础上提出有价值的数学问题。并且一定要把问题写在黑板上。在解决问题的过程中让学生经历操作观察——形象感受——抽象概括等过程，培养学生的抽象概括能力。重视解题方法和解决问题策略的比较和提升。

教师要加大对学生的解决问题思维方式的引领和指导力度，给学生留下自主探索的时间和空间，进一步拓宽学生解决问题的渠道，提高学生的解决问题的能力，提高学生的自主探索能力，提高学生的知识迁移学习能力，渗透数学思想方法，培养学生的数学素养。充分发挥教师的作用，帮助学生有效地开展探究活动，培养学生的创新能力和实践能力。重视自主练习的处理，对每一道练习题目，不仅要能正确解答，而且要更深层次的挖掘练习的含义，有些新知识的学习就放在一些练习题目中。

三、知道特殊板块的的教学方向。

法差异最大的环节。在培训中韩国万老师抓住了教师在这里的困惑，重点让教师分析解读从而让教师不再茫然。让他们知道从何入手，从何教学。我非常有幸对一年级下册总复习进行教材解读，通过自己与团队成员的努力对总复习教学有了深入的研究，明白了教学中的策略，掌握了复习的方法，并对知识有了整体的、系统的掌握。

四、掌握了五种课型的基本模式

计算课在解决问题这一环节的具体流程为：列算式——说意义——试做——汇报交流——算法优化。

对于计算教学我们研究的较多，而且每位教师都有自己的独

特见解。但往往我们更加重视计算的准确率，从而忽视了计算的过程以及对算理的研究，特别是计算课在解决问题这一环节更容易忽视学生对题意的理解也就是学生对自己所列算式的解说。我感觉对学生来说列算式不难，难在说题意上，我们发现我们的新课型注意了这点让学生“说意义”，只有真正理解了题意才能更好的解决问题。

## （二）解决问题

解决问题的具体流程为：自主探索（整理信息——列式——理由

——解答）——合作交流（交流——汇报）——总结提升

（优化）。对于解决问题这种课型我想从我听过的两节课谈起：一节是高春霞老师讲的相遇问题，一节是吴正宪老师讲的二年级两步运算的问题，这两节课都很好的运用了我们的新课型。他们都把重点放在了自主探索中的整理信息上。因为只有把信息整理到位也就是学生真正的了解题意——理解题意——掌握题意，才能进入下一个环节。两位教师利用读题、说题、直观演示、画题等不同的方法深入的对题意进行解析，而且吴正宪老师还利用辩论会的形式组织学生进行交流汇报，让学生在争论中发现问题的关键，明确解题的入手点。两位教师的做法为我们以后上这种课型提供了很好的素材。

## （三）探究课

探究课的具体流程为：猜测——验证——结论。

我们的教材中许多课是非常适合用探究课的模式教学的。如长方形和正方形的特征、平行四边形的面积、长方体和正方体的特征等，这种课让学生真正的融入课堂，让他们感到他们就是课堂的主人。通过自己的猜测、验证，直至得出结论。让他们体会数学家探讨知识的过程，体会数学的神秘。

#### （四）统计课

统计课的具体流程为：产生统计的必要性——探索统计方法——分析统计结果。统计课的关键是让学生体会统计的必要性、经历统计的过程，学会分析统计的结果。新的课型就是从这三方面进行解读的，让我们的学生经过这三个教学流程把数学应用于生活，让生活更加的有目标。

#### （五）概率课

概率课的具体流程为：猜测——验证——结论（三步）

猜测——实验——分析——推断——结论（五步）

五步教学模式一般用在等可能性的教学中。我们知道生活中有许多事情发生的可能性是不一样的，有的是0，还有的是1，更多的是0——1之间的某一个数。教会学生猜测才能更了解生活，教会学生验证才能体会事件发生的概率有大有小，教会学生根据结论来决策，这样的教学模式才有利于学生在社会上更好的生存。总之，无论哪种课型模式只有我们教师真心去研究，去探索，才能使我们的教学落到实处，才能更好的为学生服务。

五、体会到备课实效的重要性。

从培训的分组讨论中我了解到现在各镇，各学校都有各自的备课形式，甚至一个学校也存在多种备课形式，有电子备课、备课本备课、活页纸备课、教参书或课本圈点备课等。那么这么多的备课形式是否满足了备课的实效性呢？我想备课形式多样并不一定备课实效就高。因此，如何提高备课的实效才是重中之重。

#### （一）个人备课是基础

## 小学数学教材教法培训心得体会

东津新区大埠小学 五年级数学李有军

针对小学一年级的学生，都是刚刚入学的儿童，天真浪漫，爱说爱动，对自己的行为约束力差，注意力容易分散。在课堂上，有时要玩一会儿与学习无关的东西。传统的教学思想把这些特征视为影响学生学习的缺点加以约束，限制学生“动”，强制听课，有的还认为是患了“多动症”。上课不专心听讲，老师批评，家长责备，他们上课时像是被捆住了手脚，束缚了思维，完全处于被动地位，上一堂课下来又苦又累，从小产生厌学情绪。长此以往，形成大面积的后进层面，日积月累，延误孩子的一生。听了后，我的感慨颇多，受益匪浅。

一、故事开头，创设情景，营造浓郁的课堂学习气氛。

二、培养孩子专心听讲的习惯

专心倾听是学生主动参与学习过程，积极思考的基础，也是提高课堂学习效率的前提。因此，教师要培养学生上课专心倾听的习惯。为了吸引学生的注意力，使他们上课专心听讲，我认为教师讲课时一定要精神饱满，而且语言要生动有趣，条理要分明，方法要灵活多样，力求使课堂教学引人入胜，使每个同学都乐意听。

## 小学英语教材教法培训体会

——小学英语对话课教学 赵家庄小学 李雨霞

一、趣味操练

what does she do? she is a ?在机械操练的基础上，可以设计这样一个意义操练的游戏：请几位同学到台前，背对同学，

拿下有职业特征的头饰戴在头上，全班同学分成两大组，左问右答，左边问“what does lifang do?” 右边说“she is a nurse.” 教师当裁判，根据实际情况答“yes”“no”，如果右边答对了，则教师让该同学出来，说“i`m a nurse.” 如果猜错了，则右边问，左边猜，通过这样的猜答游戏巩固对话。

## 二、难点突破

在处理难点句子，包括祝福语、评价等句子，可以用判断、选择、猜测、打钩、趣味的形式，让学生自然而然的理解句子意思，而不是老师直接告诉答案，这样让学生更好更快的理解句子意思，提高学生兴趣。

像李老师这节课中的“have a good time”教师用选择来让学生理解意思就是一个不错的案例。

a 大家玩的开心 b 有一个很好的时间。总之，在对话教学中教师要合理运用教学策略与方法，达到教学效果的最优化，从而促进学生的英语学习。

## 足球心得体会篇三

20xx年2月18日，我参加了校园足球教练员培训活动，在这次培训中，我有幸接触到来自市体校的王教练。她风趣、幽默的教学形式，让我感受到新的教学风格。这一天的培训及训练，让我收获很多。

在这一天里，上午我们进行的是先进的足球理念学习，下午是我们技术技能运用的教学课，检验我们的学习、实践成果，使我们学员更好的掌握了足球知识、技能。

在这次培训中，王老师独特的教学风格，让我耳目一新。在教学中，王老师先讲问题，让学员解答，然后让学员们以小组的形式做各种练习，在练习中，学员会通过亲身体会提出

各种各样的问题，王老师则在回答问题中，告诉你他为什么要这样做和这样做的教学效果。他的这种教学模式很像我们学校的“先试后导，先练后讲”的教学策略。教学中，王老师特别强调游戏的运用，在技术教学中，他在实践的训练中，几乎都是让我们在游戏中度过的，大家玩的既开心又学到很多的技术。王老师告诉我们，一定要“保护”好孩子们的学习兴趣，让他们对我们每次课的学习都充满想象和期待。不要让孩子做过多的机械式的练习，那样会影响他们学习的积极性和创造性的。

在参加校园足球的足球教练员培训班之前，我只是认为，这是一次单纯的足球教练员培训，但是，在上午的理论课后，彻底的改变了我的想法，原来足球也可以做这样的事情。

在培训的当天上午，正赶天气寒冷，王老师在室内给我们讲了足球理论课，王老师准备好了教学的内容，利用提问式给我们上了一堂印象深刻的“理论课”。在这节课上，王老师让我们说一说你对校园足球的理解并说出你的理由，这个的活动非常有创意，它让我们在活动中，根据每个学校的特点来解读，又大大的激发了我们的学习热情，我很喜欢这样的活动。这项活动结束后，左老师给我们放课件，讲解了校园足球的理念。大大的提高了我对校园足球的认识。我们通过这几天的培训，将我学到的技术、技能和训练方法，更好的运用到训练当中。

在我的印象中，体育的作用就是锻炼学生的身体，提高他们的身体、心理等素质，从来没有想过运用足球等体育活动运用到社区中去帮助其他孩子，远离网吧、人身伤害等社会一些社会不良因素。非常感谢学校给我这次参加“校园足球培训”的学习机会，我真的有很大的收获，这些收获对我来说是受益终身。

在这次学习快结束的时候，我深深的感觉到学习是永无止境的，珍惜每一次学习，为了校园的足球发展，我会更加努力。

## 足球心得体会篇四

每次看到足球，总会感到兴奋，但随着时间的流逝，足球也是一件让人难过的事情。

足球不仅仅是一场90分钟的比赛，它包含了太多的情感。一场比赛充满了兴奋和失落。巴尔德斯的受伤离开了球场，这让每一个巴萨球迷都很难过，但这是球场上最激动人心的时刻，每一个球迷都不会希望自己的支持者选择这样的方式离开球场。

岁月不催，我来了也不推；不要催年，走远的还是要追。当年称霸足坛的迭戈马拉多纳，已经失去了当年的风采。如果你现在看贝克汉姆，你会问时间去了哪里。我只能说：“足球，一种悲哀”。

这学期我选修了足球，虽然之前对足球不是很了解，但一学期的学习，增长了我的足球知识和技能，让我深刻地体会到足球的乐趣，使我对足球产生了浓厚的兴趣，下面谈一下我上足球课的心得。

这个学期我们的足球课主要由两大部分组成，每次上课经过简单热身和准备活动后开始正式上课，第一大部分就是老师对基本技术动作的教授，第二部分则是进行教学比赛。基本的足球技能老师教会了我们脚内侧传接球、脚背射门、运球、过人的技术动作，教我们了一些简单的双人配合。为了熟悉球性老师还教我们怎样掂球。通过足球课我学到了很多相关知识，以前我们踢球只是跟着感觉走，从来不去注意踢球的技术要领，不知道传球，停球的注意事项，现在拿到足球，我便知道踢球时需要注意什么了。基本技术训练完毕之后就会踢教学比赛，在比赛中我们对足球的基本规则有了很多了解，以前看球赛不懂的地方也渐渐懂了。作为足球课的体委，每节课都要提前来到操场取足球，课上整队、带同学们热身、做准备活动，虽然比其他同学稍稍辛苦一点，但是在担任体

委的过程中所培养的责任感以及当众讲话能力的提升，是我一生中宝贵的财富。

在这一个学期的足球课学习过程中，我不光学到了足球技术，同时体会到了运动给我带来的快乐。不同学院、不同年级的同学在一起踢球比赛，我们认识了好多新朋友，收获了新的友谊。比赛过程中我们学会了团结协作，相互配合。大学里大家一起踢球，也将成为我大学生活中很重要的一部分回忆。

体育课不光学习了知识，还收获了快乐，同时锻炼了身体，我觉得让我收获很大，今后我希望还能再学习到足球的其他知识，不断丰富自己。