

最新体育生实习心得 体育课实习日记(精选8篇)

军训心得是在军训过程中对遇到的困难和挑战进行思考和总结的一种方式，它可以帮助我们更好地应对未来的困难和挑战。下面是一些学生写的优秀学习心得范文，希望能给大家提供一些思路和启示。

体育生实习心得篇一

今天下午上体育课，老师要带我们比赛跑步和打球，我的心情像要飞出笼的小鸟，兴高采烈，脸上笑成一朵花，开心得不得了！当老师要带我们到楼下时，同学们都眉开眼笑开心的跳了起来。

比赛开始，操场像煮开的水，立刻沸腾了起来，加油声此起彼伏，不绝于耳。跑步比赛要开始了，老师说：“一二三！开始！”同学们都跑得相当快。跑步比赛结束换打球比赛，同学个个精神抖擞，身材壮硕，像个威武健壮的小战士，每张脸都涨得红通通，汗水一滴滴的从额头冒了出来。大家正玩得高兴的时候，钟声响了，结束了这场龙争虎斗的比赛，甲队赢了，大家拍手欢呼。

上体育课让我学到了团队的精神，又可以锻炼身体，真是有趣。

体育生实习心得篇二

在经历了一段时间的看课学习之后，我们终于进入了实习上课的阶段，从虚心求教到勇于实践，我们又向前迈了一步，在这一段实习过程中，我们体会到了上课所遇到的困难和艰辛，但是在这之中，也带给了我们欢笑和快乐。

在第一次上课的时候，我们免不了会有些紧张和慌乱，在一节课之后，经过了指导老师的指点和教导下，我们在教姿教态上取得了很大的进步。在不断地磨砺中，我们的教学手段和教学方法也获得了不断地充实，这使我们在今后的实习过程和工作中也获得了自信和勇气。我们会继续努力的！

实习让我们深刻体会到要成为一名人民教师是不易的，而要想成为一名优秀的人民教师更加不容易。在教学中我们会遇到各种各样大大小小的问题，面对不同的学生教学方法手段也不尽相同，我们需要有耐心、有信心还要有爱心，在教学生体育技能的同时还要教他们为人处世的道理。

体育生实习心得篇三

体育实习老师的实习过程中，课堂纪律和学生成绩都是要注意的。本站小编给大家精心整理了体育实习老师的实习日记，希望大家会喜欢！

今天，在课后我认真总结了一下，90几个人的一个班，要组织出一个体育游戏确实特别难，而且要使这样的游戏符合大众的口味就更难啦！像这样多人数的班，我一般采用的是接力性的游戏，理由是便于组织，而且适合集体参与，可是学生参与积极性仍然不高。

这里就存在着一个问题，学生的竞争意识。由于学生的竞争意识不够强，因此在整个游戏过程中，学生只是被动的做游戏，而不是积极主动的参与游戏，这样让学生感觉到的仍是一种任务的完成，而不是以一种愉悦的心情玩游戏。所以这就是为什么大家对游戏表现冷淡的原因之一。另外一方面就是各个班所表现的氛围不同，对于同一个游戏不同的班也有不同的表现，所以针对各个班的特点，应有不同的游戏设置，绝不能一劳永逸。

在热身活动之后，我给大家介绍了武术中的并步抱拳礼，三种基本手法，几种步型。可是怎么说呢？大家似乎并不是很感兴趣，我记的开学第一次课我告诉大家，我会给大家教一些武术基本功时，大家好像都挺兴奋的，表现的也很乐于参与似的。可真正到上课时，许多人的心思已经飞到旁边篮球场上啦！我知道大家对体育课放羊已经习惯啦！正正规规的体育课很难完全地开展起来。因此我在课穿插游戏，希望能激起学生学习的兴趣，可效果仍然不怎么好。学生可能受电视上的武打片影响，认为武术就是那什么踏水无痕啊！

可真正这样的武术是否存在，我都无法确定。这就可见学生对一些事物的认识还只停留在一个表面，缺乏对事物本质的认识。正因为如此，一旦现实超越它虚幻的表面时，人们就很少能像开始般投入。从这次课，我就明白自己所面对的对象是青少年，应该学会了解他们的思维，从他们的角度为他们设想一些问题，而不是纯粹的抱怨学生的素质如何，他们的状况多么的不好等。要当好体育老师就应该勇于去发现问题，用十足的耐心去纠正和解决问题。

今天上星期四的课，我有两个班的课。上个星期我准备了一份武术基本功的教案□

我想其中最重要的原因就是，他们并不是体育生，体育生一般都性格开朗些，而且对于体育活动的参与也是万丈热情，所以在面对这此示是体育生的学生时，我们体育老师应该认清这一点，不能将我们对体育的热爱理所当然成为他们的热爱，只有认清这一点我们才可能更好的摆正自己的心态，更好的组织我们的课堂教学。

体育生实习心得篇四

今天的体育课上同学们表现的很一般，因为体育老师不在，开始，班长让我们在操场跑一圈，还没跑完，女生们就分散

着跑了，这时，我们看见了一位特厉害的老师正在管理着男生队，看见这位老师，我们女生吓的站成一行整齐的队伍，跑完之后老师又让我们女生又跳又跑，累的我们上气不接下气，啊！

终于下课的铃声响了，我一边跑一边想：这节课，老师可真把我们给锻炼好了。

体育课日记推荐本站锦

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

体育生实习心得篇五

从第2个班开始，我就给他们卡表，如我所料，迟到又在x分钟以上。当大家都站好队后，我把秒表给大家看了x下，学生很纳闷，接着我就告诉他们，因为他们的迟到，我在太阳底下晒了x分多钟，老师的付出应该有同等的回报，所以大家应该接受同样的待遇。我让学生也向后转，跟我同样的面对太阳。在这同时，我向他们强调纪律观，告诉他们在体育场上的精神，同样可以迁移到社会生活中去，如果他们在体育场

上散漫，在社会生活中也可能散漫，两者所不同的是，前者可能只是违纪，而后者则可能是违法，没到x分钟就结束惩罚啦！其实看着他们，心里也挺不舒服的，对体育课的接触应该从小学时就开始，但我们老师却对学生太放任自由啦！x上课就给两个球，让他们自己玩，因此体育课在他们心目中的概念就是“自由活动”，一时之间让他们改变以前的态度似乎很难，不过我希望通过我的课能让他们有所改变。

作为我们这一代的体育教师，是受着新大纲影响而成长起来的，头脑中有着新的思想，似乎也致力于改变这x不好的现实状况，在面对这些问题时，必须时刻保持清醒的头脑，而不能让愤怒冲昏头脑，我想这每次课也是对我性情x次又x次的锤炼吧！在接受考验时我应该不能忘记总结经验，同时保持自己应有的态度。

x月xx日星期x

体育游戏课应该说是上大学里特别受欢迎的，就算是老鹰捉小鸡这样比较小孩的游戏大家也会玩得比较疯狂。在我的实习课上，我也采用了体育游戏，可是让我意想不到的，他们的积极性特别不高，表现的很冷漠，有的学生还对我说：“老师，这样的游戏好幼稚啊！”他们的态度让我的心里很不舒服，因为我们这些自称大人的大学生还在玩他们认为很幼稚的游戏，而且我们还玩的很开心。

课后我认真总结了一下，90几个人的一个班，要组织出一个体育游戏确实特别难，而且要使这样的游戏符合大众的口味就更难啦！像这样多人数的班，我x般采用的是接力性的游戏，理由是便于组织，而且适合集体参与，可是学生参与积极性仍然不高。这里就存在着x个问题，学生的竞争意识。由于学生的竞争意识不够强，因此在整个游戏过程中，学生只是被动的做游戏，而不是积极主动的参与游戏，这样让学生感觉到的仍是x种任务的完成，而不是以x种愉悦的心情玩游戏。

所以这就是为什么大家对游戏表现冷淡的原因之x另外x方面就是各个班所表现的氛围不同，对于同x个游戏不同的班也有不同的表现，所以针对各个班的特点，应有不同的游戏设置，绝不能x劳永逸。

我想其中最重要的原因就是，他们并不是体育生，体育生x般都性格开朗些，而且对于体育活动的参与也是万丈热情，所以在面对这此示是体育生的学生时，我们体育老师应该认清这x点，不能将我们对体育的热爱理所当然成为他们的热爱，只有认清这x点我们才可能更好的摆正自己的心态，更好的组织我们的课堂教学。

x月x日星期x

今天上星期x的课，我有两个班的课。上个星期我准备了一份武术基本功的教案。

在热身活动之后，我给大家介绍了武术中的并步抱拳礼x种基本手法，几种步型。可是怎么说呢？大家似乎并不是很感兴趣，我记的开学第一次课我告诉大家，我会给大家教x些武术基本功时，大家好像都挺兴奋的，表现的也很乐于参与似的。可真正到上课时，许多人的心思已经飞到旁边篮球场上啦！我知道大家对体育课放羊已经习惯啦！正正规规的体育课很难完全地开展起来。因此我在课穿插游戏，希望能激起学生学习的兴趣，可效果仍然不怎么好。学生可能受电视上的武打片影响，认为武术就是那什么踏水无痕啊！可真正这样的武术是否存在，我都无法确定。这就可见学生对某些事物的认识还只停留在表面上，缺乏对事物本质的认识。正因为如此x旦现实超越它虚幻的表面时，人们就很少能像开始般投入。从这次课，我就明白自己所面对的对象是青少年，应该学会了解他们的思维，从他们的角度为他们设想x些问题，而不是纯粹的抱怨学生的素质如何，他们的状况多么的不好等。要当好体育老师就应该勇于去发现问题，用x足的耐心去纠正和解

决问题。

x月xx日星期x

从今天开始，高x训练队正式成立。指导老师让我带x个训练队，说真的训练确实需要人付出x定努力□x定心血，才可能有成效，而且也真是锻炼人的好机会。

上午写训练计划时，老师就告诉我，把准备活动中的徒手操创新x下。当然这样的创新仍然要建立在遵循学生身心发展规律，符合人体基本结构的基础上。而且要明白我们所面对的对象，他们只是初次接触体育的普通学生，那么准备活动就应该是全方位的，且动作不应该太复杂，协调性、柔韧性要求不能过高。

今天的训练给他们介绍了几种辅助性练习，小步跑和高抬腿，这两个内容是由武体来的实习老师带的。在这之前，我在体育课上介绍过这两种辅助性练习。但认真观察这位同学的教学，发现他是先采用原地练习然后再过渡到动作。这种方法明显要优于我之前的方法。因为只是单纯的强调，用语言去强调动作要领绝对不及同学们自身各肌肉部位去亲身体会。所以说老师不应受约于传统教法，应该不断的学习，增强自身的知识积累，不断开拓自己的思维，拓宽自己的视野，始终站在一个新的角度去思索问题，用x种全新的方法去解决问题。

体育生实习心得篇六

本站发布2019体育教师实习日记，更多2019体育教师实习日记相关信息请访问本站实习报告频道。

这篇《2019体育教师实习日记》是本站为大家整理的，希望对大家有所帮助。以下信息仅供参考!!!

实习进入了第三周，周一下午，实习单位三个校长和我们实习生开了个座谈会，给我们提出了几点建议以及提出了教学上课要求，学校梁校长给我们强调了区域教育现代化理念，要求我们将素质教育放在知识教育的前面，面对现在国民素质出现下降的趋势，所以学校应该将素质教育摆在第一位。

经过这次与实习单位领导的座谈会，我更加肯定作为一个人民教师应该具备的技能与理念：

首先，做好一个教师，人格以及德育工作是摆在第一位的；

其次，良好的师生关系，加强沟通管理能力是一个成功老师必要的技能；

再次，掌握先进的教学设备，教学理念也是非常重要的；

第四，教学过程中，更加应该强调学生的主动性，从老师教到学生自主学习转化；

第五，多听课，多交流，多思考，多询问，多学习；

最后，案例的积累，比如突发事件的处理等等方面的知识。

这个星期教学内容还是广播体操为主，经过两三个星期的教学，学生们基本可以将整套广播体操做下来，但是不太熟悉，动作做不到位，所以接下来的工作就是复习，慢慢的跟上音乐的节奏进行练习，以达到应有的水平。

周二，基本每个老师都有任务，所以指导老师就安排了我课间操的时候到舞台带领全校学生练习广播体操，因为我念高中三年时间里，都有参加学校的文艺汇演并担当晚会司仪，所以指导老师安排我上台带领学生练习广播操我觉得是一点都不紧张。但是到了真正站在台上带操的时候，开始声音有点紧了，喊口令的时候发现自己的声音变了，动作做的不如

上课时做的流畅，下来以后我思考了一段时间，寻找出自己的问题，主要还是心理素质不够过硬。我不想自己的这个缺点出现在学生日后的工作和生活当中，于是我在上课期间，采取了抽点方式抽出几个学生到队伍前面来带操，我并不指望他们能带的很好，只是希望他们能在这个过程中在心理素质得到锻炼。经过几节课，我个人感觉效果是比较明显的，这种方法我还会继续下去。希望这样能让他们在经历困难的时候，心理可以承受比较强的压力。

体育生实习心得篇七

实习进入了第三周，周一下午，实习单位三个校长和我们实习生开了个座谈会，给我们提出了几点建议以及提出了教学上课要求，学校梁校长给我们强调了区域教育现代化理念，要求我们将素质教育放在知识教育的前面，面对现在国民素质出现下降的趋势，所以学校应该将素质教育摆在第一位。经过这次与实习单位领导的座谈会，我更加肯定作为一个人民教师应该具备的技能与理念：

首先，做好一个教师，人格以及德育工作是摆在第一位的；其次，良好的师生关系，加强沟通管理能力是一个成功老师必要的技能；

再次，掌握先进的教学设备，教学理念也是非常重要的；

第四，教学过程中，更加应该强调学生的主动性，从老师教到学生自主学习转化；

第五，多听课，多交流，多思考，多询问，多学习；

最后，安例的积累，比如突法事件的处理等等方面的'知识。这个星期教学内容还是广播体操为主，经过两三个星期的教学，学生们基本可以将整套广播体操做下来，但是不太熟悉，动作做不到位，所以接下来的工作就是复习，慢慢的跟上音乐的节奏进行练习，以达到应有的水平。

周二，基本每个老师都有任务，所以指导老师就安排了我课

间操的时候到舞台带领全校学生练习广播体操，因为我念高中三年时间里，都有参加学校的文艺汇演并担当晚会司仪，所以指导老师安排我上台带领学生练习广播操我觉得是一点都不紧张。但是到了真正站在台上带操的时候，开始声音有点紧了，喊口令的时候发现自己的声音变了，动作做的不如上课时做的流畅，下来以后我思考了一段时间，寻找出自己的问题，主要还是心理素质不够过硬。我不想自己的这个缺点出现在学生日后的工作和生活当中，于是我在上课期间，采取了抽点方式抽出几个学生到队伍前面来带操，我并不指望他们能带的很好，只是希望他们能在这个过程中在心理素质得到锻炼。经过几节课，我个人感觉效果是比较明显的，这种方法我还会继续下去。希望这样能让他们在经历困难的时候，心理可以承受比较强的压力。

体育生实习心得篇八

本站发布2019年体育教育实习日记，更多2019年体育教育实习日记相关信息请访问本站实习报告频道。

这篇关于2019年体育教育实习日记，是本站特地为大家整理的，希望对大家有所帮助！

20xx年3月5日，这是实习第三周的周一下午，实习单位三个校长和我们实习生开了个座谈会，给我们提出了几点建议以及提出了教学上课要求，学校梁校长给我们强调了区域教育现代化理念，要求我们将素质教育放在知识教育的前面，面对现在国民素质出现下降的趋势，所以学校应该将素质教育摆在第一位。

经过这次与实习单位领导的座谈会，我更加肯定作为一个人民教师应该具备的技能与理念：

首先，做好一个教师，人格以及德育工作是摆在第一位的；

其次，良好的师生关系，加强沟通管理能力是一个成功老师必要的技能；

再次，掌握先进的教学设备，教学理念也是非常重要的；

第四，教学过程中，更加应该强调学生的主动性，从老师教到学生自主学习转化；

第五，多听课，多交流，多思考，多询问，多学习；

最后，案例的积累，比如突发事件的处理等等方面的知识。

这个星期教学内容还是广播体操为主，经过两三个星期的教学，学生们基本可以将整套广播体操做下来，但是不太熟悉，动作做不到位，所以接下来的工作就是复习，慢慢的跟上音乐的节奏进行练习，以达到应有的水平。

3月6日，基本每个老师都有任务，所以指导老师就安排了我课间操的时候到舞台带领全校学生练习广播体操，因为我念高中三年时间里，都有参加学校的文艺汇演并担当晚会司仪，所以指导老师安排我上台带领学生练习广播操我觉得是一点都不紧张。但是到了真正站在台上带操的时候，开始声音有点紧了，喊口令的时候发现自己的声音变了，动作做的不如上课时做的流畅，下来以后我思考了一段时间，寻找出自己的问题，主要还是心理素质不够过硬。我不想自己的这个缺点出现在学生日后的工作和生活当中，于是我在上课期间，采取了抽点方式抽出几个学生到队伍前面来带操，我并不指望他们能带的很好，只是希望他们能在这个过程中在心理素质得到锻炼。经过几节课，我个人感觉效果是比较明显的，这种方法我还会继续下去。希望这样能让他们在经历困难的时候，心理可以承受比较强的压力。

体育教育实习总结

经过不三周的体育教育实习工作，使我对小学体育教学有了一定的了解，对学生也有所了解，知道自己已有的知识是满足不了学生的需求。学生喜欢新颖性，但不具备难度很高的体育课。

首先，我实习的是六年级，面对水平三的学生就自身而言，就需要有一点点的胆量，学生已经不是那么容易象哄低年级的学生一样去哄他们了。他们有自己的思想，会对你上课的不好的地方或他们自认为不好的`地方，就会反复的指责你。因此自己在上课前就要有一定的心理准备。再说，因为本来学生对实习老师就有一定的好奇心，所以上课的纪律就不是那么好管了，对待不遵守纪律的学生如果不用点小惩罚的话，是无法让他们平息的。在上课的过程中就感觉自己的声音还算洪亮，但是缺乏穿透力。

其次，在学生方面，学生的差异性在水平三的学生面前表现的非常的突出，身体素质差异非常的明显。有时一种练习真的要分层教学，否则无法进行有利的教学。学生对太简单或超出学生力所能及的练习，也会使他们反感，从而导致课堂气氛冷淡。水平三学生已经不是那么好动了，尤其是女生，所以要上好一堂体育课就得抓住学生的心。

总的来说：实习还算圆满的成功了，自我感觉是上课的应变能力和语言能力有所进步，但理论与实际的结合还不够完善。

在实习这段时间里，我知道了“不简单，要上好课很难”。