

# 最新体育的感悟(汇总5篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样我们可以养成良好的总结方法。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 体育的感悟篇一

今天我们上的不是室外的体育课，因为天气不好，所以我们在教室里上体育课。

老师给我们放了一个短视频和一个长视频，让我们知道现在的天气有多大的严重。

我觉得长视频最能体现出天气有多大的严重。有一位记者在北大的帐篷睡觉，结果晚上睡不着觉，一直在那里咳嗽，于是她切了两片柠檬片放在床头，结果最后发现自己怀孕了，而且那个时候我们邢台的天气是倒数第一，有的时候也是倒数前十名，听了这句话让我们知道了我们邢台的天气是最不好的，而且都是人们都不好好的保护自己周围的环境。还有一段是记者在一个村子里采访的时候，发现他们村子里的小河似乎都不是小河了，而且小河里的垃圾不断往下流，流得一片比一片多，里面的小鱼都已经死光了，几乎没有一条是活着的。而且随着小溪的变化天气也渐渐变得不好了，我们同时看了看窗外的天气，害怕我们将来也会是一个这样的环境。

所以从今往后我们都要好好保护环境、爱护小溪，不能一有垃圾就往小河里扔，要扔进垃圾桶。

## 体育的感悟篇二

作者：林秋晓

最近阅读了刘良华的《新父母学校》这本书，就被它的内容吸引了。因为自己即是一名教师，同时又是一个妈妈，我经常思考怎样去说服我的学生家长和我一同努力去教育孩子，也常常惶恐因为自己各方面知识储备不够，让孩子的发展得不到该有的广度和宽度。幸好，我邂逅了《新父母学校》，这本书告诉我们孩子的成长离不开父母的陪伴；要尊重孩子的个体差异，发挥“孩子的优势”；还要把握孩子成长过程的3大关键期，在关键期做关键事可以达到事半功倍的效果等等。

在“中国家庭教育的危险和危机”这一节中，写的是不要以爱的名义破坏孩子的成长。父母需要承担教育孩子的责任，不过，不能包办孩子的一切。“吾观乡里贫困人家愈看的轻贱愈容易长大，愈看的娇贵愈难成器”。为了使孩子独立生活，自主成长，父母不能过于牵挂，以至于溺爱。

希望我们为孩子们种下良好的精神种子，收获美好的性格与品德！

## 体育的感悟篇三

老师推荐了《蛋糕学校》让我们读，爸爸就给我买了本。

在假期里我认真的读完了这本书，这本书分三辑。第一辑讲到小熊和小兔互相帮助，互相谦让，一起制作品尝月光蛋糕，最后在月亮姐姐的帮助下小熊安全的回到了家。第二辑里我最喜欢《新年的小板凳》，因为这一节里讲到了小蜗牛用自己的恒心和智慧帮大家带回饺子，里面有一句话我很喜欢“只要努力，一切都会有的！”第三辑里我喜欢《一颗小白牙》，这篇故事里讲了要让小朋友养成每天刷牙的好习惯，

不要让蛀心虫吃了我们的小白牙。

这本书给了我很多启发，也让我明白了许多道理，回到学校我要给我的小伙伴们讲以后一定要养成好习惯，好好学习将来才能作大事。

## 体育的感悟篇四

何双平 111004012

通过对大学公共体育课的观看，让我从中学到了很多，这也为我们以后从事体育教学工作，提供了宝贵的经验。

大学公共体育课主张充分发挥学生学习的主动性和创造性，给学生思考问题和独立创造留有余地。学生的学习包括三个阶段：运动的初步体验（尝试）——向新的学习目标挑战（学习）——进行创造性的学习（创新）。孔子说：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者”。没有了快乐，如何谈得上全面提高学生得身体素质，他们不愿意每天的跑步练习，每节课的篮球运球，他们需要新颖、实用、有挑战性的教材。所以作为大学体育课只有积极不断地更新教学手段，常教常新，正确引导学生的学习动机，充分调动练习积极性，才能提高学习效率和教学效果。

我观看的是大学公共体育课的排球教学，课堂上老师组织严密，课堂教学按照，先是课堂常规、宣布课堂教学内容、组织学生进行热身活动、老师讲解教学内容、学生练习并且老师在一旁观看，及时发现学生所存在的错误，并针对不同的问题，提出改正方法，是学生进一步掌握运动技能，从运动中找到快乐，达到锻炼身体的目的，帮助学生养成热爱锻炼的习惯。

## 体育的感悟篇五

最近，我读了一本好书——《鬼谷学校之兵法班的插班生》。

该书主要讲的是主人公姬小白因家人遭行刺落荒逃跑，误打误撞进入鬼谷学校，与孙臆、庞娟、徐福等人成了同学，开始了传奇的校园生活。

书中讲到小白成绩本来很一般，落于庞娟，但经过他的勤奋与虚心请教，终于成了一匹“大黑马”，以至于能将《孙子兵法》滚瓜烂熟于心时，我不禁感叹：我要是能像小白一样虚心好学也不至于有今天的局面。以前，我成绩名列前茅，后来开始逐渐松懈，课外书也不积极看了，甚至还会鄙视差生，不知不觉，我的成绩一落千丈。看了小白的故事，我暗下决心：一定要学习小白，勤学好问，认真掌握基础知识，广读“闲书”，成绩定能顺水推舟！

当我看到南郭先生把一根自认为是烧火棍的木头卖给小白，当大家都质疑南郭先生时，孙臆却以渊博的知识和惊人的洞察力识别那是一把绝世珍传——降龙木剑时，我即佩服于他的乐于助人，又赞叹于他的洞察力。想想自己考试时总是粗心大意，犹如竹筛子打水——漏洞百出，我要能有孙兵那样的周密思维，细心观察，就不至于会大意失荆州了。而且他那种对待朋友总是慷慨解囊的做法更值得我好好学习，平时的我非常节约，甚至到了抠门的地步，同学有需要向我借东西时，我总是百般推脱，唯恐浪费我的资源，真是不应该呀！我要是能早点像孙臆那样乐于助人，恐怕人缘就不会那么差了！

《鬼谷学校》这本书真的让我受益匪浅。学习小白让我变得勤奋刻苦，学习孙臆让我懂得了乐于助人，也让我骄傲、不气馁。所以，我敢肯定读过的人都会赞不绝口的。