

2023年田径教练训练后心得体会(大全8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。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

田径教练训练后心得体会篇一

在这次培训里，我在听了老师的讲课以后，我发现我对篮球训练的认识有偏差，篮球训练的同时，还要多了解篮球运动的发展趋势，篮球运动规则的变化，以便更好的运用规则等等问题。是老师在课上生动形象的讲解改变了我对这次学习的认识，听完老师的讲解以后，我发现我在日常训练中需要解决的问题不只如何进行学校篮球队的基础训练？如何进行学校篮球队的管理？还有很多都是要在训练中去不短完善的地方，以逐步形成自己的训练风格。

最让我难忘的是观摩陈华老师的那堂训练课，我更是眼前一亮，好多新鲜的训练方法，让我目不暇接，恨不得自己多长几双眼睛。在这堂训练课上，看到了教练队伍管理的常规相当过硬，运动员能坚决的贯彻教练员的训练内容，教练员对训练的指导也是简单明了，球性训练、一对一的攻防、二打一、内线中锋的策应。总之，就是一堂训练课能将训练内容安排得如此，如何在宽松和谐的氛围中去引领运动走进篮球，享受篮球是我以前没有过多的思考的问题。

同时，这次学习更加明确了对队员进行篮球基本功的训练，加强“防守”这个平时容易被我忽略的技术环节。人们常说“赢球靠防守”通过加强训练，我有信心打造一支攻守兼备的球队。此外，在科学规范的训练更好的提高队员的身体

素质和技战术水平上。在我的日常训练中，更要注意通过了解队员的心理特点，有针对性对其建立正确的篮球意识进行培养。制定训练内容与计划，不等同于大学专业队训练，要符合中小学学生自身年龄结构及生理特点，让队员提高其运动水平，更重达到健康体魄，完善身心发展的根本目的。

很荣幸能够作为天津的代表，参加第四期全国健身气功对外教练员培训班，非常感谢健身气功中心领导为我提供了这次机会。

在这次培训中我对健身气功的有了更加深刻的理解。通过这次学习，结合我近年来的练功体会，我对八段锦的呼吸方式有了一些体会，现形成文字，作为总结。

我个人认为，练习健身气功大致可以分为三个阶段：重视动作阶段；重视呼吸阶段；重视意念阶段。当然三个阶段又是相辅相成的，不可截然分开。很多学者认为：就目前健身气功的推广情况而言，应该开始重视练功时的呼吸设计了。所以，下面我结合“健身气功·八段锦”的基本动作，对其呼吸做了一个初步的设计。

起势、一吸一呼

开步分手吸；合抱下沉呼。

注：由于起势有入静之效果，所以在合抱下沉之后，可以自由调息若干次，以达到身心入静。

1、双手托天理三焦 一吸一呼

上托吸气；下落呼气。

2、左右开弓似射雕 两吸两呼

开脚合手吸；拉弓呼；开手吸；收脚踏手呼。

3、调理脾胃须单举 一吸一呼

上举吸；下落呼。

4、五劳七伤往后瞧 一吸一呼

分手后瞧吸；合手转正呼。

5、摇头摆尾去心火 一吸一呼(过渡动作 一吸一呼)

过渡动作：上举开步吸；下按马步呼。

倾身吸；旋身摇头摆尾呼。

6、两手攀足固肾腰 两吸两呼(过渡动作一吸一呼)

过渡动作：合脚上举吸；下按胸前呼

反穿吸；俯身呼；攀足吸；上举呼。

注：此动作开始于两手反穿，结束于下按到胸前。下按到胸前的呼吸我们处理成呼，或者闭气。这样处理有利于真气下沉至丹田。

7、攥拳怒目增气力 一吸一呼(过渡动作 两吸一呼)

过渡动作：上举拉伸吸；下按呼；握拳出脚吸。

出拳呼；握固收回吸。

8、背后七颠百病消 一吸一呼(过渡动作 一呼)

过渡动作：收脚踏手呼。

上提吸；下颠呼。

收式、一吸一呼

分手吸；合手呼。

注：收式是收功动作，练功者的身、心由动入静。所以，动作结束之后，可以自己调理气息若干，达到比较自然的状态。一般而言，收功时，就气息而言，练功者的气息不会加快，有时还会比正常呼吸慢一些；就意念而言，练功者在意念上非常放松；神态上看，练功者神态自若，安逸闲静。

最后要强调的是：这套呼吸法，主要是针对有一定八段锦练功基础的学员而设计的。在动作比较熟练的之后，再配合上呼吸，这样才能逐步达到“以气运身”的层次。

当然这只是一个简单的、不太成熟的设计探讨而已，不足之处在所难免，希望方家指正。亦愿能对“健身气功·八段锦”的提高起到抱砖引玉的作用。

田径教练训练后心得体会篇二

上周我们占用了两天的休息时间，所有公司员工在西苑宾馆接受了一场教练技术一阶段培训。说实话开始心里并没有认为自己会有很大的感受，因为我是已经接受过一阶段员工版的培训的，当时的感受还是挺深，但是过了一段时间就慢慢地被环境给淹没了，但是彭导跟我们说，这种培训感受会是不一样的，因为跟你们一起培训的人不一样了，感受也会不一样，感受每一分每一秒都是不同的，对于这一点我还是赞同的。

培训前王总让我们自己都做一个定向，我说我一会100%投入，进入课堂以后我始终记得自己的这个承诺，我都是在100%地想进入这个状态。这是一个企业版的教练技术培训，针对都

是团队一个信任、共赢的关于九点领导力的培训。共赢一个有着大爱的词，共赢不是两个人赢，而是让第三方、第四方、多方赢，《彩纸佳人》游戏让我看到了我们的自私，我们思维的定视，让我们的队长为我们承受了做为一个领导的惩罚。在工作中也是这样，我们想到的只有自己，自己的观点，自己的利益，没有想过我们是一个团队，如果要想取胜，需要的是团队的智慧，需要团队一起来解决的，当团队意见有分歧的时候，我们许多人都认为应该这样应该那样，到最后时间没有了，还在想着是因为没听这个的，或者是应该是这样的。为什么在当时没有想到应该这样，因为我们心里根本就没有重视，只是把这个当做一个游戏，反正游戏结束了惩罚的不是我们个人，反正惩罚的是队长。

当我们的队长为我们做了十个、二十个再四十个俯握撑的时候，我的心里一颤，为什么我们一开始的时候没有注意聆听，其实第一次真的很简单就可以过的，为什么我们都没有做到，第二次还是没有做到，第三次就更做不到，为什么，我们没有注意聆听，在规定的时间内其他队都完成了，而我们一次又一次地受惩罚，我们到底在干什么，为什么我们一开始没有想到共赢，没有想到这应该是一个大集体可以完成的，不能借助任何场里内的桌子椅子等，只能借助人和纸，纸到最后没有了，那就只能借助人了，我们为什么没有想到呢，因为我们想到的只有个人和自己的这个小团队，根本就没有想到要助借外援，而且思维也被彩纸定位了，以为游戏名和彩纸有关，思维没有延伸，没有共赢的想法，我们自私自利的想法在当时就暴露无遗。这真的就和企业一样，一个企业内部有许多的部门，还有许多的外部相关人员，当遇到难题的时候，我们不要只是想到的是部门一个小团队，而要为大局着想，不要一开始就想着不可能完成，团结一切可以团结的力量，共同来创造具有可能性、共赢的结果。

当开始听到最后一个环节是《跳大绳》的时候，我的心里一阵紧张，因为小时候别人跳大绳，我都是在旁边看的，我不参与，因为我害怕，害怕那根小小的绳子会打到身上，所以

基本上都是不参与这样的活动，但是当时那个情景，只有在场的所有的学员一次性通过那根绳子才是成功的，我当时心里所有的对话都抛到脑后去了，当时只有一个信念，我一定要通过，我要为这一个团队负责任，不能让我使整个团队又重新开始。游戏开始前有几个人都跳出来当这个团队的领导，有的人想出去组织，却没有行动，有的人去了，却没有得到人心，有的人只想着钻空子，没想实际，最后面浪费了很多的时间。

当一个学员上去得到了大多数人肯定的时候，游戏才算正式地进行了，我上过员工版的一阶，我知道，这样的团队游戏一定得要所有的人100%投入的状态才可以完成的，要是没有人提醒将大家的分散的集中起来是不行的，我当时想都没想就跳出来组织起秩序，一直在对别人说，你行的，相信自己，但是还是有很多人都在观望，根本就没有聚焦，还有些人就是根本就是说不跳，我肯定不行的。由此我进行了反思，为什么我当时没有大声地对别人说，“我们一定要所有人投入才可以完成这个游戏”，“我们一定要有一个信念，我们一定要通过”“相信自己，一定可以的”，为什么没有发挥其他的团队成员一起来做，分段地感召他们，为什么会有那么多为什么。因为我当时根本就没有信任别人，我开始就没有怀着信任的心态来相信别人可以做到，所以我没有做这些。

所以在以后的生活和工作中，我一定会将我所有心中的想法都讲出来，而且一定要大声地说，要信任大家，让大家都可以收得到，即使自己的想法提出来会被否决，但是我想如果我去做了，一定会有收获的，即使全部的想法没有被接受，至少有一点可以引导别人我也会很开心的，我想我一定会做得更好。

田径教练训练后心得体会篇三

20xx年5月4日—5月10日，我有幸参加了“学转英超(premierskills)”在大连的足球教练员培训活动，在这次培

训中，我有幸接触到来自英超的四位足球教练员：罗比·厄尔，杰夫·努南，安迪·福斯特，李·洛克雷。他们风趣、幽默的教学形式，让我感受到英超教练们独特的教学风格。这六天的培训，让我收获很多。

在这六天里，前三天我们进行的是技术技能学习，第四天和第五天是我们运用英超的教学理念备课，并给自己的学员上课，每人30分钟时间，第六天是检验我们的学习成果，给大连市市内四个区的足球学校的小学生上一节“全英超式”的展示课。

一、不同的教学理念营造不同的教学风格。

在这次培训中，英超教练独特的教学风格，让我耳目一新。在教学中，英超教练从来不先讲动作要领，而是让学员们做各种练习，在练习中，学员会通过亲身体会提出各种各样的问题，教练员则在回答问题中，告诉你他为什么要这样做和这样做的教学效果。杰夫是我们组的教练，他特别强调，不要害怕你的学生犯错误，他们犯的错误越多，你的教学效果越好。他们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，外教们特别强调游戏的运用，在前三天的技术教学中，他们在一上午四个小时的训练中，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。吉夫教练告诉我们，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。

在游戏教学中，外教们特别强调对身体的利用，他们说，如果一名队员在比赛中不会利用自己的身体，那么他将永远不会成为一名优秀的足球运动员的。在这里，罗比讲了梅西的例子，梅西是阿根廷的国脚和西班牙巴塞罗那的进攻核心，他脚感很好，技术出众，速度奇快，视野宽广，而他的身高

只有1.68米，体重较校但是这么小的身高却能在欧洲高水平的联赛中成为球队的核心，关键在于他对身体的利用。梅西在比赛中，除了身体护球做的很好之外，他还会利用对方的身体，当他和比他强壮的队员对抗时，他会用身体去挤靠对方，当对方用力抵抗时，他就会借助对方的力量，将自己弹出去，进而摆脱对方的防守。因此，罗比说，在比赛中，我们不但要教会学生利用好自己的身体，更要利用好对方的身体。。。

中国国家队曾被称为头球队，因为我们国家队对队员的选拔标准之一就是必须有良好的身体条件，这样，我们在身体对抗中就能取得优势。但是通过罗比讲解，我认为，我们错了，我们的国家队需要的不是身体条件最好的队员，而是“利用身体”能力最好的队员，国家队如此，校足球队亦如此，所以，在以后的训练中我要加强学生利用身体能力的训练。

二、“学转英超”足球理念的更深层次的含义。

教练员培训心得体会3篇教练员培训心得体会3篇在参加“学转英超”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，在上玩第五天的理论课后，彻底的改变了我的想法，原来足球也可以做这样的事情。

在培训的第五天，正赶上下雨，所以，我们临时将室外的展示活动改到室内的理论课，外教们好像有预感似的，早就准备好了教学的内容，罗比给我们上了一堂印象深刻的“理论课”。在这节课上，罗比先给我们16个动物，告诉我们每个动物的特点，然后让我们给他们安排阵容，并说出你这样安排的理由，这个的活动非常有创意，它让我们在活动中，根据每个队员的特点学习安排比赛阵型的同时，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，罗比给我们放了一段影片，他们在印度拍摄的，一段关于足球改变贫穷孩子生活方式的纪录片，罗比说，那是他们在印度做过的工作。他说“学转英超”这个项目的最终目的是服

务于社区的，我们通过这几天的培训，将我们学到的技术、技能和训练方法，帮助那些没有条件和能力，但又对足球这项运动感兴趣的孩子们，掌握一些足球的技术技能，让他们对生活充满希望和建立自信，这是一项公益活动。所以，在课程的最后一天，四个英超教练分别跟每一个队员进行谈话，询问我们是否愿意义务参加这样的活动，并将我们在这里学到的东西回去传授给我们的社区孩子，最后给愿意参与这项活动的队员进行备案。

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，远离毒品、网吧、人身伤害等社会一些社会不良因素，帮助贫穷的孩子们建立自信，帮助那些性格孤僻的孩子们主动地接纳别人和帮助他人。从这一点上看，英国人对体育的理解确实比我们深得多。非常感谢学校给我这次参加“学转英超”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，英国大使馆文化处的官员说，将在大连这次培训的44人中选出5-7人参加明年4月份在上海的第二轮的培训，如果可能的话，还将选出几名优秀的学员去英国，实地体验英超文化。在和英超教练告别时，吉弗跟我说希望在英国见到我，我说，我一定会去英国！

田径教练训练后心得体会篇四

期待已久的团长的《nlp教练式管理》课程，终于就在眼前了！带着兴奋、激动的心情踏上了前往花都碧桂园假日酒店学习基地的行程。

这次双层身份和角色进课堂，我在心里对自己说：珍惜学习机会，认真学习的同时一定做好对学员的服务工作，学习时我和他们一样，用心做好练习，更好的配合好彼此的学习目标；课前和课后，我代表智慧行，一定要让学员感受到贴心、

专业、真诚的服务。抱着这样的目标，开始了4天3夜的学习之旅。

走进酒店，舒适的居住环境，清新的空气和美丽的景色，让我们心情大好！同时责任心让我们马上进入工作状态，为了让学员们更开心愉悦的学习，我们都很快的来到了课室，各就各位的做好自己职责内的事情，同事们之间也互相支持，互相打气，整个团队都在一种积极乐观的心态下为课程的开始做好准备工作。非常感慨的是，前期到达的同事把很多事情都已经做了，课室布置的井井有条，物品摆放整齐美观实用。无论是老师还是学员，在踏入课室的一瞬间都会立刻被热情的氛围，整洁的环境所感染。同学们都陆陆续续的来了，我们交换卡片，互相自我介绍，先和同学们熟悉一下。在团长走进课室，班主任小米精彩的开场主持后，我们都进入了美妙的心灵成长之旅。

对时间线和催眠这两个学习点，我一直充满了好奇，在课程的. 体验过程中，有了更多的体会和感悟，更是对后续的相关学问充满了浓浓的兴趣。在互相教练的过程中，我们有时笑的都要忍不住，有时又会痛哭流泪……一幕幕、点点滴滴回放着我们的人生路，感悟着我们的心，未来的场景在时间线的练习中那么的清晰，那么的令人激动，这一切都那么真实，都那么让我们怦然心动！感谢亲爱的团长，让我们的心灵之旅如此的精彩纷呈，我们彻底的打开了我们的心，彻底破开了人生的茧，装入更大更强的正面能量，从容、淡定、喜悦的沐浴在对未来的无限渴望和憧憬中。

此刻再看向团长，他就像我们人生的导师，又像我们的长辈，用他的博大学识，精深的教练技术，打开了我们更精彩、更宽广的未来之路。

伴随着一个个成长，一个个工具的学习，同学之间的感情也越来越深，在教练的过程中，我们不但体会到了自己的感受，更体会到了搭档、铁三角、小组大家庭成员的内心，我们鼓

励着彼此，感恩着彼此，热爱着彼此，我们拥抱在一起，告诉他（她），我们将用未来的日子，以更大的意愿和行动去支持彼此的梦想和心愿，我们心连心，肩并肩，一起去面对美好的未来！

于是此刻，我想向全世界宣布：如果你爱谁，赶快让他进团长的《教练式管理》课堂吧！如果不爱谁，也要进课堂，这样你将多一个相亲相爱的朋友！

田径教练训练后心得体会篇五

20xx年8月26日—9月1日，我参加了商南县首届校园足球d级足球教练员培训活动，在这次培训中，我有幸接触到来自宝鸡的林老师、王老师。他们风趣、幽默的教学形式，让我感受到新的教学风格。这五天的培训及训练，让我收获很多。。

。

在这五天里，我们分成四个小组，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，并给自己的学员上课，每组30分钟时间实践（课前准备活动、课后回顾）第二天上午进行总结，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，林老师独特的教学风格，让我耳目一新。在教学中，林老师先讲问题，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，林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的度过的，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，在上玩第三天的理论课后，彻底的改变了我的想法，原来足球也可以做这样的事情。

在培训的第五天上午，正赶小雨地湿，林老师在室内给我们讲了草根足球理论课，林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，林老师让我们说一说你对草根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，林老师给我们放课件，讲解了草根足球的理念。大大的提高了我对草根足球的认识。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，远离毒品、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，为了学校的足球发展，我会更加努力。

总之，通过培训，我觉得不虚此行，让我学到了很多、很多，观点改变了很多，视野开阔了很多，为以后的教育教学更加充满了信心，让我领略了什么是“阳光体育，快乐足球”，找到自己的困惑所在，相信自己会更加热爱自己的足球事业的。

田径教练训练后心得体会篇六

20xx年1月17日，这一天是非常难忘的。教务处副主任魏小锋给全体教练员上了一堂生动有趣的理论课。他那富有感染力的语言，深深地感染着每一位教练员和队长。

一、我们为什么要当教练员

大家都是汽车驾驶员，所以说教练即要教又要练，一个会开车的人不一定会教。当然，很多人当教练都是为了生活，但为了生活又可以理解为更高一个层次，追求自己的理想，追求理想的生活。从中，魏主任还谈到驾驶员与教练员的不同，他一再强调了教练员的重要性，教练员要比驾驶员高一个层次，所以，我们要转变自己的脾气、习惯、作风以及自身的素质。在施教过程中，当批评一个人的时候，你知道他做错了，但要去告诉他怎样做才是正确的，不要只知道指手划脚，要去帮助他解决错误。当有脾气的时候，要有一下正确的发泄，不能一直去忍耐，但也绝对不能发泄在学员和教学工作中，当情况发生，理解和体谅是最好的方法，我们的教练员在性格品质上要尽量做到：1、自信、自爱、进取；2、宽容、温和、不粗暴；3、对学习喜欢、对工作勤奋、认真、负责；4、乐观、开朗。

教练与学员之间的沟通是最关键的一步，应注意沟通的七大要素：

- 1、要有清晰的目标；
- 2、要把你的思想、情感传达给学员；
- 3、要达到双方的共识；
- 5、注意听学员说话是有涵养的；

6、学会倾听会有意想不到的收获（学会倾听会消除误会）；

7、做一个善于表达的教练（特别注意语言文明）。教练员培训心得体会

以上观点无一不给我们深思，相信各位教练员通过此次的学习，一定会得到新的洗礼。当然，也包括我们几位队长。就让我们一同，更新思想，朝着xx年的宏大目标，不断前进，相信□xx年的教学合格率随着各位教练员思想的转变，一定会得到更大的提升！让我们一同期待xx年的惊喜响应！

田径教练训练后心得体会篇七

这是公司领导刘文兵副总对渠道部的要求，也是我们渠道部作为“教练员”的责任。

初上讲台，更多的是惶恐，不是畏惧上台，而是知道台下的学员对自己的期望：既能学到新方法和新知识，讲师还能用简单通俗易懂的话语、深入浅出的诠释、风趣幽默的互动，寓学于乐。“时间就是生命，浪费别人的时间就等于谋财害命！”如若每次培训，不能让学员们学有所获，岂不是浪费了大家的“生命”……从学员到讲师，并不仅仅是“能说会道”就可以，其中的蜕变，在于既能深入到每个要传授的课件中，知其然亦知其所以然；又能通过授课技巧和方法，让学员们轻松掌握知识点。

作为企业的内训师，要言之有物，要理论能指导实际操作，要“接地气”，所以每次培训的课件，都是自己编写。不能“闭门造车”，下沉分公司，跟班一线、营销现场支撑、总结调优再出发……全程参与每一个环节，用心体会客户的感知，提炼总结方法和经验，培训后通过实战再次巩固和调优提升，“营销无定式”，切合不同本地网的实际情况针对性调优，才能有效果。

精心设计的每个环节

将销售组织方法总结成顺口溜和口诀，方便易记更实用；

将典型营销现场跟踪并拍摄成视频，直观易懂好复制；

将包装和话术等先互动讨论再呈现，思维碰撞有火花；

将其他公司的营销组织方法对照并借鉴，触类旁通勇于创新；

.....

短短几个小时，凝结了讲师的多少心血和汗水。分公司常说：“脚上沾有多少泥土，平台增加多少收入”，用来形容一线的努力付出和回报；而对于内训师而言，则是“人前要收获多少掌声，则人后就要付出多少汗水”。

虽然知道自己作为内训师，距离优秀的讲师，还有很多方面需要提升。但最开心的莫过于：无论走到哪个本地网，都有甜甜的笑容过来问候：“老师，上次听了你的课回去实践，很有用喔！”这个时候，喉咙嘶哑的痛被抛在了九霄云外，留下的只有快乐和喜悦！

田径教练训练后心得体会篇八

成绩的取得，是区教文体局领导对我校田径工作的支持与关心，是学校领导高度重视，是田径训练教练员队伍科学的训练和不计辛劳的付出，是全体运动员克服各种困难、努力训练的结果。

从陈局、徐科、陈科专门为我校田径工作而驱车赶来与校领导进行协商，就可见区领导对我校田径工作的重视程度。08年，池老师、徐老师多次到我校进行田径训练指导，池老师还为我校田径教练做了一回生动形象的讲课。可以说，区领

导的重视，对我校的田径工作是一种鞭策，更是一种鼓励。这里，还要感谢区教文体局在财力上给予我们一定的训练经费，这是对我们训练工作的肯定和鼓励。

学校专门成立了体育工作领导小组，由沈校长担任组长，分管副校长主抓体育工作。开学初，学校就紧急部署体育工作，蒋副校长亲自主持了会议。另外，学校加大资金投入，排除万难，逐步完善体育设施建设，化解“巧妇难为无米之炊”的困难。在硬件方面，学校不断创造优越的体育教学及训练条件，所属的4所完小已有3所建成了标准的200米田径场，预备09年把最后一所学校操场也改建成200米田径场；学校通过校务委员会，积极落实奖励机制，对教练员日常训练、获奖情况等物质上的奖励；与各完小签订《田径训练动态协议书》，对田径教练员进行考核等等。

到了寒假、暑假期间，我们的老师把它充分利用起来，除了必要的休息时间，体育教师和学生冒着寒风、顶着烈日坚持训练。

第四，运动员们努力训练。作为一名小学生，他的课务量其实并不是很大，然而，每一次的考试，往往会影响学生的积极性。学校积极做好这方面工作，对各班主任老师、任课老师说明情况。学生也积极克服困难，力求在有限的时间中，既要保持学习成绩，又不能缺席训练。在训练中，有些学生腿酸了、脚腕痛了，但他们仍旧坚持训练。特别是寒暑假，大人在外面也有点吃不消，更何况小小的他们，然而运动员们仍旧坚持着。努力的训练，也终究换来了好的成绩。

回顾一年，我们取得了很好的成绩，然而在成绩背后，我也深深感到了不足。第一，训练器材还没有跟上各项赛事的标准，特别是完小，练背跃式跳高没有垫子、练跨栏没有栏架等等，当然，这些将在明年应该有一个质的飞跃；第二，学校大，对于运动员的选拔还存在这样或那样的问题，村小一些好的运动员很难被发现；第三，田径教练员课务量重，不但要

担任一所学校体育工作的负责老师，还要坚持每天的田径训练，有些体育老师还要担任副班主任，中午、晚托还要督班，这些，影响了正常的田径训练工作，给训练带来了一定的困难。第四，低年龄组运动员还不能挑起大梁。这次达标对抗赛，虽说我校9岁组成绩还是不错的，但与王江泾小学相比，还是有一点差距，如何在9岁组运动员身上挖掘，将直接决定明年区团体总分的走向。

任何事情想取得成功，都必须经历磨砺。越磨砺，越光芒。我相信，只要通过区领导、校领导和体育教师的共同努力，明年我校的田径工作还会再上一个台阶。