

体育游戏心得体会(实用8篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

体育游戏心得体会篇一

游泳，是夏天避暑一个非常不错的选择，而且，游泳可以锻炼身体，让孩子们感到快乐，所以，有许多人非常喜欢游泳，一到夏天，游泳馆便人满为患。

游泳馆里有专门的教练及救生人员，所以，我们的安全是有保障的。但是，有的人却想不到游泳馆里去游泳，也许是为了省钱，也许是因为嫌游泳馆太挤，他们去水库游泳。

但是到水库游泳可不安全。水库的水不仅深，而且上下温差大，人下水以后，很容易发生安全事故，如果没有注意安全，溺水后没有及时救治，就很可能发生安全事故。仅仅在浪坑水库，今年就发生了三起溺水事故，其中一人还带了救生圈。而近几年，不断有人在水库因游泳而淹死。虽然水库边常常有人巡逻，但也无济于事，溺水死亡的事故还是时有发生。

为了防止溺水事故的发生，我们去游泳时必须弄清这个地方的水的深度，我们下去游泳会不会有危险，并注意水库、溪流边的警示牌。如果有人溺水了，要向周围会游泳的人求救，不要盲目地下水。

每个人的生命都只有一次，所以我们要珍惜生命。游泳虽然好，但也要注意安全，要学会一些必要的溺水抢救方法，不

要到水库里去游泳，尽量选择游泳馆去游泳。学会游泳，不仅能锻炼身体，还能让它在自己处境危急时救自己一命，让游泳这项运动真正为人们造福。

体育游戏心得体会篇二

我酷爱体育运动，特别是富有“飘感”、集运动美感于一体的游泳，一学期一节课没逃、而且平日还多抽时间积极享受、多加练习。

虽然之前从没下过水，但我觉得应该在大学学会游泳这项必需的技能，这对自己和他人都是有好处的。在喜欢和期望中，我开始了自己的游泳课。

在之后的学习中，我们开始学习蛙泳的基本动作，手上的动作与腿上的动作先是在岸上练习，之后再到水中进行分解练习。每次上课，老师都会一遍遍的给我们示范，在一边不断纠正我们的动作，教我们蛙泳的技巧，甚至手把手的教导我们。蛙泳的动作分为手上和腿上的两个方面，蹬蛙泳腿的技巧很难掌握，需要多加练习。在刚开始练习时，总是很用力的蹬腿，但是却只前进很短的一段距离，总是蹬腿蹬得很累，但是效果却并不理想，后来在不断地观摩中，我发现自己的动作做的有些不标准，应该“慢收快蹬夹”、“往两边蹬”、“蹬后漂浮一段”。

当我把蹬腿练好后，自然不自然地就学会了换气，这可能得益于我一直就在观察、学习，而且本人学习新鲜事物的能力非常强，所以从单独练习蹬腿到手脚并用加换气是一个非常自然顺快的过渡。

小结一下，我觉得游泳学好应该有如下四方面：

四、五次课时，我已经从一个丝毫不懂水性的人，蜕变成一个“青蛙”。

二是要多看。看老师的动作示范，看网上的视频教学，看泳池里其他人的游泳动作。多看，才能让游泳的动作过程深印脑海，才能去好好模仿进而熟练掌握。

三是要多问多交流。在练习的过程中遇到不明白的地方，多向老师、同伴、他人请教，这不失是一种好方法，可能困扰自己很久的问题，其他人一点就通，大家学习中相互交流，才能事半功倍，共同进步。

四是要多练。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行，作为实践性极强体育运动，只有靠勤学多练才能找出问题的所在并不断的去加以完善，从练习中发现问题，改善自己的泳姿，提升技巧，进步颇大。

平日上课时，身旁总是有许多的同学，大家会在水中互相让路，在有人需要帮助时热心帮助，有时大家甚至会开一些玩笑，使得我们班的气氛非常宽松活跃。游泳不仅需要技巧，更需要毅力与不断地练习。只有勤加练习，才能不断地进步，虽然我现在游得并不好，但是我会在今后的日子里尽我自己最大的努力，不但要把蛙泳游好，还要争取学会自由泳，仰泳等多种泳姿，在水中尽情的遨游。

谢谢__师耐心的指引和专业的教导，您的认真与负责让我十分敬佩，您让我们体会到了游泳的乐趣。也许游泳对我来说还并不容易，但是我一定会努力让游泳成为我生命中一抹最绚丽的色彩。

体育游戏心得体会篇三

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，你必须会战胜自我，找到体育活动的乐趣。”在之后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资料。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。在上课时每个人必须要克服内心的自卑心理，融入到群众的大家庭之中，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、用心练习，就必须能获得快乐，获得成功”。

一. 课的构思：

培养学生自主学练潜力是当前体育教学过程中实施《新课标》的需要，也是体现主体性教学的一种现代教学思想。每节课以学生为主，以学生的发展为本，建立健康第一的指导思想。课以“运动技能”“社会适应”“运动参与”“心理健康”为主要目标，着重培养学生的创新精神和实践潜力。在教学的过程中，教师运用现代化的教学手段帮忙学生建立印象，直观的体验和感受，并先提出问题，让学生自己寻找解决问题的办法，培养学生的发现性思维及多样性思维和自我的创新潜力。在动作技能构成过程中，采用了尝试，启发，点拨的方法。使学生对新动作有个总体的了解，同时根据不同水平，让学生自主选取辅助练习，完善技能的不同练习方法，使不同层次的学生都能尝到成功的乐趣。同时，还能拓展学生思维空间，超越过去那种“授之以鱼”的被动教学模式，更好地贯彻“授之以渔”的思想，使学生在学习中做到会学、会用、举一反三。透过热身游戏和素质练习游戏，培养了学生的良好的人际关系及合作精神，激发了学生爱国，爱军的高尚思想。

二. 教学过程:

准备：在课的开始部分，选用了创新“群众性”游戏，但是改变了传统的你讲我做的教学方法，让学生动脑思考，发挥想象，创新练习的方法，并在合理运用情景导入的基础上，更易激发学生的参与精神。培养高尚的思想品德。

基本资料：在技巧学习的过程中，应用多中教学手段，采用直观的图片示范、教师的标准动作示范、甚至多媒体的观看；采用了启发式教学，让学生在安全的基础上敢于尝试，在实践中发现问题，解决问题。教师即使点拨，诱导，使学生由过去的被动学习，变成主动思考，自主活动，自主创造，自我管理的活动方式，同时心理也获得了愉快的体验。在游戏教学中，教师只提出目的和要求，小组讨论练习的方案，透过比赛，带给了自我表现的机会，启发学生对体育学习的兴趣，并在此基础上提高学生的反应性和灵敏性。其次，透过一些奔跑和跳跃练习和来提高学生的综合素质。

3. 结束：让学生对小组和个人进行自我评定。这样整堂课在学生的自我评价、相互评价中结束。

一、根据体育课的特点组织教学

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，持续学生兴趣，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

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道要求是不一致的。如初二年级的实心球投掷的教学，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，透过多次重复练习，让学生找到掌握正确技术动作的感觉，才能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，最终到达合格标准。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。不同教材的组织教学有其不同的特性。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，变学生被动的理解为主动的学习，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”，教师能够充分利用跑的特点，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、兴奋过程和无意注意占优势，好奇、好动、好模仿、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，教师要充分利用初一学生生理和心理特点进行组织教学。合理安排教学资料。由于学生注意力在课的前半部到达高峰，意志力在课的中后部到达高峰，情绪则在课的后半部到达高峰。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资料，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，灵活动用组织方法，针对学生生理和心理特点，在教学中，教师的组织教学要尽量体此刻“新奇、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，即会使学生感到新奇，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状况，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。教育是知识创新，传授和应用的主要基地，也是培养创新人才的摇篮。由此可见，让课堂充满创造力，促使学生产生兴趣，调动他们的学习热情。务必着眼学生，从学校实际出发，下面略谈下我的一节初一篮球课。

一、教学目标：一个篮球让学生体会到健康和快乐，一节好的体育课让学生对篮球运动产生浓厚的兴趣，培养学生终生体育锻炼的目标二、学生分析：我这节课教学的是初一年级12班42位同学，他们比较好动，好奇心强，学习用心性高，兴趣容易培养。他们的目标相同：就是在体育课上有所收获并能发挥自己的特长，但是他们的身体素质、心理素质、篮球基础、认知潜力等方面都有所不同，这给教学带来了必须的难度。

，小节本课资料。

三、本节课的反思：根据初一学生的特点和需要，我安排了以上的学习资料。只有用形式多样的教学方法才能激发学生的学习兴趣，如果你让学生在那里长时间集中练拍球，他也会觉得枯燥的，注意力也不会集中起来，影响教学的效果。所以我让学生为主体，自由发挥去练习，同时我也参与到他们的练习中去，让学生注意模仿我的一些技术动作和示范。德国教育家第斯多惠说过：教学艺术的本职不在于传授本领，而在于激励、唤醒、鼓舞。我这节课就是要透过体育与健康篮球运球的学习，使学生养成体育锻炼的习惯。这节课主要是围绕篮球运球练习，提高控球潜力，在课的最后安排了教学比赛，目的是让学生在赛中练习，提高实际运用的潜力。兴趣是学生最好的导师，学生的学习兴趣直接影响着学生的学习行为和效果。上完课后学生的第一句话就是很快乐，很

高兴，我觉得这是对一节好的体育课的最好的评价。原因是他们在这节课里透过学习有所收获，体验到篮球运动的乐趣，所以他们很快乐。课前的精心设计和准备，课堂上灵活的教学方法以及变换多样的组织形式，使得学生练习的用心性十分高，在对篮球运动产生浓厚兴趣的同时，又培养了团队合作的精神。

总之，作为教师我们应在教学实施的过程中，着眼学生，抓住教学的契机，以启智激励学生主动思维的用心性，让学生在兴趣的基础上主动去寻觅、求索，这样才是一节好的体育课。

体育游戏心得体会篇四

这学期我有幸选到了游泳课，并且从中学到了很多东西。

其实我以前就非常喜欢游泳，但那时我们那没有游泳馆，只能在水库里扑腾几下，也没有游泳的概念，只是大家在一起闹着玩。后来我发现了游泳的乐趣所在，因而就非常渴望能学会游泳，像真正的运动员一样在泳池里纵横驰骋。经过一个学期的学习，我从开始时对蛙泳一窍不通，到现在能基本上掌握蛙泳的动作要领，感觉收获真的很大。

一是要认真听老师的讲解。老师会从一开始就对蛙泳的动作进行悉心讲解和指导，一有错误及时纠正。这也是学习游泳的最佳时期，过了最初的那一个时间段动作就会固定，以后想改进动作也会比较困难。因此要严格按照老师的要求练习，让每一个动作都做到位。

二是在课下要主动去学，多看网上的视频教学，看书上的技术讲解。最重要的是要多练习，理论联系实际。游泳的时候注意其他人的游泳动作。将游泳的动作姿势记住，才能去好好模仿进而熟练掌握。

三是要勤于思考，不能只限于练动作，还要多思考这样做动作的合理之处。这样才能真正理解动作要领，才能明白为什么要这样游，为什么不那样游，才能知道怎么才能学得又快又好。

当然作为一项实践性极强体育运动，练习还是最主要的。课上认真向老师求教，刻下勤奋刻苦才能找出问题的所在并不断的加以完善，进而提升成绩。在学习过程中，不要有害怕的心理，相信自己一定能行。打好基础，一步一步来，循序渐进，多练习感觉自然会出来的，正所谓熟能生巧。

在练习的过程中遇到不明白的地方，多向老师、同伴、他人请教，可能困扰自己很久的问题，其他人一点就通，大家交流学习心得，会学得更快。

总之，游泳是一项非常好的运动，它既包含了力量又包含了技术，我以后会将这项运动坚持下去，做为自已锻炼身体及休闲娱乐的最主要方式。

体育游戏心得体会篇五

光阴荏苒，不知不觉中，一学期的学习生活已经走向尾声。很幸运的选到了李忠老师的课，通过一学期的学习，收获良多。

伏尔泰曾说：“生命在于运动。”达芬奇亦言：“运动是一切生命的源泉。”作为学生总是埋头学习，如果不经常活动四肢，对健康是一种伤害，也是一件极其痛苦的事情，最终是不利于学习的。所以体育的重要性不言而喻。而对于我们这些往往会忽视体育的大学生们来说，上好体育课显得尤为关键。大学体育是高校重要的教育内容之一，是学生在接受学校体育系统教育的基础上，继续增强和完善大学生的身心素质，使我们具有健康的身体和良好的意志品质以保证顺利学习，因为“身体是革命的本钱”。

“生命在于运动”，作为国之栋梁的当代大学生，体育运动对于我们的的重要性不言而喻了。古人说，腰缠万贯，不如一技在身，而游泳，作为一种技能，那已经直接与安全甚至是生命相挂钩，尤为重要。所以，我觉得自己很幸运，可以选上游泳课。

游泳课是实打实的上。由老师示范，指定任务，课上的一个半小时利用得很充分，也得到了充足的锻炼。我最想称赞的就是课上的练习时间很充足，也可以及时请教老师，有利于我们学习。对于不太会花其他时间在锻炼上的我来说，体育课能让我适时地放松一下身心，也是难得的锻炼。

这学期的游泳课我上得很开心，也很认真，课余时间也不忘去游泳馆练习。虽然我学得有点慢，有些动作的幅度太小，体力耐力都不怎么好，总是要麻烦老师，请教老师，但我一直为自己能够全力以赴，认认真真的学习一项运动而自豪。不过，我现在游得不快，也不会踩水，希望通过暑假的努力，游得熟练，学会踩水。

我认为体育锻炼的目的是使身心舒服，循序渐进。每个人都知道怎样对自己的身体最好，而不是依靠一个标准把人给分开，。在属于自己的状态内达到更好，这样才最好。

最后，提点小小的建议。由于浅水区域过于小，课余去练习的时候太拥挤，无法达到理想的效果。我希望学校可以完善游泳设施和设备，让我们更好地享受到游泳的乐趣。

“每天锻炼一小时，健康工作五十年”，不应仅仅是个口号，我们每个人都应该有所行动，积极投身到锻炼身体的行列中来，以自己的身体素质。

保持一个好的身体状态，无论是对学习还是生活都是大有裨益的。

体育游戏心得体会篇六

我相信游泳是一项深受人们喜爱的体育运动，特别是广大重视锻炼的青年一代。随着人民生活水平的不断提高，游泳所特有的保健、医疗、健身、娱乐的实用价值受到越来越多的人的重视。我是一个很喜欢运动的人，可是对于游泳，我却没有经验，虽然生在南方，而且是一个山水之乡。记得刚来北京的时候，新同学见面总会问“你是什么地方的啊？”，如果是北方同学听说我是南方人的时候，很多人都会接着问“你一定很会游泳吧？”，这是一个很尴尬的问题啊，因为我不会游泳，当然也不能怪同学的刻板印象，一般我会反问他们“那你会骑马吗？”。不过在反问他们的同时，我也为自己在水乡长大却不会游泳一事感到很遗憾，所以学习游泳就成为我的大学目标之一。大二上学期选课的时候看到有游泳课很高兴，能有一个课堂让自己学习，既有了固定的学习时间，课堂学习对自己还会有一个督促作用，也不会因为学不了而轻易放弃。

我还很清楚的自己第一堂课老师教我们做基本动作，老师是在岸上教的动作，他说得很轻松很简单的样子，下水的时候我却很紧张，我很想放松了练习老师教的基本动作，可是由于不熟水性，害怕被呛水，于是紧紧抓着水池边不敢放开，我就在这种矛盾中挣扎着。开始的几节课我特别害怕老师走到我的旁边，然后让我示范动作，我很缺乏这方面的信心。记得第二节课学习漂浮的时候，我花了很长的时间也浮不起来，老师走到我的旁边，轻轻地拉着我的手让我放松，然后轻轻地把我推到水面上，经过老师的悉心指导，我终于克服了心理障碍学会了漂浮，我很为自己感到欣喜，更感谢老师的耐心教导。后来学习换气的时候我也花了很多的时间去体会老师说的动作要领，开始我怎么也学不会换气，老是会呛水，这是我很挫败很气馁，一度想放弃学习，可是看着其他

同学仍在坚持练习，而且有的同学经过不懈努力已经游得很顺利了，我想她们能做到的我也能做到，后来经过一次又一次的尝试我终于学会了，这又是一个大进步啊。就这样，在老师一点一点的鼓励和我坚持不懈的练习中，我慢慢把自己放轻松了，从站立到漂浮，从脚部动作到手部动作，从换气到前行，我渐渐看到了自己的进步，也发现自己对于游泳是越来越喜爱。

我对游泳的喜爱有三个原因：其一，学习游泳时我能感受到自己的活力和青春，身体素质也得到了很好的提高。大学里的体育活动少了，大家也更懒于利用闲暇时间去锻炼。而在体育课上，大家一起跟着老师练习，达到了一种很好的锻炼效果，到课后也找得到理由来锻炼了，而且还是一种很好的锻炼方式。

其二，游泳能考验我们的意志。在北京的冬天游泳是个很大的挑战，虽然我们是在室内游泳，但是26摄氏度的水温还是足以让我们瑟瑟发抖。每一次的下水都需要鼓足勇气，在水里坚持游一个小时更需要勇气。而且开始的时候我不会游泳，在学习的过程中，我要克服对水的恐惧和学习新事物的困难。这是一种自我挑战，我相信在这个过程中最后我是战胜了自我的。

其三，游泳能加强我的平衡能力，增强我的信心，挑战自己的不足之处。我一向是个平衡力很差的人，而游泳最强调的就是平衡能力，没有平衡力就很容易沉到水底，学习游泳有时让我觉得无比的难过，因为我经常由于平衡力不好而不能浮起来换气或者是协调动作，但是只要我加强练习，那种经过努力后得到的小小进步也会使我很自信很开心。

万事万物皆有不足之处，在学习游泳课程的时候，我也发现了其中的一些不足之处。第一，一堂课中一起上课的人数太多了，由于很多初学者，浅水区域经常人多为患，游泳过程中也经常发生撞船事件或者是不小心遭到别人的脚的“暗

算”；第二，一个班的人数太多水平差异太大，既有已经会游泳的也有对游泳一窍不通的，这样对于已经会的同学来说课程会很慢，对于不会的同学来说接受起来可能会感觉有点吃力，而且人太多老师也不能一一给予指导，这就不能很好的及时纠正一些错误；第三，老师对于我们过于放任，大多数时间还是我们自己在摸索，我不知道是不是游泳课都是这样的，自由摸索对于初学者学习游泳不是太有利。这只是我一些不是太成熟的看法，还请老师多多指教。

经过一个学期的学习，我对游泳有了新的认识也对自己有了新的认识。游泳是一项很有意义的活动，在清澈的水中，我们从一个怕水的旱鸭子变成一条欢快的小鱼是一件很快乐的事情。体育的狭义是指一个发展身体，增强体质，传授锻炼身体知识、技能，培养道德和意志品质的教育过程；是对人体进行培育和塑造的过程；是教育的重要组成部分；是培养全面发展的人的一个重要方面。而我认为体育不仅仅是要达到身体素质的锻炼，而是要以身体练习为基本手段来增强人的体质，促进人的全面发展，丰富我们的社会文化生活，我相信游泳已经达到这一点了。经过努力学习，我也学会了游泳，虽然说老师评价说动作上还有缺点，自己在游泳的时候还是会经常呛水，但我还是很知足了，至少对于原来我没有信心做好的事我能做了，这也是一个对于自己的突破，也是敢于挑战生活的一种表现，而且我还认识到这个世界上没有什么绝对不能达到的梦想与追求，只要敢于挑战自己敢于突破自己就会有成功的机会。当然了，我也看到了许多自己的不足之处，动作不规范，有时候还是不能坚持游完老师规定的长度，有时候学不会我会有畏难情绪。如果还有机会学习游泳我会好好努力把不足改掉，争取做得更好。

学习游泳课程带给我的，不会只是半年的学习，而是一种学习历程与体会，而这种历程与体会会深深扎根于我的心中，伴随我一生对于世界的探索。

体育游戏心得体会篇七

本学期，我承担了初一新生的体育教学任务。因此，广播体操的教学就成了这学期的首要教学资料，广播体操无论从教来讲还是从学来说都是一项枯燥乏味的工作。所以，圆满完成广播体操教学的前提就是如何激发学生的学习兴趣、提高学生的学习用心性。下面仅以我的一节体育课的教学过程来说明我是如何进行广播体操教学。

1、准备部分

在这部分里我主要采用激发兴趣导入的方法来提高学生的学习兴趣，给我的课堂升温，具体的方法就是让学生分级进行趣味游戏，并以此到达热身的目的。因为初中一年级的学生是比较“稚嫩”、孩子气还很重，适当采用游戏的方法进行教学能够大大提高学生的学习用心性。

2、基本部分

因为广播体操有硬性的教学要求，注定了其在教学过程中要严格按照书面要求进行教学，所以除了尽量使用幽默的语言外，我依然采用了传统的完整示范一分解示范、讲解教学一完整教学的模式，但是在教学过程中，我没有过分的强调“教”，而是“教”与“学”并重。在动作传授完以后，我让同学之间分组练习、讨论，每组5-6人，学、练、教、互相纠错，以此培养学生自评、互评的潜力，并让动作完成好的学生进行示范领做，以此来激发学生的学习动力和培养学生敢于表现自己的潜力。因为我们的学生在上课之前都已经分组，在教学过程中，我利用学生相互攀比的心理，让他们分组比赛，看哪组同学做的规范，在学生的练习过程中，我全程指导及时发现错误动作，在错误动作未成型之前就把它纠正过来。

3、结束部分

结束部分，一是课堂的常规，二是让学生总结点评一下本节课的收获，表扬做得好的学生，鼓励还有待于进一步提高的学生，让其在课后加强练习，三是收还器材。

课后反思：

透过课的教学，我发此刻管理学生方面不能到达完美的要求。广播体操的教学资料基本完成，教学效果比较理想，但是在难度较大的教学教程中，总是有个别的学生调皮捣蛋，在处理问题学生的时候，我基本都采用了微笑处理，效果不是理想。这方面有待进一步改善和加强，就应在熟悉和了解学生的基础上采用区别对待方法，根据不同学生的个性有针对性的进行教育。

体育游戏心得体会篇八

光阴荏苒，不知不觉中，一学期的学习生活已经走向尾声。很幸运的选到了李忠老师的课，通过一学期的学习，收获良多。

伏尔泰曾说：“生命在于运动。”达芬奇亦言：“运动是一切生命的源泉。”作为学生总是埋头学习，如果不经常活动四肢，对健康是一种伤害，也是一件极其痛苦的事情，最终是不利于学习的。所以体育的重要性不言而喻。而对于我们这些往往会忽视体育的大学生们来说，上好体育课显得尤为关键。大学体育是高校重要的教育内容之一，是学生在接受学校体育系统教育的基础上，继续增强和完善大学生的身心素质，使我们具有健康的身体和良好的意志品质以保证顺利学习，因为“身体是革命的本钱”。

“生命在于运动”，作为国之栋梁的当代大学生，体育运动对于我们的重要性不言而喻了。古人说，腰缠万贯，不如一技在身，而游泳，作为一种技能，那已经直接与安全甚至是生命相挂钩，尤为重要。所以，我觉得自己很幸运，可以选上游泳课。

游泳课是实打实的上。由老师示范，指定任务，课上的一个半小时利用得很充分，也得到了充足的锻炼。我最想称赞的就是课上的练习时间很充足，也可以及时请教老师，有利于我们学习。对于不太会花其他时间在锻炼上的我来说，体育课能让我适时地放松一下身心，也是难得的锻炼。

这学期的游泳课我上得很开心，也很认真，课余时间也不忘去游泳馆练习。虽然我学得有点慢，有些动作的幅度太小，体力耐力都不怎么好，总是要麻烦老师，请教老师，但我一直为自己能够全力以赴，认认真真的学习一项运动而自豪。不过，我现在游得不快，也不会踩水，希望通过暑假的努力，游得熟练，学会踩水。

我认为体育锻炼的目的是使身心舒服，循序渐进。每个人都知道怎样对自己的身体最好，而不是依靠一个标准把人给分开，。在属于自己的状态内达到更好，这样才最好。

最后，提点小小的建议。由于浅水区域过于小，课余去练习的时候太拥挤，无法达到理想的效果。我希望学校可以完善游泳设施和设备，让我们更好地享受到游泳的乐趣。

“每天锻炼一小时，健康工作五十年”，不应仅仅是个口号，我们每个人都应该有所行动，积极投身到锻炼身体的行列中来，以提高自己的身体素质。

保持一个好的身体状态，无论是对学习还是生活都是大有裨益的。