

体育实习报告

在日常生活和工作中，报告有着举足轻重的地位，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。我敢肯定，大部分人都对写报告很是头疼的，下面是小编为大家整理的体育实习报告，仅供参考，希望能够帮助到大家。

体育实习报告1

杭州恒翔体育用品有限公司是一家代理“安踏”运动品牌的销售公司，它在杭州有数家门店，在这里每天工作时间很长，有时下班都深夜一点多了，回家有时连公交车都赶不上，我们一开始有6名学生在那里顶岗实习，一段时间下来，都因受不了而离开了，我家长也多次要求我结束在那里的实习，他们一是担心我太辛苦，怕我身体吃不消，二是我每次晚回家搅得他们无法好好休息。实在的讲在安踏的实习确实很辛苦，但是我坚持了下来，这段时间的经历我感受颇多。

我正在接受着社会给我的考验。那一天我猛然觉得我真的改变了，至少不再是以前那个我了。自从走出校门，离开亲爱的同学与老师到安踏已有3个半月有余，说实话这段时间我确实学了不少东西，销售技巧、语言表达能力、人际交往、产品知识等我都有了提高，至少目前我能做到对进入店内的顾客侃侃而谈，不慌不乱，我觉得这点受益是我最深刻的。

现在的我已是一店之长，虽说店面不大，但所有事都要以身作责，这次提升让我很开心，说明我的努力与刻苦没有白费，我的努力和付出得到了证明。

从导购到收银，再到现在的店长，这其中不能说有什么大风大浪，但也不轻松，压力还真不小，有来自于父母的，有工作量的繁重，时间长、休息日少、收入少……，说实在我曾经动摇过、想过放弃、想让学校再重新安排、一切从头开始，但是后来还是没有放弃，我坚持，其实我的理由很简单——

不经历风雨，我永远都是那个我，永远长不大，更何况我是男孩子，这一点压力又算的了什么，因为有这个信念，我克服种种……

我以前没有写日记的习惯，但从实习以来，我写了，我用它记录下我的快乐和辛酸，让它成为我的警钟，时刻提醒自己不能偷懒，让自己记住以前的经历。

XX年11月2日，那天是百大店庆，我被分派到那儿加班，从10：30一直上到3点，是凌晨3点啊！日记上有记载早上两个包子，中午馄饨加两个包子，晚上泡面加一份炒粉干，这样一天下来，真的差不多了，而且面对的是一波又一波唏唏嚷嚷的人群，大概到了12点我的精神开始恍惚了，差点崩溃，那天我印象深啊！我会永远记住11月2日那一天！

还有一天，那是盘存的夜，我们一直忙碌到凌晨1：30，突然我爸爸来了，他看到我之后，彻底疯狂了，对着总监、店长，他愤怒，破口大骂，他毫不在乎……那时原本死寂的空气好像被什么激活一般，一下子沸腾起来，我当时没有拦住我的父亲，因为那是父亲对我深深的关心，深深的父爱，我的眼眶湿润了……

这些就不再多说了，要知道那个只拿了800元的钱。

然而也有开心的，如今我怀念的，那就是我在延安3店的那些曾经一起工作过的女孩子，她们和我同龄，甚至比我小，她们是那么开朗，那么坚强，从外地来到杭州，忙于生计，养活自己.....穷人家的孩子早当家，这句话一点不错。

我不知道我会在这里做多长时间，但至少目前不会离开，因为还需要考验，明年再考出一张大专文凭，让自己的肚子里更有“墨水”。在这过程中，我也在等待着机会，真的希望我能飞得更远。

最后我还要感谢学校给我这次机会，并且在实习期间老师时常走访，对我无比关爱，我永远是中策的一员。、

体育实习报告2

我是一名体育专业的师范生，为了进一步了解小学体育教育工作，我进行了为期一个月的实习。在这半个月的小学体育教育实习工作中，我对小学体育教育更深入的了解，不但是对学生、对教学的认识，而且也意识到自己掌握知识的不足。

我带的班级是六年级，这就需要有点的胆量，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。

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。

在实习中，我认识到做一名好的教师真的不容易，而做一名受人欢迎的好教师更加难，而我也把这个作为我的奋斗目标。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！

体育实习报告3

来到江苏省体育局实习已经一个月了，虽然一个月时间不长，经历地事情也有限，但是我地收获却很多。

一、实习锻炼了我生活地能力

来到南京之后，首先面临着租房地问题，找房地过程也是一种了解社会地过程，经过一番周折之后成功租到了房，解决了住宿地问题。离家在外生活也锻炼了我生活地能力，下班之后等公车、去买菜、回家做菜是一套固定地程序，等吃完晚饭已经晚上八点多了，周末要打扫屋子、洗衣服等等，这些都让我切身地体验到生活地不易，对父母地辛劳也有了更深刻地体会，看上去简单地家务实际做起来是很累地，还特别繁琐和枯燥乏味，这是需要一个人有很大耐性地，而且如果没有一颗热爱家人地心也不可能这样数十年如一日地做下去。

二、对体育工作又有了新地认识

（一）对群体处工作地认识

在江苏省体育局实习我分到了群众体育处，对群众体育地工作有了更深地了解。首先是目前群体工作包含地主要内容，全民健身工程地推进（万村体育健身工程）、社会体育指导员队伍建设、国民体质测定工作、少数民族体育、社区体育、乡镇体育和学校体育地发展，另外还有职工体育和老年人体育地开展，对健身气功地管理也由群体处负责，各部分地工作任务都划分给专人负责，责任人把工作进展情况及时报告给群体处长，处长对工作地进展进行指导和监督。

（二）参加江苏省群体工作会议后得到地新认识

3月26—

27日江苏省群体工作会议在南京市江宁足球训练基地召开。26日下午全省地群体工作者参观南京地各级社体中心，先后到了百家湖街道文体活动中心、雨花台区体育中心、汤山街道上峰社区服务中心等各级社体中心，各具特色并且各种体育设施和设备都很实用，整体地规模与当地经济发展水平基本适应，据了解在南京市地13个区都已经有了像这样地社体服务中心。这是大力推进全民健身工程取得地累累硕果，成就值得大家地肯定。但在参观地过程中我观察到几个显著地问题：

1、虽然有了设施设备但群众参与率不高，很多设备没人使用而围观地群众有很多，很多群众更多地是一种看热闹地心态。我认为如何让群众由观看转为参与，保证实施设备地利用率应该成为当前群众体育工作地主要任务之一。

2、进行体育活动地群众他们地运动质量普遍较低，对所进行地运动项目不了解，动作不规范，也不会正确使用设施设备，这样不仅会对设施设备造成不必要地损害减少使用寿命，而且群众很容易形成运动损伤，破坏群众参与体育锻炼地积极性。

解决地办法：加快培养各级社会体育指导员，形成一支具备很强专业素质地体育指导员队伍，对群众地体育锻炼活动进行科学地指导和教育，各级主管部门要在城市主要社区和乡镇各行政村举办经常性地体育健康公益讲座，普及群众地体育健康知识，进而带动更多地人参与到体育锻炼中来，最后形成人人健身、追求健康生活方式地社会大风气。

目前，江苏省地社会体育指导员队伍建设正在有条不紊地进行，而且已经取得了长足地进步，在全国处于先进水平，但在成绩面前不能自满，目前地全民健身设施和体育专业人员数量依然不能满足群众日益增长地参与体育锻炼、提高运动质量地要求，当前任务依然很艰巨，中国地群众体育地发展和振兴还有很长地一段路要走。

体育实习报告4

转眼间我一个学期的实习工作已经结束，这段时间里我们从学生一下变成了老师，曾经感觉非常不适应，可是经过一段时间的实习锻炼，使我完成了由学生到老师的角色转变。回想这一学期的实习工作还历历在目。

回想我刚到我的实习学校林口中学时，看着陌生的校园，操场，教学楼以及陌生的面孔，我既紧张又兴奋。一路走来，颇多留恋，诸多感慨。

在实习期间，我既是学生，又是教师。作为学生，我虚心求教，不耻下问；作为人师，我兢兢业业，倍感骄傲。我付出了很多，同时收获了更多。

十年树木，百年树人。实习期间，我以做一名高素质的优秀体育教师为目标，全面严格要求自己，不断追求进步，不断完善自己，不断超越自己。一个学期的实习，使我真正体会到做为一位老师的乐趣，同时，也使我的教学理论变成了现实，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。回想这一学期的实习生活，每一秒都充满了汗水和感动。当我漫步在实习校园里，那出自学生一声声的真诚问候掩盖这段日子遇到的所有委屈，最后剩下的只有数不清的欣喜。

为了弥补自己的不足，我严格按照学校的要求，仔细地备课，写教案，积极向其他老师学习，认真把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。为了在短暂的实习期间充分锻炼自己，我们主动和学校的其他老师一起上课，带学生练操，虽然比较辛苦，但当看到学生们作出标准整齐的体操时，心理更多的是欣慰和自豪。

转眼间，实习生活已经结束，这段短暂的实习生活使我的教学经验得到了一个质的飞跃，我学到了很多书本上学不到的知识。学无止境。在取得好成绩的同时，我时刻不忘超越自己，面对教育事业的满腔热情，将鼓舞着我不断前进。

在这四个多月的体育教学实习中，我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但要出色上好每一堂课，完成每一项体育训练，培养出更多的体育优秀学生就需要付出更多的努力和汗水。教育实习让我更加坚定了献身教育事业的决心，我将继续以更加认真的态度虚心学习，不断完善自己，不断提高自身的素质和执教水平，为成为一名光荣的人民教师而努力奋斗！

体育实习报告5

20xx年9月1日至10月21日是我进行教育实习的时间，我被分配到辽师大第二附属中学实习小组，并按要求进行了教育实习，取得了良好的成效，通过实习，我对教师职业有了更为感性和理性的认识，提高了教学能力，熟练掌握了一些教学基本技能，并且向实习学校展示了我校体育学院学子良好的精神风貌，受到了实习学校领导、老师的一致肯定。实习期间，在校领导、老师及带队教师的支持和指导下，作为体育运动学校的体育实习教师老师，我一直以教师身份严格要求自己，处处注意言行和仪表，热心爱护实习学校和班级学生，本着对学生负责的态度尽力做好实习工作；同时，作为实习生一员，一直紧记实习守则，遵守实习学校的规章制度，尊重学校领导和老师，虚心听取他们的意见，学习他们的经验，主动完成实习学校布置的任务，塑造了良好的形象，给实习学校的领导、老师和学生都留下了好的印象，得到学校领导和老师的一致好评。我的实习工作得了比较圆满的成功下面就此次实习工作，分别从以下几个方面进行总结。

一、基本情况

（一）见习准备阶段（第1周）

我到达实习学校后，及时请任课教师介绍有关情况，了解实习学校的体育教学工作及相关的教学设施，并对我上课提出要求。在学校体育组的指导下，我研究讨论体育教材，跟原班听课学习，向老教师“取经”，了解教学进度和班级学生情况，修改整理自己的教案并进一步熟悉教案，并在试教前将教案交实习学校指导教师和带队指导教师批阅，获得同意后，在小组中作试讲，及时发现问题，确保顺利上好课。我所教的是初二两个班级

的男生，所以针对这一问题我及时修改、调整教案和教学方式、方法，以适应以后的教学。

（二）实习阶段（第2—7周）

1、教学工作：

见习结束后，我正式进行教学工作，实习课程大多数围绕跑、跳和球类（排球、篮球、足球）展开教学。中学体育课强调一些比较简单的基本技术、技能的掌握，我实习面对的主要是初中生，他们活泼好动，教学要从他们的实际出发，结合这个年龄的生理心理特点，寻求一条让他们感到容易理解和接受的教学方法，对于初为人师的我，是有一定难度的。由于刚从大学课堂学生角色进入中学课堂教师角色，会有意无意的把大学老师的教学方法、模式带入中学课堂。并没有考虑到教学对象及环境的不同致使中学的教学方法与大学有很大的不同，所以一开始并不适应，总是有意无意地习惯于大学老师的教学模式，学生练习的少，老师讲的很多，一节40分钟的课堂要讲一半多的时间，学生还没练习几次就下课了，所以学生的学习效果并不高，很多动作教完了，学生还是没有掌握。当然，我们也建立了听课评课制度，相互之间听课评课，学习好的教学方法和组织，改进教学过程中的不足，及时进行教学总结，在不断的实践中，我逐渐适应了中学的教学方法、模式，教学效果也明显提高。实习接近尾声时，学校安排我们进行全校的公开课教学，在体育组以及指导老师的安排下，我进行了公开课教学，获得了学校的肯定，同时也提高了我的教学技能。

2、课外体育工作：

（1）在课外体育活动时间，我协助学校做好早操、课间操、课外活动等工作。

（2）结合学校课外体育活动，我们实习组与学校每周开展球技交流赛，既增加实习老师与学校老师的交流沟通又强化提高了双方的球技。

（三）总结阶段（第8周）

（1）实习生做好总结：实习教学工作结束后，我及时检查自己在实习中的态度和表现、成绩及问题所在，提出努力的方向！在个人总结的基础上，实习小组进行评议，整理出小组的书面总结和实习生的初步鉴定。

（2）实习学校的领导、体育组组长和任课教师对这次实习做总结。指出实习生的优、缺点，提供合理建议。并在实习鉴定上做了意见，肯定了这次实习取得的成绩。实习学校为我们实习组设庆功宴，双方互赠纪念品，组织学生欢送实习生。

（3）回校后系实习指导小组作总结报告，确定实习成绩。

二、主要收获

1、我作为实习指导老师认真负责和积极指导实习工作。一方面认真做好实习前的各项准备工作，帮助学生解决各种困难。另一方面严格要求学生，端正态度，教育学生认真对待实习工作，结合实习学校学生的特点，提出更高的教学要求，培养他们的责任感和使命感。

2、各实习学生的教学能力得到极大地提高，能较好地把握教材内容、控制课堂气氛，教态自然大方，课堂气氛活跃。

3、熟悉班级工作，能根据不同的学生采取不同的教育方法，具有改革和创新意识。

4、绝大多数实习学生对教育实习比较重视，目的明确，态度端正。能虚心请教、能按指导教师的意见修改教案，精心试讲，认真记听课笔记，大胆评议。工作任劳任怨、踏实肯干，具有较强的自觉性和组织纪律性，这一切赢得了实习单位领导的一致好评，在社会上为我们体育系树立了良好的形象。

5、通过实习在各多方面得到的提高

通过实习，对中学的现状有了更为理性的认识，对中学生的学习有了更为恰当的了解，对教师的工作有了更为真实的体验，这些都有利于在今后的工作中能够更快地适应新的工作环境，从心理上抹去了对教学的畏惧。通过实习，掌握了一些基本的教学方法和教学技能，提高了教学效果和教学水平。在一次次的教学实践中，在一次次的和指导老师的交流的过程中，我的教学水平和对教学认识已经提高了许多。通过实习，增强了教师的责任感和荣誉感。教师承担着“教书育人”和培养祖国未来人才的重任，因而他是光荣的。每当上课时，看着面前一双双渴求知识的眼睛，我无不感到一种光荣，同时也感到一份沉甸甸的责任感。因此，备更好的课，讲更多的知识，并且教会学生做人的道理都是同学们在实习期间的共同愿望。通过实习，增强了交际能力和口头表达能力。如何处理与实习学校领导和老师、学生以及同小组同学的关系。在这个相处的过程中也提高了自身的交际与沟通能力。为今后的工作打下了良好的基础。

三、经验和体会

通过这次教育实习，我们有以下的经验的体会：

1、领导重视是搞好教育实习的前提。

为加强对教育实习工作的领导，我系成立了教育实习领导小组，从组织上保证了此项工作的顺利进行。

2、严格管理是搞好教育实习的基本要求，

实习期间，加强了监督、检查，指导老师赴各实习学校了解实习情况，掌握动态，及时处理发现的问题，保证了教育实习有条不紊地进行。指导教师是实习活动的指挥者和组织者，对实习学生的教学活动、纪律考勤、成绩评定等都负有直接责任。一个实习小组教育实习搞得如何，在很大的程度上取决于指导教师的组织能力和工作责任心。我系选派了工作认真，具有一定经验的教师（教授、硕士研究生）担任指导教师，他们对实习学生敢于严格要求和管理，受到实习学生的好评。

四、存在的问题及建议

这次教育实习，也存在一些问题，部分学生的教学基本功较差，专业素质还存在不少问题。如部分学生的普通话不过关，有的学生对教材体系、教材重点和难点把握不准，不能从整体上理解知识结构及教法特点，不能按教育规律、教材特点、学生特点科学地组织教育教学活动。还有的同学教案不过关，教案设计简单。

鉴于存在以上的问题，我们认为应加大改革的力度，认真总结教育实习工作，吸取教训，推广经验，弥补不足，为今后的工作提供一些有益的经验 and 做法，以利培养合格的中学师资。我们建议：

- 1、加强对学生的素质训练，提高学生的整体素质。通过实施新的教学计划，优化课程体系，从根本上解决教学质量与培养目标、规

格不相一致的问题。使学生掌握扎实的基础理论、专业知识和基本技能，使学生适应中学体育教育新课程改革转变的要求。

2、逐步建立稳定的教育实习基地，使教育实习具有连贯性，切实提高实习质量。

3、继续加强对教育实习的规范化管理，做好对实习过程的监督、检查、指导工作。

4、保证实习时间，教育实习的进行有一个转变角色的过程，需要一定时间去转变，在实习时间安排上要合理。

体育实习报告6

在实习之前，我时常会在脑海中演绎了许多种上课的场景，怎样上好每一节课，怎么把自己所学的知识传授给学生，怎么同学之间搞好关系...太多的想法都是和搞好自己的实习。

第一天我没有上课而是有我的实习指导老师—张琪老师让我们在学生面前自我介绍，但在自我介绍的时候自己都特别紧张，站在学生面前都不知道该怎么说，最大的毛病就是自己在学生面前都站立都不正确，这些都是张老师和我说也使我在上第一节课之前就得到了经验，也为以后的上课打下了基础。

第二天给学生第一次上课的时候还是比较紧张的。此之前我也带过学生，只不过那都是我的同学，但现在面对的是陌生的面孔。

一节课下来，先不说学生，自己都快累坏了。我实习的学生是高职大一的学生，上课还是比较听话的，但有些特别调皮的就要处罚他们。高职

学生和初高中生是不一样的，也和本科生是不一样的。所以要想上好一节课就要充分考虑学生的状况。我们在学习实习的主要内容是太极拳的教学，太极拳虽然我在学校也有学过，但当时学的时候也不怎么精，也给自己的教学带来了困难，所以现在都要重新自己学习。第一节课就在我的紧张张张、忙忙碌碌中度过了。张老师看了我的第一节课说：还行，学生不是很乱。只要课上能调动起他们的学习兴趣，这节课就没什么问题了。

接下来的几节课就轻松多了，但有些学生还是管不住。记得有一次，我在给学生教太极拳时，有一个男孩在打扰其他人练习，我罚他跳蛙跳，跳完之后他说：“老师，腿疼的！全班人哈哈大笑……

现在，每节课后我都会进行自我分析，自己教得好的和做的欠缺的都总结出来，在下节课中就能注意自己的错误不能再犯，教得好的再运用起来，例如教师对学生的要求不能过高，教师在要求学生完成动作或训练时，有必要降低难度和要求。课下还会积极虚心请教有经验的老师，及时在教案中写好课后总结。

离实习结束只剩不到一个星期的时间了，回忆起刚来到学校的.我们是那么的迷糊，那么的胆怯，而现在的我们进步了，成长了。在实习期间自己最大的进步除了对太极拳动作的掌握，再者就是拓展训练，它使我学到了很多的东西，也为我在以后的人生目标上有了指导。而这些都是实习老师给我的人生宝贵经验，特别是张琪老师，在此我要特别感谢张老师，谢谢他这一个月来再我细心照顾和指导。但我要学习的东西还很多，我会不断的完善自己，争取在实习结束时，交上一份让自己满意的答卷。

再次感谢实习老师在我在生活上的关心，在教学上的指导，人生目标上的指引。祝你们工作顺利，身体健康。

体育实习报告7

为期六个周的实习生活转眼就要结束了，在这六个周的时间里，我认识了我的指导班主任、指导老师和一起生活工作的同行实习老师们，以及36个可爱的孩子，他们都给了我很多的帮助和启示。在这段时间里，我学到了在大学课堂根本学不到的东西，也体验到了很多人生中从未有过的经历。最重要的是，自己在各个方面都有了很大的进步。下面我就从学校概况、体育教学、实习班主任以及收获和体会几个方面来总结这六个周的教学实习经历。

学校概况：今年3月14号，我跟随同学一起去了烟台市福山中学进行实习。当我们下车看到这个美丽的校园时，大家都很兴奋和激动，这里将会是未来六个周我们成长和进步的地方。第二天中午，学校举行了一个小型的见面会，我们认识了各自的指导老师和指导班主任。我的指导班主任和指导老师分别是李老师和陈老师，我们作了简单的自我介绍，他们都是很和蔼的老师，对我也很照顾，让初来福山中学的我倍感亲切。通过校长及部分学校领导的讲话，我了解到福山中学是一所拥有久远历史和丰富人文内涵的乡镇初级中学，在最近几年更是取得了很好的成绩，让我对未来六个周的实习充满了期待。同时，校领导也对我们实习生做出了工作、纪律等各方面的要求和期望。

体育教学：

听课：实习的主要工作之一就是听课。见面会一结束，我就开始跟着我的体育指导老师陈老师去听课。真正意义上的第一次近距离接触真实的初中体育课堂，也明显的感觉到，真实的体育课堂与以前在学校上公体课是完全不一样的。而这时候的上课也与之之前做学生时候的上课不同。以前上课只注意学习该学习的技术要领等知识，从来没有认真留心老师的授课方式。陈老师是一位教学经验非常丰富的老师，带了十几年的初中体育，今年刚刚转下来教初二，对技术要领的重难点掌握的非常精准。同时在性格上也是非常随和上课非常幽默。陈老师上课的节奏非常稳，时间掌握的很好，这些都是值得我学习的方面。同时，陈老师是老教师，不喜欢用墨守成规的方式上课，上课以重难点把握为主，课堂活动、学生练习时间较少，课堂指令用语比较多，对于学生来说没有心悦口服的感觉。我觉得体育课堂教学可以适当增添一些新鲜元素，激发学生的学习兴趣和课堂积极性。之后我也听了这个学校不同年级不同学科的老师的课，每个老师都有自己的教学风格和特色，每个老师身上都有值得我学习的地方，实习六个周，收获很多，对初中体育课堂有了更深刻的认识以及思考。

课堂教学：在第二周的时候，我有了第一次可以站在操场给学生上课的机会。当时我上课的内容是八年级体育排球正面双手垫球技术。由于是指导老师临时有事上课前才通知让我去上所以没来得及做任何准备。虽然是第一堂课，但由于之前自己在学校上了几次公体的体育课，并不是太紧张。一堂课下来，感觉很挫败。自己想讲的东西没有讲清楚，教学任务没有完成，学生上下来也很吃力。对学生的基础估计过高，对教材不够熟悉，跟学生的配合度也不高。在之后的实习中，自己认真观察指导老师及其他老师上课，熟悉教材，认真备课，加上指导老师身体不好把很多的上课

机会都给了我让我有了锻炼和实践的机会，取得了一定的进步，也有了自己的思考和认识。全班36个学生，水平参差不齐，掌握技术水平的程度不一样，接受新技术的速度不一样，而老师要面对全体学生展开教学不能只局限于几个人。还有，一堂课的技术教学结构是非常紧凑的，只要一个环节出错或者中断，就会影响自己的整个教学流程。往往在出现这种情况的时候，我会更加注意自己的引导方式并简化练习的内容。在课堂活动和课堂用语方面，我尽量让课堂气氛变得轻松活跃，给学生自己练习动作技术的机会，适当增加学生合作学习的次数，培养学生合作探究的能力。然而，乡镇中学的学生设备水平比较低，相比较而言更适应传统的教学方式，教学以满足基本的体育测试为主，弱化对体育全方面的技术动作的学习能力的培养，这也是我在实习期间最大的一个困惑。还有对于技术动作的重点和难点的把握，需要综合考虑各方面的因素，对我来说这是一个难题。同时，通过六个周的实习我觉得，好的老师不仅课堂安排得好，还要有掌控课堂的能力，管好纪律是最基本的，还有教师个人魅力的培养也非常重要。

不成熟的几点建议：福山中学的体育老师平时都不注重教学生参与多种体育活动，只有规模比较大的体育活动才有可能接触到更加丰富的体育活动。原因是学校只注重各科文化科的学习忽视了体育活动会带给学生的良好积极方面的影响。同时，也忽视了教会学生各项体育活动技术要领系统的把握，没有带给学生愉快的体育活动的体验，忽视了对学生体育各个项目兴趣的培养，不利于学生全面的发展。实习班主任：我们每个实习生出来要参与体育教学实习外，还要体验班主任工作。我的班主任指导老师是初二6班的李老师。在见面会结束后，我就找到李老师大体了解了6

班的一些基本情况。之后又通过班委会议了解了班级的一些日常工作和各班委的工作职责。作为一名班主任，就要对班里面的每位同学负责，就要让每位学生做好自己该做的事情，不仅要学会学习，学会做事，更要学会如何做人。我作为他们班的副班主任，除了要求他们遵守校规校纪，班级规约，课上认真听讲，课下认真完成作业之外，我更加注重的是学生们内在的修养和习惯的培养。作为一名学生，在学校要懂礼貌，见到老师和领导要主动打招呼；在家里面要帮助父母做一些力所能及的事情。在福山中学，实习班主任平时工作就是两操、班级卫生、查寝等基础工作。实习期间每天守着学生跑早操课间操，清点人数，安排督促环境卫生教室卫生打扫，维持辅导课纪律，以及下晚自习到学生宿舍查寝，偶尔也会有主题班会、收费、运动会等安排。虽然班主任工作很繁琐时间跨度大，但通过这六个周的体验收获了很多。除了做好自己的本职工作，我也很注重跟学生的沟通交流。辅导课、课间、查寝时我都喜欢跟学生聊天听他们的想法了解班级、学生学习生活各方面的真实情况，同时也跟他们交流一些学习方法，学习心得，给他们介绍大学生生活唤起他们对大学生活的憧憬，促使他们更加努力学习，对问题学生给予适当的引导，通过日常的交往培养他们良好的学习生活习惯，同时增进与学生的关系以便于更好的完成工作。在六个周的副班主任工作中，我付出了很多的时间和精力，但收获更多。对中学教师这一职业有了更清晰和深刻的认识。通过观察和实践，我觉得要做好班主任工作，有强烈的责任心是关键和根本，同时要细心观察，对学生有耐心。爱心、细心、耐心、责任心不应只是一句空话。

收获和体会：这三个月是我人生中唯一一次实习经历，也是一段很珍贵的回忆。在这段说长不长说短不短的时间里，我认识了同行的实习老

师们，我们在一起生活工作彼此都收获了很多份友谊。共同的特殊经历让我们成为很好的朋友。我也认识了我的指导班主任和老师，这两位非常优秀的他老师在我实习期间给了我很多的指导和帮助，从他们身上我学到了如何做一名老师、班主任，怎样管理好一个班级，怎样安排教学工作，怎样与学生相处。他们教给我的很多东西是我自己发现不了领悟不了其他人也教不了的，在这里要真心的感谢他们。他们身上的很多优点闪光点都值得我去学习和思考。除了这两位指导老师以外，这个学校的其他老师同样也很照顾我们，通过与他们的相处，看他们任教的整体风格，对待学生的整体态度，都对我对于农村教师的认识与定位，对教师工作的认同程度，对自己今后的人生规划都产生了一定的影响。最后，我还要感谢6班的孩子们，与这群孩子朝夕相处，有了很多的体会和收获，六个周的时间，我学会了站在学生的角度去考虑问题并且与学生和睦相处。虽然有时候他们会让人气得跳脚，也没少对他们发脾气，但他们给了我满满的成就感和幸福感，能跟他们相处这么一段时间，共同经历我珍贵的实习时光，我很开心。在这六个周的实习中，我有过困惑和疑虑，也有过挫败和成功，当然也收获了成长和进步。通过实习，我对自己有了更多的、更深刻的认识。也对教师这个行业有了新认识、新看法、新理解，也对自己未来的出路有了更为透彻的认识。六个周的时间，我已经逐渐认同了自己作为教师的存在，希望未来自己会成为一名好老师。

离别如期将至，有对实习学校的不舍，更有对学生的不舍。但自己今后的路还长，我会把这次经历当成美丽的回忆珍藏牢记。回到学校，还有更多的事要做，要想成为一名好的老师，要学习的太多太多。对自己说：加油吧！你会成功的！

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要
下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/266221025041010233>