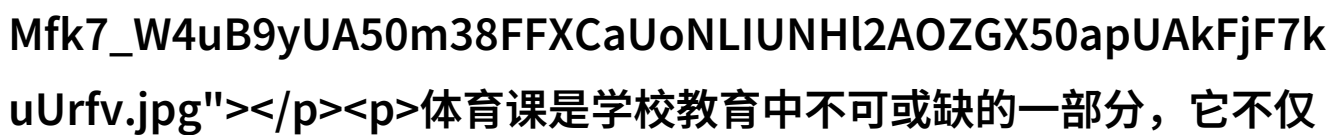


体育课上的教训与反思

体育课上的教训与反思

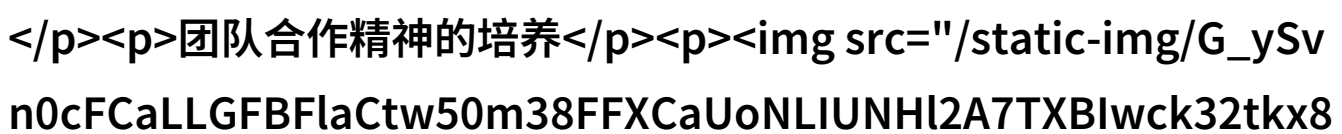
体育课是学校教育中不可或缺的一部分，它不仅锻炼了我们的身体，也培养了我们团队协作和竞争意识的能

力。然而，在一次被老师批评了一节课作之后，我们深刻地认识到，体育课的意义远远超出了简单的运动。

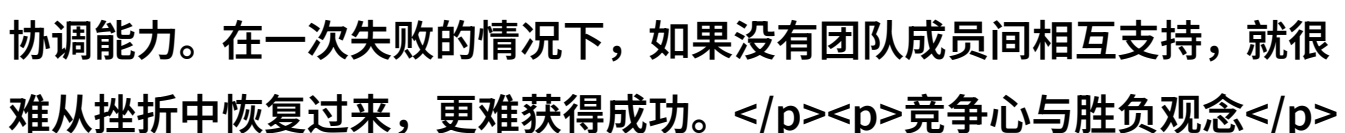
体育课作为体能提升平台

通过不断的练习和比赛，我们可以提高自己的体能水平。这对于一个健康的人来说是非常重要的，因为它能够帮助我们更好地应对日常生活中的挑战，同时也为未来的职业生涯打下坚实的基础。

团队合作精神的培养

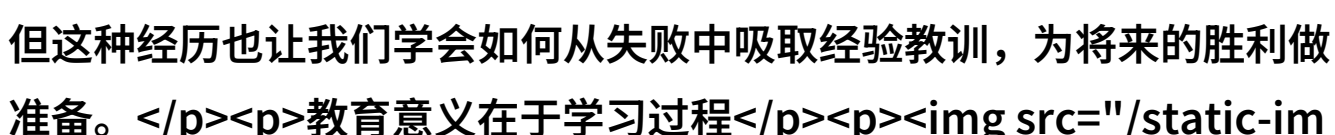
在每一场比赛中，我们都必须与队友紧密合作，这种过程锻炼了我们的沟通技巧和协调能力。在一次失败的情况下，如果没有团队成员间相互支持，就很难从挫折中恢复过来，更难获得成功。

竞争心与胜负观念

竞争是一种推动人类进步的心理状态，它激发了我们追求卓越、克服困难的感

情。在竞赛中输掉可能会让人感到沮丧，但这种经历也让我们学会如何从失败中吸取经验教训，为将来的胜利做准备。

教育意义在于学习过程

虽然失去一节课作可能看起来像是一个惩罚，但它其实是在告诉我们，无论是在学术还是在体育领域，都不能忽视学习本身，而应该把握每一次

机会。

无论是在学术还是在体育领域，都不能忽视学习本身，而应该把握每一次

机会，认真对待每一堂课。

学校文化与价值观传递

通过体育活动，我们不仅了解到了规则和纪律，还接触到了学校文化和社会价值观。这些都是个人成长不可或缺的一部分，是学生应该接受并融入其中的一个环节。

自我提升与责任感增强

每当面对失败时，我都会深深反省自己是否有所欠缺。这样的经历让我更加明白，除了外部因素之外，自我提升也是取得成功不可或缺的一环。而这份责任感，将伴随着我走过整个成长旅程。

[下载本文pdf文件](/pdf/357136-体育课上的教训与反思.pdf)