# 体育观后感300字作文(汇总10篇)

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2025-02-22

*体育观后感300字作文1公共体育课观后感何双平 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...*

**体育观后感300字作文1**

公共体育课观后感

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。

在课程当中，大多数学生都能够积极的参与运动，紧跟老师的步伐进行学习，只有少数学生不能很好的参与运动，没有养成运动的习惯，表现为听讲不认真，运动参与度不高，自己的运动技能和运动效

**体育观后感300字作文2**

我越来越紧张，怎么办?要到我了，该怎么办啊!此时此刻，我连打退堂鼓的念头都有了!

突然，站在我前面的王钦杰停住了，也没有接上上一个同学的节拍。我推了推她，说：“怎么不跳了?跳啊!不要浪费时间!”与此同时，冯子豪有些生气地喊：“王钦杰，你跳不跳嘛，不跳就算了，不要堵在那儿嘛，浪费时间!”“就是，王钦杰，你快点跳啊!”“你不要浪费时间嘛!”大家不停地催促着。

王钦杰怔怔地站着，也许是因为害怕不敢跳吧，她往前挪了一步，又退了回来。最后，她鼓足勇气，冲了进去，大概是害怕被绳子打到，她的脚缩得很高，在落地时，脚尖轻轻地一踮，双腿又一缩，就又开始了第二次起跳。

不好，我差点没接上，因为我在冲进去时迟疑了一下，错过了跳进去的最佳时间!我闭上了眼睛，肯定跳死了!于是我跳了一次后，飞一般地跑了出去，大口大口地喘着气。回头一看，咦?没死啊?看来是我的错觉!我松了一口气，又继续排队，等着跳下一轮。

“还剩10秒!10，9……”雷老师开始倒计时。全班同学急得像热锅上的蚂蚁：“快点，只有几秒了，多跳几个!”同学们一个接一个地跳了进去，都想在最后多跳几个。“3，2，1，停止!”雷老师大声说道：“跳了52个。”

“哇，累死了!”我一屁股坐到了地上，心想：练习当然是枯燥的，但是，为了在运动会上为我们班夺得好名次，再苦再累也要坚持，别忘了，我们是在为班级的荣誉而战!

希望我们能在运动会上取得好名次，加油!!

**体育观后感300字作文3**

一年一度的体育节又开始了。为了备战开幕式，我们年级不停地抽时间训练。到了真正开始的时间，我们也要开始展示自己年级的风采了。

虽然这天下午非常凉飕飕的，但操场上依然人山人海热热闹闹的。我们坐下来没多久，表演就开始了。首先是鼓号队、彩旗先进行小“巡游”。就开始班级方阵表演。先是活泼阳光的一年级，再是五彩缤纷的二年级……直到四年级。快到我们了。

我们五年级四个班赶紧一窝蜂似的涌出来，然后快速地按照老师设计的同学位置排好来，站好等待我们出场。

当四年级走离操场表演区时，我们便迈着整整齐齐的步伐进入了全校一千多名师生的视线里。让我感受到惊奇的是，从站好队形到进入表演区，竟然没有一丝紧张!可能是被这大风给吹走了吧!

我们迅速把两人的距离拉开，再蹲下来。音乐响起，我们用的是流行歌曲《奔跑》，所以全校的目光瞬间齐刷刷地看了过来。等主跳的同学跳完前一段后，抓彩绸的人立刻跑过来。我们也随着音乐摇起彩绸。接着，我们放下，平衡车的同学抓起气球通过在了我们的面前。离开后，我们又跟着主跳跳起舞。我们跳完后，整个表演也就结束了。我们又整齐地排列起来，迈着整齐的步伐离开了观众的视线。

我终于轻松了。接着，我们全班又拍了一张集体照，就继续看六年级的表演了。

所有班表演好后，就开始升旗。然后是校长致开幕词，再接着就是各个组的代表进行宣誓。最后，就是激烈的教职工接力赛跑。但我坐在不利于观看的位置，还在最吵的地方，所以我不知道比赛的全过程，更不知道谁赢谁输。这便成了遗憾。教职工接力赛结束后，我们也就回教室了。

这次的开幕式是我认为的最精彩的一次，没有之一。

**体育观后感300字作文4**

去看这一场中韩之战，只因为我是一个中国人，我的去赛场，与其说是去为中国国奥加油，不如说是去履行作为一个中国人的义务。

所以，中国国奥队是输是赢对我来说，是次要的。

我甚至不要求他们会赢，因为我深知他们的实力，只要他们，在赛场上的表现不愧于中国男人的形象，我就满足了。

所以，当我从广东江门远道而来看球的同学对我说“中国队一定会赢，预测比分比分2:0”时，我撇了撇嘴角。

平生第一次亲临足球赛的赛场，我被感动了，这种感动与中国足球无关，与中国国奥队员无关，感动我的，是可爱的中国球迷。

口哨吹起来，锣鼓擂起来，焰火放起来，激情释放出来，球赛未开始，我就被可爱的中国球迷打动了。

然而，赛场上的中国国奥队员，却一次次将“冷水”泼向激情万丈的球迷：拖沓的脚步，蹩脚的脚法，一次次将球迷的心伤透…… 其实中国球迷之于中国足球，就像一场伤心爱情故事的男女主角。

男女主角本来是恩爱无比的，痴心的中国球迷为了她爱的中国足球跋山涉水。

就比如这一场比赛，在中国队已然出局的情况下，球迷们仍然从湖北赤壁、江西九江等地赶来了，本来是一场温情脉脉的约会，女主角满怀激情而来，迎头却遭遇一盆冷水，中国球迷，被中国足球彻底抛弃了。

有人这样批评中国球迷，说他们不够专业，不能在输球的情况下一如既往地支持中国足球。

我倒想问问：一次次的背叛，一次次的伤害，中国足球，你拿什么要求我们爱你?你能否给球迷一个继续支持你的理由? 终场哨声响起，有球迷下跪，也有球迷泪如雨下，我心中涌动着无言的感动。

不需要理由，中国足球，他们依然爱你，很爱很爱你。

我的眼眶湿润了，泪，几乎要落下。

这与足球无关……

**体育观后感300字作文5**

对张来老师《三级跳远》公开课的教学评议

云霄中研室 周荣端

20xx年3月17日，云霄立人学校高二年级张来老师开了一堂县级公开课，课题为《三级跳远——水平五》，笔者观摩后，感受颇深，特评议如下：

1、教学设计的亮点

授课教师的课堂教学设计较为合理，基本贯彻了身体发展、技能训练、心理发展和社会适应这四个教学目标领域，符合教学要求。在教学目标中突出一点：以健康为指导思想，以发展学生的主动性、自主性、创造性为设计目标，强调教学中学生的个性发展和能力的培养，并在活动中增强其信心。

2、教学过程：

课堂常规部分能体现出教师的教态，展示学生的学习态度和纪律意识，整个教与学的过程可归纳为“快，静，齐”三个字。

做准备活动时，教师采取的课堂导入形式较为新颖，同学们保持了很好的精神状态，学生围成一个大圆圈，听哨音跟老师做行进间操，师生配合默契，这与教师平时严格要求是分不开的。

进入学习提高部分时，教师在篮球场地上做三级跳的示范动作，并对技术动作做了运动力学分析。教师采用了完整示范与分解示范，动作比较到位，语言讲解详细，起到很好的示范作用。标准的示范动作是教师在学生中建立威信的一个重要途径。

**体育观后感300字作文6**

这天下午天空晴朗，天气炎热，我们兴高采烈的来到了让我们充满激情的足球场上，准备好和五班的足球比赛。虽然他们不如别的班级厉害，但是我们也不可以轻敌。

我们热了热身，就开始了比赛。开场是他们的球权。一开球，他们就一窝蜂的往前冲，结果一下被我们的前锋拦了下来。拦下球，我们就打起了二过一，不过好景不长，球被对方的后卫拦了下来。我们的老师在一旁用心的指导我们，啦啦队也在一旁为我们加油，队员们听到加油声后更加卖力了，发起了猛烈的攻击。我们两队势均力敌，都不好进球。上半场的比赛快要接近尾声了，我们队再一次发起了进攻，我们的一位前锋单刀过人，来到了对方的门前和队友配合完成了进门。

上半场结束了，老师对我们上半场进行了总结，说：“你们上半场，被对面的队员带慢了节奏，进攻就是最好的防守。往前进攻就可以。要多加配合。”这时，啦啦队上场了，让我们耳熟能详的卡路里再次响起，啦啦队们跳起了欢快的舞蹈。

下半场开始了，我们吸取了上半场的教训，刚开始就进了球，我们老师心急如焚的心情，开始高兴起来。对面的强一点的队员也被换了下来。我们一拿到球就一起往前压，前面的队员迅速的带球突破，不料被他们的后卫踢到了底线。不过，我们获得了一个角球。我们的队员开准时机，找好角度，往对方守门员的手往上一点的位置挑了一个角球，成功的让他们踢了一个乌龙。他们的守门员好像有点生气，指着他们的队员让他们往前。说罢，他拿起球往前一抛，他们的前锋拿到了球往前带了带，一脚打门，不过被我们的守门员抱住了。

最后，经过我们的配合，以5：0的成绩赢得了这场比赛。我们大家都兴高采烈的欢呼着。我们和对手彼此加油后，我们又照了一张球员和啦啦队的合影。

**体育观后感300字作文7**

十月二十四日下午，我门雅河小学顺利地召开了[校长杯]足球比赛，接下来我就来讲一讲足球比赛激烈的过程吧!

下午，我们都整齐地坐在操场上，急切地等待着足球比赛的开始，四年级共三场比赛。比赛还没开始，有些同学就沉不住气了，兴奋不已。运动员们摩拳擦掌，观众们欣喜若狂，大家都信心百倍，我也不例外。时间不等人，不一会儿比赛开始了!

第一场是我们四年二班红队对四年一班黑队，双方队员互不相让，在关键时刻，我班王家顺一脚把球踢进了球门!全场沸腾!接下来的赛况更是精彩不断。同学们都欢呼雀跃。最终我们以2：1领先的优势取得了胜利。

第二场是四年一班对阵四年三班的比赛，比赛开始了，双方球员都是竭尽全力，最终四年三班战胜了四年一班夺得了第二场的胜利。

第三场是四年二班和四年三班争夺冠军赛。同学们的加油声、欢呼声更加响亮了，两班的加油声此起彼伏。当四年三班要进球时，王家顺用身体把球挡了下来，球打中了肚子，疼痛难忍，但是他坚持了下来，他没有辜负同学们的期望，紧跟一脚把球踢进了球门。四年三班的队员们也不服气，奋力拼搏，踢呀、跑呀、抢呀……时间一分一秒的过去了，最终我们班取得了胜利，王家顺的脸上洋溢着笑容，那是胜利的自豪，骄傲的笑容。我班同学高兴极了，高兴地手舞足蹈。

我喜欢学校，我喜欢[校长杯]足球赛，我喜欢同学们之间的合作精神，我喜欢大家共有的集体荣誉感，我更珍惜我们的友谊!

**体育观后感300字作文8**

在这天气晴朗、气候温和的日子里，我们班举行了一场别开生面的拔河比赛。

着先，老师选出了十二位同学，其中八位是拔河的运动员，三位是拉拉队员，一位是裁判。参赛同学个个精神饱满，精力充沛，他们脚蹬着地，身体向后仰，拼命地抓住绳子，等着裁判吹口哨。接着，在哨子的一声令下，双方同学用尽全身力气，拼命地往后拉。旁边的拉拉队大声喊着：“加油，加油！”还有几只路过的小鸟，停下了脚步，叽叽喳喳地叫个不停，也好像在为比赛加油！

这次的比赛是一场决胜负，同学们挥汗如雨，嘴里不停地喊着：“一二三、一二三……”绳子往右边同学这边二厘米、四厘米、七厘米。最后，右边的同学略胜一筹，他们相互击掌，相互拥抱，任激动的泪水尽情流淌。经过这次比赛，让我深切感受到团结的力量。

**体育观后感300字作文9**

比赛场上时常打着一句很响亮的口号——名叫友谊第一、比赛第二！呵，多美的口号啊，可是却在今天进行的八（2）班与八（5）班的足球赛上，从此却染黑了这美丽的口号，成了人类文明道德底线的耻辱，耻辱啊！想问，为了第一，你们难道就可以不牺一切了吗？

今天的这场足球赛，我们班出乎意料得输了，比赛结果是1：0，输得好惨，伤的伤，不是脚上流血，就是被你们推倒在地，否则就是被你们八五班给绊倒……当我看到这一幕幕从我眼皮底下窜过，我好气愤，我嘲讽气愤地自问道：“呵，真搞笑，这哪里是比赛，明明是场比武赛吧，这公平呢，到哪去啦？”当时我好心酸，难过，看到我班的队员为了争夺那个快进门的足球，竟然被你们猛地用手一推，这时，只听“啪~~”的一声就这么轻易地倒在了地上了，紧接着，那只本该进门的足球就被你们夺走了……就那么一瞬间，人世间的公平正义以及道德底线被你们染黑了。我想说：“今天我班虽然输了，但我们输的光明，输的磊落，我相信我们班的实力是无可抵挡的，不是一朝一夕就可以证明的，在昨天，我们班曾经在足球场上撒下了幸苦的汗水，可在今天，我们为那份友谊输得值得，因为我们做到了文明足球，不像某某班，为了拿到第一，直接推搡我班球员，呵，可见那班素质也真低，无道德，无礼貌，无规矩~~他，名叫李XX，绰号“蚊子”，真是很了不起啊，一路冲锋陷阵，过五关斩六，但当裁判员吹起比赛结束的哨声，宣布八（5）班胜利时，霎时，我看到了你的失落，看到了你的无奈，看到了你的自责，看到了你的愤怒，我想说：“请不要难过，请不要自责，其实没关系的，一次足球失败并不会代表什么，它代表不了我们的足球赢不过五班，我想它代表的只是我们班的一次失误，反而还证明了我们的团结和友谊是完美的统一体！你知道吗，你今天表现真得很棒哦，不愧为我们八二班的一员，不愧为那个飒爽英姿的前锋啊，你是我们班的骄傲，虽然我们班输了，我想我们的这次失败也会因你的勇敢，因你的潇洒而输得光荣，输的值得！从而画上那个完美的句号”请记住那句名言吧——胜不骄，败不馁！

他，名叫李成，个子虽小，但足球功底却相当了得，不管是防御还是进攻，都为我们班尽了很大的力，你也是偶班的骄傲哦~~

还有很多人……，其实你们也很棒，都是我们心中的英雄，我想说：“不管今天或今后的比赛结果怎样，我们永远都是你们坚强的后盾，失败了我们不会在背后抱怨你们的水平太低，我们有的只是那一句：“你们是最棒的，加油！”

八二班一定会东山再起！一定会冲往顶峰！

正如那响亮的口号不是吗？——超越巅峰，超越极限，八二八二，百折不挠！

**体育观后感300字作文10**

今天，有幸听到了城阳区实验小学万春丽老师上的一节公开体育课，这节课体育老师充分运用了新课程理念，通过自身精心准备，教学内容安排得体，教学难度适合学生身心发展的特征，课的结构合理，教学手段、方法多样，措施与策略运用到位，尤其在重视学生的主体地位，发展学生的个性，激发学生的学习兴趣，课堂气氛的调动与教师语言的组织和表达更为突出。 小学生正处于活泼好动的阶段，最重要的是指导学生在玩中学，学中玩，充分发挥小学生喜欢玩的特点，通过各种游戏的形式教学，来激发学生的运动兴趣。万老师的课体现了素质教育的教学思想，营造了和谐、互动、探究、创新的良好学习情境和氛围，下面就略作探讨。

本节课的最大亮点：就是充分调动学生的学习积极性和主动性，营造轻松、愉快的课堂气氛。提高学生学习兴趣和积极性的地方主要体现在本课的准备部分，比如开始模仿各种小动物的徒手操等。从课堂中学生的表现来看，学生的学习积极性、主动性无疑被充分的调动起来，营造了一个人人爱学，学中玩、玩中乐的课堂气氛。

优点：

1、教态自然，有亲和力。

2、在课堂教学中，教师始终处于主导地位，引导学生发现问题，解决疑点。整个教学过程都是以小组为单位进行活动充分发挥了小组合作的作用。

3、体育教学中应遵循和贯彻“以学生为主体，以教师为主导，以思维为主线”的原则，本节课的设计集中体现了这一原则。课的开始部分，万老师让学生在原有的基础上进行单双脚跳的比赛，并体会与人作共同取得胜利的心情，使学生感到愉快、自然，本节课能够突出创新精神和实践能力的培养，在整个教学过程体现了以学生为主

体，以教师为主导的教学模式，达到培养学生全面发展的教学目标。

4、整堂课下来结构紧凑，集娱乐性、趣味性于一体，使学生在充分玩的过程中，学习了垫球的基本技能。

有待讨论的地方：

1、由于受器材的限制，教学目标不确定。

2、在总结评价时没有说明具体活动的原因。

总体来说，这位老师组织的教学活动紧凑，有序，不拘泥形式但又围绕教学目标进行。学生达到了“寓中乐，乐中学”的目标。今天的听课为自己在今后的教学中提供了借鉴，大大开拓了自己的教学思路和方法，对以后的教学有很大的帮助。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找