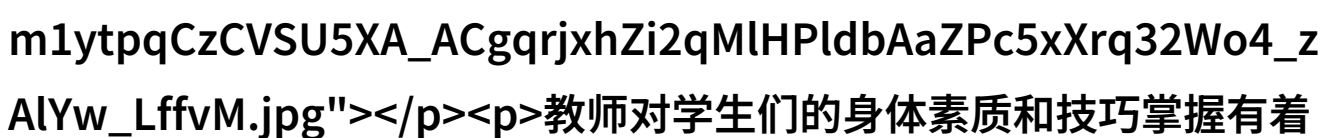
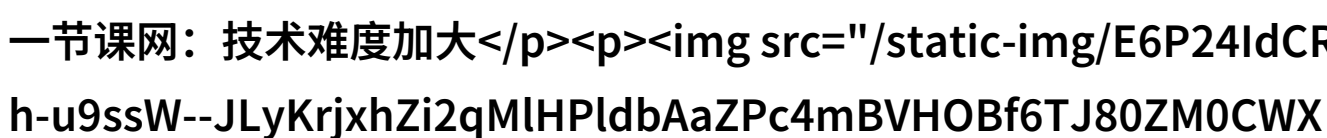


体育老师的严格训练单杠上的挑战与成长

体育老师在单杠上的严格要求

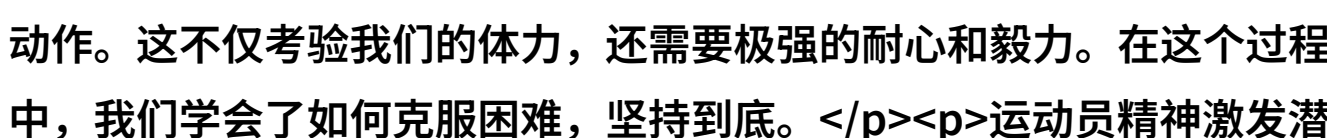
教师对学生们的身体素质和技巧掌握有着很高的期待。他们知道，通过不断地训练和提高标准，学生们能够逐渐提升自己的体能水平，并且更好地理解运动技能。

单杠C了我一节课网：技术难度加大



在一次课堂上，体育老师决定让我们尝试更高难度的单杠动作。这不仅考验我们的体力，还需要极强的耐心和毅力。在这个过程中，我们学会了如何克服困难，坚持到底。

运动员精神激发潜能



体育老师鼓励每个孩子都要成为一个运动员，不仅要在竞技场上展现出自己的实力，更要在学习过程中培养起坚韧不拔的心态。通过不断地努力，每个人都能发现自己未曾知晓的潜能。

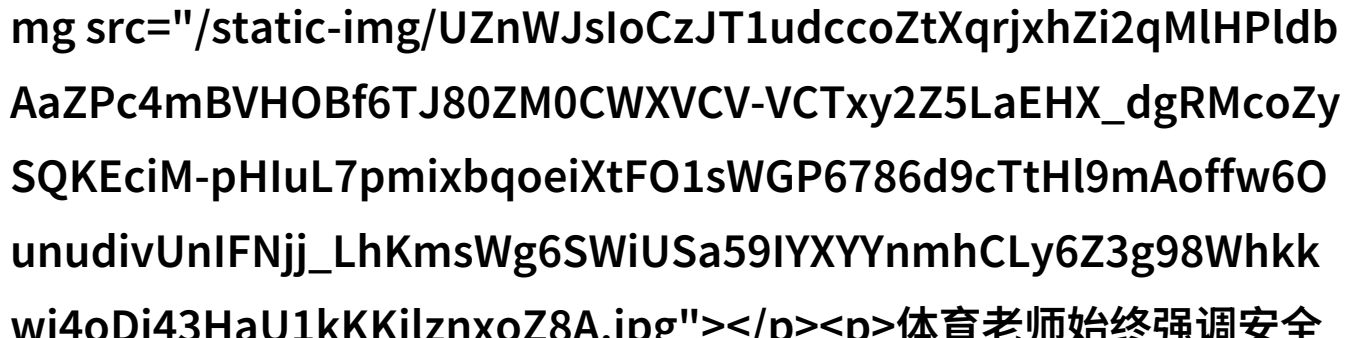
团队合作增强信心



在进行团队项目时，如三角跳等，教师会特别注重团队成员之间的配合与协作。这种合作

不仅锻炼了我们的沟通能力，也让每个人明白，在面对困难时，可以依靠彼此来支持和帮助。

安全第一，一切从基础做起



体育老师始终强调安全是最重要的事情，无论是简单还是复杂动作，都必须先学好基础，然后才能逐步推进到更高级别。这样的方法确保了学生们能够安全、高效地学习新的技能。

持续改进，不断进步

每当完成一项新技能或达到了某个标准后，教书者就会给予积极反馈并提出改进建议。这种持续性的反馈循环，让每位学生都有机会根据自身情况调整策略，从而实现持续发展和进步。

[下载本文pdf文件](/pdf/429647-体育老师的严格训练单杠上的挑战与成长.pdf)