# 体育课检讨书500字(13篇)

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-08-22

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。体育课检讨书500字篇一我就是你的学生：\*\*。今天，我怀著愧...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**体育课检讨书500字篇一**

我就是你的学生：\*\*。今天，我怀著愧疚和懊悔写下了这份检讨书以表示我对多次请假的深刻认识。

我知道，作为一个学生，应该努力学习，尊敬师长，不迟到，不早退，不旷课，也不能够多次请假。虽然，全部所请的都就是病假。但就是，我觉得我有很多地方就是错误的.。

首先，自己体质较差，应该在平时照顾好自己。

再者，即使请了假，也应该尽量到操场上，听从老师的安排。

最后，也就是最抱歉的。在我请了病假之后的体育课，没有跟老师说清楚情况。有两次就是因为我睡完中午觉起来的时候，突然发现肚子很疼，要经常上厕所。只好托同学提我请假。

经过两周的反思，我觉得这样做就是对老师的不尊重。以为体育课就是自由的。有自己决定上还就是不上。

对不起。老师，我犯的就是一个严重的原则性问题。我深深地知道。老师对於我多次请假非常生气。事后，我冷静地反思著。我知道，我就是喜欢上体育课的，也不就是讨厌老师，即使这一次老师不让我考试，但就是，我没有怨恨老师。因为，那就是我咎由自取的，那都就是自己所种下的苦果，都就是自己所做的孽。

如今，大错既成，我深深懊悔不已。

希望老师能够给我一次机会。

为了让老师你能够相信学生我能够真正的改正错误。保证不再重犯。不到万不得已，绝不请假。在请假之后的体育课也会跟老师解释清楚，以示我对老师的尊重。

检讨人：

20xx年xx月xx日

**体育课检讨书500字篇二**

尊敬的xx：

您好！

今天我怀着愧疚和懊悔写下这份检讨书，以表我对体育课早退这种不良行为的深刻反省以及再也不早退的决心。

在上课之前，您就已经强调了全体同学不能早退。但是我还是在关健的.时候犯了严重的错误。我平时都是很遵守学校的规章制度，在一念之差下，做出了有违反学校纪律的事情。我现在认识到因这个事情而早退是不应该的`，我觉得我有必须向老师做出这份书面检讨，来深深的反省一下自己的错误。

我保证以后绝不做有损集体荣誉的事，积极团结同学，严格的遵守学校的各种规章制度。在以后的学习中我会积极地参加各种活动，为班级的荣誉贡献我个人的绵薄之力。我真的深刻的知道自己错了，请求您的原谅！希望老师给我一次机会。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**体育课检讨书500字篇三**

尊敬的体育老师：

您好！

我是初三xxx班的学生xxx，我很抱歉在上您的体育课时我旷课了，趁您一个不注意就溜走了，现在为此事来检讨自己的这番违规行为。

昨天下午您体育课正好是最后一节课，我向来都不喜欢上体育课，因为不喜欢锻炼，不想出汗，所以我一番思考后，决定旷课不上。我就趁着上课的铃声还没有响，然后从后山那座墙翻过去提前回家了，我想着您平时从来不点名的，就放心的走了，一点都不担心您会发现。只是结果不如我所想的\'那样。您已经教我们体育很久了，您对我们多有了解，对班上同学的数量自然是心里有数，所以从来都不明点名，因为已经在心里您已经数过了，知道情况是怎样的。之前班上同学也是一直都很乖，没有逃课旷课的，您就没有太过严管了。知识没想到昨天竟然有人旷课不上，还翻墙回家了，这大概是触怒了您，所以昨天查明情况的时候，您真的是相当的生气，把电话打到我父母那，我也在父母工作回家之后训斥了。今天一大早的早自习，您就把我从教室叫出去了训话了。

其实昨天一回到家我就后悔这样做了，在心里也骂了自己无数次，不知道自己怎么会做这种蠢事。我都初三了，不是孩子了，还会不顾任何事情去做这种违规的事情。这行为在我自己想通之后觉得甚是无语。我不应该在非常时期还旷课，体育课在初三只有一节了，本来我们整天坐在教室里紧张的学习，就没办法得到放松，所以学校才挤出一节课的时间帮助我们锻炼，让我们在学习的一个阶段里能够得到适当的运动锻炼，放松自己的身体以及心情。这是多么难得的，但我不珍惜，因为偷懒怕出汗，就不想锻炼，也不想那么累，熟不知那对我来说是很重要的。平常我就不爱动，所以体能方面是要比班上其他人要低的，而您的体育课就是为了把我们每天学习的劳累通过运动去打散，也是为了发泄心中的不安，初三唯一一节课体育课对我是有多重要，而我却不自知。

现在我已然知晓，我就不会在把这么重要的课程旷了，会珍惜它的每分钟的，在学习的间隙同时把身体搞好，才能更好的学习，这次望体育老师您予求原谅，相信我以后不会再犯了。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**体育课检讨书500字篇四**

尊敬的班主任老师：

您好！

相信您现在也收到了我上体育课旷课的消息，我知道迟早都要被您叫去办公室“喝茶”，我就老老实实的先给您写了这份检讨书，以表示我认错的态度，以表示我早就意识到自己做错事了，以表示我对您的忏悔之心，您要怎么对我进行处罚都行，但是就是希望您能原谅我这次，我也是没有办法了，才出此下策的。

对不起，我知道旷课是我的不对，但是我是真的不想去进行体测，那是我觉得最恐怖的事情了。我本来就是非常不喜欢运动的一个人，可能是因为我的身上没有运动细胞吧，所以我对这次的体测非常的恐惧和害怕，您知道我们这次体测的内容是什么吗？100米冲刺、仰卧起坐、1500米长跑、跳远、篮球投篮、足球射门。我老实跟您说吧，我没有一项是会的，根本不可能完后其中的任何一项，我没有在跟您开玩笑，我自己在体育方面是什么样子，我自己非常的清楚。我跑步跑的非常慢，我尽量的去跑，在别人看来顶多算是小跑，这个100米冲刺我根本不可能达标，绝对会是全班最后一名的成绩。还有就是仰卧起坐，我自己有时候在寝室也做过，就算别人给我压着腿，我拼劲全身力气也只能做5个，这已经是我的极限了，这可跟达标的成绩可差远了。1500米简直就是噩梦好吧，上学这么久以来，上体育课都要跑步热身的，但是我老实跟您说，我没有一次是跑完的，都是跑着跑着走完的，这次考试，估计后面我又的.走完全程。跳远我也不行，我也不知道是不是我跳的方式方法有问题，我的腿也不短啊，但是弹跳力就是那么的差。剩下的那两个球类的，更加别提了，我就从来都没接触过，根本不可能完成。

综上所述，您应该可以理解我为什么说自己这么的不喜欢体测了，也能理解我为什么要逃课了，老师我是真的不想去丢这个人啊，我又不是没有在以往体育课跑1500米的时候被嘲笑过，那种感觉真的就非常的不是滋味，我也是跟体育老师商量过，要他就当我的体育成绩全部不及格吧，我能不能不考了，但是得到了他严厉的拒绝，说我都没尝试一下怎么就知道自己不行，然后我就想到了直接旷课算了，至少这是现在唯一一个可以让我避免体测的办法。

老师，我错了，您放心，我的这次旷课只是被形势所逼，以后只要不遇到体测，我是一定不会再旷课了，或者您给我一点建设性的意见也行。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年x月x日

**体育课检讨书500字篇五**

尊敬的体育老师：

首先我要对您说一声对不起，我错了！

对于这次我逃课一事我十分后悔，而且认识到错误的严重性，对此我做出以下检讨并保证以后类似的错误不会再犯！

作为一名学生，我应该明确自己的学习目的，应该按学校的要求，班级的要求，老师的要求做一个学生应该做的事情！应该时时刻刻明确自己的学生身份，去履行一个学生应有的职责！而认真上课是每一个学生都应该做的最基本的事情，但是由于我的个人原因却没有完成这项学生最基本的任务！仔细看来不应该把学习作为任务来看，应该是学生的本分！老师要求我们认真上课也是为了能够让我们学到知识，让我们有一技之长，也是为了我们好，而且老师还那么认真的不辞辛苦讲课，而我却为了图一时的痛快，犯下错误！现在看来我真是后悔莫及，我不但没有对自己的学习负责，而且还影响了整个班级的学习环境，对其他同学造成了不好的影响，不仅让老师费心，而且还会让父母失望，所以我已经充分认识到自己所犯问题的严重性及其不良影响！

在我写检讨书的过程中，我从今天所犯的错误中想到了很多，也理解明白了很多！我感觉这次错误使我的觉悟上升了很多，也使我慢慢成长，懂得了以前老师和家长说的很多话！这次错误可以说是刻骨铭心的，因为事情不大，但是使我明白了我以后的学习目的.`，为了什么而学习，使我明白了父母对我的期望，以及老师对我负责的关心。我不能让家人，让老师再对我失去信心，我要从这次错误中充分吸取教训，改掉自己的不良习惯，按老师的要求去学习，去努力，全身心的投入到学习中去，让同学们重新认识我，做一个积极上进，努力拼搏，不耻下问，勇于认错，敢于担当的好学生！希望老师能够看到我诚恳的态度，以及我今天写下的决心！我会从一点一滴做起，不求能为班级争光，但绝不为班级抹黑！

最后，再一次真心的向老师您说一声：我错了！请原谅！我向您保证，同样的错误不会再犯，请老师看我的实际行动吧！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**体育课检讨书500字篇六**

尊敬的体育老师：

今天风和日丽天晴挺好的!在你的英明领导之下,我班的学习环境逐渐提高,但还是美中不足,还有些小小的披露!这些都是我们班干部造成的,没有好好的.给同学们起带头作用.这是我们的错,我深深的知道错了!

自我认为造成这样的原因有以下几点

一.是我们班班干部自身的不足,没有表率的作用.

二.是我们班同学们的原因,没有自治力,没办法约束自己,见风就起舵.不好!

没有集体荣誉感,自己想自己的!

以后我会尽力为班里着想,帮助老师好好的管理班级,尽量慢慢改变现在的学习环境,情况就是这个情况,事情就是这个事情,实在写不出太多,没意思,没啥可写的!

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**体育课检讨书500字篇七**

尊敬的老师：

您好！

对不起，老师，我在体育课上出现了逃课的行为，我完全没有遵守班级纪律，就因为自己不喜欢体育课而私自的逃课，逃课是一种严重违纪的行为，作为一个学生就应该遵守学校的纪律，维护班级的纪律，对于自己出现的这种逃课的行为，我深知在班级上造成的影响是多么的恶劣，也给班上带来了歪风邪气，经过老师的严厉批评之后我对自己的这种行为做出了很深刻的检讨，并且对于自己这违反纪律行为的出现有了很深刻的认识，同时我现在也很懊悔我给班级带来的负面影响。

逃课这样的事情发生一名学生的身上是非常不应该的，作为学生我们来学校的目的就是为了学习各方各面的知识，使得自己能有一个好的成长环境，而我出现逃课的原因就是因为我不喜欢体育课，认为体育课学不到任何的知识，是在浪费自己的时间，才进行了逃课，我以为体育老师不会很仔细的清点人数，毕竟上体育也没有什么别的事情，可正是因为我的`这种思想才造成了这么严重的错误的发生，逃课就是我思想不成熟的表现。

在面对自己的逃课行为时，我作出了深刻的检讨，学生就应该遵守学校的纪律与规定，在经过了反思之后，我明白了体育课它并不是我认为的那样学不到任何知识，相反体育课对于学生来说是非常重要的，因为体育课给了我们锻炼的机会，当我们在教室学习了很长的时间之后，在体育课我们就能够放松自己疲惫的身躯，也能够放松一下自己绷紧的神经，所以体育课对于学生来说是非常的重要，我们在学校是需要努力的学习，但是我们得有一个好的身体，体育能够让我们锻炼自己的身体，这就是体育课的重要性。

对于我今天出现逃课的这一现象，我选择非常的后悔自己的行为，这是我对体育老师的不尊敬，我完完全全的无解了体育课和体育老师，我欠老师一个道歉，我也带坏了班级的风气，我真的不应该逃课。

无论什么课程都有它的作用和意义，不能因为自己不喜欢就逃课或者厌学，学生就应该在学校严格的要求自己，严格的遵守学校与班级的纪律，只有在学习当中严格的要求自己，才能不断的成长，不断的进步。

最后，我恳求老师原因我这一次的错误，给我一次悔过的机会，我现在充分的认识到了自己的错误，在以后我一定严格的要求自己，让违纪的事情远离我。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月xx日

**体育课检讨书500字篇八**

尊敬的老师：

您好！

我是xxx，在昨天的体育课上，我逃课了，明知道逃课是一种非常严重的违规行为，但我还是逃课了。我为我的行为道歉，写下这份检讨书来证明我的决心，并且做出保证。

在学生们的眼里，逃课是一件很特别的事情，若不是担心老师的责怪，很多人都会想逃课试试。倒也不是多想逃离课堂，只是人们偶尔会对那些不能尝试产生一定的好奇心。但大部分人还是不会逃课的，所以他们对于那些打破了校园规定的人充满着一股莫名的钦佩感，在这样情感的驱使下，使得我也做出了逃课的决定。

抱着学生生涯里什么都要尝试下的想法，我同意了别人的建议，参与了逃课事件，逃的是不怎么受到重视的体育课也是我同意逃课的原因之一。在体育课前的下课时间里，我们就做好了逃课的准备，几个了秘密的商量着体育课待在哪里，周围的同学也答应不会拆穿他们。体育课的铃声打响了时候，教室的同学陆陆续续的在操场集合，我自然是不在其中，我和另一个逃课的同学就坐在操场另一端的台阶上，因为这个太僵是背对着集合点的，所以体育老师也没法发现我们，我们也是算好了这点才坐在这里的。

听着操作上窸窸窣窣的声音，我心里的感觉和我想象中的完全不一样，在我原本的想法中，我逃课了之后会开开心心的`玩耍。但坐在台阶上，我此刻的心情却感到有些后悔，因为我们是逃课，而且还是体育课，所以若是光明正大待在教室里就太引人注目了，操场上又有着体育老师，我感觉自己无处可去。而且虽然我逃了体育课，但我却又无法完全的抛下它，我总有种心惊胆战的感觉，因为我很担心会被老师发现，所以时不时的望向操场，总的来说，第一次逃课的体验感非常的糟糕。

似乎是为了验证我那股心惊胆战的感觉不是空穴来风，我们逃课了这件事情被查了出来，被叫到了班主任那里，进行了严厉的批评。我的内心也因此稍稍踏实了一些，有了这次糟糕的体验，逃课这样的想法从我的心中彻底抹去了。我保证我不会再逃课了，这次的行为给老师带来了麻烦，对同学们产生了不良的影响，对此我很抱歉，但还是希望你们能够原谅我为此，我以后再也不干这种事情了。

此致

致敬！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**体育课检讨书500字篇九**

亲爱的老师：

你好！

老师我错了，我们不该跑步的.时候讲话，扰乱纪律。刚开始我还没理解老师让我写检查的目的。回到家后，妈妈跟我说其实老师这是为我们学生着想跑步的时候容易岔气不利于身体健康，听了妈妈的话我深知自己的不对，同时也感谢老师对我们学生的关心，老师我不会有下次了，老师说的一定是对的。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**体育课检讨书500字篇十**

尊敬的领导：

您好！感谢您在百忙之中抽空看我写的检讨书！

我不想再为自己的错误找任何借口，那只能让我更加惭愧。这份检讨书，向您表示我对这种错误行为的深痛恶绝，我下定决心，不再 犯类似错误。其时，领导反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼，也已经深刻认识到此事的重要性，于是我一再告诉自己要把此事当成头等大事来抓，不能辜负领导和同事对我的一片苦心。 自己并没有好好的去考虑我现在的责任，造成了工作的失误。 通过这件事，我感到虽然是一件偶然发生的事情，但同时也是长期以来对自己放松了要求，工作做风涣散的必然结果，也是与我们学校要求-----树新风，讲文明，背道而行。经过几天的反思，我对自己这些年的工作成长经历进行了详细回忆和分析。记得刚上班的时候，我对自己的要求还是比较高的，时时处处也都能遵守相关规章制度，从而努力完成各项工作。但近年来，由于工作逐渐走上了轨道，而自己对学校的一切也比较熟悉了，尤其是领导对我的关怀和帮助使我感到温暖的同时，也慢慢开始放松了对自己的要求，反而认为自己已经做得很好了。因此，这次发生的事使我不仅感到是自己的耻辱，更为重要的是我感到对不起领导对我的.信任，愧对领导的关心。

如今，大错既成，我深深懊悔不已，深刻检讨。本人思想中的致命错误有以下几点： 思想觉悟不高，对重要事项认识严重不足。就算是有认识，也没能在行动上真正实行起来。

思想觉悟不高的根本原因是因为本人对他人不尊重。对待工作的思想观念不够深刻、不够负责。我决定做出如下整改： 1、对自己思想上的错误根源进行深挖细找，并认清其可能造成的严重后果。 2、认真克服生活懒散、粗心大意的缺点，努力将工作做好，以优秀的表现来弥补我的过错。 3、经常和同事加强沟通，保证不再出现类似错误。

此外，我也看到了这件事的恶劣影响，如果在工作中，大家都像我一样自由散漫，漫不经心，那怎么能及时把工作落实好、做好呢？同时，如果在我们这个集体中形成了这种目无组织纪律观念，不良风气、不文明表现，我们工作的提高将无从谈起，服务也只是纸上谈兵。因此，这件事的后果是严重的，影响是恶劣的。

短短几千字，不能表述我对自己的谴责；更多的责骂，深藏在我的心理。盼望领导能给我改过自新的机会。如果学校能给我改过的机会，我会化悔恨为力量，我绝不在同一地方摔倒，以后我要努力工作，认真负责，争取为学校的发展做出更大的贡献。所以，我要感谢领导

让我写了这份检查，是领导让我认识到自己的错误，给了我改过的机会。说真心话，在学校上班认识很多同事，真的很开心很愉悦！

在这件事中，我还感到，自己在工作责任心上仍就非常欠缺。这充分说明，我从思想上没有把工作的方式方法重视起来，这也说明，我对自己的工作没有足够的责任心，也没有把自己的工作做得更好，也没给自己注入走上新台阶的思想动力。在自己的思想中，仍就存在得过且过，混日子的应付思想。现在，我深深感到，这是一个非常危险的倾向，也是一个极其不好的苗头，如果不是领导及时发现，并要求自己深刻反省，而放任自己继续放纵和发展，那么，后果是极其严重的，甚至都无法想象会发生怎样的工作失误。因此，通过这件事，在深感痛心的同时，我也感到了幸运，感到了自己觉醒的及时，这在我今后的人生成长道路上，无疑是一次关键的转折。在此，我向领导做出检讨的同时，也向你们表示发自内心的感谢。发生这件事后，我知道无论怎样都不足以弥补自己的过错。因此，无论领导怎样从严从重处分我，我都不会有任何意见。同时，我请求领导再给我一次机会，使我可以通过自己的行动来表示自己的觉醒，以加倍努力的工作来为学校做出积极的贡献，请领导相信我。

检讨人： 李晨

时间：20xx/10/27

**体育课检讨书500字篇十一**

尊敬的体育老师：

你好，希望你不因为我们的愚蠢行为而伤心！我要深深的向你鞠一躬，感谢你对我们的辛勤教导。

真对不起，我的行为让你失望了，我的举动让你操心了。我也很难过，我旷课了，虽然我很少旷课，但这是我不愿意看到的，这在我的学习生涯中留下了一个败笔。

这次旷课的经过大致是这样的。由于昨天晚上以前的`几个同学回来了，邀请我一起去玩。说真的，我不想去，真的不想去，我不想因为玩耽误学习，我担心睡觉晚了起不来，但是，在他们的一在坚持下，并以哥们义气要挟下，我的防线被摧毁了。

杨老师，你知道的，现在同学们之间很流行哥们义气，虽然我知道这是不好的现象，可如果我不去，将会被他们孤立起来，被同伴抛弃的感觉是无法形容的，一个人孤孤单单的日子真的不好过，相信谁都不愿被伙伴抛弃，并且我当时认为只要适当注意，早一点回来，是不会有什么严重后果的。可是他们一直玩到很晚了才回家，我只有无奈的陪着。杨老师，我当时玩得好苦呀！我想到你对我的谆谆教诲（查成语），想到父亲严厉的目光，想到你们失望的眼神，我不敢想，我不想这样玩啊。

由于彻夜的玩耍，夜晚的温度很低，我感冒了，我没到校上课。我旷课了，我深感内疚，我无法面对你，杨老师。你惩罚我吧。

请你原谅，我会调控好自己的情绪，好好学习，不会再迟到了。再次感谢老师对我的关心与帮助。我不会让你失望的。

此致

敬礼！

姓名：

日期：年月日

**体育课检讨书500字篇十二**

尊敬的老师：

您好!

实在是非常的抱歉，在今天的体育课上，我因为自己的任性、不守纪律，结果竟导致在体育课上犯下了旷课的严重错误!对此，我实在是感到无比的惭愧!也非常的后悔!我没有想过要引起这么大的麻烦，甚至导致让您感到烦恼，让班级的同学们担心。对此我真的没有想到，但我的行为所造成的影响却远超我的想象!起初，我仅仅只是因为自己的任性，以为在体育课这样宽松的课程就算少我一个也不会有太大的影响。但我却部明白，“无论是哪位老师对我们的重视程度都是一样的!”这个道理。我只想着自己的想法，任由自己的任性，但却丝毫没有考虑过去老师们的担心!学生突然不见，又有哪位老师不感到担心呢?但我却没重视这一点，甚至还躲在教师的角落里休息放松!这实在是非常的过分!

如今，在通过这次的\'检讨和反省后，我更充分的认识到了自己在行为上的错误，认识到了自己这样的行为会给老师和加大带来多么严重的麻烦!而最后，我这样的行为也带来了极其严重的结果，不仅导致大家浪费了体育课的训练时间，还极大的扰乱了班级的纪律!对此，我真的后悔不已。如今，通过检讨，我也对自己的问题进行了总结管理，现总结如下：

首先，在思想方面，作为一名学生，我没有意识到自己这样的行为是非常错误的事情，因为错认为体育课比起文化课管理比较宽松，就以为自己可以随意的行动，结果错犯了旷课的错误!这是非常不因该的!这是我在思想方面的懈怠，是对自己管理的不严格。

其次，在纪律方面，我身在\_\_\_学校的\_\_\_班，但不仅对学校和班级的纪律不重视，连对《学生守则》的要求都不能遵守!这不仅会给学习带来麻烦，还会让老师的工作遇上困难，甚至也许还会因我们的擅自行动给自己带来危险!

反思自己的行为，我真的感到很抱歉。这是我在思想上、纪律上对自己行为的不重视。同时，这也的是我对班级责任感的不足，作为\_\_\_班的一员，我不因该随意脱离集体的行动!这不仅仅是对自己和班级的不负责，也会给大家带来麻烦!这实在是非常的对不起!

此次的检讨后，我一定会认真的改正自己，管理自己，还望您能原谅我的错误!

此致

敬礼!

检讨人：\_\_\_

20\_\_年\_月\_日

**体育课检讨书500字篇十三**

尊敬的xx：

您好！

我没有好好的上体育课，反而是和同学起了冲突，最后还打架了，要不是体育老师及时的制止，可能和同学还会打得更加的严重，现在我也是冷静了下来，知道我是犯了大错的，在以后，我不能再打架了，在这里我也是要好好的检讨下。

其实这次打架的原因也是很简单，就是我们一起打球，但是由于同学的防守动作比较的大，我就觉得他这样比较的脏，说了几句，结果他并不如此觉得，我们就吵了以来，本来在打球，就是有些不冷静，然后我们吵着就动手了，即使是有同学拦着，我们也还是没有冷静下来，直到后来体育老师赶到，我们才彻底的分开，没有再打了，现在想想，其实这只是同学的一种防守方式而已，我只是适应不了，并不是他的防守有多脏，况且也是说明我球技不行，如果我足够强的话，也不会畏惧这种高强度的防守。

体育课本来就是锻炼的，在这种防守下，其实更能锻炼我自己，只是暂时我无法适应而已，但是并不代表我就不能打球，而且和同学发生冲突也是很不应该的，大家都是在体育课上锻炼身体，有竞争是正常的事情，本来就应该按照球场上的输赢去做，不能来打架，这样也是很不团结，对我们班级的一个形象也是有影响的。况且我们其实这也是一个小事情，我也不应该不那么的.不冷静。

这次打架也是让我意识到，我在面对挫折的时候不能很好的去面对，即使我突破不了同学的防守，这只能说我的能力不够好，我更应该做的是加强我的能力锻炼，而不是冲动的想利用打架这种方式来发泄自己的不满，明明是自己的能力不够强，并不是别人的问题，我也是要在自己的身上去找原因，不能去怪别人，特别是体育课，是一个课堂，更是要遵守课堂的一个纪律。

老师，现在我也是知道我错误了，我不能打架，不能不遵守课堂的纪律，和同学的相处更是要和平共处，有什么矛盾，大家敞开了来说，而不是用打架的方式去解决，那样不但是解决不了问题，同时还会造成新的问题。回顾我这次打架的错误，我现在冷静下来想想，也是觉得我是特别的幼稚，怎么能做这样的事情呢，也是耽搁了体育课锻炼的机会，今后真的不能再打架了。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找