

# 双减体育类 双减下体育课堂总结(汇总5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 双减体育类篇一

随着课程改革的不断深入，作为一名教育工作者，深感肩上责任重大。为了使自己的教学能力有进一步的提升，要抓住时机，力争提高与发展自己。本学期，我将努力提高理论水平，更新教育教学观念，扎实有效地作好日常教育教学工作，更好地服务于广大学生。本年度我将认真学习课外教学等书籍和《体育新课标》，认真研修以求自我发展，制定个人校本研修计划如下：

在新的时代背景下，教学工作也需要有新的改变。努力改变自己，学习新的知识和教学方法以适应现代课堂，提高自身专业技能和提升师德素养是现代教师的必修课。以教师的可持续发展为目标，努力提高教师课堂教学能力、教育科研能力、现代化教育技术和络应用能力；积极开展教学方法和学习方式的研究，深入发挥骨干教师作用，提高自身的师德修养、业务素质、教学基本功。

- 1、积极参加校本培训与教学研究。
- 2、坚持理论与实践相结合，注重在教育实践中运用所学的新课程理论，并及时发现、解决课改中的问题，以教研促教改。
- 3、校本教研要面向学生，以人为本，关注人的全面发展。

本学期的研修重点将围绕小学体育课堂的有效性展开研修活动，加强学习与研究，更新理念与手段，重视总结与交流；推动自身教研能力与素质和水平的整体提高。

1、积极进行读好一本书，做好一份读书笔记，写好一篇心得体会，上好一堂课，写好一份教案，讲好一口普通话，写好一手字，用好一种信息技术。

2、完善自身校本研修、加强理论学习、提高教学质量。

3、结合教育教学实践中的具体问题，通过实践、研讨等活动方式，提高研修的质量，促进教学发展。

4、加强自身的业务培训，不断的提高自身的修养，注意体育资料积累工作，坚持听课，取人之长，补己之短。

本学期，校本研修内容是继续加强师德建设，进行新课程实践，利用新技术，开展教研活动，提高教学质量，推进教学发展。

1、认真参加集体组织的学习培训做好培训记录。使自己的业务素质在原有的基础上得到进一步的提高，加强自身的实际能力和教育创新能力，转变教育理念、教育行为，把教育理论落实到实处。

2、认真参加学校的校本研修活动，提高教育教学科研意识和能力，努力争做反思、研究和学习的教师，为学生做好榜样。吸取其他老师的成功经验。

3、精心准备自己的研修课程，掌握现代教育技术能力，熟练运用计算机备课，能借助络查找有关教学资料，能应用软件制作课件，运用计算机辅助教学。努力提升使用现代教学设备的能力。

4、加强自身的师德修养，争做具有强烈的事业心，崇高的使命感，乐于奉献，勇于吃苦，勤洁廉正的教师。

5、多读书，善思考，勤积累。空余时间利用电脑进行络研修。

6、注重自我反思。坚持做好教学反思，反思自己备课时是否遇到什么困惑，反思上课时是否发现了预料之外的问题，自己是怎样及时地处理这些问题的；反思自己本节课有那些比较满意的地方或有什么困惑。在此基础上，做好教学常规工作，使自己的课堂变的更有意义，更加贴近新课程改革的需要，最大限度的调动学生学习的主动性。

7、向同行学习。同伴协作、加强交流，促进教师之间的对话，鼓励教师互助学习、探讨、彼此支持、共享。

总之，本学期要积极开展教育教学工作，充分利用现代技术的丰富，时时学习，处处学习，不断提高自身素质，完善自我，成为一名适应时代发展教育工作者。

## 双减体育类篇二

20xx年12月4日至12月10日期间，我参加了由东港市教育局组织的北京国培之旅，为期五天的培训学习，我收获颇多，在感触较深的同时，也认识到了自己教学中的不足，因此，可以说这次培训来得很及时，培训内容很深刻，培训的效果将影响深远。不但使我提高了认识，而且使我学到了许多理论知识和专业技能。

教学是一门艺术，教学艺术是实践智慧。这次培训是我有幸加入了一个专业、规范、有着先进理念的培训队伍。这次国培为我们体育教师创造了一个很好的学习机会，也是我们农村体育教师学习、交流的一个很好的平台。参加此次培训学习，是一种荣誉，更是一种责任，同时也感到压力。学习期间，专家的精彩讲座，使得我有机会和专家们进行面对面，零

距离的交流。研修班学员之间互动交流，也让我有所受益，现在回想，收获颇多，在这我就此次国培中的点滴体会与收获和大家一起分享。

教师的职不仅仅局限于传递知识，而是越来越多地转向引导、影响、了解、激励、鼓励学生，使学生全面发展。体育是学校教育的一个重要组成部分，应该服从于“培养人”这一教育的大目标。体育课程的目标是培养学生健康的体魄，以使他们将来能够精力旺盛地为社会和国家做出更大的贡献。

反思是教师对教学中的行为以及产生的结果进行审视和分析的过程，是一种通过参与者的自我决策水平来促进能力发展的途径。为了符合新课程的要求，满足学生个体的需要，体育教师应加强学习，不断提高自己的理论水平和反思能力，在教学中勤于反思、质疑、批判、创新，善于观察和发现教学中存在的问题，并通过科学研究的途径解决问题，以提高自己的教育科研能力。

长期以来，人们对体育课的概念模糊，特别是农村小学，因为体育器材缺乏，人们认为体育课就是跑跑步、做做操。通过这次培训，使我懂得了小学体育的教学目标。首先，我在研修期间认真聆听了专家们的讲座，感受很深，收获很多。专家们的讲座以及优秀课例和视频，使我得以从理论的高度了解本次培训的必要性和重要性，同时也得以从感性上了解新课程理念下的课堂教学，从而得以重新认真地反省与审视自己的教育教学观和教学策略和方法。

培训既紧张而忙碌，因为在培训中，我感受到了一种孜孜以求、学无止境的氛围。这种严谨实效的氛围，让每听一课讲座我都认真聆听，精心揣摩，通过网络便捷方式查阅相关资料，努力构建高效的教育教学活动。在实践过程中敢于迎接挑战，便也敢于创新。可以说，是培训激励了我的意志，启发了我的心智，让我更加执着地扑在体育的教育教学上。有句话说的好：“教师要想给学生一碗水，自己必须得有一桶

水，甚至是源源不断的源头水。”所以我们要想做一名优秀的教师，不能做一潭死水，而是要做那源源不断的源头水，因此必须要不断加强专业知识的学习。体育教师也是如此。教师只有认识到了体育课的重要性，理解了体育课的教学目标，那么就要想法设法在课堂教学中实现，因此教师必须强化自己的体育综合素质，就应该加强学习各方面的知识，研究教材，研究学生的身心成长规律，多学习和掌握体育方面和与体育有关方面的知识，才能上好每一节体育课。

总之，通过倾听讲座、专家点评以及优秀体育教师观摩课的交流，使我对新课程改革的理念有了更进一步的认识；通过参与专家线研讨和交流，我领略到了体育课堂的魅力，有幸聆听到了各位优秀体育教师的优质课，更使我受益匪浅；通过对金盏小学、楼梓庄小学、朝中、陈经纶中学的参观，让我打开眼界；最后，通过撰写提交研修总结心得，思想和认识又得到了进一步的升华。

培训活动虽然是短暂的，但无论是从思想上，还是专业上，对我而言，都是一个很大的提高。在今后的工作中，我会努力学习，做好后续研修，在实践、学习中不断进步。

培训，使我提高了认识，理清了思路，找到了自身的不足之处以及与一名优秀教育者的差距所在，我将以此为起点，让“差距”成为自身发展的原动力，不断梳理与反思自我，促使自己不断成长。在今后的教育教学实践中，潜下心来采他山之玉，静下心来纳百家之长，在教中学，在教中研，以学生为本，在教和研中追求实效和水平，创造出自己在农村教育事业的一片新天地，忠诚于党和人民的教育事业，努力成为一名更加受党和国家、人民信任、放心，学生尊重和喜欢的人民教师。

## 双减体育类篇三

体育双减政策是指国家发改委、教育部、财政部、人社部联

合印发的《关于促进中小学生全面减负 全面发展的意见》中规定的减轻学生体育负担的政策。该政策引起了广泛的争议，有人认为是为了减轻学生负担，有人则认为会影响体育发展。了解该政策后，我对此产生了一些见解和感悟。

## 第一段：政策主要内容和背景

体育双减政策是指中小学校在体育课及体育社团活动中，每周有一到两节体育课时可以作为运动健身、学生自主活动时间，根据不同年龄阶段和身体状况，普遍提高课程质量和效果，重点关注发展学生体能、运动技能、协作能力等方面。该政策主要是为了实行全面减负、双重减负的指导方针，缓解中小学生的学业负担和体育负担，保障了中小学生的身心健康。

## 第二段：对体育双减政策的理解

体育双减政策不仅重视学生的体育健康，同时也关注学生的综合素质的培养。通过每周一到两节体育课时的自由活动时间，让学生可以根据自己的兴趣和爱好进行体育活动，体验健康活动的乐趣，同时加强体育课的教学质量和提高学生的体能水平，这是对体育教学和学生身心健康的积极促进。

## 第三段：对体育双减政策的担忧

一部分人认为体育双减政策会影响体育运动的储备和发展，会让体育辅导员失去工作之外，更会让国家体育队的选手输在起跑线上。实际上，课余活动时间可以让学生多参加一些兴趣班和社团，培养学生的综合素质和兴趣爱好，而体育教练员和体育社团指导员仍会为学生提供更多更好的教学方法和指导。

## 第四段：如何看待体育双减政策

坦率地讲，体育双减政策是否有效，还需要根据实际情况来进行评估。对于学术或者是行业专业人士而言，政策的出台取决于政策利益所属的阶级利益，必须符合党和国家的战略需要。而肩负教育使命的学校，更需要将学生的身心健康摆在首位，通过减轻学生的体育负担，来促进体育教育的改革和发展。

## 第五段：结语

综上所述，体育双减政策是一项重要的政策措施，它有助于缓解中小学生的学习和生活压力，同时提高体育教育的教学质量和学生的体能水平，是一种有益而积极的教育改革。然而，教育和体育高度相关，学生的身体健康和综合素质的培养也同样重要，学校、家长和政府部门都应该加强沟通和协作，共同推进教育和体育的和谐发展。

## 双减体育类篇四

体育双减政策是指针对学校体育项目和学生体育课程紧缺的现状，教育主管部门要求学校减少体育考试科目和减少学生体育集训时间，以促进学生全面发展。近年来，这一政策在全国范围内推开，引发社会各界的议论和争议。在接下来的文章中，本文作者将对体育双减政策进行解读，并从自身的体育经历出发，谈谈自己的一些体会。

## 第一段，描绘现状

首先，我们需要认识到当前的现状。在很多学校中，学生们的体育教育程度较低，体育设施和资源都不足。当然，在运动课程中，体育考试科目越来越成为学生们的负担，对于许多不擅长体育运动的人来说，这样的环境给他们带来了极大的压力。此外，许多学生参加各种体育培训和竞赛，也往往因为集训时间过长和压力太大而影响到他们的学业和身心健康。

## 第二段，谈及“双减”

针对这些问题，在体育双减政策的制定下，体育考试科目和学生体育集训时间都受到了减少。首先，考试科目的减少能够减轻学生们的压力，让他们能够更加专注地学习和享受体育运动的乐趣。而对于集训时间的减少，加强了学生的身体锻炼，让他们能够更好地体验到运动带来的快乐和健康。

## 第三段，思考“绩效”

但是，这种“双减”政策是否能够真正提高学生们的综合素质呢？一些人担心，减少了体育考试科目和学生集训时间，会让学生对体育课程产生更深的厌恶。而一些家长担心，减少了竞赛集训时间和考试的机会，会影响孩子们的绩效和未来的发展。我们需要反思的是，体育双减政策能否真正提高学生们的综合素质，必须要根据具体实践来评估。

## 第四段，探究个人体验

作为一位运动员，我在每天的集训中感受到了许多身体上和精神上的挑战。在参加各种比赛中，我时而体验到了竞争的快感，时而也感受到了失败带来的挫败感。但是，在整个运动过程中，我感受到了运动所带来的快乐和挑战。我个人认为，运动能够让人们对自己有更深刻的认识 and 了解，也可以锻炼自己的毅力和坚持精神。因此，无论是减少考试科目还是减少集训时间，我们必须要坚信，体育是一种健康而有益的生活方式，对于青少年的身心健康和全面发展至关重要。

## 第五段，总结思考

综上所述，体育双减政策对学生的素质和全面发展有着积极的影响。但是，我们也需要明确，体育的作用不仅仅是作为一门考试科目，更重要的是运动所带来的身心健康和全面发展。我们应该鼓励学生参与体育运动，同时鼓励他们在体育



运动中去体验挑战和满足感。同时，政府和教育机构也需要在改善体育资源和设施的基础上，推动体育的普及和发展，提高青少年的体育素养，培养他们健康而积极的生活态度。

## 双减体育类篇五

体育双减政策是指近年来我国体育领域实施的限制学生体育课和校外体育培训的政策。该政策引起了广泛的争议和讨论。在我看来，这一政策的实施背后有着深层次的考虑和理念。

### 第一段：政策的初衷及现实问题

众所周知，我国现在面临着教育问题和竞争问题。学校和家长普遍重视学生的学习成绩，希望他们能够通过学业取得更好的未来。因此，许多学生在课业的压力下，往往会忽视身体素质锻炼。这也是导致很多人身体不够健康和易生病的原因之一。政策的初衷就是为了让学能够生能够更好地发展身体素质，有利于学生全面成长。

然而，现实问题是，由于市场经济的影响，校外体育培训逐渐成为行业。一些培训机构为了追逐利益，越来越频繁地教育中学生参加培训，时间和精力都花在了培训上，导致学校的体育课程被忽视了。

### 第二段：双减政策对学生的影响

政策的实施，不仅仅是为了解决上述问题，也带来了其他的影响。首先，它会带来让一些学生缺乏充分的身体锻炼的风险。其次，政策可能会让一些优秀的校外体育培训被取消，对一些专业选手和志愿者形成的程序布置可能会有影响。

然而，这些影响并不会影响整个教育体系的实际运作，并且这些好处有助于学生建立体育兴趣，培养健康的生活习惯。并且政策的实施也受到了教育部门的有效监督和控制。在过

渡期内，政策的实施也特别地规定，许多职业体育学校和运动学校都会继续开设课程，以满足对校外培训的需求。

### 第三段：政策对体育市场的影响

政策的实施也会对整个体育市场造成影响。市场经济背景下，校外体育培训以高收益为主要目的。然而，政策的实施将会对行业的竞争和顾客的选择产生一定的影响。它也会对行业产生一个公平的竞争环境，也为一些小规模机构提供了发展机会，让更多的人能够接受专业性高且价格合理的训练。

### 第四段：体育教育在切实影响学生全面成长的过程中的作用

体育教育对学生的发展形式是至关重要的。在学生的知识水平和身体素质发展过程中，体育教育可以帮助培养他们的纪律性，团队精神和竞争力。此外，在健康的人体生理状态下，体育学习不仅仅是良好身体健康状态的保证，而且也是开发个性和智慧的大门。因此，教授体育技能和技巧可以为学生的成长和成功做出贡献，并且有助于提高国家的整体竞争力。

### 第五段：结论

综上所述，体育双减政策虽然可能会带来一些负面影响，但是这一政策也确实为我国教育事业带来了好处。面对现实问题的同时，教育部门应该建立一个更加完整和密切的体育教育体系，以确保学生能够更好地健康成长。同时，更好地推广优秀体育教育课程，并在不断探索优秀校外体育培训制度中寻找合适的发展机会。通过引导合理的行业发展和教育措施的完善，教育部门将会使体育教育成为人才培养的重要组成部分，以支持国家的发展。