

# 最新体育与健康课程心得体会(实用5篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面小编为大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 体育与健康课程心得体会篇一

通过新课程标准的学习让我深刻体会到教书育人，为人师表的收获与体会。贴近实际，所列举的教育实例，既交代结果，更注重讲述过程，生动实在，给人以深刻的启发与思考。听完这些讲座不仅让我了解了前沿教育教学改革的动态，而且也理解了一些新的教育教学理念和实际操作方法。理论结束我们还充当学生上了几节篮球、排球、武术、体操、游戏、足球六节技能课，老师们八仙过海，各显神通，我们学到了不少技术技能，老师们的精心准备，学员们也是专心致志受益匪浅。

通过学习，使我更加深刻地了解了基础教育课程改革的背景及教育意义，对体育又有了新的认识，对体育教学又有了新的思考。体育不是简单的技能教学，更不是健康知识的说教。而应该是以学生发展为中心，重视学生个性发展与学生的经验，让体育教学回归自然。特别强调了关注学生个体差异与不同要求，确保每一名学生受益。我们只有多反思、多总结，不断探索新的.科学的教学方法和手段，通过学习不断提高自身的素质以适应社会对体育教师的要求。

总之，人只有在不断的学习与研究中才会进步，唯愿自己通过培训学习能够不断进步，不断超越自我。

## 体育与健康课程心得体会篇二

### 1、健康第一的指导思想得到了更充分的体现。

促进学生健康成长世界卫生组织提出健康是指人的身体、心理和社会适应能力各方面完美的状态，而不仅仅是指人没有疾病。由此可见，一个人只有身体和心理上保持健康状态，并且有良好的社会适应能力，才算得上真正健康。然而，在传统的学校体育教学中，生物体育观曾是多数体育教师传统的教育观念。它主要以提高学生的生理机能为目标，追求对人体生物学的改造，忽视对学生心理和生活适应能力的培养。体育与健康课程以促进学生身体、心理和生活适应能力整体健康水平的提高为目标，构建了包括技能、认知、情感、行为等领域的课程结构，融合了体育、生理、心理、卫生保健、环境、社会、安全、营养等诸多学科领域的有关知识，真正关注学生的健康意识、锻炼习惯和卫生的养成，将增进学生健康贯穿于课程实施的全过程。面对社会的需求与发展趋势，作为学校教育的一个重要组成部分，体育课程担负着增进学生健康的重任。未来教育需要培养既有专业知识，又有良好体力与心理素质的人才。由此，要求教师必须转变教学观念，通过体育教学和课外体育活动，对学生进行感化、影响和引导，提高学生身体素质，培养学生良好的品质和健康的心理，让学生掌握科学身体的方法，养成坚持锻炼身体的习惯，以增进身体健康、心理健康和社会适应能力。这正是体育与健康新课标所要达到的重要目标。

### 2、激发学生运动兴趣，培养学生终身体育的意识

学校体育是终身体育的基础，运动兴趣和习惯是促进学生自主学习和终身坚持锻炼的前提。无论是教学内容选择还是教学方法的更新，都应十分关注学生的运动兴趣，只有激发和保持学生的运动兴趣，才能使学生在自觉地进行体育锻炼。教师教学中要采用发现学习的方法，在发现学习中学生的主要任务是参与知识的发现过程，而教师的主要任务是为学生

发现知识创造条件和提供帮助。在体育教学中，发现学习主要是让学生通过分析、思考，自己提出完成动作的方法和要领。比如篮球教学中，可先让学生自由练习一段时间，学生在练习的过程中会遇到各种问题，这时让学生展开讨论，教师对学生提出的问题，不要正面回答，而是旁敲侧击地反问学生许多相关问题，一旦学生想通了教师所提出的问题，原来的问题也就迎刃而解了。这种交互式的答疑是充满乐趣和挑战性的，每个学生都能感受到思索的乐趣，从而更好地培养了学生创造性思维的能力和实践能力。因此，在体育教学中，重视学生的运动兴趣是实现体育与健康课程目标的有效保证。

### 3、学习领域目标更加完善、具体

体育与健康新课程标准改变了过去按运动项目划分课程学习内容和教学时数的模式，根据三维健康观、体育的本身特点以及国外体育课程与教育发展的趋势，以发展的观点提出了五个学习领域目标，即运动参与、运动技能，身体健康、心理健康、社会适应，辩证地指出了过去注重学生技能技巧，增强体质等竞技体育的教学方法存在的不足，纠正了许多教师把体育课上成训练课，一味追求个别学生的运动成绩，而忽视大部分学生参加体育锻炼的兴趣，使学生几年体育课下来也不知自己体育课上究竟学到了什么。现在可以针对学生的学习领域目标，改变传统体育课程内容难、繁、偏、旧的现状，关注学生的学习兴趣和经验，准确把握学生的身体需求和情感需求，使体育学习更体现社会实践意义。

## 体育与健康课程心得体会篇三

《义务教育体育与健康课程标准〔20xx年版〕》，将于20xx年秋季学期开始正式施行。体育课课时占总课时比例10%-11%。体现出国家对青少年体育工作的高度重视，明确了体育人的新方向。作为一名体育学科教师，我为之振奋，在暑假期间认真研学之后也有了点滴思考。

《课程标准(20xx)》显示，我国义务教育体育课程内容领域正在不断拓宽。除基本运动技能、体能等奠定学生一生身体素质的大项，新课标中增加了“专项运动技能”版块。新课标明确要求教师关注学生个体差异体育与健康课程在高度关注对所有学生进行激励与指导的基础上，针对不同身体条件、运动基础和兴趣爱好的学生因材施教；提出不同的学习目标，选择适宜的教学内容，采用多样的教学方法与学习评价方式，为学生创造公平的学习机会，促进每一位学生产生良好的学练体验。

在新的课程标准的理解下，对体育与健康教师提出了更加新的、更高层次的要求。进一步优化了体育这门学科在学校的育人蓝图。在双减的政策下，落实“教会、勤练、常赛”的要求，更加注重“学、练、赛”的一体化。课程的内容要更全面，教学方式要更加多样化，教学的评价要更加综合，特别要更加关注学生的个体差异。

新课标强调面向未来、改革创新，秉持“健康第一”的教育理念。努力实现从“知识导向”向“素养导向”转变、从“单一技术导向”向“结构化知识和技能导向”转变，从单纯的“体育教育”向“体育与健康教育及多学科融合”转变。

作为新时代的体育教师更需要深研纲要和深研课标。在我学习新课标之后，有以下两个方面的思考。

1、让课堂活起来，从“教”向“育”转变。

小学生正处于身心发展的重要阶段，在体育课堂中，体育教师通过各种体育活动对学生不仅要实施“教”，还需要密切关注学生在活动过程中所表现出来的具体行为，如焦虑、嫉妒等行为，应进行及时、有效的“育”。

2、让孩子充分动起来，促进学生学练体验。

为了让孩子充分体验到学练的乐趣，就需要我们体育教师真正关注学生发展，关注学生个性化差异，关注分层教学。让不同的学生都能通过练习达到自己的标准。人人都能有适合自己的方式去学习。从课程到课堂做到因材施教，才能真正让学生享受乐趣。

义务教育课程标准规定了教育目标，教育内容和教学基本要求。在立德树人中发挥着关键作用。新的课程方案和课程标准呼唤教师树立新的课程理念，深化教学改革。作为一名年轻教师，我会和同事们一起不断学习，提升课程实施能力。

## 体育与健康课程心得体会篇四

《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》理念主要集中于坚持健康第一、落实“教会”“勤练”“常赛”、加强课程内容整体设计、注重教学方式变革、重视综合性学习评价、关注学生个体差异六个方面。总的来说，新版课标更加强调学生核心素养的培育与运动技能的习得两个部分。作为一名体育教师，我们要积极推动体育课堂改革，突出单元教学，着力解决当下学生运动技能掌握不牢、各学段教学内容不衔接问题。最后，我们还应该积极探索体育与其他学科有效融合路径，本站锦提高学生综合运用所学知识，解决实际问题的能力，促进学生“德、智、体、美、劳”全面发展。

## 体育与健康课程心得体会篇五

新课标“体育与健康”超越外语成为小、初阶段第三大主科，国家从政策上给青少年上足、上齐、上好体育课注入了一针强心剂。与此同时，新课标还明确学校需充分利用课后服务开展体育锻炼，发展学生特长，让孩子有更多的时间参与到锻炼中来，拥有健康强壮的体魄。作为一名基层的体育教师，在新课标的指导下，我们要不断提高自身综合能力，更好地帮助青少年健康成长。