

最新小学体育新课标心得体会四百字(通用9篇)

军训心得是对军人应有的品德和作风进行反思和总结的重要手段之一。以下是一些学习心得的分享，每一篇都充满了作者的智慧和心血，值得我们认真阅读和学习。

小学体育新课标心得体会四百字篇一

《义务教育体育与健康课程标准（20__年版）》于4月21日正式公布，义务教育阶段的课程比例的设定发生了很多的变化，未来可以断言这些设定都将在义务教育阶段的中小学中得以实施。

探索一条适合目前中小学生的培养方式和方法，也是教育主管部门和家长们都在共同探索的方向。但是即便新课标公布，我们依然知道，读书仍然是学生的发展方向，和进入社会的门槛条件。即便是新课标发生了内容上的比重变化调整，也不会改变这一社会现实。

虽然从数据上看是这样的，但是还要考虑课程中健康课程的存在，所以体育课程大致跟英语比重持平应该更为合理。

（试想如果是体育老师去给孩子讲解健康课，画面感十足啊）而艺术课程的9%-11%的比重，也要分成音乐和美术两项，所以这两门课程的比重提高，但是并没有影响到英语的地位。

值得注意的是，新课标除了在球类、田径、体操等项目基础上的基础上进行了体育课程的覆盖。还将时下流行的水上、冰雪、飞盘、滑板、轮滑等项目也收入其中，目的在于鼓励学校突破原有基础教育课标对于运动项目的限制，让孩子们从个人兴趣出发进行体育锻炼。

不过如何引导和不让家长背负更多的经济负担也是值得思索

的方向，毕竟这些流行的项目每一类都要花费大量的金钱和精力才能做到精通，并不是适合所有的孩子。

降低英语在教学中的比例早有各种流言和说法，此次新课标的公布无疑实锤了将英语比重降低的现实。从课程上看，确定了开设的年级和对学习基础的把控，意图扭转在很多家庭中，让孩子在幼儿园就开始接触英语教学，额外给孩子童年增加的负担。力图实现英语零基础入学。而语文和数学分别在20%以上和13%以上，对比外语的6-8%，比重下降明显。

（为何说外语而不说英语，因为在某些学校外语可能是日语或者俄语等其他语种）。

这也是很多老师和家长的内心想法。“新课标”已经写明是一项十年的教学调整，是未来发展的方向和参考，从今年秋天起实行，但是所有的事情都不可能一蹴而就，家长学生和老师学校，也需要有一个适应过程。

也预示着未来培养学生的基本步调，这次将会从20__年秋季学期开学后，进行落实。但是会给学生们适应的时间。也不能因此理解为英语不重要，可以不学或者忽视。

这一点其实是很多家长所关心的，但是目前看来短时间内并不会如此，假如也如此调整的话，不如跟义务教育阶段同时并行。这样反而更容易衔接。

但可见的是未来高考英语为主科的地位仍然没有动摇。

虽然课程占比在义务教育阶段明显缩减，未来的考试难度应当不会有所降低，反而更加考验学生的学习能力，学校的教学能力和家长的重视程度了。

英语和体育这两门学科比重的增减，无非是义务教育阶段体现素质教育的尝试，目的就是改变学生们机械化、填鸭式的学习方式，为未来人才培养提供真正的人才，而不是分高低

能的考神考霸。

小学体育新课标心得体会四百字篇二

《体育与健康课程标准（20__版）》中提出，要根据学生的学习需求和兴趣爱好，面向全体学生，落实“教会、勤练、参赛”要求。从学科的育人价值来看，“教会”是“勤练、参赛”的基础，“勤练”是“教会”的主要手段是“参赛”的必经之路，“参赛”是“教会、勤练”的延伸和拓展。三者之间相互促进、相互依存。基于核心素养下，我们该如何有效的落实“教会、勤练、参赛”，下面我就谈谈自己的理解与看法。

“教会”是教师要做好课程设计，让学生能够更容易的去理解学习内容，熟练掌握技能，提高运动能力。如在传统篮球教学中，教师多以篮球的技术为教学重点，从而忽视了对篮球本身的基本知识学习。学生往往只学会了篮球的技术动作，却无法了解篮球的比赛规则和技术的运用场景。所以，我们在教学中不仅要教给学生某个技术，更要教会学生如何运用该技术，做到学以致用。

“勤练”可分为校内和校外两个主阵地，校内在动作技能掌握的前提下，保证每天锻炼一小时，并结合阳光体育大课间活动，使学生能够反复的练习巩固课上所学的知识技能。校外可以布置体育家庭作业，引导学生多参加校外体育锻炼，可以是独立完成，也可以是与家长共同完成，以此达到“勤练”的目的，形成健康的安全的运动习惯。

“参赛”是帮助学生进一步巩固学习效果的有效途径，也是检验学生学习成果的重要手段，重点在于全员参与。“参赛”可分为两个部分：一是体育课堂内的教学比赛，可以是简单的体能竞赛，也可以是单个技术动作学习过程中的比赛。如学习完篮球双手胸前传接球后，可以让学生体验三对三的半场篮球比赛，让学生在懂得该技术在赛场中的运用场景。

二是课外的体育竞赛，如以班级、年级为单位的篮球赛、足球赛、乒乓球赛等，也可以是以俱乐部、兴趣班或小团体组织的竞赛。目的便是让学生可以根据自己的兴趣爱好和自身特长参与更多的体育竞赛。

基于核心素养视角下的“教会、勤练、常赛”，体育老师在教学过程中要围绕运动技能的掌握与提高，采用丰富多样的练习手段，广泛开展各类竞赛。让学生从“学会”向“会学”进行转变，从而提高体育课的教学质量，培养学生的核心素养，促进学生全面发展。

小学体育新课标心得体会四百字篇三

利用寒假休息时间对体育与健康课程标准进行了学习，通过学习体育与课程标准，使我对体育课又有了新的认识，就对认识谈谈我的感受。

义务教育体育与健康课程遵照“健康第一”的指导思想，强调实践性特征，突出学生的学习主体地位，努力构建较为完整的课程目标体系和发展性的评价方式，重视教学内容的基础性、选择性及教学方法的有效和多样性，注重激发学生的运动兴趣，引导学生掌握体育与健康基础知识、基本技能和方法，增强学生的体能，培养学生坚强的意志品质、合作精神和交往能力等，为学生终身参加体育锻炼奠定基础，促进学生健康，全面发展。

初中的学生处在青春期，兴趣爱好广泛，为了培养学生体育锻炼的意识和习惯，在课程目标的确定、教学内容和教学方法的选择与运用方面，注重与学生的学习和生活经验相联系，引导学生体验运动乐趣，提高学生体育与健康学的动机，重视对学生进行正确的体育价值观和责任感动教育，培养学生刻苦锻炼的精神，促进学生主动参与体育活动，基本形成体育锻炼习惯。

初中的学生课程较多，学习任务繁重，为了使学生会体育与健康学习，在体育课中重视学生的发展，以学生的身心发展为中心，重视学生在学习过程中的主体地位，注重培养学生自主学习、合作学习和探究学习的能力，促进学生掌握体育与健康学习的方法，并学会体育与健康学习。

每个学生在体育方面的能力各自不同，为了使每位学生受益，因此要充分关注每个学生的差异，在体育与健康课程目标及课程内容，因地制宜，合理选择和设计教学内容，有效运用教学方法和评价手段，努力使每一位学生都能接受基本的体育与健康教育，促进学生的不断进步和发展。

在繁重的学习中，中学生心理压力加大，为了释放他们的压力，在体育课中开展丰富的体育游戏，使学生的压力得到缓解，从而使学生的心理和生理上得到充分的放松，以此使学生有良好的心理健康和社会适应。

小学体育新课标心得体会四百字篇四

2022年4月，教育部发布《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》，并于2022年秋季学期开始正式施行。作为未来十年我国义务教育体育与健康课程的纲领性文件，它的出现备受关注。

本次研读我着重对课程理念中新增加的“教会、勤练、常赛”一体化教学思想进行深入研读。“学-练-赛”一体化体育教学模式，是要真正体现体育课堂教学以学生发展为中心，以学、练、赛为主线的课堂架构。“学”的重点是让学生学会学习，通过教师讲解与学生自主合作探究学习相结合，掌握单个技能、组合技能并能够综合运用。

“教会”是体育课堂的教学目标，同时是学生参与“勤练”和“常赛”的基础。“教”要遵循教的规律和学的规律，循序渐进、因材施教、分层教学，教会学生健康与安全知识、基

本运动技能、专项运动技能，体能锻炼的方法。教师不仅要帮助学生“学会”知识技能，还要指导学生“会学”。

如何在课堂中落实“教会”呢？首先，要从单元知识体系的整体构建入手，从技术的结构关联、育人要素、学练方法、运用场景等多方面进行教学设计和实施，重点关注核心内容和关键问题；其次，选用恰当、有效的教学方法和手段，将知识技术转变为符合学生认知能力的学习内容，如运用口诀、图示、视频等；再次，尊重学生个体差异，准确把握学生的优势和不足，采用不同的教学方法，让每一个孩子都能够享受获得成功的乐趣；最后，创设多样、复杂的应用情境，通过挑战性任务激发学生的学习动力，通过小组学习、合作探究，实现良好行为和品格的塑造。

“勤练”是学生掌握技能的途径，更是所学技能进一步熟练并不断内化的过程，起到巩固的作用，有助于将技术动作更好地运用于“常赛”中。

如何在课堂中落实“勤练”呢？首先，我认为应以学生的兴趣为抓手，强化课外练习，提高练习效率。例如，在耐久跑练习中，常规的方法都是组织学生跑圈，那就显得简单乏味，学生没有动力，如果利用器材摆出不同的图形跑或画地图采用定向越野的形式，激发学生的运动兴趣，就能起到意想不到的练习效果。其次，要进行合理的分组。要调动全体学生的参与性、积极性，营造良好的体育锻炼氛围，不应置少数学生而不顾。教师要考虑到给每一名学生练习的机会，尽可能地在分组练习中合理搭配组别及运动量，这样才能调动全体学生的练习积极性。

“常赛”是学生技能运用的平台。比赛具有激励作用，学生为了能在比赛中表现出色，便会产生强大的内驱力。

如何在课堂中落实“常赛”呢？首先，坚持“课课赛”，每节课在练习过程后开展5-8分钟的教学比赛，既升华了教学内

容，也能调动学生的参与度和运动量，提升体育教学质量；其次，可以增设“新规则”，例如在篮球教学比赛中，将固定高度的篮筐变为手持底线移动的篮筐，增加团结协助和趣味性；足球运球射门教学比赛中增加得分方式，除了射门得分外，顺利绕杆也可以得分；最后，可以设置项目积分赛，将单元中的技术动作串联起来作为比赛项目，以完成所有任务的质量决定胜负，第一名登上“运动榜”。

作为一线的体育教师，我们应该把握内涵，让“教会、勤练、常赛”成为常态。促使学生学会技术、加强练习、体验比赛，最终从体育中获得成就感、满足感。

小学体育新课标心得体会四百字篇五

随着对“新课标”学习的不断深入，我对新课标的认识又有了更全面的理解。新课标要求在教学中强调以学生为主体，关注每一个学生，注重师生双方平等的相互交流，沟通与合作，交流学生在学习中的情感体验，对学生的学习加以引导，对学生的学习给予肯定和赞赏。提倡、引导并促进学生建立“主动参与、乐于探究、交流与合作”为特征的新的学习方式，以更好地培养学生的创新精神和实践能力，促进学生的全面发展。

一、更加注重学生自身的发展

传统的教学观念认为体育课的目的是让学生掌握一定的技术和体育知识，所以体育课又被认为是技术学习课，因此在体育课中过多的强调了学习技能、技巧。小学体育教育并不是要让每个学生都成为运动员，在体育课中把体育技巧作为每课必学的内容，并且把会不会技巧作为学生会不会体育的标准，不但偏离了教学体育的方向，而且由于纯技术训练带有一定的强迫性，容易使学生产生对学习的体育惧怕心理，进而造成了学生和体育之间的距离，以致学生丧失了学习的体育热情和信心。心理学家卡格安在观察儿童的行为时发现“只

有那些与他们熟悉的事物有所不同，但又看得出与他们有一定联系的事物，才能真正地吸引他们”。这就要求我们在教学中运用多种调动学生学习兴趣的办法，巧妙地将学生与体育拉近，使学生获得良好的体育感受，逐渐地喜欢体育。对于低年级学生来说，如果单纯的说教，死板的讲述体育知识，那只会扼杀孩子们的想象力、创造力，而且，也无法令孩子们喜欢。我在对低年级学生教学实施新教材的过程中，根据“新课标”的要求，在课堂教学中设置了许多与传授体育技能有关的小游戏，并让每个学生都有自己创想的内容。引导学生做一些小动物的外形模仿。让学生自主地进行练习，逐步发展下去，可以自由发挥。学生自编的动作源于自己熟悉的小动物，由于个性和爱好的不同，每个学生创想的动作各不相同，充分发挥了自己的想象力。随着课堂教学的深入，学生的动作已不仅仅局限于模仿动物了，甚至连刘翔跨栏的动作都出现在了课堂上。不知不觉中既培养了形式的记忆力，模仿能力，又培养了学生的创造力。

二、设计好课堂教学的环节

一堂课四十分钟，是老师和学生相处的最重要时光，把握住这四十分钟是十分重要的。运用多种方法和手段，激发起学生的兴趣。精心设计好“开头”、“衔接”和“结尾”这三个环节，让学生像欣赏一首旋律优美的乐曲，观看一部引人入胜的影视片那样津津有味地参与课堂教学的全过程，更能使课堂教学具有“磁性效应”。

首先，一个良好的开端会起到事半功倍的效果，所以在开头的设计上应该注重新颖，吸引与调动学生的各个感官，让他们把注意力都投放到课堂上来；其次，各环节的衔接要巧妙，使课堂教学流畅自然，各环节自然过度，保持课堂教学的整体性。且不中断学生的思路，易于学生接受；再次，把握好结果的处理，让学生有一种精彩的感觉，就如同一出戏，一部电影，必定有高潮。同样，一堂体育课也应该有“高潮”之处。这个“高潮”一般宜在一堂课的结尾前夕。“高潮”往

往是课堂教学的“毕彩乐段”，此时是学生注意力最集中，兴趣最浓厚，积极性最易发挥的时刻，因此教师要充分利用这一有利时机，推敲再三，精心设计，使学生意犹未尽，期待着下节课的到来。

在“新课标”的指引下，我认为现在的教学重要的是去“做”。怎么做，做得好不好都是其次的，我们要使学生乐意与自己合作，不应把目光盯在道路尽头教学结果上，要集中精神引导学生在道路上如何前进。作为教师的我，必须在实践中学习，不断研究、反思自己的教学过程，把自己的知识与经验进行重组，找到自己在这场改革中的位置，作出自己的回答！让学生得到更好的发展，是我们的根本出发点，在教学中，让我们“以人为本，以学生为本”，尽快适应“新课程”，克服自身工作中的不足，让我们为自己和学生创造一个充满生机活力的课堂。

小学体育新课标心得体会四百字篇六

4月21日，教育部发布《义务教育体育与健康课程标准（20__年版）》，新课标将于20__年秋季学期开始正式施行。我将学用新课标，探索如何让学习任务不仅有形式的创新，而且能真正推动教学观念、课堂结构形态和运转模型等根本性转变，助力学生体育能力和核心素养的发展。

新课标特别强调，新兴体育类运动在增进学生对不同国家和地域体育文化的了解，激发学生的求知欲与探索欲、好奇心与冒险精神等方面具有独特的育人价值。其中时尚运动类项目有助于培养学生参与体育运动的兴趣，提高学生的创新意识。我们的体育课堂要能创新教学模式、教学内容，创建和谐愉悦的教学氛围，让学生在体育活动中感受到运动的快乐，使其在快乐的氛围中进行学习，感受体育的乐趣，从而有效提升课堂教学效果，使学生的综合能力与素质得以提升，确保学生在课堂中的全面发展。

新课标明确要求学校关注学生个体差异：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，增强学习的自信心，在原有的基础上获得更好发展。每个学生都具有自身的独特性，我们要能够“一把钥匙开一把锁”，根据不同学生的实际特点，采用针对性的方法因材施教。关注细节，结合教材特点，渗透德育工作。善于发现学生的闪光点，扬长避短，用心培养学生道德品质。

教师要能用自己的激情点燃学生的激情，能依据学生的生理心理特点，在课堂教学中调节语速、语调及语言的激情，充分调动学生积极性，感染学生，吸引学生，让学生爱上我们，爱上体育课，也就是人格魅力吸引学生。

不断学习，完善自我，用心教学，在体育教育研究中砥砺前行！

小学体育新课标心得体会四百字篇七

本次新课标中课程理念部分新增了“教会、勤练、常赛”一体化的教学思想的相关要求。基于此，我进行了深度的思考。“学-练-赛”一体化教学，旨在指导学生学会基本运动技能、体能和专项运动技能，提供更多时间让学生进行充分练习，参与形式多样的展示与比赛，激发学生的运动兴趣，领悟体育的意义。

“教会”是“勤练”和“常赛”的基础，“教”要遵循运动技能形成规律，循序渐进、分层教学。不仅要帮助学生“学会”，还要指导学生“会学”。

因此，无论是一个单元还是一节课，做好单元问题设计和课

时问题设计是至关重要的。以《“8”字跳长绳》一课为例，通过搭建“入绳后的落位点在哪？”、“你们还能想到哪些花样跳长绳的创意？”等问题。以问题为导向，通过将问题链渗透于课的各个环节，引导学生在练中思、思中悟，充分体会和理解动作技能的要点和细节，养成善于观察习惯、理解自评和互评的标准，从而帮助他们在最近发展区得到最大限度的发展。

“勤练”指根据运动技能的形成规律，合理地设置练习内容，同时科学把握练习密度与运动强度，从而提高学生的运动效果。基于“勤练”的实施策略，我认为应当以学生的兴趣为导向，重点在于强化“激趣”和引导“参与”。

基于“勤练”，我们可以从以下几个方面做起。首先，精心设计教学内容。某些技能的项目性质本身就比较枯燥乏味，例如耐久跑项目，如果练习手段只是单一的跑圈，学生很快就会产生厌倦心理了。若是我们采用图形跑或者加入定向越野的方式进行练习，学生在快乐的氛围中不停地进行奔跑，他们的耐力素质在无形间就得到了提升；其次，做好分层式教学。每位学生的技能掌握情况参差不齐，我们要关注学生的个体差异，针对不同运动基础的学生设立不同的目标，是每一位学生都能得到一定程度的发展。最后，落实体能“课课练”。每节课应有10分钟左右体现多样性、补偿性、趣味性和整合性的体能练习，循序渐进，逐步提高学生的体能素质。

“常赛”要面向全体学生，根据体育教学内容合理组织每堂课的教学比赛。“常赛”中的“赛”并非只是正规高水平竞赛。在课堂学习的过程中，教师就可以针对学习的技术动作随时安排比赛。基于“常赛”的实施策略，我认为可以体现在如下几个方面：

首先，要做到教学比赛常态化。将“赛”多角度多形式地贯穿于单元教学的每一个课时之中；其次，校园比赛多样化。

根据不同的季节、不同的主题设置以班级为单位的校园比赛，例如：“篮球嘉年华”、“跳绳赛”等；最后，线上竞赛全员化。结合“双减”背景下小学开展校外一小时体育活动的文件精神，合理地利用节假日、寒暑假时间不定期组织线上竞赛，鼓励全员参与，其中包含由学生个人参加的“单项赛”以及学生和家长共同参与的“亲子赛”。通过各类比赛，以赛促练，掀起体育锻炼的浪潮，使学生享受竞争所带来的乐趣，从而更加牢固地掌握专项运动技能。

学校体育是实现立德树人、提升学生综合素质的基础性工程。而“教会、勤练、常赛”是全面落实这项基础性工程的重要手段。因此，我们应当针对运动技能的掌握与形成、学生体能素质的发展与提升、练习手段的丰富与趣味等方面出发，积极探索“教会、勤练、常赛”一体化系统性的教学思路与方式，帮助学生在体育与健康学习与锻炼之中“享受乐趣、增强体质、锤炼意志、健全人格”，从而促进每一位学生的健康成长。

小学体育新课标心得体会四百字篇八

《义务教育与健康课程标准（2022年版）》中指出了以全面落实立德树人根本任务，以学、练、赛为主线的课堂架构，并以“立德树人”为引领，通过核心素养凸显体育与健康课程的育人功能，强调核心素养在体育与健康课程中的创造性转化，以解决问题为导向，促进核心素养在体育与健康课程中由“公共意义”转向“个人意义”。

与旧版相比，新课标以培养学生“核心素养”为导向。新课标这样定义“核心素养”——学生通过体育与健康课程学习而逐步形成的正确价值观、必备品格和关键能力，包括运动能力、健康行为和体育品德。整个教学设计、教学实施都将围绕核心素养，在教学内容上，应摒弃过去单一技术和单一知识点的碎片化教学，提倡结构化的运动知识和技能教学。以教授足球为例，过去一节体育课可能只教脚内侧传球，而现

在一堂课不能只教单个技术，而要教组合技术，如传球、运球、射门。新课标强调知识与知识间、技术与技术间的关联性，体育课要教组合技术、有对抗练习和完整技术展示，让孩子能上场比赛，新课标倡导大单元教学，强调对一个项目的完整学习和体验，一个大单元最低由18学时组成。

新课标强调在体育教学中创造复杂的运动情境。过去的教学经常原地不动做动作或按一个固定线路做动作，而真正篮球、足球等比赛瞬息万变，课堂中要模拟真实运动情境，创造出复杂、动态、变化的场景，我们可以结合项目化教学，例如在播放音乐时，可以让学生寻找相应的节奏，培养学生的乐感；在了解竞赛规则上，可以让学生寻找每年规则上面的变化，提高学生语文的阅读理解；在进行投掷时可以让学生分析哪个出手角度更好，提高学生的物理水平。有效的情景教学才能充分调动学生的主动性，能更好地吸引学生的注意力，能更好地激发学生的运动兴趣。作为体育教师应根据自己的教学内容并结合学生身心特点创设各种情景，营造出轻松愉快的学习氛围。让学生在所创设的情景中既玩儿了又学了，真正做到“快乐体育”，为终身体育意识的培养奠定基础。在这样丰富的应用情境中学生的集体主义、团队合作精神、抗挫能力等素养才能得到提升。

新课标对体育课的运动负荷标准做了界定，提出要“科学设置运动负荷”，每节课应达到中高运动强度，班级所有学生平均心率原则上在每分钟140-160次。优化教学方法是保障运动负荷的核心，第一，巧设随堂目标，提高学生学练的积极性。例如，“快速跑”教学，当学生学练产生疲劳时，可设计学生间比赛或者与教师进行比赛等随堂目标，激发学生学练兴趣，从而增加练习次数，提高运动密度。第二，提高学练效率。例如，“行进间运球”教学过程中的取球环节，告知学生跑到指定位置拿球，并运球跑，最后引导学生运球到指定位置，准备专项热身活动。第三，保障“精讲多练”，提高教学语言有效性，减少无效讲解时间。例如，“排球垫球”技术动作讲解，可以简化为“插、夹、提、蹬、跟、

移”六字，将复杂繁琐的动作要求和练习要求通过挂图或者简化的语言表达出来，提高学练效率。

教师在新课标课堂教学过程中，需要转变观念，勇于实践和思考，重视体育与健康课程核心素养的培养，让学生在知识内化、行为养成和品德修为基础上逐渐形成核心素养，并能在体育与健康活动和情境中体验、探索、感悟和解决问题。

小学体育新课标心得体会四百字篇九

2022年4月21日，《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》正式发布。此次教育部门针对《义务教育体育与健康课程标准（2011年版）》做出多处调整，全面提升了义务教育阶段的体育与健康课的比例，体现了国家对青少年体育工作的高度重视。

结合线上学习，线下仔细研读新课标，我发现《课程标准(2022版)》较之以前的课程标准变化明显，其中，“体育与健康”课占总课时比例10%-11%，超越外语（6%-8%）和理化生、科学（8%-10%），成为小、初阶段仅次于语文和数学的第三大主科。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等，发展学生的特长。

新版《课标》主要有以下几个变化：1. 完善了培养目标；2. 优化了课程设置；3. 细化了实施要求；4. 强化了育人导向；5. 优化了课程内容结构；6. 研制了学业质量标准；7. 增强了指导性；8. 加强了学段衔接性。

如何才能将新课标更好的与日常教学相融合，这是每一个一线教师都应深思的问题。我从以下几个方面谈谈对新课标浅薄的认识。

第一、坚持“健康第一”的教育理念。2022年版课标坚持落实“健康第一”的教育理念，强调体育与健康教育的深度融合，

主要目的是通过体育与健康教育促进青少年学生身心健康、体魄强健。作为一名体育教师应充分利用体育课对学生进行健康教育。重视把体育锻炼作为生活中不可或缺的一部分，解决“学生未养成体育锻炼习惯”的问题。重点关切学生身心健康，特别是体质健康状况。

第二，树立“以学生为本”的教育理念。新课标遵循学生身心发展规律和体育与健康教育教学规律，贴近学生的思想、学习、生活实际，充分反映学生的成长需要。教师应转变教学观念，以学定教，从学生的学习需求和兴趣爱好出发，根据学生运动技能形成规律和身心发展特点，结合课程内容整体设计，以促进学生全面发展。

第三，围绕核心素养制订学习目标。2022年版课标强调教师结合学校与学生实际，基于体育与健康课程要培养的学生核心素养，制订与细化学习目标，并根据学习目标确定达到不同水平的内容要求与学业要求，设计适宜的教学活动与情境。教师要将学生核心素养的培养有机渗透到基本运动技能、体能、健康教育、跨学科主题、专项运动技能学习的学习目标中。为此，体育教师要明确核心素养内涵，尽可能的丰富自身知识、提升自身能力、优化教学态度，提升教学专业素养，以满足培养学生核心素养的能力需要。

第四，落实“教会、勤练、常赛”，实现“学、练、赛、评”一体化新课堂。体育教师要转变教学方式，由教师的教为主转向以学生的学为主，保证学生课堂练习时间和练习质量。落实“教会、勤练、常赛”，建构“学、练、赛”一体的课堂教学体系，真正“教会”学生体育与健康知识和技能。让课堂成为比赛的常态，在比赛中增强运动能力，提升学生抗挫折和情绪调节能力。

鉴于以上的学习和思考，我感受到作为一名体育老师肩上的责任重大。在今后的教学中我应时刻坚持“健康第一”的指导思想，树立“以学生为本”的教学理念，落实“教会、勤

练、常赛”建构“学、练、赛”一体的课堂教学体系。在实践中学习，不断研究、反思自己的教学过程。把最好的体育课呈现给我的学生，让他们在“玩中学，学中乐”。激发他们的运动兴趣，培养他们体育锻炼的意识和习惯。