

体育与健康课程标准解读心得体会(优秀8篇)

工作心得的写作过程可以促使我们反思自己的工作态度和方法，让我们更理性地看待工作中的得失。请大家欣赏以下实习心得的范文，希望能给大家带来一些关于实习经验的启发和思考。

体育与健康课程标准解读心得体会篇一

近日，教育部发布《义务教育体育与健康课程标准(20xx年版)》。新课标将于20xx年秋季学期开始正式施行。作为未来十年我国基础体育教育发展的纲领性文件，它的出现备受关注。作为一名一线和体育教师，对新课标进行了深入细致的学习，我认为体育课有以下几个问题急待解决。

第一，明确课堂运动负荷要求，让学生充分地“动起来”，解决“不出汗”的体育课和“学生体质健康水平未见根本好转”的问题。

20xx年版课标强调在义务教育体育与健康课堂教学中，每节课群体运动密

度应不低于75%，个体运动密度致的学习，以便更好的指导今后的教学。应不低于50%，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140-160次/分钟；不仅专门设置了体能学习内容，还提出每节课应有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，以保证每节实践课具有足够的运动负荷，让学生获得充分的运动体验，真正改变“不出汗”的体育课现状，提高学生的运动效果，有效促进学生体质健康状况得到根本性好转。

第二，以“教会、勤练、常赛”为抓手，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，摒弃“无运动量、无战术、无比赛”的“三无”体育课，解决“学生学了9年体育课，绝大多数学生未能掌握1项运动技能”和“学生不喜欢上体育课”的问题。

20xx年版课标强调结构化运动知识与技能的教学，要求学生侧重在应用的情境(如对抗练习、比赛或展示等)中学习知识与技能。提出在尊重不同水平学生的意愿和需求的基础上，3-6年级从六类专项运动技能中各选择至少1个运动项目，7-8年级从六类专项运动技能的四类中各选择1个运动项目，然后对每一个运动项目实施完整、系统的大单元教学，9年级让学生结合学校实际自主选择运动项目进行学练帮助学生在初中毕业时学会1-2项运动技能，并能够在比赛中得以运用。此外□20xx年版课标强调采用游戏化、多样化的教学手段和方法，通过不同数量、时间、形式、场景，以及个人与小组间的各种挑战赛等，激发学生的学习兴趣 and 参与热情，使学生在丰富多彩的.“学、练、赛”环境中体验运动的乐趣，让学生爱上体育与健康课，能够真正了解体育、参与体育、享受体育。

第三，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。

20xx年版课标从课程目标、课程内容、教学方法和学习评价等多方面强调

要帮助学生养成锻炼习惯，不仅在体育与健康课程要培养的核心素养中特别强调发展学生的体能练习、“运动认知与技战术运用”“体育锻炼意识与习惯”“健康知识与技能的掌握和运用”等，帮助学生形成坚持锻炼、终身健康所需的正确价值观、必备品格和关键能力，也在学业质量中增加了与锻炼习惯有关的评价指标，如，水平四球类运动的学业质量中规定，“每学期通过现场或多种媒介观看不少于8次所学球类运动项目的比赛，并能够对某场高水平比赛做出分析与评

价”，以及“每周运用所学球类运动技能进行3次(每次1小时左右)课外体育锻炼”等，并通过布置体育与健康家庭作业等方式，引导学生积极参与课外体育锻炼和健康实践活动。

新课标已经出台，但在实际工作中，落实是关键。在实施的过程中首先要快速有序地提高学校体育教学质量，要真正落实体育课程教学方案里面的具体内容，进行有针对性的价”，以及“每周运用所学球类运动技能进行3次(每次1小时左右)课外体育锻炼”等，并通过布置体育与健康家庭作业等方式，引导学生积极参与课外体育锻炼和健康实践活动。

新课标已经出台，但在实际工作中，落实是关键。在实施的过程中首先要快速有序地提高学校体育教学质量，要真正落实体育课程教学方案里面的具体内容，进行有针对性的课程改革。对体育课的要求高了，相应对我们体育老师的要求也在提高。对于我们体育教师要加强学习和培训，以便更好的理解新课标的相关内容和要求，更好地开展学校体育工作，指导学生更快地掌握运动技能，将赛事活动举办得更加有趣……这些都是亟待解决的问题。

体育与健康课程标准解读心得体会篇二

新课改更新了教学观念，对体育教师提出了新的挑战。不但要学新知识、探索新的教学方法，更重要的是写好课后小结，在总结中不断进步，适应新的教学方法。其次，“课堂”观念发生了变化，课堂不再是教师表演的舞台，而是师生之间交往互动的舞台，教师以引导者、组织者、合作者的身份出现在学生面前。学生在教师的引导下，通过自主合作、探究等方式进行学习。在体育教学中，学生的积极性提高了，兴趣更浓了，干劲更足了，氛围更好了！

体育与健康课程标准解读心得体会篇三

自19全国第三次教育（一上网第一站xfhttp教育网）工作会议

提出了“素质教育（一上网第一站xfhttp教育网）”的理念和“健康第一”的指导思想以来，20中国启动了基础教育（一上网第一站xfhttp教育网）课程改革；20教育（一上网第一站xfhttp教育网）部又先后推出了《基础教育（一上网第一站xfhttp教育网）课程改革纲要》及小学和初中各学科《课程标准》，并在部分地区学校试行；209月，试行范围进一步扩大，继而颁布了新的高中各学科的《课程标准》。至此中国教育（一上网第一站xfhttp教育网）迎来了建国以来最大的基础教育（一上网第一站xfhttp教育网）课程改革。此次课程改革，从指导思想和内容框架方面均发生了根本性的变化。面对新的体育与健康课程标准，（以下简称新课标）本文想谈几点认识与思考。

一. 对新体育与健康课程标准的认识

（一）新课标与体育与健康课的基本理念是一致的

继承与发展是此次基础课程改革的特点。新课标更为彻底的。摒弃了以前我国基础教育（一上网第一站xfhttp教育网）课程那种“学科中心论”的教学模式，更为充分地突出了教学中心是学生这一主体。同素质教育（一上网第一站xfhttp教育网）的理念要求是一致的，即：将“以书本为中心，以教师为中心，以课堂为中心”转向以学生发展为中心。就学校体育目标而言，强调“以增强学生体质为主”，又必须在“健康第一”的指导思想下，促进学生身体健康、心理健康和社会适应。这一教学理念和国际上的“人本主义”教育（一上网第一站xfhttp教育网）理念是一致的。

（二）新课标促使体育与健康课程的教学理念更为完善

新课标通过试行有着坚实的理论和实践基础。它进一步规定了体育与健康课必须注重学生身心健康的发展，强调体育教育（一上网第一站xfhttp教育网）增进学生心理、生理和社会适

应的功能，在体育教学史上将体育功能延伸至社会生活，并以此提出了四个基本理念，即：（1）坚持“健康第一”的指导思想，促进学生身心健康成长；（2）激发学生体育活动兴趣，培养学生终身体育意识；（3）以学生发展为中心，重视学生的主体地位；（4）关注个体差异与不同需求，确保每个学生受益。它不仅符合当代教育（一上网第一站xfhttp教育网）发展的趋势，明确了体育教学的目标，而且有利于创新人才的培养。

（三）新课标的领

[1][2][3]

体育与健康课程标准解读心得体会篇四

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。

体育与健康课程标准解读心得体会篇五

摘要：《体育与健康》课程标准注重学生综合素质的全面发展，特别是创新能力的发展。新的体育教学观提出了体育课应是开放、情感、能动、激励评价的课堂。体育教师应当用多种途径激发学生的创新欲望。

abstract:anewp.e.andhealthcuniculumstandardhasappeared.itcomesintime.itencouragesstudentstomakesomethingnewwhattheywanttodo.andinclasstheyareinterested,happyandwanttotakepartineveryactivity.howwilltheteacherteach

them?we p.e.teachers must use many new scientific ways to make all kinds of students to be the part of the class. different students have different happiness. at the same time, they have different progress.

关键词：课程标准体育教学创新

改革的春风吹遍了祖国各地，吹进了各行各业，《体育与健康》课程标准也在这股春风中诞生了。《体育与健康》课程标准下的体育课又怎样呢？通过对《体育与健康》课程标准的研读，本人认为有以下几点认识：

1. 《体育与健康》课程标准主要有以下几个特点

1.1 重视调整培养目标，关注学生综合素质的全面发展，特别是创新能力的发展。

“美国是发现的国家，日本是研究的国家。但在科技上，日本远不如美国，研究别人的人只能跟在后面跑。所以要培养学生的发现能力，养成发现问题的习惯，我们要在这一习惯的基础上，慢慢引导学生去发现问题，大胆质疑，形成创新能力。

1.2 十分关注人才培养模式的变化和调整。强调要实现学生学习方式的根本变革，以培养具有终身学习愿望与能力的，具有国际竞争力的未来公民。

1.3 重视对课程内容的调整。强调要精选适合学生发展需要、具有合理结构、符合时代要求的课程内容。改革以知识为本，学科为中心的课程内容体系，强调课程内容要面向学生、面向生活、面向未来。学校最大的浪费是人的生命的浪费，儿童在校时的生命的浪费和以后由于在校时不恰当的和反常的准备工作所造成的浪费。

学校必须呈现现在的生活——即对儿童说来是真实而生机勃勃的生活。向他在家庭里、在邻里间、在运动场上所经历的活那样。现在教育上许多方面的失败，是由于它忽视了把学校作为社会生活的一种形式这个原则。现代教育把学校当作一个传授某些知识、学习某些课业或养成某些习惯的场所。把这些东西的价值被认为多半要取决于遥远的将来；儿童所以必须做这些事情，是为了他将要做某些别的事情；这些事情只是预备而已。结果是，他们并不成为儿童的生活经验的一部分，因而并不真正具有教育作用。

1.4课程评价体系的改革。目标取向的评价正在被过程评价和主体取向的评价所超越。评价的方式的进一步多样化，为学生提供致力于持续发展的评价体系，促进每个学生充分的、多样化的发展，成为评价的重要目标。

2. 《体育与健康》课程标准下的体育教学观

2.1 体育课堂应是开放的课堂。

2.1.1 教学内容的开放

新课程标准指导下的体育课教学内容将更加丰富，呈现开放的特点。我们要改变过去把体育课变成“达标课”、“素质训练课”的做法。在目标的统领下，着眼于“对生活有用”和“对终身发展有用”的知识和技能，加强教学内容和学生课外体育活动、生活实际及现代社会的联系，关注学生的兴趣和经验，增加健身性和趣味性强的球类、舞蹈、民族传统体育和新体育运动。通过多样性、开放性的教学内容，使学生对体育的多种需求得到满足，促使其终身体育意识的形成。

2.1.2 教学方法的开放。

新课程提倡自主、探究、合作的学习方法，使学生在自主学习中培养学生的独立思考能力；在探究学习中培养学生的解

决问题能力；在合作学习中提高合作交流的能力。

2.1.3评价方式的`开放。

以前我们把测验和考核作为体育课成绩评定的主要依据。由于运动能力受遗传和自身的因素影响很大，所以就出现了有的学生不用努力就可以得到优，而有的学生不管怎么努力也得不到优的情况，不利于调动学生的积极性。新课程标准提倡对学生进行发展性评价，强调学生在学习过程中态度、心理和行为。

2.2体育课应是民主的课堂。

2.2.1民主的师生关系。教学过程中教师不能固守“师道尊严”，高高在上，不能一味强调以教师为中心，以自己的主观意志去安排教学过程，应当与学生建立和谐平等的师生关系，互相尊重，真诚交往，共同探求，交流体验。

2.2.2面向全体学生。长期以来，我们习惯于乐于关注少数运动能力强的学生。新课程下，我们要转变这种观点，力争使每一个学生都能享受体育学习的权利。

2.2.3关注学生差异。由于受先天遗传和后天环境的影响，学生在身体条件、兴趣爱好、运动能力等方面的差异是很大的。我们要把这种差异当成一种财富，有针对性地因势利导，帮助学生认识自己的优势，发展自己的潜能，按照自己的兴趣和特长进行运动，在体育课中找到属于自己的乐趣。

2.3体育课应是和谐的、重情感的课堂。

2.3.1创设“人文化”的课堂硬环境。体育场地、活动器械、电教设施、美育挂图等是体育课堂的硬环境。体育教师要通过精心的设计和创造，才能使体育的物化环境“活”起来，呈现出浓浓的“人文化”意味，才能激活学生的内驱力。将

体育器械摆放成富有情趣的艺术图案，能给学生严谨感、秩序感，优化学生的“心境”，这样学生主体参与体育教学的意识便会大幅度的提高。

2.3.2营造“人性化”的课堂软环境。尊重学生，教师应尊重、欣赏、宽容和平等地对待每位学生，尊重其人格。沟通感情。师生之间的情感交流必须遵循“真实”、“接受”“理解”三原则，表里一致的真情实感是师生情感交流成功的基础，因此，教师要时常进行换位思考。控制情绪。首先教师不能把自己消极的情绪带进课堂，教师要引导学生在遇到矛盾时能够冷静地思考，既虚心听取教师的意见，又主动地与教师交换意见。

2.4体育课堂应是启发学生全面参与的课堂。

思维参与：设疑——动脑。苏霍姆林斯基说：“在人的心灵深处，都有一种根深蒂固的需要，这就是希望自己是一个发现者、研究者和探索者。”教师要善于设置问题并将其隐藏在情境之中，再引导学生在练习中积极思考，发展学生的认知能力。尝试——讨论。在某些项目教学时，教师先不进行示范，讲解，而是让学生先行主动去尝试，尚未得出结论时组织讨论，围绕教学中心，积极思考，自由发表见解。

情感参与。课堂观察可以发现学生的“身顺心违”现象：一些老师苦心经营的教学过程，学生往往漠然视之。因此，教师唯有以情唤情，才能使学生在情感的碰撞中产生出美丽的火花，才能掀起一个又一个的教学高潮。

行为参与。行为参与是学生主体参与的直接表现，也是老师调控学习过程、调控教学内容的重要依据。

差异参与。学生的先天素质及后天的努力程度决定了学生的认知水平、技能能力等是有差异的，教学时要因材施教，合理组织。

分层教学，老师从学生的认知水平、技能程度、素质基础等实际情况出发，对不同层次的学生安排不同的教学内容，提出不同的要求，采用不同的教学方法，施以不同的评价方式等。分组教学时，体育教学不能简单地按照学生个子的高矮和性别的差异分成几个自然小组，而应根据学生的技能、素质等实际情况科学的分组，这样才能满足全体学生学习的需要。

全员参与。体育教学能否做到全员参与，是衡量学生主体性的一个重要指标，“一枝独秀不是春，万紫千红才成春”，使每个学生都能积极地活动起来，使个体学习形成全员参与的局面。

3. 《体育与健康》课程标准下的体育教师

体育教师除了具备专业知识、一定的教育理论水平以外，还应具备下列新的教育理念。

3.1 一个孩子就是一个创造个体。

教师在实际教学中要把每个孩子视为一个创造的个体，给予他们自由发挥、大胆创造的广阔空间，并对学生萌发的创造欲望给予很好的保护。

不至于把一些具备创造性的学生埋没，才有利于培养新形势下的新人才。

这不仅仅是教育评价、教育方法的差异，更重要的是对教育观念不同的理解。长久以来，我们体育教育教学习惯于沿袭固定的模式，体育教师熟于扮演固定的角色，教师总把学生看成一个个任人摆布的物体。在不同家长和教师的心目中，孩子爱提怪问题、爱钻牛角尖就是顽皮捣蛋。长此以往，学生形成思维定势，其创造的勇气和能力就会丧失。

3.2要善于运用创新性教学方法。

3.2.1善于发现创新闪光点

善于发现孩子有意无意间所表露的创新闪光点。在学生所参与的体育教学活动中，不时的会表露出创新举措（火花），体育课堂教学活动中，学生间、老师间、相互探讨所产生的创新火花，如曲线跑竞赛中所摆放的几个障碍物，如何摆放跑的更快，如何摆放跑的难度更大。每当学生爆发创新火花时教师要善于发现，并及时给予鼓励和引导。

善于发现教师本身的闪光点。要善于捕捉教学中所产生的奇想（新花样），那怕是猛然间爆发，也应及时抓住运用会收到意想不到的效果。

3.2.2善于帮助学生寻找创新方法

帮助学生寻找创新方法就是帮助学生去学习。引导学生去找空白点；引导学生去寻找一个项目、一个动作、一个活动中的缺点，可以鼓励学生去找老师的缺点；引导学生寻找几个学生同一个动作或几个学生不同动作练习中的交叉点、异同点；引导学生去寻找重点，动作重点在哪里；引导学生去找难点，目标是什么，结构内容如何，怎样能投的远、跳的高、跑的快。

3.2.3善于指导学生掌握创新思维技巧

引导学生做加减法，创新是改变，但不是简单的加减，因此我们要善于引导学生合理地去加减。如掷实心球的预备姿势：原地——倾向——向——滑步转体；体育教案格式：四段式——三段式——自由式；体育教法：传统式——军事式——创意式；任何体育器材、动作、方法的改进变迁都呈现出科学的加减法。

3.3要善于激发学生的创新欲望。

”大脑不是一个要被填满的容器，而是一个急需点燃的火把“。如果只是运用简单的程序，那只能把学生越教越死，不仅害了学生，也害了社会。不要把学生看成螺丝钉，而要看成发动机。不是设计好框框条条让他们去套，去钻，而是要设法激发学生去寻找、去发现、去创造。让孩子们发挥各自的想象力和创造力，学会幻想，学生好奇、模仿，尽情的释放生命的能量。哪怕是一丁点的智慧火花，我们也要像母亲呵护孩子一样去精心保护，多给他们鼓励，少给他们严厉的训斥，不要将创造的幼苗扼杀在萌芽状态。

创新是一个民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力，只有拥有创新精神的民族才是具有发展力的民族。我们的体育教学中必须融有”创新“这个灵魂，把这两个字牢牢的注入青少年的精神内核，让他们拥有创新的欲望，学会批判地吸收，才能创造出美的未来，社会才会不断进步。

参考文献：

1. 刘敏《中国学校体育》第5期
2. 徐艳玲《体育教学》2期
3. 刘海慧《新课程与学校发展》北京教育教学出版社年
4. 董海莹《新课程与学校发展》北京教育教学出版社2002年
5. 杜威著赵祥麟译《学校与社会·明日之学校》北京人民教育出版社1994

体育与健康课程标准解读心得体会篇六

1、教学过程是师生交往、积极互动、共同发展的过程，教师

必须由知识的传授者转变为学生学习的促进者。生共同探究知识，使学生感受到教师的和蔼可亲，师生的平等，只有这样，才能通过交往建立起和谐、民主、平等的师生关系，使学生增强对学习的重视，增强学生的自信心，使学生的综合素质不断提高，从而适应社会发展的需要。2、教师要帮助学生自己建构知识。传统教法只注重教师怎么教，而忽视了对学生学习方式的研究，只满足于学生获得了较高的分数，而忽视了学生是通过什么样的方法和过程获取知识的。我们应该明确，学习过程是新旧知识之间相互作用的过程，这个过程是别人无法替代的。这就要求我们关注学生的学习过程，学习方法，看他们在学习过程中，是否学会与同伴交往，合作探究问题，形成正确的价值观、情感和态度，促进人格的健康发展，培养创新精神和实践能力。这就要求教师少“讲”，学生多“想”。要给学生以时间和空间去操作、观察、猜想、探索、归纳、类比、质疑，而如果向学生预示解决问题的方法乃至结论，将有碍于学生积极的思维，有碍于学生自己建构知识。在转变教育观念，加强创新教育的同时，教师还要相应的改革教学的评价方法，要加强创新教育评价，以次来引导学生创造性的学。传统教学评价偏向以课本知识为唯一标准，往往要求十分细碎，偏重速度和熟练，很少鼓励创造。为了培养学生的创造精神，学生评价要鼓励专长，鼓励拔尖，鼓励创新，并促进学生创新能力的提高。

010020

培训总结：花开阳光，惬意浓’暑期班主任培训总结：花开阳光，惬意浓培训总结有感’教师技能培训总结有感培训及拓展训练活动总结’企业培训及拓展训练活动总结培训总结’晨报营销实战培训总结培训培训点总结’教师远程继续教育培训培训点总结培训工作总结’县中小学校长培训工作总结培训报告’20医保政策培训报告培训体会’参加银行系统入党积极分子党的理论学习培训体会

[查看更多](#)

体育与健康课程标准解读心得体会篇七

《体育与健康》新课标以落实立德树人为根本任务，坚持“健康第一”教学理念，以中国学生发展核心素养为引领，重视体育与育心、体育与健康教育融合，充分体现健身育人本质特征，引导学生形成健康与安全的意识和良好生活方式，促进学生身心健康、体魄强健、全面发展。

新课标重点提出了体育的核心素养，即运动能力、健康行为、体育品德。并且依据学生学习需求和兴趣爱好，落实“教会、勤练、常赛”要求，注重“学、练、赛”一体化教学，凸显“技术、体能、运用”，激发学生参与运动的兴趣、体验运动的魅力、领悟体育的意义，逐渐养成“校内锻炼1小时、校外锻炼1小时”的习惯。

《义务教育体育与健康课程标准（2022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。

一、体育上位成主流？

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，新课标除了将球类、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。

二、英语主科地位下降成定局

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）。

三、课时减少，英语难度未必下降

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，家长学生和教师学校，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2022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。

四、未来高中教育是否会实行类似的模式

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。

随着教育部印发《义务教育“体育与健康”课程标准》，一些新兴体育项目，诸如攀岩、轮滑、滑板、飞镖、滑雪等开始进入了校园，这当中滑板、攀岩是奥运会新增项目，凸显了当前我国校园体育对竞技体育的支撑作用。

课程标准要求，体育与健康课程应当依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、常赛”要求，注重“学、练、赛”一体化教学，所以要对体育课程提出新的要求，体育教育必须进一步明确“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”。

当今世界科技进步日新月异，网络新媒体迅速普及，人们生活、学习、工作方式不断改变，儿童青少年成长受环境影响较大，因此，义务教育体育课程必须与时俱进，进行修订完善，全方位提升学生身体素质。

在校园体育中加入新兴体育项目，甚至是一些小众项目，一定程度上反映了我国校园体育场地设施的不断完善，具备了开展更多新兴项目的水平，代表着校园体育教育的进步。

长期以来，我国校园体育的教育主要以广播操、田径、足球、篮球等大众项目为主，由于场地、教学实际和师资水平等因素的限制，小众项目在学校体育课程中长期处于缺失状态。

而如今随着新课程标准的发布，校园体育也正式迎来了改变。新课程将过去以外在与学生的体育运动知识技术战术作为课程研制逻辑起点改变到以培养内在于学生核心素养作为逻辑起点，从根本上改变了学校体育教育。

《课程标准（2022）》开宗明义指出：“义务教育体育与健康课程以身体练习为主要手段，以体育与健康知识、技能和方法为主要学习内容，以发展学生核心素养和增进学生身心健康为主要目的，具有基础性、健身性、实践性和综合性等特点，是学校教育的重要组成部分，对促进学生德智体美劳全面发展具有非常重要的价值。”

新的体育项目，尤其是奥运项目的加入，正是学校体育思路转变的体现。首先，奥林匹克教育秉持的核心价值观与新时代学校体育“四位一体”目标殊途同归。奥运项目能够很好融入体育教学、课外体育、竞技体育、社会服务为一体的大体育工作格局，其次，奥林匹克教育核心载体竞技运动是实现新时代“四位一体”学校体育目标不可替代的独特资源，最后，奥林匹克教育倡导基于竞技运动的跨学科、跨课程融入，是新时代培养德智体美劳全面发展学生、促进学校整体发展的有效途径。

目前，奥运会竞技项目也在日趋年轻化，年轻项目的加入，是奥委会对年轻群体的挖掘。近几年年轻人对奥运会的关注度逐年下降，诸多项目已经不符合当前年轻群体的审美，举重、拳击和现代五项被剔除后，滑板、冲浪和攀岩进入，无一例外的都是极具年轻元素。

滑板和攀岩都属于小众项目，参与群体较少，且参与难度较大，而通过校园体育提前让青少年接受训练，这对于扩大运

动群体将是重要保障，同时也为我国在新兴运动项目中争金夺银，提供了群众基础。

校园体育的开展，还能够为我国竞技体育人才输送人才，当前我国竞技体育选材面不断萎缩、学校运动队效率不高，难以输送后备人才，如今新的校园体育课程或将逐渐改变这一现状。

更为重要的是，一些普通的中小学，通过开展奥林匹克教育，全面促进了学校的发展。奥林匹克宝贵的经验，在教育中得以传承和发扬，对于培养新时代德智体美劳全面发展的学生具有重要作用。

新兴体育项目进入校园，既符合新时代要求，也符合新的体育教育理念。引进较为流行、成熟的符合中小學生身心特点的新兴体育项目，能够重新激发青少年参与运动的热情，进而真正让青少年爱上体育，提升身体素质。

尽管身体健康保障一切的基础，但在校园中，体育课程往往最不受到重视。而为了有效提高学校、老师、家长对体育教学的重视程度，我国的传统体育教学模式也正在逐步发生变化。日前，教育部发布2022年版《义务教育体育与健康课程标准》，全面提升了小学及初级中学体育课权重，这一变化引发了热议。

随着国民对健康重视程度的逐年提升，学生的身体素质问题也成为了校园着重改进的内容。近日，教育部印发了《义务教育课程方案和课程标准（2022年版）》，其中备受关注的便是《体育与健康》课占总课时比例10%-11%，超越外语和理化生、科学，成为小学、初中阶段仅次于语文和数学的第三大主科。而之前一直被视为重中之重的英语学科，所占比例不过只有6%-8%。

校园体育的重大调整，全面提升了体育教学与考核的比重，

在展现出提升青少年体育与健康的目标之外，把体育教育推进到九年义务教育的全阶段。从课程设置上来看，义务教育阶段体育与健康课程内容主要包括基本运动技能、体能、健康教育、专项运动技能和跨学科主题学习。而在课程地位的上升背后，针对体育与健康的评价，被要求采取过程性评价与学业水平考试相结合的评定方式，将评定结果作为高一级学校招生录取、地区教育质量评估等参考依据。可见，“开齐开足体育课”正变为现实，“把体育课还给操场”的时代，或许正式来临。

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。在基本运动技能、体能等提升学生身体素质的项目之外，新课标中的“专项运动技能”版块收录了田径、球类、体操、水上或冰雪、中华传统体育和新兴体育等六大类运动。时下流行的水上、冰雪、飞盘、滑板、轮滑等运动项目已见诸于新课标，意在鼓励破除原有基础教育课标对于运动项目的限制，引导青少年及年轻家庭从兴趣出发，广泛尝试并参与体育运动，与此同时，而新课标在球类、田径、体操等项目基础上，尽可能覆盖历史悠久的传统体育项目，旨在培养学生的中华民族认同感与文化自信。

为解决部分学生“喜欢体育却不喜欢体育课”的问题，新课标针对专项运动技能提出了相应的课业要求，意在从根本上提升校内、校际、家庭体育氛围，使球迷群体进一步呈现年轻化趋势，带动更多家庭参与体育运动，相关要求将推动青少年体育培训、体育赛事、媒体转播等细分领域深耕细作，助推未来十年青少年体育市场蓬勃发展。

至于体育是否会真的取代外语成为第三主科的问题，或许还不能就此盖棺定论，毕竟，真正决定学生和家长时间与精力投入比例的中高考外语考试的难度和分值目前还没有变化。然而，必须指出体育课标改革的目的是不是要盖过外语教学，其目的是从顶层设计来提升青少年的健康意识和行为养成，健康的青少年、健康的中国人，这才是改革才的最重要意义。

近日，教育部发布《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》（以下简称“新课标”）。新课标将于2022年秋季学期开始正式施行。作为未来十年我国基础体育教育发展的纲领性文件，它的出现备受关注。

体育依旧是第三主科

新课标显示，从今年9月起，全国九年义务教育学校各年级均要开设体育与健康课，其占总课时比例为10%-11%，仅次于语文（20%-22%）、数学（13%-15%）。从数据可以看出，与2001年版、2011年版课标相比，新课标中体育与健康的课时占比虽是10%-11%，但课时数并未增加——20年来一直是每周小学1至2年级4节体育课，3年级至初三3节体育课。体育依旧是第三主科。

武汉体育学院教授柳鸣毅关注到，在新课标中知识型课程进行了调整，比如体育、思想品德等，让课程更加均衡。他认为，义务教育阶段是孩子们身心发育的敏感期和技能获得的重要窗口期，在这个阶段让孩子增加体育锻炼是一个非常有意义的决定。

让新兴体育项目走进校园

根据新课标，义务教育阶段体育与健康课程内容主要包括基本运动技能、体能、健康教育、专项运动技能和跨学科主题学习。其中，专项运动技能包括球类运动、田径类运动、体操类运动、水上或冰雪类运动、中华传统体育类运动、新兴体育类运动六类，每类包含若干运动项目。

新课标中特别提到，新兴体育类运动除了与其他类运动具有共同的育人价值和能力要求外，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。新课标表示，学校可根据实际情况，创造性地选择和设计其他运动项目课程内容。

小轮车、轮滑、攀岩、登山等新兴体育类运动项目，也出现在专项运动技能课程内容中。

对此，柳鸣毅认为，除了我们常见的足球、篮球、排球、田径等项目，孩子在课外参加的很多兴趣班大多是一些比较时尚、炫酷类的项目，比如轮滑、跑酷等，都是当前比较火爆的项目。“这些项目很具趣味性，孩子们很喜欢，会自觉参与其中。”

柳鸣毅说：“未来当这些项目进入校园，除了能很好地丰富校园运动内容、调动起学生的参与兴趣外，在练习的过程中，还能培养孩子们的灵敏素质、协调素质和爆发力等。不仅如此，相对足球等项目，部分新兴体育类运动项目对场地面积的要求不是很高，更便于开展。”他表示，增加一些孩子们喜闻乐见和中小学有开展条件的运动项目，对于培养他们体育乐趣，享受运动带来的喜悦，增强体质，磨炼意志，都是有益处的。

面对挑战做好准备

新课标已经出台，但在实际工作中，落实是关键。柳鸣毅表示，在实施的过程中首先要快速有序地提高学校体育教学质量，要真正落实体育课程教学方案里面的具体内容，进行有针对性的课程改革。

其次，要改变对于学校体育的认识。柳鸣毅说：“过去我们觉得学校体育就是体育课，但现在学校体育除了体育课，还包含课余活动和一些竞赛内容安排。不仅如此，现在很多省市的相关文件都把大课间等计算成课时，进行更加丰富、多元、个性化的安排，这也是落实新课标的一种体现。”

此外，在柳鸣毅看来，新课标对体育课的要求也更高了。他说：“对体育课的要求高了，相应对我们体育老师的要求也在提高。当老师有没有相应的能力时，如何加强对体育老师

的培训，帮助他们理解新课标的相关内容和要求，帮助其在体教融合背景下更好地开展学校体育工作，指导学生更快地掌握运动技能，将赛事活动举办得更加有趣……这些都是亟待解决的问题。”

此外，柳鸣毅还提出，场馆是开展体育活动的关键。“现在学校体育已经不仅仅是在学校内部，学校可以加强与周边公共体育场馆、体育部门和校外培训机构的合作，充分整合校内外体育场馆资源、俱乐部资源，加强交流合作，这样才有助于打造区别于语文、数学、英语的，更加个性、符合体育规律的教学课程体系，才能最终实现健康第一的教育理念。”

《体育与健康》课程是一门以身体练习为主要手段、以增进学生的健康为主要目的必修课程，是学校课程体系的重要组成部分，也是实施素质教育和培养全面、和谐发展的人才不可缺少的重要途径。它对原有的体育课程进行了深化改革，确立了“健康第一”的指导思想，构建了新的目标体系。它是体育教育教学理论的发展，是中国学校体育现代化进程中的里程碑。在出去带面试班的过程中，通过看，听，与学员交流，对于体育新课标有了以下几点认识和见解：

教育教学观念的转变

坚持“健康第一”的指导思想，已逐渐被广大体育教师所认同，无论在教学内容选择上，还是在教学方法的采用上，都充分关注学生的身心健康发展。传统教学过分关注学生的运动量，重视机械地练，忽视对学生兴趣的培养，这样做将有损于学生身心健康。

“兴趣是学习的初始动机，也是有效学习的保障。学生有兴趣参与的活动，一定要给予热情地支持和指导；反之，如果学生没有兴趣任何活动都会让他们觉得乏味。只有激发和保持学生的运动兴趣，才能使学生自觉、主动、积极地进行体

育课程的学习。新课标的实施，给予了学校和教师更为广阔的空间，可以重新建构教学内容。在平时教学内容的设计，教师从学生的兴趣出发，选择富有生活气息的教学内容，激发和保持学生的运动兴趣，引导学生自觉、主动、积极地进行体育课程的学习。例如在跳高教学中，教师只要打破传统的教学模式，在教学场地和练习形式上做些改变，把场地设计为“十”字型，分成四个场地，再进行有效的保护，就消除了学生的胆怯心理。练习形式上要求学生，可以采用任何方式跳过横竿或橡皮筋，这样就吸引学生积极参与，充分调动他们的学习积极性。

教学过程的转变

在新课程改革实施中，使我真正体会到体育教师不再是消极地扮演教学大纲和教材执行者的角色，而是一个新课程的设计者；体育教师由教学的管理者转变为学生发展的引导者、合作者，不应是一个只懂得教人如何运动的教练员，更应该是一个具备现代观念和教育素养的，知道如何进行课程建设以及如何运用体育教学方法去促进学生全面发展的教育专业人员。新课标的实施，使传统意义上的教师的“教”与学生的“学”将不断让位于师生互教互学、教学相长，彼此将形成一个“学习共同体”，教学过程不只是忠实地执行课程计划的过程，也是师生共同开发课程、丰富课程的过程。在体育课堂教学中，师生间的互动，学生可以上来做小老师，喊口令，做示范；教师可以到学生中间，充当他们的一员。学生的主体地位正在凸现，成为课堂学习的主人。当然，重视学生的主体地位，并不意味着“放羊”，并不放弃教师的主导作用。关键的动作和要领需要教师的讲解、示范，当然可不必过分强调，尽可能给学生自主、合作、探究的时间和空间。

教学评价的转变

传统教学对学生的评价重视认知的评价，忽视非认知的评价。在这种传统评价观所指导下的学习成功主要是学生智力的发

展和进步，而忽视了学生其他方面的发展，尤其是情感和意志的发展，忽视了对学生学习态度、情感意志、习惯养成等方面的教育。因此，作为教师，对学生的评价可以是多方面的，可以是一个微笑，一句表扬，掌声和鼓励等。比如，鼓励学生“行不行，努力就行！”“好不好，进步就好！”例如：在游戏教学时，给各组评选“最佳组织奖”“最佳合作奖”“最佳创新奖”等，使学生有成就感，满足感，提高了自信，也使学生体验到成功带来的快乐。

新课程带来了新变化，给予了体育课程改革的美好前景和希望，更加坚定了深化体育课程改革的信心和决心。作为一名体育老师，应更加努力，以饱满的热情，高度的社会责任感和使命感，为体育与健康新课改尽一份力。

教育部近日发布《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》（下称“新课标”）。新课标将于2022年秋季学期开始正式施行。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。（4月27日新华社）

新课标的出现，意味着我们要慢慢和“纸上谈兵”的体育课说再见了。在大多数中国学生的成长过程中，体育课似乎从来都不是一门重要科目，尤其是进入中学后，大家的体育课总是因为各种各样的原因被占用，而长期处于高压环境中的同学们，在少有的体育课上并没有真正放松自己，也没有享受到运动的快乐，所以大家也渐渐默认了体育课并不重要。

学习固然重要，可体育运动就不重要了吗？答案当然是否定的，体育课被边缘化最主要的原因，是学习的压力远远大于同学们被压抑的天性。

因为在大家的印象中，每一节体育课好像都在跑步，本该依据学生的兴趣爱好而开展的体育课却被跑步代替，绕着操场

跑三五圈后即可原地解散，这样以跑步为主的体育课是没有意义的。无法学到任何东西的课堂对于正在备考的毕业班来说，甚至是在浪费时间，这样会让部分同学对体育课有抵触心理，所以我们必须要和“纸上谈兵”的体育课说再见，只有改变，才能让大家重新重视体育课。

体育运动不是遥不可及的梦，体育课也不仅仅是停留在课表上的一节课。无论是学校还是学生个人，都应该重视体育课，新课标所提出的流汗课堂就是在提醒我们，“纸上谈兵”的体育课将成为历史，越来越多充满趣味的体育课将走进各个学校。

教育部近日发布《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》。新课标将于2022年秋季学期开始正式施行。新课标规定九年义务教育各年级均要开设“体育与健康”课，占总课时比例10%-11%。与2011年版的课标相比，新课标中体育与健康的课时占比虽是10%-11%，但课时数并未增加。但体育课的内容与强度将有很大变化。

在内容方面，新课标除基本运动技能、体能、健康教育外，收录了六大类“专项运动技能”，分别是：球类、田径、体操、水上或冰雪、中华传统体育和新兴体育，除传统体育项目外，还收录了攀岩、滑板、花样跳绳等新型体育项目，学校可根据实际情况，创造性地选择和设计其他运动项目课程内容。

在运动强度方面，新课标提出了体育与健康课程学业质量标准，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。无难度、无强度、无对抗、不喘气、不心跳、不出汗的体育课，无法磨炼学生意志品质，将逐渐消失。

来源：网络整理免责声明：本文仅限学习分享，如产生版权

问题，请联系我们及时删除。

content_2());

体育与健康课程标准解读心得体会篇八

新课程改革是我困基础教育战线上一场深刻的改革. 新得教育理念冲击着传统的教育观念. 新的课程标准, 新的思路, 给我们体育教学指明了新的方向, 我深感自己肩子担子的. 分量, 曾增强了课程改革的责任感、使命感和紧迫感, 决心把把握课改方向, 把学生的全面发展放在首位, 优化课堂教学质量, 全身心投入到这次课程改革的教学研究领域, 真正从思想上、行动上进行一次较大的革新的突破.

作者: 王川作者单位: 辽宁省朝阳市财经学校, 辽宁, 朝阳, 12
刊名: 魅力中国英文刊名[]charmingchina年,
卷(期): ””(8)分类号[]g80-05关键词: