

体育与健康新课程标准的心得与体会(精选8篇)

教学反思是教师专业发展的重要组成部分，对于提高教师的专业素养和教学水平具有重要意义。以下是小编为大家整理的一些学习心得范文，供大家参考借鉴。希望对于大家写作学习心得有所启发和帮助。快来看看吧！

体育与健康新课程标准的心得与体会篇一

《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。

体育与健康新课程标准的心得与体会篇二

《义务教育体育与健康课程标准（2022版）》一经发行，业界反响剧烈。作为一线体育教师，认真研读本版课标是当下我们迫切要做的事。《课程标准（2022版）》较之以往的课

程标准变化明显，强化了课程的育人导向，优化了课程内容结构，研制了学业质量标准，增强了指导性，加强了学段衔接。紧扣核心素养确立课程目标，明确了以发展学生运动能力、健康行为、体育品德为出发点。我们还发现，健康教育五个领域的内容也写进了本版课程标准，在我看来，这是体育课从体育到真正的体育与健康质的飞跃。此外，还增设了跨学科主题学习模块，解决了各科各自为战、分离割裂、学而无用的问题，有助于实现体育与德育、智育、美育、劳动教育以及国防教育有机融合，多措并举，促进学生全面发展。特别是在落实“教会、勤练、常赛”这一理念里，指导师生以赛促练、以赛促学，学、练、赛融会贯通。

2022版《义务教育英语课程标准》学习心得体会

《义务教育数学课程标准（2022版）》?学习心得优秀十篇

以上是《体育与健康课程标准2022版心得体会8篇》的范文参考详细内容，涉及到体育、课程、健康、标准、学生、心得体会、我们、运动等方面，希望网友能有所收获。

体育与健康新课程标准的心得与体会篇三

《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。

体育与健康新课程标准的心得与体会篇四

11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，以便更好地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。

体育与健康新课程标准的心得与体会篇五

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，才能使生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。

体育与健康新课程标准的心得与体会篇六

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。

体育与健康新课程标准的心得与体会篇七

优秀作文推荐！通过对初中体育新课标的学习，我对新课程标准有了更深入的理解，感到收获很大。主要体现在以下几个方面：

一、更新自己的教育教学观念：坚持“健康第一”的指导思想，已逐渐被广大体育教师所认同，无论在教学内容的选择上，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。“兴趣是最好的老师”，学生的学习兴趣直接影响着学生的学习习惯，兴趣发挥着非常重要的作用。新课标的实施，使我们感到学校和教师有了更为广阔的空间，可以重新建构教学内容。在平时教学内容的设计，我尽量创设情景，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，使学生自觉、主动、积极地进行体育课程的学习。

二、转变自己的教学过程：在新课程改革实施中，本人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，使过去那种师道尊严不见了，新颖的师生关系正在形成。在我的体育课堂教学中，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。对教学内容的选择上作了具体的要求，“适合教学实际条件”其实另外一个角度就是说结合地区和学校的实际选择体育教学内容。如：在什么环境下做什么，怎么做达到什么要求，体现了学习目标的可操作性、检测性。值得注意的是修订稿在倡导自主学习、合作学习、探究学习的同时，提出了传授式教学。而教学是学生与教师的共同活动过程，它不是机械的单向的传授知识，它包含了人与人之间复杂的交流关系。而是具有艺术的特点。（1）形象性。（2）情感性。（3）创造性。（4）示范性。此外，教师的思维方式、思想品质、知识结构、学习习惯等等，无形当中都对学生起着示范作用，特别是对于体育课来说。

三、提升自己的教学评价：传统教学对学生的评价局限于对体能、技能的评价，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，我们对学生的评价可以是多方面的，可以是一个微笑，一朵小红花，掌声和鼓励等。平时，我经常鼓励学生“行不行，努力就行！”“好不好，进步就好！”。

新课标带来了新变化，使我们看到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。我要更加努力，焕发出更大的创造性和高昂的工作热情，为我们的体育事业作出更大的贡献。

体育与健康新课程标准的心得与体会篇八

新课标的颁布重新定位了“体育与健康”在学校课程中的比重，向体育教师发出了新的挑战。新课标定制了不同的学业质量合格标准，要求教师加强对儿童成长规律的研究，应对不同水平的学生科学设置运动负荷，合理掌握不同的运动技能。本次课改中还要求设置大单元教学，这就需要教师充分理解整体与部分的关系，在课堂中进行循序渐进的教学。同

时不能忘记激发学生的运动兴趣，培养学生的终生体育意识。