

2022 版体育新课标学习心得体会（精选 16 篇）

2022 版体育新课标学习心得体会

新课程由增加学生健康变为核心素养下的提升综合素质，新课程标准更倾向于五育并举，促进学生全面发展，作为体育老师感觉肩负重任，得努力完成育体、育心、育人的使命。下面小编为大家带来 2022 版体育新课标学习心得体会（精选 16 篇）供大家参考！

2022 版体育新课标学习心得体会 1

一、建立新型的师生关系，成为学生的朋友和榜样。

建立新型的师生关系，就是要建立合理的伦理关系和情感关系。建立充分体现尊重、民主和发展精神的新型的师生伦理关系，要树立教育民主思想；提高法制意识，保护学生的合法权益；加强师德建设，纯化师生关系。师生伦理关系是师生关系的有机组成部分，我们应面向新时代，努力创建民、平等和促进个性发展的师生伦理关系，真正使师生关系焕发出迷人的光彩。这将成为本次课程改革的高亮丽的风景线。师生情感关系，从整体上说，目前的状况仍难以另人满意，师生之间的情感冷漠缺乏沟通的现象比比皆是，师生之间缺乏积极的情感关系，不仅使得一直为人们所珍视的师生情谊黯然失色，也使教学活动失去了宝贵的动的源泉。优化师生关系，重建温馨感人的师生情谊，是师生关系改革的现实要求。新型的良好师生情感关系应该是建立在师生个性全面交往基础上的情感关系。创造新型的师生情感关系，需要从如下几个方面努力：第一，教师需真情对待学生，关心爱护学生。第二，展现教学过程的魅力，品味教学成功的喜悦。第三，完善个性，展现个人魅力。教师要得到学生的爱戴，就要利用内在的人格魅力。努力完善自己的个性，使自己拥有热情、真诚、宽容、负责等优秀品质，这是优化师生关系的重要保证。为此，教师要自觉提高自身修养，扩展知识视野，提高敬业精神，提升教育艺术，努力成为富有个性魅力的人。

二、上好课堂教学，最大限度的提高课堂教学效率。

在教学中，充分关注学生情感态度变化，采取积极的评价，较多

地运用激励性的语言。调动了学生积极探求知识的欲望，激发了学生学习的情感，让每个学生体验成功，增强自信心。课改要求能发挥学生主体性和积极性，有一个创新思维活动的空间，关键在于教师；教师如何引导，启发，点拨？能否真正地把学生引到这一领域？教师在平时备课中不但要吃透教材，而且要尽量地搜集，制作与教材有关的知识。因此，在教学中教师要善于引导学生从熟悉的事物，现象出发，根据学生掌握的情况，创设情境提出问题，激励学生共同参与，发挥想象，积极思维来解决问题的意向。

2022 版体育新课标学习心得体会 2

通过近阶段的学习《体育新课标》,通过自学、看录像、听讲座等多种形式，并积极实施,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。

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！”。

新课程带来了新变化，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。

2022 版体育新课标学习心得体会 3

新的体育课标颁布以来，我还没有仔细的研读过，利用暑假的时间，我粗略的阅读了一下。新课标已逐渐改变传统体育教学中的教师的灌输式、学生被动接受的教学方式，并向多样化的教学方式发展，在体育课堂教学中广泛采用了自主学习、探究学习和合作学习的新型学习方式，有利于确立学生的主体地位，提高学生的体育学习能力，培养学生坚持锻炼的意识和习惯，增强学生学习效果，通过学生的探索活动，获得运动知识和技能。

我觉得新课表更突出了，对学生主体地位的重视。学生是教育的主体，教学质量的好坏与学生主体精神发挥的程度有直接关系。《体育课程标准》关注的核心是满足学生的需要和重视学生情感体验，促进全面发展的社会主义信任的成长，始终把学生主动、全面的发展防在中心地位。在发挥教师主导作用的同时，特别强调学生学习主体地位的体现。因此，评价体育教学课时，学生在教学活动中主体精神发挥的程度是非常重要的标准之一。一是学生体育教学活动中是否具有

目的性和计划性，活动的内容和方法是否经过自身的肯定和选择。简单的观察方法是看学生体育活动中热情的程度。应该说，学生如是积极投入体育教学活动，那么该课便发挥了学生的能动性。其次是看体育教学活动中学生自主意识的表现，主要反应在学生对学习内容的把握情况，以及学生自主学习的行为和质量，学习的情感状态和心理投入程度。如果学生对学习内容把握准确，以自己的自主学习为主，动机明确，活动兴趣高，且有愉快的心理体验，说明教师在该课堂中发挥了学生的自主性。应该说明的是，学生主体精神的发挥，是教师施以诱因条件的结果，而学生主体精神发挥的程度如何，关键看教师艺术性运用诱因方法的能力。

体育课堂教学过程是师生交往、共同发展的互动过程，是教师教育教学理念的具体体现。

新的课标带给我们新的体育课程标准教育理论思想，为如何评价教育、教学质量和水平提供了新的指南。

2022 版体育新课标学习心得体会 4

作为一名体育教师，从课程角度来说，体育课是学生最喜爱的课程之一，运动回归自然，爱玩好动的自然天性，是每个所具有的，因而，作为体育老师的我，更容易了解他们最真实，最天性的一面，更容易在轻松和悦的气氛中与他们沟通，在细微的角度，潜移默化的给他们以影响。而作为一名年轻教师，从年龄的节度而言，我觉得一个年轻教师具有更多亲近于小朋友的特质。在这一个高度发展的社会，孩子们所接触的是一个日新月异的世界，他们身边充满新鲜的事物，这就满足孩子们好奇的天性。在教学过程中，学生的调皮总能让自己有不同的感受，但工作，尤其是人民教师的工作，总会使自己多一份责任感，只有保持良好的心态，才能使工作做得更出色。孩子是一个鲜活的生命，在他们的成长过程中需要得到关心和帮助，他们也希望老师能尊重他们独立的人格，因此，在教育过程中，我注意到以不伤害学生的自尊心为原则，使他们也因为喜爱老师而好好学习。反思我们在日常的教育教学工作中，我们常常以大人的眼光、以一个教育者的眼光在区分什么是对孩子适合的，什么是对孩子不适合的；什么是

对孩子有利的，什么是对孩子不利的，于是，我们总喜欢以一种先知先觉的态度，处在高高在上的位置告诉孩子什么是对的，什么是不对的，什么是可以做的，什么是不可以做的。对学生的主体性发展，创新思维能力的培养不够重视，课堂上不能很好给予学生自由发挥、充分展示的空间和舞台。所以，当孩子破坏课堂纪律的时候我们总是指责他的不是，当学生测试成绩差的时候我们说他学习不努力，当学生与老师有对抗情绪的时候我们总是暴跳如雷，觉得这是“大逆不道”，可是当我们回过头来重新审视这一切的时候，我们发现这样的“教育”产生过“多大”的教育效果呢？春风化雨，润物无声。读罢此书，深受启发。我将努力着，履行好体育教师的职责，用心走近学生。努力使百分之百的学生都得到百分之百的发展！

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，必须在学习实践中学习，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“以生为本，以学定教，以练促学”，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。

2022 版体育新课标学习心得体会 5

教学改革是课程改革系统工程中的一个组成部分。我国目前的中

学体育教学有一个非常突出的问题，那就是：教师很辛苦，学生首先很痛苦，但学生却没有得到应有的发展。这是新一轮基础教育课程改革必须面对的一个问题，而且还需要提供多种问题解决的方案。我认为，其中一种方案就是如何使体育教师拥有有效教学的理念，掌握有效教学的策略或技术。否则，我们即使有理想的课程计划、课程标准和教科书，其结果也只能是纸上谈兵。本文是我在进行基础课程改革实践与探索中的一些心得体会。

一、转变观念、更新理念

新课程体育教材，应和了新世纪对学校体育教育的要求。美国哈佛大学心理学家加德纳教授提出的：“多元智力理论”。它倡导学生主动参与、探究发现、交流合作的学习，引起教师角色、教与学的方式的变革，在教育理论与实践领域产生了极大影响。新课程改革教育的预期目的就是培育学生的创新能力，也就是“多元智力理论”。它不仅是一切知识和技能所开出的鲜艳花朵，而且也是一切“教”与“学”所结出的最终果实。现在是信息时代，需要什么样的人才呢？教育报的一篇文章中说，“需要通才，有创造能力，终展能力，身心协调的人”。

体育活动中充满了可创造性的元素与机会。例如：教学比赛及游戏的规则就是如此。它本来是为了公平地、愉快地进行的，但在具体的情况下，进行一定的调整和修改，既为体育教育的目的服务，又为学生愉快地进行体育活动服务。在进行某种类型的体育技能教学时，我们可以把课本上列举的部分学练手段对技能锻炼的作用及原理向学生作简要介绍就行了，学生可以据此选择或创造新的适合自身的方法进行锻炼，只要有效果，教师就应该给予鼓励，这样，可以最大程度地使各个层面的学生，都能从体育学习活动中得到乐趣。

因此，针对新课程教材编注栏中众多的“自我测评”、“自我认识”、“自我阅读”、“想一想”、“看一看”、“读一读”、“试一试”及“学一学”等等。作为教师首先应克服思维定势，提倡发散性思维。让老师和学生总是同处一个平等交流的氛围之中，学做“孩子王”。学生可以随时打断老师提问，甚至于可以立刻进行课堂讨论，

把宝贵的课堂时间用在激发创造性思维、培养学生多角度看问题、分析问题的能力上，鼓励引导学生根据当前条件和已有经验，沿着不同的角度进行学习和思考，产生大量的设想，进而提出独特见解，并通过教学实践进行检测。采用这种方式进行教学，可以使新课程教学落到实处。

二、新课标、新理念、新教学

新课程的教学法：

必须用“心”去作战，其实，我们的教学也是如此要想获得教学的成功，首先必须用“心”去进行教学。一切新的教学方法产生在教学观念转变之后。试观几十年来我国中小学走过的路，对课程标准新的理念逐渐接受和认可。只要将“心”用到教学上去，新的教学方法必然会层出不穷地涌现出来。

1、在学生经验中吸取教学方法：

快速跑，传统的教学中都是沿用竞技运动教学模式，从一开始就采用了直线跑，记时跑的方法，而孩子恰恰不是直线跑，而是喜欢用扭动着躯干的直线跑，传统的跑是单纯地发展跑速度，是与提高速度素质紧密的结合在一起的，而生活中的快速跑正是一种娱乐性很强的，孩子的自我展示以及心理满足的活动。

2、体验着手改造教学方法：

球类：传统的是从传球学起而外国排球是用手心把球托起如：我在上课时，课一开始，在整齐的队列练习后，打破了过去那种呆板、单一、成人化和公式化的定位徒手操，模仿操等活动的教学方式，而是设计了随着优美的乐曲声，教师带领着学生以艺体的脚尖步做各种舞蹈的练习，使学生能在美的乐曲伴奏下，在优美的形体舞蹈练习中，感到新鲜，使学生积极活泼进行热身运动。

学生在完成强度与密度较大的教学任务后，不采用单调人工的口令徒手操，进行放松运动，结束教学，而是让学生跟随教师在美的旋律声中，做各种轻快的舞步动作和听优美的配乐诗朗诵两脚开立闭目，进入一种轻快的意境，使学生在生理和心理上充分得到松弛，心旷神怡，从而有的消除疲劳，恢复正常心率，轻松愉快地结束教学。

由于音乐舞蹈这一教学手段恰当的运用到体育各个环节之中，把“要我学”变成“我要学”把单调紧张的课堂变成动作优美，生动活泼的课堂，从而，充分调动了学生的学习积极性，活跃了课堂气氛。

其次，增加体育游戏活动内容。体育游戏是一种特殊的课堂活动和运动练习方法，体育游戏是由一定的情节、形式、规则和结果等几个部分组成的综合性活动。在日常教学过程中，可先让同层次的学生，在可行范围内通过协商，制定出合理的游戏及规则，自己摸索或小组讨论取胜对手的方法；充满公平竞争、冒险获胜的气氛。同时也可让学生自由组合，或分组创编体育游戏，由师生共同评价孰优孰劣。学生一旦参与积极性极高，可以有效地激发团队精神、合作精神，有利于各层次学生在智力发展和创新能力方面得到各自相应的提高。

如：我在上课时就采用游戏内容来贯穿整个课堂。教师要创编出新奇的游戏方法。并增加难度来吸引他们，使他们在“乐中学”“玩中练”，教他们在这些活动中学习参与群体活动的方式和手段，在克服自身和自然障碍完成活动的过程中，既使身心得到承受外部环境的锻炼，也使身心得到以向外释放能量和情感，通过遵守游戏规则和服从裁判来了解群体活动的各种规则，并学会自己克服困难和解决矛盾的方法。来发展学生身体的基本活动能力，激发学生参与体育健身活动的角度出发，挖掘青少年日常娱乐活动的内容，并将其融入体育教学中，力求使学生在乐中学、玩中练、玩中体验体育课的情趣所在。得到校及县领导的一致好评。这是一种在游戏中团体训练、集思广益的方式，使得个体在小组中充分发挥聪明才智和创新能力、在讨论中达到知识的掌握和思维的开发。

古人常说：排阵无常法，运用之妙，存乎一心。在对学生各种能力培养的问题上，教师一定要认真研究教材，充分掌握学生的生理、心理特征，在教学思维上不要须因循定则，蓦然回首间，定会多有收获。

因此，在新课标、新理念、新教学下，要从教学方法、手段，发挥学生的主动性出发认识和对待学生的体育兴趣，要“以育人为本”，以学生发展为中心，要面向全体学生，关注学生的个体差异。

三、分层教学过程中教学方法应用示例：

在教学过程中，“教”和“学”是密不可分的，要想得到最佳的教学效果，就必须充分发挥教师的主导作用和学生的主体性，如果这两者缺少任何一个方面，就不能收到最好的教学效果。教学方法就是在充分发挥教师的主导作用下，采用多种多样的教学方法，将学生的积极性、创造性充分地调动起来，使学生掌握知识和技能，从而收到良好的教学效果。因此，教学方法也是教师的积极性、创造性和主导作用，通过形、声、色的应用；，发挥了体育教学中愉快教育的功能；通过讨论法、发现法、问题教学法、情景教学法、填空教学法、延伸教学法、立体教学法、启发的方式使学生的自觉性、创造性和主动性密切配合，以收到最好的教学效果。如果在教学中能正确运用这些方法，对改进体育教学、提高教学质量具有重要意义。

比如，情境教学中运用已学知识和对未知知识的探求都会激发出学生的创造性思维。

在体育教学过程中要经常有意识引入或创设具有一定情绪色彩和形象生动的具体场面，以引起学生一定的态度体验。通过各种教学手段，以生活展现情境，以实物演示情景，以图画、录像、多媒体再现情境，以音乐渲染情境、以表演体会情境，以语言描述情境。例如各种体育节、单项运动会、球类比赛、广播体操的多媒体教学、韵律体操的教学，从而激励学生的情感，帮助学生理解体育教材，促进学生全面素质和创新能力提高。在学生了解了某一游戏的方法以后，要求学生针对游戏名称对游戏的方法、规则适当加以变化和发展，然后再根据改编后的游戏进行活动。可作为准备活动的教学，注重学生的全身都得到充分的舒展，在积极的思维和活动中，学生不仅身体得到了锻炼，同时也使头脑得到了一次很好的锻炼机会。

体育教学内容的新教材，通过教师生动有趣的讲解和气氛渲染，很容易将学生带入想象的天地，非常有利于激发学生的创造性思维。在体育活动过程中，学生接触的情境越多，发现问题的能力就越强，设想的方案也越具想象。“见多识广”，不仅使学生积累了大量的经验，同时也培养和增强了学生创新的信心和勇气。

在体育教学中我还针对中学生的求知欲强、活泼好动、喜欢新奇善于表现自己的生理和心理特点，溶入了发挥了体育教学中愉快教育的功能。

如：我根据一堂课的教学内容，在开讲时先设计了一个小谜语，然后由学生猜出谜底，从而导入课的主题。例如，一次上立定跳远的课开始时我给学生出了一个小谜语两手用力摆，双腿迅速蹬，展体似雄鹰，落地如青蛙。迷一出，就把学生的注意力一下集中起来了，并很快就有许多同学一口同声地回答出所要学习的动作名称。通过这种猜谜式开讲的方法，有利于吸引学生的注意力，激发学生的学习兴趣，培养学生的思维力。

这节课学生练得很起劲，不时还听到许多学生轻声诵着那首谜语。经过教学实践证明：我们把“七种活动”贯穿于平时体育教学的每个环节之中，创造了良好的课堂教学气氛，同时也使学生产生了轻松愉快、乐观的心境，从而调动了学、生学习、锻炼的积极性和主动性，激发了学生的学习欲望。

总之在我教学实践中，从教材方面，大胆改革，改革传统教学中的各自独立的目标内容，注重动作技术的训练，学科知识本位，书本为中心。以新课程教材为准绳，以人的发展为宗旨，层次目标清晰，内容有较强的自主性和选择性，五个学习领域互相联系，呈现方式的多样性，灵活性。把难、繁、窄、旧。唯大纲，唯课本，项目-训练-成绩，从教材中获得结论性的知识技能，学生被动接受。变为浅、宽、活、新，形式为人-健康-锻炼，-生活-经验-适应-体验。重视过程，强调体验，自主学习、自主评价、自主发展，在实践中获得知识技能。对老师来说，改变传统的以大纲和统编教材内容为准，以新课标为主导，充分挖掘课程资源，以三级目标为依据，以学生的实际需要和发展为基矗在展现课上，改变传统的以增强体质为指导，以竞技为中心，以技能为追求目标，突出生物功能。新课程以健康第一为指导思想，强调身心多维健康观，围绕学生的发展的需要。把传统课程中的一言堂，传授者，管理者，体现权利，兵操式。新课程标准中教师是组织者，指导者，引导者，参与者，平等中的首席，生活式，亲切，平等

交流。作为体育教师，我们应继续深入的进行探讨，大胆创新，勇于实践，总结经验，为进一步提高体育课的教学质量而努力。

2022 版体育新课标学习心得体会 6

2022 年版课程标准以立德树人为根本任务，以“健康第一”的教育理念，促进学生身心健康发展为宗旨。对比 2011 版课程标准在此基础上提出了核心素养。核心素养包括了：运动能力、健康行为和体育品德。体育与健康课程中要培养的学生核心素养，应该如何落实到课中？

培养学生运动能力

运动能力是指学生在参与体育运动过程中所表现出来的综合能力。运动能力包括体能状况、运动认知与技战术运用、体育展示与比赛三个维度。传统的体育教学中，教师常常关注的是学生的体能与体育技能，以获得更好的体育考核成绩或者在体育比赛中获得更好的名次，不注重培养学生的心理素质，使很多学生的运动能力发展趋于片面化。拥有很好的体能和体育技能，却由于心理素质不过硬导致在赛场上没有完全发挥自己的优势。这样的情况存在于很多学生的身上，他们由于缺乏相应的心理能力，难以展现自己的风采。

运动能力的形成需要通过课中不断练习，课后坚持锻炼一小时，不断提升体能及技战术。在体育教学中，教师要采取合理的教学方式，全面发展学生的运动能力。例如，在前滚翻教学中，可以多组织学生进行小组学练赛，并且对不够自信的学生给予鼓励，让每个学生都能勇敢积极地参与到教学活动中，锻炼学生在体育活动中的应变能力以及积极的竞技精神。同时在课后布置作业。引导学生与家长进行亲子体能练习及课上前滚翻技术动作的练习。加强学生对体育技能及体能技战术的学习和掌握，提升学生的运动能力。

提高学生健康行为

健康行为是学生增进身心健康和积极适应外部环境的综合表现。健康行为包括体育锻炼意识与习惯、健康知识与技能的掌握和运用、情绪调控、环境适应四个维度。因此，教师在体育教学中要结合学生的实际行为和状态，设计不同的教学方案，针对性地帮助学生构建良

好的价值观，形成正确的健康行为以及调控情绪的方法。

教学中，教师应合理设计教学活动，增加学生小组之间的合作，形成互帮互助的学习氛围。鼓励学生积极参与，以提升学生的团队协作能力。在课堂中，教师要强调合作的重要性，引导学生树立正确的合作意识。两人的共同努力下完成技术动作，如前滚翻教学中需要保护帮助时，树立为对方负责，不能“无效”保护帮助。体能比赛中，教师引导学生正确看待输赢，使学生在团队活动中逐渐养成健康的行为和品质。

增强学生体育品德

体育品德是指学生在体育运动中应当遵循的行为规范和体育伦理，以及形成的价值追求和精神风貌。体育品德包括体育精神、体育道德和体育品格三个维度。

学生能够在体育课中勇敢面对困难和挑战，敢于自我超越，用良好的心态看待运动成果或比赛过程，为学生健康成长提供保障。在教学中，教师应多加设计比赛场景，通过体验和比赛了解规则精神，能够超越自我，或失败中承受挫折。体会责任、担当，最终达到人格教育的目标，完成立德树人的根本任务。

核心素养教育理念要求培养拥有综合素养，拥有良好学习习惯、学习意识，拥有创新能力的新型人才。体育作为学校教育的主要组成之一，同样需要积极落实核心素养教育目标。体育核心素养的养成是一个长期的、渐进的过程，在体育教学中通过教师有意识地引导学生达成各种素养外，还必须通过课外体育活动及竞赛，让学生在享受运动乐趣的过程中得到熏陶和养成。培养学生的自主锻炼的能力，提高学生对体育的认识，使学生了解体育的价值。使学生了解人体身心健康和身体运动的科学知识，掌握科学锻炼的正确方法，同时为了终身体育打下基础。

2022 版体育新课标学习心得体会 7

体育教学是落实课改的主渠道，课改理念应主要在教学中得以体现。但在最近组织的评优课上，出现的问题很多，教师学习理解新课程标准存在偏差，不得不引人思考。

一、教学要注重实效

在课堂上，有的教师为了便于控制学生，有大场地不用，而是在很小的场地上或在篮球场上上课，学生活动空间受限，活动量达不到要求。再看教师的教学内容安排，也只是围绕学生“玩得兴趣”做文章，课堂场面看似热闹，却忽视了对学生的全面锻炼。一节快速跑课只在十几米的场地上安排学生跑4次，游戏安排也是没有什么锻炼价值的拼图“2008”，其结果是把课的运动负荷放在了次要的位置上，课的效果是不言而喻的。体育的根本特征是以身体练习为基本手段，“健康第一”应该首先保证学生体能的增强，没有一定的“运动负荷”做保证，就不能够有效地促进学生健康，单一的教学内容设计同样会影响学生的全面发展。所以体育课应该注重教学效果，关注学生的全面发展。

二、教学评价要全面

有位教师组织学生进行投准练习，由于投掷物太轻，投中的学生很少，教师在评价时只鼓励投中的学生，而没有投中的学生则出现了消极练习的现象。其实投准只不过是一种练习手段，发展学生投掷能力才是目的，只要学生参与了，教师都应当给予恰当的评价。

教师应当把握好评价时机和评价的角度。在体操练习中，有位学生在给同伴保护帮助的时候漫不经心，发生了学生摔倒受伤的事故。教师本应该抓住这一时机对学生进行加强责任心的教育，而他却对学生进行了勇敢精神的教育。体育课上，安全重于泰山，如果出现上述现象，教师就应当首先从安全的角度去考虑评价的问题。课堂上，教师必须应用丰富的教学语言，抓住时机，适时、适度对学生进行渗透教育，如团结合作、不怕困难、公平竞争、尊重他人、增强责任感等，这些教育随时会对学生产生潜移默化的作用，会对培养学生奋发向上的精神、形成开朗乐观的生活态度产生积极的影响。可以说只有技能学习，没有思想教育就是不合格的体育课。

有的教师没有把学生的自我评价和相互评价落实在课堂，评价还是教师一人的事情。尽管教师很累，但效果不好，缺乏自我评价和相互评价，很难充分体现学生的主体地位。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/067010020053006064>