

2022年版新课标的心得体会通用

当我们经过反思，对生活有了新的看法时，马上将其记录下来，这样可以不断更新自己的想法。你想好怎么写心得体会了吗？以下是小编为大家收集的2022年版新课标的心得体会通用，仅供参考，希望能够帮助到大家。

2022年版新课标的心得体会通用1

学习新课标，我从中受益匪浅，作为一名年轻教师，我加深了对教育改革的理解和体会，进一步感受到新课改的必要性和紧迫性。

新课标更多的从学生的角度出发，根据学生自身发展对年段要求进行一些微调。虽然是微微的小调整，但是作为一线语文教师的我来说，感觉新课标真的是替学生着想的。比如：新课标对中段学生的要求，在阅读方面为“初步学会默读，做到不出声，不指读。学习略读，粗知文章大意。”关于让学生学会默读，不出声，不指读。这原来属于第一学段的要求，而这样的要求，说实话对于低段学生来讲，确实比较困难，过早让学生学习默读，只会让学生养成走马观花的阅读习惯，文章中的一些重点词语，他们只能知道得事实而非，甚至还会挫败学生的阅读积极性，而现在的新课标将此要求下放到中段，这样孩子能有更长的时间来学习、练习默读，新课标把难度适当降低，有利于保护学生阅读积极性和阅读兴趣，在循序渐进中，自然而然地学会默读这样一种阅读方式。

新课标更加注重保护学生的个性。学生是独立的有思想、有主见的行为个体；也在低段口语交际中，增加了一点“敢于发表自己的意见”

的要求，老课标中为“有表达的自信心。积极参与讨论，对感兴趣的话题发表自己的意见。”老课标重在学生发表自己感兴趣的话题，而在实际教学中，很多学生非常有想法，但是一当需要讨论交流时，就沉默了，不愿意在众人面前展露自己的口才，或者是别人讨论的题他都没有兴趣。而新课标中，更加注重培养学生的胆量，只要敢于站起来发言，就给予肯定，至于发言内容是否精彩我们暂且不要求，把学生的胆量锻炼出来了，发言内容是在不断训练中越来越切中要害的，说白了，有胆量的孩子，以后成功的概率都大许多了。

总之，在新的课程、新的学习方式、新的教学氛围下，需要老师引领学生开辟出一片语文学习生活的新天地，在这片天地里，教师和学生将共同成长，不断进步！

2022年版新课标的心得体会通用2

这个学期，我们学校开展了学习新课标活动，通过这段的学习，使我对新课程标准有了进一步的理解，对新教材有了一个新的认识，知道了新课标是工具性与人文性的统一，是语文课程的基本特点。

首先，语文课程是一门学习语言文字运用的综合性、实践性课程。义务教育阶段的语文课程，应使学生初步学会运用祖国语言文字进行交流沟通，吸收古今中外优秀文化，提高思想文化修养，促进自身精神成长。工具性与人文性的统一，是语文课程的基本特点。由此可见，义务教育阶段的语文课程，必须面向全体学生，使学生获得基本的语文素养。因此，在课堂教学中，教师要真正做到以学生为主体，并能够做到师生互动。面对新的课程改革，我们要积极转变教育观念，打破陈旧的教学观

。努力用新的标准来严格要求自己，上好每节课，尽量选用一些比较适合学生年龄特点的教学方法及手段，努力为学生创造一个良好的教学环境，使学生积极主动的参与到教学中来。

其次关于课程目标与内容。在识字与写字方面，新课标规定，小学生在义务教育阶段的九年里，要认识3500个左右常用汉字。一至二年级的学生要认识常用汉字1600个左右，其中800个左右会写。在老课标中，一至二年级学生会写汉字的要求是800到1000字。三至四年级学生要求累计认识常用汉字2500个，其中1600个左右会写。“新课标”对写字的质量要求提高了。一至二年级要求，掌握汉字的基本笔画和常用的偏旁部首，能按笔顺规则用硬笔写字，初步感受汉字的形体美，写字规范、端正、整洁。三至四年级就要求学生能用硬笔熟练书写正楷字，并用毛笔临摹正楷字帖。到了五六年级，则要求硬笔书写楷书整齐美观，并有一定速度，同时能用毛笔写正楷字。为了能让各个学段的学生达到书写的要求，语文“新课标”还在第三部分实施意见中明确提出要求，要指导学生掌握基本书写技能，养成良好的书写习惯，提高书写质量，小学1—6年级，要在每天的语文课中安排10分钟，在教师指导下随堂练习，做到天天练，在日常书写中增强练字意识，提高书写效果。在写作方面，课程标准将一二年级写作定位为“写话”，三年级开始是“习作”，在写作中，注意引导鼓励学生观察、思考、表达能力，写真话、实话、心里话，不写假话、空话、套话。

最后要正确认识新的学习方式，主要包括：自主学习、合作学习、探究性学习。自主学习就是自己作为学习的主人，而不受他人支配的学习方式。合作学习是指学生在小组或团队中为了完成共同的任务，有明确的责

任分工的相互性学习。它强调学习的交往性、互动性、分享性，有助于培养学生的合作精神，团队意识和集体观念。探究性学习是在教师的指导下，从自身生活中选择和确定专题，通过学生自主独立地发现问题获取知识，应用知识解决问题的学习方式。它强调学习的问题性、过程性、开放性，有助于形成学生的内在的学习动机，批判的思维品质和思考问题的习惯。自主、合作、探究性等学习方式，能够更大限度地调动学生的主动性、积极性，更能激发学生的内在的学习动力，更能培养学生的创造精神和实践能力。大力提倡这样的新的学习方式，是现实的要求和未来的需要。

总之学生是语文学习的主体，我们教师只是活动的组织者和引导者。我们要注意吸收新知识，我们不断提高自身的综合素养。积极合理利用资源，重视启发式、讨论式教学，启迪学生智慧，教学质量。

2022年版新课标的心得体会通用3

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”——运动技能“教”起来，问题导向激思维

“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”——校内校外“练”起来，掌握技能提素质

“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”——集体较量“赛”起来，以赛代练促成长

“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。

2022年版新课标的心得体会通用4

20xx年4月，教育部发布《义务教育体育与健康课程标准（20xx年版）》，并于20xx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。

学会，能用

“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。

激趣，参与

“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。

竞技，联动

“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。

2022年版新课标的心得体会通用5

20xx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20xx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年版新课标的心得体会通用6

《义务教育与健康课程标准（20xx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”。

教干货引关联

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。

创情境重实战

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。

优设计提负荷

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。

2022年版新课标的心得体会通用7

5月14日和15日，我参加了数学新课标的学习，使我对新课程标准有了进一步的了解，对新教材的编排意图有了更全新的认识，知道了新课程突出数学学习的基础性、普及性和发展性。在教学中要面向全体学生，实现“人人学有价值的数学”，“人人都能获得必需的数学”，“不同的人在教学上得到不同的发展”。要求课堂教学中师生互动等。面对新课程改革，我们必须转变教育观念，真正认识到了新课改的必要性和紧迫性。在今后的工作中我将会严格按照新课标的要求，上好每节课，选用恰当的教学手段，努力为学生创造一个良好的有利益于学生全面发展的教学情境，使学生积极主动的参与到教学中来。下面就根据自己对课程标准的理解谈点体会：

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/795330314011012
021](https://d.book118.com/795330314011012021)