

# 2023年体育与健康课程标准版 小学体育健康课程标准心得体会(实用5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 体育与健康课程标准版篇一

《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。

## 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

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、成熟的符合中小学生学习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区体育文化的了解，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 and 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版篇二

教育部发布《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。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。

2022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。

2022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，2022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。

2022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版篇三

新时代背景下，探索增值性评价的理论创新和本土化应用对于全面深化教育评价综合改革具有重要作用。反思当前我国学生体质健康评价当中存在的不足，主要表现为：评价目的重定级轻应用、评价对象重整体轻个人、评价内容重显现轻挖掘、评价方法重数值轻增值。因此，基于发展性、个性化、系统性、科学性的基本原则，该研究构建了学生体质健康增值性评价模型。评价模型包括指标内容、阶梯设置、层级赋分和价值判断四部分，并且从建立信息化体质健康数据库、树立增值性评价理念、设立评价分析工具、创立教育评价生态四个方面提出学生体质健康增值性评价模型的应用建议。

《深化新时代教育评价改革总体方案》（以下简称《方案》）是我国建设教育强国的坚实基础，也是我国实现教育现代化必须遵循的核心蓝图。《方案》中要求“坚持科学有效，改进结果评价，强化过程评价，探索增值评价，健全综合评价”，这对于各种评价方式的实施提出了指向性的建议。增值性评价作为一种新颖的评价方式，首次出现在我国政策性文件当中，为教育评价的实施提供了新的方向。且增值性评价是一种利用标准化测验的各级各类数据，并运用统计学分

析方法，来对学生各类成绩的前后变化进行评价的方法，这与《方案》中指出的“要充分运用当前发达的信息技术，以提高教育评价的科学性”精神不谋而合。这类方法由于其评价的公平性和科学性，在欧美国家得到广泛应用与实践，但是增值性评价如何本土化应用，还需要加强在理论和实践方面的探索。

同时，《方案》在强化体育评价中强调，将达到国家学生体质健康标准要求作为教育教学考核的重要内容。“健康中国2030”建设中，明确提出学生体质健康测评优秀率达到25%的目标，且学生体质健康成绩要作为其在各个学习阶段毕业的硬性要求，学生体质健康评价已然成为国家相关战略决策关注的重点。青少年体质健康作为学校教育领域的重要内容，也是关系国家建设和民族兴旺的基础保障。新时期国外体质健康测评系统与互联网、移动终端结合，运用在线工具综合评价青少年体质健康状况。新时代背景下，如何深化学生体质健康评价改革，对学校教育教学效能进行科学评价，对于扭转不科学的教育评价导向，加快教育现代化具有十分重要的意义。增值性评价为学生体质健康测评提供了新的思路，在学生体质健康领域实施增值性评价，能够创新评价形式，为建设科学而公平的现代化教育体系提供理论和技术支持。

## 一、学生体质健康评价体系的反思

儿童青少年的健康成长关乎着中华民族的伟大复兴，我国对于儿童青少年的体质健康监测主要是通过一学年的体质健康测试，运用《国家学生体质健康标准》（以下简称《标准》）对儿童青少年的身体形态、身体技能和身体素质等方面进行综合性评价。但是，从教育部2020年发布的全国学生体质健康达标率的动态变化来看，抽测复核数据中有近三成的大学生体质健康测评不及格，初中生有近15%的不合格率，小学生不合格率为6.5%，学生的体质健康不合格率呈伴随着年龄升高而增长的趋势。评价作为教育的指挥棒，有什么样的评价就有什么样的教育，什么样的评价导向就会出现什么样的行



为。当前我国学生体质健康状况不理想，与评价体系的缺陷密不可分。

### （一）评价目的重定级轻应用

学生体质健康测评的目的一方面是对儿童青少年学生体质健康水平的评定，重在促进其积极进行体育锻炼，最终增强体质，另一方面是运用学生体质健康测评成绩，来作为重要依据对学校体育工作情况进行评价。新中国成立以来，我国在学生体质健康测评工作上制定了一系列的制度与措施，并在21世纪初最终推行《标准》，要求每个学校每学年将学生体质健康数据进行上报，经过近二十年时间的探索，体质健康测评已经趋于完善。但就目前的体质健康测评情况来看，大部分学校的体质健康工作是为了定级而测评，花费大量的人力、物力和财力，最终将学生的体质健康测评数据进行收集并上报，重的是学生测评成绩及级别结果上报，而对于学生更为重要的评价反馈与发展应用则有不同程度的忽视，学生得到的数据评价也仅仅是简单的成绩数据而已，评价的发展性功能也就无从说起。如学生在测试过程中存在什么问题？哪项身体素质处于弱势？课程计划有无干预？就目前来看，诸如此类问题还有待评价体系的进一步完善与解决。

### （二）评价对象重整体轻个人

儿童青少年学生作为学生体质健康测评的对象，在测试的过程中往往被当作一个整体，测试过程中个人的差异性则无法完全体现。究其原因，主要是测评频次的单一。我国进行的学生体质健康测评方法是由学校统一安排测试时间，一学年进行一次，测试的时间跨度一般在1-2个星期，并根据学生测试的情况安排一次补测，为部分因特殊原因无法参加第一次的学生提供测试，并对其体质健康状况进行诊断。一学年进行1-2次测评的评价方法更加注重的是体质测试和数据收集的效率，利用收集到的数据对学生的整体体质健康状况进行定义，但这种方法忽略了测评的最初目的，即学生体质健康的

诊断。因此，只有通过多次的诊断，发现学生当前的体质健康弱项与问题，并将其测评前期数据形成体质健康数据链，进而在后期的体育教学与活动中进行进一步的精准干预，才能充分发挥评价诊断的功能。信息化背景下，人脸识别[5g]技术、智能可穿戴设备的快速发展，使学生体质健康测评利用信息化手段进行常态化测试成为可能，学生在不断测试评价过程中实现个体的提升，这也是未来学生体质健康测评能够破解测评频次单一的有效渠道之一。

### （三）评价内容重显现轻挖掘

《标准》中对于评价的内容（即评价指标）做了统一的规定与说明，评价的内容主要包括身体形态（身高、体重）、身体机能（肺活量）、身体素质（50米跑、立定跳远、座位体前屈等）。

测评采用统一的评价标准，学生测试完后，一方面根据每项指标的权重得到相应的总分，另一方面，根据总分的多少标记为优秀、良好、合格、不合格，教师和学校关注更多的是学生体质健康的各类达标率，注重学生体质健康显现的数据。基于大数据的新研究范式要求关注数据之间的相关性，深入挖掘数据背后的价值，而学生体质健康评价本身面对的就是学生体质健康的大量数据。因此，如何基于这些数据，运用专业的方法去挖掘学生各项数据纵向和横向的关联和规律，用于教师制订专业的运动处方，指导并干预学生的体育锻炼实践，以此来充分发挥教育评价的激励功能，这将是未来学生体质健康测评系统需要重点关注的领域。

### （四）评价方法重数值轻增值

《标准》作为我国学校体育工作的基础性指导文件和教育质量基本标准，采用标准化的评分表对各个学段的单项指标进行了分数的划定，学生可根据单项评分表来对自身情况进行评定，各单项加权之和为其总成绩，最终以数值化的形式体

现，评价的标准根据学年的增长而变化，各项成绩的加权总分进行等级确认，以此作为体质健康测评的终结。学生每年都将在学校的组织下进行体质健康测评（免测学生除外），从小学一直到大学毕业的学生自身体质健康数据形成了一个数据链。当前对于这个数据链的关注与分析，除了学生自身自然生长发育的影响因素外，对于各项数据的增值分析近乎于无，导致的结果就是学生自身成绩与往年成绩的比较与进步无法得到展现，学生体质健康各项数据进步或者是退步的幅度无法得知。造成这种局面的原因一是学生体质健康信息化管理库的缺乏，二是相关管理者数据增值意识的缺乏，在这两个方面的突破将是学生体质健康数据充分发挥作用的关键之一。

## 二、学生体质健康增值性评价模型构建

从理论层面看，增值性评价是通过对学生成绩的“进步幅度”来进行评价的，适用于学生评价的各个层面。从技术上看，增值评价可用于任何内容的评价，既可以是考试成绩，也可以是道德发展、体质健康等内容。增值性评价关注学生的发展差异，强调在过程中进行评价，打破了传统的一次性评价、终结性评价的弊端，形成了以成绩进步幅度来关注学生发展的“动态”评价。这为解决我国学生体质健康评价体系存在的问题提供了消解路径。

### （一）学生体质健康增值性评价模型构建的基本原则

为确保学生体质健康增值性评价指标体系的有效性和科学性，充分发挥评价体系的导向、诊断、激励等功能，必须遵循以下四项原则。

一是发展性原则。斯塔弗尔比姆认为评价最重要的意图是改进而不是证明。评价本身不是目的，评价的最终目的是实现学生全方位的发展。因此，增值性评价体系的确立原则之一是要从促进学生发展这个价值取向出发，扭转传统学生体质

健康测评过程中只关注学生成绩和级别的价值导向。这是评价模型有效性和可靠性发挥的基本保障。

二是个性化原则。个性化原则即要以人为本，利用教育评价的手段，引导多元主体关注个体体质健康均衡进步和增长。在增值性评价的过程中，要充分关注学生个体体质健康发展特点，尊重学生个体体质健康发展差异，公平对待各类学生，实现学生个体体质健康的均衡发展。

三是系统性原则。系统性原则是指评价指标的全面性，既要关注学生体质健康的各项身体素质和身体机能，同时也要关注全体学生的发展水平，还要清楚地认识到，学生体质健康的发展必须遵循学生身心发展的规律，如身体素质发展的阶段性和敏感期等，在评价的过程中要系统性地考虑。

四是科学性原则。科学性原则强调，在评价的过程中，要有科学的研究态度，使用科学的方法收集评价数据，使用科学的技术手段评价客观事实，尤其是在评价过程中，注重利用现代科学信息技术加强对学生全方位数据的收集，注重挖掘学生各项数据背后的相关性，为后期的运动干预提供数据基础。

## （二）学生体质健康增值性评价模型的基本框架

泰勒认为“评价过程实质上是一个确定课程与教学计划实际上达到教育目标程度的过程”，教育评价的主要过程包括制定评价指标体系、搜集评价资料、分析评价资料、进行价值判断四个部分。根据当前学生体质健康评价体系发展的现状，以及增值性评价的评价理念和价值取向，基于发展性原则、个性化原则、系统性原则、科学性原则，本研究构建学生体质健康增值性评价模型（见图1）。评价采用个体纵向发展、群体横向比较、运动干预质量三个核心指标来描述学生体质健康增值情况，根据指标体系设置阶梯层级，参照阶梯层级进行赋分，最后得到增值分数，对学生体质健康动态变化及

发展过程质量作出价值判断。

## 1、指标内容

一是个体纵向发展。学生个体纵向发展增值分既要考虑学生过去（上一次）体质健康测试的成绩，也要考量学生未来（回归方程预测）体质健康测试的成绩，用学生个体纵向全数据链来反映学生体质健康发展的过程。因此，纵向发展增值包括两部分：一是当前测试成绩 $[x_2]$ 与上一次测试成绩 $[x_1]$ 之差，二是当前成绩 $[x_2]$ 与预测成绩 $[x_0]$ 之差，二者共同组成学生体质健康纵向发展增值评价。实践应用当中，需要学生个体大中小学体质健康成绩形成共享机制，才能避免“各管一段”的弊端，为个体体质健康纵向发展分析提供数据链支撑。

二是群体横向比较。群体比较是指学生在校级群体或者区域群体中体质健康测试成绩的相对位置，用t分表示。根据学生体质健康测试数据成绩的特点，通常采用 $t=50+(u/6) \times 100$ 进行计算，其中u是指以一批成绩的平均数为参考点，以标准差为单位来表示该成绩距离平均分的远近程度，其计算公式是 $u=(x-)/s$ 公式中 $[x]$ 是个体成绩， $[s]$ 是标准差。将学生体质健康测试成绩原始总分进行标准分的线性转换，有助于学生了解自己在群体中测试成绩的位置，为后期进一步的运动干预奠定基础。群体横向比较要求大量准确数据作支撑，因此，建议学校或者区域相关主管部门根据需要建立信息化体质健康数据管理库，以便更加快捷准确地实现数据分析与挖掘。

三是运动干预质量。教育评价是教育质量管理的重要活动。运动干预是根据学生体质健康纵向发展状况和横向比较情况，针对性地对某项素质制订运动处方，并由学生进行实践的过程，是学生体质健康评价体系中质量提升的关键环节。借助信息技术和网络平台系统，建立集数据收集、数据分析、数

据应用为一体的常态化测试实验室，能够实现学生的发展性评价。通过一学期的运动处方实施，能够得到学生某几项素质的运动干预增值情况，假设干预前若干项素质的平均分为 $y_0$ ，干预后若干项素质的平均分为 $y_1$ ， $y_1$ 和 $y_0$ 数值之差即为干预增值，将这部分过程性数据纳入评价体系，能够促进学生体质健康高质量发展。运动处方的制订可采取数据平台智能分析学生体质健康弱项，针对性地制订个性化处方，也可由体育教师根据学生实际情况制订相应运动处方，通过测试来诊断学生的进步程度。

## 2、阶梯设置

阶梯的设置主要包括阈值的设定和层级的设定。实践过程中，阈值的设定要充分考虑评价诊断、激励和导向功能的发挥，需要科学而又艺术的处理，既能够让多数学生感受到自身体质健康的进步，又要保证评价的价值判断的准确性。阈值的设定可以根据目标导向提前设置，也可以在成绩测试过后用统计学方法来计算，还需要根据区域和学校的整体情况来判断，如体质健康水平发展不太均衡的区域与学校，横向比较的t分设置就应该大一点。本研究根据目标管理理念，采取测前设立阈值法，具体阈值见表2。层级设定即根据学生增值的阈值设定退步、稳定和进步三个级别。

## 3、层级赋分

根据阶梯的设置，对三个指标的三个层级分别赋分，就形成了可评价的具体分值。本模型设置退步积0分，稳定积1分，进步积2分。即三项指标都进步的学生，其增值性评价分数为6分，三项指标都退步的指标其增值性评价分数为0分。实践操作当中，对各个层级赋分也可根据学校与区域的实际来权衡，如要加大对指标进步学生的褒奖程度与范围，可以将进步层级赋分的数值加大，如要加强对退步学生群体的干预力度，也可将退步层级的表现赋以负分。

## 4、价值判断

根据层级赋分的设置，可以用增值评价分数对学生体质健康测试成绩进行质量的评定，对于退步较多的学生要及时进行了解和干预，对于进步的学生要进行相应的褒奖。评定三个指标都稳定（积3分）或一项稳定、一项退步和一项进步（积3分）的对象为稳定，不受褒奖。三项指标增值分数之和大于等于4时，评定学生体质健康测试成绩为进步，给予褒奖。三项指标增值分数之和小于3时，评定学生体质健康测试为退步。褒奖和干预的分数临界值亦可根据实际当中教学与行政的需求进行适当调整。

## 三、学生体质健康增值性评价模型的应用建议

国外对于增值性评价的理论探索源于20世纪60年代美国学者发表的《科尔曼报告》，探索的是学校效能的评价问题。伴随着不断的实践研究得以成熟，国内对于增值性评价的研究更多聚焦在增值性评价的理论探索上，由于测评技术复杂，缺乏标准性测验等原因，增值性评价本土化应用研究没有得到广泛开展，对于学生水平的增值性评价仍处于积极探索状态。本研究建立的学生体质健康增值性评价模型需要在进一步的实践应用当中不断验证和调整。

### （一）建立信息化数据库是基础

体质健康数据库的建立是学生体质健康增值性评价模型应用的基础。数据库随着追踪年限不断增长而变得越来越庞大，信息也越来越丰富，对数据库的维护直接决定着增值性评价的效果。在实施增值性评价时，要加强数据意识，用证据说话，构建区域教育的大数据。学生体质健康增值性评价模型在应用时，要充分利用现有的体质健康数据，并不断收集学生背景、学校情况、教师信息、学生过程信息等数据，建立纵横交错的网络数据库。数据库建立的同时，还要注重体质健康智能化数据收集、数据分析、数据应用的健康管理软件

开发，形成数据的可视化呈现，为后期运动处方的制订和运动干预的实施提供数据支撑。有条件的情况下还可建立常态化体质健康测验实验室，学生可根据自身情况进行多次自主测验，所得的数据为学生过程性的评价提供资料。此外，假设学生体质健康的发展是一个“斜坡”，每个学生在不同的时间都会处于斜坡的某一个点位，学生体质健康的爬坡速度可以有效衡量学校体育工作的效能，衡量爬坡速度就需要多重数据的有效支撑，多重数据的有效支撑可以建立起学生体质健康达成成就曲线图与“爬坡图”。总之，增值性评价作为一种量化评价方法，数据库的支撑是后续的评价基础。

## （二）树立增值性评价理念是关键

增值性评价的思路与理念是学生体质健康增值性评价模型应用的核心理念参考。学生增值评价应树立学生是教育的目的和归宿的理念，树立教育评价促进学生发展的思想。一种新的评价方式的产生必然引起新的教育评价改革实践，我们要关注的重点应是其隐含的评价理念。增值性评价的理念是运用学生成绩的前后差异程度来对学校、教师、学生进行评价，注重学生的差异性，关注教育评价的激励、发展功能。常规的学生体质健康评价主要关注点是学生的“及格率”“优秀率”，与《标准》制定的“教育激励”“反馈调整”“引导锻炼”三大初衷有所偏移。原本的评价方式能够在全国范围内对学生的体质健康进行总体监控与把握，但也导致了诸多问题：部分学校为片面追求体质健康“及格率”“优秀率”等指标的提升，在数据的真实性等问题上做文章；有些学生在测试成绩已经达到及格的情况下，主动放弃部分项目的测试；也有些体质健康弱势学生为了追求及格的分数，不惜铤而走险，请人代考。因此，有必要引进增值性评价与原来的评价方式形成有效的互补，增强学校体育工作的效能评价和提升学生对体质健康的内核动力，让学校重新关注学生的过程性发展，让学生增强对自身体质健康的关注。



### （三）设立评价分析工具是根本

选择合理的评价分析工具是学生体质健康增值性评价模型应用的重要方法路径。模型的设计为评价提供思路，运用具体的分析工具则为大量数据的处理提供了便捷。专门的统计学分析软件将模型的思路和方法进行编程处理，实现数据处理的信息化。目前国外比较成熟的增值性评价模型有获得分数模型、协变量校正模型、马尔科夫链模型、多因变量模型、交叉分类模型等，比较成熟的相关统计学分析软件有spss、mlwin、hlm、mlinn、tvaas等，这其中又以tvaas系统应用最为成熟。tvaas系统亦称田纳西增值性评价系统，目前，美国大部分州都在使用tvaas系统对学生、教师、学校进行评价。需要注意的是，每类软件都有其自身的优势和局限性，需要根据评价因素水平的多少选择合适的软件分析系统，在条件允许的情况下，可根据实际需要，设计符合项目评价特征的分析软件，以取得更好的评价效果，亦可与第三方软件公司进行合作，将专业技术部分交由技术人员处理与分析。

### （四）创立教育评价生态是保障

良好的教育生态评价是推动学生体质健康增值性评价落地生根的有效保障。教育评价生态是指，从评价相关因素出发，以多维结构性视角，观察教育及其相关元素的作用和运行状态。教育评价生态强调各个相关因素的有效综合，来促进教育评价整体高效能的发挥。学生体质健康增值性评价在改革实施中，需要通过分析国内外体质健康发展态势，发现评价当中存在的各类问题，综合考虑各个影响因素的作用，优化评价生态。一是增值性评价相关理念。评价理念对于评价实施有着重要的导向性作用，在学生体质健康增值新评价模型实施与应用中，应加强相关理论的研究与宣传，形成教育评价理念共识。二是评价主体的主客体。评价主客体的认知与实践对于评价生态的形成起着重要的推进作用，包括被评价的学生、评价的研究者、实施与评价的制定者，评价的主客体需要勇担自身责任与任务，保证学生体质健康增值性评价

的顺利运行。三是评价的环境影响。良好的价值导向与实施的顺利运行助推评价的良性循环，良性循环的评价环境反作用于评价理念的深化与评价实施的推进，达成评价的最优运行状态。

增值性评价作为国际化研究的产物，需要理论的借鉴和实践的探索，创新和发展现有增值性评价理论和模型，形成具有中国特色的增值性评价体系，能够助力我国新时代教育评价改革的推进。本研究构建了本土化应用的学生体质健康增值性评价模型，以期能够科学而公正地评价学生体质健康发展、监控学校体育工作效能，充分促进《标准》的教育激励、反馈调整、引导锻炼功能的发挥，帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。新时代背景下，对学生体质健康增值性评价的探索，既是一种挑战，也是一种机遇，更是所有教育工作者的共同使命和时代担当。

## 体育与健康课程标准版篇四

教育部发布了《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》，根据新课改的要求，通过六年多的教学实践，逐步适应新课程改革的要求，对新课程改革有了一定的认识。下面就谈谈自己在新课程改革实践中的一些心得体会。

### 一、更新观念，提高认识。

1、牢固树立健康第一的指导思想，在体育教学中，以增强学生体质，增进学生健康为出发点，表达身体、心理、社会三维健康观，实现运动参与、运动技能、身体健康、心理健康、社会适应五个领域目标。

2、新的课程标准，表达以人为本的思想。即体育教学要从学生的开展、学生的实际、学生的需要出发。根据新课改的指导思想，体育教学不再是以教师为主，而是以学生为主，学生是学习的主体。学习是经验的重组和重新理解的过程，在

这个过程中，学生是自主的学习者。学生来到学校，不是被动的接受知识，而是要积极主动的进行知识建构。通过自主的知识建构活动，学生的创造力、潜能、天赋等得以发挥，情操得到陶冶，个性得到开展。

3、教学方法要创新，以培养学生的学习兴趣为主，采用启发式教学、探究教学、情景教学等、最大限度的调动学生学习积极性，提高学生的学习兴趣，加强教师对学生学法指导。

4、改革评价体系，改变以往以期末考试成绩为最终成绩的评价方式。采用学生自评、小组互评、教师评、家长评相结合的评价体系。发挥评价促进学生开展、教师提高和改良教学实践的功能。

5、积极开发校本课程，探索学生喜欢、符合本地区、本校、教师本人特点的教学内容。需要指出的是校本课程的开发，是学校的集体行为，即在学校校长的统一领导下，在学校教务处的指导下，根据学校校本课程开发方案进行。

## 二、实践过程。

1、了解学生。新生入学或者接手一个新班级后，从介绍教师希望到达的目标入手，与学生共同学习课堂常规，然后进行教学调查，了解学生的兴趣、爱好、体育根底，最后制定学习目标。

2、制定教学方案。根据对学生的调查了解，对照体育与健康新课程标准，确定学年、学期教学方案。

3、初步确定评价方案。根据课改要求，考虑可操作性，初步确定的体育与健康评价方案。例如：阶段性考核，在学生学习完一个新体育技能后，组织学生进行考核，教师进行评分。

## 三、对新课程改革实践后的一些体会。

1、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。在过去的体育教学中，教师牢牢的主宰着课堂，学生总是被教师牵着鼻子走，课堂气氛很沉闷。而在现在的体育课堂上，你看到的教师是以引导者、组织者、合作者的身份出现在学生的面前。学生是课堂的主体，一切教学活动都围绕学生进行。学生在教师的引导下，通过自主、合作、探究等学习方式进行学习。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，气氛更好了，课堂真正成为师生共同学习的舞台。

2、课堂不再是对学生进行训练的地方，而是引导学生开展的地方。把训练等同于教学，把训练当成课堂中的主要行为，是以往我们课堂中常见的一种现象。这种现象无视了学生的主观能动性和个体差异，体育教学需要练习，但更需要兴趣。以往的体育教学是教师要学生学，新课改后变成了学生要学。

3、课堂不只是传授知识的场所，而更应该是探究知识的场所。让学生学会学习，掌握学习的方法，养成不断求知的习惯，养成终身学习的意识，是时代开展对学生的期盼。我们体育课改的目的，是培养学生终身体育的意识和习惯，更要注意让学生体会体育锻炼的价值，牢固树立终身体育的观念。

#### 四、新课程改革中遇到的一些问题：

1、领导重视不够的问题。受应试教育的影响，中小学教学以主科为主，非主科受重视程度不够，领导重视也往往只是喊喊口号而已，很少落实到实处。例如：参加各级各类培训，语文、数学、外语等课程经常可以参加省级，国家级培训，而体育学科等非主科以区级培训为主，就算有省级，国家级培训，也会以各种理由推脱，这就在很大程度上打击了体育教师的教学积极性，不利于体育学科的开展。

2、体育教师自身素质提高的问题。现在很多体育教师，尤其是年轻教师，不注重体育学习，不肯花时间钻研教材教法，

体育教学水平停滞不前，不利于自身和学科地开展。

3、以人为本，多鼓励、多表扬这种气氛培养出来的学生有许多优点，同时不可防止的存在缺少挫败感，眼高手低，自以为是性格，甚至极不谦虚。而利用体育教学，培养学生优良的思想品质，任重而道远。

4、体育器材、场地缺乏的问题。现在许多学校，尤其是农村学校，体育器材远远没有到达教学的要求，而城市学校体育器材到达了教学要求，但是场地不够，无法用这些器材。例如：现在学校上体育课一般是四、五个班同时上课，学生占了操场的大局部地方，进行投掷工程教学很难开展。

## 体育与健康课程标准版篇五

近日，教育部发布《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。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。

2022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。

2022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，2022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。

2022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。