（水平二）四年级大单元教学设计

为贯彻落实国家、省、市、区关于“双减”的文件精神，深化“基于课程标准的教学评一致性”的课堂教学变革，通过精准教学、精准作业落实“双减”，促进双流教育高质量发展。以《义务教育课程标准（2022修订版）》；《<体育与健康>教学改革指导纲要（试行）》（以下简称《指导纲要》）为依据进行单元规划。结合《棠外附小4年级体育与健康课程指导纲要》：发展学生体育核心素养，需要从体育课堂教学实际出发， 根据运动项目的属性及特点，进行体育运动项目大整合，实施大单元教学设计，以三大球，两小球为载体，撬动其他基本运动和体能的发展， 常态课堂需聚焦“教会、勤练、常赛、精评”四个环节，让学生掌握1-2项体育运动技能，在体育学习中享受体育乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。

（水平二）四年级单元教学设计共计4个单元，共计72学时，其中篮球18学时；排球18学时；足球18学时；乒乓球+羽毛球18学时；融合田径32学时；体操20学时；学科融合4学时；健康教育4学时。并结合每节课的特点进行了专项的作业设计。

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **基本信息** | | | | | | |
| 学 科 | 体 育 | | 学习领域/模块 | 篮球大单元课程 | | |
| 年 级 | 水平二  四年级 | | 教科书版本及章节 | 人民教育出版社  四年级上册第一单元 | | |
| **单元教学设计** | | | | | | |
| **单元学习主题** | | **篮 球** | | | **课时数** | **18** |
| **一、单元教学设计说明：**  根据义务教育体育与健康新课程标准要求，坚持“健康第一”的教育理念，落实“教会、勤练、常赛”的教学思想，突出新课标的育人功能，促进学生身心健康、强健体魄、全面发展，并围绕核心素养，依照大单元教学及作业设计要求，制定出关于水平二四年级上期篮球专项18课时。  篮球大单元教学设计有利于学生更了解篮球运动，掌握篮球移动步法、运球、传接球、投篮以及主要组合动作等技能，增强身体素质，使学生在丰富多彩的“学、练、赛”环境中体验运动的乐趣，促进体育品德的形成，学生能够真正了解体育专项技能、并参与体育、享受体育。 | | | | | | |
| **二、单元学习目标**  **（一）运动能力：**  1.学生了解篮球项目的知识及比赛规则，掌握篮球的基本运球、双手胸前传接球、双手胸前投篮以及组合动作的技术，运用所学知识和技能参与篮球游戏和比赛。  2.学生通过课堂中速度、力量、灵敏性、柔韧性、心肺耐力等素质的发展提高基本运动能力，更好的将运、传、投运用于篮球小游戏和小比赛中。  3.学生能积极参与体能锻炼，并灵活应用于课外自主练习。  **（二）健康行为：**  1.学生能积极主动参与各种体育活动，在篮球运动项目中学习并掌握科学锻炼的方法与注意事项，知道运动健康的自我处理办法。  2.学生能在学习、生活中调节自我情绪，掌握并运用一些情绪调控方法。  3.学生能在游戏和比赛中主动同他人交流与合作，适应环境的变化，勇于面对篮球运动中的困难和挫折。  **（三）体育品德：**  1.学生能在体育课堂中积极自信、勇敢顽强，对篮球运动中较高难度的组合技术动作不畏惧。  2.学生能在体育游戏和比赛中遵守规则，尊重裁判和对手，诚信自律，公平竞争。  3.学生能在体育活动中自尊自信，团结协作并形成良好的责任意识。 | | | | | | |
| 1. **单元评价任务**   体育与健康课程学习的评价主要依据学业质量对所反映的的核心素养水平及学生的体育与健康课程学习情况进行判断和评估，新课标构建了基于核心素养下的学业质量，从运动能力、健康行为、体育品德三方面对学生的学业成就表现做出总体描述及评价。本单元通过各种基本运动技能练习、体能训练、专项运动技能、游戏、比赛相结合并根据学生学习过程中具体内容进行多样化的评价方式，重视健全的综合评价。 | | | | | | |
| **四、单元整体教学思路（教学结构图）**  WechatIMG444 | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **四年级上期篮球大单元教学课时计划** | | | |
| **课次** | **主要内容** | | **涵盖内容** |
| 第1课 | 健康教育—安全运动促健康 | | 健康教育 |
| 第2课 | 篮球知识及比赛规则 | | 体育理论 |
| 第3课 | 1.篮球球感的趣味练习 | 2.队列练习  （向右[左]转走） | 小篮球＋体操 |
| 第4课 | 1.篮球行进间运球练习 | 2.接力跑  （运球接力练习） | 小篮球＋田径 |
| 第5课 | 1.行进间曲线运球练习 | 2.脚步移动游戏  （障碍跑） | 小篮球＋田径 |
| 第6课 | 1.原地击地传接球 | 2.投掷游戏  （双手从头后向前掷实心球的基础动作姿势） | 小篮球＋田径 |
| 第7课 | 1.原地双手胸前传接球 | 2.躯干力量练习  （双手从头后向前掷实心球的练习） | 小篮球＋田径 |
| 第8课 | 1.行进间击地传接球 | 2.传接球游戏  （滚翻组合动作的基本形式） | 小篮球＋体操 |
| 第9课 | 1.行进间双手胸前传接球 | 2.传接球辅助练习  （滚翻组合动作的练习） | 小篮球＋体操 |
| 第10课 | 1.行进间组合传接球比赛 | 2.投掷练习  （助跑投掷垒球） | 小篮球＋田径 |
| 第11课 | 1.原地双手胸前投篮的基本手型与姿势 | 2.篮球身体素质练习  （跳上成蹲撑，起立，挺身跳下） | 小篮球＋体操 |
| 第12课 | 1.双手胸前投篮的练习 | 2.运球游戏  （穿梭跳长绳） | 小篮球＋体操 |
| 第13课 | 1.定点双手胸前投篮比赛 | 2.跳跃练习  （跨越式跳高的基础动作姿势） | 小篮球＋田径 |
| 第14课 | 1.行进间双手胸前传接球接双手胸前投篮练习 | 2.跳跃练习  （跨越式跳高的完整练习） | 小篮球＋田径 |
| 第15课 | 1.运、投、传综合游戏比赛 | 2.身体素质练习  （400米耐久跑） | 小篮球＋田径 |
| 第16课 | 篮球游戏——“劳动小能手” | | 跨学科主题  学习活动 |
| 第17课 | 复习课:行进间双手胸前传、接球 | | 复习 |
| 第18课 | 考核：行进间双手胸前传、接球 | | 考核 |
| **考核内容** | **评价标准** | | |
| 行进间双手胸前传接球 | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 优秀 | 良好 | 及格 | 继续努力 | | 传、接球手形正确、传的准接的稳,用力适当，动作协调连贯 | 传、接球手形较正确，传的准接的稳，动作协调连贯 | 传、接球手形较正确，基本能够传准接稳 | 传、接球手形不正确，传不准接不稳 | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第1课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.健康教育—安全运动促健康 | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课£ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课£ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第1课时健康教育理论课的学习，让学生学习知识体育运动的好处，了解体育运动的中的一些安全常识。知道并遵守安全运动的基本方法。愿意积极参加体育运动，促进身体健康。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是健康教育中安全运动促健康。通过创设情境、引导、集体合作的形式让学生知道什么是运功健康。在体育活动中由于运动方式、方法不合理，或是不良运动习惯，以及运动场地等原因可能造成身体受伤，所以我们要注意运动安全，只有安全地进行运动，才能促进身体健康。发展学生的健康与安全的知识和技能，形成健康的生活方式，也有利于学生将其运用到日常生活或体育锻炼中。 | | | |
| **三、学生学情分析**  四年级的学生正处于青春期的阶段，身体各方面的发育情况非常迅速，身体方面:体育锻炼可以促进身体的生长发育，增强体质，使疲劳的身体得到积极的休息，能够提高学习、工作的效率;能够提高抗病能力，增强适应环境的能力。  2.心理方面:体育锻炼可以使人快乐，调节紧张情绪，还可以提高自信心，与同伴友好地交往。  3社会适应:体育锻炼中的集体项目与竞赛活动可以培养与同伴友好相处和团结协作等集体主义精神。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过本课时的学习，100%的学生知道什么是运动健康并了解日常生活或体育锻炼中运动健康的表现。  2.通过小组集体合作的练习，90%的学生可以采用2~3种正确的方法简单了解运动健康，80%的学生可以掌握3种以上运动健康的处理方法。 | | | |
| **四、评价任务设计**   1. 学生通过学习可以说出什么是运动健康并准确回答日常生活或体育锻炼中运动健康的表现。（检测目标1） 2. 通过课堂练习，能正确说出多种运动健康的处理方法并采用正确方法对其进行实际操作简单处理。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | | **环节一：**导入部分 | | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**   1. **新课导入**   **说体育运动中的安全：**  1.教师导入情境，提问日常生活或者体育锻炼中遇到过哪些伤害？  2.根据学生的回答再提问这些运动安全有哪些表现？  3.引导学生联系生活情境，激活已有的生活经验，引发学生的共鸣，自主探讨交流；  4.教师将学生探讨运动前，运动中，运动后的安全；  5.教师小结：各种运动健康的表现各不相同，了解恰当的处理方法才能使运动安全程度降到最低。 | | | | **学生活动一**  **（一）新课导入**  1.认真思考，联系生活实际经验，积极回答；  2.互相探讨，分析各种运动安全相对于的表现；  3.做好运动中安全的笔记，并记住相对应的主要症状。 | 1.坐姿端正，认真听讲；  2.积极探讨，认真思考提问的内容；  3.做好笔记，了解各种运动安全对应的主要症状。 | 8’ | | **活动意图说明：**新课导入中，通过让学生介绍自己生活中遇到过的运动健康的经历，激活学生已有的生活经验，引发学生的共鸣，从而使教学过程更加鲜活生动，避免教师枯燥的讲解和学生简单的重复，这样既体现教师对学生的主导性，又体现学生学习的主体性。 | | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）运动中的隐患：**  1.讲述学生在日常体育锻炼中出现的一些不安全现象，请学生分析原因，找答案，适时导入本活动的主题。  2.学生:自由回答。  3教师讲述:体育锻炼有很多好处，但是如果不注意运动的安全，就会造成伤害，适得其反，可见运动安全是多么重要啊!(板书:注意运动安全。)  4.教师:你在平时运动(活动)中，看见或听说过因运动(活动)受到伤害的事情吗?  5.教师:这些伤害是什么原因造成的呢?引导学生合作讨论并且要求每小组说一说自己的理解。教师应及时对学生的回答给予肯定，根据学生讨论结果进行归纳:  (1)运动方式不合理造成的;(2)不良运动习惯造成的:  **1.运动前:**穿着合适的运动服装，不带硬物和与运动无关的东西;做好准备活动;在平坦、适合运动的场地运动;注意检查运动器械是否安全可靠。  **2.运动中:**运动时注意力要集中;要遵守运动规则和方法;在体育课上一定要遵守体育课堂常规，不做危险的动作，按要求进行活动，不在运动中搞恶作剧，不在运动中吃东西，不在教室或走廊里奔跑或玩耍  **3.运动后:**运动后应做放松整理活动:不能马上大量喝水 吃冷食;不能马上用凉  **二）集体合作—模拟演示**  1.教师安排学生按照5种运动健康的正确处理方法分组模拟演示，指导学生正确注意运动安全；  2.巡回指导，纠正错误；  3.邀请优秀的小组进行展示，互相评价；  4.教师小结：通过分组展示与模拟演练，了解了几种运动健康的处理方法，注意遇到运动健康时要第一时间进行正确的操作，紧急处理后应根据具体伤情通过正规途径就医治疗。 | | | **学生活动二**  **（一）运动中的隐患**  1.学生认真观看图示，记住几种简单的运动健康的处理方法；  2.学生自由分组积极讨论如何进行及时处理；  3.小组代表积极发言介绍处理方法。  **（二）集体合作—模拟演示**  1.学生根据教师的要求按照5种运动健康的正确处理方法进行模拟演示；  2.小组相互配合，模拟演示时积累经验，互相帮助；  3.学生认真参与，积极动手操作，认真谨慎。 | | 1.积极观看思考如何及时处理运动健康；  2.小组代表正确介绍处理方法。  1.模拟演示时集中注意力将所学的处理方法运用到实际中；  2.注意相互配合，及时提出建议与评价。 | 12’  15’ | | **活动意图说明：**  基本部分中学生通过观看图示和观察教师讲解运动健康的正确处理方法，再通过分组讨论和模拟演示，既要学生学习知识、掌握本领，又要注重培养学生相互关心、互相帮助的良好品质；在时间允许的情况下，教师尽可能多地让学生发言、动手，在活动中提高学生的能力。 | | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  **（一）运动安全小贴士**  1.教师引导同学讨论，运动时要注意什么，归纳运动安全注意事项(运动着装、运动准备、场地选择、良好运动习惯等)。  2.小组代表对本组讨论的情况进行归纳、发言  3.结合学生发言，教师可引导学生得出以下结论:  (1)穿宽松的运动服和运动鞋进行运动，不戴发夹、不带钥匙等硬物  (2)注意运动场地安全。不要在不平整的场地上运动(活动);及时清除场地的石块等杂物;不要在过硬的场地上做剧烈运动，还要注意场地上的器材是否牢固安全。  (3)做好准备活动，尤其在游泳和做器械动作前要充分进行热身活动，运动后应做放松整理活动。  (4)运动时不要吃东西，因为这可能会把食物吸入气管而造成伤害。  (5)不要从过高的物体上向下跳。  (6)在体育课上要遵守体育课堂常规，不做危险的动作，按要求进行活动，不在运动中搞恶作剧。  (7)不在教室或走廊里奔跑或游戏。  (8)运动后不能马上大量喝水、吃冷食;不能马上用冷水浇头和洗澡。  4.教师:下面，我们一起来做几道判断题，检验一下我们对运动安全知识的了解和掌握情况。  **（二）总结评价**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.师生再见。 | | **学生活动3**  **（一）运动安全小贴士**  (1)运动时吃东西是不对的。( )  (2)独自在单、双杠上玩耍不危险。()  (3)课间活动时可以在教室走廊里奔跑玩耍或踢球。()(4)登山、郊游要走容易行走的道路。  5.教师小结:同学们。生命在于运动，坚持体育活动，  **（二）总结评价**  1.学生认真听教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结。 | | | 1.认真思考，积极回答  2.结合生活实际，主动反思自己身边的案例。  1.主动开动脑筋自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  结束部分结合学生经历过的一些实例，引导学生思考这些意外伤害发生的原因，此环节重在引导学生思考造成意外伤害的原因，提醒学生要树立安全意识，预防伤害事件的发生。同时教育学生平时要养成良好的学习、生活和锻炼习惯，防患于未然。总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 图示、ppt、若干的棉签、纱布、矿泉水、创可贴 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.同学（家长）模拟演示受到运动健康时，学生可以模拟操作进行正确的运动健康处理。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | |  |
|  | 群体运动密度 | |  |
|  | 个体运动密度 | |  |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第1课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**提前在网络或实际中收集运动健康案例  **课中:**模拟操作运动健康行为的正确处理方法  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.同学（家长）模拟演示居家锻炼发生运动健康行为时的处理方法及规避方式 | |
| **作业目标** | 1.通过模拟实操， 完成多种运动健康的正确处理方法及运动常识的提高 | |
| **作业资源** | 1.教师将常见的错误运动行为以及自我处理的正确方法与图示发送到班级微信群；  2.可以通过网络视频资源查看各种运动健康处理方法的视频。 | |
| **安全提示** | 1.模拟健康运动时，需家长全程陪同  2.健康的饮食习惯方式需提前告知家长  3.在处理中，注意力度的把控，避免二次伤害 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **模拟健康体育运动全过程**  1.两人一组，1人模拟体育运动全过程，1人开始对其进行点评及评分  **步骤：**  **1.是否穿着运动服**  **2.运动前是否积极热身**  **3.运动中是否有危险动作**  **4.是否合理饮水**  **5.运动结束后的健康行为**  4.评价标准：  每项20分，满分一百分。  90-100为优秀；80-89.9为良好；60-79.9为及格；60分以下为不及格  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为安全的空间进行；  2.两名同学（或家长）模拟演练，1人扮演分别受到5种运动健康的伤者，1人对其进行相对应的运动健康的正确处理方法；  3.在对其进行模拟操作时，可以正确做出相对应的处理方法；  4.家长监督检查操作时步骤是否完整正确。  5.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 多种运动健康的正确处理方法的完成情况 | | | | | | 完成情况 | 完整并熟练做出3种以上运动健康的正确处理方法 | 完整并熟练做出2~3种运动健康的正确处理方法 | 完整并熟练做出1种运动健康的正确处理方法 | 不能熟练做出运动健康的正确处理方法 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **5’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小4年级体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 准备运动健康案例 | 导入准备 | 探究问题 | E/F | B/C | C | A | B |  |
| **2** | 多种运动健康的正确处理方法 | 学会多种运动健康的正确处理方法 | 正确处理多种运动健康 | B/E/F | A/B/C/D/E | B/C | B/C | E |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第2课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.篮球知识及比赛规则 | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课£ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课£ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第2课时篮球理论的学习，让学生了解篮球运动场地，具备基本的篮球理论知识，并通过观看视频掌握篮球比赛的基本知识和规则，学会一些比赛中裁判员较为简单常见的判罚手势动作，便于在实际比赛中运用，也为以后能更好的练习篮球打下理论基础。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是在三年级篮球理论的基础上进行拓展与提升。通过观看一些比赛视频与教师的讲解示范，了解篮球场的基本尺寸与篮架高度等，并可以分辨篮球比赛中的违例与犯规性质和学会一些简单的裁判手势，提高学生的篮球知识储备。通过课内外作业的结合，形成良好的篮球比赛规则意识，也有利于学生将其运用到体育锻炼与篮球比赛中，养成良好的体育品德与公平竞争的意识和行为。 | | | |
| **三、学生学情分析**  在三年级的篮球基础上，四年级的学生已经对篮球有了初步的了解，可以简单的进行一些小场地趣味比赛，但是对于正规比赛中的篮球知识和规则还没有完全掌握，所以需要加强对篮球知识和规则的普及，而且四年级的学生理解与模仿能力强，能够联系自身实际，可以学习一些拓展内容，例如篮球比赛判罚时裁判的一些简单手势等，可以进一步促进学生日后在篮球实战中的运用，形成良好的篮球比赛规则意识。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过本课时篮球知识与比赛规则的学习，100%的学生知道篮球场的尺寸和篮球架的高度与比赛时的基本规则。  2.通过观看比赛视频与学习裁判判罚时的简单手势，90%的学生可以分辨出篮球比赛中违例与犯规，75%的学生可以做出简单的判罚手势。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过学习篮球基本知识可以在老师的提问中准确说出篮球场的尺寸、篮球架的高度与篮球场内各种区域的名称。（检测目标1）  2.通过观看比赛视频，可以正确分辨哪些动作是违例，哪些动作是犯规，并可以做出相对应的几种简单的判罚手势。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | | **环节一：**导入部分 | | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）检测上节课内容**  1.教师抽测学生回答不同的运动健康的处理方法；  2.抽测学生进行模拟演示。  **（二）引入新课**  **“热血篮球”：**  1.教师引入情境，激发学习篮球的兴趣；  2.教师提问：大家对篮球的规则了解多少？知道违例有哪些，犯规有哪些吗？  3.引导学生联想自己在篮球比赛中遇到的一些违犯规则的动作；  4.教师总结，引入新课内容，学习篮球知识和篮球比赛中常见的违例和常见犯规；  5.播放一段篮球比赛视频。 | | | | **学生活动一**   1. **检测上节课内容**   1.积极回答，认真思考；  2.模拟演示时步骤准确。  **（二）引入新课**  1.联系自己的实际，思考遇到过的一些违犯规则动作；  2.积极回答问题，认真听教师讲解；  3.注意力集中观看比赛视频。 | 1.坐姿端正，认真听讲；  2.积极探讨，认真思考提问的内容；  3.观看比赛视频时思考自己有没有遇到过类似的违反规则的情况。 | 10’ | | **活动意图说明：**新课导入中，通过引入情境，激发学生的学习兴趣，并让学生联系实际，回忆自己打比赛时遇到过违反规则的动作，引发思考，再带着问题观看比赛视频，这样可以更好的让学生清楚本节课学习的重点，又体现出学生学习的主体性。 | | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）学习基本知识与比赛规则**  **篮球基本知识：**  1.教师使用PPT讲解标准篮球场的尺寸、篮球架高度、各种线条的名称与区域；  2.提问视频中的触犯规则的动作哪些是违例，哪些是犯规？  3.安排学生分组讨论；  4.邀请同学回答；  5.通过讨论的情况讲解违例与犯规的不同性质。  **违例：**是违犯规则，罚则是将球判给对方队员在最靠近发生违例的地点掷球入界  （1）队员出界和球出界  （2）非法运球：二次运球  （3）带球走  （4）球回后场违例  （5）脚踢球违例  （6）掷球入界违例  （7）24秒违例  （8）发球5秒违例  **犯规：**是规则的违犯，含有与对方队员的非法身体接触和违犯体育道德的举止  （1）推人犯规  （2）双方犯规  （3）违犯体育道德的犯规  （4）技术犯规  （5）进攻犯规  （6）打手犯规  （7）阻挡犯规  **（二）拓展练习—“小小裁判员”**  1.教师再次回放视频，让学生观看视频中的裁判在判罚时做出的手势；  2.提问：他们的判罚手势都有什么特征？  3.安排学生分组讨论；  4.邀请学生回答；  5.教师举例讲解几种简单的判罚手势的共同特征；  6.教师讲解示范判罚时的动作要领；  7.安排学生分组模仿练习；  8.教师指导纠错；  9.邀请小组进行展示，2人1组，1人说出违例或犯规名称，1人做出相对应的动作；  10.小组互相评价。  **常见判罚手势：**  **（1）带球走违例：**首先做停表手势，随后双手握拳在胸前转动，表示球员运球时超出规则限制而导致的违例。  **（2）二次运球违例：**首先做停表手势，随后伸直手掌在胸前上下摆动，表示球员超出规则限制而导致的违例。  **（3）推人犯规：**首先做犯规停表手势，随后模仿推人的动作。  **（4）拉人犯规：**首先做犯规停表手势，随后用一只手抓住另外一只手的手腕，模仿拉人的动作。 | | **学生活动二**  **（一）学习基本知识与比赛规则篮球基本知识**  1.学生认真观看PPT，记住篮球场的尺寸、篮球架高度、各种线条的名称与区域；  2.带着问题分组讨论哪些是违例和犯规；  3.积极发言，说出想法；  4.认真听教师讲解违例与犯规的不同性质并记住一些常见的违例与犯规。  **（二）拓展练习—“小小裁判员”**  1.观看视频，思考判罚手势的特征；  2.小组讨论；  3.认真听教师讲解判罚动作的共同特征与动作要领；  4.小组模仿练习；  5.小组展示，认真参与，做出正确动作；  6.小组评价。 | | | 1.认真学习，记清笔记；  2.小组积极讨论；  3.准确分辨违例与犯规的不同性质。  1.小组讨论时认真思考判罚动作的特征；  2.积极参与模仿练习；  3.小组合作，互相评价，给予建议。 | 10’  15’ | | **活动意图说明：**  基本部分中学生再次观看视频时主要思考裁判判罚时的手势动作，再通过教师的讲解知道判罚动作的共同特征与动作要领，然后小组实际操作练习，再一次巩固，这样既学习知识、掌握本领，又通过裁判角色的扮演让学生加深印象，尽可能的让学生成为主体，在实际练习中提高学生的能力。 | | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）总结评价**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.师生再见。 | | | **学生活动三**  **（一）总结评价**  1.学生认真听教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结。 | | 1.认真思考，积极回答；  2.主动自我评价及总结；  3.认真听并记录教师布置作业。 | 5’ | | **活动意图说明：**  结束部分对本节课的总结，主要希望同学们不能只学会理论，还要将这些知识运用到篮球练习与比赛中，合理运用规划，同时更要运用灵活的头脑去进行比赛，培养公平竞争的比赛意识，养成良好的体育锻炼习惯，总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** PPT、篮球比赛视频 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.同学（家长）搭档，1人描述违例或犯规的名称，1人正确做出相对应的判罚手势动作。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | |  |
|  | 群体运动密度 | |  |
|  | 个体运动密度 | |  |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第2课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**准备几个自己或者身边同学在篮球比赛中出现的违反规则的动作案例  **课中:**教师举出几种不同的违反规则动作，学生可以正确分辨出是违例还是犯规  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.同学（家长）搭档，1人描述违例或犯规的名称，1人正确做出相对应的判罚手势动作。 | |
| **作业目标** | 1.正确的分辨出违例与犯规动作；  2.实际演练，扮演裁判，模拟对违例或犯规的判罚，正确做出手势动作。 | |
| **作业资源** | 1.教师将篮球比赛的视频和裁判判罚的手势动作的图片发送到班级微信群；  2.可以通过网络视频资源查看各种篮球比赛的集锦视频。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免毁坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **正确分辨违例、犯规的动作**  1.教师通过指出视频内的几种违反规则的动作，让学生分辨他们属于违例还是犯规并正确说出该动作名称；  2.熟练准确的说出违例、犯规的动作名称并将其正确分类；  3.如果不能准确的说出动作名称和将其分类，教师则帮助纠正错误，给予评价。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 正确分辨违例、犯规的动作 | | | | | | 完成情况 | 正确说出违例、犯规的动作名称并熟练将其正确分类。 | 正确说出违例、犯规的动作名称并基本可以将其正确分类。 | 正确说出违例、犯规的动作名称并较正确的将其分类。 | 不能正确说出违例、犯规的动作名称并将其分类。 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为安全的空间进行；  2.同学（家长）搭档，1人描述学过的4种违例或犯规的名称，1人正确做出相对应的判罚手势动作；  3.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 多种判罚手势动作的完成情况 | | | | | | 完成情况 | 可以正确做出3种及以上的判罚手势动作 | 可以正确做出2种的判罚手势动作 | 可以正确做出1种判罚手势动作 | 不能正确做出判罚手势动作 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第2课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 准备篮球比赛违反规则的案例 | 导入准备 | 探究问题 | E/F | B/C | C | A | B |  |
| **2** | 分辨违例与犯规 | 知道违例与犯规的不同性质 | 正确分辨违例与犯规 | B/C/D/E/F | A/B/C/D | B/C/D | B/C | D |  |
| **3** | 违例与犯规的判罚手势 | 学会4种简单的违例与犯规的判罚手势 | 正确做出判罚手势 | B/C/D/E/F | A/B/C/D | B/C/D | B/C | E |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第3课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.篮球球感的趣味练习  2.队列练习（向右[左]转走） | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第3课时篮球专项课程的学习，学生可以掌握队列队形的技能和学习篮球技巧与规矩，并结合体能及球感练习对篮球有初步的了解，通过游戏的形式提高学生对篮球运动的兴趣，并加强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容主要是篮球球感及技术最基础的内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。本课时通过各类球感练习，学生对球感球性有了基本的掌握，同时通过趣味游戏的方式提高学生的学习兴趣。利用课内外作业相结合，提高学生技能目标，更有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力水平，并通过篮球与队列队形的结合提高学生的兴趣与个人上课注意力及用球规矩。 | | | |
| **三、学生学情分析**  四年级的学生组织纪律性强，合作探究比较积极，但部分学生的球感球性与队列队形方面稍有欠佳，所以需要加强学生的球感球性与用球规矩的养成，并且提高队列队形的变换技能，集中注意力进行学习，形成良好的体育锻炼意识。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过多种形式的球感球性练习，90%学生熟练掌握篮球球感动作，10%学生基本掌握篮球球感动作，为学习篮球技能打下良好基础。  2.通过本节课队列队形与上课用球规矩的学习，主要提高学生自主锻炼意识及良好的个人习惯 | | | |
| **四、评价任务设计（对照目标）**  1.通过多种形式球感基本练习，学生可以基本掌握球感动作姿势要点。（检测目标一）  2.学生基本能够正确掌握向左（右）转走的队列队形变换。（检测目标二） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  4.讲解用篮球规则，反复练习用球及拿球准备动作。  5.抽测学生，检验上节课内容。  **（二）队列练习**  1.复习跨立、三面转体；  2.右手持球站立1分钟；  3.学习向左[右]转走；  4.先进行向右转走、再向左转走。 | | **学生活动一**  **（一）学生部分**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐；  4.熟练用球及拿球准备动作。  **（二）队列练习**  1.学生认真学习模仿，积极参与其中，注意力集中；  2.仔细听口令，反应要迅速；  3.精神饱满，口令有序洪亮；  4.巡回指导，纠正错误动作。 | 1.站队快速有序，快、静、齐；  2.上课过程中不可以随意拍球；  3.篮球统一斜挎在右手。  1.精神饱满、声音响亮；  2.动作有序，挺胸抬头；  3持球站立端正手夹紧。 | | 3’  5’ | | **活动意图说明：**课堂常规环节中，讲解描述本堂课学习重点学习内容，同时讲解本单元篮球教学用球规矩及持球要求。除此之外把用球及持球的练习加入到队列队形内容当中，促使事半功倍的效果。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用持球练习让学生更有参与兴趣，起到积极作用。 | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动二**  **（一）篮球球感趣味练习**  1.教师组织学生自主体验球感动作练习；  2.邀请学生展示；  3.教师讲解要点并示范动作；  4.教师给予评价。  **趣味大闯关：**  **第一关：手指拨球**  每名同学将球胸前放置，用双手手指左右拨动篮球，持续1分钟过关。  **第二关：抛球身前身后击掌**  每名同学将球抛向空中，并再身前身后击掌各一次后顺利接住落下的球，1分钟不落地则通关。  **第三关：胯下绕球**  每位同学弓步站立，然后把球来回从胯下协调有序的绕过，连续绕十次以上通关。  **第四关：炸球弓步走**  同学持球行进间弓步走，并双手进行炸球，持续一分钟不掉球过关。  **要点：**  ①双手放松、手指要柔软有力，把球左右拨动。  ②身后身前抛球要双手反应迅速，球抛正，并接球准确。  ③胯下绕球上下肢协调配合，动作幅度要大。  ④炸球弓步走要上下肢协调发力，砸地瞬间快速反应并接球。  **（二）“喊数抱团”游戏**  1.教师讲解游戏规则并示范；  2.组织学生开始游戏。  **游戏规则：**所有同学们持球围绕成一个圈，然后听到教师口令进行绕圈运球，当听到老师喊数时，同学根据老师喊的数字进行抱团，没有成功抱团的学生接受处罚。 | **学生活动二**  **（一）篮球球感趣味练习**  1.学生根据的教师提出的闯关内容及规则进行安全、认真的闯关游戏；  2.学生进行每关通过技巧，最快速、最简便的通关方法，相互研究讨论；  3.学生相互提出闯关困难点，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  4.动作评价时，主动分享自己的通关诀窍及如何解决通关困难的心态；  5.小组小结，小组互评。  1.学生根据教师的要求进行游戏活动；  2.学生在游戏的过程中注意同学之间间距；  3.学生认真参与游戏；  4.积极主动、精神饱满。 | | 1.手指拨球的时候要协调柔软有弹性；  2.保持好的状态完成闯关任务；  3.主动和学生讨论篮球球感动作如何更正确又可以快速完成；  1.游戏中集中注意力听老师说的数字；  2.迅速找到老师要求的抱团人数。 | | 20’  7’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过四个“球感闯关游戏”进行情景带入式学习，让学生更容易进入本节课内容中，本环节也要求学生相互讨论、动脑研究、大胆挑战，四个环节从容易到困难的练习也充分培养了学生良好的意志品质和学会篮球运动中的团结协助的精神。第二个游戏也是为了让学生通过前面紧张的闯关环节后得到一个心态放松，提升对篮球运动的兴趣也对课前球感练习的实践检验。 | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | **评价要点** | **时间** | | **教的活动三**  **（一）放松操**  1.拉伸大臂小臂；  2.两人相互拉伸背部；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学的活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明**  在结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所练习到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计**  41个篮球、1块篮球场地、若干标志桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长监督）并检查是否能够熟练完成向左[右]转走。  2.学生自主抛篮球，身前身后击掌并将球稳稳接住。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | **中等** |
|  | 群体运动密度 | | **50%——75%** |
|  | 个体运动密度 | | **65%** |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第3课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**左右地滚球、绕球、拨球；  **课中:**各种轻质球感趣味练习；  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长监督）并检查是否能够熟练完成向左[右]转走。  2.学生自主抛篮球，身前身后击掌并将球稳稳接住。 | |
| **作业目标** | 1.熟练完成向左[右]转走队列队形基本技能；  2.掌握正确球感动作，为后面的篮球技巧练习做准备。 | |
| **作业资源** | 1.教师发篮球球感练习动作及队列队形教学视频到班级群；  2.也可通过互联网、教科书等优质课网站等学习篮球球感练习。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，防止碰坏物品。  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **第三关：胯下绕球**  1.教师与同学站在篮球场地同一边场区；  2.当教师下达“开始”口令的同时学生开始胯下绕球；  3.学生听到“开始”口令后迅速开始行动。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10秒 | | | | | | 绕球次数 | 10个以上 | 8-10个 | 5—7个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）面对面站立一人做动作一人下口令；  3.口令为：“起步走”、“1-2-1”、“向右（左）转—走”、“左[右]转弯”、“1-2-1”、“立定”“1-2”；  4.如步点与转向方向错误则视为失误，并记录失误次数。  5.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 向右（左）转走 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1-2次 | 3次 | 3次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在比较宽广和高度较高的地方进行；  2.将球高抛向空中，身前身后击掌双手将球接住；  3.练习后进行考评。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 连续完成10个接高抛球 | | | | | | 接球个数 | 9—10个 | 7-8个 | 6-5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **10’**  **10’**    **10’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一节课上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第3课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球感练习 | 掌握球感 | 左右地滚球、绕球、拨球 | A/B/C | A/C | B/C | A | B |  |
| **2** | 接高抛球 | 提升球性 | 各种球感练习 | A/B/C | A/B/C | A/B/C | B/C | C |  |
| **3** | 队列队形 | 掌握队列队形技能 | 向左[右]转走 | B/E/F | A/B/C | B/C | C | D |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第4课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1. 篮球行进间运球练习。 2. 接力跑（运球接力练习）。 | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课£ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一．课程标准分析课时目标**  通过本单元第4节篮球专项课程中学习，让学生进一步熟练运球，提高结合球的综合能力。并结合接力跑游戏，提高学生对篮球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是教师在传授篮球用球知识和比赛规则及上节课时练习球感前提下，扩宽了学生的篮球见识面，本课时并让学生通过一次次运球练习提高学生结合球能力，并感受篮球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| **三、学生学情分析**  水平二，四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的运球练习。学会与同伴合作学习，能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。需进一步加强锻炼腿部力量及核心练习，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过本课时运球练习的学习，100%学生可以原地运球与行进间运球，90%学生能熟练的行进间运球，目的进一步提高学生的运球、控球能力。  2.90%学生能完成接力跑，并正确完成交接球。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过运球练习，掌握正确的运球技术动作，并能在行进间运球不掉球。  2.学生能正确掌握交接球技术，顺利完成交接球环节。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  4.抽测学生，检测上节课内容。  **（二）准备活动**  1.发绕场跑指令，并与学生第一圈击掌；  2.持球引导做热身动作；  3.发集合指令。 | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐；  **（二）准备活动**  1.第一圈和老师击掌，第二圈每人经过球框拿一个篮球；  2.一边跑跟着老师做热身运动；  3.集合。 | | 1.精气神饱满、动作快静齐；  2.认真听要求。  1.倾听认真，活动积极；  2.注意力集中听要求，按口令做动作；  2.快静齐。 | 3’  7’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容，让孩子们心中有数。热身阶段，让孩子们一边跑一边持球做热身运动，既练习了球感，又提高孩子们的兴趣。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**   1. **运球 “闯关游戏”** 2. 教师讲解“闯关游戏”规则； 3. 教师讲解游戏规则与要求，组织“闯关游戏”开展；   **（1）第一关：快快散开；**  **（2）第二关：原地运球低运球，**  **20秒低运球30下通关；**  **（3）第三关：原地高运球20秒20下通关；**  **（4）第四关：原地左右手V字运球，20秒25下通关；**  **（5）第四关：行进间直线往返运球。**  **（二）“你追我赶”**  1.教师讲解接力跑的动作要领及交接棒的手型与方法；  2.请同学展示并评价；  3.安排学生自主练习；  4.讲解比赛规则及要求  **比赛规则及要求：**  将学生分为2组，1组10人，每一组在两个半场内进行比赛，半场的对角线各站5人，比赛时需要沿着边线与底线进行逆时针跑完成交接棒，直到最后一棒跑到位置直线运球，将球放到球筐则完成接力，哪一组用时短则获胜。 | | **学生活动二**  **（一）运球 “闯关游戏”**  1.学生快速散开；  2.学生原地按要求低运球，自己计数；  3.学生完成高运球并自己计数；  4.学生完成V字原地运球；  5.学生完成行进间直线往返运球。  1.学生认真听动作要领及手型方法；  2.积极模仿练习；  3.学生认真参与、积极主动、精神饱满；  4.遵守比赛规则，小组积极合作。 | 1.注意力集中；  2.10秒内散开为优；  3.拍球快速力、位置准确且协调；  4.行进间直线运球不掉球。  1.活动中遵守规则；  2.注意力集中；  3.合作交流。 | 15’  10’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过“闯关游戏”进行情景带入式学习，提高学生对运球的学习兴趣，通过游戏的形式练习接力跑，掌握接力跑的动作方法与交接棒的手型与方式，提高身体素质。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计**  1块篮球场、41个篮球、若干接力棒与标志桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练），熟练完成运球。  2.两个同学相互练习（或家长陪练）完成接力跑的交接棒。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第4课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**右手运球1分钟  **课中:**各种运球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长陪练），熟练完成“V”字运球。  2.两个同学相互练习（或家长陪练）完成接力跑的交接棒。 | |
| **作业目标** | 1.能熟练完成运球技术，做到身体重心低，运球有力。  2.能基本掌握交接棒技术，并在交接时做到不掉棒。 | |
| **作业资源** | 1.教师发运球与接力跑的视频在家长群；  2.也可通过互联网、优质课网站等学习。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免毁坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **第四关：30秒V字运球**  老师跟同学同时站在篮球球场地同一边场区；  1.当教师吹哨后计时；  2.学生听到哨声后运球，自己计数。  3.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 30秒V字运球 | | | | | | 运球个数 | 41个以上 | 40-31个 | 30-25个 | 25个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  **30秒原地运球低运球**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.学生进行原地运球低运球练习。   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 30秒原地运球低运球 | | | | | | 运球次数 | 60及以上 | 50-60 | 40—50 | 40以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |  1. 评价标准：   学生自评：☆☆☆☆☆  **交接棒练习**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.学生两人一组（或者家长），跑一段距离后进行交接棒。   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 接力跑交接棒练习 | | | | | | 完成情况 | 可以完整做出交接棒的动作，交接棒时机准确，不掉棒 | 可以正确做出交接棒的动作，交接棒时机准确，掉棒失误次数较少 | 基本可以做出交接棒的动作，但交接棒时机不准确，失误次数多 | 不能做出交接棒的动作 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   3.评价标准：  学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第4课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 30秒V字运球 | 对运球的掌握 | 运球 | B/C/E/F | C | B/C | B/C | C |  |
| **2** | 30秒原地运球低运球 | 对运球的掌握 | 运球 | B/C/E/F | C | B/C | B/C | D |  |
| **3** | 接力跑的交接棒 | 接力棒的交接 | 交接棒 | A/B/F/L | C/D/E | A/B/C | C | E |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第5课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.行进间曲线运球  2.脚步移动游戏（障碍跑） | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课£ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课£ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第5课时的篮球专项课程学习，学习可以在发展篮球活动能力的同时又掌握基本的移动脚步动作。并结合田径的障碍跑进行体能练习，以趣味游戏的形式贯穿教学，提高学生对篮球运动的兴趣，增强身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是篮球基础活动能力与移动脚步的练习。教师在教授上节课基本运球的前提下，提高了学生运球稳定性。本课时通过各种游戏的形式发展行进间曲线运球及移动脚步的能力，并通过障碍跑提升体能与协调性，提高学生学习兴趣，并感受篮球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| **三、学生学情分析**  四年级的学生组织纪律性较强，身体协调性、柔韧性、灵敏性的能力发展较好，可以掌握并完成基本的运球练习，但对于行进间曲线运球与快速移动脚步的能力的学习会有一些难度。学生可以主动与同伴交流合作，能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力，并在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的心肺耐力、奔跑能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼腿部力量及核心练习。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过行进间曲线运球的练习，90%的学生能够完成20米曲线运球绕杆且中途不掉球，75%—80%的学生可以快速完成曲线运球绕杆且中途不掉球。  2.通过本课时脚步移动及田径的障碍跑练习，目的加强学生的奔跑能力与灵敏性，提高体育锻炼意识与团队合作能力。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过行进间曲线运球练习，掌握曲线运球的“S”路线与左右手交替运球的方法并成功完成20米的曲线运球绕杆且中途不掉球。（检测目标1）  2.能够正确做出2种及2种以上的脚步移动动作，并成功完成3—4个障碍物跑。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | **环节一：**准备部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生。  **（二）热身活动**  1.持球绕篮球场慢跑两圈；  2.持球慢跑中教师发号口令1、2并及时变换高低运球。（1—低运球、2—高运球） | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐。  **（二）热身活动**  1.学生积极参与，注意力集中；  2.仔细听口令，反应迅速；  3.精神饱满，变换姿势时要大声说出高运球或者低运球。 | | | 1.精气神饱满、动作快静齐；  2.认真听清教学内容与课堂要求。  1.精神饱满、声音洪亮；  2.注意力集中听要求和口令；  3.高低运球的动作正确。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**热身过程中，通过持球慢跑与高低运球的转换，可以充分的达到热身目的，预防运动时的损伤，同时又很好的激活学生对篮球运动的兴趣与积极性。 | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）脚步移动练习**  **侧身跑、变速跑、变向跑：**  1.教师讲解侧身跑、变速跑、变向跑的动作要点并进行示范；  2.将学生分成2人一组自由模仿练习并相互评价。  **游戏：接绣球**  安排学生2人一组，1人持球扔向对方，一人利用脚步移动进行接球。（相互交换）  **（二）行进间曲线运球绕杆**  1.教师安排学生自主体验行进间曲线运球绕杆；  2.讲解示范曲线运球绕杆的“S”形路线与左右手交替的动作要点；  3.邀请学生进行展示，学生评价；  4.学生分组练习行进间曲线运球绕杆（20米）；  5.教师巡回指导，纠正错误；  **游戏：行进间曲线运球绕杆迎面接力赛**  （将学生分为4个小组，听到哨音同时出发进行绕杆，到达对面后将球传给下一位队友再依次出发，直至哪一组最先完成则获胜）  6.小组总结比赛经验，相互评价。  **（三）游戏：“勇往直前”**  将学生分为4个小组，每组10人，相对站立，一边5人，在中间放置标志杆、小栏架与标志盘，要求每一位学生都要双手持球利用脚步移动左右穿过标志杆，再钻过小栏架，最后再跳跃标志盘到达对面将篮球相碰撞，然后对面的队友再反方向从标志盘开始出发，以此类推，用时最少的一组则获胜。 | | **学生活动二**  **（一）脚步移动练习**  1.学生认真观看教师的动作示范，听清动作要点；  2.学生2人一组积极模仿练习并探讨问题给予评价；  3.学生2人一组轮换利用移动脚步进行接球。   1. 学生自主体验曲线运球绕杆； 2. 认真观看教师的动作示范； 3. 积极探讨，发现问题，给予适量评价；   4.主动分享自己的比赛经验及如何解决绕杆过程中掉球的心态。  1.学生根据教师的要求进行游戏活动；  2.学生在游戏的过程中注意间距及活动安全；  3.学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | | 1.脚步移动迅速，动作标准；  2.正确利用移动脚步进行接球。  1.正确掌握曲线运球的路线并可以左右手交替；  2.曲线运球过程中流畅绕杆且不掉球；  3.主动与队友沟通交流怎样能快速完成运球绕杆。  1.游戏中集中注意力将所学过的动作运用到游戏中；  2.注意团队配合，遵守游戏规则并给予队友鼓励。 | 10’  10’  7’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过脚步的移动练习、行进间曲线运球的绕杆以及最后结合田径的障碍跑，多种游戏的形式提高学生对篮球运动中学练的积极性，并且促进学生敢于自主探究、大胆挑战，在提升身体素质的同时也培养了学生团结协作的精神。 | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松活动**  1.腿部拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.前后同学空心拳交换敲打后背及手臂；  4.空心拳敲打自己的大腿、小腿肌肉。  **（二）总结评价**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | | | **学生活动三**  1.学生认真跟着教师一起做放松动作；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | | |
|  | | | |
| **七、场地与器材设计** 1块篮球场、41个篮球、16个标志盘、40个标志杆、4个小栏架 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.学生利用家里的物品在室外自己创造不同的障碍物，包含跳、绕等动作进行障碍跑。（可让家长配合）  2.让同学（家长）与学生搭档，一定距离内向学生扔球，学生通过脚步移动进行接球。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第5课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第5课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 高低运球灵活变换 | 巩固运球 | 运球姿势 | F | C | B/C | A/B/C | B |  |
| **2** | 脚步移动 | 技战术运用 | 各种脚步移动 | C | C/E | B/C/E | B/C/ | D |  |
| **3** | 行进间曲线运球绕杆 | 提高运球的技能 | 曲线运球绕杆 | A/C/F | C/E | B/C | B/C | E |  |
| **4** | 障碍跑 | 发展学生的体能 | 多种方式通过各种障碍跑 | A/E/F | C/D/F | A/B/C/E/F | B/C | E |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第6课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.原地击地传接球  2.投掷游戏（双手从头后向前掷实心球的基础动作姿势） | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第6节篮球专项课程的学习，让学生学习原地击地传接球的技术动作，同时初步学习双手从头后向前掷实心球的基础动作姿势，并将传接球和掷实心球动作结合起来练习，提高学生学习的积极性。 | | | |
| **二、教学内容分析**  该项教学内容是在小学3年级学习传接球的基础上深入提高技术要求，为之后学习行进间击地传接球做铺垫。在传、接球时手脚配合要协调，尽量做到传球快、方向准、接球牢、持球稳。并在教学中要注意培养学生互助合作、团结友爱的优良品质。 | | | |
| **三、学生学情分析**  教学对象是四年级学生，他们在小学3年级已经学习过原地击地传接球技术，但对技术动作的理解能力还不强，还需加强巩固练习。篮球原地击地传接球技术是最基础也是最重要的技术动作，因此，在学习中应以多练为主，抓好基本功，为之后的练习做铺垫。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.100%学生能在原地击地将球传到目标，并能稳定的接住篮球。  2.80%的学生能掌握双手从头后向前掷实心球的基础动作姿势。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过原地击地传接球练习，掌握原地击地传接球方法并成功完成20次原地击地传接球且准确将球传至目标。（检测目标1）  2.能够正确的掌握双手从头后向前掷实心球的基础动作姿势。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生；  5.检测上节课内容；  6.抽测学生，检测上节课内容。  **（二）热身练习**  1.热身跑；  2.徒手操；  3.篮球球性练习。  **（1）指尖拨球**  **（2）全身绕球**  **（3）胯下“8”字绕球**  **（4）行进间抛接球练习** | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐；  4.检测上节课内容。  **（二）热身练习**  1.学生队伍整齐有序；  2.精神饱满，动作整齐有力；  3.认真听讲，并模仿教师动作。 | 1.精气神饱满、动作快静齐；  1.热身活动动作姿势到位；  2.集中注意力做徒手操；  3.按要求完成动作。 | 3’  7’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习的重点内容，让学生清晰明了本堂课的大致方向，把球性练习加入到热身环节，在充分活动身体的同时，提示了球感球性，有利于基本部分教学内容的开展。同时利用持球练习会增加学生的练习专注度，提示练习的质量，达到充分热身的目的。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**   1. **原地击地传接球练习**   1.学生自主练习原地击地传接球，体会技术动作；  2.教师讲解原地击地传接球技术动作和动作要点；  **要点：**传接球动作与脚步动作协调配合，球的击地点在目标距离的三分之二处。  3.教师进行示范；  4.组织学生两人一组进行原地击地传接球练习；  5.教师对练习中的问题进行纠错。  **易犯错误：**球的击地点未在目标距离的三分之二处。  **纠正方法：**放置标志盘在击球的落点处。   1. **投掷游戏** 2. 教师讲解双手从头后向前掷实心球的基础动作姿势；   **要点：**蹬地、收腹、挥臂、甩腕，全身协调发力，用全力把球掷出   1. 教师讲解练习和游戏中的安全事项； 2. 组织学生练习双手从头后向前掷实心球的基础动作姿势； 3. 教师讲解投掷游戏的规则与要求；   **游戏规则：**两人一组，两人分别两次双手从头后向前掷实心球，完成后两人进行20次原地击地传接球，全部完成视为完成闯关。 | **学生活动二**  1.学生练习时积极认真，大胆尝试新动作；  2.教师讲解中，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  3.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  4.队友之间相互配合、多多鼓励；  5.学生认真聆听教师纠错内容，并积极改正技术动作。  1.学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  2.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  3.队友之间相互配合、多多鼓励；  4.学生根据教师的要求进行游戏活动，以安全为首要原则。 | 1. 传球击地点准确、脚步协调配合； 2. 小组配合，相互鼓励。 3. 保持组织纪律性，知道投掷课的安全注意事项；2.遵守游戏规则，动作做标准。 | 15’  10’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过练习原地击地传接球，为之后学习行进间击地传接球做铺垫，同时也加强了传球的准确性和接球的稳定性。投掷游戏有利于发展学生的身体素质和投掷能力，体会快速用力的动作方法，和篮球投篮技术动作有一脉相通之处。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动、自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 1块篮球场、41个篮球、20个实心球、20个标志盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练），熟练完成原地击地传接球。  2.家长监督学生在空旷场地，用篮球代替实心球，完成10次双手从头后向前掷实心球。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第6课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种球性练习  **课中:**原地击地传接球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长陪练），熟练完成原地击地传接球。  2.家长监督学生在空旷场地，用篮球代替实心球，完成10次双手从头后向前掷实心球。 | |
| **作业目标** | 1.熟练完成原地击地传接球技术动作；  2.能够基本掌握双手从头后向前掷实心球的基础动作姿势。 | |
| **作业资源** | 1.教师发原地击地传接球教学视频到班级群；  2.也可通过互联网、优质课网站等学习原地击地传接球。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免破坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **两人一组原地击地传接球练习**  1.教师跟同学同时站在篮球场地同一边场区；  2.当教师下“开始”口令的同时两人快速的进行原地击地传接球。  3.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 原地击地传接球 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）进行原地击地传接球练习；  3.监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正；  4.评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 原地击地传接球 | | | | |  | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 |  |  |  |  |  | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在空旷安全的地方进行；  2.较好完成双手从头后向前掷实心球；  3.先练习再进行考评。  评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 双手从头后向前掷实心球 | | | | | | 完全情况 | 投球时发力顺序正确，全身协调用力 | 投球时发力顺序基本正确，全身协调用力 | 投球时发力顺序较为正确，全身协调用力 | 投球时发力顺序不正确 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第6课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球性练习 | 对球感的掌握 | 拨球、绕球、抛球 | E/F | B/C | A/B | A | D |  |
| **2** | 原地击地传接球 | 掌握传球、接球技术动作 | 传接球 | C/E/F | B/C/D/E | B | B/C | E |  |
| **3** | 双手从头后向前掷实心球 | 投掷技术的发展 | 投掷 | A/F | B/C | A | C | E |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第7课时教学设计** | | | |
| **课题** | 1.原地双手胸前传接球  2.躯干力量练习（双手从头后向前掷实心球的练习） | | |
| **课型** | 新授课R 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第7节篮球专项课程的学习，学生掌握原地双手胸前传接球的技术动作，同时加强对双手从头后向前掷实心球的练习，提升学生的躯干力量。 | | | |
| **二、教学内容分析**  该项教学内容是在上节课击地传接球的基础上技术提升，学习原地双手胸前传接球技术动作，为之后学习行进间双手胸前传接球做铺垫。在传、接球时手脚配合要协调，尽量做到传球快、方向准、接球牢、持球稳，并在教学中要注意培养学生互助合作、团结友爱的优良品质。 | | | |
| **三、学生学情分析**  教学对象是四年级学生，他们在小学3年级已经学习过原地双手胸前传接球技术，但对技术动作的理解能力还不强，还需加强巩固练习。篮球原地双手胸前传接球技术是最基础也是最重要的技术动作，因此，在学习中应以多练为主，抓好基本功，为之后的练习做铺垫。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.100%的学生能原地双手胸前传球并准确传到目标，接球时稳定的接住篮球。  2.85%的学生能熟练完成双手从头后向前掷实心球的技术动作。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过原地双手胸前传接球练习，掌握原地双手胸前传接球方法并成功完成20次原地双手胸前传接球且准确将球传至目标。（检测目标1）  2.能熟练完成双手从头后向前掷实心球的动作姿势且出手速度快，角度适中，动作流畅、自然。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生；  5.抽测学生，检测上节课内容。  **（二）热身练习**  1.热身跑；  2.徒手操；  3.篮球运球练习。  **（1）原地单手低运球**  **（2）原地单手高运球**  **（3）行进间单手低运球**  **（4）行进间单手高运球** | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐。  **（二）热身练习**  1.学生队伍整齐有序；  2.精神饱满，动作整齐有力；  3.认真听讲，并模仿教师动作。 | | 1.精气神饱满、动作快静齐。  1.集中注意力做徒手操；  2.热身活动时动作舒展到位；  3.按要求完成动作。 | 3’  7’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习的重点内容，安排好见习生。除此之外把运球练习加入到热身环节，在充分活动身体的同时，提示了球感球性和运球水平，有利于基本部分教学内容的开展。同时利用持球练习会增加学生的练习专注度，提示练习的质量，达到充分热身的目的。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**   1. **原地双手胸前传接球练习**   1.教师安排学生自主练习原地双手胸前传接球，体会技术动作；  2.教师讲解原地双手胸前传接球技术动作和动作要点。  **要点：**传接球时眼睛目视目标，准确将球传于队友胸前，接球时主动迎球。  3.教师进行示范；  4.组织学生两人一组进行原地双手胸前传接球练习；  5.教师对练习中的问题进行纠错。  **易犯错误**：传不准，接不住。  **纠正方法：**原地徒手练习传球手法，接球时主动迎球。   1. **躯干力量练习** 2. 教师讲解练习中的安全事项； 3. 教师组织学生练习双手从头后向前掷实心球；   **要点：**动作连贯、协调，快速甩臂，用全力把球掷出。   1. 教师纠错；   **易犯错误：**只用两手臂掷球，而用不上全是力量。  **解决办法：**讲清动作方法，让学生多做徒手模仿练习或持轻物的练习，加深体会自下而上的蹬地、收腹、甩臂的用力顺序。  4.增强躯干力量练习。  **（1）俯卧撑2组\*12次**  **（2）仰卧起坐2组\*20次**  **（3）平板支撑2组\*40秒**  **（4）登山跑2组\*30秒** | | **学生活动二**  **（二）原地双手胸前传接球练习**  1.学生练习时积极认真，大胆尝试新动作；  2.教师讲解中，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  3.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  4.队友之间相互配合、多多鼓励；  5.学生认真聆听教师纠错内容，并积极改正技术动作。  **（三)躯干力量练习**  1.教师讲解中，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  2.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  3.队友之间相互配合、多多鼓励；  4.学生根据教师的要求进行练习，以安全为首要原则。 | 1. 在传、接球时手脚配合协调，做到传球快、方向准、接球牢、持球稳； 2. 学生互助合作、团结友爱的优良品质。 3. 充分做好肩、肘、腕和腰的准备活动；   2.遵守要求，有秩序的投球与捡球；  3.坚持完成，动作不变形。 | 15’  10’ | | **活动意图说明：**基本部分通过学习原地双手胸前传接球，为之后学习行进间双手胸前传接球做铺垫，同时也加强了传球的准确性和接球的稳定性。躯干力量练习有利于发展学生的核心素质，为学习多种技术动作打下了基础，也提高了双手从头后向前掷实心球成绩。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计**  1块篮球场、41个篮球、20个实心球 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成原地双手胸前传接球。  2.家长监督学生在空旷场地，用篮球代替实心球，完成20次双手从头后向前掷实心球。 | | | |
| **九、**预计负荷 | | 运动强度 | 中等 |
|  | | 群体运动密度 | 65%—80% |
|  | | 个体运动密度 | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第7课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种运球练习  **课中:**原地双手胸前传接球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成原地双手胸前传接球。  2.家长监督学生在空旷场地，用篮球代替实心球，完成20次双手从头后向前掷实心球。 | |
| **作业目标** | 1.熟练完成原地双手胸前传接球技术动作；  2.能够较好完成双手从头后向前掷实心球的技术动作。 | |
| **作业资源** | 1.教师发原地双手胸前传接球教学视频到班级群；  2.也可通过互联网、优质课网站等学习原地双手胸前传接球。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免破坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **两人一组原地双手胸前传接球练习**  1.老师跟同学同时站在篮球场地同一边场区；  2.当教师下“开始”口令的同时两人快速的进行原地双手胸前传接球。  3.如传球未传到目标或接球时未接住则为失误，并记录失误次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 原地双手胸前传接球 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）进行原地双手胸前传接球练习；  3.如传球未传到目标或接球时未接住则为失误，并记录失误次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 原地双手胸前传接球 | | | | |  | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 |  |  |  |  |  | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在空旷安全的地方进行；  2.较好完成双手从头后向前掷实心球；  3.先练习再进行考评。  评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 双手从头后向前掷实心球 | | | | | | 完成情况 | 熟练的完成动作，出手速度快，角度适中 | 准确完成动作，出手速度快，角度适中 | 基本完成动作，出手速度快，角度适中 | 不能完成动作 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第7课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 运球练习 | 对运球的掌握 | 运球 | C/E/F | B/C | A/B | A | C |  |
| **2** | 原地双手胸前传接球 | 掌握传球、接球技术动作 | 传接球 | C/D/F | B/C/D/E | B/C | B/C | E |  |
| **3** | 双手从头后向前掷实心球 | 投掷技术的发展 | 投掷 | A/F | B/C | A/B/C | C | E |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第8课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.行进间击地传接球  2.传接球游戏（滚翻组合动作的基本形式） | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第8节篮球专项课程的学习，学生学习行进间击地传接球的同时可以掌握滚翻组合动作的基本形式，并结合传接球游戏提高学生对篮球运动兴趣，增强学生学习的积极性。 | | | |
| **二、教学内容分析**  该项教学内容是在上两次课时中学习原地传、接球的基础上提高了技术要求。在传、接球时手脚配合要协调，尽量做到传球快、方向准、接球牢、持球稳，并在教学中要注意培养学生互助合作、团结友爱的优良品质。 | | | |
| **三、学生学情分析**  教学对象是四年级学生，他们在小学三、四年级已经有了一定的传接球基础，但身体素质相对较薄弱，对技术的理解能力也不强，心理素质相对较差，对篮球的行进间击地传接球技术要求又是比较强的技术，学生在学习中肯定会遇到很多困难，因此，在学习中应以多练为主，由浅入深，分层递进来教学，多多鼓励引导学生，提升自信心。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.80%学生能在侧身跑动中作出跨步接球、迈步传球动作，发展学生的身体素质及身体的协调性。  2.90%的学生能完成滚翻组合动作，完整的将前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起完成。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生能在侧身跑动中准确的将球传到目标，并能稳定的接住篮球。（检测目标1）  2.学生能完整完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起动作。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生；  5.抽测学生，检测上节课内容。  **（二）热身练习**  1.热身跑；  2.徒手操；  3.篮球球性练习。  **（1）指尖拨球**  **（2）全身绕球**  **（3）胯下“8”字绕球**  **（4）行进间抛接球练习** | | | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐。  **（二）热身练习**  1.学生队伍整齐有序；  2.精神饱满，动作整齐有力；  3.认真听讲，并模仿教师动作。 | 1.精气神饱满、动作快静齐。  1.热身时动作舒展大方；  2.集中注意力；  3.按要求完成球性练习。 | 3’  7’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习的重点内容，让学生清晰明了本堂课的大致方向。除此之外把球性练习加入到热身环节，在充分活动身体的同时，提示了球感球性，有利于基本部分教学内容的开展。同时利用持球练习会增加学生的练习专注度，提示练习的质量，达到充分热身的目的。 | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）行进间击地传接球练习**  1.教师安排学生自主练习行进间击地传接球，体会技术动作；  2.教师讲解行进间击地传接球技术动作和动作要点；  3.教师示范并邀请同学合作；  4.组织学生两人一组行进间击地传接球练习；  5.教师对练习中的问题进行纠错。  **（1）易犯错误：**传不稳、接不到  **（2）纠正方法：**多进行原地、走动、慢跑等方式的双手胸前传接球练习，反复体会传、接球动作要领  **（二）传接球游戏**  1.教师讲解前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起技术动作；  **（1）动作方法：**前滚翻动作的背部着垫时，收腿的同时两小腿交叉，向前滚动成交叉蹲立，向左（右）转体180°，接后滚翻成跪立，接跪跳起。  **（2）动作要点：**前滚翻两腿交叉后成蹲立，向后腿“扭开”转体180°，动作要协调、连贯，跪跳起摆臂制动，脚面，小腿压垫，提腰、收腿要快。  2.教师组织学生分组练习前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起技术动作；  3.教师讲解游戏规则与要求，并组织学生进行传接球游戏；  **游戏“翻山越岭”规则：**  两人一组，一人进行前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起，一人持球于垫子前三米处，当一人完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起后，持球同学马上传球给他，两人交替进行。 | **学生活动二**  **（一）行进间击地传接球练习**  1.学生练习时积极认真，大胆尝试新动作；  2.教师讲解中，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  3.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  4.队友之间相互配合、多多鼓励；  5.学生认真聆听教师纠错内容，并积极改正技术动作。  **（二）传接球游戏**  1.教师讲解时，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  2.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  3.学生根据教师的要求进行游戏活动，以安全为首要原则。 | | | 1.手脚协调配合，传、接球的默契配合；  2.注意力集中，跑动过程中接球反应迅速；   1. 规范的开始姿势和结束姿势； 2. 完整完成滚翻组合动作； 3. 自信、勇敢、勇于面对失败。 | 15’  10’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过行进间击地传接球学习，提高学生在实战场景下传球的能力和质量，同时增强了队友之间的默契程度，让学生明白篮球不是一个人游戏，培养了学生良好的意志品质和团结协助的精神。传接球游戏是为了发展学生身体的时空感知觉和控制身体平衡的能力。优美、娴熟的动作组合，不仅可以使学生获得姿态美的教育，还可以达到愉悦身心的效果。同时将体操和篮球结合，发展学生的综合身体素质。 | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 1块篮球场、41个篮球、20个垫子 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成行进间击地传接球。  2.家长监督学生在垫子上（或床上）完整完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第8课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种球性练习  **课中:**行进间击地传接球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成行进间击地传接球。  2.学生在垫子上（或床上）完整完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起。 | |
| **作业目标** | 1.熟练完成行进间击地传接球技术动作；  2.完整完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起。 | |
| **作业资源** | 1.教师发行进间击地传接球教学视频到班级群；  2.也可通过互联网、优质课网站等学习对传球技术。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **两人一组行进间击地传接球练习**  1.老师跟同学同时站在篮球场地同一边场区；  2.当教师下“开始”口令的同时两人快速的进行击地传球到场地另一侧；  3.行进间传球时未传到正确位置或接球不稳则为失误，并记录失误次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间击地传接球 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）行进间击地传接球练习；  3.行进间传球时未传到正确位置或接球不稳则为失误，并记录失误次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间击地传接球 | | | | |  | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 |  |  |  |  |  | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在垫子或床上等柔软地方进行；  2.熟练完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起。  3.先练习再进行考评；  评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起 | | | | | | 完成次数 | 做出3次完整的动作 | 做出2次完整的动作 | 做出1次完整的动作 | 不能做出完整动作 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第8课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球性练习 | 对球感的掌握 | 拨球、绕球、抛球 | E/F | B/C | A/B | A | D |  |
| **2** | 行进间击地传接球 | 掌握传球、接球技术动作 | 传接球 | C/D/F | B/C/D | B | B/C | E |  |
| **3** | 前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起 | 身体协调性发展 | 滚翻 | A/F | B/C | A | C | E |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第9课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.行进间双手胸前传接球  2.传接球辅助练习（滚翻组合动作的练习） | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第9节篮球专项课程的学习，让学生学习行进间双手胸前传接球的技术动作，同时强化对滚翻组合动作的掌握程度，并传接球和滚翻组合动作结合起来练习，提高学生学习的积极性。 | | | |
| **二、教学内容分析**  该项教学内容是在上两次课时中学习原地胸前传、接球的基础上提高了技术要求。在传、接球时手脚配合要协调，尽量做到传球快、方向准、接球牢、持球稳，并在教学中要注意培养学生互助合作、团结友爱的优良品质。 | | | |
| **三、学生学情分析**  教学对象是四年级学生，他们在小学3年级已经有了一定的传接球基础，但身体素质相对较薄弱，对技术的理解能力也不强，心理素质相对较差，对篮球的行进间双手胸前传接球技术要求又是比较强的技术，学生在学习中肯定会遇到很多困难，因此，在学习中应以多练为主，由浅入深，分层递进来教学，多多鼓励引导学生，提升自信心。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.90%学生能在侧身跑动中准确的将球传到目标，并能稳定的接住篮球。  2.90%的学生能熟练标准的将前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起完成。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过行进间双手胸前传接球练习，掌握行进间双手胸前传接球方法并成功完成25米行进间双手胸前传接球并不掉球。（检测目标1）  2.能够正确的连续3次做出滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起且动作连贯，稳定性高。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | **环节一：**准备部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生；  5.抽测学生，检测上节课内容。  **（二）热身练习**  1.热身跑；  2.徒手操；  3.篮球运球练习。  **（1）原地单手低运球**  **（2）原地单手高运球**  **（3）行进间单手低运球**  **（4）行进间单手高运球** | | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐。  **（二）热身练习**  1.学生队伍整齐有序；  2.精神饱满，动作整齐有力；  3.认真听讲，并模仿教师动作。 | | 1.精气神饱满、动作快静齐。  1.热身时动作舒展大方；  2.集中注意力；  3.按要求完成球性练习。 | 3’  7’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习的重点内容，安排好见习生。除此之外把运球练习加入到热身环节，在充分活动身体的同时，提示了球感球性和运球水平，有利于基本部分教学内容的开展。同时利用持球练习会增加学生的练习专注度，提示练习的质量，达到充分热身的目的。 | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）行进间双手胸前传接球练习**  1.教师安排学生自主练习行进间双手胸前传接球，体会技术动作；  2.教师讲解行进间双手胸前传接球技术动作和动作要点；  3.教师进行示范；  4.组织学生两人一组进行行进间双手胸前传接球练习；  5.教师对练习中的问题进行纠错。  **易犯错误：**传不稳、接不到  **纠正方法：**多进行原地、走动、慢跑等方式的双手胸前传接球练习，反复体会传、接球动作要领。  **（二）传接球辅助练习**  1.组织学生练习前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起技术动作；   1. **复习前、后滚翻** 2. **交叉转体180°练习** 3. **前滚翻两腿交叉转体180°练习** 4. **练习跪跳起** 5. **组合动作练习**   **趣味传接球比赛“黄金搭档”**  **比赛规则及要求：**全班分为4个小组，10人为一小组，其中2人为一小小组。两人同时站于垫子前，听到开始口令后，同时进行前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起，完成后，两人跑步至篮球场规定端线，两人进行行进间双手传接球至端线另一端，并返回和下一小小组同伴击掌，下一组出发，十组全部完成视为比赛结束，教师计时，全程用时最少的小组获胜。 | | | **学生活动二**  **（一）行进间双手胸前传接球练习**  1.学生练习时积极认真，大胆尝试新动作；  2.教师讲解中，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  3.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  4.队友之间相互配合、多多鼓励；  5.学生认真聆听教师纠错内容，并积极改正技术动作。  **（二）传接球辅助练习**  1.教师讲解中，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  2.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  3.队友之间相互配合、多多鼓励；  4.学生根据教师的要求进行游戏活动，以安全为首要原则。 | 1.手脚协调配合，传、接球的默契配合； 2.传接球成功配合，学生刻苦练习；  3.积极参与，积极评价。  1.学生规范的开始姿势和结束姿势,勇敢面对失败；  2.遵守比赛规则，动作标准的完成比赛。 | 15’  10’ | | | | |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **活动意图说明：**  基本部分通过行进间双手胸前传接球学习，提高学生传导球和支配球的能力，在比赛中的处理更加从容高效，同时在练习中克服种种困难，培养了学生坚韧不拔、永不放弃的意志品质。趣味传接球比赛将体操和篮球结合，发展学生的综合能力，在不同场景要求下快速切换技术动作，有利于快速应对实战比赛中的各种情况。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  1.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 1块篮球场、40个篮球、20个垫子 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成行进间双手胸前传接球。  2.学生在垫子上（或床上）连续3次完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起且动作连贯，稳定性高。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第9课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种运球练习  **课中:**行进间双手胸前传接球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成行进间双手胸前传接球。  2.学生在垫子上（或床上）连续3次完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起且动作连贯，稳定性高。 | |
| **作业目标** | 1.熟练完成行进间双手胸前传接球技术动作；  2.能够连续完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起。 | |
| **作业资源** | 1.教师发行进间双手胸前传接球和前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起技术动作教学视频到班级群；  2.也可通过互联网、优质课网站等进行学习。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **两人一组行进间双手胸前传接球练习**  1.老师跟同学同时站在篮球场地同一边场区；  2.当教师下“开始”口令的同时两人快速的进行双手胸前传接球到场地另一侧；  3.传球时未准确传到位置，接球时未接稳则为失误，并记录失误次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间双手胸前传接球 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）进行行进间双手胸前传接球练习；  3.传球时未准确传到位置，接球时未接稳则为失误，并记录失误次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间双手胸前传接球 | | | | |  | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 |  |  |  |  |  | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在垫子或床上等柔软地方进行；  2.熟练完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起。  3.先练习再进行考评。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 连续3次完成前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起 | | | | | | 完成情况 | 可以熟练完成整套动作，连贯清晰且稳定性高 | 可以基本完成整套动作，单个动作较熟练，衔接连贯 | 可以基本完成整套动作，单个动作不够规范，衔接节奏感差 | 不能完成组合动作中任一单一动作，动作不规范 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第9课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 运球练习 | 对运球的掌握 | 运球 | D/E/F | B/C | A/B | A | E |  |
| **2** | 行进间双手胸前传接球 | 掌握传球、接球技术动作 | 传接球 | C/D/F | B/C/D | B | B/C | E |  |
| **3** | 前滚翻两腿交叉转体180°—后滚翻成跪立—跪跳起 | 身体协调性发展 | 滚翻 | A/F | B/C | A | C | E |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第10课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.行进间组合传接球比赛  2.助跑投掷垒球 | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第10节篮球专项课程的学习，让学生加强传接球能力，多种传球方式组合练习，加强实战中运用能力，并结合助跑投掷垒球，发展学生的身体素质的同时增强学生练习的积极性。 | | | |
| **二、教学内容分析**  该项教学内容是在上两次课时中学习行进间击地和双手胸前传、接球的基础上， 将两种传球方式进行组合练习并比赛，考验学生在传、接球时手脚协调配合，尽量做到传球快、方向准、接球牢、持球稳，并在教学中要注意培养学生互助合作、团结友爱的优良品质。 | | | |
| **三、学生学情分析**  教学对象是四年级学生，他们经过几节课传接球的学习和练习，对篮球的行进间传接球技术有了很大提升，所以在练习中要以较高要求去指导学生，多多鼓励引导学生，提升自信心。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.80%学生能在侧身跑动中掌握行进间组合传接球动作，20%的学生可以熟练做出组合动作。  2.90%的学生能熟练完成助跑投掷垒球且助跑有节奏，全身协调发力，动作连贯。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过行进间组合传接球练习，能在侧身跑动中准确的将球传到目标，并能稳定的接住篮球。（检测目标1）  2.学生能掌握标准的助跑投掷垒球动作姿势，并且助跑和最后用力做到连贯协调。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生；  5.抽测学生，检测上节课内容。  **（二）热身练习**  1.热身跑；  2.徒手操；  3.篮球球性练习。  **（1）指尖拨球**  **（2）全身绕球**  **（3）胯下“8”字绕球**  **（4）行进间抛接球练习** | | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐；  **（二）热身练习**  1.学生队伍整齐有序；  2.精神饱满，动作整齐有力；  3.认真听讲，并模仿教师动作。 | 1.精气神饱满、动作快静齐。  1.热身时动作舒展大方；  2.集中注意力；  3.按要求完成球性练习。 | 3’  7’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习的重点内容，让学生清晰明了本堂课的大致方向。除此之外把球性练习加入到热身环节，在充分活动身体的同时，提示了球感球性，有利于基本部分教学内容的开展。同时利用持球练习会增加学生的练习专注度，提示练习的质量，达到充分热身的目的。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）行进间组合传接球比赛**  1.教师组织学生复习行进间击地传接球，两人一组进行练习；  2.教师组织学生复习行进间双手胸前传接球，两人一组进行练习；  3.教师组织行进间组合传接球比赛。  **“传球小能手”规则：**  两人一组，从篮球场底线向另一端底线出发，过去时一人使用击地传球，另一人使用双手胸前传接球，到达另一端底线时返回，回来时两人交换传球方式，教师计时，用时最少的小组获胜。  **（二）助跑投掷垒球**  1.教师安排学生自主练习助跑投掷垒球，体会技术动作；  2.教师讲解助跑投掷垒球技术动作和动作要点；  **要点：**助跑有节奏，迈脚的同时向后引球，交叉上步、转体，挥臂等动作要连贯，将球经肩上全力投出。  3.教师进行示范；  4.组织学生两人一组进行助跑投掷垒球练习；  5.教师对练习中的问题进行纠错。 | | **学生活动二**  **（一）行进间组合传接球比赛**  1.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  2.队友之间相互配合、多多鼓励；  3.学生严格遵守比赛规则，在比赛展示出最佳的技术水平。  **（二）助跑投掷垒球**  1.教师讲解中，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  2.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  3.学生根据教师的要求进行游戏活动，以安全为首要原则。 | 1.队友默契配合，传球准、接球稳；  2.不怕失败，勇往直前，遵守游戏规则。  1.投掷动作正确规范；   1. 遵守要求，有序投球和捡球；   3.积极参与，认真练习。 | 15’  10’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过行进间组合传接球比赛，提高学生在不同场景下使用不同传接球技术的能力，同时在比赛中增强了队友之间的默契程度，培养了学生良好的意志品质和团结协助的精神。助跑投掷垒球有利于学生全身协调发力，将身体各个部位都连接为一个整体，让学生感受如何去全身协调发力。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | |
|  | | | |
| **七、场地与器材设计** 1块篮球场、41个篮球、20个垒球 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成行进间组合传接球。  2.家长监督学生在空旷场地，用网球代替垒球，完成10次助跑投掷垒球。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第10课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种球性练习  **课中:**行进间组合传接球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成行进间组合传接球。  2.家长监督学生在空旷场地，用网球代替垒球，完成10次助跑投掷垒球。 | |
| **作业目标** | 1.熟练完成行进间组合传接球技术动作；  2.能较好完成助跑投掷垒球，助跑和最后用力做到连贯协调。 | |
| **作业资源** | 1.教师发行进间组合传接球教学视频到班级群；  2.也可通过互联网、优质课网站等学习行进间组合传接球技术。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **两人一组行进间组合传接球练习**  1.老师跟同学同时站在篮球场地同一边场区；  2.当教师下“开始”口令的同时两人快速的进行击地传球到场地另一侧；  3.组合传接球时未传接到位，中掉球均算失误，并记录失误次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间组合传接球 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）进行行进间组合传接球练习；  3.组合传接球时未传接到位，中掉球均算失误，并记录失误次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间组合传接球 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在空旷安全的地方进行；  2.较好完成助跑投掷垒球；  3.先练习再进行考评。  评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 助跑投掷垒球 | | | | | | 完成情况 | 可以熟练完成动作，助跑有节奏，动作连贯 | 准确完成动作，助跑有节奏，动作连贯 | 基本完成动作，但投掷时肘关节外展 | 不能完整的完成 投掷动作，上下肢配合不协调 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第10课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球性练习 | 对球感的掌握 | 拨球、绕球、抛球 | E/F | B/C | A/B | A | E |  |
| **2** | 行进间组合传接球 | 掌握传球、接球技术动作 | 传接球 | C/D/F | B/C/D | B | B/C | E |  |
| **3** | 助跑投掷垒球 | 投掷技术的发展 | 投掷 | A/F | B/C | A | C | E |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **11课时教学设计** | | | |
| **课题** | 1.原地双手胸前投篮的基本手型与姿势  2.篮球身体素质练习（跳上成蹲撑，起立，挺身跳下） | | |
| **课型** | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第11课时的篮球专项课程学习，学生可以掌握双手胸前投篮的基本手型和姿势，并通过支撑跳跃练习加强下肢力量与协调性，不仅提高学生学习兴趣还提高了身体素质，促使学习目标的达成。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是在前几节课的基础上进行进阶训练及巩固，主要是通过练习学生可以掌握基本的双手胸前投篮的动作模式，知道双手胸前投篮的方法及动作技巧，而且通过篮球运动与体操的支撑跳跃结合的方式，让学生积极参与其中，提高学生技能目标，提高身体综合素质水平。 | | | |
| **三、学生学情分析**  水平二，四年级的学生对于双手投篮的姿势有基本的了解，但是对于双手胸前投篮的技术动作还不是很熟悉，所以本节课通过多种形式的练习，让学生掌握双手胸前投篮的基本动作模式；四年级的学生组织纪律与身体机能性较强，但是在柔韧、力量、协调等方面还有一定欠缺，所以结合体操的支撑跳跃发展身体协调性，提高身体素质，并让学生在学习过程中去探讨、合作、挑战、创造，锻炼他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过投篮练习，90%学生掌握双手胸前投篮基本姿势，投篮姿势标准。  2.通过本节课支撑跳跃练习80%学生可以做出支撑跳跃中跳上成蹲撑，起立，挺身跳下的完整动作。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.通过双手胸前投篮基本练习，学生可以基本掌握投篮手型与身体姿势。（检测目标一）  2.学生基本能够正确掌握支撑跳跃跳上成蹲撑、起立，挺身跳下基础动作姿势，顺利跳过障碍物。（检测目标二） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.安全讲解；  4.宣布本节课教学内容和要求；  5.检查服装，安排见习生；  6.抽测学生，检验上节课内容。  **（二）热身**  1.篮球场运球热身跑  2.球感热身操（手指拨球、球绕腰、绕腿、抛接球、地滚球等）  3.持球集合 | | **学生活动一**  **（一）学生部分**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐。  **（二）热身**  1.保持间距，注意力集中；  2.认真练习，动作到位；  3.教师巡回指导，纠正错误。 | 1. 学生能迅速站好队，并且快、静、齐； 2. 学生听讲认真、精神面貌饱满； 3. 能迅速的把球拿好并准确做好准备。   1.学生认真做好热身、球感练习到位。 | | 3’  5’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容的同时讲解本单元篮球双手胸前投篮的要点。同时在热身环节把球也运用了进去，让学生更感兴趣，上课活跃度更高更积极了。同时开始前抽查了上节课学习内容等。 | | | | | | | **环节二：基本部分** | | | **评价要点** | **时间** | | | **教师活动二**  **（一）双手胸前投篮**  1.教师组织学生自主体验肩上投篮练习；  2.邀请学生展示；  3.教师讲解要点并示范动作；  4.组织学生徒手练习（强调出手后手臂伸直，手指向投篮方向、蹲起投结合）；  5.组织学生自投自接（强调学生抬肘自然，伸臂充分蹲起跳投）；  6.组织学生分组两人一投一接（蹲起投跳结合）；  7.教师小结，小组互评。  **要点:**以右手为例，右手四指自然分开，手心空出，用指根以上的部位持球，大拇指与小拇指控制球体，左手扶球的左侧，肘关节自然下垂，置球于右肩前上方。两脚左右或前后开立，两膝微屈，重心落在两脚上。投篮时，下肢蹬地发力，右臂向前上方伸直，手腕前屈，食、中指用力拨球，通过指端将球投出。球出手时，身体随投篮动作向上伸展，脚跟微提起。  **（二）游戏：支撑跳跃**  1.教师讲解支撑跳跃基础动作方法：（助跑、踏跳，两臂支撑器械同时提腰，屈膝上提贴近胸部，两脚前脚掌踏上器械成蹲撑）  2.组织学生练习支撑跳跃的基础动作姿势；  3.邀请学生展示  4.组织学生进行模仿练习  5.教师讲解游戏规则并示范  6.教师安全提示  支撑跳跃要点（助跑，踏跳有力；支撑提臀收腹，双脚踏上器械；腾起后头正、挺胸、展体，落地屈膝缓冲。  **7.“山羊投球”游戏规则：**  将学生分为4组，每组10人，从篮球中线出发越过跳箱然后拿球到罚球线投篮，投进最多的组获胜。 | **学生活动二**  **（一）双手胸前投篮**  1.学生认真体验，注意安全；  2.认真观察，开动脑筋思考；  3.认真听讲，仔细观察老师动作。  4.学生积极主动学习，认真练习，并保持身体姿态；  5.学生认真训练，大胆展示；  6.学生注意观察，积极思考；  7.学生动作协调到位。  **（二）游戏：支撑跳跃**  1.学生认真听讲，仔细观察老师动作；  2.学生认真进行练习；  3.学生积极参与比赛，遵守游戏规则。 | | 1.认真听讲；  2.认真练习动作、并积极展示；  3.小组相互帮助。  1.认真听老师讲解游戏；  2.积极参与游戏。 | **15’**  **12’** | | | **活动意图说明**  基本部分首先通过学生自主球感体验开始进行，然后开始练习了原地、移动中球感练习，让同学们很快找到练习球感带来的乐趣。同时还加入了支撑跳跃基本动作的练习，这样更有利于发展学生的身体体能全面素质，并且最后还进行了支撑跳跃游戏，让本节课达到了运动高潮。 | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | 1.模仿教师动作进行拉伸。  2.认真自我总结及评价；  3.认真听并记录课后作业。 | | **3’**  **2’** | | **活动意图说明**  结束放松部分环节主要针对本节课学生所练到到的肌肉群进行拉伸和敲打进行松解；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为后面的课程做好准备。 | | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 1片篮球场、41个篮球、4个跳箱、若干标志桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练），面对面4-5米进行相互投篮，投球姿势要正，动作要协调发力。  2.学生在家利用板凳，完成10次平稳落地支撑跳跃动作（可家长安全辅助）。 | | | |
| **九、预计负荷** | | 运动强度 | **中等** |
|  | | 群体运动密度 | **65%——80%** |
|  | | 个体运动密度 | **75%** |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第11课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**行进间绕篮球场运球  **课中:**同学自投自接篮球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长陪练），面对面4-5米进行相互投篮，投球姿势要正，动作要协调发力。  2.家长监督学生在在家利用板凳，完成10次平稳落地支撑跳跃动作。 | |
| **作业目标** | 1.完成双手胸前投篮技术动作，动作标准；  2.能够基本掌握支撑跳跃动作的基础姿势，成功跳过障碍物并平稳落地。 | |
| **作业资源** | 1.教师发双手胸前投篮技术动作视频到班级群进行学习；  2.也可通过互联网、教科书等优质课网站等学习投篮技巧。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，防止碰坏物品。  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **自投自接**  1.学生自己原地进行双手胸前投篮模拟投球并接球；  2.当教师喊出“投球”口令的时候，学生投出篮球并接球。  3.评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **双手胸前投篮** | | | | | | 动作规范 | 能够上下肢协调用力，用手腕前屈和手指拨球动作将球投出 | 能够上下肢协调用力手腕前屈把球投出 | 能上下肢协调发力将球投出 | 整体动作不完整 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）面对面4-5米进行相互投篮，学生进行投篮，其中搭档站在对面原地不动，准备接球，如投球方向不正、投不到对面同学手上、均算失误并记录失误次数。  3.监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 面对面相互10次双手胸前投篮 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 2次 | 3次 | 3次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在家或者安全的空地进行撑板凳跳跃练习；  2.在家中进行撑板凳练习，并平稳落地10次，如落地不稳则记录失误次数，家长进行监督；  3.先练习再进行考评。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 连续10次撑板凳跳跃 | | | | | | 完成情况 | 跳过之后并平稳落地10次 | 跳过之后并平稳落地6-8次 | 跳过之后并平稳落地4-6次 | 跳过之后并平稳落地3次 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一节课上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第11课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球感练习 | 提高球感 | 滚球、拨球、绕球 | B/E/F | A/C | B/C | A | B |  |
| **2** | 双手胸前投篮的基本手型与姿势 | 掌握投篮手型、姿势 | 投篮 | A/C/E | A/B/C | A/B/C | B/C | D |  |
| **3** | 支撑跳跃 | 掌握完整的动作姿势 | 支撑跳跃的稳定性 | A/B/E/F | A/C/C | A/B/C | C | D |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **12课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1**双手胸前投篮**的练习  2.运球游戏（穿梭跳长绳） | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第12课时的篮球专项课程学习，学生可以完善单手双手胸前投篮技术动作，提高个人专项技能水平，同时通过运球穿梭跳长绳游戏的方式不仅让学生掌握了穿梭跳长绳的方法与时机，又提升学生的参与度，培养积极探究的良好意志品质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  通过上节课双手胸前投篮的学习，学生已经初步掌握了基本的技术要领，本节课内容主要围绕着双手胸前投篮继续进行针对性规范学习与训练，让学生不仅可以把球投好，而且可以增加准确度，提高学生的协调性、速度等身体素质，通过运球穿越跳长绳游戏的方式提高了学生的控球能力和突破能力。 | | | |
| **三、学生学情分析**  通过基础的姿势练习，学生已经掌握了基本的动作步骤与方法，但是还不够规范且准确度不高，所以本节课继续加强动作技巧的练习，同时加入了运球穿梭跳长绳的游戏，使学生在学习过程中还可以掌握穿梭跳长绳的动作方法与要领，加强学生的团队合作、自主思考、小组讨论，培养学生间的默契程度，让学生更主动积极参与其中。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过学习双手胸前投篮的基本动作姿势，80%的学生能够掌握两脚前后开立，两膝微屈，重心落在两脚上，可以上下肢协调发力，20%学生可以手腕前屈手指拨球投出。  2.通过本节课的运球穿越跳长绳，学生可以掌握持球跑入、跳绳、跑出时机一致穿越跳长绳的动作技巧。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过双手胸前投篮练习，掌握了双手胸前投篮的方法并成功完成10次原地双手胸前投篮且准确将球投向目标。（检测目标1）  2.能够正确的掌握原地运球穿梭跳长绳的持球跑入、跳绳、跑出时机动作技巧，并成功完成（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.安全讲解；  4.宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  5.抽测学生，检验上节课内容。  **（二）热身**  1.篮球场运球热身跑；  2.球感热身操（手指拨球、弓步绕球、抛接球击掌等）；  3.持球集合。 | | | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐。  **（二）热身**  1.保持间距，注意力集中；  2.认真练习，动作到位；  3.教师巡回指导，纠正错误。 | 1.学生可以迅速站好队、并且做到安静、整齐；  2.同时学生认真听讲本课教师要求；  3.学生可以把球迅速拿好并听讲。  1.跑步热身有序、认真做好球感练习。 | 3’  5‘ | | | **活动意图说明：**在课堂常规中，讲解本堂课学习的重点内容，同时热身环节也加入球性练习，让学生更积极地参与到课堂中，并且在基本部分前抽查了上节课学习内容。 | | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动二**   1. **双手胸前投篮技术提升练习**   1.教师组织学生进行双手胸前投篮技术提升练习；  2.邀请学生展示；  3.教师讲解要点并示范动作；  **①原地徒手模仿投篮动作**  **②两人一组，相距3—4米对投**  **③一人一球在罚球线投篮练习**  4.教师请学生进行双手胸前投篮技术动作的展示；  5.教师讲解双手胸前投篮技术动作重难点；  **重点：**右臂向前上方伸直，手腕前屈，食、中指用力拨球，通过指端将球投出。  **难点：**上、下肢协调用力。  6.教师对练习中的问题纠错指导；  **易犯错误：**持球或出球时肘关节外展  **纠正方法：**肘关节内靠  7.教师小结，小组互评。  **（二）穿梭跳长绳**  1.教师讲解穿越长绳动作要领；  2.教师与学生配合进行展示；  3.组织学生分组练习；  4.教师巡视纠错； 5.教师讲解游戏规则并示范；  6.将学生分组，组织游戏开始。  **动作要领：** 面对或侧对绳圈来的方向，把跳绳打地声音当作“跑”的启动信号，一打地就跑入。当摇转的绳子着地瞬间及时跳起，可并脚跳，也可单脚交换跳。  **运球穿梭跳长绳游戏规则：**  将学生分为2组，每组19人，2组分别站在摇绳的同一侧位置，作为A点和B点，比赛开始后，学生原地左右手运球各10次后跳绳5次，然后跑出接下一个人，如果跳绳失误，排到队尾重来，直至所有人完成，哪一组用时少则获胜。 | | **学生活动二 （一）双手胸前投篮技术提升练习**  1.学生积极主动学习，认真练习，并保持正确的投篮姿态；  2.学生认真听讲，注意观察，积极思考。  3.学生练习时动作协调用力。  **（二）穿梭跳长绳**  1.学生认真听讲，注意观察，积极思考。  2.学生认真进行练习；  3.学生认真参与游戏。 | | 1.认真听讲，积极体验动作；  2.积极展示，小组相互评价；  3.相互帮助，团结协作。  1.游戏中集中注意力将所学过的动作运用到游戏中；  2.注意团队配合，遵守游戏规则并给予队友鼓励。 | | 15’  12’ | | **活动意图说明**  基本部分通过自主探究的方式，让学生探索发现双手胸前投篮的规范动作，提高技术能力，调动学生参与练习的积极性，并在课堂中加入穿梭跳长绳的内容，结合游戏的形式，学生掌握跳绳的时机与动作技巧，使基础的教学环节更新颖有趣，达到寓教于乐的目的。 | | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | **评价要点** | **时间** | | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **教师活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.认真自我总结及评价；  2.认真听并记录课后作业。 | 3’  2’ | | | **活动意图说明**最后一个部分放松环节主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式松解；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下面的课程做好良好的准备。 | | | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计**  1片篮球场、41个篮球、4根长绳、若干标志桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学间隔4—5米距离相互双手胸前投篮练习，并互相检查投篮动作是否规范。  2.学生或家长搭档连续完成10次8字跳长绳。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | **中等** |
|  | 群体运动密度 | | **65%——80%** |
|  | 个体运动密度 | | **75%** |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第12课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**行进间绕篮球场运球  **课中:**一人一球在罚球线投篮练习，并成功完成  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学间隔4—5米距离相互双手胸前投篮练习，并互相检查投篮动作是否规范。  2.学生或家长搭档连续完成10次8字跳长绳。 | |
| **作业目标** | 1.规范完成双手胸前投篮动作，动作流畅，发力顺序正确；  2.准确掌握穿运球、持球跑入、跳绳、跑出时机技术动作。 | |
| **作业资源** | 1.教师发双手胸前投篮教学视频到班级群；  2.通过互联网、优质课网站等学习双手胸前投篮技术。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，防止碰坏物品。  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **一人一球在罚球线投篮练习**  1.每人拿一个篮球在篮球场罚球线排成队进行罚球线投篮练习；  2.当老师吹一次口哨，学生就按照顺序投一次篮。  3.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 一人一球在罚球线投篮练习，投十次 | | | | | | 进球情况 | 10个 | 6-8个 | 4-6个 | 4个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  **双人相互投篮**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）面对面4-5米进行相互投篮，学生进行投篮，其中搭档站在对面原地不动，准备接球；  3.监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 双人相互投篮 | | | | | | 评价标准 | 可以完成10次投篮并手腕前屈，食、中指用力拨球，发力顺序连贯。 | 可以完成8次投篮并手腕前屈，食、中指用力拨球，发力顺序连贯。 | 可以完成6次投篮并手腕前屈，食、中指用力拨球，发力顺序连贯。 | 可以完成3次投篮并手腕前屈，食、中指用力拨球，发力顺序连贯。 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2.按照“8字”跳绳法分别从同侧A点（妈妈）位置出发跳过长绳，然后转过身从同侧B点（爸爸）位置再次跑入长绳连续穿越长绳，如果碰掉长绳算失误一次；  3.先练习再进行考评。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 连续10次“8字”穿越跳长绳 | | | | | | 完成情况 | 10次以上 | 10-8次 | 6-4次 | 4次以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一节课上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第12课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球性练习 | 掌握球感 | 绕球、抛球、拨球 | B/E/F | A/C | B/C | A | B |  |
| **2** | 双手胸前投篮练习 | 规范投篮动作 | 双手胸前投篮 | B/C/D | A/B/C/D/F | B/C | B/C | E |  |
| **3** | 穿梭跳长绳 | 掌握跳绳技巧 | 跳绳时机与节奏 | A/B/C | A/B/E/F | A/B/C | C | D |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **13课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.定点双手胸前投篮比赛  2.跳跃练习（跨越式跳高的基础动作姿势） | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第13课时的篮球专项课程学习，学生在定点投篮练习中可以掌握在不同点位的投篮技巧，巩固投篮姿势并提升投篮准确性，在本节课中还掌握跨越式跳高的基本动作姿势，通过游戏的结合提升学生身体素质，同时学习过程中也充满了欢乐愉快的氛围。 | | | |
| **二、教学内容分析**  通过上节课双手胸前投篮姿势的规范练习，学生可以熟练运用姿势并进行投篮，本节课通过定点的双手胸前投篮练习与比赛，让学生在竞争中相互学习、相互激励，让学生不仅可以将球投好，投准，还可在不同点位进行投篮，提高学习积极性，同时加入跨越式跳高基本姿势练习，可以多方面提升学生的身体素质。 | | | |
| **三、学生学情分析**  通过前面课的练习，大部分学生已经可以规范的进行双手胸前投篮，但是对于定点的投篮还不够了解，所以本节课通过定点投篮的练习使学生可以在不同的点位也能完成投篮，并且经过跨越式跳高练习，在掌握基础姿势的同时也增强学生的身体素质。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1.通过学习定点双手胸前投篮，使学生可以在不同点位投进篮球。  2.通过学习跨越式跳高，使100%的学生能掌握跨越式跳高的助跑、起跳、过竿、落地基础动作姿势，60%学生可以完整做出基础动作。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.通过练习定点双手胸前投篮，学生可以在5个不同点位投进篮球。（检测目标一）  2.学生基本掌握跨越式跳高助跑、起跳、过竿、落地基础动作姿势。（检测目标二） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.安全讲解；  4.宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  5.抽测学生，检验上节课内容。  **（二）热身**  1.篮球场运球热身跑；  2.进行跨越式跳高的专项练习（助跑、起跳、过竿、落地）  **练习动作：侧面分腿跳、高抬腿；**  3.球感热身操（手指拨球、球绕腰、绕腿、抛接球、运球练习等）；  4.持球集合。 | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐；  4.熟练用球及拿球准备动作。  **（二）热身**  1.保持间距，注意力集中；  2.认真练习，动作到位；  3.教师巡回指导，纠正错误。 | 1.同学们站队迅速、而且整齐划一；  2.在听讲过程中同学们非常认真；  3.在拿器材过程中也是快速有序。  1.热身跑步运球有序、身体得到热身。 | | 3’  5’ | | **活动意图说明：**在课堂常规第一节中，讲解了本堂课学习重点内容的及本节课学习的定点双手胸前投篮练习，同时也加入了热身环节的球类热身，让学生更积极地参与到课堂中。并且在开始前抽查了上节课学习内容等。 | | | | | | **环节二：基本部分** | | **评价要点** | **时间** | | | **教师活动二**   1. **定点双手胸前投篮进阶练习**   1.教师讲解定点投篮的位置和要求；  2.教师组织学生进行定点双手胸前投篮；  3.邀请学生进行展示；  4.教师讲解重、难点并示范动作；  **①自抛自接球跳跃篮球点位投篮**  **②罚球线、左右线定点投篮（10个点）**  **③两人相互传球定点投篮**  5.教师组织学生在点位进行练习；  6.巡视指导，纠错错误；  7.教师小结，给予评价；  8.讲解趣味定点单手投篮比赛规则及要求；  9.小组模拟练习；  10.组织比赛。  **重点：**右臂向前上方伸直，手腕前屈，食、中指用力拨球，通过指端将球投出。  **难点：**上下肢协调用力  **趣味定点单手投篮比赛**  **比赛规则：**分为四个组每组每人投1个球，进的第1个球计1分，连续进的第2球则计2分，以此类推，如果球都进的话，最后一个进球的得分为10，那么整个组的总得分为1+2+3……+10=55分，但如果中间投失，则下一个进球还是计1分，以此类推。  **要求：**  **①**每人的总投篮时间为2分钟，如果2分钟之内没有投完，则强行终止比赛。  **②**每组按投进球的积分总和排名，总分最高的组即为冠军。  **③**投篮时可以起跳，但落地时不得踩到罚球线，否则这次投篮按投失计算。   1. **跨越式跳高**   1.教师组织学生自主体验跨越式跳高；  2.邀请学生展示并评价；  3.教师讲解跨越式跳高基础动作姿势并示范；  4.组织学生分组练习；  **①侧面小碎步过绳子**  **②侧面高抬腿过绳子**  **③侧面分腿练习过绳子**  5.教师小结，给予评价；  6.讲解游戏规则与要求；  7.组织游戏开始。  **要点：**  ①**助跑：**助跑时，从横杆侧面助跑，自然放松逐渐加速。  **②起跳：**起跳时，起跳腿踏上起跳点的同时，两臂平行后引，缓冲压紧地面后，两臂上摆，摆动腿伸直，以髋关节带动大腿积极上摆，在两臂和摆动腿的协调配合下，起跳腿快速蹬伸完成起跳。  **③腾空过杆：**起跳后身体充分腾起，摆动腿上杆后，伸直并内旋下压，起跳腿上提并外旋，两臂协调摆动，上体移动使臀部移过横杆。  **④落地：**落地时，双脚依次落地，并屈膝缓冲。  **口诀：助跑一阵风，起跳用力蹬，腾空要过杆，落地要缓冲**  **游戏：“穿越防火线”**  **游戏规则：**将学生分成4组，依次运球S弯穿越雷区（5个标志盘），然后持球使用跨越式跳高越过4根30厘米高的绳子，冲到终点持篮球定点双手胸前投篮，最快时间完成的组获胜。 | **学生活动二**  **（一）定点双手胸前投篮进阶练习**  1.学生积极体验练习；  2.认真观察老师动作，开动脑筋思考；  3.积极主动学习，认真练习动作，并保持正确的投篮姿态；  4.积极比赛，大胆展示；  5.注意观察，积极思考；  6.小组互相评价。  **（三）跨越式跳高**  1.自主体验练习，小组沟通交流；  2.积极展示，相互评价；  3.认真观看教师的动作示范并听清动作要求；  4.分组练习，完成规定动作；  5.小组互相评价；  6.遵守游戏规则完成游戏；  7.小组合作，互相帮助。 | 1.学生认真听讲并且体验；  2.学生仔细观察老师做的动作；  3.学生认真练习动作、并积极展示；  4.练习过程相互帮助。  1.认真练习，动作标准；  2.积极参与，小组评价；  3.遵守游戏规则且团结协作。 | 15’    12’ | | | **活动意图说明**  基本部分通过不同点位投篮的练习，学生可以掌握不同点位投篮时的角度与方向，并且引导学生自主体验与思考，积极大胆的展示，再通过比赛的形式，提高双手胸前投篮在技战术上的运用，最后通过跨越式跳高基本动作姿势的学习，学生可以掌握助跑、起跳、过竿、落地的步骤。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | 1.模仿教师动作进行拉伸。  1.认真自我总结及评价；  2.认真听并记录课后作业。 | 3’  2’ | | | **活动意图说明**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计**  1片篮球场、41个篮球、4根长绳、10个标志盘、若干标志桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.定点双手胸前投篮—自抛自接球跳到定点处投球；  2.同学或父母拉一根绳子进行侧面分腿跳练习通过绳子。（学生、或家长辅助、监督） | | | |
| **九、预计负荷** | 运动强度 | | **中等** |
|  | 群体运动密度 | | **55%——65%** |
|  | 个体运动密度 | | **60%** |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第13课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**全身性绕球训练  **课中:**两人相互传接球定点投篮  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.定点双手胸前投篮—自抛自接球跳到定点处投球；  2.同学或父母拉一根绳子进行侧面分腿跳练习。（学生、或家长辅助、监督） | |
| **作业目标** | 1.完成自抛自接球定点投篮，并且成功投进。  2.通过侧面分腿跳练习，掌握技术动作并提高下肢力量。 | |
| **作业资源** | 1.教师发定点双手胸前投篮教学视频视频到班级群；  2.也可通过互联网、教科书等优质课网站等学习篮球球感练习。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，防止碰坏物品。  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **两人相互传球定点投篮**  1.同学相互传接球定点投篮；  2.当老师吹一次口哨，两位同学开始投篮传球，后面学生以此类推开始。  3.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10个投篮点 | | | | | | 进球情况 | 8-10个 | 5-7个 | 2-4个 | 2个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2.同学可以将球抛向各个方向，然后接球后在落地点进行双手胸前投篮，以投进次数来评价；  3.先练习再进行考评。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个自抛自接定点投篮 | | | | | | 进球情况 | 8-10个 | 6-7个 | 4-5个 | 3个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生在家或者利用课余时间，进行分腿跳练习，家长或同学拉一根绳子进行侧面分腿跳跃，动作规范、正确；  2.同学或家长监督练习；  3.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 侧面分腿跳过绳子 | | | | | | 姿势评价 | 起跳快而有力，摆动腿能先落地，并落地屈膝缓冲 | 起跳快而有力，动作协调流畅落地屈膝缓冲 | 基本可以做出侧面分腿跳动作，上下肢协调配合 | 不能做出侧面分腿跳的动作， | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一节课上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第13课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 运球练习 | 提高球感 | 运球 | A/C/E | A/B/C | A/B | B | C |  |
| **2** | 定点双手胸前投篮比赛 | 正确投篮姿势 | 投篮 | B/C/D/H | B/C/F | A/B/C | B | D |  |
| **3** | 跨越式跳高—侧向分腿跳练习 | 掌握跨越式跳高基本技术动作 | 侧向分腿跳 | A/B/E/F | A/C | A/B/C | B/C | E |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **14课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.行进间双手胸前传球接双手胸前投篮练习  2.跳跃练习（跨越式跳高的完整练习） | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第14课时的篮球专项课程学习，学生可以经过行进间双手胸前传球接单手投篮的练习，掌握篮球传、接、投组合动作的技巧，采用组合练习的方式，引导学生系统的完成练习，为未来篮球比赛的技战术运用奠定基础，并且通过跨越式跳高的进阶练习，学生可以在良好的动作姿势基础上逐渐提升高度。 | | | |
| **二、教学内容分析**  通过对行进间传接球与双手胸前投篮的技术掌握，本节课主要将动作进行组合练习，让学生不仅可以单方面学习动作而且还可以将学习到的动作组合起来使用，从而提高学生的多方面身体素质及兴趣点，让学生的训练系统有效，同时通过上节课跨越式跳高基础动作姿势的练习，本节课继续进行跨越式跳高的进阶训练，并可以完成一定的高度。 | | | |
| **三、学生学情分析**  本节课学习的胸前传球接双手胸前投篮组合动作加强了难度，不过在前几节课的基础上，学生们学习起来比较轻松，所以本节课要通过趣味性的组合训练来提高学生的积极性和参与性，并且本节课还加入了跨越式跳高进阶练习，对于学生有更大的挑战，同时有助于提高学生的意志品质。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过行进间双手胸前传球接投篮练习，使80%学生可以完整连贯做出传、接、投篮的组合技术动作，20%学生基本掌握行进间双手胸前传球接双手胸前投篮的组合动作，为后期的比赛做好基础。  2.通过跨越式跳高练习，100%学生可以完整做出跨越式跳高动作，60%的学生可以做到助跑有节奏、起跳有力、摆动腿内旋下压、落地后屈膝缓冲技巧动作。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生在传、接、投动作上衔接流畅，动作规范标准。（检测目标一）  2.跨越式跳高的助跑有节奏、起跳有力、摆动腿内旋下压、落地后屈膝缓冲。（检测目标二） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | **评价要点** | **时间** | | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.安全讲解；  4.宣布本节课教学内容和要求；  5.检查服装，安排见习生；  6.抽测学生，检验上节课内容。  **（二）热身**  1.篮球场运球热身跑；  2.进行跨越式跳高的基本练习（助跑、起跳、过竿、落地）练习动作：侧面分腿过皮筋、摸高练习；  3.球感热身操（手指拨球、弓步绕球、抛接球等）；  4.持球集合。 | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐。  **（二）热身**  1.保持间距，注意力集中；  2.认真练习，动作到位；  3.教师巡回指导，纠正错误。 | 1.同学们在站队过程中认真有序；  2.听讲过程中安静且整齐；  3.在拿器材过程中也都迅速有序；  1.认真做好热身、身体得到热身。 | 3’  5‘ | | | **活动意图说明：**本部分通过检测上节课学习内容任务，使学生记忆更清晰，同时通过集合整队，学生精神饱满，活力四射，通过热身跑、球感练习学生得到了有效热身。 | | | | | | **环节二：基本部分** | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动二**   1. **行进间双手胸前传球接双手胸前投篮**   1.教师组织学生进行行进间胸前传球接双手胸前投篮练习；  2.邀请学生进行展示；  3.教师讲解组合动作重难点并示范；  4.组织学生分组练习；  **①行进间传接球投篮练习**  **②定点传、接球投篮**  5.教师对练习中的问题进行纠错；  6.教师小结，给予评价；  **要点：**两人一组从篮球底线开始相互传球最后接球人双手胸前投篮，以此类推。  **要点：**两人一组，教师指点点位进行传接球投篮。  重点：   1. **跨越式跳高技术提升练习**   1.教师组织学生进行跨越式跳高技术提升练习；  2.邀请学生展示；  3.教师讲解要点并示范动作；  4.教师请学生进行跨越式跳高技术动作示范；  5.组织学生分组练习；  **①跨越式跳过绳子**  **动作要点：**（两位学生拉绳子高度60厘米，学生按照助跑、起跳、过竿、落地顺序跳过）  6.教师对练习中的问题进行知指导纠错；  7.教师小结，给予评价；  8.讲解游戏规则并请学生模仿游戏；  9.组织开始游戏。  **游戏：“搬运物资”**  **游戏规则与要求：**  将学生分为四组，每组在站在摆好的标志桶位置，每组障碍有一条拉高60厘米的绳子、10个标志盘间隔30公分，通过侧身分腿跳越过，然后到终点拿物资（篮球）然后运球跑到起点与下一位挑战者击掌接力用时最少的小组则获胜。 | **学生活动二**  **（一）行进间双手胸前传球接双手胸前投篮**  1.学生认真练习，注意配合；  2.认真观察老师动作，开动脑筋思考；  3.积极主动学习，认真练习动作，并保持正确的传球、投篮姿势；  4.积极参与，小组互相评价。  **（三）跨越式跳高技术提升练习**  1.积极练习并敢于展示；  2.注意思考观察动作方式；  3.小组分组练习；  4.勇于跨过绳子，保持姿势标准，落地平稳；  5.学生全身协调用力；  6.小组互相评价，相互鼓励。  1.认真听游戏规则，观看游戏示范，按照规则开始游戏；  2.遵守规则，团结协作。 | 1.学生认真听讲并且体验；  2.学生仔细观察老师做的动作。  1.学生认真练习动作、并积极展示；  2.练习过程相互帮助。  1.注意团队配合，遵守游戏规则并给予队友鼓励。 | | 15’  7’  5’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过行进间胸前传球接双手胸前投篮组合技术动作的练习，提高学生在不同场景下使用不同传、接、投球技术的能力，同时在比赛中增强了队友之间的默契熟练程度，培养了学生良好的意志品质和团结协助的精神。同时本节课通过60公分高度跨越式跳高的练习，掌握跨越式跳高助跑有节奏、起跳有力、摆动腿内旋下压、落地后屈膝缓冲的技术动作，最后还加入了一个游戏，让同学们再次巩固加强了个人技能动作。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | 1.模仿教师动作进行拉伸；  2.认真自我总结及评价；  3.认真听并记录课后作业。 | | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  结束环节放主要针对本课练到的肌肉进行拉伸和敲打进行松解；最后总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为后面的课做好准备。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 1片篮球场、41个篮球、4根长绳、40个标志盘、若干标志桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）在篮球场熟练完成5回合行进间胸前传、接、投篮练习，并投进球才算成功。  2.同学或家长将绳子调整为60厘米高度，运用跨越式跳高动作练习10次。 | | | |
| **九、预计负荷** | 运动强度 | | **中等** |
|  | 群体运动密度 | | **65%——70%** |
|  | 个体运动密度 | | **60%** |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第14课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**手指上下拨球训练  **课中:**行进间胸前传、接、投球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.两个同学相互练习（或家长陪练）在篮球场熟练完成5回合行进间胸前传、接、投篮练习，并投进球才算成功。  2.同学或家长将绳子调整为60厘米高度，运用跨越式跳高动作练习10次。 | |
| **作业目标** | 1.通过行进间胸前传球接双手胸前投篮基本练习，学生在行进间传、接、投动作上流畅衔接，动作规范标准。  2.学生通过完整练习跨越式跳高动作，进一步掌握助跑、起跳、过竿、落地的动作衔接。 | |
| **作业资源** | 1.教师发行进间胸前传球接双手胸前投篮教学视频到班级群；  2.也可通过互联网、教科书等优质课网站等学习篮球球感练习。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，防止碰坏物品。  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **行进间传、接、投篮组合动作**  1.教师摆好传接球的路线，学生两个人一组进行组合练习；  2.行间距传、接、投要衔接有序，投篮姿势要标准，并且投进篮筐。学生听到“口哨”口令后迅速开始。  3.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间传、接、投组合动作 | | | | | | 完成情况 | 行进间传、接、衔接有序，并投篮姿势标准，且投进篮筐 | 行进间传、接、不掉球并且投篮姿势较标准，且投进篮筐 | 行进间传、接、投不稳定并且投篮姿势稍有变形，且投进篮筐 | 不能做出传、接、投，投篮姿势不正确，且投不进篮筐 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在学校篮球场或小区篮球场；  2.同学或家长搭档在篮球场一边底线行进间传、接球跑至到另外一边底线进行投篮，记录进球次数，共计5个来回；  3.先练习再进行考评。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 5个来回行进间传、接、投篮 | | | | | | 进球情况 | 8-10次 | 6-7次 | 4-5次 | 3次以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.同学或家长搭档，将绳子调整到60厘米的高度，学生连续完成10次跨越式跳高的完整动作，且不触碰绳子，如触碰绳子则记录失误次数；  3.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 连续10次60厘米的跨越式跳高 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 2次 | 3次 | 4次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一节课上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第14课时）** | | | | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | | | **必备技能** | | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球感练习 | 掌握球感 | | | 拨球、绕球、抛接球 | | B/E/F | A/C | B/C | A | B |  |
| **2** | 行进间胸前传球接双手胸前投篮 | 掌握传、接、投动作 | | | 传准、接稳、投准 | | A/B/C/E | A/B/C/D | A/B/C | B/C | E |  |
| 3 | 60厘米跨越式跳高 | 完成动作不失误 | | | 跨越式跳高 | | A/B/E | A/B/C | A/B/C | B/C | D |  |
| **4** |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | | | | |
| **第15课时教学设计** | | | | | | | | | | | | | | |
| **课题** | | | | | 1.运、投、传综合比赛  2.身体素质练习（400米耐久跑） | | | | | | | | | |
| **课型** | | | | | 新授课£ 章/单元复习课£ 专题复习课R  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他£ | | | | | | | | | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元组合动作的学习，让学生进一步加强运球、传球、投篮的综合能力，并结合400米耐久跑，增强学生身体素质。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是篮球运球、传球、投球的综合运用，在本单元课程中具有串联的作用。教师在传授运球及行进间传接球和双手胸前投篮基础下，学生有了基本的运、传、投的能力，本课时学生通过综合比赛，提高学生的篮球组合动作的综合能力，并感受篮球带来的乐趣，通过400米耐久跑，提高学生体能与身体素质。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **三、学生学情分析**  水平三四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；已经掌握基本的运球、传球、投球的篮球技能。通过比赛，学会与同伴合作，进一步提高篮球综合能力，学生体能大部分不足，需进一步加强练习。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过运球、投篮、传球组合动作的学习，80%的学生可以连续做出运球、投篮、传球的组合动作，20%的学生基本可以做出运球、投篮、传球的组合动作；  2.通过400米耐久跑练习，提高学生体能。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生通过运、投、传组合练习，能连续完成运球、投篮、传球组合技术动作。  2.学生能较好完成400米耐久跑练习。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | **环节一：**准备部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  4.抽测学生，检测上节课内容。  **（二）准备活动**  1.发绕场跑指令，并与学生第一圈击掌；  2.球性练习；  3.发集合指令，抽查家庭作业。 | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐。  **（二）准备活动**  1.第一圈和老师击掌，第二圈每人经过球框拿一个篮球；  2.一边跑跟着老师做热身运动；  3.集合，抽查到的同学汇报。 | | | 1.精气神饱满、动作快静齐；  1.倾听认真。  1.倾听认真，活动积极；  2.注意力集中听要求，按口令做动作；  3.快静齐。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容，让孩子们心中有数。热身阶段，让孩子们一边跑一边持球做热身运动，既练习了球感，又提高孩子们的兴趣，抽查作业让孩子们引起重视。 | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**   1. **运、传、投组合综合练习**   1.教师讲解运球、传球、投篮的组合动作的方法；  2.组织学生分组自主体验练习；  3.提示学生可以自主创新不同组合动作；  4.组织学生分组配合练习；  5.教师巡回指导，纠正错误；  6.教师讲解运、传、投组合的比赛方法、路线及规则；  7.请同学展示模拟示范；  8.组织比赛；  9.教师小结，小组相互评价。  **比赛规则及要求：**  教师将学生分为4组， 每组10人，每两组在半场分AB两队并在三分线外站立 ；A队队员运球到篮下投篮后，跑到B队后面排队，B队队员在A队队员投篮时抢篮板球，抢到球后传球给A队队员后，跑到A队后面排队，每一个人完成1次，哪一组进球多则获胜。   1. **游戏—“猫捉老鼠”400米耐久跑** 1.教师讲解耐久跑的动作要领； 2. 提醒学生跑步时呼吸和摆臂的重要性； 3. 组织学生在操场进行练习； 4. 讲解游戏的规则及注意事项； 5. 将学生分组，组织游戏； 6. 安全提示。   **游戏规则：**  将学生分为4个小组，每个小组10人，其中两组同时开始，1组扮演“老鼠”，1组扮演“猫”，听教师口令，开始时“老鼠”队伍先出发，跑出第一个弯道时，则“猫”队伍再出发进行逮捕，如果被“猫”队伍反超的“老鼠”，则在结束时需要完成20个俯卧撑。 | | | **学生活动二**  **（一）运、传、投组合综合练习**  1．认真听组合动作的练习方法；  2．分组练习，两人相互配合，沟通交流；  3.积极参与练习；  4.思考不同的组合方法再继续练习；  5.认真听比赛规则并观看示范；  6.有秩序比赛，团结协作；  7.小组相互评价。  **（二）游戏—“猫捉老鼠”400米耐久跑**   1. 认真听动作要领； 2. 记住呼吸与摆臂的重要性； 3. 听清游戏的要求与规则； 4. 遵守游戏规则完成游戏； 5. 积极参加 ，坚持完成游戏 。 | 1.注意力集中；  2.连续做出组合动作；  3.比赛积极认真；  4.小组沟通交流，团结协作 。   1. 完整的完成400米； 2. 跑步时 不减速，摆臂正确； 3. 遵守规则，坚持完成。 | 15’  12’ | | **活动意图说明：**通过比赛的形式让学生更好的完成运、传、投的组合练习，掌握主要的组合动作，有利于技战术能力的培养，400米耐久跑通过游戏的方式让所有学生坚持完成，不会一味的枯燥练习，提高学生兴趣的同时又增强了身体素质。 | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计**  1块篮球场、田径场、41个篮球 | | | | | | | | | | | | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长陪练），进行运、投、传综合练习，一人从底线出发运球将球传给同伴，同伴将球传回，接球后进行双手胸前投篮。  2.400米耐久跑中摆臂练习，原地摆臂。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **九、**预计负荷 | | | | 运动强度 | | | 中等 | | | | | | | |
|  | | | | 群体运动密度 | | | 60%—75% | | | | | | | |
|  | | | | 个体运动密度 | | | 68% | | | | | | | |
| **十、教学反思与改进** | | | | | | | | | | | | | | |

**第15课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种球性练习  **课中:**运、投、传综合比赛  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.运、投、传综合练习。  2.400米耐久跑原地1分钟摆臂练习 | |
| **作业目标** | 1.能连续完成运、投、传综合练习，做到衔接流畅，动作连贯。  2.能原地1分钟摆臂且手臂姿势正确。 | |
| **作业资源** | 1.教师发运、投、传综合练习与摆臂姿势视频在家长群；  2.也可通过互联网、优质课网站等学习。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **运、投、传综合练习**  1.两个同学相互练习，一人从底线出发运球将球传给同伴，同伴将球传回，接球后进行双手胸前投篮。  2.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 运、投、传综合练习 | | | | | | 完成情况 | 运球熟练，传球精准，接球稳定，投篮姿势标准。 | 运球较熟练，传球较精准，接球较稳定，投篮较姿势标准。 | 能基本完成组合练习 | 不能完成组合练习。 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  **运、投、传综合练习**  1.两个同学相互练习（或家长陪练），一人从底线出发运球将球传给同伴，同伴将球传回，接球后进行双手胸前投篮。  2.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 运、投、传综合练习 | | | | | | 完成情况 | 运球熟练，传球精准，接球稳定，投篮姿势标准。 | 运球较熟练，传球较精准，接球较稳定，投篮较姿势标准。 | 能基本完成组合练习 | 不能完成组合练习。 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **1分钟摆臂练习：**   1. 同学（家长）帮助下达口令，并计时； 2. 学生原地进行摆臂，坚持完成并保证动作姿势正确。 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟摆臂练习 | | | | | | 完成情况 | 完成1分钟摆臂且全程姿势标准 | 完成1分钟摆臂，但是中途姿势稍有变形 | 可以基本完成1分钟摆臂，摆臂姿势基本标准 | 1分钟摆臂练习姿势变形严重 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 | | **15’**  **10’**  **5’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第15课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 运、投、传综合练习 | 掌握运、投、传综合技术动作 | 运、投、传 | A/C/D/E/F | B/C/D/E | B | B/C | E |  |
| **2** | 1分钟摆臂练习 | 耐久跑摆臂练习 | 摆臂姿势 | A/B/E/F | C | A/B/C | C | E |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第16课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.篮球游戏—“劳动小能手” | |
| **课型** | | 新授课R 章/单元复习课£ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课R 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元第16课时的跨学科主题学习活动，学生可以在体育与健康课程和劳动课程相结合的情境下跨学科学习，通过模拟春种秋收的劳动场景，可以提高学生的移动性、篮球运球和传接球等基本篮球运动技能，发挥学生的协调性、肌肉力量和肌肉耐力等体能，培养学生的劳动意识和吃苦耐劳，坚忍不拔等优良品质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是跨学科主题学习活动，主要将篮球与劳动相结合，以游戏的形式贯穿课堂，学生通过模拟春种秋收的劳动场景开展与运动相关的技能挑战赛，争做劳动小能手，既提高运动技能与体能，又培养学生吃苦耐劳、遇到困难时努力克服和继续坚持学练的意志品质。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| **三、学生学情分析**  四年级的学生组织纪律性和动手能力较强，可以通过查阅资料了解我国农历二十四节气和农作物种植的关系，但是对于种植农作物的实际操作还不是很熟悉，所以需要针对农作物的种植体验加强动手能力，并且可以结合体育锻炼完成模拟春种秋收的场景，增强学生的劳动意识和劳动技能，促进学生体能发展，培养学生坚持学练的意志品质。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.学生了解我国农历二十四节气与农作物种植的相关知识，并掌握劳动技能，发展肌肉力量、肌肉耐力、协调性、位移速度和平衡能力等体能。  2.通过参加与运动相关的劳动技能挑战赛，100%的学生可以坚持不懈的完成“播种、施肥、丰收”三个环节，85%的学生可以在边“播种”时一边运球一边摆放标志桶且不掉球。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生可以正确说出我国二十四节气并在劳动技能挑战赛中动作标准，坚持不懈。（检测目标1）  2.小组能够顺利的完成“播种、施肥、丰收”三个环节，并在“播种”过程中不掉球。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | **环节一：**准备部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生；  5.检测上节课内容。  **（二）课堂导入**  1．教师提问大家是否了解农民伯伯是怎样种地的？  2.将学生分成4个小组，到达指定位置观看kt板的相关图示并讨论；  3.根据讨论的情况讲解我国农历二十四节气和农作物种植的关系；  4.教师提问：能否将农作物的种植与我们的篮球运动结合起来呢？  5.邀请学生回答举例；  6.教师引入新课，讲解本节课的要求。  **（三）热身活动**  1.持球绕篮球场慢跑两圈；  2.持球慢跑中教师发号口令1、2并及时变换高低运球；（1—低运球、2—高运球）  3.篮球的专项准备活动。 | | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐；  4.积极应对检测，认真完成。  **（二）课堂导入**  1.学生积极思考，踊跃回答；  2.分组讨论，相互交流；  3.认真听教师讲解二十四节气与农作物种植的关系；  4．发挥想象力，思考怎样将农作物的种植与篮球运动相结合；  **（三）热身活动**  1.学生积极参与，注意力集中；  2.仔细听口令，反应迅速；  3.精神饱满，变换姿势时要大声说出高运球或者低运球；  4.认真做专项准备活动。 | | 1.精气神饱满、动作快静齐；  2.认真听清教学内容与课堂要求；  1.认真思考，相互交流；  2.联系实际，发挥想象思考，积极回答。  1.精神饱满、声音洪亮；  2.注意力集中听要求和口令；  3.高低运球的动作正确；  4.专项准备活动动作舒展大方。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**新课导入中，通过让学生观看农作物的种植的图示，并讨论将其与篮球运动相结合，让学生可以尝试运用多学科知识解决问题，发展综合实践能力，热身过程中，通过持球慢跑与高低运球的转换，可以充分的达到热身目的，预防运动时的损伤，同时又很好的激活学生对篮球运动的兴趣与积极性。 | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）吹响劳动号角**  1.教师讲解农作物的种植与篮球运动如何结合；  2.将最主要的3个步骤分化为游戏的形式并告知游戏规则；  3.将学生分成4个小组，讨论如何完成游戏；  4.讲解游戏过程中的要求，每个小组只有顺利完成3个步骤才可以进入最后的“春种秋收—劳动技能挑战赛”  5.教师邀请学生一起示范练习；  6.给予鼓励，提示小组需要团结、交流、坚持等品质；  7.游戏时巡回指导，纠正错误；  8.教师小结游戏过程中的问题。  **（1）“播种”：**  每小组10人，面前有10个标志桶，每人需要先右手运球前进将10个标志桶放倒，再左手运球返回将10个标志桶立起来。  **（2）“施肥”：**  每小组10人，2人1组，1人俯撑于地面，另1人双手抬起其脚踝，进行小推车，到达标记位置后两人相互交换。  **（3）“丰收”：**  每小组10人，2人1组，组内球框有5个篮球，对面球筐里还有5个篮球，两人需要背对背挽着手臂将球夹在身后出发到达对面，将对面球框的篮球拿出一个，再夹在身后，两个人总共夹住两个球回到起点。  **（二）吹响劳动号角**  **“春种秋收—劳动技能挑战赛”**  1.教师讲解比赛规则和要求；  2.要求学生小组内可以自由分组；  3.记录比赛分数；  4.提示无论如何必须坚持到底，保持团队协作；  5.教师小结。  **比赛规则及要求：**  4个小组需要连续完成播种、施肥、丰收3个任务，中途如果出现失误则在失误地点重新开始，最终哪个小组全部完成用时最短则获胜。 | | | **学生活动二**  **（一）吹响劳动号角**  1.学生认真听教师讲解农作物种植如何结合篮球运动；  2.听游戏规则与游戏要求；  3.观看教师的讲解示范；  4.学生模仿练习；  5.小组交流讨论；  6.积极参与，鼓励配合，团结协作的完成游戏；  7.认真听教师的总结，反思问题。  **（二）吹响劳动号角**  1.学生认真听比赛规则及要求；  2.小组内自由分组，可以2人搭档较默契分为1组；  3.积极参与，认真比赛；  4.团结协作，坚持不懈完成比赛；  5.给予队友鼓励；  6.认真听教师总结，小组相互评价 | 1.认真听讲，熟悉规则要求；  2.积极模仿练习，动作正确；  3.主动与队友沟通交流怎样能完成游戏；  4.游戏中集中注意力将所学过的篮球动作运用到游戏中；  5.注意团队配合，遵守游戏规则并给予队友鼓励。  1.认真听讲，积极参与；  2.小组合作，团结一心；  3.相互鼓励，坚持到底不放弃；  4.深刻总结，认真评价 | 15’  12’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过游戏的形式模拟农作物种植的基本步骤，将篮球运动巧妙地融合，让学生体验多种劳动场景，加深对劳动人民的理解与关心，第二个比赛可以让学生通过篮球游戏坚持完成各项劳动技能任务，形成团结协作、积极向上、乐观开朗、吃苦耐劳的生活态度。 | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  **（一）放松活动**  1.腿部拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.前后同学空心拳交换敲打后背及手臂；  4.空心拳敲打自己的大腿、小腿肌肉。  **（二）总结评价**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动3**  1.学生认真跟着教师一起做放松动作；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动开动脑筋自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 1块篮球场、41个篮球、40个标志桶、8个球框、4个kt板 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1.学生利用家里的废旧矿泉水瓶在室外摆放成10米长的竖排，然后一边运球一边放倒再往返时将其立起来。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第16课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**查阅农作物种植的资料  **课中:**“春种秋收—劳动技能挑战赛”  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.学生利用家里的废旧矿泉水瓶在室外摆放成竖排，然后一边运球一边放倒再往返时将其立起来 | |
| **作业目标** | 1.动手创造情境，学会“播种”的方法；  2.通过“播种”的练习，可以加强篮球行进间运球的稳定性。 | |
| **作业资源** | 1.教师将二十四节气与农作物种植的图片和视频发送到班级微信群；  2.通过网络资源可以查看真实的农作物的种植全过程。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免毁坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **“春种秋收—劳动技能挑战赛”**  1.小组同时出发开始完成3项种植步骤；  2.小组坚持完成，认真对待，团结协作，互相鼓励帮助。  3.评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | “春种秋收—劳动技能挑战赛” | | | | | | 完成情况 | 小组完全可以坚持完成、认真对待比赛，团结协作、互相鼓励帮助 | 小组基本可以坚持完成、认真对待比赛，团结协作、互相鼓励帮助 | 小组较可以坚持完成、认真对待比赛，团结协作、互相鼓励帮助 | 小组不能坚持完成、认真对待比赛 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.学生自己动手利用废弃水瓶搭造10米长的“播种”的场景；  3.然后一边运球一边放倒再往返时将其立起来，过程中不掉球，如果掉球需要记录失误次数；  4.家长可以监督检查  5.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 折返运球放置、立起标志桶 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第16课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 查阅农作物种植资料 | 了解农作物种植 | 知道农作物如何种植 | F/M | A/B | C | A | C |  |
| **2** | “春种秋收—劳动技能挑战赛” | 完成比赛，巩固运球能力 | 学会农作物种植与篮球运动的结合 | A/B/D/E/F/L/K | C/D/E | A/B/C/D | B | E |  |
| **3** | 折返运球放置、立起标志桶 | 提高行进间运球的稳定性与协调性 | 行进间运球 | A/C/F | C/D/E | B/C | B/C | E |  |
| **4** | 障碍跑 | 发展学生的体能 | 多种方式通过各种障碍跑 | A/E/F | C/D/F | A/B/C/E/F | B/C | E |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第17课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.复习：行进间双手胸前传、接球 | |
| **课型** | | 新授课£ 章/单元复习课R 专题复习课R  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课£ 其他£ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本节课对篮球行进间双手胸前传接球的复习，主要让学生巩固加强传接球能力，知道下节课考核的方法与标准，多种传接球方式的组合练习，加强实战中运用能力，并结合体能练习，发展学生身体素质的同时增强学生练习的积极性。 | | | |
| **二、教学内容分析**  该项复习内容是在之前学习行进间击地和双手胸前传、接球的基础上再次巩固练习，通过已经建立的基础动作模式，细化动作细节，提高传接球的稳定性，做到传球快、方向准、接球牢、持球稳。并在教学中要注意培养学生互助合作、团结友爱的优良品质。 | | | |
| **三、学生学情分析**  四年级学生他们经过几节课传接球的学习和练习，对篮球的行进间传接球技术有了很大提升，所以在复习中要以考核的标准去要求指导学生，多鼓励引导学生，提升自信心。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1. 100%的学生可以熟练完成行进间双手胸前传接球。  2. 85%的学生传、接球手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生熟练地完成行进间双手胸前传接球并中途不掉球。（检测目标1）  2.学生能正确完成胸前传接球的动作并传、接球手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生；  **（二）热身练习**  1.热身跑；  2.徒手操；  3.篮球球性练习。  **（1）指尖拨球**  **（2）全身绕球**  **（3）胯下“8”字绕球**  **（4）行进间抛接球练习** | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐；  **（二）热身练习**  1.学生队伍整齐有序；  2.精神饱满，动作整齐有力；  3.认真听讲，并模仿教师动作。 | | 1.精气神饱满、动作快静齐；  1.充分活动身体各关节，为之后的练习做好保障；  2.学生集中注意力做徒手操；  3.球性练习严格按要求完成，保正动作质量。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课练习的重点内容，让学生清晰明了本堂课的大致方向。除此之外把球性练习加入到热身环节，在充分活动身体的同时，提升了球感球性。同时利用持球练习会增加学生的练习专注度，提升练习的质量，达到充分热身的目的。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）复习行进间双手胸前传接球**  1.教师组织学生复习行进间击地传接球，两人一组进行练习；  2.教师组织学生复习行进间双手胸前传接球，两人一组进行练习；  3.讲清要求以及下节课的考试标准；  4.请学生展示，重点要求传、接球的手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯；  5.分组练习，相互评价；  6.教师巡回指导，纠正错误；  7.教师组织行进间胸前传接球投篮比赛。  **比赛规则：**  将学生分为4个组，每组10人，2人1小组，从篮球场底线向另一端底线出发，使用双手胸前传接球，到达篮下时进行投篮，投中则得1分，共计2次机会，然后快速运球回到起点进行接力，规定3分钟内得分最多的小组获胜。  **（二）体能练习**  1.教师安排任务，要求学生完成体能练习；  2.讲解动作姿势；  3.教师巡视，给予鼓励。  **体能任务：**  **（1）俯卧撑2组\*12次**  **（2）仰卧起坐2组\*20次**  **（3）平板支撑2组\*40秒**  **（4）登山跑2组\*30秒** | | **学生活动二**  **（一）复习行进间双手胸前传接球**  1.学生练习时认真参与、积极主动、精神饱满；  2.队友之间相互配合、多多鼓励；  3．学生遵守比赛规则，在比赛中展示出最佳的技术水平。  1.教师讲解中，学生认真听讲，并积极模仿教师动作；  2.学生练习时要求认真参与、积极主动、精神饱满；  3.学生根据教师的要求进行体能练习，坚持完成。 | 1.强调队友之间的默契配合，要求传球准、接球稳；  2.鼓励学生不怕失败，勇往直前，不断提升自我技术水平。  1.动作姿势标准，幅度到位；  2.学生积极参与，相互鼓励，坚持完成任务 | 15’  12’ | | **活动意图说明：**  基本部分是复习行进间双手胸前传接球动作，并结合考核要求与标准再细化动作，尽量做到标准，同时游戏比赛的部分复习到投篮，也间接提高学生的学习兴趣，避免枯燥连续的练习，在比赛中也增强了队友之间的默契程度，培养了学生良好的意志品质和团结协助的精神。最后的体能部分发展学生身体素质的同时增强学生练习的积极性。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉；  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计**  1块篮球场、41个篮球、若干标志盘和标志桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1．两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成行进间双手胸前传接球，做到传、接球的手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第17课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种球性练习  **课中:**行进间双手胸前传接球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1．两个同学相互练习（或家长陪练）熟练完成行进间组合传接球，做到传、接球的手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。 | |
| **作业目标** | 1．熟练完成行进间双手胸前传接球技术动作；  2．做到传、接球的手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。 | |
| **作业资源** | 1．教师将行进间双手胸前传接球的动作视频发送到班级群；  2．也可通过互联网、优质课网站等学习行进间传接球技术。 | |
| **安全提示** | 1.在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免破坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2.在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  两人一组行进间双手胸前传接球练习  1.老师跟同学同时站在篮球场地同一边场区；  2.当教师下“开始”口令的同时两人快速的进行双手胸前传接球到场地另一侧。  3.评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间双手胸前传接球 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.两名同学（或家长）进行行进间双手胸前传接球练习；  3.监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 行进间双手胸前传接球 | | | | |  | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1次 | 2次 | 3次及以上 |  |  |  |  |  | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 让家长给学生练习时拍视频，并发送至家长群，教师通过观看视频方式检测作业。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第17课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球性练习 | 对球感的掌握 | 拨球、绕球、抛球 | E/F | B/C | A/B | A | E |  |
| **2** | 行进间双手胸前传接球 | 掌握传球、接球技术动作 | 传接球 | C/D/F | B/C/D | B | B/C | E |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第18课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.考核：行进间双手胸前传、接球 | |
| **课型** | | 新授课£ 章/单元复习课£ 专题复习课£  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他R | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本节课对篮球行进间双手胸前传接球的考核，检验学生对该技术的掌握程度，并让学生知道该技术在实战中的重要性。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课考核内容主要是将之前学习的行进间双手胸前传接球的技术动作进行检验与评价，进一步巩固技术动作，提高传接球的稳定性，做到传球快、方向准、接球牢、持球稳，并深刻认识传接球在比赛中的重要性。 | | | |
| **三、学生学情分析**  四年级学生他们经过几节课传接球的练习与复习，对篮球的行进间传接球技术有了基本的掌握与技术上的提升，所以在考核时要按照考核标准进行检验评价掌握的水平。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1. 100%的学生可以正确完成行进间双手胸前传接球的考核。  2. 90%的学生传、接球手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。 | | | |
| **四、评价任务设计**  1.学生正确完成行进间双手胸前传接球考核并中途不掉球。（检测目标1）  2.学生能正确完成胸前传接球的动作并传、接球手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。（检测目标2） | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **（一）课堂常规**  1.集合整队，清点人数；  2.师生问好，检查人数及服装；  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.检查服装，安排见习生；  **（二）热身练习**  1.热身跑；  2.徒手操；  3.篮球球性练习。  **（1）指尖拨球**  **（2）全身绕球**  **（3）胯下“8”字绕球**  **（4）行进间抛接球练习** | | **学生活动一**  **（一）课堂常规**  1.快速集合，师生问好；  2.认真听讲，明确学习的内容及要求；  3.做到：快、静、齐；  **（二）热身练习**  1.学生队伍整齐有序；  2.精神饱满，动作整齐有力；  3.认真听讲，并模仿教师动作。 | 1.精气神饱满、动作快静齐；  1.充分活动身体各关节，为之后的练习做好保障；  2.学生集中注意力做徒手操；  3.球性练习严格按要求完成，保正动作质量。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课练习的重点内容，让学生清晰明了本堂课的大致方向。除此之外把球性练习加入到热身环节，在充分活动身体的同时，提升了球感球性。同时利用持球练习会增加学生的练习专注度，提升练习的质量，达到充分热身的目的。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）复习行进间双手胸前传接球**  1.教师组织学生复习行进间双手胸前传接球，两人一组进行练习；  2.再次强调重点，要求传、接球的手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯；  5.分组练习，相互评价；  6.教师巡回指导，纠正错误。  **（二）考核**  1.教师讲解考核的要求与标准；  2.有序安排学生分组准备；  3.组织学生有序排队完成考核；  4.考核完成找教师报道进行评价。  **考核标准：**  传、接球手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。 | **学生活动二**  **（一）复习行进间双手胸前传接球**  1.学生练习时认真参与、积极主动、精神饱满；  2.队友之间相互配合、多多鼓励。   1. 学生认真听教师讲解考核的要求与标准； 2. 有秩序的排队分组； 3. 认真听教师评价。 | | 1.强调队友之间的默契配合，要求传球准、接球稳；  1.考核时不紧张，正常发挥；  2.稳定做出动作，保持心态。 | 10’  17’ | | **活动意图说明：**  考核之前的再一次复习行进间双手胸前传接球动作是为了加深对动作模式的印象，并了解考核的标准与要求，可以正确完成考核，同时也要求学生在考核时不恐惧，敢于面对检测，保持平常心态，正常发挥。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动三**  **（一）放松操**  1.手臂拉伸；  2.两人相互腰部拉伸；  3.敲打手臂肌肉；  4.腿部后侧肌群拉伸；  5.敲打大、小腿肌肉。  **（二）总结下课**  1.学生自评及自我总结；  2.教师总结及评价；  3.布置课后作业；  4.安排学生归还器材；  5.师生再见。 | **学生活动三**  1.学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2.要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3.学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1.学生认真听从教师对本节课的总结；  2.学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3.按照老师要求对器材进行归还。 | | 1.认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位  2.两人配合时，相互交流及认真严肃。  1.主动自我评价及总结；  2.认真听并记录教师布置作业。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**  放松动作环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师再进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才有效的解决课堂上出现的问题，为后续的课程内容做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计**  1块篮球场、41个篮球、若干标志盘和标志桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1．两个同学相互练习（或家长陪练）正确完成行进间双手胸前传接球，做到传、接球的手形正确、传的准接的稳，用力适当，动作协调连贯。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
|  | 群体运动密度 | | 65%—80% |
|  | 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第18课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第18课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球性练习 | 对球感的掌握 | 拨球、绕球、抛球 | E/F | B/C | A/B | A | E |  |
| **2** | 行进间双手胸前传接球考核 | 掌握传球、接球技术动作 | 传接球 | C/D/F | B/C/D | B | B/C | E |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **基本信息** | | | | | | |
| 学 科 | 体育 | | 学习领域/模块 | | 足球＋田径＋体操 | |
| 年 级 | 四年级 | | 教科书版本及章节 | | 人民教育出版社 | |
| **单元教学设计** | | | | | | |
| **单元学习主题** | | **足球、田径、体操** | | **课时数** | | **18** |
| **1.单元教学设计说明：**以“健康第一”为指导思想，结合学情分析为支架，构建单元式学习模板。坚持从学生的个性化角度出发，活化学习方法，通过多元化的教学途径激活体育课堂。为了满不同学生的个性化需求，结合足球、田径、体操的特点，本单元运用多媒体、游戏、情景、评价、合作等教学策略，旨在让学生学会足球、田径、体操基本技术，培养学生和同伴合作的能力 | | | | | | |
| 1. **单元学习目标**   （一）运动参与：通过基础知识学习，参与趣味运动学习与锻炼，体验田径和足球运动相结合的乐趣与成功。  （二）运动技能：通过足球＋田径体操的形式的练习，使学生基本掌握足球运、传、停、射技术动作。  （三）身体健康：通过练习发展学生的协调性，灵敏性，平衡性及节奏感等素质  （四）心理健康与社会适应：通过各种形式的练习，体验足球和田径体操带来的乐趣，培养学生团队合作精神、安全责任意识 | | | | | | |
| 1. **单元评价任务**   知识：  （1）对小足球活动的学习表现出较高的学习兴趣和热情  （2）能够说出一些小足球运动的动作名称和术语，如:脚背内侧踢球、脚背正面射门。  技能与体能：  （1）技能:初步掌握一些小足球基本动作，能够在游戏和比赛中遵守规则。  （2）体能:发展速度、力量、灵敏等身体素质。  学习行为和能力表现：  （1）在小足球的游戏、比赛等活动中，表现出积极主动参与的行为  （2）主动关注自己的小足球技评成绩，了解自己的进步幅度或存在的问题  （3） 能够与不同运动能力的同学共同参与小足球的练习、游戏和比赛，遇到困难勇于克服，与同伴友好相处，表现出尊重竞争对手、自觉遵守规则、服从判罚的优良品质。 | | | | | | |
| 1. **单元整体教学思路（教学结构图）**（介绍单元整体教学实施的思路，包括课时安排、教与学活动规划，以结构图等形式整体呈现单元内的课时安排及课时之间的关联。）   本单元的主题是足球，共有18课时。 | | | | | | |

**说明：**

每个单元18次课应包括：健康教育（1课时）及体育理论（1课时）+【一项球类+田径及体操】（13课时）+复习及考核（1课时）+考核（1课时）+跨学科主题学习活动（1课时）每个课时作业设计。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **四年级上期足球**  **大单元教学课时计划** | | | |
| 课次 | 主要内容 | | 涵盖内容 |
| 1 | 1. 安全教育知识 -体育课上的安全   2.游戏：击鼓传花 | | 健康教育知识 |
| 2 | 1.足球发展和起源 2.足球理论及规则 | | 体育理论知识 |
| 3 | 足球：脚背正面行进间运球  游戏：木头人 | 体操：队列队形 | 足球+体操 |
| 4 | 足球：脚内侧运球  游戏：绕物运球 | 田径：弯道跑练习 | 足球+田径 |
| 5 | 足球：脚背外侧运球  游戏：螃蟹背西瓜 | 田径：障碍跑 | 足球+田径 |
| 6 | 足球：原地脚内侧传球  游戏： 击打小怪兽 | 田径：30米快速跑 | 足球+田径 |
| 7 | 足球：复习原地脚内侧传球  游戏：夹球接力 | 田径：途中跑 | 足球+田径 |
| 8 | 足球：脚内侧停地滚球  游戏：“抢圈”游戏 | 田径：立定跳远 | 足球+田径 |
| 9 | 足球：脚背正面传球  游戏：运球射门接力 | 田径：各种方式启动跑 | 足球+田径 |
| 10 | 足球：脚内侧停空中球  游戏：贴膏药 | 田径：单手向前扔掷实心球 | 足球+田径 |
| 11 | 足球：脚背正面停球  游戏：胯下传球 | 体操：前滚翻 | 足球+体操 |
| 12 | 足球：脚内侧射门  游戏：快快集合 | 体操：跪跳起 | 足球+体操 |
| 13 | 足球：复习脚内侧射门  游戏：打鸭子 | 体操：后滚翻 | 足球+体操 |
| 14 | 足球：脚背正面射门  游戏：打沙包的游戏 | 体操：跳山羊 | 足球+体操 |
| 15 | 足球：复习脚背正面射门  游戏：折返跑比赛 | 体操：支撑跳跃 | 足球+体操 |
| 16 | 足球：运、传、停、射门复习  田径：跑、跳复习 | | 复习 |
| 17 | 足球运球射门考核  2.田径50米跑考核 | | 考核 |
| 18 | 跨学科主题“足”于“画”中  体育：足球 | | 跨学科主题学习活动 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计1** | | | | |
| **课题** | | | 1.体育安全教育  2.游戏 | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**主要让学生树立安全观念，了解安全基本常识，具备对危险的初步判断能力，掌握躲避危险和自我保护的简易方法，不断提高学生的自我安全意识、自律意识和自护能力，最大限度地预防和减少体育安全事故的发生。 | | | | |
| **2.教学内容分析：**体育运动存在着风险,体育运动安全常识的教学是让学生“加强防范，学会自护”的教育思想，通过体育运动安全常识的学习，能够增强学生的体育运动安全防范意识，掌握必要的体育运动安全防范知识与技能,提高自我保护能力。 | | | | |
| **3.学生学情分析；**学生正处在生长发育的关键时期,他们普遍存在体质较弱、运动技术较差的现象,但是一般具有依赖性强、模仿力强、好奇心强且自我约束能力差、精神不易集中的年龄特征，对于相对直观、易模仿的体育课兴趣较高。在小学生体育运动安全常识教学中，充分利用小学生的心理与学习特点，采用多种形式的课堂教学模式，培养学生养成良好的学习、思维和交流习惯。 | | | | |
| **4.学习目标叙写：**  （1）了解体育课的各项注意事项。  （2）知道体育课上各项运动的注意事项，学会一些科学锻炼身体的方法和自我保护的技能。  （3）对安全科学的锻炼身体有认识，明白体育运动要做到科学、合理、安全，有自我保护意识。 | | | | |
| 1. **评价任务设计** 2. 学生通过讨论、听教师讲解、看演示文稿能说出体育课前的各项注意事项。 3. 学生讨论各个项目有哪些注意事项，通过教师讲解能说出知道的项目注意事项。 4. 学生游戏时能说出安全知识有哪些。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | **环节一：**导入  导言:同学们有没有发现，如果在进行体育运动时一旦受伤了  是不是就无法达到我们体育的目的了?  体育课前应该注意那些事项?(演示文稿) | | **时间**  **10** | | 学生积极讨论，并回答 | | **教师活动1**   1. 引导学生自主探索:那么我们上体育课应该知道哪些注意事项? 2. 上课前的准备活动 3. 师小结: 4. 运动服:要选择宽松、弹性好的运动衣，还要选择色彩明快，吸水 5. 性好的服装。 6. 运动鞋:鞋内要平滑柔软且舒适;鞋底要有一定的厚度，有较好的 7. 弹性且防滑;鞋垫要保持干净，经常洗、晒。 8. 佩戴禁忌:不佩戴各种金属的或玻璃的装饰物，不佩戴各种发卡，不 9. 别胸针、校徽、证章等;上衣、裤子口袋里不要装钥匙、小刀、玩 10. 具等坚硬、尖锐锋利的物品。 | **学生活动1**   1. 学生讨论交流，各自发表 2. 学生讨论交流，各自发表 3. 学生讨论积极发言   4.教师在进行讲解时认真倾听 | | | 学生讨论后举例说明  对学生讲解后进行提问，学生能回答 | | **活动意图说明：**让学生明确体育课的注意事项和体育课时不能带的东西 | | | | | | **环节二：**  体育课上我们应该注意哪些事项(以各种运动项目为例)? | | **时间**  **20** | | 学生认真思考回答 | | **教师活动2**  **1**、在短跑等项目要按照规定的跑道进行，不能串跑道。  2、在进行跳高、跳远时，必须严格按体育老师的技术指导，跳跃前必须掘松沙坑并耙平，防止落地蹬伤或扭脚。背越式跳高，要备好厚度、宽度与长度符合要求的海绵包，防止落地时受伤。  3、参加篮球、足球等项目的活动时，要学会保护自己，灵巧地躲避冲撞，以免造成对身体的伤害，更不要在争抢中蛮干而伤及他人，自觉遵守竞赛的规则对于安全是很重要的。  4、在进行投掷活动时，一定要按老师的口令进行，令行禁止。如果擅自行事，就可能击中他人或者自己被击中，造成伤害，甚至发生生命危险。  5、在进行单、双杠活动时，先要检查一下器械是否完好，是否会晃动，器械下面必须备好厚度符合要求的体操垫。有条件的，在手上和杠上擦防滑的镁粉，避免手滑从杠上摔下来，使身体受伤。  6、前后滚翻、俯卧撑、仰卧起坐等垫上运动项目，在做动作时要严肃认真，不能走神，以免受伤。 | | **学生活动2**   1. 学生先小组自由讨论，请代表发言 2. 教师在进行讲解时认真倾听 3. 学生有不懂的可以提出 | | 学生能说出不同运动项目容易出现的安全问题，该怎样预防 | | **活动意图说明：**使学生对体育活动不同项目的危险有初步判断能力，并了解怎样防患危险和自我保护的简易方法 | | | | | | **环节三：**游戏：击鼓传花  游戏方法：鼓响时传花，鼓声停止时，花传到谁的手中，谁就要讲个安全小知识。  游戏规则：按顺序传 | | | **时间**  **10** | 学生明确游戏方法及规则 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、并用鼓励的话语提高学生的积极性。 | | **学的活动3**  1、学生听教师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。  4.强调安全 | | 不乱下座位，认真进行游戏，遵守游戏规则 | | **活动意图说明：**通过游戏培养了学生的反应、注意力集中能力，并给每个人都提供里一个展示的机会的机会。 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**教室、课件、手帕 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计：**   1.收集跳绳运动对身体1-2条好处  2.1 分钟跳绳共 3 组 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 低 |
| 群体运动密度 | | 低 |
| 个体运动密度 | | 低 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前：**收集体育课上1-2项运动的注意事项  **课中：**说出体育课中体育项目的注意事项  **课外(校外一小时的作业设计)：**  1.收集跳绳运动对身体1-2条好处  2.1 分钟跳绳共 3 组 | |
| **作业目标** | 1.能说出跳绳对身体的好处，掌握跳绳动作方法  2.逐步养成积极参与体育运动的兴趣。 | |
| **作业资源** | 1、教师发跳绳视频到班级群；  2、学生可通过互联网、优质课网站收集跳绳运动对身体1-2条好处。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免损坏到家电家装等；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合跳绳的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  说出体育课中体育项目的注意事项  1、教师举例讲解  2、学生先小组自由讨论  3、学生能说出不同运动项目容易出现的安全问题，该怎样预防  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行； 2. 两名同学（或家长）一人做跳绳一人计数并打表一分钟； 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟跳绳 | | | | | | 个数 | 127-137 | 115-121 | 45-108 | 45以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生可利用互联网、优质课网站收集跳绳的各种资料 2. 学生与同学（家长）交流、讨论跳绳的好处   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3′**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽取的方式，抽查学生作业完成情况。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 收集体育课上运动的注意事项 | 收集体育课上1-2项运动的注意事项 | 体育课上运动的注意事项 | 运动认知 | 记忆 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 说出体育课中体育项目的注意事项 | 了解体育课中体育项目的注意事项 | 了解体育课中体育项目的注意事项 | 运动认知 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **3** | 收集跳绳运动对身体好处 | 收集并说出跳绳运动对身体好处 | 收集跳绳运动对身体好处 | 运动认知 | 理解 | 知识习得类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** | 跳短绳 | 掌握跳短绳 | 跳短绳 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计2** | | | | |
| **课题** | | | 1.足球发展和起源  2.足球理论及规则 | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标:**   培养学生认识足球竞赛规则，知道足球比赛的裁判法，提高学生对足球运动的兴趣及对比赛的欣赏能力。通过足球竞赛规则与裁判法的理论学习，提高学生对足球竞赛规则与裁判法的理论知识的初步掌握。 | | | | |
| 1. **教学内容分析:**   以合理的体育教育手段使学生了解体育运动的规则，使学生养成良好的体育锻炼习惯，增强体质与增进健康，促进身心和谐发展，提高学生运动兴趣、及参与运动的积极性，从而提高学生的运动技能和身体素质。 | | | | |
| 1. **学生学情分析：**   四年级的小学生，他们活泼、好动、模仿能力强，但注意力容易分散。要想使学生整节课都集中精力，必须用学生感兴趣的方法授课。四年级的学生虽然接触过足球，对足球场地有一定的了解，但基本上对足球规则不是很了解。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写:**   (1)通过学习使学生掌握足球基本常识 、 足球比赛规则等理论常识方面的知识  (2)通过学习使 90%学生知道足球比赛的基本流程规则和常识  (3)在学习的过程中使学生能培养对足球--"世界第一运动”的赏美和正确的价值观 | | | | |
| 1. **评价任务设计：** 2. 学生通过视频、教师讲解能说出足球的起源国家、我国加入国际足联时间。 3. 学生讨论、教师播放PPT说出两种不同的足球场地、足球规则的不同点。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | **评价要点** | | **环节一：**  1课题引入，利用一段精彩的足球视频录像导入课题  2.讲述足球的起源  足球运动是一项古老的的运动。国际足联认为，足球运动起源于中国。在中国古代史料中曾有蹴鞠运动的记载，类似于现在的颠球。但它并不是真正的足球运动。所以在国际上认同足球起源于中国一说者很少。流行的说法认为现代足球起源于英格兰。  3、足球运动的发展史  1863年10月26日，英格兰足球协会的成立,为欧洲其他足球运动发达地区和国家作出了榜样。它的诞生，标志着足球运动的发展进入了一个崭新的时代。  1904年5月21日，国际足球协会在法国体育运动协会联盟驻地正式成立，有7个国家的代表在有关文件上签字。我国在1931年加入国际足联。  1896年，第一届现代奥运会在希腊举行时，足球就被列为正式比赛项目。1928年奥运会后国际足联召开代表会，一致通过决议,举办4年一次的世界足球锦标赛。 | | **时间**  **7** | 1.学生能初步了解足球起源   1. 了解足球运动的发展史   3.知道我国何时加入国际足联 | | **教师活动1**  1.教师提出问题  2.组织学生观看案例，并引导大家得出结论。  3.教师引导学生了解足球的发展与起源。 | **学生活动1**  1.认真听取教师的问题  2.带着问题观看案例主动思考结论，并参与讨论发言。  3.认真了解足球的起源 | | 能说出足球的起源国家 | | **活动意图说明：**通过足球视频让学生对足球产生了兴趣，并引出了足球的起源与发展，提高了学生对足球的认识 | | | | | **环节二：**十一人制场地及五人制场地（教师结合课件进行讲解）  一、十一人制比赛场地  1、标准足球场地及尺寸，长90至120米、宽45至90米。  2、球门高2.44米，宽7.32米。  3、场地边线，足球场地的边线和端线的界线宽度为13CM，且包含在比赛场内。   1. 五人制场地   1、正式赛事场地长度为 38-42 米，宽度为 18-22 米。  2、球门高度为2米，宽度为3米  3、各线宽和球门柱及球门横梁的宽度或厚度不得超过8厘米。  4、第二罚球点是离球门线中点10米，并与球门线垂直的标记点。 | | **时间**  **13** | 1. 了解十一人制足球场地 2. 了解五人制足球场地 | | **教师活动2**   1. 教师向学生提问你们知道足球多大吗？ 2. 教师播放足球场地课件，并进行讲解 3. 说说五人制足球和十一人制足球场地的不同样？ 4. 组织学生讨论   5、请学生回答并说明 | | **学生活动2**   1. 学生积极思考并回答 2. 认真观看并听教师讲解两个场地的不同   3.学生分组讨论，并积极发言 | 1.说出五人制和十一人制足球场地长宽、球门高度  2.能说出两个场地的不同 | | **活动意图说明：**观看足球场地课件，让学生认识足球场地的长宽，并了解五人制和十一人制足球场地的不同。 | | | | | **环节三：**比赛规则（PPT）   1. 十一人规则   1.球员人数:上场比赛的两个队每队队员人数不得超过11人。每队必须有一名守门名。经裁判员同意后，在比赛暂停时，替补队员可替换队员。只有在被替补队员下场后，替补队员才能上场。未经裁判员同意，任何队员不得上场或下场。  2.比赛时间:赛分两个半场，每半场各为45分钟。半场休息时间不得超过 10 分钟。  3.越位：进攻球员在没有球的状态下，站于防守一方的球门线与该进攻球员之间，若当只有一位防守球员时，进攻的球员便是处于越位位置。  4.判罚间接任意球的犯规：  比赛中守门员在本方罚球区内时:  a.以手控制球后向任何方向持球、拍球或向空中抛球再接住，行;步以上而未使球进入比赛状态。  b企图去踢守门员已接住的球  C.同队队员故意将球踢给守门员后，守门员用手触球。  d.裁判员认为由于战术上的目的，有意停顿比赛，延误)比赛时而使本队获得不正当的利益。  5.任意球:队员在本方罚球区内踢直接或间接任意球时，在球被踢出罚球区前，所有对方队员都应站在该罚球区外，并须至少距球9.15米。  6.界外球、角球：  a掷界外球的球员，必须站在边在线或边线外、两脚着地、面对球场，并用双手掷球  b.球由守方球员触及，整个球体在空中或地面，全部越出球门线时，判角球  7.犯规不正当行为：  8.黄牌：  A.比赛开始后，队员进场或重新进场加入比赛或在比赛进行中离场:意外事故除外  B.队员连续违反规则。  C.用言语或行动对裁判员的判决表示不满者。  D.有不正当行为者。  9.红牌：  a.犯有暴力行为。b.严重犯规。c.用污言秽语或进行辱骂。d.经黄牌警告后，因犯规又被给子第二次黄牌警告。   1. 五人制规则   1、球员人数:每队上场队员不得超过5名，其中一名必须为守  门员。某队场上队员少于2名时，则比赛无效。列入替补名单的替补队员不得超过7名，比赛中可随时替换场上队员，被换下场的队员可再次作为替补队员参加同场比赛，换人时队员必须在换人区进出场地。替换守门员必须在成死球时。  2、比赛时间:比赛分两个半场，每半场为20分钟。球队可在每个半场要求一次1分钟的暂停，暂停须在成死球时，队员此间不得离场。上半场休息时间不得超过 10 分钟。  3、无越位犯规。  4、判罚间接任意球的犯规:守门员用手接控同队队员回传球，包括踢界外球和用脚以外的回传，则由对方在离犯规点最近的6米线上罚间接任意球。在任何场区域，用手或脚控制球超过4秒钟。  5、任意球:一方队员罚任意球时，对方队员必须至少距离球 5米。若主罚队没能在4秒钟内将球踢出，由对方踢间接任意球，  6、累计犯规:当某队在半场时间内累计犯规5次之后，再次犯  规时，不管是何种犯规，对方罚此任意球均可直接射门得分，且防守时不得采用“人墙”。踢此任意球前，除守门员和主罚队员外，其他队员必须站在球与球门线平行和罚球区外的无形线之外，且至少离球5米。守门员必须站在己方罚球区内至少离球5米处。主罚队员必须直接射门，球踢出后，任何队员不得触球，直至球被守门员触及或由球门柱和横梁弹回或球被踢出比赛场地。   1. 踢界外球和角球:踢球前对方队员应至少离球5米。踢球时应将球放稳，并在此后4秒钟内将球踢出 2. 犯规和不正当行为:判罚直接任意球的犯规，除11人制竞赛规则规定的之外，包括铲球和合理冲撞。 | | **时间**  **20** | 1.了解十一人制足球规则  2.了解五人制足球规则   1. 对越位、红黄牌、犯规不正当行为了解认识   4.五人制和十一人制的规则不一样地方 | | **教的活动3**  1、教师向学生提问你们知道足球规则？  2、教师播放足球规则PPT，并进行讲解  3、提问五人制足球和十一人制足球规则有哪些不一样？  4、组织学生讨论  5、请学生回答并说明  6、教师进行评定 | | **学的活动3**   1. 学生积极思考并回答 2. 认真观看足球规则ppt并听教师讲解 3. 学生分组讨论，并积极发言 | 1. 学生能说出五人制规则和十一人制规则不一样的地方 2. 能说出犯规不正当行为和红黄牌 | | **活动意图说明：**学生观看PPT，让学生初步掌握足球规则，了解五人制和十一人制足球规则的不同之处。 | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计:** 教室 课件 视频 PPT | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**  1.1分钟仰卧起坐共3组  2.1 分钟跳绳共 3 组 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 低 |
| 群体运动密度 | | 低 |
| 个体运动密度 | | 低 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第2课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前：**收集足球比赛规则  **课中：**说出五人制和十一人制比赛规则有什么不一样的  **课外(校外一小时的作业设计)：**  1.1分钟仰卧起坐共3组  2.收腹跳16个，共3组 | |
| **作业目标** | 1.能说出仰卧起坐、收腹跳对身体的好处，并能熟练完成  2.逐步养成积极参与体育运动的兴趣。 | |
| **作业资源** | 1、教师发收腹跳、仰卧起坐视频到班级群；  2、学生可通过互联网、优质课网站收集仰卧起坐及收腹跳好处。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要在安全区域才能练习  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否可以进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  说出五人制和十一人制比赛规则有什么不一样的  1、教师讲解五人制及十一人制比赛规则  2、学生小组自由讨论  3、学生能说出五人制和十一人制比赛规则不一样的地方  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两名同学（或家长）一人做仰卧起坐一人帮忙压住腿  3、先练习再进行考评；   1. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟仰卧起坐 | | | | | | 个数 | 43-49 | 37-40 | 17-35 | 17以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、在空旷的地方或家里进行进行，注意周围是否安全  2、两名同学（或家长）一人做收腹跳一人计数   1. 先练习再进行打表   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽取的方式，抽查学生作业完成情况。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第2课时）** | | | | | | | | | | |
| **题号** | | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | | 收集足球比赛规则 | 收集2-3项足球比赛规则 | 收集足球比赛规则 | 运动认知 | 记忆 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | | 五人制比赛规则 | 了解五人制比赛规则 | 明确五人制比赛规则 | 运动认知 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | | 十一人制比赛规则 | 了解十一人制比赛规则 | 明确十一人制比赛规则 | 运动认知 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | | 说出五人制和十一人制比赛规则有什么不一样 | 了解五人制和十一人制规则不一样的地方 | 明确五人制和十一人制比赛规则不一样地方 | 运动认知 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **5** | | 收腹跳 | 提高下肢力量 | 收腹跳 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **6** | | 仰卧起坐 | 提高学生腰腹力量 | 仰卧起坐 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **7** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计3** | | | | |
| **课题** | | | 1. 足球：脚背正面行进间运球   2、体操：队列队形 | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**组织学生了解脚背正面运球的技术动作，教师通过讲解和完整师范技术动作，大部分学生都能够掌握脚背正面运球的动作要领，然后从脚触固定球练习、慢跑中的脚背正面运球练习。快速跑中的脚背正面运球练习和引导学生运球抬头观察练习等环节，循序渐进的帮助学生逐步学习和掌握脚背正面运球技术。 | | | | |
| **2.教学内容分析:**通过足球一脚背正面运球的教学，激发学生的参与意识和兴趣，提高学习的主动性和积极性，初步堂握所学的基础知识，发展速度、灵敏、协调等身体素质。鼓励学生要充分地相信自己的能力，自尊、自信，勇于克服困难，培养坚强的意志。在学习过程中能与同伴友好相处，团结合作，关爱弱者，尊重对手，树立良好的体育道德作风。 | | | | |
| **3.学生学情分析**  四年级的学生虽然接触过足球，但基本上没有基础，本节课为新授课，主要是让学生掌握简单的慢速的脚背正面运球技术动作，通过口诀和示范的形式，让学生头脑中形成直观的运动表象，以游戏的形式增强学生的练习兴趣，以比赛的形式巩固所学知识，提高学生的运球能力。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  （1）体验并感知运球部位，初步掌握脚背正面运球的方法  （2）通过练习培养学生正确的跑步姿势，同时改进部分学生的错误动作，发展学生各种不同快速起跑  （3）通过练习发展学生的协调性，灵敏性，及球性等素质。  （4）培养学生勇敢顽强，勇于挑战的意志品质，养成良好的竞争意识和合作精神。 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过用手感知明确正脚背的位置，再通过徒手练习过渡到持球练习，能运用正确的部位运球  （2）学生通过教师讲解示范，口令练习时动作正确，起跑时反应快速。  （3）学生游戏时遵守规则、小组团结。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | **环节一：**  一、课堂常规  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | **时间**  **7** | | 学生精气神饱满 | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | 学生快静齐 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | **环节二：**  1、脚背正面行进间运球  动作要领：跑动时身体放松前倾，重心降低，步幅小，运球脚提起时，膝关节弯曲，脚跟提起，脚面绷紧，脚尖向下，用脚背正面推拨球。  2、队列队形  立正：两脚跟靠拢并齐，两脚尖向外分开约60度；两腿挺直；中指贴于裤缝；头要正，颈要直，口要闭，下颌微收，两眼向前平视  稍息：在立正基础上左脚顺脚尖方向伸出约全脚的三分之二，两腿自然伸直，上体保持立正姿势，身体重心大部分落于右脚。  报数：站位时以高矮秩序，然后从高往低报数，每排为单位，队尾的同学大声报出他的号数，师算出总数。  3、学习三面转法  4、四面横队 | | **时间**  **23** | | 行进间运球时在自己可控制范围  精神饱满  动作轻松整齐一致 | | **教师活动2**  1.组织学生认识正脚背  2.教师示范并引导学生总结出正脚背运球的动作方法：提膝拨球跟紧球  3. 全体口令练习.教师组织学生练习，语言提示，强调重心以及触球的部位。  4、 教师巡回观察，个别纠错。  5、学生示范，集体纠错。  1、教师讲解动作要求；  3、学生根据老师的口令进行练习；  4、教师讲解并示范动作要领；  5、表扬并纠正学生动作； | | **学生活动2**  1、学生跟老师一起认识正脚背  2、学生轮换练习。由徒手模仿练习到持球练习。  3、学生分组练习  4、学生针对自己的不足，进行多次练习。  要求：练习熟练后，加快速度，并尽可能移开目光。   1. 认真听教师评价纠错。   1、学生认真听教师动作示范及讲解  2、学生根据口令进行练习  3、学生积极主动参与，认真练习，积极思考；  4、生认真观察老师的动作；  6、学生积极展示。 | | 学生能运用正确的部位运球  认真练习，相互纠正。 | | **活动意图说明:**教师组织学生对正脚背有初步的认识，再讲解示范动作强调重难点，由模仿练习过渡到持球练习，针对同学练习用了个别纠错和集体纠错 | | | | | | **环节三：**  1、游戏：木头人  游戏方法：将游戏者分为人数相等的两个队，每队分别成一路纵队，教师发令后学生才能带球出发，教师发出指令学生就不能运球，再次发出指令才能运球，第一个结束将球交给第二个，依次进行  2、放松练习  3、教师总结  4、安排归还器材  5、师生再见。 | | | **时间**  **10** | 运球在自己可控范围内 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织  下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | | 学生遵守游戏规则  认真放松 | | **活动意图说明：**通过木头人游戏学生对本节课脚背正面运球进行了一个巩固，使学生在运球的同时能注意抬头，并培养了学生团结合作的精神 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**操场 小足球40个 标志桶40个 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**   1. 两名同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成三面转法   2.两名同学相互练习（或学生与家长）能否掌握脚背正面运球 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 中 |
| 群体运动密度 | | 中 |
| 个体运动密度 | | 中 |
| 1. **教学反思与改进** | | | | |

**第3课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中：**木头人  **课外(校外一小时的作业设计)：**  1.两名同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成三面转法   1. 两名同学相互练习（或学生与家长）能否掌握脚背正面运球 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成三面转法队列队形基本技能；   2、基本掌握脚背正面运球技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚背正面运球及队列队形教学视频到班级群  2、学生可通过互联网、优质课网站学习脚背正面运球 | |
| **安全提示** | 在户外练习时，一定要在确定周围环境是否安全空旷，是否适合练习球。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  木头人   1. 学生分为人数相等的两个队，每队分别成一路纵队 2. 教师发令后学生才能运球出发，教师发出指令学生就不能运球，再次发出指令才能运球 3. 第一个结束将球交给第二个，依次进行，直到本组成员全部完成   4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 8次运球踩球次数 | | | | | | 控制住球 | 6次 | 4次 | 3次 | 0-1次 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两名同学（或家长）面对面站立一人做动作一人下口令  3、口令为：“立定”、“向左转”、“向右转”、“向后转”  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 队列队形三面转法 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1-2次 | 3次 | 3次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外地方进行；  2、学生随着家长的口令用脚背正面运球并将球控制在自己范围内，随着口令“开始”“定住”。  3、先练习再进行考评   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 脚背正面运球 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1-2次 | 3次 | 3次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   4、评价标准：  学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽取的方式，抽查学生作业完成情况。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第3课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 木头人 | 掌握运球力度 | 脚背正面运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 3-5分钟 |  |
| **2** | 队列队形 | 掌握课时中队列队形技能 | 三面转法 | 运动认知 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 脚背正面运球 | 能熟练运球并把球控制在自己范围 | 脚背正面运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计4** | | | | |
| **课题** | | | 1、足球：脚内侧运球  2、田径：弯道跑练习 | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标:**本节课着重解决学生脚内侧运球触球位置不准确问题，在教学过程中重点讲解脚触球的位置。通过循序渐进、层层深入。并通过游戏的练习方式进行练习，从而更好地促进学生学习。 | | | | |
| **2.教学内容分析:**本课采用由易到难、循序渐进的方法、让学生认识体验脚内侧运球技术作的基础上、运用了游戏、比赛等方式。大大增加了组织形式的多样性、提高学生兴趣。在教学过程中，把教学的重点放在掌握脚内侧运球的技术上，把推拨球动作的力度和控球速度确定为本课的难点。要求学生髋、膝、踝等关节要放松。要以髋、膝、踝三关节为轴。用脚内侧去推拨球。 | | | | |
| **3.学生学情分析:**本节课授课对象为水平二阶段的学生，此阶段学生身体素质和运动能力需要进一步增强，协调性和灵敏性还需要继续提高，对足球学习正是打基础时候，学生对足球知识学习的积极性较高，并且模仿能力较强。但足球基础较差，所以在教学过程中我会细致的做好示范讲解，发挥学生主体地位，多赞扬多鼓励，做好纠正和指导工作，从而促使学生更快更好的进步，培养他们的运动兴趣。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  1、通过弯道跑的练习，使学生了解弯道跑的原理。  2、使70%以上的学生正确熟练的掌握足球脚内侧运球的基本方法，培养学生对足球的兴趣。  3、通过练习发展学生的协调性，灵敏性，平衡性及节奏感等素质。  4、培养学生吃苦耐劳，不怕苦、不怕累、勇往前进的精神 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过挑战螃蟹紧贴标志盘练习，能正确的掌握脚内侧运球动作要领。  （2）学生通过摆臂辅助练习，弯道跑时手臂动作正确。  （3）通过游戏练习对学生技术动作的掌握情况做了简单的测试、让学生明自自己的不足与进步的方向。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | **环节一：**  一、课堂常规  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | **时间**  **7** | | 学生精神饱满，积极热身 | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | 学生快静齐，  认真热身 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | **环节二：**  **1、**脚内侧运球  动作技术：运球时支撑脚稍向前跨，踏在球的前侧方，膝关节稍弯，上体前倾并向里转，随着身体向前移动，运球脚提起，用脚内侧推球后中部  要求：教师用口令指挥，调动队伍，组织学生进行练习。合理把握好运球的时机  **2、**弯道跑练习  动作要领：  上体：身体稍向内倾斜  摆臂：右臂后摆偏向右后，左臂摆动肘靠体侧，有弊摆动幅度大于左臂。  腿：右腿前摆稍向内，左腿前摆稍向外。  脚：右脚前脚掌偏向内侧，左脚前脚掌偏向外侧。 | | **时间**  **23** | | 学生脚内侧运球触球部位  用力的程度重心下降  起跑反应快、途中 跑频率高  重心平稳，两臂配合协调 | | **教师活动2**  1.自主体验，同学们每人一球在规定范围尝试运球  2.教师讲解动作要领并完整的示范动作  6.教师提问“刚才老师用哪里触球的？”  7.“今天我们挑战螃蟹紧贴标志盘”教师讲解练习方法与要求  8.挑选学生试炼  9.教师增加难度绕两个标志盘练习  10.教师巡视指导对错误动作及时纠正  11.教师再次讲解示范动作，强调重难点  12.身高差不多的两个人一组，一人当稻草人双手平举，一人用脚内侧运球从另一人腋下穿过，重心下降  13.教师巡视，对个别学生进行纠错  14.每人一球，发令后，第一个用脚内侧绕标志盘运球，运完一圈返回下一个同学再开始，依次进行，先完获胜  1、教师讲解示范弯道时摆臂和倾斜身体的要点  2、指导学生原地摆臂练习  3、用鞋底的触底部位说明脚底的主要受力部位两脚用力有不同  4、 指导学生分组沿圆型做中等速度和快速度的跑的练习(跑的越快倾斜越大)  5、让不同学生做对比示范  6、教师纠错、并讲解内外侧摆臂弧度一样大小的问题  7、指导学生改进动作分组练习再比赛 | | **学生活动2**   1. 学生在规定范围自由尝试运球   2学生认真观察并听教师的示范与讲解。   1. 学生观察思考回答 2. 学生认真听教师讲解练习方法 3. 学生拿标志盘进行练习 4. 个别学生展示   7.增加难度后练习  8.在教师的指导下纠正错误动作，认真练习。  9.学生认真观察教师的动作  10.认真听教师讲解练习方法与要求  11.学生认真练习  12.小组进行比赛，遵规则  1、听教师讲解、看示范了解摆臂和倾斜身体的方法  2、原地摆臂练习  3、观看展示并学习弯道跑动作  4、中等速度较快速度弯道跑练习  6、听讲易犯错误，观看同学示范后练习 | | 学生能正确的掌握动作要领  弯道跑正确的摆臂动作  脚的用力不同  跑得速度 | | **活动意图说明：**通过学生自主体验，激发学生兴趣，对脚内侧运球有初步探求欲。在教师讲解并示范后，学生进行小组训练，培养合作意识的同时，解决脚内侧运球重难点。学生通过在教师讲解并示范后，进行辅助练习解决了弯道跑的重难点，通过小组训练及比赛，培养合作意识的同时激发了学生的竞争心。 | | | | | | **环节三：**  1、游戏：绕物运球  游戏方法：分成四组，障碍物分四条纵列摆放，听到开始后出发，以S型线路绕障碍物进行脚内侧运球，运球在变向时稍减速，并且身体内倾，降低重心，运到终点第二位同学才能出发，哪一组全部人员先完成才算胜利。  2、放松练习  3、教师总结  4、安排归还器材  5、师生再见。 | | **时间**  **10** | 遵守游戏规则  认真听游戏方法 | | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织  下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | 游戏运球时的触球部位、重心  练习时的组织  学生遵守游戏规则  认真放松 | | | **活动意图说明：**通过绕物运球的游戏学生对本节课脚内侧运球进行了一个巩固，并发展了学生的下肢力量及协调，培养了学生团结合作的精神 | | | | | | | | | |
| 1. **场地与器材设计**操场、小足球40个、背心30件、标志盘20个 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计**   1.学生（家长监督）用水瓶或其他物品代替标志物用脚内侧运球  2.弯道跑辅助练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 高 |
| 群体运动密度 | | 中 |
| 个体运动密度 | | 高 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第4课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中：**绕物运球  **课外(校外一小时的作业设计)：**  1.学生（家长监督）用水瓶或其他物品代替标志物用脚内侧运球  2.弯道跑辅助练习 | |
| **作业目标** | 1. 通过练习使学生能初步掌握脚内侧运球技术要领   2.初步了解并掌握弯道跑技术 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚内侧运球和弯道跑视频到班级群；  2、学生可通过互联网、优质课网站学习脚内侧运球。 | |
| **安全提示** | 在户外练习时，一定要在确定周围环境是否安全空旷，是否适合练习球。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  绕物运球   1. 分成四组，障碍物分四条纵列摆放 2. 听到开始后出发，以S型线路绕障碍物进行脚内侧运球，运球在变向时稍减速，并且身体内倾，降低重心 3. 运到终点第二位同学才能出发，哪一组全部人员先完成才算胜利。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 8个障碍物 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1-2次 | 2-3次 | 3次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、每个障碍物间隔2米（6个障碍物）摆成“S”字形  3、学生用脚内侧运球绕标志，家长在旁监督  4、先练习再考评   1. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 6个障碍物 | | | | | | 失误 | 0 | 1 | 2 | 3以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行 2. 辅助弯道跑练习 3. 评价  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 高抬腿 | | | | | | 个数 | 100以上 | 70-90个 | 50-60个 | 50以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽取的方式，抽查学生作业完成情况。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第4课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 绕物运球 | 掌握力度 | 脚内侧运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 3-5分钟 |  |
| **2** | 脚内侧运球绕障碍 | 掌握触球部位 | 脚内侧运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 高抬腿 | 提高下肢、频率 | 高抬腿 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计5** | | | | |
| **课题** | | | 足球：脚背外侧运球  田径：障碍跑 | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**脚背外侧运球是运球技术中最基础的方式，一般运用在直线运球和改变运球方向、路线的技术，对于学生力度很难控制，需要要反复练习能找到感觉，因此要用口诀化的讲解和教师的分解示范，解决脚背外侧运球技术要点，还利用足球进行比赛游戏，增加学生练习兴趣，提高练习的效果。 | | | | |
| **2.教学内容分析:**脚背外侧运球是足球运动中的基本内容之一，能够较好地发展学生奔跑 跳跃、灵敏、反应、协调等能力，培养学生参与足球活动的兴趣和意识。通过本课的教学让学生进一步熟悉球性，体验和学习足球的基本动作和方法技能，感受活动和比赛的乐趣，发展学生的下肢力量、奔跑能力 、灵敏等身体素质，促进学生身心健康发展。 | | | | |
| **3.学生学情分析：**学生基本具备了独立思考、判断、概括等能力，在身体锻炼中也具备了基本运动能力，身心发展渐趋成熟，足球是他们所喜爱的一项运动，有一定基础，学生对运球的练习特别感兴趣。教学中我认为要让学生把动体与动脑很好地结合起来，给学生提供创造性应用所学动作的机会，从而进一步加强教学效果。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  （1）通过过障碍物教学，使学生初步掌握障碍跑的方法，提高学生过障碍能力  （2）使90%以上的学生正确熟练的掌握足球脚背外侧运球的基本方法，培养学生对足球的兴趣。  （3）通过练习发展学生的协调性，灵敏性，平衡性及节奏感等素质。  （4）培养学生吃苦耐劳，不怕苦、不怕累、勇往前进的精神 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过教师讲解示范，自己的思考探索，明确了触球部位并能正确运用脚背外侧运球。  （2）学生通过教师提问、讲解示范、分组练习，可以正确掌握障碍跑的动作方法。  （3）通过游戏锻炼了上下肢力量，学生游戏遵守游戏规则，按要求进行游戏。 | | | | |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | | **环节一：**  一、课堂常规  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | **时间**  **7** | | 学生精神饱满  积极认真热身 | | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | 学生积极热身  快静齐 | | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | | **环节二：**  **1、**脚背外侧运球  动作技术：**运球跑动时身体自然放松，上体稍前倾，两臂屈肘自然摆动，歩幅稍小。.** 运球脚提起，膝关节微屈，脚跟提起，脚尖稍内转。. **在迈步前伸着地前，用脚背外侧推拨球。.**  重点：触球部位  难点：用力的程度  **2、**障碍跑  动作要领：踏:单脚踏，摆动腿屈提，膝上障碍物，  跨:踏跳点的 挑选，摇摆腿高抬向前跨步;  钻:降低重心，低头，和谐连贯;  绕:降低重 心，外侧脚的内侧着地;  重点:踏的重心前移，跨的抬腿，钻的身体协调协作，绕的外侧脚的脚内侧前着地;  难点：灵活运用踏、跨、钻、绕技术动作 | | **时间**  **23** | | 触球部位准确、力量适当  明确触球部位  重心前移、身体协调协作、着地点 | | | **教师活动2**   1. 教师讲解动作要领和重难点 2. 先做完整动作示范再分解动作示范，使学生建立动作概念。 3. 教师提出寻找怎样才能控制运球的力度方向 4. 教师组织学生集体练习再分组进行练习   5、教师巡回观察，个别纠错。  6、教师对练习进行有针对的讲解示范  7、组织学生再次练习  4、学生示范，教师评定。  1、老师提问:假如跑步时，前面有个石板  或小沟，你该怎么办?  2、教师边讲解边示范动作，并强调动作重难点，先做完整动作示范再慢动作示范，使学生建立动作概念。  3、教师组织学生先做徒手练习在分组练习  4、教师巡回观察，个别纠错。  5、教师再进行集体讲解  6、分组练习  7、请同学进行展示，集体评定 | | **学生活动2**   1. 学生认真听、看教师讲解及示范 2. 牢记动作要点 3. 思考问题，积极回答 4. 听口令模仿练习 5. 两人一组分组练习 6. 注意易犯错误   再次练习后观察示范的同学动作   1. 同学积极讨论尝试   2、学生认真听、看教师讲解及示范  3牢记动作要点  4、进行徒手练习   1. 分组练习 2. 再次练习后观察示范的同学动作 | | 明确脚背外侧运球正确的动作要领  学生可以正确掌握障碍跑的动作方法  练习过程认真程度 | | | **活动意图说明：**教师讲解示范动作强调重难点，再分解动作示范，让学生初步认识动作，学生从模仿练习过渡到持球练习，学生进行小组训练，培养了合作意识。通过提问调动学生的积极性与参与度，教师再进行讲解与示范强调重难点，学生进行小组练习，培养了合作意识 | | | | | | | **环节三：**  1、游戏：螃蟹背西瓜  游戏方法：每人一个球，将球放在自己肚子上，手脚并用将球送回足球框，跑回来后第二位同学依次进行，看哪组同学最快。  规则：球中途掉落将球捡起。  2、放松练习  3、教师总结  4、安排归还器材  5、师生再见。 | | | **时间**  **10** | | 学生认真听方法、遵守规则 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织  下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | | | 游戏过程的组织纪律  学生遵守规则 | | **活动意图说明：**通过游戏锻炼了学生的上下肢力量及协调，培养了学生遵守游戏规则意识和团结合作的精神 | | | | | |   **6.学习活动设计** | | | | |
| **7.场地与器材设计：**操场、足球40、标志桶20、障碍栏架20 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计：**   1.学生（家长监督）用水瓶代替标志物用脚背外侧绕障碍物  2.障碍跑辅助练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 高 |
| 群体运动密度 | | 中 |
| 个体运动密度 | | 高 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第5课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中：**螃蟹背西瓜  **课外(校外一小时的作业设计)：**  1.学生（家长监督）用水瓶代替标志物用脚背外侧绕障碍物  2.障碍跑辅助练习 | |
| **作业目标** | 1通过练习使学生能初步掌握脚背外侧运球技术要领  2.初步了解并掌握障碍跑技术 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚背外侧运球和障碍跑辅助练习视频到班级群；  2、学生可通过互联网、优质课网站学习脚背外侧运球。 | |
| **安全提示** | 在户外练习时，一定要在确定周围环境是否安全空旷，是否适合练习球。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  螃蟹背西瓜  1、学生分为人数相等的四个队，每队分别成一路纵队  2、每人一个球，将球放在自己肚子上，手脚并用将球送回足球框  3、跑回来后第二位同学依次进行，看哪组同学最快。   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 螃蟹背西瓜 | | | | | | 失误次数 | 0-1次 | 2次 | 3次 | 3次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   4、评价标准  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、每个障碍物间隔2米（6个障碍物）摆成“Z”字形  3、学生用脚背外侧运球绕标志，家长在旁监督  4、先练习再考评  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 6个障碍物 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 1-2次 | 3次 | 3次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间在家或较为空旷户外地方进行；  2、障碍跑辅助练习  3、先练习再进行考评  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟弓步跳 | | | | | | 弓步跳 | 110-120 | 90-110 | 60以上 | 60以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽取的方式，抽查学生作业完成情况。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第5课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 螃蟹背西瓜 | 提高学生上肢、协调 | 螃蟹背西瓜 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 3-5分钟 |  |
| **2** | 脚背外侧运球 | 掌握运球力度与触球部位 | 脚背外侧运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 弓步跳 | 掌握障碍跑辅助练习 | 弓步跳 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计6** | | | | |
| **课题** | | | 足球：原地脚内侧传球  田径：30米快速跑 | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**建立正确的脚内侧传球动作，安排具有针对性的辅助练习，上步用脚内侧踢固定球，使学生形成正确的传球技能，再通过游戏，激发学生的锻炼兴趣，促进学生对脚内侧传球技术动作的掌握，充分运用评价鼓励、激励、建议的作用，提升学生学习的自信心，使学生在充满欢乐中学习 | | | | |
| **2.教学内容分析：**脚内侧传球是足球传球方式之一，在足球比赛中运用非常广泛，内侧传球触球面积大，容易控制出球方向，其要点是支撑脚的位置和脚触球的部位。通过练习，可以提高学生下肢力量，发展灵敏素质,培养学生学习足球的兴趣和足球意识。 | | | | |
| **3.学生学情分析：**足球是学生比较喜欢的一个体育项目，也是小学体育教材的重要组成部分。它对发展学生的柔韧。协调、力量等身体素质有着显著的效果。本次授课内容是脚内侧传球，授课对象是小学四年级学生，他们对足球属初步接触，正处在学习球类运动的启蒙阶段。培养对球类运动的兴趣很重要。因此，在教学中要尽可能多的创造条件让学生接触球。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  （1）通过练习培养学生正确的跑步姿势，同时改进部分学生的错误动作，发展学生快速跑、以 及多种急转、躲闪的能力。  （2）通过学习使学生掌握脚内侧传球的动作技术，提高传球的精准度。  （3）通过各种形式的练习，培养学生团队合作精神、安全责任意识，并在合作中共同提高。 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过教师示范、分解讲解、辅助练习，模仿到持球练习，解决了支撑脚位置击球部位问题，正确掌握脚内侧传球的动作方法。  （2）学生通过教师提问、讲解示范、分组练习，可以正确掌握30米加速跑的动作方法。  （3）游戏遵守规则，按要求进行。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | **环节一：**  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | | **时间**  **15** | 学生精神饱满  热身认真 | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | 学生快静齐  热身认真 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | **环节二：**  1、原地脚内侧传球  动作要领：支撑脚站在球的侧面约15cm处，脚尖正对出球方向，膝关节微屈。踢球腿大腿带动小腿由后向前摆动，触球前脚内侧部位平面与出球方向垂直，脚底与地面平行，踝关节紧张使脚型固定，击球后身体跟随移动，髋关节向前送。  A，踢球部位模仿练习  B.踢固定球  C.两人一球，一人用脚底挡球，另一人做脚内侧摆腿练习  2、30米快速跑  动作要领：采用自然站立 式起跑，起跑后两脚用力快速充分后蹬，摆动腿积 极向前摆动，髋部前送；两臂以肩为轴积极前后摆动，放松而有力；上下肢协调配合，以最快速度跑完全程。 | | | **时间**  **23** | 支撑脚位置 击球部位正确  起跑反应快、频率高  重心平稳，两臂配合协调 | | **教师活动2**  1.教师讲解示范动作在踢球瞬间支撑脚的选位、脚离球的距离、脚触球的部位、脚触球瞬间的脚型等区别，引导学生明确各动作要点，建立正确的动作概念。  2.教师语言提示下，学生做原地踢球的模仿动作，分别体会支撑脚的选位、摆腿的方向、正确的脚型等。  3.两人一组，踢固定球练习：一人踩踏住球，另一人做轻踢球的触球动作练习，进一步体会支撑腿的选位和脚触球的部位。教师语言提示与巡回指导。  4.组织学生相隔3-5米练习  5.教师巡回指导与提示。  6.请学生展示，教师点评  1、教师提问:同学们你们谁知道现在短跑100米世界冠军是谁吗?  2、老师讲解示范动作要领  3、强调重点 ，突破难点  4、学生分组进行练习  5、教师注意观察学生动作，发现错误个人或整体及时纠正。  6 学生再次分组练习  7、优秀学生示范，教师评价 | | | **学生活动2**  1.学生观察、听教师讲解示范，回答问题  2、学生徒手模仿练习到持球练习。  3、学生分组练习  4、学生针对自己的不足，进行多次练习。  要求：练习熟练后，拉开距离练习   1. 观察展示的同学动作   6.认真听教师评价纠错。  1、学生积极思考并回答  2、学生认真观察示范动作，并结合示范动作理解动作要领  3、学生认真练习，掌握动作要领  4、及时纠正错误  5、大胆展示，积极参与 | 明确脚内侧传球的动作要领及重难点  前脚掌着地，快速充分后蹬  练习时学生认真参与，积极练习 | | **活动意图说明**：教师讲解示范让学生初步明确动作要点，通过无球模仿练习体会动作，再踢固定球解决了脚内侧传球重难点。通过提问引起学生的兴趣，活跃了课堂，再进行动作要领讲解示范，分组练习让学生互相帮助 | | | | | | **环节三：**  1、游戏：击打小怪兽  游戏方法:听到口令后，第一个同学运球到横线前用脚内侧射门中标志桶，射完排到队尾，下一个同学依次进行，射到桶得2分，射入大门得1分，得分最多分队获胜。  2、放松练习  3、教师总结  4、安排归还器材  5、师生再见。 | | **时间**  **10** | | 用脚内侧进行射门 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织  下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | 学生遵守游戏规则，组织良好  用规定的动作进行射门 | | **活动意图说明：**通过游戏巩固了本节课脚内侧传球的精准度，发展了学生下肢力量，培养了学生团结协作精神 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**：操场、足球40个、标志桶40个 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1.家长与学生相互练习，两人相距3-5米对传球练习  2.快速跑辅助练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 高 |
| 群体运动密度 | | 中 |
| 个体运动密度 | | 中 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第6课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中：**击打怪兽  **课外(校外一小时的作业设计)：**  1.家长与学生相互练习，两人相距3-5米对传球练习  2.快速跑辅助练习 | |
| **作业目标** | 1通过练习使学生能初步掌握脚内侧传球技术要领  2.初步了解并掌握快速跑技术 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚内侧传球及快速跑教学视频到班级群  2、学生可通过互联网、优质课网站学习脚内侧传球 | |
| **安全提示** | 在户外练习时，一定要在确定周围环境是否安全空旷，是否适合练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  击打小怪兽   1. 听到口令后，第一个同学运球到横线前用脚内侧射门中标志桶，射完排队尾，下一个同学依次进行，每人进行3次 2. 射到桶得2分，射入大门得1分，得分最多分队获胜。   3、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 脚内侧打点 | | | | | | 分数 | 6 | 4-5 | 2-3 | 2分以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、家长与学生面对面站立，两人相距3-5米传球  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10脚内侧传球 | | | | | | 失误 | 1次 | 2次 | 3次 | 3次以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外地方进行；  2、快速跑辅助练习  3、先练习再进行考评   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 登山跑 | | | | | | 个数 | 70次 | 60次 | 40-50次 | 40次以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   4、评价标准：  学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽取的方式，抽查学生作业完成情况。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第6课时）** | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 击打怪兽 | 掌握传球准确度 | 脚内侧传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 3-5分钟 |  |
| **2** | 两人脚内侧传球 | 掌握传球力度准确度 | 脚内侧传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 登山跑 | 掌握快速跑辅助练习 | 登山跑 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计7** | | | | |
| **课题** | | | 1. 复习脚内侧传球  2.田径：途中跑 | |
| **课型** | | | 新授课 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**本课以分组练习，游戏等形式进行教学，通过设疑――探疑――释疑等环节，使学生逐步掌握脚内侧传球的方法，并乐于参与到足球运动中来，为终身体育打下坚实的基础。 | | | | |
| **2.教学内容分析：**脚内侧传球技术是足球运动――的基本技术动作之一。足球运动是个集体项目，需要球在队员之间不断运行，脚内侧传球技术的掌握情况将对足球比赛的攻防形势造成直接影响。本课授课对象是在足球游戏的学习上已经具有一定―的技能基础的，教学内容以熟悉球性和游戏类练习为主，以此来提高学生的学习兴趣和足球实战能力。 | | | | |
| **3.学生学情分析；**学生正处在生长发育的关键时期,他们普遍存在体质较弱、运动技术较差的现象,但是一般具有依赖性强、模仿力强、好奇心强且自我约束能力差、精神不易集中的年龄特征，对于相对直观、易模仿的体育课兴趣较高。在小学生体育运动安全常识教学中，充分利用小学生的心理与学习特点，采用多种形式的课堂教学模式，培养学生养成良好的学习、思维和交流习惯。 | | | | |
| **4.学习目标叙写：**  1、认知目标:进一步建立脚内侧传球技术球动作概念。  2、技能目标:巩固提高脚内侧踢球技术动作和对球的控制能力、支配能力，发展灵敏、速度耐力等身体素质。  3、情感目标:通过各种形式的练习，培养学生团队合作精神、安全责任意识，并在合作中共同提高。 | | | | |
| 1. 评价任务设计：从教学实施来讲教学过程 从教学效果来讲 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | **评价要点** | | **环节一：1.慢跑**  2、有球热身活动学生分成两组练习①两人正面双手抛球②两人背面双手抛球③两人传踢球 | | **时间**  **10** | | 学生积极讨论，并回答 | | **教师活动1**   1. 组织四列横队站 2. 教法教师在队列前进行口述 3. 要求:声音洪亮 4. 安全性教育   5. 指挥带领学生成散点绕场跑,逆时针方向  二、要求:  1、活动各个关节  2、动作规范  3、体会动作，动作一致 | | 学生活动1  一、组织:散点  、要求:坼清口令·  反应迅速。  一、组织:  ×××××××  ×××××××  ×××××××  ×××××××  A  二、要求:动作舒展大  方充分活动 | | 学生讨论后举例说明  对学生讲解后进行提问，学生能回答 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤。 | | | | | | **环节二：**  原地脚内侧传球  动作要领：支撑脚站在球的侧面约15cm处，脚尖正对出球方向，膝关节微屈。踢球腿大腿带动小腿由后向前摆动，触球前脚内侧部位平面与出球方向垂直，脚底与地面平行，踝关节紧张使脚型固定，击球后身体跟随移动，髋关节向前送。  重点：支撑脚位置  难点：击球部位正确  田径：途中跑  动作要领:大腿前摆要积极，大、小腿自然折叠，用前脚掌着地,后蹬充分有力。重点:前脚掌扒地，后蹬有力，摆臂协调  难点:快速跑动作自然，摆动腿向前上方抬起，腿臂的配合 | 1. 生仔细观察老师的动作示范，并进行模仿练习 2. 生自主练习   时间  20′ | | | 学生认真思考回答  找准击球点 | | **教师活动2**  一、组织:全班两人一组，每组一球，两列横队，相距五米  二、教法:  1、解说脚内侧传球．  2、教师示范  3、师生对比练习，引导学生发现问题  3、组织专项练习  (1)弓步走(2）小步跑(3)高抬腿跑 | | **学生活动2**  1、练习方法:两人一组，每组一球，相距5-8米练习  2、要求:认真听讲解,仔细观察教师示范,  3、明确支撑脚站位。 | | 学生认真练习、互相点评 | | **活动意图说明：** 基本掌握脚内侧传球和途中跑技术 | | | | | | **环节三：**  一、游戏：夹球接力  二、放松练习  1.慢走抖腿。  2．原地坐下、揉腿，并播放音乐。  三、课堂总结  四、收还器材  五、宣布下课 | | | **时间**  **10** | 学生明确游戏方法及规则 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、并用鼓励的话语提高学生的积极性。  4.教师播放音乐，带领学生做放松练习。  5.课堂总结。  6.安排学生收还器材。  7.师生再见。 | | **学的活动3**  1、学生听教师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。  4.强调安全  6.身心放松，跟教师一起做放松活动。  7.静听教师总结。  8.值日生收还器材。  9.师生再见**。** | | 不乱下座位，认真进行游戏，遵守游戏规则 | | **活动意图说明：**  通过游戏培养注意力集中能力，并给每个人都提供里一个展示个人才艺的机会。 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**足球 标志桶 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计**：   1.家长与学生相互练习，两人相距5-8米对传球练习  2.途中跑辅助练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 中 |
| 群体运动密度 | | 低 |
| 个体运动密度 | | 中 |
| 1. **教学反思与改进** | | | | |

**第7课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中：**夹球接力  **课外(校外一小时的作业设计)：**  1.家长与学生相互练习，两人相距5-8米对传球练习  2.途中跑辅助练习 | |
| **作业目标** | 1通过练习使学生能基本掌握脚内侧传球技术要领  2.初步了解并掌握途中跑技术 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚内侧传球及途中跑教学视频到班级群  2、学生可通过互联网、优质课网站学习脚内侧传球 | |
| **安全提示** | 在户外练习时，一定要在确定周围环境是否安全空旷，是否适合练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  夹球接力   1. 每组队员，分为四组，用双腿夹球 2. 夹球队员所夹球在跳动过程中不得落地，如落地必须在原地把球重新夹好方能继续前进.   3、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 夹球失误次数 | | | | | | 失误次数 | 0－3 | 4－6 | 6－8 | 8－10 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、家长与学生面对面站立，两人相距5-8米传球  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 连续脚内侧传球 | | | | | | 连续次数 | 8次以上 | 6－8次 | 5－6次 | 5次以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外地方进行；  2、途中跑辅助练习  3、先练习再进行考评   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 高抬腿 | | | | | | 个数 | 100 | 90－70 | 60－50 | 50次以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   4、评价标准：  学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽取的方式，抽查学生作业完成情况。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第7课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 夹球接力 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 夹球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能发展类 | 课中 | 3-5分钟 |  |
| **2** | 两人脚内侧传球 | 熟练掌握脚内侧传球 | 脚内侧传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 高抬腿 | 掌握途中跑辅助练习 | 高抬腿 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计8** | | | | |
| **课题** | | | 1. 脚内侧停地滚球  2.田径：立定跳远 | |
| **课型** | | | 新授课 √ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**根据小学生对足球有新鲜感、好学的身心特点，我确定了以“脚内侧接地滚球”为教材。本课以分组练习，游戏等形式进行教学，通过设疑――探疑――释疑等环节，使学生逐步掌握脚内侧传球的方法，并乐于参与到足球运动中来，为终身体育打下坚实的基础。 | | | | |
| **2.教学内容分析：**脚内侧接地滚球技术是足球运动――的基本技术动作之一。足球运动是个集体项目，需要球在队员之间不断运行，脚内侧接地滚球技术的掌握情况将对足球比赛的攻防形势造成直接影响。本课授课对象是在足球游戏的学习上已经具有一定―的技能基础的，教学内容以熟悉球性和游戏类练习为主，以此来提高学生的学习兴趣和足球实战能力。 | | | | |
| **3.学生学情分析；**学生正处在生长发育的关键时期,他们普遍存在体质较弱、运动技术较差的现象,但是一般具有依赖性强、模仿力强、好奇心强且自我约束能力差、精神不易集中的年龄特征，对于相对直观、易模仿的体育课兴趣较高。在小学生体育运动安全常识教学中，充分利用小学生的心理与学习特点，采用多种形式的课堂教学模式，培养学生养成良好的学习、思维和交流习惯。 | | | | |
| **4.学习目标叙写：**  1、认知目标:进一步建立脚内侧踢、停球技术球动作概念。  2、技能目标:巩固提高脚内侧踢、停球技术动作和对球的控制能力、支配能力，发展灵敏、速度耐力等身体素质。  3、情感目标:培养学生勇敢、机智、果断、胜不骄、败不馁的优良品质和团结一致、密切配合的集体主义精神。 | | | | |
| 1. 评价任务设计：从教学实施来讲教学过程 从教学效果来讲 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | **评价要点** | | **环节一：1.慢跑**  2、有球热身活动学生分成两组练习①两人正面双手抛球②两人背面双手抛球③两人传踢球 | | **时间**  **10** | | 学生积极讨论，并回答 | | **教师活动1**   1. 组织四列横队站 2. 教法教师在队列前进行口述 3. 要求:声音洪亮 4. 安全性教育   5. 指挥带领学生成散点绕场跑,逆时针方向  二、要求:  1、活动各个关节  2、动作规范  3、体会动作，动作一致 | | 学生活动1  一、组织:散点  、要求:坼清口令·  反应迅速。  一、组织:  ×××××××  ×××××××  ×××××××  ×××××××  A  二、要求:动作舒展大  方充分活动 | | 学生讨论后举例说明  对学生讲解后进行提问，学生能回答 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤。 | | | | | | **环节二：**学习脚内侧停地滚球  动作要点:支撑脚脚尖正对来球，接求腿大腿外展，脚尖微翘，脚底与地面平行，脚内侧迎球  田径：立定跳远  动作要领:  两脚自然左右开立，上体稍前倾，两臂前后摆动各一次，两腿配合作自然弹性屈伸，然后两臂用力向前上方摆.用力蹬地,迅速向前上方跳出，落地时以脚跟先着地。  重点:向前上方摆臂迅速有力，蹬地收腿。  难点:动作连贯，蹬摆配合。 | **时间**  **20** | | | 学生认真思考回答 | | **教师活动2**  **一**、组织:全班两人一组，每组一球，两列横队，相距五米  二、教法:  1、解说脚内侧接地滚球．  2、教师示范引导学生情景投入，学练本领1组织学生尝试练习  3、师生对比练习，引导学生发现问题  4、教师讲解示范，提出重难点。  5、学生做一、二、三“三拍法"的摆臂练习。  6、学生做摆臂向上跳起的练习  7、在教师的指导下做摆臂向前上方跳跃的练习。  8、教师指出易犯错误，并进行纠正。  9、学生进行对比练习，分组练习**。** | | **学生活动2**  1、练习方法:两人一组，每组一球，一人用脚内侧传地滚球,另一人用脚内侧接球，然后再用脚内侧接球，然后再用脚内侧传球，两人频频练习练习队型:同上  2、要求:认真听讲解,仔细观察教师示范,   1. 明确支撑脚站位。   1、跳上折叠的垫子2、跳过折叠的垫  2、跳过打开的垫子  3、同学将垫子折叠放在外圈同学垫子的中间，内外圈同学二人组成练习小组练习。 | | 学生能说出不同运动项目容易出现的安全问题 | | **活动意图说明：** 基本掌握脚内侧接地滚球和立定跳远技术 | | | | | | **环节三：**  一、游戏：夹“抢圈”游戏  游戏方法:将学生分为5人一组，每组一名同学负责抢球，其余四人通过运球、传球使球在四人中传递，不被抢到。游戏在5\*5米的正方形内进行。如果被抢到，则丢球人与抢球人角色互换，游戏继续行。  二、放松练习  1.慢走抖腿。  2．原地坐下、揉腿，并播放音乐。  三、课堂总结  四、收还器材  五、宣布下课 | | | **时间**  **10** | 学生明确游戏方法及规则 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、并用鼓励的话语提高学生的积极性。  4.教师播放音乐，带领学生做放松练习。  5.课堂总结。  6.安排学生收还器材。  7.师生再见。 | | **学的活动3**  1、学生听教师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。  4.强调安全  6.身心放松，跟教师一起做放松活动。  7.静听教师总结。  8.值日生收还器材。  9.师生再见**。** | | 不乱下座位，认真进行游戏，遵守游戏规则 | | **活动意图说明：**  通过游戏培养注意力集中能力，并给每个人都提供里一个展示个人才艺的机会。 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：足球 标志桶** | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**  1、两名同学相互练习或家长监督，两人相距3米对传接停球练习  2、立定跳远辅助练习。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 中 |
| 群体运动密度 | | 低 |
| 个体运动密度 | | 中 |
| 1. **教学反思与改进** | | | | |

**第8课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中:**各种球感练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两名同学相互练习或家长监督，两人相距3米对传接停球练习  2、立定跳远辅助练习。 | |
| **作业目标** | 1.通过练习使学生初步掌握脚内侧停地滚球技术要领  2.初步了解并掌握立定跳远技术要领 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚内侧停地滚球和立定跳远视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习脚内侧停地滚球。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  游戏：夹“抢圈”  1.将学生分为5人一组，每组一名同学负责抢球，其余四人通过运球、传球使球在四人中传递，不被抢到。  2.游戏在5\*5米的正方形内进行。如果被抢到，则丢球人与抢球人角色互换，游戏继续行。  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行； 2. 两名同学（或家长）面对面站立一人传球一人下停球；   3、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1次性完成传停球个数 | | | | | | 完成个数 | 10个以上 | 9-6个 | 5-2个 | 2个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外足够的地方进行； 2. 立定跳远辅助练习 3. 先练习再进行考评； 4. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 单脚交换跳 | | | | | | 次数 | 60次 | 50-60次 | 40-50个 | 40以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第8课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 球感练习 | 对球感的掌握 | 球感练习 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1-2分钟 |  |
| **2** | 抢圈 | 提高学生观察及传球 | 抢圈 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 3-5分钟 |  |
| **3** | 脚内侧停地滚球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 脚内侧停地滚球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** | 单脚交换跳 | 掌握立定跳远辅助技能 | 单脚交换跳 | 体能 | 运用 | 技能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计9** | | | | |
| **课题** | | | 1. 脚背正面传球  2.田径：各种方式启动跑 | |
| **课型** | | | 新授课 √ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. 课程标准分析课时目标:本课多以讲解示范的方法， 根据学生的情况采用了循序渐进、由浅入深、由易到难，让基础薄弱的同学在教师的引导下有步骤、有计划的进行练习，充分挖掘每个学生的潜在能力，充分体现学生的主体地位。 | | | | |
| 2.教学内容分析:以合理的体育教育手段使学生了解体育运动的规则，使学生养成良好的体育锻炼习惯，增强体质与增进健康，促进身心和谐发展，提高学生运动兴趣、及参与运动的积极性，从而提高学生的运动技能和身体素质。 | | | | |
| 3.学生学情分析：学生正处在生长发育的关键时期,他们普遍存在体质较弱、运动技术较差的现象,但是一般具有依赖性强、模仿力强、好奇心强且自我约束能力差、精神不易集中的年龄特征，对于相对直观、易模仿的体育课兴趣较高。在小学生体育运动安全常识教学中，充分利用小学生的心理与学习特点，采用多种形式的课堂教学模式，培养学生养成良好的学习、思维和交流习惯 | | | | |
| 1. 学习目标叙写: 1、认知目标:初步掌握足球脚背正面踢球的技术原理及其在足球运动中的作用，建立脚背正面踢球的动作概念。   2、技能目标:通过本次课的学习，80%以上的学生能正确掌握脚背正面踢球的动作要领，巩固提高学生对球的控制能力、支配能力，发展学生灵敏、协调等能力。  3、情感目标:通过足球练习，体验成功感，激发运动兴趣;培养合作精神与良好的人际关系。 | | | | |
| **5.评价任务设计：**从教学实施来讲教学过程 从教学效果来讲 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | **评价要点** | | | 环节一：  1、集合整队  2、师生问好  3、宣布本课内容  4、热身互动（绕田径场  慢跑两圈及专门性准备  活动准备活动)  专门性准备活动  1、头部运动2\*8拍  2、扩胸运动2\*8拍  3、腰绕环2\*8拍  4、踢腿运动2\*8拍 | 学生活动：老师好!  稍息、认真听讲  思想集中  积极反应  在体育委员的带  动下,跟着老师一  起做准备活动 | | **学生规范认真动作** | | | 教师活动：  同学们好!  用简明语言阐  述本节课的内  容并提出要  求。  师生共同进行  体操准备活动  练习。 | 学生活动：老师好!  稍息、认真听讲  思想集中  积极反应  在体育委员的带  动下,跟着老师一  起做准备活动 | | 要求：快 静 齐 | | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | **环节二：**   1. 脚背正面踢球   1、动作要领:(1）直线助跑  (2）支撑脚踏在球侧  (3）支撑脚前跨的同时，踢球腿大腿顺势后摆，小腿后屈。前摆时，大腿以髋关节为轴带动小腿前摆，当膝关节摆至球体上方时，小腿加速前摆。  (4）击球刹那，脚背绷直，脚趾扣紧，以脚背正面击球的后中部  (5）击球后，踢球腿顺势前摆落地  （6）、踢固定球  一人抛球，一人用脚背正面去接触球，掌握正确的击  求部位。  （7）、两人对传球  东习方法:两人一组，相互日脚背正面传球，通过两个示志盘中间，保持直线，不碰到标志盘。  （二）站立式起跑  动作要领：两腿弯曲，重心下降并前移；上体前倾，两脚跟提起用前脚掌着  地  2.用正对、背对、侧对跑得前进方向，用各种自然站立、跪、撑等姿势启动，向指定的目标方向快速跑出。 | 1. 生仔细观察师的动作，并进行模仿练习 2. 生根据老师的安排进行练习 3. 自主练习 4. 两人合作练习，一人抛球，一人用正脚背接触球 | | 击球点准确  反应灵敏  启动快。  重心下降 | | | **教师活动2**  1、引导学生积极思考，根据老师是讲解示范尝试练习踢球动作，  X XXXXX  XXXXXX  X X X XXx x x X X  组织教学:四列横队体操队形，教师边做示范，边提示动作要领，语言激励学生，及时表扬鼓励。  1、教师讲解动作要求；  3、学生根据老师的口令进行练习；  4、教师讲解并示范动作要领；  5、表扬并纠正学生动作； | **学生活动** **2、**  1、两人一组，一人踩球，一人踢  2、两人一组，一人抛，一人用脚背正面踢球，控制力量，重点感受击球部位。  3、两人对传球练习方法:两人一组，相互用脚背正面传球，通过两个标志盘中间，保持直线，不碰到标志盘。  1、学生认真听教师动作示范及讲解  2、学生根据口令进行练习  3、学生积极主动参与，认真练习，积极思考；  4、生认真观察老师的动作；  6、学生积极展示。 | | |  | | **活动意图说明：**基本掌握脚背正面传球和各种方式启动跑技术动作 | | | | | | **环节三：** 游戏：运球射门接力游戏  方法:学生成四纵队站立，每队排头的学生持球，当听到哨音后，持球的学生迅速用脚内侧进行“8”字运球依次绕过标志筒，再用脚内侧踢球将球射进球门（若没射进，将球捡回再射直到射进球门），然后迅速将球捡起用脚内侧传给同伴。同伴再用同样的方法依次进行，直到全组每一位学生都进行了一次为止，先完成的队为胜队。最后完成的队每人做俯卧撑5个   1. 放松：听音乐做放松操 2. 、总结本课 3. 回收器材。 | | **时间**  **6′** |  | | | **教师活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、并用鼓励的话语提高学生的积极性。  1、教师组织学生进行集体放松，语言提示，集体练习，小结，师生道别。 | **学生活动3：**1、学生听教师讲解与示范游戏规则  X X X X X X X  X X X X X X X  X X X X X X X  X X X X X X X  **△**  2、身心放松，跟教师一起做放松活动。  3、静听教师总结。  4、值日生收还器材。  5、师生再见。 | | **游戏的纪律性和安全** | | | **活动意图说明：**通过游戏培养注意力集中能力， | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计:** 足球、标志桶 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**  1、两名同学相互练习（或家长监督），两人相距3米正脚背踢球练习  2、各种方式起跑练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **中** |
| 群体运动密度 | | **低** |
| 个体运动密度 | | **中** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第9课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中:**脚背正面传球  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两名同学相互练习（或家长监督），两人相距3米正脚背踢球练习  2、各种方式起跑练习 | |
| **作业目标** | 1.通过练习使学生初步掌握脚背正面传球技术要领  2.初步了解并掌握各种方式起跑技术要领 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚背正面传球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习脚背正面传球 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  脚背正面传球**：**两人对传球  两人一组，相互用脚背正面传球，通过两个标志盘中间，保持直线，不碰到标志盘。   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 通过次数 | | | | | | 通过次数 | 10-8个 | 8-6个 | 6-4个 | 2-0个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、两名同学相互练习（或家长监督），两人相距3米正脚背传球练习  2、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；   1. 监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。 2. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 成功次数 | | | | | | 成功次数 | 10次以上 | 8-6次 | 5-3次 | 2个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、各种方式起跑  3、先练习再进行考评；  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成组数 | | | | | | 完成组数 | 8-6 | 5-4组 | 3-2个 | 1组以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第9课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 脚背正面传球 | 掌握传球力度 | 脚背正面传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟以上 |  |
| **2** | 球感练习 | 对球感的掌握 | 球感练习 | 技战术运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 1-2分钟 |  |
| **3** | 各种方式起跑 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 注意力 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 3-5分钟 |  |
| **4** | 脚背正面传球 | 掌握传球力度 | 脚背正面传球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计10** | | | | |
| **课题** | | | 足球：脚内侧停空中球  田径：单手向前扔掷实心球 | |
| **课型** | | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1.课程标准分析课时目标：停球是有意识地用身体的合理部位把各种来球停、接在自己的控制范围内，以便能更好地传球、运球或射门。停球也称接球，是足球运动中一项很重要的基本技术。停球的好坏直接影响下一个动作能否顺利完成。停球的部位主要有脚部、胸部、腿部、腹部和头部。本阶段主要学习脚内侧停球、脚背外侧停球、胸部停球、大腿停球四种停球方法 | | | | |
| 2.教学内容：分析本课教学内容是足球运动中的脚内侧停空中球技术，是足球运动中最主要的基本技术。也是足球教学的重要组成部分，所以我们必须要学习和掌握这一技术。因此，本课着重要解决在各种情况下学生控制并支配球的能力，巩固脚内侧停空中球技术的同时加强准确性、熟练性，为以后的教学竞赛和学生的终身体育打下良好基础。 | | | | |
| 3.学生学情分析：学生正处在生长发育的关键时期,他们普遍存在体质较弱、运动技术较差的现象,但是一般具有依赖性强、模仿力强、好奇心强且自我约束能力差、精神不易集中的年龄特征，对于相对直观、易模仿的体育课兴趣较高。在小学生体育运动安全常识教学中，充分利用小学生的心理与学习特点，采用多种形式的课堂教学模式，培养学生养成良好的学习、思维和交流习惯 | | | | |
| 4.学习目标叙写：(一）通过教学，使学生了解停球的方法和意义，掌握停球技术的基本动作结构。  (二）通过练习，使学生基本掌握脚内侧停球技术，发展学生的身体协调性。  (三）通过教学，帮助学生建立和谐的人际关系，具有良好的合作精神和体育道德。 | | | | |
| **5.评价任务设计: 从教学实施来讲教学过程 从教学效果来讲** | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | **评价要点** | | **环节一**  课堂常规  1.整队集合。2.清点人数。3.检查服装。4.宣布课内容。  5.安排见习生。  二、 | | **8′** | | |  | | **教师活动1**  1.指定地点集合（组织如图1)。  2.观察集合情况，听体委汇报出席人数。  3.师生问好。  4.宣布本课的教学内容  与要求。  5.安排见习生。  6.教师讲解游戏的方法与规则。  7.将学生分组，组织开展游戏。  8.点评游戏，引出本次课的内容。 | **学生活动1**  1.在指定地点快速集合。2.体委整队，并向教师汇报人数。  3.师生问好。  4.认真听取课堂内容与要求。  5.见习生根据老师安排进行学习。  6.认真听老师讲解游又的方法与规则。  7.积极参与游戏。 | | | | 根据点评进行反思。 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，避免再运动中受伤 | | | | | | | **环节二**  **一**、学习脚内侧踢空中球技术  1.动作要求:学生双脚原地放松跑，当球下落至自己胸前1米左右时，支撑腿膝关节微曲，接球腿大腿外展，脚内侧对准球下落路线，踝关节紧张、脚尖内勾，由低到高用推送或敲击的方法将球击出，。  重点:支撑脚站位  难点:脚型固定  组织:全班两人一组，每组一球，同时进行练习惯用脚  单手向前扔掷实心球  动作要领：以右手为例，身体左侧对投掷方向，两脚左右开立，右手持球紧靠锁骨窝，重心下沉。左腿向投掷方向摆出，转体送髋，将球推出。  重点：投掷时肘关节不能下垂  难点：身体协调用力，出手的角度 | | **时间26′** | | |  | | **教师活动2**  (1).讲解脚内踢空球(2)．给学生做正确示范动作  (3)．学生练习时，巡回辅导，纠正错误动作  要求:认真听讲解，仔细观察教师示范，明确支撑脚站位。  ①踢固定球:两人一球，一人用手拿住足球面对练习者，踢球者在做脚内侧踢球时支撑腿站位及踢球部位的模仿练习  ②做摆腿练习脚内侧踢球是为了进一步建立踢球的动作概念，使学生能正确掌握踢球动作，采用学生散点看教师示范模仿练习，同时教师发现问题及时解决问题，特别是  对身体的姿势、脚型、脚法的动作要领。着重解决脚触球时的脚型、力量和方向的掌握;同时给学生一定的时间自主创新，提高学生的学习兴趣，进一步提高控制球和支配球的能力。  1、教师边讲解边示范动作，并强调动作重难点，先做完整动作示范再慢动作示范，使学生建立动作概念。  2、教师组织学生先做徒手练习在分组练习  3、教师巡回观察，个别纠错。  4、教师再进行集体讲解  5、分组练习  6、请同学进行展示，集体评定 | | **学生活动2**  学生双脚原地放松跑，当球下落至自己胸前1米左右时，支撑腿膝关节微曲，接球腿大腿外展，脚内侧对准球下落路线，踝关节紧张、脚尖内勾，由高到低、田快到慢将球进行卸力。当球与脚内侧接触的一瞬间，接球脚向身体后方稍加牵引，卸下来球的力量使球撞击脚内侧后停在自己的身前，球被卸下的同时，接球脚自然落下，使皮球停在中间。 | | |  | | **活动意图说明：**基本掌握脚内侧停空中球技术和单手向前扔掷实心球 | | | | | | | **环节三**  1、游戏：贴膏药  方法：参与者手拉手面向圆心站成圆形，每2-3人横向为一组，各小组左右间隔1-1.5米，另外从参加者中选出2人，选出一个“逃者”，一个“追者”。“追者”追赶“逃者”,“逃者”可利用各小组作人墙障碍，与“追者”周旋，也可沿圈外奔跑。“逃者”在逃跑中即将被摸到或者不再想要奔逃时可贴在任何一小组的一侧，同时大声叫“贴”，则“逃者”立即得到解脱，“追者”不能再追拍他，而这组的另一侧同伴就成为新的“逃者”。若“逃者”被拍打，则两人身份互换，游戏继续。  2、放松练习  3、教师总结  4、安排归还器材  5、师生再见。 | | | **8′** | 学生认真听方法、遵守规则 | | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织  下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | | |  | | **活动意图说明：**通过游戏锻炼了学生的上下肢力量及协调，培养了学生遵守游戏规则意识和团结合作的精神 | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**：操场、足球40、标志桶20、实心球10个 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计:**  1、两人练习脚内侧停空中球找球的落点  2、练习单手向前扔抛实心球（徒手）练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 中 |
| 群体运动密度 | | 中 |
| 个体运动密度 | | 中 |
| 1. **教学反思与改进** | | | | |

**第10课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中:**脚内侧停空中球找球的落点  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两人练习脚内侧停空中球找球的落点  2、练习单手向前扔抛实心球（徒手）练习 | |
| **作业目标** | 1、熟练完成正面来求脚内侧找球的落点基本技术；  2、初步掌握单手向前扔抛实心球的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚内侧停空中球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习脚内侧停空中球。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  游戏：贴膏药  方法：参与者手拉手面向圆心站成圆形，每2-3人横向为一组，各小组左右间隔1-1.5米，另外从参加者中选出2人，选出一个“逃者”，一个“追者”。“追者”追赶“逃者”,“逃者”可利用各小组作人墙障碍，与“追者”周旋，也可沿圈外奔跑。“逃者”在逃跑中即将被摸到或者不再想要奔逃时可贴在任何一小组的一侧，同时大声叫“贴”，则“逃者”立即得到解脱，“追者”不能再追拍他，而这组的另一侧同伴就成为新的“逃者”。若“逃者”被拍打，则两人身份互换，游戏继续  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**   1. 两人脚内侧停空中球   方法：两个人相距3米，一人抛球、一人停空中球，相互交换。  2.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成次数 | | | | | | 失误个数 | 10个以上 | 9-7个 | 6-4个 | 3个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行； 2. 两名同学（或家长）面对面相距5米站立； 3. 学生通过单手向前扔抛实心球的动作将轻物抛给对方； 4. 先练习再进行考评； 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 练习次数 | | | | | | 练习次数 | 10-9个 | 8-7个 | 6-5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第10课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 脚内侧停空中球 | 对球感的掌握 | 球感 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **2** | 各种起跑 | 发展学生身体协调性及反应能力 | 各种方式起跑 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 两人停球 | 掌握课时中两人互停空中球技能 | 停球技术 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** | 单手向前扔抛实心球徒手练习 | 掌握单手向前扔抛实心球动作 | 单手向前扔抛实心球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计11** | | | | |
| **课题** | | | 1. 足球：脚背正面停球  2.体操：前滚翻 | |
| **课型** | | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1、课程标准分析课时目标：主要是让学生掌握脚背正面停球动作技术，提高对足球运动的兴趣。通过学中练，练中学中去体会动作，提高学生的积极性。在课堂中体验简单的基本动作与简单组合动作，学生从中掌握足球的基本的技术技能。 | | | | |
| 2.教学内容分析：本课主要教授脚背正面接球技术。掌握脚背正面接球技术，需要对足球的运动路线有较好的判断能力。采用合理的教学方法与手段，正确引导学生学习和练习，有效增强学生的自信力与自尊心的养成，―从运动中获得成功的体验。 | | | | |
| 3.学生学情分析；学生正处在生长发育的关键时期,他们普遍存在体质较弱、运动技术较差的现象,但是一般具有依赖性强、模仿力强、好奇心强且自我约束能力差、精神不易集中的年龄特征，对于相对直观、易模仿的体育课兴趣较高。在小学生体育运动安全常识教学中，充分利用小学生的心理与学习特点，采用多种形式的课堂教学模式，培养学生养成良好的学习、思维和交流习惯 | | | | |
| 4.学习目标叙写：(一)学习了解足球脚背正面接球的技术原理及其在足球运动中的作用，建立脚背正面接球的动作概念，培养学生对足球的兴趣。  (二）通过足球脚背正面接球技术的学习，使90%勺学生能完成这一技术动作，60%勺学生能做出高质量动作，让学生体验成功的快乐。  (三)培养学生学习能力(自主学习、探究学习、合作学习)、观察能力、思维能力、想  象能力、创新能力和自我评价能力，在学练中互相帮助、团结协作的精神。 | | | | |
| **5.评价任务设计：从教学实施来讲教学过程 从教学效果来讲** | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | **评价要点** | | **环节一：一、课堂常规**  **1**.整队集合。  2.清点人数。  3.检查服装。  4.宣布课内容。  5.安排见习生。  6、热身跑  7、热身操 | | **8′** | | 学生积极讨论，并回答 | | 教师活动1  1.指定集合地点（如图1）.  2.观察集合情况，听体委汇报出勤人数。  3.向学生问好。  4.宣布本课的教学内容与要求。  5、让学生成两路纵队，体育委员领跑 | 学生活动1  在指定地点快速集合。  2.体委整队向教师汇报人数。  3.向教师问好。  4.认真听取课堂内容与要求。  5.见习生根据教师安排进 | | | 要求：快、静、齐 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，避免再运动中受伤 | | | | | | 环节二：  一、脚背正面接球  方法:判断来球方向，身体重心落在支撑脚上，膝关节微屈，停球腿提起迎球，脚背正面对准来球;当脚与球接触前的瞬间，接球脚引撤下放，膝关节、踝关节相应放松，缓冲来球力量。  二、无球练习  三、两人一组练习  四、体操：前滚翻  动作要领:蹲撑，提臀，两脚稍蹬地，两腿蹬  直，获得向前翻转的动力，同时屈臂，低头、含胸、用头的后部、颈、肩、背、腰、  臂依次着垫前滚。当背腰着垫时，两手迅速抱腿，缩短身体的翻转半径，上体紧跟大腿成蹲立。  技术要点:颈、肩、背、腰、臀依次着垫前滚。 | | **时间**  **26** | | 学生认真思考回答 | | 教师活动2  1.教师先将全班学生分成两路纵队站立。  2.教师站在中间结合图解详细讲解脚背正面接球方  3．教师组织学生进行无球模仿练习，教师巡回指导。  4．教师组织学生进行自抛自接练习.  5.教师组织学生两人一组，做一人用手抛球，另一人迎面用脚背接球练习。  前滚翻:  (1)肩臂撑屈体脚尖触头上地面，伸腿、伸髋经肩臂倒立，向前依次滚动(不落臀)成并腿坐，熟练后成蹲立。  (2)滚动练习，身体团紧，屈肘翻  掌于肩上，来回滚动。  (⑶)做前滚翻成并腿坐，体会腱的  伸直过程。  (4)在横垫上做前滚翻，脚落在垫外地面上或采用斜面教学。  保持与帮助 | | 学生活动2：  1.学生按教师要求站成两路纵队。  2.学生认真观察教师讲解脚背正面接球练习动作方  3．学生根据教师要求进行无球仿练习。  4．学生进行自抛自接练习。  5.学生两人一组，做一人用手抛球，另一人迎面用脚背接球练习。  认真听讲、积极月  考,同学之间相卫  交流学习,纠正台  误。尽量将动作传  的规范合理。 | | 要求:边观察、边模仿、边思考、边交流、边学习。 | | **活动意图说明：** 基本掌握脚背正面停球的技术动作。克服学生对于体操的恐惧感及增强学生对于体操的兴趣 | | | | | | 环节三：  游戏：胯下传球游戏”  方法:全班分成两组练习，各组第一名同学将球从胯下传至后面的同学，传至最后一名同学后，该同学迅速将球抱至队伍前面，然后在依次传球,看哪队先传至终点。  一、整队集合  二、放松练习  1·慢走抖腿。  2.原地坐下拍、揉腿，并播放音乐。  三、课堂总结  四、收还器材  五、宣布下课 | | | **8′** | 学生明确游戏方法及规则 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、并用鼓励的话语提高学生的积极性。  1．教师整队   1. 教师播放音乐，带领学生做放松练习。 2. 课堂总结。 3. 安排学生收还器材   5.师生再见。 | | **学的活动3**  1、学生听教师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。  4.强调安全  **1**.学生集合。  2.身心放松，跟教师一起做放松活动。  3.静听教师总结。  4.值日生收还器材。  5.师生再见**。** | | 认真进行游戏，遵守游戏规则 | | **活动意图说明：**通过游戏培养了学生的吃苦耐劳及团队协助的精神。 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**足球、体操垫 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**  1、两名同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成脚背正面停球。  2、让学生在家中练习前滚翻，其家长辅助保护学生完成前滚翻。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 中 |
| 群体运动密度 | | 中 |
| 个体运动密度 | | 中 |
| 1. **教学反思与改进** | | | | |

**第11课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中:**脚背正面停球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两名同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成脚背正面停球。  2、让学生在家中练习前滚翻，其家长辅助保护学生完成前滚翻。 | |
| **作业目标** | 1、熟练完成脚背正面停球基本技能；  2、初步掌握前滚翻技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚背正面停球和前滚翻教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习脚背正面停球。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  1.游戏：胯下传球  2.全班分成两组练习，各组第一名同学将球从胯下传至后面的同学，传至最后一名同学后，该同学迅速将球抱至队伍前面，然后在依次传球,看哪队先传至终点  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业一（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两名同学（或家长）面对面站立一人用脚背正面踢球一人用脚背正面停球。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 连续完成次数 | | | | | | 次数 | 10次以上 | 9-7次 | 6-4次 | 3个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1.学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2.学生与家长一起练习辅助保护前滚翻；  3.学生练习家长进行保护完成；  4.先练习再进行考评；  5.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 标准完成个数 | | | | | | 个数 | 10个以上 | 9-7个 | 6-4个 | 3个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小4年级体育与健康学科课时作业属性表（第11课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 胯下传球 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 传球 | 体育锻炼意识与习惯 | 创新 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 |  |
| **2** | 前滚翻 | 发展学生身体协调性 | 滚翻 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 亲子游戏类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 两人相互脚背正面停球 | 掌握课时中两人停球技能 | 停球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计12** | | | | |
| **课题** | | | 1. 脚内侧射门  2. 田径：各种方式启动跑 | |
| **课型** | | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1.课程标准分析课时目标：本课注重学生对足球最基本的脚内侧射门的掌握和实践应用。使学生最大化的掌握足球，在教学过程中，以学生身心健康发展为目标，充分体现学生的主体地位,充分地发挥教师的主导作用.通过各种趣味的小游戏，培养学生的体育意识，使学生在愉快、团结的学练氛围中激发对足球的强烈兴趣,积极主动锻炼身体，发展学生的协调性、灵敏性等身体素质，培养学生勇敢顽强的竞争意识和创新精神，让学生感受足球带来的快乐。 | | | | |
| 2.教学内容分析：射门是足球运动史最令人兴奋的组成部分，青少年天生就有一种射门的欲望。学生掌握射门技术，能充分运用到游戏和比赛中去。让学生参与足球运动，发展奔跑、跳跃、灵敏、反应、协调等身体素质，培养竞争意识和参与的积极性，促进心理健康和社会适应能力的发展。 | | | | |
| 3.学生学情分析；我校学生比较喜欢参与体育活动，特别是足球运动。但由于学生课余时间基本没能参与到足球活动中，只有利用课堂的学习和练习来提高自己和满足自己的欲望，体验到足球运动的乐趣。因此，在课堂上，我尽量让学生参与练习，提高足球技术;课余时间，对部分有兴趣的学生进行辅导，让他们更加喜欢足球运动。 | | | | |
| 4.学习目标叙写：  1．认知目标:理解足球脚内侧射门技术动作要领。  2．技能目标:80%的学生初步学会脚内侧射门技术动作。  3．体能目标:发展学生下肢力量，提高灵活、身体协调等素质。  4．情感目标:激发学生的学习欲望，培养学生良好的竞争意识，积极向上吃苦耐劳的优良品质。 | | | | |
| **5.评价任务设计：**从教学实施来讲教学过程 从教学效果来讲 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | 环节一：  1．体育委员集合整队，清点人  数并汇报。  2．师生问好。  3．宣布课的内容、任务。4．安排见习生。  4、慢跑  5、“熟悉球性”:学生散点运球热身:脚内侧拨球。在规定区域内,用脚背正面、脚背外侧等部位运球,注意躲闪,避免碰撞,遇到“门”时做脚内侧拨球10次通过; | | **时间**  **8** | | 要求：快、静、齐  学生自由发挥 | | 教师活动1  1.集合整队，检查人数,  2.宣布学习内容,提出本课学习要求;  3.安排见习生  1.教师讲解练习方法,强调游戏规则;  2.带领学生一起游戏 | 学生活动1  要求:精神饱满,队列整齐  组织:在规定区域内自由散点站位;遵守规则;  要求:在运球过程中要说出教师做出的手势，提醒学生抬头,注意躲闪,避免碰撞 | | |  | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，避免再运动中受伤 | | | | | | 环节二：  一、脚内侧射门  动作要领:脚内侧正对出球方向，小腿急速前摆，脚尖稍翘起，用脚内侧部位击球的中后部。（安全教育)  体操：跪跳起  预备姿势:跪立同时两手上举  方法:两臂经前、下、后摆的同时稍屈髋，接着用小腿前部和脚面依次下压地面，同时屈髋，两臂急速向前摆动至前举部位时制动臂，身体腾起并迅速屈髋、屈膝，向前上方抬腿两脚落地，成半蹲姿势。 | | **26′** | | 学生认真思考回答 | | **教师活动2**  1、四横排射门练习教法:  1.教师先集体讲解示范  2.学生三人人一球进行原地传球练习（相隔8米）3.教师分组巡回指导(多加强对女生的指导)优生展示  态度认真,积极练习  3.传球准确，力量控制得当3.学生进行上步射门练习(相隔8米)  4、教师组织学生相互交流、合作  5、教师在学生获得直接经验的基础上讲解示范动作要领。教师组织学生比赛。 | | **学生活动2**  1.认真听讲,根据要求进行练习，小组间相互学习交流;  2.交流练习体会,明确动作要点:  3.个别学生在教师的帮助下改进动作;  4.根据自身能力,不断调整射门的距离5、学生主动尝试动作。相互之间进行交流。观看教师的示范 | | 要求:积极学练,互相帮助,动作协调连贯,为成功射进“门”的学生鼓掌 | | **活动意图说明：** 基本掌握脚内侧射门的技术动作和掌握跪跳起动作要领。培养学生对体育运动的兴趣。 | | | | | | 环节三：游戏：快快集合  块块集合规则:   1. 必须按信号散开和集合站队，散开后学生必须离开原位。 2. 2、分散集合时不许推拉冲撞他人 3. 放松：听音乐做放松操 4. 、总结本课 5. 回收器材。 | | | **时间**  **6′** | 学生明确游戏方法及规则 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、并用鼓励的话语提高学生的积极性。  1、教师组织学生进行集体放松，语言提示，集体练习，小结，师生道别。 | | **学的活动3**  1、学生听教师讲解与示范游戏规则  X X X X X X X  X X X X X X X  X X X X X X X  X X X X X X X  **△**  2、身心放松，跟教师一起做放松活动。  3、静听教师总结。  4、值日生收还器材。  5、师生再见。 | | 认真进行游戏，遵守游戏规则 | | **活动意图说明：**通过游戏培养注意力集中能力， | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：** 足球、标志桶、体操垫 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**  1、户外对墙射门练习，离墙5米左右、或者户外足球场射门练习  2、跪跳起练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 高 |
| 群体运动密度 | | 中 |
| 个体运动密度 | | 高 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第12课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业内容** | **课中:**脚内侧射门  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、户外对墙射门练习，离墙5米左右、或者户外足球场射门练习  2、跪跳起练习 | |
| **作业目标** | 1、通过练习使学生初步掌握脚内侧射门技术要领  2、初步了解并掌握跪跳起技术要领 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚内侧射门和跪跳起教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习脚内侧射门 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  脚内侧射门：脚内侧部位的准确性   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 准确次数 | | | | | | 次数 | 10-8次 | 8-6次 | 6-4次 | 2-0次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、脚内侧射门：户外对墙射门练习，离墙5米左右、或者户外足球场射门练习  2、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  3、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 成功次数 | | | | | | 成功次数 | 10次以上 | 8-6次 | 5-3次 | 2个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、跪跳起练习  3、先练习再进行考评；  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个数 | | | | | | 个数 | 10个以上 | 9-7个 | 6-4个 | 3个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第12课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 脚内侧射门 | 掌握射门准确度 | 脚内侧射门 | 技战术运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟以上 |  |
| **2** | 球感练习 | 对球感的掌握 | 球感练习 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2-3分钟 |  |
| **3** | 脚内侧射门 | 掌握射门力度 | 脚内侧射门 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** | 跪跳起 | 掌握跪跳起技能 | 跳跃能力 | 体能 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计13** | | | | |
| **课题** | | | 足球：复习脚内侧射门  体操：后滚翻 | |
| **课型** | | | 新授课□ 章/单元复习课 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标：**主要是让学生掌握脚内侧射门的动作技术，提高对足球运动的兴趣。通过学中练，练中学中去体会动作，提高学生的积极性。在课堂中体验简单的基本动作与简单组合动作，学生从中掌握足球的基本的技术技能。 | | | | |
| 1. **教学内容分析:**教学过程中教师为了加强练习的强度，更好的让全班学生都动起来，让学生自主练习。在练习的环节中教师发现学生的问题，对学生纠错，给予及时纠正，并选出优生上前做示范，让学生更直观的发现问题，解决问题。 | | | | |
| **3.学生学情分析：**学生基本具备了独立思考、判断、概括等能力，在身体锻炼中也具备了基本运动能力，身心发展渐趋成熟，足球是他们所喜爱的一项运动，有一定基础，学生对运球的练习特别感兴趣。教学中我认为要让学生把动体与动脑很好地结合起来，给学生提供创造性应用所学动作的机会，从而进一步加强教学效果。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  （1）学生掌握足球脚内侧射门的动作技术要领及动作的重难点。  （2）学生掌握足球脚内侧射门的动作技术，发展学生灵敏协调，力量素质。  （3）培养学生勇敢机智果断、坚韧不拔、勇于克服困难、学会与他人合作的良好社会适应能力，提高学生自信心。 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过教师讲解示范，自己的思考探索，明确了触球部位并能正确运用脚内侧射门。  （2）学生通过教师提问、讲解示范、分组练习，可以正确掌握后滚翻的方法。  （3）通过游戏锻炼了上下肢力量，学生游戏遵守游戏规则，按要求进行游戏。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | | **环节一：**  一、课堂常规  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | **时间**  **7** | | 学生精神饱满  积极认真热身 | | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | 学生积极热身  快静齐 | | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | | **环节二：**  1、脚内侧射门  动作要领：支撑脚踏在球侧，膝关节微屈，脚趾指向出球方向，踢球腿以髋关节为轴由后向前摆动，膝踝关节外展，脚尖稍翘，以脚内侧对准球，当膝关节摆至接近球体上方时，小腿加速前摆，击球刹那，脚跟前倾，脚型固定，用脚内侧击球的后中部。  重点：脚触球的部位、支撑脚的位置和踢球腿的摆动  难点：击球点的精准  2、体操：后滚翻  由蹲撑开始，身体稍向前移，随即两手推地，使身体重心迅速后移、含胸、低头、两手掌心向上放于肩上(手指尖向后)，两脚蹬地团身以臀、腰、背、肩、颈向后依次滚动,当肩颈着垫时，团身翻臀，膝关节靠近胸部，同时两手用力推直撑起成蹲撑。  技术要点:(1)当肩颈着垫时，应团身翻臀，膝关节靠近胸部。两脚快着垫蹲立。(2)身体重心超过垂直部位时，两手在肩上用力推垫，使身体翻转。 | | **时间**  **23** | | 支撑脚与明确触球部位  低头团身、身体协调协作 | | | **教师活动2**  1、教师讲解脚背正面踢球的动作要领并讲解练习的具体方法。  2、学生按照以上练习方法进行练习。  3、教师巡回指导。  练习①组织: 练习①方法:两人一组，一人用脚踩住球，另一位同学做脚背正面踢球练习。  练习②方法:两人一组一定距离面对面脚背正面踢球练习  教学方法:  ⑴做团身前后滚动练习，要求两  臂配合做向后撑垫的动作，尽量翻掌，指尖向后，两肘内夹。  ⑵)做后滚翻成跪撑。  ⑶)将踏板放在垫子下面，由高处向低处做后滚翻。  (4)在帮助下做后滚翻。  (5)做连续后滚翻。  4.保护与帮助方法:保帮者单腿  跪于练习者侧后方，当练习者后滚至肩背着也时，两手扶其腰的两侧向上提拉帮助推手翻转成蹲撑。或帮助者蹲立于练习者侧面，一手托肩，一手托臀，助其推手和翻转。 | | **学生活动2**  1、仔细观察老师示范。  2、积极回答老师的问题、利用标志物辅助练习，在老师的指导下练习,积极观察同学的动作，正确的要积极模仿，错误的动作要极力避免。同学之间互相观察并提意见。  1、听从教师口  2.跟老师起做,仔细观察积极认真活动 | |  | | | **活动意图说明：**教师讲解示范动作强调重难点，再分解动作示范，让学生认识动作，学生从模仿练习过渡到持球练习，学生进行小组训练，培养了合作意识。通过提问调动学生的积极性与参与度，教师再进行讲解与示范强调重难点，学生进行小组练习，培养了合作意识 | | | | | | | **环节三：**  1、游戏：打鸭子  方法：所有人员分成人数相等的二组人一组同学站立于画定  区域内,一组同学站立于画定区域外,并持足球，以球击区域内同学的下肢部位,区域内同学可以在区域内自由躲闪,若被打到”出局，待所有同学被“打”出局后,进行互换再游戏。  1.放松活动—放松操。  组织教学:四列横队体操队形。要求:放松活动，身心充分放松。  ⒉课堂小结:教师总结学练情况，表扬先进，激励全体学生。  3.宣布下课、师生再见、回收器材。 | | | **时间**  **10** | | 学生认真听方法、遵守规则 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织  下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | | | 游戏过程的组织纪律  学生遵守规则 | | **活动意图说明：**通过游戏锻炼了学生的上下肢力量及协调，培养了学生遵守游戏规则意识和团结合作的精神 | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**操场、足球40、标志桶20、体操垫子20、沙包4个 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**  1、两个同学之间相互用脚内侧传球（或家长监督），练习1分钟并检查是正确的部位接触球。  2、摆放1米的射门区域，学生练习原地的脚内侧球射门，在进行运动中射门 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 高 | |
| 群体运动密度 | | 高 | |
| 个体运动密度 | | 高 | |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第13课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业内容** | **课中:**各种运动中球感趣味练习  **课外(校外30分钟的作业设计):**  1、两个同学之间相互用脚内侧传球（或家长监督），练习1分钟并检查是正确的部位接触球。  2、摆放1米的射门区域，学生练习原地的脚内侧球射门，在进行运动中射门。 | |
| **作业目标** | 1、熟练前滚翻的动作要领，掌握基本技能；  2、自我控球的技术的提升，及掌握脚内侧射门的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚内侧射门及前滚翻教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习射门技术。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，练习前滚翻时不能一个人练习，必须有家长的陪同，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  第四关：射进球门  1.每组同学排好队站在出发点；  2.当教师下“开始”口令的同时将球射进门中；  3.学生听到“开始”口令后迅速将球射到球门内。  4.评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次进球 | | | | | | 进球个数 | 10-8个 | 8-6个 | 6-4个 | 3-0个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1.学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2.后滚翻练习口令为：一蹲二低头团身三蹬地后倒快四推。  3.监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1次性完成后滚翻 | | | | | | 失误个数 | 0个 | 1-2个 | 3个 | 3个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1，学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2.一米宽的球门，以球门三米的距离为射门点；  3.一人带球在射门点进行射门；  4.先练习再进行考评；  5.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个进球 | | | | | | 进球个数 | 10-9个 | 8-7个 | 6-5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **10’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第13课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 运动中带球 | 对球感的掌握 | 运动中带球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **2** | 两人的踢固定球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 触球 | 技能的掌握 | 运用 | 技能知识的发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 运动中脚内侧射门 | 提高学习兴趣和对足球运动的兴趣 | 射门 | 健康知识与技能的掌握 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** | 前滚翻 | 掌握课时中体操技能 | 团身成圆球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计14** | | | | |
| **课题** | | | 1. 足球：脚背正面射门   2.体操：跳山羊 | |
| **课型** | | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**在课堂中以简单的基础动作和游戏比赛为学、练载体，本着练习简便易行且实用性较强的思想理念，进一步提升脚背正面射门的身体感知能力并顺之掌握脚背正面射门技术动作的准确性。通过教学中的学练过程使学生感受活动乐趣，培养对小足球的兴趣爱好。 | | | | |
| **2.教学内容分析:**教学过程中，通过教师的直观示范给学生建立一个正确的动作概念。通过教师的点播指导，学生的练习实践，引导学生观察与思考，在对比中分析，以及同伴间的讨论，从而使学生掌握正确的脚背正面射门的技术动作。教学中，采用增加难度的练习方式来提高激发学生练习的兴趣，使学生更主动，更积极地参与活动，并获得良好的情绪体验与身体感受。 | | | | |
| **3.学生学情分析**  通过老师讲解简单的动作掌握技术动作。为了更好的结合足球比赛中脚背正面射门的要求，使学生提高运动中射门的能力。让学生学习运动中脚背正面射门的支撑脚位置，击球位置，摆腿速度等技术动作。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  （1）学生能够说出脚背正面射门的动作要领，85％的学生能将球射进球门。  （2）通过分组练习，学练结合，发展速度、灵敏等身体素质。  （3）在练习过程中形成团结合作的意识，养成勇于克服困难的优良品质。 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过教师讲解的动作接触的位置，再通过徒手练习过渡到持球练习，能运用正确的部位运球  （2）学生通过教师讲解示范，口令练习时动作正确，起跑时反应快速。  （3）学生游戏时遵守规则、小组团结。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | **环节一：**  一、课堂常规  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | **时间**  **7** | | 学生精气神饱满 | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | 学生快静齐 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | **环节二：**  1、脚背正面射门动作要领：  首先要有一定的跑动距离，支撑脚位于球侧面，向后摆腿，大腿带动小腿触球，注意一定要脚背正面充分接触，将球中踢出，然后要有随前动作。  重点：助跑路线，脚触球的位置。  难点：支撑脚的位置，摆动腿的速度。  2、跳山羊 动作要领：  ①原地分腿跳（注意绷脚面）。  ②走几步做支撑跳跃踏跳练习。  ③俯撑，地屈髋成分腿立撑，推手成分腿站立，两臂斜上举。  ④4人一组“跳背”练习。  ⑤几步助跑、起跳，两手支撑山羊，提腰，屈髋，分腿，推手回落。  重点：助跑有节奏  难点：动作协调，腾空高 | | **时间**  **23** | | 学生能运用正确的部位射门  手臂有力，动作协调 | | **教师活动2**  1.组织学生认识正脚背  2.教师示范并引导学生总结出正脚背射门的动作  3. 全体口令练习.教师组织学生练习，语言提示，强调重心以及触球的部位。  4、 教师巡回观察，个别纠错。  5、学生示范，集体纠错。  1、教师讲解动作要求；  3、学生根据老师的口令进行练习；  4、教师讲解并示范动作要领；  5、表扬并纠正学生动作； | | **学生活动2**  1、学生认真听讲。  2、学生轮换练习。由徒手模仿练习到持球练习。  3、学生分组练习  4、学生针对自己的不足，进行多次练习。  5、认真听教师评价纠错。  1、学生认真听教师动作示范及讲解  2、学生根据口令进行练习  3、学生积极主动参与，认真练习，积极思考；  4、生认真观察老师的动作；  6、学生积极展示。 | |  | | **活动意图说明:**教师组织学生对正面射门有初步的认识，再讲解示范动作强调重难点，由模仿练习过渡到持球练习，针对同学用了个别纠错和集体纠错；教师讲解跳山羊的动作，根据口令练习不同形式的，针对学生进行个别纠错和集体纠错 | | | | | | **环节三：**  1、打沙包的游戏  游戏规则：把男女分成各两组，一组站在圆圈外，另一组站在圆圈内，圆圈外的人持1个（或2个）小沙包。游戏开始后用沙包投击圆圈内的人，圈内人可以跑动躲闪，被击中暂时退场等候，如果场内人都被击中，两组交换位置，重新比赛。  2、放松练习  3、教师总结  4、安排归还器材  5、师生再见。 | | | **时间**  **10** |  | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织  下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | | 学生遵守游戏规则  认真放松 | | **活动意图说明：**通过打沙包游戏学生对本节课脚背正面射门进行了一个巩固，使学生在能学会预判距离和目标，并培养了学生团结合作的精神 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**操场 小足球40个 标志桶20个 沙包4个 鞍马4个 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成跳山羊的动作。  2、摆设一米的球门，离球门三米距离运动中脚背正面射门。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 强 |
| 群体运动密度 | | 强 |
| 个体运动密度 | | 强 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第14课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业内容** | **课中:**各种有球感趣味练习  **课外(校外30分钟的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成跳山羊的动作。  2、摆设一米的球门，离球门三米距离运动中脚背正面射门。 | |
| **作业目标** | 1、熟练完成跳山羊的体操的基本技能；  2、初步判断脚背正面射门的技能，及掌握触球的部位。 | |
| **作业资源** | 1、教师发跳山羊及脚背正面射门教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习脚背正面射门的动作 。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  第四关：射进球门  1、每组同学排好队站在出发点；  2、当教师下“开始”口令的同时将球射进门中；  3、学生听到“开始”口令后迅速将球射到球门内。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次进球 | | | | | | 接球个数 | 10-8个 | 8-6个 | 6-4个 | 3-0个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两个相同身高的学生共同练习跳山羊的动作技能。  3、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1次性完成跳山羊 | | | | | | 失误个数 | 0个 | 1-2个 | 3个 | 3个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、一米宽的球门，以球门三米的距离为射门点；  3、一人带球在射门点进行射门；  4、先练习再进行考评；  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个脚背正面射门 | | | | | | 进球个数 | 10-9个 | 8-7个 | 6-5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **5’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第14课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 两人的踢固定球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 触球 | 技能的掌握 | 运用 | 技能知识的发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **2** | 运动中脚背正面射门 | 提高学习兴趣和对足球运动的兴趣 | 射门 | 健康知识与技能的掌握 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 跳山羊 | 掌握课时中体操技能 | 协调性 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计15** | | | | |
| **课题** | | | 足球：复习脚背正面射门  体操：支撑跳跃 | |
| **课型** | | | 新授课□ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标:**在课堂中以简单的基础动作和游戏比赛为学、练载体，本着练习简便易行且实用性较强的思想理念，进一步提升脚背正面射门的身体感知能力并顺之掌握脚背正面射门技术动作的准确性。通过教学中的学练过程使学生感受活动乐趣，培养对足球的兴趣爱好。 | | | | |
| **2.教学内容分析:**教学过程中，通过教师的直观示范给学生建立一个正确的动作概念。通过教师的点播指导，学生的练习实践，引导学生观察与思考，在对比中分析，以及同伴间的讨论，从而使学生掌握正确的脚背正面射门的技术动作。教学中，采用增加难度的练习方式来提高激发学生练习的兴趣，使学生更主动，更积极地参与活动，并获得良好的情绪体验与身体感受。 | | | | |
| **3.学生学情分析:**本节课授课对象为水平二阶段的学生，此阶段学生身体素质和运动能力需要进一步增强，协调性和灵敏性还需要继续提高，对足球学习正是打基础时候，学生对足球知识学习的积极性较高，并且模仿能力较强。但足球基础较差，所以在教学过程中我会细致的做好示范讲解，发挥学生主体地位，多赞扬多鼓励，做好纠正和指导工作，从而促使学生更快更好的进步，培养他们的运动兴趣。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**   1. 通过教学基本掌握脚背正面射门动作技能，提高学生的速度、耐力、灵敏、协调等身体素质。 2. 通过练习、小组共同合作，提高学生射门的意识与欲望。 3. 培养学生自信心，培养学生团结合作、尊重对手、遵守规则的意识和良好的体育道德。 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过练习，能正确的掌握脚背正面射门动作要领。  （2）通过复习练习对学生技术动作的掌握情况做了更加深刻记忆、让学生明白接触的部位。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | **环节一：**  一、课堂常规  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | **时间**  **7** | | 学生精神饱满，积极热身 | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | 学生快静齐，  认真热身 | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | **环节二：**  1、复习脚背正面射门。重点：助跑路线，脚触球的位置。  难点：支撑脚的位置，摆动腿的速度。  2、支撑跳跃  动作要点：助跑，双脚踏跳，双手支撑器械，提臀，两腿伸直向两侧分开，迅速推离器械，使身体向前上方越过器械，两腿向前制动挺身，两臂斜上举；并腿用前脚掌着地，屈膝成半蹲。  重点：手臂有利的支撑  难点：推手有力 | | **时间**  **23** | | 学生触球部位  踏板的力度、手臂的支撑 | | **教师活动2**  1.教师讲解动作要领并完整的示范动作  2.教师提问“刚才老师用哪里触球的？”  3..挑选学生试炼  4.教师增加难度绕练习  5.教师巡视指导对错误动作及时纠正  6.教师再次讲解示范动作，强调重难点  7.教师巡视，对个别学生进行纠错    1、教师讲解示范支撑跳跃的要点  2、指导学生踏板的练习  3、组织学生进行练习  4、 巡回指导学生  5、让不同学生做对比示范  6、分组展示 | | **学生活动2**  1.学生认真观察并听教师的示范与讲解。  2.学生观察思考回答  3.学生认真听教师讲解练习方法  4.个别学生展示  5.在教师的指导下纠正错误动作，认真练习。  6.学生认真观察教师的动作  7.学生认真练习  1、听教师讲解的方法  2、听讲易犯错误，观看同学示范后练习 | |  | | **活动意图说明：**通过学生自主体验，激发学生兴趣，在教师讲解并示范后，学生进行小组训练，培养合作意识的同时，解决重难点。学生通过在教师讲解并示范后，进行辅助练习解决了弯道跑的重难点，通过小组训练及比赛，培养合作意识的同时激发了学生的竞争心。 | | | | | | **环节三：**  **1、**游戏：折返跑比赛  游戏规则：分成四组，每组同学在同一水平线出发，听老师的口令。在规定的区域内往返。每一组最快的一个为胜利。  2、放松练习  3、教师总结  4、安排归还器材  5、师生再见。 | | | **时间**  **10** | 遵守游戏规则  认真听游戏方法 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织 下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | | 练习时的组织学生遵守游戏规则  认真放松 | | **活动意图说明：**通过复习脚背正面和脚内侧射门对本节课接触球的部位进行了一个巩固，并发展了学生的下肢力量及协调，培养了学生团结合作的精神 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**操场、足球40个、鞍马4个、标志盘20个 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1、两个同学之间相互练习支撑跳跃或家长监督，并检查是否熟练的完成支撑跳跃的动作。  2、摆放1米的射门区域，学生练习原地的脚背正面射门，在进行运动中射门 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 高 |
| 群体运动密度 | | 高 |
| 个体运动密度 | | 高 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第15课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中:**各种运动中球感趣味练习  **课外(校外30分钟的作业设计):**  1、两个同学之间相互练习支撑跳跃（或家长监督），并检查是否熟练的完成支撑跳跃的动作。  2、摆放1米的射门区域，学生练习原地的脚背正面射门，在进行运动中射门 | |
| **作业目标** | 1、熟练支撑跳跃的动作要领，掌握基本技能；  2、自我控球的技术的提升，及掌握脚背正面射门的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发脚背正面射门及支撑跳跃教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习射门技术。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，练习支撑跳跃时不能一个人练习，必须有家长的陪同，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  第四关：射进球门  1、每组同学排好队站在出发点；  2、当教师下“开始”口令的同时将球射进门中；  3、学生听到“开始”口令后迅速将球射到球门内。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次进球 | | | | | | 进球个数 | 10-8个 | 8-6个 | 6-4个 | 3-0个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、支撑跳跃的完整练习。  3、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1次性完成支撑跳跃 | | | | | | 失误个数 | 0个 | 1-2个 | 3个 | 3个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、一米宽的球门，以球门三米的距离为射门点；  3、一人带球在射门点进行射门；  4、先练习再进行考评；  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个进球 | | | | | | 进球个数 | 10-9个 | 8-7个 | 6-5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **10’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第15课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 两人的踢固定球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 触球 | 技能的掌握 | 运用 | 技能知识的发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **2** | 运动中脚背正面射门 | 提高学习兴趣和对足球运动的兴趣 | 射门 | 健康知识与技能的掌握 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 支撑跳跃 | 掌握课时中体操技能 | 上下肢的协调 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计16** | | | | |
| **课题** | | | 足球：运、传、停、射门复习  田径：跑、跳复习 | |
| **课型** | | | 新授课□ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标:**通过老师讲解简单的动作掌握技术动作。为了更好的结合足球比赛中运用，使学生提高运动中运用运、传、停、射门的组合动作的能力。让学生学习运动中比赛中支撑脚位置，击球位置，摆腿速度等技术动作。 | | | | |
| **2.教学内容分析:**在足球对抗练习中运用运球过人、运球射门、接球射门等组合动作技术，以及两人间的传接配合、补防等简单战术配合；学会在足球运动中设法得分和阻止对方得分的基本方法。 | | | | |
| **3.学生学情分析:**通过教师的直观示范给学生建立一个正确的动作概念。通过教师的点播指导，学生的练习实践，引导学生观察与思考，在对比中分析，以及同伴间的讨论，从而使学生掌握正确的脚背正面射门的技术动作。教学中，采用增加难度的练习方式来提高激发学生练习的兴趣，使学生更主动，更积极地参与活动，并获得良好的情绪体验与身体感受。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  1.学生能够说出运、传、停、射门、跑、跳的动作要领。  2.学生能掌握动作的接触位置的发力点，在足球比赛中合理的区运用。  3.在练习过程中形成团结合作的意识，养成勇于克服困难的优良品质。 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过运、传、停、射门练习，能正确的掌握足球的技能动作的提升。  （2）学生通过跑跳的练习，锻炼学生体能和手臂协调。  （3）通过游戏练习培养学生团结合作的意识。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | **评价要点** | | | **环节一：**  一、课堂常规  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | **时间**  **7** | | 学生精神饱满，积极热身 | | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | 学生快、静、齐  认真热身 | | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | | **环节二：**  1、足球的运球的复习：脚背正面行进间运球、脚内侧运球、脚背外侧运球  2、足球的传球的复习：原地脚内侧传球  3、足球的停球复习  4、脚背正面射门、脚内侧射门  5、跑、跳复习  （1）立定跳远的原地练习  （2）25米的快速跑2组（呼吸的调整） | | **时间**  **23** | | 触球的部位 | | | **教师活动2**   1. 教师讲解动作要领并完整的示范动作   2.提问学生运球的动作和传球的动作  3.教师巡视指导对错误动作及时纠正  4.强调重难点  5.组织学生进行练习  6.教师巡视，对个别学生进行纠错  1、教师讲解跑、跳的要点  2、指导学生原地摆臂练习  3、组织学生进行练习  5、让不同学生做对比示范  6、教师纠错  7、指导学生改进动作分组练习比拼 | | **学生活动2**  1.学生认真观察并听教师的示范与讲解。  2.学生观察思考回答  3.学生认真听教师讲解练习方法  4.个别学生展示  5.在教师的指导下纠正错误动作，认真练习。   1. 听教师讲解动作 2. 认真听讲 3. 按要求完成练习 4. 在教师的指令下进行练习   5听讲易犯错误，改正后进行练习 | |  | | | **活动意图说明：**通过学习足球的个人简单技术到组合技能，提高对足球的不同的认识。在教师讲解并示范后，学生进行小组训练，培养合作意识，通过小组练习，培养合作意识的同时激发了学生的兴趣。 | | | | | | | **环节三：**  1、游戏：赶车  游戏规则：学生分成四组组成公交车，沿大绳慢跑，听到笛声后，第一位手持站牌的学生快速跑进，直到追上最后一名队员，马上将站牌传到队列的前面，跑在最前面的学生接到站牌后开始快跑，依次进行，以先上完车的小组为胜。  2、放松练习  3、教师总结  4、安排归还器材  5、师生再见。 | | **时间**  **10** | | | 遵守游戏规则  认真听游戏方法 | | **教的活动3**  1、教师讲解游戏方法及规则。  2、教师在组织学生进行游戏过程中，密切注意学生活动情况。  3、教师领做，学生跟做  4、对本堂课进行总结性评价 | | | **学的活动3**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织  下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。强调安全  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 |  | | | **活动意图说明：**通过游戏的互动的对学生反应的进行了一个练习，发展了学生的下肢力量及协调，培养学生积极参与体育的活动。 | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**操场、足球40个、标志盘20个、长绳2根 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1、10米3次折返跑，并检查是否有停下的脚步。  2、立定跳远的练习检查是否摆臂与屈膝缓冲。  3、两个同学之间相互练习传球、停球和带球射门，观察球是否进门，是否练习时是否正确的部位接触球。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 高 |
| 群体运动密度 | | 高 |
| 个体运动密度 | | 高 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第16课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课中:**各种运动中球感趣味练习  **课外(校外30分钟的作业设计):**  1、10米3次折返跑，并检查是否有停下的脚步。  2、立定跳远的练习检查是否摆臂与屈膝缓冲。  3、两个同学之间相互练习传球、停球和带球射门，观察球是否进门，是否练习时是否正确的部位接触球。 | |
| **作业目标** | 1、熟练跑跳的动作要领，掌握动作的技能；  2、自我控球的技术的提升，及掌握传、停、射门的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发关于足球传、停、射门及跑跳教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习射门技术。 | |
| **安全提示** | 1、不要在家练习，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  第四关： 完美进球  1、通过传、停、射进球门  2、先进行练习在评价  3、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次成功数 | | | | | | 成功数 | 10-8个 | 8-6个 | 6-4个 | 3-0个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、以10米距离3次折返跑，两个同学或两个同学以上比比谁最厉害。  3、以一条直线看看谁跳的最远。  4、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、一米宽的球门，以球门三米的距离为射门点进行传、停、运球射门；  3、先练习再进行考评；  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次成功数 | | | | | | 成功数 | 10-8个 | 8-6个 | 6-4个 | 3-0个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **10’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第16课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 运动中带球 | 对球感的掌握 | 运动中带球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **2** | 两人的传、停球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 触球 | 技能的掌握 | 运用 | 技能知识的发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 运动中运球射门 | 提高学习兴趣和对足球运动的兴趣 | 射门 | 健康知识与技能的掌握 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** | 跑与跳 | 掌握运动动作的技能 | 体能 | 体能的运用 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计17** | | | | |
| **课题** | | | 足球：足球运球射门考核  田径：50米考核 | |
| **课型** | | | 新授课□ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他☑ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**掌握所学的足球的主要基本动作技术和组合动作技术，并在足球运动中也需要加强体能练习，如通过多种动作的运球过障碍练习发展灵敏性，通过固定区距离持续运球发展协调性等。 | | | | |
| **2.教学内容分析:**在简单的技术动作与行进间运动中结合来练习，了解足球的技术动作，通过学生的的自主练习与教师的纠错，培养学生自我发现、同学之间的讨论与团结意识。在足球中也是需要体能来支撑。 | | | | |
| **3.学生学情分析：**在四年级中，学生对足球的兴趣也比较高，自主学习的能力也强，激发学生的参与意思与认知意识通过测试的形式，让学生知道自己的情况，老师也知道学生达到什么样的水平。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  （1）学生知道运球射门的技术动作要领并能讲出动作的要领。  （2）有90％的学生能正确运用技术完成运球射门，20%的在老师和同学的帮助下完成动作。  （3）进一步激发学生学习足球的乐趣，使每个学生都喜欢踢足球；积极参加体育活动。 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）通过教师的对足球运球射门的考核，对学生学习情况的了解。  （2）通过50米的考核对学生身体的情况的了解，因此学生对自己的认识。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | **评价要点** | | **环节一：**  一、课堂常规  1．整队集合；  2．清点人数；  3．宣布本课的教学内容和要求；  4．检查服装，安排见习生。  二、热身：  1、慢跑2圈  2、足球操  3、行进间拉伸 | | **时间**  **7** | | | 学生精神饱满  积极认真热身 | | **教师活动1**  1．师生问好；  2．检查人数及服装；  3．宣布任务目标；  4．安全教育，安排见习生。  5. 特别检查有没有穿皮鞋、凉鞋的  1、教师播放激情的音乐跟着音乐节奏进行热身运动  2、教师富有活力的做示范动作带领学生一起练习  3、教师讲解语言清晰、精简 | **学生活动1**  1．快速集合，师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  要求：快、静、齐  1.认真听老师讲的要求，遵守纪律。  2.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极动起来。 | | | |  | | **活动意图说明：**让学生充分活动开身体，不要再运动中受伤 | | | | | | | **环节二：**  1、游戏互动  （1）单脚跳、双脚跳。（要求:轻起轻落、脚底下像弹簧。）  （2）反应练习。（要求：反应速度快）  2、足球运球射门考核  重点：助跑路线，脚触球的位置  难点：支撑脚的位置，击球点的精准   1. 田径：50米考核   要求：知道50米全程跑的方法，改进跑的技术，做到以最快的速度跑完全程，争取跑个好成绩。 | | **时间**  **23** | | | 口令的反应速度    明确触球部位  手臂的协调摆臂 | | **教师活动2**   1. 教师讲解游戏的规则与方法 2. 组织学生练习 3. 教师讲解游戏的规则 4. 强调安全 5. 教师讲解动作要领和重难点 6. 分小组安排每一小组的组长 7. 教师讲解考核的要求 8. 组织学生进行考核   5、考核结束后引导学生进行总结   1. 教师讲解动作的要领 2. 教师讲解考核的方法 3. 教师组织学生分组并选好每一小组的组长 4. 组织学生进行考核 5. 考核后引导学生进行总结 | | **学生活动2**  1、学生听、看教  师讲解与示范游戏规则。  2、 在教师的组织 下进行练习。  3、遵守游戏规则，遵守纪律。  1、认真听讲  2、熟悉考核的内容与口令  3、在小组的带领下进行考核  1、认真听讲  2、熟悉考核的内容与口令  3、在小组的带领下进行考核 | | |  | | **活动意图说明：**在组长的带领下进行认真有秩序的练习，培养学生的独立锻炼。通过考核的形式，让学生在考核中能表现出自己学习的技能情况，展示出学生的勇敢顽强的精神方面。 | | | | | | | **环节三：**  1、放松练习  2、教师总结  3、安排归还器材  4、师生再见。 | | | **时间**  **10** | 呼吸的调节 | | | **教的活动3**   1. 教师带领学生一起放松。 2. 教师在组织学生放松   3、对本堂课进行总结性评价 | | **学的活动3**  1、 在教师的组织  进行练习。  3、遵守纪律。  4、师带领进行放松；  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  6、收还器材，师生再见。 | |  | | | **活动意图说明：**通过放松的练习，让学生身体尽快的恢复，做好放松的动作和调整呼吸的动作，能够有效的补充身体所消耗的氧气，让人的呼吸和血液循环达到畅通的效果，有助于消除身体的疲劳。 | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**操场、足球40、标志桶20 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**  1、两个同学之间或者与家长比比50米赛跑（或自己个人赛跑），是否跑直线与手臂的前后摆动。  2、摆放1米的射门区域，通过障碍物进行运动中射门 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 高 |
| 群体运动密度 | | 高 |
| 个体运动密度 | | 高 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第17课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业内容** | **课中:**各种运动中球感趣味练习  **课外(校外30分钟的作业设计):**  1、两个同学之间或者与家长比比50米赛跑（或自己个人赛跑），是否跑直线与手臂的前后摆动。  2、摆放1米的射门区域，通过障碍物进行运动中射门。 | |
| **作业目标** | 1、熟练50米的动作要领，掌握基本技能；  2、自我控球的技术的提升，及掌握运动射门的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发50米跑步与运动中射门教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习射门技术。 | |
| **安全提示** | 1、不家练习，一定注意要选择足够的安全区域，必须有家长的陪同，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。  3、吃完饭不能剧烈的运动。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、在一个空旷的地方进行50米跑。  3、如果距离不够，也可以选择25米的折返跑练习。  4、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 50米评分表（秒） | | | | | | 男生 | 8.7-8.9 | 9.0-9.1 | 9.3-11.1 | 11.3-12.1 | | 女生 | 8.7-8.9 | 9.2-9.5 | 9.7-11.5 | 11.7-12.5 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、一米宽的球门，以球门三米的距离为射门点；  3、一人带球通过障碍物进行射门；  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个进球 | | | | | | 进球个数 | 10-9个 | 8-7个 | 6-5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第17课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 运动中带球 | 对球感的掌握 | 运动中带球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **2** | 绕过障碍物进行射门 | 提高学生对足球的兴趣 | 射门 | 健康知识与技能的掌握 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 50米赛跑 | 提高学生的体能的提升 | 体能 | 体能的运用 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计18** | | | | |
| **课题** | | | 跨学科主题“足”于“画”中  体育：足球 | |
| **课型** | | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**在体育课中尝试踢足球的感受，在通过在室内观看视频的讲解和学生想象，让学生讲述和描绘我与足球故事，回忆自己在足球场的动作并拿起彩笔绘画出来，让学生们对足球感兴趣，了解了足球的规则及踢法。 | | | | |
| **2.教学内容分析:**在体育课堂中进行美学艺术教学，采用绘本故事、体育实练、动手制作等形式，把这些引进课堂，融体育和美术基本技能于听、玩、动、画、做之中，使美术课和体育课趣味横生，让学生情趣盎然地进行学习。 | | | | |
| **3.学生学情分析：**美术、体育是小学阶段里向学生进行审美教育的重要手段，美术是形象的艺术，体育则是形体表现的艺术。小学生正处在以形象思维为主的阶段，他们活泼好动，易于接受生动活泼、感染力强、富有情绪的事情。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  （1）提高学生的自主学习、合作学习、创造能力、实践探索、组织协调等方面的能力。  （2）通过体育的教学增强学生的顽强拼搏、永不放弃的精神。  （3）通过美术的学习培养学生的艺术修养、审美能力，促进学生多方面的发展。 | | | | |
| **5.评价任务设计:**  （1）学生通过教师讲解，学生的讨论，了解足球比赛与相关规则。  （2）学生通过教师提问了解有关足球知识与运动知识。  （3）通过体育课学习内容，观看视频画面，绘画出我与足球的故事。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | **评价要点** | | | **环节一：**  导入：  师：在体育课中，我们最喜欢的是什么运动比赛呢？  师：在学校活动中，以一个器材来比赛的是什么呢？  师：我们学校的校园班级足球联赛是以几人制的呢？  师：那么我们的足球比赛规则是什么呢？ | **时间**  **7** | | 学生积极回答问题  积极的发言 | | | **教师活动1**   1. 师生问好； 2. 教师导入本节课的主题。 3. 教师讲解语言清晰、精简。 4. 教师提问学生。 5. 及时对学生问题回答的评价。 6. 关注学生的情况。 | **学生活动1**  1．师生问好；  2．认真听讲，了解学习的内容。  3.遵守纪律。  4.集中精力，保持精神饱满。  3.在老师的指导下，积极回答问题。 | |  | | | **活动意图说明：**让学生充分了解足球的规则意思，提高学生对足球的兴趣。 | | | | | | **环节二：**  师：同学们，你看过踢足球的比赛吗？看看视频中队员是怎么踢的呢？让我们一起来看看。 | **时间**  **10** | | 积极的回答问题 | | | **教师活动2**  1.教师讲解与引导学生了解知识。  2.教师语言提示。  3、引导学生沟通与讨论。 | **学生活动2**  1.学生听讲。  2.学生积极发言。  3.认真观看视频 | |  | | | **活动意图说明：**①通过视频方式更多的了解足球技术动作要领。②以饱满的精神状态投入探究活动中，在团队合作中积极与同伴交流。 | | | | | | **环节三：**  1、师：我们观看这么精彩的比赛，结合我们校园比赛情景绘画出我们最喜欢的画面。  2、提出绘画的要求。  3、展示学生的创作作品，引导学生之间相互欣赏。 | | **时间**  **23** | | 学生认真听要求 | | **教的活动3**   1. 教师讲解要求。 2. 教师巡回指导。   3、在学生遇到问题时，及时给予指导，鼓励学生进行小组内部和小组之间的交流与合作  4、对本堂课进行总结性评价 | **学的活动3**  1、学生听讲。  2、 在教师的组织下绘画  3、遵守纪律  5、师对本节课评价互谈感想和收获；  师生再见。 | | |  | | **活动意图说明：**通过绘画的形式培养学生动手与想象的能力，体验体育与美术之间的乐趣，感受团队精神。 | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**足球比赛视频 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：** | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 低 |
| 群体运动密度 | | 低 |
| 个体运动密度 | | 低 |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第18课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业内容** | **课前:**讨论足球比赛有几人制的比赛  **课中:**提问关于足球的规则  **课外(校外30分钟的作业设计):**  1、回家观看足球比赛视频，谈谈感受。  2、绘画出自己最喜欢的画面。 | |
| **作业目标** | 1、培养学生的绘画与体育的相结合  2、提高足球的兴趣，熟知足球的比赛规则。  3、逐步养成积极参与体育运动的兴趣。 | |
| **作业资源** | 1、教师发学生画的好图片到班级群  2、通过互联网与优质的绘画图供学生参考。 | |
| **安全提示** | 1、正确的使用网络浏览，在家长的监督下使用。  2、不能把自己家人的真实信息，在网络上告诉其他人 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | **作业一（课中）：**  **比一比，评一评**   1. 作业本整洁、平整、不撕破、不弄脏、不折角 2. 封面项目填写完整 3. 作画能力强，颜色艳丽，不受约束，画面妙趣横生，富有   绘画激情。 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  | | **作业二（课后）：**   1. 学生通过网络的搜索观看一场足球比赛。   绘画出有关于进球的画面。 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** | 在第二堂课，每组的小组长收齐各组的作业，检查学生是否都完成作业，每组的小组长选出每组特别好的三篇交给老师，老师进行对全班展示与讲解。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第18课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 观看足球比赛 | 了解足球 | 足球规则 | 体育比赛 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 5分钟 |  |
| **2** | 讨论 | 对足球比赛的了解 | 比赛规则 | 技战术的运用 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 绘画 | 艺术与体育的结合 | 绘画 | 运动的认知 | 运用 | 技能知识的发展类 | 课后 | 10分钟 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **基本信息** | | | | | | |
| 学 科 | 体育与健康 | | 学习领域/模块 | 三单元排球 | | |
| 年 级 | 四年级 | | 教科书版本及章节 | 人教版、校本教材 | | |
| **单元教学设计** | | | | | | |
| **单元学习主题** | | 排球双手正面垫球及二人垫球 | | | **课时数** | **18** |
| **1.单元教学设计说明：**  以《2021版新课标》为指导、，结合《棠外附小4年级体育与健康课程指导纲要》，发展学生核心素养，从体育课堂教学实际出发，实施大单元教学设计。 根据运动项目的属性及特点，进行体育运动项目大整合；以三大球，两小球为载体，撬动其他基本运动和体能的发展，大单元教学设计是单元教学设计的突破和升级，是大体育观和体育教学思想的具体体现。通过各种形式的球性练习、垫球练习提高学生排球的运动技能，培养健康意识和行为习惯，养成体育品格。培养对排球的兴趣，为终身体育锻炼的意识打下基础。 | | | | | | |
| **2.单元学习目标**  1、运动能力：  1）、学生认识排球，了解排球知识，能参与各种游戏比赛。  2）、熟悉球性，体会各种抛接球、移动抛接球的空间感。掌握基本垫球手型和垫球动作。灵敏反应、协调、速度、力量素质得到发展。  3）、积极参与各种发展相应体能的锻炼。  2、健康行为：  1）、乐于参加软排抛接、移动、垫球的练习与游戏。  2）、体验软式排球运动带来的乐趣。  3）、在身体比较累的时候，能坚持运动。  3、体育品格：  1)、在体育活动中，遵守要求和规则、诚实自律。  2）、在体育活动中克服困难，与同伴进行友好合作。 | | | | | | |
| **3.单元评价任务：通过多样化的评价，促进学生达成课程目标、发展核心素养**  **\*****基本运动能力评价**  1、质性评价：在自垫球完成6-8的的前提下对学生动作质量进行评价。  2、量性评价：连续自垫球完成相应的个数  \***健康行为的形成**：教师根据课堂表现对学生进行体育锻炼情况、所学健康知识掌握程度、运用所学健康知识与技能解决实际问题的能力、情绪调控与环境适应能力、健康意识与行为习惯的养成进行评价。  \***体育品德的养成**：教师对学生在雪莲、展示或比赛中表现出来的体育精神、体育道德和体育品德进行评价。  \***评价方法**：教师根据学生实际，综合运用清单式评价、观察评价、等级评价、展示评价、比赛评价、书面测评、记录表等多角度评定学生核心素养水平。  质性评价   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 内容 | 优秀  100-90 | 良好  89-75 | 合格  74-60 | 继续努力  59以下 | | 正面双手垫排球 | 垫球手型正确，垫得稳、准，上下肢协调用力，动作协调、连贯。 | 垫球手型正确，垫球较稳定，上下肢较协调，动作连贯。 | 垫球手型基本正确，垫球较稳定，动作较协调。 | 垫球手型不正确垫球不稳定，，动作不协调。 |   注：男生、女生大于≥6和8个  量性评价   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 正面双手  垫排球 |  | 上期 | 下期 | 上期 | 下期 | 上期 | 下期 | 上期 / 下期 | | 男 | 13 | 15 | 10 | 12 | 6 | 8 | 6/8个以下 | | 女 | 13 | 15 | 10 | 12 | 6 | 8 | 6/8个以下 |   注：此表参考《国家体制健康标准2014版》及双流区东升小学学生每期学习一个月降低标准后的有关数据制定。 | | | | | | |
| **4.单元整体教学思路（教学结构图）**（介绍单元整体教学实施的思路，包括课时安排、教与学活动规划，以结构图等形式整体呈现单元内的课时安排及课时之间的关联。）面向全体学生，以学生发展为本，落实“教会、勤练、常赛”，注重“学、练、赛、评”一体化教学。因材施教，**循序渐进。并**对作业进行优化设计，巩固所学技能，通过综合性评价，促进学生达成学习目标，形成核心素养。每个单元18次课时包括：健康教育（1课时）及体育理论（1课时）+【一项球类+田径及体操】（13课时）+复习及考核（1课时）+考核（1课时）+跨学科主题学习活动（1课时）每个课时作业设计。 | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **四年级上期排球大单元教学课时计划** | | | |
| **课次** | **主要内容** | | **涵盖内容** |
| 第1课 | 健康教育-安全运动促进身体健康 | | 健康教育 |
| 第2课 | 排球知识及比赛规则 | | 体育理论 |
| 第3课 | 1、双手正面垫球基本手型和姿势（口诀）、  2垫固定球、垫球离手 | 1、排球各种抛接游戏比赛、  2、与球共舞 | 气排球＋体操+田径 |
| 第4课 | 1、球球性练习自抛自垫球排球，抛一垫2练习  2、自抛自垫球类游戏 | 1、持球体能练习、  2、脚步移动练习 | 气排球＋田径 |
| 第5课 | 1、连续自垫球比多  2、定时、定量练习垫球 | 1、投掷排球  2、双手正面垫球比赛 | 气排球＋田径 |
| 第6课 | 1. 定时、定量练习、垫球 2. 排球游戏 | 1、跑、跳＋运球练习  2、跑、跳、投＋垫球练习 | 气排球＋田径 |
| 第7课 | 1、移动、抛球、垫球  2、小比赛、 | 1、发展排球能力的练习和游戏、  2、背贴背运球 | 气排球＋田径 |
| 第8课 | 1、抛接球练习、  2、固定位置垫 | 1、发展排球能力的练习和游戏 | 气排球＋体操 |
| 第9课 | 1、发展排球能力的练习和游戏2、体能练习 | 1、创新练习（垫地面反弹球）  2、启蒙性比赛 | 排球＋田径 |
| 第10课 | 1、、各种移动接同伴抛球（侧垫球）  2、双手正面垫球和移动动作、排球各种抛接游戏、持球体能恢复 | 1、排球各种抛接游戏  2、持球体能恢复 | 排球＋田径+t体操 |
| 第11课 | 1、听信号完成垫球达标、侧垫球抛1垫4  2、定时定量练习 | 1、与球共舞  2、持球体能练习 | 排球＋田径 |
| 第12课 | 1、趣味游戏导入对垫，初步学习两人对抛球练习、固定一抛一垫、 | 1、两人合作游戏比赛（夹球）2、自选（传球游戏） | 排球＋田径+体操 |
| 第13课 | 1 体验对墙垫球 | 1、小游戏（杨光你自选与体操或田径融合的游戏）、定量练习 | 排球＋体操+田径 |
| 第14课 | 1、对垫（会抛、会垫） | 1、步伐练习（前滚翻） | 排球＋体操 |
| 第15课 | 1、移动垫同学抛球 | 1、游戏、找对手PK | 排球＋田径 |
| 第16课 | 应急安全—火场逃生 | | 跨学科主题  学习活动 |
| 第17课 | 复习课:复习自垫球、对垫球、练习考试内容 | | 复习 |
| 第18课 | 考核：技评动作标准，定量考核、综合评价 | | 考核 |
| **考核内容** | **评价标准** | | |

**基本运动能力评价**

1、质性评价：在自垫球完成6-8的的前提下对学生动作质量进行评价。

2、量性评价：连续自垫球完成相应的个数

\***健康行为的形成**：教师根据课堂表现对学生进行体育锻炼情况、所学健康知识掌握程度、运用所学健康知识与技能解决实际问题的能力、情绪调控与环境适应能力、健康意识与行为习惯的养成进行评价。

\***体育品德的养成**：教师对学生在雪莲、展示或比赛中表现出来的体育精神、体育道德和体育品德进行评价。

\***评价方法**：教师根据学生实际，综合运用清单式评价、观察评价、等级评价、展示评价、比赛评价、书面测评、记录表等多角度评定学生核心素养水平。

质性评价

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 内容 | 优秀  100-90 | 良好  89-75 | 合格  74-60 | 继续努力  59以下 |
| 正面双手垫排球 | 垫球手型正确，垫得稳、准，上下肢协调用力，动作协调、连贯。 | 垫球手型正确，垫球较稳定，上下肢较协调，动作连贯。 | 垫球手型基本正确，垫球较稳定，动作较协调。 | 垫球手型不正确垫球不稳定，，动作不协调。 |

注：男生、女生大于≥6和8个

量性评价

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 |
| 正面双手  垫排球 |  | 上期 | 下期 | 上期 | 下期 | 上期 | 下期 | 上期 / 下期 |
| 男 | 13 | 15 | 10 | 12 | 6 | 8 | 6/8个以下 |
| 女 | 13 | 15 | 10 | 12 | 6 | 8 | 6/8个以下 |

注：此表参考《国家体制健康标准2014版》及双流区东升小学学生每期学习一个月降低标准后的有关数据制定。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **健康教育——安全运动促健康** | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   知识目标：知道体育运动的好处，了解体育运动中的一些安 全常识。  技能目标：知道并遵守安全运动的基本方法。  情感目标：愿意积极参加体育锻炼，促进身体健康。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   体育运动存在着风险，体育运动安全常识的教学是让学生“ 加强防范，学会自护 ”的教育思想，通过体育运动安全常识的学习，能够增强学生的体育运动安全防范意识，掌握必要的体育运动安全防范知识与技能，提高自我保护能力，促进学生在体育运动中能够合理活动、科学锻炼，最大限度地预防运动事故的发生和减少安全事件对学生造成的伤害。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   安全意识的养成需要一个长期过程并且比较抽象，光靠讲不能强化学生意识，需要从多角度和日常案例中给学生一些触动，并落实到日常锻炼中。  四年级学生自控能力欠缺，喜欢运动但安全知识掌握有限，对潜在的危险认识不足，注意力时间段，一旦放纵起来，就什么都抛诸脑后，需要老师从一开始就建立好的课堂常规、树立安全防护意识慢慢潜移默化进行熏陶。多说一些亲身经历的案例去触动内心，强化意识。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写**   （1）使学生了解上体育课要注意的事项，增强自我保护意识。  （2）了解预防和处理一些简单的运动损伤及事故的方法，逐步学会科学锻炼身体和自我保护的技能。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**   运动对我们的身体、心理和社会适应都有很好的促进作用但不正确、不合理的运动也会造成不必要的身体伤害，我们要学以致用，在日常体育活动中严格要求自己，保护自己和他人，避免发生不安全事故，让自己可以安全、健康、快乐的成长。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | | | **环节一：教学常规**  **宣布课的要求和内容**  **语言引入本节课内容** | | | **评价**  **要点** | | | | **时间** | | **教师活动1**  （1）体育运动好处多，同学们喜欢的运动可真多，哪你们锻炼后都有哪些感受？身体方面、心理方面、社会适应方面都可以说说。  （2）导入揭示课题（直接课件出示课题“运动健康与安全”）  让学生自己回答体育课可能会出现哪些情况？教师根据学生回答给予表扬。  （3）板书“安全运动促健康” | **学生活动1**   1. **学生积极讨论、各小组推荐代表回答** 2. **学生积极讨论、各小组推荐代表回答** | |  | | | |  | | **活动意图说明：**  通过讨论总结我们知道了体育运动有很多的好处，引入我们就应当经常参加体育运动，如何才能够安全的参加体育活动呢、体育运动中又有哪些隐患 | | | | | | | | | 环节二：  教师结合课件讲解体育课时常出现的情况  1出汗2流鼻血3运动腹痛4擦伤5扭伤6要想快乐平安的运动，我们该怎么做呢？7考一考你，这样做对吗？ | | | **评价**  **要点** | | **时间**  **30** | | | | 教师活动2  （1）出汗  我们运动时和运动后都会大量出汗，尤其是在夏天，那么大量出汗以后应该怎么做才是最科学的呢？  ★喝温水，不要一次性大量喝水。  ★不能立即用凉水洗脸、冲头。  ★及时擦干身上汗水，预防感冒。  （2）提问：什么情况下会流鼻血呢？  （课件展示）最重要的是：听从指挥，服从安排，有秩序地进行各项活动。  提问：遇到流鼻血怎样处理？展示课件  ★让受伤者坐下，用手的大拇指和食指捏住鼻根，尽量不要仰头，暂时用口（嘴巴）呼吸，必要时用纱布塞住流血的鼻孔。  （3）运动腹痛  同学们，你们在跑步时出现过腹痛吗？出现腹痛你是怎么做的呢？  （分析腹痛的原因a 饭后立即运动 b 跑步时讲话打乱了呼吸节奏 c 冬天大量吸入冷空气 d 准备活动不充分）  ★轻度腹痛可以减慢或者停止运动，同时用手按压疼痛点并做深呼吸，如果仍旧不能缓解，应立即寻求医生的帮助。  （4）擦伤  在体育课上摔倒受伤的同学举手老师看一下，受伤后你是怎么做的呢？为什么会摔倒？总结（a 跑步人多时容易摔倒。b 相互打闹时容易摔倒）  ★轻度：喷涂碘伏清洗、消毒就可以啦。  ★重度：清洗、消毒伤口，然后用纱布包扎。  教师展示清理伤口的方法，请学生上台体验。  （5）扭伤  还有一种比较严重的受伤是什么情况呢？课件展示。  ★轻度：将伤者抬到安全的地方用冷水冲淋5-10分钟扭伤部位并抬高患肢，继续用冷毛巾或者冰袋冷敷。48小时以后改用热毛巾热敷。  ★重度：冷水冲淋、冰敷后仍旧肿胀、疼痛厉害已不能走路，需要立即就医  （6）要想快乐平安的运动，我们该怎么做呢？播放视频。  （7）现场测验，考一考你，发题单现场测验，教师在逐题进行讲解。 | | 学生活动2  （1）教师提问，学生讨论后举手回答  （2）学生思考，举手回答  （3）学生思考，举手回答  （4）邀请学生演示  分享受伤后的处理经验  （5）学生讨论，举手回答  （6）认真观看视频  （7）根据上课内容在题单上作答，并认真听教师讲解 |  | |  | | | | **活动意图说明** | | | | | | | | | **环节三：**  收获与小结 | | | | **评价**  **要点** | | **时间** | | | **教的活动3**  （1）组织学生进行自评，三个方面：  体育运动的好处。  体育运动伤害事故的原因。  体育运动伤害事故的预防。  （2）教师归纳总结 | | **学的活动3**  （1）学生自评，分享收获  （2）学生认真听 | |  | | **5** | | | **活动意图说明**  本环节让学生知道了运动对我们的身体、心理和社会适应都有很好的促进作用但不正确、不合理的运动也会造成不必要的身体伤害，我们要学以致用，在日常体育活动中严格要求自己，保护自己和他人，避免发生不安全事故，让自己可以安全、健康、快乐的成长。 | | | | | | | | | | | | |
| 1. **场地与器材设计**   室内健康课 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计**   课前：提前调查周围同学和同伴喜欢参加的运动项目，体育运动中最常见的一些情况以及意外伤害。  课中：完成教师的课堂题单，并根据教师讲解的答案进行自我评判。  课后：向家人或朋友宣传安全运动知识。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **无** |
| 群体运动密度 | | **无** |
| 个体运动密度 | | **无** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第1课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课前：提前调查周围同学和同伴喜欢参加的运动项目，体育运动中最常见的一些情况以及意外伤害。  课中：完成教师的课堂题单，并根据教师讲解的答案进行自我评判。  课后：向家人或朋友宣传安全运动知识。 | |
| **作业目标** | （1）使学生了解上体育课要注意的事项，增强自我保护意识。  （2）了解预防和处理一些简单的运动损伤及事故的方法，逐步学会科学锻炼身体和自我保护的技能。 | |
| **作业资源** | 1 调查身边朋友，同学  2 网上查找资料 | |
| **安全提示** | 网上查找资料时注意使用电脑的时间，保护眼睛。 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | |  | | 1提前调查周围同学和同伴喜欢参加的运动项目，体育运动  中最常见的一些情况以及意外伤害。 | |  | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 2网上查找资料，了解预防和处理一些简单的运动损伤及事  故的方法 | | |  |  | | --- | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** | 1 分组展示调查、收集的资料  2 分组汇报网上查找的运动损伤处理方法。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | **调查1** | **了解身边同学、朋友的运动爱好** | **交流、沟通能力** | **E G I L** | **A E** | **C** | **A** | **E** |  |
| **2** | **调查2** | **网上查找运动损伤处理方法** | **调查总结能力** | **B E F I K M** | **B D** | **C** | **A** | **E** |  |
| **3** | **课堂检测** | **是否掌握处理运动伤害的方法** | **了解掌握常见的运动伤害处理能力** | **F L** | **A B C** | **G** | **B** | **E** |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第2课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 体育理论 | |
| **课型** | | | 新授课□ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标**  1.介绍排球的基本知识  2.使学生了解排球的一些规则  3.学生能够积极参与的回答问题 | | | | |
| **2.教学内容分析**  1.排球的基本知识  2.排球的基本规则 | | | | |
| **3.学生学情分析**  1.四年级的学生年龄在十来岁左右，活泼好动，对事物充满好奇且善于模仿，喜欢直观形象思维，对游戏、竞赛特别感兴趣，有较强的表现欲望。  2、技术技能基础：四年级学生身体基本活动能力较强，对动作掌控力较好。 因此在教学中，教师要运用多种教学手段，语言引导鼓励，消除畏惧心理，遵循循序渐进的教学方法，引导学生通过尝试合作等方法，逐步掌握学习内容 | | | | |
| 4.学习目标叙写  1、通过对排球起源的了解,了解排球的起源以及发展。中国在排球方面取得的优秀成绩等。达到学生对排球兴趣的提高目的。  2、掌握排球的接发球、轮换规则。提高学生比赛参与能力  3、通过对排球知识以及规则讲解,激励学生多参与体育锻炼,提升自身身体素质。  1、教学重点:火灾逃生的技能  2、教学难点:火灾中的逃生与自救 | | | | |
| **5.评价任务设计**1、学生对排球的起源及发展，中国在 排球取得的荣誉等，增强学生的集体荣誉感。2、了解规则、熟练规则、合理运用规则，激发学生对于排球的兴趣，3、学生通过排球基础理论，明白多参与体育锻炼，提升自身身体素质重要性。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | **环节一：**导入新课 | | | **评价**  **要点** | | **时间** | | **教师活动1**  **出谜语**  **2播放中国女排奥运会夺冠视频** | **学生活动1**  **学生猜关于排球的谜语**  **2观看女排夺冠** | | 观看视频，并能总结视频传达 的意图 | | 5分钟 | | **活动意图说明：**（简要说明教学环节、学习情境、学习活动等的组织与实施意图，预设学生可能出现的障碍，说明环节或活动对目标达成的意义和学生发展的意义。说出教与学活动的关联，如何在活动中达成目标，关注课堂互动的层次与深度）通过猜谜语激发学生兴趣和参与度，顺利引入关于排球视频。引出本科的主题 | | | | | | | **环节二：讲授** | | | **评价**  **要点** | **时间** | | | **教师活动2**   1. **谈一谈 组织讨论中国在排球方面取得哪些成绩。** 2. **探一探 中国女排名气最大的球员是谁？** 3. **看一看 展示视频，讲述排球起源及发展。** 4. **找一找**   **1）展示一段排球比赛视频，对学生进行提问。对学生的阐述补充和说明。**  **2）、教师随机抽选几名学生,并让学生回答老师的抽问。**  **3）、教师对学生阐述进行补充说明。**  **5.排球基本动作传垫扣模仿** | | **学生活动2**  **1、讨论有哪些中国在排球方面取得的成绩？**  **2.思考、讨论最名气最大的女排明星是谁？**  **3、认真观看视频，思考排球的起源及发展**  **4.**  **1）、讨论一场比赛多少人？**  **2）、触球动作有哪些？**  **3）单方每次接球能有多少次?**  **1）回忆思考，讨论，如何做出正确动作。** | **谈一谈，讨论火灾的危害（火灾无情、珍爱生命）**  **学会本领、化险为夷，有自救和应变能力** | **30分钟** | | | **活动意图说明：通过谈一谈、探一探、看一看、找一找，使学生有趣的参与活动，了解中国在排球方面取得的成绩，也能更加牢固的记住排球比赛规则。** | | | | | | | **环节三：** | | | **评价**  **要点** | **时间** | | | **教的活动3**  **游戏环节排球接力**  **不下座位的情况下，每组呈S型传球，每人传递排球一次，最快完成的获得胜利。** | | **学的活动3**  **认真游戏，听从老师安排。** | **知道加强体育锻炼，提升自身身体素质重要性** | **5分钟** | | | **活动意图说明：**  **以游戏的形式，学生初次触摸排球，提高学生兴趣。** | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**  **室内课教室、多媒体，排球4个** | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**（设计时关注作业的意图、功能、针对性、预计完成时间。发挥好作业复习巩固、引导学生深入学习的作用；面向全体，进行分层设计；检测类作业与探究类、实践类作业有机衔接；分析作业完成情况，作为教学改进和个性化指导与补偿的依据）课前收集关于排球相关的资料，了解排球起源及发展，课后分享所学，交流排球动作。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | |  |
| 群体运动密度 | |  |
| 个体运动密度 | |  |
| **10.教学反思与改进**（单节课教与学的经验性总结，基于学习者分析和目标达成度进行对比反思，教学自我评估与教学改进设想。课后及时撰写，突出单元整体实施的改进策略，后续课时教学如何运用本课学习成果，如何持续促进学生发展） | | | | |

**第2课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课前：收集关于排球起源及发展、中国在排球取得的成绩的相关资料。  课中：思考、描述、模仿排球传垫扣三大基础动作。  课外：观看一场完整的排球比赛。 | |
| **作业目标** | 1. 通过收集资料对排球起源及发展、中国在排球取得的成绩的了解,使学生初步了解排球，并提高学生集体荣誉感，民族自豪感。   2、通过模仿的方法。培养学生自主思考、自主学习能力。  3、通过学习排球知识,激励学生多参与体育锻炼,提升自身身体素质。  4、课后作业是对课堂所学的巩固与运用。 | |
| **作业资源** | **Ppt.智慧课堂、图片、视频、排球** | |
| **安全提示** | 课堂游戏时，不要站立，不要随意抢夺他人的球，时刻注意安全。 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | |  | | 课前：收集关于排球起源及发展、中国在排球取得的成绩的  相关资料。  用图片或文字的方式记录。 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课中：思考、描述、模仿排球传垫扣三大基础动作 | | |  |  | | --- | | 学生自评：☆☆☆☆☆ |   课外：观看一场完整的排球比赛。 |  |
| **作业**  **检测** | 上课小组介绍自己的调查情况，课堂检测。  课后的运用与实践可以发张作业完成表。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第2课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | **收集关于火灾的资料** | **了解排球起源及发展，并知道排球的基本规则** | **资料收集、整理能力** | **内化能力** | **B 、 D、 E** | **C** | **A** | **E** |  |
| **2** | **思考、描述、模仿排球传垫扣基础动作** | **通过练习初步能掌握模仿排球的基础动作，为以后准备** | **设计运用的能力** | **B、F、H、l** | **B、C** | **C、F** | **B** | **E** |  |
| **3** | **观看一场完整的排球比赛。** | **巩固学生所学知识，在此基础上提高孩子集体荣誉感。** | **逃生的技能** | **I、E、H** | **C** | **A、B** | **B** | **E** |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第3 课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **1、正面双手垫球基本手型和姿势**  **2、垫固定球、垫球离手**  **3、素质练习、游戏** | |
| **课型** | | | 新授课□√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标**  1、使学生建立正确的垫球动作概念，形成正确的动作表象。  2、通过本课的学习，使学生基本掌握排球正面双手垫球的技术动作，85%的学生运用此技术动作进行垫球和完成简单的垫球配合。  3、通过练习提高学生的自我学习能力，发展学生的协调性、灵敏性，增强学生的全身协调性。在小组练习中体验成功的喜悦、增强学生自信、使其会合作，培养学生的团队合作意识。 | | | | |
| **2.教学内容分析**  排球具有重量轻、体积大、制造材料柔软、不易伤手指等特点，学生玩起来趣味性强。学习排球可以发展学生上下肢力量及弹跳力，体验位移、速度、时空等运动感觉，提高灵活性。在技术中突出“插、夹、压、蹬”基本动作要点。本教程采用13课时的大单元学习，让学生掌握理论与垫球的动作要点，抛球稳、能连续垫多次。 | | | | |
| **3.学生学情分析**  四年级的学生自尊心强，容易通过一个运动的习得，获得成就感，该班学生运动习惯和运动能力较好，喜欢球类运动，人教版教材没有安排排球教学内容，学习排球垫球技术对学生既是挑战也是锻炼。学生具有乐于参与、求知欲强、大胆尝试、但集中注意力时间短。所以在教学中采用情景教学模式通过小组合作法、比赛法等多样的游戏形式、激发学生的学习兴趣，激发学生的学习兴趣，使学生在快乐、轻松的环境中完成学习任务，达到锻炼身体、愉悦身心的目的 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  1、通过本课的学习，学生初步建立正确的垫球动作概念形成正确的动作表象。  2、通过教学组织巩固运动技能，发展排球能力。  3、在游戏中增强体荣誉感、遵守比赛规则，注重体育品格的养成。 | | | | |
| **5.评价任务设计**  课的开始、课中、课结束部分都有不同的评价方式，分别从学习态度、参与度、综合评价反馈在运动能力、健康行为、体育品格上。课的开始主要评价学生的专注与积极性；课的基本部分通过游戏和练习主要评价学生对动作的掌握情况，学生完成三个不同的计评方式的表现以及创新能力；课的结束中主要评价师生、生生的相互评价。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | 环节一：准备部分  课堂常规：一、整队师生问好、宣布课的要求与内容；二、跑步分发器材三、热身球操，球性练习 | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1、教师组队伍集合、师生问好、安排见习生、  2、教师组织学生进行热身跑、同时分发器材；  3、、教师带领学生做自编热身操，球性练习。 | 学生活动1  1、体育委员整队集合、听从指令，参与反应游戏  2、学生参与游戏获得器材，触背取球、热身球操、跟随老师做热身操。  3、球性练习（抛接球、左右手拨球、躯体绕球） | 1、集合快、静、齐  认真听、看、练精饱满；2、反应躲闪灵敏、诚实。认真模仿热身操，充分舒展身体，活动各关节，活跃气氛。3、持球手型正确 | | | 8分钟 | | 活动意图说明：  教师语言引导、激发学生学习兴趣。师生问好、宣布课的要求与内容，让学生快快进入学习状态，用游戏方式分发器材，学生积极性高。热身球操、熟悉球性，既热了身又活跃了气氛。 | | | | | | | 环节二：基本部分  一、教授动作、二、两人一组练习垫固定球（强调动作、击球点）三、纠错，解决重难点再练习、四、垫球离手、五、课课练体能练习、六、游戏 | | 评价  要点 | 时间 | | | | 教师活动2   1. 教师结合示意图对动作进行讲解，师示范垫球动作，动作要点：手型：叠掌式，触球部位：手腕关节上10公分，击球点：腹前一臂距离，击球部位：球的中下部。口诀：插夹抬压蹬送。   2、组织击固定球练习（教师巡回指导学生，强调动作，击球点）  3、教师集体进行集体纠错，解决教学重难点，再练习（优生展示）  4、垫球离手：自抛自垫（一抛一垫）教师示范一抛一垫动作  5、组织身体素质练习师讲解规则、示范练习方法，组织练习。  6、讲解游戏规则，组织游戏：蚂蚁搬家（收还器材） | 学生活动2  1、仔细听教师的讲解，认真观察老师的动作  2、自己总结动作要点，学会思考牢记口诀。  3、按教师指令，2人一组一球，一人拿球将就放在固定位子固定好，一人击球，10次一轮换（动作固定，自我要求保质保量）  4、认真听易犯错误，自我纠正，再练习用于展示自我。  5、听指令，一人一球开始自抛自垫，动作固定注意触球点和击球点。  6、学生认真听练习方法，听指挥练习（仰卧起坐、仰卧两头起）  7、按规则进行游戏：夹球跳 | 1、认真仔细观察，垫球部位和接球点。  2、落点正确，夹臂、压腕、顶肘  3、移动、脚屈膝蹬地，手臂不高过肩  4、1、基本完成动作要点、2、能成功完成垫球并接住球，  5、认真练习、核心收紧 | 27分  钟 | | | | 活动意图说明：在基本部分的六个大流程中，用了示范展示法、榜样法、对比法、比赛法等学生参与有趣的练习与游戏，使学生玩中进一步掌握正面双手垫球的方法。加入课课练，锻炼学生体能，平衡上下肢力量，锻炼核心力量。最后用游戏的方式来结束让学生有意犹未尽的感觉，激发学习兴趣。 | | | | | | | 环节三：  一、小结、放松；二、布置课后作业 | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教的活动3  1、指导学生放松拉伸肌肉  2、小结本课  3、收拾器材，  41、布置作业、师生再见 | 学的活动3  1、模仿老师动作拉伸放松  2、和同学交流本节课光彩时刻  3、收拾器材  4、听老师布置作业师生再见 | 1、认真拉伸放松，分享所学技能。  2、乐于分享、完成课后作业 | | 5  分钟 | | | 活动意图说明：  结束部分放上音乐，以放松小结为主，陶冶情操，师生、生生交流本节课所学技能与收获，课后作业的布置是本节课所学知识的延申，可以巩固课堂所学知识。 | | | | | | | | | | |
| 7.场地与器材设计  运动场一块  排球 x 41 、标志盘 x40张、音箱x1 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1、自垫固定球4，20\*4组，  2、自垫球一抛一垫4，10\*4组，  3、俯卧开合跳30\*3组 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——强——弱** |
| 群体运动密度 | | **50%-60%** |
| 个体运动密度 | | **60%-70%** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第3课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中任务：  两人一组垫固定球20次一组，每人4组  单人一抛一垫10次一组，每人4组  课后任务  巩固练习：  1、一抛一垫30秒垫球\*3组。  2、俯卧开合跳30\*3组  3、亲子活动：与家长合作垫固定球20次\*3组 | |
| **作业目标** | 1 通过练习，巩固在校学习动作技能。  2、通过体能练习，增强学生体质。  2 亲子游戏活动可以缓解家长和孩子在生活、工作及学习中的压力，家庭充满快乐和愉悦，拉近父母和孩子的距离。培养创新能力 | |
| **作业资源** | 排球或自制器材 | |
| **安全提示** | 1、练习时做好热身活动，在平坦的场地运动在家练习时，  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | 课中  作业一：  垫固定球  要求垫球动作固定，正确的垫球手型垫球，连续  20次，完成4组  作业二：  单人自抛自垫  要求动作手型固定，一抛一垫10次一组，4组 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课后作业： | | | | 1、一抛一垫30秒垫球\*3组。  2、俯卧开合跳30\*3组  3、亲子活动：与家长合作垫固定球20次\*3组 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第3课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | **两人一组垫固定球** | **提升动作技术，为自垫球做好准备** | **击球垫和触球点** | **A B** | **B C** | **A B** **C** | **B** | **B** |  |
| **2** | **自抛自垫** | **连续垫球，提高技术运用能力** | **动作固化的能力，心里素质培养** | **A B** | **B C** | **A B D** | **B** | **B** |  |
| **3** | **自抛自垫30秒垫球\*3组** | **连续垫球，提高技术运用能力** | **动作固化的能力，心里素质培养** | **A B** | **B C** | **A B D** | **C** | **B** |  |
| **4** | **俯卧开合跳30\*3组** | **锻炼体能，增强体质** | **体能、全身活动** | **A E** | **C F** | **A** | **C** | **B** |  |
| **5** | **亲子游戏**  **（垫固定球）** | **巩固技术动作，增强亲子感情** | **排球双手正面垫球技术** | **A B** | **C E F** | **A B E** | **C** | **E** |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第4 课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **1、自抛自垫**  **2、脚步移动**  **3、素质练习，游戏** | |
| **课型** | | | 新授课□ √ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标**  1、认知目标；学生知道准备姿势和移动的正确步伐；能记住双手上下垫球时两臂伸直夹紧成一平面。  2、技能目标：85%以上的同学能模仿做出准备姿势和移动步伐，80%以上的学生在垫球时初步能做到“两臂伸直夹紧成一平面”。  3、情意目标：学生乐意按老师的要求进行练习，并积极投入到运动之中。  4、运动负荷：学生能完成教师布置的练习量，并达到一定的负荷。 | | | | |
| **2.教学内容分析**  排球是五年级的主要教学内容，但人教版教材没有安排排球教学内容，根据所教学生的学习情况，在四年级开展了垫球的学习，垫球是排球运动中最基本的技术，学习垫球技术可以充分发挥学生上下肢协调能力及移动的灵活性，让学生在尝试体验中获得排球运动的乐趣。在技术中突出“插、夹、压、蹬”基本动作要点。本教程采用13课时的大单元学习，让学生掌握理论与垫球的动作要点，抛球稳、能连续垫多次。 | | | | |
| **3.学生学情分析**  四年级的学生自尊心强，容易通过一个运动的习得，获得成就感，该班学生运动习惯和运动能力较好，喜欢球类运动，人教版教材没有安排排球教学内容，学习排球垫球技术对学生既是挑战也是锻炼。学生具有乐于参与、求知欲强、大胆尝试、但集中注意力时间短。所以在教学中采用情景教学模式通过小组合作法、比赛法等多样的游戏形式、激发学生的学习兴趣，激发学生的学习兴趣，使学生在快乐、轻松的环境中完成学习任务，达到锻炼身体、愉悦身心的目的 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  1、通过本课的学习，学生进一步掌握自抛自垫的垫球能力和基本脚步移动。  2、在游戏中巩固运动技能，发展排球能力。  3、在比赛中有集体荣誉感、遵守比赛规则，体育品格的养成。 | | | | |
| **5.评价任务设计**  课的开始、课中、课结束部分都有不同的评价方式，分别从学习态度、参与度、综合评价反馈在运动能力、健康行为、体育品格上。课的开始主要评价学生的专注与积极性；课的基本部分通过游戏和练习主要评价学生对动作的掌握情况，学生完成三个不同的计评方式的表现以及创新能力；课的结束中主要评价师生、生生的相互评价。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | **环节一：准备部分**  **课堂常规：一、整队师生问好、宣布课的要求与内容、安排见习生；二、跑步分发器材三、热身球操；四、游戏** | | **评价**  **要点** | | | **时间** | | **教师活动1**  **教师提前到场，准备好场地、器材，等候上课。在集合地点观察、检查学生服装，并接受体育委员汇报。**  **1、“同学们好！”**  **2、宣布本课的学习内容，揭示目标和要求。**  **3、安排见习生。**  **1、慢跑**  **教师讲解跑动的路线及有关要求，哨音指挥学生练习，并慢跑伴随。**  **内容：裂队跑——并队跑**  **裂队跑——合队跑**  **——分队跑——并队跑等**  **2、游戏：头上、胯下，左、右传接球练习。**  **（1）教师讲解游戏方法、要求。**  **男、女生各排成二路纵队，前后间隔一臂，排头持一排球，经左（右）转向后传球，接球者经右（左）转向后传球，依次传至最后（转身时双脚不能移动），最后一人接球后快速前跑至排头再向后传，最先到达终点队为胜队。**  **（2）组织学生练习。**  **3、准备操1~6节**  **把学生分成四大组，分别由小组长带领完成准备操。** | **学生活动1**  **体育委员带领全班同学按约定地点集合，检查到班人数并向老师汇报出勤情况。**   1. **班成二列横队集合。**   **组织如图一：**  **× O**  **× O**  **△**  **☆**     1. **“老师好！：** 2. **学生认真听讲，明确学习内容和要求等。** 3. **见习生按要求随堂听课，做力所能及之事。**   **学生根据教师的要求进行有序的练习。**  **组织：**  ☆  ×××× O O O O O  ×××× O O O O O  **学生认真听讲，记住游戏的方法及要求。**  **学生按下图进行练习。**  **××××× O O O O O**  **××××× O O O O O**  **××××× O O O O O**  **××××× O O O O O**  **☆**  **组织：如图四**  **△ △**  **××××× O O O O O**  **××××× O O O O O**  **☆**  **××××× O O O O O**  **××××× O O O O O**  **△ △** | 1、集合快、静、齐  认真听、看、练精饱满；2、反应躲闪灵敏、诚实。认真模仿热身操，充分舒展身体，活动各关节，活跃气氛。3、持球手型正确 | | | 8分钟 | | **活动意图说明：**  **教师语言引导、激发学生学习兴趣。师生问好、宣布课的要求与内容，让学生快快进入学习状态，用游戏方式分发器材，学生积极性高。热身球操、熟悉球性，既热了身又活跃了气氛。** | | | | | | | **环节二：基本部分**  **一、教授动作、二、练习、三、纠错，解决重难点再练习、四、技评、五、课课练体能练习** | | **评价**  **要点** | **时间** | | | | **教师活动2**  **1、教师示范讲解动作要领。**  **①准备姿势**  **②并步**  **③跨步**  **2、组织学生练习。**  **④双手垫球（自抛自垫）**  **要求：两手互握，手腕下压，两臂伸直，两臂夹紧并外翻形成一个平面，击球的刹那保持手臂与身体垂直，与地面平行。**  **教师巡回检查，辅导纠错再练习**  **组织学生进行正、误对比评价。**  **素质练习**  **教师讲解练习的内容：**   1. **跳短绳** 2. **弯道跑**   **强调：注意安全** | **学生活动2**  **1、学生认真听讲，记住有关动作要领。**  **2、认真观看示范。**  **3、学生集体练习。**  **①徒手做准备姿势和各种移动步法的模仿练习。**  **②根据口令或手势反复做不同方向的移动练习。**  **③两人面对站立，保持好准备姿势做互相“摸背游戏”。**  **组织：同图三**  **4、学生明确要求**  **5、学生练习。**  **①徒手模仿原地垫球动作。**  **②一人一球，自抛自垫（体会击球点和控制球能力）。**  **组织：自由组合，散点练习。**  **学法（1）学生自练自评。**  **（2）学生互练互评。**  **（3）以小组为单位进行评比练习。**  **学生明确跳绳时的要求，积极参加到练习之中。**  **方法：学生自己商量确定。**  **组织：散点** | **1、认真仔细观察，**  **2、移动、脚屈膝蹬地，手臂不高过肩**  **3、基本完成动作要点、能成功完成垫球并接住球，完成个数，4、小组成绩总计小组长记录**  **5、能有创新自垫球动作**  **6、认真练习、核心收紧** | **27分**  **钟** | | | | **活动意图说明：在基本部分的五个大流程中，用了示范展示法、榜样法、对比法、比赛法等学生参与有趣的练习与游戏，使学生玩中进一步掌握排球自抛自垫的方法。通过创新练习环节，培养学生创新能力。通过小组评比的方式全面评价学生，提高学生学习积极性。通过课课练，锻炼学生体能，平衡上下肢力量，锻炼核心力量，提高身体灵敏度和协调性。** | | | | | | | **环节三：**  **一、小结、放松；二、布置课后作业** | | **评价**  **要点** | | **时间** | | | **教的活动3**  **1、组织学生进行放松。**  **2、小结本堂课的学习情况。**  **3、布置课后作业，安排学生收器材。**  **4、“同学们再见﹗”** | **学的活动3**  **1、学生能积极进行放松。**  **2、学生认真听讲，共同参与小结，明确存在的问题。**  **3、值日生按要求回收器材。**  **4、“老师再见！”** | **1、认真拉伸放松，分享所学技能。**  **2、乐于分享、完成课后作业** | | **5**  **分钟** | | | **活动意图说明：**  **结束部分放上音乐，以放松小结为主，陶冶情操，师生、生生交流本节课所学技能与收获，课后作业的布置是本节课所学知识的延申，可以巩固课堂所学知识。** | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**  **运动场一块**  **排球 x 41 、标志盘 x40张、音箱x1、短绳x41** | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**（  1、自抛自垫，10\*4组，  2、30秒垫球\*3组。  3、深蹲跳起20\*3组 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——强——弱** |
| 群体运动密度 | | **40%-50%** |
| 个体运动密度 | | **60%-70%** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第4课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中任务：  脚步移动练习:分解、完整  自抛自垫10x4  课后任务  巩固练习：  1、30秒垫球\*3组。  2、跳短绳一分钟计时\*3组 | |
| **作业目标** | 1 通过练习，巩固在校学习动作技能。  2、通过体能练习，增强学生体质。 | |
| **作业资源** |  | |
| **安全提示** | 1、练习时做好热身活动，在平坦的场地运动在家练习时，  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | 课中  作业一：  完整脚步移动  要求以小组为单位进行评比  作业二：  10秒钟计时自抛自垫，小组算总数 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课后作业： | | |   1、30秒垫球\*3组。  2、跳跳短绳一分钟计时3组   |  | | --- | |  | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第4课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | **自抛自垫** | **提升动作技术，为连续垫球做好准备** | **连续垫球技术** | **A B** | **B C** | **A B** **C** | **B** | **B** |  |
| **2** | **脚步移动练习** | **提高脚步移动速度，锻炼灵活性** | **脚步移动快，到位率高** | **A B** | **B C** | **A B D** | **B** | **B** |  |
| **3** | **30秒垫球\*3组** | **连续垫球，提高技术运用能力** | **动作固化的能力，心里素质培养** | **A B** | **B C** | **A B D** | **C** | **B** |  |
| **4** | **一分钟计时跳短绳** | **锻炼体能，增强体质提高上下肢协调性** | **体能、全身活动** | **A E** | **C F** | **A** | **C** | **B** |  |
| **5** | **弯道跑** | **锻炼体能提高身体素质** | **速度快，摆臂** | **A B** | **C E F** | **A B E** | **C** | **E** |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第5 课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **1、连续自垫球**  **2、定时、定量练习垫球**  **3、素质练习、游戏比赛** | |
| **课型** | | | 新授课√□ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标**  1、通过前面课时的学习，学生基本掌握排球正面双手垫球的技术动作，能够完成单次的自抛自垫球动作但连续性不够。  2、通过本节课的练习，巩固技术动作提升垫球的连续性，希望达到进一步低提升学生垫球的稳定性和准确度，为后续的排球技术学习打下坚实的基础，起到一个承上启下的作用。  3、在小组练习中体验成功的喜悦、增强学生自信、使其会合作，培养学生的团队合作意识。 | | | | |
| 2.教学内容分析  正面双手垫球是排球技术中的一项基本技术，是学生所喜爱的运动项目，通过排球运动练习，可以发展学生跑、跳等基本活动能力，提高灵敏、速度、力量、耐力等身体素质和动作的准确性、协调性。同时，还能培养学生勇敢、顽强、机智、果断、胜不骄，败不馁等优良品质和团结一致，密切配合的集体主义精神，是一项有很高锻炼价值的运动项目。 | | | | |
| **3.学生学情分析**  四年级的学生自尊心强，容易通过一个运动的习得，获得成就感，该班学生运动习惯和运动能力较好，喜欢球类运动，人教版教材没有安排排球教学内容，学习排球垫球技术对学生既是挑战也是锻炼。学生具有乐于参与、求知欲强、大胆尝试、但集中注意力时间短。所以在教学中采用情景教学模式通过小组合作法、比赛法等多样的游戏形式、激发学生的学习兴趣，激发学生的学习兴趣，使学生在快乐、轻松的环境中完成学习任务，达到锻炼身体、愉悦身心的目的 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  1、通过本课的学习，学生能从自抛自垫向连续自垫过渡。  2、在游戏中巩固运动技能，发展排球能力。  3、在比赛中有集体荣誉感、遵守比赛规则，体育品格的养成。 | | | | |
| **5.评价任务设计**  课的开始、课中、课结束部分都有不同的评价方式，分别从学习态度、参与度、综合评价反馈在运动能力、健康行为、体育品格上。课的开始主要评价学生的专注与积极性；课的基本部分通过游戏和练习主要评价学生对动作的掌握情况，学生完成三个不同的计评方式的表现以及创新能力；课的结束中主要评价师生、生生的相互评价。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | 环节一：准备部分  课堂常规：一、整队师生问好、宣布课的要求与内容、安排见习生；二、跑步分发器材三、热身球操。 | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1、教师组队伍集合、师生问好、安排见习生、  2、教师组织学生进行热身跑、同时分发器材、教师带领学生做自编热身操。  3、教师组织引导学生熟悉球性、复习基本手型、引入正课。 | 学生活动1  1、体育委员整队集合、听从指令，参与反应游戏  2、学生参与游戏获得器材，触背取球、热身球操、跟随老师做热身操。  3、抛接游戏、左右拨球拉球、躯体绕球  4、复习引入垫球动作（手型、垫球部位已经复习） | 1、集合快、静、齐  认真听、看、练精饱满；2、认真模仿热身操，充分舒展身体，活动各关节，活跃气氛。3、持球手型正确 | | | 8分钟 | | 活动意图说明：  教师语言引导、激发学生学习兴趣。师生问好、宣布课的要求与内容，让学生快快进入学习状态，用游戏方式分发器材，学生积极性高。热身球操、熟悉球性，既热了身又活跃了气氛。 | | | | | | | 环节二：基本部分  一、教授动作、二、练习、三、纠错，解决重难点再练习、四、技评、五、游戏比赛、六、课课练体能练习 | | 评价  要点 | 时间 | | | | 教师活动2  1、教师展示挂图，师示范垫球动作，动作要点：垂直抛球高过头、压腕顶肘臂接球  2、组织循序渐进的练习  双手垫球（连续自垫）  要求：两手互握，手腕下压，两臂伸直，两臂夹紧并外翻形成一个平面，击球的刹那保持手臂与身体垂直，与地面平行。  教师巡回检查，辅导纠错再练习  组织学生进行正、误对比评价。  3、自主小测试  1）计时连续垫球比多  2）定量垫球比赛，  4、以小组进行总结评比（时间、数量、动作）  5、组织身体素质练习师讲解规则、示范练习方法，组织练习。  6、游戏比赛：蚂蚁搬家 | 学生活动2   1. 生观察老师的动作 2. 学生练习。 3. 手模仿原地垫球动作。 4. ②一人一球，自抛连续垫（体会击球点和控制球能力）。 5. 组织：自由组合，散点练习。 6. 学法（1）学生自练自评   2）学生互练互评。  （3）以小组为单位进行评比练习。  (4)每组派代表展示比拼  6、素质练习  1）仰卧起坐  2）仰卧两头起  7、游戏比赛：蚂蚁搬家  分为人数均等的4组，采用仰卧倒爬方式捡球放在腹部运回球框放好，每组最后一名队员完成为胜。 | 1、认真仔细观察，垫球部位和接球点。  2、落点正确，夹臂、压腕、顶肘  3、移动、脚屈膝蹬地，手臂不高过肩  4、1、基本完成动作要点、2、能成功完成垫球并接住球，完成个数，3、小组成绩总计小组长记录  5、认真练习、核心收紧 | 27分  钟 | | | | 活动意图说明：在基本部分的六个大流程中，用了示范展示法、榜样法、对比法、比赛法等学生参与有趣的练习与游戏，使学生玩中进一步掌握排球垫球的方法。。通过三种不同的记评方式全面评价学生。通过课课练，锻炼学生体能，平衡上下肢力量，锻炼核心力量。 | | | | | | | 环节三：  一、小结、放松；二、布置课后作业 | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教的活动3  1、指导学生放松拉伸肌肉  2、小结本课  3、收拾器材，  41、布置作业、师生再见 | 学的活动3  1、模仿老师动作拉伸放松  2、和同学交流本节课光彩时刻  3、收拾器材  4、听老师布置作业师生再见 | 1、认真拉伸放松，分享所学技能。  2、乐于分享、完成课后作业 | | 5  分钟 | | | 活动意图说明：  结束部分放上音乐，以放松小结为主，陶冶情操，师生、生生交流本节课所学技能与收获，课后作业的布置是本节课所学知识的延申，可以巩固课堂所学知识。 | | | | | | | | | | |
| 7.场地与器材设计  运动场一块  排球 x 41 、标志盘 x40张、音箱x1、体操垫x20 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**（  1、连续垫球，10\*4组，  2、30秒垫球\*3组。  3、助跑摸高5次\*3组 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——强——弱** |
| 群体运动密度 | | **40%-50%** |
| 个体运动密度 | | **60%-70%** |
| 1. **教学反思与改进**（单节课教与学的经验性总结，基于学习者分析和目标达成度进行对比反思，教学自我评估与教学改进设想。课后及时撰写，突出单元整体实施的改进策略，后续课时教学如何运用本课学习成果，如何持续促进学生发展） | | | | |

**第5课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中任务：  连续自垫完成10次，两组  30秒钟垫球记次数，两组  课后任务  巩固练习：  1、30秒垫球\*3组。  2、助跑摸高5\*3组  3、亲子活动：计时垫球比多 | |
| **作业目标** | 1 通过练习，巩固在校学习动作技能。  2、通过体能练习，增强学生体质。  2 亲子游戏活动可以缓解家长和孩子在生活、工作及学习中的压力，家庭充满快乐和愉悦，拉近父母和孩子的距离。培养创新能力 | |
| **作业资源** |  | |
| **安全提示** | 1、练习时做好热身活动，在平坦的场地运动在家练习时，  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | 课中  作业一：  连续垫球10次，两组  要求垫球有一定高度，正确的垫球手型垫球2-4个，连续  10次，完成两组  作业二：  30秒钟计时，小组算总数  要求要30秒钟连续垫球 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课后作业： | | |   1、30秒垫球\*3组。  2、助跑摸高5\*3组   |  | | --- | | 3、亲子活动：计时垫球比多 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第5课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | **连续垫球** | **强化连续垫球动作技术，** | **连续垫球技术** | **A B** | **B C** | **A B** **C** | **B** | **B** |  |
| **2** | **30秒钟计时，小组算总数** | **连续垫球，提高技术运用能力** | **动作固化的能力，心里素质培养** | **A B** | **B C** | **A B D** | **B** | **B** |  |
| **3** | **计数垫球，比速度质量** | **连续垫球，提高技术运用能力** | **动作固化的能力，心里素质培养** | **A B** | **B C** | **A B D** | **C** | **B** |  |
| **4** | **仰卧起坐、两头起** | **锻炼体能，增强体质** | **体能、全身活动** | **A E** | **C F** | **A** | **C** | **B** |  |
| **5** | **亲子游戏**  **（垫、接排球）** | **巩固技术动作，增强亲子感情** | **排球双手正面垫球技术** | **A B** | **C E F** | **A B E** | **C** | **E** |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第6课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **定时＋排球游戏(垫球接力)** | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   教学中采用循序渐进、层层深入的教学方法，练习中尽可能地启发学生通过体验、观察去探索、思考，让学生在“体验——思考启发——顿悟——体验”中掌握运动技能，以激发学生兴趣，活跃课堂气氛，从发展学生能力出发，培养学生的自主学习，合作探究能力。通过本节课的练习，希望达到进一步低提升学生垫球的稳定性和准确度，为后续的排球技术学习打下坚实的基础，起到一个承上启下的作用。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   正面双手垫球是排球技术中的一项基本技术，是学生所喜爱的运动项目，通过排球运动练习，可以发展学生跑、跳等基本活动能力，提高灵敏、速度、力量、耐力等身体素质和动作的准确性、协调性。同时，还能培养学生勇敢、顽强、机智、果断、胜不骄，败不馁等优良品质和团结一致，密切配合的集体主义精神，是一项有很高锻炼价值的运动项目。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   正面双手垫球是排球技术中的主要内容之一，教学对象是小学四年级的学生，朝气蓬勃、富于想象和挑战，好胜心强，善于表现自己，对排球运动比较喜爱等特点也为很好的完成教学提供了有力的条件。想要整节课学生精神饱满、持久地投入到课堂教学中去，就要选择学生感兴趣的教学方法和手段。在玩中学，在情境中练，以有效达到教学目标。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写**   **（**1）通过学习学生能较清楚的掌握垫球的击球部位和击球的手型。  （2）通过自主学习和小组合作互相学习的形式，调动学生学习兴趣，增强学生勇敢、果断和克服困难的优良品质，为培养学生的运动爱好奠定基础。  （3）养成遵守纪律的习惯，乐意展示。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 维度 | 内容 | 评价要点 | 评价建议 | 建议权重 | | 知识 | 锻炼价值练习方法术语 | 了解排球运动的锻炼价值，说出动作名称和术语，以及动作要领 | 提问、互问互答 | 20% | | 技能 | 完整技术动作 | 掌握正确的正面双手垫球基本技术，能在游戏中坚持运用 | 量性与质性结合  随机检查 | 60% | | 学习行为和表现 | 积极参与  自我调整  团队精神 | 主动参与游戏活动，能够与不同运动能力的同学参与练习或游戏。关注自己的进步幅度和存在的问题，并加以改进 | 参与练习、游戏的行为表现和规则意识 | 20% | | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：准备部分**  **1课堂常规**  （1）师生相互问好，安排见习生。  （2）宣布本课内容与目标。并提出课堂要求与希望。  2准备活动  游戏：桃花朵朵开  跑步行进间根据老师喊的数字组队抱团 | | | **评价要点**  精神饱满 认真听讲  游戏遵守规则  热身动作到位 | **时间**  **5** | | **教师活动**  1师生相互问好，安排见习生。  2宣布本课内容与目标。并提出课堂要求与希望。  3讲解边游戏的规则与方法。  4指导学生开展游戏 | | **学生活动**  1体育委员整队并汇报上课和见习人数。  2学生明确本课学习的内容及目标。  3学生明白游戏的规则  4 听从指挥开展游戏 |  |  | | **活动意图说明：**在运动前需要进行热身、才能有效避免运动过程中发生意外。热身活动、就是通过短时间、低强度的运动，让学生在体育课正是开始前，对全身肌肉进行预热。做好充分地准备，给体育课的进行提供了良好的开端。有效的热身活动，能在短时间内提高人的心肺功能和代谢功能。使得身体的每一个部分都能迅速适应接下来的运动。可以说，热身活动在体育课中有着非常重要的作用。 | | | | | | **环节二：基本部分**   1. 单人自垫练习   （问题一：垫球多高才合适？问题二：用哪个部位垫球最稳呢？）  2.双人组队练习，相互纠错  3.定时练习（规定时间内计次数）  4.融合田径的游戏（分为8组进行比赛，每组每人一个球。从排头开始，抱着球跑到指定位置做双手正面自垫球正确动作连续自垫三个球，放在框里，然后跑回接掌下一个人跑) | | | **评价要点**  1能找准击球点，做出正确的垫球动作，能够控制好球的高度，动作协调  2分组练习积极认真  3游戏时遵守规则 | **时间**  **30** | | **教师活动**  1教师提问（问题一：垫球多高才合适？问题二：用哪个部位垫球最稳呢？）  2教师将学生进行分组（10人一个大组，大组里2人一个小组），安排组长双人组队练习，相互纠错  3定时练习（规定时间内计次数）  教师计时发令，单位时间内完成垫球次数。  4游戏：接力垫球  把学生分为8组，讲清楚规则和要求，组织学生开展游戏。 | **学生活动**  1单人练习，观察、思考积极回答  2学生根据分组，在组长带领下做垫球练习，并相互纠错，评价。  3根据教师的指令，进行计时垫球练习。  4认真倾听游戏规则，在教师的指挥下进行游戏。 | |  |  | | **活动意图说明**  1通过单人练习，提问的方式，引出正面双手自垫球要领（夹肩、顶轴、压腕、垫球）的动作要领  2通过分组练习，加强小组合作交流，相互帮助纠错、评价。  3通过定时练习，提升练习密度、强度，巩固动作技术稳定性。  4游戏环节，结合快速跑，提高整节课的练习负荷，达到上下肢均衡锻炼的效果。 | | | | | | **环节三：结束部分**  1组织学放松  2小结本课情况  3安排学生收器材  4师生再见 | | | **评价要点**  认真拉伸放松  能积极评价自己在本节课上的表现 | **时间**  **5** | | **教的活动**  1带领学生放松放松  学生围成圆圈拉伸放松  2学生自我评价，教师总结小结  3回收器材 | **学的活动**  1随着教师的引导进行放松  2学生自评，认真听老师小结  3学生归还器材 | |  |  | | **活动意图说明**  放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。  总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | |
| 1. **场地与器材设计**   排球场1个 排球41个 标志桶16个 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计**   （1）单人连续自垫球。  （2）亲子游戏：你抛我垫 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——强——弱** |
| 群体运动密度 | | **40%—50%** |
| 个体运动密度 | | **40%—50%** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第6课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中：单人自垫球  课外：（1）单人连续自垫球。  （2）亲子游戏：你抛我垫 | |
| **作业目标** | 1 通过练习，巩固在校学习动作技能。  2 亲子游戏活动可以缓解家长和孩子在生活、工作及学习中的压力，家庭充满快乐和愉悦，拉近父母和孩子的距离。 | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地 | |
| **安全提示** | 运动前做好热身活动，运动过程中注意空间距离距息及安全 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | 课中：单人自垫球  优秀：13次 5☆ | | 良好：10次 3☆ | | 合格：6次 1☆ | | 加油：6次以下 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课外：（1）单人连续自垫球。  操作如上  （2）亲子游戏：你抛我垫 | | |   1 家长与学生相隔2米，家长抛球10次 ，学生将排球垫回家长手中。   |  | | --- | | 接住5次以上：5☆ | | 接住4次以上：4☆ | | 接住3次以上：3☆ | | 接住2次以上：2☆ | | 接住1次以上：1☆ | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 30分钟 |
| **作业**  **检测** | 上课时间对随机点名抽测 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小4年级体育与健康学科课时作业属性表（第6课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 定时垫球 | 提升垫球的熟练、稳定性 | 排球双手正面垫球技术 | **A B L** | **A B C D E** | **B** | **B** | **E** | **A** |
| **2** | 亲子游戏  （垫、接排球） | 提升垫球的熟练、稳定性  增进亲子关系 | 排球双手正面垫球技术 | **A B** | **A B C D E** | **E** | **C** | **D** | **A** |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第7课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **移动、行进间垫球+排球游戏（垫球绕杆接力赛）** | |
| **课型** | | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   教学中采用循序渐进、层层深入的教学方法，练习中尽可能地启发学生通过体验、观察去探索、思考，让学生在“体验——思考启发——顿悟——体验”中掌握运动技能，以激发学生兴趣，活跃课堂气氛，从发展学生能力出发，培养学生的自主学习，合作探究能力。通过本节课的练习，希望达到进一步低提升学生垫球的稳定性和准确度，为后续的排球技术学习打下坚实的基础，起到一个承上启下的作用。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   正面双手垫球是排球技术中的一项基本技术，是学生所喜爱的运动项目，通过排球运动练习，可以发展学生跑、跳等基本活动能力，提高灵敏、速度、力量、耐力等身体素质和动作的准确性、协调性。同时，还能培养学生勇敢、顽强、机智、果断、胜不骄，败不馁等优良品质和团结一致，密切配合的集体主义精神，是一项有很高锻炼价值的运动项目。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   正面双手垫球是排球技术中的主要内容之一，教学对象是小学四年级的学生，朝气蓬勃、富于想象和挑战，好胜心强，善于表现自己，对排球运动比较喜爱等特点也为很好的完成教学提供了有力的条件。想要整节课学生精神饱满、持久地投入到课堂教学中去，就要选择学生感兴趣的教学方法和手段。在玩中学，在情境中练，以有效达到教学目标。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写**   **（**1）通过进一步学习，大部分学生能够掌握垫球的击球部位和击球的手型。  （2）通过自主学习和小组合作互相学习的形式，调动学生学习兴趣，增强学生勇敢、果断和克服困难的优良品质，为培养学生的运动爱好奠定基础。  （3）养成遵守纪律的习惯，乐意展示。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 维度 | 内容 | 评价要点 | 评价建议 | 建议权重 | | 知识 | 锻炼价值练习方法术语 | 了解排球运动的锻炼价值，说出动作名称和术语，以及动作要领 | 提问、互问互答 | 20% | | 技能 | 完整技术动作 | 掌握正确的正面双手垫球基本技术，能在游戏中坚持运用 | 量性与质性结合  随机检查 | 60% | | 学习行为和表现 | 积极参与  自我调整  团队精神 | 主动参与游戏活动，能够与不同运动能力的同学参与练习或游戏。关注自己的进步幅度和存在的问题，并加以改进 | 参与练习、游戏的行为表现和规则意识 | 20% | | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：准备部分**  **1课堂常规**  （1）师生相互问好，安排见习生。  （2）宣布本课内容与目标。并提出课堂要求与希望。  2准备活动  游戏：桃花朵朵开  跑步行进间根据老师喊的数字组队抱团 | | | **评价要点**  精神饱满 认真听讲  游戏遵守规则  热身动作到位 | **时间**  **5** | | **教师活动**  1师生相互问好，安排见习生。  2宣布本课内容与目标。并提出课堂要求与希望。  3讲解边游戏的规则与方法。  4指导学生开展游戏 | | **学生活动**  1体育委员整队并汇报上课和见习人数。  2学生明确本课学习的内容及目标。  3学生明白游戏的规则  4 听从指挥开展游戏 |  |  | | **活动意图说明：**在运动前需要进行热身、才能有效避免运动过程中发生意外。热身活动、就是通过短时间、低强度的运动，让学生在体育课正是开始前，对全身肌肉进行预热。做好充分地准备，给体育课的进行提供了良好的开端。有效的热身活动，能在短时间内提高人的心肺功能和代谢功能。使得身体的每一个部分都能迅速适应接下来的运动。可以说，热身活动在体育课中有着非常重要的作用。 | | | | | | **环节二：基本部分**  1.单人自垫练习（问题一：垫球多高才合适？问题二：用哪个部位垫球最稳呢？）  2.双人组队练习，相互纠错  3.垫球绕杆接力  4.游戏：双脚夹球跳跃接力赛 | | | **评价要点** | **时间**  **30** | | **教师活动**  1教师提问  问题一：垫球多高才合适？  问题二：用哪个部位垫球最稳呢？  2教师将学生进行分组（10人一个大组，大组里2人一个小组），安排组长双人组队练习，相互纠错  3教师讲解示范垫球绕杆练习，然后将学生分为8组后每组到指定位置进行练习。  4.组织垫球绕杆接力  5.游戏：双脚夹球跳跃接力  教师讲解规则并示范游戏方法。 | **学生活动**  1单人练习，观察、思考积极并回答  2学生根据分组，在组长带领下做垫球练习，并相互纠错，评价。  3先认真听、看教师的讲解和示范，然后根据分组进行练习。  4在教师的指导下开展垫球绕杆接力。  5了解游戏规则，根据教师的组织安排开展游戏 | |  |  | | **活动意图说明**  1通过单人练习，提问的方式，引出正面双手自垫球要领（夹肩、顶轴、压腕、垫球）的动作要领  2通过分组练习，加强小组合作交流，相互帮助纠错、评价。  3通过移动垫球练习，在第4课时的基础上提升练习难度，同时增加练习的趣味性，进一步巩固动作技术稳定性。  4游戏环节，设计夹球跳接力增加了趣味性，提高整节课的运动负荷的同时达到上下肢均衡锻炼的效果 | | | | | | **环节三：结束部分**  1组织学放松  2小结本课情况  3安排学生收器材  4师生再见 | | | **评价要点**  认真拉伸放松  能积极评价自己在本节课上的表现 | **时间**  **5** | | **教的活动**  1带领学生放松放松  学生围成圆圈拉伸放松  2学生自我评价，教师总结小结  3回收器材 | **学的活动**  1随着教师的引导进行放松  2学生自评，认真听老师小结  3学生归还器材 | |  |  | | **活动意图说明**  放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。  总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | |
| 1. **场地与器材设计**   排球场 排球41个 标志杆16个 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计**   1巩固练习：5米距离往返移动垫球练习  2亲子活动：垫球进框（家长双手环抱成一个圆圈形，相隔合适距离，孩子将排球垫进圈里，家长可移动接球） | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——强——弱** |
| 群体运动密度 | | **40%—50%** |
| 个体运动密度 | | **40%—50%** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第7课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中任务：通过练习，能完成一定距离绕杆往返垫球  课外任务  1巩固练习：往返移动垫球练习（3-5组）学生根据增加能力选择以下不同层次  **A** 10米往返垫球  **B** 7米往返垫球 **C**  4米往返垫球  2亲子活动：垫球进框（家长双手环抱成一个圆圈形，相隔合适距离，孩子将排球垫进圈里，家长可移动接球）10分钟 | |
| **作业目标** | 1 通过练习，巩固在校学习动作技能。  2 亲子游戏活动可以缓解家长和孩子在生活、工作及学习中的压力，家庭充满快乐和愉悦，拉近父母和孩子的距离。 | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地，标志物若干 | |
| **安全提示** | 1 活动地点选择较为开阔的公园或者小区广场开展。 | **时间** |
| **作业流程** | 课中任务：通过练习，能完成一定距离绕杆往返垫球，学生根据增加能力选择以下不同层次  **A** 10米往返垫球 5☆  **B** 7米往返垫球 3☆  **C**  4米往返垫球 1☆  学生自评：☆☆☆☆☆  课外任务：（1）移动垫球同课中任务  （2）亲子活动：垫球进框（家长双手环抱成一个圆圈形，相隔合适距离，孩子将排球自抛自垫10次，将排球垫进家长手臂里，家长可移动接球）   |  |  | | --- | --- | | 接住5次以上：5☆ | | | 接住4次以上：4☆ | | | 接住3次以上：3☆ | | | 接住2次以上：2☆ | | | 接住1次以上：1☆ | | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | |  | | 30分钟 |
| **作业**  **检测** | 1、上课时间，组织全体学生分组检测移动垫球能力  2、对垫球随机点名抽测。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第7课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 垫球绕杆 | 提升垫球的熟练、稳定性 | 排球双手正面垫球技术 | **A B L** | **A B C D E** | **B** | **B** | **E** | **A** |
| **2** | 垫球往返 | 巩固、改进垫球夹肩、顶肘、压腕动作 | 排球双手正面垫球技术 | **A B** | **A B C D E F** | **B** | **C** | **E** | **A** |
| **3** | 亲子游戏  （垫、接排球） | 提升垫球的熟练、稳定性  增进亲子关系 | 排球双手正面垫球技术 | **A B** | **A B C D E** | **E** | **C** | **D** | **A** |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 8课时教学设计 | | | | |
| 课题 | | 1、抛球自垫对抛对垫组合练习  2、固定位置双手正面垫球 | | |
| 课型 | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | | |
| 1.课程标准分析课时目标：  1、运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为，着重培养学生体验参加体育活动的乐趣，提高健康水平，形成乐观开朗的生活态度，奠定终身体育锻炼基础。  2、运动技能目标：使学生获得运动基础知识，发展体能，提高学生对体育课的兴趣，较熟练地掌握抛球自垫及原地双手正面垫球的动作技能。通过初步练习提高运动水平。  3、身体健康目标：提高学生的身体素质，了解体育活动对心理健康的作用，认识身、心发展的关系，以及与他人合作共同完成体育活动的协作意识。（ | | | | |
| 2.教学内容分析：自垫球练习、固定位置双手正面自垫球练习、发展排球能力（球感类）的练习和游戏 | | | | |
| 3.学生学情分析：  本课教学对象为水平二（四年级）的学生，其心理特征方面大多好奇心强，生性活泼好动，个性突出，体育活动热情高，善于表现，但科学合理地进行体育活动能力有限，而且自控能力差、集体意识淡薄、容易受外界影响。因此在实施排球教学中要多给学生创造表现、思考的机会，为学生创造公平的学习机会，使他们体会到体育学习的乐趣。 | | | | |
| 4.学习目标叙写：  1.通过本单元内容练习发展学生球性、排球自垫球、正面双手垫球技术；培养灵敏、手眼协调等身体素质。  2.通过垫球练习、让80%的学生基本掌握自垫球、正面双手垫球技术，20%学生通过教师指导进一步能够做到自平稳做出垫球动作。  3.在学习过程中，积极思考的学习品质，在遇到困难或挑战自身身体极限且保证安全的情况下能克服困难、坚持到底的精神品质，小组探究练习培养集体主义精神、团结协作品质。 | | | | |
| 5.评价任务设计：水平二（四年级）排球二人正面左右移动垫球练习评价量表  第\_\_\_\_\_组   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 评价内容 | 姓名/小组 | 自评/互评/教师评价 | | 1.自抛练习  （评：一分钟内球不掉且落地垂直积一分）  2.一分钟原地自抛自垫练习  （评：统计个数30个以上积一分）  2人一组抛球练习  （评：抛球稳，接球稳积一分）   1. 2人一组一抛一垫一接练习   （评：接球抱住到位一次后积一分满分5分） |  |  | |  |  | |  |  | |  |  |   评价标准“课程目标”是“课程评价”的唯一标准，所以单元评价要以单元目标为依据，并采取定量评价和定性评价相结合原则（三个方面的具体内容标准要合理设计）。（见下表）   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：每次课评价记录 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 运动参与 | 出勤率 | 90%以上 | 89%—80% | 79%—60% | 59%以下 | 求平均分 | | 课堂表现 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 课外运用 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分70分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等70～63分 | B等62～56分 | C等55～42分 | D等41分以下 | | 运动技能 | 准备姿势 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 一抛多垫 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 正面双手垫球 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 教学比赛 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 组织合作 | 团结协作 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 敢于尝试 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 |   评价方式：采用多元评价，即自主评价、相互评价、组内评价及师评相结合的原则。  评价时间：单元最后一节进行。如果学生掌握程度没有达到预想的目标，也可延期进行，给学生进一步提高的机会。 | | | | |
| 6.学习活动设计   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | | 环节一：一、课堂常规  1.体育委员整队，报告人数；2.师生问好；3.宣布本课的教学内容和要求；4检查服装，安排见习生。5.分享一个排球小知识  （根据课堂教与学的程序安排） | | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1.师生问好；2.检查人数与服装；3.宣布内容及要求4.安全教育5.安排见习生  组织：四列横队  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  △（教学环节中呈现的学习情境、提出驱动性问题、学习任务类型；对应学生活动，示范指导学科思想方法，关注课堂生成，纠正思维错漏，恰当运用评价方式与评价工具持续评价促进学习。下同） | 学生活动1  1.快速集合，师生问好  2.认真听讲，了解学习的内容  要求：精神饱满、快、静、齐（学生在真实问题情境中开展学习活动；围绕完成学习任务开展系列活动与教的环节对应，学生分析任务-设计方案-解决问题-分享交流中学习并有实际收获。下同） | | 学生是否着运动服装，学生精神状态 | | | 5 | | 活动意图说明：（通过简单的排球知识发展介绍（排球运动项目小知识）引入本堂课学习主题内容，提高学生兴趣。检查服装及安全教育强调课堂中可能会出现的安全隐患，提高学生安全意识。 | | | | | | | | 环节二：准备活动1.热身跑2圈2.自编排球球操（自编操）手上1）弹腿运动2）体转运动3）踢腿运动4）击球运动5）跳跃运动6）交叉运动7）整理运动融合体操动作自编的排球操。 | | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教师活动2：1.在音乐伴奏下，老师领做,统一指挥；2.语言动作提示学生 | | 学生活动2：1.认真观察模仿，积极参与练习2.跑步最后一圈跑到标志盘对应点位要求：积极投入，动作舒展、大方 3.热身过程注意安全 4.跟音乐节奏进行操练。 | 热身充分，球操跟随教师节奏 | | 10 | | | 活动意图说明 准备活动防止学生受伤，降低生理惰性，球性练习提高学生对球的掌握，提高参与活动积极兴趣。操类学习提高学生的肌肉记忆、发展学生协调能力及球感。 | | | | | | | | 环节三：一.球性练习（游戏）1.双手抛球接球及抛球双手触摸关节练习。2.原地直上直下自抛拍手练习（游戏比赛）  二、1.2人一组抛球比直练习2.垫球基本动作练习看谁垫的稳 3教师口令组织集体向上自抛自垫练习a.击球点：腹前约20CMb击球部位手腕以上10cm位置c对比击球实验（击球点球的后下方）d自抛自垫练习（一抛一垫一接）4.分组一抛一垫练习a中距离一抛一垫b加大距离一抛一垫练习c小组展示   1. 身体素质练习：   排球接力小游戏：垫球闯关融入爬、抛、跳过障碍垫球接力  四.放松活动：1.放松操2.小结本课 | | | | 评价  要点 | 时间 | | | 教的活动3：一.1.语言引导，教师喊出关节学生快速反应抛摸结合，激发学生热情，调动学习积极主动性。2.自抛及抛球的同学抛球稳定，垫球平稳掌握力度。3.个别纠错，辅导差生4.挑小组展示、评价  二.1.教师示范讲解、提醒学生避免碰撞。2.技术动作练习讲解示范，安排学生分组练习、巡回指导、评价及时。  三.1.教师指导进行接力，2.讲解规则3.安全提示  四.1.跟着音乐伴奏模仿教师放松2. 学生自评、互评.强调课后练习的重要性 | | 学的活动3：一.1.积极参与练习、自抛球要求直上直下，不影响其他同学练习2.认真听教师说的抛球出去手触身体关节位置快速做出反应  二.1）两人一组抛球比直基本垫球比稳数量不限，2）自主练习时认真完成，3）仔细听教师所讲的姿势动作要点集体模仿练习做5次认真听教师口令执行。4）垫固定球连续10次按照老师要求互相合作练习5）手型正确双手触摸球部位准确。一抛一垫练习5次。6）有序进行练习，积极参与展示和评价。  三.1.学生认真听讲游戏接力方法及要求，积极参与2.按照要求进行游戏，动作到位3.相互鼓励，团结协作，力争第一。  四.1. 积极放松练习2.聆听教师总结、积极交流、积极思考、3.归还器材、师生再见 | | 抛球、垫球稳定性，准确性，协调性  放松环节：放松调整呼吸参与评价积极 | 25 | | | 活动意图说明：（首先进行球性练习将抛球熟练在慢慢过度到自抛自垫环节，然后依次加大难度两人一组抛接球及垫球练习，在活动中学生可能出现抛球不稳乱抛的情况，所以采用先两人练习时抛球直线比赛直线的环节，再练习集体抛球练习。再到自抛自垫、对抛对垫过度循序渐进、动作分解练习进行有效学习。教师在学生活动中及时纠正指导，强调手型及垫球顺序。游戏环节：激发学生的比赛欲望争强心理，认真对待的态度。放松环节：消除学生机体疲劳放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | | | |
| 7.场地与器材设计：排球41个，体能圈若干，标志桶若干，栏架四个，音响1个。 | | | | |
| 8.作业与拓展学习设计：俯卧撑20个2组.自抛自垫（设计时关注作业的意图、功能、针对性、预计完成时间。发挥好作业复习巩固、引导学生深入学习的作用；面向全体，进行分层设计；检测类作业与探究类、实践类作业有机衔接；分析作业完成情况，作为教学改进和个性化指导与补偿的依据） | | | | |
| 9 | 预计  负荷 | | 运动强度 | 弱——中——强——弱 |
| 群体运动密度 | 40-60% |
| 个体运动密度 | 40-60% |
| 10.教学反思与改进 | | | | |

**第8课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中：自抛球20次（要求：抛球稳，接球稳）  自垫球50次（要去：抛球稳，垫球准和稳）  两人一组正面双手自垫球  课外任务： 俯卧撑20次2组  波比跳20次  对墙垫球30次2组  观看排球比赛视频10分钟 | |
| **作业目标** | 1，通过练习熟悉对排球的掌握，提高自垫球，垫球能力及反应协调能力。  2，通过练习养成良好的运动习惯，培养爱卫生勤洗手的习惯。  3，通过练习及观看视频让学生体会团队的作用，提高学生的团队协作精神， | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地，电视机，一面平整的墙 | |
| **安全提示** | 运动前做好热身活动，运动过程中注意间息及安全，注意对墙垫球场地是否符合德育要求，运动后进行放松活动 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中**）：  1.自抛球20次（要求：抛球稳，接球稳）  2.自垫球50次（要去：抛球稳，垫球准和稳）  3.两人一组正面双手自垫球  老师跟同学同时站在排球场地同一边场区.教师提醒学生开始   1. 评价标准   1.移动练习  （评：快速、准确到位积一分）  2.2人一组抛球练习  （评：抛球稳，接球稳积一分）  3.2人一组一抛一垫一接练习  （评：接球抱住到位一次后积一分满分5分）  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）**：俯卧撑20次2组  波比跳20次  对墙垫球30次2组  观看排球比赛视频10分钟  1.自抛练习  （评：一分钟内球不掉且落地垂直积一分）  2.一分钟原地自抛自垫练习  （评：统计个数30个以上积一分）  学生自评：☆☆☆☆☆ |  |
| **作业**  **检测** | 利用下课时或上课前时间进行展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小4年级体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 自垫球 | 提升垫球的熟练、稳定性 | 排球双手正面垫球技术 | **A.B.L** | **A.B.C.D** | **B.C** | **B** | **E** | **B** |
| 2 | 两人一组正面双手自垫球 | 提升两人一组垫球的熟练、稳定性 | 排球对抛垫球技术 | A.B.E | A.B.C.D. | B | C | E |  |
| 3 | 俯卧撑20次2组  波比跳20次 | 身体素质练习 | 发展身体素质 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 4 | 对墙垫球30次2组 | 加强对墙垫球稳定性练习 | 对墙垫球技术 | A.B. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 5 | 观看排球比赛视频10分钟 | 了解排球比赛 | 技术动作在比赛中的运用 | B.C.D | D | C | C | D |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第9 课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **1、发展排球能力的练习和游戏**  **2、创新练习（垫地面反弹球）**  **3、启蒙性比赛、体能练习** | |
| **课型** | | | 新授课□√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标**  1、通过本课的学习，使学生基本掌握排球正面双手垫球的技术动作，85%的学生运用此技术动作进行垫球和完成简单的垫球配合，  2、通过练习提高学生的自我学习能力，发展学生的协调性、灵敏性，增强学生的全身协调性。  3、在小组练习中体验成功的喜悦、增强学生自信、使其会合作，培养学生的团队合作意识。 | | | | |
| **2.教学内容分析**  排球是五年级的主要教学内容，但人教版教材没有安排排球教学内容，根据所教学生的学习情况，在三年级开展了垫球的学习，垫球是排球运动中最基本的技术，学习垫球技术可以充分发挥学生上下肢协调能力及移动的灵活性，让学生在尝试体验中获得排球运动的乐趣。在技术中突出“插、夹、压、蹬”基本动作要点。本教程采用13课时的大单元学习，让学生掌握理论与垫球的动作要点，抛球稳、能连续垫多次。 | | | | |
| **3.学生学情分析**  四年级的学生自尊心强，容易通过一个运动的习得，获得成就感，该班学生运动习惯和运动能力较好，喜欢球类运动，人教版教材没有安排排球教学内容，学习排球垫球技术对学生既是挑战也是锻炼。学生具有乐于参与、求知欲强、大胆尝试、但集中注意力时间短。所以在教学中采用情景教学模式通过小组合作法、比赛法等多样的游戏形式、激发学生的学习兴趣，激发学生的学习兴趣，使学生在快乐、轻松的环境中完成学习任务，达到锻炼身体、愉悦身心的目的 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  1、通过本课的学习，学生进一步掌握自抛自垫的垫球能力。  2、在游戏中巩固运动技能，发展排球能力。  3、在比赛中有集体荣誉感、遵守比赛规则，体育品格的养成。 | | | | |
| **5.评价任务设计**  课的开始、课中、课结束部分都有不同的评价方式，分别从学习态度、参与度、综合评价反馈在运动能力、健康行为、体育品格上。课的开始主要评价学生的专注与积极性；课的基本部分通过游戏和练习主要评价学生对动作的掌握情况，学生完成三个不同的计评方式的表现以及创新能力；课的结束中主要评价师生、生生的相互评价。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | 环节一：准备部分  课堂常规：一、整队师生问好、宣布课的要求与内容；二、跑步分发器材三、热身球操；三、熟悉球性 | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1、教师组队伍集合、师生问好、安排见习生、  2、教师组织学生进行热身跑、同时分发器材、教师带领学生做自编热身操。  3、教师组织引导学生熟悉球性、复习基本手型、引入正课。 | 学生活动1  1、体育委员整队集合、听从指令，参与反应游戏  2、学生参与游戏获得器材，触背取球、热身球操、跟随老师做热身操。  3、抛接游戏（省）  2、与球共舞（持球走四方、移动抛接球、抛球转圈圈）  3、复习引入垫球动作（手型、垫球部位已经复习） | 1、集合快、静、齐  认真听、看、练精饱满；2、反应躲闪灵敏、诚实。认真模仿热身操，充分舒展身体，活动各关节，活跃气氛。3、持球手型正确 | | | 8分钟 | | 活动意图说明：  教师语言引导、激发学生学习兴趣。师生问好、宣布课的要求与内容，让学生快快进入学习状态，用游戏方式分发器材，学生积极性高。热身球操、熟悉球性，既热了身又活跃了气氛。 | | | | | | | 环节二：基本部分  一、教授动作、二、练习、三、纠错，解决重难点再练习、四、技评、五、创新、六、课课练体能练习 | | 评价  要点 | 时间 | | | | 教师活动2  1、教师展示挂图，师示范垫球动作，动作要点：垂直抛球高过头、压腕顶肘臂接球  2、组织循序渐进的练习  3、1)、自主小测试抛一垫一十次，优8、良7、合格6  5、尝试抛一垫2  2)、提问遇到的问题  3)、、解决重难点，圆形站位、2人一球、垫起固定球，集合并小结  4)、再练习，优7、良6、合格5  5)、代表展示  4、三种记评方式对学生动作与表现进行评价  5、教师展示其他方法如接地面反弹球  6、组织身体素质练习师讲解规则、示范练习方法，组织练习。 | 学生活动2  1、生观察老师的动作  2、手臂找球底。抛一垫一10次\*2  3、1)、自主练习，先完成成功的六次。诚信教育  2)、改进动作，抛一垫2，自主练习，  3)、圆形站位、2人一球、垫起固定球  4)、抛一垫2  5)、每组做的好的展示  4、A、动作记评，两两一组，每人三次机会  B、抛一垫2、优+3分、良+2分、合格+1分，满分+4分  C、10秒钟垫球小组总个数。  5、学生尝试其他垫球的方法  6、学生认真听练习方法，听指挥练习1、仰卧起坐  2、仰卧两头起  3、回收器材、夹球跳+弯道跑接力赛 | 1、认真仔细观察，垫球部位和接球点。  2、落点正确，夹臂、压腕、顶肘  3、移动、脚屈膝蹬地，手臂不高过肩  4、1、基本完成动作要点、2、能成功完成垫球并接住球，完成个数，3、小组成绩总计小组长记录  5、能有创新自垫球动作  6、认真练习、核心收紧 | 27分  钟 | | | | 活动意图说明：在基本部分的六个大流程中，用了示范展示法、榜样法、对比法、比赛法等学生参与有趣的练习与游戏，使学生玩中进一步掌握排球自抛自垫的方法。通过创新练习环节，培养学生创新能力。通过三种不同的记评方式全面评价学生。通过课课练，锻炼学生体能，平衡上下肢力量，锻炼核心力量。 | | | | | | | 环节三：  一、小结、放松；二、布置课后作业 | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教的活动3  1、指导学生放松拉伸肌肉  2、小结本课  3、收拾器材，  41、布置作业、师生再见 | 学的活动3  1、模仿老师动作拉伸放松  2、和同学交流本节课光彩时刻  3、收拾器材  4、听老师布置作业师生再见 | 1、认真拉伸放松，分享所学技能。  2、乐于分享、完成课后作业 | | 5  分钟 | | | 活动意图说明：  结束部分放上音乐，以放松小结为主，陶冶情操，师生、生生交流本节课所学技能与收获，课后作业的布置是本节课所学知识的延申，可以巩固课堂所学知识。 | | | | | | | | | | |
| 7.场地与器材设计  运动场一块  排球 x 41 、标志盘 x40张、音箱x1 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**（  1、自垫球抛一垫4，10\*4组，  2、30秒垫球\*3组。  3、俯卧开合跳30\*3组 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **中大** |
| 群体运动密度 | | **80%-90%** |
| 个体运动密度 | | **60%-70%** |
| **教学反思与改进** | | | | |

**第9课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中任务：  抛一垫4，完成10次，两组  10秒钟垫球记次数  课后任务  巩固练习：  1、30秒垫球\*3组。  2、俯卧开合跳30\*3组  3、亲子活动：创新垫球如垫球进框（家长双手环抱成一个圆圈形，相隔合适距离，孩子将排球垫进圈里，家长可移动接球）10分钟同第5课时 | |
| **作业目标** | 1 通过练习，巩固在校学习动作技能。  2、通过体能练习，增强学生体质。  2 亲子游戏活动可以缓解家长和孩子在生活、工作及学习中的压力，家庭充满快乐和愉悦，拉近父母和孩子的距离。培养创新能力 | |
| **作业资源** | 自制器材，或者用呼啦圈、 | |
| **安全提示** | 1、练习时做好热身活动，在平坦的场地运动在家练习时，  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | |  | | 课中  作业一：  抛一垫2-抛一垫4  要求垫球有一定高度，正确的垫球手型垫球2-4个，连续  10次，完成两组  作业二：  10秒钟计时，小组算总数  要求要10秒钟连续垫球 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  | | |   课后作业：  1、30秒垫球\*3组。  2、俯卧开合跳30\*3组   |  | | --- | | 3、亲子活动：创新垫球如垫球进框（家长双手环抱成一  个圆圈形，相隔合适距离，孩子将排球垫进圈里，家长  可移动接球） | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | **自抛自垫，抛一垫2-抛一垫4** | **提升动作技术，为连续垫球做好准备** | **连续垫球技术** | **A B** | **B C** | **A B** **C** | **B** | **B** |  |
| **2** | **10秒钟计时，小组算总数** | **连续垫球，提高技术运用能力** | **动作固化的能力，心里素质培养** | **A B** | **B C** | **A B D** | **B** | **B** |  |
| **3** | **30秒垫球\*3组** | **连续垫球，提高技术运用能力** | **动作固化的能力，心里素质培养** | **A B** | **B C** | **A B D** | **C** | **B** |  |
| **4** | **俯卧开合跳30\*3组** | **锻炼体能，增强体质** | **体能、全身活动** | **A E** | **C F** | **A** | **C** | **B** |  |
| **5** | **亲子游戏**  **（垫、接排球）** | **巩固技术动作，增强亲子感情** | **排球双手正面垫球技术** | **A B** | **C E F** | **A B E** | **C** | **E** |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **10课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 1.各种移动接同伴抛球（侧垫球）  2、双手正面垫球和移动动作、排球各种抛接游戏、持球体能恢复 | |
| **课型** | | | 新授课□√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**  1、运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为，着重培养学生体验参加体育活动的乐趣，提高健康水平，形成乐观开朗的生活态度，奠定终身体育锻炼基础。  2、运动技能目标：使学生获得运运基础知识，发展体能，提高学生对体育课的兴趣，较熟练地掌握排球双手正面垫球的动作技能。通过初步练习提高运动水平。  3、身体健康目标：提高学生的身体素质，了解体育活动对心理健康的作用，认识身、心发展的关系，以及与他人合作共同完成体育活动的协作意识。 | | | | |
| **2.教学内容分析：**  各种移动接同伴抛球（侧垫球）、双手正面垫球和移动动作、排球各种抛接游戏、持球体能恢复 | | | | |
| **3.学生学情分析：**  本课教学对象为水平二（四年级）的学生，其心理特征方面大多好奇心强，生性活泼好动，个性突出，体育活动热情高，善于表现，但科学合理地进行体育活动能力有限，而且自控能力差、集体意识淡薄、容易受外界影响。因此在实施排球教学中要多给学生创造表现、思考的机会，为学生创造公平的学习机会，使他们体会到体育学习的乐趣。 | | | | |
| **4.学习目标叙写：**  1.通过本单元内容练习发展学生球性、正面双手垫球及移动技术；培养灵敏、手眼协调等身体素质。  2.通过正面双手垫球技术练习、左右移动练习让80%的学生基本掌握垫球和移动技术，20%学生通过教师指导进一步能够做到在移动中平稳做出垫球动作。  3.在学习过程中，积极思考的学习品质，在遇到困难或挑战自身身体极限且保证安全的情况下能克服困难、坚持到底的精神品质，小组探究练习培养集体主义精神、团结协作品质。 | | | | |
| **5.评价任务设计：**水平二（四年级）排球二人正面左右移动垫球练习评价量表  第\_\_\_\_\_组   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 评价内容 | 姓名/小组 | 自评/互评/教师评价 | | 1.自抛练习  （评：一分钟内球不掉且落地垂直积一分）  2.一分钟原地自抛自垫练习  （评：统计个数30个以上积一分）   1. 移动练习   （评：快速、准确到位积一分）   1. 2人一组抛球练习   （评：抛球稳，接球稳积一分）   1. 2人一组一抛一垫一接练习   （评：接球抱住到位一次后积一分满分5分） |  |  | |  |  | |  |  | |  |  |   **评价标准“课程目标”是“课程评价”的唯一标准，所以单元评价要以单元目标为依据，并采取定量评价和定性评价相结合原则。**（见下表）   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **评价内容** | | **评价标准（满分10分）注：每次课评价记录** | | | | **折算得分** | | **A等10分** | **B等9～8分** | **C等7～6分** | **D等5分以下** | | 运动参与 | 出勤率 | 90%以上 | 89%—80% | 79%—60% | 59%以下 | 求平均分 | | 课堂表现 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 课外运用 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | **评价内容** | | **评价标准（满分70分）注：充分考虑提高幅度** | | | | **折算得分** | | **A等70～63分** | **B等62～56分** | **C等55～42分** | **D等41分以下** | | 运动技能 | 准备姿势 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 正面双手垫球 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 移动步伐垫球 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 教学比赛 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | **评价内容** | | **评价标准（满分10分）注：充分考虑提高幅度** | | | | **折算得分** | | **A等10分** | **B等9～8分** | **C等7～6分** | **D等5分以下** | | 组织合作 | 团结协作 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 敢于尝试 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 |   **评价方式：**采用多元评价，即自主评价、相互评价、组内评价及师评相结合的原则。  **评价时间：**单元最后一节进行。如果学生掌握程度没有达到预想的目标，也可延期进行，给学生进一步提高的机会。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | | **环节一：**一、课堂常规  1.体育委员整队，报告人数；2.师生问好；3.宣布本课的教学内容和要求；4检查服装，安排见习生5.课前导入：世界男排中国队击败世界第一巴西队，为国家取得荣誉。 | | | **评价**  **要点** | | | **时间** | | **教师活动1**  1.师生问好；2.检查人数与服装；3.宣布内容及要求4.安全教育  组织：四列横队  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  △ | **学生活动1**  1.快速集合，师生问好  2.认真听讲，了解学习的内容  要求：快、静、齐 | | 学生是否着运动服装，学生精神状态 | | | 5 | | **活动意图说明：**通过世界男排比赛情境下，引入本堂课排球学习主题内容，提高学生兴趣。检查服装及安全教育强调课堂中可能会出现的安全隐患，提高学生安全意识。 | | | | | | | | **环节二：**准备活动1.热身跑2圈2.排球球操（自编操） | | | **评价**  **要点** | | **时间** | | | **教师活动2：**1.在音乐伴奏下，老师领做；2.语言动作提示学生 | | **学生活动2：**1**.**认真观察模仿，积极参与练习2.跑步最后一圈跑到标志盘对应点位要求：积极投入，动作舒展、大方 | 热身充分，球操跟随教师节奏 | | **10** | | | **活动意图说明 准备活动防止学生受伤，降低生理惰性，球性练习提高学生对球的掌握，提高参与活动积极兴趣。** | | | | | | | | **环节三：一.**球性练习（游戏）1.手指拨球练习2.原地自抛拍手练习（游戏比赛）  二、2人正面左右移动垫球：1.反应练习：移动练习＋手部垫球动作 2.2人一组抛球＋移动抛球练习.3.2人一组左右移动接球练习（一抛一垫一接）   1. 身体素质练习：   1.高抬腿50个2组2.俯卧撑10个3.小游戏：粮食入库  四.放松活动：1.放松操2.小结本课 | | | | **评价**  **要点** | **时间** | | | **教的活动3：一.1.**语言引导，激发学生热情，调动学习积极主动性。2.评价及时，示范讲解动作3.个别纠错，辅导差生  二.1.教师示范讲解、提醒学生避免碰撞。2.抛球的同学抛球稳定，接球同学移动到位，垫球平稳掌握力度。  三1.教师指导，评价2.安全提示  四1.跟着音乐伴奏模仿教师放松2. 学生自评、互评.强调课后练习的重要性 | | **学的活动3：一.1.**仔细观察示范，积极思考，主动回答问题。  2.学生抛球拍手2次抱住球。一分钟以内比一比谁抛的最多最稳。认真听老师讲解示范、明白动作要领，尝试进行练习3.有序进行练习  二. 1.仔细观察示范，积极思考，主动回答问题。2.认真听老师讲解示范、明白动作要领，尝试进行练习3.有序进行练习  三.1.积极参与2.动作到位  四.1. 积极放松练习2.积极思考、回答问题 | | 垫球稳定性，准确性，移动中的协调性 | **25** | | | **活动意图说明：**首先进行球性练习然后两人一组抛接球及垫球练习，在活动中学生可能出现抱起手移动的情况，所以采用先练习移动再练习垫球最后移动中垫球。教师在学生活动中及时纠正指导，强调手型及垫球顺序。放松环节：消除学生机体疲劳放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**排球41个，呼啦圈4个，展示板1个，音响1个。 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**俯卧撑20个2组.对墙垫球100个 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——强——弱** |
| 群体运动密度 | | **40-60%** |
| 个体运动密度 | | **40-60%** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第10课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中：2人一组抛球＋移动抛球练习.  2人一组左右移动接球练习（一抛一垫一接）  课外任务：排球抛球接球练习，50一组，两组  自垫球50个，两组  徒手左右移动练习，左右来回为一组，10组  观看排球比赛视频10分钟 | |
| **作业目标** | 1，通过练习熟悉对排球的掌握，提高抛球，接球，垫球能力  2，通过练习养成良好的运动习惯  3，通过练习及观看视频让学生体会团队的作用，提高学生的团队协作精神， | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地，电视机 | |
| **安全提示** | 运动前做好热身活动，运动过程中注意间息及安全，运动后进行放松活动 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | **作业一（课中**）：  1.2人一组抛球＋移动抛球练习.  2.2人一组左右移动接球练习（一抛一垫一接）  老师跟同学同时站在排球场地同一边场区.教师提醒学生开始   1. 评价标准   1.移动练习  （评：快速、准确到位积一分）  2.2人一组抛球练习  （评：抛球稳，接球稳积一分）  3.2人一组一抛一垫一接练习  （评：接球抱住到位一次后积一分满分5分）  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）**：1.排球抛球接球练习，50一组，两组  2.自垫球50个，两组  3.徒手左右移动练习，左右来回为一组，10组  4.观看排球比赛视频10分钟  1.自抛练习  （评：一分钟内球不掉且落地垂直积一分）  2.一分钟原地自抛自垫练习  （评：统计个数30个以上积一分）  3.步伐移动  (身体重心稳定.徒手动作标准)  学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** | 利用下课时或上课前时间进行展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 2人一组抛球＋移动抛球练习.  2人一组左右移动接球练习（一抛一垫一接） | 提升垫球的熟练、稳定性 | 排球双手正面移动垫球技术 | **A.B.L** | **A.B.C.D** | **B.C** | **B** | **E** | **B** |
| 2 | 排球抛球接球练习 | 50一组.两组.提高抛球稳定性 | 排球抛球接球技术 | A.B.E | A.B.C.D. | B | C | E |  |
| 3 | 自垫球50个，两组 | 提高垫球稳定性 | 垫球技术巩固 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 4 | 徒手左右移动练习，左右来回为一组，10组 | 对步伐的熟练 | 移动垫球步伐技术 | A.B. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 5 | 观看排球比赛视频10分钟 | 了解排球比赛 | 技术动作在比赛中的运用 | B.C.D | D | C | C | D |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 11课时教学设计 | | | | |
| 课题 | | | 1、听信号完成垫球达标、移动侧垫球抛1垫4  2、定时定量练习 | |
| 课型 | | | 新授课□√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1.课程标准分析课时目标：1、运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为，着重培养学生体验参加体育活动的乐趣，提高健康水平，形成乐观开朗的生活态度，奠定终身体育锻炼基础。  2、运动技能目标：使学生获得垫球基础知识，发展体能，提高学生对体育课的兴趣，较熟练地掌握抛球自垫及二人移动侧面垫球的动作技能。通过初步练习提高运动水平。  3、身体健康目标：提高学生的身体素质，了解体育活动对心理健康的作用，认识身、心发展的关系，以及与他人合作共同完成体育活动的协作意识。 | | | | |
| 2.教学内容分析：听信号一抛多垫球练习、移动侧垫球练习、发展排球能力（球感类）的练习和游戏 | | | | |
| 3.学生学情分析：本课教学对象为水平二（四年级）的学生，其心理特征方面大多好奇心强，生性活泼好动，个性突出，体育活动热情高，善于表现，但科学合理地进行体育活动能力有限，而且自控能力差、集体意识淡薄、容易受外界影响。因此在实施排球教学中要多给学生创造表现、思考的机会，为学生创造公平的学习机会，使他们体会到体育学习的乐趣。（ | | | | |
| 4.学习目标叙写：  1.通过本单元内容练习发展学生球性、排球抛球、侧垫球技术；培养灵敏、反应、手眼协调等身体素质。  2.通过抛球、移动侧垫球练习，让80%的学生基本做到两臂夹紧，同侧臂稍高的体侧垫球动作，20%学生通过教师指导进一步能够做到平稳侧垫球动作。  3.在学习过程中，积极思考的学习品质，在遇到困难或挑战自身身体极限且保证安全的情况下能克服困难、坚持到底的精神品质，小组探究练习培养集体主义精神、团结协作品质。 | | | | |
| 5.评价任务设计：水平二（四年级）听信号侧垫球练习评价量表  第\_\_\_\_\_组   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 评价内容 | 姓名/小组 | 自评/互评/教师评价 | | 1.自抛练习  （评：一分钟内球不掉且落地垂直积一分）  2.一分钟原地自抛自垫练习  （评：统计个数30个以上积一分）  3.2人一组移动侧垫球练习  （评：接球抱住到位一次后积一分满分5分） |  |  | |  |  | |  |  | |  |  |   评价标准“课程目标”是“课程评价”的唯一标准，所以单元评价要以单元目标为依据，并采取定量评价和定性评价相结合原则（三个方面的具体内容标准要合理设计）。（见下表）   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：每次课评价记录 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 运动参与 | 出勤率 | 90%以上 | 89%—80% | 79%—60% | 59%以下 | 求平均分 | | 课堂表现 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 课外运用 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分70分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等70～63分 | B等62～56分 | C等55～42分 | D等41分以下 | | 运动技能 | 准备姿势 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 一抛多垫 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 侧面垫球 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 教学比赛 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 组织合作 | 团结协作 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 敢于尝试 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 |   评价方式：采用多元评价，即自主评价、相互评价、组内评价及师评相结合的原则。  评价时间：单元最后一节进行。如果学生掌握程度没有达到预想的目标，也可延期进行，给学生进一步提高的机会。 | | | | |
| 6.学习活动设计   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | | 环节一：一、课堂常规  1.体育委员整队，报告人数；2.师生问好；3.宣布本课的教学内容和要求；4检查服装，安排见习生5.课前导入：世界男排中国队击败世界第一巴西队，为国家取得荣誉。 | | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1.师生问好；2.检查人数与服装；3.宣布内容及要求4.安全教育  组织：四列横队  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  △（教学环节中呈现的学习情境、提出驱动性问题、学习任务类型；对应学生活动，示范指导学科思想方法，关注课堂生成，纠正思维错漏，恰当运用评价方式与评价工具持续评价促进学习。下同） | 学生活动1  1.快速集合，师生问好  2.认真听讲，了解学习的内容  要求：快、静、齐（学生在真实问题情境中开展学习活动；围绕完成学习任务开展系列活动与教的环节对应，学生分析任务-设计方案-解决问题-分享交流中学习并有实际收获。下同） | | 学生是否着运动服装，学生精神状态 | | | 5 | | 活动意图说明：（通过女排比赛中的基础垫球动作情境下，引入本堂课排球学习主题内容，提高学生兴趣。检查服装及安全教育强调课堂中可能会出现的安全隐患，提高学生安全意识。 | | | | | | | | 环节二：准备活动1.热身跑2圈2.排球球操（自编操） | | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教师活动2：1.在音乐伴奏下，老师领做；2.语言动作提示学生 | | 学生活动2：1.认真观察模仿，积极参与练习2.跑步最后一圈跑到标志盘对应点位要求：积极投入，动作舒展、大方 | 热身充分，球操跟随教师节奏 | | 10 | | | 活动意图说明 准备活动防止学生受伤，降低生理惰性，球性练习提高学生对球的掌握，提高参与活动积极兴趣。 | | | | | | | | 环节三：一.球性练习（游戏）1.手指拨球练习2.原地自抛拍手练习（游戏比赛）  二、移动体侧垫球  1.垫固定球：两人一组。2.移动接抛球游戏：两人一组，面对相距4米。3. 移动侧面垫球游戏：两人一组，一抛一侧垫一接。4.侧垫球：连续侧对垫  三、身体素质练习：  1.高抬腿50个2组2.俯卧撑10个3.小游戏：粮食入库  四.放松活动：1.放松操2.小结本课 | | | | 评价  要点 | 时间 | | | 教的活动3：一.1.语言引导，激发学生热情，调动学习积极主动性。2.评价及时，示范讲解动作3.个别纠错，辅导差生  二.1.教师示范讲解、提醒学生避免碰撞。2.抛球的同学抛球稳定，接球同学移动到位，侧垫球平稳掌握力度。  三1.教师指导，评价2.安全提示  四1.跟着音乐伴奏模仿教师放松2. 学生自评、互评.强调课后练习的重要性 | | 学的活动3：一.1.仔细观察示范，积极思考，主动回答问题。  2.学生抛球拍手2次抱住球。一分钟以内比一比谁抛的最多最稳。认真听老师讲解示范、明白动作要领，尝试进行练习3.有序进行练习  二. 1.仔细观察示范，积极思考，主动回答问题。2.认真听老师讲解示范、明白动作要领，尝试进行练习3.有序进行练习  三.1.积极参与2.动作到位  四.1. 积极放松练习2.积极思考、回答问题 | | 两臂夹紧，同侧臂稍高的体侧垫球动作 | 25 | | | 活动意图说明：（首先进行球性练习然后两人一组抛接球及垫球练习，提高对球的反应熟练度，在活动中学生可能出现紧张脚下站不稳、两臂太僵硬导致侧垫球垫球不到位的情况，所以采用先练习移动再练习垫球最后移动中垫球。教师在学生活动中及时纠正指导，强调手型及垫球顺序。放松环节：消除学生机体疲劳放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | | | |
| 7.场地与器材设计：排球41个，呼啦圈4个，展示板1个，音响1个。 | | | | |
| 8.作业与拓展学习设计：俯卧撑20个2组.对墙垫球100个（设计时关注作业的意图、功能、针对性、预计完成时间。发挥好作业复习巩固、引导学生深入学习的作用；面向全体，进行分层设计；检测类作业与探究类、实践类作业有机衔接；分析作业完成情况，作为教学改进和个性化指导与补偿的依据） | | | | |
| 9 | 预计  负荷 | 运动强度 | | 弱——中——强——弱 |
| 群体运动密度 | | 40-60% |
| 个体运动密度 | | 40-60% |
| 10.教学反思与改进 | | | | |

**第11课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中：2人一组抛接球练习.  移动练习  2人一组左右移动垫球练习（一抛一垫一接）  2人一组左右移动侧垫球练习（一抛一垫一接）  课外任务：俯卧撑20个2组  徒手移动侧垫球反应练习20次  观看排球比赛视频10分钟 | |
| **作业目标** | 1，通过练习熟悉对排球的掌握，提高抛球，接球，侧垫球能力，反应敏捷能力。  2，通过练习养成良好的运动习惯，培养运动后勤洗手爱卫生的品质。  3，通过练习及观看视频让学生体会团队的作用，提高学生的团队协作精神， | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地，电视机 | |
| **安全提示** | 运动前做好热身活动，运动过程中注意间息及安全，运动后进行放松活动 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中**）：  2人一组抛接球练习.  移动练习  2人一组左右移动垫球练习（一抛一垫一接）  2人一组左右移动侧垫球练习（一抛一垫一接）   1. 评价标准   1.移动练习  （评：快速、准确到位积一分）  2.2人一组抛球练习  （评：抛球稳，接球稳积一分）  3.2人一组一抛一垫一接练习  （评：接球抱住到位一次后积一分满分5分）  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）**： 俯卧撑20个2组  徒手移动侧垫球反应练习20次  观看排球比赛视频10分钟  1.自抛练习  （评：一分钟内球不掉且落地垂直积一分）  2.一分钟原地自抛自垫练习  （评：统计个数30个以上积一分）  3.步伐移动  (身体重心稳定.徒手动作标准)  学生自评：☆☆☆☆☆ |  |
| **作业**  **检测** | 利用下课时或上课前时间进行展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第11课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 2人一组抛接球练习. | 提升抛接球的熟练、稳定性 | 排球抛球、接球技术 | **A.B.L** | **A.B.C.D** | **B.C** | **B** | **E** | **B** |
| 2 | 移动练习 | 移动上下肢协调能力 | 并步 | A.B.E | A.B.C.D. | B | C | E |  |
| 3 | 2人一组左右移动垫球练习（一抛一垫一接） | 提高移动中垫球能力 | 垫球技术巩固 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 4 | 2人一组左右移动侧垫球练习（一抛一垫一接） | 对步伐的熟练 | 移动垫球步伐技术 | A.B. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 5 | 观看排球比赛视频10分钟 | 了解排球比赛 | 技术动作在比赛中的运用 | B.C.D | D | C | C | D |  |
| 6 | 俯卧撑20个2组 | 素质练习 | 无 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 7 | 徒手移动侧垫球反应练习20次 | 反应灵敏能力 | 无 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第12课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **1、两人对抛球练习**  **2、固定位置一抛一垫**  **3、素质练习、游戏** | |
| **课型** | | | 新授课□√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标**  1、通过本课的学习，使85%的学生能够运用正面双手垫球的技术动作完成两人之间的一抛一垫和进行简单的垫球配合。  2、通过练习提高学生的自我学习能力，发展学生的协调性、灵敏性，增强学生的全身协调性。  3、在小组练习中体验成功的喜悦、增强学生自信、使其会合作，培养学生的团队合作意识。 | | | | |
| **2.教学内容分析**  排球是五年级的主要教学内容，但人教版教材没有安排排球教学内容，根据所教学生的学习情况，在四年级开展了垫球的学习，垫球是排球运动中最基本的技术，学习垫球技术可以充分发挥学生上下肢协调能力及移动的灵活性，让学生在尝试体验中获得排球运动的乐趣。在技术中突出“插、夹、压、蹬”基本动作要点。本教程采用13课时的大单元学习，让学生掌握理论与垫球的动作要点，抛球稳、能连续垫多次。 | | | | |
| **3.学生学情分析**  四年级的学生自尊心强，容易通过一个运动的习得，获得成就感，该班学生运动习惯和运动能力较好，喜欢球类运动，人教版教材没有安排排球教学内容，学习排球垫球技术对学生既是挑战也是锻炼。学生具有乐于参与、求知欲强、大胆尝试、但集中注意力时间短。所以在教学中采用情景教学模式通过小组合作法、比赛法等多样的游戏形式、激发学生的学习兴趣，激发学生的学习兴趣，使学生在快乐、轻松的环境中完成学习任务，达到锻炼身体、愉悦身心的目的 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  1、通过本课的学习，学生初步体会两人对抛球，固定位置的一抛一垫，体会和队友配合的乐趣。  2、在游戏中巩固运动技能，发展排球能力，为接下来的学习做准备。  3、在比赛中有集体荣誉感、遵守比赛规则，体育品格的养成。 | | | | |
| **5.评价任务设计**  课的开始、课中、课结束部分都有不同的评价方式，分别从学习态度、参与度、综合评价反馈在运动能力、健康行为、体育品格上。课的开始主要评价学生的专注与积极性；课的基本部分通过游戏和练习主要评价学生对动作的掌握情况，学生完成三个不同的计评方式的表现以及创新能力；课的结束中主要评价师生、生生的相互评价。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | 环节一：准备部分  课堂常规：一、整队师生问好、宣布课的要求与内容；二、跑步分发器材三、热身球操；四、游戏导入 | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1、教师组队伍集合、师生问好、安排见习生、  2、教师组织学生进行热身跑、同时分发器材、教师带领学生做自编热身操。  3、小游戏“抛球入框”引入正课。 | 学生活动1  1、体育委员整队集合、听从指令，参与反应游戏  2、学生参与游戏获得器材，触背取球、热身球操、跟随老师做热身操。  3、抛接游戏：学生认真听指挥分为人数均等的四个小组，在抛球线后站好，每组请一位同学拿球框在一定距离外接队友的抛球，最后比较框内球数，多者胜。 | 1、集合快、静、齐  认真听、看、练精饱满；2、反应躲闪灵敏、诚实。认真模仿热身操，充分舒展身体，活动各关节，活跃气氛。3、游戏听指挥，遵守规则。 | | | 8分钟 | | 活动意图说明：  教师语言引导、激发学生学习兴趣。师生问好、宣布课的要求与内容，让学生快快进入学习状态，用游戏方式分发器材，学生积极性高。热身球操、熟悉球性，既热了身又活跃了气氛。游戏环节导入课堂，激发学习兴趣。 | | | | | | | 环节二：基本部分  一、教授动作两人对抛球练习二、两人固定位置一抛一垫练习、三、纠错，解决重难点再练习、四、评价展示 五、课课练体能练习、游戏 | | 评价  要点 | 时间 | | | | 教师活动2  1、教师请同学配合展示示范两人对抛球、固定位置一抛一垫技术动作  2、组织循序渐进的练习  1)、两人间隔2米进行对抛球练习  2)、固定位置进行一抛一垫练习  3)、、解决重难点，圆形站位、  4)、再练习，教师进行评价  5)、代表展示  3、组织身体素质练习师讲解规则、示范练习方法，组织练习。  4、游戏 | 学生活动2  1、生观察老师的动作  2、按教师要求在指定位置进行对抛球练习，每人完成20次抛球，完成4组，动作正确到位，  3、1）在固定位置上提上难度进行一人抛球一人垫球练习10次一轮换，完成4组，动作到位相互学习纠正。  2)、改进动作，自主再练习，认真听教师的点评纠错。  4、每组做的好的展示，踊跃展示  5、素质练习：学生认真听练习方法，听指挥练习（原地搞抬腿接20米冲刺跑）  6、游戏：夹球跳 | 1、认真仔细观察，垫球部位和接球点。  2、垫球动作正确，夹臂、压腕、顶肘  3、屈膝蹬地，手臂不高过肩  4、1、基本完成动作要点、2、能成功完成垫球并接住球，完成配合  5、认真练习、核心收紧 | 27分  钟 | | | | 活动意图说明：在基本部分的五个大流程中，用了示范展示法、榜样法、对比法、比赛法等学生参与有趣的练习与游戏，使学生在玩耍中体会两人对抛、一抛一垫的技术动作体会合作的快乐。通过在练习过程中对学生的评价来激发学生的学习积极性。通过课课练，锻炼学生体能，平衡上下肢力量，锻炼核心力量。最后游戏收尾让学生体会快乐激发学习兴趣。 | | | | | | | 环节三：  一、小结、放松；二、布置课后作业 | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教的活动3  1、指导学生放松拉伸肌肉  2、小结本课  3、收拾器材，  41、布置作业、师生再见 | 学的活动3  1、模仿老师动作拉伸放松  2、和同学交流本节课光彩时刻  3、收拾器材  4、听老师布置作业师生再见 | 1、认真拉伸放松，分享所学技能。  2、乐于分享、完成课后作业 | | 5  分钟 | | | 活动意图说明：  结束部分放上音乐，以放松小结为主，陶冶情操，师生、生生交流本节课所学技能与收获，课后作业的布置是本节课所学知识的延申，可以巩固课堂所学知识。 | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**  **运动场一块**  **排球 x 41 、标志盘 x40张、音箱x1、球框x4** | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**（  1、两人一抛一垫10\*4组，  2、30秒对抛球\*3组。  3、原地高抬腿30秒\*3组 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——强——弱** |
| 群体运动密度 | | **40%-50%** |
| 个体运动密度 | | **60%-70%** |
| **10.教学反思与改进**（单节课教与学的经验性总结，基于学习者分析和目标达成度进行对比反思，教学自我评估与教学改进设想。课后及时撰写，突出单元整体实施的改进策略，后续课时教学如何运用本课学习成果，如何持续促进学生发展） | | | | |

**第12课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中任务：  对抛球，完成20次，4组  一人抛球一人垫球10次，4组  课后任务  巩固练习：  1、30秒对抛球\*3组。  2、两人一抛一垫10\*4  3、亲子活动：创新垫球如垫球进框（家长双手环抱成一个圆圈形，相隔合适距离，孩子将排球垫进圈里，家长可移动接球） | |
| **作业目标** | 1 通过练习，巩固在校学习动作技能。  2、通过体能练习，增强学生体质。  2 亲子游戏活动可以缓解家长和孩子在生活、工作及学习中的压力，家庭充满快乐和愉悦，拉近父母和孩子的距离。培养创新能力 | |
| **作业资源** |  | |
| **安全提示** | 1、练习时做好热身活动，在平坦的场地运动在家练习时，  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | 课中  作业一：  对抛球20x4  作业二：  一抛一垫10x4 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课后作业： | | |   1、30秒对抛球\*3组。  2、两人一抛一垫10\*3组   |  | | --- | | 3、亲子活动：创新垫球如垫球进框（家长双手环抱成一  个圆圈形，相隔合适距离，孩子将排球垫进圈里，家长  可移动接球） | |  | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 体育与健康学科课时作业属性表（第12课时） | | | | | | | | | |
| 题号 | 题目 | 作业目标 | 必备技能 | 关键能力 | 认知水平 | 作业类型 | 完成  时间 | 完成时长 | 评价  反馈 |
| 1 | 两人对抛球20\*4 | 体会动作技术，为对垫球做好准备 | 连续抛接球 | A B | B C | A B C | B | B |  |
| 2 | 固定位置一抛一垫10\*4 | 提高技术运用能力 | 动作固化的能力，心里素质培养 | A B | B C | A B D | B | B |  |
| 3 | 30秒对抛球\*3组 | 提高技术运用能力 | 动作固化的能力，心里素质培养 | A B | B C | A B D | C | B |  |
| 4 | 高抬腿接冲刺跑30\*3组 | 锻炼体能，增强体质 | 体能、全身活动 | A E | C F | A | C | B |  |
| 5 | 亲子游戏  （垫、接排球） | 巩固技术动作，增强亲子感情 | 排球双手正面垫球技术 | A B | C E F | A B E | C | E |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 第13课时教学设计 | | | | |
| 课题 | | | 1、体验对墙双手正面垫球、  2、垫球打靶游戏 | |
| 课型 | | | 新授课□√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1.课程标准分析课时目标：1、运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为，着重培养学生体验参加体育活动的乐趣，提高健康水平，形成乐观开朗的生活态度，奠定终身体育锻炼基础。  2、运动技能目标：通过本课练习，使学生获得运动基础知识，发展体能，提高学生对体育课的兴趣，较熟练地掌握双手正面对墙垫球的动作技能。通过初步练习提高运动水平。  3、身体健康目标：提高学生的身体素质，了解体育活动对心理健康的作用，认识身、心发展的关系，以及与他人合作共同完成体育活动的协作意识。 | | | | |
| 2.教学内容分析：排球双手正面对墙自垫练习、垫球打靶游戏（分析本课时教学内容在单元中的位置，核心内容对发展学生核心素养的功能价值分析，蕴含的正确价值观念，已学内容与本课内容的关联。可用结构图示呈现） | | | | |
| 1. 学生学情分析：1、四年级的学生年龄在十来岁左右，活泼好动，对事物充满好奇且善于模仿，喜欢直观形象思维，对游戏、竞赛特别感兴趣，有较强的表现欲望。   2、技术技能基础：四年级学生身体基本活动能力较强，对动作掌控力较好。 因此在教学中，教师要运用多种教学手段，语言引导鼓励，消除畏惧心理，遵循循序渐进的教学方法，引导学生通过尝试合作等方法，逐步掌握学习内容 | | | | |
| 4.学习目标叙写：  1.通过本单元内容练习发展学生球性、排球自垫球、正面双手垫球技术；培养灵敏、手眼协调等身体素质。  2.通过垫球练习、让80%的学生基本掌握自垫球、正面双手垫球技术，20%学生通过教师指导进一步能够做到自平稳做出垫球动作。  3.在学习过程中，积极思考的学习品质，在遇到困难或挑战自身身体极限且保证安全的情况下能克服困难、坚持到底的精神品质，小组探究练习培养集体主义精神、团结协作品质。 | | | | |
| 5.评价任务设计：  水平二（四年级）排球单人双手正面对墙垫球练习评价量表  第\_\_\_\_\_组   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 评价内容 | 姓名/小组 | 自评/互评/教师评价 | | 1.单人双手正面对墙垫球  （评：不掉球的情况下对墙颠球，30个不掉球积一分）  2.一分钟单人双手正面对墙垫球  （评：统计个数40个以上积一分）  3.两人一组，一人双手正面对墙垫球连续打靶，一人计数  （评：20次对墙颠球，连续击打10次8分线以内积一分）   1. 两人一组，一人累计 2. 对墙垫球打靶，一人计数   （评：20次连续对墙颠球，击打15次8分线以内积一分） |  |  | |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：每次课评价记录 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 运动参与 | 出勤率 | 90%以上 | 89%—80% | 79%—60% | 59%以下 | 求平均分 | | 课堂表现 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 课外运用 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分70分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等70～63分 | B等62～56分 | C等55～42分 | D等41分以下 | | 运动技能 | 准备姿势 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 对墙颠球 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 垫球打靶 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 教学比赛 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 组织合作 | 团结协作 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 敢于尝试 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | | | | |
| 6.学习活动设计   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | | 环节一：一、课堂常规  1.体育委员整队，报告人数；2.师生问好；3.宣布本课的教学内容和要求；4检查服装，安排见习生。5.分享一个排球小知识  （根据课堂教与学的程序安排） | | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1.师生问好；2.检查人数与服装；3.宣布内容及要求4.安全教育5.安排见习生  组织：四列横队  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  △（教学环节中呈现的学习情境、提出驱动性问题、学习任务类型；对应学生活动，示范指导学科思想方法，关注课堂生成，纠正思维错漏，恰当运用评价方式与评价工具持续评价促进学习。下同） | 学生活动1  1.快速集合，师生问好  2.认真听讲，了解学习的内容  要求：精神饱满、快、静、齐（学生在真实问题情境中开展学习活动；围绕完成学习任务开展系列活动与教的环节对应，学生分析任务-设计方案-解决问题-分享交流中学习并有实际收获。下同） | | 学生是否着运动服装，学生精神状态 | | | 5 | | 活动意图说明：（通过简单的排球知识发展介绍（排球运动项目小知识）引入本堂课学习主题内容，提高学生兴趣。检查服装及安全教育强调课堂中可能会出现的安全隐患，提高学生安全意识。 | | | | | | | | 环节二：准备活动1.热身跑2圈2.自编排球球操（自编操）手上1）弹腿运动2）体转运动3）踢腿运动4）击球运动5）跳跃运动6）交叉运动7）整理运动融合体操动作自编的排球操。 | | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教师活动2：1.在音乐伴奏下，老师领做,统一指挥；2.语言动作提示学生 | | 学生活动2：1.认真观察模仿，积极参与练习2.跑步最后一圈跑到标志盘对应点位要求：积极投入，动作舒展、大方 3.热身过程注意安全 4.跟音乐节奏进行操练。 | 热身充分，球操跟随教师节奏 | | 10 | | | 活动意图说明 准备活动防止学生受伤，降低生理惰性，球性练习提高学生对球的掌握，提高参与活动积极兴趣。操类学习提高学生的肌肉记忆、发展学生协调能力及球感。 | | | | | | | | 环节三：一.球性练习（游戏）1.双手抛球接球及抛球双手触摸关节练习。2.原地直上直下自抛拍手练习（游戏比赛）  二、1.1人一组对墙颠球习，分为4组，每组分别上前对墙练习a近距离低高度对墙颠球b加大距离加高高度对墙颠球练习c小组展示。2.分组两人一组。一颠一计数练习。3.对墙颠球打靶，两人一组，一人颠球，一人计分。   1. 身体素质练习：   1转身往返跑30米x4组。2.原地高抬腿30个+冲刺跑20米X3组  3.蚂蚁搬家(还球入库)  四.放松活动：1.放松操2.小结本课 | | | | 评价  要点 | 时间 | | | 教的活动3：一.1.语言引导，教师喊出关节学生快速反应抛摸结合，激发学生热情，调动学习积极主动性。2.自抛及抛球的同学抛球稳定，垫球平稳掌握力度。3.个别纠错，辅导差生4.挑小组展示、评价  二.1.教师示范讲解、提醒学生避免碰撞。2.技术动作练习讲解示范，安排学生分组练习、巡回指导、评价及时。  三.1.教师指导进行接力，2.讲解规则3.安全提示  四.1.跟着音乐伴奏模仿教师放松2. 学生自评、互评.强调课后练习的重要性 | | 学的活动3：一.1.积极参与练习、对墙颠球不要紧握双手，动作自然2.认真听教师说的抛球出去手触身体关节位置快速做出反应  二.1）单人对墙练习，保持球不落地。2）单人对墙练习，逐渐加大距离，提升高度。3）仔细听教师所讲的姿势动作要点集体模仿练习。  4）两人一组，对墙打靶。站指定位置，对墙打靶，一人计分。  6）有序进行练习，积极参与展示和评价。  三.1.学生认真听讲游戏接力方法及要求，积极参与2.按照要求进行游戏，动作到位3.相互鼓励，团结协作，力争第一。  四.1. 积极放松练习2.聆听教师总结、积极交流、积极思考、3.归还器材、师生再见 | | 抛球、垫球稳定性，准确性，协调性  放松环节：放松调整呼吸参与评价积极 | 25 | | | 活动意图说明：首先进行球性练习将抛球熟练在慢慢过度到对墙垫球环节，然后依次加大难度增加距离、高度练习，在活动中学生可能出现垫球不稳球乱蹿的情况，所以采用先两人练习时1人垫球，1人计数捡球。再到对墙打靶过度循序渐进、动作分解练习进行有效学习。教师在学生活动中及时纠正指导，强调手型及垫球顺序。游戏环节：激发学生的比赛欲望争强心理，认真对待的态度。放松环节：消除学生机体疲劳放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | | | |
| 7.场地与器材设计：排球41个，标志桶若干，跳圈若干，音响1个。 | | | | |
| 8.作业与拓展学习设计：开合跳30个x4组。对墙垫球50x4组。（设计时关注作业的意图、功能、针对性、预计完成时间。发挥好作业复习巩固、引导学生深入学习的作用；面向全体，进行分层设计；检测类作业与探究类、实践类作业有机衔接；分析作业完成情况，作为教学改进和个性化指导与补偿的依据） | | | | |
| 9 | 预计  负荷 | 运动强度 | | 弱——中——强——弱 |
| 群体运动密度 | | 40-60% |
| 个体运动密度 | | 40-60% |
| 10.教学反思与改进 | | | | |

**第13课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中：1.单人对墙垫球20次近距离，低高度（要求：接球稳）  2.单人对墙垫球30次距离适中、高度适中（要去：抛球稳，垫球准和稳）  3.两人一组，一人对墙垫球连续打靶，一人计数  4.两人一组，一人对墙垫球累计打靶，一人计数  课外任务：  开合跳30个x4组  波比跳20次  对墙垫球50次4组  观看排球比赛视频10分钟 | |
| **作业目标** | 1，通过练习熟悉对排球的掌握，提高自垫球，垫球能力及反应协调能力。  2，通过练习养成良好的运动习惯，培养爱卫生勤洗手的习惯。  3，通过练习及观看视频让学生体会团队的作用，提高学生的团队协作精神， | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地，电视机，一面平整的墙 | |
| **安全提示** | 运动前做好热身活动，运动过程中注意间息及安全，注意对墙垫球场地是否符合德育要求，运动后进行放松活动 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | **作业一（课中**）：  1.对墙垫球30次（要求：接球稳，垫球准）  2.对墙自垫球50次（距离、高度提高标准化）  3.两人一组，一人对墙垫球连续打靶，一人计数  4.两人一组，一人对墙垫球累计打靶，一人计数  （要求准确度、连贯性）  老师跟同学同时站在排球场地同一边场区.教师提醒  学生开始   1. 评价标准   1.对墙垫球  （评：连续垫球30个积一分）  2.1人1分钟垫球练习  （评：1分钟垫球40个积一分）  3.2人一组连续对墙垫球打靶一垫一计  评：20次对墙颠球，连续击打10次8分线以内积一分）  4.2人一组累计对墙垫球打靶一垫一计  评：20次连续对墙颠球，击打15次8分线以内积一分）  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）**：开合跳30个x4组  波比跳20次  对墙垫球50次4组  观看排球比赛视频10分钟  1.开合跳  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  2.波比跳  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  3对墙垫球50次4组  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  4.观看排球比赛视频10分钟  （评：观看量比赛积一分）  学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** | 利用下课时或上课前时间进行展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第11课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 单人对墙垫球 | 提升垫球的熟练、稳定性 | 排球双手正面垫球技术 | **A.B.L** | **A.B.C.D** | **B.C** | **B** | **E** | **B** |
| 2 | 两人一组对墙垫球打靶 | 提升两人一组垫球的熟练、稳定性 | 排球对抛垫球技术 | A.B.E | A.B.C.D. | B | C | E |  |
| 3 | 开合跳30个4组  波比跳20次 | 身体素质练习 | 发展身体素质 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 4 | 对墙垫球50次4组 | 加强对墙垫球稳定性练习 | 对墙垫球技术 | A.B. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 5 | 观看排球比赛视频10分钟 | 了解排球比赛 | 技术动作在比赛中的运用 | B.C.D | D | C | C | D |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 第14课时教学设计 | | | | |
| 课题 | | | 1、两人对垫  2、小兔赛跳（两腿夹球跳）、靠背夹球 | |
| 课型 | | | 新授课□√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1.课程标准分析课时目标：1、运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为，着重培养学生体验参加体育活动的乐趣，提高健康水平，形成乐观开朗的生活态度，奠定终身体育锻炼基础。  2、运动技能目标：通过本课练习，使学生获得运动基础知识，发展体能，提高学生对体育课的兴趣，较熟练地掌握双手垫球的动作技能。通过初步练习提高运动水平。  3、身体健康目标：提高学生的身体素质，了解体育活动对心理健康的作用，认识身、心发展的关系，以及与他人合作共同完成体育活动的协作意识。 | | | | |
| 2.教学内容分析：排球两人对垫练习、夹球跳、靠背夹球 | | | | |
| 1. 学生学情分析：1、四年级的学生年龄在十来岁左右，活泼好动，对事物充满好奇且善于模仿，喜欢直观形象思维，对游戏、竞赛特别感兴趣，有较强的表现欲望。   2、技术技能基础：四年级学生身体基本活动能力较强，对动作掌控力较好。 因此在教学中，教师要运用多种教学手段，语言引导鼓励，消除畏惧心理，遵循循序渐进的教学方法，引导学生通过尝试合作等方法，逐步掌握学习内容 | | | | |
| 4.学习目标叙写：  1.通过本单元内容练习发展学生球性、排球自垫球、正面双手垫球技术；培养灵敏、手眼协调等身体素质。  2.通过游戏，进一步发展学生跳跃能力、腰腹和下肢力量  3.通过垫球练习、让80%的学生基本掌握自垫球、正面双手垫球技术，20%学生通过教师指导进一步能够做到自平稳做出垫球动作。  4.在学习过程中，积极思考的学习品质，在遇到困难或挑战自身身体极限且保证安全的情况下能克服困难、坚持到底的精神品质，小组探究练习培养集体主义精神、团结协作品质。 | | | | |
| 5.评价任务设计：水平二（四年级）排球两人对垫球练习评价量表  第\_\_\_\_\_组   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 评价内容 | 姓名/小组 | 自评/互评/教师评价 | | 1.两人对垫球（1米距离）  （评：不掉球的情况下，6个来回积一分）  2.两人对垫球（三米）  （评：8个来回积一分）  3.1人一组，胯下夹球向前跳跃  （评：向前跳跃20米，不掉球积一分）  4.两人一组，双手抱胸蹲下，靠背夹球，（评：不掉球的情况，6次起立蹲下，积一分） |  |  | |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：每次课评价记录 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 运动参与 | 出勤率 | 90%以上 | 89%—80% | 79%—60% | 59%以下 | 求平均分 | | 课堂表现 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 课外运用 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分70分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等70～63分 | B等62～56分 | C等55～42分 | D等41分以下 | | 运动技能 | 两人一米对垫 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 两人三米对垫 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 兔子赛跳 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 靠背夹球 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 组织合作 | 团结协作 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 敢于尝试 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 |   评价方式：采用多元评价，即自主评价、相互评价、组内评价及师评相结合的原则。  评价时间：单元最后一节进行。如果学生掌握程度没有达到预想的目标，也可延期进行，给学生进一步提高的机会。 | | | | |
| 6.学习活动设计   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | | 环节一：一、课堂常规  1.体育委员整队，报告人数；2.师生问好；3.宣布本课的教学内容和要求；4检查服装，安排见习生。5.分享一个排球小知识 | | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1.师生问好；2.检查人数与服装；3.宣布内容及要求4.安全教育5.安排见习生  组织：四列横队  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  △（教学环节中呈现的学习情境、提出驱动性问题、学习任务类型；对应学生活动，示范指导学科思想方法，关注课堂生成，纠正思维错漏，恰当运用评价方式与评价工具持续评价促进学习。下同） | 学生活动1  1.快速集合，师生问好  2.认真听讲，了解学习的内容  要求：精神饱满、快、静、齐（学生在真实问题情境中开展学习活动；围绕完成学习任务开展系列活动与教的环节对应，学生分析任务-设计方案-解决问题-分享交流中学习并有实际收获。下同） | | 学生是否着运动服装，学生精神状态 | | | 5 | | 活动意图说明：  （通过简单的排球知识发展介绍（排球运动项目小知识）引入本堂课学习主题内容，提高学生兴趣。检查服装及安全教育强调课堂中可能会出现的安全隐患，提高学生安全意识。 | | | | | | | | 环节二：准备活动1.热身跑2圈2.自编排球球操（自编操）手上1）弹腿运动2）体转运动3）踢腿运动4）击球运动5）跳跃运动6）交叉运动7）整理运动融合体操动作自编的排球操。 | | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教师活动2：1.在音乐伴奏下，老师领做,统一指挥；2.语言动作提示学生 | | 学生活动2：1.认真观察模仿，积极参与练习2.跑步最后一圈跑到标志盘对应点位要求：积极投入，动作舒展、大方 3.热身过程注意安全 4.跟音乐节奏进行操练。 | 热身充分，球操跟随教师节奏 | | 10 | | | 活动意图说明  准备活动防止学生受伤，降低生理惰性，球性练习提高学生对球的掌握，提高参与活动积极兴趣。操类学习提高学生的肌肉记忆、发展学生协调能力及球感。 | | | | | | | | 环节三：一.球性练习（游戏）1.双手抛球接球及抛球双手触摸关节练习。2.原地直上直下自抛拍手练习（游戏比赛）  二、1.2人一组对垫球习，前后两人一组。a近距离1米对垫。b加大距离3米对垫练习c小组展示。2.个人游戏赛，分为4组胯下夹球跳跃。3.两人一组，双手抱胸蹲下。   1. 身体素质练习：   1转身往返跑30米x4组。2.原地高抬腿30个+冲刺跑20米X3组  3.蚂蚁搬家(还球入库)  四.放松活动：1.放松操2.小结本课 | | | | 评价  要点 | 时间 | | | 教的活动3：一.1.语言引导，教师喊出关节学生快速反应抛摸结合，激发学生热情，调动学习积极主动性。2.自抛及抛球的同学抛球稳定，垫球平稳掌握力度。3.个别纠错，辅导差生4.挑小组展示、评价  二.1.教师示范讲解、提醒学生避免碰撞。2.技术动作练习讲解示范，安排学生分组练习、巡回指导、评价及时。  三.1.教师指导进行接力，2.讲解规则3.安全提示  四.1.跟着音乐伴奏模仿教师放松2. 学生自评、互评.强调课后练习的重要性 | | 学的活动3：一.1.积极参与练习、对垫球不要紧握双手，动作自然2.认真听教师说的垫球出手后，后续动作，并快速做出反应  二.1）2人对垫练习，保持球不落地。2）两人对垫练习，逐渐加大距离。3）仔细听教师所讲的姿势动作要点集体模仿练习。   1. 个人赛，分为4组进行，按照要求，有组织开展 2. 两人一组，听老师口令开始游戏。   6）有序进行练习，积极参与展示和评价。  三.1.学生认真听讲游戏接力方法及要求，积极参与2.按照要求进行游戏，动作到位3.相互鼓励，团结协作，力争第一。  四.1. 积极放松练习2.聆听教师总结、积极交流、积极思考、3.归还器材、师生再见 | | 抛球、垫球稳定性，准确性，协调性  放松环节：放松调整呼吸参与评价积极 | 25 | | | 活动意图说明：  （首先进行球性练习将抛球熟练在慢慢过度到对垫球环节，然后依次加大难度增加距离练习，在活动中学生可能出现垫球不稳球乱蹿的情况，所以加大小组与小组之间距离，避免相互影响，课程内容循序渐进、动作分解练习进行有效学习，最后设置游戏比赛，提高学生体育课积极性，并且充分锻炼自身跳跃、速度、耐力等身体素质。  教师在学生活动中及时纠正指导，强调手型及垫球顺序。游戏环节：激发学生的比赛欲望争强心理，认真对待的态度。放松环节：消除学生机体疲劳放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | | | |
| 7.场地与器材设计：排球41个，标志桶若干，跳圈若干，音响1个。 | | | | |
| 8.作业与拓展学习设计：  对垫球50x4组、夹球兔子赛跳20米4次来回、靠背夹球10个4组（ | | | | |
| 9 | 预计  负荷 | 运动强度 | | 弱——中——强——弱 |
| 群体运动密度 | | 40-60% |
| 个体运动密度 | | 40-60% |
| 10.教学反思与改进  单节课教与学的经验性总结，基于学习者分析和目标达成度进行对比反思，教学自我评估与教学改进设想。课后及时撰写，突出单元整体实施的改进策略，后续课时教学如何运用本课学习成果，如何持续促进学生发展） | | | | |

**第14课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中：两人一米对垫6次（要求：接球稳）  两人3米对垫8次（要去：垫球准和稳）  夹球向前跳跃20米4组  两人靠背夹球下蹲起立10个4组  课外任务： 原地高抬腿30个x4组  冲刺往返跑30米4组  对墙垫球50次4组  观看排球比赛视频10分钟 | |
| **作业目标** | 1，通过练习熟悉对排球的掌握，提高自垫球，垫球能力及反应协调能力。  2，通过练习养成良好的运动习惯，培养勤奋好动的习惯。  3，通过练习及观看视频让学生体会团队的作用，提高学生的团队协作精神。 | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地，电视机，一面平整的墙 | |
| **安全提示** | 运动前做好热身活动，运动过程中注意间息及安全，注意对墙垫球场地是否符合德育要求，运动后进行放松活动 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | **作业一（课中**）：  两人一米对垫6次（要求：接球稳）  两人3米对垫8次（要去：垫球准和稳）  夹球向前跳跃20米4组  两人靠背夹球下蹲起立10个4组  老师跟同学同时站在排球场地同一边场区.教师提醒  学生开始   1. 评价标准   1.两人一米对垫  （评：连续来回垫球6个积一分）  2.两人3米对垫  （评：连续来回垫球8个积一分）  3.夹球向前条跳跃  评：分为4个小组，每组前名积一分）  4.2人一组靠背夹球下蹲起立  评：两人一组，最快的十个小组积一分  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）**：原地高抬腿30个x4组  冲刺往返跑30米4组  对墙垫球50次4组  观看排球比赛视频10分钟  1.开合跳  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  2.波比跳  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  3对墙垫球50次4组  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  4.观看排球比赛视频10分钟  （评：观看量比赛积一分）  学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** | 利用下课时或上课前时间进行展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第11课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 单人对墙垫球 | 提升垫球的熟练、稳定性 | 排球双手正面垫球技术 | **A.B.L** | **A.B.C.D** | **B.C** | **B** | **E** | **B** |
| 2 | 两人一组对墙垫球打靶 | 提升两人一组垫球的熟练、稳定性 | 排球对抛垫球技术 | A.B.E | A.B.C.D. | B | C | E |  |
| 3 | 开合跳30个4组  波比跳20次 | 身体素质练习 | 发展身体素质 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 4 | 对墙垫球50次4组 | 加强对墙垫球稳定性练习 | 对墙垫球技术 | A.B. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 5 | 观看排球比赛视频10分钟 | 了解排球比赛 | 技术动作在比赛中的运用 | B.C.D | D | C | C | D |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 第15课时教学设计 | | | | |
| 课题 | | 1、两人移动垫抛球  2、侧身左右摸桶回位垫球  3、自由组队PK | | |
| 课型 | | 新授课√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | | |
| 1.课程标准分析课时目标：1、运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为，着重培养学生体验参加体育活动的乐趣，提高健康水平，形成乐观开朗的生活态度，奠定终身体育锻炼基础。  2、运动技能目标：通过本课练习，使学生获得运动基础知识，发展体能，提高学生对体育课的兴趣，较熟练地掌握双手垫球的动作技能。通过初步练习提高运动水平。  3、身体健康目标：提高学生的身体素质，了解体育活动对心理健康的作用，认识身、心发展的关系，以及与他人合作共同完成体育活动的协作意识。 | | | | |
| 2.教学内容分析：排球移动抛垫球、侧身左右摸桶回点垫球、自由Pk | | | | |
| 1. 学生学情分析：1、四年级的学生年龄在十来岁左右，活泼好动，对事物充满好奇且善于模仿，喜欢直观形象思维，对游戏、竞赛特别感兴趣，有较强的表现欲望。   2、技术技能基础：四年级学生身体基本活动能力较强，对动作掌控力较好。 因此在教学中，教师要运用多种教学手段，语言引导鼓励，消除畏惧心理，遵循循序渐进的教学方法，引导学生通过尝试合作等方法，逐步掌握学习内容 | | | | |
| 4.学习目标叙写：  1.通过本单元内容练习发展学生球性、排球自垫球、正面双手垫球技术；培养灵敏、手眼协调等身体素质。  2.通过游戏，进一步发展学生速度、耐力、协调等身体素质。  3.通过垫球练习、让80%的学生基本掌握自垫球、正面双手垫球技术，20%学生通过教师指导进一步能够做到自平稳做出垫球动作。  4.在学习过程中，积极思考的学习品质，在遇到困难或挑战自身身体极限且保证安全的情况下能克服困难、坚持到底的精神品质，小组探究练习培养集体主义精神、团结协作品质。 | | | | |
| 5.评价任务设计：水平二（四年级）排球单人移动抛垫球练习评价量表  第\_\_\_\_\_组   |  |  |  | | --- | --- | --- | | 评价内容 | 姓名/小组 | 自评/互评/教师评价 | | 1.两人一组移动抛垫球。  （分前后左右四个位置，抛球者依次往点位上抛球，接球者垫球到指定位置，四个位置各一分。）  2.两人一组移动抛垫球。  （八个位置，增加左斜前、右斜前、左斜后、右斜后，同上积分）  3.两人一组，侧身左右摸桶回点垫球  （评：两人一组一抛一垫，垫球者侧身左右摸桶回点位接球，垫球到指定位置，一组10，完成积一分）   1. 自由找人PK，依次找3人   （最多与3人PK，对垫球，得胜者积一分） |  |  | |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：每次课评价记录 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 运动参与 | 出勤率 | 90%以上 | 89%—80% | 79%—60% | 59%以下 | 求平均分 | | 课堂表现 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 课外运用 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分70分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等70～63分 | B等62～56分 | C等55～42分 | D等41分以下 | | 运动技能 | 移动抛垫球四方位 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 移动抛垫球八方位 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 侧身左右摸桶回点垫球 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 自由PK | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 评价内容 | | 评价标准（满分10分）注：充分考虑提高幅度 | | | | 折算得分 | | A等10分 | B等9～8分 | C等7～6分 | D等5分以下 | | 组织合作 | 团结协作 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 敢于尝试 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 |   评价方式：采用多元评价，即自主评价、相互评价、组内评价及师评相结合的原则。  评价时间：单元最后一节进行。如果学生掌握程度没有达到预想的目标，也可延期进行，给学生进一步提高的机会。 | | | | |
| 6.学习活动设计   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 教师活动 | 学生活动 | | | | | | | 环节一：一、课堂常规  1.体育委员整队，报告人数；2.师生问好；3.宣布本课的教学内容和要求；4检查服装，安排见习生。5.分享一个排球小知识  （根据课堂教与学的程序安排） | | | 评价  要点 | | | 时间 | | 教师活动1  1.师生问好；2.检查人数与服装；3.宣布内容及要求4.安全教育5.安排见习生  组织：四列横队  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  △（教学环节中呈现的学习情境、提出驱动性问题、学习任务类型；对应学生活动，示范指导学科思想方法，关注课堂生成，纠正思维错漏，恰当运用评价方式与评价工具持续评价促进学习。下同） | 学生活动1  1.快速集合，师生问好  2.认真听讲，了解学习的内容  要求：精神饱满、快、静、齐（学生在真实问题情境中开展学习活动；围绕完成学习任务开展系列活动与教的环节对应，学生分析任务-设计方案-解决问题-分享交流中学习并有实际收获。下同） | | 学生是否着运动服装，学生精神状态 | | | 5 | | 活动意图说明：  （通过简单的排球知识发展介绍（排球运动项目小知识）引入本堂课学习主题内容，提高学生兴趣。检查服装及安全教育强调课堂中可能会出现的安全隐患，提高学生安全意识。 | | | | | | | | 环节二：准备活动1.热身跑2圈2.自编排球球操（自编操）手上1）弹腿运动2）体转运动3）踢腿运动4）击球运动5）跳跃运动6）交叉运动7）整理运动融合体操动作自编的排球操。 | | | 评价  要点 | | 时间 | | | 教师活动2：1.在音乐伴奏下，老师领做,统一指挥；2.语言动作提示学生 | | 学生活动2：1.认真观察模仿，积极参与练习2.跑步最后一圈跑到标志盘对应点位要求：积极投入，动作舒展、大方 3.热身过程注意安全 4.跟音乐节奏进行操练。 | 热身充分，球操跟随教师节奏 | | 10 | | | 活动意图说明 准备活动防止学生受伤，降低生理惰性，球性练习提高学生对球的掌握，提高参与活动积极兴趣。操类学习提高学生的肌肉记忆、发展学生协调能力及球感。 | | | | | | | | 环节三：一.球性练习（游戏）1.双手抛球接球及抛球双手触摸关节练习。2.原地直上直下自抛拍手练习（游戏比赛）  二、1.2人一组移动抛垫球练习。A前后左右4个方位。b加大难度增加左斜前、右斜前、左斜后、右斜后c小组展示。2.游戏赛，两人一组侧身左右摸桶回点接球。3.自由找人PK，最多3人   1. 身体素质练习：   1波比跳20个4组。2.单脚来回跳20米4组3.蚂蚁搬家(还球入库)  四.放松活动：1.放松操2.小结本课 | | | | 评价  要点 | 时间 | | | 教的活动3：一.1.语言引导，教师喊出关节学生快速反应抛摸结合，激发学生热情，调动学习积极主动性。2.自抛及抛球的同学抛球稳定，垫球平稳掌握力度。3.个别纠错，辅导差生4.挑小组展示、评价  二.1.教师示范讲解、提醒学生避免碰撞。2.技术动作练习讲解示范，安排学生分组练习、巡回指导、评价及时。  三.1.教师指导进行接力，2.讲解规则3.安全提示  四.1.跟着音乐伴奏模仿教师放松2. 学生自评、互评.强调课后练习的重要性 | | 学的活动3：一.1.积极参与练习，积极跑动，动作自然2.认真听教师说的，积极跑动，反应迅速。  二.1）移动抛垫球，抛球者必须把球抛到点位上。2）侧身左右摸桶回点垫球。3）仔细听教师所讲的姿势动作要点集体模仿练习。   1. 自由PK，寻找对手，最多3人，听老师口令开始游戏。   6）有序进行练习，积极参与展示和评价。  三.1.学生认真听讲游戏接力方法及要求，积极参与2.按照要求进行游戏，动作到位3.相互鼓励，团结协作，力争第一。  四.1. 积极放松练习2.聆听教师总结、积极交流、积极思考、3.归还器材、师生再见 | | 抛球、垫球稳定性，准确性，协调性  放松环节：放松调整呼吸参与评价积极 | 25 | | | 活动意图说明：  首先进行球性练习将抛球熟练在慢慢过度到对垫球环节，然后依次加大难度练习，课程内容循序渐进、动作分解练习进行有效学习，最后设置游戏比赛，提高学生体育课积极性，并且充分锻炼自身跳跃、速度、耐力等身体素质。  教师在学生活动中及时纠正指导，强调手型及垫球顺序。游戏环节：激发学生的比赛欲望争强心理，认真对待的态度。放松环节：消除学生机体疲劳放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | | | |
| 7.场地与器材设计：排球41个，标志桶若干，标志点若干，音响1个。 | | | | |
| 8.作业与拓展学习设计：  移动抛垫球20次4组、侧身左右摸桶回点垫球10个4组、自由PK寻找3个对手（设计时关注作业的意图、功能、针对性、预计完成时间。发挥好作业复习巩固、引导学生深入学习的作用；面向全体，进行分层设计；检测类作业与探究类、实践类作业有机衔接；分析作业完成情况，作为教学改进和个性化指导与补偿的依据） | | | | |
| 9 | 预计  负荷 | | 运动强度 | 弱——中——强——弱 |
| 群体运动密度 | 40-60% |
| 个体运动密度 | 40-60% |
| 10.教学反思与改进 | | | | |

第15课时（作业设计）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 作业  内容 | 课中： 1.移动抛垫球20次4组、   1. 侧身左右摸桶回点垫球10个4组、   3.两人一组，侧身左右摸桶回点垫球  4.自由PK寻找3个对手  课外任务： 俯卧撑20个x4组  仰卧起坐30个4组  自垫球50次4组  观看排球比赛视频10分钟 | |
| 作业目标 | 1，通过练习熟悉对排球的掌握，提高自垫球，垫球能力及反应协调能力。  2，通过练习养成良好的运动习惯，培养勤奋好动的习惯。  3，通过练习及观看视频让学生体会团队的作用，提高学生的团队协作精神。 | |
| 作业资源 | 排球一个，空旷平坦场地，电视机，一面平整的墙 | |
| 安全提示 | 运动前做好热身活动，运动过程中注意间息及安全，注意对墙垫球场地是否符合德育要求，运动后进行放松活动 | 时间 |
| 作业流程 | |  | | --- | | 作业一（课中）：  1.两人一组移动抛垫球、前后左右4个方位  2.两人一组移动抛垫球、8个方位  3.两人一组，侧身左右摸桶回点垫球  自由找人PK，依次找3人  在排球场地同一边场区.教师提醒  学生开始   1. 评价标准   1.两人一组移动抛垫球。  （分前后左右四个位置，抛球者依次往点位上抛球，接球者垫球到指定位置，四个位置各一分。）  2.两人一组移动抛垫球。  （八个位置，增加左斜前、右斜前、左斜后、右斜后，同上积分）  3.两人一组，侧身左右摸桶回点垫球  （评：两人一组一抛一垫，垫球者侧身左右摸桶回点位接球，垫球到指定位置，一组10，完成积一分）  自由找人PK，依次找3人  （最多与3人PK，对垫球，得胜者积一分）  学生自评：☆☆☆☆☆  作业二（课后）：俯卧撑20个x4组  仰卧起坐30个4组  单人自垫球50次4组  观看排球比赛视频10分钟  1.俯卧撑20个x4组  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  2. 仰卧起坐30个4组  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  3自垫球50次4组  （评：完成内容，并且动作不变形积一分）  4.观看排球比赛视频10分钟  （评：观看量比赛积一分）  学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| 作业  检测 | 利用下课时或上课前时间进行展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 体育与健康学科课时作业属性表（第11课时） | | | | | | | | | |
| 题号 | 题目 | 作业目标 | 必备技能 | 关键能力 | 认知水平 | 作业类型 | 完成  时间 | 完成时长 | 评价  反馈 |
| 1 | 单人对墙垫球 | 提升垫球的熟练、稳定性 | 排球双手正面垫球技术 | A.B.L | A.B.C.D | B.C | B | E | B |
| 2 | 两人一组对墙垫球打靶 | 提升两人一组垫球的熟练、稳定性 | 排球对抛垫球技术 | A.B.E | A.B.C.D. | B | C | E |  |
| 3 | 开合跳30个4组  波比跳20次 | 身体素质练习 | 发展身体素质 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 4 | 对墙垫球50次4组 | 加强对墙垫球稳定性练习 | 对墙垫球技术 | A.B. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 5 | 观看排球比赛视频10分钟 | 了解排球比赛 | 技术动作在比赛中的运用 | B.C.D | D | C | C | D |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第16课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 安全应急（火场逃生）与信息技术融合 | |
| **课型** | | | 新授课□√ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标**  通过多媒体智慧教学，倡导“自主-合作-探究”的教学理念，通过案例分析，让学生主动参与情景体验，设计逃生路线，了解火灾危害，学会在火灾中更好的保全生命。 | | | | |
| **2.教学内容分析**  本课教学内容贴近生活，适合学生对生活的体验，体会增强自我保护的方法和技巧，在合作交流讨论中提高自我保护的能力 | | | | |
| **3.学生学情分析**  1、 这个学段的学生认知水平一般，  2、在知识性学习课堂中，更乐于有操作性的学习。  3、在家长的帮助下有一定的检索收集资料能力，课堂上有提炼信息的能力。能进行简单的操作。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  1、通过对火灾事件的了解,了解火灾事故后果的严重性,提高学生的防火意识,明确火自救的重要性。  2、掌握一些消防安全常识及防火逃生自救的方法。学会本领,化险为夷。提高学生的自救意识,培养应变能力。  3、通过学习火灾逃生,激励学生多参与体育锻炼,提升自身身体素质**。**  1、教学重点:火灾逃生的技能  2、教学难点:火灾中的逃生与自救 | | | | |
| **5.评价任务设计**  1、学生能对火灾事故的严重性有意识，明确防火自救的重要性，2、学会本领、化险为夷，有自救和应变能力，3、学生通过逃生的演习明白多参与体育锻炼，提升自身身体素质重要性。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | **环节一：**导入新课 | | | **评价**  **要点** | | **时间** | | **教师活动1**  出谜语  播放火灾新闻 | **学生活动1**  学生猜关于火灾的谜语  观看火灾新闻 | | 观看视频，并能总结视频传达 的意图 | | 5分钟 | | **活动意图说明：**通过猜谜语激发学生兴趣和参与度，顺利引入火灾的新闻视频。引出本科的主题 | | | | | | | **环节二：** | | | **评价**  **要点** | **时间** | | | **教师活动2**  1、谈一谈 组织讨论火灾的危害，对学生的阐述补充和说明。  2、找一找 出示图片，家庭场景，对学生的阐述补充和说明。  3、画一画设计逃生路线  1）、教师 展示灭火器，演示使用  教师发送图片给学生,并用平板电脑操作,画出逃生路线。  2）、教师随机抽选几组学生设计的路线图,并让学生讲解设计的思路和原因。  3）、教师对学生阐述进行补充说明。  4、练一练  1）、学生观看,消防员如何讲述遇到火灾时该怎么做!  2）、体验虚拟火场的逃生技能。  3）、分两组进行弯腰捂口鼻快走、快速躲闪。 | | **学生活动2**  1、讨论火灾的危害，为什么会带来危害？  2、说说生活中火灾隐患、找出图中家庭的火灾隐患  3、  1）、讨论遇到火灾时怎样办？  2）、设计逃生路线,并进行说明这样设计的原因是什么?  4、  1）、教授正确的逃生方法:找、弯、捂、有序撤离  2）、示范正确的逃生技能  3）、组织学生进行逃生技能练习。 | 谈一谈，讨论火灾的危害（火灾无情、珍爱生命）  学会本领、化险为夷，有自救和应变能力 | **30分钟** | | | **活动意图说明：**通过谈一谈、找一找、画一画、练一练使学生有趣的参与活动，设计逃生路线，了解火灾危害，学会在火灾中更好的保全生命。 | | | | | | | **环节三：**  **唱一唱** | | | **评价**  **要点** | **时间** | | | **教的活动3**  展示儿歌，引导学生读 | | **学的活动3**  齐读儿歌、加深印象 | 知道加强体育锻炼，提升自身身体**素质重要性** | **5分钟** | | | **活动意图说明：**  以儿歌的形式，学生朗朗上口，便于记忆，巩固所学知识。 | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**  室内课教室、多媒体 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  课前收集关于火灾的资料，课中学习技能能后，练习逃生，课后分享所学，找找商场等公共场所的逃生路线 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | |  |
| 群体运动密度 | |  |
| 个体运动密度 | |  |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第16课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课前：收集关于火灾的资料。  课中：设计逃生路线、消防灭火器的使用、模拟逃生演习。  课外：查看家庭的用电安全隐患，分享儿歌，找找商场等公共场所的逃生路线。 | |
| **作业目标** | 1、通过收集资料对火灾事件的了解,了解火灾事故后果的严重性,提高学生的防火意识,明确火自救的重要性。  2、通过练习掌握一些消防安全常识及防火逃生自救的方法。学会本领,化险为夷。提高学生的自救意识,培养应变能力。  3、通过学习火灾逃生,激励学生多参与体育锻炼,提升自身身体素质。  4、课后作业是对课堂所学的巩固与运用。 | |
| **作业资源** | Ppt.智慧课堂、图片、消防用品 | |
| **安全提示** | 演习时的安全，两列纵队，有序、安全 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | |  | | 课前：收集关于火灾的资料  学生利用电脑或其他电子产品收集关于火灾的资料，  用图片或文字的方式记录。 | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课中：设计逃生路线、消防灭火器的使用、模拟逃生演习  学生用平板设计逃生路线，使用消防灭火器、模拟逃生  演习 | | |  |  | | --- | |  | | 学生自评：☆☆☆☆☆ |   课外：查看家庭的用电安全隐患，分享儿歌，找找商场等公共场所的逃生路线。实践运用。 |  |
| **作业**  **检测** | 上课小组介绍自己的调查情况，课堂检测。  课后的运用与实践可以发张作业完成表。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 体育与健康学科课时作业属性表（第1课时） | | | | | | | | | |
| 题号 | 题目 | 作业目标 | 必备技能 | 关键能力 | 认知水平 | 作业类型 | 完成  时间 | 完成时长 | 评价  反馈 |
| 1 | 收集关于火灾的资料 | 解火灾事故后果的严重性,提高学生的防火意识,明确火自救的重要性。 | 资料收集、整理能力 | 内化能力 | B 、 D、 E | C | A | E |  |
| 2 | 设计逃生路线、练习消防器材的使用 | 通过练习掌握一些消防安全常识及防火逃生自救的方法。学会本领,化险为夷。 | 设计运用的能力 | B、F、H、l | B、C | C、F | B | E |  |
| 3 | 逃生演习 | 提高学生的自救意识,培养应变能力。多参与体育锻炼,提升自身身体素质 | 逃生的技能 | I、E、H | C | A、B | B | E |  |
| 4 | 查看家庭的用电安全隐患，找找商场等公共场所的逃生路线 | 进一步巩固逃生技能、防范于未然 | 对课堂所学内容的内化、巩固与运用。 | M | F、C | C | C | E |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第17课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | **复习自垫球、两人对垫球** | |
| **课型** | | | 新授课□ 章/单元复习课√ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   （1）运动参与目标：使学生具有积极参与体育活动的态度和行为，着重培养学生体验参加体育活动的乐趣，提高健康水平，形成乐观开朗的生活态度，奠定终身体育锻炼基础。  （2）运动技能目标：通过本课练习，使学生获得运动基础知识，发展体能，提高学生对体育课的兴趣，较熟练地掌握双手垫球的动作技能。通过初步练习提高运动水平。  （3）身体健康目标：提高学生的身体素质，了解体育活动对心理健康的作用，认识身、心发展的关系，以及与他人合作共同完成体育活动的协作意识。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   （1）通过本单元的学习，学生已掌握了基本垫球技术，对排球有了新的认识，对新的技术有了学习得兴趣  （2）学生通过本次课的学习，学生能够更加熟练的掌握正面垫球技术和两人或者多人对垫技术，提高学生的排球运动技能。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   （1）四年级的学生年龄在十来岁左右，活泼好动，对事物充满好奇且善于模仿，喜欢直观形象思维，对游戏、竞赛特别感兴趣，有较强的表现欲望。  （2）技术技能基础：四年级学生身体基本活动能力较强，对动作掌控力较好。 因此在教学中，教师要运用多种教学手段，语言引导鼓励，消除畏惧心理，遵循循序渐进的教学方法，引导学生通过尝试合作等方法，逐步掌握学习内容 | | | | |
| 1. **学习目标叙写**   （1）通过本课时让全部学生了解并加深对排球双手垫球的技术要领。  （2）通过本课时的练习，巩固动作，让绝大部分学生掌握双手垫球动作技能。  （3）通过教师的组织与要求，课堂开展小组合作练习，增强团结合作的精神。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**   （1）通过教师讲解示范正面垫球的完整技术动作过程，学生模仿练习。  评价要点：能正确阐述技术要点。技术要点，蹬、伸、夹、顶、压、提肩。  （2）通过复习正面双手垫球技术，规范正面双手垫球的技术动作，将球能够准确的垫入圆圈内  评价要点：能正确复述出练习的技术要点。技术要点，蹬地伸臂正对球，手型以及上下肢的协调用力  插入评价量表   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 维度 | 内容 | 评价要点 | 评价建议 | 建议权重 | | 知识 | 锻炼价值练习方法术语 | 了解排球运动的锻炼价值，说出动作名称和术语，以及动作要领 | 提问、互问互答 | 20% | | 技能 | 完整技术动作 | 掌握正确的正面双手垫球基本技术，能在游戏中坚持运用 | 量性与质性结合  随机检查 | 60% | | 学习行为和表现 | 积极参与  自我调整  团队精神 | 主动参与游戏活动，能够与不同运动能力的同学参与练习或游戏。关注自己的进步幅度和存在的问题，并加以改进 | 参与练习、游戏的行为表现和规则意识 | 20% | | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | | **环节一：准备部分**  **课堂常规**  **热身活动** | | | **评价**  **要点**  集合快、静、齐  列队精神饱满  积极参与游戏 | | **时间** | | **教师活动**  1.师生问好，检查人数与服装  2. 宣布内容及要求，安全教育  3. 安排见习生  4. 准备活动（游戏：运输排球） | | **学生活动**  1.快速集合，师生问好  2.认真听讲，了解学习的内容和要求  3.认真做准备活动 |  | | 5 | | **活动意图说明：**  在运动前需要进行热身、才能有效避免运动过程中发生意外。热身活动、就是通过短时间、低强度的运动，让学生在体育课正是开始前，对全身肌肉进行预热。做好充分地准备，给体育课的进行提供了良好的开端。有效的热身活动，能在短时间内提高人的心肺功能和代谢功能。使得身体的每一个部分都能迅速适应接下来的运动。可以说，热身活动在体育课中有着非常重要的作用。 | | | | | | | **环节二：基本部分**  1、原地徒手无球垫球结合移动步法练习  2、持球自垫球练习  3、分组对垫球  4、课中任务：垫球入圈游戏  将学生分为四组，各小组分别站在距离提前画好距离圈三米的标志线外并每组派一名同学站在圈内抛球，其余同学人手一球，依次将球交给圈内的同学，圈内同学再将球抛给自己的队员，队员再以垫球的形式将球垫入圈内则得分，否则不得分。每组每个队员10次垫球机会，依次进行，得分多者胜。 | | | **评价**  **要点** | **时间** | | | **教师活动**  1、教师示范正确动作  2、组织学生统一练习。  3、教师巡回指导与纠错。  4、组织开展游戏  讲解戏规则并将学生进行分组。  5学生自评、互评、教师讲评 | **学生活动**  1仔细观察教师动作并模仿  2练习原地徒手无球垫球与移动步法  3根据游戏规则开展游戏  4学生自评、互评，听取教师的总结 | | 技术动作到位，协调自然，注意力集中，重心的控制，精神饱满。 |  | | | **活动意图说明**  1、通过徒手的无球模仿练习，巩固学生垫球动作的稳定性。  2、复习自垫球练习，提高学生垫球球肌肉记忆、发展学生协调能力及球感。，  3、游戏增加对垫的趣味性，提高参与活动积极兴趣。 | | | | | | | **环节三：**  1组织学放松  2小结本课情况  3安排学生收器材  4师生再见 | | | **评价**  **要点**  认真拉伸放松  能积极评价自己在本节课上的表现 | **时间** | | | **教的活动**  1带领学生放松放松  学生围成圆圈拉伸放松  2学生自我评价，教师总结小结  3回收器材 | **学的活动**  1随着教师的引导进行放松  2学生自评，认真听老师小结  3学生归还器材 | |  |  | | | **活动意图说明**  放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。  总结本节课的学习情况，回顾学习内容 | | | | | | | | | | |
| 1. **场地与器材设计**   排球场1个 排球41个 标志桶16个 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计**   （1）连续自垫球。  （2）亲子游戏：垫球入筐 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——强——弱** |
| 群体运动密度 | | **40%—50%** |
| 个体运动密度 | | **40%—50%** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第17课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中：垫球入圈游戏  课外：  （1）连续自垫球。  （2）亲子游戏：垫球入筐 | |
| **作业目标** | 1通过练习熟悉对排球的掌握，提高自垫球，垫球能力及反应协调能力。  2通过练习养成良好的运动习惯，培养勤奋好动的习惯。  3 亲子游戏活动可以缓解家长和孩子在生活、工作及学习中的压力，家庭充满快乐和愉悦，拉近父母和孩子的距离。 | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地，竹筐或者纸箱一个 | |
| **安全提示** | 运动前做好热身活动，运动过程中注意空间距离距息及安全 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | |  | | 课中任务：垫球入圈游戏 | | 评价标准 | | 圆圈直径1米，抛球与垫球学生距离圈三米，并每组派  一名同学站在圈内抛球，每人连续垫球3次  优秀：3次进圈  良好：2次进圈 | | 合格：1次进圈 | | 加油：0次进圈 | |  | | 课后任务：（1）连续自垫球。  优秀：1分钟不掉球 | | 良好：40秒不掉球 | | 合格：20秒不掉球 | | |   加油：10秒以内掉球   |  | | --- | | （2）亲子游戏：垫球入筐 | | 圆圈直径1米，抛球与垫球学生距离圈三米，并每组派  一名同学站在圈内抛球，每人连续垫球3次  优秀：3次进圈  良好：2次进圈  合格：1次进圈  加油：0次进圈 | |  | |  |
| **作业**  **检测** | 1、上课时间，组织全体学生1分钟自垫球检测，1分钟之内掉球就被淘汰。  2、对垫球随机点名抽测。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 垫球入圈 | 提升两人一组垫球的熟练、稳定性 | 排球对抛垫球技术 | A.B.E | A.B.C.D. | B | C | E |  |
| **2** | 单人自垫球 | 提升垫球的熟练、稳定性 | 排球双手正面垫球技术 | **A.B.L** | **A.B.C.D** | **B.C** | **B** | **E** | **B** |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **18课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 考核：技评动作标准，定量考核、综合评价 | |
| **课型** | | | 新授课 章/单元复习课□ √ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **1.课程标准分析课时目标：**  1、运动参与目标：通过参与展示与比赛等形式体育考核，使学生具有积极运用展现所学技术技能的能力，形成乐观开朗的生活态度，奠定终身体育锻炼基础。  2、运动技能目标：通过体育考核，使学生巩固基础知识，反馈自身运动技能学习情况，发展体能，提高学生对体育课的兴趣。  3、身体健康目标：通过体育考核，提高学生对自身运动能力情况的了解，明确体育考核的态度和行为，并且养成良好的运动习惯。 | | | | |
| **2.教学内容分析：**  考核：技评动作标准，定量考核、综合评价 | | | | |
| **3.学生学情分析：**  本课教学对象为水平二（四年级）的学生，其心理特征方面大多好奇心强，生性活泼好动，个性突出，体育活动热情高，善于表现，但科学合理地进行体育活动能力有限，而且自控能力差、集体意识淡薄、容易受外界影响。因此在实施排球考试中要多给学生创造表现、思考的机会，为学生创造公平的学习机会，使他们体会到体育学习的乐趣。 | | | | |
| **4.学习目标叙写：**  1.通过排球考核巩固发展学生排球各项基础技术；培养灵敏、反应、手眼协调等身体素质。  2.通过排球考核，让80%的学生基本做到巩固基础知识，反馈自身运动技能学习情况，发展体能，提高学生对体育课的兴趣  3.在考核过程中，积极思考的学习品质，在遇到困难或挑战自身身体极限且保证安全的情况下能克服困难、坚持到底的精神品质。 | | | | |
| **5.评价任务设计：**水平二（四年级）排球考核评价量表   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 内容 | 优秀  100-90 | 良好  89-75 | 合格  74-60 | 继续努力  59以下 | | 正面双手垫排球 | 垫球手型正确，垫得稳、准，上下肢协调用力，动作协调、连贯。 | 垫球手型正确，垫球较稳定，上下肢较协调，动作连贯。 | 垫球手型基本正确，垫球较稳定，动作较协调。 | 垫球手型不正确垫球不稳定，，动作不协调。 |   注：男生、女生大于≥6和8个  量性评价   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 正面双手  垫排球 |  | 上期 | 下期 | 上期 | 下期 | 上期 | 下期 | 上期 / 下期 | | 男 | 13 | 15 | 10 | 12 | 6 | 8 | 6/8个以下 | | 女 | 13 | 15 | 10 | 12 | 6 | 8 | 6/8个以下 |   注：此表参考《国家体制健康标准2014版》及双流区东升小学学生每期学习一个月降低标准后的有关数据制定。  **评价标准“课程目标”是“课程评价”的唯一标准，所以单元评价要以单元目标为依据，并采取定量评价和定性评价相结合原则（三个方面的具体内容标准要合理设计）。**（见下表）   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **评价内容** | | **评价标准（满分10分）注：每次课评价记录** | | | | **折算得分** | | **A等10分** | **B等9～8分** | **C等7～6分** | **D等5分以下** | | 运动参与 | 出勤率 | 90%以上 | 89%—80% | 79%—60% | 59%以下 | 求平均分 | | 课堂表现 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 课外运用 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | **评价内容** | | **评价标准（满分70分）注：充分考虑提高幅度** | | | | **折算得分** | | **A等70～63分** | **B等62～56分** | **C等55～42分** | **D等41分以下** | | 运动技能 | 准备姿势 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 一抛多垫 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 侧面垫球 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | 教学比赛 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | | **评价内容** | | **评价标准（满分10分）注：充分考虑提高幅度** | | | | **折算得分** | | **A等10分** | **B等9～8分** | **C等7～6分** | **D等5分以下** | | 组织合作 | 团结协作 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 | 求平均分 | | 敢于尝试 | 优秀 | 良好 | 一般 | 较差 |   **评价方式：**采用多元评价，即自主评价、相互评价、组内评价及师评相结合的原则。  **评价时间：**单元最后一节进行。如果学生掌握程度没有达到预想的目标，也可延期进行，给学生进一步提高的机会。  （从知识获得、能力提升、学习态度、学习方法、思维发展、价值观念培育等方面设计过程性评价的内容、方式与工具等，通过评价持续促进课堂学习深入，突出诊断性、表现性、激励性。体现学科核心素养发展的进阶，课时的学习评价是单元学习过程性评价的细化，要适量、适度，评价不应中断学生学习活动，通过学生的行为表现判断学习目标的达成度） | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | | **环节一：**一、课堂常规  1.体育委员整队，报告人数；2.师生问好；3.宣布本课的考核内容和要求；4检查服装5.课前强调： 做好热身活动，提供练习时间，点名依次考试。  （根据课堂教与学的程序安排） | | | **评价**  **要点** | | | **时间** | | **教师活动1**  1.师生问好；2.检查人数与服装；3.宣布内容及要求4.安全教育、考核要求5. 准备活动1.热身跑2圈6.排球练习  组织：四列横队  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  XXXXXXXXXX  △ | **学生活动1**  1.快速集合，师生问好  2.认真听讲，了解考核的内容  要求：快、静、齐 | | 学生是否着运动服装，学生精神状态 | | | 5 | | **活动意图说明：**强调排球考核主题内容，提高学生兴趣，提供一定热身及练习时间，保证学生成绩稳定公平。检查服装及安全教育强调课堂中可能会出现的安全隐患，提高学生安全意识。 | | | | | | | | **环节二：**排球内容考核：练习过后，根据学生名单依次进行考核（划分考试区域及练习区域） | | | **评价**  **要点** | | **时间** | | | **教师活动2：**提示学生考试要求，根据名单点名考核，登记成绩 | | **学生活动2：**1.根据考试内容认真练习2.听到名字和立即到达考核区域 | 热身充分，练习认真 | | **30** | | | **活动意图说明 准备活动防止学生受伤，降低生理惰性，球性练习提高学生对球的掌握，提高参与考核积极兴趣。** | | | | | | | | **环节三：**  一、放松活动  二、考核完毕后整队集合，清点人数  三、公布考核成绩，进行评价。 | | | | **评价**  **要点** | **时间** | | | **教的活动3：**  **一.1.**语言引导，激发学生热情，调动学习积极主动性。2.评价反馈考核中出现的问题，鼓励学生积极克服，争取在下次考核中做到更好，表扬成绩不错的学生，做到不骄傲，谦虚，争取再接再厉。 | | **学的活动3：**  二. 1.仔细听讲，积极思考，主动回答问题。  2. 积极放松练习 | | 认真思考 | **25** | | | **活动意图说明：**考核完毕后进行总结和点评有利于学生对自身情况的了解，争取在后续的学习和练习中做到裨补缺漏。  放松环节：消除学生机体疲劳放松拉伸身体，恢复心率到正常水平。总结本节课的考核情况，反馈考核内容 | | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**排球41个，排球场一块 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计：**身体素质练习，排球技术复习等 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **弱——中——弱** |
| 群体运动密度 | | **40-60%** |
| 个体运动密度 | | **40-60%** |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第18课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课中：排球正面双手垫球考核  课外任务：1.看视频自学移动步伐练习 ：并步、滑步、交叉步  2.自垫球100次每天2组  3.对墙垫球100次每天2组  4.观排球看比赛视频 | |
| **作业目标** | 1，通过假期练习熟悉对排球的掌握，提高自垫球，对垫球能力，反应敏捷能力。  2，通过练习养成良好的运动习惯，培养运动后勤洗手爱卫生的品质。  3，通过练习及观看视频让学生体会团队的作用，提高学生的团队协作精神， | |
| **作业资源** | 排球一个，空旷平坦场地，电视机 一面墙 | |
| **安全提示** | 运动前做好热身活动，运动过程中注意间息及安全，运动后进行放松活动 对墙垫球应符合德育要求 | **时间** |
| **作业流程** | |  | | --- | | **作业一（课中**）：  排球正面双手垫球考核   1. 评价标准   2人一组一抛一垫一接练习、一抛多垫练习  （评：接球抱住到位一次后积一分满分5分）  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）**：  1.看视频自学移动步伐练习 ：并步、滑步、交叉步  2.自垫球100次每天2组  3.对墙垫球100次每天2组  4.观排球看比赛视频  学生自评：☆☆☆☆☆ | |  |
| **作业**  **检测** | 开学进行抽测 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 排球考核课 | 检测学生学期情况 | 排球双手正面垫球技术 | **A.B.L** | **A.B.C.D** | **B.C** | **B** | **E** | **B** |
| 2 | 看视频自学移动步伐练习 ：并步、滑步、交叉步 | 模仿学习步伐移动 | 移动步伐运用 | A.B.E | A.B.C.D. | B | C | E |  |
| 3 | 自垫球100次每天2组 | 熟悉自垫技术 | 稳定自垫动作 | A.B.E. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 4 | .对墙垫球100次每天2组 | 熟悉自垫技术 | 稳定自垫动作 | A.B. | A.B.C.D. | B | C | D |  |
| 5 | 4.观排球看比赛视频 | 了解排球比赛 | 技术动作在比赛中的运用 | B.C.D | D | C | C | D |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **基本信息** | | | | | | |
| 学 科 | 体 育 | | 学习领域/模块 | 羽毛球、乒乓球大单元课程 | | |
| 年 级 | 水平二  四年级 | | 教科书版本及章节 | 人民教育出版社  四年级上册第二单元 | | |
| **单元教学设计** | | | | | | |
| **单元学习主题** | | **羽毛球、乒乓球** | | | **课时数** | **18** |
| **一、单元教学设计说明：**  根据义务教育体育与健康新课程标准要求，结合“健康第一” 的教育理念，突出新课标的育人功能，促进学生身心健康、强健体魄、全面发展，并依照大单元教学及作业设计要求，制定出关于水平二四年级上期乒乓球专项10课时以及羽毛球8课时。有利于学生更了解乒乓球运动以及羽毛球运动，掌握羽毛球正手击高远球法及乒乓球正反攻球基本技能，增强身体素质，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，能够真正了解体育专项技能、并参与体育、享受体育。 | | | | | | |
| **二、单元学习目标**  （一）运动能力：1、学生了解羽毛球及乒乓球项目的知识及规则，掌握羽毛球正手击高远球基本技术以及乒乓球正反手攻球，运用所学知识和技能参与羽毛球、乒乓球游戏和比赛。2、学生通过课堂中灵敏性、协调性、速度、力量等素质的发展提高基本运动能力，更好的将羽毛球正手击高远球和乒乓球正反手攻球运用于小游戏和小比赛中。3、学生能够按照老师的要求进行参与体能锻炼，并积极应用于课外自主练习。  （二）健康行为：1、学生能积极主动参与体育课内外的体育活动，在羽毛球及乒乓球运动项目中学习并掌握科学的锻炼方法，了解拉伸放松的重要性；2、学生能在学习、生活中调节自我情绪，勇于面对羽毛球、乒乓球运动中的困难和挫折；3、学生能在游戏和比赛中注重与同学交往合作，适应环境的变化。  （三）体育品德：1、学生能在体育课堂中自信勇敢，运动中培养学生对羽毛球、乒乓球的空间感；2、学生能在体育游戏和比赛中遵守规则，尊重裁判和对手，诚信友好；3、学生能在体育活动中团结协作，有责任感。 | | | | | | |
| 1. **单元评价任务**   体育与健康评价主要评估学生通过学习达成核心素养的程度，新课标构建了基于核心素养下的学业质量，从运动能力、健康行为、体育品德三方面对学生的学业成就表现做出总体描述及评价。本单元各种基本功练习、体能训练、游戏、比赛相结合并根据学生具体内容进行多样化的评价方式，重视健全的综合评价。 | | | | | | |
| **四、单元整体教学思路（教学结构图）**  D:\桌面\乒乓球10课时.png乒乓球10课时  **羽毛球** | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **四年级上期乒乓球大单元教学课时计划** | | | | |
| **课次** | **主要内容** | | **涵盖内容** |  |
| 第1课 | 健康教育-安全运动促进身体健康 | | 健康教育 |  |
| 第2课 | 乒乓球知识及比赛规则 | | 体育理论 |  |
| 第3课 | 学习定点乒乓球正手攻球（横拍、直拍） | “快跑接龙端球游戏”  （发展快速跑能力的练习与能力） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第4课 | 学习两点乒乓球正手攻球（横拍、直拍） | 身体素质练习  （投掷游戏：移动投准） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第5课 | 学习定点乒乓球反手攻球（横拍、直拍） | 协调性练习  （跳短绳） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第6课 | 学习正反手发平击球 | 身体素质练习  （高抬腿+冲刺跑） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第7课 | 复习正反手攻球、学习  正反手左右摆速（左推右攻） | 接力游戏  （快速接力跑） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第8课 | 学习正反手推侧扑技术 | 脚步专项练习  （并步、滑步、交叉步  每个步伐后接波比跳）） | 乒乓球+田径 |  |
| 第9课 | 乒乓球游戏—“水上乒乓”（科学） | | 跨学科主题  学习活动 |  |
| 第10课 | 考核：正反手攻球和正反手发平击球 | | 考核 |  |
| **考核内容** | **评价标准** | | | |
| 正反手攻球和发平击球 | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 男 | 10及以上 | 8 | 7 | 5 | 4 | 2 | 2/4个以下 | | 女 | 9及以上 | 7 | 7 | 5 | 4 | 2 | 2/4个以下 | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **四年级上期羽毛球大单元教学课时计划** | | | | |
| **课次** | **主要内容** | | **涵盖内容** | **负责人** |
| 第1课 | 复习发高远球+学习原地羽毛球分解动作 | 运球接力比快游戏  （发展快速跑能力的练习与能力） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第2课 | 学习完整正手击高远球动作 | 身体素质练习  （正手垫多球比赛） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第3课 | 原地准备姿势+正手击高远球 | 接力游戏  （快速接力跑） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第4课 | 正手击高远球直线退后场步伐+回中场准备 | 身体素质练习  （快速折返跑） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第5课 | 正手击高远右后场移动步伐 | 球感辅助练习  （抛接、扔球练习） | 乒乓球＋田径 |  |
| 第6课 | 正手击高远球左后场移动步伐 | 快跑接龙端球游戏 | 乒乓球+田径 |  |
| 第7课 | 正手击高远球左右后场结合移动步伐 | 脚步移动游戏  （羽毛球四角移动摸边） | 乒乓球+田径 |  |
| 第8课 | 考核：正手击高远球 | | 考核 |  |
| **考核内容** | **评价标准** | | | |
| 正手击高远球 | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 男 | 10及以上 | 8 | 7 | 5 | 4 | 2 | 2/4个以下 | | 女 | 9及以上 | 7 | 7 | 5 | 4 | 2 | 2/4个以下 | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第1课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 健康教育-安全运动促进身体健康 | |
| **课型** | | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   在体育活动中，由于运动方式、方法不合理，或是不良运动习惯，以及运动场地等原因可能造成身体受伤，所以我们要注意运动安全，只有安全地进行运动，才能促进身体健康。通过本课学习，让学生知道体育运动的好处，了解体育运动中的一些安全常识；能够说出并遵守安全运动的基本方法；积极参与体育运动，促进身体健康。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   安全运动是促进身体健康的首要前提。运动前应穿着运动服装，不带硬物，运用器械时应检查器械是否安全；运动中注意力要集中，不做危险动作，遵守运动规则和方法，不在运动中搞恶作剧；运动后要做放松活动，不能马上大量饮水、吃冷食，不能马上用凉水冲头或洗澡。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   四年级学生有一定的安全运动意识。当体育运动比较激烈时，意识逐渐变弱，容易抛之脑后，常常会在体育课上或课间休息时发生安全事故。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写** 2. 身体方面：体育锻炼可以促进身体的生长发育，增强体质，视疲劳的身体得到积极的休息，能够提高学习、工作的效率；能够提高抗病能力，增强适应环境的能力。 3. 心理方面：体育锻炼可以使人快乐，调节紧张情绪，还可以提高自信心，与同伴友好地交往。 4. 社会适应：体育锻炼中的集体项目与竞赛活动可以培养与同伴友好相处和团结协作等集体主义精神。 | | | | |
| 1. **评价任务设计** 2. 知道体育运动的好处，了解体育运动中的一些安全常识。 3. 知道安全运动的基本方法。 4. 积极参加体育运动，存进身体健康。 5. 体育运动一周评，看谁最安全。   一周体育运动安全自我评价表   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 项目 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 | 备注 | | 着装 |  |  |  |  |  |  | | 场地 |  |  |  |  |  |  | | 准备活动 |  |  |  |  |  |  | | 器材检查 |  |  |  |  |  |  | | 规范运动 |  |  |  |  |  |  | | 放松活动 |  |  |  |  |  |  | | 注：自己评价运动安全的等级（A、B、C、D四个等级） | | | | | | | | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | | | | **环节一：**新课导入 | | **评价**  **要点** | | | | | **时间** | | | **教师活动1**   1. 同学们，你和你的家人喜欢什么体育运动？请你上来将你喜欢的体育运动用动作表演一下，我们一起来猜一猜。 2. 请几位学生上台做动作。 3. 同学们喜欢的运动可真多，今天我们就一起来谈谈安全运动促健康的话题（板书课题：安全运动促健康）。 | **学生活动1**   1. 学生上台表演。 2. 同学们在下面猜。 | 积极举手、注意力集中。 | | | | | 5’ | | | **活动意图说明：**提高学生积极性，增加学生参与面，吸引学生注意力。 | | | | | | | | | | **环节二：**体育运动好处多 | | **评价**  **要点** | | | | | **时间** | | | **教师活动2**   1. 同学们这么喜欢体育运动，那你们锻炼后都有哪些感受？身体方面、心理方面、社会适应方面都可以说说。 2. 请班上的体育明星们来谈谈参加体育运动的感受。 3. 在学校，同学们通过体育获得成功，还可以谈谈你的家人参加体育运动后都有什么变化？举例说一说。 4. 教师小结：   （1）身体方面：体育锻炼是增强体质最积极、最有效的手段之一，体育锻炼能使疲劳的身体得到积极的休息，能够提高学习、工作的效率；能够提高抗病能力，增强身体适应自然环境的能力。  （2）心理方面：体育锻炼具有调节人体紧张情绪的作用，能改善生理和心理状态，恢复体力和精力；体育锻炼可以陶冶情操，保持健康的心态，提高自信心。  （3）社会适应：体育锻炼中的集体项目与竞赛活动可以培养团结、协作的集体主义精神。  体育运动不仅能锻炼身体，增强体质，还能让人更自信，它的好处真多啊！ | **学生活动2**   1. 举手谈感受。 2. 体育明星谈感受。 3. 学生举手回答。 | 积极参与回答问题、注意力集中。 | | | | | 10’ | | | **活动意图说明：**由教师提问，引导学生积极思考回答问题；让学生从被动学生变成主动学习。 | | | | | | | | | | **环节三：**体育运动中的隐患 | | | | **评价**  **要点** | | **时间** | | | | **教的活动3**   1. 利用电脑播放图片，讲述学生在日常体育锻炼中出现的一些不安全现象，请学生分析原因，找答案，适时导入本活动的主题。 2. 体育锻炼有很多好处，但是如果不注意运动的安全，就会造成伤害，适得其反，可见运动安全是多么重要啊！（板书：注意运动安全） 3. 你在平时运动（活动）中，看见或听说过因运动（活动）受到伤害的事情吗？这些伤害是什么原因造成的呢？引导学生合作讨论，并要求每小组说一说自己的理解。教师并及时对学生的回答给予评价。 4. 根据学生讨论进行归纳： 5. 运动方式不合理造成的； 6. 不良运动习惯造成的； 7. 运动场地原因造成的； 8. 不正确的运动方法造成的； 9. 注意力不集中造成的。   5、教师小结：这些情况都可能造成对我们身体的伤害，运动中如果不注意安全，会给我们带来不必要的伤害。所以，我们要注意运动的安全。 | **学的活动3**   1. 学生举手回答。 2. 认真听讲。 3. 学生分组讨论并派一名代表发表。 4. 学生认真听讲。 | | 积极讨论、人人参与。 | | | 10’ | | | | **活动意图说明：**利用图片展示更直观更有视觉效果，教师抛出问题，并让学生以小组为单位讨论，增强学生的团结协作能力和人人参与度。 | | | | | | | | | | **环节四：**运动安全小贴士 | | | | | **评价要点** | | | **时间** | | **教的活动4**   1. 教师引导同学讨论，运动是要注意什么，归纳运动安全注意事项（运动着装、运动准备、场地选择、良好运动习惯等。） 2. 结合学生发言，教师可引导学生得出以下结论：   （1）穿宽松的运动服和运动鞋进行运动，不戴发夹、不带钥匙等硬物。  （2）注意运动场地安全。不要在不平整的场地上运动（活动）；及时清除场地的石块等杂物；不要在过硬的场地上做剧烈运动，还要注意场地上的器材是否牢固安全。  （3）做好准备活动，尤其在游泳和做器械动作前要充分进行热身活动，运动后应做放松整理活动。  （4）运动时不要吃东西，因为这可能会把食物吸入气管而造成伤害。  （5）不要从过高的物体上向下跳。  （6）在体育课上要遵守体育课堂常规，不做危险的动作，按要求进行活动，不在运动中搞恶作剧。  （7）不在教室或走廊里奔跑或游戏。  （8）运动后不能马上大量喝水、吃冷食；不能马上用冷水浇头和洗澡。  3、下面，我们一起来做几道判断题，检验一下我们对运动安全知识的了解和掌握情况。  （1）运动时吃东西是不对的。  （2）独自在单、双杠上玩耍不危险。  （3）课间活动时可以在教宝走廊里奔跑玩耍或踢球。  （4）登山、郊游要走容易行走的道路。  4、 教师小结：同学们，生命在于运动，坚持体育活动，不仅可以增进健康，而且还可以预防疾病。科学运动、安全地进行体育锻炼才能让我们健康成长。 | **学的活动4**   1. 小组代表对本组讨论的情况进行归纳、发言。 2. 学生认真听讲。 3. 积极举手回答。 | | | | 积极动脑，参与讨论、认真听讲。 | | | 15’ | | **活动意图说明：**教师抛出问题，让学生分组讨论，增加每个人的参与面，提高学生积极探索的精神，减少理论课的枯燥乏味。 | | | | | | | | |  |  |  | | --- | --- | |  | | |  | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**教室、白板一块 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计：** 2. “我是安全宣传员”，由体育委员组织梳理运动中的安全注意事项，整理成条目，介绍给同学，也可张贴在教室里。 3. 设计一张“安全运动备忘录”，提醒学生不断完善表格的填写。一周后教师收回检查。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 0 |
| 群体运动密度 | | 15%-20% |
| 个体运动密度 | | 5%-10% |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 判断题 | 提高安全运动意识 | 安全运动 | 养成安全运动意识 | 理解 | 知识习得 | 课中 | 5’ |  |
| **2** | 查阅安全运动相关资料 | 了解更多安全运动知识 | 查阅 | 能够安全运动 | 运用 | 知识习得 | 课后 | 15’ |  |
| **3** | 分享安全运动视频 | 掌握安全运动方法 | 安全运动 | 做到安全运动 | 运用 | 实践 | 课后 | 30’ |  |
| **4** | 制作一张安全记录表 | 监督自己是否安全运动 | 制作 | 养成安全意识 | 运用 | 实践 | 课后 | 一个周 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第2课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 乒乓球知识及比赛规则 | |
| **课型** | | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本单元第2课时乒乓球知识及比赛规则的学习，让学生进一步认识乒乓球，激发学生的潜在学习兴趣。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   乒乓球是我国的国球，有着广大的群众基础。随着我国乒乓健儿一次又一次在奥运会、世锦赛上夺冠，人们对乒乓球这项运动的期望更是达到了前所未有的重视。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   四年级学生在三年级上有一定球感，处于生长发育时期，骨骼肌肉及内脏发育不完善，需多加强小肌肉群及灵活性练习。随着学生的生理和心理的日趋成熟，祖国荣誉感逐渐加深，对乒乓球也有浓厚兴趣，是学习乒乓球的最好时机。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写** 2. 让学生认识乒乓球并了解乒乓球的历史。   b.让学生初步了解乒乓球的比赛规则，让学生对乒乓球产生兴趣。  c.增强学生爱国主义精神。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**   教学中，采用多种教学方法，有教师讲解，小组交流与讨论，教师生动的讲述故事，简明的课件展示，有效的提问、精彩的回答等，形式多样，师生互动，力求使学生对所学知识易于理解，印象深刻，有利于学生更好掌握学习内容。在活动中，通过学生互评，教师即使评价和总结性评价提高学生课堂积极性兴，增强学生自信心。 | | | | |
| **6.学习活动设计**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | | | **环节一：**准备部分 | | **评价**  **要点** | | | | **时间** | | **教师活动1**  1、师生问好，宣布上课。  2、明确提出学习要求。 | **学生活动1**  1、明确要求。  2、饱满热情，准备上课。 | 1、精神面貌。 | | | | 1’ | | **活动意图说明：**提高学生积极性，吸引学生注意力。 | | | | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价**  **要点** | | | | **时间** | | **教师活动2**  教师口令指挥学生进行练习。  1、播放视频，板书课题。  2、提问：你对乒乓球运动有哪些了解？，组织学生分组交流、讨论。  3、请学生说一说了解的乒乓球运动的知识。  4、叙述一个乒乓球运动起源的小故事，展示课件。  5、出示三种球拍（板、胶皮、海绵），通过球拍的演变讲解乒乓球运动的发展。  6、讲解中国乒乓球运动的崛起。  7、教师带领学生跟音乐节拍集体学练几个乒乓球动作。  8、介绍乒乓球运动的简单规则，采用讲解、提问相结合的方法。  9、播放一段比赛视频，指导学生结合规则，学会看球。  10、引导学生课余积极参与乒乓球活动，简介几种练习方法。  11、讲解游戏“乒乓对抗赛”的方法、规则，明确要求。  12、组织学生进行问题竞答。  13、组织游戏活动，评价游戏活动。 | **学生活动2**  起立，听集体进行看齐练习  1、集体观看乒乓球比赛视频。  2、学生四人一组交流自己知道的有关乒乓球运动的知识。（运动明星、比赛规则、观看比赛、参与练习等情况）  3、各小组将本组交流的内容说给大家听。  4、认真听讲，了解乒乓球运动是如何产生的。  5、听讲解、看课件，知道乒乓球拍演变过程的三个重要阶段。  6、师生互动式进行中国乒乓球运动崛起的学习。  7、集体模仿教师动作，随音乐节拍进行乒乓球操的练习。  8、听介绍，积极回答问题，大胆提出问题。  9、观看视频，集体尝试担任裁判。  10、了解几种简单的课余乒乓球锻炼的方法。  11、听讲解，明确游戏方法、要求。  12、选择答题，答对者将成为游戏“乒乓对抗赛”的主力选手。  13、全体学生选手一起参与游戏。 | 1、积极动脑。  2、团结协作。  3、大胆提问。 | | | | 37’ | | **活动意图说明：** 教学中，对学习内容通过提问与回答；结合所学规则，通过看乒乓球比赛视频担当小裁判；通过游戏参与知识竞答题等活动，帮助学生对所学知识即使进行反馈，巩固所学知识。 | | | | | | | | **环节三：**结束部分 | | | | **评价**  **要点** | **时间** | | | **教的活动3**  1、小结本课，提示学习重点，引导学生课余积极参加乒乓球运动，关注乒乓球比赛。  2、课外作业：与父母或小伙伴一起练习乒乓球。 | **学的活动3**  1、学生小结，谈体会。  2、了解课外作业，认真完成。 | | 1、自我总结。  2、认真听讲。 | | 2’ | | | **活动意图说明：**让学生学会自我总结，自我检查本节课学习情况，同时教师也能更准确掌握学生学习情况，为下一节课做铺垫。 | | | | | | |  |  |  | | --- | --- | |  | | |  | | | | | | |
| **7.场地与器材设计：**教学课件、视频资料；板、橡皮、海绵三种材质球拍 | | | | |
| 1. **作业与拓展学习设计：** 2. 托球端稳（5分钟），练习平衡。 3. 观看乒乓球比赛视频，进一步了解比赛规则。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 弱 |
| 群体运动密度 | | 20%-25% |
| 个体运动密度 | | 10%-15% |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第2课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前：**教师提前布置学生收集有关乒乓球知识及比赛规则的资料。  **课中：**“乒乓球知识对抗竞赛”。  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、托球端稳（5分钟），练习平衡。  2、观看乒乓球比赛视频，进一步了解比赛规则。 | |
| **作业目标** | 1. 通过托球进行球感和平衡练习。 2. 通过观看乒乓球比赛，让学生进一步认识乒乓球并激发学生兴趣。 | |
| **作业资源** | 1. 将观看视频照片和托球练习照片上传到班级群相册。 2. 通过互联网体育赛事观看视频。 | |
| **安全提示** | 1. 练习托球时在光线明亮及宽敞地方进行。 2. 观看视频时注意正确用眼。 | **时间** |
| **作业流程** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **作业一（课中）：**“乒乓球知识对抗竞赛”  共20道选择题，举手抢答，正确道数最多的学生将成为本节课的主  力选手。   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 20道选择题 | | | | | | 选择题 | 15道 | 14-10道 | 13-8道 | 7道及以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 | | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | **作业二（课后）：**   1. 和家长一起进行托球端稳练习（5分钟），看看谁坚持的久。 2. 和家长一起观看乒乓球比赛视频，进一步了解比赛规则。  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 托球端稳 | | | | | | 托球端稳 | 5分钟 | 3-4分钟 | 2分钟 | 2分钟以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 | | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 5’  50’ |
| **作业**  **检测** | 1、将观看视频照片和托球练习照片上传到班级群相册。  2、教师查阅进行总结点评。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第2课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 乒乓球知识对抗竞赛 | 检查学生掌握知识情况 | 乒乓球历史及比赛规则 | 掌握 | 理解 | 知识习得 | 课中 | 10’ |  |
| **2** | 托球端稳 | 熟悉球性，锻炼平衡 | 端球 | 发展体能 | 运用 | 体能发展 | 课后 | 5’ |  |
| **3** | 观看乒乓球比赛 | 进一步了解比赛规则 | 学习乒乓球 | 理解 | 理解 | 知识习得 | 课后 | 30’ |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。**  **必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。**  **体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用**  **认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新**  **作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类**  **完成时间：A、课前 B、课中 C、课后**  **完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上**  **评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第3课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、学习定点乒乓球正手攻球（横拍、直拍） | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本单元乒乓球专项课程学习，让学生开始学习横、直拍的正手攻球练习。让学生了解并掌握乒乓球中正手攻球这一最基础的技术动作，并结合快跑接龙端球游戏进一步帮助学生提高对乒乓球的球型和球感，提高学生对乒乓球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是乒乓球专项技能课程的最基础内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授乒乓球横、直拍握拍方法及上节课时对乒乓球球型球感的练习的前提下，扩宽了学生的乒乓球见识面，本课时并让学生通过快跑接龙端球游戏进一步来提高学生球性和球感，并感受乒乓球带来的乐趣，激发本课时的参与积极性。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的球感练习；正确地学习乒乓基本技术动作。学会与同伴合作学习，能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼腿部力量及核心练习，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时乒乓球的横、直拍的正手攻球的学习，目的让学生了解并且掌握乒乓球正手攻球的基本技术动作，从而养成体育锻炼意识与习惯；  2、通过学习乒乓球的定点正手攻球技术动作，90%学生能够基本掌握正确乒乓球正手攻球技术动作，，为学习正反手左推右攻技能打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规  1、集合整队，清点人数；  2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；。  （二）准备活动  1、绕场地跑两圈约800米  2、徒手体操  ⑴上肢运动  ⑵扩胸运动  ⑶踢腿运动  ⑷体转运动  ⑸体侧运动  ⑹腹背运动  ⑺跳跃运动  3、压腿练习  ⑴体前屈压腿  ⑵弓步压腿  ⑶侧压腿 | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3、做到：快、静、齐；  （二）准备活动  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲ | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、握拍要求：在上课时不得随意打球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿球拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、挥拍动作正确，掌握击球时机。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容的同时复习本单元乒乓球横、直拍握拍方法技巧及要求。学习乒乓球的定点正手攻球，同时加入快速跑接龙端球练习可以培养学习的球感球性。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用端球和颠球练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）学习乒乓球正手攻球  1、复习横、直拍握拍方法；  2、乒乓球正手攻球  讲解和示范：两脚开立，右脚稍在后，重心再两脚之间，支撑点在脚前掌。击球前，身体略向右转，引拍至右，后方成半横状（直握拍拍端略朝下，横握拍拍端略朝上）。击球时，上臂带动前臂由后向前用力挥击，结合右腿蹬地和转腰力量在高点期击球。来球上旋，击球时拍面稍前倾，击球的中上部；来球下旋，击球前球拍要略低于来球，击球的中部。击球后，球拍随势挥至头部左侧前方，重心支撑点移至左脚。  3、组织学生进行练习 | **学生活动二**  （一）练习  1、认 真 听老师 讲 解 ，看老 师 示范。  2、学 习 正 确的 攻 球 技术 ，做徒手 挥 拍 练习。  3、学生按场地散开，进行挥拍练习。  4、自抛自打的时候要注意抛球的高度和抛打的协调5、看示范后学生分组自己练习在对抗练习中体会攻球的力度，远度。 | 1、击掌反应迅速、注意力集中  2、坚持完成任务；  3、主动与学生商量怎样快速反应；怎样跑的更快。  1、游戏中集中注意力，并注意游戏时的安全。  2、看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 | 21’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过“快速跑接龙端球游戏”进行情景带入式学习，提高学生对球的感觉及人球关系把控，本环节也提倡相互讨论、动脑研究、大胆挑战，从简单到较难的练习也充分培养了学生良好的意志品质和学会乒乓球运动中的团结协助的精神。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）快速跑接龙  “快跑接龙端球游戏”：。  1、快速跑  将学生分成人数相等的四组，成一路纵队站于起跑线后，快速跑至距离起跑线20米处的终点线后返回，跑回后与本组下一名同学进行击掌，下一名同学击完掌快速出发，依次完成比赛，先按规则完成的组获胜。注意在快速跑中注意同学之间的间距。  2、快速跑接龙端球  将学生分成人数相等的四组，成一路纵队站于起跑线后，每组一球一拍。排头的学生端球球，快速跑至距离起跑线20米处的终点线后返回，将球用球拍传递交给本组下一名同学，下一名同学接着做同样的动作，依次完成比赛，先按规则完成的组获胜。注意在颠球是采用正确的握拍方式。  （二）放松操   1. 手臂拉伸； 2. 两人相互腰部拉伸； 3. 敲打手臂肌肉； 4. 腿部后侧肌群拉伸； 5. 敲打大、小腿肌肉；   （三）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | **学生活动3**  1、学生根据的教师提出的游戏内容及规则进行安全、认真的练习活动；  2、学生注意力集中；听从老师的指令  3、学生相互提出游戏困难点，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  4、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决通关困难的心态。  1、学生根据教师的要求进行游戏活动；  2、学生在游戏的过程中注意间隔及活动安全；  3、学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 2. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 3. 主动开动脑筋自我评价及总结； 4. 认真听并记录教师布置作业。 | 5’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、让家长监督学生，进行原地乒乓球正手攻球的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握正手攻球动作，挥拍200次  2、两名同学相互练习（或家长监督），进行快速跑端球让其球在跑步的过程中稳稳的端在球拍上，快速跑来回折返50米 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第3课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**横拍握拍的准备姿势和站位动作保持2分钟，直拍握拍的准备姿势和站位动作保持2分钟  **课中:**快速跑接龙端球和颠球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、让家长监督学生，进行原地乒乓球正手攻球的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握正手攻球动作，挥拍200次  2、两名同学相互练习（或家长监督），进行快速跑端球让其球在跑步的过程中稳稳的端在球拍上，快速跑来回折返50米 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成乒乓球原地的正手攻球挥拍的基本技能；   2、让学生初步掌握正手攻球挥拍技巧以及对球的控制，培养学生球感。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正手攻球及快速跑端球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  快速跑托球接龙  1、老师跟同学同时站在同一边起跑线上；  2、当教师下“开始”口令的同时同学将球端起快速跑做到指定位置；  3、学生在移动过程中保持球不掉落，返回后击掌接龙将球用球拍传递出发。传递球的过程中不要用手接触。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两名同学（或家长）面对面站立一人做动作一人下口令；  3、让家长监督学生，进行原地乒乓球正手攻球的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握正手攻球动作，挥拍200次  4、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 200次性完成正手攻球 | | | | | | 失误个数 | 0个 | 1-2个 | 3个 | 3个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行； 2. 两名同学（或家长）站立在同意起跑线上； 3. 两名同学相互练习（或家长监督），进行快速跑端球让其球在跑步的过程中稳稳的端在球拍上，快速跑来回折返50米。家长可以和孩子一起进行端球比赛。 4. 先练习再进行考评； 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成50米快速跑端球 | | | | | | 掉球个数 | 0-3次 | 4-7次 | 8-9次 | 10次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第5课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 横、直拍握拍2分钟 | 掌握横、直拍握拍技巧 | 横、直拍握拍 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 端球 | 对球感的掌握 | 端球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 体能发展类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 快速跑端球接接龙 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 端球 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 乒乓球原地正手攻球 | 掌握乒乓球正手攻球的技能 | 准备姿势、正手攻球技术动作 | 运动认知 | 评价 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | 快速跑端球接龙 | 提高学习兴趣及对乒乓球运动的兴趣 | 颠球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 亲子游戏类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第4课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、学习两点乒乓球正手攻球（横拍、直拍） | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本单元乒乓球专项课程学习，让学生开始学习横、直拍的两点正手攻球练习。让学生了解并掌握乒乓球中正手攻球这一最基础的技术动作，并结合身体素质练习（投掷游戏）游戏进一步帮助学生提高对乒乓球的球型和球感，提高学生对乒乓球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是乒乓球专项技能课程的最基础内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授乒乓球横、直拍握拍原地正手攻球及上节课时对乒乓球专项脚步步伐练习的前提下，扩宽了学生的乒乓球技术动作，本课时并让学生通过投掷游戏进一步来提高学生球性和球感，并感受乒乓球带来的乐趣，激发本课时的参与积极性。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的球感练习；正确地学习乒乓基本技术动作。学会与同伴合作学习，能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼腿部力量及核心练习，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时乒乓球的横、直拍的两点正手攻球的学习，目的让学生了解并且掌握乒乓球正手攻球的基本技术动作，从而养成体育锻炼意识与习惯；  2、通过学习乒乓球的两点正手攻球技术动作，90%学生能够基本掌握正确乒乓球两点正手攻球技术动作，为学习正反手左推右攻技能打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规  1、集合整队，清点人数；  2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；。  （二）准备活动  1、绕场地跑两圈约800米  2、徒手体操  ⑴上肢运动  ⑵扩胸运动  ⑶踢腿运动  ⑷体转运动  ⑸体侧运动  ⑹腹背运动  ⑺跳跃运动  3、压腿练习  ⑴体前屈压腿  ⑵弓步压腿  ⑶侧压腿 | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3、做到：快、静、齐；  （二）准备活动  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲ | | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、握拍要求：在上课时不得随意打球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿球拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、挥拍动作正确，掌握击球时机。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容的同时复习本单元乒乓球横、直拍握拍正手攻球技术动作及乒乓球专项步伐。学习乒乓球的两点正手攻球，同时加入投掷游戏可以培养学习的球感球性。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用投掷游戏会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）学习乒乓球正手两点攻球  1、复习横、直拍定点正手攻球方法；  2、复习专项脚步移动步伐  讲解与示范：两脚平行站立，屈膝弯腰，脚尖朝前，当往右移动时，左脚先动，往右脚的方向平行移动过去，与此同时右脚再向右移动，当往左移动时，右脚先动，往左脚的方向平行移动，与此同时左脚往左移动。  3、讲解示范两点正手攻球  重点：两脚平行站立，屈膝弯腰，脚尖朝前，站位近台。引拍右移重心，拍面前倾，拇指稍用力向前上方挥拍，在来球的上升前期击球的中上部后重心由右脚移至左脚，并迅速还原。在球在球桌的右侧弹起时，通过运用交叉步移动进行正手攻球的挥拍击球。挥拍击完球后回到球桌的中间做好准备姿势，球在球桌的左侧时，学生再次通过侧身滑步的移动步伐进行正手攻球挥拍击球。  4、组织学生进行练习 | | **学生活动二**  （二）练习  1、认真听老师讲解，看老 师示范。  2、学习正确的两点攻球技术 ，做徒手挥拍练习。  3、学生按场地散开，进行挥拍练习。  4、自抛自打的时候要注意抛球的高度和抛打的协调5、看示范后学生分组自己练习在对抗练习中体会攻球的力度，远度。 | 1、击掌反应迅速、注意力集中  2、坚持完成任务；  3、主动与学生商量怎样快速反应；怎样跑的更快。  1、游戏中集中注意力，并注意游戏时的安全。  2、看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 | 21’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过教师讲解和示范”进行情景带入式学习，提高学生对球的理解及对技术动作的掌握，本环节主要以学生练习和教师从旁指导纠正为主。教师的示范和学生的模仿，加强学生对乒乓球运动的认识，也充分培养了学生对乒乓球运动的兴趣。在此，过程中也锻炼了学生的坚持不懈和积极学习的精神，也是对课前球感练习的实践检验。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）**身体素质练习**  **“投掷游戏：移动投准”**：。  1、原地投准  将学生分成人数相等的八组，成一路纵队站于线后，每组选出一名组员站在4米线后，选出的组员每人拿一个锥形桶，将其拿在手里空洞朝上，其他组员将乒乓球投入到里面，投进的同学交换，没投进的同学将球快速拣回，下一名继续投，那一组全部投进即为获胜，。注意在捡球中注意同学之间的穿插。  2、移动投准  将学生分成人数相等的八组，成一路纵队站于线后，每组选出一名组员站在4米线后，选出的组员每人拿一个锥形桶，将其拿在手里空洞朝上，并且拿锥形桶的组员在2米横向缓慢移动，其他组员将乒乓球投入到里面，投进的同学交换，没投进的同学将球快速拣回，下一名继续投，那一组全部投进即为获胜。注意在捡球中注意同学之间的穿插。  （二）放松操   1. 手臂拉伸； 2. 两人相互腰部拉伸； 3. 敲打手臂肌肉； 4. 腿部后侧肌群拉伸； 5. 敲打大、小腿肌肉；   （三）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生根据的教师提出的游戏内容及规则进行安全、认真的练习活动；  2、学生注意力集中；听从老师的指令  3、学生相互提出游戏困难点，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  4、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决通关困难的心态。  1、学生根据教师的要求进行游戏活动；  2、学生在游戏的过程中注意间隔及活动安全；  3、学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 2. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 3. 主动开动脑筋自我评价及总结； 4. 认真听并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、让家长监督学生，进行两点的乒乓球正手攻球的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握正手攻球动作，挥拍200次  2、两名同学相互练习（或家长监督），进行投掷游戏：原地投掷比准、移动投掷比准，家长也可以与其一起进比赛参与，10次投掷投进最多获胜。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第4课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**乒乓球专项步伐练习滑步50次，交叉步50次  **课中:**乒乓球定点和两点正手攻球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、让家长监督学生，进行两点的乒乓球正手攻球的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握正手攻球动作，挥拍200次  2、两名同学相互练习（或家长监督），进行投掷游戏：原地投掷比准、移动投掷比准，家长也可以与其一起进比赛参与，10次投掷投进最多获胜。 | |
| **作业目标** | 1、熟练完成乒乓球的正手攻球挥拍的基本技能；  2、让学生初步掌握两点正手攻球的技术动作和步伐练习，培养学生手脚协调。 | |
| **作业资源** | 1、教师发自乒乓球两点正手攻球滑步和正手攻球交叉步视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  两点正手攻球  1、老师跟同学同时站在乒乓球球桌，准备姿势；  2、当教师下“开始”口令的同时同学先进行原地正手攻球挥拍50次，再两点正手攻球60次；  3、学生在移动过程中挥拍和步伐动作正确，返回后等待教师发号口令。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 挥拍失误次数 | | | | | | 失误次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两名同学（或家长）面对面站立一人做动作一人下口令；  3、让家长监督学生，进行乒乓球两点（左右滑步、交叉步）正手攻球的挥拍练习，挥拍200次  4、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 200次完成交叉步正手攻球 | | | | | | 失误次数 | 0-3次 | 4-7次 | 8-9次 | 10次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、两名同学（或家长）站立在空旷地方上；  3、两名同学相互练习（或家长监督），进行投掷游戏：原地投掷比准、移动投掷比准，家长也可以与其一起进比赛参与，10次投掷投进最多获胜。。  4、先练习再进行考评；  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10个完成滑步正手攻球 | | | | | | 投准个数 | 8个以上 | 6-8个 | 2-5个 | 2个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第7课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 乒乓球专项步伐个50次 | 乒乓球专项步伐（滑步、交叉步） | 滑步、交叉步 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 乒乓球定点正手攻球 | 对定点正手攻球的掌握 | 正手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 乒乓球两点正手攻球 | 对两点正手攻球的掌握 | 正手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 乒乓球左右滑步正手攻球 | 掌握乒乓球单向滑步正手攻球的技能 | 滑步正手攻球技术动作 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | 乒乓球左右交叉步正手攻球 | 掌握乒乓球单向交叉步正手攻球的技能 | 交叉步  正手攻球技术动作 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **6** | 乒乓球投掷游戏 | 掌握乒乓球的球型球感 | 球型球感 | 体能 | 运用 | 亲子游戏 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第5课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、学习定点反手攻球 | |
| **课型** | | 新授课 ☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本节乒乓球专项课程的学习，一方面让学生可以更好的巩固上节课学习的正手攻球，另一方面也可以学习反手攻球。并结合跳短绳以及体能活动，提高学生对乒乓球运动兴趣，增强学生身体素质，并锻炼学生的协调性。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是乒乓球专项技能课程的基础内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授乒乓球反手定点攻球时，增强了学生乒乓球技能的全面性，也可以让学生感受乒乓球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的教学内容；并能在上课过程中学会与同伴合作学习，且可以正确评价自己及他人的学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时对乒乓球反手攻球的学习，目的加强学生乒乓球的全面性和提高对乒乓球运动的兴趣；  2、多种形式的技术动作练习，90%学生能够运用反手技术动作将球打过去，10%学生能够掌握反手攻球的动作要领，为学习正反手攻球技能打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规   1. 集合整队，清点人数；   2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  （二）准备活动  1、绕场地跑两圈约800米  2、徒手体操  ⑴上肢运动  ⑵扩胸运动  ⑶踢腿运动  ⑷体转运动  ⑸体侧运动  ⑹腹背运动  ⑺跳跃运动  3、压腿练习  ⑴体前屈压腿  ⑵弓步压腿  ⑶侧压腿  4、球性练习  ⑴移动托球接力练习 | **学生活动一**   1. 快速集合，师生问好； 2. 认真听讲，明确学习的内容及要求； 3. 做到：快、静、齐；   （二）准备活动  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲  2、老师与同学同时站在同一边起跑线上，当教师下“开始”口令的同时同学将球端起快速做到指定位置； | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 在上课时不得随意打球和发出拍球噪音，保持安静； 3. 上课时要集中注意力，听从老师安排。 4. 精神饱满、声音洪亮、动作协调，肢体舒展； 5. 注意力集中，听清楚要求和口令； 6. 熟悉球性练习手腕灵活，控制好球在球拍的稳定性。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节和准备环节中，讲解本堂课学习重点内容即乒乓球反手攻球的要点及要求。除此之外加强学生的球性练习，让学生对乒乓球的理解加深并起到一个事半功倍的效果。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用球性练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）复习乒乓球正手攻球   1. 学习定点反手攻球（直拍和横排）   1、学习反手推挡技术  讲解与示范：两脚平行站立，站位近台，屈膝弯腰，击球前，前臂上提，球拍后引。在来球上升后期或高点期击球的中上部，击球后，手臂随势前送。  2、学习横板拨球技术  讲解与示范：两脚平行站立，站位近台。手腕自然弯曲并作外旋使拍面前倾，手腕内收和屈，将球拍引至腹部偏左的位置。在来球的上升期，前臂加速挥动并外旋，手腕作伸和外展，拍面稍前倾击球中上部，借来球反弹力量向右前方拨回来球。 | **学生活动二**  1、组织如下图：    ×   |  |  | | --- | --- | |  |  | |  |  |   ×    2、模仿发球动作，进行持拍摆臂练习。  3、抛球和挥拍分解练习。  4、在球台上进行完整发球练习。  5、双方对练发球。  1、集体模仿练习和双人间相对模仿练习，体操队形；  2、双人一方正手发球，一方推挡回去练习（左对角或直线）；  3、双人间推挡练习（球速慢，小用力，控方向）。 | 1. 动作标准，站位准确且能够顺畅的做完动作 2. 每位同学都可掌握动作要点，并完成练习 3. 模仿练习认真完成，并可以完整做出技术动作。 4. 看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 5. 可以顺畅将球打上球台，并动作规范。 | 21’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过教师讲解和示范”进行情景带入式学习，提高学生对球的理解及对技术动作的掌握，本环节主要以学生练习和教师从旁指导纠正为主。教师的示范和学生的模仿，加强学生对乒乓球运动的认识，也充分培养了学生对乒乓球运动的兴趣。在此，过程中也锻炼了学生的坚持不懈和积极学习的精神，也是对课前球感练习的实践检验。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**   1. 协调性练习   跳短绳：200下   1. 放松操   手臂拉伸；   1. 两人相互腰部拉伸； 2. 敲打手臂肌肉； 3. 腿部后侧肌群拉伸； 4. 敲打大、小腿肌肉；   （二）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | **学生活动3**  1、学生成四列横排体操队形散开  2、进行跳绳，每100下休息30秒  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1、保持平均速度完成个数。   1. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 2. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 3. 主动开动脑筋自我评价及总结； 4. 认真听并记录教师布置作业。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**  结束部分协调性练习环节主要是针对学生脚步弹性的一个加强练习。放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练掌握正手发平击球。  2、让家长监督学生，进行反手攻球的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第5课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**移动托球接力练习  **课中:** 徒手挥拍与上台实践练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练掌握正手发平击球。  2、让家长监督学生，进行反手攻球的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练掌握正手发平击球，并可以完成有效发球；   2、让学生初步掌握反手攻球的技术要领，培养学生动作的规范性。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正手攻球以及反手徒手挥拍教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  移动托球练习   1. 老师与同学同时站在同一边起跑线上； 2. 当教师下“开始”口令的同时同学将球端起快速做到指定位置； 3. 学生在移动过程中保持球不掉落。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在有乒乓球桌的地方进行； 2. 两名同学（或家长）分别站立在球台两端一人做进行正手攻球练习，一人将球推过来另一人将球用正手攻球的动作打过去。 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 正手攻球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外及家里进行； 2. 两名同学（或家长）面对面相距2米站立，让家长监督学生，进行反手攻球的徒手挥拍练习。   3评价标准：学生可以熟练的进行挥拍练习，且动作规范即可。  学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第9课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 托球移动接力 | 掌握托球方法 | 托球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 正手发平击球 | 对球感的掌握 | 正手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 反手攻球 | 发展学生乒乓球运动的全面性 | 反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 跳短绳 | 发展学生的弹跳力 | 跳绳 | 运动认知 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第6课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、学习正反手发平击球 | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本节乒乓球专项课程的学习，一方面让学生可以更好的巩固上节课学习的定点反手攻球，另一方面也可以学习正反手发平击球。并结合高抬腿以及体能活动，提高学生对乒乓球运动兴趣，增强学生身体素质，并锻炼学生的协调性。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是乒乓球专项技能课程的基础内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授乒乓球正反手发平击球时，增强了学生乒乓球技能的全面性，也可以让学生感受乒乓球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的教学内容；并能在上课过程中学会与同伴合作学习，且可以正确评价自己及他人的学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时对乒乓球正反手发平击球的学习，目的加强学生乒乓球的全面性和提高对乒乓球运动的兴趣；  2、多种形式的技术动作练习，90%学生能够运用正手和反手将球发过去，10%学生能够掌握正反手发平击球的动作要领，为学习正反手攻球技能打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规   1. 集合整队，清点人数；   2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  （二）准备活动  1、绕场地跑两圈约800米  2、徒手体操  ⑴上肢运动  ⑵扩胸运动  ⑶踢腿运动  ⑷体转运动  ⑸体侧运动  ⑹腹背运动  ⑺跳跃运动  3、压腿练习  ⑴体前屈压腿  ⑵弓步压腿  ⑶侧压腿  4、球性练习  ⑴对墙推球练习 |  | |  |  | | **活动意图说明：**在课堂常规环节和准备环节中，讲解本堂课学习重点内容即乒乓球正反手发平击球的要点及要求。除此之外加强学生的球性练习，让学生对乒乓球的理解加深并起到一个事半功倍的效果。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用球性练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）学习正手发平击球  讲解与示范  1.站位中近台，左脚稍前，身体略向右转，左臂屈肘掌心托球置于体侧。  2.发球开始时，持球手将球向上抛起，同时执拍手臂自然向侧后伸肘引拍，拍面垂直。  3.当球从高点回落至离地100厘米处，上臂带动前臂向前迅速挥拍，手腕旋内，拍形稍前倾，触球中上部。  4.击球后，手臂随势余摆，球拍收势于左脸前，眼见球拍背面，身体转正  （二）学习反手发平击球  讲解示范：两脚平行站立，屈膝弯腰，脚尖朝前，站位近台。持球手抛球，同时持拍手臂向左后引拍，拍面垂直或稍前倾，上臂带动前臂和球拍向右前或前上方挥拍，击打下降期球的中部和中上部，将球先落在自己的台面，然后落到对方球台 | | **学生活动二**  1、组织如下图：    ×   |  |  | | --- | --- | |  |  | |  |  |   ×    2、模仿发球动作，进行持拍摆臂练习。  3、抛球和挥拍分解练习。  4、在球台上进行完整发球练习。  5、双方对练发球。 | 1、模仿练习认真完成，并可以完整做出技术动作。  2、看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。  3、可以顺畅将球发上球台，并动作规范。 | 21’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过教师讲解和示范”进行情景带入式学习，提高学生对球的理解及对技术动作的掌握，本环节主要以学生练习和教师从旁指导纠正为主。教师的示范和学生的模仿，加强学生对乒乓球运动的认识，也充分培养了学生对乒乓球运动的兴趣。在此，过程中也锻炼了学生的坚持不懈和积极学习的精神，也是对课前球感练习的实践检验。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）身体素质练习  高抬腿：200下  冲刺跑：30米×3  （二）放松操  手臂拉伸；  1、两人相互腰部拉伸；  2、敲打手臂肌肉；  3、腿部后侧肌群拉伸；  4、敲打大、小腿肌肉；  （三）总结下课  1、学生自评及自我总结；  2、教师总结及评价；  3、布置课后作业；  4、安排学生归还器材；  5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生成四列横排体操队形散开  2、进行高台腿，每100下休息30秒  3、每一横排听从老师口令，喊开始后迅速跑到指定位置。  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1、保持平均速度完成个数。   1. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 2. 两人配合时，相互交流及认真严肃。   1、主动开动脑筋自我评价及总结；  2、认真听并记录教师布置作业。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**  结束部分协调性练习环节主要是针对学生脚步弹性和小腿爆发力的一个加强练习。放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）进行反手攻球的定点练习。  2、让家长监督学生，进行乒乓球两点移动反手攻球的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第6课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**对墙推球练习  **课中:** 徒手挥拍与上台实践练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）进行反手发平击球的定点练习。  2、两个同学相互练习（或家长监督）进行正手发平击球的定点练习。 | |
| **作业目标** | 1、熟练掌握正反手发平击球要领，并可以进行发球练习；  2、让学生初步掌握乒乓球正反手发平击球的技术要领，培养学生动作的规范性。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正反手发平击球的教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  对墙推球练习  1、学生散开寻找位置，身体平行于墙，两腿左右开立，占位与墙1.5米左右。球拍后仰，与墙平行。  2、当教师下“开始”口令的同时同学将球托起，并对墙进行颠球。  3、学生在对墙颠球过程中保证球不落地。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在有乒乓球桌的地方进行；  2、两名同学（或家长）分别站立在球台两端的反手位一人一人将球发过来另一人推过去。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 反手发平击球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在有乒乓球桌的地方进行； 2. 两名同学（或家长）分别站立在球台两端一人做进行发球练习，一人将球发过来另一人推过去。 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 正手发平击球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第10课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 对墙推球练习 | 掌握颠球方法 | 颠球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 正反手攻球 | 掌握正反手攻球技术要领 | 正反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 正反手发平击球 | 发展学生乒乓球运动的全面性 | 正反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 高抬腿  冲刺跑 | 发展学生的弹跳力和爆发力 | 跑和跳 | 运动认知 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第7课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1. 复习正手、反手攻球 2. 学习左右摆速（左推右攻） | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本节乒乓球专项课程的学习，一方面让学生可以更好的巩固之前学习的正手和反手攻球，另一方面学习左右摆速将正手和反手攻球相结合。并结合快速接力跑以及体能活动，提高学生对乒乓球运动兴趣，增强学生身体素质，并锻炼学生的协调性。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是乒乓球专项技能课程的提高内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授乒乓球正反手左右摆速时，增强了学生乒乓球技能的全面性和熟练性，也可以让学生感受乒乓球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的教学内容；并能在上课过程中学会与同伴合作学习，且可以正确评价自己及他人的学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时对乒乓球正反手左右摆速的学习，目的加强学生乒乓球的全面性和提高对乒乓球运动的兴趣；  2、多种形式的技术动作练习，90%学生能够运用正反手反手技术动作在移动中将球打过去，10%学生能够掌握正反手左右摆速的动作要领，为今后打比赛打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规  1、集合整队，清点人数；  2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  （二）准备活动  1、绕场地跑两圈约800米  2、徒手体操  ⑴上肢运动  ⑵扩胸运动  ⑶踢腿运动  ⑷体转运动  ⑸体侧运动  ⑹腹背运动  ⑺跳跃运动  3、压腿练习  ⑴体前屈压腿  ⑵弓步压腿  ⑶侧压腿  4、球性练习  ⑴移动颠球接力练习 | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3、做到：快、静、齐；  （二）准备活动  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲  2、老师与同学同时站在同一边起跑线上，当教师下“开始”口令的同时同学将球端起快速做到指定位置，并迅速返回将球传给下一位同学。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、在上课时不得随意打球和发出拍球噪音，保持安静；  3、上课时要集中注意力，听从老师安排。  1、精神饱满、声音洪亮、动作协调，肢体舒展；  2、注意力集中，听清楚要求和口令；  3、熟悉球性，练习手腕灵活，控制好球在球拍的稳定性。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节和准备环节中，讲解本堂课学习重点内容即乒乓球正反手左右摆速的动作要点及要求。除此之外加强学生的球性练习，让学生对乒乓球的理解加深并起到一个事半功倍的效果。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用球性练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）复习乒乓球正手、反手攻球  1、乒乓球正手攻球  讲解和示范：两脚开立，右脚稍在后，重心再两脚之间，支撑点在脚前掌。击球前，身体略向右转，引拍至右，后方成半横状（直握拍拍端略朝下，横握拍拍端略朝上）。击球时，上臂带动前臂由后向前用力挥击，结合右腿蹬地和转腰力量在高点期击球。来球上旋，击球时拍面稍前倾，击球的中上部；来球下旋，击球前球拍要略低于来球，击球的中部。击球后，球拍随势挥至头部左侧前方，重心支撑点移至左脚。  2、乒乓球反手攻球  ⑴学习反手推挡技术  讲解与示范：两脚平行站立，站位近台，屈膝弯腰，击球前，前臂上提，球拍后引。在来球上升后期或高点期击球的中上部，击球后，手臂随势前送。  ⑵学习横板拨球技术  讲解与示范：两脚平行站立，站位近台。手腕自然弯曲并作外旋使拍面前倾，手腕内收和屈，将球拍引至腹部偏左的位置。在来球的上升期，前臂加速挥动并外旋，手腕作伸和外展，拍面稍前倾击球中上部，借来球反弹力量向右前方拨回来球。  （二）学习正反手左右摆速（左推右攻）  讲解与示范：两脚开立，右脚稍在后，重心再两脚之间，支撑点在脚前掌。先做正手攻球的准备动作球来临时做正手攻球动作，当正手攻球击球结束后，向右做滑步，在滑步结束的时候还原成反手准备姿势，用反手攻球的动作将球击打结束后，向左做滑步，与此同时顺势将小臂向右下引拍，在滑步结束的时候还原成正手准备姿势。 | **学生活动二**  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲  2、正手攻球和反手攻球引拍挥拍动作练习  3、正手攻球和反手攻球双人相对挥拍模仿练习，  4、站在球台中间，自己抛球正手攻球挥拍击打反弹高点球期，对方接住，做同样动作；  5、一人反手推挡攻球,另一人挥拍正手攻球练习，交换。  6、学生做正反手左右摆速的徒手挥拍练习。  7、一人反手推挡攻球,另一人挥拍正反手攻球练习，交换。 | 1、动作标准，站位准确且能够顺畅的做完动作  2、每位同学都可掌握动作要点，并完成练习  3、模仿练习认真完成，并可以完整做出技术动作。   1. 看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 2. 可以顺畅将球打上球台，并两人可以进行正反手的对攻练习。 | 21’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过教师讲解和示范”进行情景带入式学习，提高学生对球的理解及对技术动作的掌握，本环节主要以学生练习和教师从旁指导纠正为主。教师的示范和学生的模仿，加强学生对乒乓球运动的认识，也充分培养了学生对乒乓球运动的兴趣。在此，过程中也锻炼了学生的坚持不懈和积极学习的精神，也是对课前球感练习的实践检验。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）接力游戏  快速接力跑：50米  （二）放松操  手臂拉伸；   1. 两人相互腰部拉伸； 2. 敲打手臂肌肉； 3. 腿部后侧肌群拉伸； 4. 敲打大、小腿肌肉；   （三）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | **学生活动3**  1、学生成四列横排体操队形散开  2、老师和学生站在统一起跑点，在老师喊开始后，学生迅速跑到指定位置并返回与下一位同学击掌，直至最后一名同学完成。  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1. 速度要快 2. 击掌后的配合要好 3. 需要注意力集中 4. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 5. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 6. 主动开动脑筋自我评价及总结； 7. 认真听并记录教师布置作业。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**  结束部分协调性练习环节主要是针对学生爆发力和核心力量的一个加强练习。放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）正反手攻球，并记录最高个数。  2、让家长监督学生，进行正反手攻球的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第7课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**移动颠球接力练习  **课中:** 徒手挥拍与上台实践练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）正反手攻球，并记录最高个数。  2、让家长监督学生，进行正反手攻球的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练掌握正手，反手攻球的技术动作，培养学生乒乓球运动的基本功；   2、让学生初步掌握正反手攻球的技术要领，培养学生动作的规范性。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正反手攻球以及正反手左右摆速徒手挥拍教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  移动颠球接力练习   1. 老师与同学同时站在同一边起跑线上； 2. 当教师下“开始”口令的同时同学将球端起快速做到指定位置； 3. 学生在移动过程中保持球不掉落。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在有乒乓球桌的地方进行； 2. 两名同学（或家长）分别站立在球台两端一人做进行正反手攻球练习，一人将球发过来另一人推过去形成正手对攻和反手对攻。 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 正反手攻球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外及家里进行； 2. 两名同学（或家长）面对面相距2米站立，让家长监督学生，进行反手攻球的徒手挥拍练习。   3评价标准：学生可以熟练的进行挥拍练习，且动作规范即可。  学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第12课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 移动颠接力 | 掌握颠球方法 | 颠球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 正反手攻球 | 对技术动作的掌握 | 正手攻球  反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 正反手左右摆速 | 发展学生乒乓球运动的全面性 | 正手攻球反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 快速跑接力 | 发展学生的小腿爆发力 | 跑 | 运动认知 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第8课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 学习正反手推侧扑技术动作 | |
| **课型** | | 新授课 ☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本节乒乓球专项课程的学习，一方面让学生可以更好的巩固之前学习的正手和反手攻球，另一方面学习正反手推侧扑组合技术。并结合步伐的专项练习以及体能活动，提高学生对乒乓球运动兴趣，增强学生身体素质，并锻炼学生的协调性。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是乒乓球专项技能课程的提高内容，在本单元课程中具有重要作用。教师在传授乒乓球正反手推测扑时，增强了学生乒乓球技能的全面性和熟练性，以及加强了学生乒乓球基本功的练习，也可以让学生感受乒乓球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的教学内容；并能在上课过程中学会与同伴合作学习，且可以正确评价自己及他人的学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时对乒乓球正反手推测扑的学习，目的加强学生乒乓球的全面性和提高对乒乓球运动的兴趣；  2、多种形式的技术动作练习，使学生能够运用正反手技术动作在推侧扑的步伐移动中将球打过去，使全班同学都能够掌握正反手推侧扑的动作要领，为今后打比赛打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规  1、集合整队，清点人数；  2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  （二）准备活动  1、绕场地跑两圈约800米  2、徒手体操  ⑴上肢运动  ⑵扩胸运动  ⑶踢腿运动  ⑷体转运动  ⑸体侧运动  ⑹腹背运动  ⑺跳跃运动  3、压腿练习  ⑴体前屈压腿  ⑵弓步压腿  ⑶侧压腿  4、球性练习  ⑴球拍移动拍球接力 | | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3、做到：快、静、齐；  （二）准备活动  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲  2、老师与同学同时站在同一边起跑线上，当教师下“开始”口令的同时同学用球拍拍球快速做到指定位置并迅速返回将球传给下一位同学； | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、在上课时不得随意打球和发出拍球噪音，保持安静；  3、上课时要集中注意力，听从老师安排。  1、精神饱满、声音洪亮、动作协调，肢体舒展；  2、注意力集中，听清楚要求和口令；  3、熟悉球性，练习手腕灵活，控制好球在球拍的稳定性。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节和准备环节中，讲解本堂课学习重点内容即乒乓球正反手推侧扑的动作要点及要求。除此之外加强学生的球性练习，让学生对乒乓球的理解加深并起到一个事半功倍的效果。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用球性练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）复习正反手攻球  （二）学习正反手推侧扑  讲解与示范：两脚开立，平行站立，重心再两脚之间，支撑点在脚前掌，并站在反手位，做反手攻球的准备姿势，在球来临时用反手攻球技术将球击出，小臂顺势停在眼前，当用滑步向左后方侧身的同时，将手臂还原成正手攻球的准备姿势，在球来临时用正手攻球的技术动作将球击出后，小臂收在眉心处，接下来用交叉步向右前方扑出去的同时，将手臂还原成正手攻球的准备姿势，并快收小臂，将球击出后，停在眼前完成技术动作。 | **学生活动二**  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲  2、学生模仿并做正反手推侧扑的徒手挥拍练习。  3、一人反手推挡推球,另一人用正反手推侧扑技术动作将球打过去，交换。 | | 1、动作标准，站位准确且能够顺畅的做完动作  2、每位同学都可掌握动作要点，并完成练习  3、看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。  4、可以用正反手推侧扑技术顺畅将球打上球台。 | 21’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过教师讲解和示范”进行情景带入式学习，提高学生对球的理解及对技术动作的掌握，本环节主要以学生练习和教师从旁指导纠正为主。教师的示范和学生的模仿，加强学生对乒乓球运动的认识，也充分培养了学生对乒乓球运动的兴趣。在此，过程中也锻炼了学生的坚持不懈和积极学习的精神，也是对课前球感练习的实践检验。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）步伐专项练习  并步：10米x3组  滑步：10米x3组  交叉步：10米x3组  波比跳：30x3组    （二）放松操  手臂拉伸；  1、两人相互腰部拉伸；  2、敲打手臂肌肉；  3、腿部后侧肌群拉伸；  4、敲打大、小腿肌肉；  （三）总结下课  1、学生自评及自我总结；  2、教师总结及评价；  3、布置课后作业；  4、安排学生归还器材；  5、师生再见。 | **学生活动3**  1、学生成四列横排体操队形散开。  2、学生听从老师口令，分别完成并步，滑步，交叉步，波比跳的练习，每次中间休息10秒钟  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | | 1、在练习过程中保持安静有序  2、每一项练习都应动作标准  3、需要努力坚持，完成每一项练习  1、认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位  2、两人配合时，相互交流及认真严肃。  1、主动开动脑筋自我评价及总结；  2、认真听并记录教师布置作业。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**  结束部分体能训练环节主要是针对学生弹跳力以及专项步伐的一个加强练习。放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）正反手攻球，并记录最高个数。  2、让家长监督学生，进行正反手推侧扑的徒手挥拍练习，共挥拍200下。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第8课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**球拍移动拍球接力  **课中:** 各种形式的挥拍及实践上台练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）正反手攻球，并记录最高个数。  2、让家长监督学生，进行正反手推侧扑的攻球练习，并记录最高个数。 | |
| **作业目标** | 1、熟练掌握正手，反手攻球的技术动作，培养学生乒乓球运动的基本功；  2、让学生初步掌握正反手推侧扑的技术要领，培养学生动作的规范性。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正反手攻球以及正反手推侧扑徒手挥拍教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  球拍移动拍球接力  1、学生成四列横排体操队形散开，并分为四组  2、当教师下“开始”口令的同时同学用球拍拍球快速移动到指定位置后迅速返回并将球传给下一位同学。  3、学生在拍球过程中保证球不乱跑。  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在有乒乓球桌的地方进行；  2、两名同学（或家长）分别站立在球台两端，一人将球发过来另一人推过去形成正手对攻和反手对攻。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 正反手攻球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在小区或公园的乒乓球桌进行练习；  2、两名同学（或家长）分别站立在球台两端，一人用反手将球推过去，另一人用正反手推侧扑将球打过来，记录个数。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 正反手推侧扑 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第14课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 移动拍球 | 掌握拍球方法 | 颠球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 正反手攻球徒手挥拍 | 对技术动作的掌握 | 正手攻球  反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 记忆 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 正反手推侧扑 | 发展学生乒乓球运动的全面性 | 正手攻球反手攻球  滑步 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 并步  滑步  交叉步  波比跳 | 发展学生步伐的弹性和移动速度 | 并步  滑步  交叉步  波比跳 | 运动认知 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第9课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 乒乓球游戏--“水上乒乓球” | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   本单元通过乒乓球游戏的方式，了解学习乒乓球技术与游戏活动的重要领域；采用游戏的方式，激发学生学习兴趣；培养学生团队意识。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时的主要内容是以乒乓球游戏--“水上乒乓球”为主活动内容，通过游戏的方式让学生更多的了解和喜爱乒乓球运动。本课时采用游戏的方式让学生分小组进行活动，体验游戏带来的乐趣，同时发展学生生理和心理健康。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   四年级学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能有效快速的掌握课堂要领及课堂要求；本课是采用游戏的方式带动学生活动的积极性，引导正确的价值观，在游戏活动中懂得关心他人、帮助他人，共同进步。并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创新，培养学生团结协作坚持学练的意志品质。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、本课是通过游戏“水上乒乓球”的活动来激发学生对乒乓球运动更多的了解和热爱。  2、通过游戏的氛围激发学生学习兴趣，让其更好的得到锻炼。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、游戏、对其学习态度、学习方法、提出鼓励和适度的评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、参与度、积极性、细节等及时提醒和点评，让学生在学习活动中得到锻炼。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规   1. 集合整队，清点人数；   2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  4、乒乓球游戏—“水上乒乓球”  （二）队列练习  1、口令指导；  2、热身跑练习；  3、乒乓球专项徒手操；  4、复习比赛规则；  5、比赛小游戏练习；  6、游戏：水上乒乓球 | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3做到：快、静、齐；  4、认真听讲、注意力集中。  （二）队列练习   1. 学生认真模仿，积极参与，注意力集中； 2. 仔细听口令，反应迅速； 3. 精神饱满，口令洪亮； 4. 巡回指导。 | | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、认真听讲，身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿球拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、动作正确手夹紧球。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容，本章节是以游戏的方式活动融入课堂，让学生了解并准守游戏规则；除此之外让学生分小组进行合作完成游戏先后顺序，活动中学生相互帮助相互鼓励，使学生体验游戏带来的乐趣与成功。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）复习乒乓球比赛规则  规则：学生分小组进行复习比赛规则，教师反复讲解，学生认真听讲后回答教师提出的问题；如：“在一局比赛中，先得11分的一方为胜；10平后，先多得2分的一方为胜方。一场比赛单打的淘汰赛采用七局四胜制，团体赛中的一场单打或双打采用五局三胜制”。  （二）游戏：乒乓球--水上乒乓球  规则：将学生分为人数相同的八小组，自行排好上场的顺序，用6个一次性杯子，装满水，依次排成一列，切记杯子间要挨紧；然后在第一个杯子上放上一颗乒乓球，参加游戏的人双手撑地，作青蛙状；将乒乓球吹到最后一个杯子中后，换下一位，将球吹回第一个杯子，依次上场；所有人都吹完后，加总时间，用时最短的队伍获得胜利。游戏期间如果乒乓球掉地，则重头开始，水杯中的水太少则可以要求将水加满。   1. 游戏：对墙垫球比多   将学生为人数相同的八小组，五人一组，依次面墙站1.2米以外的线后进行对墙垫球，教师下达口令后，各小组在规定的5分钟时间内进行垫球，则游戏中出现踩线行为者需另外加时5秒继续进行垫球，完成次数最多的小组获胜。 | | **学生活动二**  1、学生根据教师的要求认真听讲并记录；  2、学生相互讨论学习；  3、要求认真参与、积极主动、提出问题、解决问题  1、学生认真听讲游戏规则及安全注意事项；  2、学生可分组讨论出战的顺序，讨论战术并且要按照游戏规则来完成；  3、游戏开始时，学生相互监督并作出及时提醒；  1、学生认真听讲游戏规则并积极参。  2、活动时注意周围安全。 | 1、练习时注意力集中。  2、根据教师讲解内容勾画、记录重点。  1、学生认真听讲，做好准备；  2、按要规则完成游戏任务；  3、发现问题立刻制止并纠正，安全有序完成游戏。  1、知道乒乓球垫球游戏规则和要求。  2、按规则认真进行游戏活动，犯规者将进行判罚。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过游戏--水上乒乓球，进行学生游戏的活动，合作学习，提高学生对球感的控制和同伴之间的相互信任，第二个是复习乒乓球比赛规则，巩固学生识记重点。最后是多样化对墙比多的游戏方式来提高学生之间的默契，鼓励学生增强自信心理。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操  1、拉伸手臂与腿部肌肉群 ；  2、手臂放松；  3、拉伸敲打小臂、大臂与大腿、小腿肌肉；  （二）总结下课  1、学生自评及自我总结；  2、教师总结及评价；  3、布置课后作业；  4、安排学生归还器材；  5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极配合，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1、认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2、仔细拉伸身体各部位肌肉群；  1、主动开动脑筋自我评价及总结；  2、认真听讲并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、墙壁一块、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两人及以上同学进行对墙比多练习，（或家长陪同）让学生巩固提高技术。  2、让家长陪同一起创新新游戏，激发学生想象力。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 68%—75% |
| 个体运动密度 | | 66% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第9课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**球拍移动拍球接力  **课中:** 对墙垫球比多  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、家长陪同或两个同学相互练习。  2、让家长监督学生，进行练习，熟记知识。 | |
| **作业目标** | 1. 初步掌握比赛乒乓球控球意识，培养学生团结协作、积极向上的精神。 2. 让学生了解并掌握游戏规则，激发学生的运动能力提升。 | |
| **作业资源** | 1教师发移动拍球以及对墙垫球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免碰坏家电家等，造成不必要的损伤；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  球拍移动拍球接力  1、学生成四列横排体操队形散开，并分为四组  2、当教师下“开始”口令的同时同学用球拍拍球快速移动到指定位置后迅速返回并将球传给下一位同学。  3、学生在拍球过程中保证球不乱跑。  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在有乒乓球桌的地方进行；  2、两名同学（或家长）分别站立在球台两端的反手位一人一人将球发过来另一人推过去，进行两人对练。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 反手攻球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外及家里进行； 2. 两名同学（或家长）面对面相距2米站立，让家长监督学生，进行反手两点移动攻球的徒手挥拍练习。   3评价标准：学生可以熟练的进行挥拍练习，且动作规范即可。  学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第16课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 移动拍球 | 掌握拍球方法 | 颠球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 对墙垫球比多 | 掌握墙垫球技术要领 | 对墙垫球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 两点移动反手攻球 | 发展学生乒乓球运动的全面性 | 反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 深蹲跳起摸高 | 发展学生的弹跳力和爆发力 | 跳 | 运动认知 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 15次以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第10课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 考核：正反手攻球和正反手发平击球 | |
| **课型** | | 新授课□ 章/单元复习课 □ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   本单元为考核内容，通过考核正反手攻球和正反手发平击球让学生在学练中得到提高，培养学生吃苦耐劳的精神。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时的主要内容是以考核正反手攻球和正反手发平击球内容为主，让更多的学生在乒乓球技术上得到提升。同时还采用游戏的方式来激励学生，鼓励学生进步，促进学生身心健康、体魄健全、全面发展。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   四年级学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能有效快速的掌握课堂要领及课堂要求；本课是采用复习内容和游戏的方式带动学生活动的积极性，提供更多的时间让学生进行充分练习，巩固和运用所学运动知识与技能，参与形式多样的展示或比赛。激发学生参与运动的兴趣；培养学生团结协作坚持学练的意志品质。 | | | |
| 1. **学习目标叙写** 2. 1、本课是通过考核正反手攻球和正反手发平击球的技术来激发学生对乒乓球更多了解和热爱。   2、通过游戏的氛围激发学生学习兴趣，让其更好的得到锻炼。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、游戏、对其学习态度、学习方法、提出鼓励和适度的评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、参与度、积极性、细节等及时提醒和点评，让学生在学习活动中得到锻炼。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规   1. 集合整队，清点人数；   2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  （二）队列练习  1、口令指导；  2、热身跑练习；  3、乒乓球专项徒手操；  4、考核：正反手攻球和正反手发平击球；  5、小游戏； | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3做到：快、静、齐；  4、认真听讲、注意力集中。  （二）队列练习  1、学生认真模仿，积极参与，注意力集中；  2、仔细听口令，反应迅速；  3、精神饱满，口令洪亮；  4、巡回指导纠错。 | | 1、精气神饱满、动作快、静、齐；  2、认真听讲，不得拍打乒乓球，上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿球拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、动作正确到位。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课复习乒乓球左推右攻、正反手发平击球重点，本章节是以讲解、示范、模仿练习、个人展示的方式为目标，让学生掌握并做出规范动作；除此之外让学生分小组进行合作练习，练习中学生相互帮助，巩固学生技术得到更高的一步。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  乒乓球：左推右攻、正反手发平击球  左推右攻：动作要点：站位近台中偏左，判断准确及时移动抢占合理的击球位置，用适当的击球手法回击来球（以推挡球和下手攻球练习）。  正反手发平击球  正手：动作要领：左手将球向上抛起，同时右臂内旋，使拍面稍前倾，向右后方引拍。当球从高点下降至稍高于球网时， 击球中上部向左前方发力。  反手：动作要领： 左手将球向上抛起，同时右臂外旋， 使拍面稍前倾， 向左后方引拍。当球从高点下降至稍高于球网时， 击球中上部向右前方发力。  游戏：垫球比快接力  规则：将学生分为人数相等的八小组，五人排成一列，每个队员手拿一拍一球，教师下达口令后，从起点线至终点小跑垫球绕标志桶并返回与下一个队员交接，中途球掉落，在掉落的地方拾起从新开始比赛；依次完成，直至最先完成的小组获胜。  考核：正反手攻球和正反手发平击球 | | **学生活动二**  1、学生结合单步步法徒手模仿练习。  2、两人台上练习，甲平击发球，互换练习。  3、两人台上练习，甲不定推挡左方或右方斜线。  4、教师巡回指导纠错；   1. 教师讲解示范；   2、学生模仿讨论练习；  3、要求认真参与、积极主动；  4教师巡回指导纠错；  1、学生认真听讲游戏规则并积极参。  2、活动时注意周围安全。   1. 学生认真听讲； 2. 按内容进行分组考核； | 1、学生认真听讲，做好准备；  2、按要求规做出完整动作；  1、练习时注意力集中。  2、提出问题、解决问题。  1、知道乒乓球垫球游戏规则和要求。  2、按规则认真进行游戏活动，犯规者将进行判罚。   1. 考核时注意力集中，精神饱满； 2. 积极参与考核，达标； | 12’  8’ | | **活动意图说明：**   1. 基本部分通过复习左推右攻、正反手发平击球来提高学生技术，采用两人一组合作练习，提高学生对球感的控制及同伴之间的相互信任，第二个是游戏珠行千更好的激发学生学习兴趣与同伴之间的默契，培养学生灵活机智，顽强果断，敢于挑战、拼搏的精神。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操  1、拉伸手臂与腿部肌肉群 ；  2、手臂放松；  3、拉伸敲打小臂、大臂与大腿、小腿肌肉；  （二）总结下课  1、学生自评及自我总结；  2、教师总结及评价；  3、布置课后作业；  4、安排学生归还器材；  5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极配合，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1、认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2、仔细拉伸身体各部位肌肉群；  1、主动开动脑筋自我评价及总结；  2、认真听讲并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、A纸41、标志桶8个、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**   1. 1、两人及以上同学进行左推右攻、正反手发平击球（或家长陪同）让学生巩固提高技术。   2、家长陪同一起观看视频学习。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 55%—78% |
| 个体运动密度 | | 66% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第10课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**下蹲对墙推球练习  **课中: 考核：**左推右攻、正反手发平击球  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）进行反手攻球的两点练习。  2、让家长监督学生，进行反手发平击球的练习。 | |
| **作业目标** | 1、熟练掌握反手攻球要领，并可以相互之间进行互推练习；  2、让学生初步掌握乒乓球反手发平击球的技术要领，为以后学习反手发旋转球打下基础。 | |
| **作业资源** | 1、教师发反手发平击球以及反手两点移动攻球徒手挥拍教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  下蹲对墙推球练习  1、学生散开寻找位置，身体平行于墙，两腿左右开立，占位与墙1.5米左右。球拍后仰，与墙平行。  2、当教师下“开始”口令的同时同学将球托起，并对墙进行颠球，当球在落地弹起后再去推球。  3、学生在对墙推球过程中，保证推球的连续性，球不乱跑。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 推球的次数 | | | | | | 推球次数 | 10次 | 7-8次 | 5次 | 5次以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在有乒乓球桌的地方进行；  2、两名同学（或家长）分别站立在球台两端的反手位一人一人将球发过来另一人推过去，进行两人对练。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 两点移动反手攻球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及家里进行；  2、两名同学（或家长）面对面相距2米站立，让家长监督学生，进行反手两点移动攻球的徒手挥拍练习。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 反手发平击球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第18课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 下蹲对墙推球练习 | 掌握颠球方法 | 颠球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 两点移动反手攻球 | 掌握反手攻球技术要领 | 反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 反手发平击球 | 发展学生乒乓球运动的全面性 | 反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第1课时教学计划** | | | |
| **课题** | | 复习发高远球+学习原地分解动作 | |
| **课型** | | 新授课□ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   本单元为复习课和新授课内容，一方面是复习羽毛球发高远球动作练习；另一方面是学习原地分解动作练习。通过复习讲解课程重点和技巧练习让学生在学练中得到提高，培养学生提高对羽毛球的学习兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时的主要内容是以复习发高远球和学习原地分解动作技术要领为主要内容。让更多的学生在学习羽毛球技术上得到提升。同时还采用游戏的方式来激励学生，鼓励学生进步，促进学生身心健康、体魄健全、全面发展。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能有效快速的掌握课堂要领及课堂要求；本课是采用复习内容，学习新动作及游戏的方式带动学生活动的积极性，提供更多的时间让学生进行充分练习，巩固和运用所学运动知识与技能，参与形式多样的展示或比赛。激发学生参与运动的兴趣；培养学生团结协作坚持学练的意志品质。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、本课是通过复习发高远球、原地分解动作的学习，目的是让学生了解并掌握其动作的重要性，从而养成锻炼意识的习性。  2、通过学习原地分解动作的技术要领，%90以上的学生基本掌握技术要领。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、游戏、对其学习态度、学习方法、提出鼓励和适度的评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、参与度、积极性、细节等及时提醒和点评，让学生在学习活动中得到锻炼。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规   1. 集合整队，清点人数；   2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  4、检查服装，安排见习生；   1. 准备部分   队列练习  1、口令指导；  2、热身跑练习；  3、徒手操练习；  （1）、头部运动  （2）、扩胸运动  （3）、体转运动  （4）、体侧运动  （5）、腹背运动  （6）、踢腿运动  （7）、手腕+踝关节运动  4、复习发高远球  5、学习原地分解动作 | | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3做到：快、静、齐；  4、认真听讲、注意力集中。   1. 活动部分   队列练习  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × × \*  × × × × × ×  1、学生认真模仿，积极参与，注意力集中；  2、仔细听口令，反应迅速；  3、精神饱满，口令洪亮；  4、巡回指导纠错。 | 1、精气神饱满、动作快、静、齐；  2、认真听讲，上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、动作正确到位。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课复习羽毛球发高远球、学习原地分解动作练习为本章节的重点。课中以讲解、示范、模仿练习、个人展示的方式为目标，让学生掌握并做出规范动作；除此之外让学生分小组进行合作练习，练习中学生相互帮助，巩固学生技术得到更高的一步。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  羽毛球：  复习发高远球  动作要点：1、持拍手臂以45度夹角屈肘举于体侧，左手自然上举保持平衡，侧身对网，重心在脚下。抬头注视来球方。2、击球点选择在右手肩上方，前臂极速内旋带动手腕加速向前上方挥动，屈收手腕，屈指发力，用正拍面与地面近120度的夹角，在空中最高点将球向前上方击出。  学习原地分解动作  动作要领：   1. 无球分解动作练习   （教师口令提示，一拍一动练习）   1. 完整动作练习   （教师口令提示）  游戏：运球接力比快  规则：将学生分为人数相等的八小组，五人排成一列，每个队员手拿一拍一球，将球放在球拍上端平放，教师下达口令后，从起点线至终点小跑绕标志桶并返回与下一个队员交接，中途球掉落，在掉落的地方拾起从新开始比赛；依次完成，直至最先完成的小组获胜。 | **学生活动二**  1、学生徒手模仿练习。  × × × × × ×  —————— \*  × × × × × ×  2、两人一组隔网发球练习。  3、教师巡回指导纠错；   1. 教师讲解示范；   2、学生模仿讨论练习；  3、要求认真参与、积极主动；  4教师巡回指导纠错；  1、学生认真听讲游戏规则并积极参。  2、活动时注意周围安全。 | | 1、学生认真听讲，做好准备；  2、按要求规做出完整动作；  1、练习时注意力集中。  2、提出问题、解决问题。  1、知道羽毛球游戏规则和要求。  2、按规则认真进行游戏活动，犯规者将进行判罚。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**   1. 基本部分通过复习发高远球动作要领，提高学生对球性的理解及技术动作的完整掌握，学习原地分解动作的目的主要是加强学生对羽毛球运动的更深一步认知，也充分培养学生对羽毛球运动的兴趣。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操  1、拉伸手臂与腿部肌肉群 ；  2、手臂放松；  3、拉伸敲打小臂、大臂与大腿、小腿肌肉；  （二）总结下课  1、学生自评及自我总结；  2、教师总结及评价；  3、布置课后作业；  4、安排学生归还器材；  5、师生再见。 | **学生活动3**  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极配合，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | | 1、认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2、仔细拉伸身体各部位肌肉群；  1、主动开动脑筋自我评价及总结；  2、认真听讲并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| 1. **场地与器材设计**  羽毛球场两块、羽毛拍41个、羽毛球若干、标志杆8个 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**   1. 1、两人及以上同学进行发高远球练习、原地分解动作练习（或家长陪同）让学生熟练并掌握提高技术。   2、家长监督学生进行挥拍练习，对墙壁发反弹球练习。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 63% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**羽毛球第1课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**羽毛球原地挥拍练习  **课中: 考核：**学习分解动作、挥拍动作  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查是否能够熟练发高远球。  2、让家长监督学生，进行持拍挥拍徒手练习，挥拍次数30次一组挥拍两组。 | |
| **作业目标** | 1、熟练并掌握发高远球要领，并可以相互之间进行接发球练习；  2、让学生初步掌握发高远球的技术要领，培养学生动作规范性。 | |
| **作业资源** | 1、教师分享发高远球以及分解徒手挥拍技术教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定要选场地事宜的地方进行练习。  2、在户外练习时，确定周围环境是否安全，是否符合挥拍发球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  发高远球练习  1、学生面对球场站，身体正对前方，两腿左右开立，左手持球，右手持拍球。  2、当教师下“开始”口令的同时同学进行发球线隔网发球，两人对发球练习。  3、学生在发球过程中，保证发球对网而过，不可将球发出场地。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 发球至后发球线 | | | | | | 推发球数 | 10次 | 7-8次 | 5次 | 5次以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在有空场地的地方进行挥拍及发球练习。  2、两名同学（或家长）找一块空场地进行一人10次进行发球。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 面对面发球练习 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及家里进行；  2、两名同学（或家长）面对网前发对角线练习，其主要目的是练习发球至对角线的左右发球区。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 对角线发球练习 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第1课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 下蹲对墙推球练习 | 掌握颠球方法 | 颠球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 两点移动反手攻球 | 掌握反手攻球技术要领 | 反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 反手发平击球 | 发展学生乒乓球运动的全面性 | 反手攻球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第2课时教学计划** | | | |
| 课题 | | 学习完整正手击高远球动作 | |
| 课型 | | 新授课☑ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  本单元为学习新授课内容，让学生初步掌握正手击高远球动作要领，培养学生学习的积极性，提高学生对羽毛球运动的兴趣，促进学生全面发展。 | | | |
| **二、教学内容分析**  该课时主要内容是让学生学习完整正手击高远球动作；通过前一节课的复习发高远球的分解动作让学生巩固提高技术，让学生在练习时得到进步。 | | | |
| **三、学生学情分析**  水平二四年级学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能有效快速的掌握课堂要领及课堂要求；本课是采用新授课内容，学习新动作及游戏的方式带动学生活动的积极性，提供更多的时间让学生进行充分练习，巩固和运用所学运动知识与技能，激发学生参与运动的兴趣；培养学生团结协作坚持学练的意志品质。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、本课是通过学习完整正手击高远球动作、分解动作的学习，目的是让学生了解并掌握正手击高远球动作的重要性，从而养成锻炼意识。  2、通过学习完整正手击高远球动作技术要领，使%90以上的学生基本掌握技术要领并熟记。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、游戏、对其学习态度、学习方法、提出鼓励和适度的评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、参与度、积极性、细节等及时提醒和点评，让学生在学习活动中得到锻炼。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**   1. 课堂常规 2. 集合整队，清点人数；   2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  4、检查服装，安排见习生；   1. 准备部分   队列练习  1、口令指导；  2、热身跑练习；（绕羽毛球场地）  3、徒手操练习；  （1）、头部运动  （2）、扩胸运动  （3）、体转运动  （4）、体侧运动  （5）、腹背运动  （6）、踢腿运动  （7）、手腕+踝关节运动  4、复习发高远球、原地分解动作  5、学习完整正手击高远球动作 | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3做到：快、静、齐；  4、认真听讲、注意力集中。   1. 活动部分   队列练习  × × × × × ×  \* × × × × × ×  × × × × × × × × × × × ×  1、学生认真模仿，积极参与，注意力集中；  2、仔细听口令，反应迅速；  3、精神饱满，口令洪亮；  4、巡回指导纠错。 | | 1、精气神饱满、动作快、静、齐；  2、认真听讲，上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、动作正确到位。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课主要为学习完整正手击高远球技术动作为主，课中以讲解、示范、模仿练习、个人展示的方式为目标，让学生掌握并做出规范动作；除此之外让学生分小组进行合作练习，练习中学生相互帮助，巩固学生技术得到进一步提升。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  羽毛球：   1. 复习发高远球、原地分解动作练习   动作要点：1、持拍手臂以45度夹角屈肘举于体侧，左手自然上举保持平衡，侧身对网，重心在脚下。抬头注视来球方。2、击球点选择在右手肩上方，前臂极速内旋带动手腕加速向前上方挥动，屈收手腕，屈指发力，用正拍面与地面近120度的夹角，在空中最高点将球向前上方击出。  复习原地分解动作  动作要领：   1. 无球分解动作练习   （教师口令提示，一拍一动练习）   1. 完整动作练习   （教师口令提示）  2、学习完整正手及高远球技术  (1)准备动作  以右手持拍为例。左脚在前，右脚在后，两脚与肩同宽，身体侧向球网，重心在后脚上，左手自然上举，眼睛注视来球方向。正手握球拍，屈臂举于右侧，拍头位于额头上方。  (2)引拍动作  持拍手上臂随着身体向左转体，稍作回环上举，身体充分伸展呈“背躬”。肘关节向上，拍头下垂，作：挠背”动作。  (3)击球动作  持拍手上臂上举，前臂急速旋内，同时顺着原来的回环动作继续向前上方挥动，手腕向屈收方向继续作回环动作，手指屈指发力握紧拍子，以正拍面击球托的后下部。击球瞬间，持拍手臂自然伸直。击球点在右肩上方，左手协调屈臂降至体侧协助转体。手臂的配合顺序为：左手先下拉收臂，然后挥拍击球。  （4）随挥动作  身体随惯性向左侧转体，右脚随身体重心前移并向前跨步。右手向左下方挥拍至身体左侧腋下，球拍减速后顺势收回至体前，还原成松握球拍。  游戏：正手垫多球比赛  规则：学生自由分组，两人为一组进行原地正手垫多球比赛，教师下达口令后学生开始垫球比赛，每个  人一次机会，看谁坚持垫球时间最长不落地为胜利者。 | | **学生活动二**  1、学生徒手模仿练习。  × × × × × ×  —————— \*  × × × × × ×  2、两人一组隔网发球练习。  3、教师巡回指导纠错；   1. 教师讲解示范；   2、学生模仿讨论练习；  3、要求认真参与、积极主动；  4教师巡回指导纠错；   1. 教师讲解示范动作。 2. 学生认真听讲。 3. 学生模仿练习。 4. 优生展示。   IMG_256   1. 学生认真听讲游戏规则及安全注意事项； 2. 按要求完成游戏任务；   3、游戏开始时，学生相互监督并作出及时提醒； | 1、学生认真听讲，做好准备；  2、按要求规做出完整动作；  1、练习时注意力集中。  2、提出问题、解决问题。  1、学生知道羽毛球正手击球的要点和要求。  2、按教师讲解的动作要领进行练习。  3、教师巡回观察并纠错。  1、学生认真听讲，做好准备；  2、按要规则完成游戏任务；  3、发现问题立刻制止并纠正，安全有序完成游戏。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过学习完整正手击高远球动作要领，提高学生对球性的理解及技术动作的完整掌握，巩固学生识记重点，培养学生团结协作意识，增强学生学习的自信。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操  1、拉伸手臂与腿部肌肉群 ；  2、手臂放松；  3、拉伸敲打小臂、大臂与大腿、小腿肌肉；  （二）总结下课  1、学生自评及自我总结；  2、教师总结及评价；  3、布置课后作业；  4、安排学生归还器材；  5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极配合，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1、认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2、仔细拉伸身体各部位肌肉群；  1、主动开动脑筋自我评价及总结；  2、认真听讲并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| 1. **场地与器材设计** 羽毛球场两块、羽毛拍41个、羽毛球若干 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**   1. 1、两人及以上同学进行正手发高远球练习、原地分解动作练习（或家长陪同）让学生熟练并掌握提高技术。   2、家长监督学生进行挥拍练习，发多球练习。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 55%—78% |
| 个体运动密度 | | 66% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**羽毛球第2课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**原地正手挥拍练习  **课中: 考核：**正手击高远球  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查是否能够熟练发高远球。  2、让家长监督学生，进行持拍挥拍徒手练习，挥拍次数30次一组挥拍两组。 | |
| **作业目标** | 1、熟练并掌握发高远球要领，并可以相互之间进行接发球练习；  2、让学生初步掌握正手击高远球的技术要领，培养学生动作规范性。 | |
| **作业资源** | 1、教师分享发高远球以及分解徒手挥拍技术教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定要选场地事宜的地方进行练习。  2、在户外练习时，确定周围环境是否安全，是否符合挥拍发球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  原地正手挥拍练习  1、学生面对球场站，身体正对前方，两腿左右开立，右手持球拍，无球徒手挥拍练习。  2、当教师下“开始”口令的同时同学进行隔网挥拍练习。  3、学生在挥拍过程中，注意挥拍手力量控制。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 原地正手挥拍 | | | | | | 推发球数 | 40次 | 30次 | 25次 | 20以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在有空场地的地方进行挥拍及发球练习。  2、两名同学（或家长）找一块空场地进行一人10次进行发球。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 面对面发球练习 | | | | | | 个数 | 15个 | 10个 | 8个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及家里进行；  2、两名同学（或家长）面对网前发对角线练习，其主要目的是练习发球至对角线的左右发球区。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 对角线发球练习 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第2课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 原地正手挥拍练习 | 掌握挥拍方法 | 引拍 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 面对面发球练习 | 掌握发球基本动作 | 发球过网 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 对角线发球练习 | 发准球 | 发球至发球区 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第3课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 原地准备姿势+正手击高远球 | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本节羽毛球专项课程的学习，一方面让学生可以更好的巩固上节课学习的正手击高远球动作，另一方面将准备姿势和正手击高远球相结合。并结合快速接力跑以及体能活动，提高学生对羽毛球运动兴趣，增强学生身体素质，并锻炼学生的协调性。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是羽毛球专项技能课程的提高内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授羽毛球正手击高远球的同时，增强了学生乒乓球技能的全面性和熟练性，也可以让学生感受羽毛球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的教学内容；并能在上课过程中学会与同伴合作学习，且可以正确评价自己及他人的学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时对羽毛球正手击高远球以及准备姿势的学习，目的加强学生羽毛球的全面性和提高对羽毛球运动的兴趣；  2、多种形式的技术动作练习，90%学生能够运用正手击高远球将球打过去，10%学生能够掌握正手击高远球的动作要领，为今后打比赛打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规  1、集合整队，清点人数；  2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  （二）准备活动  1、绕场地跑两圈约800米  2、徒手体操  ⑴上肢运动  ⑵扩胸运动  ⑶踢腿运动  ⑷体转运动  ⑸体侧运动  ⑹腹背运动  ⑺跳跃运动  3、压腿练习  ⑴体前屈压腿  ⑵弓步压腿  ⑶侧压腿  4、球性练习  ⑴永不落地游戏 | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3、做到：快、静、齐；  （二）准备活动  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲   1. 队员分成两组，面对面站立，互相对颠羽毛球，使球不得落到地上。一方的第一个同学把球击到空中然后迅速跑回队伍后排着，对方第一个同学迅速拿拍击球后跑回队尾排队，第二个同学接上，如此反复，不得使球落地。 | | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、在上课时不得随意打球和发出拍球噪音，保持安静；  3、上课时要集中注意力，听从老师安排。  1、精神饱满、声音洪亮、动作协调，肢体舒展；  2、注意力集中，听清楚要求和口令；  3、熟悉球性，练习手腕灵活，控制好球在球拍的稳定性。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节和准备环节中，讲解本堂课学习重点内容即羽毛球正手击高远球以及准备姿势的动作要点及要求。除此之外加强学生的球性练习，让学生对羽毛球的理解加深并起到一个事半功倍的效果。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用球性练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）羽毛球原地准备姿势  1、准备姿势  讲解和示范：(以右手握拍为准)通常应是左脚在前，右脚在后，侧身对网，重心放在前脚上，膝关节微曲，后脚跟稍提起，收腹含胸，注视对方发球的动作。  2、站位  讲解与示范：应站在离前发球线约1.5米处，在右区应站在靠近中线的位置，以防发球方以平射球攻击头顶区域。在左区则站在中线与边线的中间位置上。  （二）学习正手击高远球  1、讲解与示范：准备姿势站好，侧身引拍，拍面正对球网，大小臂折叠约90°，左手自然上举保持平衡，重心在右脚。抬头注视来球。  2、蹬地转身倒拍，抬肘，手臂贴向耳侧，击球点选择在右肩上方，前臂急速内旋带动手腕加速向前上方挥动，屈收手腕，屈指发力，用正拍面在空中最高点将球向前上方击出，最后球拍随惯性挥到左肩下方。  2、教师喊口令（教师喊“1”时，学生做好蹬地转身引拍，教师喊“2”时，学生做好抬肘倒拍的动作，教师喊“3”时，学生做出击球动作，教师喊“4”时，收拍于左肩下）； | | **学生活动二**  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲  2、认真听老师讲解，原地完整连贯的无球练习  3、分组进行连贯的有球练习，一人发球一人击球。 | 1、动作标准，站位准确且能够顺畅的做完动作  2、每位同学都可掌握动作要点，并完成练习  3、模仿练习认真完成，并可以完整做出技术动作。  4、看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 | 21’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过教师讲解和示范”进行情景带入式学习，提高学生对球的理解及对技术动作的掌握，本环节主要以学生练习和教师从旁指导纠正为主。教师的示范和学生的模仿，加强学生对羽毛球运动的认识，也充分培养了学生对羽毛球运动的兴趣。在此，过程中也锻炼了学生的坚持不懈和积极学习的精神，也是对课前球感练习的实践检验。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）接力游戏  快速接力跑：50米  （二）放松操  手臂拉伸；   1. 两人相互腰部拉伸； 2. 敲打手臂肌肉； 3. 腿部后侧肌群拉伸； 4. 敲打大、小腿肌肉；   （三）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生成四列横排体操队形散开  2、老师和学生站在统一起跑点，在老师喊开始后，学生迅速跑到指定位置并返回与下一位同学击掌，直至最后一名同学完成。  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1. 速度要快 2. 击掌后的配合要好 3. 需要注意力集中 4. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 5. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 6. 主动开动脑筋自我评价及总结； 7. 认真听并记录教师布置作业。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**  结束部分协调性练习环节主要是针对学生爆发力和核心力量的一个加强练习。放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）正反手攻球，并记录最高个数。  2、让家长监督学生，进行正反手攻球的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第3课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**永不落地游戏  **课中:** 徒手挥拍与有球实践练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）正手击高远球，并记录最高个数。  2、让家长监督学生，进行正手击高远球及准备姿势的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练掌握准备姿势和正手击高远球的技术动作，培养学生乒乓球运动的基本功；   2、让学生初步掌握正手及高远球的技术要领，培养学生动作的规范性。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正手击高远球及准备姿势徒手挥拍教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  永不落地游戏   1. 队员分成两组，面对面站立，互相对颠羽毛球，使球不得落到地上。 2. 一方的第一个同学把球击到空中然后迅速跑回队伍后排着，对方第一个同学迅速拿拍击球后跑回队尾排队，第二个同学接上，如此反复，不得使球落地。 3. 两个轮回后，哪方没接到球使球落地次数最多为输的一方。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在空旷的地方进行； 2. 两名同学（或家长）分别站立在空地的两边做正手击高远球的练习，一人将球发过来另一人打过去形成正手击高远球的拉球练习。 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 正手击高远球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外及家里进行； 2. 两名同学（或家长）面对面相距2米站立，让家长监督学生，进行的徒手挥拍练习。   3评价标准：学生可以熟练的进行挥拍练习，且动作规范即可。  学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第12课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 永不落地 | 掌握颠球方法 | 颠球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 正手击高远球 | 对技术动作的掌握 | 正手击高远球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 准备姿势 | 发展学生羽毛球运动的全面性 | 站位 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 快速跑接力 | 发展学生的小腿爆发力 | 跑 | 运动认知 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第4课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 正手击高远球直线退后场步伐+回中场准备 | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本节羽毛球专项课程的学习，一方面让学生可以更好的巩固上节课学习的正手击高远球动作，另一方面将准备姿势和直线退后场步伐相结合。并结合快速折返跑以及体能活动，提高学生对羽毛球运动兴趣，增强学生身体素质，并锻炼学生的协调性。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是羽毛球专项技能课程的提高内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授羽毛球步伐的同时，增强了学生乒乓球技能的全面性和熟练性，也可以让学生感受羽毛球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的教学内容；并能在上课过程中学会与同伴合作学习，且可以正确评价自己及他人的学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时对羽毛球直线退后场步伐以及回中场准备的学习，目的加强学生羽毛球的全面性和提高对羽毛球运动的兴趣；  2、多种形式的技术动作练习，90%学生能够运用步伐及正手击高远球技术将球打过去，10%学生能够掌握步伐的动作要领，为今后打比赛打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规  1、集合整队，清点人数；  2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  （二）准备活动  1、绕场地跑两圈约800米  2、徒手体操  ⑴上肢运动  ⑵扩胸运动  ⑶踢腿运动  ⑷体转运动  ⑸体侧运动  ⑹腹背运动  ⑺跳跃运动  3、压腿练习  ⑴体前屈压腿  ⑵弓步压腿  ⑶侧压腿  4、球性练习  （1）颠球接力练习 | | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3、做到：快、静、齐；  （二）准备活动  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲   1. 队员分成4组，老师与同学同时站在同一边起跑线上；当教师下“开始”口令的同时同学将羽毛球颠起并快速做到指定位置；学生在移动过程中保持球不掉落。   2、手臂平端，靠手腕轻闪击球，右脚随球移动。控制好球的高度、方向和落点。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、在上课时不得随意打球和发出拍球噪音，保持安静；  3、上课时要集中注意力，听从老师安排。  1、精神饱满、声音洪亮、动作协调，肢体舒展；  2、注意力集中，听清楚要求和口令；  3、熟悉球性，练习手腕灵活，控制好球在球拍的稳定性。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节和准备环节中，讲解本堂课学习重点内容即羽毛球正手击高远球以及准备姿势的动作要点及要求。除此之外加强学生的球性练习，让学生对羽毛球的理解加深并起到一个事半功倍的效果。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用球性练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）复习正手击高远球  1、讲解与示范：准备姿势站好，侧身引拍，拍面正对球网，大小臂折叠约90°，左手自然上举保持平衡，重心在右脚。抬头注视来球。  2、蹬地转身倒拍，抬肘，手臂贴向耳侧，击球点选择在右肩上方，前臂急速内旋带动手腕加速向前上方挥动，屈收手腕，屈指发力，用正拍面在空中最高点将球向前上方击出，最后球拍随惯性挥到左肩下方。  2、教师喊口令（教师喊“1”时，学生做好蹬地转身引拍，教师喊“2”时，学生做好抬肘倒拍的动作，教师喊“3”时，学生做出击球动作，教师喊“4”时，收拍于左肩下）；   1. 直线退后场步伐+回中场准备   1、讲解与示范：后场步法一般采用侧身后退。从右脚稍前的站位，右脚后退一步转体找方向，左脚快速用并步或交叉步跟进，右脚再迅速撤一大步成侧身举拍，蹬转发力做出挥拍击球动作，并顺势回动三步成准备姿势。 | **学生活动二**  1、队列队形：成四列横排体操队形散开。  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  × × × × × ×  ▲  2、认真听老师讲解，原地完整连贯的无球练习  3、分组进行连贯的有球练习，一人发球一人击球。   1. 分组进行步伐练习，及连贯的无球练习。 2. 分组进行有球的连贯性步伐结合正手击高远球练习。 | | 1、动作标准，站位准确且能够顺畅的做完动作  2、每位同学都可掌握动作要点，并完成练习  3、模仿练习认真完成，并可以完整做出技术动作。  4、看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 | 21’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过教师讲解和示范”进行情景带入式学习，提高学生对球的理解及对技术动作的掌握，本环节主要以学生练习和教师从旁指导纠正为主。教师的示范和学生的模仿，加强学生对羽毛球运动的认识，也充分培养了学生对羽毛球运动的兴趣。在此，过程中也锻炼了学生的坚持不懈和积极学习的精神，也是对课前球感练习的实践检验。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）接力游戏  快速折返跑：6×5m  （二）放松操  手臂拉伸；   1. 两人相互腰部拉伸； 2. 敲打手臂肌肉； 3. 腿部后侧肌群拉伸； 4. 敲打大、小腿肌肉；   （三）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | **学生活动3**  1、学生成四列横排体操队形散开  2、老师和学生站在统一起跑点，在老师喊开始后，学生迅速跑到指定位置并返回与下一位同学击掌，直至最后一名同学完成。  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | | 1. 速度要快 2. 击掌后的配合要好 3. 需要注意力集中 4. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 5. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 6. 主动开动脑筋自我评价及总结； 7. 认真听并记录教师布置作业。 | 3’  5’ | | **活动意图说明：**  结束部分协调性练习环节主要是针对学生爆发力和核心力量的一个加强练习。放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块乒乓球场、41个乒乓球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）正反手攻球，并记录最高个数。  2、让家长监督学生，进行正反手攻球的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第3课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**颠球接力练习  **课中:**徒手挥拍与有球实践练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）正手击高远球，并记录最高个数。  2、让家长监督学生，进行正手击高远球直线退后场及会中场正比的徒手挥拍练习，挥拍个数200次。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练掌握准备姿势和正手击高远球的技术动作，培养学生乒乓球运动的基本功；   2、让学生初步掌握正手击高远球及直线退后场的技术要领，培养学生动作的规范性。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正手击高远球及正手击高远球直线退后场的徒手挥拍教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  颠球接力练习   1. 队员分成4组，老师与同学同时站在同一边起跑线上； 2. 当教师下“开始”口令的同时同学将羽毛球颠起并快速做到指定位置； 3. 学生在移动过程中保持球不掉落。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在空旷的地方进行； 2. 两名同学（或家长）分别站立在空地的两边做正手击高远球的练习，一人将球发过来另一人打过去形成正手击高远球的拉球练习。 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 正手击高远球 | | | | | | 个数 | 10个 | 8个 | 5个 | 5个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外及家里进行； 2. 两名同学（或家长）面对面相距2米站立，让家长监督学生，进行的徒手挥拍练习。   3评价标准：学生可以熟练的进行挥拍练习，且动作规范即可。  学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第12课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 移动颠接力 | 掌握颠球方法 | 颠球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 正手击高远球 | 对技术动作的掌握 | 正手击高远球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 直线退后场步伐 | 发展学生羽毛球运动的全面性 | 垫步  交叉步  小碎步 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 快速折返跑 | 发展学生的小腿爆发力 | 跑 | 运动认知 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第5课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、正手击高远球右后场移动步伐  2、球感辅助练习（抛接、扔球练习） | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本单元首节羽毛球专项课程学习，让学生羽毛球在原地击高远球的基础上逐渐掌握移动击球的方法。并结球感辅助练习进一步帮助学生提高羽毛球的球型和球感，提高学生对羽毛球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是羽毛球专项技能课程的最基础内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授羽毛球右后场移动步伐基本技术要领及上节课时学到的羽毛球直线退后场的前提下，扩宽了学生的羽毛球见识面，本课时并让学生通过球感辅助练习抛接球扔球的游戏提高学生球性和球感，并感受羽毛球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二 四级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的球感练习；正确地掌握羽毛球准备姿势及规矩。学会与同伴合作学习，能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼腿部力量及核心练习，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时羽毛球右后场正手击高远球的学习，目的加强学生体育锻炼意识与习惯；  2、抛接球扔球的球感练习，90%学生能够掌握正确的移动步伐和击球姿势，90%学生能够掌握正手击高远球的方法和对来球击球时机的判断，为学习后场左右移动正手击高远球技能打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规   1. 集合整队，清点人数；   2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；。  （二）站位和准备姿势  1、复习退直线正手击高远球；  2、讲解右后场正手击高远球要领方法：在手臂自然伸直时（稍有一些屈），应用“抽鞭”动作把球“弹”出。以肩为轴，通过大臂带动前臂，最后“闪”动手腕击球；击球刹那产生“爆发力”。分原地和起跳两种。左肩稍侧一些对网，不能完全对网，重心在右脚上，右脚约45度角指向边线，手腕、拍面稍内旋，拍面平行正对网，两眼注视来球。击球时上臂后引，肘关节上提，球拍后引到头部，自然伸腕（拳心朝上），后脚蹬地、转体收腹的协调用力下，以肩为轴，在手臂伸直的最高点击球。击球前一定要放松，在对面来球时，通过用向右后场并步击，到达后场底线时，突然握紧。击球后，稍收一下，力量完全卸掉，然后持拍手臂惯性往前下方挥拍并收拍到体前，制动。在击完球后通过交叉步跑回中场成准备姿势。   1. 、抛接球扔球球感练习 2. 讲解扔球动作（正手击高远球动作） 3. 讲解抛球练习 4. 练习 | **学生活动一**   1. 快速集合，师生问好； 2. 认真听讲，明确学习的内容及要求； 3. 做到：快、静、齐；   4、熟练握拍及准备动作。  （二）练习  1、学生认真听教师讲解横握球拍的方法与要领并认真观察教师示范  2、学生模仿练习；  3、学生结对练习，相互指导，在教师的帮助下纠正错误动作  4、学生认真听教师讲解击球时的步伐和移动击球时机，认真看教师的展示 | | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 握拍要求：在上课时不得随意打球和发出拍球噪音； 3. 上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。 4. 精神饱满、声音洪亮、拿球拍站立能够持续保持； 5. 注意力集中听要求和口令； 6. 握拍动作正确，掌握移动步伐和击球时机。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容的同时复习本单元羽毛球后场退直线击高远球方法技巧及要求。学习羽毛球的移动步伐和准备姿势，同时加入抛接球和扔球练习可以培养学习的球感球性。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用抛接球和扔球练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）球感辅助练习  **“球感辅助游戏”**：。  1、抛接球、扔球  将学生分成人数相等的四组，成一路纵队站于羽毛球场底线后，每组五球。排头的学生先在球场中场抛球，将球高高向右后场抛起，另外一名同学站在中场的位置在球抛起来后运用右后场移动步伐将去接住，接住球后再快速回到中场准备。要求快速，动作准确将球。下一名同学接着做同样的动作，依次完成。注意在接球是采用正确的后场移动步伐。   1. 扔球   将学生分成人数相等的四组，成一路纵队站于羽毛球场底线后，每组五球。排头的学生先在球场中场抛球，将球高高向右后场抛起，另外一名同学站在中场的位置在球抛起来后运用右后场移动步伐将去接住，将球用正手击高远球的动作用力扔出，扔出后再次回到中场准备。下一名同学接着做同样的动作，依次完成。注意在扔球是采用正确的动作和后场移动步伐。 | | **学生活动二**  1、学生根据的教师提出的游戏内容及规则进行安全、认真的练习活动；  2、学生可讨论思考怎样把球接的稳且在移动步伐协调，相互研究讨论；  3、学生相互提出游戏困难点，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  4、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决通关困难的心态。   1. 学生根据教师的要求进行游戏活动； 2. 学生在游戏的过程中注意间隔具体及活动安全； 3. 学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | 1、接球反应迅速、接球成功、握拍动作标准；  2、坚持完成任务；  3、主动与学生商量怎样能加简单直接的完成任务；  1、游戏中集中注意力，并注意游戏时的安全。  2、看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过“球感辅助游戏”进行情景带入式学习，提高学生对球的感觉及人球关系把控，本环节也提倡相互讨论、动脑研究、大胆挑战，从简单到较难的练习也充分培养了学生良好的意志品质和学会羽毛球球运动中的团结协助的精神。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操   1. 手臂拉伸； 2. 两人相互腰部拉伸； 3. 敲打手臂肌肉； 4. 腿部后侧肌群拉伸； 5. 敲打大、小腿肌肉；   （二）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 2. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 3. 主动开动脑筋自我评价及总结； 4. 认真听并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块羽毛球球场、41个羽毛球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、让家长监督学生，进行原地正手击高远球和右后场移动正手击高远球挥拍，各挥拍50次  2、让家长监督学生，家长协助进行抛球让其学生移动接球扔球练习。各完成30次，分两组完成。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第5课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**原地正手击高远球挥拍，挥拍50次，分成两组。  **课中:**移动接球和扔球球感趣味练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、让家长监督学生，进行原地正手击高远球和后场移动正手击高远球挥拍，各挥拍50次  2、让家长监督学生，家长协助进行抛球让其学生移动接球扔球练习。各完成30次，分两组完成。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成羽毛球原地正手击高远球技术动作和移动步伐的基本技能；   2、让学生初步掌握挥拍技巧以及对步伐的掌握，培养学生球感。 | |
| **作业资源** | 1、教师发自扔球和接球及羽毛球正手击高远球姿势教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  第二关：扔球   1. 同学按照分组同时站在羽毛球场底线上； 2. 当教师下“开始”口令的同时同学快速到指定位置；将同学抛起来的球接住10次，将每次接住的球用正确的动作扔出，扔过发球线，轮流扔球 3. 学生在扔球过程中，注意接球时步伐正确，扔球时技术动作正确协调。做完后下个同学依次完成。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 扔过发球线的个数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 不合格 | 合格 | 良好 | 优秀 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行； 2. 两名同学（或家长）面对面站立一人抛球一人接球； 3. 同学用所学的退后场步伐来接球，完成20次接球； 4. 监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 20次内错误动作的次数 | | | | | | 掉落次数 | 0次 | 1-4次 | 5-7次 | 8次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行； 2. 两名同学（或家长）面对面站立一人抛球一人接球； 3. 同学用所学的退后场步伐来接球，并将球用正手击高远球动作扔出，完成20次扔球；设置达标线 4. 监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正先练习再进行考评； 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 达到达标线次数 | | | | | | 掉落个数 | 8次以上 | 5-7次 | 4-1次 | 0次 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第5课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 原地正手击高远球 | 掌握正手击高远球技巧 | 正手击高远球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 接球 | 对球感的掌握 | jie球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 体能发展类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 扔球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 扔球 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 正手击右后场高远球技术动作 | 掌握正手击后场高远球技能 | 正手击后场高远球姿势、站位动作 | 运动认知 | 评价 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | 接球扔球游戏 | 提高学习兴趣及对羽毛球运动的兴趣 | 接球、扔球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 亲子游戏类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第6课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、正手击高远球左后场移动步伐  2、快跑接龙端球游戏 | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元羽毛球专项课程学习，让学生开始学习羽毛球左后场击高远球的练习。让学生了解并掌握羽毛球正手击后场高远球这一最基础的技术动作，并结合快跑接龙端球游戏进一步帮助学生提高对羽毛球的球型和球感，提高学生对羽毛球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是羽毛球专项技能课程的最基础内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授羽毛球右后场移动步伐基本技术要领及上节课时学到的羽毛球直线退后场的前提下，扩宽了学生的羽毛球见识面，本课时并让学生通过球感辅助练习抛接球扔球的游戏提高学生球性和球感，并感受羽毛球带来的乐趣。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| **三、学生学情分析**  水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的球感练习；正确地学习羽毛球基本技术动作。学会与同伴合作学习，能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼腿部力量及核心练习，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、通过本课时羽毛球的左后场正手击高远球的学习，目的让学生了解并且掌握羽毛球正手击后高远球的基本技术动作，从而养成体育锻炼意识与习惯；  2、通过学习羽毛球的左后场正手击高远球技术动作，90%学生能够基本掌握正确羽毛球后场移动步伐的技术动作，为学习左右后场正手击高远球的技能打下基础。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规  1、集合整队，清点人数；  2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；。  （二）学习羽毛球正手击左后场高远球  1、复习右后场击高远球方法；  2、讲解示范正手击左后场高远球  重点：在手臂自然伸直时（稍有一些屈），应用“抽鞭”动作把球“弹”出。以肩为轴，通过大臂带动前臂，最后“闪”动手腕击球；击球刹那产生“爆发力”。分原地和起跳两种。左肩稍侧一些对网，不能完全对网，重心在右脚上，右脚约45度角指向边线，手腕、拍面稍内旋，拍面平行正对网，两眼注视来球。击球时上臂后引，肘关节上提，球拍后引到头部，自然伸腕（拳心朝上），后脚蹬地、转体收腹的协调用力下，以肩为轴，在手臂伸直的最高点击球。击球前一定要放松，在对面来球时，通过用向左后场并步，在向左后场并步时，在中场准备时右脚直接向左后方蹬转在进行并步。到达后场底线时，突然握紧。击球后，稍收一下，力量完全卸掉，然后持拍手臂惯性往前下方挥拍并收拍到体前，制动。在击完球后将原本侧对网的身体转正正对球网。击球时挥拍击球的方向面向正前方。身体也是面向正前方。回正后通过交叉步跑回中场成准备姿势  3、组织学生进行练习 | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3、做到：快、静、齐；  4、熟练握拍及准备动作。  （二）练习  1、认 真 听老师 讲 解 ，看老 师 示范。  2、学 习 正 确的 攻 球 技术 ，做徒手 挥 拍 练习。  3、学生按场地散开，进行挥拍练习。  4、自抛自打的时候要注意抛球的高度和抛打的协调5、看示范后学生分组自己练习在对抗练习中体会攻球的力度，远度 | | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、握拍要求：在上课时不得随意打球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿球拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、挥拍动作正确，掌握击球时机。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容的同时复习本单元羽毛球右后场击高远球的方法技巧及要求。学习羽毛球的正手击左后场高远球，同时加入快速跑接龙端球练习可以培养学习的球感球性。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用端球和颠球练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）**快速跑接龙**  **“快跑接龙端球游戏”**：。  1、快速跑  将学生分成人数相等的四组，成一路纵队站于起跑线后，快速跑至距离起跑线20米处的终点线后返回，跑回后与本组下一名同学进行击掌，下一名同学击完掌快速出发，依次完成比赛，先按规则完成的组获胜。注意在快速跑中注意同学之间的间距。  2、快速跑接龙端球  将学生分成人数相等的四组，成一路纵队站于起跑线后，每组一球一拍。排头的学生端球球，快速跑至距离起跑线20米处的终点线后返回，将球用球拍传递交给本组下一名同学，下一名同学接着做同样的动作，依次完成比赛，先按规则完成的组获胜。注意在颠球是采用正确的握拍方式。 | | **学生活动二**  1、学生根据的教师提出的游戏内容及规则进行安全、认真的练习活动；  2、学生注意力集中；听从老师的指令  3、学生相互提出游戏困难点，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  4、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决通关困难的心态。  1、学生根据教师的要求进行游戏活动；  2、学生在游戏的过程中注意间隔及活动安全；  3、学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | 1、击掌反应迅速、注意力集中  2、坚持完成任务；  3、主动与学生商量怎样快速反应；怎样跑的更快。  1、游戏中集中注意力，并注意游戏时的安全。  2、看准球的落下时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过“快速跑接龙端球游戏”进行情景带入式学习，提高学生对球的感觉及人球关系把控，本环节也提倡相互讨论、动脑研究、大胆挑战，从简单到较难的练习也充分培养了学生良好的意志品质和学会乒乓球运动中的团结协助的精神。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操   1. 手臂拉伸； 2. 两人相互腰部拉伸； 3. 敲打手臂肌肉； 4. 腿部后侧肌群拉伸； 5. 敲打大、小腿肌肉；   （二）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 2. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 3. 主动开动脑筋自我评价及总结； 4. 认真听并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块羽毛球场、41个羽毛球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、让家长监督学生，进行羽毛球左后场和右后场正手击高远球的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握正手击后场高远球动作，各挥拍50次  2、两名同学相互练习（或家长监督），进行快速跑端球让其球在跑步的过程中稳稳的端在球拍上，快速跑来回折返50米 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—75% |
| 个体运动密度 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第6课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**移动右后场正手击高远球挥拍，挥拍50次  **课中:**快速跑接龙端球和颠球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、让家长监督学生，进行原地正手击高远球和左后场移动正手击高远球挥拍，各挥拍50次  2、两名同学相互练习（或者家长监督），进行快速跑端球让其球在跑步的过程中稳稳端在球拍上，快速跑来回折返50米。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成正手击左后场高远球的基本技能；   2、让学生初步掌握正手击左后场高远球的挥拍技巧以及对球的控制，培养学生球感。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正手攻球及快速跑端球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  快速跑托球接龙  1、老师跟同学同时站在同一边起跑线上；  2、当教师下“开始”口令的同时同学将球端起快速跑做到指定位置；  3、学生在移动过程中保持球不掉落，返回后击掌接龙将球用球拍传递出发。传递球的过程中不要用手接触。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 掉落球的次数 | | | | | | 掉球次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两名同学（或家长）面对面站立一人做动作一人下口令；  3、让家长监督学生，进行正手击左后场高远球的挥拍练习和移动练习让其学生熟悉并且掌握正手击后场高远球动作，挥拍100次  4、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 100次性完成正手击左后场高远球 | | | | | | 失误个数 | 0个 | 1-2个 | 3个 | 3个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**   1. 学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行； 2. 两名同学（或家长）站立在同意起跑线上； 3. 两名同学相互练习（或家长监督），进行快速跑端球让其球在跑步的过程中稳稳的端在球拍上，快速跑来回折返50米。家长可以和孩子一起进行端球比赛。 4. 先练习再进行考评； 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成50米快速跑端球 | | | | | | 掉球个数 | 0-3次 | 4-7次 | 8-9次 | 10次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第6课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 正手击左后场高远球 | 掌握正手击左后场高远球技巧 | 正手击高远球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 端球 | 对球感的掌握 | 端球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 体能发展类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 快速跑端球接接龙 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 端球 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 正手击击后场高远球 | 掌握正手击后场高远球的技能 | 准备姿势、正手击高远球技术动作 | 运动认知 | 评价 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | 快速跑端球接龙 | 提高学习兴趣及对羽毛球运动的兴趣 | 颠球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 亲子游戏类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第7课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、学习正手击高远球左右后场结合移动步伐  2、脚步移动游戏（羽毛球四角移动摸边） | |
| **课型** | | 新授课☑ 章/单元复习课□ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本单元羽毛球正手左右后场击高远球专项步伐课程学习，让学生开始学习羽毛球专项脚步练习。让学生了解并掌握羽毛球中步伐这一最基础的移动技术动作，并结合脚步移动游戏进一步帮助学生提高脚步的灵活性和身体协调性，提高学生对羽毛球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是羽毛球专项技能课程的最基础内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授羽毛球原地正手高远球技术动作及上节课时对羽毛球球型球感的练习的前提下，扩宽了学生的羽毛球见识面，本课时并让学生通过学习羽毛球专项步伐进一步来提高学生对羽毛球击球时机的判断，并感受羽毛球带来的乐趣，激发本课时的参与积极性。利用课内外作业的有机结合，促进学生长时间的连续学练到达技能目标，也有利于发展学生核心素养、提高基本运动能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二四年级的学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能掌握及完成基本的球感练习；正确地学习羽毛球基本技术动作。学会与同伴合作学习，能正确评价自己及他人的学习态度与学习能力，在游戏、活动中懂得关心他人、帮助他人。但部分学生的奔跑能力、跳跃能力、上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强锻炼腿部力量及核心练习，并让学生在学习过程中去探讨、理解、挑战、创造，培养他们健康和愉快生活的态度和坚强的意志。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时羽毛球的正手左右后场高远球移动专项步伐的学习，目的让学生了解并且掌握羽毛球专项脚步移动的基本技术动作，从而养成体育锻炼意识与习惯；  2、通过学习羽毛球左右后场结合正手高远球专项脚步移动技术动作，90%学生能够基本掌握正确羽毛球球的专项脚步移动的技术动作，为学习羽毛球正手击后场高远球技能打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、亲子课后作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、思维发展、知识运用进行不断的适量、适度的激励性评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、用尽全力、动作极致等细节的及时性的评价。让学生在学习锻炼中更有兴趣、更有练劲。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规  1、集合整队，清点人数；  2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；。  （二）学习羽毛球左右后场击正手高远球移动专项步伐  1、复习正手击右后场高远球和左后场高远球移动步伐；  2、讲解示范羽毛球左右后场击高远球专项步伐 | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3、做到：快、静、齐；  4、熟练准备动作。  （二）练习  1.认真听讲、观察，了解 基本动作要领。  2.学生按照队列要求，听 老师指示集体模仿学练。  练习方法：(分组不轮换)  a.分解动作练习。  b.完整动作练习。  c.侧身步结合交叉步练习。  d.多球练习法（一人扔球，另一人利用左右后场蹬转侧身并步后场移动步伐击球）。  3.明确动作重难点，注意动作的准确性。  4.探究性学习，自我诊断。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、握拍要求：在上课时不得随意打球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿球拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、步伐动作正确，掌握击球时机。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课学习重点内容的同时复习羽毛球正手左右后场击高远球方法技巧及要求。学习羽毛球的专项脚步移动技术动作，同时加入脚步移动游戏可以培养学习的步伐的灵活性和提高学生的协调性。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用脚步移动游戏练习会增加学生的新鲜感及专注度。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）**脚步移动**  **“脚步移动游戏”**：。  1、四角摸球  将学生分成人数为5人一组的八组，成一路纵队站于羽毛球底线后，听从老师的口令一名同学先站于羽毛球中场，逆时针顺序，从中间开始，先向右前网前并步上去摸球碰到，再回中后再先向下一个点跑，顺序依次为右前网-左前网-右后场-左后场。最后一个球碰到后也要回到中场，每个角摆放三个球，依次完成游戏，先按规则完成的组获胜。注意在并步中注意与球网之间的间距，并且注意并步动作正确。 | **学生活动二**  1、学生根据的教师提出的游戏内容及规则进行安全、认真的练习活动；  2、学生注意力集中；听从老师的指令  3、学生相互提出游戏困难点，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  4、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决通关困难的心态。 | 1、反应迅速、注意力集中  2、坚持完成任务；  3、主动与学生商量怎样快速反应；怎样跑的更快。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过“脚步移动游戏”进行情景带入式学习，提高学生对羽毛球脚步移动的感觉及手脚步协调的关系把控，本环节也提倡相互讨论、动脑研究、大胆挑战，从简单到较难的练习也充分培养了学生良好的意志品质和学会羽毛球运动中的团结协助的精神。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操   1. 手臂拉伸； 2. 两人相互腰部拉伸； 3. 敲打手臂肌肉； 4. 腿部后侧肌群拉伸； 5. 敲打大、小腿肌肉；   （二）总结下课   1. 学生自评及自我总结； 2. 教师总结及评价； 3. 布置课后作业； 4. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | **学生活动3**  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1. 认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位 2. 两人配合时，相互交流及认真严肃。 3. 主动开动脑筋自我评价及总结； 4. 认真听并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块羽毛球场、41个羽毛球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两名同学相互练习（让家长监督学生），进行正手击左右后场高远球的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握滑步步伐，挥拍100次  2、两名同学相互练习（或家长监督），进行四角摸羽毛球的步伐训练练习让其学生熟悉并掌握后场步伐，移动20次 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 60%—80% |
| 个体运动密度 | | 75% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第7课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**正手击左后场高远球挥拍50次，正手击右后场高远球挥拍50次  **课中:**四方球步伐练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两名同学相互练习（让家长监督学生），进行正手击左右后场高远球的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握滑步步伐，挥拍100次  2、两名同学相互练习（或家长监督），进行四角摸羽毛球的步伐训练练习让其学生熟悉并掌握后场步伐，移动20次 | |
| **作业目标** | 1、熟练完成羽毛球左右后场的正手击高远球的移动步伐的基本技能；  2、让学生初步掌握正手击左右后场高远球的移动的步伐练习，培养学生手脚协调。 | |
| **作业资源** | 1、教师发自羽毛球正手击高远球动作和正手左右后场高远球移动步伐视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  滑步-波比跳  1、老师跟同学同时站在同一起羽毛球底线；  2、当教师下“开始”口令的同时同学先并步向右网前，碰到羽毛球，再回到中场向左前网-右后场-左后场，进行并步，再折返回来回到中场；  3、学生在移动过程中并步动作正确，返回后等待教师发号口令。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 滑步移动失误次数 | | | | | | 失误次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两名同学（或家长）面对面站立一人做动作一人下口令；  3、让家长监督学生，进行羽毛球左右后场结合的正手击高远球移动步伐的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握正手击高远球动作，挥拍100次  4、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 100次完成左右后场步正手击高远球 | | | | | | 失误次数 | 0-3次 | 4-7次 | 8-9次 | 10次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、两名同学（或家长）站立在空旷地方上；  3、两名同学相互练习（或家长监督），进行四角摸羽毛球的步伐训练练习让其学生熟悉并掌握后场步伐，移动20次4、先练习再进行考评；  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 20次完成并步四角移动步伐 | | | | | | 失误次数 | 0-3次 | 4-7次 | 8-9次 | 10次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第7课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 正手击后场高远球50次分钟 | 掌握正手击后场高远球技巧 | 正手击高远球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 并步 | 对并步的掌握 | 并步 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 交叉步 | 对交叉步的掌握 | 交叉步 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 羽毛球并步正手高远球 | 掌握羽毛球滑步正手击高远球的技能 | 并步正手击高远球技术动作 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | 羽毛球正手击后场高远球球 | 掌握羽毛球球正手击左右后场高远球的技能 | 正手击左右后场高远球技术动作 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第8课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 考核：正手击左右后场高远球和移动步伐 | |
| **课型** | | 新授课□ 章/单元复习课☑ 专题复习课□  习题/试卷讲评课□ 学科实践活动课□ 其他□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   本单元为考核内容，通过考核正手左右后场击高远球和移动步伐让学生在学练中得到提高，培养学生吃苦耐劳的精神。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时的主要内容是以考核正手击左右后场高远球和移动步伐内容为主，让更多的学生在羽毛球技术上得到提升。同时还采用游戏的方式来激励学生，鼓励学生进步，促进学生身心健康、体魄健全、全面发展。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   四年级学生组织纪律性较强，学生的协调性、柔韧性、灵敏性发展较好；能有效快速的掌握课堂要领及课堂要求；本课是采用复习内容和游戏的方式带动学生活动的积极性，提供更多的时间让学生进行充分练习，巩固和运用所学运动知识与技能，参与形式多样的展示或比赛。激发学生参与运动的兴趣；培养学生团结协作坚持学练的意志品质。 | | | |
| 1. **学习目标叙写** 2. 1、本课是通过考核正手击左右后场高远球和移动步伐的技术来激发学生对羽毛球球更多了解和热爱。   2、通过游戏的氛围激发学生学习兴趣，让其更好的得到锻炼。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、游戏、对其学习态度、学习方法、提出鼓励和适度的评价；重点抓住学生在练习过程中意志品质、参与度、积极性、细节等及时提醒和点评，让学生在学习活动中得到锻炼。 | | | |
| **六、学习活动设计**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **教师活动** | | **学生活动** | | | | **环节一：**准备部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  （一）课堂常规   1. 集合整队，清点人数；   2、师生问好，检查人数及服装；  3、宣布本节课教学内容和要求；  检查服装，安排见习生；  （二）队列练习  1、口令指导；  2、热身跑练习；  3、羽毛球专项徒手操；  4、考核：正手击左右后场高远球和移动步伐；  5、小游戏； | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  2、认真听讲，明确学习的内容及要求；  3做到：快、静、齐；  4、认真听讲、注意力集中。  （二）队列练习  1、学生认真模仿，积极参与，注意力集中；  2、仔细听口令，反应迅速；  3、精神饱满，口令洪亮；  4、巡回指导纠错。 | | 1、精气神饱满、动作快、静、齐；  2、认真听讲，不得拍打羽毛球，上课时始终保持：右手拿球拍靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、声音洪亮、拿球拍站立能够持续保持；  2、注意力集中听要求和口令；  3、动作正确到位。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课复习羽毛球球左后场击高远球、右后场击高远球和移动步伐，本章节是以讲解、示范、模仿练习、个人展示的方式为目标，让学生掌握并做出规范动作；除此之外让学生分小组进行合作练习，练习中学生相互帮助，巩固学生技术得到更高的一步。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  羽毛球：、正手击左右后场击高远球  正手击高远球  教学重点：以肩为轴，通过大臂带动前臂，最后“闪”动手腕击球  教学难点：小臂快速鞭打，击球的一刹那产生爆发力  技术要领：  1、持拍手臂以 45°夹角屈肘 举于体侧，左 手自然上举保 持平衡，侧身 对网，重心在 右脚。抬头注 视来球。  2、击球点选择在右肩上方，前臂急速内旋带动手腕加速向前上方挥动，屈收手腕，屈指发力，用正拍面与地面近120度的夹角，在空中最高点将球向前上方击出  游戏：垫球比快接力  规则：将学生分为人数相等的八小组，五人排成一列，每个队员手拿一拍一球，教师下达口令后，从起点线至终点小跑垫球绕标志桶并返回与下一个队员交接，中途球掉落，在掉落的地方拾起从新开始比赛；依次完成，直至最先完成的小组获胜。  考核：正手击左右后场高远球和移动步伐 | | **学生活动二**  1、学生结合并步步法徒手模仿练习。  2、两人相互练习，甲击发球，互换练习。  3、教师巡回指导纠错；   1. 教师讲解示范；   2、学生模仿讨论练习；  3、要求认真参与、积极主动；  4教师巡回指导纠错；  1、学生认真听讲游戏规则并积极参。  2、活动时注意周围安全。   1. 学生认真听讲； 2. 按内容进行分组考核； | 1、学生认真听讲，做好准备；  2、按要求规做出完整动作；  1、练习时注意力集中。  2、提出问题、解决问题。  1、知道羽毛球垫球游戏规则和要求。  2、按规则认真进行游戏活动，犯规者将进行判罚。   1. 考核时注意力集中，精神饱满； 2. 积极参与考核，达标； | 12’  8’ | | **活动意图说明：**   1. 基本部分通过复习羽毛球正手击左右后场高远球和移动步伐来提高学生技术，采用两人一组合作练习，提高学生对球感的控制及同伴之间的相互信任，第二个是游戏珠行千更好的激发学生学习兴趣与同伴之间的默契，培养学生灵活机智，顽强果断，敢于挑战、拼搏的精神。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操  1、拉伸手臂与腿部肌肉群 ；  2、手臂放松；  3、拉伸敲打小臂、大臂与大腿、小腿肌肉；  （二）总结下课  1、学生自评及自我总结；  2、教师总结及评价；  3、布置课后作业；  4、安排学生归还器材；  5、师生再见。 | | **学生活动3**  1、学生认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  3、学生积极配合，认真做好拉伸动作。  1、学生认真听从教师对本节课的总结；  2、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  3、按照老师要求对器材进行归还。 | 1、认真模仿教师的动作、拉伸有力动作到位；  2、仔细拉伸身体各部位肌肉群；  1、主动开动脑筋自我评价及总结；  2、认真听讲并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  结束部分放松操环节也是主要针对本节课学生所涉及到的肌肉群进行拉伸和敲打式放松；总结时先让学生进行自我评价，自我总结后教师进行点评及根据本堂课的完成情况进行课后作业的布置。这样才能从根本上解决课堂上出现的问题，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 八块羽毛球场、A纸41、标志桶8个、41个羽毛球、41个球拍 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**   1. 1、两人及以上同学进行正手击左右后场高远球（或家长陪同）让学生巩固提高技术。   2、家长陪同一起观看视频学习。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 55%—78% |
| 个体运动密度 | | 66% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第8课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**四角摸边练习  **课中: 考核：**正手击左右后场高远球  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）进行正手左右后场高远的两点练习。  2、让家长监督学生，进行正手击后场高远球的练习。 | |
| **作业目标** | 1、熟练掌握正手击高远球要领，并可以相互之间进行互推练习；  2、让学生初步掌握羽毛球正手击左右后场高远球的技术要领，为以后学习正手后场击平击球打下基础。 | |
| **作业资源** | 1、教师发正手击后场高远球以及移动步伐教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习以及练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免混坏到家电家装等，造成不必要的损失；  2、在户外练习时，一定也要在确定周围环境是否安全，是否符合练球的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**  滑步-波比跳  1、老师跟同学同时站在同一起羽毛球底线；  2、当教师下“开始”口令的同时同学先并步向右网前，碰到羽毛球，再回到中场向左前网-右后场-左后场，进行并步，再折返回来回到中场；  3、学生在移动过程中并步动作正确，返回后等待教师发号口令。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 滑步移动失误次数 | | | | | | 失误次数 | 3-0次 | 4-6次 | 7-8次 | 9次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两名同学（或家长）面对面站立一人做动作一人下口令；  3、让家长监督学生，进行羽毛球左右后场结合的正手击高远球移动步伐的挥拍练习让其学生熟悉并且掌握正手击高远球动作，挥拍100次  4、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 100次完成左右后场步正手击高远球 | | | | | | 失误次数 | 0-3次 | 4-7次 | 8-9次 | 10次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间高度足够的地方进行；  2、两名同学（或家长）站立在空旷地方上；  3、两名同学相互练习（或家长监督），进行四角摸羽毛球的步伐训练练习让其学生熟悉并掌握后场步伐，移动20次4、先练习再进行考评；  5、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 20次完成并步四角移动步伐 | | | | | | 失误次数 | 0-3次 | 4-7次 | 8-9次 | 10次以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **15’**  **15’** |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时上课前时间进行课内展示，采用随机抽学号的方式，抽查学生作业完成情况，并检测其是否符合与学生评价结果一致。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **体育与健康学科课时作业属性表（第8课时）** | | | | | | | | | |
| **题号** | **题目** | **作业目标** | **必备技能** | **关键能力** | **认知水平** | **作业类型** | **完成**  **时间** | **完成时长** | **评价**  **反馈** |
| **1** | 正手击后场高远球50次分钟 | 掌握正手击后场高远球技巧 | 正手击高于眼球球 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 并步 | 对并步的掌握 | 并步 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 1分钟 |  |
| **3** | 交叉步 | 对交叉步的掌握 | 交叉步 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 羽毛球并步正手高远球 | 掌握羽毛球滑步正手击高远球的技能 | 并步正手击高远球技术动作 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | 羽毛球正手击后场高远球球 | 掌握羽毛球球正手击左右后场高远球的技能 | 正手击左右后场高远球技术动作 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **作业目标：依据课时学习目标而定，应指向课时学习目标的一条或几条。 必备技能：依据课时学习内容而定，应具化、细化学习内容。 体育与健康关键能力：A、体能 B、运动认知 C、技战术运用 D、体育比赛 E、体育锻炼意识与习惯 F、健康知识与技能的掌握和运用 G、情绪调控 H、环境适应 I、体育精神 J、体育道德 K、体育品格 L、合作与探究 M、资源的开发与使用 认知水平：A、记忆 B、理解 C、运用 D、分析 E、评价 F、创新  作业类型：A、体能发展类 B、技能提高类 C、知识习得类 D、比赛欣赏类 E、亲子游戏类 F、设计与制作类 完成时间：A、课前 B、课中 C、课后 完成时长：A、1分钟以内 B、1-2分钟 C、2-3分钟 D、3-5分钟 E、5分钟以上 评价反馈：A、完成情况良好 B、完成情况一般 C、完成情况较差** | | | | | | | | | |