（水平三）五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5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。

（水平三）五年级单元教学设计共计3个单元，共计54学时，其中篮球18学时；排球18学时；足球18学时；融合田径24学时；体操15学时；学科融合3学时；健康教育3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 | 水平三  五年级 | | 教科书版本及章节 | 人民教育出版社  五年级上册第一单元 | | |
| **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，制定出关于水平三五年级上期篮球专项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、单手肩上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，知道轻度损伤的自我处理办法。  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）**  篮球大单元计划结构图 | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **五年级上期篮球大单元教学课时计划** | | | |
| 第1课 | 健康教育—轻度损伤的自我处理 | | 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.篮球基本运球练习 | 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.单手肩上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.单手肩上投篮的练习 | 2.运球游戏  （穿梭跳长绳） | 小篮球＋体操 |
| 第13课 | 1.定点单手肩上投篮比赛 | 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单手肩上投篮练习 | 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—轻度损伤的自我处理 | |
| **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1课时健康教育理论课的学习，让学生学习轻度损伤自我处理的方法同时知道预防意外伤害的注意事项，并通过小组集体合作的形式可以学会给他人进行消毒包扎等处理方法，提高学生学习兴趣，培养团结互助的精神与预防意外伤害的意识。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是健康教育中的轻度损伤自我处理。通过创设情境、引导、集体合作的形式让学生知道什么是轻度损伤，并学会轻度损伤的自我处理办法，培养学生预防意外伤害的意识以及自我保护意识。利用课内外作业的有机结合，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**  五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，在日常生活或者体育锻炼中都会遇到一些不同程度的损伤，并可以勇敢克服，相互帮助，但是对于烫烧伤、割伤、刺伤、擦伤、挫伤等损伤的处理方法还不是很了解。需要进一步加强培养预防意外伤害的意识以及自我保护意识，并在学习过程中结合生活经验学会自我处理与集体合作。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1.通过本课时的学习，100%的学生知道什么是轻度损伤并了解日常生活或体育锻炼中轻度损伤的表现。  2.通过小组集体合作的练习，90%的学生可以采用2~3种正确的方法简单处理轻度损伤，80%的学生可以掌握3种以上轻度损伤的处理方法。 | | | |
| **五、评价任务设计**   1. 学生通过学习可以说出什么是轻度损伤并准确回答日常生活或体育锻炼中轻度损伤的表现。（检测目标1） 2. 通过课堂练习，能正确说出多种轻度损伤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“伤”谈“害”：**  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损伤有哪些表现？  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.教师将学生探讨的一些损伤情况分别归类于烫烧伤、割伤、刺伤、擦伤、擦伤等，并讲解其主要症状；  5.教师小结：各种轻度损伤的表现各不相同，了解恰当的处理方法才能使伤害程度降到最低。 | | | **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，分析各种轻微损伤相对于的表现；  3.做好轻微损伤归类的笔记，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，了解各种轻微损伤对应的主要症状。 | 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轻度损伤的经历，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）集体合作—轻度损伤的自我处理**  **轻度烫烧伤、割伤、刺伤、擦伤、挫伤处理方法：**  1.教师出示教材中的几个图示，举例讲解几种简单的轻度损伤的处理方法；  2.引导学生分组选择不同类型的轻度损伤，讨论如何进行及时处理；  3.安排小组代表发言并介绍处理方法；  4.教师根据学生的讨论与演示情况，带着大家的疑问讲解示范正确的处理方法；  **轻度烫烧伤、割伤、刺伤、擦伤、挫伤自我处理正确方法：**   1. **烫烧伤**（迅速脱离热源—冷水冲淋—保护受伤部位—创面处理） 2. **割伤**（①浅表小伤口：先按压止血，然后用淡盐水或凉白开清洁伤口，再用酒精或碘伏消毒皮肤，外加包扎或贴“创可贴”②伤口较深：及时去医院处理） 3. **刺伤**（①轻度刺伤：按压伤口3~5分钟止血，再用酒精或者碘伏消毒，外加包扎或贴“创可贴”②较重刺伤：及时去其医院处理，在伤后12小时内注射破伤风抗毒素预防破伤风） 4. **擦伤**（用水冲洗损伤部位，再用淡盐水或凉白开边冲边用干净棉球擦洗创面，将脏物除去，再用酒精或碘伏消毒伤口周围皮肤，沿伤口边缘向外擦拭，注意不要把酒精或碘伏涂抹到伤口内；如需包扎，要注意不要将手脚部位的绷带缠得过紧，以免影响血液循环，最后保持创面清洁、干燥，预防感染。大多数擦伤会迅速结痂） 5. **挫伤**（应立即停止活动，在受伤24小时内，局部可用冰块冷数，注意冰块不可直按接触皮肤，可用湿毛巾保护好皮肤再冷敷，每隔15~20分钟应休息5分钟。此外，如果感到不适或疼痛，应立即停止冷敷，如伤情加重应及时到医院处理）   **（二）集体合作—模拟演示**  1.教师安排学生按照5种轻度损伤的正确处理方法分组模拟演示，指导学生正确操作，分组练习**（酒精、碘伏等使用矿泉水代替）**；  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，了解了几种轻度损伤的处理方法，注意遇到轻度损伤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）集体合作—轻度损伤的自我处理**  1.学生认真观看图示，记住几种简单的轻度损伤的处理方法；  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种轻度损伤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轻度损伤；  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轻度损伤的正确处理方法，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）寻找根源—预防意外伤害**  1.教师提问：为什么我们生活中会有一些意外伤害的发生？  2.教师安排学生自主讨论，也可邀请学生回答；  3.教师介绍学生身边的真实案列，引导学生联系生活实际，思考造成意外伤害的各种因素，特别是注意力不集中、马虎、做危险动作等个人的行为因素；  4.教师小结：生活中造成意外伤害发生的原因很多，最重要的还是提高我们对意外伤害的防范意识，树立安全意识，掌握必要的防护知识和技能。  **（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）寻找根源—预防意外伤害**  1.学生认真思考教师的问题并积极踊跃回答；  2.联系生活实际思考造成意外伤害的各种因素；  3.认真听并记住意外伤害防范意识与安全意识  **（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）模拟演示受到轻度损伤时，学生可以模拟操作进行正确的轻度损伤处理。 | | | |
| **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:**准备几个自己或者身边同学受到的轻度损伤案例  **课中:**模拟操作轻度擦伤的正确处理方法  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.同学（家长）模拟演示分别受到5种轻度损伤时，学生可以模拟操作进行正确的轻度损伤处理。 | |
| **作业目标** | 1.通过模拟情境，可以模拟实际操作完成多种轻度损伤的正确处理方法， | |
| **作业资源** | 1.教师将轻度烫烧伤、割伤、刺伤、擦伤、挫伤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轻度损伤处理方法的视频。 | |
| **安全提示** | 1.模拟操作时将需要用到的酒精、碘伏等液体均使用普通的水代替，防止滥用造成不必要的安全隐患；  2.如在家长陪同下，可以尝试使用酒精、碘伏等，但家长需要告知使用注意事项并监督，防止意外弄到眼睛里。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课中）：**  **模拟操作轻度擦伤的正确处理方法**  1.两人一组，1人模拟轻度擦伤时的情境，1人开始对其进行正确处理并口述每一个步骤；  **步骤：①**先用水冲洗损伤部位**②**再用淡盐水或凉白开边冲边用干净棉球擦洗创面，将脏物除去**③**再用酒精或碘伏消毒伤口周围皮肤，沿伤口边缘向外擦拭，注意不要把酒精或碘伏涂抹到伤口内；**④**如需包扎，要注意不要将手脚部位的绷带缠得过紧，以免影响血液循环，最后保持创面清洁、干燥，预防感染。  2.完整的口述并做出正确处理方法则顺利通过；  2.如果出现错误方法或缺失部分处理步骤，教师则记录过程中的失误点给予评价。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 轻度擦伤的模拟操作 | | | | | | 完成情况 | 完整口述并熟练做出轻度擦伤的正确处理方法 | 完整口述并正确做出轻度擦伤的正确处理方法 | 完整口述并基本正确的做出轻度擦伤的处理方法 | 轻度擦伤的处理方法不正确 | | 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；  2.两名同学（或家长）模拟演练，1人扮演分别受到5种轻度损伤的伤者，1人对其进行相对应的轻度损伤的正确处理方法；  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：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 多种轻度损伤的正确处理方法的完成情况 | | | | | | 完成情况 | 完整并熟练做出3种以上轻度损伤的正确处理方法 | 完整并熟练做出2~3种轻度损伤的正确处理方法 | 完整并熟练做出1种轻度损伤的正确处理方法 | 不能熟练做出轻度损伤的正确处理方法 | | 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** | 准备轻度损伤案例 | 导入准备 | | | 探究问题 | | E/F | B/C | C | A | B |  | |
| **2** | 模拟操作轻度擦伤的正确处理方法 | 学会轻度擦伤的处理方法 | | | 正确处理轻度擦伤 | | B/E/F | A/B/C | B/C | B/C | D |  | |
| **3** | 多种轻度损伤的正确处理方法 | 学会多种轻度损伤的正确处理方法 | | | 正确处理多种轻度损伤 | | B/E/F | A/B/C/D/E | 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** | | | | | | | | | | | | | |
| **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☑ 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、四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**  在水平二的篮球基础上，五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，而且五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。 | | | | | | | | | | | | |
| **五、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轻度损伤的处理方法；  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☑ 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**  五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 | | | |
| **五、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 | | **60%** |
| **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. 篮球基本运球练习。 2. 接力跑（运球接力练习）。 | |
| **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□ | |
| **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**  水平五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。 | | | |
| **五、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）第五关：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 | | 65% |
| **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 |   3.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☑ 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**  五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。 | | | |
| **五、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 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第5课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**高低运球灵活变换  **课中:**行进间曲线运球绕杆20米  **课外(校外一小时的作业设计):**  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。 | |
| **作业目标** | 1.自主创造障碍情景，学会利用跳、绕等动作完成障碍跑；  2.通过脚步的移动练习可以迅速反应接到篮球。 | |
| **作业资源** | 1.教师举例几种可以创造不同的障碍情景的生活用品到班级微信群；  2.通过网络视频资源再次复习行进间曲线运球的动作要领。 | |
| **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）：**  **行进间曲线运球绕杆20米**  1.小组同时出发开始进行曲线运球绕杆；  2.完整绕杆且中途不掉球则顺利通过；  2.如果出现掉球失误，教师则记录绕杆过程中的掉球次数。  4.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 20米曲线运球绕杆 | | | | | | 失误次数 | 0次 | 2-3次 | 3-4次 | 4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.学生可寻求家长帮助利用生活物品创造障碍跑情景；  3.在搭建好障碍后尝试是否体现跳、绕或者更多的动作技能；  4.家长监督检查的同时观察是否有未符合动作技能的地方或者安全隐患，并及时纠正。  5.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 障碍跑情景中完成动作技能 | | | | | | 完成个数 | 3个 | 2个 | 1个 | 0个 | | 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）面对面相距一定距离站立（根据实际调整）；  3.一人将球抛向学生，学生通过快速的移动脚步，在球落地或者碰到自己躯干之前将球接住；  4.先尝试练习几次再进行考评；  5.评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 快速移动脚步接球 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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** | 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☑ 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、4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**  教学对象是五年级学生，他们在小学3、4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。 | | | | | **五、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%—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:**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☑ 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**  教学对象是五年级学生，他们在小学3、4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。 | | | | | | | | | | | | |
| **五、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%—70% | | | | | | |
| 个体运动密度 | | | 70% | | | | | | |
| **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☑ 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**  教学对象是五年级学生，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。 | | | |
| **五、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 | | 70% |
| **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☑ 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**  教学对象是五年级学生，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。 | | | |
| **五、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☑ 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**  教学对象是五年级学生，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。 | | | |
| **五、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 | | 65% |
| **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 | 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.单手肩上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，学生可以掌握单手肩上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单手肩上投篮的动作模式，知道单手肩上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**  水平三五年级的学生对于双手投篮的姿势有基本的了解，但是对于单手肩上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，让学生掌握单手肩上投篮的基本动作模式；五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%学生掌握单手肩上投篮基本姿势，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。 | | | |
| **五、评价任务设计**  1.通过单手肩上投篮基本练习，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单手肩上投篮的要点。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）单手肩上投篮**  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，右手五指自然分开，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）单手肩上投篮**  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 | **70%** |
| 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.完成单手肩上投篮技术动作，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.教师发单手肩上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.学生自己原地进行单手肩上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   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 单手肩上投篮 | | | | | | 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次单手肩上投篮 | | | | | | 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** | 单手肩上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.单手肩上投篮的练习  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，学生可以完善单手肩上投篮技术动作，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**  通过上节课单手肩上投篮的学习，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单手肩上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.通过学习单手肩上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。 | | | | | | | | | | | | | |
| **五、评价任务设计**  1.学生通过单手肩上投篮练习，掌握了单手肩上投篮的方法并成功完成10次原地单手肩上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. **单手肩上投篮技术提升练习**   1.教师组织学生进行单手肩上投篮技术提升练习；  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.教师请学生进行单手肩上投篮技术动作的展示；  5.教师讲解单手肩上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）单手肩上投篮技术提升练习**  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，让学生探索发现单手肩上投篮的规范动作，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米距离相互单手肩上投篮练习，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米距离相互单手肩上投篮练习，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.规范完成单手肩上投篮动作，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.教师发单手肩上投篮教学视频到班级群；  2.通过互联网、优质课网站等学习单手肩上投篮技术。 | |
| **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** | 单手肩上投篮练习 | 规范投篮动作 | 单手肩上投篮 | 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.定点单手肩上投篮比赛  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**  通过上节课单手肩上投篮姿势的规范练习，学生可以熟练运用姿势并进行投篮，本节课通过定点的单手肩上投篮练习与比赛，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单手肩上投篮，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.通过学习定点单手肩上投篮，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。 | | | |
| **五、评价任务设计**  1.通过练习定点单手肩上投篮，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单手肩上投篮练习，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. **定点单手肩上投篮进阶练习**   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单手肩上投篮；  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单手肩上投篮，最快时间完成的组获胜。 | **学生活动二**  **（一）定点单手肩上投篮进阶练习**  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，提高单手肩上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.定点单手肩上投篮—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 | | **70%** |
| 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.定点单手肩上投篮—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.教师发定点单手肩上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单手肩上投篮，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** | 定点单手肩上投篮比赛 | 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单手肩上投篮练习  2.跳跃练习（跨越式跳高的完整练习） | |
| **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□ | |
| **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单手肩上投篮的技术掌握，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单手肩上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单手肩上投篮的组合动作，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。 | | | |
| **五、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单手肩上投篮**   1.教师组织学生进行行进间胸前传球接单手肩上投篮练习；  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单手肩上投篮，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单手肩上投篮**  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单手肩上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 | | **65%** |
| 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单手肩上投篮基本练习，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单手肩上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。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小5年级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** | 行进间胸前传球接单手肩上投篮 | 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☑  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单手肩上投篮基础下，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**  水平三五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。 | | | |
| **五、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，接球后进行单手肩上投篮。  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，接球后进行单手肩上投篮。  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，接球后进行单手肩上投篮。  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☑ 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**  五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。 | | | |
| **五、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☑ 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**  五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。 | | | |
| **五、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 | | 70% |
| 1. **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。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小5年级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☑ | |
| **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**  五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。 | | | |
| **五、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。 | 0’  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 | | 70% |
| **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 | 足球大单元课程 | | |
| 年 级 | 水平三  五年级 | | 教科书版本 | 人民教育出版社  五年级上册第二单元 | | |
| **单元教学设计** | | | | | | |
| **单元学习主题** | | **足 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，制定出关于水平三五年级上期足球专项18课时。有利于学生更了解足球运动，掌握足球基本技术及传接球等基本技能，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、学生了解足球项目的知识及规则，掌握足球运、控、颠、传、接球基本技术，运用所学知识和技能参与足球游戏和比赛。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，更好的将足球基本技术运用于足球小游戏和比赛中。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，在足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，勇于面对足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尊自信，在运动中正确看待正常的碰撞与摔倒；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）**  QQ图片20220814232044 | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **五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** |
| 第1课 | 健康教育-安全运动促进身体健康 | | 健康教育 |
| 第2课 | 足球知识及比赛规则 | | 体育理论 |
| 第3课 | 1、上课用球规矩、各种培养球感趣味练习 | 2、队列练习  （报数、左[右]转弯走、跑步立定） | 足球＋体操 |
| 第4课 | 1. 运球、停球小游戏 2. 脚背正面颠球 | 2、运控球辅助练习  （20米迎面接力） | 足球＋田径 |
| 第5课 | 1、脚内侧运球过杆  2、运球过杆折返接力比赛 | 2、“障碍快跑游戏”  （发展快速跑能力练习） | 足球＋田径 |
| 第6课 | 1. 脚内侧传接球 2. 射门比赛 | 2、传接球准备姿势 | 足球＋体操 |
| 第7课 | 1、原地脚内侧停球 | 2、“抢地瓜”游戏  （接力跑） | 足球＋田径 |
| 第8课 | 1、脚背内侧踢球  2、了解前额正面头顶球技术 | 3、跪跳起接头球游戏 | 足球＋体操 |
| 第9课 | 1. 脚背内侧踢空中球 2. 复习前额正面头顶球 | 2、“飞毛腿导弹”游戏  （快速跑） | 足球＋田径 |
| 第10课 | 1、脚底接控反弹球 | 2、“投远停球”游戏  （发展投掷能力的练习） | 足球＋田径 |
| 第11课 | 1、脚背正面接空中球 | 2、“投远停球射门”游戏  （发展投掷能力的练习） | 足球＋田径 |
| 第12课 | 1、战术2vs1 | 2、“阵地大作战”身体素质 | 足球＋体操 |
| 第13课 | 1、战术3vs2 | 2、颠接球游戏  （前滚翻） | 足球＋体操 |
| 第14课 | 1、战术3vs2 | 2、足球身体素质练习  （支撑跳跃） | 足球＋体操 |
| 第15课 | 1、小场地比赛 | 2、“颠球游戏”  （接力跑） | 足球＋田径 |
| 第16课 | 足球游戏—“两位数乘以一位数”（数学） | | 跨学科主题  学习活动 |
| 第17课 | 复习课:脚内侧传接球 | | 复习 |
| 第18课 | 考核：颠球、绕杆射门 | | 考核 |
| **考核内容** | **评价标准** | | |
| 颠球 | |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 男 | 10及以上 | 8 | 7 | 5 | 4 | 2 | 2个以下 | | 女 | 9及以上 | 7 | 7 | 5 | 4 | 2 | 2个以下 | | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 男 | 7及以上 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2个以下 | | 女 | 6及以上 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2个以下 | | | |
| 绕杆射门 |
|  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第1课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 运动饮食；营养与卫生知识 | |
| **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**   通过对运动相关营养健康知识的学习，让学生视对营养与卫生的重要性；掌握预防运动中出现的关于营养卫生的知识。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是参与足球运球专基础内容，是学生充分做好运动准备的基础。教师在传授足球基本用球知识及上节课时学到的足球知识和比赛规则前提下，扩宽了学生的足球见识面，本课时并让学生通过一次次闯关提高学生球性，并感受足球带来的乐趣。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**   水平三五年级的正处在发育快速期，有很强的求知欲和表现欲，组织纪律性和学习积极性高。明白需要掌握基本的营养健康知识；正确地去补充身体所需的能量。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。但部分学生的上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强学生兴趣培养，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、通过本课时提问及观看视频的学习，目的加强学生营养管理意识与习惯；  2、通过对运动相关营养健康知识的学习，让学生了解营养与卫生的重要性；掌握预防运动中出现的关于营养卫生的知识。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、观看视频、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：**导入部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  **一、板书课题：身体时最重要的资本。（5分钟）**  问：牛奶对人体有什么好处？ | **学生活动一**   1. 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； | | 1. 精气神饱满、动作快静齐；   2、上课时，精力集中，积极参与课堂中来 | 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通过对运动相关营养健康知识的学习，让学生了解营养与卫生的重要性；掌握预防运动中出现的关于营养卫生的知识。。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **二、大量运动后能不能马上冲凉？（10分钟）**  （足球文化---夏季足球运动）  解释：“如果冲冷水澡，血管急剧收缩，体内热量遭到外力的抑制，一时散发不出来会导致身体不舒服，热水澡比凉  水澡更加适宜。”  **三、看短片思考，抽烟对运动员有什么影响？（10分钟**）  （足球文化—与巴萨一起携手戒烟）  **四、课外延伸**  1、吃哪些东西可以防止抽筋？  同学讨论。  2、大量运动后你会怎么补充自己的身体办？  启发想象，让同学自己讨论。  3、足球运动员是如何补充营养补充能量的？  **五、启发想象，让同学自己讨论**  1、足球运动员在训练和比赛中的体力消耗很大，如果得不到合理足够的营养补充就会影响体力的恢复，导致机体功能下降和容易疲劳，所以我们在足球运动中我们应该采用科学的营养膳食。  2、随着训练负荷增大，重视恢复与营养的话，不但可以防止过度训练，预防运动操作，而且能提高自身负荷能力。  赛前饮食应该在比赛前2-3小时用餐，量不宜过多，且易消化。 | | **学生活动二**  1、学生根据的教师提出的要求，思考问题；  2、学生在观看视频过程中认真思考问题并积极与同学讨论；   1. 学生根据教师的要求进行课堂活动； 2. 学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | 1、上课时，精力集中，积极参与课堂中来  2、仔细观看视频，积极思考；  3、主动与同学讨论并回答问题； | 10’  10’  12’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过提问与视频“相结合的学习方式，充分了解运动与营养的关系；了解足球运动员在训练和比赛中的体力消耗很大，如果得不到合理足够的营养补充就会影响体力的恢复，导致机体功能下降和容易疲劳，所以我们在足球运动中我们应该采用科学的营养膳食。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  **（一）作业**  **（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、师生再见。 | | **学生活动3**  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、按照老师要求关闭多媒体。 | 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’ | | **活动意图说明：**  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** 多媒体 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、如果在比赛的时候抽筋了应该怎么办？  2、经常食用含有咖啡因的饮品对我们有什么影响？ | | | |
| **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:**预习营养与运动知识  **课中:**积极思考营养与运动关系  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、如果在比赛的时候抽筋了应该怎么办？  2、经常食用含有咖啡因的饮品对我们有什么影响？ | |
| **作业目标** | 1、了解掌握在比赛的时候抽筋了如何正确处置。  2、知道经常食用含有咖啡因的饮品对我们的影响。 | |
| **作业资源** | 可通过互联网、优质课网站等找寻资料。 | |
| **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（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间利用互联网工具进行查询； 2. 自我监督检查是否及时完成，并通过查询到的知识结合自身理解进行消化。   考核标准：   1. 如果在比赛的时候抽筋了应该怎么办？   解释：帮助队员及时拉伸，阻止痉挛。  2、经常食用含有咖啡因的饮品对我们有什么影响？  （足球文化—一瓶饮料也可以限制你的能力）  解释：“因为大量服用或饮用含有咖啡因的药物或饮料，能够帮助运动员处于高度兴奋状态，从而提高运动成绩。所以依据世界反兴奋剂组织要求，任何含有咖啡因的药物或饮料，都将被禁止饮用，其中就包括可乐” | **10’** |
| **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。 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第2课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1. 足球知识与比赛规则 | |
| **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□ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元足球专项规则课程的学习，让学生基础足球知识的同时掌握足球比赛规则。并结合分析比赛视频进行初步了解足球规则，提高学生对足球运动兴趣。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足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。教师在传授足球基础知识和比赛规则前提下，扩宽了学生的足球见识面，本课时并让学生认识足球场地如何判断裁判员手势与哨音，并充分感受足球比赛带来的乐趣。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、提高综合能力。 | | | |
| **三、学生学情分析**  水平三五年级的正处在发育快速期，有很强的求知欲和表现欲，组织纪律性和学习积极性高。明白需要通过学习使学生了解、知道基本的比赛规则，场地大小等。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。但部分学生的上课注意力持久性都相对不是很好，须进一步加强学生兴趣培养，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、通过本课时的学习使学生对参与和观看比赛兴趣提高，目的加强学生体育锻炼意识与习惯；  2、通过规则学习，使大多数学生能够熟练掌握，90以上%学生能够运用比赛规则，以达到更好的比赛效果。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、观看视频与动图、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**  课堂常规：  1、课前检查。  2、提出学习目标，导入主题。 | **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； | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 做好课前准备，集中注意力。 | 3’ | | **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足球基础知识和比赛规则。除此之外将一些比赛视频穿插进入规则讲解中，起到一个事半功倍的效果。如部分学生出现上课懈怠的等情况，利用视频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**  1、播放比赛视频。  2、提问：学生们通过观看比赛视频，发现场上有那些人？场地是怎么样的？  **（二）**  1、讲解比赛规则  2、利用比赛案列讲解具体情况。  3、分组讨论  **（三）**  1、暂停视频，仔细讲解  2、提问哪些情况属于犯规？什么犯规？ | **学生活动二**  1、认真观看比赛视频  2、观看比赛视频过程中带着问题去思考。  3、学生相互提出问题，并进行讨论。  4、学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。  5、观看比赛：观看场地、人员、球员装备、各种球权变换 | 1、学生积极性高  2、营造愉快的课堂气氛。 | 32’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过四个“闯关游戏”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，四个环节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排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，提升对排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** | | **教师活动3**  **（一）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；   1. 安排学生归还器材；   5、师生再见。 | **学生活动3**  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. 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。 | 5 | | **活动意图说明：**  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，为室外课做好铺垫。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 多媒体、优盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、与家长一起观看一场五人制足球比赛。  2、观看比赛的同时做好比赛犯规记录、场地、进球记录等 | | | |
| **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** | **课外(校外一小时的作业设计):**  1、与家长一起观看一场五人制足球比赛。  2、观看比赛的同时做好比赛犯规记录、场地、进球记录等 | |
| **作业目标** | 1. 熟练掌握足球比赛规则 2. 在比赛中熟练运用比赛规则 | |
| **作业资源** | 通过互联网、优质课网站等观看比赛视频。 | |
| **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（课后）：**   1. 学生在家或者利用课余时间进行； 2. 家长监督检查的认真做好记录，及时纠正。 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 记录详细程度 | | | | | | 程度 | 十分详细 | 详细 | 简略 | 几乎没有 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **40’** |
| **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。 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第3课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、上课用球规矩、各种培养球感趣味练习   1. 队列练习（报数、左[右]转弯走、跑步立定） | |
| **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**  通过本单元首节足球专项课程中学习，让学生学习队列技能的同时掌握用球技巧和规矩。并结合体能及球感练习进行初步了解足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球运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。教师在传授足球基本用球知识及上节课时学到的足球知识和比赛规则前提下，扩宽了学生的足球见识面，本课时并让学生通过一次次闯关提高学生球性，并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、通过本课时队列队形及上课用球要求的学习，目的加强学生体育锻炼意识与习惯；  2、多种形式的接抛球手眼协调练习，90%学生能够接住高抛球，50%学生能够掌握对球落地的判断，为学习脚背正面颠球技能打下基础。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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；  4、讲解用球规则，反复练习用球及拿球准备动作。  **（二）队列练习**  1、复习向右看齐、向前看齐；  2、复习原地三面转法和练习报数；  3、右手拿球靠近自己身体准备动作立正姿势1分钟；  4、学习报数；  5、学习左[右]转弯走；  6、学习跑步立定。 | **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、熟练用球及拿球准备动作。  （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，纠正错误。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；   1. 用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音； 2. 上课时始终保持：右手拿球靠近自己身体准备动作的立正姿势。 3. 精神饱满、声音洪亮、拿球站立能够持续保持； 4. 注意力集中听要求和口令； 5. 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的同时讲解本单元排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中，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，利用持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）各种培养球感趣味练习**  **“闯关游戏”**：  每名同学根据4种结合球的感统练习进行依次闯关游戏，看看哪些同学能够顺利通过。  1、第一关：好运缠绕  每名同学将球分别从头、腰、胯进行连续蛇行围饶4圈则通过；  2、第二关：鼓掌叫好  每名同学将球抛向空中，并击掌两次后顺利接住落下的球，使球不落地则通关；  3、第三关：绝地而起  每名同学将球同样抛向空中，其同学弯腰下蹲双手触碰一次地面后在球未落地的同时接住空中的球则通关；  4、第四关：接住彩头  老师跟同学同时站在足球场的一边，当教师下“开始”口令的同时将球呈地滚地方式踢向对面同学，全部接住则算全部通关。   1. **“大风车转转”游戏**   将全班分为四个小组，分别在相对应的场地进行旋转踩球练习，各小组围成一个圈，听从教师口令各组队员顺时针和逆时针转交换踩球，各小组所以队员玩成者获胜。 | **学生活动二**  1、学生根据的教师提出的闯关内容及规则进行安全、认真的闯关活动；  2、学生可讨论每关最快速、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。  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；   1. 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、动作标准；  2、坚持完成闯关任务；  3、主动与学生商量怎样能加简单直接的完成闯关任务；  1、游戏中集中注意力听中间同学的编号，并注意游戏时的安全。  2、判断交换时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过四个“闯关游戏”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，四个环节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足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，提升对足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** 足球场、42个足球、12个标准桶、40个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成左[右]转弯走、跑步立定。  2、让家长给学生在前后左右1米或1.5米的具体进行抛球，其学生将球稳稳接住。 | | | |
| **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 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第3课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**拿球放在自己身体前侧准备动作立正姿势1分钟  **课中:**各种培养球感趣味练习  **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左[右]转弯走、跑步立定。  2、让家长给学生在前后左右1-1.5米范围内进行高抛球，其学生将球在球未落地之前接住球。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成左[右]转弯走、跑步立定两项队列队形基本技能；   2、初步判断正面来球落地，及掌握球在自由落下时双手接住球的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发抛接球及队列队形教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习球感练习。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，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：接住彩头   1. 老师跟同学同时站在足球场地的同一边场区；   2、当教师下“开始”口令的同时将球踢向对面队友；  3、当教师下“开始”口令的同时将球呈地滚地方式踢向对面同学，全部接住则算全部通关。  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次接住地滚球 | | | | | | 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：第一种：“立定”、“原地踏步走”、“1-2-1”、“左[右]转弯走”、“立定”、“1-2”，第二种：“立定”、“跑步-走”、“1-2-1”、“立定”“1-2-3-4”。 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：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1次性完成两种队列队形 | | | | | | 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，在较为空旷户外及宽阔的地方进行； 2. 两名同学（或家长）面对面相距5米站立； 3. 将球呈地滚球的方式踢向对面同学，先练习再进行考评； 4. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个接住地滚球 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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** | 拿球立正姿势1分钟 | 掌握用球规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 身体绕球 | 对球感的掌握 | 感知足球 | 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** | 抛球拍手 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 接球 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 队列队形 | 掌握课时中两项队列队形技能 | 左[右]转弯走、跑步立定 | 运动认知 | 评价 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | 踩球练习 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 控制足球 | 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、运球、停球小游戏；脚背正面颠球  2、运控球辅助练习（20米迎面接力） | |
| **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□ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本单元足球专项课程的学习使在活动中主动接触足球，灵活地在游戏过程中运用，发展兴趣、参与意识及自信。在练习中关爱同伴、严守安全常规和游戏规则。提高灵敏、协调和速度等运动素质，发展体能。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球运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。本课时并让学生通过运、停球、颠球等练习提高学生球性，并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；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、通过各组小游戏发展与提高学生的灵敏、协调和速度等运动素质，发展体能。  2、在活动中主动接触足球，提高对球地控制能力，灵活地在游戏过程中运用，发展兴趣、参与意识及自信；在练习中关爱同伴、严守安全常规和游戏规则。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、比赛游戏、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）颠球练习**  1、教师讲解示范动作。  2、找出好的学生做示范。  3、教师巡回指导。  4、纠正错误动作。 | **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）颠球练习  1、拿球袋颠球。  2、颠一下球抱住再颠。  3、颠一下球，落地再颠。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  要求：  1、掌握触球部位与击球点。  2、全身放松，脚腕紧张 | 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。除此之外把球感练习中的颠球练习加入到课前练习中来，对提高球的控制能力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）游戏:《停球---传球—停球》接力**  1、教师示范、讲解游戏动作要领。  2、带领学生进行地滚球停球方法的尝试。  3、组织小组展示停球方法。  4、指导传球练习。  5、组织学生参加传停球接力  **（二）直线运球传球接力**  1、教师讲解运球方法和规则。  2、教师做示范动作。  3、组织学生游戏。 | **学生活动二**  1、学生根据的教师提出的游戏规则进行安全、认真的闯关活动；  2、学生可讨论快速掌握停传球的方法，减少失误，相互研究讨论；  3、动作评价时，主动分享自己的通关诀窍及如何解决练习困难的心态。  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、动作标准；  2、坚持完成停传球任务；  3、主动与学生商量怎样能加简单直接的完成停球---传球—停球；  1、游戏中集中注意力观察同学的位置接球，并注意游戏时的安全。  2、判断球速，反应迅速，动作正确，注意力集中。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过四个“闯关游戏”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，四个环节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排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，提升对排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。  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。 | 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** 一块足球场、42个足球、8个标准桶、42个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、同学自行练习（或家长监督）颠球。  2、两个同学或者家长间隔5米进行传停球练习。 | | | |
| **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 | | 68% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第4课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**自行颠球练习10分钟  **课中:**运、传、停球小游戏练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、同学自行练习（或家长监督）颠球。  2、两个同学或者家长间隔5米进行传停球练习。 | |
| **作业目标** | 1. 基本熟练颠球的基本技能； 2. 2、提高对球的控制能力与传停球的力度和准确性。 | |
| **作业资源** | 1、教师发颠球及传停球微课教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习颠球及传停球。 | |
| **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）：**  颠球练习  1、拿球袋颠球。  2、颠一下球抱住再颠。  3、颠一下球，落地再颠。  评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 颠球 | 男 | 7及以上 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2个以下 | | 女 | 6及以上 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2个以下 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  颠球练习  1、拿球袋颠球。  2、颠一下球抱住再颠。  3、颠一下球，落地再颠。  评价标准;   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 颠球 | 男 | 7及以上 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2个以下 | | 女 | 6及以上 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2个以下 |   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宽度足够的地方进行；  2、两名同学（或家长）面对面相距5米站立；  3、两个同学或者家长间隔5米进行传停球练习。；  4、先练习再进行考评；   1. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个传接球 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **20’**  **20’** |
| **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5年级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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | 颠球部位 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 5分钟以上 |  |
| **2** | 停-传球 | 对球感的掌握 | 停球、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 |  |
| **3** | 直线运传球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 运球、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 |  |
| **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** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第5课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1. 脚内侧运球过杆 2、运球过杆折返接力比赛   3、“障碍快跑游戏”（发展快速跑能力的练习） | |
| **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□ | |
| **一、课程标准分析课时目标**  通过本节课在足球专项课程中的学习，让学生基本掌握脚内侧运球过杆技术；激发学生对足球运动的兴趣，引导学生积极练习。并结合体能及球感练习提高对球的控制能力，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球专项技能课程的基本动作技术，在比赛中属于常规动作，是参与比赛的基础。教师在教授本课技能时结合游戏和比赛，提高了练习难度，同时，也让学生感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；能掌握基本掌握脚内侧运球过杆技术；激发学生对足球运动的兴趣，引导学生积极练习。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。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、通过课堂教学使学生基本掌握脚内侧运球过杆技术。  2、激发学生对足球运动的兴趣，引导学生积极练习；增强学生的协调能力。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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）脚内侧运球过标志桶**  1、教师讲解动作并示范。  2、提示学生用脚踢球的中下部，控制好力量随时急停，变向。  3、发现问题随时指导。  4、找出学生进行示范，其他学生进行评价，并说原因。 | **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；  1、学生认真模仿，积极参与，注意力集中；  2、直线运球急停，听口令变向换脚运球。斜线踢停球练习。  3、尝试完整动作一个标志桶。  4、分层次练习：运球过3个标志桶练习。有能力的过3个标志桶，不熟练的学生过1个标志桶。 | | 1、精气神饱满、动作快静齐；  1、学生基本掌握脚内侧运球过杆技术。  2、增强学生的协调能力。 | 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讲解本单元排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中，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，利用持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）运球过标志桶折返接力比赛**  1、教师讲解比赛规则。  2、教师做示范动作。   1. 组织学生比赛。   **（二）“障碍快跑游戏”（发展快速跑能力的练习）**  1、教师讲解比赛规则。  2、教师做示范动作。  3、组织学生比赛。 | | **学生活动二**  （一）运球过标志桶折返接力比赛  1、学生根据的教师提出的闯关内容及规则进行安全、认真的接力比赛；  2、学生可相互研究讨论怎样最快且将球控制在脚下完成比赛；  3、学生相互提出练习困难，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  4、动作评价时，主动分享自己的顺利完成诀窍及如何解决难以控制球的心态。  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、反应迅速、有节奏的完成绕标志桶；  2、坚持完成接力比赛；  3、主动与学生商量怎样能加简单直接的完成接力比赛；   1. 游戏中集中注意力观察队友的位置，提前做好准备。   注意游戏时的安全。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过运球过标志桶折返接力比赛、“障碍快跑游戏”（发展快速跑能力的练习）两个比赛进行学习，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，通过对速度和方向的要求提升难度，也充分培养了学生良好的意志品质和学会足球比赛中的团结协作的精神。第二个游戏既是对上一练习内容的实践检验，也是增加难度的措施之一。 | | | | | | **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** 一块足球场、42个足球、24个标准桶、4个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、自行练习（或家长监督）能否熟练完成颠球练习。  2、熟练掌握脚内侧运球过标志桶的技能。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等偏上 |
| 群体运动密度 | | 70%—90% |
| 个体运动密度 | | 88% |
| **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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | 颠球部位 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 5分钟以上 |  |
| **2** | 脚内侧运球绕标志桶 | 掌握脚内侧运球绕标志桶 | 运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 |  | 5分钟以上 |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第6课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.脚内侧传接球 2.射门比赛 3.传接球准备姿势 | |
| **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**  通过本单元足球专项课程的学习，让学生脚内侧传接球地基本动作技术与预判能力。并结合体能及球感练习进行进一步了解足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容脚内侧传接球是足球比赛中最常见地传球方式，在比赛中往往决定比赛的关键。教师在传授脚内侧传球接球的动作要领时，结合游戏让孩子们认真练习的同时并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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传接球练习；通过合理的比赛，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、通过本课时学习让学生充分体验足球运动的乐趣。加强学生体育锻炼意识与养成良好的锻炼习惯；  2、初步掌握脚内侧传球的动作要领发展学生速度、力量、耐力等身体素质，培养团队意识，为参加比赛打下基础。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、比赛、丰富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）颠球练习**  1、教师讲解示范动作。  2、找出好的学生做示范。  3、教师巡回指导。  4、纠正错误动作。 | | **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；  （二）颠球练习  1、颠一下球，。  2、左右脚交替落地再颠。  3、左右脚连续不落地颠球。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；。  要求：  1、掌握触球部位与击球点。  2、全身放松，脚腕紧张 | 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讲解本单元排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中，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，利用持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）脚内侧传球练习**  1、教师讲解动作要领，强调准备姿势。  2、教师完整、分解示范。  3、组织练习  **（二）射门比赛**  1、讲解比赛规则：脚内侧传接球加分  2、教师做中立人，谁传球给老师，老师就帮哪一队参与比赛。  3、组织学生游戏。 | **学生活动二**  1、学生根据的教师提出的游戏规则进行安全、认真的闯关活动；  2、学生可讨论快速掌握停传球的方法，减少失误，相互研究讨论；  3、动作评价时，主动分享自己的通关诀窍及如何解决练习困难的心态。  （二）射门比赛  1、学生根据教师的要求进行比赛；  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、动作标准；  2、坚持完成停传球任务；  3、主动与学生商量怎样能加简单直接的完成传球---停球—传球；  1、每次用脚内侧传球练习加2分，积10算1次入球得分。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过四个“闯关游戏”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，四个环节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排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，提升对排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**  一块足球场、42个足球、4个标准桶、42个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并相互间隔5米练习传接球。  2、自行完成打门练习。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 65%—75% |
| 个体运动密度 | | 80% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第6课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**颠球练习10分钟  **课中:**各种距离、难度传接球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并相互间隔5米练习传接球。  2、自行完成打门练习（找一个参照物作为打门点）。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成左[右]转弯走、跑步立定两项队列队形基本技能；   2、初步判断正面来球落地，及掌握球在自由落下时双手接住球的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发传接球、射门微课教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习传接球、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）：**  颠球练习  1、颠一下球，。  2、左右脚交替落地再颠。  3、左右脚连续不落地颠球。  评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 颠球 | 男 | 7及以上 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2个以下 | | 女 | 6及以上 | 5 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2个以下 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  脚内侧传接球  1、学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；  2、两个同学相互练习（或家长监督）并相互间隔5米练习传接球，监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。   1. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成传接球次数 | | | | | | 失误个数 | 1个 | 2-3个 | 4个 | 4个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二：**  射门练习  1、学生利用课余时间，在较为空旷户外及空间宽度、高度足够的地方进行；  自行（或家长）寻找射门参照物相距20米；   1. 先练习再进行考评； 2. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成30次 | | | | | | 接球个数 | 20-30个 | 20-15个 | 15-10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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | 颠球部位 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 5分钟以上 |  |
| **2** | 脚内侧传接球 | 对球感的掌握 | 触球部位 | 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 |  |
| **3** | 射门 | 发展学生地射门技术 | 射门 | 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 |  |
| **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** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第7课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、原地脚内侧停球  2、“抢地瓜”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**  通过本单元本次课对足球专项课程的学习，让学生学习原地脚内侧停球，掌握用球技巧和规矩。并结合体能及球感练习进行初步了解足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球运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。教师在上节课时学到的原地脚内侧传球的前提下，接着传授了原地脚内侧停球，扩宽了学生的足球技术，本课时并让学生通过一次次闯关提高学生球性，并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | |
| **四、学习目标叙写**   1. 知识技能学习目标：进一步了解足球停球的方法，懂得遵守规则参与游戏和比赛。75%的学生能原地脚内侧传停球，25%的学生能够在练习中运用出停球技术。 2. 体能素质锻炼目标：通过课堂练习和游戏等多种形式练习，学生的灵敏、协调、力量等身体素质和基本活动能力得到一定发展；通过球性练习促进学生神经系统的快速反应能力。 3. 情感品格培养目标：通过练习、游戏和比赛，学生体验感受足球的乐趣，学会遵守规则，同学间能愉快合作、相互交流和帮助，形成良好的体育品德。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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、强调用球规则和课堂安全。  **（二）热身活动**  1、带领学生带球慢跑400米。  2、教师领学生做专项准备活动。  3、熟悉球性练习：颠球小达人 | **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、熟练用球，清楚用球规则。  1、带球热身跑400米  2、专项准备活动：上、下肢拉伸运动。  3、熟悉球性练习。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：上课时不得随意坐球或抱球拍球发出噪音；  3、讲解教学时始终保持：将足球放在脚下正前方。  1、活动身体达到热身效果。　　2、营造愉快的课堂气氛。　　3、颠球认真。 | 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强调本单元足球教学用球规矩及安全注意事项。除此之外把球感练习热身环节中，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，利用控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）原地脚内侧停球的动作方法**  1、教师讲解动作要领。  原地脚内侧停球动作要领：  支撑脚脚尖正对来球，接球腿大腿外展，脚尖微翘，脚底与地面平行，脚内侧迎球。  2、教师完整、分解示范。  3、分组练习   1. **“抢地瓜”游戏**   将全班分为4个小组，每组约12人，分别在两个场地进行，每个场地2个组，场地约10m×10m。场地中间放置15个标志物，2组学生一次带球到中间区域拿标志物，每次只能拿一个，回来击掌后下一个学生出发。哪一组拿到的标志物最多哪个组获胜。 | **学生活动二**  1、学生认真听教师讲解原地脚内侧停球动作；  2、学生可在练习中寻找停球的小技巧，相互研究讨论；  3、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  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、停球反应迅速、停球成功、动作标准；  2、主动与搭档商量怎样练习；  3、传球时有呼应  1、集中注意力听教师讲解游戏规则并注意游戏时的安全。  2、游戏中注意力集中，反应迅速，动作正确。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过对原地脚内侧停球的讲解学习，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、合作沟通，练习中也可以培养学生良好团结协助的精神。最后的游戏也是为了让学生用熟悉的盘带技术来放松一下停球练习时紧绷大脑和脚踝，提升对足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、敲打腿部肌肉；  4、腿部后侧肌群拉伸；  5、腿部肌肉拉伸；  **（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。  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。 | 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** 足球场半场、46个足球、15个标准桶、30个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、学生自行练习颠球。  2、让家长配合学生进行原地脚内侧停球练习，帮助学生能更好的掌握停球技术。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—70% |
| 个体运动密度 | | 59% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第7课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | 颠球部位 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟以上 |  |
| **2** | 直线运传球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 运球、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 |  |
| **3** | 停-传球 | 对球感的掌握 | 停球、传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 8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** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第8课时教学设计** | | | |
| **课题** | 1、脚背内侧踢球  2、了解前额正面头顶球技术  3、跪跳起接头球游戏 | | |
| **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**  通过本单元本次课对足球专项课程的学习，让学生学习脚背内侧踢球和前额正面头顶球技术，掌握用球技巧和细则。并结合体操跪跳起及头球游戏初步了解足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球运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。教师在之前的课时中很好的了解了脚内侧传接球技术动作，本次课为了扩宽了学生的足球技术，不仅学习了脚背内侧新部位的踢球技术并让学生了解了头顶球技术，对足球有了更加丰富的认识。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、知识技能学习目标：进一步了解脚背内侧踢球和前额正面头顶球的方法，懂得遵守规则参与游戏和比赛。85%的学生能运用好脚背内侧踢球并了解头顶球技术，15%的学生能够在练习中运用出脚背内侧踢球技术。  2、体能素质锻炼目标：通过课堂练习和游戏等多种形式练习，学生的灵敏、协调、力量等身体素质和基本活动能力得到一定发展；通过球性练习促进学生神经系统的快速反应能力。  3、情感品格培养目标：通过练习、游戏和比赛，学生体验感受足球的乐趣，学会遵守规则，同学间能愉快合作、相互交流和帮助，形成良好的体育品德。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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；  4、强调用球规则和课堂安全。  **（二）热身活动**  1、教师领学生做专项准备活动。  2、热身游戏：蚂蚁搬家  游戏规则：将学生分为两组，穿蓝色标志服的学生为区域A区，穿红色标志服的学生为区域B区。穿蓝色标志服的学生从中间方块或对手区域运球到自己阵营，中途不能破坏其他人运控球，在规定时间哪一区域球多获胜。 | **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、熟练用球，清楚用球规则。  （二）热身活动  1、专项准备活动：上、下肢拉伸运动。  2、认真听教师讲解游戏规则，并按规则开始热身游戏。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：上课时不得随意坐球或抱球拍球发出噪音；  3、讲解教学时始终保持：将足球放在脚下正前方。  1、活动身体达到热身效果。　　2、营造愉快的课堂气氛。 | 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强调本单元足球教学用球规矩及安全注意事项。除此之外把球感游戏加到热身环节中，起到一个事半功倍的效果。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）学习脚背内侧踢球的动作方法**  1、教师讲解动作要领。  脚背内侧踢球动作要领：  斜线助跑，助跑方向与出球方向约成45度，最后一步稍大，以支撑脚底积极着地，脚尖指向出球方向，距球内侧后方约20—25cm，膝关节微屈，在支撑的同时，踢球腿已完成后摆，并开始以髋关节为轴带动小腿由后向前摆动，当大腿摆至与支撑脚同一平面时，小腿做爆发式摆动。  2、教师完整、分解示范。  3、分组练习  **（二）了解前额正面头顶球技术**  1、教师讲解动作要领。  前额正面头顶球动作要领：两臂自然张开，保持身体的平衡。身体正对出球方向，两眼注视来球，触球前上体要向后仰预摆成反弓，触球瞬间颈部紧张固定，保持前额正面触球。全身协调发力，支撑脚稳固支撑。  2、教师完整、分解示范。  3、分组练习   1. **跪跳起接头球游戏**   将学生分为4组，一名学生抛球（小组成员轮流交换），其余同学跪垫准备，跪跳起后接头顶球，进门得一分，得分最多的一组胜。 | **学生活动二**  1、学生认真听教师讲解原地脚背内侧踢球动作；  2、学生可在练习中寻找停球的小技巧，相互研究讨论；  3、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  1、学生认真听教师讲解前额正面头顶球动作；  2、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  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；  学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | 1、集中注意力听教师讲解动作技术，明确支撑脚站位；  2、与搭档协同练习；传球时有呼应  1、集中注意力听教师讲解动作技术，掌握前额正确触球位置；  2、与搭档协同练习；传球时有呼应  1、集中注意力听教师讲解游戏规则并注意游戏时的安全。  2、游戏中注意力集中，反应迅速。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过对脚背内侧踢球的讲解学习，提高学生的球感，会运用多个部位进行传球。同时通过对前额正面头顶球的讲解学习，很好的培养了学生团结协助、不怕吃苦的精神。最后的游戏环节结合了体操内容，既很好地复习了跪跳起技术，头顶球技术也丰富了学生对足球比赛的认知。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  **（一）放松操**  1、脖颈拉伸；  2、两人相互腰部拉伸；  3、敲打腿部肌肉；  4、腿部后侧肌群拉伸；  5、腿部肌肉拉伸；  **（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。  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。 | 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** 足球场半场、46个足球、40个标准盘、   体操垫6张、标志服46件（4种颜色均分） | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、学生自行练习颠球。  2、让家长配合学生进行脚背内侧踢球练习，帮助学生能更好的掌握停球技术。  3、让家长协助学生进行前额正面头顶球练习。 | | | |
| **九、**预计负荷 | | 运动强度 | 中等 |
| 群体运动密度 | 50%—70% |
| 个体运动密度 | 60% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第8课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**自行颠球练习  **课中:**运、传球、体操跪跳起配合头顶球趣味小游戏练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、学生自行练习颠球。  2、让家长配合学生进行原地脚内侧停球练习，帮助学生能更好的掌握停球技术  3、让家长协助学生进行前额正面头顶球练习。 | |
| **作业目标** | 1、熟练颠球的基本技能；  2、提高对球的控制能力与传停球的力度和准确性；  3、初步掌握前额正面头顶球。 | |
| **作业资源** | 1、教师发头顶球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等复习脚背内侧踢球技术。 | |
| **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）：**  热身：蚂蚁搬家   1. 学生可以从中间方块或对手区域运球到自己阵营； 2. 中途不能破坏其他人运控球，在规定时间哪一区域球多获胜。 3. 评价标准   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课中）：**   1. 练习：脚背内侧踢球和头顶球  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 脚背内侧踢球 | 男 | 10及以上 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4个以下 | | 女 | 10及以上 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4个以下 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 头顶球 | 男 | 6及以上 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2个以下 | | 女 | 5及以上 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1个以下 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业三（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、两名同学（或家长）面对面相距5米站立；  3、两个同学或者家长间隔5米进行脚背内侧踢球练习；  4、两个同学或者家长间隔5米进行头顶球练习  5、先练习再进行考评；  6、评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 脚背内侧踢球 | 男 | 10及以上 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4个以下 | | 女 | 10及以上 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4个以下 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 头顶球 | 男 | 6及以上 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2个以下 | | 女 | 5及以上 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1个以下 |   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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | 颠球部位 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟以上 |  |
| **2** | 直线运传球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 运球、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 |  |
| **3** | 脚背内侧踢球 | 对球感的掌握 | 传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 8分钟以上 |  |
| **4** | 头顶球 | 对球感的掌握 | 传球、停球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 7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** | | | | | | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| **第9课时教学设计** | |
| **课题** | 1、脚背内侧踢空中球  2、复习前额正面头顶球  3、“飞毛腿导弹”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**  通过本单元本次课对足球专项课程的学习，让学生学习脚背内侧踢空中球和前额正面头顶球技术，掌握用球技巧和细则。并结合田径游戏增加了足球专项技能练习时的趣味性，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球运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。教师在之前的课时中很好的了解了脚背内侧踢空中球技术动作，本次课为了扩宽了学生的足球技术，不仅学习了踢空中球技术并让学生掌握前额正面头顶球技术，让学生对足球有了更加丰富的认识。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | |
| **四、学习目标叙写**  1、知识技能学习目标：进一步了解脚背内侧踢空中球和前额正面头顶球的方法，懂得遵守规则参与游戏和比赛。75%的学生能运用好脚背内侧踢空中球并了解头顶球技术，25%的学生能够在练习中运用出脚背内侧踢球技术和头顶球技术。  2、体能素质锻炼目标：通过课堂练习和游戏等多种形式练习，学生的灵敏、协调、力量等身体素质和基本活动能力得到一定发展；通过球性练习促进学生神经系统的快速反应能力。  3、情感品格培养目标：通过练习、游戏和比赛，学生体验感受足球的乐趣，学会遵守规则，同学间能愉快合作、相互交流和帮助，形成良好的体育品德。 | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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；  4、强调用球规则和课堂安全。  **（二）热身活动**  1、教师领学生做专项准备活动。  2、热身游戏：猫抓老鼠  游戏规则：指定两名学生徒手在场地外作为“捕手”，其余学生没人1球在场地内运球。教师发出信号后“捕手”进入场地抓捕运球学生，被捕到的学生原地坐下，只有被自由运球的学生用手部接触后才能重新开始运球。 | **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、熟练用球，清楚用球规则。  1、专项准备活动：上、下肢拉伸运动。  2、认真听教师讲解游戏规则，并按规则开始热身游戏。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：上课时不得随意坐球或抱球拍球发出噪音；  3、讲解教学时始终保持：将足球放在脚下正前方。  1、活动身体达到热身效果。　　2、营造愉快的课堂气氛。 | 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强调本单元足球教学用球规矩及安全注意事项。除此之外把球感游戏加到热身环节中，起到一个事半功倍的效果。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）学习脚背内侧踢空中球的动作方法**  1、教师讲解动作要领。  脚背内侧踢球空中球动作要领：  斜线助跑，支撑脚踏在球的侧方，脚尖指向出球方向，用脚背内侧击球的后中部，踢球后，踢球腿随球继续前摆，两臂随踢球动作自然摆动。  2、教师完整、分解示范。  3、分组练习：  学生3人1组，相距15米，蓝队学生传球给中间人，中间人再回传，蓝队学生迎球用脚背内侧踢空中球至对面同伴，中间人再反跑接应，依次循环进行练习。  **（二）复习前额正面头顶球**  1、教师复习讲解动作重难点。  前额正面头顶球重难点：  重点：找到头部触球位置  难点：对球落点的判断  2、请学生家庭作业成果展示  3、分组练习  **（三）“飞毛腿导弹”游戏**  将学生分成4人一组，一人用脚背内侧踢空中球，另一人站在侧边2m处，当球踢出去的同时，侧边的同学努力追球，将球抱回。4人轮流交换进行。 | **学生活动二**  1、学生认真听教师讲解原地脚背内侧踢空中球动作；  2、学生可在练习中寻找控制重心，支撑踏点，触球准确小技巧，相互研究讨论；  3、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  1、学生认真听教师再次复习讲解前额正面头顶球重难点；  2、学生可在练习中寻找停球的小技巧，相互研究讨论；  3、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  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；  学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | 1、集中注意力听教师讲解动作技术，明确支撑脚站位；  2、与搭档协同练习；传球时有呼应  1、集中注意力听教师讲解动作技术，掌握前额正确触球位置；  2、与搭档协同练习；传球时有呼应  1、集中注意力听教师讲解游戏规则并注意游戏时的安全。  2、游戏中注意力集中，反应迅速。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过对脚背内侧踢空中球的讲解学习，提高学生传球能力，增加比赛中传球的可能性。同时通过对前额正面头顶球的复习，让学生较好的掌握头顶球。最后的游戏环节结合了田径快速跑的内容，也增加了本次课的强度。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  **（一）放松操**  1、脖颈拉伸；  2、两人相互腰部拉伸；  3、敲打腿部肌肉；  4、腿部后侧肌群拉伸；  5、腿部肌肉拉伸；  **（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。  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。 | 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** 足球场半场、46个足球、15个标准桶、30个标准盘 | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、学生自行练习颠球。  2、静态找脚背内侧踢空中球的触球部位。  3、可以在空旷的场地让家长协同练习脚背内侧踢空中球。 | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | 中等 |
| 群体运动密度 | 50%—70% |
| 个体运动密度 | 62% |
| **十、教学反思与改进** | | |

**第9课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**自行颠球练习  **课中:**运、传球、停球、田径趣味小游戏练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、学生自行练习颠球。  2、静态找脚背内侧踢空中球的触球部位。  3、可以在空旷的场地让家长协同练习脚背内侧踢空中球。 | |
| **作业目标** | 1、熟练颠球的基本技能；  2、提高对球的控制能力与传停球的力度和准确性；  3、掌握前额正面头顶球。 | |
| **作业资源** | 1、教师发头顶球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等复习脚背内侧踢空中球技术。 | |
| **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）：**  热身：猫抓老鼠  1、指定两名学生徒手在场地外作为“捕手”  2、其余学生没人1球在场地内运球  3、被捕到的学生原地坐下  4、只有被自由运球的学生用手部接触后才能重新开始运球。  5、评价标准  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课中）：**  练习：脚背内侧踢空中球和头顶球   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 脚背内侧踢空中球 | 男 | 10及以上 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4个以下 | | 女 | 10及以上 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4个以下 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 头顶球 | 男 | 6及以上 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2个以下 | | 女 | 5及以上 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1个以下 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业三（课中）：**  游戏：“飞毛腿导弹”游戏   1. 一人用脚背内侧踢空中球，另一人站在侧边2m处 2. 当球踢出去的同时，侧边的同学努力追球，将球抱回。   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业四（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、两名同学（或家长）面对面相距5米站立；  3、两个同学或者家长间隔5米进行脚背内侧踢球空中球练习；  4、两个同学或者家长间隔5米进行头顶球练习  5、先练习再进行考评；  6、评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 脚背内侧踢空中球 | 男 | 10及以上 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4个以下 | | 女 | 10及以上 | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4个以下 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 头顶球 | 男 | 6及以上 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2个以下 | | 女 | 5及以上 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1个以下 |   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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | | | 颠球部位 | | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟以上 |  |
| **2** | 直线运传球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | | | 运球、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 |  |
| **3** | 脚背内侧踢空中球 | 对球感的掌握 | | | 传球 | | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 8分钟以上 |  |
| **4** | 头顶球 | 对球感的掌握 | | | 传球、停球 | | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 7分钟以上 |  |
| **5** | 快速跑 | 提升身体素质 | | | 速度 | | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **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** | | | | | | | | | | | | |
| **第10课时教学设计** | | | | | | | | | | | | | |
| **课题** | | | | 1、脚底接控反弹球  2、“投远停球”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**  通过本单元本次课对足球专项课程的学习，让学生学习脚底接控反弹球技术，丰富了足球专项技术，掌握用球技巧和细则。并把田径投掷融入到了游戏中，增加了足球专项技能练习时的趣味性，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | | | | | | | | | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球运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。教师在上节课时学到的踢空中球的前提下，接着传授了脚底接控反弹球，扩宽了学生的足球技术，本课时让学生分组进行投掷游戏也能提高学生身体素质，并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | | | | | | | | | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、知识技能学习目标：进一步了解脚底接控反弹球的方法，懂得遵守规则参与游戏和比赛。75%的学生能运用好脚底接控反弹球技术，25%的学生能够在游戏中适当运用出脚底接控反弹球技术。  2、体能素质锻炼目标：通过课堂练习和游戏等多种形式练习，学生的灵敏、协调、力量等身体素质和基本活动能力得到一定发展；通过球性练习促进学生神经系统的快速反应能力。  3、情感品格培养目标：通过练习、游戏和比赛，学生体验感受足球的乐趣，学会遵守规则，同学间能愉快合作、相互交流和帮助，形成良好的体育品德。 | | | | | | | | | | | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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；  4、强调用球规则和课堂安全。  **（二）热身活动**  1、教师领学生做专项准备活动。  2、热身游戏：“狼抓兔子”游戏  游戏规则：将场地分成4个组，每组学生分为两队，一组作为“兔子”将标志服塞进训练裤后边，露出一半标志服。另一组作为“狼”，开始后在运球的同时想办法抓住“兔子”的标志服。 | **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、熟练用球，清楚用球规则。  1、专项准备活动：上、下肢拉伸运动。  2、认真听教师讲解游戏规则，并按规则开始热身游戏。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：上课时不得随意坐球或抱球拍球发出噪音；  3、讲解教学时始终保持：将足球放在脚下正前方。  1、活动身体达到热身效果。　　2、营造愉快的课堂气氛。 | 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强调本单元足球教学用球规矩及安全注意事项。除此之外把球感游戏加到热身环节中，起到一个事半功倍的效果。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）学习脚底接控反弹球动作方法**  1、教师讲解动作要领。  脚背内侧踢球动作要领：  身体正对来球方向，移动前迎，脚尖正对来球方向，膝关节徽屈，同时接球腿提起，膝关节微屈，脚背略屈。脚掌触球时脚尖向上抬，踝关节适当紧张将球向斜前下方压控，一般以前脚掌接触球的上部为宜。  2、教师完整、分解示范。  3、分组练习：  两人相距6米，一人将球抛向接球学生，球第二次落地时，接球学生使用脚底接控反弹球技术将球停在脚下。  **（二）“投远停球”游戏**  学生自行分组，2人为一组，两人相距10m对站，1人单手投掷足球，另一人站在对边停住球，得一分。如抛球的同学丢出10m可另加一分。先得10分组获胜。 | **学生活动二**  1、学生认真听教师讲解脚底接控反弹球动作；  2、学生可在练习中寻找脚推压球的时机及身体的重心转移小技巧，相互研究讨论；  3、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  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；  学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | 1、集中注意力听教师讲解动作技术，明确支撑脚站位；  2、与搭档协同练习；传球时有呼应  1、集中注意力听教师讲解游戏规则并注意游戏时的安全。  2、游戏中注意力集中，反应迅速。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过对脚底接控反弹球的讲解学习，提高学生控球能力，为比赛中的停传球打下基础。游戏环节结合了田径投掷项目，也增加了趣味性，让学生更愿意去练习停球。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松操  1、脖颈拉伸；  2、两人相互腰部拉伸；  3、敲打腿部肌肉；  4、腿部后侧肌群拉伸；  5、腿部肌肉拉伸；  （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。  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。 | 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** 足球场半场、46个足球、15个标准桶、  30个标准盘、标志服46件（4种颜色均分） | | | | | | | | | | | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、学生自行练习颠球。  2、自抛或家长协助练习脚底接控反弹球。 | | | | | | | | | | | | | |
| **九、**预计负荷 | | | 运动强度 | | | 中等 | | | | | | | |
| 群体运动密度 | | | 50%—70% | | | | | | | |
| 个体运动密度 | | | 61% | | | | | | | |
| **十、教学反思与改进** | | | | | | | | | | | | | |

**第10课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | 颠球部位 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟以上 |  |
| **2** | 直线运传球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 运球、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 |  |
| **3** | 脚底接控反弹球 | 对球感的掌握 | 传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 8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** | | | | | | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| **第11课时教学设计** | |
| **课题** | 1. 脚背正面接空中球   2、“投远停球射门”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**  通过本单元本次课对足球专项课程的学习，让学生学习脚背正面接空中球技术，丰富了足球专项技术，掌握用球技巧和细则。并把田径投掷融入到了游戏中，增加了足球专项技能练习时的趣味性，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球运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。教师在之前课时中学了踢空中球的前提下，接着传授了脚背正面接空中球，扩宽了学生的足球技术，本课时让学生分组进行投掷游戏也能提高学生身体素质，并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | |
| **四、学习目标叙写**  1、知识技能学习目标：进一步了解脚背正面接空中球的方法，懂得遵守规则参与游戏和比赛。75%的学生能运用好脚背正面接空中球技术，25%的学生能够在游戏中适当运用出脚背正面接空中球技术。  2、体能素质锻炼目标：通过课堂练习和游戏等多种形式练习，学生的灵敏、协调、力量等身体素质和基本活动能力得到一定发展；通过球性练习促进学生神经系统的快速反应能力。  3、情感品格培养目标：通过练习、游戏和比赛，学生体验感受足球的乐趣，学会遵守规则，同学间能愉快合作、相互交流和帮助，形成良好的体育品德。 | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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；  4、强调用球规则和课堂安全。  **（二）热身活动**  1、教师领学生做专项准备活动。  2、热身游戏：“抢占宝藏”游戏  游戏规则：将场地分成4个组，场地中间摆若干足球，每组学生以接力的方式，跑步出发到中场抢夺1个足球，以最快速度运球回到本方区域，与下一名队友击掌，下一名学生才可以出发。 | **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、熟练用球，清楚用球规则。  1、专项准备活动：上、下肢拉伸运动。  2、认真听教师讲解游戏规则，并按规则开始热身游戏。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：上课时不得随意坐球或抱球拍球发出噪音；  3、讲解教学时始终保持：将足球放在脚下正前方。  1、活动身体达到热身效果。　　2、营造愉快的课堂气氛。 | 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强调本单元足球教学用球规矩及安全注意事项。除此之外把球感游戏加到热身环节中，起到一个事半功倍的效果。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）学习脚背正面接空中球动作方法**  1、教师讲解动作要领。  脚背正面接空中球动作要领：  两臂自然张开，保持身体的平衡。接球时，支撑脚膝关节微屈，接球脚适当提膝抬腿，以脚背正面稍前部位对准来球。当脚触球刹那顺势向下引撤，缓冲来球力量，将球控制在需要的位置上。  2、教师完整、分解示范。  3、分组练习：  两人相距6米，一人将球抛向接球学生，球第二次落地时，接球学生使用脚底接控反弹球技术将球停在脚下。  **（二）“投远停球射门”游戏**  学生自行分组，2人为一组，两人相距10m对站，1人单手投掷足球，另一人站在对边停住球，并带球射门，进门得一分。如抛球的同学丢出10m可另加一分。先得10分组获胜。 | **学生活动二**  1、学生认真听教师讲解脚背正面接空中球动作；  2、学生可在练习中寻找脚推压球的时机及身体的重心转移小技巧，相互研究讨论；  3、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  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；  学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | 1、集中注意力听教师讲解动作技术，明确支撑脚站位；  2、与搭档协同练习；传球时有呼应  1、集中注意力听教师讲解游戏规则并注意游戏时的安全。  2、游戏中注意力集中，反应迅速。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过对脚背正面接空中球的讲解学习，让学生初步了解脚背正面接空中球射门技术，提高打门能力，游戏环节结合了田径投掷项目，也增加了趣味性，让学生更愿意去练习停球，并且也增加了射门练习，可以很好的衔接技术，为后续的教学内容做准备。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  **（一）放松操**  1、脖颈拉伸；  2、两人相互腰部拉伸；  3、敲打腿部肌肉；  4、腿部后侧肌群拉伸；  5、腿部肌肉拉伸；  **（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。  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。 | 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** 足球场半场、46个足球、15个标准桶、30个标准盘 | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、学生自行练习颠球。  2、家长协助练习脚背正面接空中球。 | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | 中等 |
| 群体运动密度 | 50%—70% |
| 个体运动密度 | 65% |
| **十、教学反思与改进** | | |

**第11课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | 颠球部位 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟以上 |  |
| **2** | 直线运传球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 运球、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 |  |
| **3** | 脚背正面接空中球 | 对球感的掌握 | 传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 8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** | | | | | | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| **第12课时教学设计** | |
| **课题** | 1. 战术2vs1   2、“阵地大作战”身体素质 |
| **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**  通过本单元首次对足球技战术学习，让学生对足球比赛的配合有一个初步的认知，学习战术2vs1，丰富学生的战术经验，掌握配合的技巧。最后的体能挑战，也能帮助学生提升身体素质，更好的把体力和战术相融合，运用到足球比赛中去。 | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球技战术学习，是本单元课程的首次战术教学课。教师在之前课时中已经传授了大量的传接球技术，本次课为的是扩宽学生的思维，让学生学会将技术和战术相融，并且与队友形成默契配合，去感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | |
| **四、学习目标叙写**  1、知识技能学习目标：进一步了解足球战术2vs1，懂得遵守规则参与游戏和比赛。75%的学生能运用好足球战术2vs1，25%的学生能够在游戏中适当运用出足球战术2vs1。  2、体能素质锻炼目标：通过课堂练习和游戏等多种形式练习，学生的灵敏、协调、力量等身体素质和基本活动能力得到一定发展；通过球性练习促进学生神经系统的快速反应能力。  3、情感品格培养目标：通过练习、游戏和比赛，学生体验感受足球的乐趣，学会遵守规则，同学间能愉快合作、相互交流和帮助，形成良好的体育品德。 | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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；  4、强调用球规则和课堂安全。  **（二）热身活动**  1、教师领学生做专项准备活动。  2、热身游戏：双人保护足球  游戏规则：将所有学生分成2人一组，2人手拉手控制1个足球，在规定的场地内用脚运球。运球开始后2人保护好自己足球的同时去破坏其他组的球，将球踢出界，2人不能松开手，球被踢出界后学生在场边拉球练习。 | **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、熟练用球，清楚用球规则。  1、专项准备活动：上、下肢拉伸运动。  2、认真听教师讲解游戏规则，并按规则开始热身游戏。 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：上课时不得随意坐球或抱球拍球发出噪音；  3、讲解教学时始终保持：将足球放在脚下正前方。  1、活动身体达到热身效果。　　2、营造愉快的课堂气氛。 | 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强调本单元足球教学用球规矩及安全注意事项。除此之外把球感游戏加到热身环节中，起到一个事半功倍的效果。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）学习2v1技战术**  1、固定防守（标杆）二过一战术配合练习：每组8～10人，分成两队，相距10 m左右，两人为一组，进行二过一配合练习。  2、固定第二传球者往返二过一配合练习：每组7人，再分两小组每组3人，相距30 m，成纵队面对面站立，中间一人为固定传球者（⑦），①运球传给⑦，⑦直接传给①，①得球传给④，④按①的方法进行练习。  3、有防守的二过一配合射门练习：三人一组，两人进攻一人防守，进攻者根据防守者的位置练习二过一配合射门。  **（二）“疯狂2过1”游戏**  约10人为一组，8名学生分4对，每队1球，其余2名学生作为抢球学生。持球学生需在防守学生进行防守的时候寻找队友做2过1配合。  **（三）“阵地大作战”身体素质**  1、蹲起跳  2、俯卧撑  3、高抬腿  4、仰卧单车 | **学生活动二**  1、学生认真听教师讲解2v1技战术；  2、学生可在练习中寻找跑动传接球的小技巧，与搭档磨合传球时机和力度；  3、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  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；  学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。   1. 认真听教师讲解，根据教师的口哨交换动作； 2. 学生在游戏的过程中注意间隔具体及活动安全； | 1、集中注意力听教师讲解动作技术，明确跑位路线；  2、与搭档协同练习；传球时有呼应  1、集中注意力听教师讲解游戏规则并注意游戏时的安全。  2、游戏中注意协同配合。  1、集中注意力听教师讲解游戏规则并注意游戏时的安全。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过对2v1的战术讲解学习，让学生有了配合意识和思路，游戏环节增加了抢球队员，模拟了比赛场上的拼抢，也增加了紧张感，让学生更加兴奋的参与其中，最后的身体素质练习，为后续的比赛打下坚实的体能基础。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  **（一）放松操**  1、脖颈拉伸；  2、两人相互腰部拉伸；  3、敲打腿部肌肉；  4、腿部后侧肌群拉伸；  5、腿部肌肉拉伸；  **（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。  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。 | 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** 足球场半场、46个足球、15个标准桶、30个标准盘 | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、学生自行练习颠球。  2、家长协助脚内侧停传球技术。 | | |
| **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12课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**自行颠球练习  **课中:**运、传球、停球、体能小游戏练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、学生自行练习颠球。  2、家长协助脚内侧停传球技术。 | |
| **作业目标** | 1、熟练颠球的基本技能；  2、提高对球的控制能力与传停球的力度和准确性； | |
| **作业资源** | 1、教师发战术2vs1教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等复习战术2vs1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）：**  热身：双人保护足球   1. 将所有学生分成2人一组，2人手拉手控制1个足球； 2. 在规定的场地内用脚运球； 3. 运球开始后2人保护好自己足球的同时去破坏其他组的球，将球踢出界； 4. 2人不能松开手，球被踢出界后学生在场边拉球练习。   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课中）：**  练习：学习2v1技战术  1、固定防守（标杆）二过一战术配合练习：每组8～10人，分成两队，相距10 m左右，两人为一组，进行二过一配合练习。  2、固定第二传球者往返二过一配合练习：每组7人，再分两小组每组3人，相距30 m，成纵队面对面站立，中间一人为固定传球者（⑦），①运球传给⑦，⑦直接传给①，①得球传给④，④按①的方法进行练习。  3、有防守的二过一配合射门练习：三人一组，两人进攻一人防守，进攻者根据防守者的位置练习二过一配合射门。  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业三（课中）：**  游戏：**疯狂2过1”游戏**   1. 约10人为一组，8名学生分4对，每队1球； 2. 其余2名学生作为抢球学生； 3. 持球学生需在防守学生进行防守的时候寻找队友做2过1配合。   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业四（课中）：**  **“阵地大作战”身体素质**  1、蹲起跳  2、俯卧撑  3、高抬腿  4、仰卧单车  学生自评：☆☆☆☆☆  **作业五（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、两名同学（或家长）面对面相距5米站立；  3、两个同学或者家长间隔5米进行脚背正面接空中球练习；  4、先练习再进行考评；  5、评价标准：   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 考核  内容 | 等分 | 优秀 | | 良好 | | 及格 | | 继续努力 | | 脚背正面接空中球 | 男 | 6及以上 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2个以下 | | 女 | 5及以上 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1个以下 |   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** | 颠球练习 | 掌握脚背正面颠球 | 颠球部位 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟以上 |  |
| **2** | 直线运传球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 运球、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 |  |
| **3** | 脚背正面接空中球 | 对球感的掌握 | 传球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 8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** | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第13课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 3vs2技战术 | |
| **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**  通过本单元足球小范围传接球对抗专项技能课程的练习，让学生学习技能的同时掌握用球技巧和规矩。并结合体能及球感练习进行初步了解足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球小范围传接球对抗专项技能课程的练习，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授足球基本用球知识及比赛规则前提下，扩宽了学生的足球知识面，本课时并让学生通过一次次传接球对抗提高学生球感，并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、通过实战提高学生运用局部进攻战术的能力。  2、提高学生的快速反应能力和身体移动的灵活性。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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； | **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； | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：身体准备动作的立正姿势。 | 3’ | | **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足球教学用球规矩及要求。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用控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）颠接球游戏**  每位同学持球在规定区域内进行颠接球，分小组比拼谁颠接球最多。  **（二）前滚翻**  动作要领：蹲撑，两腿蹬直，同时曲臂、低头、提臀、团身向前滚翻。前滚时，头的后部、肩、背、臀部依次着垫，当背着垫时，迅速屈小腿。上体与膝部靠紧，两手抱小腿，向前滚动成蹲立。  **（三）斜传斜插3vs2**  控球学生将球斜线传到中路防守球员身后，无球学生斜线插入到防守学生身后空当接球。 | **学生活动二**  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、学生根据的教师提出的内容及规则进行安全、认真的活动；  2、学生可讨论最快速、最简便的方法，相互研究讨论；  3、学生相互提出困难点，进行积极讨论并克服困难  4、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  5、强调安全 | 1、接球反应迅速、接球成功、动作标准；  2、游戏中集中注意力听中间同学的编号，并注意游戏时的安全。  3、看准球的落地，反应迅速，动作正确，注意力集中。  4、动作连贯标准 | 5’  8’  20’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过游戏提高学生兴趣，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足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**  1、拉伸放松  2、小结，团队意识教育  3、师生评价  4、安排学生归还器材  5、师生再见  6、宣布下课 | **学生活动3**  1、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  2、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  3、学生认真听从教师对本节课的总结；  4、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  5、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’ | | **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** 足球场、40个足球、标志桶4个、体操垫4个 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成传接球。  2、让学生对墙在3-5米的距离进行传接球，其学生将球稳稳接住。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—80% |
| 个体运动密度 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第13课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种球感趣味对抗练习  **课中:定点传接球**  **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）并检查能否熟练完成传接球。  2、让学生对墙在3-5米的距离进行传接球，其学生将球稳稳接住。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成球性球感练习   2、能正确判断传接球时机 | |
| **作业资源** | 1、教师发教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习对墙传接球。 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免损坏到家电家装等，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）：**  **定点传接球**   1. 老师跟同学同时站在足球场地 2. 当教师下“开始”口令的同时将球传向对面 3. 学生听到“开始”口令后迅速开始传接球 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 2分钟计时传接球 | | | | | | 接球个数 | 30-25个 | 25-20个 | 20-15个 | 15-0个 | | 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. 对墙3-5米完成传接球练习 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1次性完成传接球 | | | | | | 失误个数 | 0个 | 3-5个 | 5-8个 | 8个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **2’**  **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5年级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** | 拿球立正姿势1分钟 | 掌握用球规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 运球 | 对球感的掌握 | 运球 | 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** | 前滚翻 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 安全 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 传接球 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 接球 | 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 |  |
| **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14课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 3vs2技战术 | |
| **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**   通过本单元足球小范围传接球对抗专项技能课程的练习，让学生学习技能的同时掌握用球技巧和规矩。并结合体能及球感练习进行初步了解足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是足球小范围传接球对抗专项技能课程的练习，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授足球基本用球知识及比赛规则前提下，扩宽了学生的足球知识面，本课时并让学生通过一次次传接球对抗提高学生球感，并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、通过实战提高学生运用局部进攻战术的能力。  2、提高学生的快速反应能力和身体移动的灵活性。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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； | **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； | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：身体准备动作的立正姿势。 | 3’ | | **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足球教学用球规矩及要求。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用控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）抢球游戏**  将全班分为四个小组，分别在相对应的场地进行，各小组在规定区域内一个同学不拿球其余同学拿球，拿球的同学在区域内随意运球，不拿球同学去抢抢完为止。  **（二）跪跳起**  动作要领：  1、从跪立开始，上体前倾，同时两臂后摆，臀部后坐。  2、两臂迅速向前上摆，摆至前举时立即制动，同时伸腰展髋，脚背与小腿用力下压。  3、身体向上腾起时，迅速提膝收腿成半蹲姿势  **（三）斜传斜插3vs2**  控球学生将球斜线传到中路防守球员身后，无球学生斜线插入到防守学生身后空当接球。 | **学生活动二**  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、学生根据的教师提出的内容及规则进行安全、认真的活动；  2、学生可讨论最快速、最简便的方法，相互研究讨论；  3、学生相互提出困难点，进行积极讨论并克服困难  4、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  5、强调安全 | 1、运球反应迅速、护球成功、动作标准；  2、游戏中集中注意力多观察躲避并注意游戏时的安全。  3、看准抢球时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。  4、动作连贯标准 | 5’  8’  20’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过游戏提高学生兴趣，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足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**  1、拉伸放松  2、小结，团队意识教育  3、师生评价  4、安排学生归还器材  5、师生再见  6、宣布下课 | **学生活动3**  1、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  2、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  3、学生认真听从教师对本节课的总结；  4、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  5、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’ | | **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** 足球场、40个足球、标志桶4个、体操垫4个 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成传接球。  2、让学生对墙在3-5米的距离进行传接球，其学生将球稳稳接住。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—80% |
| 个体运动密度 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第14课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 拿球立正姿势1分钟 | 掌握用球规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 运球 | 对球感的掌握 | 运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 体能发展类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **3** | 跪跳起 | 发展学生身体协调性 | 协调 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 5分钟 |  |
| **4** | 传接球 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 接球 | 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 |  |
| **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15课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 小场地比赛 | |
| **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**   通过本单元足球对抗比赛专项技能课程的练习，让学生学习技能的同时掌握用球技巧和规矩。并结合体能及球感练习进行初步了解足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是对抗比赛专项技能课程的练习，教师在传授足球基本技术知识及比赛规则前提下，扩宽了学生的足球知识面，本课时并让学生通过对抗比赛提高学生基本技术及对比赛的阅读理解，并感受足球带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、通过比赛提高学生对基本技术的运用和战术的能力。  2、提高学生的快速反应能力和身体移动的灵活性。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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； | **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； | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：身体准备动作的立正姿势。 | 3’ | | **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足球教学用球规矩及要求。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用控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）颠球游戏  每位同学持球在规定区域内进行颠球，分小组比拼谁颠球最多。  **（二）迎面接力跑**  将学生分为两组，每组分为AB两小队相距10米相对而站，听见教师“开始”哨音A队第一个同学跑向B队第一个同学，击掌后B队第一个同学方可出发，以此交接直至每组最后一位同学跑完。  **（三）小场地比赛**  学生分2队，每队5-9人在场地上进行比赛。一队可以进攻对方两个球门中任何一个球门，将球传过球门，并有同伴在球门后接住则得1分；得分、球出界、犯规或者合理地抢到球均变换控球权。此练习的目的是提高学生在比赛中的观察能力和利用传球转移进攻方向的能力，熟练掌握传接球技术。 | **学生活动二**  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、学生根据的教师提出的内容及规则进行安全、认真的活动；  2、学生可讨论最快速、最简便的方法，相互研究讨论；  3、学生相互提出困难点，进行积极讨论并克服困难  4、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  5、强调安全 | 1、运球反应迅速、护球成功、动作标准；  2、游戏中集中注意力多观察躲避并注意游戏时的安全。  3、看准抢球时机，反应迅速，动作正确，注意力集中。  4、动作连贯标准 | 5’  8’  20’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过游戏提高学生兴趣，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足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**  1、拉伸放松  2、小结，团队意识教育  3、师生评价  4、安排学生归还器材  5、师生再见  6、宣布下课 | **学生活动3**  1、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  2、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  3、学生认真听从教师对本节课的总结；  4、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  5、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’ | | **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** 足球场、40个足球 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成颠球。  2、让学生自主完成颠球。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—80% |
| 个体运动密度 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第15课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 拿球立正姿势1分钟 | 掌握用球规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 运球 | 对球感的掌握 | 运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 体能发展类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **3** | 接力跑 | 发展学生身体素质 | 步频 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 5分钟 |  |
| **4** | 颠球 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 颠球 | 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 |  |
| **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** | | 足球游戏—“两位数加减乘除”（数学） | |
| **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**  通过本单元学科融合练习，让学生学习体育技能的同时也熟悉和其他学科的融合。结合数学、体能及球感练习进行足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是学科融合练习，教师在传授足球基本技术知识及与数学学科融合练习，扩宽了学生的知识面，本课时让学生通过对学科融合理解，感受学科融合带来的乐趣。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、通过学科融合练习提升各方面能力。  2、提高学生的速算与快速反应能力和身体移动的灵活性。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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； | **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； | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：身体准备动作的立正姿势。 | 3’ | | **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足球教学用球规矩及要求。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用控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）我说你做游戏**  1、在规定区域内  2、10人一组，每人一球  3、在区域内随意控球（教师指定动作）  4、听到口令用相同的部位触球  5、动作失误或缓慢者淘汰，最后剩下的球员为胜  **（二）两位数加减乘除无球反向跑**  学生两人一组，面对面站立，教师右手边的是单数，左手边的是双数，听见教师给出的“两位数乘除”比如：“15X2”算出结果等于30是双数，左手边双数的同学快速启动跑向安全区域，单数同学则需在双数同学跑到安全区域前抓住双数同学，未抓住算输，抓住则赢。  **（三）两位数加减乘除运球反向跑**  学生两人一组，持球面对面站立，教师右手边的是单数，左手边的是双数，听见教师给出的“两位数乘除”比如：“15X2”算出结果等于30是双数，左手边双数的同学快速启动运球跑向安全区域，单数同学则需在双数同学跑到安全区域前抓住双数同学，未抓住算输，抓住则赢。(两步一运） | **学生活动二**  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. 学生根据的教师提出的内容及规则进行安全、认真的活动； 2. 学生可讨论最快速、最简便的方法，相互研究讨论； 3. 学生相互提出困难点，进行积极讨论并克服困难 4. 动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。   5、强调安全 | 1、运球反应迅速、动作标准；  2、游戏中集中注意力听教师口令并注意游戏时的安全。  3、反应迅速，动作正确，注意力集中。  4、动作连贯标准 | 5’  8’  20’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过游戏提高学生兴趣，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足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**  1、拉伸放松  2、小结，团队意识教育  3、师生评价  4、安排学生归还器材  5、师生再见  6、宣布下课 | **学生活动3**  1、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  2、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  3、学生认真听从教师对本节课的总结；  4、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  5、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’ | | **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** 足球场、40个足球、 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、亲子互动，可与家人一起参与游戏 | | | |
| **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 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第16课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 拿球立正姿势1分钟 | 掌握用球规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 运球 | 对球感的掌握 | 运球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 体能发展类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **3** | 速算运球 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 速算运球 | 学科融合 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟以上 |  |
| **4** | 速算运球 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 速算运球 | 学科融合 | 运用 | 技能提高类 | 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17课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 复习课:脚内侧传接球 | |
| **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□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本单元复习脚内侧传接球专项练习，让学生学习脚内侧传接球同时掌握用球技巧和规矩。并结合体能及球感练习进行了解足球专项技能，提高学生对足球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| **二、教学内容分析**  本课时内容是脚内侧传接球练习，教师在传授足球基本技术的同时学生加强练习，本课时让学生通过对脚内侧传接的复习，能更好的掌握和运用脚内侧传接球。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**  水平三五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；正确地上课用球站立姿势及规矩。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。 | | | |
| **四、学习目标叙写**  1、通过复习脚内侧传接球提高学生传接球能力。  2、提高学生身体移动的灵活性和协调性。 | | | |
| **五、评价任务设计**  根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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； | **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； | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：身体准备动作的立正姿势。 | 3’ | | **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足球教学用球规矩及要求。如部分学生出现练习懈怠的等情况，利用控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）我说你做游戏**  1、在规定区域内  2、10人一组，每人一球  3、在区域内随意控球（教师指定动作）  4、听到口令用相同的部位触球  5、动作失误或缓慢者淘汰，最后剩下的球员为胜  **（二）定点脚内侧传接球**  动作要领:  1、直线助跑  2、支撑脚离球大约一拳距离，支 撑脚微弯  3、身体重心前倾  4、摆动腿提膝外展，固定好踝关节，用脚内侧充分接触球的中后部。  **（三）移动脚内侧传接球**  在规定区域内两人一组随意跑动脚内侧传接球 | **学生活动二**  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；  4、学生根据的教师提出的内容及规则进行安全、认真的活动；   1. 学生可讨论最快速、最简便的方法，相互研究讨论； 2. 学生相互提出困难点，进行积极讨论并克服困难； 3. 动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态；   8、强调安全 | 1、运球反应迅速、动作标准；  2、游戏中集中注意力听教师口令并注意游戏时的安全。  3、反应迅速，动作正确，注意力集中。  4、动作连贯标准 | 5’  8’  20’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过练习提高学生基本技术，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足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**  1、拉伸放松  2、小结，团队意识教育  3、师生评价  4、安排学生归还器材  5、师生再见  6、宣布下课 | **学生活动3**  1、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  2、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  3、学生认真听从教师对本节课的总结；  4、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  5、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’ | | **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** 足球场、40个足球 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、亲子互动，可与家人一起传接球  2、学生自主练能 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—70% |
| 个体运动密度 | | 60% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第17课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**各种球感趣味对抗练习  **课中:脚内侧传接球**  **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）并检查能否熟练完成传接球。  2、让学生自主完成传接球练习。 | |
| **作业目标** | 1、熟练完成球性球感练习  2、能正确判断传接球时机 | |
| **作业资源** | 1、教师发教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习传接球 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免损坏到家电家装等，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）：**  **速算运球**   1. 老师跟同学同时站在足球场地 2. 当教师下“开始”口令的同时将球传向对面 3. 学生听到“开始”口令后迅速开始传接球 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 2分钟计时脚内侧传接球 | | | | | | 接球个数 | 30-25个 | 25-20个 | 20-15个 | 15-0个 | | 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、对墙3-5米完成脚内侧传接球练习  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1次性完成脚内侧传接球 | | | | | | 失误个数 | 0个 | 3-5个 | 5-8个 | 8个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **2’** |
| **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** | 拿球立正姿势1分钟 | 掌握用球规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 脚内侧传接球 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 脚内侧传接球 | 技能的掌握和运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 脚内侧传接球 | 提高学习兴趣及对足球运动的兴趣 | 脚内侧传接球 | 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** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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** | 考核：颠球、绕杆射门 |
| **考核活动设计**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **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；   1. **热身** 2. 活动身体达到热身效果。   2、营造愉快的课堂气氛。 | **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；  1、学生根据教师的要求进行热身活动；  2、学生在热身的过程中注意间隔具体及活动安全； | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音；  3、上课时始终保持：身体准备动作的立正姿势。 | 3’  2’ | | **活动意图说明：**在课堂常规环节中，讲解本堂课考核内容及要求。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）考核颠球：**  两人一组，一人考核一人计数  **（二）考核绕杆射门**：  1、五根标志杆相距两米摆放与门前   1. 听到教师开始哨音运球依次绕过标志杆射进门 2. 不能漏杆，漏杆可返回就近点或从起点开始 | **学生活动二**  1、学生根据教师的要求进行热身活动；  2、学生在热身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。  4、学生根据的教师提出的内容及规则进行安全、认真的活动；  5、学生可讨论最快速、最简便的方法，相互研究讨论；  6、学生相互提出困难点，进行积极讨论并克服困难  7、动作评价时，主动分享自己的诀窍及如何解决困难的心态。  8、强调安全 | 1、运球迅速、动作标准；  2、游戏中集中注意力听教师口令。  3、反应迅速，动作正确，注意力集中。  4、动作连贯标准 | 15’  16’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过考核检验学生们的学习情况，提升不足。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  1、拉伸放松  2、小结，团队意识教育  3、师生评价  4、安排学生归还器材  5、师生再见  6、宣布下课 | **学生活动3**  1、要求学生拉伸时动作幅度到位及动作标准；  2、学生积极与搭档协作，认真做好拉伸动作。  3、学生认真听从教师对本节课的总结；  4、学生积极讨论并参与自评及自我总结；  5、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’ | | **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** 足球场、40个足球、标志杆5个 | |
| **八、教学反思与改进** | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **基本信息** | | | | | | |
| 学 科 | 体 育 | | 学习领域/模块 | 排球大单元课程 | | |
| 年 级 | 水平三 五年级 | | 教科书版本及章节 | 人民教育出版社  5-6年级全一册 第六章第三节 | | |
| **单元教学设计** | | | | | | |
| **单元学习主题** | | **软 排 球** | | | **课时数** | **18** |
| **1.单元教学设计说明**  本单元依据义务教育体育与健康课程标准中提出的坚持‘健康第一’的教育理念，以发展学生核心素养为引领，重视育体与育心、体育与健康教育相融合，将软排球技能与健康教育、体育理论、德育内容相融，充分体现健身育人本质特征；同时依据学生的学习需求和兴趣爱好，在教学中落实“教会、勤练、常赛”的要求，坚持课内外有机结合，设计课前、课中和课后作业，让学生逐渐养成“校内锻炼1小时、校外锻炼1小时”的良好习惯；此外根据学生运动技能的形成规律和身心发展规律，整体设计课程内容，采用18课时的大单元教学模式，将软排球与田径和体操相融合，重视系统安排多种运动项目的学练，促进学生形成丰富的运动体验，协调发展运动能力，体现保证基础、重视多样、关注融合、强调运用等理念。 | | | | | | |
| **2.单元学习目标**  （一）运动能力：（1）学生了解排球项目的知识及规则，掌握软排球下手双手垫球基本技术，运用所学知识和技能参与排球游戏和比赛。（2）学生通过课堂中灵敏、协调、速度、力量和耐力等身体素质的训练，提高学生身体基本活动能力，更好的将垫球技术运用于排球小游戏和小比赛中。（3）学生能够按照要求参与体育锻炼，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，学习排球运动中的科学锻炼方法，并掌握一些轻微伤的处理方法。（2）通过本单元学习，学生能在学习、生活中逐渐学会调节自我情绪，勇于面对困难和挫折。（3）通过排球运动和学科融合教育，培养学生团结协作、永不放弃、战斗不息和爱国主义精神。  （三）体育品德：（1）学生能在体育课堂中自信勇敢，运动中克服由软排球转型为排球过程中的身体疼痛感和对球的恐惧感。（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，不怕困难。 | | | | | | |
| 1. **单元评价任务**   评价任务注重评价内容的多维、评价方法的多样以及评价主体的多元。评价内容围绕核心素养，既关注基本运动技能、体能与专项运动技能，又关注学习态度、进步情况及体育品德，；既关注健康基本知识与技能，又关注健康意识和行为养成。评价方法要重视过程性评价与综合性评价相结合。评价主体以体育教师为主，鼓励学生、其他学科教师、家长等参与其中。所以本单元的评价任务依据以上标准并根据学生的实际情况，将各种基本运动能力、体能训练、专项运动技能、学习态度和健康行为等相结合进行综合评价。 | | | | | | |
| 1. **单元整体教学思路（教学结构图）**   **未命名文件** | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **五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-轻微伤的自我处理 | | 健康教育 |
| 第2课 | 排球知识及比赛规则 | | 体育理论 |
| 第3课 | 1、软排球球性练习与游戏 | 2、“快跑接球游戏”  （发展快速跑能力） | 软排球＋田径 |
| 第4课 | 1、软排球各种抛接游戏 | 2、“打鸭子”游戏  （投掷排球+快速移动） | 软排球＋田径 |
| 第5课 | 1、软排球准备姿势 | 2.基本体操：健美操步伐  （并步、交叉步、滑步） | 软排球＋体操 |
| 第6课 | 1. 软排球移动步伐 | 1. 协调灵敏练习   (障碍跑与跳跃能力练习） | 软排球＋田径 |
| 第7课 | 1. 软排球垫球基本手型和姿势 2. 一抛一垫自主尝试练习 | 1. 跳短绳   （腿部力量与爆发力练习） | 软排球＋田径 |
| 第8课 | 1. 软排球下手双手垫球 2. 垫固定球 | 3、身体素质练习  （30米加速跑） | 软排球＋田径 |
| 第9课 | 1、近距离抛垫球练习 | 2、各种姿势垫球游戏  （坐姿、跪姿、跪跳起） | 软排球＋体操 |
| 第10课 | 1、左右移动抛垫球练习 | 2、垫球侧滚翻游戏  （垫球后的自我保护） | 软排球＋体操 |
| 第11课 | 1、下手双手对墙垫球  2、绕杆自垫球 | 3、身体素质训练  （弹跳练习+助跑摸高） | 软排球＋田径 |
| 第12课 | 1、两人对垫球练习 | 2、垫球前滚翻游戏  （垫球后的自我保护） | 软排球＋体操 |
| 第13课 | 1、远距离对垫球练习 | 2、穿梭跑动垫球接力  （垫球与快速跑） | 软排球＋田径 |
| 第14课 | 1、隔网垫球练习 | 2、垫球钻网接力  （障碍快速跑） | 软排球＋田径 |
| 第15课 | 1、对墙垫球比赛 | 2、身体素质练习  （30米折返跑） | 软排球＋田径 |
| 第16课 | 体育精神之“女排精神”（体育与德育） | | 跨学科主题  学习活动 |
| 第17课 | 复习课:软排球下手双手垫球 | | 复习 |
| 第18课 | 考核：一次性正面下手双手自垫球 | | 考核 |
| **考核内容** | **量性评价标准** | | |
| 一次性  正面下手双手自垫球 | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 等分 | 优秀 | 良好 | 合格 | 继续努力 | | 男 | 22个及以上 | 16~21个 | 9~15个 | 8个及以下 | | 女 | 21个及以上 | 15~20个 | 9~14个 | 8个及以下 | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第1课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 轻微伤的自我处理常识 | |
| **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**   通过本单元首节课轻微伤的自我处理常识学习，让学生了解和开水、火打交道不小心就有被烫伤或烧伤。通过讲解、观察图片让学生知道烧伤或烫伤的几个主要原因。增强学生自己处理轻微伤的意识和习惯。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   使学生知道一些预防知识和创伤发生后的处理方法， 可以最大限度地减少创伤给学生身心带来的伤害，使身体尽快康复。符合五年级学生的年龄特点，贴近学生的生活实际，易于理解。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   1、五年级学生感知觉属于少年阶段的特点，但相对比较，五年级学生的视觉和听觉的感受性已发展到一定水平，感知事物的目的性比童年阶段明确，感知事物的精确性也有所改善。  2、五年级学生的集中注意能力有所发展，集中注意、专心致志的时间可25 分钟左右。注意分配能力也有所提高。  3、五年级学生有意记忆在不断发展,开始由教师布置任务的记忆过渡到自觉的记忆。  4、五年级学生已从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡,但仍然是同直接与感性经验相联系，仍然具有很大成分的具体形象性，仍习惯于模仿实际动作。因此，需加强启发式教学，发展学生比较、分析，综合思维的能力。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、让学生了解和开水、火打交道不小心就有被烫伤或烧伤。  2、通过讲解、观察图片让学生知道烧伤或烫伤的几个主要原因。  3、增强学生自己处理轻微伤的意识和习惯。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、小组合作、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：**导入 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  我们在自然课里学过，开水的温度是多少？  火的温度要比开水的温度高好几倍，和它们接触肯定有危险。那我们能不能不和它们打交道呢？  如果非打交道不可的话，又该注意些什么呢？ | **学生活动一**   1. 快速座好，等待教师，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、带着问题讨论，回答问题。 | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 小组讨论和回答问题是否正确； 3. 上课时始终保持坐姿端正。 | 6’ | | **活动意图说明：**  在课堂导入环节中，讲解本堂课学习重点内容的同时讲解本单元轻微伤的自我处理要求。除此之外把问题带入本节课，让学生对本节课感兴趣，可以使学生能快速掌握轻微伤的自我处理。 | | | | | **环节二：**学习新课 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  1、讲故事（介绍有关被烧伤或烫伤的材料）。听了这个故事，你有什么想法？  2、小结：我们虽然没有像材料里讲的那样被严重地烧伤或烫伤，但如果不注意，也有可能发生类似的事情。请大家谈谈，你有没有被烧伤或烫伤的经历？  发生这种事后，给你带来什么痛苦和不便？  3、烧伤也好，烫伤也好，不论严重不严重，都会造成损失和不便，所以要积极预防。课文从四个方面给我们找了原因，请大家读读，同座位的可以议议。  4、指名学生全班交流。  5、师小结：找到了原因，请大家回去碰到实际情况时，注意尽可能地避免。在家参加一定的家务劳动是好的，但一定要实事求是，要注意力所能及。不能太勉强。尤其是倒开水或热水时，最好是放在水池里慢慢地倒，避免溅到身上。当揭锅盖时，应该注意朝着手臂相反的方向，同时脸和身体要尽量离锅远一些。端烫的稀饭或汤时，一定要用厚布隔着。凡是在或上烧的东西，都不要轻易去摸，否则很不安全。  6、除了以上四个方面，大家再说说还有哪些要注意的地方？  反馈检测  1、开水的温度是多少？火的温度大约是多少？  2、举例说说怎样预防烧伤和烫伤？    参考资料    烧伤：是高温物质接触人体后引起皮肤病理性改变的一种急症。轻的皮肤表皮发红发热，火辣辣地痛，皮肤有点肿。重的会起水泡，疼痛厉害；严重的会发生皮肤组织坏死。 | **学生活动二**  1、学生根据的教师的故事总结自己的想法；  2、学生可讨论相互交流；  3、认真听、看老师的总结和案列； | 1、精气神饱满；  2、相互交流讨论问题总结问题，回答问题；  3、学生参与度是否高； | 20’ | | **活动意图说明：**  通过问题故事进行情景带入式学习，提高学生对轻微伤的认识，本环节也提倡相互讨论、相互交流、相互关心培养了学生相互帮助、关心他人、团结合作。提高学生安全意识和自我保护的能力。 | | | | | **环节三：**运动损伤的预防及处理 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  1、主要因素：（由学生回答）   ① 思想麻痹、认识不足  ② 准备活动不充分  ③心理状态不佳，犹豫不决，过分紧张  ④运动技术不高 ⑤运动量过大（局部），时间过长  ⑥ 场地设备不好  2、运动损伤的处理  （1）急性软组织损伤的处理  a 、开放性软组织损伤的处理  轻度擦伤：可用清水或生理盐水冲洗后涂2% 红汞。面积大的擦伤：彻底清洗、抗感染处理。撕伤、切伤：先止血、再缝合，注射破伤风抗毒素。  b 、闭合性软给予组织损伤的处理  关节韧带、肌肉、肌腱、滑囊的损伤、无裂口与外界相通、处理原则：止血、防肿、镇痛。（千万不可按摩、揉捏）  处理方法：冷敷；加压包扎；制动和抬高伤肢  （2）骨折的处理  骨折后要及时、正确地对骨折进行临时固定，这样可避免锐利的骨折端刺破皮肤、周围组织、神经、血管，以减轻痛苦，防止休克和避免搬运过程中加重伤情。  固定原则：不无故搬动伤员、不做现复位；开放性骨折禁止用水冲洗、不涂药物；外露的断骨为要送回伤口内，骨折固定要用木制夹板；四肢固定要先绑扎止端，后绑下端；夹板要挟整个伤肢：固定后、上肢呈屈肘位、下肢呈伸直位。迅速、安全地送医院。  （3）运动中不良反应的处理  a、肌肉酸痛  ②腓肠肌痉挛（小腿抽筋）  b、运动中腹痛（多在胃部、右上腹、左上腹、脐周围）  c、运动性昏厥  d、低血糖症  总之 ，急救之前应把握对体温、脉博、呼吸、血压、瞳孔等重要生命体征的特点，安排合理的急救措施。常用的急救方法包括止血法、人工呼吸、心脏按摩法，中暑的预防以及多种运动损伤的处理方法等，无法自己解决时，应速拔打“120”。 | **学生活动3**  1、学生回答问题；  2、学生认真听从教师对本节课的总结；  3、学生积极讨论并参与自评及自我总结； | 1. 学生回答问题参与度是否高;   2、主动开动脑筋自我评价及总结；  3、认真听并记录教师所教的内容。 | 14’  3’ | | **活动意图说明：**  最后部分是主要针对本节课学生所听到学习到的内容进行巩固；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。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 教室、PPT、笔、本子 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、复习本堂课内容，可请教医生。  2、课后互为伤员练习急救。 | | | |
| **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:**准备好轻微伤的照片或视频  **课中:**积极讨论总结，分别给小组讲解自己处理的方法  **课外(校外半个小时的作业设计):**  1、两名同学相互尝试轻微伤的自我处理的模拟练习；在家可以找家长。  2、让家长在家监督学生复习，同时做好视频的拍摄，教师评改。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成轻微伤的自我处理；   2、增加学生安全意识和自我保护的能力。 | |
| **作业资源** | 1、教师发视频在家长群里；  2、也可通过互联网、短视频等资源来学习。 | |
| **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的情况下进行练习。 | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**   1. 准备好轻微伤的照片或视频   **作业二（课中）：**   1. 学生讨论总结； 2. 每个小组推荐一名出来抢答问题； 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 回答问题 | | | | | | 正确个数 | 0个 | 1-2个 | 3个 | 3个以上 | | 评价 | 不合格 | 合格 | 良好 | 优秀 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  1、两名同学相互尝试轻微伤的自我处理的模拟练习；在家可以找家长。  2、让家长在家监督学生复习，同时做好视频的拍摄。  3、先练习再进行考评；  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 操作流畅度 | | | | | | 操作流畅 | 快 | 一般 | 慢 | 很慢 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | 30’ |
| **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5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** | 照片和视频 | 提前了解什么是轻微伤 | 烫伤或烧伤等 | 了解轻微伤 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 总结和回答问题 | 掌握轻微伤的自我处理 | 掌握知识 | 掌握基本技能 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 5分钟 |  |
| **3** | 模拟练习 | 强加自我保护意识 | 处理方式 | 技能的运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第2课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 排球比赛基本规则 | |
| **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**   通过本单元第二节课排球基本比赛的规则学习，让学生学习排球的基本知识同时掌握排球比赛规则。让学生能看懂比赛，锻炼了学生学习和认知能力。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是排球比赛基本规则内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授排球排球知识和比赛规则前提下，扩宽了学生的排球见识面，本课时并让学生带入问题，小组讨论等方法，让学生对本节课有浓厚的情趣。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目标，也有利于发展学生核心素养、提高认知能力。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   1、五年级学生感知觉属于少年阶段的特点，但相对比较，五年级学生的视觉和听觉的感受性已发展到一定水平，感知事物的目的性比童年阶段明确，感知事物的精确性也有所改善。  2、五年级学生的集中注意能力有所发展，集中注意、专心致志的时间可25 分钟左右。注意分配能力也有所提高。  3、五年级学生有意记忆在不断发展,开始由教师布置任务的记忆过渡到自觉的记忆。  4、五年级学生已从具体形象思维向抽象逻辑思维过渡,但仍然是同直接与感性经验相联系，仍然具有很大成分的具体形象性，仍习惯于模仿实际动作。因此，需加强启发式教学，发展学生比较、分析，综合思维的能力。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、使学生了解排球的基本比赛规则、基本技术动作以及裁判的理论知识。  2、使大多数学生能够看懂简单的排球赛。  3、在讲解与观看中锻炼学生的学习和认识能力。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、小组合作、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：**导入部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动一**  通过排球比赛视频以及照片，导入本课课题。要让排球在中国得到普及，也就先要让更多的人了解排球。 | **学生活动一**   1. 快速坐好，等待教师，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、学生观看教学课件上的比赛视频以及图片，听教师讲解。 | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 小组讨论和回答问题是否正确； 3. 上课时始终保持坐姿端正。 | 3’ | | **活动意图说明：**  在课堂导入环节中，讲解本堂课学习重点内容的同时讲解本单元排球基本知识和规则要求。直观切入主题，让学生对本节课感兴趣。 | | | | | **环节二：**展开部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  介绍本节课的主要内容:  1、排球比赛的场地，人员  2、排球的基本技术要点以及比赛规则  3、常见的几种裁判手势  4、排球比赛赏析  介绍排球比赛的场地、人员  课堂提问:  1、排球比赛场地是一个长宽为多少的长方形?  2、排球比赛中队员的站位顺序?  3、一场比赛比分为20:25是否继续比赛?  讲解室内排球比赛人员及场地:  1、室内排球为6人制，比赛为5局3胜，每局25 分，决胜局 15 分，净胜2分为胜。  2、网高、男子:2.43m 女子:2.24m  3、室内排球场地为 9x18m，被中线分为 9x9 的两个半场，2个裁判站于中线两端，有虚线延长线的是进攻线，距离中线中心线3米，只有前排队员才可以在进攻线前跳起扣球，边线延长线之间是发球区。  4、队员基本站位 1-6 号位，2、3、4 号位是前排，比赛开始由1号队员先发球。  排球的基本技术要点以及比赛规则:课堂提问:  1、排球的基本技术动作有哪些?  2、一局比赛中可以请求几次暂停，每次暂停的时间是多少?  3、一局比赛中可以请求几次换人，每次可以换几人?  讲解排球基本技术要点以及比赛规则:  1、发球要点:抛球、摆臂、击球部位  2、发球顺序:发球队胜一球时，原队员继续发球;接发球队胜一球时，2号位队员轮至1号位发球  3、垫球要点:击球点、用力方法  4、传球要点:击球点、触球手型、用力方法  5、不合法击球:持球、连击、四次击球  6、扣球、界内球、界外球、触手出界  7、拦网 、触网、过网、网下穿越  8、基本技战术配合:“中一二”“边一二”进攻配合、“心跟进”“边跟进”防守配合  9、暂停:每局每队可暂停 2次，每次 30 秒10、换人:每局每队可换 6 人次，可同时换多人  常见裁判手势:  1、允许发球|得分  2、连击|四次击球  3、界外球|触手出界  4、后排进攻违例  5、过网击球  6、换人|暂停  7、持球  8、发球违例:8 秒、未抛起 | **学生活动二**  1、学生可讨论相互交流；  2、认真听老师的讲解； | 1、精气神饱满；  2、相互交流讨论问题总结问题，回答问题；  3、学生参与度是否高； | 27’ | | **活动意图说明：**  明确教学内容；使学生了解排球场地和人员同时了解排球基本技术要点以及比赛规则，也了解常见的裁判手势。 | | | | | **环节三：**结束部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  回顾本节课所学知识(提问与讲解)  1、室内排球比赛人员  2、由几号队员先发球  3、一局比赛可以请求几次暂停、几次换人  4、排球基本技术动作有哪些 | **学生活动3**  1、学生回答问题；  2、学生认真听从教师对本节课的总结；  3、学生积极讨论并参与自评及自我总结； | 1. 学生回答问题参与度是否高;   2、主动开动脑筋自我评价及总结；  3、认真听并记录教师所教的内容。 | 7’ | | **活动意图说明：**  结束部分是主要加深本节课学生对课堂内容的理解和认识；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** 室内、PPT、视频、笔、本子 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、观看排球比赛视频  2、让家长监督，学生可以记录比赛中出现的规则，或者不知道的知识。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | **/** |
| 群体运动密度 | | / |
| 个体运动密度 | | / |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第2课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**准备好排球比赛的照片及规则  **课中:**积极讨论，回答问题，做好笔记  **课后(校外半小时的作业设计):**  1、观看排球比赛视频  2、让家长监督，学生可以记录比赛中出现的规则，或者不知道的知识。 | |
| **作业目标** | 1、使学生了解排球的基本比赛规则、基本技术动作以及裁判的理论知识。  2、使大多数学生能够看懂简单的排球赛。  3、在讲解与观看中锻炼学生的学习和认识能力。 | |
| **作业资源** | 1、教师发比赛视频在班级群里；  2、也可通过互联网、段视频等学习。 | |
| **安全提示** | 在家观看时，一定注意时间不能久，距离不能近； | **时间** |
| **作业流程** | **作业一（课前）：**   1. 准备好排球比赛的照片及规则。   **作业二（课中）：**   1. 相互讨论； 2. 每个小组推荐一名出来抢答问题。   3、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 抢答问题 | | | | | | 答对个数 | 3个以上 | 2个 | 1个 | 0个 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业三（课后）：**  1、观看排球比赛视频  2、让家长监督，学生可以记录比赛中出现的规则，或者不知道的知识。 | **30’** |
| **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，并用照片的手势来提问。 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小5年级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** | 比赛照片和规则 | 基本了解排球知识 | 排球知识 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 总结回答问题 | 掌握排球基本知识和比赛规则 | 排球知识 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 5分钟 |  |
| **3** | 总结与运用 | 结合所学知识再观看视频巩固知识 | 排球知识 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 知识习得类 | 课后 | 5分钟以上 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第3课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1. 软排球球性练习与游戏 2. “快跑接球游戏” | |
| **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□ | |
| 1. **课程标准分析课时目标**   通过本单元第一次排球专项课程的学习，启发、引导学生自创各种熟悉球性的方法，并将快速跑及球性练习结合，进行初步了解排球专项技能，激发学生对排球运动的兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是排球垫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。教师在传授排球基本用球知识及上节课时学到的排球知识和比赛规则前提下，扩宽了学生的排球见识面，本课时并让学生通过一次次闯关提高学生感性，并感受排球带来的乐趣。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**   水平三五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。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、通过本课时在课堂上对排球使用要求的学习，明确准备动作，目的加强学生体育锻炼意识与习惯；  2、多种形式的球感练习，90%学生能够完成一抛一击一接，10%学生能够掌握对球落地的判断，为学习正面双手垫球技能打下基础。  3、快速跑接球将田径与排球相结合，锻炼学生脚下步伐，快速主动的积极移动。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、通关大比拼游戏、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；   1. 强调排球在课堂上的使用要求，明确准备动作，以及安全事宜。   （二）热身活动  1、围绕运动场热身慢跑2圈；  2、徒手操练习；  3、传球游戏：四列横队，排头至排尾依次传球，保证人手一球；  4、右手持球紧贴腰间准备动作立正姿势1分钟； | **学生活动一**   1. 快速集合，师生问好； 2. 认真倾听，明确学习的内容及要求； 3. 做到：快、静、齐；   4、熟练准备动作。  （二）热身活动   1. 要求慢跑整齐安静； 2. 观察模仿，听从指挥，充分热身活动开身体的各个关节； 3. 听清传球规则，按要求依次拿球传球； 4. 精神饱满，口令洪亮； 5. 准备动作正确且标准。 | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 课堂上的使用要求：在上课时没有老师口令不得随意拍球； 3. 上课时始终保持：右手持球紧贴腰间准备动作的立正姿势。 4. 传球游戏过程中，注意规则意识以及团队合作精神； 5. 精神饱满、声音洪亮、拿球站立能够持续保持； 6. 注意力集中听要求和口令； | 3’  10’ | | **活动意图说明：**  在课堂常规环节中，讲解本节课学习的主要内容的同时讲解排球在课堂上的使用要求及持球准备动作。利用分发排球的过程，让同学们初次体验排球运动的乐趣，激发学习兴趣。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  一、各种趣味球性练习  **“通关大比拼”**：  每名同学根据教师设置的球性练习进行依次通关大比拼，看看有哪些同学能够顺利通过。   1. 第一关：绕8字地滚球   四列横队分别进行地滚球呈8字绕标志桶接力，要求只能用手接触排球，如标志桶倒下则要重头来过，比比看哪个组用时最短   1. 第二关：原地向上抛球   教师讲解示范原地向上抛球的技术动作，学生自行探究练习，从一抛一接慢慢过渡到一抛一击一接最后挑战一抛两击一接。   1. 第三关：持球接力跑   四列横队进行持球接力跑（除双手抱球跑外，动作不限），每组一个球，从第一名同学开始，进行往返接力，比比看那一组速度最快。  **二、“快跑接球”游戏**  将全班分为四个小组，两两对应，分别站在排球网的左右两侧教师规定的点位，由一名同学抛球过网，对面一名同学则判断落点快速跑步到位接住球，依次接力进行，接住顺利过关，未能接住则需要加练原地高抬腿30次。 | **学生活动二**  1、学生认真观察教师的讲解示范；  2、学生根据的教师提出的通关内容及规则进行安全、认真的通关大比拼；  3、学生可讨论每关最快速、最简便的通关方法，相互研究讨论；  4、学生相互提出通关困难点，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  5、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。   1. 学生根据教师的要求游戏过程中遵守规则； 2. 学生在游戏的过程中注意间隔距离及活动安全； 3. 学生要求认真参与、积极主动、精神饱满； 4. 如未接住则自觉完成高抬腿加练。 | 1、遵守游戏规则  2、抛球力量适中，接球反应迅速、接球成功、动作标准；  2、坚持完成通关任务；  3、在通关过程中，及时与同学探究交流，解决问题，相互配合。  1、游戏中集中注意力观察对方同学抛球方向，提前预判落点并快速跑步到位。  2、注意游戏时的安全。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分首先通过三个“通关大比拼”进行情景学习，增强学生的球感提高人球关系的把控，本环节的创设也给学生们提供了相互讨论、动脑探究、大胆挑战的机会，三个环节由简至难的练习也充分培养了学生良好的意志品质和学会排球运动中的团结协助的精神。快跑接球游戏的创设在轻松的游戏氛围中既起到了放松心态的作用，也将田径快速跑运与排球运动相结合，提升对排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** 两块排球场、41个排球、20个标准桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、学生自己练习（或家长监督）并检查能否熟练完成一抛两击一接；  2、让家长给学生在前后左右1米或1.5米的具体进行抛球，其学生在球未落地前将球稳稳接住。 | | | |
| **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 | | 70% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第3课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**右手持球紧贴腰间准备动作立正姿势1分钟  **课中:**各种球性练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、学生自己练习（或家长监督）并检查能否熟练完成一抛两击一接。  2、让家长给学生在前后左右1.5米范围内进行高抛球，其学生将球在球未落地之前接住球。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成一抛两击一接的基本技能；   2、初步判断正面来球的落地，及掌握球在自由落下时双手接住球的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发自垫球及快速跑教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习对墙垫球。 | |
| **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）：**  **“快跑接球”游戏**   1. 1组同学和2组同学面向排球网在发球线中点呈一路纵队相对而站，同时3组和4组同样站位站在另一块排球场； 2. 当教师下“开始”口令的同时1组和3组的第一个学生将球抛向对面场区； 3. 2组和4组的第一个学生听到“开始”口令后迅速跑向场区接住空中的球，使其不落地； 4. 抛球和接球的同学依次轮换，只到每个人完成8次接球； 5. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 8次快速跑接球 | | | | | | 接球个数 | 8-7个 | 6-5个 | 4-3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. 学生自己练习（家长监督）抛接球，由易至难； 3. 监督检查的同时观察是否有失误的地方，及时纠正。 4. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 单人抛接球 | | | | | | 失误动作 | 一抛三击一接 | 一抛二击一接 | 一抛一击一接 | 一抛一接 | | 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6米站立； 3. 一人将球高抛向学生前后左右1.5米范围内，学生通过判断球的落地，在球落地之前快速跑过去双手将球接住； 4. 先练习再进行考评； 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个快速跑接球 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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5年级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** | 拿球立正姿势1分钟 | 掌握用球规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 8字绕地滚球 | 对球感的掌握 | 控球 | 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** | 抛球击掌 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 接球 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 持球接力跑 | 发展学生身体协调性和平衡及对球的感知 | 运球跑、夹球跑 | 运动认知 | 评价 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | 快速跑接球 | 提高学习兴趣及对排球运动的兴趣 | 接球 | 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 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第4课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1. 软排球各种抛接游戏 2. “打鸭子游戏” | |
| **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**   通过本次课各种抛接球的学习，让学生掌握排球基本技能，并结合田径快速跑和投掷练习进一步了解排球专项技能，提高学生对排球的兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是排球发球和接球专项技能课程的基本内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在上节课传授排球基本用球知识及球性练习前提下，扩宽了学生的排球见识面，本课时并让学生通过一次次通关大比拼中提高学生抛接球技能，并感受排球带来的乐趣。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**   水平三五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。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、通过本课时在课堂上对排球使用要求的强化，做好准备动作，目的是巩固学生体育锻炼意识与习惯；  2、多种形式的抛接球练习，90%学生能够完成双人抛接球，10%学生能够掌握对球落地的判断，为学习正面双手垫球技能打下基础。  3、“打鸭子游戏”将田径与排球相结合，锻炼学生脚下步伐，快速躲避，培养投掷能力，精准击打。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、通关大比拼游戏、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；   1. 强调排球在课堂上的使用要求以及准备动作，以及安全事宜。   （二）热身活动  1、围绕运动场热身慢跑2圈；  2、排球操  a抛接球  b绕腰运动  c体转运动  d体侧运动  e腹背运动  f跳跃运动 | **学生活动一**   1. 快速集合，师生问好； 2. 认真倾听，明确学习的内容及要求； 3. 做到：快、静、齐；   4、做好准备动作。  （二）热身活动   1. 要求慢跑整齐安静； 2. 观察模仿，充分热身活动开身体的各个关节； 3. 精神饱满，口令洪亮。 | | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 课堂上的使用要求：在上课时没有老师口令不得随意拍球； 3. 上课时始终保持：右手持球紧贴腰间准备动作的立正姿势。 4. 排球操幅度到位有力、有制动； 5. 精神饱满、声音洪亮； 6. 注意力集中听要求和口令。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**  在课堂常规环节中，讲解本节课学习的主要内容的同时讲解本单元排球运动中以及抛接球在排球比赛中的重要性。通过排球操的热身，既充分活动开身体各关节，也再次熟悉了球性，为接下来的学习做好铺垫。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  一、各种抛接球练习  **“通关大比拼”**：  每名同学根据教师设置的抛接球练习进行依次通关大比拼，看看有哪些同学能够顺利通过。   1. 第一关：单人原地向上抛接球   教师讲解示范原地向上抛接球的技术动作，学生自行探究练习，从一抛一接慢慢过渡到一抛一击一接最后挑战一抛两击一接；  2、第二关：双人抛接球  两人一组间隔3米相对而站，一人抛球另一人则接球，然后交换，比比看谁失误最少。  3、第三关：三人抛接球  三人一组，一名同学来抛球，另外两名同学间隔抛球同学5米并排站，当教师发出开始的口令时，两人同学快速跑去接球，先接到的为胜，换抛球同学过来接球，依次轮换，比比看谁接到的次数最多。  **二、“打鸭子”游戏**  利用标志桶摆放出两个正方形，将学生分为男女生两组，两名学生手持排球在圈外，其余学生在圈内，听到教师发出的口令后，将排球向圈内投掷软排球，圆圈内同学则躲避软排球，击中则为淘汰。 | **学生活动二**  1、学生认真观察教师的讲解示范；  2、学生根据的教师提出的通关内容及规则进行安全、认真的通关大比拼；  3、学生可讨论每关最快速、最简便的通关方法，相互研究讨论；  4、学生相互提出通关困难点，进行积极讨论并克服困难顺利过关；  5、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。   1. 学生根据教师的要求游戏过程中遵守规则； 2. 学生在游戏的过程中注意间隔距离及活动安全； 3. 学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | | 1、遵守游戏规则  2、抛球力量适中，接球反应迅速、接球成功、动作标准；  2、坚持完成通关任务；  3、在通关过程中，及时与同学探究交流，解决问题，相互配合。  1、游戏中集中注意力观察圈外同学抛球方向，提前预判并快速躲避。  2、注意游戏时的安全。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分首先通过三个“通关大比拼”进行情景学习，提高学生抛接球的能力，本环节的创设也给学生们提供了相互讨论、动脑探究、大胆挑战的机会，三个环节由简至难的练习也充分培养了学生良好的意志品质和学会排球运动中的团结协助的精神。快跑接球游戏的创设在轻松的游戏氛围中既起到了放松心态的作用，也将田径的快速跑和投掷与排球运动相结合，提升对排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** 两块排球场、41个排球、8个标准桶 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学练习（或家长辅助）并检查能否熟练完成双人抛接球；  2、让家长和学生在规定范围内和规定距离进行打鸭子游戏，圈内人要快速躲避，圈外人则要精准投掷。 | | | |
| **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:排球操**  **课中:**各种抛接球练习  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、两个同学练习（或家长辅助）并检查能否熟练完成双人抛接球；  2、让家长和学生在规定范围内和规定距离进行打鸭子游戏，圈内人要快速躲避，圈外人则要精准投掷。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成抛接球的基本技能；   2、判断正面来球的落地，及快速躲避的技能。 | |
| **作业资源** | 1、教师发抛接球和投掷游戏教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习对墙垫球。 | |
| **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）：**  **第三关：三人抛接球**   1. 一名同学来抛球，另外两名同学间隔抛球同学5米并排站； 2. 当教师发出开始的口令时，两人同学同时快速跑去接球； 3. 先接到的为胜，换抛球同学过来接球，依次轮换； 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 16次三人抛接球 | | | | | | 接球个数 | 8-7个 | 6-5个 | 4-3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. 家长和学生在规定范围内和规定距离进行打鸭子游戏，圈内人要快速躲避，圈外人则要精准投掷。； 3. 监督检查的同时观察是否有失误的地方，及时纠正。 4. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 8次打鸭子游戏 | | | | | | 失误动作 | 8-7次 | 6-5次 | 4-3次 | 3-0次 | | 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. 两个同学练习（或家长辅助）并检查能否熟练完成双人抛接球； 3. 一人将球高抛向学生前后左右1.5米范围内，学生通过判断球的落地，在球落地之前快速跑过去双手将球接住； 4. 先练习再进行考评； 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10次双人抛接球 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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5年级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** | 排球操 | 充分热身 | 控球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 抛球击掌 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 接球 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 双人抛接球 | 发展学生快速跑及对球的感知 | 接球 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 三人抛接球 | 发展学生快速跑和投掷及对球的感知 | 接球 | 体能 | 评价 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **5** | “打鸭子”游戏 | 提高学习兴趣及对排球运动的兴趣 | 接球 | 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 |  |
|  | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第5课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.软排球准备姿势  2.基本体操：健美操步伐（并步、交叉步、滑步） | |
| **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**  本课以新《体育与健康课程标准》 为宗旨，树立“健康第一”的指导思想，通过排球专项课程的学习，让学生了解与掌握软式排球准备姿势。并结合健美操基本步伐，初步了解排球的步伐移动，提高学生对排球运动兴趣，让学生在学练过程中充分发挥主观能动性，学会自主学习、合作学习、创新学习，让每位学生在学练中都能获得成功的喜悦，增强其自信心，提高抗挫折能力。 | | | |
| **2.教学内容分析**  软式排球运动是小学生体育教材不可或缺的部分之一，排球的准备姿势又是排球运动中各项技术的基础。任何一种动作技术在比赛中所发挥的效果，很大程度上是取决于准备姿势的正确性和移动的速度。因此掌握好这项技术对于排球运动来说具有特别重要的作用。 | | | |
| **3.学生学情分析**  五年级学生有较强的模仿能力和创造潜能，对排球这项体育运动有着较高的兴趣。软排是一项趣味性强，配合度较高，冲撞少的球类运动。因此有利于学生进行自主性、创造。对于初学者具有一定的难度，该学段学生处在发育成长阶段，心理因素处于不稳定阶段，自我控制的能力不够，会造成运动损伤，个別女生想练而不敢，见球就躲，表现出对排球运动的恐惧心理。学生初步尝试时会出现姿势不标准，步伐不灵活，身体协调能力不够等情况的发生，在学习中会精力分散，精神不集中，因此在教学中充分运用各种有趣的教学形式与手段，来提高学生的求知欲望与兴趣，在教学中应面向全体，而又注重学生的个体差异的不同需求。 | | | |
| **4.学习目标叙写**  1、通过健美操基本步伐的练习，使学生建立移动步伐正确的动作技术概念。  2、通过练习，让90%学生熟练掌握排球的各种准各姿势与移动步伐，10%学生能够初步掌握，为日后进行软式排球学习奠定基础。 | | | |
| **5.评价任务设计**  学习前，通过多种途径了解、总结排球运动的特点、比赛规则，激发学生的学暴习兴趣，培养学生的运动参与技能、媒体及信息素养。学习过程中，学生将自主探究学习、合作与交流以及创作的各种心得体会、疑难困惑、收获进步、问题解决的办法以及反思修正过程进行记录。教师和学生共同进行评课堂自评和互评，检查学生的课堂上遵守纪律、主动学习和合价学习情况。学习结束时，教师与学生共同对知识技能的掌握情况进行检查，以及在学习态度与情感、社会适应、交流与合作等方面的表现情况，及时有效地反馈信息，及时进行反思，起到促进学生全面发展的作用。 | | | |
| **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，师生问好；  2、检查服装，清点人数；  3、宣布本次课的教学内容与要求。  4、安排见习生。  5、讲解用球规则，反复练习用球及拿球准备动作。  （二）热身活动  1、绕场慢跑两圈，并分发排球。  2、球操：  头部运动  振臂运动  体侧运动  体转运动  手指、手腕、踝关节运动  腹背运动  弓步压腿 | **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、熟练用球及拿球准备动作。  （二）热身活动  1、学生认真模仿，积极参与；  2、动作认真，反应迅速；  3、精神饱满，口令洪亮；  4、相互观察、相互学习。 | 1、精气神饱满、动作整齐；  2、介绍排球使用规则与注意事项。上课时始终保持：右手拿球靠近自己身体准备动作的立正姿势。  1、精神饱满、注意力集中。  2、动作正确规范、培养良好球感与球性。 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**  在课堂常规环节与准备部分中，讲解本堂课学习重点内容，强调排球教学用球规矩及持球要求。通过跑动练习唤醒学生的运动积极性，并通过球操培养学生的球性，对身体个部位进行活动热身，为接下来的学习活动做准备。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**   1. **导入学习** 2. 教师动作示范，组织学生进行模仿练习，探究与讨论排球不同的几种准备姿势。 3. 教师讲解、练习   （1）排球准备姿势的讲解示范：按其身体重心高低分稍蹲、半蹲和深蹲等三种。其中半蹲运用最多。  （2）排球准备姿势的动作方法：  两脚左右开立比肩稍宽，一脚稍前，两脚尖内收，脚跟稍提起，膝关节保持一定的弯曲，上体稍前倾，重心靠前，两臂自然弯曲，双手置于体前，两眼注视前方来球，随时准备起动。   1. **“音乐舞会”游戏**   将全班分为四个小组，分别在相对应的场地进行，各小组围成一个圈，结合健美操所学步伐内容（并步、交叉步、滑步）先进行回顾复习，后随音乐继续挑战游戏。音乐开始后，小组内进行顺时针步伐变换位置后，音乐停止后立即做出排球准备姿势，节奏逐步加快。  A并步  B交叉步  C滑步 | **学生活动二**  1、学生根据教师讲解引导，进行问题讨论与探究。集中注意力，认真听讲。  2、学生注意力集中，认真听讲，注意观察（重心，姿势）。  3、通过前面的模仿认真练习，积极思考动作的技术结构，并观察同伴的动作，进行的动作评价。  pq5  1、学生分成四组进行游戏，教师在旁边观察、讲解指导。  2、领会动作要领，模仿动作。  认真练习，积极体会  3、观看同学示范，找出不足。  要求：动作正确，用力协调。 | 1. 注意力集中，身体在紧张状态下保持适当放松。 2. 两脚、两膝、两手的位置与方法。 3. 注视来球的远近情况调整手臂位置；重心降低并落于前脚掌。 4. 积极练习，积极练习，小组间相互讨论学习，发现问题并解决问题，互帮互助。 5. 积极配合老师，遵守游戏规则，积极参加游戏。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分在教师的逐步引导下，让学生逐步深入学习，本环节通过小组探究学习的形式，培养了学生主动探究，主动学习的能力。结合之前所学内容：健美操基本步伐的学习，让学生初步认识与思考其与排球的步伐的练习与结合，使学生提高对排球运动的兴趣的同时，融会贯通，体会体育学习的乐趣。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松与拉伸  1、呼吸放松  2、身体姿态放松与拉伸  （二）总结下课  1、总结点评，要求课后复习并宣布下堂课内容；  2、清点器材，归还器材；  3、师生再见，宣布下课。 | **学生活动3**  1、跟随音乐，认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操；  2、学生动作幅度到位及动作标准；动作认真标准。  1、学生认真听从教师对本节课进行回顾与总结；  2、回顾运用本节课所学，积极讨论并参与自评及自我总结；  3、回收器材，师生再见。 | 1、认真模仿，放松拉伸有力，动作到位  2、师生共同参与评价，学生自我评价及总结。  3、认真听并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  在音乐伴奏下对身心进行放松，通过方式，恢复学生身心，通过评价、总结引导学生进行自我评价，组内评价，教师对学生课堂表现、学习状况进行评价，适当鼓励，总结共性问题，引发学生思考与课下对的练习，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 两块排球场、40个排球、12个标准桶、40个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成几个步伐与准备姿势的衔接。  2、学生面朝不同方向，站在不同距离的地方进行准备姿势结合步伐的练习。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%—70% |
| 个体运动密度 | | 65% |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第5课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**健美操步伐回顾  **课中:**各种步伐与准备姿势结合的趣味练习  **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）并检查能否熟练完成几个步伐与准备姿势的衔接。  2、学生面朝不同方向，站在不同距离的地方进行准备姿势结合步伐的练习。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练掌握排球准备姿势的动作方法。   2、初步学习与了解步伐与排球准备姿势的结合，尝试练习不同步伐下的迎球与接球。 | |
| **作业资源** | 1、教师将教学音乐或视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站布置课前查阅与浏览任务。 | |
| **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：音乐舞会   1. 老师跟同学同时站在排球场地同一边场区； 2. 当教师下“开始”口令，学生小组伴随音乐节奏进行各种步伐的练习； 3. 学生组内下达口令，比一比谁的动作最优美，衔接最自然。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 音乐舞会：健美操步伐与排球准备姿势 | | | | | | 衔接次数 | 5-6次 | 4-5个 | 3-4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. 学生在家或者利用课余时间，在简单的条件下进行原地做模仿练习。 2. 两名同学（或家长）一组，面对或侧对镜子做准备姿势，观察动作是否正确，一人做准备姿势，另一个纠正动作。 3. 在音乐的伴奏下，可先做移动，看手势或听笛声即急停，做好准备姿势，再看到手势时以上移动。 4. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次完成挑战 | | | | | | 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）面对面站立；在两端做原地或移动不同朝向的步伐练习，听到指令或看手势后迅速起动做出接球准备姿势。 3. 准备姿势要自然放松，便于及时起动和移动。以短距离的移动练习为主。准备姿势和移动相结合进行练习。 4. 先练习再进行考评。 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10次准备姿势反应练习 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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** | 健美操步伐回顾 | 掌握不同步伐 | 踏步、一字步、V字步、并步 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 3分钟 |  |
| **2** | 双手持球 | 对球感的掌握 | 两脚、两膝、两手的位置与方法 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **3** | 准备姿势 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 接球 | 体能 | 运用 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 注意力挑战 | 掌握健美操基本步伐的同时结合排球准备姿势作出反应 | 准备姿势与步伐移动 | 运动认知 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 2分钟以上 |  |
| **5** | 反应力挑战 | 提高学习兴趣及对排球运动的兴趣 | 准备姿势与步伐移动 | 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 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第6课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、软排球移动步伐  2、协调灵敏练习(障碍跑与各种跳跃练习） | |
| **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**   通过本单元的学习，培养学生积极主动参加排球运动的兴趣，能够掌握一项运动技能。学习和掌握排球的基础知识、基本技术和简单战术以及排球裁判法,安全地进行排球运动。本课结合障碍跑与各种跳跃练习，发展学生的速度、灵敏、耐力、柔韧等综合身体素质，增加学生对软排球移动步伐的学习，以此让学生在排球活动中形成热情、开朗的性格，具有积极进取精神和合作、交往的能力。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容为排球的移动步伐：包括跨步移动、前进步和后退步移动、左右滑步移动、交叉步移动等，是排球学习和竞赛的重要基础，同时，运动技术学习是在不断循环中的渐进完善过程，提高学习难度的深化过程。也为日后移动垫球技术,包括判断、移动、垫球时机、垫球力量方向的控制、人与球的关系、上下肢的协调配合等进行铺垫。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   水平二的学生作为学习的主体，具有其独立性，在教学中可以给予学生一个充分展示自我的平台,让学生在学习活动中表现出应有的主动性和积极性。但该学段学生心理因素还处于不稳定的阶段,注意力不易长时间集中，因此，教师必须不断地给于学生新异的刺激,以吸引学生在有限的课堂学习时间里全身心投入到学习当中。挖掘那些带有模仿性、竞争性的趣味练习方法手段，激发学生的练习欲望,从而满足他们求新求趣求异的心理。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时协调灵敏练习(障碍跑与各种跳跃练习），发展学生的协调性、灵敏性、速度等综合身体素质，提高学生的健康体质。  2、90%的学生能够了解排球移动步伐的动作,80%能在练习、比赛中很好运用移动步伐的技术，知道移动步伐在练习与比赛中的作用。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   本课评价内容围绕核心素养，既关注基本运动技能体能与专项运动技能，又关注学习态度、进步情况及体育品德；既关注体育健康知识与技能，又关注健康意识和行为养成。根据本课时内容采用多元评价，即自主评价、相互评价、组内评价及师评相结合的方式。充分发挥多方面的评价主体作用。 | | | |
| **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、体委整队、师生问好、报告人数、师生问好、检查服装。  2、宣布本课的内容和任务。  二、准备活动：  1、热身慢跑  2、热身操  3、熟悉球性  4、协调灵敏练习游戏：  A.S型障碍跑  B.钻山洞  C.跳房子  D.攻占堡垒：灵敏性身体素质游戏  左右滑步  云梯小步跑、跑进跑出  绕杆跑接力  跨栏跳 | | **学生活动一**  1、快速集合，师生问好；  认真听讲，明确学习的内容及要求；  做到：快、静、齐；   1. 熟练用球及拿球准备动作。   1、慢跑并领取排球  2、随教师一起做排球操  3、熟悉球性：各种抛接  4、协调灵敏练习游戏 | 1、队伍整齐,精神振奋，迅速认真听教师讲解  2、看教师的动作示范，认真的做准备活动  3、学生积极配合，动作迅速 | 3’  10’ | | **活动意图说明：**  创设良好学习氛围，增强集体荣誉感以激发兴趣，由小组长负责管理,互帮互学，共同进步。在练习过程中创设不同的音乐情境（选择节奏、韵律适中的音乐），调节学生身心,提高学习效率。本环节设计了综合性的包括跑、关节活动、专门性练习和趣味游戏相结合的准备活动，以及与主教材相关的辅助性和专门性准备活动，为每次课主教材的学习奠定基础。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  （一）“勇士挑战”：学习步伐  1、并步：移动时，距来球方向近的脚先向移动方向跨出一步，当跨出脚落地时，另一脚迅速跟进成击球前的准各姿势。这种方法适用于球离身体一步左右。  2、跨步：移动时，一脚用力路地，另一脚向米球方向跨出一大步，跨步腿膝部稍屈，上体前倾，背部下降，身体重心移到跨步腿上，后腿在路地后内收，膝部微屈，成击球前的淮各姿势。这种姿势适用于来球较低，距离身体较近时的移动。  3、无球技术动作练习：  教师在前面喊节奏，学生集体做准备姿势练习与步伐练习。   1. 有球技术动作练习：   学生分小组进行练习，组内辅助指导。  5、风轮游戏；  将学生分成四组，并进行编号，要求学生记住自己的编号；游戏前围成一个圆，同时每个小组出一名同学持球站立于圆心；围成圆的同学集体进行顺时针或逆时针跑动；中间的同学将球高高抛起并同时大喊任意同学的编号，被喊到者迅速跑到圆心接球，抛球者跑到围成的圆上。环进行，球不能落地，若球落地，接球者做一个蹲起后继续游戏。 | **学生活动二**   1. 教师讲解示范后，学生由组长带领分组学习，进行挑战。 2. 组织学生练习，教师巡回指导。教师观察学生练习，及时发现问题并个别指导   3、学生参与练习，激发学生练习兴趣  4、组长调控练习内容：  进行滑步、滑步与接球相结合练习；跨步、跨步与接球相结合练习。  1、教师讲解、引导；学生集中注意力，认真听讲。  2、学生集中注意力，认真听讲，注意观察（步法、重心，姿势），并进行模仿练习。  3、通过前面的模仿认真练习，积极思考动作的技术结构，并观察同伴的动作。  4、听讲解游戏方法以及游戏规则，同时组织进行球性练习游戏，游戏开始前强调安全。积极配合老师，遵守游戏规则，积极参加游戏。 | | 1、注意力集中，移动迅速，两眼始终注视球的飞行路线并准备判断落点。  2、注意力集中，身体重心移动要迅速，降低重心。  3、通过小组合作练习，共同进步，丰富评价方式。 | 12’  8’ | | **活动意图说明：**  通过教师语言激励学生更有兴趣学习，从而提高技术动作，通过教师语言激励学生更有兴趣的学习提高垫球能力的方法，从而引出移动步伐练习，为接下来的移动对垫做铺垫。通过障碍跑与各种跳跃练习，让学生能提高灵敏素质与移动速度。通过对比的形式，让学生直观掌握排球的移动步伐。在游戏的设计上以多种动作练习来发展学生下肢能力，达到协调发展。激发学生兴趣，发展学生身体素质，同时提高学生合作、探究的能力及遵守规则的意识。 | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松：  1、闭目调整呼吸  2、上肢、下肢按摩放松  （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、在柔和的音乐声中教师带领学生闭目调整呼吸。  2、教师指导学生做按摩放松。  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。  4、宣布下课。 | | 1、认真做好放松练习，调整好身心。  2、积极参与总结。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  通过放松恢复学生身心，评价总结引导学生在反应灵敏步伐移动迅速。 | | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 两块排球场、42个排球、11个标准桶、21个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）以上各种步法结合起来综合运用。一人下达口令口令，一人随着左右前后移动，如跑步之后再滑步。滑步之后再交叉步或跨步等。使学生达到熟练练习的目的，脚步灵活运用，灵活转换。 | | | |
| **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% |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第6课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**掌握排球准备姿势动作技术  **课中:**各种协调灵敏练习与游戏  **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）一人把球向前、后、左、右为出，另一人移动后用双手把球接住。  2、让家长给学生在前后左右1-1.5米范围内进行练习，一人用两个球交替向各个方向为出，另一人移动后交替将球接住为回。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成掌握排球准备姿势动作技术。 2. 移动步法要轻松自然，身体重心不能起伏，以免影响移动速度。 | |
| **作业资源** | 1、教师将教学视频到班级群学生可对照进行练习；  2、学生也可通过互联网、优质课网站等自行进行学习与深入。 | |
| **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）：**  障碍跑与协调灵敏练习游戏   1. S型障碍跑 2. 钻山洞 3. 跳房子 4. 攻占堡垒：灵敏性身体素质游戏   左右滑步  云梯小步跑、跑进跑出  绕杆跑接力  跨栏跳   1. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 小组竞赛 | | | | | | 获胜次数 | 5个 | 4个 | 3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. 学生在家或者利用课余时间，在较为空旷的空间进行；   1、两名同学相互练习（或家长监督）一人把球向前、后、左、右为出，另一人移动后用双手把球接住。   1. 让家长给学生在前后左右1-1.5米范围内进行练习，一人用两个球交替向各个方向为出，另一人移动后交替将球接住为回。 2. 监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。 3. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次性完成情况 | | | | | | 失误个数 | 0-2个 | 3-4个 | 4-5个 | 6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）面对面相距站立，进行反向口令步伐游戏； 3. 方法：由一人指示前后左右手势，做出手势后，迅速做出相反的方向动作，反应快者胜利。 4. 先练习再进行考评。 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个接球 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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** | 准备姿势 | 掌握排球准备姿势 | 准备姿势 | 健康知识与技能 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 障碍跑与灵敏性练习 | 发展学生灵敏性提高学生身体素质 | 步伐移动 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **3** | 步伐：并步跨步 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 步伐移动 | 健康知识与技能 | 运用 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 风轮游戏 | 掌握与运用课时中步伐移动的技能 | 步伐：并步跨步 | 体育比赛 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 3分钟以上 |  |
| **5** | 综合运用游戏 | 提高学习兴趣及对排球运动的兴趣 | 移动与接球 | 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 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第7课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、软排球垫球基本手型和触球位置  2、一抛一垫自主尝试练习  3、跳短绳（腿部力量与爆发力练习） | |
| **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**   本节课以“健康第⼀”为指导思想，以发展学生能力，激发学生兴趣，培养学生体育爱好、创新精神及意识为目标。通过软式排球基本手型和姿势的学习，了解软式排球运动的文化，懂得排球运动的特点，掌握简单的排球技术，逐步提高基本技术的动作质量和综合运用所学各项基本技术的能力。学生在自主尝试练习中，学会调控情绪、磨炼意志、增强自信、发展个性、培养坚强的意志品质和积极进取的精神。形成现代社会所必须的合作与竞争意识。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   软式排球是一项新兴的体育运动项目，以其轻、柔、软及易学、易掌握的特点深受广大中小学生的青睐。因其球体柔软、手感好、击球时无痛感，被球击中也无大碍，安全性高，消除了小学生初学排球时的心理障碍，同时相对于排球来说，软式排球好控制、学的快，竞赛和游戏形式多种多样，趣味性较高，是深受小学生喜欢的体育项目之一。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   小学五年级学生，好表现而且思维活跃，动作反应速度和灵活性较好，直观接受能力较强，但四肢力量相对较弱一些，自控能力不足，注意力及兴趣难以长时间集中在一点上。因而，本节课教学内容、教学进度、教学方法等，都是针对本年龄阶段学生身心特点，根据软式排球学习的规律进行编排和设计。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过跳短绳的练习，使学生的腿部力量与爆发力得到提高。  2、通过练习，让90%学生熟练掌握排球的基本手型和击球位置，10%学生能够初步掌握，为日后进行软式排球进一步的练习奠定基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   1、教师应使每个学生都能得到公平公正的全面评价；  2、注重学生个体差异，发展个性，全面培养学生运动自信心，学会与人交往合作，体验运动乐趣，激发学习积极性和主动性。 | | | |
| **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，师生问好；  2、检查服装，清点人数；  3、宣布本次课的教学内容与要求。  4、安排见习生。  5、讲解用球规则，反复练习用球及拿球准备动作。  （二）软式排球热身活动  1、快乐跑。  绕排球场有节奏地慢跑  2、游戏激趣：传球接力赛  3、软式排球热身操：  （1）伸展运动  （2）体侧运动  （3）体转运动  （4）踢腿运动  （5）压腿运动  （6）跳跃运动  （7）膝踝腕关节活动 | **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熟练用球及拿球准备动作。  （二）热身活动  1.学生随老师提示练习；  2.注意力集中，保持与前面同学间的距离。  3．听清游戏的方法、规则和练要求。  4．自觉严格地遵守比赛规则。  5.学生随指定同学的口令节奏进行热身操练习。  6.球操动作舒张有力 | 1、集合快、整齐，不交头接耳；  2、学生能够认真听老师讲解本次课的要求，并且保持课堂纪律。  1、跑步整齐、注意安全。  2、热身到位、动作正确规范。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**   1. 使学⽣养成良好的课堂常规习惯；   2.使学⽣的身体充分活动开，为后面练习软排球垫球打下基础； | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）软排球垫球基本手型和触球位置**  1、教师先进行示范动作，并且组织学生模仿练习。  2、教师讲解软排球垫球基本手型和姿势：教师讲解正面双手垫球的准备姿势、手型、击球部位。让学生了解垫球的要领以及在排球比赛的重要性。  （1）软排球垫球基本手型的讲解示范：两手交叉成叠握，拇指并拢手腕压，用力夹肘不放松  （2）软排球击球位置的讲解：腕关节以上10厘米桡骨内侧平面  **（二）教师组织学生进行一抛一垫尝试练习**  1、教师边讲解边示范一抛一垫软排球：一抛一垫动作之后双手及时接住球，有利于学生控制球的落点。当每次都能控制好球时，击球充分，球直上直下时，进行下一组练习。  2、教师组织学生进行练习  **（三）合作式跳绳**  1、教师提出问题—两个伙伴怎样跳才能跳得好、跳得快？  2、让学生在游戏中体会但双脚跳；  3、教师小结。 | **学生活动二**  1、学生开动脑筋，大胆探索，认真观察老师的动作，从中受到启发，探究练习。  2．学生细心观察，积极发言，找出不同。  3．认真听讲，细心观察示范，明白正面双手垫球的动作要领和要求，尝试模仿教师动作进行练习。  4．记住要领，认真练习，体会动作。  3d3b2ed4e0e3e2cb84bf7c1fed668d2  1、学生认真观察学习老师的动作。体会练习， 提高技术；  2、学生集体练习。  1、利用儿歌进行双人式合作跳绳；  2、学生分组后讨论如何跳得快；  3、认真听老师总结，找出不足。  要求：动作正确，用力协调。 | 1、注意力集中，认真观察老师的示范动作。  2、两手交叉成叠握，手腕压，用力夹肘。  3、能够找到击球位置。  1、学生能够认真练习并且相互学习；  2、学生能够准确的将球击到手的位置上。  1、学生认真听老师讲解游戏规则和要求。  2、学生积极配合老师，遵守游戏规则，积极参加游戏。 | 8’  8’  6’ | | **活动意图说明：**  基本部分在教师的逐步引导下，让学生逐步深入学习，本环节通过教师的讲解示范，让学生有个初步动作技术模式，再到主动练习，让学生初步认识与思考其与排球的步伐的练习与结合，使学生提高对排球运动的兴趣的同时，融会贯通，体会体育学习的乐趣。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松与拉伸  教师和学生一起整理放松。  （二）总结下课  1、组织学生自评互评,教师小结归纳。  2、布置课后任务。  3、宣布下课。  4、师生再见，安排学生收还器材。 | **学生活动3**  学生跟随老师一起放松。  1、自我评估学习情况，学生交流体会。  2、按要求完成布置的任务。 | 1、学生认真模仿老师的放松动作，放松拉伸有力，动作到位。  1、教师和学生一起回顾本节课教学内容，并且学生自我评价及总结。  2、认真听并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  学生在音乐伴奏下，跟着老师一起进行放松练习，恢复学生身心；然后，教师通过评价、总结引导学生进行自我评价，组内评价；并且教师对学生课堂表现进行适当的鼓励，总结共性问题，引发学生思考与课下对的练习。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 两块排球场、40个排球、40个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、家长监督并检查学生能否熟练完成软排球垫球基本手型的动作技术  2、软排球一抛一垫尝的练习。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 45%—65% |
| 个体运动密度 | | 60% |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第7课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**查阅资料初步了解排球垫球基本手型的动作技术  **课中:**如何在练习过程中准确的找到触球位置，  **课外(校外一小时的作业设计):**  1、家长监督并检查学生能否熟练完成软排球垫球基本手型的动作技术  2、软排球一抛一垫尝的练习 | |
| **作业目标** | 1、熟练掌握排球垫球基本手型的动作要领和技术。  2、通过软排球一抛一垫尝练习，提高学生全身协调发力、动作的连贯性。 | |
| **作业资源** | 1、教师将排球垫球基本手型的动作教学视频到班级群；  2、学生也可通过互联网、优质课网站布置课前查阅与浏览任务。 | |
| **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：合作式跳绳  1、教师提出问题—两个伙伴在2分钟时间内怎样跳才能跳得好、跳得快？  2、让学生在游戏中体会但双脚跳；  3、学生分组后讨论如何跳得快；  4、评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 合作式跳绳 | | | | | | 次数 | 110以上 | 80-110个 | 60—80个 | 60个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆  **作业二（课后）：**  家长监督并检查学生能否熟练完成软排球垫球基本手型  1、学生在家或者利用课余时间，在简单的条件下进行原地做模仿练习。  2、学生在家长的带领下，面对或侧对镜子做准备姿势，观察动作是否正确，一人做准备姿势，另一个纠正动作。  评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次完成挑战 | | | | | | 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：☆☆☆☆☆  **作业三：**  家长监督并检查学生软排球一抛一垫尝的练习  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、家长带领学生做软排球一抛一垫尝的练习。  3、一抛一垫动作之后双手及时接住球，当每次都能控制好球时，击球充分，球直上直下时，进行下一组练习。先练习再进行考评。  4、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10次准备姿势反应练习 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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** | 查阅资料初步了解排球垫球基本手型动作技术 | 了解动作要领 | 交叉成叠握，拇指并拢手腕压，用力夹肘不放松 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 3分钟 |  |
| **2** | 合力跳绳 | 提高学生身体素质练习 | 快速跳、两人之间配合 | 体能和运用 | 运用 | 亲子游戏类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 触球位置 | 提高学生对球的感知 | 接球 | 体能 | 运用 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 一抛一垫的练习 | 提高学生对垫球的技术动作 | 准备姿势动 | 运动认知 | 运用 | 亲子游戏类 | 课后 | 2分钟以上 |  |
| 5 | 家长监督并检查学生能否熟练完成软排球垫球基本手型 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 接球 | 体能 | 运用 | 知识习得类 | 课后 | 5分钟以上 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第8课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、软排球下手双手垫球  2、垫固定球  3、身体素质练习（30米加速跑） | |
| **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**   以义务教育《体育与健康》课程标准为依据，认真贯彻课改精神， 树立“健康第一”的指导思想，以提高学生身体素质，培养学生对排球运动的兴趣以及发展学生的球类运动能力为目标，尊重学生的个体差异，使每一个学生都能体验到学习的成功和乐趣, 教学中采用多种游戏练习形式,结合实际教学情境和激励手段, 充分发挥学生的积极性、主动性、参与性，激发学生的学习兴趣,提高学生自主探究能力,培养学生团结协作的精神和集体荣誉感，形成终身体育意识。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容为软排球下手双手垫球，下手双手垫球是软排球运动的基本技术动作，为后续学习排球运动提供基本的技术保障。在选用教材时，打破陈旧的、固定的教材框架，对教材重组改造，注重学生个体作用。  软式排球运动属于休闲体育，具有设备简单，对场地要求不高，规则易于掌握，运动量便于调节，健康效果好。它的趣味性强、易学，反弹力低、球速慢、难度小、娱乐性强的主要特性和与硬排技术动作共性较多的特点，更能培养学生对排球运动的兴趣。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   五年级（水平三）学生活泼好动，求知欲强烈，具有一定的体育常识和技能，心理素质良好，有着良好的学风，体能良好。经过教师前期的软式排球运动课时安排，学生基本上了解软式排球运动要求及移动步法，有一定的动作基础，但个体之间差异性较大，全班有80％左右的学生排球基础较差。  同时，五年级学生的体育实践能力和思维能力已得到较好的发展，本次课采用师生互动，练中思、思中学，自主探究，合作学习的形式。教师在教法上注重了引导，点拨和鼓励式评价等方式方法，学生在学法上则以自学和相互学习为基本方法，以游戏和竞赛的方法巩固技术，激发学习兴趣，充分调动学生的积极性与主动性，注重培养学生的创新意识和创新能力。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时通过软排球下手双手垫球和身体素质练习（30米加速跑）的学习，增强身体协调性，提升反应力，提高身体素质，促进身心健康全面发展。  2、使90%的学生能够掌握排软排球下手双手垫球的动作与用力顺序、击球点及手型，提高稳定性和准确性。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   本课程以核心素养为重点，教师通过对学生运动参与、运动技能、身体健康、社会适应与⼼理健康等方面，了解学⽣的学习情况表现，以及达到学习⽬标的程度，培养和提⾼学⽣的自我认识、自我提高、自我教育的能⼒。根据这节课的内容，进行多元评价，即自我评价、相互评价、小组内评价和教师评价相结合。充分发挥多方面评价的主体作用。 | | | |
| **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、体委整队、师生问好、报告人数、师生问好、检查服装。  2、宣布本课的内容和任务。  （二）准备活动：  1、热身慢跑：各种变化形式的慢跑  2、热身操  3、熟悉球性 | **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；  1、慢跑并领取排球  2、随教师一起做排球操  3、熟悉球性：各种抛接 | 1、集合时，快、静、齐；  2、认真听教师讲解本节课的教学内容和要求。  1、看教师的动作示范，认真的做准备活动  2、学生积极配合，动作迅速 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**  各种变化形式的慢跑，运动量较小的游戏，作用是集中学生的注意力，通过练习活跃课堂气氛，激发情绪。可以把学生迅速组织起来，思想注意力集中到体育课堂来，排除⼀切与体育无关的杂念，使课堂上的气氛逐渐热烈起来，学生的情绪充分调动起来。渴望运动、准备运动、精神饱满地进入到下面的练习。并且使学⽣具备良好的体姿，进入体育课的基本部分作好身体上的准备。全身都要活动，身体的各部位都要照顾到，运动系统和内脏充分活动起来，促进身体发展。避免在运动中受伤。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **一、软式排球：正面下手双手垫球**  1、教师谈话导入：同学们，你们喜欢排球吗？  2、教师讲解动作要领：正对来球，成准备姿势 ，垫球不前，两臂自然下垂，两手并拢，两拇指平行，两小臂尽量靠近，垫球时，用两脚蹬地，两臂稍内收，利用伸膝、含胸、提肩、压腕的全身协调动作迎向来球，将球准确地垫击在前臂的击球部位上，击球瞬间，两臂要保持平衡，身体重心向抬臂的方向移动伴送球送出。  3、教师组织学生在小组长的带领下进行练习。  **二、垫固定球**  1、教师与体育委员一起示范垫固定球的练习：  两⼈⼀组，⼀⼈持球固定在⼩腹前⾼度，另⼀⼈从准备姿势开始，做垫击动作，但不将球垫出，只体会击球的动作。  2、教师将学生进行分成两人一组后，教师在前面喊口令，并组织学生进行练习。  **三、游戏：“我们是最快的团队”（30米加速跑）**  1、教师讲解游戏方法：  全班分成人数相等的5组，依次跑至终点后，绕过标志物，沿直线跑回与后面的同学击掌接力，依次进行，最先完成组获胜。  2、组织学生进行游戏  3、宣布获胜组  4、与学生一起讨论，为什么队会获胜？ | **学生活动二**  1、教师讲解示范后，学生由组长带领分组学习。  2、组织学生练习，教师巡回指导。教师观察学生练习，及时发现问题并个别指导  3、学生参与练习，激发学生练习兴趣  00e5225c22842405e261ac1c6b1a30f  1、学生集中注意力，认真听讲，注意观察技术动作，并进行模仿练习。  2、通过前面的模仿认真练习，积极思考动作的技术结构，并观察同伴的动作。  1、学生认真听老师讲的游戏规则，仔细看老师的示范；  2、遵守游戏规则和要求；  3、积极参与游戏中；  4、注意安全。 | 1、学生注意力集中，听老师讲解，并且认真观察示范动作。  2、两臂自然下垂，两手并拢，两拇指平行，两小臂尽量靠近，垫球时，用两脚蹬地，两臂稍内收，利用伸膝、含胸、提肩、压腕的全身协调动作迎向来球  1、学生认真听老师讲解游戏规则和要求。  2、学生积极配合老师，遵守游戏规则，积极参加游戏。 | 8’  8’  6’ | | **活动意图说明：**  教师通过讲解示范软排球下手双手垫球，从而提高技术动作，从而提高垫球能力的方法，从为接下来的移动对垫做铺垫。通过游戏30米加速跑的练习，让学生能提高灵敏素质与移动速度。在游戏的设计上来发展学生下肢能力，发展学生身体素质，同时提高学生合作、探究的能力及遵守规则的意识。通过本环节的设计，培养学生开动脑筋，敢于说出自己的见解和猜想，团结合作、讨论交流、形成共识、领悟开窍、再加上教师的及时鼓励，激励信心，从而使学生学习兴趣更浓。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松：瑜伽放松  在音乐下教师带领做放松运动  （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、学生跟着教师一起放松。  2、教师指导学生做放松。  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。  4、宣布下课。 | 1、认真做好放松练习，调整好身心。  2、积极参与总结。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  通过教师带领学生进行放松活动，使学生恢复身心；教师和学生一起评价总结，让学生知道本节课自己应该怎么去练习，怎么处理自己不足之处。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 两块排球场、42个排球、11个标准桶、21个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成软排球下手双手垫球的动作技术  2、两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成垫固定球的练习，一人固定球、一人垫球练习。 | | | |
| **九、预计负荷** | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 45%—65% |
| 个体运动密度 | | 60% |
| **十．教学反思与改进** | | | |

**第8课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**软排球垫球基本手型和触球位置的动作技术  **课中:**游戏30米加速跑  **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）能否熟练完成软排球下手双手垫球的动作技术。  2、两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成垫固定球的练习，一人固定球、一人垫球练习。 | |
| **作业目标** | 1、熟练完成掌握排球准备姿势动作技术。  2、移动步法要轻松自然，身体重心不能起伏，以免影响移动速度。 | |
| **作业资源** | 1、教师将排球垫球基本手型的动作教学视频到班级群；  2、学生也可通过互联网、优质课网站布置课前查阅与浏览任务。 | |
| **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）：**  垫固定球   1. 教师将学生进行分成两人一组后； 2. 教师在前面喊口令； 3. 并组织学生进行练习； 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次完成挑战 | | | | | | 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（课后）：**  两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成垫固定球的练习。  1、两名同学相互练习（或家长监督）一人固定球、一人垫球练习。  2、监督检查的同时观察对方是否有失误的地方，及时纠正。  3、评价标准：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 10次性完成情况 | | | | | | 失误个数 | 0-2个 | 3-4个 | 4-5个 | 6个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **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5年级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** | 软排球垫球基本手型和触球位置的动作技术 | 掌握排球基本手型和预备姿势 | 准备姿势 | 健康知识与技能 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 软式排球：正面下手双手垫球 | 发展学生双手垫球技术 | 击球位置、协调发力 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **3** | 垫固定球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 发力顺序、击球位置 | 健康知识与技能 | 运用 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 游戏：“我们是最快的团队”（30米加速跑） | 发展学生灵敏性提高学生身体素质 | 速度快，团队配合 | 体育比赛 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 3分钟以上 |  |
| **5** | 完成垫固定球的练习。 | 提高学习兴趣及对排球运动的兴趣 | 移动与接球 | 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 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第9课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 1. 近距离抛垫球练习 2. 各种姿势垫球 | |
| **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**   通过本单元排球专项课程中学习，让学生学习跪跳起同时掌握垫球技巧和体操技巧的结合。并结合球技及体操技术练习掌握与运用体能和运动技能提高运动能力，提高学生对排球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是排球垫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。教师在传授排球垫球技术及上节课时学到的排球知识和比赛规则前提下，扩宽了学生的排球见识面，本课时并让学生通过一次次完成任务提高学生运动能力，并感受排球带来的乐趣。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**   水平三五年级学生已经具备较强的体育运动能力，他们乐意挑战一些有难度的体育运动工程，尤其是一些球类运动。排球，作为一项技能性较强的工程，受到五年级学生的喜爱，他们可以不受场地的限制，利用排球进行单人或者多人的运动，开展体育运动能力。由于生理和年龄特征，女生对排球动作的接受能力比男生稍强。为此，在教学中要根据这一特点有针对性地进行教学，以使男女生对相关技能的学习与掌握能够均衡。加强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.通过排球垫球和体操技术结合学习进一步加强学生的运动能力，提升学生在比赛中对于专项技术的运用促进学生全面协调发展，培养学生解决问题的综合能力  2.通过排球垫球及跪跳起的学习，使90%的学生能掌握体操技术和垫球技术的结合，10%的学生能掌握好垫球技术和体操技术，为比赛打下基础。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、任务卡、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。 | | | | |
| **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**  （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、慢跑  5、排球操  6、学生进行各种姿势的垫球游戏 | | **学生活动1**  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、两路纵队绕操场慢跑  5、积极参与注意力集中动作协调到位 | 1.精气神饱满、动作快静齐；  2.精神饱满、  3.注意力集中  4.动作协调到位 | | | | 1  5  4 | | **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排球抛垫球在比赛中运用的重要性。通过各种姿势的垫球游戏练习进一步加强学生的球感，为接下来的学习做好铺垫。 | | | | | | | | | **环节二：基本部分** | | | **评价要点** | | | **时间** | | | **教师活动2**   1. 教师讲解示范近距离抛垫球技术动作教（老师开启第一张任务卡片） 2. 学生徒手练习近距离抛垫球技术动作 3. 你抛我接：两人一组固定距离练习抛球   动作方法：双腿自然开立与肩同宽，屈膝微屈。双手五指分开持球两侧于本人腹前一臂处。下肢发力经由上体将球抛至对方。（教师巡回指导纠错）  你抛我垫：两人一组练习近距离抛垫球(教师巡回指导纠错）   1. 两人相距1.5米进行近距离的抛垫球（教师巡回指导纠错） 2. 教师讲解示范跪跳起技术动作（老师开启第二张任务卡） 3. 跪跳起接近距离垫球接力游戏   （老师开启第三张任务卡） | **学生活动2**   1. 认真听讲，仔细观察 2. 学生进行徒手练习 3. 两人一组进行固定距离抛球练习 4. 两人一组进行固定距离的抛垫球练习 5. 学生两人一组进行练习   6、学生分成四个小组进行接力比赛。 | | 1、近距离练习抛接球力量控制得当  2、两人配合默契互帮互助  3、完整的完成近距离抛垫球技术动作  4、坚持完成任务卡的任务  5、遵守比赛规则 | | | **2**  **2**  **3**  **5**  **2**  **11** | | | **活动意图说明**  基本部分通过“三个任务”情景式教学，让学生通过观察、学习、合作、讨论、大胆挑战，完成任务的方式来完成排球近距离抛垫球的学习。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排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** | | | | **教的活动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。 | **学的活动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；   认真听并记录教师布置作业。 | **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。 | | | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**两块排球场、42个排球，体操垫22张 | | | | |
| **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跪跳起。  2、让家长给学生在前后左右1米或1.5米的具体进行抛球，其学生将球垫回给家长。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 55%——75% |
| 个体运动密度 | | 65% |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第9课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课前：各种姿势的垫球练习  课中：近距离抛垫球练习  课外:1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成跪跳起。  2、让家长给学生在前后左右1米或1.5米的具体进行抛球，其学生将球垫回给家长。 | |
| **作业目标** | 1. 巩固和提高对于近距离抛垫球技术动作的掌握和运用 2. 加强在比赛中关联性技术动作的运用 | |
| **作业资源** | 1、教师发自垫球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习对墙垫球。  3、通过观看排球比赛学习相关联动作 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免损坏到家电家装等，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：任务三跪跳起与近距离垫球相结合 | | 1、学生听到口哨声后跪跳起接近距离垫球到同伴处 | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 近距离垫球到同伴处 | | | | | | 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 | 需要努力 | | |  | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课后：  作业一  在家或者课后利用课余时间，在较空旷的地方进行  距离墙1.5米对墙垫球  评价标准 | | |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 对墙垫球 | | | | | | 完成个数（1分钟） | 45 | 34-43个 | 31-26个 | 23个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 |   作业二  在家或者利用课余时间，需要有体操垫或者软垫安全的地方进行跪跳起练习  评价标准   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 跪跳起 | | | | | | 完成标准 | 动作优美完整 | 顺利的完成技术动作 | 在同学的帮助下完成 | 在同学的帮助下不能完成 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 | | |  | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 30 |
| **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5年级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** | 课堂常规 | 掌握课堂规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 体能发展类 | 课前 | 1分钟 | 完成情况良好 |
| **2** | 近距离抛垫球练习 | 掌握抛垫球技术动作 | 在比赛中自如运用抛垫球技术 | 体育比赛 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 | 完成情况一般 |
| **3** | 跪跳起接近距离垫球练习 | 掌握专项技术动作 | 在比赛中自如运用 | 体育比赛 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 | 完成情况一般 |
| **4** | 跪跳起 | 掌握跪跳起技术 | 在比赛中运用跪跳起 | 体育比赛 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 3-5分钟 | 完成情况良好 |
| **5** | 对墙垫球 | 控制力量 | 掌握垫球技术 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 3-5分钟 | 完成情况良好 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第10课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 1、左右移动抛垫球练习  2、垫球侧滚翻游戏 | |
| **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**   注重培养学生体育核心素养，培养学生体育能力与习惯，使学生获得体育健康知识，形成健康行为。突出以学生自我发展为中心，在教学设计中基于学生的运动知识、技能、体能、兴趣、意志差异等基本情况采用多种教学形式，使学生积极主动参与课堂教学中的各项体育活动，欢快掌握排球技能，实现排球教学课时目标及单元目标达成。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   移动垫球是排球技术中的基础技术，但要熟练掌握并合理运用并不容易。原因在于移动垫球技术是一项综合性技术，包括判断、移动、垫球时机、垫球力量方向的控制，人与球的关系，上下肢的协调配合等，这项技术的掌握又需要一定身体素质作为保障。同时，运动技术学习是在不断循环中的渐进完善过程，提高学习难度的深化过程。本课时在本单元中起着承上启下的作用。通过学习，培养学生的体育情感与品格、体育能力与习惯，使学生获得体育健康知识、形成健康行为。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   小学五年级学生正处于生长发育的关键期，他们模仿能力强、好奇心强、活泼好动，但是依赖性强、自我约束能力差。五年级学生运动能力、性格爱好都具有很大差异，但是对于带有模仿性、竞争性的练习，学生都有很大的兴趣，特别是对教学内容的不断递进表现出强烈的积极性和求胜的欲望。全班大部分人通过前两次课的学习，对基本移动步伐和正面双手垫球都基本掌握，少部分同学能够连续完成对垫和步伐移动，极少部分同学还有待提高。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1.学生能够记住移动垫球动作要领，熟练掌握移动垫球技术，和同伴进行10次对垫练习时，能够有6次以上垫准垫稳。能在比赛中很好运用移动垫球技术进行比赛，知道移动垫球在比赛中的作用。  2.提高学生的时空感、增强肌肉本体感觉能力，发展灵敏协调速度等综合身体素质。  3.培养团队合作的意识养成遵守规则的良好习惯，在比赛中勇于拼搏的体育精神。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的内容采用多元评价，即自主评价、相互评价、组内评价及师评相结合的原则。“运动参与”、“ 心理健康与社会适应”两个方面观察记录，“运动技能”、“ 身体健康”充分考虑提高幅度，过程性评价与终结性评价相结合。让学生在学习锻炼学习积极性更高，练习更有劲。 | | | | |
| **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**  （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、指导学生进入慢跑（第二圈的时候拿球）  6、排球韵律操 | | **学生活动1**  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、跟着音乐的节奏慢跑  知道慢跑的路线及要求教  5、拿球后跑成同心圆 | 1、精气神饱满、动作快静齐；  2、队伍整齐有序  3、上课时始终保持：右手拿球靠近自己身体准备动作的立正姿势  4、动作协调自然，活动充分 | | | 1  4  5 | | **活动意图说明：**  通过排球韵律操，有针对性的进行关节操练习，融入左右移动滑步，充分预防运动损伤为后续学习做好准备；充分利用音乐“骑马舞”，不仅激发了学生的活动热情，还为后续的学习打下坚实的基础。 | | | | | | | | **环节二：基本部分** | | | **评价要点** | | | **时间** | | **教师活动2**   1. 教师指导学生进行高低垫球比多游戏 2. 观看左右滑步垫球技术动作 3. 教师提问滑步与正面双手垫球技术动作相结合 4. 根据学生自主练习动作引出本课学习内容，教师讲解示范 5. 教师口哨指挥 6. 移动当中垫固定球练习，教师讲解示范 7. 教师讲解示范左右移动一抛一垫动作练习 8. 教师讲解示范两人在左右移动中对垫球 9. 分小组练习教师巡视指导   10、教师集体纠错  11、游戏:滑步垫球接侧滚翻接力比赛，教师讲解游戏方法和示范动作 | **学生活动2**   1. 学生复习高低垫球 2. 学生仔细观看 3. 学生根据老师的问题思考并尝试练习 4. 仔细观察，积极模仿 5. 学生徒手练习左右滑步垫球 6. 学生根据口哨顺时针或逆时针移动垫固定球 7. 男生抛球女生垫球（垫10次交换） 8. 学生根据老师提示、示范、积极体验左右移动中对垫球 9. 根据自身能力自由组队   10、学生继续练习  11、学生认真听 | | 1、根据老师的提示熟练变化高低垫球  2、安静有序认真观察  3、自主探究的能力  4、蹬地抬臂同时进行  5、抛球要稳，移动及时到位  6、和同伴进行10次对垫练习时，能够有6次以上垫准垫稳  7、遵守游戏规则 | | | 2  1  17  5 | | **活动意图说明**  通过复习课检验上节课所学掌握情况；通过视频观看让学生初步建立动作技术印象。让学生展示自学情况—问题归纳——解决问题——分层强化——巩固提高。通过层层递进巩固学练，给予学生自主的学练空间。通过鼓励性的语言，激励学生，以尝试、挑战为目的，获得移动垫球成功带来的喜悦。 | | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | **评价要点** | **时间** | | | **教的活动3**   1. 老师带领学生进行拉伸放松 2. 教师组织学生总结评价 3. 师生再见 4. 指导学生收还器材 | **学的活动3**   1. 在教师指导下进行放松 2. 积极认真参与评价 3. 知晓课后作业，师生道别   4、回收器材 | | | 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；   认真听并记录教师布置作业。 | 5 | | | **活动意图说明**  结合音乐伴奏，拉伸肌肉，放松身心，在愉悦的课堂氛围中完成学习任务。最后带领学生回顾课堂学习内容，引导学生回顾知识，总结评价，培养学生的自主意识和评价能力。 | | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计** 排球42个、垫子4张、标志盘4个 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1、两个同学互相帮助（或家长监督）并检查能否熟练完成侧滚翻技术动作。  2、让家长进行左右抛球，学生滑步完成垫球动作，能稳定准确的完成6次 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 强 |
| 群体运动密度 | | 50%——80% |
| 个体运动密度 | | 65% |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第10课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课前：右手拿球靠近自己身体准备动作立正姿势1分钟  课中：左右移动抛垫球练习  课外：1、两个同学互相帮助（或家长监督）并检查能否熟练完成侧滚翻技术动作。  2、让家长进行左右抛球，学生滑步完成垫球动作，能稳定准确的完成6次 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成侧滚翻技术动作 2. 能准确稳定的完成6次移动垫球 | |
| **作业资源** | 1、教师发移动垫球教学视频到班级群；  2、通过互联网、优质课网站等学习移动垫球技术动作。  3、请教学习较好的同学共同进行练习 | |
| **安全提示** | 1、在家练习时，一定注意要有足够的安全区域，避免损坏到家电家装等，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. 学生根据教师示范进行双人移动对垫球 2. 根据自身情况自由组队   评价标准 | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 移动步伐对垫球 | | | | | | 垫球个数 | ≥6 | 4-5个 | 2-3个 | 1 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 | | |  | | 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. 两名同学（或家长）两人移动对垫球或者一个抛球一个移动垫球； 3. 先练习再进行考评；   评价标准   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 移动步伐对垫球 | | | | | | 垫球个数 | ≥8 | 5-7个 | 3-4个 | 2 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 |  |  | | --- | | 作业三（课后） | | 1. 学生在家或者利用课余时间，有海绵垫或者瑜伽垫 2. 旁边需有人保护帮助   评价标准 | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 侧滚翻 | | | | | | 侧滚翻 | 动作优美完整 | 完整的完成动作 | 在帮助下能完成动作 | 在帮助下不能完成动作 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 | | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 30 |
| **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5年级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** | 拿球立正姿势1分钟 | 掌握用球规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 高低垫球 | 熟练掌握垫球技术 | 高低垫球 | 健康知识与技能的掌握与运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 2分钟 |  |
| **3** | 左右移动垫球 | 知道移动垫球在比赛中的作用 | 左右移动垫球 | 体育比赛 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 |  |
| **4** | 侧滚翻 | 自我保护 | 侧滚翻 | 健康知识与技能的掌握与运用 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 5分钟 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第11课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1、软排球下手双手对墙垫球  2、绕杆自垫球  3、身体素质训练（弹跳练习+助跑摸高） | |
| **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**   以新课程标准为依据，认真贯彻课改精神， 树立“健康第一”的指导思想，以提高学生身体素质，培养学生对排球运动的兴趣以及发展学生的球类运动能力为目标，尊重学生的个体差异，使每一个学生都能体验到学习的成功和乐趣, 教学中采用多种游戏练习形式,结合实际教学情境和激励手段, 充分发挥学生的积极性、主动性、参与性，激发学生的学习兴趣,提高学生自主探究能力,培养学生团结协作的精神和集体荣誉感，形成终身体育意识。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容为软排球下手双手对墙垫球，下手双手垫球是软排球运动的基本技术动作，为后续学习排球运动提供基本的技术保障。在选用教材时，打破陈旧的、固定的教材框架，对教材重组改造，注重学生个体作用。  软式排球运动属于休闲体育，具有设备简单，对场地要求不高，规则易于掌握，运动量便于调节，健康效果好。它的趣味性强、易学，反弹力低、球速慢、难度小、娱乐性强的主要特性和与硬排技术动作共性较多的特点，更能培养学生对排球运动的兴趣。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   五年级（水平三）学生活泼好动，求知欲强烈，具有一定的体育常识和技能，心理素质良好，有着良好的学风，体能良好。经过教师前期的软式排球运动课时安排，学生基本上了解软式排球运动要求及移动步法，有一定的动作基础，但个体之间差异性较大，全班大部分的学生排球基础较差。  同时，五年级学生的体育实践能力和思维能力已得到较好的发展，本次课采用师生互动，练中思、思中学，自主探究，合作学习的形式。教师在教法上注重了引导，点拨和鼓励式评价等方式方法，学生在学法上则以自学和相互学习为基本方法，以游戏和竞赛的方法巩固技术，激发学习兴趣，充分调动学生的积极性与主动性，注重培养学生的创新意识和创新能力。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过本课时通过软排球下手双手对墙垫球和身体素质练习（弹跳练习和助跑摸高）的学习，增强身体协调性，提升反应力，提高身体素质，促进身心健康全面发展。  2、使90%的学生能够掌握排软排球下手双手对墙垫球的动作与用力顺序、击球点及手型，提高稳定性和准确性。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   本课程以核心素养为重点，教师通过对学生运动参与、运动技能、身体健康、社会适应与⼼理健康等方面，了解学⽣的学习情况表现，以及达到学习⽬标的程度，培养和提⾼学⽣的自我认识、自我提高、自我教育的能⼒。根据这节课的内容，进行多元评价，即自我评价、相互评价、小组内评价和教师评价相结合。充分发挥多方面评价的主体作用。 | | | |
| **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，师生问好；  2、检查服装，清点人数；  3、宣布本次课的教学内容与要求。  4、安排见习生。  5、讲解用球规则，宣布本课的内容。  （二）软式排球热身活动  1、快乐跑。  绕排球场有节奏地慢跑  2、游戏激趣：原地抛球转圈接球  3、软式排球热身操：  （1）伸展运动  （2）体侧运动  （3）体转运动  （4）踢腿运动  （5）压腿运动  （6）跳跃运动  （7）手腕脚踝关节活动 | **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、熟练用球及拿球准备动作。  4、明确本课的学习内容  （二）热身活动  1.学生随老师提示练习；  2.注意力集中，保持与前面同学间的距离。  3．听清游戏的方法、规则和练要求。  4．自觉严格地遵守比赛规则。  5.学生随指定同学的口令节奏进行热身操练习。  6.球操动作舒张有力 | 1、集合快、整齐，不交头接耳；  2、学生能够认真听老师讲解本次课的要求，并且保持课堂纪律。  1、跑步整齐、注意安全。  2、热身到位、动作正确规范。 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**  1.使学⽣养成良好的课堂常规习惯；  　　 2.使学⽣的身体充分热身，为后面练习软排球垫球打下基础； | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）软排球下手双手对墙垫球**  手臂动作：泼水  动作方法：垫球前，重心下降，两臂自然下垂，两手并拢，两拇指平  行,两小臂尽量靠近，垫球时，用两脚蹬地，两臂稍微内收，利用伸膝、提腰、含胸、提肩、压腕的全身协调动作迎向夹球，将球准确的垫击在前臂的击球部位上。击球瞬间，两臂保持平稳，身体重心向抬臂的方向移动伴送球击出。  重点：  1、降低重心，准击球部位和击  球点；  2击球时两手臂伸直、夹紧、压碗、  提肩拾臂；  3、用腕关节以上小臂处击球。  难点：  上下肢的协调用力,动作舒展连贯；  **（二）软排球：**绕杆自垫球  1、教师边讲解边示范绕杆自垫球排球：绕杆自垫球，注意身体的协调发力和击球的高度，有利于锻炼学生身体协调性。当每次都能控制好球时，击球充分，球直上直下时，进行下一组练习。  2、教师组织学生进行练习  **（三）身体素质训练（弹跳练习+助跑摸高）**  1、利用小栏架进行正面侧面弹跳练习，完成三组，注意练习时的安全。  2、练习三步助跑起跳摸高  3、教师小结。 | **学生活动二**  1、学生仔细观察老师的示范动作，主动探究，模仿学习。  2、两人一组，一人持球固定在小腹前的高度，另一人从准备动作开始，做垫击动作，但不将球击出，只体会击球动作，击球手型和触球部位要正确，注意全身协调用力。  3、两人一组对墙抛球，注意抛球的力量高度，互相观察对方动作。  4、两人一组对墙垫球，注意手型和和击球点。  4．记住要领，认真练习，体会动作。  65612b7300e5adb5ea7385f1127248b  1、学生认真观察学习老师的动作。体会练习， 提高技术；  2、学生集体练习。  1、利用小栏架练习弹跳，注意方法，落地学会屈膝缓冲；  2、学生分组后讨论如何跳得高；  3、认真听老师总结，找出不足。  要求：动作正确，用力协调。 | 1、注意力集中，认真观察老师的示范动作。  2、垫球的手型和击球点和高度。  3、能够上下肢协调用力  1、学生能够认真练习并且相互学习；  2、学生能够准确的将球击到指定的位置上。  1、学生认真听老师讲解游戏规则和要求。  2、学生积极配合老师，遵守游戏规则，积极参加游戏。 | 8’  8’  6’ | | **活动意图说明：**  基本部分在教师的逐步引导下，让学生逐步深入学习，本环节通过教师的讲解示范，让学生有个初步动作技术模式，再到主动练习，让学生初步认识与思考，排球的下手双手对墙垫球的练习，使学生提高对排球运动的兴趣的同时，融会贯通，体会体育学习的乐趣。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松与拉伸  教师和学生一起整理放松。  （二）总结下课  1、组织学生自评互评,教师小结归纳。  2、布置课后任务。  3、宣布下课。  4、师生再见，安排学生收还器材。 | **学生活动3**  学生跟随老师一起放松。  1、自我评估学习情况，学生交流体会。  2、按要求完成布置的任务。 | 1、学生认真模仿老师的放松动作，放松拉伸有力，动作到位。  1、教师和学生一起回顾本节课教学内容，并且学生自我评价及总结。  2、认真听并记录教师布置作业。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  学生在音乐伴奏下，跟着老师一起进行放松练习，恢复学生身心；然后，教师通过评价、总结引导学生进行自我评价，组内评价；并且教师对学生课堂表现进行适当的鼓励，总结共性问题，引发学生思考与课下对的练习。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 两块排球场、40个排球、40个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、家长监督并检查学生能否连续完成软排球对墙垫球的动作技术。  2、记录对墙垫球的最高个数。 | | | |
| **九、**预计负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 45%—65% |
| 个体运动密度 | | 60% |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第11课时（作业设计）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 查阅资料初步了解排球对墙垫球基本手型动作技术 | 了解动作要领 | 上下肢协调用力，动作舒展 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 3分钟 |  |
| **2** | 弹跳练习 | 提高学生身体素质练习 | 收腹跳 | 体能和运用 | 运用 | 亲子游戏类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 助跑摸高 | 提高学生身体素质练习 | 跳高 | 体能 | 运用 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 对墙自垫练习 | 提高学生对垫球的技术动作 | 准备姿势动 | 运动认知 | 运用 | 亲子游戏类 | 课后 | 2分钟以上 |  |
| 5 | 家长监督并检查学生能否熟练完成软排球对墙自垫球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 垫球 | 体能 | 运用 | 知识习得类 | 课后 | 5分钟以上 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第12课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1.两人对垫球练习  2.垫球前滚翻游戏（垫球后的自我保护） | |
| **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**   本节课以“健康第⼀”为指导思想，以发展学生能力，激发学生兴趣，培养学生体育爱好、创新精神及意识为目标。通过软式排球基本手型和姿势的学习，了解软式排球运动的文化，懂得排球运动的特点，掌握简单的排球技术，逐步提高基本技术的动作质量和综合运用所学各项基本技术的能力。学生在自主尝试练习中，学会调控情绪、磨炼意志、增强自信、发展个性、培养坚强的意志品质和积极进取的精神。形成现代社会所必须的合作与竞争意识。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   软式排球是一项新兴的体育运动项目，以其轻、柔、软及易学、易掌握的特点深受广大中小学生的青睐。因其球体柔软、手感好、击球时无痛感，被球击中也无大碍，安全性高，消除了小学生初学排球时的心理障碍，同时相对于排球来说，软式排球好控制、学的快，竞赛和游戏形式多种多样，趣味性较高，是深受小学生喜欢的体育项目之一。  排球正面双手垫球是一项重要的基本技术，由准备姿势，预测和移动，双手垫球三部分组成。垫球的前提是预测来球方向和落点，迅速移动，而双人对垫则需要在垫球技术比较熟练的情况下，考验两人的配合的默契。 | | | |
| 1. **学生学情分析**   小学五年级学生，好表现而且思维活跃，动作反应速度和灵活性较好，直观接受能力较强，但四肢力量相对较弱一些，自控能力不足，注意力及兴趣难以长时间集中在一点上。因而，本节课教学内容、教学进度、教学方法等，都是针对本年龄阶段学生身心特点，根据软式排球学习的规律进行编排和设计。 | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、通过练习正确掌握移动中击球的要领，能正确叙述两人对垫的动作及要领，发展学生速度、灵敏、协调性等素质，并能培养同伴相互理解、协调配合。  2、学生能正确判断对方来球，积极移动垫球，每次击球前和击球后都要做好准备姿势，能来回对垫。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   1、教师应使每个学生都能得到公平公正的全面评价；  2、注重学生个体差异，发展个性，全面培养学生运动自信心，学会与人交往合作，体验运动乐趣，激发学习积极性和主动性。 | | | |
| **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、体委整队、师生问好、报告人数、师生问好、检查服装。  2、宣布本课的内容和任务。  3、本课的注意事项  （二）准备活动：  1、热身慢跑（8字环形跑）  2、热身操  （1）伸展运动  （2）体侧运动  （3）体转运动  （4）踢腿运动  （5）压腿运动  （6）跳跃运动  （7）手腕脚踝关节活动  3、熟悉球性：抛球自接 | **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；  1、慢跑并领取排球  2、随教师一起做排球操  3、熟悉球性：各种抛接 | 1、集合时，快、静、齐；  2、认真听教师讲解本节课的教学内容和要求。  1、看教师的动作示范，认真的做准备活动  2、学生积极配合，动作迅速 | 3’  8’ | | **活动意图说明：**  各种变化形式的慢跑，运动量较小的游戏，作用是集中学生的注意力，通过练习活跃课堂气氛，激发情绪。可以把学生迅速组织起来，思想注意力集中到体育课堂来，使课堂上的气氛逐渐热烈起来，学生的情绪充分调动起来。渴望运动、准备运动、精神饱满地进入到下面的练习。充分做准备活动。避免在运动中受伤。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  **（一）技能巩固和提高**  ①知识回顾  排球垫球的基本动作要领和口诀：插、夹、抬、蹬  ②一人一组进行自垫球练习，要求完成连续垫球10次以上，高度要超过手臂向上伸展的高度。  **（二）导入新课：双人对垫排球**  练习①：一抛一垫入门  在自垫球的基础上，完成两人在间隔1~2米的情况下，一人抛球，一人垫球，要求10次准确抛球的情况下，垫球人有能有6次以上将球垫回至抛球人的手中。两人互抛互垫10次为一组练习，进行多组练习。  练习②：一抛一垫升级练习  在完成①的情况下，抛球人（间隔1~2米，熟练后扩大到2~3米）将球抛向击球人身体两侧1~2米范围的情况下，在10次随机的抛球中，垫球人能够有6次以上将球垫回至抛球人可控范围内，即视为成功。  **（三）、游戏：垫球前滚翻游戏**  **（垫球后的自我保护）**  1、前滚翻动作要领：从深蹲支撑开始，身体重心前移，双腿直蹬离地，同时屈膝。低头，挺胸，提臀。将后脑勺置于双手支点前，依次通过颈、背、腰、臀向前滚动。当你滚到后垫时，可以快速收腹屈膝，上半身会顺着大腿抱膝成下蹲姿势，完成前滚。  2、组织学生进行练习  3、学习前滚翻保护与帮助  4、与学生一起讨论，前滚翻在排球比赛中如何运用。 | **学生活动二**  1、各组领取任务卡，根据任务卡的任务要求，完成教师安排的任务。  2、学生练习时教师巡回指导，纠错教师语言提示学生动作要领和上下肢的协调配合。  3、教师带领学生回顾排球垫球的基本动作要领，学生认真思考。  4、教师语言提示学生动作要领和上下肢的协调配合。  5、学生两人间相互配合、大胆尝试，争取完成多次。  6、对做得好的组进行表扬。  7、强调上、下肢协调配合、脚步移动要快。  8、教师讲解示范，学生练习过程中由近及远，进行体验练习。  1、学生认真听老师讲的动作要领，仔细看老师的示范；  2、学会前滚翻动作保护与帮助；  3、积极思考前滚翻运用；  4、注意安全。 | 1、学生注意力集中，听老师讲解，并且认真观察示范动作。  2、两臂自然下垂，两手并拢，两拇指平行，两小臂尽量靠近，垫球时，用两脚蹬地，两臂稍内收，利用伸膝、含胸、提肩、压腕的全身协调动作迎向来球  1、学生认真听老师讲解示范和要求。  2、学生积极配合老师练习，遵守安全规则，积极参加保护与帮助。 | 8’  8’  6’ | | **活动意图说明：**  教师通过讲解示范软排球两人对垫球练习，循序渐进学习对垫技术动作，从而提高垫球能力，从为接下来的学习做铺垫。通过前滚翻练习，让学生学会自我保护的技能。通过本环节的设计，培养学生开动脑筋，敢于说出自己的见解和猜想，团结合作、讨论交流、再加上教师的及时鼓励，激励信心，从而使学生学习兴趣更浓。 | | | | | **环节三：结束部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动3**  （一）放松：太极放松  在音乐下教师带领做放松运动  （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、学生跟着教师一起放松。  2、教师指导学生做放松。  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。  4、宣布下课。 | 1、认真做好放松练习，调整好身心。  2、积极参与总结。 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  通过教师带领学生进行放松活动，使学生恢复身心；教师和学生一起评价总结，让学生知道本节课自己应该怎么去练习，怎么处理自己不足之处。 | | | | | | | |
| **七、场地与器材设计** 两块排球场、40个排球、10个标准桶、20个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成软排球两人对垫球的动作技术  2、两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成对垫练习，并记录个数 | | | |
| **九、预计负荷** | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 45%—65% |
| 个体运动密度 | | 50% |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第12课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**软排球两人对垫的动作技术  **课中:**前滚翻技术动作的学习  **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）能否熟练完成软排球两人对垫球的动作技术  2、两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成对垫练习，并记录个数 | |
| **作业目标** | 1、熟练完成掌握排球对垫的动作技术。  2、移动步法要轻松自然，身体重心不能起伏，以免影响移动速度。 | |
| **作业资源** | 1、教师将排球两人对垫球基本手型的动作教学视频到班级群；  2、学生也可通过互联网、优质课网站布置课前查阅与浏览任务。 | |
| **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）：**  **两人对垫球**   1. 教师将学生进行分成两人一组后； 2. 教师在前面喊口令； 3. 并组织学生进行练习； 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 两人对垫球个数挑战 | | | | | | 个数 | 10个以上 | 9-7个 | 6-3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、两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成软排球两人对垫球的动作技术  2、两个同学相互练习（或家长监督）能否熟练完成对垫练习，并记录个数  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：   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 两人对垫球个数挑战 | | | | | | 个数 | 10个以上 | 9-7个 | 6-3个 | 2个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 不合格 |   学生自评：☆☆☆☆☆ | **3’**  **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5年级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** | 软排球两人对垫球的动作技术 | 掌握排球基本手型和预备姿势 | 准备姿势 | 健康知识与技能 | 运用 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 软式排球：两人对垫 | 发展学生双手垫球技术 | 击球位置、协调发力 | 体能 | 运用 | 体能发展类 | 课中 | 3分钟 |  |
| **3** | 一抛一垫 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 发力顺序、击球位置 | 健康知识与技能 | 运用 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 游戏：前滚翻 | 发展学生灵敏性提高学生身体素质 | 保护与帮助 | 体育比赛 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 3分钟以上 |  |
| **5** | 完成两人对垫的练习。 | 提高学习兴趣及对排球运动的兴趣 | 移动与接球 | 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 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第13课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1. 远距离对垫球练习 2. 穿梭跑动垫球接力 | |
| **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**   通过前一节课对垫球练习，让学生掌握原地两人对垫球的基本动作要领的同时掌握远距离对垫球和跑动中垫球练习。并结合快速跑练习进一步了解排球专项技能，提高学生对排球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是排球垫球专项技能课程的基本练习内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授排球远距离对垫球技术要领及上节课时学到的排球两人对垫球前提下，提高学生对垫球的能力，本课时并让学生通过一次次闯关提高学生球性，并感受排球带来的乐趣。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**   水平三五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。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、通过本课时远距离对垫球的学习，加强学生垫球的能力。  2、通过本课时远距离对垫球的学习和快速跑技术结合的学习，进一步加强了学生的运动能力，提升学生在比赛中对于专项技术额运用，促进学生的全面发展  3、通过尝试不同距离对垫球练习，90%学生能够接住球，10%学生能够点对点多个球，为学习隔网垫球练习技能打下基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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；  4、热身慢跑  5、“红绿灯”“单双数跑”快速跑游戏  6、排球操  7、学生两三人一组进行各种姿势不限制区域的垫球练习 | | **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、熟练用球及拿球准备动作。  5、积极参与、注意力集中。 | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音； 3. 上课时始终保持：右手拿球靠近自己身体准备动作的立正姿势。 | 3’ | | **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排球运动中以及远距离的垫球在排球比赛中的重要性。通过快速跑以及不同距离的垫球练习进一步加强学生点球的能力，为接下来的学习做好铺垫。 | | | | | | **环节二：**基本部分 | | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  1、教师讲解示范远距离对垫球技术动作（多方位进行示范）  动作方法：双脚自然开立与肩同宽，屈膝微曲。接球时，重心由下至上，调整脚步身体主动迎球。  2、组织学生尝试3m距离一抛一垫到对垫（挑战一）  3、组织学生尝试5,m距离一抛一垫到对垫（挑战二）  4、组织学生5人一组围圈跑动中垫球（挑战三）  5、穿梭“小巴士”  将全班分为四个小组，分别在相对应的场地进行，各小组分为两个5人组，两路纵队相对站立，由每组一号抛球给对面6号后垫完球跑向对面纵队末尾，以此往复，直到再次轮到一号游戏结束。 | **学生活动二**  1、学生认真观察教师的讲解示范；  2、学生提问，上前展示；  3、学生两人一组进行3m距离的垫球练习；  4、学生两人一组进行5m距离的垫球练习；  5、学生根据教师的要求进行游戏活动；   1. 学生在游戏的过程中注意间隔具体及活动安全； 2. 学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | | 1、手型以及接球时是否主动迎球，身体是否协调发力；  2、两人配合默契，能在3m距离接住来球并对垫回去；  3、两人配合默契，能在5m距离接住来球并对垫回去；  4、遵守游戏规则 | 15’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过三个“挑战冲关”进行情景带入式学习，让学大胆尝试、敢于突破，三个环节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排球运动中的团结协助的精神。最后加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，提升对排球运动的兴趣也为下节课做好铺垫。 | | | | | | **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** 两块排球场、42个排球、11个标准桶、21个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成快速跑。  2、让家长给学生在前后左右3-5m的距离进行垫球，其学生将球稳稳接住。 | | | |
| **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 | | 66% |
| **十、教学反思与改进** | | | |

**第13课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**两人一组原地对垫练习  **课中:**不同距离对垫练习  **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“红绿灯”“单双数跑”等快速跑。  2、让家长给学生在前后左右3-5米范围内进行抛球，其学生将球在球未落地之前接住球并且将球回垫。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成各种不同形式的快速跑技能；   2、初步判断正面来球落地，及掌握球在自由落下时脚步移动主动迎球垫会的能力。 | |
| **作业资源** | 1、教师发远距离对垫球以及各种快速跑练习视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习远距离对垫球。  3、通过观看排球比赛学习相关动作。 | |
| **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）：**  挑战三：围圈垫球   1. 学生5人一组围圈； 2. 当教师下“开始”口令持球同学向高空抛球（可自垫可由离得近的同学跑步上前垫）； 3. 学生听到“开始”口令后通过快速移动调整到最佳击球位置垫球。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 一分钟围圈垫球 | | | | | | 接球个数 | 25-20个 | 19-15个 | 14-9个 | 8-0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. 多名同学（或家长）站成一路纵队或横排，由一人下达口令，当叫到单数时向左边跑，叫到双属时向右边跑。 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：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 单双数快速跑 | | | | | | 失误个数 | 0次 | 1-2次 | 3次 | 3次 | | 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3-5米站立； 3. 一人将球抛向学生前后左右3-5米范围内，学生通过判断球的落地，在球自由落下时脚步移动主动迎球垫。 4. 先练习再进行考评； 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个远距离对垫球 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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5年级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** | 原地对垫 | 来回对垫8个以上 | 球不落地 | 技能掌握 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 1分钟 |  |
| **2** | 3m距离对垫球 | 掌握 | 接球姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **3** | 5m距离对垫球 | 对球感的掌握 | 接球姿势 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 穿梭跑动中垫球 | 发展学生身体协调性及对球的感知 | 主动迎球 | 体能 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 |  |
| **5** | 围圈垫球 | 提高学习兴趣及对排球运动的兴趣 | 接球 | 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 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **第14课时教学设计** | | | |
| **课题** | | 1. 隔网垫球练习 2. 垫球钻网接力 | |
| **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**   通过前一节课远距离对垫球练习，让学生掌握3-5m远距离对垫球的基本动作要领的同时掌握和隔网垫球。并结合快障碍速跑练习进一步了解排球专项技能，提高学生对排球运动兴趣，增强学生身体素质。 | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课时内容是排球垫球专项技能课程的基本练习内容，在本单元课程中具有承上启下的作用。教师在传授排球远距离对垫球技术要领及上节课时学到的排球两人对垫球前提下，提高学生对垫球的能力，本课时并让学生通过一次次闯关提高学生球性，并感受排球带来的乐趣。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**   水平三五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。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、通过本课时隔网对垫球的学习，加强学生垫球的能力。  2.通过本课时隔网垫球的学习和障碍快速跑技术结合的学习，进一步加强了学生的运动能力，提升学生在比赛中对于专项技术额运用，促进学生的全面发展  3.通过尝试隔网垫球练习，90%学生能够接住球，10%学生能够点对垫多个球，为学习排球比赛奠定基础。 | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、闯关游戏、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；  4、热身慢跑  5、障碍跑：  快速通过场地上障碍物  6、排球操  7、学生两三人一组进行各种姿势不限制区域的垫球练习 | **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、熟练用球及拿球准备动作。  5、积极参与、注意力集中。 | 1. 精气神饱满、动作快静齐； 2. 用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音； 3. 上课时始终保持：右手拿球靠近自己身体准备动作的立正姿势。 | 3’ | | **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排球运动中以及隔网垫球在排球比赛中的重要性。通过障碍快速跑以及隔网垫球练习进一步加强学生垫球的能力，为接下来的学习做好铺垫。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动二**  1、教师讲解示范隔网垫球技术动作（多方位进行示范）  动作方法：双脚自然开立与肩同宽，屈膝微曲。接球时，重心由下至上，调整脚步身体主动迎球，控制力度和方向把球垫过网。  2、组织学生尝试隔网一抛一垫（挑战一）  3、组织学生尝试隔网二次到多次垫（挑战二）  4、教师组织学生分四组通过障碍并对垫过网（挑战三）  5、丛林穿越  将全班分为四个小组，分别在相对应的场地进行，各小组分为两个5人组，两路纵队隔网相对站立，由每组一号抛球给对面6号后垫完球绕过球网跑向对面纵队末尾，以此往复，直到再次轮到一号游戏结束。 | **学生活动二**  1、学生认真观察教师的讲解示范；  2、学生提问，上前展示；  3、学生两人一组进行隔网一抛一垫练习；  4、学生两人一组进行二次到多次对垫练习；  5、学生根据教师的要求进行游戏活动；   1. 学生在游戏的过程中注意间隔具体及活动安全； 2. 学生要求认真参与、积极主动、精神饱满。 | 1、手型以及接球时是否主动迎球，身体是否协调发力；  2、两人配合默契，能隔网接住来球并对垫回去；  3、两人配合默契，能隔网接住来球并对垫回去多次；  4、遵守游戏规则 | 15’  8’ | | **活动意图说明：**  基本部分通过三个“挑战冲关”进行情景带入式学习，让学大胆尝试、敢于突破，三个环节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排球运动中的团结协助的精神。最后加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，提升对排球运动的兴趣也为下节课做好铺垫。 | | | | | **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** 两块排球场、42个排球、11个标准桶、21个标准盘 | | | |
| **八、作业与拓展学习设计**  1、两个同学相互练习（或家长监督）并检查能否熟练完成绕障碍快速跑。  2、让家长给学生在前后3-5m高度2-3m间给学生抛球，其学生将球稳稳接住并对垫过网。 | | | |
| **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 | | 66% |
| 1. **教学反思与改进** | | | |

**第14课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**两人一组3-5m远距离对垫练习  **课中:**隔网对垫练习  **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绕障碍快速跑。  2、让家长给学生在前后3-5m高度2-3m范围内进行抛球，其学生将球在球未落地之前接住球并且将球回垫过网。 | |
| **作业目标** | 1. 熟练完成各种不同形式的障碍快速跑技能；   2、初步判断正面来球落地，及掌握球在自由落下时脚步移动主动迎球垫回击球的力度和角度。 | |
| **作业资源** | 1、教师发隔网对垫球以及各种障碍快速跑练习视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习远距离对垫球。  3、通过观看排球比赛学习相关动作。 | |
| **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）：**  挑战三：丛林穿越   1. 学生10人一组隔网相对站立； 2. 当教师下“开始”口令持球同学隔网抛球； 3. 学生听到“开始”口令后通过快速移动绕过障碍物调整到最佳击球位置垫球。 4. 评价标准  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 一分钟围圈垫球 | | | | | | 接球个数 | 25-20个 | 19-15个 | 14-9个 | 8-0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. 多名同学（或家长）站成一路纵队或横排，由一人下达口令，快速通过不同高度、难度的障碍物。 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：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 单双数快速跑 | | | | | | 失误个数 | 0次 | 1-2次 | 3次 | 3次 | | 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）面对面隔网相距3-5米站立； 3. 一人将球抛向学生前后左右3-5米高度2-3m范围内，学生通过判断球的落地，在球自由落下时脚步移动主动迎球垫。 4. 先练习再进行考评； 5. 评价标准：  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 完成10个远距离对垫球 | | | | | | 接球个数 | 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：☆☆☆☆☆ | **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** | 3m远距离对垫 | 来回对垫8个以上 | 球不落地 | 技能掌握 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **2** | 5m距离对垫球 | 来回对垫8个以上 | 球不落地 | 技能掌握 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 2分钟 |  |
| **3** | 隔网一抛一垫垫球 | 击球的时机与力度 | 接球姿势 | 技能掌握 | 理解 | 知识习得类 | 课中 | 2分钟 |  |
| **4** | 隔网一抛二到多次对垫 | 击球的时机与力度 | 主动迎球 | 体能 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 |  |
| **5** | 丛林穿越 | 提高学习兴趣及对排球运动的兴趣 | 接球 | 技能的掌握和运用 | 运用 | 亲子游戏类 | 课后 | 5分钟以上 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第15课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 1. 软排球下手双手对墙垫球比赛 2. 身体素质练习：30米折返跑 | |
| **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**   （1）认知目标：通过本节课的学习，加强学生对软排球垫球动作技术的认识和理解。  （2）技能目标：通过本节课的学习，巩固学生的软排球垫球动作技术要领，同时通过30米折返跑，发展学生的奔跑能力和耐力素质。  （3）情感目标：以赛促练，培养学生不怕困难、顽强拼搏、操练的意志品质。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   本课将软排球对墙垫球比赛与田径30米折返跑相结合，通过比赛促进学生对软排球垫球动作技术要领的练习，同时通过比赛的形式促进学生对排球运动的兴趣。此外，将排球运动与田径运动相结合，重视系统安排多种运动项目的学练，在发展学生专项运动技能的同时协调发展学生的速度和耐力素质，促进学生形成丰富的运动体验。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   小学五年级学生正处于生长发育的关键期，他们模仿能力强、好奇心强、活泼好动，但是依赖性强、自我约束能力差。五年级学生运动能力、性格爱好都具有很大差异，但是对于带有模仿性、竞争性的练习，学生都有很大的兴趣，特别是对教学内容的不断递进表现出强烈的积极性和求胜的欲望。全班大部分人通过前期的学习，多数同学对软排球垫球动作基本掌握，少部分同学还有待提高，通过对墙垫球比赛促进学生对垫球动作的巩固和提高。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写**   （1）通过本节课的学习，学生对软排球垫球动作技术的认识和理解更加深刻。  （2）通过本节课的学习，学生对软排球垫球动作技术要领的掌握更加稳定，同时通过30米折返跑，学生的奔跑能力和耐力素质得到进一步提高。  （3）通过比赛，培养学生不怕困难、顽强拼搏、操练的意志品质。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**   评价任务注重评价内容的多维、评价方法的多样以及评价主体的多元。评价内容围绕核心素养，既关注基本运动技能、体能与专项运动技能，又关注学习态度、进步情况及体育品德，；既关注健康基本知识与技能，又关注健康意识和行为养成。评价方法要重视过程性评价与综合性评价相结合。评价主体以体育教师为主，鼓励学生、其他学科教师、家长等参与其中。所以本课时评价任务依据以上标准并根据学生的实际情况，将各种基本运动能力、体能训练、专项运动技能、学习态度和健康行为等相结合进行综合评价。 | | | | |
| **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**  （一）课堂常规  1.集合整队，清点人数；  2.检查服装，师生问好，  3.宣布本节课教学内容和要求；  4.安全教育；  5.安排课堂见习生；  （二）热身活动  1.组织学生热身跑  2.带领学生做徒手操  3.专项准备活动  （三）队列练习  1.复习向右看齐、向前看齐；  2.复习原地三面转法和练习报数；  3.右手拿球靠近自己身体准备动作立正姿势1分钟。 | **学生活动1**  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.集合做到：快、静、齐；  4.遵守安全注意事项，上课过程中身体不适及时报告。    （二）热身活动  1.绕排球场慢跑4圈  2.体育委员带领做徒手操  3.跟随教师做专项准备活动  （三）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，纠正错误。 | 1.精神饱满、动作快静齐；  2.用球要求：在上课时不得随意拍球和发出拍球噪音；  1.精神饱满，队伍整齐；  2.做操动作标准，幅度由小到大。   1. 精神饱满、声音洪亮、拿球站立能够持续保持 2. 注意力集中听要求和口令 | 1’  4’  3’ | | **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和课堂教学要求，并进行充分的准备活动，除此之外把用球及持球的练习加入到队列队形内容中，为本节课基本部分的教学做好充分的准备。 | | | | | **环节二：基本部分** | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动2**   1. 复习下手双手垫球动作 2. 教师口头复述双手垫球动作技术要点 3. 组织学生进行徒手动作巩固练习 4. 组织学生两人一抛一垫练习 5. 组织学生两人对垫练习 6. 下手双手对墙垫球比赛 7. 教师提示下手双手对墙垫球动作要点和比赛规则 8. 组织学生自主练习 9. 组织学生分小组进行1分钟对墙垫球比赛 10. 教师总结比赛过程和结果   （三）30米折返跑  教师组织学生进行30米折返跑 | **学生活动2**  （一）复习下手双手垫球动作  1.认真听讲，牢记双手垫球动作技术要点  2.徒手动作巩固练习  3.两人一抛一垫练习  4.学生两人对垫练习  （二）下手双手对墙垫球比赛  1.认真听讲下手双手对墙垫球动作要点和比赛规则  2.学生自主练习5分钟  3.学生分小组进行1分钟对墙垫球比赛  4.学生总结比赛过程和结果  （三）30米折返跑  学生分组进行30米折返跑 | 1.学习态度端正，认真听讲  2.积极练习，动作标准  1.学习态度端正，认真听讲  2.遵守比赛规则  3.积极参与比赛，顽强拼搏  全力投入，提升速度与耐力素质 | 5’  15’  5’ | | **活动意图说明：**  此部分教学内容为下手双手对墙垫球比赛和30米折返跑，将排球动作技能与田径相结合，体现了多种运动项目的融合。通过对墙垫球比赛，促进学生对垫球动作技术的巩固，同时增强学生对排球运动的兴趣，激发学生的竞争与合作精神；通过30米折返跑，增强学生的速度与耐力，协调发展学生的运动能力。 | | | | | **环节三：**结束部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教的活动3**  （一）放松与拉伸  1.呼吸放松  2.身体姿态放松与拉伸  （二）总结下课  1.总结点评，要求课后复习并宣布下堂课内容  2.布置课后作业  3.清点器材，归还器材  4.师生再见，宣布下课 | **学的活动3**  （一）放松与拉伸  1.跟随音乐，认真模仿教师动作，跟着教师一起做放松操  2.学生动作幅度到位及动作标准；动作认真标准  （二）总结下课  1.学生认真听从教师对本节课进行回顾与总结；  2.回顾运用本节课所学，积极讨论并参与自评及自我总结；  3.回收器材，师生再见。 | 认真模仿，放松拉伸有力，动作到位  1.师生共同参与评价，学生自我评价及总结。  2.认真听并记录教师布置作业 | 4’  3’ | | **活动意图说明：**  在音乐伴奏下对身心进行放松，恢复学生身心，通过评价、总结引导学生进行自我评价，组内评价，教师对学生课堂表现、学习状况进行评价，适当鼓励，总结共性问题，引发学生思考与课下对的练习，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**  排球场、40个排球、12个标准桶、40个标准盘 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1.两个同学相互练习（或家长监督）并检查双手对墙垫球的稳定性  2.双手下手自垫球练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 50%-60% |
| 个体运动密度 | | 40%-50% |
| 1. **教学反思与改进** | | | | |

**第15课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**回顾双手下手垫球动作技术要点  **课中:**双手下手对墙垫球  **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）并检查双手对墙垫球的稳定性  2.双手下手自垫球练习 | |
| **作业目标** | 1. 进一步巩固学生对双手下手垫球动作技术要领的掌握 2. 对墙垫球练习，加强学生对球的控制，增强垫球的稳定性 3. 双手下手自垫球练习，为单元学习考核做准备 | |
| **作业资源** | 1.教师将软排球双手下手自垫球动作技术要点发至班级群  2.通过互联网、优质课网站等学习对墙垫球和自垫球 | |
| **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（课前）：**  回顾双手下手垫球动作技术要点   1. 准备姿势 2. 基本手型 3. 移动步伐   学生自评：☆☆☆☆☆  优秀：☆☆☆☆☆ 良好：☆☆☆☆  合格：☆☆☆ 继续努力：☆☆  **作业二（课中）：**  双手下手对墙垫球   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟双手下手对墙垫球 | | | | | | 个数 | 22-30个 | 16-21个 | 9-15个 | 8个以下 | | 评价 | ☆☆☆☆☆ | ☆☆☆☆ | ☆☆☆ | ☆☆ |   学生自评：☆☆☆☆☆  优秀：☆☆☆☆☆ 良好：☆☆☆☆  合格：☆☆☆ 继续努力：☆☆  **作业三（课后）：**   1. 家长监督并检查双手对墙垫球的稳定性   （1）垫球手型正确，垫得准、稳，上下肢协调用力，动作连贯：☆☆☆☆☆  （2）垫球手型正确，垫球较稳定，上下肢较协调，动作连贯：☆☆☆☆  （3）垫球手型基本正确，垫球较稳定，上下肢较协调：☆☆☆  （4）垫球手型不正确，垫球不稳定，上下肢较不协调：☆☆  家长评价：☆☆☆☆☆  优秀：☆☆☆☆☆ 良好：☆☆☆☆  合格：☆☆☆ 继续努力：☆☆  2.双手下手自垫球练习   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟双手下手对墙垫球 | | | | | | 个数 | 22-30个 | 16-21个 | 9-15个 | 8个以下 | | 评价 | ☆☆☆☆☆ | ☆☆☆☆ | ☆☆☆ | ☆☆ |   学生自评：☆☆☆☆☆  优秀：☆☆☆☆☆ 良好：☆☆☆☆  合格：☆☆☆ 继续努力：☆☆ | 5’  10’  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5年级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** | 回顾双手下手垫球动作技术要点 | 进一步巩固学生对双手下手垫球动作技术要领的掌握 | 垫球动作技术要领 | 运动认知 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 3-5分钟 |  |
| **2** | 对墙垫球 | 加强学生对球的控制 | 控球 | 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 |  |
| **3** | 家长监督并检查双手对墙垫球的稳定性 | 增强垫球的稳定性 | 控球 | 健康知识与技能的掌握和运用 | 评价 | 技能提高类 | 课后 | 3-5分钟 |  |
| **4** | 双手下手自垫球练习 | 为单元学习考核做准备 | 垫球 | 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 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第16课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 体育精神之“女排精神” | |
| **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**  依据课程标准中提出的“关注体育与健康教育内容、体能与技能、学练与比赛、体育与其他相关学科等方面有机融合，提高学生举一反三、融会贯通能力”的思想，本课时将排球运动与德育教育相融合，注重学生健全人格的培养，以排球运动和排球知识为载体，培养学生不怕困难、顽强拼搏的意志品质，同时通过“女排精神”的宣扬，激发学生的爱国主义精神。 | | | | |
| **2.教学内容分析**  本课时为跨学科主题学习活动，根据运动项目的特征和五年级学生的学情确立了体育与德育相结合的教学内容，即以“女排精神”为载体，加强学生对体育精神的了解和学习，培养学生爱国主义精神和顽强拼搏的一直品质，逐步培养学生的健全人格。 | | | | |
| **3.学生学情分析**  小学5年级学生的自我意识逐步深刻，渐渐摆脱对外部控制的依赖，逐渐形成了内化的行为准则作为监督、调节、控制自己的行为的依据，而且开始从对自己表面行为的认识、评价转向对自己内部品质的更深入的评价，所以在此阶段应加强对学生正确价值观念的引导，促进学生人格全面而健全地发展。 | | | | |
| **4.学习目标叙写**  通过本节课的学习，学生能够了解体育运动的作用与价值，了解排球运动所蕴含的精神教育，并能将排球运动的精神运用于生活和学习中。 | | | | |
| **5.评价任务设计**  评价任务注重评价内容的多维、评价方法的多样以及评价主体的多元。评价内容围绕核心素养，既关注基本运动技能、体能与专项运动技能，又关注学习态度、进步情况及体育品德，；既关注健康基本知识与技能，又关注健康意识和行为养成。评价方法要重视过程性评价与综合性评价相结合。评价主体以体育教师为主，鼓励学生、其他学科教师、家长等参与其中。所以本单元的评价任务依据以上标准并根据学生的实际情况，将体育与德育相结合进行综合评价。 | | | | |
| **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. 课堂常规 2. 清点人数，师生问好 3. 宣布本课教学内容及要求 4. 安全教育 5. 课堂导入   教师播放一段排球比赛视频，并提问“通过观看这段视频，你有什么体会？” | **学生活动1**  （一）课堂常规  1.快速座好，等待教师，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）课堂导入  观看视频并思考问题 | 1.精气神饱满、动作快静齐；  2.上课时始终保持坐姿端正  认真观看视频，小组讨论 | 10’ | | **活动意图说明：**  通过课堂让学生明确学习内容和要求，通过课堂导入，引导学生积极讨论问题并回答问题，充分发挥学生的主观能动性，从而引出本课学习内容“女排精神”。 | | | | | **环节二：**基本部分 | | **评价要点** | **时间** | | **教师活动2**   1. “女排精神”简介   1.教师请学生简述“女排精神”  2.教师播放PPT讲述“女排精神”   1. “女排精神”内涵   （16字“女排精神”：祖国至上、团结协作、顽强拼搏、永不言败）  1.教师请学生简述“女排精神”的内涵  2.教师详细讲述“女排精神  （三）“女排精神”在学习中的应用  1.教师引导学生讨论“女排精神”在学习中的应用  2.教师提炼和补充学生的答案  3.教师提问“在学习中，你做到了哪些精神，又有哪些精神需要进一步提高？”  4.教师提问：除了“女排精神”，你还知道哪些体育精神，他们有什么相同点和不同点？ | **学生活动2**  （一）女排精神”简介  1.学生简述“女排精神”  2.播放PPT，认真听老师讲述“女排精神”  （二）“女排精神”内涵  1.学生简述“女排精神”的内涵  2.教师播放PPT，详细讲述“女排精神”，学生认真听讲  （三）“女排精神”在学习中的应用  1.小组讨论“女排精神”在学习中的应用，并积极回答  2.思考“在学习中，做到了哪些精神，又有哪些精神需要进一步提高？”  3.思考除了“女排精神”，你还知道哪些体育精神，他们有什么相同点和不同点？ | 认真听讲，积极回答问题  认真听讲，积极回答问题  积极讨论问题、思考问题、并积极回答问题 | 25’ | | **活动意图说明：**  通过对“女排精神”的简介、“女排精神”的内涵以及“女排精神”的在学习中的运用，培养热爱祖国、团结协作、顽强拼搏和永不言败的精神品质。在教学中，积极引导学生思考问题、讨论问题和回答问题，让学生积极参与课堂，充分发挥学生的主观能动性 | | | | | **环节三：结束部分** | | | | | **教的活动3** | **学的活动3** | **评价要点** | **时间** | | 总结下课  1.总结点评，要求课后复习并宣布下堂课内容  2.布置课后作业  3.师生再见，宣布下课 | 总结下课  1.学生认真听从教师对本节课进行回顾与总结；  2.回顾运用本节课所学，积极讨论并参与自评及自我总结；  3.师生再见。 | 师生共同参与评价，学生自我评价及总结。  2.认真听并记录教师布置作业 | 5’ | | **活动意图说明：**  通过评价、总结引导学生进行自我评价，组内评价，教师对学生课堂表现、学习状况进行评价，适当鼓励，总结共性问题，引发学生思考与课下对的练习，为下一个课时做好铺垫。 | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计** 教室 PPT 板书 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1.观看一段排球比赛  2.双手下手自垫球练习 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | **/** |
| 群体运动密度 | | **/** |
| 个体运动密度 | | **/** |
| 1. **教学反思与改进** | | | | |

**第16课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | **课前:**搜集关于“女排精神”的简介和“女排精神”的内涵  **课中:**“女排精神”在学习中的应用  **课外(校外一小时的作业设计):**  1.观看一段排球比赛  2.双手下手自垫球练习 | |
| **作业目标** | 1.将体育与德育相融合，培养学生热爱祖国、团结协作、顽强拼搏和永不言败的精神品质  2.通过“女排精神”在学习中的应用教育，引导将理论应用到学习中  3.双手下手自垫球练习，为单元学习考核做准备 | |
| **作业资源** | 1.通过书籍和互联网等资源搜集关于“女排精神”的简介和“女排精神”的内涵  2.教师将软排球双手下手自垫球动作技术要点发至班级群 | |
| **安全提示** | 1.正确使用互联网，不易长时间使用手机和电脑进行学习。  2.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；  3.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）：**   1. 搜集关于“女排精神”的简介 2. 搜集“女排精神”的内涵   学生自评：☆☆☆☆☆  优秀：☆☆☆☆☆ 良好：☆☆☆☆  合格：☆☆☆ 继续努力：☆☆  **作业二（课中）：**  “女排精神”在学习中的应用  学生自评：☆☆☆☆☆  优秀：☆☆☆☆☆ 良好：☆☆☆☆  合格：☆☆☆ 继续努力：☆☆  **作业三（课后）：**  1.观看一段排球比赛  家长评价：☆☆☆☆☆  优秀：☆☆☆☆☆ 良好：☆☆☆☆  合格：☆☆☆ 继续努力：☆☆  2.双手下手自垫球练习   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟双手下手对墙垫球 | | | | | | 个数 | 22-30个 | 16-21个 | 9-15个 | 8个以下 | | 评价 | ☆☆☆☆☆ | ☆☆☆☆ | ☆☆☆ | ☆☆ |   学生自评：☆☆☆☆☆  优秀：☆☆☆☆☆ 良好：☆☆☆☆  合格：☆☆☆ 继续努力：☆☆ | 5’  8’  10’  7’ |
| **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** | 搜集关于“女排精神”的简介和“女排精神”的内涵 | 培养学生自主学习的能力 | 了解“女排精神” | 体育精神 | 理解 | 知识习得类 | 课前 | 3-5分钟 |  |
| **2** | “女排精神”在学习中的应用 | 将体育与德育相融合，培养学生热爱祖国、团结协作、顽强拼搏和永不言败的精神品质 | 应用“女排精神” | 体育精神 | 运用 | 知识习得类 | 课中 | 5分钟以上 |  |
| **3** | 观看一段排球比赛 | 加深对“女排精神”的理解 | 理解“女排精神” | 体育比赛 | 理解 | 比赛欣赏类 | 课后 | 5分钟以上 |  |
| **4** | 双手下手自垫球练习 | 巩固垫球技术，为单元学习考核做准备 | 垫球 | 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 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第17课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 复习软排球下手双手垫球 | |
| **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**   通过本次课的专项复习，让学生在练习后能熟练掌握下手双手垫球的正确手型和基本要领。进一步提高学生的下手双手垫球水平，发展学生上下肢的协调性。培养学生不怕困难、团结协作的品质。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   课时复习双手垫球，下手双手垫球是排球教学中一个基本的技术动作，本次课学生在已有学习的基础上进一步熟悉球性，通过复习下手双手垫球进一步提高学生排球垫球水平及所学技术动作的应用能力，学生能够准备抛接球的高度和落点，并迅速调整接球位置，更好的完成垫球动作。在练习中通过徒手练习、互学互练等多种方式来巩固复习，达到提高垫球技术、锻炼身体、愉悦身心。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   本课是在基本掌握排球垫球技术的基础上巩固和加强排球垫球的高度和稳定性的，教学对象水平二的学生，他们的身体正处快速发展阶段，在心理上可望求新、求异、求趣，但又怕失败，既希望获得他人的肯定，又缺少一定的自信心。而且该阶段的学生注意力易分散，不喜欢单调的课，所以在安排教材时，要形式多样，力求新颖，学生兴趣就会被调动起来。通过前阶段的学习，学生基本掌握了排球下手双手垫球的动作要领，但垫球的高度和稳定性还有待加强，所以希望通过这堂复习课，解决一些细节方面的问题，提高垫球的高度和稳定性，增强学生练习兴趣和自信心。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1.认知目标:通过复习使学生进一步了解排球垫球的动作要领。  2.技能目标:通过复习，进一步提高下手双手垫球技术，使90%学生垫球的高度和稳定性都能有显著提高.  3.情感目标:体验运动的快乐，通过积极的体育运动增强自尊自信，发展沟通与合作技巧。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的多样化内容、环节设计、游戏、课后挑战作业等学生动态方式，对其学习态度、学习方法、运动技能、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。 | | | | |
| **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**  （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、慢跑  5、排球操  6、学生进行各种姿势的垫球游戏 | **学生活动1**   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. 两路纵队绕操场慢跑 5. 积极参与注意力集中动作协调到位 | | 1.精气神饱满、动作快静齐；  2.精神饱满、  3.注意力集中  4.动作协调到位 | | 1  5  4 | | **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排球抛垫球在比赛中运用的重要性。通过各种姿势的垫球游戏练习进一步加强学生的球感，为接下来的学习做好铺垫。 | | | | | | | **环节二：基本部分** | | | **评价要点** | | **时间** | | **教师活动2**   1. 教师提问引导下手双手垫球动作要领。   夹肘压腕臂摆平，  抬臂蹬腿体前倾;  腹前击球前臂垫，  动作轻松不僵硬。   1. 组织学生徒手做蹲起垫球姿势。 2. 安排组长带领学生分发球进行自垫球练习。 3. 垫固定球，老师讲解练习方式：两人一组，一人持球于腹前，另一人下手双手垫球，体会垫球部位和用力动作。要求：蹬腿抬臂协调用力。 4. 游戏：垫球比多   老师讲解游戏规则，组织学生参与游戏。 | | **学生活动2**   1. 学生回顾动作要领，积极回答老师提问。 2. 学生进行徒手练习 3. 学生有序进行自垫球练习。 4. 两人一组进行固定球的垫球练习。 5. 学生认真听有序规则，并积极参与游戏。 | 1. 准确说出自垫球重难点   2、上下肢协调用力  3、练习有序  4、控球稳，击球准  5、动作到位，遵守比赛规则 | | **2**  **3**  **4**  **5**  **11** | | **活动意图说明**  基本部分通过问题引入，带领学生主动回顾技术动作，复习动作由简到难、从无球到有球、从一人自垫到两人合作再到多人游戏，让学生通过思考、练习、合作、大胆挑战，完成任务的方式来到达练习效果。从简单到较难的练习也给学生树立了信心，更好的让学生积极主动的参与练习。 | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | | **评价要点** | **时间** | | **教的活动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。 | **学的活动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；   认真听并记录教师布置作业。 | **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 | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**、排球41 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1、课下完成1分钟计时垫球，并记录1分钟垫球次数。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 中等 |
| 群体运动密度 | | 55%——75% |
| 个体运动密度 | | 60% |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第17课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课前：下手双手自垫球练习  课中：不同形式双手垫球练习  课外:多次完成1分钟计时垫球，并记录1分钟垫球次数。 | |
| **作业目标** | 1. 巩固和提高下手双手垫球技术动作的掌握和稳定性。 2. 增强学生练习兴趣和自信心，养成主动练习的好习惯。 | |
| **作业资源** | 1、教师发自垫球教学视频到班级群；  2、也可通过互联网、优质课网站等学习并练习自垫球。  3、家长监督完成并给与正向评价和鼓励激发学生信心和乐趣。 | |
| **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，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：下手双手垫球一次个数 | | 1、学生自己准备好后开始一次垫球，自己数个数 | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 原地持球准备 | | | | | | 垫球个数 | 10个以上 | 8-10个 | 4-8个 | 0-4个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 | | |  | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课后：  作业一  在家或者课后利用课余时间，在较空旷的地方进行  1分钟累计垫球，记录一共次数  评价标准 | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟累计垫球个数 | | | | | | 完成个数（1分钟） | 30以上 | 26-30个 | 36-22个 | 20个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 | | |  | | 30 |
| **作业**  **检测** | 利用下一课时考核内容进行课内检测，采用全班依次考核，老师不仅清楚了解每一位学生掌握技术和水平，也能更有效的因材施教和及时个别指导与帮助。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小5年级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** | 课堂常规 | 掌握课堂规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 体能发展类 | 课前 | 1分钟 | 完成情况良好 |
| **2** | 徒手垫球（蹲起）练习 | 掌握垫球技术动作 | 上下肢协调发力 | 运动认知 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 | 完成情况一般 |
| **3** | 固定球击球练习 | 巩固专项技术动作 | 掌握击球位置 | 运动认知 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 | 完成情况一般 |
| **4** | 一人自垫球练习 | 熟悉垫球技术 | 掌握垫球技术 | 运动认知 | 运用 | 技能提高类 | 课后 | 3-5分钟 | 完成情况良好 |
| **5** | 垫球比多 | 上下肢协调配合 | 掌握垫球技术 | 技战术运用 | 运用 | 体能发展类 | 课后 | 3-5分钟 | 完成情况良好 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **第18课时教学设计** | | | | |
| **课题** | | | 考核一次性正面下手双手垫球 | |
| **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**   通过本次课的专项考核，让老师更能清楚了解分析每一位学生掌握情况，通过在考核过程中老师对学习一对一的评价，使学生能准备定位自身情况，在今后的练习和比赛中更能找准方向，同时也培养学生不怕困难、敢于展现自我的品质。 | | | | |
| 1. **教学内容分析**   通过本次课的考核内容，让学生在练习后能熟练掌握正面下手双手垫球的正确手型和基本要领后，有一次考核，更能直观反映学生掌握水平。老师不仅清楚了解每一位学生掌握技术和水平，也能更有效的因材施教和及时个别指导与帮助 。在考核中，通过老师逐个评价，让学生更了解自身优缺点，为今后学习提高信心及兴趣，达到提高垫球技术、锻炼身体、愉悦身心。 | | | | |
| 1. **学生学情分析**   本课是在基本掌握排球垫球技术的基础上巩固和加强排球垫球的高度和稳定性的，教学对象水平二的学生，他们的在心理上有争强好胜、渴望成功，但又不不能自我客观评价分析。通过前阶段的学习和复习学生基本掌握了排球下手双手垫球的动作要领，垫球的高度和稳定性也有所加强，所以希望通过这次考核内容，让学生能客观了解自我评价。增强学生练习兴趣和自信心，继续提高垫球的高度和稳定性。 | | | | |
| 1. **学习目标叙写**   1、认知目标:通过考核使学生进一步了解自己排球垫球水平。  2、技能目标:通过考核，进一步优化下手双手垫球技术，使90%学生垫球的高度和稳定性都能有显著提高.  3、情感目标:体验运动的快乐，通过积极的体育运动增强自尊自信，发展沟通与合作技巧。 | | | | |
| 1. **评价任务设计**   根据本课时的考核内容，对学生的学习态度、学习方法、运动技能、知识运用进行一对一的全面评价；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**  （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、慢跑  5、排球操  6、学生进行各种姿势的垫球游戏 | **学生活动1**   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. 两路纵队绕操场慢跑 5. 积极参与注意力集中动作协调到位 | 1.精气神饱满、动作快静齐；  2.精神饱满、  3.注意力集中  4.动作协调到位 | | | 1  5  4 | | **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排球抛垫球在比赛中运用的重要性。通过各种姿势的垫球游戏练习进一步加强学生的球感，为接下来的考核做充分准备。 | | | | | | | **环节二：基本部分** | | **评价要点** | | **时间** | | | **教师活动2**   1. 老师组织学生分发球，并开始下手双手自垫球练习。 2. 老师安排小组长同老师一起做个别强化指导，为考核做准备。 3. 老师组织学生自己模拟考核，老师哨声指挥，学生自己数个数。 4. 老师对学生逐个进行考核，其余学生在组长带领下在旁边自己练习，准备考核。 | **学生活动2**  1、学生有序分发球后开始认真自垫球练习。  2、小组长和老师一起对同学们做指导与帮助。  3、学生根据老师要求，听口令后开始模拟考核。  4、学生依次到老师处进行一对一考核，其余学生在一旁练习，为考核做准备。 | 1. 有序分发球   2 认真练习  3、挑战考核状态  4、控球稳，击球准 | | **2**  **3**  **1**  **20** | | | **活动意图说明**  基本部分通过自主练习到老师和组长指导帮助，再到模拟考核，最后到一对一考核。让学生不断以不同形式重复练习，达到最佳掌握效果。不断的复习到考核，给学生树立了信心，更好的让学生积极主动的参与练习。 | | | | | | | **环节三：结束部分** | | | **评价要点** | **时间** | | | **教的活动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。 | **学的活动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；   认真听并记录教师布置作业。 | **2**  **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。让学生养成主动锻炼的好习惯。 | | | | | | | | | | |
| **7.场地与器材设计**、排球41 | | | | |
| **8.作业与拓展学习设计**  1、课下完成1分钟计时垫球，并记录1分钟垫球次数。 | | | | |
| **9** | 预计  负荷 | 运动强度 | | 较小等 |
| 群体运动密度 | | 50%——60% |
| 个体运动密度 | | 50% |
| **10.教学反思与改进** | | | | |

**第18课时（作业设计）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **作业**  **内容** | 课前：下手双手自垫球练习  课中：一次性下手双手垫球练习  课外:多次完成1分钟计时垫球，并记录1分钟垫球次数。 | |
| **作业目标** | 1. 巩固和提高下手双手垫球技术动作的掌握和稳定性。 2. 增强学生练习兴趣和自信心，养成主动练习的好习惯。 | |
| **作业资源** | 1、教师发考核视频到家长，学生和家长一起回顾考核视频；  2、家长监督完成并给与正向评价和鼓励激发学生信心和乐趣。 | |
| **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，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：一次性下手双手垫球个数 | | 1、学生自己准备好后开始一次垫球，自己数个数 | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 原地持球准备 | | | | | | 垫球个数 | 12个以上 | 8-12个 | 5-8个 | 0-5个以上 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 | | |  | | 学生自评：☆☆☆☆☆ | | 课后：  作业一  在家或者课后利用课余时间，在较空旷的地方进行  1分钟累计垫球，记录一共次数  评价标准 | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | 1分钟累计垫球个数 | | | | | | 完成个数（1分钟） | 45 | 30-35个 | 25-30个 | 23个以下 | | 评价 | 优秀 | 良好 | 合格 | 需要努力 | | | 30 |
| **作业**  **检测** | 利用考核内容进行课内检测，采用全班依次考核，老师不仅清楚了解每一位学生掌握技术和水平，也能更有效的因材施教和及时个别指导与帮助。 | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **棠外附小5年级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** | 课堂常规 | 掌握课堂规矩 | 立正姿势 | 体育锻炼意识与习惯 | 运用 | 体能发展类 | 课前 | 1分钟 | 完成情况良好 |
| **2** | 自垫球练习 | 掌握双手自垫球技术动作 | 击球位置和垫球高度 | 技术运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 | 完成情况一般 |
| **3** | 模拟考核 | 熟悉考核内容并进入考核状态 | 调整练习状态 | 情绪调控 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 5分钟 | 完成情况一般 |
| **4** | 一对一考核 | 掌握垫球高度和稳定性 | 掌握垫球高度和稳定性 | 技术运用 | 运用 | 技能提高类 | 课中 | 1分钟 | 完成情况良好 |
| **5** | 总结 | 客观的自我评价分析 | 对比标准技术客观自我评价 | 体育品格 | 分析评价 | 技能提高 | 课后 | 3-5分钟 | 完成情况良好 |