**教 研 活 动 记 录**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 第8周 | 主持人 | 吴雪 | 出席人员 | 体育组成员 |
| 内容：高中体育模块教学设计（健美操） |
| 吴雪老师对整个学期的教学目标和教学重点进行了阐述。学习目标：1、对健美操运动的方式方法有一定程度的掌握， 能够描述并表达健美操对健康的益处;2、较好地掌握《全国健美操大众锻炼标准》三级规定动作(有氧部分)，并能够对该套健美操的动作技术做出简单评价;3、提高协调性、节奏感、灵敏性、表现力，以及心肺耐力，塑造健美形体;4、培养自尊和自信心，充分展现自我;5、培养良好的自主学习和探究学习的能力以及合作精神。学习重点:1、很好地掌握健美操的节奏,基本步伐基本动作和手型;2、掌握一定程度的健美操创编;3、提高对健美操音乐的敏感度，有一定的自我健身锻炼能力。 |