**新桥初级中学2019-2020第一学期第十三周工作安排**

**（11.25-12.1）**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **时间** | **内容** | **参加对象** | **地点** | **职能部门** | **通讯报道** |
| 11.25  (周一) | 上午两节课后 | 升旗仪式 | 全体师生 | 操场 | 学生发展处  团委 |  |
| 11.26  (周二) | 下午5:00 | 七年级家长会 | 七年级师生 | 各教室 | 教师发展处  七年级级部 | 教师发展处 |
| 11.27  (周三) | 下午第一节课 | 宋丽华开设公开课  研究主题：任务驱动下的学生活动 | 体育组全体教师 | 操场 | 教师发展处  体育教研组 |  |
| 下午第二节课 | 张娟英开设公开课  研究主题：任务驱动下的学生活动 | 数学组全体教师 | 七（7） | 教师发展处  数学教研组 |  |
| 下午5:00 | 八年级家长会 | 八年级师生 | 各教室 | 教师发展处  八年级级部 | 教师发展处 |
| 11.29  (周五) | 全天 | 学生体检 | 全体学生 | 体育馆 | 校长室 |  |
| 上午第三四节课 | 行政会议 | 全体行政人员 | 206会议室 | 校长室 |  |
| 其他工作提醒 | | | | | | |

**《体育与健康》课时教学计划**

**第 课**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学内容：身体素质练习 | | | | | | | 授课时间： 月 日 | | 星期： | | | |
| 学  习  目  标 | | 1. 学生能了解身体素质各项练习要求和技术，并能正确的做出动作。   2、进行坐位体前屈、俯卧撑练习，提高练习积极性，发展身体素质。  3、克服心理、生理惰性，培养体育课堂积极锻炼意识。 | | | | | | | | | | |
| 教学重、难点 | | | 动作技术 | | | | | | | | | |
| 课的  部分 | 教学内容 | | 教师指导  策略与要求 | | | 学生学法指导 | | 组织形式 | | 运动负荷 | | |
| 时间 | 次数 | 强度 |
| **开始部分** | 1、课堂常规：  2、专项练习  跟我学 | | 1、教师提前到场做好准备  2、师生问好  3、布置本课教学任务  提出教学目标及要求  4、检查服装，安排见习生  5、提出游戏要求，组织学生练习，提高学生注意力 | | | 1、体育委员整队，检查并报告人数  2、精神饱满，师生问好口令洪亮  3、思想集中，明确要求  4、认真听讲，反应迅速  学习动作快速正确 | | 1、组织队形如图  ××××××××  ××××××××  ○○○○○○○○  ○○○○○○○○  Δ  要求：集合快静齐  2、队列练习队形同上，左右间隔一臂 | | 1′  2′ | 3 | 小  小 |
| **准备部分** | 1、准备活动  报数成团  2、徒手操  ①．扩胸运动  ②．体转运动  ③．腹背运动  ④．活动腕踝关节、肩关节、膝关节  ⑤．弓步压腿  仆步压腿  3、柔韧练习  劈叉（尝试） | | 1、教师明确慢跑及游戏要求  2、带领学生进行练习，哨音控制慢跑及游戏节奏  3、奖惩激励，促进提高  1、教师示范动作，明确徒手操要领  2、教师喊口令，带领学生集体进行练习  3、巡回观察，及时发现动作不足，提出改进意见  4、要求：动作优美，口令洪亮，精神饱满，教态积极 | | | 1、认真听讲，明确要求  2、队形整齐，步伐一致  3、活动积极，反映迅速  遵守游戏规则  1、认真观察听讲，明确动要求  2、听口令集体练习  3、动作整齐舒展有力  练习认真活动充分  4、勇于克服困难挑战自我，努力完成练习要求 | | 1、体育委员带队，全班成二路纵队绕篮球场进行慢跑及游戏  1、组织如图  × × × × × × ×  × × × × × × ×  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  △  集体听口令进行 | | 3′  4′ | 2  4\*8 | 小  小 |
| 课的部分 | 教学内容 | | 教师指导  策略与要求 | | | 学生学法指导 | | 组织形式 | | 运动负荷 | | |
| 时间 | 次数 | 强度 |
| 基  本  部  分 | 素质练习  1、坐位体前屈  2、俯卧撑  男20个/组  女15个/组  3、报膝跳   1. 立卧撑跳起 2. 摸线往返跑 3. 反应加速跑   7、弹跳练习 | | 1、教师将队伍带至练习场地开展素质练习  2、教师示范，提出素质练习动作要求  3、组织学生按顺序练习，教师巡回指导纠正提高  4、鼓励学生合作学习，相互帮助，查找不足 | | | 1、认真听讲，明确规则  及动作要求  2、两人一组，相互观察相互合作，互找不足  3、认真参与练习，积极努力地完成动作  4、乐于接受教师指导，不断提高动作质量 | | 教师示范讲解时队形  ×××××××  ×××××××  ○○○○○○○  ○○○○○○○  △  前排同学蹲下以便观察  原地练习保持以上队形  分组练习自由分组开展  素质练习队形  × × × × × × × ×  × × × × × × × ×  △  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ | | 10′  20′ | 3  3 | 中  大 |
| 结束部分 | 一、整理运动  二、结束常规 | | 1、原地轻松踏步放松，轻微拍打下肢放松  2、集合队伍，小结本课测试情况，提出发展希望  3、师生再见，解散队伍 | | | 1、积极参与练习  主动充分放松  2、认真总结，了解自我  确定下一步发展目标  3、师生再见口令洪亮 | | 练习队形为四列横队体操队形  集合队形同上课开始部分 | | 2′  3′ |  | 小  小 |
| 课程资源 | 篮球场一片  体操垫20张 | | | 安全措施 | 安全教育  保护帮助 | | | 练习密度预计 | | 30% | | |
| 平均心率预计 | | 120 | | |
| 课后反思 |  | | | | | | | | | | | |

**常州市新桥初级中学教师听课评课情况记录表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 学科 | 体育 | 授课教师 | 宋丽华 | 时间 | 2019.11. |
| 课题名称 | 身体素质 | 评议主持人 | 王艳 | 地点 | 体育教研组 |
| 参与评议人（签名） | 王艳、王小金、魏金城、周晓阳、徐梦强、张维、赵中格、沈兰芳、宋丽华 | | | | |
| 评  议  内  容  记  录 | 优点：本节课针对七年级学生身体素质设计的课，教学目标明确，运动的负荷和密度都达到预设。在教学中教师注重给学生一个充分展示自己身体素质水平的平台，让每个学生了解自己的身体素质现状，对自身优缺部分有所明确。同时在教学中还采用游戏比赛的形式来加强合作与团体意识的培养。从而促进学生身心健康地发展。本课教学中教师努力为学生的体育学习营造一个宽松、和谐、平等和充满生气与活力的氛围，他采用竞赛创设，直观演示等方法让学生在富有竞争有趣的环境中，带着浓厚的学习兴趣，主动、积极的参与到各项活动中去，使学生的个性得到充分的发挥。  缺点与不足：整节课节奏较快，没有考虑周全学生差异性，上课过程中部分学生跟不上预设的负荷和密度。  改进建议：全面了解班级素质差异，按层次设计教学，发挥体育骨干学生作用，带动薄弱学生增强体质。 | | | | |

分管领导签字： 时间：2019 年11月