尊敬的各位评委老师，下午好！

我今天说课的主题是水平二四年级《障碍跑》

　　一、教材分析

　　障碍跑是一项有难度、有实用价值的综合性技能运动，它是在一定距离内自然快跑中用跨、跳（绕）、钻等方法越过障碍的项目。此项教材可借助自然环境根据条件在障碍数量上有所增减、可在障碍内容上更换，也可根据学生的具体情况，适当增加障碍物的难度，甚至改变过障碍的方法，使每一个学生均能选择适合自己练习的内容，让学生在参与中得到培养、得到发展、得到提高，把“障碍跑”这一有难度的教材变为学生喜欢参与的内容。

　　二、学情分析

　　本次课的授课对象是小学五年级学生。由于学生年龄小，兴趣迁移较快，注意力极易分散，因此在教学中我安排了趣味性和灵活多样的运动形式调动和保持学生的运动兴趣。且学生对体育活动有着广泛的兴趣，喜欢模仿别人的运动技巧。教学中，我有意识的设计吸引学生的教学内容和方法，采用多表扬、少批评和指责的评价方法。充分调动起学生的学习欲望，有效发挥他们团队精神、合作精神，使学生们在参与活动中都能体验到不同层次的成功。

　　三、设计理念

　　1、本节课以情景教学为主线，总体思路力求“新、活”为主，让学生在轻松愉快的活动中完成教学任务。采用秋天收获的季节学生们帮农民伯伯运水果设计情景。教师以饱满的热情进入课堂，告诉学生运水果的路上有各种障碍物，给学生运水果带来一定的困难，留下一个悬念，充分激起学生学习克服困难的心理，紧接着用模仿操来开课，为完成本节课的任务做好了铺垫并提供了安全的保障，并且能够让学生在较短的时间快速的调动情绪，投身到学习之中。

　　2、在整个学习障碍跑的过程中，采取小组合作探究的形式，让学生在相互交流和帮助中学会与人接触和交往，增进同学间的了解，提高与人交往的能力；在变换小组障碍跑的环节中，体验不同练习的一种成就感。同时运用层层深入、循序渐进的教学原则，让学生对所学的知识有比较牢固的掌握，充分体现体育课堂上以学生为本教育。

　　3、通过学生喜欢的竞赛形式，充分发挥学生的主动参与、积极练习的情趣。在分组完成“搬运接力”地游戏时，学生的个体能力和小组合作的能力得以展示和体现，竞赛中的交往和相互鼓励，让学生更能够培养积极进取、顽强拼搏、团结协作的精神。

　　4、随着音乐的舒缓节奏，放松身心，让学生在轻松愉悦中结束本课的学习。使本节课前后贯通，融为一体。

　　四、教学方法

　　1、教法：

　　根据本课内容枯燥的特点，我首先采用了情景教学法和情绪激励法进行教学，以激发学生的学习兴趣，使学生积极主动地去学习。另外，还采用了示范法，以准确优美的动作示范激发学生“我要学习”的情感，通过教师的讲解和学生的练习，使学生更快更好地掌握动作要领；最后采用科学的评价方法对每位学生的优异表现给予肯定

　　2、学法：

　　本课在学法上主要采用了尝试学习法、对比学习法和小组合作学习法。首先让学生尝试想象跳跃动作，然后小组讨论悟出动作要领、最后通过“小组协作”和“个人练习”相结合的学习方法，最终解决问题。从而将课堂还给学生。

　　五、教学目

　　1、技能目标：使学生在规定距离内地自然跑中用跨、跳、钻、绕等不同地方法通过障碍物。

　　2、参与目标：积极参加障碍设计以及障碍跑，对练习感兴趣。

　　3、情感目标：培养学生勇敢顽强、克服困难的精神以及创新意识，加强同学间的交往和社会适应能力。

　　六、教学重点、难点

　　重点：灵活运用跨、跳（绕）、钻等技术

　　难点：动作连贯、自然

　　七、教学流程

　　（一）课堂常规

　　1、生整队，集合成四列横队

　　2、体育小常规练习：立正，稍息

　　3、向右看齐

　　4、准备活动，200米，有针对性的关节活动。

　　[设计意图]：集中注意力,提高学习兴趣；为完成本节课的任务提供了安全的保障。

　　（二）创设情景

　　1、师提问：秋天到了，农民伯伯的果园里长满了各种果子，你们今天能跟老师一起去帮帮他们收果子吗？

　　2、生：能

　　3、师：好，但是去果园的路上有些障碍物可能要阻碍我们运果子，你们有信心越过这些障碍成功搬运果子吗？

　　4、生大声答：能

　　5、师：太棒了，那我们一起先来练练过这些障碍的本领

　　[设计意图]：古人说：兴趣是最好的老师。故意给学生留下一个悬念，激起学生的学习兴趣,调动学生的学习欲望，及要做好克服困难的思想准备。

　　（三）学练越过各种障碍

　　1.在去果园的路上出现了一处“小水沟”，怎么办？

　　学生讨论，用“跨”的方法跨过去，师：那下面我们一起练练跨。

　　（1）分散自由练一练，体验跨的方法。

　　（2）学生分组用“跨”的方法过前面的“小水沟”。

　　（3）可互相比一比，谁跨的更远，更好。

　　师带头给表现好的学生击掌鼓励。

　　2.师：去的路上出现一块“石头”或“半截矮墙”挡住了我们，聪明的小朋友一起来想一想，怎么过去？

　　生举手过“石头”的方法可以跳，师：（表扬）太棒了，谁还能比他更棒，生：还可以用“绕”。师生齐鼓掌。

　　（1）分组分散练一练“跳”及“绕”

　　（2）依次用“跳”或“绕”过一过“石头”。

　　3.师：前面有个山洞 怎么过？生：“钻山洞”师：一起去试试

　　（1）自由组合“钻山洞”。

　　（2）分组练一练，“钻山洞”。

　　4．分组用“跨、跳（绕）、钻”方法越过各个障碍。

　　[设计意图]：情境的创设只有融入了参与者自己的思想和情感，才能真正起到激发学习兴趣和求知欲的目的。因此在教学中我运用了生动的语言、激动的语调来描述情境；激昂的音乐渲染气氛把学生带入到那种特定的环境中，不知不觉中进入角色。在学习中善于发现问题，勤于探究；在学习中相互学习，相互切磋，相互启发，相互激励，最后成功越过各种障碍

　　（四）游戏：搬运接力（运果子）

　　1、师：通过刚刚同学们的练习，老师已经看到我们的同学们作好了帮农民伯伯运果子的准备，下面我们就准备运果子了

　　2、讲解“搬运接力”的游戏规则与游戏方法（略）

　　3、分组听口令进行比赛

　　4、一次后总结得失，再进行第二次比赛

　　[设计意图]：通过竞赛的方式，科学评价让学生，体验成功的喜悦

　　（五）自由放松

　　1、教师创设情景引出活动内容：

　　2、引导学生小结评价；

　　3、归纳评价。以发现优点为主。

　　[设计意图]：让学生自由放松，培养学生的创新能力，同时又达到放松的目的

　　八、预期效果

　　通过教学使90%以上的学生知道障碍跑的锻炼价值和方法。

　　通过教学使80%~90%以上的学生能在规定距离内用跨、跳、钻、绕等不同地方法顺利通过一定难度的障碍物。