《2 》课时教案

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **单位** | 薛家实验小学 | | **教师** | 汪旭升 | | **任教年级** | 二年级 | | **学生数** | | 20 | **日期** |  | | | |
| **教学**  **目标** | 1能快速，安全地通过各种障碍，动作敏捷。  2能相互协商自行选择设置障碍的合理方法。  3在练习中不怕困难，，敢于挑战比自己强的对手。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **内容** | 跑：50米障碍跑。 游戏:自设障碍跑接力 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **重点**  **难点** | 重点：合理摆放和通过障碍的方法  难点：如何快速通过障碍物 | | | | | | | | | | | | | | | |
| **教学程序** | **内容** | **教师策略与方法** | | | **学生练习与方式** | | | | | **组织队形与安全要求** | | | | **运动负荷** | | |
| **时间** | **次数** | **强度** |
| 开始部分  1’ | 课前交流与主题导入 | 1集合整队  2宣布本节课的上课内容  3强调课堂纪律，注意事项  4安排见习生 | | | 1成四列横队集合，快静齐  2认真听讲，认真练习 | | | | |  | | | |  |  |  |
| **设计意图：提醒学生注意安全** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 准备部分  5’ | 一、纪律体验  二、热身准备 | 1热身跑  围绕操场慢跑一圈，中间加上高抬腿，跨步跳等动作  2游戏：运西瓜  将学生分为人数相同的两组人，组内每两个人背靠背中间夹着一个排球（西瓜），像螃蟹一样横着前进绕过前面10米的标志杆返回交换给下一组，最先完成的小组获胜 | | | 1认真热身，防止运动损伤  2认真听清游戏规则  3遵守游戏规则，同学间互相合作  4积极参加游戏，认真练习 | | | | |  | | | |  |  |  |
| **设计意图：调动学生的积极性，防止在练习时受伤** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 基本部分31’ | 1. 讲解动作要领 2. 分组练习 | 1利用器械设置障碍，按照跨、钻、绕的顺序，自行调整障碍物之间的距离，练习中注意安全。  2在规定的场地内，在原摆设的顺序上，讲学生分为6-8组进行30米的过障碍的练习1-2次  3指导学生合理设置障碍物，按照原来的分组，进行50米的障碍跑练习，1-2次。  3教师巡回指导，向学生跑出问题：如何快速简便的绕过障碍 | | | 1认真听清老师的讲解，独立思考如何过障碍  2练习的过程注意安全，同学之间相互帮助  3障碍物的设置符合自己的实际情况，或者在原有的基础上增加一些难度。  4认真听取老师意见，及时调整障碍物。 | | | | | 障碍物 | | | |  |  |  |
| **设计意图：充分发挥学生的主体性，让学生独立解决问题** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 三游戏：障碍跑接力 | 1讲解障碍跑接力的规则  讲学生分为人数相等的6组，各组在30米内，利用所有的器材自设3到4个不同的障碍，游戏开始排头出发，通过障碍后再返回，与第二个人击掌，最先完成的小组获胜 | | | 1认真听清游戏规则  2同学之间合作默契  3认真比赛 | | | | |  | | | |  |  |  |
| **设计意图：巩固练习，激发学习热情** | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 2在游戏中不断提醒学生注意事项 | | | 1出现错误及时调整  2老师的反馈及时调整 | | | | |  | | | |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  | | |  | | | | |  | | | |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  | | |  | | | | |  | | | |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| 结束部分 | 1. 放松 2. 总结 | 1带领学生跟随音乐做放松  2点评本节课的内容，表扬优秀学生 | | | 1认真放松  2认真听老师点评 | | | | |  | | | |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| 器材 | 标志桶若干、标志杆若干，垫子、跨栏架 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 密度 | 45-50% | | | | | | |  | |  | | | | | | |
| 课后作业 | 和家人或者小伙伴到社区体育场所进行锻炼30分钟 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 课后反思 |  | | | | | | | | | | | | | | | |