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》

1. 教材分析
以新课标为依据，遵循“以人为本, 健康第-一”的指导思想， 以发展学生为本，培养学生创新精神和实践能力。结合教材特点和小学生心理、生理特点，通过多种手段激发学生参与体育活动的兴趣，特制定以下说课内容。
二、学情分析
四年级学生正处于生长发育的关键期，个性活泼、思维反应敏捷，模仿 能力和接受能力强，对游戏、竞赛特别感兴趣，但自我约束能力差和注意力也不太稳定。
根据以上教材和学情的分析确定以下教学目标和重难点。
三、教学目标
1、认知目标:了解通过障碍的三种方法
2、技能目标:掌握三种通过障碍的动作方法
3、情感目标:在活动中创设良好的教学情境，体验群体学习的乐趣，开发学生参与活动的积极性和主动性。通过创新活动，培养学生自主学习，合作学习，创新学习的良好习惯。通过游戏活动，培养学生注意安全，克服困难的优良品质

四、教学重难点
重点:合理通过障碍的方法
难点:身体的灵活性
五、教法与学法
教法:
本节课主应用了游戏教学法以及讲解示范法。这里我想主要讲一下讲解示范教学法，在教学过程中，我按照1 、教师提问:当同学们遇到障碍的时候应该怎样通过?2 、教师提示有三种更好方法可以通过障碍，今天就由老师带领大家一起来学习，分别是:爬、跨、钻3、教师首先讲解示范跨的动作方法，我们采用简易的跨栏动作方法4、教师组织学生进行跨的动作技术练习，以及等待同学的身体练习，因小学生身心发展特点，所以只要求学生顺利跨过障碍即可5、教师讲解示范爬和钻的动作方法 6、教师带领学生把爬、跨、钻三种通过障碍方法结合在一起进行完整的动作技术练习，以及等待同学的身体练习，教师巡回指导7、教师有序组织学生进行游戏活动以及等待同学的身体素质练习8、教师喊口令带领学生进行放松活动:后蹬自行车练习

1. ①课堂常规
②教师放明快节奏的进行曲音乐把学生的情绪调动起来，师生共做队列队形游戏：“一个都不掉队”要求排面整齐、步调一致、精神饱满。体现一切行动听指挥，钢铁长城般的组织纪律性。
③唱唱跳跳健康操：师生同练，充分热身，起到热身又动脑的作用，有效的调动课堂气氛。
掌握形成：引导学生观察场地、器材设置,第一关、第二关有着不同的高度，第三关有着适当的远度，根据自己的身高、力量我们如何不触碰竹竿，安全过关呢？学生观察得出第一关适合跳、第二关适合钻、第三关适合跨、绕过标志物，老师将学生分成人数相等的四队进行障碍往返接力赛。
第一轮：按场地顺序钻、跳、跨、绕过障碍返回起点，练习基本技术；
第二轮：在一的基础上，小组会议商量改变赛道障碍的位置，变换钻、跳、跨、绕的场地布置顺序，锻炼学生动手动脑能力；
第三轮：学以致用，张扬个性、与生活实际相结合，用中等以上的速度，设置情景模拟顺利、安全的钻过山洞、跨过小河、跳过壕沟、绕过小树林的动作，激发学生的参与欲、挑战欲，和学习的内驱力，体验成功的喜悦。。
师：利用手中的竹竿，进行了高度、远度的练习，大家体验了过障碍的开心、喜悦。竹竿舞的两种跳法大家还记得吗？好！布置场地，发扬配合默契、同伴协作的精神。

游戏活动
内容:迎面障碍接力跑
1、教师讲解游戏方法与规则，组织学生分组进行游戏
方法与规则:采用爬、跨、钻三种过障碍的动作方法进行接力游戏，并且用迎面击掌的方式完成接力
2、在老师的带领下，学生按照游戏规则积极进行游戏，注意安全
第三部分是结束部分
1、教师带领学生进行放松活动:后蹬自行车练习
2、师生积极进行课堂小结
3、收拾器材，师生再见