《 》课时教案

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **单位** | 薛家实验小学 | **教师** | 徐常常  | **任教年级** | 二  | **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** | 50米障碍跑 |
| **重点****难点** | 重点：合理摆放和通过障碍的方法。难点：动作协调，敏捷灵活的通过障碍。 |
| **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 | 导入：同学们，今年是是抗战胜利76周年，为了致敬英雄们，学校组织了一场军事演习，你们想参加吗？ | 学生积极举手，参加演习 | \* \* \* \* \*\* \* \* \* \*\* \* \* \* \*\* \* \* \* \* |  |  |  |
| **设计意图：** |
| 准备部分5’ | 一、纪律体验二、热身准备 | 1. 集合整队
2. 师生问好
3. 教师组织学生进行趣味热身跑

4.教师组织学生进行趣味热身操 | 1. 学生安静排队
2. 学生向教师问好
3. 学生在教师的带领下进行趣味热身跑
4. 学生认真做好热身操，将自己的身体活动开。
 |  |  |  |  |
| **设计意图：** |
| 基本部分31’ | 障碍跑：1.各种方式的障碍练习（跨、钻、绕） | 1. 启发：教师提问：战场上想要攻占敌方领地，除了需要勇气，还需要什么？
2. 教师引导学生利用呼啦圈进行障碍练习

3.教师集中讲解呼啦圈的练习方式(跨、钻、绕)4.教师组织学生设置不同距离的障碍进行30米过障碍跑练习 | 1.生答：我们还需要有速度2.生发挥自主想象力，设计利用呼啦圈进行不同方式的障碍练习3.学生认真聆听如何利用呼啦圈进行障碍练习4.学生分小组进行摆设不同距离的障碍，进行练习 |  |  |  |  |
| **设计意图：** |
| 2.变换摆放障碍进行练习 | 1.教师集中组织学生在原障碍基础上进行变换2.教师组织学生进行50米障碍跑练习 | 1.学生小组合作进行障碍物变换摆放2.学生有序进行50米障碍摆放 |  |  |  |  |
| **设计意图：** |
| 3.合理摆放障碍 | 1.教师讲解如何合理的设置障碍物的摆设2.教师组织学生进行50米障碍跑练习 | 1.学生小组合作进行障碍物合理摆放。2.学生有序进行50米障碍摆放 |  |  |  |  |
|  |
| 4.大练兵：迎面障碍跑接力 | 1.教师讲解迎面障碍跑接力的规则和要求2.教师组织学生按要求摆放障碍3.教师组织学生进行迎面障碍跑接力 | 1.学生认真聆听如何进行迎面障碍跑接力练习2.学生按教师要求快速摆放好障碍3.学生有序进行迎面障碍跑练习 |  |  |  |  |
|  |
| 5.游戏：障碍跑接力比赛 | 1.教师讲解障碍跑接力的规则和要求2.教师组织学生进行迎面障碍跑接力 | 1.学生认真聆听如何进行迎面障碍跑接力练习2.学生有序进行迎面障碍跑练习 |  |  |  |  |
|  |
| 结束部分 |  | 1. 放松整理
2. 总结
3. 宣布下课
 | 1. 学生集体进行放松练习
2. 学生进行自我评价
3. 师生再见
 |  |  |  |  |
|  |
| 器材 | 呼啦圈12个 垫子8张 |
| 密度 | 145次/分 |  |  |
| 课后作业 |  |
| 课后反思 |  |