交往互动式教学设计

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课题** | 1．走：自然走步练习；各种姿势的摆臂走  2．游戏：头顶书本走 | | | | | | | **教时** | | **第 课时** | | | |
| **日期** | |  | | | |
| **教学目标：**  1．能知道前后摆臂是自然走的最佳摆臂方法。  2. 走步时能做到上体正直、自然挺胸、前脚掌着地。  3. 敢于在同伴面前展示自己的动作。 | | | | | | | | **重点**  **与**  **难点** | | 上体正直，自然挺胸，前脚掌着地  上下肢协调配合 | | | |
| **教 学 过 程** | | | | | | | | | | | | | |
| **活动**  **板块** | **活动内容与呈现方式** | | **学生活动方式** | | | | **组织、要求** | | | | **运动负荷** | | |
| **次数** | **时间** | **强度** |
| **开**  **始**  **部**  **分** | 一、课堂常规：  1.整队、师生问好  2.宣布课的教学内容、教学任务和教学要求，进行安全教育  3.安排见习生  二、慢跑400m  三、队列队形：  原地踏步走  四、关节活动操：  伸展、体转、体侧、腹背、全身、跳跃 | | 一、课堂常规：  1、学生四列横队站立。  2、学生认真听讲，站姿规范  二、一跟一进行慢跑，前后左右对齐，呼吸自然、跑的放松  三、认真练习、动作到位，精神饱满  四、跟着老师的节奏进行活动，动作到位 | | | | 组织：  ☺☺☺☺☺☺  ☺☺☺☺☺☺  ☺☺☺☺☺☺  ☺☺☺☺☺☺  ☻  ★  要求：精神饱满、思想集中、准备上课  组织：由四列横队向右转成四路纵队进行慢跑  组织：保持四列横队队形  组织：四列横队体操队形  ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  ★ | | | | 1  1  1 | 2’30  1’00  2’00 | 小  小  小 |
| **基**  **本**  **部**  **分** | 一、走：自然走步练习；各种姿势的摆臂走。  二、游戏：头顶书本走 | | 一、学法步骤  1．分小组成纵队进行走步的练习，着重体验前脚掌着地。  2.尝试、体验两臂前平举、上举、侧平举、叉腰等的走步练习。  3.对比练习后探讨：哪种摆臂姿势更协调? | | | | 组织：散队进行练习  同上  组织：四列横队进行练习 | | | | 多次  多次 | 2’30  2’00 | 中  中 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | 1. 放松操   二、课后小结  三、师生再见，  宣布下课  四、收放器材 | | 1．学生随教师口令练习，动作舒展、放松。  2．学生交流学习与心得体会。  3．相关学生回收器材  4. 师生再见 | | | | ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  ★ | | | | **1** | 2’ | **弱** |
| **器材**  **准备** | 田径场、移动音箱 | | | | | **课后**  **活动** |  | | | | | | |
| **预计**  **效果** | **练练习密度** | **39%** | | **平均**  **心率** | **115—125分/次** | | | | **安安全措施** | 1．清理好场地；  2．充分做好准备、放松活动；  3．课堂上进行安全教育 | | | |
| **教学**  **反思** |  | | | | | | | | | | | | |