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☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺★ | 111 | 2’301’002’00 | 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 | 2’302’00 | 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** |  |