交往互动式教学设计

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **课题** | 跳短绳 |  **教时** | **第 课时** |
|  **日期** |  |
| **教学目标：**1.知道跳绳的一般要求，熟记自己的成绩。2.用正确的姿势完成跳绳测验，积极改进自己的动作技术。3.正确对待自己的成绩，表现出顽强拼搏的精神。 | **重点****与****难点** | 重点：激发学生的自信心，有质量的完成测验难点：安顿考试结束学生的练习 |
| **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、队列队形正反口令三、热身1.慢跑2圈2.热身操（6节徒手操）伸展、体转、体侧、腹背、全身、跳跃教师领做，并在做操过程中不断进行语言提示，提出要求 | 1.学生四列横队站立。2.学生认真听讲，站姿规范认真观看教师示范，理解练习方法1.按要求慢跑2.认真练习、动作到位，精神饱满 | 组织：☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☻★组织：保持原队形组织：由四列横队向右转成四路纵队慢跑组织：四列横队体操队形☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺★ | 多次5 | 301’4’ | 小小中 |
| **基****本****部****分** | 一、跳短绳测试1.再次讲解跳绳数数的方法，老师跳学生数数，组织学生自行练习数数2.组织学生集体练习2次，1、3排先练，2、4数数3.宣布分组办法及测验顺序、标准（先测女生，男生由小组长带领进行跳绳练习。）4.测验开始（两人一组，进行轮换，个人两次成绩中取好成绩记录）。5.宣布测验成绩，并小结。二、素质练习练习方法：前后四人一组，拉绳跳高1. 组织学生散点进行练习，提示安全

2.教师巡回帮助） | 一、学法步骤1.明确数数的方法，绳断的那个不能算数，自行练习2.听指挥，认真帮同学数数3.了解测验顺序、标准，鼓励学生积极参加测验4.听从小老师的安排，按顺序排队，不插队5.听从小组长安排，认真进行练习，不追逐打闹，注意安全二、学法步骤1.注意安全，注意绳子的高度，互相提醒帮助2.认真练习，不追逐打闹 | 组织：组织全班现成四列横队进行练习再分组以散点的形式组长带领结伴进行练习组织：散点进行练习 | 多次多次 | 6’2’ | 中大 |
| **结****束****部****分** | 1. 拉伸放松操

二、课后小结三、师生再见，宣布下课四、收放器材 | 1.认真练习2.交流与小结3.回收器材4. 师生再见 | ☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺☺ ☺ ☺ ☺ ☺★ | 1 | 2 | 小 |
| **器材****准备** | 跳绳 | **课后****活动** |  |
| **预计****效果** | **练练习密度** | 40% | **平平均心率** | **115—125分/次** | **安安全措施** | 1.清理好场地；2.充分热身与放松3.跳绳前后左右的间距，认真练习 |
| **教学****反思** |  |