**新桥初级中学2022-2023第二学期第八周工作安排**

**（3.27-3.31）**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **时间** | **内容** | **参加对象** | **地点** | **职能部门** | **通讯报道** |
| 3.27  (周一) | 上午第二节课后 | 升旗仪式 | 全体师生 | 操场 | 学生发展处  团委 |  |
| 下午第一节课 | 王艳开设公开课 | 体育组教师 | 八1班  操场 | 教师发展处  体育教研组 |  |
| 下午第一节课 | 韦霞开设公开课 | 语文组教师 | 八7班 | 教师发展处  语文教研组 |  |
| 3.29  (周三) | 上午第四节课 | 王裕开设公开课 | 体育组教师 | 八9班  操场 | 教师发展处  体育教研组 |  |
| 3.29-  3.31 | 全天 | 九年级新课结束考试 | 九年级师生 | 相应地点 | 教师发展处 |  |
| 3.31  (周五) | 上午第三四节课 | 行政会议 | 全体行政人员 | 206会议室 | 校长室 |  |
| **其他工作提醒** | | | | | | |

**《体育与健康》课时教学计划**

**第 1 课**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学内容：双手头上掷实心球 | | | | | | | 授课时间 3 月27 日 | | 星期：一 | | | |
| 学  习  目  标 | | 1、通过原地双手头上掷实心球测试检验学生投掷技能掌握情况  2、通过游戏提高学生活动能力及兴趣爱好，培养终身体育意识  3、培养学生主动、积极参与的终身体育精神，培养超越自我的品质 | | | | | | | | | | |
| 教学重、难点 | | | 提高原地双手头上掷实心球投掷成绩 | | | | | | | | | |
| 课的  部分 | 教学内容 | | 教师指导  策略与要求 | | | 学生学法指导 | | 组织形式 | | 运动负荷 | | |
| 时间 | 次数 | 强度 |
| **开始部分** | 1、课堂常规：  2、专项练习  “抓手指” | | 1、教师提前到场做好准备  2、师生问好  3、布置本课教学任务  提出教学目标及要求  4、检查服装，安排见习生  5、提出游戏要求，组织学生练习，集中学生注意力 | | | 1、体育委员整队，检查并报告人数  2、精神饱满，师生问好口令洪亮  3、思想集中，明确要求  4、认真听讲，反应迅速  动作快速正确 | | 1、组织队形如图  ××××××××  ××××××××  ○○○○○○○○  ○○○○○○○○  Δ  要求：集合快静齐  2、队列练习队形同上，前后两名同学面对面进行 | | 1′  2′ | 3 | 小  小 |
| **准备部分** | 1、准备活动  慢跑  2、徒手操  ①．扩胸运动  ②．体转运动  ③．腹背运动  ④．活动腕踝关节、肩关节、膝关节  ⑤．弓步压腿  仆步压腿  3、柔韧练习  双人压肩 | | 1、教师明确慢跑要求  2、带领学生进行练习，哨音控制慢跑节奏  1、教师示范动作，明确徒手操要领  2、教师喊口令，带领学生集体进行练习  3、巡回观察，及时发现动作不足，提出改进意见  4、要求：动作优美，口令洪亮，精神饱满，教态积极 | | | 1、认真听讲，明确要求  2、队形整齐，步伐一致  3、跑动积极有节奏  1、认真观察听讲，明确动要求  2、听口令集体练习  3、动作整齐舒展有力  练习认真活动充分  4、勇于克服困难挑战自我，努力完成练习要求 | | 1、体育委员带队，全班成二路纵队绕操场进行慢跑  1、组织如图  × × × × × × × ×  × × × × × × × ×  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  △  集体听口令进行  压肩练习两人一组 | | 3′  4′ | 2  4\*8 | 小  小 |
| 课的部分 | 教学内容 | | 教师指导  策略与要求 | | | 学生学法指导 | | 组织形式 | | 运动负荷 | | |
| 时间 | 次数 | 强度 |
| 基  本  部  分 | 一、实心球  原地双手头上掷实心球测试  二、游戏  “贴烧饼” | | 1、教师提示取得实心球投掷测试良好成绩的动作要点：  两脚开立与肩同宽，双手持球于头后方，身体后仰成“满弓”，后腿蹬伸、身体前俯，双手快速鞭打，屈腕掷球  2、教师提出测试标准(原标)  及格 良好 优秀 满分  男 3.7 5.3 7.1 10.8  女 4.2 5.2 6.0 7.0  3、教师提出测试要求  **注意：**要求学生投掷结束后向后退出投掷圈  4、组织测试，登记成绩  1、围成一圈，任选两人开始绕圈一跑一追，被追者站任一同学前两人交换  2、教师提出要求，分组比赛 | | | 1、认真听讲，积极思考，充分明确动作要领  2、测试组织：男、女分组测试，按序进行  3、测试方法：每人3次测试机会，记取一次最好成绩  4、测试要求：积极参加，遵守规则，勇创佳绩  5、听从指挥，注意安全  见习生协助丈量成绩  263E80~1  1、明确规则及动作要求  2、认真参与练习，积极提高技能 | | 复习动作时练习队形：  × × × × × × × ×  × × × × × × × ×  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  △  集体练习时队形：  × × × × × × × ×  × × × × × × × ×  △  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○    组织形式：  男、女分组进行 | | 10′  10′  10′ | 3  3 | 中  大  大 |
| 结束部分 | 一、整理运动  二、结束常规 | | 1、原地轻松踏步甩臂放松  2、集合队伍，小结本课情况，提出下一步发展希望  3、师生再见，解散队伍 | | | 1、积极参与练习  主动充分放松  2、认真总结，了解自我  确定下一步发展目标 | | 练习队形为四列横队体操队形  集合队形同上课开始部分 | | 2′  3′ |  | 小  小 |
| 课程资源 | 操场一片  投掷区2片  实心球5只  排球2只 | | | 安全措施 | 安全教育 监督指导 | | | 练习密度预计 | | 30% | | |
| 平均心率预计 | | 120 | | |
| 课后反思 |  | | | | | | | | | | | |

**常州市新桥初级中学教师听课评课情况记录表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 学科 | 体育 | 授课教师 | 王艳 | 时间 | 2023.3.27 |
| 课题名称 | 实心球 | 评议主持人 | 宋丽华 | 地点 | 体育办公室 |
| 参与评议人（签名） | 王小金、沈兰芳、沈宇、仲阳、王欲 | | | | |
| 评  议  内  容  记  录 | 本课基于健康第一的指导思想，设计采用了标志物辅助，双人互助，集体合作以及竞赛游戏等方法，让学生在快乐的课堂氛围中学会了投掷实心球的技术。  教师利用标志线设计了高度，让学生投过一定高度线，解决了学生出手角度不高的问题。利用标致桶设计远度线，让学生有达成目标的成就感，增加了练习兴趣。在练习中小组学生集体发令练习和捡球，增强学生集体责任感和安全意识。  从教育效果来看，学生乐学，技术掌握较好，这是一节优秀的研讨课。 | | | | |