**新桥初级中学2022-2023第二学期第十二周工作安排**

**（4.24-4.28）**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **时间** | **内容** | **参加对象** | **地点** | **职能部门** | **通讯报道** |
| 4.24  (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 | 王小金开设公开课 | 体育组教师 | 操场 | 教师发展处  体育教研组 |  |
| 下午第三节课 | 法制讲座观看 | 全体师生 | 学生及班主任：各教室  其余老师：302阶梯教室 | 校长室 |  |
| 4.25  (周二) | 上午第三节课 | 陈舣琳开设公开课 | 音美组教师 | 八10教室 | 教师发展处  音美教研组 |  |
| 4.26  (周三) | 上午第三节课 | 沈兰芳开设公开课 | 体育组教师 | 操场 | 教师发展处  体育教研组 |  |
| 4.28  (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 |  |
| 下午第一节课 | 陈丽区课题组活动 | 化学组教师 | 化学实验室3 | 教师发展处  化学教研组 |  |
| **其他工作提醒** | | | | | | |

**《体育与健康》课时教学计划**

**第 2 课**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学内容：50米快速跑：步型 双足连续跳上跳下 | | | | | | | 授课时间： 月 日 | | 星期： | | | | |
| 学习目标 | | 1、学会加速跑及双足连续跳上跳下的跳跃动作。并能很好的掌握动作节奏  2、同学之间能相互学习，共同进步。  3、通过练习，培养学生的协调能力和形成良好的运动习惯 | | | | | | | | | | | |
| 教学重、难点 | | | 身体协调性 | | | | | | | | | | |
| 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 |
| 准备部分  基本部分 | 1、常规  2、热身运动  1、队列队形 | | 1、师生问好  2、宣布本课内容、激发学生积极性  3、安排见习生  1、慢跑+徒手操  a、上肢运动  b、体转运动  c、腹背运动  d、弓步压腿  e、侧压腿  f、腕、踝关节运动  1.二列横队——四列横队——还原  2.齐步走  要求：通过练习，培养学生高度的组织纪律性和注意力。  3.组织学生分组练习 | | | 1、体育委员整队、汇报人数  2、师生问好、认真听讲。  3、听老师宣布本课内容、要求。   1. 教师讲解方法 2. 组织学生练习   1、学生认真听讲，记住练习的方法和要求。  2、根据口令进行集体练习。  要求：精神饱满，动作一致。  3、自主练习 | | ××××××  ××××××  ○○○○○○  ○○○○○○  ★  要求：快、静、齐 认真听讲  组织：  成体操队形散开  同上 | | 1分钟  5  8 | 1  5 | | 小  中小强度 |
| 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  结 束 部 分 | 2、50米快速跑  3、双足连续跳上跳下  1、整队  2、放松  3、点评  4、下课 | | 一、跑：50米快速跑  1.组织学生做好原地高抬腿跑练习。  2.示范、讲解快速跑动作，提示学生观察跑的摆臂姿势和前脚掌用力蹬地动作。  3.分散练习，巡视指导，并及时纠正错误动作。  4.成四路纵队鱼贯练习50米快速跑，并组织交流、评比。  二、双足连续跳上跳下  1.运用示范和正误对比法，着重演示用前脚掌蹬地跳起，蹬地时两腿蹬直的方法，并让学生知道这样做的道理。  2.组织学生自己选择方法练习：左右脚原地连续跳、原地双脚跳起、单脚交换向前跳、双脚连续跳上跳下、双脚连续向前跳。要求动作能连贯协调。  3.应尽可能选择泥地或草地进行练习；器材要牢固稳定，高度要适宜，课前要检查。  1、导入情景  2、小组组织自评  3、归还器材  4、师生再见 | | | 1.积极做好教师布置的专项练习任务。  2.细听讲解，根据教师的提示，认真观察示范动作，了解本节课所要完成的任务。  3.自由组合学练习小组，互帮互练，共同体会快速跑的正确动作。  4.四人一组练习快速跑，快跑中注意保持动作的正确性。进行组间交流、评比。  1.通过观察教师正误示范，进行比较、分析，明白两脚起跳，用力蹬直两腿的道理。接着分散模仿体验双脚连续跳上跳下动作。  2.分组在25厘米高的跳箱盖、台阶或体操凳上练习双脚连续跳上跳下，相互比试15秒能跳几次。  3.学会自己选择跳跃方法、自己选择场地、器材进行练习。反复体验动作的边贯协调。  1、闭好双眼，展开丰富想象  2、能自评互评  3、师生再见 | | 1.语言激发学生练习兴趣  2.要求学生能自我摸索  3.通过双足跳来发展学生的跳跃能力及其协调平衡能力。  ××××××  ××××××  ○○○○○○  ○○○○○○  ★  × × × × × ×  × × × × × ×  ○○○○○○  ○○○○○○    1、在愉悦的气氛中，使学生在生理和心理得到放松  2、能客观评价 | | 225分钟  15分钟 | | 6  1 | 中大 |
| 课程资源 | 操场 | | | 安全措施 |  | | | 练习密度预计 | | 35% | | | |
| 平均心率预计 | | 135 | | | |
| 课后反思 | 本节课常规较好，部分同学有肌肉反应。需多鼓励娇弱的孩子。 | | | | | | | | | | | | |

**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 | 王小金 | 时间 | 2023.4.26 |
| 课题名称 | 50米 | 评议主持人 | 宋丽华 | 地点 | 体育办公室 |
| 参与评议人（签名） | 沈兰芳、王艳、沈宇、仲阳、王欲 | | | | |
| 评  议  内  容  记  录 | 这堂课的教学手段由易到难、由简到繁、循序渐进、层层深入的练习方法，体现了“健康第一”指导思想。从整堂课的设计上看，教学时通过导学、逐步递进的形式来组织学生，并通过分散练习、自主练习、探究和分层次的教学方式，让学生了解传球时的动作要领，使学生很好的掌握篮球运球的动作。  总体来说，这节课教师对技术的教学比较到位，是一节成功的展示课。 | | | | |