**常州市新北区薛家实验小学**

2023~2024学年度第二学期

**校本课程资料**

**课程名称： 街舞啦啦操**

**执教老师： 蒋晓涵**

**上课地点： 奥园体育馆**

**目 录**

1. **课程纲要**
2. **点名表**
3. **课程讲义**
4. **考评方案及评价结果**

**5、反思总结**

**《 街舞啦啦操 》课程纲要**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课程**  **名称** | **啦啦操** | **设计者** | **蒋晓涵** | | |
| **适用**  **年级** | 一年级 | **总课时** | **17** | **课程**  **类型** | 选修课程 |
| **课程**  **简介**  （200字内） | 啦啦操运动起源于美国的NBA篮球赛，至今已经有100多年的历史，啦啦操是融体操、舞蹈、音乐、健身、娱乐、各种技巧为一体的一项集体运动。啦啦操在发展学生身体基本素质、审美能力、创新能力、团队协作能力等方面有重要的作用，它完善地弥补了其它健身项目的局限，深受广大学生的喜爱。  本课程能全面提高学生审美能力及团队精神，让学生在掌握啦啦操的基本技术动作前提下，学习科学健身的方法，培养学生体育锻炼的兴趣和自我锻炼的能力，为终身体育打下良好基础。 | | | | |
| **背景**  **分析**  （500字内） | 1. "一校一品"概念界定即一个学校根植于本地区地域传统文化底蕴，立足学校人文素养，综合学校环境条件，构建自我品牌或鲜明特色，积聚各方"正能量","品"出特色、"品"出校风，"品"出健康。在学校中，一切有目的、有计划、有组织的教育活动都应定义为课程，"一校一品"建设也应被纳入课程范畴，确切地说应该是校本开发课程。 2. "啦啦操"概念界定指在音乐的伴奏形式下，以手持轻器械或徒手的技术类技巧动作或舞蹈类动作为载体，以团队的基本组织形式出现，是具有观赏性、竞技性、表演性为一体的一项体育运动。 3. "校本课程"概念界定即以学校为本位、由学校自己确定的课程，它与国家课程、地方课程相对应。 4. "校本课程开发"概念界定即学校在对该校学生的需求进行科学的评估，并充分考虑当地社区和学校课程资源的基础上，以学校和教师为主体，开发旨在发展学生个性特长的、多样的、可供学生选择的课程。 | | | | |
| **课程**  **目标** | 通过本课程的学习，使学生掌握部分啦啦操的基本动作要领，对啦啦操有一个初步的认识，使学生能够做出啦啦操的基本动作，配合音乐进行成套展示，在学习过程中，让给学生感受动作美，音乐美，发展学生的团队合作意识。 | | | | |

|  |  |
| --- | --- |
| **学习主题/活动安排（请列出教学进度，包括日期、周次、内容、实施要求）** | 1. 基本步伐..............................................一课时 2. 基本手型..............................................一课时 3. 基本站姿..............................................一课时 4. 啦啦操成套（第一段）...................................一课时 5. 啦啦操成套（第二段）...................................一课时 6. 啦啦操成套（第三段）...................................一课时 7. 啦啦操成套（第四段）...................................一课时 8. 啦啦操成套（第五段）...................................一课时 9. 啦啦操成套（第六段）..................................一课时 10. 啦啦操成套（第七段）.................................一课时 11. 复习啦啦操（第一二段）................................一课时 12. 复习啦啦操（第三四段）................................一课时 13. 复习啦啦操（第五六七段）..............................一课时 14. 啦啦操成套复习.......................................两课时 15. 考核.................................................两课时 |
| **评价活动/成绩评定** | （一）评价的内容 1、过程评价：关注学生在啦啦操课程学习中的参与度，如学习兴趣、学习态度、积极性、表现能力。 2、结果评价：对学生两套操的成套表演＋柔韧难度＋平时成绩，激发学生的表现欲同时也促进相互学习。   1. 期末测试   跟着音乐展演、课堂呈现，并拍摄视频。 |
| **主要参考文献** |  |
| **备 注** |  |

**街舞啦啦操 课程 点 名 表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **姓 名** | **班级** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** |
| **高圣泽** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **丁梓辰** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **蒋撄宁** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **荆铂煊** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **王梓涵** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **陈颂泽** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **张崔程** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **沈末** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **孙泽昊** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **黄铜泽** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **裴梓正** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **陶矽禹** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **王星源** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **许文可** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **戴梓淇** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **张安妮** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **刘栩懿** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **陈曦佐** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **张意蕾** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **吴姝宣** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **秦一一** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **李安琪** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **高圣泽** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **丁梓辰** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **蒋撄宁** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **贾霖杉** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **田芯朵** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **洪朝洋** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **殷梓萱** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **邓苒苒** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **沈言** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **黄梓璐** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **周诗雅** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **王昱皓** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **高语曈** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **崔亦然** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **侯煦涵** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **吴文毓承** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **刘泽钰** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **谭牧耘** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **张祐宁** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **王俊博** | **一（2）** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**街舞啦啦操 校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **内容** | **课程常规训练** |
| **教学**  **目标** | 1.了解课堂常规，安全教育  2.提高身体素质 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 1. 课堂常规 1、集队点名 2、慢跑一圈   3、热身操  二、素质练习 1、前踢腿 2、侧踢腿  3、俯撑爬行  4、俯撑开合跳 三、讲解课堂常规 教师讲解课堂上的一些基本要求：  课前准备：在教师带领下有序地到指定地点上课、不带危险物品进入课堂、服装要符合上课的要求。  课中：课堂上听从教师指挥，不做危险的动作和事。  四、游戏：扫雷 五、结束部分 教师对本节课学生学习情况进行点评 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **内容** | **啦啦操基本步伐学习** |
| **教学**  **目标** | 1. 学生能知道啦啦操的基本步伐的名称 2. 通过练习使学生掌握啦啦操基本步伐的动作要领 3. 培养孩子认真学练、乐于改进的学习作风 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 一、准备部分 1、集队点名 2、慢跑一圈  3、热身操  二、素质练习 1、前踢腿 2、侧踢腿  3、俯撑爬行  4、俯撑开合跳  三、啦啦操基本步伐学习  1、教师讲解、示范动作，学生认真观看教师示范，跟随教师模仿练习。  2、教师组织学生集体练习，教师巡视指导纠正并鼓励、激励学生。  3、教师组织学生表演并点评，学生积极表演，勇于表现自己。  四、游戏：石头剪刀布 五、结束部分  教师对本节课学生学习情况进行点评 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **内容** | **啦啦操基本站姿学习** |
| **教学**  **目标** | 1.学生能知道啦啦操的基本站姿  2.通过练习使学生掌握啦啦操基本站姿的动作要领  3.培养孩子认真学练、乐于改进的学习作风 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 一、准备部分 1、集队点名 2、慢跑一圈  3、热身操  二、素质练习 1、前踢腿 2、侧踢腿  3、俯撑爬行  4、俯撑开合跳  三、复习啦啦操基本步伐  四、啦啦操基本站姿学习  1、教师讲解、示范动作，学生认真观看教师示范，跟随教师模仿练习。  2、教师组织学生集体练习，教师巡视指导纠正并鼓励、激励学生。  3、教师组织学生表演并点评，学生积极表演，勇于表现自己。  五、游戏：贴烧饼 六、结束部分  教师对本节课学生学习情况进行点评 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **内容** | **啦啦操基本手型学习** |
| **教学**  **目标** | 1. 学生能知道啦啦操的基本手型   2.通过练习使学生掌握啦啦操基本手型的动作要领  3.培养孩子认真学练、乐于改进的学习作风 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 一、准备部分 1、集队点名 2、慢跑一圈  3、热身操  二、素质练习 1、前踢腿 2、侧踢腿  3、俯撑爬行  4、俯撑开合跳  三、复习啦啦操基本步伐和站姿  四、啦啦操基本手型学习  1、教师讲解、示范动作，学生认真观看教师示范，跟随教师模仿练习。  2、教师组织学生集体练习，教师巡视指导纠正并鼓励、激励学生。  3、教师组织学生表演并点评，学生积极表演，勇于表现自己。  五、游戏：背对背夹球接力 六、结束部分  教师对本节课学生学习情况进行点评 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **内容** | **啦啦操套路第一节** |
| **教学**  **目标** | 1.学生能知道啦啦操第一节的动作名称和要点  2.通过练习使学生掌握啦啦操第一部分套路的动作要领  3.培养孩子认真学练、乐于改进的学习作风 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 一、准备部分 1、集队点名 2、慢跑一圈  3、热身操  二、柔韧素质练习  1、前压腿 2、侧压腿  3、竖叉  4、横叉 三、复习啦啦操基本步伐、站姿、手型  四、啦啦操套路第一节学习  1、教师讲解、示范动作，学生认真观看教师示范，跟随教师模仿练习。  2、教师组织学生集体练习，教师巡视指导纠正并鼓励、激励学生。  3、教师组织学生表演并点评，学生积极表演，勇于表现自己。  五、游戏：躲避球 六、结束部分  1.放松  2.教师对本节课学生学习情况进行点评 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **内容** | **啦啦操套路第二节** |
| **教学**  **目标** | 1. 学生能知道啦啦操第二节的动作名称和要点   2.通过练习使学生掌握啦啦操第二部分套路的动作要领  3.培养孩子认真学练、乐于改进的学习作风 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 一、准备部分 1、集队点名 2、慢跑一圈  3、热身操  二、柔韧素质练习  1、前压腿 2、侧压腿  3、竖叉  4、横叉 三、复习啦啦操套路第一节  四、啦啦操套路第二节学习  1、教师讲解、示范动作，学生认真观看教师示范，跟随教师模仿练习。  2、教师组织学生集体练习，教师巡视指导纠正并鼓励、激励学生。  3、教师组织学生表演并点评，学生积极表演，勇于表现自己。 五、结束部分  1.放松  2.教师对本节课学生学习情况进行点评 |