|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 授课老师 | 汪莹 | | 单位 | 前黄中心小学 | 教材内容 | 快速跑 | | | 时间 | 2021.6.4 | 教学对象 | 三年级 | |
| **教**  **学**  **目**  **标** | 1、  通过复习和练习，使学生进一步理解快速跑的两种起跑方法的重要作用，能正确运用两种起跑方法。通过素质练习，了解一些提高快速跑能力的方法。  2、  90%以上的学生能熟练完成两种起跑的技术动作及途中跑的技术动作。能有所创新地完成一些发展快速跑能力的练习。  3、  学生练习中乐意接受老师的指导，能主动参与练习，敢干发表不同见解，有创新意识。同时能团结协作，刻苦训练，努力提高快速跑的能力， | | | | | | | | | | | | |
| **教学过 程** | **教 学**  **内 容** | **教 师 活 动** | | | | | **时**  **间** | **学 生 活 动** | | | | | **练习**  **次数** |
| 准  备  部  分 | 一、  常规      二、  队列 | 教师提前到场，准备好场地、器材，等候上课。   在集合地点观察、检查学生服装，并接受体育委员汇报。  1、“同学们好！”  2、宣布本课的学习内容，揭示目标和要求。  3、安排见习生。   教师讲解队列、队形练习的内容和要求。  １、稍息、立正、看齐、报数、踏步等。  ２、   二列横队——四列横队——还原  ３、   复习二路纵队——四路纵队 | | | | | 5分 | 体育委员带领全班同学按约定地点集合，检查到班人数并向老师汇报出勤情况。  １.班成二列横队集合。  1.“老师好！：  2． 认真听讲，明确学习内容和要等。  3、见习生按要求随堂听课，做力所能及之事。   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．学生根据教师的要求进行有序的练习。   |  | | --- | |  | | | | | |  |
| 基  本  部  分 | 一、  快  速  跑 | １、       复习两种起跑方式  要求：动作正确，快速协调   ２、组织学生完整技术练习  1）中速跑15m  2）站立式起跑+50m  3）站立式起跑+25m往返接力 | | | | | 10~  12  分 | 学生明确两种不同起跑形式的起跑要求，按教师深的口令和节奏进行练习。  组织： | | | | | 1次    1次  各  2次 |
|  | 二、  素质 | 1、内容：  1）  深蹲走15 m  2）  单足跳  3）  双足跳  4）  跑跳结合练习  跑10m+跳障碍5个+10m+下蹲5个——返回  2、教法：  教师讲解并且示范  组织学生练习，个别同学可进行辅导。３、   组织学生分析、讨论提高快速跑能力的方法。 | | | | | 20  分 | 1、、学生认真听讲，记住动作结构，按老师的指挥有秩序地练习。  2、   学生分组讨论，提出不同的练习方法。  3，以小组为单位进行自我创新练习。 | | | | | 2次左右2次  2次    各  2次 |
| 结  束  部  分 |  | 1、组织学生进行放松。  2、小结本堂课的学习情况。  3、布置课后作业 ，安排学生收器材。  4、“同学们再见﹗” | | | | | 5分 | 1、学生能积极进行放松。  2、学生认真听讲，共同参与小结，明确存在的问题。  3、值日生按要求回收器材。  4、“老师再见！” | | | | |  |