

新北区小学体育优秀教师培育 室研讨活动

材 料 集

地 点：常州市实验小学

时 间：2024年12月12日

关于新北区小学体育孙建顺优秀教师培育室第30次活动的通知

各有关单位：

按照新北区教育局第二轮“三名”培育工程实施意见和新北区教师发展中心培育室管理规定，依据《新北区第六批小学体育教学孙建顺培育室工作方案》和学期研讨工作计划，经研究，决定近期与常州市小学体育名师工作室联合召开研讨活动。具体事项如下：

一、活动时间

2024年12月12日（周四）13：00-17：10

二、活动地点：常州市实验小学

三、参加对象

常州市小学体育名师工作室、新北区小学体育培育室全体成员，欢迎其他老师参加。

四、活动主题：小学操控性运动技能结构化教学

五、活动安排

时间	形式	内容	主讲 (主持)	地点
13:00-13:40	公开课	二年级操控性运动技能：投轻物	汤祥	操场
13:50-14:30	沙龙	小学操控性技能结构化教学	朱伟力	会议室
14:30-14:10	分享	AI 体育视角下提高学科素养的课堂实践	韩勤	
14:10-16:00	讲座	小学体育结构化论文撰写	孙建顺	

六、活动要求

1. 活动时间与地点如有变化，另行通知。
2. 提前10分钟到达现场并实名签到。
3. 认真记录，书写端正，及时反思研修心得与体会。

联系人：孙建顺 联系电话：13401350616

新北区小学体育孙建顺优秀教师培育室

2024年12月9日

《水平一（二年级）操控性运动技能：抛投轻物》教学设计

常州市实验小学 汤祥

一、指导思想

本课以《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》为指引，在帮助学生掌握结构化知识技能的同时，创设趣味多样的游戏情境，激发学生的运动兴趣、提高学生知识、技能的运用能力，培育学生的体育学科核心素养。

二、教材分析

抛投轻物是水平一阶段操控性运动技能的重要教学内容，它对发展学生协调性、灵敏性和肌肉力量有着独特的价值。同时，它也是后续水平段学习体能和专项运动技能的基础。本课是操控性运动技能单元的第6课，前面5课时学生分别学习了，不同方式和方向的推拨球、各种姿势的拍球、行进间手运球、前后抛球和轻物向上抛接。本课教学内容为抛投轻物，主要抓住协调用力和出手迅速、角度适宜两个要点，通过抛高接、投过拦截网、双人隔网投接等游戏情境，发展学生操控性运动技能的同时，提示这些练习与水平二的球类专项运动技能、田径专项运动技能和体能等教学内容的联系，加强两个水平段教学内容之间的关联性，为学生的后续学习做好知识技能的铺垫。

三、学情分析

本节课教学对象为常州实小二（4）班学生。首先，这个年龄的学生，他们以直观形象思维为主，兴趣爱好广泛，但也存在注意力集中时间较短、安全意识和规则意识相对较为薄弱等问题，具体到该班级的学生，他们喜欢挑战，但又容易因为失败而气馁。通过上一节课的教学发现，部分学生上抛的方向控制的不理想。基于以上分析，本课教学环节设计中，需加强对上抛方向控制的复习。讲解示范时，注意多采用直观和贴近学生经验的示范讲解。教学评价时，要多发挥评价的激励作用，激发不同水平学生的学习兴趣。

四、教学重难点

重点：协调发力，出手角度适宜。

难点：在不同情境中，抛投技术灵活运用。

五、学习目标

1. 运动能力：能做全身协调用力、控制好出手角度，将轻物向上抛出或向前投出，并能根据不同的情境任务和要求进行灵活运用。发展协调性、上肢力量等素质。

2. 健康行为：在学练过程中，积极开动脑筋、乐于反复尝试、注意在规定区域，安全使用相关器材进行练习，避免碰撞。

3. 体育品德：在与同伴配合的过程中，表现出团结合作，积极沟通交流，互帮互助，共同探究的良好品质；能够正确看待比赛的胜负、配合中的失误以及同伴的评价建议。

六、教学特色

1. **关注结构化教学**，首先，加强知识技能之间的关联性。一是抛投接轻物与学过的移动性基本运动技能的组合。二是注重基本运动技能对后续体能和专项运动技能教学的渗透。通过以上两方面，增强运动技能之间的关联性；其次，注重操控性运动技能本身的前后联系，增强单元每一课时的整体性与进阶性。

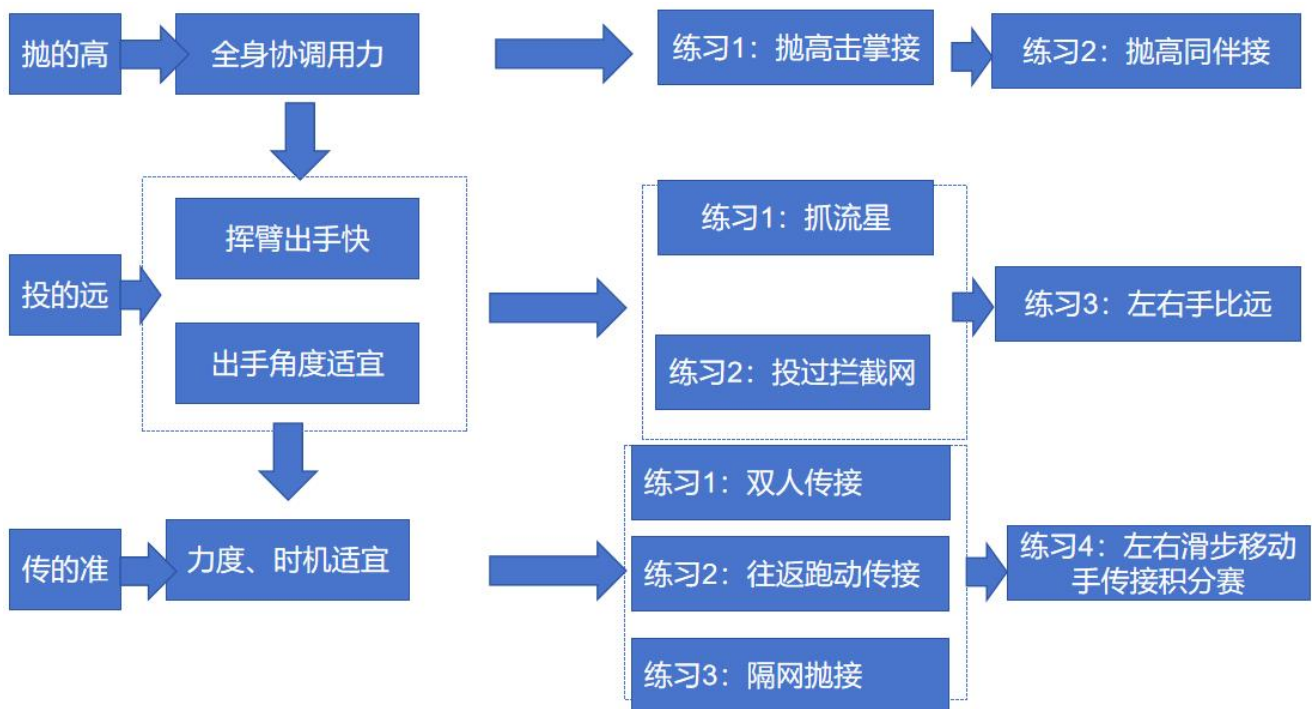
2. **立足常态课堂**，一是场地其器材仅需一片篮球场和42只毽子，具有较强的操作性和可行性；二是教学组织方式简便易行，减少没有必要的组织调动，提高40分钟时间的使用效率；三是设计的游戏符合学生认知特点，学生能很快理解教师的要求，从而保证精讲多练。

六、场地器材：毽子43只、标志盘45个，音箱1台。

七、安全措施

1. 检查场地器材，学前充分热身；
2. 加强安全教育，提高纪律意识；
3. 保持练习间距，互帮互助到位；
4. 时刻关注动态，适时进行调整。


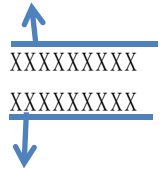



八、设计思路



《水平一（二年级）操控性运动技能：抛投轻物》教学设计

单位： 常州市实验小学 执教： 汤祥 上课年级： 二 学时： 第5 课时

学习目标	<p>1. 运动能力：能做全身协调用力、控制好出手角度，将轻物向上抛出或向前投出，并能根据不同的练习情境任务和要求进行灵活运用。发展协调能力和上肢力量。</p> <p>2. 健康行为：在学练过程中，积极开动脑筋、乐于反复尝试、注意在规定区域，安全使用相关器材进行练习，避免碰撞。</p> <p>3. 体育品德：在与同伴配合的过程中能表现出，团结合作，积极沟通交流，互帮互助，共同探究的良好品质；能够正确看待比赛的胜负、配合中的失误以及同伴的评价建议。</p>						
学习内容	1. 抛投接轻物 2. 素质综合练习		<p>重点：协调发力，出手角度适宜</p> <p>难点：在不同情境中，抛投技术灵活运用</p>				
过程时间	过程内容	教师活动	学生活动	运动负荷			组织队形及学练效果预测
				时间	次数	强度	
准备部分 6分钟	<p>一、课堂常规</p> <p>1. 师生问好</p> <p>2. 检查服装</p> <p>3. 安排见习生</p> <p>二、导入课题，宣布任务</p> <p>三、热身运动：</p> <p>1. 热身跑</p> <p>2. 徒手操</p>	<p>1. 检查场地与学生人数，提示学生系好鞋带。</p> <p>2. 安排好见习生。</p> <p>1. “小小抛投手”情境导入，宣布本课的学习内容和学练要求。</p> <p>1. 教师示范各种跑动练习</p> <p>2. 带领学生进行徒手操练习</p>	<p>1. 小组长带领本组成员快快找到自己的家。</p> <p>2. 认真听教师讲解。</p> <p>1. 认真听讲，记住课堂的学练内容与要求。</p> <p>1. 根据按要求进行各种跑动练习。</p> <p>2. 跟随节奏练习，充分活动开关节</p>	1	1	小	<p>XXXXXXXXXX</p> <p>XXXXXXXXXX</p> <p>XXXXXXXXXX</p> <p>XXXXXXXXXX</p> <p>要求：四列横队，站在体操垫后侧，脚踩圆垫</p> <p>X0 0X</p> <p>要求：保持安全距离。</p>
设计意图	利用“小小抛投手”闯关的情境导入，激发学生好奇心；将各种步伐练习融入热身操中，帮助学生充分热身，活动开主要关节。						
基本部分	<p>一、自抛自接</p> <p>动作要点：下上肢协调发力，将轻物向正上方抛出</p> <p>1. 第一关：自抛击掌自接</p> <p>2. 第二关：我抛你接</p> <p>3. 第三关：接住彼此的高抛球</p>	<p>1. 教师带领学生复习单手向上高抛接的动作方法。</p> <p>2. 组织学生集体练习</p> <p>3. 组织学生进行自抛接击掌挑战赛。</p> <p>4. 讲解示范我抛你接，并组织学生分组练习</p> <p>5. 巡回观察，优生示范。</p> <p>6. 讲解示范我抛你接，并组织学生分组练习</p> <p>7. 巡回观察，优生示范</p>	<p>1. 积极回忆动作要领</p> <p>2. 积极思考，优化提高</p> <p>3. 遵守规则挑战自己。</p> <p>4. 按要求，两人合作积极练习。</p> <p>5. 结合教师提示优化</p> <p>6. 按规则，两人合作积极练习。</p> <p>5. 结合教师提示优化</p>	2	5 - 6	中	<p>XXXXXXXXXX</p> <p>XXXXXXXXXX</p> <p>XXXXXXXXXX</p> <p>XXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">↑</p> <p style="text-align: center;">X ← X</p> <p style="text-align: center;">↑</p> <p style="text-align: center;">X ← X</p> <p style="text-align: center;">↑</p> <p style="text-align: center;">X ← X</p>
				3	7 - 8	中	
				3	5 - 6	中大	

基本部分 31分钟	二、投远大比拼 1. 抓流星 2. 投过拦截网 3. 左右手比远	1. 教师讲解示范向前投掷轻物，引导学生思考挥臂速度。 2. 组织学生练习抓流星练习 3. 教师讲解示范向前投掷轻物，引导学生思考思考出手角度。 4. 讲解示范投过拦截网，并组织学生学习。 5. 教师讲解双人左右手投远比赛的方法和规则，并组织学生分组练习	1. 认真观察，思考要领 2. 积极投入练习，并积极思考 3. 认真观察，思考要领 4. 积极投入练习，并积极思考	5	7-8	中	四列横队练习 
	三、互抛大挑战 1. 双人传接练习 2. 绕队友接 3. 隔拦截网传接 4. 隔网滑步传接积分赛	1. 教师讲解传接练习方法和规则 2. 组织学生两人练习 3. 教师讲解传接练习方法和规则 4. 组织学生练习，巡回指导，提示动作要领、配合方法和时机把握。 5. 教师讲解隔网传接练习方法和规则。 6. 教师讲解并学生进行隔网滑步传接积分赛 7. 巡回指导，提示要领、配合和时机。	1. 知道练习方法和规则 2. 按规则积极思考传准技术秘诀和配合方法 3. 按教师和同伴提示积极优化改进技术动作和配合方法。	5	7-8	大	 
	四、素质练习 拔草种花游戏 1. 仰卧爬行 2. 单脚跳 3. 矮人走 4. 三种方式综合	1. 教师讲解游戏方法和规则，并组织练习。 2. 巡回指导，提示各个练习的锻炼价值	1. 听清练习方法和规则方法， 2. 遵守规则按要求练习，并指导相应练习的锻炼价值。	8	5-6	中大	 
	设计意图	通过自抛接，体会全身协调用力；通过向前鼻渊体会协同用力和出手角度；通过胡抛大挑战，提高传中的能力以及把握传的时机；通过素质练习，发展学生的一般体能					
结束部分 3分钟	一、放松活动 二、课堂总结 三、布置家庭作业	1. 组织学生随音乐进行放松拉伸活动 2. 评价小结，引导学生畅谈学习感受 3. 布置课外作业，收拾器材，宣布下课。	1. 跟随教师一起随音乐做模仿练习，动作舒展、放松。 2. 积极参与小结交流，能对自己和他人做出积极的评价。 3. 帮助老师收拾器材。	2	1	小	动作舒缓、心情愉悦、敢于表达自己的想法
设计意图	跟随老师，结合数学家放松大脑的情境引导学生养成放松习惯。同时，引导学生说出本节课学习内容，帮助他们做出简单的评价，布置课外作业，帮助学生更有效地落实“校内、校外 1 小时”锻炼。						
群体练习 密度预计 个体练习 密度预计	75% 50%	平均心率	150-170 次/分钟				