

# 2019 版广西师范版 高中体育与健康 必修 10~12 年 级中篇 运动实践《第六章 新兴运动》大单元整体教 学设计[2020 课标]

学校：dxyc2360

指导教师：张元方

一、内容分析与整合

二、《普通高中体育与健康课程标准（2017 年版 2020 年修订）》

分解

三、学情分析

四、大主题或大概念设计

五、大单元目标叙写

六、大单元教学重点

七、大单元教学难点

八、大单元整体教学思路

九、学业评价

十、大单元实施思路及教学结构图

十一、大情境、大任务创设

十二、单元学历案

十三、学科实践与跨学科学习设计

十四、大单元作业设计

十五、“教-学-评”一致性课时设计

十六、大单元教学反思

## 一、内容分析与整合

### （一）教学内容分析

《普通高中体育与健康》必修 10~12 年级中的《运动实践》第六章《新兴运动》涵盖了素质拓展、徒步定向、轮滑和极限飞盘四项具有时代特色和广泛参与度的运动项目。这些新兴运动不仅能够丰富学生的校园生活，还能够全面提升学生的身体素质、运动技能、团队合作能力和体育品德。

素质拓展作为一种综合性的体育活动，通过一系列富有挑战性和趣味性的项目，旨在培养学生的自信心、团队协作能力、沟通能力和适应能力。徒步定向则结合了体能、智力与方向感，要求学生利用地图和指北针在限定时间内找到预设的检查点，培养了学生的定向运动技能和野外生存能力。轮滑作为一项全身性运动，能够提升学生的身体协调性、平衡感和灵敏性，同时增强学生的心肺功能。极限飞盘则是一项集速度、技巧与团队合作为一体的运动，要求队员在快速移动中完成精准的传盘和接盘，培养了学生的团队协作精神和竞争意识。

### （二）单元内容分析

素质拓展：

项目丰富多样，包括协作类、沟通类、领导力培养等多个方面。

通过团队挑战项目，提高学生的自信心、团队协作能力和沟通技巧。

强调安全教育和自我保护意识的培养。

徒步定向：

结合地图阅读和指北针使用，锻炼学生的空间感知和方向感。

通过实际地形考察，提升学生的体能和户外生存能力。

强调比赛规则和安全意识，培养学生的公平竞争意识和自我管理能力。

轮滑：

注重基本动作的规范性和安全性，提高学生的身体协调性和平衡感。

通过不同难度的滑行练习，增强学生的心肺功能和下肢力量。

培养学生的勇敢精神和自我保护能力。

极限飞盘：

强调传盘和接盘的精准度与速度，提升学生的运动技能和反应能力。

通过团队比赛，培养学生的团队协作精神和竞争意识。

强调比赛规则和体育道德，培养学生的公平竞争意识和尊重对手的品质。

### （三）单元内容整合

本单元将四项新兴运动有机结合，形成一个综合性的体育教学单元。通过素质拓展活动，学生可以在团队合作中提升自信心和沟通能力；通过徒步定向运动，学生可以在户外环境中锻炼体能和方向感；通过轮滑练习，学生可以提升身体协调性和平衡感；通过极限飞盘比赛，学生可以培养团队协作精神和竞争意识。整个单元注重理论与实践相结合，强调安全教育和自我保护意识的培养，旨在全面提升学生的运动能力、健康行为和体育品德。

## 二、《普通高中体育与健康课程标准（2017年版2020年修订）》分解 教学目标

### （一）运动能力

基本运动能力：

学生能够掌握素质拓展、徒步定向、轮滑和极限飞盘的基本动作和技术要领。

提升学生的速度、力量、灵敏性和协调性。

增强学生的体能，包括心肺功能、肌肉力量和耐力。

专项运动能力：

学生能够独立完成素质拓展项目中的团队协作任务。

学生能够使用地图和指北针在户外环境中准确找到检查点。

学生能够熟练地进行轮滑滑行和极限飞盘传接球动作。

学生在团队比赛中能够准确判断形势，做出合理的战术选择。

运动认知与技战术运用：

学生能够理解素质拓展、徒步定向、轮滑和极限飞盘项目的规则和特点。

学生能够根据比赛情况灵活运用技战术，提高比赛成绩。

体育展示与比赛：

学生能够积极参与体育展示和比赛活动，展示自己的运动技能。

学生在比赛中能够遵守规则，尊重对手和裁判，展现出良好的体育精神。

### （二）健康行为

锻炼习惯：

学生能够养成定期参加体育锻炼的习惯，提高身体素质。

学生能够在日常生活中合理安排体育锻炼时间，保持身体健康。

健康知识掌握与运用：

学生能够掌握基本的健康知识和运动损伤预防方法。

学生能够在运动中正确运用健康知识，避免运动损伤。

情绪调控：

学生能够在体育锻炼中学会调控自己的情绪，保持积极向上的心态。

学生能够在面对比赛压力时保持冷静，合理应对挑战。

环境适应：

学生能够适应不同的运动环境和气候条件，保持稳定的运动表现。

学生能够在户外运动中注意安全，遵守环境保护规定。

### （三）体育品德

体育精神：

培养学生勇敢顽强、积极进取、挑战自我、追求卓越的精神。

学生在运动中展现出坚韧不拔、永不放弃的品质。

体育道德：

学生在比赛中遵守规则，尊重对手和裁判，展现出良好的体育道德。

学生能够在团队合作中相互支持、共同进步，展现出集体主义精神。

体育品格：

培养学生的文明礼貌、相互尊重、团队合作精神和社会责任感。

学生在面对困难和挑战时能够保持冷静和理智，积极寻求解决方案。

通过本单元的教学，学生将全面提升运动能力、健康行为和体育品德，为终身体育锻炼和全面发展奠定坚实基础。学生将在团队合作和竞技比赛中学会尊重对手、遵守规则、勇于挑战自我，形成积极向上的生活态度和健康的生活方式。

## 三、学情分析

### （一）已知内容分析

体能基础：高中生已经具备了一定的体能基础，通过初中及之前的体育学习，他们在力量、速度、耐力、灵敏性和柔韧性等方面有了一定的积累。这为他们进行新兴运动的学习提供了必要的体能支持。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/046153123240011001>