

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《第四章 武术与民族民间传统体育》
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

《第四章 武术与民族民间传统体育》是高中体育与健康必修课程 10~12 年级中篇运动实践的重要组成部分。本章内容主要分为两大板块：武术和民族民间传统体育。通过本章的学习，学生不仅能够掌握武术和民族民间传统体育的基本知识和技能，还能够传承和弘扬中华优秀传统文化，培养坚韧不拔的意志品质、良好的身体素质和健康的生活方式。

1. 武术

武术是中国传统文化的重要组成部分，具有悠久的历史 and 深厚的文化底蕴。武术学习不仅包括拳术、器械等技能的学习，还涉及武德的培养。通过学习武术，学生可以掌握基本的防身技能，提高身体素质，培养吃苦耐劳、持之以恒的品质，同时增强民族自信心和自豪感。

2. 民族民间传统体育

民族民间传统体育是在民间广泛流传的、具有鲜明民族风俗和地方特色的传统体育形式。这些项目形式多样，内容丰富，既具有娱乐性、趣味性，又具有健身价值。通过学习民族民间传统体育，学生可以了解不同民族的文化传统，增强民族团结意识，同时提高身体素质和团队协作能力。

（二）单元内容分析

1. 武术部分

套路运动：以技击动作为素材，通过攻守进退、动静疾徐、刚柔虚实等矛盾运动的变化规律编成的整套练习形式。套路练习是武术的主要练习方式，通过反复练习套路动作，可以提高学生的身体协调性和动作节奏感。

搏斗运动：包括散手、推手、短兵等项目，是两人在一定条件下按照一定的规则进行斗智较力的对抗练习形式。搏斗运动可以提高学生的反应能力和实战能力，同时培养勇敢顽强、挑战自我的精神。

武德教育：武术学习不仅仅是技能的学习，更重要的是武德的培养。通过学习武术礼仪、武术精神等内容，学生可以养成良好的行为习惯和道德品质。

2. 民族民间传统体育部分

中国式摔跤：古老的体育项目之一，具有浓厚的民族特色。通过学习摔跤技巧，学生可以提高身体的力量和灵活性，同时培养团队协作和竞技精神。

拔河：简单明了的角力体育活动，可以提高学生的团队协作能力和集体荣誉感。

其他项目：如踢毽子、荡秋千等，这些项目具有娱乐性和健身价值，可以丰富学生的课余生活，提高身体素质。

（三）单元内容整合

本章内容将武术和民族民间传统体育有机结合在一起，旨在通过多样化的教学手段和方法，提高学生的身体素质和综合素养。在教学过程中，注重技能学习和文化传承的有机结合，通过情境教学、合作学习等方式激发学生的学习兴趣 and 积极性。注重课内教学和课外锻炼的有机结合，鼓励学生积极参与课外体育活动和竞赛，培养终身体育意识。

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

发展体能：通过武术和民族民间传统体育的学习和练习，提高学生的速度、力量、耐力、柔韧性和灵敏性等身体素质。

运用技能：学生能够熟练掌握武术套路和搏斗运动的基本动作技术，以及民族民间传统体育的基本技能和方法。

提高运动认知：学生能够了解武术和民族民间传统体育的基本知识和文化背景，理解不同运动项目的特点和价值。

（二）健康行为

养成良好的锻炼习惯：学生能够积极参与武术和民族民间传统体育的学习和练习，形成规律性的锻炼习惯。

情绪调控：通过学习武术和民族民间传统体育，学生能够掌握有效的情绪调控方法，保持积极乐观的心态。

适应能力：学生能够适应不同环境条件下的体育活动，提高身体对外界环境的适应能力。

（三）体育品德

培养规则意识：学生能够遵守武术和民族民间传统体育的比赛规则和礼仪规范，养成良好的行为习惯。

增强社会责任感：通过学习武术和民族民间传统体育，学生能够了解体育活动的社会价值，增强社会责任感和使命感。

培养合作精神和竞争意识：在武术和民族民间传统体育的学习和竞赛中，学生能够学会与他人合作，培养团队意识和竞争意识。

教学重点与难点

教学重点

武术套路和搏斗运动的基本动作技术：通过反复练习和情境教学，使学生熟练掌握武术套路和搏斗运动的基本动作技术。

民族民间传统体育的基本技能和方法：通过实践教学和合作学习，使学生掌握民族民间传统体育的基本技能和方法。

教学难点

武术套路的连贯性和节奏感：武术套路要求动作连贯、节奏明快，学生需要通过反复练习和情境模拟来提高套路的连贯性和节奏感。

搏斗运动的实战应用：搏斗运动要求学生具备一定的实战能力和反应速度，学生需要通过模拟对抗和实战练习来提高搏斗运动的实战应用能力。

教学策略与手段

情境教学：通过创设武术和民族民间传统体育的学习情境，激发学生的学习兴趣 and 积极性。例如，在武术套路教学中，可以创设武侠小说的情境，让学生在情境中学习套路动作。

合作学习：通过小组合作学习的方式，提高学生的团队协作能力和竞技水平。例如，在民族民间传统体育的拔河比赛中，可以组织学生进行小组对抗赛，培养学生的团队意识和竞争意识。

信息技术应用：利用现代信息技术手段，如多媒体教学、网络教学资源等，丰富教学手段和内容。例如，在武术教学中，可以播放武术比赛视频和武术教学课件，帮助学生更好地理解 and 掌握武术动作技术。

学业评价

评价目标

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/137126140165010001>