## 第 33课

时间	第 33 设	<b>果时</b>		课型		课时					
内容	1、技巧: 前后落	§动 ; 2、游戏:	障碍赛跑;								
目的	2、通过练习,同	2、通过练习,可以发展身体的柔韧性,平衡感觉和协调灵敏等素质。									
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强				
准备部分	一、课堂常见、课堂常见、体间、生物。宣任准列、外人、生物、宣任准列、广专、生物、企业、企业、企业、企业、企业、企业、企业、企业、企业、企业、企业、企业、企业、	组织:  ××××××  □  □  □  □  □  □  □  □  □  □	1、教师语言 2、教师语言 2、教师子。 2、教明子。 3、对明子。 4、对明子。 4、对明子。 4、对明子。	1、学生站四 2、讲, 学生注 3、学生注 4、对条 4、对条 4、对条 4、对条 4、对条 4、对条 4、对条 4、对条	1 2	10	一				
基 本 部 分	一、技巧: (前后滚动) 重点:滚动要圆 滑; 难点:团身紧;	组织:	1、教师讲解 动作方。 2、教师知知 和要 例 和	1、学生认真 听讲动作 方法。 2、学生集。 3、学生习。 3、学生习。	4 X 8	18	中				

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
基	二、游戏: (障碍赛跑) 规则: 1、游戏者应 在比赛中完	组织 <b>:</b> _ + + + +	4、找学生表演。	4 神饱满动 作轻松整齐 一致	2		
本 部 分	成所规定的 动作。  2、		1、教师讲解 对对规则。 2、学比赛。 3、教师设 负。	1、学生认真 听讲游 戏规则。 2、学生练习 比赛。 3、分组比 赛。	3	9	中
结 束 部 分	<ul><li>一、放松;</li><li>二、小结;</li><li>三、下课</li></ul>	组织: 同上队列 四列横队。	1、总结本次 课的情况。 2、下课。	1、认真听 讲,精神饱 满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计	   四个相	子 5 块 示志物 小圆圈	教 学 回 顾				

第 34 课

时间	第 3	4 课时		课型		课时	
内容	游戏课:端水平	· 衡比赛;障碍赛路	包;				
	1、通过本次游戏记	果的学习,使学生	锻炼学生平衡能	能力和坚强意志	• 0		
目的	   2、培养学生在游 <sup> </sup>	戏中锻炼保持平衡	的能力。				
	3、培养学生团结情	办作和集体主义精	神,发展学生的	<b></b> 约奔跑能力。			
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常规: 1、体委整队、师生的人。 生的人。 生的人。 生物、发生,是一个人。 在外,是一个人。 在外,是一个人,是一个人。 在外,是一个人,是一个人,是一个人。 在外,是一个人,是一个人,是一个人,是一个人,是一个人,是一个人,是一个人,是一个人	组织:  ※※※※※※※※ 同上队列 四列横队。	1、教师语言 2、教师语言 2、教明 任 3、数明 4、对 4、对 4、对 9 6 7 7 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	1、学生站四 列横队。 2、学生认真 等生意 3、听从指字。 4、对条中。 4、对条节。	1 2	10	小
基 本 部 分	一、游戏课: 1、端水平衡比赛; 规则: 球随水泼出应捡回碗内,并由裁判把水加满后再跑。	组织: + + + +  × × × ×  × × × ×  × × × ×	1、教师讲解游戏要求和规则。 2、学生练习比赛。 3、教师做正确评定胜负。	1、学生认 真听讲游戏 规则。 2、学生练习 比赛。 3、分组比赛。	4 X 8	18	中

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
基 本 部 分	二、障规、应中规作 判作否 员次等戏: 跑,游在完定。由评正。 每的数。 小定确 个比相	组织; + + + + 	4、 数游和 学比 教确负	4、学生认为少生认为人生、5、 以外人生、人生、5、 比赛。人生、人生、6、分组比人生、人生、6、 分组比人生、人生、6、 分组比人生、人生、6、 分组人生、人生、6、 分组人生、人生、6、 分组人生、人生、7	2 / 3	9	—————————————————————————————————————
结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课	组织 <b>:</b> 自由散开	1、总结本次 课的情况。 2、下课。	1、认真听讲, 精神饱满。 2、下课。	1	3	小
	   四块 <sup> </sup> 	标志物 小垫子 小圆圈 <b>笋 35</b> 運	教 学 回 顾				

时间		第 35 课时		课型		课时	
内容	1、技巧: 复习	前后滚动 ; 2、	游戏: 绕木棒边	运动			
目的	2、通过练习,	可以发展身体的	生学会前后滚动的 的柔韧性,平衡感 发展动作的灵活性	党和协调灵敏			—— 须。
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一、课堂常 1、师告服 2、内 二动 1、压 4 条 好 6 上 数 6 上 3、 1、广 专 3、活 1、广 等 3、活 1、广 等 3、活 1、广 等 3、活 1、广 等 4 条 4 。	组织:  ×××××××××××××××××××××××××××××××××××	1、教师语言要 清晰。 2、教师和任务。 3、对解外别等 3、的要求 4、河。 4、河。	1、学生站四 列横队。 2、学生认真 "学生意" 查。 3、听从指挥。 4、学生充节。 4、对各关节。	1	10	小
基 本 部 分	一、技巧: (前后滚动) 重点:滚动要 圆滑; 难点:团身 紧;		1、教师讲解动 作方法和要 领。 2、教师做分解 和完整动作 示范。 3、教师给学生 个别指导。	1、学生认真 听讲动作 方法和要 领。 2、学生集体 练习。 3、学生分组 练习。	4 X 8	18	中

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
基 本 部 分	一、统动 规1、或不跑 7、 对 种 对 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	1、操场	<ol> <li>4、找学生表演。</li> <li>1、教师讲解游戏要求和规则。</li> <li>2、学生练习比赛。</li> <li>3、教师做正确评定胜负。</li> </ol>	1、学生认真	2 / 3	9	—————————————————————————————————————
结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结本次课的情 况。 2、下课。	1、认真听讲, 精神饱满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计	小垫子 四个标》 四个小[	<b></b>	教 学 回 顾				

## 第 36 课

时间	第 36	 6 课时		课型	— j	果时			
内容	1、韵律活动; 2、	走: 各种姿势的	内走;						
目的	节奏感和审美自 2、通过学习走的I	1、通过本次课的教学,使学生学会简单的韵律活动,发展学生动作的协调性, 节奏感和审美能力。 2、通过学习走的正确方法,培养学生走的正确姿势,发展学生走的能力除尽 下肢和内脏器官的发展。							
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强		
准备部分	一、课堂常规: 1、体委整队、师生问好、报告人数、指告人数、宣布课的内容。 2、宣布课的内容。 二、队列: 1、广播操。 3、动。	组织:  ××××× ×××× ○  同上队 列四列横队。	1、教师语言要 清晰。 2、教师讲解课 堂要 务。 3、讲解队列练 3、的要求。 4、河生一同练 3、师生一同练 3、师生一同练	1、学生站四列 横队。 2、学生认真听 讲, 注意关查。 3、听从指挥注 意力集中。 4、学生充分活 动各关节。	1 2	10	小		
基 本 部 分	一、韵律活动节奏,游戏 形式:本律动练习是以踏步和走步与击掌动作相配合,按一定节离的要求来进行游戏。		1、教师讲解动作方法和 要	1、学生认真听 讲动作方 法和要领。 2、学生集体练 习。 3、学生分组练 习。 4、在音乐下练					

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
基 本 部 分	二、春走 重的松 难挺方 一		1、教	1、 学生认 真听讲动作 要 作为 。	4 X 8	1 8	中
结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结本次 课的情况。 2、下课。	1、认真听讲, 精神饱满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计			预计				

## 第 37 课

时间	, i	第 37 课时		课型	—ì	果时	
内容	1、走: 用各种	正确姿势的走;	2、游戏:迎面接	妾力;			
	1、通过学习走	的正确方法,培	养学生走的正确。	<b>姿势,发展学生</b>	走的	的能力	除
目的	尽下肢和内	脏器官的发展。					
	2、通过游戏练	习,培养学生集	体主义精神,发展	展学生的速度和	奔路	包能力	0
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
准备部分	一规: 1、师告服 2、内 二 动 1、2、强党 " 一规: 体问数。 宣和 " 一	组织:  ××××××  ×××××  □  □ 上队  所以  が  の  の  の  の  の  の  の  の  の  の  の  の	1、教师语言要 清晰。 2、教师讲解课 3、为师子 3、讲解求。 4、习 4、习。	1、学生站四 2、学生认真 2、学生总 3、学生意 3、听从指挥。 4、学生充分。 4、学生充为各类节。		10	小
基 本 部 分	一、用各种正确姿势的走:重点:下上肢的协调,放射的人。 放射 自然 化水 自然 大 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上 上		1、教师讲解动 作方法和 要领。 2、教师做分解 和完整动 作示范。 3、教师给学生 个别指导。	1、学生认真 听讲动作 方法和要 领。 2、学生集体 练习。 3、学生分组 练习。	3 / 4	15	中

顺序	教学内容	场地	教师活动	学生活动	数	时	强
	二(规 1、必起不线 号起余后跑戏接 超 级跑得。 发后跑人才。		1、	排     1、     学生认真听讲游戏规则。       支援     支援       支援     以为生练习比赛。       有     分组比赛。       支援	2 / 3	1 2	中
结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结本次 课的情况。 2、下课。	1、认真听讲, 精神饱满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计			预计				

## 第 38 课

时间		第 38 课时		课型	— <u>;</u>	果时					
内容	1、队列:报数	; 2、复习走:	各种姿势的走;								
目的	性和良好的 2、培养学生的 3、通过学习走	<ul><li>、通过这节课的学习,可以培养学生的有意注意和认真的态度,以及纪律性和良好的精神面貌。</li><li>2、培养学生的声音清晰、连贯、准确和精神饱满。</li><li>3、通过学习走的正确方法,培养学生走的正确姿势,发展学生走的能力除尽下肢和内脏器官的发展。</li></ul>									
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强				
准备部分	一规: 1、师告服 2、内 二动 1、 2、 3、活 学 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4	组织:  ××××××  □  以列  以列  以列  以列  以列  以列  以列  以列  以列	1、教师语言要 清晰。 2、教师讲解 3、教师和任 多。 3、讲解从列练 4、河。 4、河。	1、学生站四 2、学生站四 2、学生注意。 3、学生注意。 4、学生关节。 4、关系等。		10	- 一				
基 本 部 分	一、队列: (报数) 重点: 声音、 短处、声音。 难点; 连贯、 精神饱满。		1、教师讲解动作方法和要领。 2、教师做分解和完整动作示范。 3、教师给学生个别指导。	1、学生认真听 讲动作方法和 要领。 2、学生集体练 习。 3、学生分组练 习。		15	中				

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
基 本 部 分	一、		1、教师       3、教生         3、分整       3、生身         1、教师       3、分整         3、分整       学指	1、 学生认 真听讲动作 要领。 2、 学习。 3、 学生习。 3、 组练习。	3 / 4	1 2	中
	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结本次 课的情况。 2、下课。	1、认真听讲, 精神饱满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计			预 计				

时间		第 39 课时	课型	_	一设	果时			
内容	1、韵律活动;	2、队列:报数							
目的	性,节奏感2、学生的有意	过本次课的教学,使学生学会简单的韵律活动,发展学生动作的协 节奏感和审美能力。 生的有意注意和认真的态度,以及纪律性和良好的精神面貌。 条学生的声音清晰、连贯、准确和精神饱满。							
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活	动	数	时	强	
准备 部分 · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	一规: 1、师告服 2、内 二动 1、 2、 3、活 学 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4	组织:  ***********************************	堂要求和任 务。 3、讲解队列练 习的要求。	1、学生站         2、所資         2、讲查         3、注         4、动生         4、动生	真 意关 挥 中。 分	1	10	小	
基 本 部 分	一、韵律活动 游生 音		1、教师讲解动作方法和要领。 2、教师做分解和完整动作示范。 3、教师给学生不知指导。	1、 学生 真法 方 2、 讲 要生 2、 写 学生 4、 写 。 3、 写 。	1作 领。  <sub>3</sub>	<i>'</i>	15	中	

顺序	教学内容	场 地	教师活动	j	学生活动	数	时	强
基本部分	一、 ( ) 重 短 难 精神的		1、	方 领 做 完 示 给	1、学生认真听讲动作方法和要领。要等学习。2、体练学习。3、学生习。组练习。	3 / 4	1 2	中
	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结 课的情况 2、下课。	. · ·	1、认真听讲, 精神饱满。 2、下课。	1	3	小
		<i>ħ</i>	预 计 U					

时间	第	40 课时		课型	—- <u>`</u> į	果时	
内容	1、技巧: 前滚	翻; 2、游戏:	跳垫子游戏;				
	1、通过本次课	的教学,使学生	三学习前滚翻的技	能,增强学生	生的身体	的名	项
目的	身体素质和平衡	<b></b> 前能力。					
	2、培养学生双	脚连续跳的方法	:提高蹬地起跳的	力量和发展等	学生的弹	與此大	J
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	力数	时	强
准备部分	一、课堂常 1、师告服 2、内 二 动 1、原生为 数。	组织:  ××××× ××××  ©  同上队列四	1、教师语言 要清晰。 2、教师讲和 2、教要求 4、讲解求和 3、讲解,对 4、,师生一 4、习。	1、学生站四 横队。 2、学生意关 3、听从指挥 4、学生充分 4、学生充分 4、分	斯 董。 1 注	10	小
基 本 部 分	3、 5	列横队。	小人。 1、有要 2 解作、教师法、教育、教师法、做整、和一人的,是,他们的,他们的,他们的,他们的,他们的,他们的,他们的,他们的,他们的,他们的	1、学生认真 讲动作方法 要领。 2、学生集体 习。 3、学生分组 习。	和	15	中

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
基 本 部 分	一、游戏: 一、跳垫子 一、跳垫子 一、跳垫子 一、跳型子 一、跳型子 一、跳型子 一、跳型子 一、跳型子 一、跳型子 一、跳型子 一、跳型子 一、跳型子 一、数一 一、数型子 一、数型子 一、数型子 一、数型子 一、数型子 一、数型子 一、数型子 一、数型子 一、数型子 一、数一 一、数一 一、数一 一、数一 一、数一 一、数一 一。数一 一。数一		1、	1、 学生认真听讲动作方法和要领。       2、 学生习。       3、 学生分组练习。	3 / 4	1 2	中
	2、						
结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结本次 课的情况。 2、下课。	1、认真听讲, 精神饱满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计	垫子 2 四个村	示志物。	· 预 计 · 课				

时间	第 41 课时				—ìį	果时			
内容	1、技巧: 前滚	翻; 2、游戏:	换物赛跑;						
目的	身体素质和平衡 2、培养学生双	通过本次课的教学,使学生学习前滚翻的技能,增强学生的身体的各项本素质和平衡能力。 培养学生双脚连续跳的方法提高蹬地起跳的力量和发展学生的弹跳力。 教育学生对工作认真负责的精神和遵守规则。							
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活	动数	时	强		
	一规: 1、师告服 2、内 二动 1、2、 3、活 学 4 条 经 4 条 经 4 条 经 4 条 经 4 条 经 4 条 经 4 条 经 4 条 6 条 6 条 6 条 6 条 6 条 6 条 6 条 6 条 6 条	组织:  ※※※※※※※※ 同上队列四 列横队。	1、教师语言 要清晰。 2、教师讲解 4、学生 3、讲解, 4、对 4、对 4、结 4、结 4、结 4、结 4、结 4、结 4、结 4、结 4、结 4、结	1、学生站区 横队。 2、学生意关 3、分集中。 4、学生充分。 4、学生充分。	重 (五) (五) (五) (五) (五) (五) (五) (五) (五) (五)	10	小		
基 本 部 分	一、技巧: (		1、教所法 教师法 教方。教育、教师法 多师整 2、和元教别, 4、为为 4、为为 4、为为 4、为为 4、为为 4、为 4、为 4、为 4、	1、 学生 所讲 和要 2、 学生 练习。 3、 学生 练习。	方法   3           /	15	中		

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
	<b>分子內</b> 一、換 一、換 则: 以 別: 以 別: 以 別: 以 別: 以 別: 次 別: 次 別: 次 日 名 一 、 次 日 名 日 名 日 名 日 名 日 名 日 名 日 名 名 名 名 名 名	- 小儿	<b>3</b>	排解     1、     学生认真听讲动作方法和作方法和要领。       放分     要领。       定整     2、     学生集体练习。       合学     3、     学生分组练习。	<b>致</b> 3 / 4	1 2	中
	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结本 课的情况。 2、下课。	。  精神饱满。	1	3	小
场 地 设 计		示志物。 20 个。	预 计 2				

时间		课型		课时				
内容	1、劳动模仿操	2、游戏: 迎面	接力;					
目的	趣。 2、提高动作的	趣。提高动作的协调性和动作的准确性。						
顺序	教学内容	场地	教师活动	学生活动	数	时	强	
准备部分	一规: 1、师告服 2、内 二动 1、地 2、 3、 活	组织:  ※※※※※※※※※ 同上队列四列 横队。	1、教师。 2、教师。 2、教明子。 3、为师子。 4、对外,为明子。 4、对。 4、有为,为明子。 4、有为,为明子。 4、有为,为明子。	1、学生站 2、听查。 2、听查。 3、所为 4、学生关节 4、分子	真 关 挥 7。 分	10	小	
基 本 部 分	活动。 一、劳动模仿操: 重点:动作的协调性。 难点:动作的准确性。		1、教师讲解 动作法和 要领。 2、教师做分 解和完整 作示教师整动 作。 3、教师整动 作。 3、教师整动 作。 4年,数师别指导。	1、学生认 听讲动等 法和要领 2、学生集 练习。 3、学生分 练习。	方 体 4 X	18	中	

顺序	教学内容	场 地	教师	活动	学生活动	数	时	强
基 本 部 分	二、迎则: 和		演 1、 2、 3、 3、 4 5 6 7 8 6 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8	发 好 好 好 好 好 好 好 好 好 好 好 好 好 好 好 好 生 赛 师 评 死 好 年 表 解 求 。 习 正 胜	4、神饱满齐 一 1、	2 / 3	9	中
	一、放松; 二、小结; 三、下课			总结本次情况。	1、认真听 讲,精神饱 满。 2、下课。	1	ვ	小
场 地 设 计	接力棒 4 个标志物 4 个		教学回顾					

第 43 课

时间		第 43 课时	课型		课时				
内容	1、劳动模仿操	; 2、游戏:换	:物接力;						
目的	趣。   2、提高动作的	及。 、提高动作的协调性和动作的准确性。							
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强		
上 准备部分	一规: 1、师告服 2、内 二动 1、2、仿	组织:  ※※※※※※※※※ 回上队列四 列横队。	1、教师语言要 清晰。 2、教师讲解课 学要。 3、讲解录。 4、列等 4、河等	1、学生站四 2、学生认真 3、学生意关 3、听人集中。 4、学生充分 4、对各关节。	1 2	10	小		
	3、专项准备 活动。								
基 本 部 分	一、 劳动模仿 操: 重点: 各节的 动作要领及 要求。		1、教师讲解动作方法和要求。 2、教师做完整正确的示范。 3、教师个别指导。	1、学生认真 听讲动作方 法和要领 2、学生集体 练习。 3、学生分组 练习。	4 X 8	18	中		

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
基本部分	在 注: 动作的 注: 动作的 并有 方。 对: 方。 对: 方。 对: 方。 对: 方。 对: 方。 对: 方。 对: 方。 对: 方。 对: 方。 对: 方。 为。 为。 为。 为。 为。 为。 为。 为。 为。 为。 为。 为。 为。		4、找学生表         4、演。         1、教队或 学习 讲明 要	4、精神饱满 动松 一	2 /	9	
	2、 听到发领 后或击掌 后才能起 跑。		3、教师评定。	3、分组练习。	3		
- 结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、教师总结 本次课 的情况。 2、下课。	1、认真听讲 情绪饱 满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计	四个小桶 20 个口袋		教 学 回 顾				

第 44 课

时间		第 44 课时		课型	<u>`</u>	课时				
内容	1、队列:齐步	1、队列: 齐步走-立定; 2、复习劳动模仿操;								
目的	2、培养学生的	1、通过本次课的学习,培养学生正确的走姿和摆臂的动作。 2、培养学生的下肢力量和动作的准确性。 3、提高学生的模仿能力。								
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强			
准备部分	一规: 化一次 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化 化	组织:  ××××××  ××××  □  上  以  が  が  が  が  が  が  が  が  が  が  が  が	1、教师语言 2、教师。 2、教明子。 3、始明, 4、知识 4、知识 4、知识 4、知识 4、知识 4、知识 4、知识 4、知识	1、学生站四 2、讲, 学生站四 2、讲, 查。 3、所为集中。 4、对各关节。	1 2	10	小			
基 本 部 分	一、队列: 齐步走-立定 重点: 走时要轻 松自然。 难点: 整齐一致 协调。		1、教师讲解 动作方法和要 领。 2、教师做分解 和完整动作示 范。 3、教师给学生 个别指导。	1、学生认真听 讲动作方法和 要领 2、学生集体练 习。 3、学生分组练 习。	4 X 8	18	中			

顺序	教学内容	场 地	教师:	活动	学生活动	数	时	强
基本部分	二、劳动模仿 生态 上 一		演。 1、教师讲解 动作方法和 要 2、教师做分解和完整动作示范。		4、神饱满分 作轻 一致 1、听法 2、练 3、练 4、神饱整 4、神秘整 3、学生 4、神秘整 4、学动 4、学动 5、学生 5、学生 6、学生 6、学生 6、学生 7、学生 8、学生 8、生生 9、生生 9、生生 9、生生 9、生生 9、生生 9、生生 9、生	2 / 3	9	
结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课			总结本次 情况。 下课。	1、认真听 讲,精神饱 满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计			教学回顾					

第 45 课

时间	第 45 课时			课型	一课时			
内容	游戏课: 1、蹦蹦跳跳; 2、挑战应战;							
目的	1、通过这节课的学习,使学生进一步掌握第八套广播操的要领及动作。 2、培养学生身体的正确姿势和节奏感。 3、发展学生奔跑能力,培养学生机智、果断和诚实的品质。							
顺序	教学内容	场地	教师活动	学生活动	数	时	强	
准备部分	一规: 化分子 化	组织:  ※※※※※※※※※ 同上队列四列 横队。	1、教师。 2、教师。 2、教明子。 2、常子。 3、对师子。 4、对师子。 4、对师子。 4、对师子。	1、学生站四 2、学生说 2、讲,查。 3、学生意关 3、所从指中。 4、对条 4、对条 4、对条 5、特别。	1 2	10	小	
基 本 部 分	活动。 一、游跳 一、游跳 一、游跳 一、游跳 一、游跳 一、水 一、水 一、水 一、水 一、水 一、水 一、水 一、水 一、水 一、水		1、教师讲解 游戏要求和 规则。 2、学生练习 比赛。 3、教师做正 确评定胜负。	1、学生认真 听讲游戏 规则。 2、学生练习 比赛。 分组比赛。	4 X 8	18	中	

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
	二(规) (规) (规) (规) (规) (规) (超) (超) (型) (型) (型) (型) (型) (型) (型) (型) (型) (型		1、教 规 2、比 3、确 解	1、	2 / 3	9	——————————————————————————————————————
结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结本次 课的情况。 2、下课。	1、认真听 讲,精神饱 满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计	呼啦圈4个标志物4个		教 学 回 顾				

第 46 课

时间	第 46 课时			课型	一课时			
内容	1、队列:走圆形; 2、游戏:十字接力;							
目的	<ol> <li>1、通过本次课的学习,使学生进一步巩固走的技能,培养身体正确姿势感觉空间的能力。</li> <li>2、学习弯道跑和转接棒的方法,发展奔跑的能力。</li> <li>3、培养学生克服困难,勇敢等优良品质。</li> </ol>							
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强	
准备部分	一规: 1、师告服 2、内 二动 1、跑 2、活	组织:  ×××××××× ×××  □上队列四列 横队。		1、学生站四 2、学生站四 2、学生注意。 3、好人生的, 4、学生之。 4、学生的, 4、学生的, 4、学生的, 4、学生的, 4、学生的, 4、学生的, 4、学生的, 4、特别, 4 特别, 4 特, 4 特, 4 特, 4 特, 4 特, 4 特, 4 特, 4 特	1 2	10	小	
基本部分	一、队列: (走圆形) 重点:走的自 然、协调; 难点:走的要 圆。		1、教师讲解 动作方法和 要领。 2、教师做分 解和完整动 作示范。 3、教师给学 生个别指导。	1、学生认真听讲动作方法和要领2、学生集体练习。3、学生分组练习。	4 X 8	18	中	

顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强
	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		4、找学生表演。	4、神饱满动 作轻松整齐 一致			
基 本 部 分	二(规 1、 2、 不棒 迅跑得人游字:		1、教所 对 知 知 知 知 知 知 知 知 知 知 知 知 知 生 事 明 证 明 证 知 知 证 胜 知 正 胜	1、学生认真 听戏规。 2、学生游。 3、学生赛。 3、务 8	2 / 3	9	中
结 束 部 分	一、放松; 二、小结; 三、下课		1、总结本次 课的情况。 2、下课。	1、认真听 讲,精神饱 满。 2、下课。	1	3	小
场 地 设 计	接力棒 4 个标志物 4 个		教 学 回 顾				

第 47 课

时间	第 47 课时			课型	一课时			
内容	1、技巧: 立卧撑; 2、游戏: 换物接力;							
目的	<ul><li>1、通过本次课的学习,使学生学会立卧撑的动作,使学生增强身体素质和手脚并用的协调性。</li><li>2、发展学生奔跑的能力和下肢的能力。</li><li>3、培养学生团结协作和集体主义精神,发展学生的奔跑能力。</li></ul>							
顺序	教学内容	场 地	教师活动	学生活动	数	时	强	
准备部分	一规: 1、师告服 2、内 二动 1、跑 2、活 工规: 体问数。 宣和 准 队圆 传 变整 外检 课务 活 队圆 仿 项 化 备 第 6 第 6 第 6 第 6 第 6 第 6 第 6 第 6 第 6 第	组织:  ※※※※※※ 同上队列四列 横队。	1、教师语言 2、教师。 2、课任 3、纳师 4、对 4、习 5 4、纳明 4、对 6 4、对 6 4、对 6 7 7 8 7 8 8 9 8 9 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	1、学生站四 2、学生站四 2、学生注意。 3、学生注意。 4、学生产的。 4、学生产的。		10	一	
基 本 部 分	一、技巧: (立卧撑) 重点:用力收 复; 难点:身体成 一线;		1、教师讲解 动作法和要 多种,一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一个 一	1、学生认真 听讲动作方 法和要领。 2、学生集体 练习。 3、学生分组 练习。	4 X 8	18		

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/917011006134006066