|  |
| --- |
|  |
|  |
| **2023 — 2024学年第二学期** |
| **《体育与健康》 教学计划** |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **教 学 部 电气工程** |
| **专 业 电子**  **班 级 21电子2、21电气22化工22电子2、22机电1.2、23光电 .** |
| **任课教师 唐芹芹 .** |
|  |
|  |
|  |
| **2023年 2 月 25 日** |
|  |
| 1. **教学目标：**(目的要求、质量标准)   全面发展学生的身体素质，提高运动技能水平，增强体育实践能力和创新能力，形成运动爱好和特长；培养终身体育的意识和习惯；继续发展良好的心理品质；增强协作意识和团队意识，提高社会责任感；逐步形成健康的生活方式和积极地人生态度。课堂中时刻牢记安全、科学、规范的原则。 |
| 1. **学情分析**：   中职学生的认知结构已经有了一个完整体系，学生具有了良好的思想品质，具备了良好的体育运动理论知识和运动技能，需要继续落实立德树人根本任务，更积极地调动学生的学习积极性，激发学习兴趣，因材施教，促使学生更加熟练地掌握运动理论知识，提高和巩固运动技能水平，更好地促进学生全面发展。 |
| 1. **教材分析：**   本教材，坚持从职业教育和教学的需要，从实际出发，突出了基础性、实用性和针对性的特点。充分体现了职业学校的体育教学特点，注重培养学生由竞技体育和终生体育的转变，加强学生技术和体能素质的提高。适应了学生的年龄特点和学习兴趣，使用了较多的插图，更加明确直观地反映教材内容，减轻了学生的学习负担，增加学习兴趣，进一步提高学习效率。 |
| 1. **教学重点难点：**   重点：1.完整的运动技术；  2.传统项目；  3.体育实践能力和创新能力。  难点:身体的灵活性、协调性，对动作的准确把握和灵活运用。 |
| 1. **教学方法及采取措施：**   方法：讲授法、演示法、分解法、练习法、讨论法、比赛法  措施：因材施教，有的方式，导入方式采用情景导入或直观导入引出本课内容。基本教学环节采用自主、合作、探究的方法。同学之间要相互讨论突破难点掌握重点，再进行分组练习。  1.加强思想教育，培养优良作风；2.贯彻循序渐进的原则；3.合理安排运动负荷原则；4.提高练习密度，严格动作质量。 |

|  |
| --- |
| **附：学 期 授 课 计 划 表** |

**学 期 授 课 计 划 表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **时间** | **授课章节及内容提要** | **重点和难点** | **课时** | **备注** |
| **1** | **2.26--3.03** | 体育理论知识，健康教育。 | 理论知识 | 2 |  |
| **2** | **3.04--3.10** | 队形、速度素质灵敏素质。 | 速度能力 | 2 |  |
| **3** | **3.11--3.17** | 队形、力量素质。 | 速度能力 | 2 |  |
| **4** | **3.18--3.24** | 追逐跑、游戏、力量素质。 | 力量能力 | 2 |  |
| **5** | **3.25--3.31** | 短跑，游戏。 | 速度能力 | 2 |  |
| **6** | **4.01--4.07** | 短跑，途中跑呼吸，游戏。 节奏呼吸 2 | | | |  |
| **7** | **4.08--4.14** | 队形、抛实心球、安全教育。 | 动作自然协调 | 2 |  |
| **8** | **4.15--4.21** | 队形、素质练习。 | 体力的合理分配 | 2 |  |
| **9** | **4.22--4.28** | 队形，绳操，跳高。 | 规范 | 2 |  |
| **10** | **4.29--5.5** | 武术基本步型、手型。 | 规范 | 2 |  |
| **11** | **5.06—5.12** | 折返跑，速度素质灵敏素质。 | 速度素质 | 2 |  |
| **12** | **5.13--5.19** | 双手胸前传接球技术。 | 基本技术要领 | 2 |  |
| **13** | **5.20--5.26** | 弯道跑、素质练习 | 规范 | 2 |  |
| **14** | **5.27--6.02** | 50米跑、安全教育。 | 规范 | 2 |  |
| **15** | **6.03--6.09** | 三级跳远 | 规范 | 2 |  |
| **16** | **6.10--6.16** | 投掷基本技术 | 规范 | 2 |  |
| **17** | **6.17--6.23** | 200米 | 呼吸规范 | 2 |  |
| **18** | **6.24--6.30** | 800米 | 途中呼吸 | 2 |  |
| **19** | **7.01-7.07** | **期末复习** | | | |
| **20** | **7.08-7.12** | **期末考试** | | | |