|  |
| --- |
|  |
|  |
| **2023 — 2024学年第二学期** |
| **体 育 教学计划** |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **教 学 部 信息工程** |
| **专 业 电子天师机械计算酒店**  **班 级 21级4班** |
| **任课教师 牛嗣轲** |
|  |
|  |
|  |
| **2024年 2 月 25 日** |
|  |
| 1. **教学目标：**(目的要求、质量标准)   **知识目标：学会一两种我国传统养生保健方法，了解体育活动对预防和消除心理障碍的作用，应用简单的方法测试自己的体能，按兴趣新选一个或按上学期的项目进行训练。**  **能力目标：增强学生自我锻炼能力和创新能力，增强学生团队合作与社会适应能力。**  **情感目标：发展良好的心理素质，培养顽强的意志，勇于克服困难的品质，增强自信，感受交往、合作与竞争，培养创新能力及团队精神。** |
| 1. **学情分析**：   (对学生基础知识、基本技能、能力智力及学习兴趣、学习态度等状况的分析)通过高中体育教学训练，学生知道科学锻炼的基本原理，能够按计划进行体育锻炼，大部分同学都能够按兴趣选一至两个项目进行锻炼，而且掌握了所选项目的基本技术，有部分同学已达到较高的水平。后进生的成因是他们的原来基本体质比较差，一直以来他们不乐于参加体育活动，逐步形成体质差、体力跟不上运动的需要，对体育课程的理解不够，放弃体育终身锻炼，形成弱小的体育群体。 |
| 1. **教材分析：**   **今年教学对象是高中学生，教材的主要是围绕高职生开展教学工作。根据新的课程标具体要求：**  **1、坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。**  **2、激发学生的运动兴趣，培养学生的终身体育意识与健康行。**  **3、重视学生主体地位，以学生身心健康发展为中心，充分发挥学生的积极性和学习潜能，提高学生的体育学习能力。**  **4、充分关注学生的个体差异与不同需求，确保每一个学生都受益。**  **5、让学生了解学生体质测评的内容和意义，并进行针对性练习。以便更好地完成测评考核。** |
| 1. **教学重点难点：**   **1、以德育为首，五育并进，形成整体推进素质教育的新格局。**  **2、以教学为中心，深化教学改革，全面减轻学生过重的课业负担，大幅度地提高学生的素质。**  **3、体育教学重点提高学生综合素质为导向，加强学生综合素质的练习。** |
| 1. **教学方法及采取措施：**   **1、课堂教学时尽量利用学校现有的场地和器材，力求基础知识教学与基本技能训练相结合。**  **2、上课讲解时，做到声音要宏亮、吐词清晰，组织得端，示范准确。教法要因地制宜，灵活多变。**  **3、抓好两操及课外活动，促进学生身体素质全面发展。**  **4、积极配合学校组织学生开展各种形式的体育活动。**  **5、及时与学生沟通了解学生现状及需求，合理改进教学计划和内容。** |

|  |
| --- |
| **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** | 体育健康知识与课堂要求 | 课堂纪律 | 1 |  |
| **2** | **3.04--3.10** | 队列队形复习 | 整齐、步调一致 | 2 |  |
| **3** | **3.11--3.17** | 途中跑 | 姿态、步幅、中心、呼吸方法 | 2 |  |
| **4** | **3.18--3.24** | 途中跑 | 跑速、节奏 | 2 |  |
| **5** | **3.25--3.31** | 蹲踞式起跑 | 快速启动技术 | 2 |  |
| **6** | **4.01--4.07** | 起跑后的加速跑 | 快速启动技术 | 1 | 清明 |
| **7** | **4.08--4.14** | 终点冲刺跑 | 动作自然、协调、全速冲过终点 | 2 |  |
| **8** | **4.15--4.21** | 全程跑 | 体力的合理分配 | 2 |  |
| **9** | **4.22--4.28** | 立定跳远 | 起跳与落地 | 2 |  |
| **10** | **4.29--5.5** | 五一假期 |  |  |  |
| **11** | **5.06—5.12** | 引体向上 期中考试 | 上肢力量 腰腹肌 | 1 |  |
| **12** | **5.13--5.19** | 坐位体前屈 | 柔韧性 | 2 |  |
| **13** | **5.20--5.26** | 仰卧起坐 | 柔韧性 | 2 |  |
| **14** | **5.27--6.02** | 篮球 | 投球技术与三步上篮 | 2 |  |
| **15** | **6.03--6.09** | 篮球 | 运球与控球 | 2 |  |
| **16** | **6.10--6.16** | 篮球 | 传接球 | 2 |  |
| **17** | **6.17--6.23** | 期末体育测试 | 五项 | 2 |  |
| **18** | **6.24--6.30** | 期末体育测试 | 五项 | 2 |  |
| **19** | **7.01-7.07** | **期末复习** | | | |
| **20** | **7.08-7.12** | **期末考试** | | | |