

2023年游戏课说课稿(大全5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

游戏课说课稿篇一

一、教材分析

武术作为一种民族体育项目，受到学生们的普遍喜爱。学生通过这套武术操的演练得到美育熏陶。小学阶段是学生由启蒙教育向正规教育转型的开始，因此这套武术操应当把姿态教育和培养武术操的兴趣放在目标的首位，为学习为学生以后学习简单武术奠定初步基础。这套操虽简单易学，但对从没接触过武术的小学生来说确实有一定的难度，所以本套体操应注重发展学生身体的柔韧性、灵活性、协调性和节奏感，逐步提高动作的速度和连贯性，培养学生的武术操兴趣，同时注重学生的武德教育，学操应从“抱拳礼”开始，抱拳礼结束。上下课要有礼；表演前后要有礼；互相学习要有礼；师生之间要有礼。使学生真正做到“以礼始，以礼终”，规范其行为方式，从一开始就应该培养崇尚武德的精神。

二、学情分析

1、小学学生正处在生长发育的关键时期，他们的年龄特征是：模仿能力强；好动、好奇心强；敢于表现自我。

2、学生运动参与能力、性格爱好都具有很大的差异，部分女生往往会表现出怕羞的一面，而男生则会无所顾忌地表现自我。因此，一些带有武术基本动作的练习，很能激起学生的学习兴趣。这套武术操雏鹰展翅恰恰是一项刚、柔兼备的`项

目，既能表现出男生的刚强，又能体现出女生的柔美。

三、教学目标及教学重点、难点

1、认知目标：武术操-雏鹰展翅动作名称和顺序，提高学生对武术的兴趣，发展协调性、力量等素质，培养崇尚武德的精神。

2、技能目标：通过学生观察、模仿、相互交流、尝试练习，使学生领会每个动作的攻防含义，做到路线清楚，身形、步形、掌形、拳形正确到位。

3、情感目标：使学生能以积极认真的态度学习，在课堂上培养学生谦虚好学、团结协作、开拓创新的学习能力。

教学重点：动作、手形、步形正确到位。教学难点：动作路线清晰，正确到位。

四、教学方法运用

1、教法根据本课教学内容枯燥的特点，结合体育与健康的教学新理念，大胆运用创新教学，以学生自主探究学习为主线。首先采用情绪激励法和情境教学法进行教学，以激发学生的学习兴趣，促使学生能积极主动地去学习。还采用示范法、镜面示范法，以正确优美的示范动作感染学生，激发学生“我很想学”的情感，为学生能更快、更好地掌握组合动作要领而打下基础。

2、学法武术操-雏鹰展翅，学生主要采用：尝试学习法、对比学习法、自我揣摩法、小组合作学习法。首先让学生在尝试练习中发现自身动作的问题。而后在练习中，通过学生间相互对比、交流、评价和小组探讨中悟出动作要领，理解含义。最后通过集体表演、个人展示相结合，解决所发现的问题。促进学生积极主动参与学习，提高学习的自主性。

3、重点让学生练习步法中的踢腿、侧踢腿、马步、弓步、虚步和手形中的上下对称左右抻拉等柔韧性、灵活性、协调性以及手形步形的节奏感，逐步提高动作的速度和连贯性。

游戏课说课稿篇二

现代教学论认为，在教学过程中，学生是学习的主体，教师是学习的组织者，引导者，教学的一切活动都必须以强调学生的主动性，积极性为出发点；根据这一教学理念，结合本节课的内容特点和学生的年龄特征，本节课我将从教材分析，学情分析，教学目标等几个方面加以说明：

一、指导思想

本课以“健康第一”为指导思想，在新课标的引导下对教学内容进行灵活的处理，以学生的运动兴趣为出发点，关注学生个体发展，注重学生学习能力的培养。本节课让学生在练习中带着问题去思考，激发学生的学习兴趣，提高学生的学习能力。

二、教材分析

小足球教学活动对于培养小学生的学习兴趣，发展体能，提高对球体的感知能力以及与球体的距离感、空间感、速度感等能力。经常进行足球锻炼，有助于增强学生的下肢肌肉力量，提高下肢爆发力，发展身体灵敏性，协调性，培养学生积极进取，勇敢顽强，团结协作的精神，为后续学习足球其他内容奠定重要基础。

三、学情分析

水平二的学生其注意的集中性和稳定性较差，在观察的时候往往只注意事物较突出的特征，缺乏顺序性。独立意识开始增强，希望有自主思考的空间，神经系统发展的较快，控制

和调节自己的行为能力有明显提高，对运动技术的学习开始提高要求。因此在教学过程中，多采用提问的方式启发学生，让学生对足球产生兴趣。

四、教学目标

【知识与技能】

能够说出足球基本知识，熟悉球性。

【过程与方法】

通过足球基础动作的学习，促进身体协调性，发展灵敏等身体素质。

【情感态度与价值观】

能够积极参与体育活动，形成克服困难的坚强意志品质。

五、教学重难点

【重点】

知道脚背正面，脚内侧等足球基本知识，熟悉球性

【难点】

动作协调连贯

六、教学方法

讲解示范法，纠正错误法，观察评价法，游戏比赛法

七、教学过程

(一)开始部分

1. 课堂常规：体委整队，报告人数，师生问好，教师简要介绍教学内容，检查服装，安排见习生。

2. 队列队形练习：原地三面转法、原地踏步

组织教学：四列横队。

要求：整齐划一。

【教学意图】促进学生由下课状态转变为上课状态，并明确本节的学习目标。通过宣布本课任务及要求环节激发学生的学习兴趣，调动积极锻炼的欲望，力争达到本课教学目标。采用队列练习的方式集中注意，增强学生集体意识。队列练习进一步集中学生的注意力，使身心都做好上课准备。

(二)准备部分

1. 一般准备性活动：慢跑两圈

方法：按照逆时针的顺序，学生排成二路纵队跑步，要求学生整齐有序，口号响亮。

2. 专门性准备活动：足球操

以中间同学为基准成体操队形散开，在原地跟着我听口令进行原地拨球，左右拨球，原地左右脚踩球练习。

【教学意图】通过普通的跑步，让学生感受班级的团结统一，热身的同时和球相结合，不仅提高中枢神经系统的兴奋性，降低肌肉粘滞性，加大关节灵活性，也为新授的学习奠定基础，让学生对本节课产生浓厚的兴趣。

(三)基本部分

1. 讲解示范：

首先，我让同学们以中间同学为基准成体操队形散开，我采用多角度进行示范，在示范之前提问学生：老师在运球的过程中脚的部位，以及球的落点。同学们通过观察得出老师用的是脚内侧击球的后中部。顺势我进行讲解：运球就是盘带球，用脚的任何部位将球左右来回拨动或向前推动，使运球人与球保持一定距离的控制球方法。

【教学意图】示范开始前教师提出思考问题，让学生带着问题进行观察，帮助学生建立初步的正确动作表象。同时好的示范会引起学生学习的兴趣。

2. 学生练习

(1)在老师的带领下进行原地左、右运球游戏，让学生熟悉脚运球的位置。

(2)在原地运球的基础上，进行分组练习。让全班同学以横排为单位分成四组，每组同学一条跑道，让学生进行20,米直线跑动运球游戏，第一个人运球到10米标志筒的位置的时候，第二个同学再开始运球。要求学生只能在自己的跑道进行运球，不能运到别的跑道上。在运球的过程中进行纠错并强调在运球过程中注意安全。

(3)随着学生对运球的熟悉掌握，在20米直线运球的基础上设置三个障碍物，要求学生能够顺利的绕过障碍物，如果标志筒倒地要把标志筒重新摆好，并且在练习过程中让学生能够抬起头自如的进行运球。在练习过程中，我仍然进行巡视，并加以指点。

【教学意图】原地练习帮助学生掌握动作顺序，建立正确的动作概念。分组练习有助于学生初步体验实际运球的感受，便于教师发现学生存在的问题并进行纠正。最后完整练习，

进一步加深学生对动作方法的记忆和理解。

3. 游戏

踢远比赛：一个横排为一个小组，先是组内进行比赛。每人三次机会，分别在离起点15米设置几个圆圈，从里到外分别是5分、3分和1分。每组选出一个分数最高的同学代表自己组进行班内比赛，也是每个人三次机会，累积分数，看哪组分数最高为获胜组。

【教学意图】通过游戏的方式不但能够让学生巩固该动作的动作要领，而且也能培养学生争强好胜，团结协作的优良品质。

(四) 结束部分

1. 放松活动—配乐放松操

组织教学：围成一个圆圈

要求：放松活动，身心充分放松。

【教学意图】在课堂学习的最后，为了使学生能够从激烈的比赛状态中过渡到相对稳定的状态，我会带着学生随着音乐进行拉伸性的练习。

2. 课堂小结：教师总结学练情况，表扬先进，激励全体学生。

【教学意图】检验本堂课教学目标的达成情况，为我的课后反思提供理论基础。

3. 宣布下课、师生再见、回收器材。

【教学意图】培养学生的独立品质。

八、场地器材：

小足球30个、标志物20个、录音机1台、口哨1个、磁带1盒、操场。

九、训练负荷：

练习密度：30%~35%；平均心率：120~130次/分；运动强度：中等偏上。

游戏课说课稿篇三

尊敬的各位评委老师：

大家好！

我来自于昆明市寻甸县仁德镇第一小学老师。今天，我说课的主题是“我是玩绳小能手”，教材是自编小学体育（水平二）四年级体操教材，教学内容：“各种方式的跳绳”。下面我将从教材分析、学情分析、教学目标等方面进行说课。望老师们提出宝贵的意见。

一、说教学理念

本课依据《体育与健康课程标准》，“坚持安全第一，健康第一”的指导思想，在教学中，根据水平二学生认知规律和身心特点，力求提高学生积极参与活动，让学生在愉快中学习，掌握运动技能，从而提高全面的身体素质。以学生的心理活动为导向，面向全体学生，做到人人享有体育，人人都有进步，人人拥有健康。

二、教材分析

跳绳是小学生十分喜欢的一种体育活动，它是以下肢运动为

主结合上肢协调发展的一种身体活动。由于设备简单，不需要很大的场地容易开展，是小学体育教材中较好的内容。本次课在学习掌握单脚交换跳和双脚快速跳的基础上，发挥学生想象力与创造力，创编出形式多样的跳绳方法来丰富我们的体育课堂。我根据学生的生理、心理及不服输的天性来制定教学内容，促进学生身体肌肉、关节和内脏器官机能的发展，在教学中我采用了有趣的游戏、比赛等方法，通过表演、游戏的方式进行教学，以活泼多样的形式来指导学生练习，从而提升学生兴趣，促进学生健康快乐地成长。

三、学情分析

好动是小学生的天性，他们对体育活动有着广泛的兴趣，自信心强，但注意力容易转移，缺乏合作精神等不良心理倾向。本课的教学对象是四年级的学生，他们正处于生长发育的关键期，他们的年龄特征：

- 1、依赖性强、自我约束能力较差；
- 2、模仿能力强；
- 3、具备一定的探索知识、自主创新的能力。四年级学生正处于生长发育的关键时期，乐于参加体育活动，并乐于向同伴展示运动动作。她们都比较活泼，思维反应敏捷，模仿能力和接受能力强。但是自我约束能力差，绝大部分同学已经具备了较强的社会适应能力，能在集体活动中与她们团结合作，完成活动任务。依据五个学习领域中“水平二”的目标为标准，针对四年级学生的生理和心理特征、认知规律，我选择了自编体操教材“各种方式的跳短绳为本课的教学内容。

四、教学目标：

根据课标中”发展学生弹跳、协调、与他人合作共同完成体育活动任务“的水平目标，结合水平二学段的具体要求，我

将本课学习制定了以下几个教学目标：

运动参与目标：积极参与跳绳创新，大胆地尝试跳绳跳法，敢于大胆向同学展示自己的创新。

运动技能目标：在掌握手脚协调配合跳短绳的基础上进一步掌握一些用跳绳练习的方法，通过练习，进行各种创新的身体活动。

身体健康目标：通过各种各样的跳绳练习，发展学生灵敏、协调能力，促进学生弹跳力的提高。

五、说教学重难点：

教学重点：让学生掌握各种跳绳的技巧和各种跳绳游戏活动；

教学难点：个人跳绳练习时，双臂的摆动动作和手腕的旋转动作；和多人跳绳练习时，两人摇绳的动作配合。

六、教学方法的选择

基于上述分析，本课拟采用如下教学方法：

2、学法：本课主要采用了尝试学习法、自主学习法、对比学习法、小组合作学习法和交流等方法，通过教学，达到乐学、会学、持续性发展的学，敢于创新、善于合作的目的。

七、师生互动：

问题式互动、参与式互动

八、教学过程分析：

为了达成本次课教学目标，我将本课设计在”激情引趣——愉悦身心——恢复身心“三段式教学中进行。

（一）激情引趣阶段8分钟

在准备热身阶段，除了常规的队列队形的练习外，我选择了音乐伴奏下自编绳操、“踩龙尾”游戏以及玩绳小超市的自主探究式练习，集中的注意力、整齐的节奏，良好的精神面貌，为“我是玩绳小能手”的教学做好了充分的准备。

1、师生相互问好30秒（老师语言导入本次课内容）

3、“”接着组织学生“踩龙尾”游戏：2分钟

我简单介绍游戏方法和规则，组织并参与游戏，增进师生之间的情感。老师即时评价，充分调动学生游戏的兴趣和积极性。

4、“接下来我设置情境”——玩绳小超市（自主跳绳）3分

组织形式：散队活动，老师巡回指导

在教学中，我引导学生创编出丰富的跳绳方法，不时时机的在学生面前露一把自己的双飞跳和花式跳绳，以此为契机，提高学生参与锻炼的积极性。为了能面向全体学生，特别是弱势群体学生，我安排优秀学生进行传、帮、带，进行了有效性教学。

（二）愉悦身心阶段：28分

1、跳短绳

（1）老师手拎或击掌敲打节奏指挥下进行（根据老师敲打节奏来提高快速跳绳的成绩）

（2）定时跳绳（比一比谁跳的多，语言表扬、激励，要求学生要讲诚信）30秒—2次

(5) 学生自主练习4分（可单人，双人，三人，问：多人怎么跳？），老师巡回观察指导

学生自评互评，老师总评。

设计意图：发展学生自主学习的能力，根据学生的个体差异，重点辅导一般学生，鼓励他们树立信心，超越自我，通过各种评价促进学生改进动作，在练习中体验成功的喜悦，发展学生的.速度耐力、协调性和灵敏性，提高学生的心血管机能。让学生带着问题过度到下一个环节双人跳短绳。

2、双人跳短绳

(1) 学生示范表演；

(2) 老师讲解示范；

(3) 学生自主活动4分（散点练习）；

(4) 老师巡回指导，小结评价

3、拓展延伸阶段

(1) 自主探究活动：

我采用提问的方式，激发学生想象力，让学生充分联想：用跳绳我们还可以做什么练习？并练习自己喜欢的内容。

(2) 体育游戏：“竹竿舞”的练习

(三) 恢复身心阶段3分

1、师生共舞（让学生在优美的回族舞中舒缓身心，使学生的生理、心理都得到放松，陶冶学生情操的目的）。

2、师生互评、小结，布置作业（自己设计一组花样跳绳）

3、师生再见

设计意图：对学生进行礼仪教育，做到有礼有节，有始有终

九、预计教学效果

1、运动机能：

跳绳技巧得到提高，跳绳方式能多样化，身体综合素质有一定的发展。

2、运动密度：35%—40%

3、平均心率：145次左右。

4、心育意向：讲诚信，能友好合作，有较强的竞争意识和集体荣誉感

十、本课教学特色

本课“以人为本，健康第一”教育思想为指导，以教材为依据，以团结协作、竞争欢乐为主题，以一根跳绳贯穿整课，以跳绳为主线，充分发挥器材的多元性功能，以学生自主活动为主要练习形式，让学生的欢声笑语充斥课堂，充分发挥学生的主观能动性，发展学生的创新意识，重在兴趣培养，为终身体育打下坚实的基础。

总之，这节课的设计我力争使整个教学过程体现于学生为主体，老师为主导的原则，让学生学得活泼快乐、学得积极主动、学有所获、身体素质得到了提高。对新课程的探讨和尝试顺利的完成了教学任务。我的说课到此结束，感谢各位专家和评委的指导和帮助！

游戏课说课稿篇四

坚持以“健康第一”为指导思想，以学生的身心发展为中心，促进学生身体、心理和社会适应能力的综合发展，激发学生对体育运动的兴趣，体现学生的主体地位与主动参与的活动意识，培养他们的想象力、创造力和表现力。让学生在轻松、愉悦的情境教学中，体验成功，享受体育运动带来的快乐，养成坚持锻炼身体的好习惯。为终身体育锻炼打下坚实的基础。

二、教材分析

足球是深受学生喜爱的体育活动，有很强的集体性和趣味性，在活动中不仅可以全面锻炼学生的身体，还可以充分激发小学生参与活动的积极性和主动性，提高学生的综合素质，培养竞争意识和团结合作的精神。

三、学情分析

本次课的教学对象是初中二年级的学生，这一阶段的学生处于生长发育的过渡期，有很好的模仿能力，同时学生具有好动和好奇的生理特点。与他人合作方面有一定基础，虽然体质还是较弱，运动技术较差的现象还是存在。但求知欲强，学习积极性高，好胜心强，敢于表现。本次课结合身体素质练习，使学生的身体素质得以加强提高。

四、教学目标

【知识与技能目标】

了解运球在足球运动中的重要性以及运球的动作要领和练习方法。

【过程与方法目标】

学会运球的正确动作和练习方法进而熟练运球的动作。

【情感态度价值观目标】

增进对足球的兴趣并认真练习，培养互相合作、守秩序及爱公物的习惯。

五、教学重难点

教学重点：脚内侧运球、脚外侧运球。

教学难点：控球的能力。

六、教学方法

教法：足球是学生喜欢的体育项目，所以学习的热情很高，能积极主动的进行练习。在授课中我采用了示范法、讲解法和练习法，通过教师的讲解和学生的练习，使学生在活动中更快更好的掌握动作的要领。

学法：本课在学法上采用了自主学习法、分组学习法、比赛激励法。首先让学生在自主学习中体会运球要领，然后再分组练习中相互学习悟出运球要领。最后通过运球接力提高运球技能。

七、教学过程

（一）开始部分

1、组织学生四列横队集合，点名（询问及了解学生身体状况），师生问好，检查服装、器材。宣布本次课的任务、目的及要求。安排见习生活动。（5分）

2、热身慢跑，徒手操，学生自由发挥，用各种动作熟悉球性。（5分）

意图：在课开始环节利用自编的球操让学生热身，并把一些球性练习融入到球操当中，把原本枯燥的球性练习在音乐的伴奏下变得易操作易练习。

（二）学习与实践部分。

1、讲解、示范运球的动作（7分）

（1）足内侧运球

以足弓部位触碰球，足间与髁关节稍外转、脚根锁紧，身体放松。

（2）足外侧运球

以足外侧靠近足尖部位接触球，以拨动或推的动作带球，运球时足尖向内稍转并脚跟。

2、分组练习（20分）

（1）直线折返。

□2□s型穿绕标志桶体折返。

（3）运球接力赛：用各种运球方式将球一一通过每一角标，完成的人将球传给下一位同学继续进行，且使用时间最少组别为优胜。

设计意图：教学环节上我是由易到难由简到繁，先利用自主学习让学生自己尝试、体会运球动作的要领，这样学生就有了初步的运球概念。然后进行分组学习让学生相互间观摩学习并先从近距离练习开始，等基本掌握后在加大难度让学生远距离进行练习，经过这样几个环节的练习，学生基本就能掌握运球的动作了，最后进行运球接力，利用游戏的方法提

高学生的练习兴趣，让学生在快乐的氛围中提高运球的技能。这样就是一个教学环节扣一个教学环节，一个方法为一个方法服务。

（三）结束与放松部分（7分）

- 1、放松活动。
- 2、集合，选出优秀同学再示范，老师讲评。
- 3、布置家庭作业，预告下次上课内容，收点器材。
- 4、下课，师生再见。

八、场地器材及负荷预计

- 1、场地器材：足球场一片、哨子、足球若干个、标志桶。

游戏课说课稿篇五

本课依据《体育与健康课程标准》，“坚持安全第一，健康第一”的指导思想，在教学中，根据水平二学生认知规律和身心特点，力求提高学生积极参与活动，让学生在愉快中学习，掌握运动技能，从而提高全面的身体素质。以学生的心理活动为导向，面向全体学生，做到人人享有体育，人人都有进步，人人拥有健康。

二、教材分析

跳绳是小学生十分喜欢的一种体育活动，它是以下肢运动为主结合上肢协调发展的一种身体活动。由于设备简单，不需要很大的场地容易开展，是小学体育教材中较好的内容。本次课在学习掌握单脚交换跳和双脚快速跳的基础上，发挥学生想象力与创造力，创编出形式多样的跳绳方法来丰富我们

的体育课堂。我根据学生的生理、心理及不服输的天性来制定教学内容，促进学生身体肌肉、关节和内脏器官机能的发展，在教学中我采用了有趣的游戏、比赛等方法，通过表演、游戏的方式进行教学，以活泼多样的形式来指导学生练习，从而提升学生兴趣，促进学生健康快乐地成长。

三、学情分析

好动是小学生的天性，他们对体育活动有着广泛的兴趣，自信心强，但注意力容易转移，缺乏合作精神等不良心理倾向。本课的教学对象是四年级的学生，他们正处于生长发育的关键期，他们的年龄特征：

1、依赖性强、自我约束能力较差；

2、模仿能力强；

3、具备一定的探索知识、自主创新的能力。四年级学生正处于生长发育的关键时期，乐于参加体育活动，并乐于向同伴展示运动动作。她们都比较活泼，思维反应敏捷，模仿能力和接受能力强。但是自我约束能力差，绝大部分同学已经具备了较强的社会适应能力，能在集体活动中与她们团结合作，完成活动任务。依据五个学习领域中“水平二”的目标为标准，针对四年级学生的生理和心理特征、认知规律，我选择了自编体操教材“各种方式的跳短绳为本课的教学内容。

四、教学目标：

根据课标中”发展学生弹跳、协调、与他人合作共同完成体育活动任务“的水平目标，结合水平二学段的具体要求，我将本课学习制定了以下几个教学目标：

运动参与目标：积极参与跳绳创新，大胆地尝试跳绳跳法，敢于大胆向同学展示自己的创新。

运动技能目标：在掌握手脚协调配合跳短绳的基础上进一步掌握一些用跳绳练习的方法，通过练习，进行各种创新的身体活动。

身体健康目标：通过各种各样的跳绳练习，发展学生灵敏、协调能力，促进学生弹跳力的提高。

五、说教学重难点：

教学重点：让学生掌握各种跳绳的技巧和各种跳绳游戏活动；

教学难点：个人跳绳练习时，双臂的摆动动作和手腕的旋转动作；和多人跳绳练习时，两人摇绳的动作配合。

六、教学方法的选择

基于上述分析，本课拟采用如下教学方法：

2、学法：本课主要采用了尝试学习法、自主学习法、对比学习法、小组合作学习法和交流等方法，通过教学，达到乐学、会学、持续性发展的学，敢于创新、善于合作的目的。

七、师生互动：

问题式互动、参与式互动

八、教学过程分析：

为了达成本次课教学目标，我将本课设计在”激情引趣——愉悦身心——恢复身心“三段式教学中进行。

（一）激情引趣阶段8分钟

在准备热身阶段，除了常规的队列队形的练习外，我选择了音乐伴奏下自编绳操、”踩龙尾“游戏以及玩绳小超市的自

主探究式练习，集中的注意力、整齐的节奏，良好的精神面貌，为”我是玩绳小能手“的教学做好了充分的准备。

1、师生相互问好30秒（老师语言导入本次课内容）

3、”接着组织学生“踩龙尾”游戏：2分钟

我简单介绍游戏方法和规则，组织并参与游戏，增进师生之间的情感。老师即时评价，充分调动学生游戏的兴趣和积极性。

4、“接下来我设置情境”——玩绳小超市（自主跳绳）3分

组织形式：散队活动，老师巡回指导

在教学中，我引导学生创编出丰富的跳绳方法，不时时机的在学生面前露一把自己的双飞跳和花式跳绳，以此为契机，提高学生参与锻炼的积极性。为了能面向全体学生，特别是弱势群体学生，我安排优秀学生进行传、帮、带，进行了有效性教学。

（二）愉悦身心阶段：28分

1、跳短绳

（1）老师手拎或击掌敲打节奏指挥下进行（根据老师敲打节奏来提高快速跳绳的成绩）

（2）定时跳绳（比一比谁跳的多，语言表扬、激励，要求学生要讲诚信）30秒—2次

（5）学生自主练习4分（可单人，双人，三人，问：多人怎么跳？），老师巡回观察指导

学生自评互评，老师总评。

设计意图：发展学生自主学习的能力，根据学生的个体差异，重点辅导一般学生，鼓励他们树立信心，超越自我，通过各种评价促进学生改进动作，在练习中体验成功的喜悦，发展学生的速度耐力、协调性和灵敏性，提高学生的心血管机能。让学生带着问题过度到下一个环节双人跳短绳。

2、双人跳短绳

- (1) 学生示范表演；
- (2) 老师讲解示范；
- (3) 学生自主活动4分（散点练习）；
- (4) 老师巡回指导，小结评价

3、拓展延伸阶段

- (1) 自主探究活动：

我采用提问的方式，激发学生想象力，让学生充分联想：用跳绳我们还可以做什么练习？并练习自己喜欢的内容。

- (2) 体育游戏：“竹竿舞”的练习

- (三) 恢复身心阶段3分

1、师生共舞（让学生在优美的回族舞中舒缓身心，使学生的生理、心理都得到放松，陶冶学生情操的目的）。

2、师生互评、小结，布置作业（自己设计一组花样跳绳）

3、师生再见

设计意图：对学生进行礼仪教育，做到有礼有节，有始有终

九、预计教学效果

- 1、运动机能：跳绳技巧得到提高，跳绳方式能多样化，身体综合素质有一定的发展。
- 2、运动密度：35%---40%
- 3、平均心率：145次左右。
- 4、心育意向：讲诚信，能友好合作，有较强的竞争意识和集体荣誉感

十、本课教学特色

本课“以人为本，健康第一”教育思想为指导，以教材为依据，以团结协作、竞争欢乐为主题，以一根跳绳贯穿整课，以跳绳为主线，充分发挥器材的多元性功能，以学生自主活动为主要练习形式，让学生的欢声笑语充斥课堂，充分发挥学生的主观能动性，发展学生的创新意识，重在兴趣培养，为终身体育打下坚实的基础。

总之，这节课的设计我力争使整个教学过程体现于学生为主体，老师为主导的原则，让学生学得活泼快乐、学得积极主动、学有所获、身体素质得到了提高。对新课程的探讨和尝试顺利的完成了教学任务。我的说课到此结束，感谢各位专家和评委的指导和帮助！