

2020年春季通选课之趣味体育教学进度

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一—大四年级学生

周次	课次	教学目标及教学主要内容	教学形式及教学时数					备注	
			课堂			实验	实践		其他
			讲授	讨论	习题				
一	1	<p>教学目标：</p> <p>1、简介趣味体育的开课目的与预期目标</p> <p>2、介绍本学期教学计划：使学生了解本学期的教学内容及考核形式</p> <p>3、通过学习集中注意类体育游戏，来发展学生准确迅速判断能力和反应能力</p> <p>4、通过学习机会类体育游戏，发展灵敏素质，提高灵敏素质</p> <p>教学主要内容：</p> <p>介绍本课程教学内容与要求</p> <p>A 学习：1、有效口令与无效口令 2、快乐上大学 3、单层贴膏药 ABC 4、大风吹</p> <p>B 介绍：1、击掌传花 2、三排六笑九摇头</p>					2		主讲教师授课
二	2	<p>教学目标：</p> <p>1、培养集中注意力</p> <p>2、提高学生灵敏素质</p> <p>3、趣味动作练习，来提高学生的积极性</p> <p>教学主要内容：</p> <p>A 复习：第一次课的内容</p> <p>B 学习：1、蛇形跑接力 2、击鼓传球</p> <p>3、听数抱团及拓展：拼车 4、双层贴膏药</p> <p>5、同学相互自我介绍</p> <p>C 介绍：1 两人抬轿子 2 多拉快跑</p>					2		主讲教师授课

三	3	<p>教学目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、发展奔跑能力，培养灵敏性和协调一致，团结奋斗 2、增加上肢力量，发展规律协调力 3、提高反应能力 4、提高学生的创编游戏实践能力 <p>教学主要内容：</p> <p>学习：A 合作与对抗类游戏</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、呼啦圈大传送 2、蜈蚣行 3、火车赛跑 4、三人五腿接力 5、三轮车赛跑 <p>B 原地合作类游戏</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、地滚球接力 2、头上胯下传接球接力 3、左右传接球接力 <p>C 介绍：1 拉绳角力 2 两人三足跑</p>					2		主讲教师授课
---	---	---	--	--	--	--	---	--	--------

四	4	<p>教学目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、提高学生的集中注意力能力 2、发展手臂力量初步掌握遍操的要求 3、趣味动作练习，来提高学生的积极性 <p>教学主要内容：</p> <p>复习：第三次课内容</p> <p>学习：</p> <p>A 灵敏类游戏：1 拼花 2 惊弓之鸟</p> <p>B 传统游戏：1 打野鸭 拓展之：打龙尾</p> <p>C 追逐类游戏：1 双层贴膏药之反抓版</p> <p>2 贴膏药之拓展版：只贴前举手</p> <p>D 学生改编游戏实践</p>					2		主讲教师授课
---	---	--	--	--	--	--	---	--	--------

五	5	<p>教学目标： 1、提高学生的集中注意力能力 2、发展速度素质和手臂力量素质 3、趣味动作练习，提高学生的积极性</p> <p>教学主要内容： 复习：第四次课内容 学习： A 机会类游戏：短兵相接 B 合作与对抗类游戏（积分制） 1 抢占制高点（赢了留下） 2 争先恐后（落后就留下） 3 钻山洞 4 拓展版之：蛇脱皮 5 二搬一接力（硬座去，软座回） C 灵敏类游戏 1 三层贴膏药 2 拓展版之：叫号贴 D 介绍：1 叫号接球 2 两人推小车接力</p>					2		主讲教师授课
六	6	<p>教学目标： 1、提高学生的弹跳能力和协调能力 2、发展腿部力量与合作能力 3、趣味动作练习来提高学生的积极性</p> <p>教学主要内容： 复习：第五次课内容 学习：花样跳绳专场 A 单人跳接力 1 正摇正跳来回 2 反摇正跳来回 3 麻花跳正来回 B 双人跳接力 1 同摇同跳来回 2 一摇一条来回 3 一摇一条换人来回 4 夹球与跳绳接力 C 放松类游戏：青蛙跳水 D 介绍： 1、瞎子摸人 2、障碍接力赛 3、背人接力</p>							

七	7	<p>教学目标：教学目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、提高学生的弹跳能力和协调能力 2、发展腿部力量与合作能力 3、趣味动作练习来提高学生的积极性 <p>教学主要内容：</p> <p>复习：第六次课内容</p> <p>学习：跳绳游戏专场之二</p> <p>预热：1 松鼠与大树</p> <p>2 拓展版之变化指令</p> <p>A 两人合作之：两人两绳同摇同跳</p> <p>B 三人合作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 两摇一跳 2 两摇两跳 3 两摇三跳（选派代表参与） <p>C 集体跳绳</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 限时集体连环跳 2 大绳带小绳接力跳 <p>D 介绍：闯三关</p> <p>或同学大胆实践尝试新跳法</p>							
八	8	<p>教学目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、提高学生的篮球运动的基本技能 2、发展灵敏素质和合作意识 3、趣味篮球技术练习，来提高学生的积极积极性 <p>教学主要内容：</p> <p>复习：第七次课内容</p> <p>学习：篮球游戏专场之一</p> <p>A 运球技术接力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 强侧手运球接力 2 弱侧手运球接力 3 双手 V 字形运球接力 <p>B 双人行进间传接球接力</p> <p>C 投篮类游戏</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 投一次即回，计全组投中数（3 局 2 胜制） 2 投中才会，比时间（3 局 2 胜制） <p>D 放松类游戏：</p> <p>烤红薯</p>							

九	9	<p>教学目标： 1、提高学生篮球运动的基本技能 2、发展灵敏素质和合作意识 3、趣味篮球技术练习提高学生的积极积极性</p> <p>教学主要内容： 复习：第八次课内容</p> <p>学习： A 运球游戏（积分制） 1 单手运球去，倒行运球回 2 双手运两球接力 B 原地花样玩球 颈部、腰部、膝部绕圈接力 C 投篮游戏 1 两人行进间传接球加投篮（男生投中得2分；女生投中得4分） 2 头上胯下传接球加听号运球投篮 D 放松游戏：明3暗3</p>							
十	10	<p>教学目标： 1、提高学生篮球运动的基本技能 2、发展灵敏素质和合作意识 3、趣味篮球技术练习提高学生的积极积极性</p> <p>教学主要内容： 复习：第九次课内容</p> <p>学习： A 篮球教学比赛： 3打3（抽签分组）单循环，取前四名 B 呼啦圈游戏专场 1 一排1圈传接赛 2 一排2圈传接赛 AB 3 量力而行跳圈迎面接力 4 量力而行跳圈去，滚圈回接力 5 跑去抽签（纸牌数字），绕圈比快接力 6 争先恐后集体钻圈 C 放松游戏 明7暗7</p>							

十一	11	<p>教学目标： 1、提高学生排球运动的基本技能 2、发展灵敏素质和合作意识 3、熟悉并基本掌握排球基本裁判知识 3、趣味排球技术和教学比赛提高学生的积极积极性</p> <p>教学主要内容： 复习：第十次课内容</p> <p>学习： A 教练排球基本技术之垫球技术 B 教练排球基本技术之发球技术 C 拓展与应急技术：挡球技术 D 排球裁判基本知识 E 教学比赛 自行分组选派代表参赛，自愿担任裁判</p>							
十二	12	<p>教学目标： 基本掌握体育游戏的基本知识，掌握体育游戏的创编方法</p> <p>教学主要内容： A 理论课：讨论研究创编游戏教材 1、体育游戏的产生和发展 2、体育游戏的主要特点 3、体育游戏的主要作用 4、体育游戏的分类 5、体育游戏教学法 6、体育游戏创编的原则 ● 创编原则 ● 创编方法及注意的问题 7、编排游戏的规范格式 8、传阅经典游戏的格式</p> <p>B 讨论 1、我最喜欢的体育游戏，最不喜欢的体育游戏，并简述原因 2、我最难忘的游戏 3、美好分享</p>							

十三	13	<p>教学目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、回忆童年往事，勾起美好记忆 2、培养学生之间协作精神及灵活性 3、介绍民间传统体育游戏，弘扬民族传统体育文化 <p>教学主要内容：</p> <p>童年游戏及民间游戏专场（学习及介绍）</p> <p>A 童年游戏</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 跳房子 2 丢手绢 3 跳皮筋 4 五子棋 <p>B 民间游戏</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 踢毽子 2 滚铁环 3 抖空竹 4 放风筝 5 抽陀螺 6 拔河 7 斗鸡 8 拔河 						
十四	14	<p>教学目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、发展速度和灵敏素质，培养机智顽强的素质品质 2、培养学生之间协作意识及灵活性 3、学生进行组织教学演示，开始考核 <p>教学主要内容：</p> <p>复习并学习：</p> <p>A 机会游戏：</p> <p>快乐上大学之拓展：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 开心读硕 2 过关斩将 <p>B 考核开始</p> <p>由学生介绍并组织游戏教学实践</p>				2		主讲教师授课

十五	15	<p>教学目标：</p> <p>1、掌握体育游戏的创编和教学的实践能力</p> <p>2、展示学生的创新作品</p> <p>3、考查学生的讲解能力、组织能力和教学能力</p> <p>教学主要内容：</p> <p>考试：</p> <p>体育游戏的创编游戏的教学实践能力</p> <p>1、考试情况</p> <p>2、体育游戏的教学情况</p> <p>3、体育游戏的创编、创编原则、创编方法及注意的问题</p>					2		主讲教师授课
----	----	---	--	--	--	--	---	--	--------

十六	16	<p>教学目标：</p> <p>1、展示学生的创新作品</p> <p>2、考查学生的讲解能力、组织能力和教学能力</p> <p>主要内容： 考试：</p> <p>1、 教学考核</p> <p>2、 教学小结</p> <p>3、 寄语学生，临别赠言</p>					2		主讲教师授课
----	----	---	--	--	--	--	---	--	--------

一、考核：

平时成绩：20%；游戏理论：10%；游戏创编：40%；组织与教学：30%。

二、考核内容和评分标准

1、游戏的改编或创编（40分），每位学生改编和创编各一个游戏。

- (1) 创编的游戏具有新意和实效性，每个游戏得20分。
- (2) 改编游戏时，对有的游戏有所改进，有一定新意和实效，每个得15分。
- (3) 对已有的游戏方法、内容、规则等改进不大，每个游戏得5分。
- (4) 在编写游戏的过程中照抄已有的游戏教材，不予评分。

2、课堂组织教学（30分）

- (1) 在课堂实践中，讲解精炼、清楚、突出重点，组织严密，运动负荷合理，参加兴趣浓厚，效果好。（25-30分）
- (2) 在课堂实践中上述问题均表现较好。（20-25分）
- (3) 在课堂实践中上述问题均表现一般。（15-20分）
- (4) 在课堂实践中上述问题均表现较差和差。（10-15分）

3、平时成绩（20分）

- (1) 考勤 (2) 参与态度 (3) 课堂组织纪律 (4) 课堂抽查学生实践

4、游戏课理论（10分）

- (1) 课程感想 (2) 给老师的建议 (3) 最喜欢的游戏及最不喜欢的游戏

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育		课程类型	限选
授课题目	1、介绍本学期教学计划 2、学习造型接力赛游戏 3、学习呼号扶棒游戏		授课形式	实践
授课时间	待定 下午 9/10 节		周次/课次	第一周/第 1 次课
教学目标	<p>1、简介体育游戏的开课目的与预期目标</p> <p>2、介绍本学期教学计划：使学生了解本学期的教学内容及考核形式</p> <p>3、通过学习集中注意类体育游戏，来发展学生准确迅速判断能力和反应能力</p> <p>4、通过学习机会类体育游戏，发展灵敏素质，提高灵敏速度</p> <p>教学主要内容：</p> <p>介绍本课程教学内容与要求</p> <p>A 学习：1、有效口令与无效口令 2、快乐上大学 3、单层贴膏药 ABC 4、大风吹</p> <p>B 介绍：1、击掌传花 2、三排六笑九摇头</p>			
重点、难点	<p>1、使学生了解本学期的教学内容及考核形式</p> <p>2、发展灵敏素质，提高灵敏速度</p>			
教学设计（内容安排与要求、组织形式、实践分配）				
课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育	课程类型	限选
授课题目	1、学习实心球左右转体传球游戏 2、学习斗牛游戏 3、体操的趣味动作	授课形式	实践
授课时间	下午 9、10 节 -	周次/课次	第二周/第 2 次课
教学目标	1、提高学生手臂和腰部力量 2、发展学生的手臂力量 3、提高学生的积极性		
重点、难点	1、提高学生手臂和腰部力量		
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）			
课的部分	时间	内容	组织教法
开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、宣布本课任务 4、进行安全教育，提出课堂要求	队型： XXXXXXX XXXXXXX △ 一、二：组织：集体
准备部分	20'	一、垫上操练习： 头部、肩部、屈体、脚踝、前、侧、后、左右压腿、踢脚	x x x x x x △ x x x x x x
基本部分	45'	二、趣味动作练习： 1、复习兔跳、大象走 x1 2、学习海狮走 x2 3、青蛙跳 x2 三、游戏 1、集中注意力游戏： 听数结伴：学生围成圆圈，教师在圆圈中央。学生慢跑，听到教师喊出号时，迅速结伴，没有结伴者或结伴者出错者为失败。 4、斗牛 游戏目的：发展学生手臂力量 游戏方法：将所有的学生分成人数相等的两组，分别站在同一条直线上且站在起跑线后，当教师发令后，两组第一人踩线前进，相遇时，两人用推拉等动作把对方拉离线，任意一脚或双脚没有	练习：重复进行 要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高 三、组织、集体 x x x x x △ x x x x x 教法： 1、讲解：游戏目的、方法 2、示范：请学生一起进行练习：集体、重复进行练习 要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作 x x x x x x x △ x x x x x
			中
			每个游戏练习 4-5 次（大/中/大）

基本部分	<p>踩在线上或者是两人同时出线，则后面的同学继续，直至一组的同学走到对方的起点线上。</p> <p>游戏规则：a:动作不可太猛 b:单脚或双脚没有踩在线上为败。后面的同学赶快前进与胜者相头，可一脚抬起，但落下必须踩在线上</p> <p>3、实心球左右转体传球 游戏目的:提高腰部力量 游戏方法：将参加者分成四路纵队，分腿站立，各组第一名学生手持实心球向左侧传给第二名学生，第二名学生再右侧传给第三名学生，依次传递直到到最后一名学生，该同学再将球重新传给前面的同学，直至实心球重新回到第一名学生的手中。最先完成的胜。</p> <p>4、二人抬轿子（介绍） 5、多拉快跑（介绍） 主要讲解游戏目的、游戏方法、规则等</p> <p>四、复习前一节课的内容。抽查学生课堂实践</p> <p>放松：两人互相放松上、下肢</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p>组织：集体听讲 教法：主要讲解游戏的目的、游戏的方法等 要求：了解游戏的目的，游戏的方法等 四、分组进行：讨论5分钟、实践3-5分钟（教师讲评） 两人一组、相互进行</p>	
结束部分	<p>5’</p> <p>五、本课小结 1、集合， 2、教师小结。 3、宣布下课。</p>	<p>队型：</p> <p style="text-align: center;">X X X X X X X X X X X X X X X</p> <p style="text-align: center;">△</p>	
场地和器材	实心球两只，体操场地或空地一块		
课后小结			

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育	课程类型	限选
授课题目	1、学习报数追拍 2、学习双手推角力游戏 3、学习大鱼网游戏 4、学生创编游戏实践	授课形式	实践
授课时间	9、10 节 -	周次/课次	第三周/第 3 次课
教学目标	1、发展奔跑能力，培养灵敏性和协调一致，团结奋斗精神 2 增强上肢力量，发展规律协调力量 3 提高反应能力 4 主要培养学生创编游戏的组织能力、讲解、示范等教学能力		
重点、难点	1、发展奔跑能力，培养灵敏性和协调一致，团结奋斗精神 2、主要培养学生组织能力、讲解、示范等教学能力。		

教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）

课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）
开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、宣布本课任务 4、进行安全教育，提出课堂要求	队型： <pre> XXXXXXXXX XXXXXXXXX △ 一、二：组织：集体 X X X X </pre>	中
准备部分	15'	一、徒手操 活动各个关节练习（每人一节） 二、趣味动作练习： 大象走、分腿跳、屈体跳等	<pre> X X △ X X X X X </pre>	
基本部分	45'	三、游戏 1、报数追拍 游戏目的：提高反应能力 游戏方法：学生 1-4 报数，每人牢记自己所报的数字。游戏开始的时候，教师喊出一个数字，所有被喊到同一数字的学生马上出列，所有数 3 的人同时启动按顺时针方向跑(跳)，并追赶前面的同伴，当后面数 3 的学生能超过前面的学生时，即被抓获。则最后一位回到原位者为失败。 游戏规则：a:追逐时只能同方式，不得跑步，否则犯规为失败 b 追逐只能在外圈进行，不能从内圈穿行，否则犯规 c 凡犯规或被抓获者，均受罚	<pre> 三、组织、集体 X X X X X △ X X X X X </pre>	
			练习：重复进行 要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高 教法： 1、讲解：游戏目的、方法 2、示范：请学生一起进行练习：集体、重复进行练习 要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作	每个游戏练习 4-5 次(大/中/大)

基本部分	<p>2、双人推手角力</p> <p>游戏目的：增强学生上肢力量，发展协调能力</p> <p>游戏方法：参加者二人一组。预备姿势，步站立，双方右脚外侧相互依靠，教师发令后，双方用推、抗动作使对方双脚中任何一脚移动者，就胜一局，可采用三战两胜制。</p> <p>游戏规则：a 开始弓步站立，双方不能移动 b 只能用互握的手拉推对手，不能用脚 c 全队计分赛，可计全队获胜的人数</p> <p>3、“大鱼网”</p> <p>游戏目的：发展奔跑能力，培养灵敏性和协调性，以及团队精神</p> <p>游戏方法：先选出 1-4 名学生为捕鱼者，手拉手捕鱼，被捕者立即与捕鱼者手拉手，再去捕其他的鱼。鱼网逐渐扩大，直到捕鱼捕完或者到规定的时间</p> <p>游戏规则：a 鱼跑出鱼塘就算被捕 b 被捕时可以从缝隙中钻出去 c 捕鱼者在任何时候都必须手拉手</p> <p>4、介绍：拉绳角力 主要讲解游戏目的、游戏方法、规则等</p> <p>5、介绍：二人三足跑</p> <p>四、检查学生创编游戏：主要培养学生组织能力，讲解、示范等教学能力。</p> <p>五、整理运动：上下肢放松</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p style="text-align: center;">x x x x x △ x x x x x</p> <p>4--5：介绍：拉绳角力。二人三足跑 组织：集体听讲 教法：主要讲解游戏的目的、游戏的方法等 要求：了解游戏的目的，游戏的方法等</p> <p>四、分组进行：讨论 5 分钟、实践 3-5 分钟（教师讲评） 两人一组、相互进行</p> <p>队型：</p> <p style="text-align: center;">x x x x x x x x x x x x x x x</p> <p style="text-align: center;">△</p>	<p>每组游戏练习 1 次（小）</p>
结束部分	<p>5’</p> <p>六、本课小结</p> <p>1、集合，</p> <p>2、教师小结。</p> <p>3、宣布下课。</p>		
场地和器材	<p>体操场地或空地一块</p>		

课后小结	
------	--

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育	课程类型	限选
授课题目	趣味体育理论课	授课形式	实践
授课时间	待定 -	周次/课次	第四周/第4次课
教学目标	1、了解体育游戏理论基础 2、掌握体育游戏创编		
重点、难点	2、掌握体育游戏创编		
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）			
课的部分	时间	内容	组织教法 负荷（量、强度）
开始部分	5'	师生相互问好 点名 宣布本课任务	
基本部分	75'	1、体育游戏的产生和发展 2、体育游戏的主要特点 3、体育游戏的主要作用 4、体育游戏的分类 5、体育游戏的教学方法 6、体育游戏的创编 创编原则 创编方法及注意的问题	教法：理论讲解
结束部分	5'	本课小结 1、学生提出问题 2、教师小结 3、宣布下课	

场地和器材	20 多人多媒体教室一间
课后小结	

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育		课程类型	限选
授课题目	1、学习叫号接球游戏 2、两人推小车接力 3、体操趣味性练习		授课形式	实践
授课时间	-		周次/课次	第五周/第 5 次课
教学目标	1、提高学生的集中注意力能力 2、发展手臂力量 3、提高学生的积极性			
重点、难点	3、提高学生的积极性			
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）				
课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）

开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、 4、宣布本课任务 5、提出课堂及考试要求	队型： XXXXXXXXX XXXXXXXXX △ 一、二：组织：集体	
准备部分	15'	一、关节操练习 二、趣味动作练习：兔跳、大象走、还狮走、摇船 三、游戏	X X X X X X △ X X X X X X 练习：重复进行	中
基本部分	55'	1、叫号接球 游戏目的：提高反应能力和集中注意力 游戏方法：参加游戏者围成一个圆圈报数，并每人记住自己所报的数，选出一名抛球的人站在中间喊号同时抛球，被喊的同学在球落地之前将球接住后，并再次喊号上抛球。没有接到球时，其他同学立即散开，被喊号的同学喊停，再用球击任何一个人，被击中者叫号抛球若没有被击中者，则有击球的同学继续叫号抛球。 游戏规则：a:抛球人不要把球跑得过高或过低，应向上抛 b 当接球人没有接到球喊停时，跑步的人必须停止跑动，不能跑出规定的范围，否则判犯规 教学提示：a 用球不宜太大太重，以防伤害事故，只能用球击打下半身	要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高 三、组织、集体 X X X X X △ X X X X X 教法： 1、讲解：游戏目的、方法 2、示范：请学生一起进行练习：集体、重复进行练习 要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作 教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易度。	每个游戏练习4-5次(大/中/大)

<p>基本部分</p>	<p>B 抛球高度根据人数的多少来确定，由教师选择一个合适高度</p> <p>2、两人推小车接力</p> <p>游戏目的：发展手臂力量</p> <p>游戏方法：将参加者分成若干组，每队可由两人结合，两人一组组成小车。方法是：其中甲卧撑地，乙同学站在甲两腿之间，双手提甲的小腿，甲用双手撑地为车轮。</p> <p>比赛开始，各队第一组从起点推车出发，推至终点，两人再交换推回起点，与第二组击掌后，第二组出发，直至最后一组完成，最先完成者为胜。</p> <p>游戏规则：a 推小车进行途中跌倒，再重新驾车推行 b 未到折返线者返回和未击掌示意出发者为犯规</p> <p>3、介绍：背人接力</p> <p>4、介绍：瞎子摸人</p> <p>5、介绍：障碍接力赛</p> <p>四、检查学生创编游戏： 主要培养学生组织能力，讲解、示范等教学能力。</p> <p>五、整理运动：上下肢放松</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p style="text-align: center;">x x x x x △ x x x x x</p> <p>介绍：背人接力、瞎子摸人、障碍接力赛</p> <p>组织：集体听讲</p> <p>教法：主要讲解游戏的目的、游戏的方法等</p> <p>要求：了解游戏的目的，游戏的方法等</p> <p>四、分组进行：讨论 5 分钟、实践 3-5 分钟（教师讲评）</p> <p>两人一组、相互进行</p> <p>队型：</p> <p style="text-align: center;">x x x x x x x x x x x x x x x</p> <p style="text-align: center;">△</p>	<p>每组游戏练习 1 次（小）</p>
<p>结束部分</p>	<p>5'</p> <p>六、本课小结</p> <p>1、集合，</p> <p>2、教师小结。</p> <p>3、宣布下课。</p>		
<p>场地和器材</p>	<p>体操场地或空地一块</p>		

课后小结	
------	--

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育		课程类型	限选
授课题目	1、学习斗鸡游戏 2、学习龙头抓龙尾游戏 3、介绍游戏方法		授课形式	实践
授课时间	-		周次/课次	第六周/第 6 次课
教学目标	1、发展力量和灵敏素质，培养机智顽强的素质品质 2、培养学生之间协作精神及灵活性 3、让学生了解游戏方法			
重点、难点	3、让学生了解游戏方法			
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）				
课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）

开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、 4、宣布本课任务 5、提出课堂及考试	队型： XXXXXXXXX XXXXXXXXX △ 一、二：组织：集体	
准备部分	15'	一、活动操一套 活动各个关节练习（每人一节）	X X X X X X △ X X X X X X X 练习：重复进行 要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高	中
基本部分	55'	二、游戏 1、斗鸡 游戏目的：发展力量和灵敏素质，培养机智顽强的素质品质 游戏方法：将游戏者分为两人一组，站在圆圈内，游戏开始后，游戏者双方单脚站立。另一腿屈起，用手握住屈起腿的踝关节。双方在圆圈内用屈起的膝盖相互撞击，将对方撞出圈外者为胜。 游戏规则：a:只准用两膝撞击，不得用手或肩去推撞 b 游戏中间不得换脚，不得出圈。 教学提示： a 游戏中可以躲闪，以巧取胜 B 可以采用分组的形式进行，以积分多少决定胜负 C 可采用撞肩等方式进行游戏	三、组织、集体 X X X X X △ X X X X X 教法： 1、讲解：游戏目的、方法 2、示范：请学生一起进行练习：集体、重复进行练习 要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作 教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易度。	每个游戏练习4-5次（大/中/大）

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育	课程类型	限选
授课题目	考试：实践操作（上交游戏创编和改编书稿）	授课形式	实践
授课时间	-	周次/课次	第七周/第7次课
教学目标	平时成绩占 20%；游戏理论 10%；游戏创编和改编 35%；课堂实践 35%		
重点、难点	游戏创编和改编 35%，课堂实践 35%		

教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）

课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）
开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、 4、宣布本课任务 5、提出课堂及考试要求	队型： <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> XXXXXXX XXXXXXX </div> <div style="text-align: center; margin-top: 5px;">△</div>	
基本部分	70'	考核内容和评分标准 1、游戏的改编和创编（35分），每位学生改编和创编各一个游戏。 （1）编的游戏具有新意和实效性，每个游戏得 20 分。 （2）编写游戏时，对有的游戏有所改进，有一定的新意和实效，每个得 15 分 （3）对已有的游戏方法、内容、规则等改进不大，每个游戏得 5 分。 （4）在编写游戏的过程中照抄已有的游戏教材，不予评分。 2、课堂组织教学（35分） （1）在课堂实践中，讲解精炼、清楚、突出重点，组织严密，运动负荷合理，参加者兴趣浓厚，效果好。（30-35分）	组织考核： 1、学生按学号依次进行 2、教师根据考核情况和评分标准进行评判 考核要求： 按考核内容和评分标准要求进行	

基本部分		<p>(2) 在课堂实践中上述问题均表现较好 (25-30 分)</p> <p>(3) 在课堂实践中上述问题均表现一般 (20-25 分)</p> <p>(4) 在课堂实践中上述问题均表现较差和差 (15-20 分)</p> <p>3、平时成绩 (10 分)</p> <p>(1) 考勤</p> <p>(2) 学习态度</p> <p>(3) 课堂组织纪律</p> <p>(4) 课堂抽查学生实践等</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p style="text-align: center;">x x x x</p> <p style="text-align: center;">x △ x</p> <p style="text-align: center;">x x x x</p>	
结束部分	5'	<p>1、集合</p> <p>2、教师小结。</p> <p>3、宣布下课。</p>	<p>队型：</p> <p style="text-align: center;">x x x x x</p> <p style="text-align: center;">x x x x x</p> <p style="text-align: center;">x x x x x</p> <p style="text-align: center;">△</p>	
场地和器材	体操场地或空地一块			
课后小结				

<p>基本部分</p>	<p>或四路纵队，前后相距约 1 米，然后从排头起依次做 1 号动作，第二位做 2 号动作，第三位做 3 号动作，第四位做 1 号动作...即，(1、2、3、1、2...)直到轮到最后一位。</p> <p>7、呼号扶棒： 游戏目的：发展灵敏素质，提高反应素质 游戏方法：游戏者面对圆心战立，从排头开始报数，每人记住自己的号数，选出一人站在圆心扶住体操棒使其竖立。游戏开始，扶棒人呼出一个游戏者的号数后，马上松开扶棒的手，被护好的人立即跑去扶棒，原扶棒人迅速占到被呼号人的位置上，两人位置交换后，被呼号人变成了扶棒人游戏同时继续进行。每次轮换中没有扶住棒的游戏者为失败；对方扶住了棒，原扶棒人没有及时站到被呼号人的位置上，也为失败，应继续扶棒。 游戏规则：a:扶棒人离开时应把手轻松放开，不得故意推拉棒 b:所报号数必须是本队有的号数 c:对失败者，可以罚做俯卧撑若干个</p> <p>8、介绍：击掌传花 5、介绍：三拍六笑九摇头 放松：两人互相放松上、下肢</p>	<p>呼号扶棒： 教师提示：a:可以简单计算代替数字，如 5—2+3 b:可以有体操术语或者球名代替数字 要求：动作迅速、到位</p> <p style="text-align: center;"> X X X X X X X X X ∇ X X X X X X </p> <p>教法： 讲解游戏目的，游戏方法，规则 队型：</p> <p style="text-align: center;"> X X X X X X X X X X X X X X X </p> <p style="text-align: center;">△</p>	
<p>5'</p>	<p>五、本课小结 4、集合， 5、教师小结。 6、宣布下课。</p>		
<p>场地和器材</p>	<p>扶棒四根，体操场地或空地一块</p>		
<p>课后小结</p>			

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育	课程类型	限选
授课题目	1、学习实心球左右转体传球游戏 2、学习斗牛游戏 3、体操的趣味动作	授课形式	实践
授课时间		周次/课次	第九周/第 9 次课
教学目标	1、提高学生手臂和腰部力量 2、发展学生的手臂力量 3、提高学生的积极性		
重点、难点	1、提高学生手臂和腰部力量		
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）			
课的部分	时间	内容	组织教法
开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、宣布本课任务 4、进行安全教育，提出课堂要求	队型： <pre> XXXXXXXXX XXXXXXXXX △ 一、二：组织：集体 x x x x </pre>
准备部分	20'	一、垫上操练习： 头部、肩部、屈体、脚踝、前、侧、后、左右压腿、踢脚	<pre> x x △ x x x x x x </pre>
基本部分	45'	二、趣味动作练习： 1、复习兔跳、大象走 x1 2、学习海狮走 x2 3、青蛙跳 x2 三、游戏 2、集中注意力游戏： 听数结伴：学生围成圆圈，教师在圆圈中央。学生慢跑，听到教师喊出号时，迅速结伴，没有结伴者或结伴者出错者为失败。 8、斗牛 游戏目的：发展学生手臂力量 游戏方法：将所有的学生分成人数相等的两组，分别站在同一条直线上且站在起跑线后，当教师发令后，两组第一人踩线前进，相遇时，两人用推拉等动作把对方拉离线，任意一脚或双脚没有	<pre> x x x x x △ x x x x x </pre>
			<p>练习：重复进行 要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高</p> <p>三、组织、集体</p> <pre> x x x x x △ x x x x x </pre> <p>教法： 6、讲解：游戏目的、方法 7、示范：请学生一起进行练习：集体、重复进行练习 要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作</p> <pre> x x x x x x x △ x x x x x </pre>
			中
			每个游戏练习 4-5 次（大/中/大）

基本部分	<p>踩在线上或者是两人同时出线，则后面的同学继续，直至一组的同学走到对方的起点线上。</p> <p>游戏规则：a:动作不可太猛 b:单脚或双脚没有踩在线上为败。后面的同学赶快前进与胜者相头，可一脚抬起，但落下必须踩在线上</p> <p>8、实心球左右转体传球 游戏目的:提高腰部力量 游戏方法：将参加者分成四路纵队，分腿站立，各组第一名学生手持实心球向左侧传给第二名学生，第二名学生再右侧传给第三名学生，依次传递直到到最后一名学生，该同学再将球重新传给前面的同学，直至实心球重新回到第一名学生的手中。最先完成的胜。</p> <p>9、二人抬轿子（介绍） 10、多拉快跑（介绍） 主要讲解游戏目的、游戏方法、规则等</p> <p>四、复习前一节课的内容。抽查学生课堂实践</p> <p>放松：两人互相放松上、下肢</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p>组织：集体听讲 教法：主要讲解游戏的目的、游戏的方法等 要求：了解游戏的目的，游戏的方法等 四、分组进行：讨论5分钟、实践3-5分钟（教师讲评） 两人一组、相互进行</p>	
结束部分	<p>5’</p> <p>五、本课小结 1、集合， 2、教师小结。 3、宣布下课。</p>	<p>队型：</p> <p style="text-align: center;">X X X X X X X X X X X X X X X</p> <p style="text-align: center;">△</p>	
场地和器材	实心球两只，体操场地或空地一块		
课后小结			

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育	课程类型	限选
授课题目	1、学习报数追拍 2、学习双手推角力游戏 3、学习大鱼网游戏 4、学生创编游戏实践	授课形式	实践
授课时间		周次/课次	第十周/第 10 次课
教学目标	1、发展奔跑能力，培养灵敏性和协调一致，团结奋斗精神 2 增强上肢力量，发展规律协调力量 3 提高反应能力 4 主要培养学生创编游戏的组织能力、讲解、示范等教学能力		
重点、难点	1、发展奔跑能力，培养灵敏性和协调一致，团结奋斗精神 2、主要培养学生组织能力、讲解、示范等教学能力。		
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）			
课的部分	时间	内容	组织教法
开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、宣布本课任务 4、进行安全教育，提出课堂要求	队型： XXXXXXX XXXXXXX △ 一、二：组织：集体
准备部分	15'	一、徒手操 活动各个关节练习（每人一节） 二、趣味动作练习： 大象走、分腿跳、屈体跳等	x x x x x x △ x x x x x x
基本部分	45'	三、游戏 1、报数追拍 游戏目的：提高反应能力 游戏方法：学生 1-4 报数，每人牢记自己所报的数字。游戏开始的时候，教师喊出一个数字，所有被喊到同一数字的学生马上出列，所有数 3 的人同时启动按顺时针方向跑(跳)，并追赶前面的同伴，当后面数 3 的学生能超过前面的学生时，即被抓获。则最后一位回到原位者失败。 游戏规则：a:追逐时只能同方式，不得跑步，否则犯规为失败 b 追逐只能在外圈进行，不能从内圈穿行，否则犯规 c 凡犯规或被抓获者，均受罚	练习：重复进行 要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高 三、组织、集体 x x x x x △ x x x x x 教法： 3、讲解：游戏目的、方法 4、示范：请学生一起进行 练习：集体、重复进行练习 要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作
			中
			每个游戏练习 4-5 次(大/中/大)

基本部分	<p>2、双人推手角力</p> <p>游戏目的：增强学生上肢力量，发展协调能力</p> <p>游戏方法：参加者二人一组。预备姿势，步站立，双方右脚外侧相互依靠，教师发令后，双方用推、抗动作使对方双脚中任何一脚移动者，就胜一局，可采用三战两胜制。</p> <p>游戏规则：a 开始弓步站立，双方不能移动 b 只能用互握的手拉推对手，不能用脚 c 全队计分赛，可计全队获胜的人数</p> <p>3、“大鱼网”</p> <p>游戏目的：发展奔跑能力，培养灵敏性和协调性，以及团队精神</p> <p>游戏方法：先选出 1-4 名学生为捕鱼者，手拉手捕鱼，被捕者立即与捕鱼者手拉手，再去捕其他的鱼。鱼网逐渐扩大，直到捕鱼捕完或者到规定的时间</p> <p>游戏规则：a 鱼跑出鱼塘就算被捕 b 被捕时可以从缝隙中钻出去 c 捕鱼者在任何时候都必须手拉手</p> <p>4、介绍：拉绳角力 主要讲解游戏目的、游戏方法、规则等</p> <p>5、介绍：二人三足跑</p> <p>四、检查学生创编游戏：主要培养学生组织能力，讲解、示范等教学能力。</p> <p>五、整理运动：上下肢放松</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p style="text-align: center;">x x x x x △ x x x x x</p> <p>4--5：介绍：拉绳角力。二人三足跑 组织：集体听讲 教法：主要讲解游戏的目的、游戏的方法等 要求：了解游戏的目的，游戏的方法等</p> <p>四、分组进行：讨论 5 分钟、实践 3-5 分钟（教师讲评） 两人一组、相互进行</p> <p style="text-align: center;">队型： x x x x x x x x x x x x x x x</p> <p style="text-align: center;">△</p>	<p>每组游戏练习 1 次（小）</p>
结束部分	<p>5’</p> <p>六、本课小结</p> <p>1、集合，</p> <p>2、教师小结。</p> <p>3、宣布下课。</p>		
场地和器材	<p>体操场地或空地一块</p>		

课后小结	
------	--

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育		课程类型	限选
授课题目	趣味体育理论课		授课形式	实践
授课时间	-		周次/课次	第十一周/第 11 次课
教学目标	1、了解体育游戏理论基础 2、掌握体育游戏创编			
重点、难点	2、掌握体育游戏创编			
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）				
课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）
开始部分	5'	师生相互问好 点名 宣布本课任务	教法：理论讲解	
基本部分	75'	7、体育游戏的产生和发展 8、体育游戏的主要特点 9、体育游戏的主要作用 10、 体育游戏的分类 11、体育游戏的教学方法 12、 体育游戏的创编 创编原则 创编方法及注意的问题		
结束部分	5'	本课小结 6、学生提出问题 7、教师小结 8、宣布下课		

场地和器材	30 人多媒体教室一间
课后小结	

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育		课程类型	限选
授课题目	1、学习叫号接球游戏 2、两人推小车接力 3、体操趣味性练习		授课形式	实践
授课时间	-		周次/课次	第十二周/第 12 次课
教学目标	1、提高学生的集中注意力能力 2、发展手臂力量 3、提高学生的积极性			
重点、难点	3、提高学生的积极性			
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）				
课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）

开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、 4、宣布本课任务 5、提出课堂及考试要求	队型： XXXXXXXXX XXXXXXXXX △ 一、二：组织：集体	
准备部分	15'	一、关节操练习 二、趣味动作练习：兔跳、大象走、还狮走、摇船 三、游戏	X X X X X X △ X X X X X X 练习：重复进行	中
基本部分	55'	1、叫号接球 游戏目的：提高反应能力和集中注意力 游戏方法：参加游戏者围成一个圆圈报数，并每人记住自己所报的数，选出一名抛球的人站在中间喊号同时抛球，被喊的同学在球落地之前将球接住后，并再次喊号上抛球。没有接到球时，其他同学立即散开，被喊号的同学喊停，再用球击任何一个人，被击中者叫号抛球若没有被击中者，则有击球的同学继续叫号抛球。 游戏规则：a:抛球人不要把球跑得过高或过低，应向上抛 b 当接球人没有接到球喊停时，跑步的人必须停止跑动，不能跑出规定的范围，否则判犯规 教学提示：a 用球不宜太大太重，以防伤害事故，只能用球击打下半身	要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高 三、组织、集体 X X X X X △ X X X X X 教法： 1、讲解：游戏目的、方法 2、示范：请学生一起进行 练习：集体、重复进行练习 要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作 教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易度。	每个游戏练习 4-5次(大/中/大)

<p>基本部分</p>	<p>B 抛球高度根据人数的多少来确定，由教师选择一个合适高度</p> <p>2、两人推小车接力</p> <p>游戏目的：发展手臂力量</p> <p>游戏方法：将参加者分成若干组，每队可由两人结合，两人一组组成小车。方法是：其中甲卧撑地，乙同学站在甲两腿之间，双手提甲的小腿，甲用双手撑地为车轮。</p> <p>比赛开始，各队第一组从起点推车出发，推至终点，两人再交换推回起点，与第二组击掌后，第二组出发，直至最后一组完成，最先完成者为胜。</p> <p>游戏规则：a 推小车进行途中跌倒，再重新驾车推行 b 未到折返线者返回和未击掌示意出发者为犯规</p> <p>3、介绍：背人接力</p> <p>4、介绍：瞎子摸人</p> <p>5、介绍：障碍接力赛</p> <p>四、检查学生创编游戏： 主要培养学生组织能力，讲解、示范等教学能力。</p> <p>五、整理运动：上下肢放松</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p style="text-align: center;">x x x x x △ x x x x x</p> <p>介绍：背人接力、瞎子摸人、障碍接力赛</p> <p>组织：集体听讲</p> <p>教法：主要讲解游戏的目的、游戏的方法等</p> <p>要求：了解游戏的目的，游戏的方法等</p> <p>四、分组进行：讨论 5 分钟、实践 3-5 分钟（教师讲评）</p> <p>两人一组、相互进行</p> <p>队型：</p> <p style="text-align: center;">x x x x x x x x x x x x x x x</p> <p style="text-align: center;">△</p>	<p>每组游戏练习 1 次（小）</p>
<p>结束部分</p>	<p>5'</p> <p>六、本课小结</p> <p>1、集合，</p> <p>2、教师小结。</p> <p>3、宣布下课。</p>		
<p>场地和器材</p>	<p>体操场地或空地一块</p>		

课后小结	
------	--

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育游戏		课程类型	限选
授课题目	1、学习斗鸡游戏 2、学习龙头抓龙尾游戏 3、介绍游戏方法		授课形式	实践
授课时间	-		周次/课次	第十三周/第 13 次课
教学目标	1、发展力量和灵敏素质，培养机智顽强的素质品质 2、培养学生之间协作精神及灵活性 3、让学生了解游戏方法			
重点、难点	3、让学生了解游戏方法			
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）				
课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）

<p>开始部分</p> <p>准备部分</p> <p>基本部分</p>	<p>5'</p> <p>15'</p> <p>55'</p>	<p>1、集合、整队</p> <p>2、师生相互问好</p> <p>3、点名、</p> <p>4、宣布本课任务</p> <p>5、提出课堂及考试</p> <p>一、活动操一套</p> <p>活动各个关节练习（每人一节）</p> <p>二、游戏</p> <p>1、斗鸡</p> <p>游戏目的：发展力量和灵敏素质，培养机智顽强的素质品质</p> <p>游戏方法：将游戏者分为两人一组，站在圆圈内，游戏开始后，游戏者双方单脚站立。另一腿屈起，用手握住屈起腿的踝关节。双方在圆圈内用屈起的膝盖相互撞击，将对方撞出圈外者为胜。</p> <p>游戏规则：a:只准用两膝撞击，不得用手或肩去推撞 b 游戏中间不得换脚，不得出圈。</p> <p>教学提示：</p> <p>a 游戏中可以躲闪，以巧取胜</p> <p>B 可以采用分组的形式进行，以积分多少决定胜负</p> <p>C 可采用撞肩等方式进行游戏</p>	<p>队型： XXXXXXXXX</p> <p> XXXXXXXXX</p> <p> △</p> <p>一、二：组织：集体</p> <p> x x x x</p> <p> x x</p> <p> △ x</p> <p> x x x x</p> <p>练习：重复进行</p> <p>要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高</p> <p>三、组织、集体</p> <p> x x x x</p> <p> x △ x</p> <p> x x x x</p> <p>教法：</p> <p>1、讲解：游戏目的、方法</p> <p>2、示范：请学生一起进行</p> <p>练习：集体、重复进行练习</p> <p>要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作</p> <p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易度。</p>	<p>中</p> <p>每个游戏练习4-5次(大/中/大)</p>
-------------------------------------	---------------------------------	--	---	-----------------------------------

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育游戏	课程类型	限选
授课题目	考试：实践操作（上交游戏创编和改编书稿）	授课形式	实践
授课时间	-	周次/课次	第十四周/第 14 次课
教学目标	平时成绩占 10%，游戏创建和改编 35%，课堂实践 35%。		
重点、难点	游戏创编和改编 35%，课堂实践 35%		

教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）

课的部分	时间	内容	组织教法	负荷（量、强度）
开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、 4、宣布本课任务 5、提出课堂及考试要求	队型： XXXXXXXXX XXXXXXXXX △	
基本部分	70'	考核内容和评分标准 3、游戏的改编或创编（35分），每位学生改编和创编各一个游戏。 （5） 编的游戏具有新意和实效性，每个游戏得 20 分。 （6） 编写游戏时，对有的游戏有所改进，有一定的新意和实效，每个得 15 分 （7） 对已有的游戏方法、内容、规则等改进不大，每个游戏得 5 分。 （8） 在编写游戏的过程中照抄已有的游戏教材，不予评分。 4、课堂组织教学（35分） （5） 在课堂实践中，讲解精炼、清楚、突出重点，组织严密，运动负荷合理，参加者兴趣浓厚，效果好。（30-35分）	组织考核： 1、学生按学号依次进行 2、教师根据考核情况和评分标准进行评判 考核要求： 按考核内容和评分标准要求进行	

基本部分		<p>(6) 在课堂实践中上述问题均表现较好 (25-30 分)</p> <p>(7) 在课堂实践中上述问题均表现一般 (20-25 分)</p> <p>(8) 在课堂实践中上述问题均表现较差和差 (15-20 分)</p> <p>3、平时成绩 (10 分)</p> <p>(1) 考勤</p> <p>(2) 学习态度</p> <p>(3) 课堂组织纪律</p> <p>(4) 课堂抽查学生实践等</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p style="text-align: center;">x x x x</p> <p style="text-align: center;">x △ x</p> <p style="text-align: center;">x x x x</p>	
结束部分	5'	<p>1、集合</p> <p>2、教师小结。</p> <p>3、宣布下课。</p>	<p>队型：</p> <p style="text-align: center;">x x x x x</p> <p style="text-align: center;">x x x x x</p> <p style="text-align: center;">x x x x x</p> <p style="text-align: center;">△</p>	
场地和器材	体操场地或空地一块			
课后小结				

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育游戏	课程类型	限选
授课题目	1、学习叫号接球游戏 2、两人推小车接力 3、体操趣味性练习	授课形式	实践
授课时间	-	周次/课次	第十五周/第 15 次课
教学目标	体育游戏考核		
重点、难点	3、提高学生的积极性		
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）			
课的部分	时间	内容	组织教法
开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、 4、宣布本课任务 5、提出课堂及考试要求	队型： XXXXXXXXX XXXXXXXXX △ 一、二：组织：集体
准备部分	15'	一、关节操练习 二、趣味动作练习：兔跳、大象走、还狮走、摇船 三、游戏考核	X X X X X X △ X X X X X 练习：重复进行
基本部分	55'		要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高 三、组织、集体 X X X X X △ X X X X X 教法： 1、讲解：游戏目的、方法 2、示范：请学生一起进行 练习：集体、重复进行练习 要求：初步掌握游戏的讲解（目的、方法等）和实践操作 教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易度。
			中
			每个游戏练习 4-5 次（大/中/大）

基本部分		<p>六、本课小结</p> <p>1、集合，</p> <p>2、教师小结。</p> <p>3、宣布下课。</p>	<p>教法提示：动作方法可根据学生情况增减难易程度</p> <p style="text-align: center;"> x x x x x △ x x x x x </p> <p style="text-align: center;">△</p>	
结束部分	5'			<p>每组游戏练习 1 次（小）</p>
场地和器材	<p>体操场地或空地一块</p>			
课后小结				

上海交通大学通识核心课程之体育文化教案

教师姓名：朱慧芳

授课对象：大一-----大四学生

课程名称	趣味体育	课程类型	限选
授课题目	1、学习斗鸡游戏 2、学习龙头抓龙尾游戏 3、介绍游戏方法	授课形式	实践
授课时间		周次/课次	第十六周/第 16 次课
教学目标	1、发展力量和灵敏素质，培养机智顽强的素质品质 2、培养学生之间协作精神及灵活性 3、让学生了解游戏方法		
重点、难点	3、让学生了解游戏方法		
教学设计（内容安排与要求、组织形式、时间分配）			
课的部分	时间	内容	组织教法
开始部分	5'	1、集合、整队 2、师生相互问好 3、点名、 4、宣布本课任务 5、提出课堂及考试	队型： xxxxxxx xxxxxxx △ 一、二：组织：集体
准备部分	15'	一、活动操一套 活动各个关节练习（每人一节）	x x x x x x △ x x x x x x
基本部分	55'		练习：重复进行 要求：充分活动开四肢，使身体兴奋性提高
			中
			每个游戏练习 4-5次(大/中/大)

基本部分	五、本学期小结 1、集合 2、教师小结 3、寄语学生，临别赠言	<p>队型：</p> <pre> X X X X X X X X X X X X X X X △ </pre>	
结束部分	5'		
场地和器材	体操场地或空地一块		
课后小结			