

# 信息技术与体育学科融合教案跳高

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/zhishi/a/169851233425477.html>

范文网，为你加油喝彩！

工程项目管理制度-short比较级



2023年10月29日发(作者：优美语段)

## 《跨越式跳高》与信息技术融合

### 基本信息

姓名 林耕 学段学科 小学体育与健康

区县 台江区 学校名称 台江第一中心小学

教学题目 跨越式跳高

所选教材

人教版《体育》三~四年级（水平二）

### 一、学习内容分析

#### 1.学习目标描述（知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观）

知识与技能：了解跨越式跳高的动作方法，基本掌握跨越式跳高的动作要领。

过程与方法：通过在低杆上的练习，使70-80%的学生能够将跨越式跳高的过杆动作正确完成，发展学生下肢、及身体的协调性、灵敏性。

情感态度与价值观：培养学生相互合作，积极体验，勇于克服困难，勇敢顽强的良好品质。

#### 2. 学习内容与重难点分析

学习内容：跨越式跳高由助跑、起跳、腾空过杆、落地四个部分衔接组成，我将本课的教学重点放在过杆落地动作上

。让学生在本科中基本掌握跨越式跳高的两腿依次摆过杆，增强腿部力量，

提高弹跳力，发展灵敏性和协调性，为学生以后学习打下基础，让其掌握一种良好的体育锻炼手段。

重点：起跳腿的充分蹬直和摆动腿的积极上摆

难点：一脚蹬地起跳与另一腿屈膝上提动作的合理衔接

项目 内容 应对措施

教学重点 起跳腿的充分蹬直和摆动腿的积极做地蹬摆练习，站立，一手抓支撑物，起跳腿

上摆 在前，摆动腿在后，摆动腿向异侧上方摆动，

精品资料

起跳腿配合充分蹬伸。要求摆腿屈膝折叠并膝

内扣，加速摆至最高点，异侧臂配合上摆， 同

时拨腰、顶肩，髋部前送并扭转。

教学难点 一脚蹬地起跳与另一腿屈膝上提动多步走动起跳练习，站立，起跳腿在后，摆动

作的合理衔接 腿在前，起跳腿向前迈步放脚，摆动腿积极向

前摆 动。要求走动时，起跳腿积极主动向前

迈步放脚， 并在摆动腿与手臂的有力配合下

迅速完成跳腿。

二、学习者特征分析（说明学生的已有知识基础、学习习惯等信息）

本课的教学对象是四年级学生,虽然他们有一定的运动技能储备,但对于跨越式跳高的技术细节动作掌握还不够深入,通过本次课的教学,希望提高他们对跨越式跳高的认识.

三、学习环境选择

1. 学习环境选择（A D ）

A.简易多媒体教室 B.交互式电子白板 C.网络教室 D.移动学习环境

四、流程规划与活动设计（描述整体教学环节规划，  
按顺序说明每一环节中教学内容、呈现方式、

教师活动、学生活动以及设计意图等）

教学环节 教师活动 学生活动 设计意图与效果

知识点与教学呈现方式

内容 （如图片/

视频等 )

准备部分 一、课堂常规 音乐伴奏 1.教师提出要求，热身操可以疏松

1.体育委员整队激发学生的学习学生身体的各部

队 兴趣。 位，通过游戏提

2.师生问好 2.组织学生进行练高兴奋性为后面

1.学生站队静

齐快。

2.学生注意力

集中，精神饱

满。

3.学生随音乐

跟着教师进行

精品资料

---

3.宣布课的任习。 的运动做准备。

务及要求 3.巡视观察，对有

二、准备活动 错误的动作进行

徒手健身操 口头纠正。

三、游戏 4.示范动作并带领

1.“ 石头剪刀学生一起练习。

布 ”

2.“ 耍棒 “

基本部分 一、跨越式跳图片 1. 教师讲解要求。 1.学生5人一通过录制的视频

活动一 高 视频录制 组进行练习。 和图片可以更直

1.多方式过视频播放 2.练习时互相观的让学生了解

杆，引开跨越观察保护,互相动作要领，还可

式跳高。 评价。 以将学生的动作

2.一步过杆练3.观察视频中情况及时反馈给

习:教学重点的同学演示,哪学生本人看，而

---起跳腿的充里好哪里不影像的呈现使学

分蹬直和摆动好。 生能更清楚的看

腿的积极上4.根据教师的到自己动作上的

摆。 要求,巩固练不足。

3.跨越式跳高习。

的过杆落地:5请动作标准

做操。

2.组织学生进行练

习，对学生的练习

提出要求。

3.教师激励学生，

然后展示图片进

行讲解。

4.巡视观察，指导

有错误的同学。

5.教师将学生练习

过程拍下来，播放  
给同学们看，请学  
生进行评价，教师  
总结，提出要求再  
练习。

精品资料

---

助跑3步,过杆的同学出来示  
之后摆动腿积范。

极下压，起跳

腿积极上提。

基本部分游戏：“众人划音乐 1.教师讲解游戏方1.认真听讲解，游戏练习使学生

活动二 桨撑大船” 法 乐于接受教师得良好个性得到

2.教师与学生进行所布置的任务 充分彰显，促进

示范 2. 仔细观察教个性发展，培养

3.组织学生进行练师的示范动作 学生敢于竞争的

习 3.进行游戏。 精神。

4.组织学生游戏

结束部分 1.放松 音乐 教师语言引导学在老师的语言通过音乐使学生

2.小结 生在音乐声中做提示下进行放的身心都得到了

放松练习。 松练习。 放松。

五、评价方案设计

1. 评价形式与工具 ( ADE ) 可多选

A.课堂提问      B.书面练习      C.制作作品      D.测验      E.其他

2. 评价量表内容 ( 测试题、作业描述等 )

自我评价：在学习过程中，学生对自己在本课中的学习状态以及在集体活动中自己的表现进行自我评价。

评价方式：自我击掌鼓励

精品资料

---

同伴评价：在分组练习过程中，学生之间根据自己及对方的表现，进行相互评价。

评价方式：每个小组选出在本课学习过程中表现突出以及进步最大的同学，在游戏“众人划桨撑大船”中担任一次本组指挥员。

教师评价：在学习过程中，教师始终关注学生的学习状态。

评价方式：教师通过观察、提问、个别辅导、语言激励以及为全班同学进行展示，提高学生学习积极性。

测试：学生跳高成绩统计表 ( 24人 )

六、备注

精品资料

---

---

Welcome To

二年级家长会-打桌球



敏而好学，  
不耻下问。

——孔子



来自天下photophoto.cn 编号：15018357

更多 在线阅览 请访问 [https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发