



天水师范学院

TIANSHUI Normal University

学校体育学课程教案

(2024—2025 学年度第一学期)

学 院 _____ 体育运动与健康学院

系 别 _____ 体育教育

任课班级 _____ 体育教育专业 2023 级 1 班、2 班

任课教师 _____ 程晖

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职 称: 教授
授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人 数:
课次/授课时间: 1

课程名称	绪论、第一章 我国学校体育的发展概况		学时	2
教学内容	绪论、第一章 我国学校体育的发展概况	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标: 了解我国学校体育的历史发展脉络, 掌握我国学校体育的主要政策法规, 理解学校体育在学校教育中的重要地位和作用。</p> <p>能力目标: 能够分析学校体育发展的影响因素, 能够评估学校体育政策的实施效果, 能够制定简单的学校体育活动计划。</p> <p>素质目标: 培养学生的体育精神和健康意识, 提高学生的团队协作和沟通能力, 增强学生的责任感和使命感。</p>			
教学重点	我国学校体育特征与发展趋势	教学难点	我国学校体育的发展趋势	
课程思政理念	1. 引导学生树立正确的体育价值观。 2. 培养学生的爱国情怀和民族精神。 3. 强化学生遵守社会公德和体育道德的观念。			
教学方法和手段	1. 教师设疑导入新内容 2. 教师介绍我国古代学校体育发展历史			
教学设计				
环节	教学过程		课程思政	
【问题导入】	(介绍本门学科, 强调学习要求)		在回顾发展史时引导学生树立正确的体育价值观, 培养学生的爱国情怀和民族精神。	
	设疑: 什么是学校体育			

<p>【知识讲授】</p>	<p>第一章 我国学校体育的发展概况 第一节 我国学校体育的沿革 1. 我国古代学校体育简况 设疑：学校体育从什么时候出现？ 学校体育的发展受哪些因素影响？ 2. 我国近代学校体育形成与发展概述 3. 新中国成立以来学校体育发展概况 第二节 我国现阶段学校体育的主要特征和发展趋势 1.我国现阶段学校体育的主要特征 2.我国现阶段学校体育的发展趋势</p>	
<p>【启发探究】</p>	<p>学校体育存在的问题</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>学生讨论影响学校体育发展因素有哪些？</p>	
<p>【课程小结】</p>	<p>学校体育学是体育教育专业学生必修的主干课程，它对认识学校体育，掌握体育教学方法、课余运动训练和竞赛有重要的作用。我国学校体育的发展曲折而漫长，现阶段正处在一个课程改革的浪潮上，向着多元化和“健康第一”的方向发展。</p>	
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		
<p>改革开放以来学校体育思想发展概况体质教育思想、快乐体育、成功体育等。</p>		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 2

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第二章 学校体育的功能与目标	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标:</p> <ol style="list-style-type: none">了解学校体育的基本概念、特点和意义。掌握学校体育的基本知识和技能,包括体育理论、运动技巧、健康知识等。了解学校体育在不同教育阶段的作用和任务,包括小学、初中、高中和大学的体育课程设置和要求。 <p>能力目标:</p> <ol style="list-style-type: none">具备基本的体育技能和运动能力,如跑、跳、投、抛等。掌握至少一项擅长的体育运动项目,并具备在该项目中的技能水平。能够参与团队运动,具备良好的合作精神和团队协作能力。具备自我保护意识和能力,了解如何在运动中预防伤害和应对突发情况。 <p>素质目标:</p> <ol style="list-style-type: none">培养积极的生活态度和健康的生活方式,包括良好的作息习惯、饮食习惯和运动习惯。培养自信心、勇气、毅力和耐力等心理素质,提高应对挫折和压力的能力。培养遵守规则、尊重他人、公平竞争的道德品质和社会责任感。提高自主学习的意识和能力,主动参与体育活动和锻炼,实现终身运动的目标。			
教学重点	我国学校体育的目标	教学难点	学校体育的功能	
课程思政理念	<ol style="list-style-type: none">树立正确的世界观、人生观和价值观,理解体育在国家和社会发展中的重要地位和作用。增强民族自豪感和国家意识,弘扬中华体育精神,传承和发展中华优秀传统文化。培养社会主义核心价值观,践行爱国主义、集体主义和社会主义思想。树立全球视野和国际观念,了解世界体育的发展趋势和国际体育交流与合作的意义。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程		课程思政	

【问题导入】	设疑：体育对人有哪些作用	增强民族自豪感和国家意识，弘扬中华体育精神，传承和发展中华优秀传统文化。
	一、学校体育功能的概念 二、学校体育的本质功能 1. 提高大脑的工作能力 2. 促进有机体的生长发育 3. 提高人体功能 4. 调节人的心理 三、学校体育的一般功能 1. 教养功能 2. 教育功能 3. 促进个体社会化功能 4. 养育的功能 5. 促进学生个性全面发展功能 四、学校体育本质功能与一般功能的关系	
【知识讲授】	一、学校体育与全面发展教育 1. 学校体育与德育 2. 学校体育与智育 4. 学校体育与美育 二、学校体育与全民健身 1. 学校体育在全民健身中的地位和意义 2. 学校体育与终身体育 三、学校体育与健康教育 四、学校体育与竞技运动	
【启发探究】	学校体育的功能	
【学生讨论】	现阶段我国学校体育的目标及实现我国学校体育目标的途径和基本要求有哪些？	
【课程小结】		
教学反思		
教学延伸		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 3

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第二篇 学校体育教学 第三章 体育教学目标、过程和基本规律	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标：</p> <ol style="list-style-type: none">掌握体育的基本概念、基本原理和基本知识。了解体育的起源、发展和趋势。掌握各项体育运动的基本规则和技术要领。 <p>能力目标：</p> <ol style="list-style-type: none">培养学生的运动技能和运动能力，包括速度、力量、耐力、协调性、灵敏性等。提高学生的体育实践能力和竞技水平，能够参与各类体育比赛并取得良好成绩。培养学生的体育组织和管理能力，能够组织小型体育活动和比赛。 <p>素质目标：</p> <ol style="list-style-type: none">培养学生良好的体育道德和比赛风尚，遵守比赛规则，尊重裁判，尊重对手，胜不骄，败不馁。培养学生的团队合作精神和集体荣誉感，能够在集体项目中发挥自己的作用。培养学生的意志品质和毅力，勇于面对挑战和困难，不轻易放弃。			
教学重点	《体育与健康》课程目标及目标体系	教学难点	《体育与健康》课程目标及目标体系	
课程思政理念	<ol style="list-style-type: none">培养学生的爱国主义精神和民族自豪感，通过体育比赛激发学生的爱国热情。培养学生的社会责任感和公民意识，让学生了解体育在社会中的重要地位和作用。引导学生树立正确的价值观和生活态度，让学生通过体育运动感受到健康和快乐的重要性。			

教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2.教师教授 3.教师提问	
教学设计		
环节	教学过程	课程思政
【问题导入】	教师设疑： 体育课与其他课有什么不同	引导学生树立正确的价值观和生活态度，让学生通过体育运动感受到健康和快乐的重要性。
【知识讲授】	<p>体育教学的概念</p> <p>一、体育教学特点</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在体育教学中学生要承受一定的生理负荷 2. 体育教学组织的多变和复杂 3. 体育教学中人际交往频繁 4. 体育教学有利于开展有针对性的思想品德教育 <p>二、体育教学目标</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 体育教学目标及特征 <p>体育教学目标是指在一定时间和范围内，师生经过努力后所要达到的教学结果的标准、规格或状态。</p> <p>特征：详细说明目标的内容、用特定的术语描述教学后所要达到的结果的详细规格</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 制定体育教学目标的依据 <p>学校体育目标与课程标准 体育教学的本质特征与功能 学生身心发展的特点及其规律 实际条件和可能</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. 制定体育教学目标的要求 <p>反映体育教学的发展趋势 教学目标应具整体性 体育教学目标必须明确、具体、尽可能量化</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. 体育教学目标应具有一定的弹性 	
【启发探究】	制定体育教学目标的依据和要求有哪些？	
【学生讨论】	尝试制定一份课时计划的教学目标	
【课程小结】		
教学反思		
教学延伸		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授
授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数: _____
课次/授课时间: 4

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第三章 体育教学目标、过程和基本规律	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标: 学生能够理解体育教学的基本过程和基本规律, 包括体育课程的结构、体育教学方法、体育训练原理等。</p> <p>能力目标: 学生能够运用所学的体育知识和技能进行有效的体育锻炼, 掌握各种体育技能和运动技巧, 并具备自我评估和调整运动强度和方向的能力。</p> <p>素质目标: 通过体育教学, 培养学生的体育精神、团队协作能力、意志力和毅力等素质, 提升学生的身心健康水平, 增强学生的社会适应能力。</p>			
教学重点	体育教学过程的基本要素和规律	教学难点	体育教学过程的规律	
课程思政理念	在体育教学中融入爱国主义、集体主义和社会主义核心价值观教育, 培养学生的爱国情怀、社会责任感和良好的道德品质, 树立正确的世界观、人生观和价值观。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问 4. 视频录像			
教学设计				
环节	教学过程		课程思政	
【问题导入】	以体育教学录像导入		培养学生的体育精神、团队协作能力、意志力和毅力等素质	
	1. 播放录像 2. 引导学生思考体育教学过程的要素			

<p>【知识讲授】</p>	<p>一、体育教学过程的一般概述</p> <p>1. 体育教学过程的实质与特点</p> <p>认识过程：</p> <p>1)认识对象具有特殊性</p> <p>2)认识条件具有特殊性</p> <p>3)认识的任务具有特殊性(教养、教育、发展)</p> <p>实践过程：</p> <p>1)实践目的的特殊性</p> <p>2)实践环境的特殊性</p> <p>2.体育教学过程的概念。</p> <p>二、体育教学过程的基本要素</p> <p>教师：主导作用</p> <p>学生：主体作用</p> <p>教材：显性教材、隐性教材</p> <p>传播媒介：语言、教学方法、组织措施、场地器材、设备和电化手段</p> <p>三、体育教学过程的基本规律</p> <p>1. 体育教学过程的一般规律</p> <p>2. 体育教学过程的特殊规律</p>	
<p>【启发探究】</p>	<p>如何理解体育教学过程？它有哪些基本要素？</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>试述体育教学的一般规律和特殊规律？</p>	
<p>【课程小结】</p>		
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 5

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第四章 体育教学内容与手段 (1)	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 掌握各种体育器材和设施的使用方法和保养知识。2. 了解不同体育项目的规则和技术要求。3. 掌握各种运动损伤的预防和急救知识。 <p>能力目标：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 能够独立进行各种体育运动和锻炼，提高身体素质和运动能力。2. 能够根据不同的运动项目选择合适的器材和场地，掌握正确的技术动作。3. 能够组织和指导小型体育活动和比赛，具备一定的体育管理能力。 <p>素质目标：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 培养积极向上的生活态度和健康的生活习惯，提高自我保健意识。2. 培养团队合作精神和竞争意识，增强意志力和自信心。3. 培养良好的运动道德和体育精神，遵守规则，尊重对手，胜不骄、败不馁。			
教学重点	选择教学内容	教学难点	领会新《课标》精神	
课程思政理念	<ol style="list-style-type: none">1. 增强学生的爱国情怀和民族自豪感，弘扬中华体育精神。2. 培养学生的集体主义精神和奉献精神，为集体荣誉而努力。3. 引导学生树立正确的价值观和人生观，追求健康、积极、向上的生活方式			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师讲授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程		课程思政	

【问题导入】	通过提问导入	引导学生树立正确的价值观和人生观，追求健康、积极、向上的生活方式。
	导入教学内容的概念	
【知识讲授】	<p>一、体育教学内容的概念与意义</p> <p>1. 概念</p> <p>体育教学内容是反映为了达到体育教学目标而选用的体育知识和技能体系。它是在体育教学实践中教师教与学生学的实际材料。</p> <p>2. 意义</p> <p>体育教学内容对于实现体育教学目标有十分重要的意义，它是构成教学活动的基本要素，是实现体育教学目标的重要条件，每一项内容的教学活动的完成都使整个教学工作更接近于最终目标的实现。</p>	
【启发探究】		
【学生讨论】		
【课程小结】		
教学反思		
教学延伸		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 6

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第四章 体育教学内容与手段 (2)	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标: 学生能够理解体育教学的基本过程和基本规律, 包括体育课程的结构、体育教学方法、体育训练原理等。</p> <p>能力目标: 学生能够运用所学的体育知识和技能进行有效的体育锻炼, 掌握各种体育技能和运动技巧, 并具备自我评估和调整运动强度和方法的能力。</p> <p>素质目标: 通过体育教学, 培养学生的体育精神、团队协作能力、意志力和毅力等素质, 提升学生的身心健康水平, 增强学生的社会适应能力</p>			
教学重点	体育教学手段	教学难点	各种体育教学手段的运用	
课程思政理念	学生需要树立正确的体育教育观, 理解体育教育的意义和价值, 培养健康的生活方式和积极向上的体育精神。这包括尊重规则、公平竞争、团队合作、坚持不懈、自律自强等方面的思政教育内容。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程			课程思政
【问题导入】				
设疑:	体育教材有哪些? 小学、中学、大学在体育教材上有哪些不同			理解体育教育的意义和价值, 培养健康的生活方式和积极向上的体育精神

<p>【知识讲授】</p>	<p>体育教材分为教师用书和教科书 教师用书：各教材具体内容、教材内容分析与研究、教学要求与手段、教学注意事项 教科书：体育课本，供教师和学生共同使用 一、小学体育教材特点 二、中学体育教材特点 三、高等学校体育教材特点 一、体育教学手段的概念和意义 二、体育教学手段的分类 三、体育教学手段的运用</p>	
<p>【启发探究】</p>	<p>什么是体育教学手段？</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>举例说明体育教学手段在教学中的运用模式。</p>	
<p>【课程小结】</p>		
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 7

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第五章 发展学生的体能	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标: 学生能够理解体能的概念、意义和作用,掌握基本的体能训练原理和方法,了解不同运动项目的体能需求和特点。</p> <p>能力目标: 学生能够运用所学的体能训练方法,自主进行有效的体能训练,提高自身的力量、速度、耐力、柔韧性和协调性等身体素质,同时能够根据不同的运动项目需求,制定相应的体能训练计划并实施。</p> <p>素质目标: 通过体能训练,培养学生的意志品质、团队协作精神、自律意识等,提高学生的综合素质,为未来的学习和工作打下坚实的基础。</p>			
教学重点	体育概念、生物学基础	教学难点	生物学基础	
课程思政理念	在体能训练过程中,培养学生的爱国主义精神、集体主义观念和社会责任感,树立正确的体育道德观和价值观,引导学生积极向上、健康阳光的生活态度。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程			课程思政
【问题导入】				
导入	体育也叫体适能,主要通过体育锻炼而获得。保持良好的体能可以使我们的身体更健康、精力更旺盛、生活更美好、生命更有价值。 每个人获得健康都需要有一定的体育,便每个人所需的体育水平不尽相同,一个人良好的体能与其年龄、性别、体型、职业和生理的缺陷等有关。			培养学生的爱国主义精神、集体主义观念和社会责任感,

<p>【知识讲授】</p>	<p>一、体能的概 念 所谓体能是有机体在运动中所表现出来的能力，主要包括身体基本活动能力(简称运动能力)和身体素质两个方面。运动能力一般是指机体在体育活动中表现出来的走、跑、跳、投、攀爬、悬垂、支撑、搬运、负重、平衡、滚翻等的能 力，也是人们在日常生活、劳动和运动中不可缺少的基本能力。 身体素质是指人体在身体活动中，各器官系统表现出的速度、力量、耐力、灵敏等的机体能力。 与健康有关的体能包括：心肺耐力、柔韧性、肌肉力量、肌肉耐力、身体成分等。 与运动技能有关的体能包括速度、力量、耐力、灵敏性、协调性、平衡、反应等。</p> <p>二、发展体能的意 义 发展学生的体育是学校体育的重要目标之一。是学校体育区别于其他教育活动的显著标志。</p> <p>三、发展体能的特 点 发展体能是以运动动作实践为基础，要求学生在运动过程中通过反复练习，以达到发展体能的目的。</p> <p>四、运动能力与身体素质的关系</p> <p>一、遗传变异对体能发展的影响 研究证明：人在形态结构、生理功能和运动能力等方面受到遗传和环境的影响，但影响的程度各不相同，其中形态特征所爱的影响大于机能的特征。</p> <p>二、体能发展的生理生化基础 新陈代谢是人体生命活动的基本特征之一，是维持生物体生长、繁殖、运动等生命活动过程中化学变化的总称。</p> <p>三、体能发展的阶段性特征 身体素质的发展表现出明显的波浪性和阶段性特征。</p>	<p>树立正确的体育道德观和价值观</p>
<p>【启发探究】</p>	<p>何谓体能？发展体能有什么意义？</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>分别写出小学、初中、高中阶段学生身体素质发展的敏感期。</p>	
<p>【课程小结】</p>		
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授
授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数: _____
课次/授课时间: 8

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	发展学生的体能	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	1. 知识目标: 掌握发展体能的原理和方法, 树立“健康第一”的教育观念。 2. 能力目标: 能够运用体能发展的原理和方法, 制定个人体能发展计划, 并实施计划。 3. 素质目标: 培养健康意识, 树立正确的体育观念, 增强体育素质和身体健康水平。			
教学重点	发展体能的原理、方法	教学难点	正确的发展体能	
课程思政理念	培养健康意识, 树立正确的体育观念, 增强体育素质和身体健康水平。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程			课程思政
【问题导入】	复习上节课内容			培养健康意识, 树立正确的体育观念, 增强体育素质和身体健康水平
发展体能的原理	发展体能原理的概念: 根据体育教学的目标, 遵循体育教学过程的规律, 而制定的体育教学过程中发展体能的基本要求。			
【知识讲授】	第三节 发展体能的原理 一、全面性原理 二、适量性原理 三、持续性原理 四、健康性原理 第四节 发展体能的方法 一、重复法 二、变换法 三、持续法			

	<p>四、间歇法</p> <p>五、循环法</p> <p>六、综合法</p>	
【启发探究】	发展体能的方法有哪些？如何贯彻这些原则？	
【学生讨论】	发展体能的方法有哪些、运用时要注意哪些问题？	
【课程小结】	<p>发展体能的原则是体育教育工作者在长期教学实践中经验的总结和归纳，是发展体能教学中必须遵循的规律，有全面性、适量性、持续性、健康性原则。发展体能的方法是为了实现锻炼身体，增强体质和发展体能教学目标，所采取的各种工作方式。常用的有重复法、变换法、持续法、间歇法、循环法综合法。</p>	
教学反思		
教学延伸		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 9

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第六章 体育知识与运动技能教学	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标：</p> <ol style="list-style-type: none">掌握体育运动的基本原理和概念，如运动生理学、运动生物力学、运动解剖学等。了解不同运动项目的规则、技巧和战术，例如篮球、足球、游泳等。理解体育精神和体育道德，以及在体育运动中的公平竞争和团队协作原则。 <p>能力目标：</p> <ol style="list-style-type: none">具备基本的运动技能，例如跑、跳、投掷、游泳等。掌握一定的运动技巧和战术，能够在比赛中运用。具备团队协作和独立运动的能力，能够在集体运动项目中配合队友或独立参与。 <p>素质目标：</p> <ol style="list-style-type: none">培养良好的体育精神，包括自律、拼搏、坚韧不拔等品质。培养良好的体育道德，如尊重裁判、公平竞争、尊重对手等。提高身体素质，包括心肺功能、肌肉力量、柔韧性等。			
教学重点	体育知识与运动技能的原则	教学难点	体育知识与运动技能的原则	
课程思政理念	<ol style="list-style-type: none">培养爱国主义精神，通过参与集体项目增强国家荣誉感。弘扬中华体育精神，传承中华体育文化。培养集体主义精神，增强团队协作能力。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程		课程思政	
【问题导入】				

<p style="text-align: center;">导入</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 讲解体育知识和运动技能教学情景 2. 设疑 	<p style="text-align: center;">弘扬中华体育精神， 传承中华体育文化， 培养集体主义精神， 增强团队协作能力。</p>
<p style="text-align: center;">【知识讲授】</p>	<p>一、体育知识教学的意义与特点</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 体育知识的涵义与分类 2. 体育知识教学的意义 3. 体育知识教学的特点 <p>二、运动技能教学的意义与特点</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 运动技能的性质 2. 运动技能教学的意义 3. 运动技能教学特点 4. 运动技能形成过程及各阶段的教法特点 <p>第二节 体育知识与运动技能的教学原则</p> <ol style="list-style-type: none"> 一、知识技能教学与能力培养相结合原则 二、直观与思维相结合原则 三、区别对待与因材施教原则 四、循序渐进原则 	
<p style="text-align: center;">【启发探究】</p>	<p>运动技能形成的 3 个阶段的教学任务与教法特点</p>	
<p style="text-align: center;">【学生讨论】</p>	<p>体育知识与运动技能教学原则有哪些？贯彻这些原则应注意的问题是什么？</p>	
<p style="text-align: center;">【课程小结】</p>		
教学反思		
教学延伸		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 10

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第六章 体育知识与技能教学	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	1. 知识目标: 学生需要掌握体育知识与技能的教学方法, 这意味着他们需要了解如何有效地教授这些知识和技能。这涉及到对教学计划、教学策略、评估方法等方面的理解, 以及能够将这些知识应用到实际教学中。 2. 能力目标: 提高学生的教学能力是关键。这包括能够有效地讲解、示范和纠正错误。 3. 素质目标: 根据学生的不同需求和水平进行个性化教学。学生还需要学会如何评估学生的学习进步, 以便提供反馈和调整教学方法。			
教学重点	讲授法、语言法	教学难点	语言法	
课程思政理念	在教授体育知识和技能的过程中, 可以融入一些思政元素。例如, 通过团队运动培养学生的团队合作精神, 通过竞赛教导学生尊重规则和对手, 通过耐力训练培养学生的毅力和毅力。这些元素可以帮助学生发展良好的价值观和品格。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程		课程思政	
【问题导入】				
导入	教师讲解导入新课		通过耐力训练培养学生的毅力和毅力。这些元素可以帮助学生发展良好的价值观和品格	

<p>【知识讲授】</p>	<p>第三节 体育知识与运动技能教学方法 一、体育与卫生保健知识教授方法 1. 讲授法 2. 谈话法 3. 演示法 4. 讲练法 二、运动技能的基本教学方法 1. 语言法 1)讲解 2)口令与指示 3)口头评价 4)口头汇报 5)默念与自我暗示</p>	
<p>【启发探究】</p>	<p>如何正确讲解体育技术动作？</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>常见的体育知识教学方法有哪些？如何正确运用这些方法？</p>	
<p>【课程小结】</p>		
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职 称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 数:

课次/授课时间: 11

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第六章 体育知识与运动技能教学	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标:</p> <ol style="list-style-type: none">掌握运动技能的基本原理和概念。了解不同运动项目的技能要求和特点。理解运动技能学习的阶段和过程。 <p>能力目标:</p> <ol style="list-style-type: none">具备正确学习和掌握运动技能的能力。能够在指导下进行技术练习和训练。能够运用所学技能进行比赛或实际应用。 <p>素质目标:</p> <ol style="list-style-type: none">培养良好的体育精神和竞技道德。增强意志力和耐挫能力,提高自我调控能力。培养团队合作精神和沟通能力。			
教学重点	教学方法的运用	教学难点	学练法	
课程思政理念	<ol style="list-style-type: none">引导学生树立正确的价值观,弘扬爱国主义精神。培养学生的集体主义观念,增强社会责任感。引导学生认识体育在促进身心健康、增强民族凝聚力和展示国家形象方面的积极作用,进一步增强学生参与体育运动的意识。教导学生尊重规则、尊重裁判、尊重对手,遵守比赛纪律和秩序,做到公正竞赛。同时,要引导学生树立安全意识,确保自身和他人的安全。在教学过程中,注重培养学生的自主探究和创新能力,鼓励学生发挥自己的特长和优势,不断追求卓越。同时,要引导学生树立正确的胜负观念,做到胜不骄、败不馁。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				

环节	教学过程	课程思政
【问题导入】		
导入	老师提问复习上节课内容	
【知识讲授】	第三节 体育知识与运动技能教学方法 二、运动技能的基本教授方法 2. 直观法 1)动作示范 2)直观教具与模型演示 3)电影、幻灯、投影、电视、录像 4)助力与阻力 5)定向与领先 3. 完整与分解法 4. 预防和纠正错误法 5. 游戏与竞赛法 三、体育知识与运动技能的学练法 自学法：阅读法和观察 自练法：模仿练习法、反馈练习法、强化练习法 自评法：目标自评法、动作自评法、效果自评法	
【启发探究】	常见的运动技能教学方法有哪些、如何正确运用这些方法？	
【学生讨论】	选择一个运动技能运用，确定教学目标和适当的教学方法	
【课程小结】	体育技能教学方法是学生掌握运用技能的平台，有语言法、直观法、完整法和分解法、预防和纠正错误法、游戏与竞赛法等，并向以学生的主动的学的方向改革，关注学生的学习方法，在体育教学过程中注重合作学习法、目标学习法等变革	
教学反思		
教学延伸		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职 称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人 数:

课次/授课时间: 12

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第七章 思想品德教育与发展个性	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标：</p> <ol style="list-style-type: none">理解思想品德教育的重要性及其在个人和社会发展中的作用。掌握思想品德教育的基本概念、原则和方法。了解个性发展的基本要素和过程，包括自我认知、自我调节和自我实现等方面。 <p>能力目标：</p> <ol style="list-style-type: none">具备分析和解决实际生活中思想品德问题的能力。掌握个性发展的规律和方法，能够进行自我评估和自我调整。培养批判性思维和独立思考能力，能够评估和吸收不同思想观念。 <p>素质目标：</p> <ol style="list-style-type: none">树立正确的世界观、人生观和价值观，增强社会责任感和公民意识。培养积极向上、乐观进取的人生态度，具备良好的心理素质和自我调节能力。尊重他人、关心社会，具备良好的人际交往能力和团队合作精神。			
教学重点	体育教学中思想品德教育的内容、途径和方法	教学难点	学生个性发展	
课程思政理念	学生需要了解社会主义核心价值观的内容，包括富强、民主、文明、和谐、自由、平等、公正、法治、爱国、敬业、诚信、友善等。学生需要理解这些价值观的内涵和实践意义，以及如何在日常生活中践行这些价值观。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程			课程思政
【问题导入】				
导入	复习体育教学的目标			

<p>【知识讲授】</p>	<p>第一节体育教学中思想品德教育的原则</p> <p>一、方向性原则</p> <p>二、正面教育原则</p> <p>三、尊重学生与严格要求相结合原则</p> <p>四、集体力量教育的原则</p> <p>五、知行统一的原则</p> <p>第二节体育教学中思想品德教育的基本内容</p> <p>一、体育教学中思想品德教育的基本内容</p> <p>1. 社会主义思想教育</p> <p>2. 爱国主义教育</p> <p>3. 集体主义教育</p> <p>4. 民主法制和组织纪律教育</p> <p>二、体育教学中思想品德教育的途径</p> <p>1. 体育课堂常规</p> <p>2. 体育教材内容</p> <p>3. 课的组织教学</p> <p>4. 突发事件处理</p> <p>三、体育教学中思想品德教育的方法</p> <p>1. 说服法 2. 榜样法 3. 评比法 4. 表扬法 5. 批评法</p> <p>一、个性的概念</p> <p>二、体育教学对学生个性发展的作用</p> <p>1. 体育教学能使学生个性得到充分的展示和发展</p> <p>2. 体育教学对学生个性发展能起稳定作用</p> <p>3. 体育教学对学生个性发展起调整作用</p> <p>三、在体育教学中发展学生个性的基本要求</p> <p>1. 善于识别和承认学生的个性</p> <p>2. 辩证处理统一要求与发展个性的关系</p> <p>3. 认真钻研教材，设计新颖的组织教法</p> <p>四、发展学生个性的方法</p> <p>1. 启发诱导法</p> <p>2. 学导法</p>	<p>学生需要理解这些价值观的内涵和实践意义,以及如何在日常生活中践行这些价值观。</p>
<p>【启发探究】</p>	<p>体育教学中思想品德教育有哪些途径和方法?</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>体育教学对发展学生个性的作用及基本要求?</p>	
<p>【课程小结】</p>	<p>思想品德教育是学校体育教学目标之一，是培养全面发展人才所必须的内容，而体育教学在培养思想品德教育上有独特的作用。</p>	
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授
授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:
课次/授课时间: 13

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第八章 体育课教学	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	<p>知识目标</p> <ol style="list-style-type: none">学生将了解体育的基本知识和技能,包括各种运动项目的规则和技巧,以及正确的运动姿势和呼吸练习。学生将理解体育锻炼对身体健康的积极影响,包括增强体质、提高免疫力、促进身心发展等。 <p>能力目标</p> <ol style="list-style-type: none">学生将能够熟练掌握和应用各项体育运动的基本技能,包括跑、跳、投、抛等。学生将能够通过体育锻炼提高身体素质,包括力量、速度、耐力、灵敏度和协调性等。学生将能够自主制定和执行运动计划,提高自主锻炼的能力。 <p>素质目标</p> <ol style="list-style-type: none">学生将培养积极向上的生活态度和热爱体育的精神,形成良好的体育道德和团队协作精神。通过体育锻炼,学生将培养克服困难、挑战自我的勇气和毅力,增强自信心和抗压能力。学生将了解公平竞争和规则意识的重要性,培养尊重对手、遵守规则的品质。学生将通过参与团队运动,学会沟通、协作和领导能力,为未来的社会生活打下基础。			
教学重点	体育课的结构	教学难点	体育课各部分的内容、教学目标	
课程思政理念	学生通过学习体育课的结构和内容,能够更好地认识到体育在个人健康、社会交往和竞技比赛方面的重要性,从而培养他们具备正确的体育价值观和良好的体育道德。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程		课程思政	
【问题导入】				

<p>导入</p>	<p>教师讲解范例，导入新课</p>	
<p>【知识讲授】</p>	<p>第一节体育课类型与结构 二、体育课的类型 指根据体育教学目标、教材内容特点和学生学习的需要所划分课的种类。 体育理论课：讲授课、考核课 实践课：新授课、复习课、综合课、考核课 1) 新授课 2) 复习课 3) 综合课 4) 考核课 2. 体育实践课的基本结构 1) 课结构的概念与意义 课的教学过程包含因素 课的组织工作安排顺序 2) 体育实践课结构的理论依据 学生生理机能活动能力变化规律 学生心理活动变化规律 教学过程的一般规律 3) 课的结构 基本结构：准备部分、基本部分、结束部分 各部分的目标、内容、组织教法、时间安排 微观结构</p>	
<p>【启发探究】</p>	<p>课外查找一个体育课的教学案例</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>设计一节体育课的各部分内容、时间</p>	
<p>【课程小结】</p>	<p>体育课的类型与结构是了解和掌握体育课教学的基础，传统的体育课类型与结构的依据以及如何安排课的结构受到课程改革的冲击，体育课的类型和结构发生了很大的变化，这些变化促进了体育教学的改革。</p>	
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 14

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第八章 体育课教学(第二节体育课的组织)	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	1. 知识目标: 使学生了解体育课组织的内容, 包括课程结构、教学计划、教学目标等, 使学生了解理论课的组织形式和教学方法, 包括讲解、演示、案例分析等。 2. 能力目标: 使学生掌握体育课的不同的教学分组形式, 如集体教学、分组教学、个别辅导等。 3. 素质目标: 使学生学会体育课场地器材的设置和布局, 了解不同场地器材的使用方法和注意事项, 使学生掌握体育课的评价方法和标准, 能够进行客观的评价和反馈。			
教学重点	体育实践课的组织	教学难点	分组轮换	
课程思政理念	培养学生的组织纪律性和集体主义精神, 增强学生的团队协作意识。 培养学生的体育文化素养和运动兴趣爱好, 促进学生的身心健康和全面发展。 培养学生的自我管理和自我约束能力, 树立良好的行为规范和道德风尚。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程			课程思政
【问题导入】				
导入	教师抽取学生的作业进行展示并讲评			培养学生的体育文化素养和运动兴趣爱好, 促进学生的身心健康和全面发展。

<p>【知识讲授】</p>	<p>第二节 体育课的组织</p> <p>一、概念</p> <p>二、体育课组织的内容</p> <p>1. 体育理论课组织工作的内容 课堂常规、集中学生注意力、提问、讨论、板书、演示挂图模具、组织学生朗读、课堂测验、练习、布置作业</p> <p>2. 体育实践课组织工作的内容</p> <p>体育理论课的组织</p> <p>1. 组织教学、安定课堂秩序</p> <p>2. 复习提高、加强新旧知识的联系</p> <p>3. 讲授新内容</p> <p>4. 巩固新内容</p> <p>体育实践课的组织</p> <p>1. 体育课常规</p> <p>课前、课中、课后常规</p> <p>1. 教学场地器材的布置</p> <p>2. 队伍、队形安排与调动</p> <p>3. 体育教学的组织形式</p> <p>(1) 班级的教学组织形式</p> <p>(2) 课内的组织形式</p> <p>1) 全班教学</p> <p>2) 班内分组</p> <p>a. 分组不轮换</p> <p>b. 分组轮换</p> <p>两组一次等时轮换</p> <p>两组一次不等时轮换</p> <p>三级两次等时轮换</p> <p>先合(分)组，后分(合)组</p>	
<p>【启发探究】</p>	<p>你认为体育课可以按哪些方式进行分组？</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>不同分组教学形式的适用条件是什么？</p>	
<p>【课程小结】</p>		
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授
授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数: _____
课次/授课时间: 15

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第八章 体育课教学(第三节 体育实践课的密度与负荷)	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	1. 知识目标: 学生能够理解和掌握体育课密度与负荷的基本概念, 包括它们的定义、影响因素和重要性。 2. 能力目标: 学生能够运用所学的知识和技能, 计算和测量体育课的密度和负荷, 并能够根据实际情况进行合理的调节。 3. 素质目标: 学生能够明确课程密度与负荷对于课程的影响。			
教学重点	体育课密度、负荷的测量、计算及调节	教学难点	体育课密度、负荷的测量	
课程思政理念	学生能够认识到体育课密度与负荷的重要性, 以及它们对身体健康和锻炼效果的影响, 从而培养健康生活的观念和意识。同时, 通过学习调节方法, 学生还能够培养自我管理和适应能力, 提高自身的素质和竞争力。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程			课程思政
【问题导入】	从具体的体育课导入主题			通过课程训练培养学生的毅力和耐心。这些元素可以帮助学生发展良好的价值观和品格。
	体育课实践课的密度 1. 概念 一般密度与专项密度 2. 课的密度的安排与调控 认真备课, 周密设计; 改进和提高组织水平; 改进教法, 提高教学技巧, 加强学生思想、纪律教育。 3. 体育课密度测定与评价方法 1) 测定的准备工作 2) 测定工作的具体操作 3) 测定数据统计整理 a. 课综合密度的统计整理 b. 练习密度的测定与计算 练习时间的划分 c. 课密度统计与制图 d. 课密度测定结果的分析			

	课中各项活动所占时间的比例是否适当；学生做练习的时间是多少，比例是否合适；总结的意见和提出改进建议	
【知识讲授】	<p>二、体育实践课的负荷</p> <p>体育实践课的负荷包括生理负荷和心理负荷。</p> <p>1. 体育课的生理负荷</p> <p>1) 概念与意义</p> <p>2) 体育课生理负荷的安排</p> <p>3) 体育课生理负荷的调控</p> <p>4) 体育课生理负荷的测定与评价方法</p> <p>学生自我感觉</p> <p>观察法</p> <p>生理测定法</p> <p>2. 体育课的心理负荷</p> <p>1) 心理负荷的概念</p> <p>2) 体育课心理负荷的安排</p> <p>3) 心理负荷的测定</p>	
【启发探究】		
【学生讨论】		
【课程小结】		
教学反思		
教学延伸		

天水师范学院体育学院教案

2024-2025 学年第一学期

课程名称: 学校体育学 任课教师: 程晖 职称: 教授

授课专业: 体育教育 年级班级: 2023 级 1 班、2 班 人数:

课次/授课时间: 16

课程名称	学校体育学		学时	2
教学内容	第八章 体育课教学	授课对象	体育教育专业 2023 级 1 班、2 班	
教学目标	1. 知识目标: 通过本课程的学习, 学生应能够掌握体育课的基本知识和技能, 了解体育课的密度与负荷的测量与控制方法, 能够科学地进行体育课的教学与训练。 2. 能力目标: 学生应能够运用所学的知识和技能, 根据不同的教学内容和教学对象, 合理安排体育课的密度与负荷, 能够制定科学合理的体育课教学计划和训练方案, 提高学生的运动技能和体能水平。 3. 素质目标: 通过教授使学生掌握如何高质量完成体育课教学			
教学重点	实践中测量课的密度与负荷	教学难点	密度测量中判定学生练习的时间, 负荷测量中即时脉搏的测量	
课程思政理念	通过本课程的学习, 学生应树立正确的体育观念和健康意识, 了解体育精神与文化内涵, 培养良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式, 树立积极向上的人生观和价值观。			
教学方法和手段	1. 学生讨论发言 2. 教师教授 3. 教师提问			
教学设计				
环节	教学过程			课程思政
【问题导入】	通过提问导入体育课教学中的各个部分			引导学生树立正确的价值观和生活态度, 让学生通过学习感受到健康和快乐的重要性, 学会体育教学。
	测量体育课的负荷 1. 集合 2. 检查人数 3. 宣布本课内容 4. 提示测量课的负荷的方法 5. 巡回指导 6. 纠正学生测量过程的错误 7. 总结测量过程的优缺点			

<p>【知识讲授】</p>	<p>测量运动密度</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 提示测量方法 2. 在学生练习时提醒学生开表计时和停表 3. 巡回指导并回答学生的问题 4. 及时纠正学生错误 5. 总结测量的情况 	
<p>【启发探究】</p>		
<p>【学生讨论】</p>		
<p>【课程小结】</p>	<p>体育课的密度和运动负荷的测量是体育教师必备的一项技能，它是课的分析与评价的一个重要内容。因此，必须深刻理解密度和运动负荷的测量方法以及体育课中调节密度与负荷的方法。</p>	
<p>教学反思</p>		
<p>教学延伸</p>		

任课教师按照天水师范学院《关于规范教师教案编写要求的通知》和体育运动与健康学院统一教案模版撰写，符合要求，并确认签字。

任课教师签字：_____

系主任签字：_____

教学院长签字：_____

2024年1月18日