**高一体育备课组集体备课记录**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **时间** | | **2020年 12月 28日** | **中心发言人** | **陶仁** | **备课组长** | **刘哲** |
| **主要议题：《素质练习-上下肢力量、速度和耐力》课时计划设计** | | | | | | |
| **主**  **备**  **人**  **陈**  **述** | **一、指导思想：**略  **二、教学特点：**略  **三、教材选择：**根据学生的身心特点及新课标的要求，选择素质训练中上下肢力量、速度和耐力为主教材。  **四、教学目标：**  1、培养学生积极参与活动的积极性和主动性。  2、学习与掌握上下肢力量、速度和耐力的技术动作。  3、通过素质教学发展上下肢力量与全身运动能力。  4、培养学生兴趣，体验成功，培养自信。  **五、教学过程：**  教法：1、讲解示范 学法：1、积极参与练习培养兴趣  2、组织学生练习 2、认真听讲仔细观察教师示范  3、观摩学习，师生评议 3、积极练习认真体会  4、纠正学生错误动作 4、积极参与训练，体验成功，培养自信。  5、补偿性练习  6、师生评议  小结：1、放松  2、课的总结  3、评议 | | | | | |