

主题：字母的认知

项目	教学内容	器材及组织形式	动作要领及动作进阶	教学情境用语	组次/时间	发展目标
准 备	开课前： 1、询问是否要去洗手间。 2、提醒小朋友把自己的水杯拿进场地，放在指定的位置。	集合： 小朋友们站再指定的位置等待。 师生行礼相互问好。 老师：小朋友们好！ 小朋友：老师好！	1、主课老师介绍自己与助课老师，小朋友们再简单的自我介绍（如有新来的小朋友要重点介绍） 2、告知小朋友课中如有不舒服或其他问题要及时告诉老师。 3、未经老师允许，不要离开教室、不要乱跑、不可以攀爬大器械。 4、宣布开始上课，在准备玩游戏之前，让孩子认识一下最基本的字母。	老师说话的方式，语速要慢，咬字要清晰，要有耐心，时刻观察孩子的动态，简单介绍一下游戏及课程内容。	2~3 分钟	目标： 消除孩子与老师的陌生感；培养孩子礼貌意识和规则意识。
热 身 游 戏	游戏名称： Duck duck goose	器材： 无 组织： 在场地中间坐成一圈，形式类似于丢手绢。	要领： 小朋友们就像丢手绢一样，面对面围成一圈，一个小朋友在圈外，轻轻的拍小朋友们的头，说 duck、duck、duck，当说到 goose 的时候，goose 的这个小朋友就要赶紧站起来追拍他的小朋友，拍他的小朋友要赶紧跑回来坐在圈里，不要被抓到。 进阶： 无 备注： ① 在游戏的过程中，老师要提醒孩子去拍没有跑过的人，保证每个人都能动起来。 ② 本节课的主题是字母的认知，建议在玩游戏的时候，用 duck duck goose。	情景： 在这个游戏组织的过程中，老师要注意适时的带动气氛。	7~8 分钟	目标： 让孩子的身体做好准备

项目	教学内容	器材及组织形式	动作要领及动作进阶	教学情境用语	组次/时间	发展目标
素质 (动作)	<p>1、综合： 字母大闯关 (可以在素质开始之前，让孩子先认识这些字母)</p> <p>2、下肢力量： 抽签跳绳梯 (该素质，可以充分发挥老师的想象力)</p>	<p>1、器材：斜坡垫、体操垫、爬行垫、功能圈 组织：按照蛇形队形摆放，第一排摆放斜坡垫跟体操垫，第二排摆放爬行垫，第三排摆放功能圈，第四排在地上贴一条直线。</p> <p>2、器材：绳梯 组织：在起点位置放一个小箱子，里面装上各种字母，孩子抽到了什么字母，就用什么样的方式通过绳梯。</p>	<p>1、要领：第一排，让孩子变成字母 I，做树枝滚，第二排让孩子变成字母 O，做前滚翻，第三排让孩子变成字母 B，做单脚跳，第四排让孩子变成字母 T，垫脚尖走。 备注： 可以调整功能圈的距离；把前滚翻变成后滚翻，增加难度。</p> <p>2、要领：抽到了字母 A，就把手举起来，双脚开合跳，抽到了字母 B，就单脚跳过去，抽到了字母 Z，就 Z 字形跳…… 备注： 结合字母会导致有些动作有一定的难度，要是抽到了难一点的，不要太去强调动作应有的准确度，多鼓励孩子。</p>	<p>1、情景：这里有一群可爱的小字母，它们想通过我们设置的障碍，看看他们是怎么玩的……</p> <p>2、情景：小字母也想通过长长的小桥，但是呢，每个字母长得都不一样，他们能怎么过去呢？你们可以告诉我吗？</p>	10 分钟/3 组 (两项选项一项进行练习)	目标： 发展全身的协调性以及创造力，同时加强孩子对字母的认知。
	综合耐力： 藏沙包	<p>器材：标志桶（大号）、沙包、字母卡片 组织：在教室的一侧放置一排标志桶，标志桶上面分开贴上字母 A、B、C、D。</p>	<p>要领：老师拿着沙包，让孩子闭上眼睛，不能偷看，快速的把沙包藏在同一个字母下面，然后告诉孩子，沙包藏在字母 A 里面，你们能快点帮忙找出来吗？</p> <p>备注： ① 轮换着把沙包藏在不同的字母里面。 ② 人多的时候，可以把沙包分散藏在不同的字母里面，让孩子排成竖排，第一排的孩子去找字母 A 里面的沙包，第二排孩子去找字母 B 里面的沙包，依次类推。</p>	<p>情景：我把宝石藏在不同的秘密地点了，等会，看看你们能不能找到，如果你们想找到的话，记得听我的秘密咒语，芝麻开门-字母 A。</p>	10 分钟/3 组	目标： 提高孩子的心肺耐力

项目	教学内容	器材及组织形式	动作要领及动作进阶	教学情境用语	组次/时间	发展目标
核心柔韧	<p>1、核心: 石头剪刀布</p> <p>2、柔韧: 身体开花 跪式压肩 小海豹</p>	<p>器材: 圆盘爬行垫每人一块, 按摩棒一根。</p> <p>组织: 根据人数的不同, 进行相应的摆放, 要做到所有孩子都能看到老师做示范</p>	<p>1、要领: 坐在垫子上, 双手置于身后撑地, 指尖向前, 双腿并拢伸直“剪刀”, 双腿左右开立伸直“布”, 双腿并拢, 双膝弯曲, 大腿贴近腹部“石头”。</p> <p>2、要领: 让孩子尽自己的力量达到身体伸展的最远处就可以, 然后循序渐进地引导孩子进一步拉伸</p>	<p>1、情景: 接下来我们来玩一个小游戏, 但是呢, 需要先来玩几局剪刀石头布, 赢了我就告诉你……</p> <p>2、情景: 尝试用动物的姿势去引导孩子做动作</p>	5 分钟	<p>1、目标: 腰腹背的核心力量</p> <p>2、目标: 发展身体柔韧性</p>
放松	按摩放松	<p>器材: 按摩棒</p> <p>组织: 躺在垫子上</p>	<p>要领:</p> <ol style="list-style-type: none"> 四肢以及后背重点放松 注意用语, 应采用“接下来按摩这里可能会有点痒”而不是“没事的, 一点都不痒” 	<p>情景: 擀面条 做面条</p>	5 分钟	<p>目标: 放松身体以便恢复疲劳避免酸痛</p>
讲评结束	讲评	<p>组织: 让孩子围着老师坐下, 老师应能观察到每一位孩子</p>	<p>要领:</p> <ol style="list-style-type: none"> 正面积极的评价 下一步改善的建议 		5 分钟	<p>目标: 激励孩子, 增添自信</p>
备注	1、素质（动作）部分 20 中, 每次课保证综合耐力练习, 其他两项根据课堂变化自选一项进行练习。2、若每项内容有剩余时间, 老师可组织反复练习。3、老师跟孩子沟通、讲解时间不宜过长, 少说, 勤行动。					
创新反馈						