

## 第一单元教学设计

教学单元名称	学校体育理论，体育舞蹈恰恰恰相关理论. 基本礼仪、形体训练		学时	2
教学单元目标	能力目标： 1、通过学习体育理论，建立健康第一的理念； 2、能懂得基本礼仪基本礼仪、能形成正确的形体训练。			
	知识目标 1、了解恰恰恰舞蹈相关理论，掌握一些体育锻炼方法； 2、基本掌握基本的形体训练。			
	素质目标 1、培养学生的自信心； 2、培养学生的自我锻炼、自我管理意识。			
教学内容编号	教学内容名称	训练任务	拟实现的能力和素质目标	训练方式手段及步骤
1	学校体育理论，组织形式及体育课堂常规；	学校体育理论，体育课堂常规	能按要求上体育课程	1、老师讲解 2、学生组织安排
2	恰恰恰的起源、发展、特点、趋势、锻炼意义	恰恰恰的起源、发展、特点、趋势、锻炼意义	能基本了解恰恰恰的舞蹈特点	1、老师讲解 2、老师示范舞蹈风格
3	基本礼仪、形体训练	基本舞蹈礼仪、社交礼仪，基本的身体形态练习	能将所学运用到实际社交活动中，并改正不良身体形态	1、讲解、示范 2、老师口令指导学生练习并纠正错误动作 3、用音乐配合练习 4、学生分组练习，老师巡回指导

学情分析	学生以前上过体育课，有一定的运动基础，但对理论内容不熟悉，通过教师耐心讲解，让孩子们掌握大学体育和体育舞蹈的基本理论，同时掌握恰恰舞的基本理论和风格、特点。最后学生初步学会形体练习的基本方式方法，逐渐改善不良姿势。			
教学重难点	1， 重点掌握大学体育概述，树立健康第一的思想 2， 难点是掌握体育舞蹈的理论和形体练习内容			
教学法	讲述法、示范法、分解教学法、完整教学法、表演法等			
教学材料（设备）准备	舞蹈房、镜子、音响、把杆			
教学过程	教学内容（项目内容）	学生活动	主要教学手段和方法	时间分配（分钟）
1、准备部分	组织形式及体育课课堂常规	由学生自己组织，按照课堂常规整理队形	讲解示范法、直观演示法	5
2、理论讲解	学校体育理论	听老师讲解	讲授法、任务驱动法等	10
	恰恰恰的起源、发展、特点、锻炼意义	听老师讲解	讲授法、任务驱动法等	20
3、基本部分	基本礼仪、形体训练	学习基本礼仪、形体训练	分解和完整示范法、纠错法	50
4、结束部分	整理放松，进行课堂小结，布置课后作业	整理放松，回顾学习内容	分解和完整示范法，讲授法	5
教学评价	学生们本节课全勤到课，学习兴致和参与度高，学习效果良好，95%的同学较好的完成了动作的学习，达到预设的教学目标。			
教学反思	针对本节课的互动不足，接下来我要丰富课堂内容和教学方法，更好地带动学生学习积极性和主观能动性。			

## 第二单元教学设计

教学单元名称	恰恰基本舞步-原地律动		学时	2
教学单元目标	能力目标：原地律动 1、懂得舞蹈基本礼仪、基本形体训练。 2、能跳出基本恰恰基本舞步-原地律动。			
	知识目标 1、基本掌握舞蹈基本礼仪、基本形体训练。 2、基本掌握恰恰基本舞步-原地律动。			
	素质目标 3、培养学生的自信心； 4、有效地缓解学生精神及心理压力，陶冶情操。			
教学内容编号	教学内容名称	训练任务	拟实现的能力目标 和素质目标	训练方式手段 及步骤
1	基本礼仪、形体训练	基本舞蹈礼仪、社交礼仪，基本的身体形态练习	能将所学到运用到实际社交活动中，并改正不良身体形态	1、讲解、示范 2、老师口令指导学生练习并纠正错误动作 3、用音乐配合练习 4、安排学生分组练习，老师巡回指导

2	恰恰恰基本步：站姿、手臂位置练习、原地律动。	配合音乐恰恰恰基本步练习	能配合音乐练习恰恰恰基本舞步原地律动	1、讲解、示范 2、老师口令指导学生练习并纠错 3、用音乐配合练习。 4、双人配合练习。
学情分析	通过上节课的练习，学生具备一定的运动协调能力。但是第一次学恰恰恰舞动作，非常的害羞扭动胯位，对音乐节奏也不能较准确的把握。			
教学重难点	重点掌握舞蹈基本礼仪、基本形体训练 难点是掌握恰恰恰基本舞步			
教学法	讲述法、示范法、分解教学法、完整教学法、表演法等			
教学材料（设备）准备	舞蹈房，镜子、音响、把杆			
教学过程	教学内容（项目内容）	学生活动	主要教学手段和方法	时间分配（分钟）
1、准备部分	准备活动，各个关节韧带的拉伸练习	按体操队形散开，跟老师一起做准备活动	分解和完整示范法、纠错法	10
2、基本部分	基本礼仪、形体训练	学习基本礼仪、形体训练	分解和完整示范法、纠错法	30
	恰恰恰基本步：站姿、手臂位置练习、原地换重心、原地律动	学习恰恰恰站姿、手臂位置、原地换重心、原地律动，然后分小组练习，配合音乐练习，	分解和完整示范法、纠错法、重复法，口令法。	45

3、结束部分	整理放松,进行课堂小结,布置课后作业,	整理放松,回顾学习内容,下课,与老师再见	分解和完整示范法,讲授法	5
教学评价	学生们本节课全勤到课,学习兴致和参与度高,学习效果良好,90%的同学较好的完成了动作的学习,达到预设的教学目标。			
教学反思	针对本节课的学生自信心不足,接下来我会丰富课堂内容和教学方法,多多鼓励学生,更好地帮助学生掌握动作要领。有效的提高学生的学习和主观能动性。			

### 第三单元教学设计

教学单元名称	恰恰恰基本步—横移步		学时	2
教学单元目标	能力目标: 1、通过学习恰恰恰基本步,学生能配合音乐练习恰恰恰基本舞步; 2、懂得舞蹈基本礼仪、基本形体训练,能跳出基本恰恰基本舞步。			
	知识目标 1、基本掌握恰恰恰舞蹈基本舞步—横移步; 2、基本掌握听懂恰恰恰舞蹈音乐—横移步。			
	素质目标 1、培养学生的自信心; 2、培养学生高雅的气质。			
教学内容编号	教学内容名称	训练任务	拟实现的能力和素质目标	训练方式手段及步骤
1	基本礼仪、形体训练	基本舞蹈礼仪、社交礼仪,基本的身体形态练习	能将所学运用到实际社交活动中,并改正不良身体形态	1、讲解、示范 2、老师口令指导练习并纠正错 3、音乐配合练习 4、学生分组练习,老师指导。

2	恰恰恰基本步：横移步	配合音乐恰恰恰基本步练习	能配合音乐练习恰恰恰基本舞步	1、讲解、示范 2、老师口令指示并纠错 3、配乐练习 4、双人配合练习。
学情分析	通过上节课的练习，学生具备了一定的运动协调能力。这是第二次学恰恰恰舞动作，可以正确的扭动胯位并会走横移步了，但舞感较弱，对音乐节奏有了初步的理解。			
教学重难点	重点掌握舞蹈基本礼仪、基本律动和横移步 难点是熟练配乐掌握基本律动和横移步			
教学法	分解和完整示范法、纠错法、重复法，口令法、配乐法。			
教学材料（设备）准备	舞蹈房、镜子、音响、把杆			
教学过程	教学内容（项目内容）	学生活动	主要教学手段和方法	时间分配（分钟）
1、准备部分	准备活动，各个关节韧带的拉伸练习	按体操队形散开，跟老师一起做准备活动	分解和完整示范法、纠错法	10
2、基本部分	复习上节课内容：基本礼仪、形体训练。	复习礼仪及形体训练，并分组表演。	完整示范法、纠错法、重复法、表演法。	30
	恰恰恰基本步：横移步。	学习恰恰恰横移步，分小组练习，配合音乐练习。	分解和完整示范法、纠错法、重复法，口令法。	45
3、结束部分	整理放松，进行课堂小结，布置课后练习作业。	整理放松，回顾学习内容。	完整示范法，讲授法。	5

教学评价	学生们本节课全勤到课，学习兴致和参与度进一步提高，学习效果良好，90%的同学较好的完成了动作的学习，达到预设的教学目标。
教学反思	针对本节课学生自信心还不是很足，接下来我会丰富课堂内容和教学方法，多多鼓励学生，更好地帮助学生掌握动作要领。有效的提高学生的学习和主观能动性，要求学生课下多多练习。

### 第四单元教学设计

教学单元名称	恰恰恰基本步—方形步	学时	2
教学单元目标	能力目标： 1、通过学习恰恰恰基本步，学生能配合音乐练习恰恰恰基本舞步； 2、懂得舞蹈基本礼仪、基本形体训练，能跳出基本恰恰基本舞步。		
	知识目标 1、熟练掌握恰恰恰舞蹈基本舞步； 2、基本掌握听懂恰恰恰舞蹈音乐。		
	素质目标 1、培养学生的自信心、合作意识、团队精神。 2、培养学生高雅的气质，提高学生的艺术修养与审美意识。		
教学内容编号	教学内容名称	训练任务	拟实现的能力和素质目标 训练方式手段及步骤

1	基本礼仪、形体训练	基本舞蹈礼仪、社交礼仪，基本的身体形态练习	能将所学到运用实际社交活动中，并改正不良身体形态	1、讲解、示范 2、老师口令指导学生练习并纠正错误动作 3、用音乐配合练习 4、安排学生分组练习，老师巡回指导
2	恰恰恰基本步：方形步	配合音乐恰恰恰基本步练习	能配合音乐练习恰恰恰基本舞步	1、讲解、示范 2、老师口令指导学生练习并纠错 3、用音乐配合练习。 4、双人配合练习。
学情分析	通过前面几周的学习和练习，学生具备了一定的运动协调能力。这是第三次学恰恰恰舞动作，可以较熟练的扭动胯位并会走横移步和方形步了，舞感逐渐增强，对音乐节奏有了正确的理解，可以配乐完成所学动作了。			
教学重难点	重点掌握舞蹈基本礼仪、基本律动、横移步、方形步 难点是熟练配乐掌握基本方形步			
教学法	分解和完整示范法、纠错法、重复法，口令法、教学竞赛法。			
教学材料（设备）准备	舞蹈房、镜子、音响、把杆			
步骤	教学内容（项目内容）	学生活动	主要教学手段和方法	时间分配（分钟）
1、准备部分	准备活动，各个关节韧带的拉伸练习	按体操队形散开，跟老师一起做准备活动	分解和完整示范法、纠错法	10

2、基本部分	复习上节课内容： 基本律动、横移步	复习基基本律动、横移步，并分组进行表演	完整示范法、纠错法、重复法。	30
	恰恰恰基本步：方形步	学习恰恰恰方形步，然后分小组练习，配合音乐练习	分解和完整示范法、纠错法、重复法，口令法。	45
3、结束部分	整理放松，进行课堂小结，布置课后练习作业，	整理放松，回顾学习内容，	完整示范法，讲授法	5
教学评价	学生们本节课全勤到课，学习兴致和参与度进一步提高，学习效果良好，90%的同学非常好的完成了动作的学习，教学强度和量度适中，达到预设的教学目标。			
教学反思	针对本节课学生自信心有了明显提高，接下来我会丰富课堂内容和教学方法，多多鼓励学生，更好地帮助学生掌握动作要领。有效的提高学生的学习和主观能动性，要求学生课下多多练习。			

## 第十单元教学设计

教学单元名称	恰恰恰单人组合	学时	2
教学单元目标	能力目标： 1、通过学习恰恰恰基本舞步，学生能够配合音乐练习恰恰恰基本舞步； 2、懂得形体训练，能跳出基本恰恰恰组合。		
	知识目标 1、基本掌握恰恰恰舞蹈组合； 2、听懂恰恰恰舞蹈音乐。		
	素质目标 1、培养职业院校学生审美能力、竞争表现意识， 2、树立团队合作精神和良好的社会交往能力。		

训练项目编号	训练项目名称	训练任务	拟实现的能力目标 和素质目标	训练方式手段 及步骤
1	基本礼仪、形体训练	基本舞蹈礼仪、社交礼仪，基本的身体形态练习	能将所学到实际应用实际社交活动中，并改正不良身体形态	1、讲解、示范 2、老师口令指导学生练习并纠正错误动作 3、用音乐配合练习 4、安排学生分组练习，老师巡回指导
2	恰恰恰单人组合	配合音乐恰恰恰套路练习	能配合音乐练习恰恰恰基本舞步及套路	1、讲解、示范 2、老师口令指导学生练习并纠错 3、双人配合音乐练习。 4、分组练习。
学情分析	学通过前面九周的学习和练习，学生具备了较高的运动协调能力。多次学习恰恰恰舞动作后，学生可以较熟练的扭动胯位并会走所有基础舞步了，舞感逐渐增强，对音乐节奏有了正确的理解，可以配乐熟练完成所学动作了。			
教学重难点	重点掌握舞蹈基本礼仪、基本律动、横移步、方形步等基本步 难点是完成基本步组成的恰恰恰个人组合			
教学法	分解和完整示范法、纠错法、重复法，递进法、口令法、配乐法、表演法。			
教学材料（设备）准备	舞蹈房，镜子、音响、把杆			
步骤	教学内容（项目内容）	学生活动	主要教学手段和方法	时间分配（分钟）

1、准备部分	准备活动， 各个关节韧带的拉伸练习	按体操队形散开，跟老师一起做准备活动	分解和完整示范法、纠错法	10
2、基本部分	复习上课内容：恰恰基本步	复习基本步，并分组进行表演	完整示范法、纠错法、重复法。	30
	恰恰恰单人组合	学习恰恰恰组合，然后分组练习，配合音乐练习. 分组或个人进行表演	分解和完整示范法、纠错法、重复法，递进法、口令法。	45
3、结束部分	整理放松，进行课堂小结，布置课后练习作业，	整理放松，回顾学习内容，	完整示范法，讲授法	5
教学评价	学生们本节课全勤到课，学习兴致和参与度非常高提高，学习效果良好，90%的同学非常好的完成了动作的学习，教学强度和量度适中，达到预设的教学目标。			
教学反思	针对本节课学生自信心明显提高，接下来我会丰富课堂内容和教学方法，多多鼓励和带动学生，更好地帮助学生掌握动作要领。有效的提高学生的学习和主观能动性，要求学生课下多多练习。			