

武术：第一套组合拳

课型：新授课

课时：1 课时

教学目标：

1. 知识与技能目标

通过学踢腿冲拳练习，掌握每个动作技术要领。

2. 过程与方法目标

通过自学模仿、同伴之间的交流学习，培养学生自我解决问题的能力 and 相互合作的良好习惯，组合创编并进行展示，提高学生习武、练武的积极性、主动性同时培养学生的创新意识。

3. 情感、态度与价值观目标

培养学生集体意识和高尚的武德，以及积极认真的态度学习。

教学重点：

- 1、弹踢的技术要领和冲拳组合动作的名称要领及方向和节奏感；
- 2 学生能够通过学习少年拳然后根据所学单个动作创编出内容丰富的小组合。

教学难点：手、眼、身法、步调协调一致。

教学工具（或教学准备）：武术服、多媒体设备

教学过程：

（一）开始部分

- 1、师生相互（抱拳礼）问好。要求：“精、气、神”。
- 2、集体口号——习武重德，强身健体。要求：口号有力。

（二）准备部分

- 1、《功夫熊猫》导入。
- 2、自编武术搏击运动操（自选音乐）。要求：伴随音乐，欢快运动。
- 3、拉伸韧带（自选轻音乐）。要求：学生按教师的要求缓慢拉伸韧带。

（三）基本部分

- 1、教师示范讲解

（1）教师镜面示范

踢腿冲拳练习：弓步冲拳、弹踢冲拳、马步冲拳、歇步冲拳。

(2) 学生集体模仿，根据所制作的各个动作技术要领及图解进行模仿，发现自己在学习中所存在的困惑和难点。的技术要领。要求：认真模仿，伙伴之间讨论。

(3) 教师根据学生所提出的困惑进行示范解答。

(4) 教师领做，学生练习。要求：认真练习，对比教师动作，加强动作。

2、学生分组练习展示并创编动作

(1) 学生在小组长的带领下进行练习，相互之间进行交流，教师巡视指导纠错。

(2) 教师发现学生在练习的过程中存在的错误动作及时进行纠错。

(3) 个人展示擂台赛、分组展示、。要求：展示武术文化元素、动作掌握情况以及精神状态。

(4) 分组创编并展示，根据所学动作（包括今天新学的动作），及老师提出的具体要求，各小组继续创编动作组合，组长起主导作用，组员积极主动参与并齐心协力展示成果。

3、游戏：功夫小子

(1) 示范、讲解游戏规则。

(2) 强调安全。

(四) 放松、小结

(1) 放松运动（自选轻音乐）

组织形式：学生微闭双眼，在舒缓的音乐伴奏下缓慢地跟着教师做放松运动。

(2) 教师对本节课进行小结，评出本节课的武术小明星，师生“抱拳礼”道别。