



山西应用科技学院
SHANXI COLLEGE OF APPLIED SCIENCE AND TECHNOLOGY

课程思政教学设计

(2022—2023 学年第一学期)

院（部）：	基础教学部
学科名称：	体育学
学科代码：	0402
课程名称：	大学体育III（啦啦操）
课程代码：	01010104
主讲教师：	高小丽
职 称：	副教授
教 研 室：	体育活动中心



课程名称	大学体育III（啦啦操）	课程代码	01010104
课程类型	通识必修课（ <input checked="" type="checkbox"/> ） 专业必修课（ <input type="checkbox"/> ）	通识选修课（ <input type="checkbox"/> ） 专业选修课（ <input type="checkbox"/> ）	
总学时	32	总学分	1
学时分配	理论讲授学时：0	实践学时：32	
授课学院	专业	班级	人数
文化传媒学院	文化产业管理	文化产业管理 2101	36
考核方式	考查（ <input checked="" type="checkbox"/> ）	考试（ <input type="checkbox"/> ）	
课程简介	啦啦操课程是面向大二年级开设的一门公共体育选项课。是一项深受广大大学生喜爱的、普及性极强，集体操、舞蹈、音乐、健身、娱乐于一体的集体体育项目。啦啦操在发展学生身体基本素质、审美能力、创新能力、团队协作能力等方面有重要的作用，它完善地弥补了其它健身项目的局限，大多深受广大学生的喜爱，他们大多善于表现自己，注重形体美，个人气质。		
案例简介	本案例是本课程第二章第4节内容，主要内容为组合动作的学习和队形层次的编排。通过学习能全面提高学生审美能力和团队精神，让学生在掌握啦啦操的基本技术动作前提下，学习科学健身的方法，培养学生体育锻炼的兴趣和自我锻炼的能力，为终身体育打下良好基础。		
使用教材	《啦啦操运动》（基础篇·教师用书）/李育林主编； 高等教育出版社 2021.10		
学情分析	本次课的教学对象为文化产业管理 2101 班的学生，选课的基本是女生，她们的身体素质和外形特征相对较好。从生理上讲大学女生正处于青春期，个性张扬，表现自我的欲望较强，渴望了解和接触时尚健身运动，尤其注重形体美和个人气质的培养，啦啦操这项运动正好满足大学女生向往美，追求美的心理需求。但是注意力持续时间不长，兴趣点比较容易转移。		
参考资料	1. 参考书目 [1] 李育林. 啦啦操运动[M]. 北京：高等教育出版社，2021. [2] 健美操、啦啦操运动教程. 苏州大学出版社，2022. 2. 其他教学资源 [1] 全国啦啦操规定套路一级（花球）教学光盘 [2] 啦啦操教学视频 https://www.iqiyi.com/w_19rshvut25.html [3] 全国啦啦操竞赛视频 https://v.qq.com/x/page/n0746fto4i0.html		



案例主题	花球啦啦操组合四
所属章节	第二章全国啦啦操规定套路舞蹈啦啦操（花球）
教学目标	<p>知识传授目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 通过学习让学生能掌握花球啦啦操基本步伐和手位，认识到啦啦操的健身、健心作用。 2. 使学生了解啦啦操一级组合四技术动作特点及健身价值。 <p>能力培养目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 通过学习啦啦操技术动作，发展学生的协调性、灵敏素质，培养学生自主学习能力，形成终身体育意识。 2. 通过合作学习提高学生合作能力、创新能力。 <p>思政育人目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 通过身体练习促进身体全面均匀的发展，培养学生的人生观、价值观、世界观等，提高学生的心理健康水平。 2. 通过合作式的学习方式增强自我归属感，使学生的集体荣誉感得到稳定提升。
教学重点	<ol style="list-style-type: none"> 1. 重心的移动 2. 上下肢的协调配合
教学难点	<ol style="list-style-type: none"> 1. 动作与节奏的有机融合 2. 身体的控制和方位的指向
课程思政融入点及实现方式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 热身活动通过采用歌唱祖国为背景音乐热身，厚植学生的爱国情怀和顽强拼搏的理想信念。 2. 在练习过程中身体承受的肌肉酸痛并要求继续坚持下，使学生养成良好的学习习惯，培养学生艰苦奋斗的精神品质。 3. 通过分组比赛，使学生敬畏规则，准守纪律，尊重比赛，培养学生规则意识和竞争精神。 4. 通过合作创编，使学生学会创新，形成创新意识，培养学生的团队精神。 5. 通过身着华丽服饰在欢快的音乐伴奏下，做出各种造型、动作，使学生形成正确的审美取向，提升审美素养。
教学策略	<p>本节课在教授过程中，通过演示教学法，使学生了解啦啦操的基本技术特点；通过采用分组合作的教学方式，引导学生逐步探究，使学生了解啦啦操规则，掌握运动技能；通过合作队形编排，培养学生解决实际问题的能力和创新能力；通过队列队形的练习树立遵守纪律，敬畏，实现知识传授、能力提升和价值塑造同向同行的课程思政教学目标，形成协同效应。</p>



2.2 小组合作学练

小组合作学练。教师强调啦啦操练习方法，小组长带领各组进行学练。教师在巡回指导中提出建设性建议。组内成员各抒己见，献言献策，相互合作相互配合，承担各自在小组内的着色和责任，为了共同的目标共同努力。

【设计意图】相互合作，群策群力，内化课程核心价值观“合作、责任”。



3. 合作创编阶段（25 分钟）

在分组学练的过程中激发学生的灵感，提示啦啦操以及啦啦操练习队形的创编方法及原则。各学习小组集思广益,努力改编啦啦操组合动作，积极设计啦啦操练习队形的变换形式。

【设计意图】通过啦啦操分组学练，使学生主动参与练习，提高学生的自主学习能力。通过分组队形的编排培养学生的创新精神，实践能力、良好团结协作能力。



教学方式：自主练习法

教学重点：动作协调、熟练

教学难点：各组动作整齐一致

思政点：“合作、责任”核心价值观

教学方式：小组合作法

教学重点：队形编排的对称性

教学难点：队形和动作的衔接

思政点：创新精神、集体主义



4. 分组展示阶段（15分钟）

提示各小组积极实践，小组啦啦操新组合及练习队形的特色变换形式参与交流展示。各组在展示中努力表现出啦啦操的动作美和练习队形的变换美，体验坚持不懈的努力后带来的愉悦感。并进行自评互评，教师通过小组展示视频做总结、评价。

【设计意图】学生运用多彩道具，身着亮丽服饰，在欢快的音乐伴奏下，做出各种造型、动作，形成正确的审美取向，提高审美能力。

教学方式：现场展示法、参观教学法
教学重点：整体学习效果完美展示
教学难点：成员之间的配合
思政点：美育功能





<p>【设计意图】个小组在展示中表现出来的动作美和练习变换队形形式交流学习，并进行自评互评，使学生体验付出后的收获感、成功感，培养学生乐观的生活态度。</p> <p>5. 调整放松阶段：（15 分钟）</p> <p>5.1 集体舞蹈放松操</p> <p>在舒缓的音乐声中，组织学生在轻快的优美的音乐中身心得到放松。引领学生总结课堂的学习成效，交流学习体会，体验身体感受，在和谐的气氛中结束本课学习。</p> <p>【设计意图】放松活动进行拉伸缓解运动后的肌肉酸痛使学生养成良好的行为习惯，提高自制能力。</p> <p>5.2 课堂小结</p>	<p>教学方式：讲解法、示范法</p> <p>教学重点：身心放松</p> <p>教学难点：节奏的律动</p> <p>思政点：贯穿意志品质</p>
--	--



板书设计

教学成效

1. 思政元素融入使得课堂学生能够做到团结合作，互帮互助，共同提高，相互评价，对自己提出更高的要求，提高了学生学习的积极性和主动性，学生课堂活动参与率显著提高。
2. 参加啦啦操展演每个人更加自信，成果更加精彩。
3. 课堂学生组织参与各项体育活动，如运动会、健美操比赛、啦啦操比赛、篮球赛、足球赛，在赛场上啦啦操成为一道亮丽的风景线。
4. 课程思政的引入增强了该课程的吸引力，参全国啦啦操锦标赛人数增多，并在2022年全国啦啦操竞标赛中获得第一名的成绩。
5. 啦啦操课程思政的设计实施促成了教学研究项目的申报与立项，2022年本课程在山西应用科技学院2022年课程思政示范课程建设项目立项。
6. 课程思政的设计实施有效辐射体育类其它项目课程的教学，为体育课其他项目的发展提供了丰富的教学经验，并得以示范推广。

教学反思

在本小节课程的教学当中，挖掘了“爱国情怀”“规则意识”“团队精神”“审美素养”等思政元素，但是还存在一些不足：

1. 在基本部分教学过程中，虽说学生基本达到我事先设计的教学目标，但要注重学生的个体差异，学习能力差的学生要多给与关注，使班级学生均衡发展。
2. 在进行学习动作技能过程中着重引导学生自主学习，注重学用结合和全面发展。
3. 啦啦操组合四动作难度大，如果练习中反复让学生枯燥的练习，只会降低他们的学习热情，并产生厌学，需要创新教学方法来提高学生学习兴趣。



山西应用科技学院