



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

课程思政教学设计

(20__21__—20__22__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(健美操)
课程代码：	01010104
主讲教师：	郭然
职 称：	讲师
教 研 室：	大学体育教研室



课程名称	大学体育III(健美操)	课程代码	119900x17
课程类型	公共通识课 (☒) 公共选修课 () 专业基础课 () 专业核心课 () 专业选修课 ()		
总学时	32	总学分	2
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
财经学院	财务管理	财管(本)2006	57
考核方式	考查 (☒) 考试 ()		
课程简介	《大学体育III(健美操)》作为山西应用科技学院的公共通识课,授课对象为大学二年级非舞蹈类所有本科学生,学生不具备舞蹈功底,开设时间为1个学期,共32学时。本课程是在教授第三套大众健美操一级的基础上,通过故事导入、案例启发、小组合作学习与展演等教学方式,融合思政元素,实现体育课与课程思政同向同行,培养学生综合能力,提高学生的抗挫能力、合作能力、创新能力以及社会适应性,引导学生树立终身体育意识,提升学生的民族自信心,实现课程思政育人。		
案例简介	本案例选取《第三套大众健美操一级组合一》章节为例,通过挖掘思政元素,采用小组合作学习的方式,提高学生的综合能力,引导学生树立终身体育意识,提升学生的民族自信心,实现课程思政育人。		
使用教材	《大学体育教程》/ 韩满朝主编;人民体育出版社 2019		
学情分析	本节课授课对象为财管(本)2006,该班级女生居多,女生相对男生而言具备一定的柔韧性与乐感,对音乐有一定的理解,对健美操项目有极强的学习兴趣与内驱力,能够积极参与课堂教学的组织与互动。		
参考资料	[1]张虹.健美操[M].北京师范大学出版社,2008.12 [2]李乃琼.新编大学体育与健康课程[M].上海交通大学出版社,2017.12 [3]李学军.大学生体育与健康[M].中国传媒大学出版社,2014.5 [4]学习通 健美操 ABC 吴红雨 [5]第三套大众健美操一级视频		

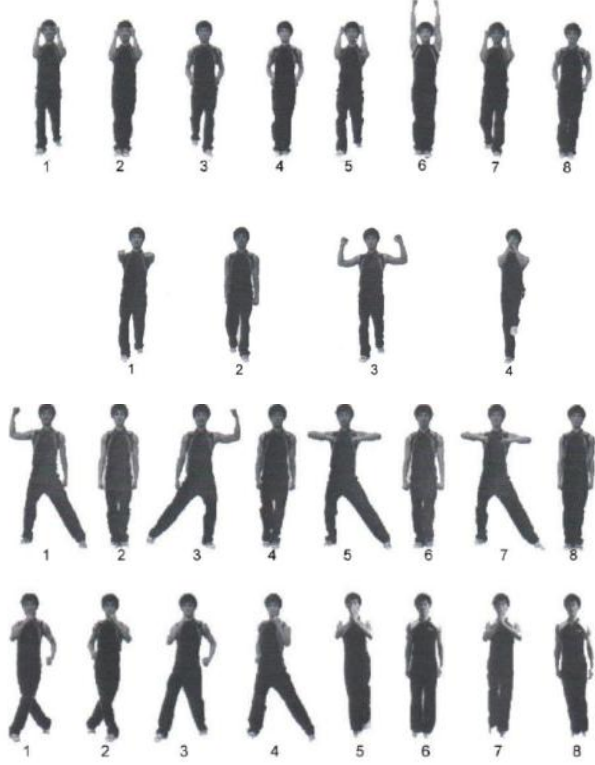


案例主题	第三套大众健美操一级组合一
所属章节	第三套大众健美操一级
教学目标	知识目标: 1.掌握健美操一级组合一的技术动作; 2.了解健美操一级组合一健身价值; 能力目标: 1.通过教学设计,提高学生的抗挫能力、合作能力、创新能力,培养学生自主学习、独立思考、勤于思考、善于思考的能力; 2.通过实例引导,培养学生对健美操的学习兴趣以及赏析能力。 素质目标: 1.通过介绍 2008 年北京奥运会开幕式“击缶而歌”张艺谋团队的创作过程激发学生的学习兴趣,培养学生百折不屈的意志品质与民族自豪感; 2.通过运动渐进热身,理解事物的形成和发展的辩证唯物论。 3.通过案例启发及小组创编学习,培养学生创新、团结协作的意识。 4.通过小组展演,使学生获得成功体验,培养学生乐观自信的生活态度。
教学重点	学生能够参与小组合作学习,并能独立完成组合一技术动作。
教学难点	通过小组合作学习与启发式教学,使学生在组合套路的基础上完成组合创编,培养学生的创新思维、合作学习能力、提升民族自豪感。
课程思政融入点及实现方式	通过故事导入,在学习组合一技术动作的基础上,开展小组合作创编学习,在教学的全过程中融入思政元素,实现体育课与课程思政同向同行。 1. 通过奥运会开幕式“击缶而歌”创作过程的故事导入课堂 在课程开始部分导入故事,激发学生对健美操创编的学习兴趣,培养学生的文化自信,引导学生面对困境百折不屈。 2. 采用循序渐进的热身方法与教学方法 采用循序渐进的热身方法与教学方法,引导学生理解事物发展的客观规律,充分发挥学生学习健美操的主观能动性,养成科学健身的运动习惯。 3. 赏析破亿神曲《骁》及其舞蹈作品 通过赏析在奥运期间具有中国传统文化元素的音乐《骁》及其舞蹈作品的案例,培养学生的创新意识与赏析能力,提升学生的民族自豪感。 4. 采用小组合作学习创编与展演的方式 让学生在合作学习的过程中获得合作学习、互帮互助、共同进步的心灵体验,进一步提高学生创新意识,培养学生乐观自信的生活态度。
教学策略	通过讲解法、示范法、案例启发法、小组练习法等多元教学方式,使学生了解健美操的创编方法,掌握健美操一级组合一的技术动作要领。 采用案例导入与小组合作创编的学习方式,培养学生的抗挫能力、合作能力、创新能力,学习能力以及赏析能力。 通过奥运开幕式“击缶而歌”故事导入、奥运破亿神曲舞蹈创编赏析、小组合作创编与展演,培养学生团结协作、百折不屈的意志品质,提升学生的创新意识与民族自豪,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。



课程思政教学设计	旁 批
1.开始部分（5 分钟） 1.1 故事引导 以国师张艺谋创作 2008 年北京奥运会开模式首个节目“击缶而歌”的故事导入课堂，观看“击缶而歌”现场视频，体现中国传统文化、创编舞蹈的魅力所在。 2008 年北京奥运会对于中国来说意义非常，开幕式第一个表演不仅要能彰显中国五千年的历史文明还要极具震撼，导演团队在经过激烈的讨论与论证的过程中排除了鼓、旗、彩带等道具，最终选定“缶”作为舞蹈道具，并在动作编排、道具制作、演员挑选的过程中克服重重困难最终呈现出震撼全世界的“击缶而歌”。  通过讲述 2008 年北京奥运会开幕式第一个节目“击缶而歌”张艺谋团队创作过程的故事，观看“击缶而歌”现场视频，激发学生学习健美操的兴趣，导入健美操课堂教学常规。 1.2 课堂常规 体委整队、报告人数、师生问好，教师简要介绍教学内容，检查服装，安排见习生，强调课堂安全注意事项。 【设计意图】采用 2008 年北京奥运会开幕式第一个节目“击缶而歌”张艺谋团队的创作过程的故事导入课堂，激发学生学习健美操的兴趣，培养学生百折不屈的意志品质以及文化自信，进一步提升学生的民族自豪感。 2.准备部分（10 分钟） 2.1 设置提问 同学们，运动之前，为什么要做热身运动呢？ 讨论并解答：人体肌肉具有惰性，热身活动可以提高身体的温度，降低惰性、保护肌肉与骨骼免受运动损伤，同时，热身运动可以调动更多的神经元参与运动，提高运动效率，免于受伤。通过科学合理的解释引导学生重视热身准备活动、遵守机体发展的运动规律，调动个体的主观能动性参与课堂热身，养成科学健身的运动习惯。	思政点： 创新能力 民族自信心 百折不屈 教学重点： 导入健美操创编教学、激发学生学习兴趣。 教学方法： 讲授法 启发法 思政点： 事物发展的客观规律 辩证唯物论



课程思政教学设计	旁 批
2.2 热身练习 专项热身操 8 节（4*8 拍） 要求：注意动作规范，身体微微出汗。 【设计意图】了解人体肌肉构造，克服惰性。使学生从运动热身的角度理解辩证唯物论，世界是物质的，遵循事物发展的规律，充分发挥主观能动性。 3.基本部分（80 分钟） 3.1 学习健美操一级组合一正方向动作 3.1.1 教师讲解示范、学生跟练 在讲解示范组合一技术动作的过程中，将动作进行拆解，遵循先下肢、再上肢、由易到难的教学规律，以基本动作为基础，不断加大难度，增加动作变化。并在教学过程中，为学生讲解每个健美操动作的健身价值与意义，强调易错动作与注意点。  【设计意图】学习健美操一级组合一正方向技术动作，带领学生模仿技术动作由易到难、由慢到快、由分解动作到完整技术动作，掌握技术动作的重点与难点。在教学过程中帮助学生理解事物发展的辩证关系。 3.1.2 练习 (1) 小组合作练习 (2) 优生展示 组织教学：以体育小组为单位，分组进行学习与展示，并进行教师点评与互评。	教学重点： 学习组合一正方向技术动作。 教学难点： 动作表现力与合作学习。 思政点： 唯物论 事物发展的客观规律 合作能力 抗挫能力 乐观自信 教学方法： 讲授法 示范法 小组练习法 纠错法 比赛法



课程思政教学设计	旁 批
【设计意图】通过小组合作练习，让学生体验互帮互助、团结协作、共同进步的过程，培养学生合作学习的能力与团结协作的精神。 ×× ×× ×× ××× ×× ×× ×× ××× ▲ ×× ×× ×× ××× ×× ×× ×× ××× 3.2 学习健美操一级组合一反方向动作 教师示范组合一反方向技术动作，强调反方向动作的注意事项，要求学生充分发挥小组合作学习的优势，互帮互助。 3.2.1 小组合作练习 3.2.2 优生展示 【设计意图】通过小组合作学习的形式，充分给予学生独立自主的学习时间，让学生可以独立思考、推演动作学习的过程，获得互帮互助、团结协作、共同进步的心流体验，培养学生独立学习、合作学习、解决问题的能力以及团结协作的意志品质。 ×× ×× ×× ××× ×× ×× ×× ××× ▲ ×× ×× ×× ××× ×× ×× ×× ××× 3.3 小组合作创编与展示 3.3.1 案例启发	教学重点： 品鉴舞蹈，启发创编。 教学难点： 理解健美操创编的底层逻辑。 思政点： 创新能力 民族自信心 教学方法： 讲授法 示范法 启发法



课程思政教学设计	旁批
教师引用在东京奥运会期间播放量破亿且极具中国传统文化元素的音乐《骁》创编的舞蹈案例启发学生在创编过程中加入中国传统文化元素，可以从服装、道具、音乐、舞蹈、队形等多方面入手。 【设计意图】通过赏析这首在奥运期间火遍大江南北、并具有中国传统文化元素的音乐及其舞蹈作品，帮助学生打开视野，重温我国奥运代表团的奥运精神，提升学生的健美操赏析能力与创新意识，培养学生的民族自信心与自豪感。 3.3.2 学生分小组创编学习 以体育小组为单位，分组进行讨论学习，共同查找资料并完成组合一的创编学习，要求在创编过程中增加中国传统文化的元素，包括队形、音乐、道具等。 【设计意图】通过小组合作学习的形式，充分给到学生合作学习的时间，让学生可以独立思考、推演健美操作品的创编过程，体验互帮互助、团结协作、共同进步的过程与心理感受，提高学生的抗挫能力，培养学生合作学习、解决问题的能力以及团结协作的意志品质。在创编的过程中，要求学生增加中国传统文化的元素，充分发挥学生的想象力，培养学生的创新意识与民族自豪感。 3.3.3 小组展演，教师点评 分小组逐一展示本节课创编成果，开展教师点评与生生互评。点评以鼓励性评价为主，鼓励学生大胆创新。 【设计意图】培养学生的自信心与抗挫能力。 ×× ×× ×× ××× ×× ×× ×× ××× ×× ×× 4. 结束部分（5分钟） 4.1 放松练习 在音乐伴奏下，进行放松练习，使身心得到充分放松。 4.2 课堂小结、师生再见 教师总结学练情况，表扬为主，强调在创编健美操的过程要学习张艺谋团队在创作“击缶而歌”作品时对中国传统文化的敬畏以及遇到困难时百折不屈的意志品质，要学会在创作中引用具有中国传统文化元素的道具，借由奥运期间播放量破亿的歌曲《骁》回顾奥运精神，鼓励学生大胆创新。 【设计意图】通过音乐放松的形式，使学生能够体会到健美操运动的快乐，同时通过对张艺谋老师的故事、音乐作品《骁》以及学生的分组学习成果的总结升华主题，提升学生民族自豪感。	教学重点： 小组合作创编与展示。 教学难点： 动作表现力与合作学习。 思政点： 创新能力 合作能力 抗挫能力 民族自信心 乐观自信 教学方法： 讲授法 示范法 小组练习法 纠错法 比赛法 启发法



板书设计

- 1.开始部分：奥运会“击缶而歌”创作故事导入；课堂常规。
- 2.准备部分：提问“为什么热身”；热身操。
- 3.基本部分：学习组合一；赏析作品《骁》；小组合作创编；小组展演与评价。
- 4.结束部分：放松练习、教师总结。

教学成效

1.价值塑造成效

本案例通过奥运开幕式“击缶而歌”故事导入、奥运破亿神曲《骁》舞蹈赏析，在教学中渗透思政元素，启发学生创编健美操组合一，激发学生学习兴趣，培养学生百折不屈的意志品质，提升学生民族自豪感；通过小组合作创编学习与展演的形式，培养学生团结协作、大胆创新、乐观自信的意志品质。

2.知识传授成效

通过小组合作创编学习，学生能够更好的发挥主观能动性掌握健美操一级组合一的技术动作及创编健美操的基本原则，在掌握健美操套路动作的基础上，了解张艺谋团队创作“击缶而歌”的过程，更加真切的感受中国传统文化的魅力。

3.能力培养成效

通过教学，培养学生从被动的学转变为主动的学，切实提高学生学习健美操的内驱力；通过案例启发、小组合作学习的方式，给与学生独立学习与合作学习的时间，让学生可以独立思考、推演健美操作品的创编过程，体验互帮互助、团结协作、共同进步的过程，进一步培养学生的抗挫能力、赏析能力、创新能力、学习能力、合作能力。

4.学生评价

通过学习，学生对健美操、中国传统文化有了更深刻的认识，对健美操创编有了新的理解；在小组合作学习的过程中，获得了合作学习、互帮互助、共同进步的心流体验。

教学反思

1.价值塑造反思

不足之处在于课程思政元素挖掘不够充分，未形成理论体系，今后需进一步提升思想认识、完善自己的知识理论体系。

2.知识传授反思

不足之处在于未充分利用线上资源，今后需在原有基础上，充分利用线上教学资源，使用混合式线上线下相结合模式，提高学生学习效率。

3.教学评价反思

不足之处在于评价体系较为单一，主要为教师即时评价与生生互评，今后可在此基础上，增加学生自我评价，提升认同感，并以此建立多元化的评价体系。