

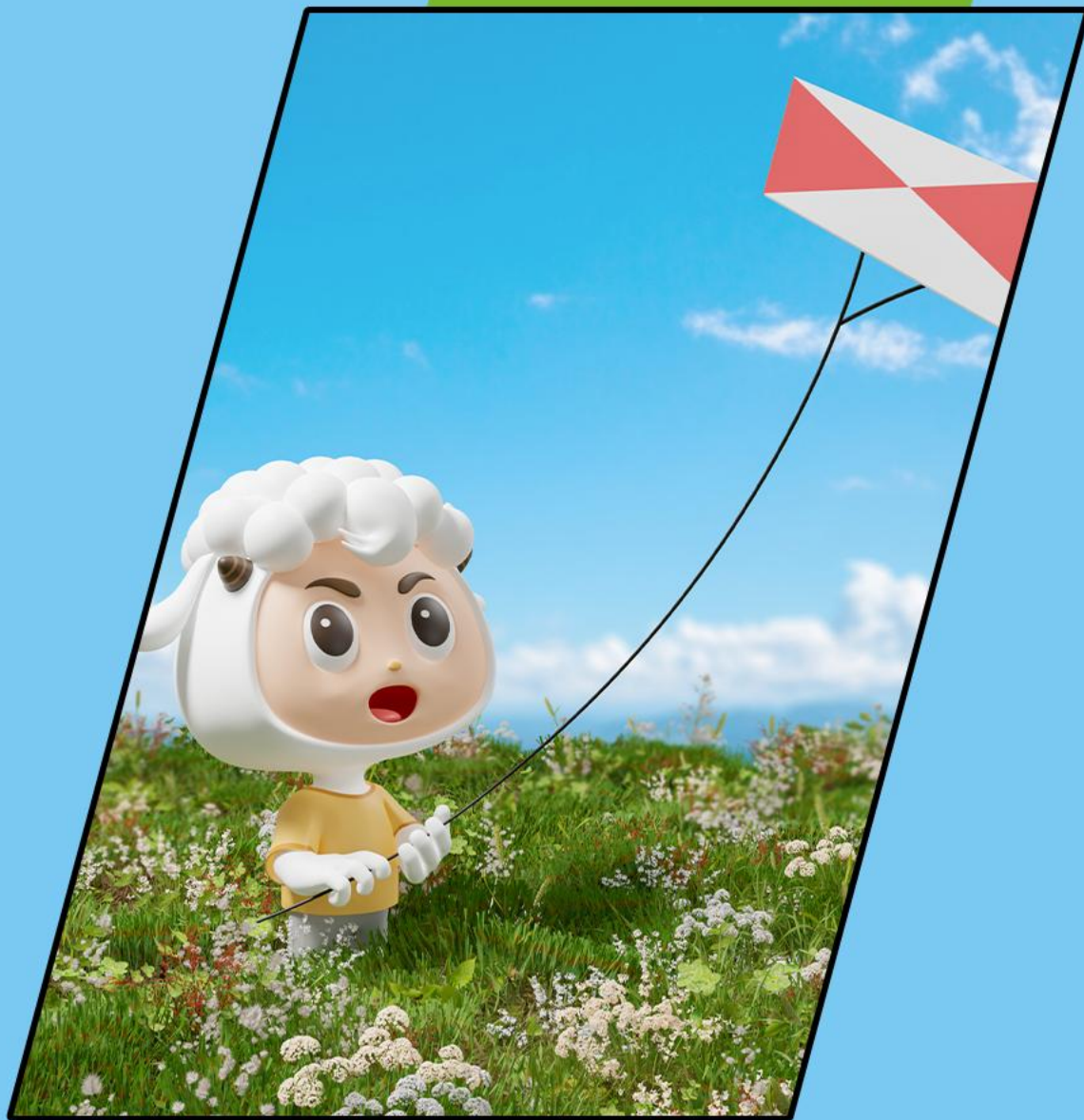
中小学生劳动素养培育工程

# 自制鸡毛毽

传统工艺制作

四年级

2023秋季课



# 主题探索



## 健身操 《本草纲目》



你们跟练过《本草纲目》吗？

## 毽子的起源



古老的传统民俗体育活动；起源于汉代

# 毽子的起源



毽子=毽铤与毽羽

## 踢毽子的益处



关节的灵活

增强人的注意力与反应力

提升平衡能力、协调性

## 常见的毽子踢法



单脚踢



跳踢

一锅底，二锅盖，  
三酒盅，四牙筷，  
五钉锤，六烧卖，  
七兰花，八把抓，  
九上脸，十打花

儿歌

# 方法探究



## 工具材料准备

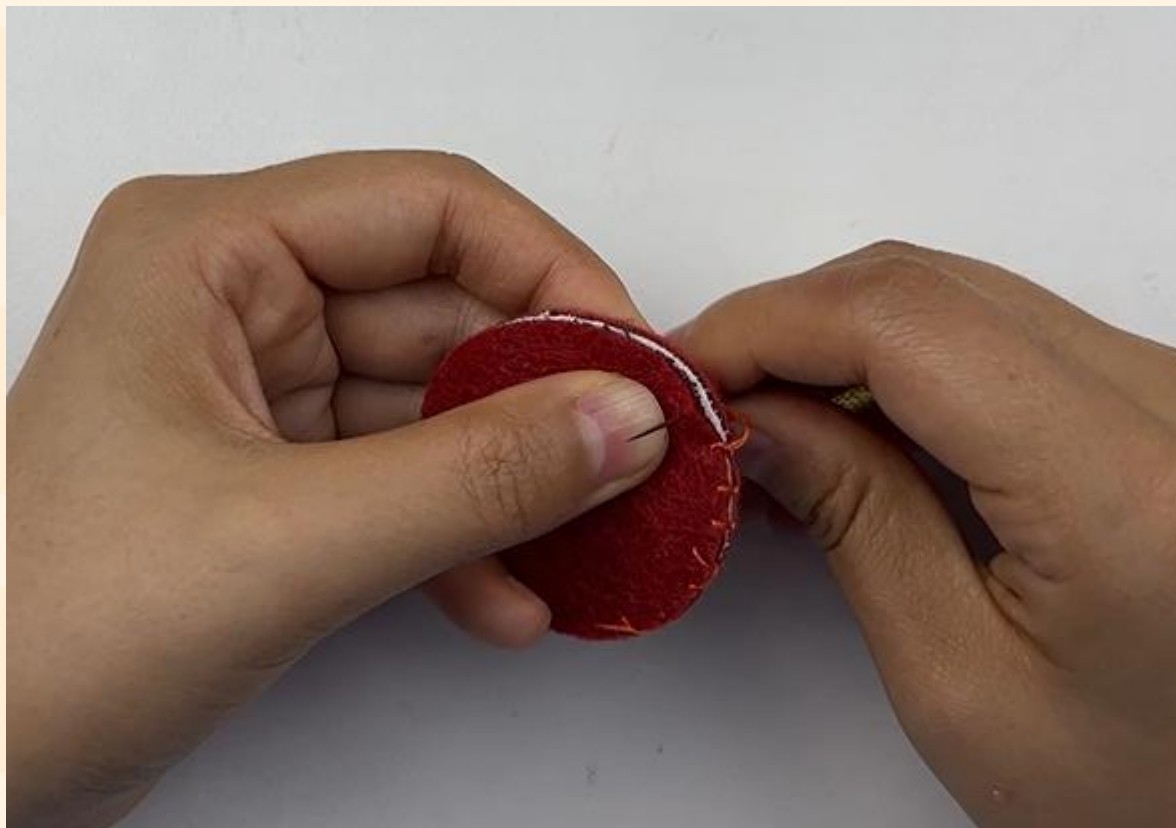


## 操作视频



请插入视频 《自制鸡毛毽》

## 步骤一：缝圆片



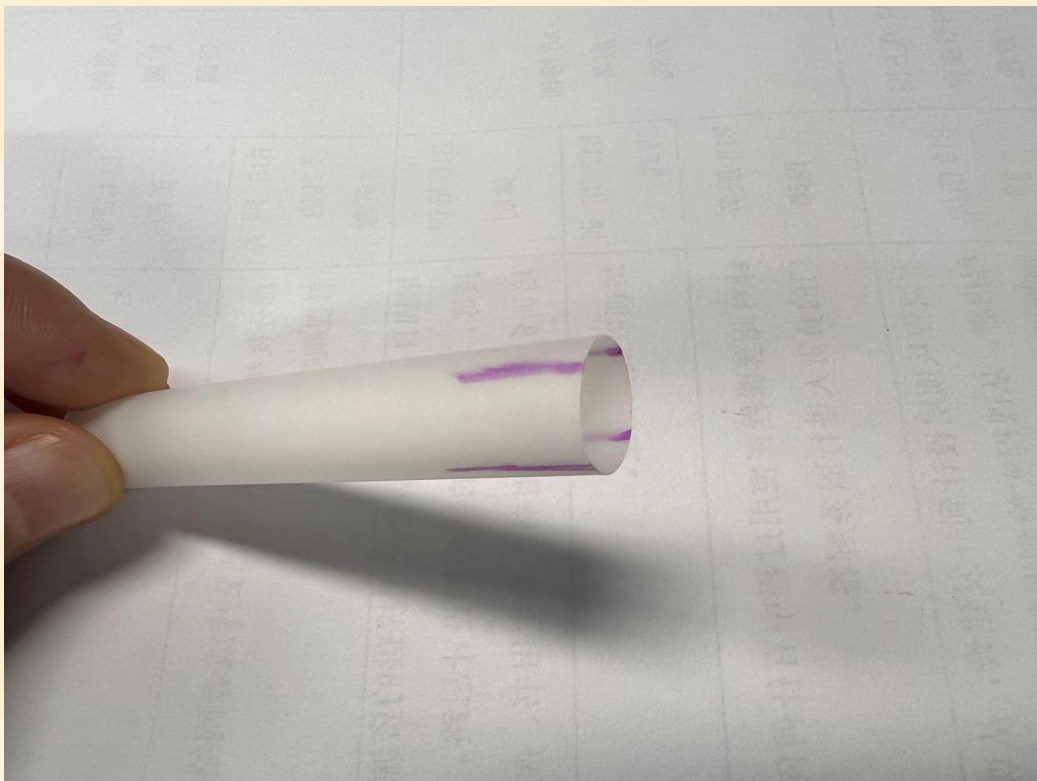
将两块布缝合到一起，  
留一半的开口。

## 步骤二：塞铁圈



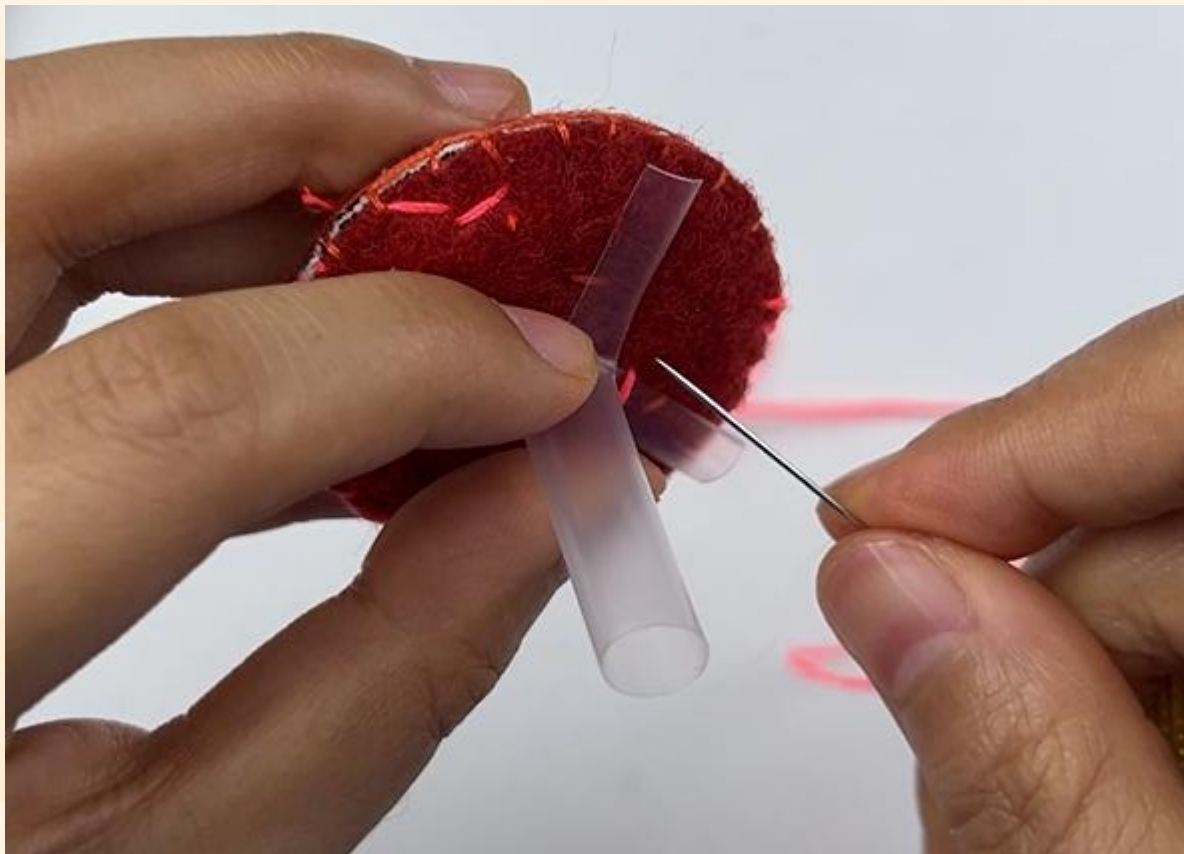
布片层数较多，如穿针困难，可用顶针辅助。

### 步骤三：剪塑料管



圆管底部均匀地剪四刀，  
向外侧掰开，呈现“十”  
字。

## 步骤四：



将四瓣塑料管缝在底座上

## 步骤五：绑鸡毛



将鸡毛插入管中，测量用量，并将其用线绳缠绕紧实。

## 步骤五：组装



请插入视频 《》

# 动手实践



## 动手实践

- 独立操作
- 动手时间：20分钟
- 小贴士：注意安全剪刀和针线的安全使用，穿针纫线时使用合适长度的线，避免戳到他人。

# 反思总结



# 反思评价

我会做



能够根据步骤，完成鸡毛毽的制作。

自评☆☆☆ 互评☆☆☆

将布片缝制结实。

自评☆☆☆ 互评☆☆☆

我愿做



追求品质，制作结实、美观的鸡毛毽。

自评☆☆☆ 互评☆☆☆

通过制作鸡毛毽，体会劳动的快乐。

自评☆☆☆ 互评☆☆☆

打开劳动实践活动手册，完成对本节课程的反思吧！

## 课堂小结

毽子的起源

踢毽子的益处

常见的毽子踢法

制作鸡毛毽子

# 课后劳动实践



# 课后劳动实践



## 课后劳动实践内容：

与家人一起踢毽子，测试它是否好用并根据需要进行加固。请登录线上平台，记录并分享你的劳动过程与成果。

## 课后劳动实践要求：

如有需要，请进一步加固。如鸡毛掉落时，可再补充一些鸡毛或其他填充物加以固定。

中小学生劳动素养培育工程

下节课见

