**自制鸡毛毽课程教案**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **授课题目：自制鸡毛毽** | **授课时间** | 40分钟 |
| **授课对象** | 四年级 |
| **教学目的：**1.知识与技能：认识传统的玩具——鸡毛毽子，了解它的起源与发展。2.过程与方法：学习鸡毛毽子制作的基本方法与步骤。3.情感态度与价值观：通过制作鸡毛毽，感受传统劳动人民的智慧，体会劳动创造美好生活的道理。 |
| **教学安排** |
| **课件** | **教师活动** | **学生活动** |
| P3P4-P7P8-P16P17-P18P19-P21P22-P23 | **第一部分:主题探索 5分钟**1. **教师提问：**

同学们，还记得刘畊宏吗？疫情时，他的健身操非常流行。这个动作与哪项运动比较接近呢？踢毽子。首先，让我们先来认识一下毽子。1. **知识1：毽子的起源**

**教师讲解：**毽子，又称毽球，古称抛足戏具，用鸡毛插在圆形的底座上制成的游戏器具。作为一种古老的传统民俗体育活动之一，毽子起源于汉代，古代蹴鞠发展而来。盛行于南北朝和隋唐，至今已有两千多年的历史了。据宋人高承《事物纪原》记载：“今时小儿以铝锡为钱，装以鸡羽。呼为毽子，三五成群走踢.”踢毽子的方法和动作都是由宋代的足球演变而来，宋人高承的《事物纪原》和富敦崇的《燕京岁时记》中都说得十分清楚。但踢毽子流行之后，其动作花样及灵巧性都胜过了踢球。“盈盈态，妙逾蹴鞠，巧甚弹棋。”（陈维菘《咏毽子》） 因为毽子较足球为轻，踢起来容易掌握。“千姿万状，高下远近，旋转承接，不差铢忝，其中套数家门，几百十种。”（阮葵生《茶余客话》）描述踢毽子的活动特别得到了妇女和儿童的喜爱。1. **知识2：毽子的结构**

**教师讲解：**毽子分毽铊和毽羽两部分，毽铊多用圆形的铅、锡、铁片或铜钱制成，毽羽多用翎毛。1. **知识3：踢毽子的益处**

**教师讲解：**踢毽子可以锻炼到身体的很多方面。首先是关节的灵活：随着毽子的起落，脊椎的各关节屈伸有度，肌肉一张一弛，避免久坐导致的关节僵化，还能预防颈椎病，调整体态。其次，可以加强人的注意力与反应力，从而在短时间内做出正确的控制毽子的姿势动作。 最后，还能够提升人的平衡能力和协调性。当一只脚为支撑点时，要保证毽子不落地，需要手、脚、肩、肘等等部位协调好。1. **知识4：常见踢法**

**教师讲解：**踢毽子，既可以比次数，也可以比连踢的时间，还可以比踢的花样。这里着重介绍常见的踢法。一、单纯比踢的技术一只脚着地，另一只脚踢。着地的脚可以移动，也可以不准移动(俗称“定桩”);踢的脚可以着地，也可以不着地(俗称“悬”，比赛正式开始前，常用此法定参赛人员出场次序。)二、打跳最常见的是“打跳”，即毽子一抛，双脚同时跳起，用一只脚踢它。可以连续跳，也可以跳了踢，踢了跳。还有“打偷”，即一只脚着地，另一只脚从背后“偷偷”去踢;“打环”，双脚跳起，一只腿弯曲起来，另一只脚踢;“打翘”，双脚跳起，一只腿向前伸直，另一只腿踢;“打剪”，双脚跳起，两腿向前作剪剪子动作，用其中一只脚踢毽子。三、儿歌花样踢法也可以跟随儿歌变换踢法，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，十打花唱一句，踢一下，做一个动作。让踢起的毽子依次落在：一、伸直的手心里;二、伸直的手背上;三、五指窝成的“酒盅”里;四、伸直的两指(中、食)上;五、握紧的拳头上;六、撮起的手掌中;七、手指有曲有伸的“兰花瓣”上;八、抓取的手心中;九、仰着的脸颊上;十、跳起的一脚上。也是踢得多者为胜利者。**第二部分:方法探究 10分钟****1.展示工具材料****教师讲解：**本节课程我们需要准备好以下材料：圆布片、塑料管、铁圈、鸡毛、针线、穿针器、顶针、安全剪刀。**2.展示实践演示视频****教师讲解：**现在请同学们观看大屏幕上的动手操作视频。**3.重要动作步骤拆解****教师讲解：****第一步：缝圆片。**将两块布缝合到一起，留一半的开口。**第二步：塞铁圈。**将铁圈塞入其中，然后将布片缝合。布片层数较多，如穿针困难，可用顶针辅助。**第三步：剪塑料管。**将圆管底部均匀地剪四刀，向外侧掰开，呈现“十”字。**第四步：缝塑料管。**将四瓣缝在底座上，可反复多缝几次。**第五步：绑鸡毛。**将鸡毛插入圆管中，直至无法再插入新的鸡毛为止。捏住鸡毛的底部取出，对齐后用线绳将其缠绕紧实，打结固定。**第六步：组装。**将绑好的鸡毛插入圆管，如果还有些松散，可再选几根鸡毛填充，直至紧实。这样，一个毽子就做好了。**第三部分：动手实践 20分钟**学生动手完成鸡毛毽子的制作。滚动播放动手操作视频。**第四部分：反思总结 4分钟****1.自评互评**完成学生手册课中评价部分。**2.课堂小结****学生分享：**教师邀请若干学生向全班同学展示、分享自己的劳动成果。**教师总结：**本节课同学们学习了毽子的起源、不同的毽子踢法，通过制作鸡毛毽子，进一步加深对传统民俗用品的理解，及对先人智慧的敬佩。**第五部分：课后劳动实践 1分钟**1. **教师发布课后劳动实践任务**

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。1. **教师强调课后劳动实践要求**

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。 | 回忆老师提出的问题，并回答。学习：了解冬至节气的物候特征。了解踢毽子的好处。学习：制作步骤及注意事项。制作：按制作步骤动手完成作品。评价：学生对本节课程进行自评以及互评。分享：展示并分享劳动成果。 |