**常州市新北区薛家中心小学**

2016~2017学年度第一学期

**校本课程讲义**

**课程名称： 旋风羽球**

**执教老师： 钱寒珠**

**上课地点： 操场**

**目 录**

1. **课程纲要**
2. **点名表**
3. **讲义**

**旋风羽球 课程 点 名 表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **姓**  **名** | **班级** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** |
| **尹海泉** | **一1** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **童弘炜** | **一2** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **周雨涵** | **一2** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **李弈锐** | **一3** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **请** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **王家辉** | **一3** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **胡凯泽** | **一4** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **季淑君** | **一4** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **陆俊霖** | **一5** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **蔡桢一** | **一5** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **黄尚义** | **一6** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **贤新宇** | **一6** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **冯显成** | **一6** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **张煦雅** | **一7** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **曹子峰** | **一7** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **栗诚璞** | **一9** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **李子墨** | **一9** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **郝思晗** | **一11** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **袁帅** | **一12** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **王思齐** | **一12** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **戴瑞奇** | **一13** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **何元浩** | **一14** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **杨松** | **一14** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **余佳佳** | **一14** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **顾煜帅** | **一15** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **王雨泽** | **一15** | **√** | **√** | **请** | **请** | **请** | **请** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **蔡睿麒** | **一15** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **邢子翔** | **一16** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **于云翰** | **一16** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** | **√** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、了解课堂常规，安全教育  2、提高学生身体素质 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 1. 课堂常规   1、集队点名  2、慢跑一圈  二、素质练习  1、并步  2、交叉步  3、后退跑  4、高抬腿  三、讲解课堂常规：  教师讲解课堂上的一些基本要求：课前准备—在教师带领下有序地到指定地点上课、不带危险物品进入课堂、服装要符合上课的要求。课堂上听从教师指挥，不做危险的动作和事情。  四、结束部分  教师对本节课学生学习情况进行点评。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生了解羽球的古往今来。  2、学习羽球理论知识。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球理论知识学习  一、准备部分：  1、 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。  2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑一圈。  二、基本部分：  1、教师讲解羽毛球的相关历史。  2、教师讲解羽球场地。  3、教师带领学生玩转羽球——羽球投掷。  4、请做的认真的、扔的远的学生到队伍前担任小老师的角色，带领学生们一起投掷。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生掌握羽球握拍法。  2、提高学生对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：握拍法  一、准备部分：  1、 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。   2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑一圈。  二、基本部分：  **（1正手握拍法：**握拍时，先用左手握住拍杆，使拍面垂直地面，再张开右手，手心向下，使虎口贴近拍柄，并且虎口对准拍框；小指、无名指、中指自然轻轻合拢，并且小鱼际肌顶住拍柄；食指与中指稍分开，食指与拇指指尖斜向上对扣住拍柄。  **（2反手握拍法：**在正手握拍的基础上把球拍框向外转，在右手持拍的情况下就是向右转，拇指前内侧顶在球拍内侧的宽面上，或者是拇指前内侧贴在拍柄的窄棱上；食指向其余三指并拢，掌心和拍柄间留一定的空隙，以方便手腕和手指的发力。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生基本掌握羽球架拍的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球架拍   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、教师讲解羽球架拍的动作要领。  2、教师示范羽球架拍的动作。  3、教师带领学生一起，集体练习架拍动作。  4、分组练习，两人一组，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的学生到队伍前展示。  6、再次集体练习。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生初步了解羽球正手发球的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球正手发球（一）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、教师讲解示范羽球正手发球的动作要领。  2、教师带领学生一起，集体练习发球动作。  3、分组练习，两人一组，互相练习纠错，教师巡回指导。  4、请做的好的学生到队伍前展示，师生评价。  5、教师带领学生再次集体练习。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生知道羽球正手发球的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球正手发球（二）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、教师带领学生一起集体复习羽球正手发球的动作。  2、教师再次讲解示范羽球正确的正手发球的动作要领。  3、分组练习，两人一组，互相练习纠错，教师巡回指导。  4、请做的好的学生到队伍前展示，师生评价。  5、教师带领学生再次集体练习。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生基本掌握羽球正手发球的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球正手发球（三）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、教师带领学生一起集体练习羽球正手发球的动作。  2、教师再次讲解重难点，带领学生集体练习。  3、学生分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  4、请做的好的学生到队伍前展示，师生评价。  5、学生分开自由练习。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生初步了解羽球高远球的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球高远球（一）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、教师带领学生一起集体复习羽球正手发球。  2、教师讲解示范高远球的动作要领。  3、集体无球练习动作要领。  4、学生分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的学生到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生知道羽球高远球的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球高远球（二）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、教师带领学生一起集体复习高远球的无球动作。  2、教师再次讲解示范高远球的动作要领。  3、再次集体无球练习动作要领。  4、学生分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的学生到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生基本掌握羽球高远球的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球高远球（三）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、教师带领学生一起集体复习羽球高远球的无球动作。  2、教师再次讲解示范高远球的动作，强调重难点。  3、学生两人一组，分组练习，互相练习，互相纠错，教师巡回指导。  4、请做的好的小组到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生初步了解羽球后退步法的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球后退步法（一）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、学生分组复习羽球高远球的动作。  2、教师讲解示范后退步法的动作要领。  3、集体练习后退步法。  4、两人一组，分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的小组到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生知道羽球后退步法的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球后退步法（二）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、学生分组复习羽球高远球的动作。  2、集体练习步法。  3、教师再次讲解示范后退步法的动作要领。  4、两人一组，分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的小组到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生基本掌握羽球后退步法的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球后退步法（三）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、学生分组复习羽球高远球的动作。  2、集体练习后退步法。  3、教师再次讲解示范后退步法的动作要领，强调重难点。  4、两人一组，分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的小组到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生初步了解羽球后退步法的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球上网步法（一）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、学生分组复习高远球。  2、集体练习后退步法。  3、教师讲解示范上网步法的动作要领。  4、两人一组，分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的小组到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生知道羽球后退步法的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球上网步法（二）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、学生分组复习高远球。  2、集体复习后退步法。  3、教师再次讲解示范上网步法的动作要领，强调重难点。  4、两人一组，分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的小组到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1、通过课堂学习，让学生基本掌握羽球后退步法的动作要领。  2、提高学生们对羽球的兴趣。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：羽球上网步法（三）   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、学生分组复习高远球。  2、集体复习后退步法、上网步法。  3、教师带领练习后退步法与上网步法的组合。  4、两人一组，分组练习，互相练习纠错，教师巡回指导。  5、请做的好的小组到队伍前展示，师生评价。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |

**校本课程讲义**

|  |  |
| --- | --- |
| **教学**  **目标** | 1. 每位学生都能够顺顺利利的通过考核。 2. 增强学生们对羽球的兴趣爱好。   3、强健体魄，培养终身体育的意识。 |
| **教**  **学**  **要**  **点** | 学习内容：期末的羽球考核   1. 准备部分： 2. 集合整队，清点人数，师生问好。要求：集合动作快静齐，听指挥。    2、 教师宣布课堂纪律要求和安全注意事项，安排见习生。  3、 以两路纵队沿操场慢跑两圈。  二、基本部分：  1、教师讲解考核要求与方法。  2、学生们5分钟的准备时间，按照名单上名字的顺序进行考核。  3、没有轮到的学生原地坐好，给正在考核的学生加油。  三、结束部分：  1、教师组织学生们放松练习。  2、教师对本节课学习情况进行点评。  3、组织学生收还器材。  4、学生们按顺序排队回各自的教室。 |