第十四课 ：复习所学内容（一）

**任务及要求：**

1、复习发高远球技术。

2、复习正反手发网前球技术。

3、发展力量素质。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **课 程 内 容** | **练 习 分 量** | | **组 织 及 教 学 法** |
| **次数** | **时间** |
| 一、准备部分   1. 1、体委整队，报告出勤人数 2. 2、师生问好 3. 3介绍本课的教学内容 4. 4、学生慢跑200米 5. 5、徒手操 6. （1）扩胸运动 7. （2）肩绕环运动 8. （3）体前屈运动 9. （4）正压腿 10. （5）腕、髋、膝、踝关节绕环   二、基本部分  （一）复习发高远球技术  （二）复习正反手发网前球技术 | 2  ×  8  拍 | 10  分  钟  30  分  钟 | 组织：学生成二列横队结合  ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲  ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲  ★  要求：集合做到快、静、齐，报数声音洪亮  组织：学生成二路纵队绕篮球场慢跑    组织：学生以集合队形成体操队形向左右散开  ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲  ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲  ★  动作要领：同前。  教学步骤：  1．教师提出上课时普遍存在的错误动作，及纠正方法。  错误动作：  击球时，协调用力不好，击球无力，球击不到对方后场。  纠正方法：同前。  2、学生练习：同前 。  3、学生练习过程中，教师发现错误动作，立即纠正。  易犯错误：球挑得不够高、远。  教学步骤：1、教师示范、讲解、示范。 |
| 三、结束部分  1、素质练习 连续蛙跳10×2  2、总结本次课的内容  3、宣布下节课的任务  4、布置课外作业  5、师生再见  6、归还器材  四、课后小结 |  | 5  分  钟 | 2、学生练习，队形同前。  易犯错误：  1、拍形掌握不好，击球或高或低。  2、力量难控制，球的落点或近或远。  纠正方法：  1、徒手挥拍练习，提高击球点。  3、挥拍时，手臂放松，协调用力。经反复练习，掌握好击球力量。  组织：学生成二路纵队，间隔5米依次出发。  学生队形同准备部分集合队形 |
| **器 材 及 设 备** | 羽毛球一筒、旧羽毛球若干 | | |