《排球》校本课程纲要计划

**项目简介：**排球运动是由人数相等的球队，在被网隔开的两个均等的场区内，根据规则以身体任何部位，将球从网上击入对方场区，而不使其在本场区内落地的，集体的、攻防对抗的体育项目。 排球运动自1895年诞生以来，迄今已有一百多年的历史，在这一百多年的发展过程中，排球运动已由刚开始创立时的娱乐游戏活动发展成为一项深受世界各国人民喜爱的球类运动。随着世界经济和现代社会的发展，排球运动越来越与人们的生活息息相关。1964年在东京举行的第18届奥运会上，排球运动第一次被列为奥运会的比赛项目。1964年国际排联成立世界杯排球赛，世界杯是由全球高水平的男、女球队参加的国际性的排球比赛。获前三名的队伍则有资格进入奥运会。

**一、  课程介绍**

课程名称：排球

课程类型：体育

授课教师：褚悦明

授课对象：小学六年级学生

学习时间：每周三下午 第七节课14：40——15：20

**二、  课程的性质和指导思想**

1. 课程的性质：本课程属校本课程中小学生选修类课程之一

2.指导思想：全面贯彻国家教育方针，以提高国民素质为宗旨，突出培养学生的创新能力和实践能力，增强终身学习的愿望和能力以及对社会和自然的责任感，培养德智体美等全面发展的社会主义建设者和接班人奠定基础。为了每一名学生的发展”的办学特色，开展我校小学排球校本课堂。

**三、课程目标**

1.从学生兴趣出发，比较系统地进行小排球技战术训练，使学生在获得小排球基本知识，基本技能的同时，在情感、态度等方面也相应得到提升。

2.本着循序渐进，由易到难的原则，中年级段：了解小排球运动的发展概况掌握小排球运动的基本知识和基本技能，初步培养学生的竞争意识。

**四、课程实施**

1.根据学生学习实际情况以及学校整体课时安排开课时间为每周三下午第七节课14：40—15:20.

2.教学方式为现场授课的方式进行。

3.组织形式：集中授课针对不同水平层次的学生进行个别指导。

4.场地：学校排球场。

5.班级规模：根据学生兴趣报名30人左右。

六、阶段教学计划

学习领域一：理论知识学习

学习领域二：运动技能

1. 技术基础学习
2. 基本技术训练
3. 专项素质练习

学习领域三:心理健康

学习领域四：社会适应能力

**五、课时计划**

|  |  |
| --- | --- |
|  课程数 |  具 体 内 容 |
|  1 |  排球理论知识 |
|  1 | 排球游戏球感的练习 |
|  4 | 对墙垫球的练习 |
|  4 | 正面垫球的练习 |
|  2 | 专项素质练习 |
|  2 | 基本步法的练习 |

**主要针对六年级的学生：**

1、 熟悉基本技术动作，发展运动技能，对技术动作进行规范化训练。发展在对抗中的应变能力；

2、 进行身体素质的训练，进一步发展发应、动作和移动速度；

3、 学习基础配合和比赛知识，培养和提高战术意识；

4、 加强心理训练，提高意志和注意品质；

5、 发扬体育精神，形成积极进取、顽强拼搏的态度，养成克服困难的坚强意志。