**篮球体前变向换手运球教学设计**

**一.指导思想**

根据新课程标准的实施，坚持“健康第一”的指导思想，以学生发展为中心，重视学生主体地位。依据体育课程标准要求设计课堂教学，营造积极的课堂氛围,激发学生的学习兴趣,提高学生的自主参与意识和互相学习、交流的机会，建立和谐的学习氛围，培养学生锻炼的习惯和终身体育意识。  
**二.教材分析**

篮球运动是集体性项目，具有强烈的趣味性，能满足学生锻炼身体的愿望。运球技术是篮球教材中的一项基本技术，而在体育中考中，就有篮球绕杆运球这一考试项目；为了提高学生的篮球运球绕杆技巧，我选择了篮球的体前变向换手运球技术。从实际运用方面来说，运球不受场地好坏、器材多少的限制，方法简单实用，而在活动、比赛中运用得最广泛，同时还能培养学生的勇气与自信心。   
**三.学情分析**

九年级学生具有了一定的篮球运球基础与控制球能力，男生渴望通过学习掌握学以致用的实用比赛技术，为教学的顺利进行提供良好的技术支撑与兴趣动力。女生与男生的基础与学习兴趣相比存在一定的差距，在教学中要关注与加强女生的学法指导；以提高篮球绕杆成绩为目标，有助于提高女生的学习兴趣和学习动力。  
**四.教学目标**

1.学生知道篮球体前变向换手运球的基本技术动作，了解如何在篮球运球绕杆过程中运用。

2.通过学习，80%的学生在篮球绕杆中能运用体前变向换手运球；提高学生的上下肢协调能力，发展学生上下肢力量，提高学生的球性。

3.培养学生合作精神，增强自信心，体验成功乐趣，培养学生对篮球的兴趣。

**五.教学重难点**

重点：变向换手，降低重心，加速运球

难点：换手运球时机准确，上下肢协调配合

**六.本课构思**

在课的准备部分，采用行进间运球的方式，围绕着场地做不规则跑动；用球性练习和游戏取代徒手操，通过各部位绕球以及各种方式的运球，达到热身和熟悉球性的效果。

在课的基本部分，以提高运球绕杆成绩为目的，激发各同学的学习兴趣；教师通过完整动作示范和分解动作示范，引导学生指出技术动作，方便学生更深刻的感受和理解体前变向换手运球的技术动作。在练习的最后，通过模拟运球突破过程，帮助具有一定基础的同学提高篮球水平，加深理解；对其他同学而言，成功的体前换手运球过人，可以帮助他们更直观的体验到篮球的乐趣，从而提高学习探究的兴趣，增强自信心；在练习过程中，教师巡回指导，倡导学生积极参与，鼓励学生互相帮助加油，引导学生克服自身惰性，突破自我，让练习效果最大化。

在课的结束部分，持球做身体素质练习，通过持球俯卧撑和持球深蹲，增强学生的上下肢力量；最后伴随着舒缓的音乐，进行拉伸，放松身心。根据学生的课堂表现，无论是否取得进步，对这些积极学习和探究的学生给予肯定和鼓励，提高学生对篮球的兴趣。

**班级： 九（7）班 人数：43 日期：2019.11.27 授课教师：刘一桥**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **教 学**  **内 容** | 篮球体前变向换手运球 | | | **重点** | 变向换手，降低重心，加速运球 | | | | |
| **难点** | 换手运球时机准确，上下肢协调配合 | | | | |
| **教 学 目 标** | **1.认知目标：**学生知道篮球体前变向换手运球的基本技术动作，了解如何在篮球运球绕杆过程中运用。  **2.技能与体能目标：**80%的学生在篮球绕杆中能运用体前变向换手运球；提高学生的上下肢协调能力，发展学生上下肢力量，提高学生的球性。  **3.情感目标：**培养学生合作精神，增强自信心，体验成功乐趣，培养学生对篮球的兴趣。 | | | | | | | | |
| **程序与时 间** | **课的内容** | **教师活动** | **学生活动** | | **组织形式** | | **时间** | **次数** | **强度** |
| 准  备  部  分 | 一.课堂常规  二.准备活动  1.行进间运球：  围绕篮球场和标志杆进行运球  2.球性练习  抛接球  腰部绕球  胯下绕八字  左右手体前左右拉球  左右手体侧前后拉球  3.游戏：球随手动  规则：固定一只脚，学生按教师手指的方向，尽可能向远处运球  拓展：反方向 | 1.检查人数，服装  2.师生问好  3.宣布上课内容  4.安排见习生  1.指挥学生一路纵队绕篮球场和标志杆行进间运球，提醒学生注意前后间距  2.指挥学生进行球性练习，提醒学生练习方法及注意事项  3.组织学生进行游戏，鼓励学生大胆尝试 | 1.体委整队，报告老师  2.师生问好  3.见习生出列  要求：快.静.齐  1.听指挥进行运球慢跑热身，注意前后间距  2.听口令进行球性练习，充分活动上肢各关节  3.积极参与游戏，充分拉伸身体下肢各部位 | | △  XXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXX  XXXX ○ ○ ○ ○ ○  XXXX  XXXX ○ ○ ○ ○ ○  XXXX  XXXX ○ ○ ○ ○ ○  △  △  X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X | | 1′  2′  3′  3′ | 1  1  1  1 | 小  中  中  小 |
| **程序与时 间** | **课的内容** | **教师活动** | **学生活动** | | **组织形式** | | **时间** | **次数** | **强度** |
| 基  本  部  分  结  束  部  分 | 三.体前变向换手运球  1.体前变向换手运球教学  (1)持球脚步动作  (2)分解动作练习  (3)完整动作练习  动作要点：以右手运球为例，将球拍给左手，同时右脚向左脚左前方迈出，降低重心，蹬地加速过标志杆  2.慢速度体前变向换手运球过标志杆   1. 单趟运球绕杆练习   4.篮球绕杆接力  5.实战演练：体前变向换手运球过人  四.体能储备  (1)持球俯卧撑  (2)持球深蹲  五.放松 | 1. 教师示范，引导学生说出动作的要点   用口令指挥学生进行练习，鼓励学生互相帮助，学习，探讨  提醒要点：变向换手，降低中心，加速运球  2.组织学生进行练习，并请学生思考换手运球的时机  3.组织练习，巡回指导纠错  4.提醒学生注意动作的质量  5.指导学生实战演练，鼓励学生大胆尝试  组织练习，鼓励学生坚持完成练习  1.拉伸练习  2.讲评本课表现  3.师生再见 | 1.仔细观察，积极回答问题；听指挥进行练习  2.注意绕杆动作，积极思考，解决问题  3.积极练习，改正技术动作  4.积极练习，展示自我  5.积极参与，突破自我  坚持完成练习  1.跟随音乐进行放松  2.师生再见 | | X X X X X X X X X X X  X X X X X X X X X X X  △  X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X  X X X X  ○ ○ ○ ○  X X X X  △  X X X X  ○ ○ ○ ○  X X X X  XXXX ○ ○ ○ ○  XXXX ○ ○ ○ ○  XXXX ○ ○ ○ ○  XXXX ○ ○ ○ ○  △  △  X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X X | | 5′~  8′  4′~  6′  3′~  5′  4′~  6′  4′~  6′  4′  3′ | 8~12  3~5  4~6  1  6~8  2  1 | 中  中  中  中  中  中  小 |
| 场地器材 | 篮球场、篮球、标志杆、小音响 | | | | 安全措施 | 准备活动预防受伤  提醒学生注意安全 | | | |
| 课的预计 | 平均心率预计：115~130次每分钟  练习密度预计：35%~45% | | | | 课后小结 |  | | | |