**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 XXXXXXXXXXXXXXX ○ ○ ○ ○ ○XXXXXXXX ○ ○ ○ ○ ○XXXXXXXX ○ ○ ○ ○ ○△△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′ | 1111 | 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 XX 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 XX X X X○ ○ ○ ○ X X X X △X X X X○ ○ ○ ○ X X X XXXXX ○ ○ ○ ○ 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′ | 8~123~54~616~821 | 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 |  |