**教学设计**

1. **指导思想**

本课以“健康第一”为指导思想，促进学生健康成长。通过排球基本理论知识和基本技术的学习了解排球运动的文化，懂得排球运动的特点，掌握简单的排球技术原理，逐步提高基本技术动作质量和综合运用所学各项基本技术的能力，使学生都能体验到排球运动的乐趣和价值，不断的提高排球运动技术和参与比赛的能力。同时发展学生速度灵敏，耐力，柔韧等身体素质和培养学生的集体主义精神、与他人的合作意识。

1. **教材分析**

本次课的主要教学内容是正面双手垫球技术，垫球技术在排球运动中，无论是在进攻还是防守，都起着重要的作用。本次课的教学重点是正面双手垫球技术；教学难点是在上下肢的协调发力，并能合理用力。另外在本次教学中结合体育游戏让学生克服内心的恐惧，敢于去主动接球，提高参与感。通过合作学习，促进学生之间的友好互助，共同提高。

1. **学情分析**

本次课教学对象为七年级2班共40名学生，为新授课。由于学生运动水平的不同，性别和身体素质上的差异，在教学中区别对待的同时，也要有针对性的进行分别指导，在同学的帮助和循序渐进的教学过程中，共同提高。

1. **教学目标**

认知目标：引导学生了解排球运动的特点，基础知识和所学技术的技术要点，提高对排球运动对身体锻炼价值的认知。

技能目标：通过学习，能使所有学生掌握排球正面双手垫球的方法；80%以上学生基本掌握正面双手垫球的动作技术，同时发展他们的移动速度素质和身体灵敏性。

情感目标：培养学生认真的学习态度，并通过练习，培养学生团结协作，互帮互学的团队意识和集体主义精神。

1. **教学难重点**

教学重点：正确垫球技术的动作和击球位置。

教学难点：上下肢的协调发力，并能合理用力。

1. **教学方法**

教师的教与学生的学是共同的过程，根据教学内容与学生实际教学方法与学习方法应该也有所不同和侧重。本次课采用的教法主要有启发式教学，通过语言讲解和提示学生练习的要点启发和提示学生在学习中的注意事项和练习要求；另外有示范法，正确的示范动作有利于学生建立好的印象，并使学生产生学习的兴趣，评价与鼓励方法，在练习中，不断鼓励学生，提示学生采用正确的动作技术，激发他们学习的兴趣和顽强的意志；学生的学习方法有尝试法，通过观察，练习，互相学习等，来提高自己掌握技术的能力；练习法，所有学习的基础来源于学生的分步骤，由易到难，由慢到快，由简到繁的练习。还有评价法，通过同学间的互评，还有自评，找差距，找不足，启发自己，鼓励自己进一步去学习。

1. **安全防范**

由于击打排球的不确定性，要求学生在打球中注意观察环境，不要用脚踢球，不随意抛球，强调合作意识。

七年级《排球-正面双手垫球》课时计划

单位：新桥初级中学 学生：七2班 任课教师：杨洁晨 授课人数：40人

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课题 | 排球-正面双手垫球 | | 教学难重点 | 重点：正确垫球技术的动作和击球位置。  难点：上下肢的协调发力，并能合理用力。 | | | | |
| 学习目标 | 认知目标：引导学生了解排球运动的特点，基础知识和所学技术的技术要点，提高对排球运动对身体锻炼价值的认知。  技能目标：通过学习，能使所有学生掌握排球正面双手垫球的方法；80%以上学生基本掌握正面双手垫球的动作技术，同时发展他们的移动速度素质和身体灵敏性。  情感目标：培养学生认真的学习态度，并通过练习，培养学生团结协作，互帮互学的团队意识和集体主义精神。 | | | | | | | |
| 顺序时间 | 教学内容 | 教与学的过程 | | | 组织与要求 | 运动分量 | | |
| 次数 | 时间 | 强度 |
| 准  备  部  分  8  分钟 | 1. 课堂常规   1、集合整队，报告人数  2、师生问好  3、宣布本课教学内容和要求  4、检查服装，安排见习生   1. 准备活动 2. 热身慢跑 3. 徒手操   三、小游戏——后抛接球 | 1.体委整队，教师布置课堂学习任务，提出要求。  2.学生做好准备，集合快、静、齐，以饱满的热情进入课堂。  1.组织并指导学生进行热身跑步  2.热身时能够跟上教师的示范，尽量规范到位，达到热身效果。  1.通过游戏让每一个学生都积极主动地参与到课堂中。  2.克服部分学生内心的恐惧，主动去接球。  3.提高学生对来球位置的判断能力。 | | | 一、组织：四列横队  ●●●●●●●●●●  ●●●●●●●●●●  ●●●●●●●●●●  ●●●●●●●●●●  ★  要求：集合迅速，认真听讲  二、组织：    三、组织：两人一组，自由站位，间距拉大。  要求：抛球宜高不宜远，跑动积极，注意观察周围情况。 | 1  2  2 | 1'  5'  2' | 小  中  小 |
| 基  本  部  分  28分钟 | 1. 导入 2. 兴趣激发 3. 通过学生以前所了解的关于排球的知识，引导出本节课的学习内容，排球——正面双手垫球。 4. 教师展示正面双手垫球   口诀“插、夹、提”   1. 正面双手垫球的练习方法   1、原地徒手动作练习  2、两人一组，垫击地反弹球  3、垫固定球练习   1. 两人一组，抛垫球练习 2. 优生展示 3. 体能练习 | 1.学生积极发言，明确本堂课学习重点。  2.学生认真听、看讲解示范。观察和学习重难点，熟记口诀。   1. 体会正确的垫球动作，重点强调一插、二夹、三提肩，下肢蹬重心跟。 2. 弹、垫、接，体会完整垫球动作的同时尽量保持球的稳定性。 3. 通过垫固定球的练习，让学生在合作学习的基础上多进行交流学习。 4. 培养两位同学之间的默契度。抛球同学抛球的稳定性和高度，垫球同学 | | | 一、组织：均匀站位，自主练习。  要求：学生能自己计数练习，提高自我要求。  组织：    要求：认真观察教师示范，了解练习的重点和要求；积极练习，相互配合，相互鼓励  三、体能素质练习组织：  中线    ☺ ☺ ☺ ☺ ☺ ☺    要求：重心低，动作到位，移动迅速，注意完全。 | 1  1  10  10  1  2 | 3'  3'  6'  3  8'  5' | 小  小  中  小  中  大 |
| 结  束  部  分 4  分钟 | 一、拉伸放松  二、对课堂任务完成做小结  三、宣布下课，归还器材 | 一、教师引领和口令下，指导学生进行瑜伽拉伸放松练习    1 2 3  设计意图：利用拉伸动作，让腰部，下肢肌肉得到放松，平静呼吸。  二、教师集合队伍，对课堂学习和任务完成情况做评价，安排好学生课后练习和注意事项。  三、安排学生回收器材，宣布下课。 | | | 一、组织：四列横队，体操队形  要求：动作准确，到位，练习认真。  二、组织：上课队形  要求：认真听讲，及时归还器材。 | 2  1 | 2'  1' | 小  小 |
| 课后小结 |  | | | | | | | |