**新课标水平一《篮球游戏》体育与健康教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 备课人 | 李彦强 | 周次 | 13 | 课次 | 1 | 授课教师 | 李彦强 |
| 教学内容 | 小篮球：运球游戏 |
| 教学目标 | 1. 运动能力：初步学习和掌握原地拍球技术的知识与技能，学会游戏的方法，增强安全意识。
2. 健康行为：发展身体灵敏、协调、速度、柔韧和力量素质，促进内脏器官技能发展，提高手对球的感觉。
3. 体育品德：树立认真学习、刻苦锻炼的良好作风；培养守纪律、听指挥的精神，提高竞争和团队合作意识。
 |
| 教学重点 | 原地拍球的准备姿势与动作方法 | 教学难点 | 拍球手臂动作自然、协调、连贯、柔和 |
| 过程 | 时间 | 教学内容 | 教师活动 | 学生活动 | 组织及要求 | 次数 |
| 开始部分 |  | **课堂常规**1.集合整队，清点人数2.师生问好3.宣布本节课任务及安全要求4.检查着装5.安排见习生 | 1.教师指定地点集合2.检查学生着装3.提出本节课任务和要求4.安排见习生5.提醒课堂纪律和安全要求 | 1.到指定地点集合2.体委整队清点人数3.师生问好4.明确学习任务5.见习生出列6.遵守纪律 | 组织队形🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹**🛉****要求：快静齐** |  |
| 准备部分 |  | 1. 热身操（4\*8）

1.伸展运动2.体测运动3.体转运动4.腹背运动5.踢腿运动6.下蹲运动**动态拉伸（侧弓步）****动态拉伸（抓脚趾深蹲）****【学练1】球性练习**1.抛球练习2.手指拨球3.左右手倒球4.原地拍球练习 | 1.教师讲解动作要求2.教师示范动作并带领学生一起练习3.教师喊口令4.教师提示学生动作练习规格和要求 1.讲解示范球性练习2.指导学生进行练习3.提醒易犯错误和纠正4.提示练习次数 | 1.认真观看动作示范并明确动作要求2.跟着教师一起认真做热身操3.跟着老师一起喊口令4.按教师提醒的动作要求进行练习1.认真观看动作示范和听清楚要求2.按动作要求和指导进行练习球性3.尤其注意易犯错误的改正4.按质按量完成球性练习任务 | 组织队形🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹**🛉**要求：1.按两臂距离散开站好2.散开和集合动作要快3.注意安全4.注意力要集中**（同上）** |  |
| 过程 | 时间 | 教学内容 | 教师活动 | 学生活动 | 组织及要求 |  |
| 基本部分 |  | **【学练2】小篮球：原地拍球**1.运球打卡游乐区。2.运球交朋友。3.运球小组交换位置4.运球按颜色换位置5.运球绕标志物**【竞赛】运球投篮**1：将同学分为人数相等的队伍，从第一个同学开始运球到投篮区进行投篮。2：投篮后接球运球返回，下一个人继续。3：投进得一分，小组完成后统计得分。**【体能】体能加油站**①静力支撑 ②左右移动步伐③防守步伐 | 1.教师讲解游戏方法及规则2.教师做示范。3.组织学生进行游戏4.强调游戏规则，鼓励学生5.小组汇报成绩，教师评价结果。1.教师讲解游戏规则和方法2.组织学生进行练习3.组织学生进行比赛4.激励与评价。1.在练习中讲解各个项目的动作要领。2.分四个小组，循环进行3.巡视指导、强调动作要求，点评激励 | 1.仔细听讲解明确游戏规则和方法。2.认真观看教师示范3.学生分组，进行练习4.遵守游戏规则5.汇报成绩，听取评价。1.认真听、看、记游戏方法。2.试做一次熟悉方法。3.分组进行比赛4.总结经验，相互评价鼓励。1.明确循环练习的内容方法。2.探究、了解各个练习项目的动作要领。3.注重团队合作，指导同伴完成练习动作！ | 要求：1. 队伍整齐，纪律严明

**组织方法**🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹组织形式：小组练习🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹 **🛉**🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹 | 次数 |
| 结束部分 |  | 1. 放松
2. 师生互相总结
3. 布置课后练习作业
4. 回收器材
5. 师生再见
 | 1. 教师带领学生放松
2. 引导学生互相总结
3. 布置课后练习
4. 组织学生回收器材
5. 下课
 | 1. 认真放松练习
2. 跟随总结
3. 记住课后练习
4. 积极认真回收器材
5. 向老师再见
 | 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹**🛉** |  |
| 教学反思 |  | 预计负荷 | 平均心率：140±5次/分钟生理负荷时间群体密度：≥75%个体密度：≥50% | 场地器材 | 篮球场、篮球、音响、挂图 |
|  |  |  |  |  |  |