

常州市孙建顺名师工作室与武进区谭文
杰名师工作室联合研讨活动

材 料 集

地 点：武进区礼河实验学校

时 间：2024年3月11日

常州市小学体育孙建顺名师工作室第2次活动的通知

各有关单位：

按照常州市教育局和常州市教科院名师工作室管理规定，依据《常州市小学体育教学孙建顺名师工作室研训方案》和学期研讨工作计划，经研究，决定近期与武进区谭文杰名师工作室、新北区小学体育培育室联合召开研讨活动。具体事项如下：

一、活动时间

2024年3月11日（周一）13：20-17：20

二、活动地点：武进区礼河实验学校

三、参加对象

常州市小学体育名师工作室、武进区谭文杰名师工作室、新北区小学体育培育室全体成员，欢迎其他老师参加。

四、活动主题：学练赛评一体化教学

五、活动安排

时间	形式	内容	主讲 (主持)	地点	
3月 11日 (周一)	公开课	四年级旱地冰球曲线运球	王洮洮	操场	
	公开课	二年级平衡与游戏	金璇		
	公开课	五年级篮球体前变向运球	柳阳		
	14:10-14:35	评课	主题：学练赛一体化教学（各派出1-2人代表评课）	朱伟力	会议室
	14:35-14:50	微讲座	“学练赛评”视角下课堂策略	耿怀明	
	14:50-15:20	讲座	逆商的概念与学科培育	孙建顺	
15:20-16:00	讲座	大单元教学的实践与探索	谭文杰		

六、活动要求

1. 活动时间与地点如有变化，另行通知。
2. 提前10分钟到达现场并实名签到。
3. 认真记录，书写端正，及时反思研修心得与体会。

联系人：孙建顺 联系电话：13401350616

常州市孙建顺名师工作室 武进区谭文杰名师工作室 新北区小学体育培育室
2024年3月5日

三年级 《旱地冰球大单元-多曲线运球》教学设计

河海实验学校 王洮洮

一、指导思想

本课以新课标理念为指导，全面贯彻“健康第一”的指导思想，落实“教会、勤练、常赛”，注重“学、练、赛”一体化教学。通过情景化体验式教学，让学生在情境中愉快的习得旱地冰球曲线运球基本技术，提高学生的专项运动技能和身体协调、灵敏等素质、激发运动兴趣，培养终身锻炼的好习惯。

二、教材分析

旱地冰球大单元 18 课时的设计是从最基本的握棍和球性练习基础动作入手，通过原地拨球、行进间直线、曲线运球、急停变向运球、两人多人传接球等基本技术练习，使得学生更好的熟悉球性，逐渐提高学生对球的控制力，1V1、2V2、3V3 的技战术练习中强化运用，鼓励学生将所学的运控球技术、防守技术等运用到实际比赛中，通过小型对抗比赛渗透攻防整体配合技战术及简化的旱地冰球规则，达成初步掌握基本技能、懂简要规则、能进行简化的 3 人比赛的目标。本课是大单元的第六课时，以旱地冰球曲线运球技术动作为主线展开教学，以学生对冰雪运动的兴趣为切入点，设计“巧控球、过弯道、抢车位、射手王”的组合练习和游戏充分调动学生的积极性，通过打卡过关的形式完成教学任务让学生掌握“屈、贴、随、控”的技术要点，为下一步旱地冰球的学练打好基础。

三、学情分析

四年级学生具备了一定的认知水平，对技术动作有自己的理解力、运用能力较好。旱地冰球项目在之前的学习中极少触及，学生们对此项目会产生极大的好奇与热情，教师在学练中应树立安全意识和规则意识，多做一些直观动作示范，引导学生充分观察模仿、耐心磨练，打下坚实的基础。四年级学生，乐于参与体育活动，喜欢向同伴展示自己的动作，并且逐渐形成了自己的兴趣爱好，他们仿能力强、好奇心强，能在集体活动中和他人团结合作，完成活动任务，设置一些有竞争性或闯关性质的比赛会促进他们积极的学练，从而更好的掌握基本技术动作。

四、学习目标

1. 运动能力：学练旱地冰球曲线运球基本动作技术和曲线运球射门组合动作技术
2. 健康行为：运用所学的旱地冰球组合技术在相应的环境中进行锻炼，在运动中表现出良好的沟通能力、情绪调控能力和安全运动意识。
3. 体育品格：按照规则和要求参与比赛，能团结合作，敢于尝试，努力拼搏，勇往直前。

五、教学流程

开始部分：导入“冰雪尔滨、热辣滚烫”——准备部分：打卡中央大街—逛东北虎园—基本部分：松花江上玩冰球—1 巧控球—2 过弯道—3 抢车位—4 射手王—东北美食汇—结束部分：体验东北澡堂

六、本课亮点


1. 以喜闻乐见的社会热点事件创设“热辣滚烫、冰雪尔滨”教学情景，激发学习兴趣。
2. 体现结构化知识和技能导向，通过设置不同的学练与曲线运球有机结合，提高学生的实践运用能力。
3. 注重教学方式改革，以生为本。自主学习、合作学习、探究学习相结合，提高学生解决体育与健康实际问题的综合能力掌握与运用技能的综合能力。

七、安全措施

1. 课前了解学生健康状况，安排好见习生。
2. 确保场地器材符合安全要求。
3. 充分做好专项准备活动，各关节得到充分活动。
4. 调整好学生练习间距，避免练习中碰撞。

《水平二 四年级 旱地冰球大单元 》教学设计

单位	河海实验学校	教师	王洮洮	任教年级	四年级	学生数	44人	日期	3.12
学习目标	1. 学练旱地冰球曲线运球基本动作技术和曲线运球射门组合动作技术。 2. 运用所学的旱地冰球组合技术在相应的环境中进行锻炼，在运动中表现出良好的沟通能力、情绪调控能力和安全运动意识。 3. 按照规则和要求参与比赛，能团结合作，敢于尝试，努力拼搏，勇往直前。								
内容	第六课：曲线运球								
重点难点	重点：降低重心、球棍贴地、随球移动、控制球速 难点：身体协调灵活、人球合一								
教学程序	内容	教师策略与方法	学生练习与方式	组织队形与安全要求	运动负荷				
					时间	次数	强度		
开始部分 1分	导入主题“冰雪尔滨、热辣滚烫”	1. 与生问好。 2. 导入春节期间把游客宠上天的冰雪之城哈尔滨。	1. 指定地点集合，快静齐整队。 2. 与师问好，提高对热身的活动重视。	× ▲ 四列横队					
									设计意图： “冰雪之城哈尔滨这个冬天火了，春节期间接待游客 1100 万人次，旅游创收 165 亿，把游客宠上天的城市值得一去，今天王老师就带着小土豆们出游冰城哈尔滨，体验冰雪运动的魅力”，通过与学生的互动，营造轻松愉悦的氛围。
准备部分 5分	一、冰城打卡	1. 漫步中央大街（多种跑的专门性练习，小步跑、后踢腿跑、高抬腿跑、左右滑步、上步后退跑跑）。 2. 逛东北虎园无球（的身体姿态练习）。	随师进行模仿与体验，通过跑步、做操、球性练习充分热身为下面的专项练习做准备。	× ▲ 四路纵队绕障碍跑	4	多	大		
					1	1	小		
设计意图： 用肢体语言表达看到东北的美景的感受，激发学生的学习兴趣，充分热身，东北虎园模仿屈膝和观察为下面的练习做铺垫。									
	二、体验探究	1. 针对旱地冰球握棍以及拨球进行讲解和示范。 2. 导入主题学习旱地冰球，引导学生体验练习。	1. 认真观察教师握棍动作，知道并能做出正确的握棍动作。 2. 原地拨球练习，熟悉球性。	× 四列横队	2	1	小		
					设计意图： 渗透运控球动作要点，提高学生对球的控制力。				

基本部分 31分	三、松花江上玩冰球	1. 巧控球：组织学生进行变奏快慢拨练习，逐渐加大练习难度（拉球距离加大）。	1. 动作幅度加大以后感受一下身体的变化，知道并可以做出屈膝、球棍贴球、身体跟随球的动作。		5		中
		2. 过弯道：讲解动作方法并组织学生在场地上进行练习。教师巡回指导并根据共性问题再次进行讲解。	3. 认真观察、动脑练习，明确动作要点，相互提示，小组间相互学习提高。		4	5	大
		3. 抢车位：用行进曲线运球技术抢位置比赛。两人比赛、两人做裁判相互交换练习。	3. 练习者明确比赛规则，自觉按照规则进行比赛，裁判员明确规则，可以对犯规行为做出判罚。		4	3	大
		4. 射手王：组织学生4人一组进行曲线运球射门赛，相邻两组比拼，各组派出一名裁判员进行监督与判罚。	4. 听裁判指令进行比赛，遵守规则力争获胜。		5	3	大
设计意图： 激发学生学习兴趣，注重生成性资源，通过学生相互学习与观察提炼出屈、贴、随、控动作技巧，进一步加强对球的控制，更好的掌握技能。							
结束部分 3分	四、东北美食汇	核心力量训练： 1. 东北烤串 2. 东北冻梨 3. 东北大板 4. 东北糖葫芦	1. 动作准确、克服困难、突破自我、坚持到底。	<pre> x ▲ 四列横队 </pre>	5	1	大
		设计意图： 用身体模拟东北的各种美食来激励学生进行体能练习，在游戏中加强核心、上肢力量，提升身体素质、激发运动活力。					
结束部分 3分	五、东北大澡堂	1. 在音乐的伴奏下走进东北澡堂，感受东北人的服务精神。引导学生相互间敲敲背等进行拉伸与放松。 2. 课后小结，布置作业。	1. 听着音乐跟着老师一起做各种放松动作。 2. 进行自我评价和小组评价，评价学习目标的达成。	<pre> x ▲ 四列横队 </pre>	2	1	小
		设计意图： 以东北人的热心、热情的服务精神为资源倡导乐于为他人服务、快乐自己。					
器材	曲棍球、棍 45 套、体操垫 45 个、小球门 10 个、地垫 11 个、音响						
密度	个体 50%以上，群体 75%以上		平均心率	预计 140 次/分左右			
安全措施	1. 确保场地器材符合安全要求； 2. 做好充分的热身； 3. 安排适当的运动负荷； 4. 对个别学生及时提供帮助。						
课后小结	略						

二年级《平衡与游戏》教学设计

新桥第二实验小学 金璇

一、指导思想

本课以《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》（以下简称2022年版新课标）为依据，坚持“立德树人”“健康第一”的指导思想，围绕学生核心素养，落实“教会、勤练、常赛”的教学理念，根据学生的身心发展特点和运动技能形成规律，以多样的练习方法与教学手段激发学生的兴趣，有效达成学生对基本运动技能静态平衡和动态平衡的学习，并在游戏比赛中应用；通过学生之间的团结合作、探究创新学习，将集体练习、小组练习与自主练习相结合，帮助学生理解掌握技能；通过学、练、赛、评一体化达成学习目标，培养学生团结协作的品质和不畏艰难的精神。

二、教材分析

平衡能力是人的基本活动能力，平衡对控制身体姿态、空间感、协调性以及在生产生活中有着十分重要的作用，平衡也是掌握各类运动技能必备身体素质。少儿时期是发展平衡能力的最佳时期。但日常体育教学中，平衡类练习占比较少，甚至被忽略。本课选自学校自编课程（水平一）二年级平衡单元第一课时非移动技能+移动技能：《平衡与游戏》，借助趣味器材发展学生平衡能力。本课利用“泡沫砖”作为器材，一物多用，安全轻便，有效增加激励学生体育锻炼的乐趣。遵循由易到难、由静态到动态、由非移动性平衡到移动性平衡、由个人练习到团队游戏比赛的步骤，开展趣味化、多样化、游戏化的教学活动，不断激发学生挑战自我的自信心。创设“小朋友们去郊游”为教学情境，营造良好的学习氛围，激发学生练习兴趣。

三、学情分析

二年级学生身体发育处于相对平稳的阶段，速度、灵敏、柔韧等素质指标处于发展敏感期。二年级学生也正处于好动、好奇、善于模仿及爱表现阶段，合作意识逐渐加强，其身体基本活动能力也在初步得到发展。但他们的认知和运动技能水平还较低，注意力容易转移、自控力较差。针对二年级学生的身心发展特点，本课采用情境化教学和游戏手段，让学生在玩中学、玩中练，通过体验不同方式的平衡练习，并以挑战和竞赛的形式来激励学生，培养学生自主学习的能力，激发他们在练习中去思考，发展他们的平衡能力和智力，在学练中表现出不惧困难的意志品质，并在游戏比赛中体验应用，课中以儿童化的语言适时激励学生，使学生能养成互帮互学、共同提高的团队合作精神，实现本课的学习目标。

四、学习目标

1. 能说出平衡技能中头正、身稳、双臂平的要领，借助器材掌握静态平衡和动态平衡，并在器械上平稳的通过较长的距离。
2. 知道在学练中要以安全为第一原则，做到稳中求快。从器械上掉落时能调整平衡，平稳落地不摔跤。
3. 敢于挑战自我，展示自我，能表现出勇敢顽强、积极进取的体育精神，并与同伴交流合作，互相保护与帮助，体现出团队合作的良好体育品德。

五、教学重难点

1. 教学重点：头正、身稳、双臂平。
2. 教学难点：在“石块”上移动时能保持身体平衡。

六、教学过程

《平衡与游戏》课时计划

年级： 二	人数： 40	课次： 1	授课时间： 2024. 03. 11	授课教师： 金璇			
学习目标	1. 能说出平衡技能中头正、身稳、双臂平的要领，借助器材掌握静态平衡和动态平衡，并在器械上平稳的通过较长的距离。 2. 知道在学练中要以安全为第一原则，做到稳中求快。从器械上掉落时能调整平衡，平稳落地不摔跤。 3. 敢于挑战自我，展示自我，能表现出勇敢顽强、积极进取的体育精神，并与同伴交流合作，互相保护与帮助，体现出团队合作的良好体育品德。						
学习内容	《平衡与游戏》	重难点	教学重点：头正、身稳、双臂平 教学难点：在“石块”上移动并保持身体平衡				
教学程序	教学内容	教师活动	学生活动	组织与要求	运动负荷		
					时间	次数	强度
准备部分 7'	1. 课堂常规 导入“小朋友们去郊游”的情景 2. 准备活动 (1) 热身趣味跑 (跨、钻、跳) (2) 韵律操	1. 集合，师生问好 2. 语言激励 3. 宣布本课教学内容 1. 组织四路纵队跟随音乐慢跑热身。 2. 领做韵律操，融入平衡动作，以及各关节的活动。	1. 做到快、静、齐，向老师问好 2. 认真听讲，进入学习状态 3. 了解明确学习任务 1. 慢跑有节奏，精神饱满同时根据要求做相应动作。 2. 模仿教师动作，跟随音乐有节奏的活动，充分热身。	○○○○○○○○ ○○○○○○○○ ××××××××   要求：兴趣高涨 跟上节拍	1'	1次	小
					设计意图：情景导入，激发学生的兴趣。通过热身跑和热身操带领学生进行准备活动，充分的活动开身体，为后续的教学内容做好铺垫。		
基 本 部 分 30'	1. 自主尝试单脚支撑站在“石头”上的平衡姿势。 2. 学练静态平衡 (1) 金鸡独立 (2) 闭眼金鸡独立 (3) 单脚站立写字 要点口诀： ①头摆正 ②身体稳 ③两臂平 3. 平衡大比拼	1. 语言激励学生，做出最有创意，最帅的造型。 1. 讲解示范金鸡独立动作（头摆正、身体稳、两臂平）。 2. 挑战10秒针闭眼金鸡独立看说能成功。 3. 提示学生双手保持平衡，调整重心，字写的幅度大些。 4. 和同伴、老师比一比	1. 自主尝试并积极展示。 1. 积极参与，体验练习。 2. 跟着老师练习做到“正、稳、平”。 3. 自主练习，情绪高涨，气氛活跃。 4. 听清要求，积极进行比拼。	 1. 要求：造型多样 积极性高 2. 要求：声音洪亮 大声数秒 3. 要求：及时调整重心，保持平衡 4. 要求：平、稳、久	2'	2次	中
					2'	2次	中
					2'	2次	中
					2'	2次	中
设计意图：通过自主尝试静态平衡，学习平衡技能，同时采用平衡大比拼的游戏与老师同伴比一比，从而提高学生的积极性，增加是生生互动和师生互动，同时激发了学生对静态平衡的挑战欲望。							

基 本 部	4. 学练动态平衡 (踩石过河) (1) 1人平衡走 (2) 2人平衡走 (3) 4人平衡走(快慢节奏、感受不同) (4) 8人一组创造不同线路走 (5) 串门走	1. 示范讲解练习方法和要求,组织学生有序开展练习,看谁最稳。 2. 组织学生2人一组开展练习。提示学生动作要领。 3. 引导学生打节拍,练习较长距离的快慢节奏走。 4. 以小队为单位进行合作创建路线(各小组拼出不同的图案,并走一走) 5. 引导学生交换练习,体验其他小组的路线,不求快只求稳,安全过河。	1. 1人将“石块”拼成踩石过河路线,练习时减少坠河次数,安全过河。 2. 两人一组将房子拼成一条直线要求,有序练习,保持前后距离。 3. 跟随音乐节奏练习,并找到适合自己平、稳、的节奏,控制身体平衡。 4. 队员相互帮助,团结协作,创新玩法。转弯时调整重心,控制平衡。 5. 当不小心把别人的“石块”弄乱后,及时复原。做一个文明的好少年。	 要求: 不坠河安全平稳通过  要求: 有序练习踩准节奏  要求: “石头”不移动,控制速度	2' 3' 2' 2' 4' 2'	3次 3次	中 大 中 大	
	设计意图: 通过听音乐找节奏和不同路线的平衡走练习,让学生体会节奏对于平衡走的意义。找到适合自己的节奏很重要。学生通过小组合作将泡沫砖(石块)拼成自己想要的图案。发挥团队力量,互帮互助,团结友爱及学生的创造力。							
	分 30'	5. 赛: 运送补给品	1. 带领学生头顶物移动,减少身体和头部的晃动。2. 讲解游戏规则,相同时间看谁运送的补给品多。	1. 游戏中遵守规则,相互加油,团结奋进。		5'	2次	大
	设计意图: 通过运送补给品的游戏将平衡走和跑的基本技能组合,让每个学生将所学的技能运动到实践中,让每一位学生都获得满足感,培养学生的团队合作精神。							
		8. 体能大循环 拉手高抬腿、深蹲、仰卧起坐、跳跃、旋转陀螺	1. 讲解体能练习的方法、要求 2. 组织体能游戏,激励挑战	1. 认真观看示范,仔细听讲,明确练习方法 2. 积极参与练习,同伴间相互扶持、相互鼓励	要求: 动作规范,团结协作	5'	5组	大
设计意图: 在动感音乐伴奏下进行体能游戏,用团队协作共同完成体能大循环,补充本课的运动负荷,培养学生团结的精神。发展学生的核心力量及协调性。								
结 束 部 分 3'	1. 音乐伴奏拉伸放松 2. 总结评价	1. 示范动作,组织放松身心 2. 针对学习目标,点评学生表现 3. 布置课外作业 4. 组织有序回收器材	1. 跟随老师放松,节奏放缓 2. 回顾全课,自评互评 3. 明确课后任务,分享运动。 4. 主动配合老师归还器材,注意安全	散点站位 要求: 充分拉伸、动作舒展	2'	1次	小	
设计意图: 在舒缓的音乐中拉伸充分放松身心,结合学习目标对学习内容和情感态度价值观等方面进行点评,引导学生积极反思,有效进行自评。								
课 程 资 源	负荷预计	群体密度: 75%左右 个体密度: 50%左右 平均心率: 140~160次/分左右	场 地 器 材	足球场1个、五种颜色的泡沫砖80个、标志盘75个、海绵条1根、音响1个、				
课 后 反 思								

六年级篮球行进间变向运球教学设计

新桥第二实验小学 柳阳

一、指导思想

本课以新课程标准为依据，以“健康第一”为指导思想，以促进学生身心健康全面发展为目标，通过多种形式来组织学生进行技能的学习，让学生在掌握技能的过程中享受体育学习的乐趣。

二、教材分析

本节课选自体育与健康教科版教材，水平三（六年级）体前变向换手运球。体前变向换手运球是篮球运球技术中的一项基本技术，由于动作简单实用，且具有动作迅速、隐蔽突然、易与其它动作衔接，保护球好等特点，是比赛中运用最广泛的运球突破技术；从发展身体素质方面，变向运球技术能够很好地锻炼学生的灵敏、协调等素质；从身心健康、社会适应角度，学生可以通过利用这一技术摆脱防守而获得自信与成就感，培养超越对手的勇气与自信心。因此，体前变向换手运球技术具有较强的可学性与可教性，该技术的学习需要学生有一定的控制球能力及手脚的协调配合能力。

三、学情分析

篮球运动是广大学生最喜爱的一项体育运动。六年级学生具有了一定的篮球运球基础与控制球能力，但男生与女生的运球能力相比，存在一定的差距，男生运球能力更为突出，而女生相对较差，在教学中不仅要加强女生的教法指导，还要调动女生的学习兴趣，在教学目标的预设方面，女生与男生要体现出层次性教学。在学练中调动学生的学习兴趣，使学生掌握体前变向运球技术。

四、教学目标

- 1、知晓“行进间变向运球”是篮球的基础技术之一，实用性强，初步建立正确的技术概念。
- 2、在游戏和比赛中敢于做出行进间变向运球的动作，努力做到全身协调，人球合一。
- 3、面对困难，密切配合，主动参与，用良好的合作精神来体验参加篮球运动带来的愉悦感受。

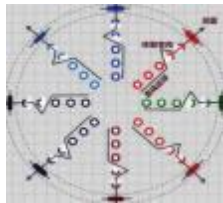
五、教学重难点

教学重点：行进间体前变向运球时，按拍球的部位。

教学难点：变向换手时做出跨步护球，动作协调连贯。

六年级篮球行进间变向运球课时教案

课 题	篮球行进间变向运球	年 级	六年级	课 次	5			
学习目标	1、知晓“行进间变向运球”是篮球的基础技术之一，实用性强，初步建立正确的技术概念。 2、在游戏和比赛中敢于做出行进间变向运球的动作，努力做到全身协调，人球合一。 3、面对困难，密切配合，主动参与，用良好的合作精神来体验参加篮球运动带来的愉悦感受。							
重难点	重点：行进间体前变向运球时，按拍球的部位。 难点：变向换手时做出跨步护球，动作协调连贯。							
课的结构	教学内容	教师活动	学生活动	组织及要求	运动负荷			
					次数	时间	强度	
认识篮球 活跃身心 (6')	一、认识篮球 1、集合整队 2、运球找“队友” 3、原地球性练习	一、认识篮球 1、课堂常规 2、带领学生进行运球热身 3、口令引导 4、领做球性练习	一、认识篮球 1、快、静、齐 2、热身运球在场地内寻找自己的队友 3、听教师口令 4、跟教师做球性练习	一、认识篮球 1. 基础队形 2. 在场地内散点进行运球 3. 按各自位置回到自己位置 4. 球性练习以基础队形教学	1	1	小	
	设计意图：明确学习目标及安全事项，激发学生兴趣，通过跑步、篮球操、熟悉球性达到充分热身效果。					1	2	小
尝试篮球 学习本领 (3')	二、尝试篮球 1. 探究性练习如何过防守？ 2. 学生展示 3. 教师展示 4. 切入主题：行进间变向运球	二、尝试篮球 1. 组织探究 2. 协助学生展示 3. 教师展示“行进间变向运球”（3种） ①行进间胯下变向 ②行进间转身变向 ③行进间体前变向 4. 抛出课题	二、尝试篮球 1. 积极回答 2. 大胆尝试 3. 认真观察动作 4. 明确本课任务	 本版块所有活动都以基础队形进行	1	1	小	
	设计意图：明确学习目标及安全事项，激发学生兴趣，通过跑步、篮球操、熟悉球性达到充分热身效果。					1	1	小
运用篮球 掌握本领 (15')	三、运用篮球 1. 示范并讲解：行进间变向运球 2. 解决重点 关键词： ①变②换 ③转④跨	三、运用篮球 1. 示范讲解动作关键词： ①变、换 ②转、跨 2. 解决重点 ①、②先后：变、换（注意行进间变向运球的手型和方法）。 ③同步：转、跨（提示学生在交换球时的拍球与跨步、转体探肩同步进行）。	三、运用篮球 1. 认真观察示范动作，记住关键词 2. 解决重点 ①原地拍球8次体前变向换手（一级梯度） ②原地拍球4次体前变向换手（二级梯度） ③原地拍球4次体前变向跨步转体探肩换手运球4次。做过人动作（三级梯度）	三. 运用篮球 1. 教师示范讲解基础队形进行，园内3圈学生坐地，外2圈站立便于观察示范。 2. 解决重点 ①②换手落点示意图	1	0	1	小
	设计意图：明确学习目标及安全事项，激发学生兴趣，通过跑步、篮球操、熟悉球性达到充分热身效果。					1	0	1
					1	0	2	小

	3. 突破难点 用相邻两排为一大组，对应2名学生为一小组。	3. 突破难点 ①原地拍球体前变向换手 ②体前变向运球，然后换位练习	3. 突破难点 ①做原地运球4次后，做向左行 进间变向运球，然后换位 ②动作同①，方向向右，2位学 生换位	3. 突破难点 相邻两排合一队形  4. 展示与评价 师评与学生互评 5. 拓展练习 学生运球变向绕过2“人”字和篮圈 拉绳后返回原点。 	1 0	2	中
	4. 展示与评价	4. 展示与评价 师评与学生互评	4. 展示与评价 ①大胆展示 ②积极评价	4. 展示与评价 合队后左右学生为一组	1 1	1	小
	5. 拓展练习 学生运球变向绕过2“人”字和篮圈 拉绳后返回原点。	5. 拓展练习 ①行进间变向（过障碍）运球比赛 ②提示线路和安全	5. 拓展练习 ①行进间变向运球比赛 ②注意线路和安全	5. 拓展练习	1 0	5	中
设计意图：通过设置不同梯度的循序渐进练习，解决重点，突破难点，把提高学生学习效率落到实处。							
玩转篮球 带入游戏 (16')	四、玩转篮球 1. 游戏：“谁是得分王” 游戏规则：每组从排尾学生开始变向过人到排头，然后投篮，迅速捡球跑回站在排头位置，其他同学依次往后退一个人位置，在规定时间内看谁得分最多。 2. 素质练习： 持球高抬腿 持球开合跳 运球高抬腿 运球开合跳 运球小碎步 3. 放松活动： ①“送别”篮球 ②放松球操 4. 总结点评	四、玩转篮球 1. 游戏 ①讲解规则 ②组织比赛 ③提示安全 2. 素质练习 讲解练习要求 3. 放松活动 ①领做放松操 ②语言提示 4. 总结点评 ①师生共同点评 ②布置回家作业 ③回收器材	四、玩转篮球 ①尝试1次 ②进行比赛 ③注意安全 2. 素质练习 认真听讲，积极练习，发扬吃苦精神 3. 放松活动 ①跟教师做 ②放松身心 4. 总结点评 ①点评与交流 ②回收器材 ③师生再见	4. 玩转篮球 1. A游戏平面图  2. B游戏立面图 	1 0	5 5	大 大
					1	2	小
设计意图：通过游戏和素质练习培养学生团结合作的拼搏精神，通过课后作业的布置，延伸本节课学习成果。							
预计效果	练习密度	群体75%， 个体50%.	平均心率	150-155次/分	场地器材	篮球：40个；标志点：40个；音响：一个；小篮筐：8个	
课后反思							