

# 新北区小学体育优秀教师培 育室研讨活动

## 材 料 集

地 点：新北区龙虎塘实验小学

时 间：2024年11月14日

## 关于新北区小学体育孙建顺优秀教师培育室第 28 次活动的通知

各有关单位：

按照新北区教育局第二轮“三名”培育工程实施意见和新北区教师发展中心培育室管理规定，依据《新北区第六批小学体育教学孙建顺培育室工作方案》和学期研讨工作计划，经研究，决定近期与常州市小学体育名师工作室、新北区教师发展中心体育学科联合召开研讨活动。具体事项如下：

### 一、活动时间

2024 年 11 月 14 日（周四）13：00-17：10

二、活动地点：新北区龙虎塘实验小学

### 三、参加对象

常州市小学体育名师工作室、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：小学篮球结构化教学

### 五、活动安排

时间	形式	内容	主讲 (主持)	地点
11 月 14 日 (周 四)	13:00-13:40	公开课	篮球运投组合	体育馆
	13:50-14:30	公开课	篮球运传投组合	
	14:40-15:40	评课	评课人以随机抽签产生	会议室
	15:40-16:30	讲座	小学篮球结构化教学策略	

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。

新北区小学体育孙建顺优秀教师培育室

新北区教师发展中心

2024 年 11 月 10 日

## 水平三（五年级）篮球 大单元教学设计

<b>大单元 学习目标</b>	<p>1. 学生能说出运传投球组合技术动作要领，判断运球中走步、二次球违例动作，了解简单 4v4 比赛规则。掌握运球与传接球、接球与定点投篮、运球与行进间上篮等组合动作，在有防守练习中提高控球能力。在 4v4 比赛中灵活运用所学技术，能利用跑位进行传切配合学习 合的战术配合。发展心肺耐力、腰腹力量和灵敏性。目标</p> <p>2. 学生能在校内外主动练习所学篮球组合技术和基本战术，养成良好的体育锻炼习惯。主动交流、善于与同伴合作，与同伴友好相处，能按照比赛规则要求、情绪饱满参与篮球比赛。正确选择篮球场地器材和适宜方法，安全地进行篮球运动。</p> <p>3. 学生能在比赛中能遵守规则、尊重对手，不断挑战、敢于拼搏，比赛中发生碰撞、摔倒时能坚持不懈，出现失误时不推卸责任。</p>
<b>大单元 教学内容</b>	学习方案共 18 课次，每课次均由学、练、赛三部分组成，其中 1-11 课重点对学生理论和技术组合进行教学，12-15 课重点对学生比赛及对抗能力教学，16-18 课设置为小赛季：三对三对抗赛，通过实战对抗赛，让学生在赛中巩固、赛中强化、赛中提高。
<b>大单元 教学重难点</b>	本单元教学共 18 课时。围绕“教会、勤练、常赛”理念，建构学-练-赛-评一体化的完整学习活动和项目体验，提高学生在真实活动或比赛情境中运用结构化的知识与技能分析问题、解决问题的能力。第一阶段：主要以学习单个技术动作为主（5 课时），通过篮球基本动作的学习，知道篮球运动的基础知识，基本掌握传球、接球、运球、投篮等基本动作；第二阶段以学习组合技术动作为主（6 课时），通过篮球简单组合动作的学练，使学生基本掌握篮球简单组合动作，进一步巩固篮球基本动作，体能进一步提升；第三阶段以比赛运用为主（7 课时）；通过游戏或比赛活动，掌握篮球基本动作和简单组合动作，并在游戏和比赛中灵活运用，表现出克服困难、勇敢坚毅的意志品质。

课次	学习目标	教学内容	教学组织与方法
1	学生知道 4v4 比赛的方法及简单规则，常见走步、二次球违例，篮球常见运动损伤，擦伤、扭伤处理方法。	1. 4v4 比赛规则 2. 常见篮球运动损伤处理方法	1. 利用多媒体观看教学比赛视频进行学习 2. 教师问题引导并讲解 3. 小组讨论交流 4. 教师讲解示范， 5. 小组演示
2	熟悉球性，学习有防守的运球保护，1v1 掏运球比赛，完成体能游戏：俯卧支撑	1. 多种原地运球 + 原地传接球 2. 组合练习与游戏	1. 运球找朋友等游戏辅助熟悉球性 2. 在两人配合练习中思考运球传球在比赛中的作用 3. 两人一组进行 4. 掏运球比赛
3	复习原地多种形式的运球、传接球，学习有防守和无防守的行进间 2 点折返运球与传接球，行进间 5 点折返与传接球，体能游戏：俯卧支撑与仰卧支撑，掌握规则：走步	1. 运传组合技术 2. 比赛	1. 在熟悉球性活动中知道合理的换手运球与传接球方式 2. 两人一组无防守折返运球 + 传接球 3. 两人一组有防守 1v1 折返运球 + 传接球 4. 多人合作教学折返运球 + 传接球比赛
4	复习原地与行进间运球热身，挑战两人传接球找朋友，练习两人一组运球 + 传接球跑位，进行 2v1 抢断，完成体能游戏 3 米摸地折返跑，熟悉规则：2 次运球	1. 运球-双手胸前投篮	1. 两人一组慢跑运球 2. 2v1 跑动中运传球，防守队员抢断球 3. 分小组教学运传球及抢断球比赛
5	完成各种运球游戏，学习有防守运球，运球 + 急停 + 胸前投篮，完成体能游戏 3 米摸地折返跑，熟悉规则：防守中的打手	1. 接球双手胸前投篮	1. 自主练习原地运球接双手胸前投篮过一定高度横绳 2. 行进间慢走运球过渡到跑动中运球急停后接双手胸前投篮过一定高度横绳 3. 1v1 运球进攻投篮过一定高度横绳
6	1. 复习原地高低、换手运球，进行两人一组传接球、接球 + 双手胸前投篮，完成体能游戏：抱球两头起，熟悉规则：走	1. 运传组合技术 2. 比赛	1. 两人一组 1 球间隔 2 米进行接球后双手胸前投篮到对方同伴头顶练习 2. 分小组教学练习接回传球后进行原地双手胸前投篮练习 3. 分小组进行积分比赛
7	复习行进间原地高低、换手运球进行行进间两人一组传接球，完成跑动中接球双手胸前投篮完成体能游戏：双脚夹球袋鼠跳，熟悉规则：走步	1. 跑动中接回传球急停双手胸前投篮	1. 分小组接力的形式进行练习跑动中接同伴回传球后进行原地双手胸前投篮练习。 2. 分小组进行简单规则的 2v2 比赛

8	复习原地体前变向换手运球，进行行进间各种球感练习，变向运球+直线运球-投篮，完成体能游戏：15米折返跑，熟悉规则：走步、2次运球。	1. 原地变向运球接行进间直线运球后急停投篮	1. 分小组进行体验练习 2. 教师问题引导帮助学生掌握正确动作方法 3. 教师巡回指导 4. 分组比赛
9	复习两人一组传切跑位，进行两人一组传切跑位接球，.2v1有防守运球+传球跑位，完成体能游戏：15米折返跑熟悉规则：走步、2次运球	1. 两人一组传切跑位接球+投篮	1. 复习两人一组的各种传接球 2. 认识篮球场、运球找朋友熟悉球性与热身 3. 合作练习：两人组跑动中传切跑位+投篮 4. 分组比赛
10	学习侧身滑步练习，2.2v1近距离防守有球队员，体能游戏：看手势多方向滑步，熟悉规则：阻挡犯规	1. 有防守队员的传切跑位+投篮组合练习与比赛	1. 学生体会防守队员的传切跑位+投篮 2. 听口令学习正确的防守姿势 3. 两人一组进行攻防训练
11	学习S形绕杆运球、行进间各种球感练习、S形运球+投篮完成体能游戏：快速追球，熟悉规则：持球	1. S形运球+投篮组合技术运用的练习与游戏	1. 学生体会直线运球与S形运球触球部位的不同。 2. 小组合作练习原地左右拉球、拨球练习。 3. 接力形式进行S形运球-投篮-传。
12	掌握持球进行三步上篮脚下动作习，原地运球35次后三步上篮，体能游戏：跨步跳规则：走步	运动运球+三步上篮	1. 持球进行三步上篮最后一步单脚跳提膝练习 2. 持球进行二步上篮的一大二小三高跳练习 3. 设置两个障碍物让学生体会一大二小三高跳进行上篮
13	复习原地运球三步上篮组合练习，行进间各种球感练习、行进间运球3-5次+三步上篮，完成体能游戏：15米折返跑，熟悉规则：走步、2次运球	行进间运球3-5次+三步上篮	1. 设置两个障碍物让学生体会一大二小三高跳进行上篮 2. 分小组进行慢走运球+三步上篮 3. 分层学练 4. 分小组进行练习并比赛
14	学习各种运传投组合动作练习，简单规则4v4比赛，完成体能游戏：两人行行进间传球熟悉比赛中常见的违例和犯规。	简单规则4v4比赛	1. 设置6个长方形小场地，放置移动篮筐。 2. 各场地队员自行讨论战术，推选比赛时的小裁判和记分员。 3. 比赛中，进攻队员只有1次投篮机会，无论是否投中，均交换球权
15	复习各种运传投组合动作练习，简单规则4v4比赛，体能游戏：两人行行进间传球，比赛中常见的违例和犯规	简单规则4v4比赛	1. 设置6个长方形小场地，放置移动篮筐 2. 各场地队员自行讨论战术，推选比赛时的小裁判和记分员 3. 比赛中，进攻队员只有1次

			投篮机会，无论是否投中，均交换球权
16	复习各种运传投组合动作练习，积极参与 4v1 班级冠军挑战赛	4v4 班级冠军挑战赛	1. 设置两个标准篮球场进行小组积分赛 2 各场地队员自讨论，推选比赛时的小裁判和记分员 3. 决出冠亚季军
17	完成各种运传投组合动作的巩固练习，. 按照测试要求测试（男女交换，未测试的学生 4v4 练习），完成测试考核。	篮球技能考核（定点传接球+运球绕杆+停球投篮组合）	1. 对传接球、行进间直线运球、行进间绕杆运球和停球投篮组合动作进行检验 2. 教师和小裁判作评价
18	复习各种运传投组合动作的巩固练习，按照测试要求测试（男女交换，未测试的学生 4v4 练习），完成测试考核。	篮球专项体能考核（25 米 x4 次运球折返跑）	1. 两人一组进行各种运传投组合动作练习 2. 测试：四人一组持球从标准篮球场底线快速运球出发到达对面底线后运球折返回来。两个来回共 4 组。 3. 教师计时判定成绩优异

### 大单元学习评价

等级	运动能力	健康行为	体育品德
需要努力	未掌握急停急起，快速起跳等技术动作；身体控制能力较差；脚步移动缓慢，不能在 36. 04s 内完成 15mx9 折返跑	不能流畅地完成基本的传接球、运球，投篮技能；无法与队友进行配合：43s 以上完成行进间投篮（如未投进，仅有 1 次补篮机会，仍未投进，完成时间加 5s）	不知道篮球比赛规则；在比赛中经常违例和犯规，不能流畅地运球和传球：无法与队友进行配合
合格	掌握急停急起、迈步、转身、快速起跳等技术动作；身体控制能力一般，脚步移动较慢，36. 03s 内完成 15mx9 折返跑	能够完成基本的传接球、行进间运球、投篮等技能，并能够在比赛中运用：有一定的团队配合意识：43s 内完成行进间投篮（如未投进，仅有 1 次补篮机会，仍未投进，完成时间加 5s）。	了解篮球比赛规则，并能服从裁判判罚；在比赛中能通过积极跑动和传接球为队友创造良好的进攻机会，积极参与防守；有良好的攻防转换意识及团队配合意识。
优秀	能够熟练运用急停急起、迈步、转身、快速起跳等技术动作；拥有较好的身体控制能力；脚步灵活敏捷。32. 13s 内完成 15mx9 折返跑	能够熟练掌握运球急停急起、曲线运球、行进间运球投篮、移动传接球、投篮等技能并能够在比赛中运用 3 种以上的技术动作组合；拥有较好的团队配合意识；25s 内完成行进间投篮（如未投进，仅有 1 次补篮机会，仍未投进，完成时间加 5s）。	熟知篮球比赛规则，并能够对明显的打手犯规、撞人犯规、阻挡犯规等和走。

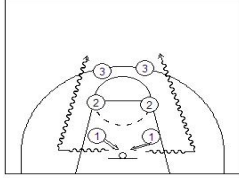
### 大单元学习反思

--

## 水平三·五年级《小篮球—运球跨步急停投篮》教学设计

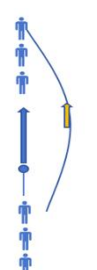

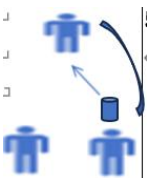
执教：新北区龙虎塘实验小学 耿怀明

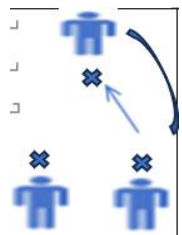
学习目标	1、复习巩固提高篮球运球、投篮技术动作，了解这个组合在篮球运动中的重要性，并且对运球急停投篮有一个初步了解； 2、初步掌握篮球运球和投篮动作技术衔接组合，能够在中低速下掌握篮球运球，并能较连贯的进行急停投篮； 3、养成自觉纪律性、积极进取、安全意识，团结协作的集体主义精神						
学习内容	小篮球：运球跨步急停投篮	课次	9				
教学重点解决方法	运球急停与投篮流畅的衔接	学习难点	正确的做出跨步急停的动作				
	教师示范，强调重心下降	解决方法	原地强化动作练习				
教学流程	课的内容	教师活动	学生活动	组织与要求	运动负荷		
	时间	次数	强度				
开放式导入 7分钟	1. 课堂常规	1. 师生问好	1. 师生问好	组织：六组	1'	1	小
	2. 热身练习（专项热身）	2. 带领学生进行专项球性热身练习； （慢跑+开合跳+高抬腿+后踢腿+并步跳+滑步慢跑急停+慢跑急停退防+慢跑急停跳投退防）	2. 学生进行各种专项准备活动，注意听哨声	要求：充分热身 	4'	1	中
核	3. 小游戏：叫号接球	3. 与学生一起游戏，游戏中与学生一起熟悉球性	3. 学生积极游戏，并且根据教师要求进行滑步练习；		4'	1	
	设计意图：1. 热身中融入运球和停球，练习培养学生控球力量、方向、球的弧度及合作能力，为本课的学习做好铺垫。						
心	1. 复习原地双手胸前投篮技术	1. 组织学生复习原地双手胸前投篮的手型练习；	1. 复习原地双手胸前投篮的手型练习（出手5次）；	组织： 	3'	3-5	大
	2. 尝试原地运球急停+投篮练习	2. 组织学生原地自主尝试，不限制急停方式，尝试停稳投篮；	2. 自主尝试用自己的方法运球急停投篮；	要求：明确练习要求，遵守秩序。 组织同上	3'	3-5	大
过	3. 教师示范，讲解动作要领	3. 教师示范运球跨步急停投篮完整动作，讲解动作要领，强调中心下降；	3. 观察教师示范，听讲动作要领；	要求：要求积极比赛。	2'		中
	设计意图：学生复习投篮的基本手型动作，通过学生自主探索急停投篮的方式，发现问题，引出教师示范。						
心	1. 原地运球分解动作	1. 带领学生集体进行原地运球跨步急停投篮分解练习（相互纠错环节），吹哨组织学生分组进行运球急停举球练习（相互纠错环节）；	1. 模仿教师的动作进行集体联系，注意动作的准确性，明确练习要求，体会完整动作，注意重心下降，正确的跨步急停动作；	要求：明确规则秩序，注意捡球安全。	7'	3-5	大
	原地运球急停：举球（不出手）	原地运球急停+投篮组合练习：		要求：积极思考急停投篮的方法。			

程 推 进  30 分 钟	2. 行进间运球跨步急停投篮练习 3. 换位运球急停+投篮组合 4. 攻防急停组合投篮 5. 小游戏: 运球急停投篮比赛 1分钟计时赛 10球争霸赛	2. 组织学生以小组为单位, 小组长带领进行自主练习; 3. 巡回指导, 纠正易犯错误, 并鼓励学生; 4. 找完成动作比较好的同学进行展示, 与学生一起评价动作; 5. 组织学生进行巩固练习, 注意重心降低, 急停连贯衔接投篮;	2. 以小组为单位进行运球急停投篮完整练习; 3. 相互观察学习, 及时改正错误; 4. 展示自己的动作, 其他同学积极发表自己的意见; 5. 根据要求进行巩固练习, 注意要点;	组织: 	6 ,	3-5	中	
	设计意图: 通过原地练习学习动作, 注意模仿完整动作, 尤其是重心下降的关键, 然后初步尝试完整动作, 慢慢推进, 通过学生示范再次强调动作以及培养学生正确的动作意识。							
	3V3 或者 4V4 小组比赛	1. 讲解比赛规则和办法, 各组小组长互相交换, 比赛中人一次机会, 比一比那一组动作最流畅; 2. 比一比, 赛一赛的动作最流畅;	1. 明白比赛规则, 小组长快速交换, 准备进行比赛; 2. 积极大胆挑战, 注意安全。	组织: 一个接着一个运球急停投篮练习, 每人一次机会, 没有轮到的同学原地运球 要求: 明确方法	5 ,	1	大	
设计意图: 比赛形式调动学生练习的积极性, 促进学生进一步关注动作的准确, 交换小组长评价丰富了评价体系, 同时体现了学生主体地位。								
结 束 部 分 3 分 钟	1. 放松活动: 拉伸 2. 总结评价 3. 归还器材	1. 带领学生做放松; 2. 小结本课, 布置作业; 3. 师生再见, 归还器材;	1. 模仿一起放松; 2. 回顾本课, 小结; 3. 主动归还器材。	组织: 四路横队 要求: 拉伸到位	5 ,	1	小	
	设计意图: 充分拉伸韧带, 放松肌肉, 利于学生课后恢复。							
课 后 作 业	1. 向家人展示所学 2. 积极练习投篮动作							
负 荷 预 计	平均心率	140-160次 /分	练习密度	50%左右				
场 地 器 材	篮球 45, 篮球场 1片, 音箱一个, 篮球架 6个							
反 思								

## 水平三·五年级《篮球：运传投组合》教学设计

执教：新北区香滨湖小学 陈圆圆 课次：大单元第10课时

课题内容：1. 运传投组合 2. 3V3比赛		重点：运球传球的及时准确  难点：运球传球投篮在比赛中的合理运用					
学 习 目 标	1. 运动能力：能够熟练掌握运球加传球的及时准确和连贯协调，知道其重要性，并能在比赛中进行运传投的综合运用。 2. 健康行为：在合作学练中，遵守规则的意识；在反复练习的过程中体会学习的乐趣，通过运传投的练习，培养合作意识，体验小组合作取得成功的喜悦。 3. 体育品德：在练习和3V3比赛中能遵守规则，与同伴团结合作，增进同伴间的友谊，相互尊重，在比赛中做到胜不骄败不馁。						
教 学 流 程	课的内容	教师教学策略与要求	学生学法指导	组织队形	运动负荷		
准 备 部 分	一、衔接上节课的比赛 1、问题导入 你认为如何才能取得一场篮球比赛的胜利呢？ 预设：技战术、团结协作、体育精神等方面。 2、针对技术问题： ①复习行进间运球 ②复习原地传接球（胸前传接球、击地球）	1. 师生问好 2. 检查场地与人数 3. 安排见习生 4. 将学生分成6-7人一组复习运球急停动作。 要求：动作正确不走步。	1. 师生问好 2. 认真听教师的要求 3. 积极合作练习	组织队形： 全班分为6组，6-7人一组 	1	1	小
设计意图：衔接上节课中比赛遇到的难题，根据比赛中遇到的技术问题通过复习旧知、引出新知，共同尝试解决篮球比赛中的问题，引发学生的思考。							
基 本 部	二、学习运传组合 关键提问：在比赛中是传球速度快还是运球速度快呢？ 总结：篮球是一个集体项目，他需要综合技术的运用。  练习方式一：运球+传定点球 要求：运球流畅，传球准确  练习方式二：运球+传换位球 要求：传球准确，跑动积极	1. 组织学生练习按要求进行练习。 2. 巡回观察指导，纠错，提醒学生注意传球的方向和力量。 3. 积极跑动，大胆表达。	1. 认真听讲，仔细观察。 2. 用双手胸前传接球或击地球的方法进行练习。  1. 注意观察，积极学练。 2. 仔细观察教师示范。	组织队形：   	5	5	中
					5	5	中
					5	5	大

分	练习方式三：运球+传防守球 要求：判断准确，传球及时		3. 按照要求进行配合练习。		5	5	大
设计意图：通过学练运球传球这个组合动作，教师从运球+传定点球、运球+传换位球、运球+传防守球，再从原地到移动再到消极防守，练习方式由易到难，循序渐进。让学生初步体验“传切”配合，让学生深刻感到篮球运动是一项团队合作项目。							
三、比一比，赛一赛 ① 同组3V3对抗赛 ② 异组3V3对抗赛		1. 讲解比赛规则及方法，组织学生进行比赛，巡回指导	1. 明确比赛规则，按要求进行比赛。	组织队形：六人一组，进行各种比赛	6	1	大
设计意图：从比赛开始，到比赛收尾，以比赛的问题为切入点，针对比赛中的问题进行个别突破，逐步让学生从掌握到熟练，再到运用。通过小组之间的合作学习，培养学生团结协作、与他人合作友好相处的精神。							
结束部分	1. 积极放松 2. 总结评价 3. 布置课外作业	1. 带领学生做放松练习 2. 引导同伴之间进行评价，布置作业课外作业。 3. 收拾器材，师生再见	1. 拉伸放松练习、动作充分舒展。 2. 对同伴能做出中肯的评价。 3. 回收器材，与老师再见	组织：散点 要求：身心放松	1	1	小
作业	1. 在家观看一场篮球比赛，并尝试寻找今天学到的动作。 2. 业余时间和同伴继续参与到这样的比赛中。						
负荷	平均心率	140-150	练习密度	70%左右			