技巧王——篮球运、传、投组合技术教学设计

 **一、设计思想**

1、落实立德树人根本任务和健康第一指导思想，促进学生运动能力、健康行为及体育品德的核心素养形成，促进学生身心健康。

2、遵循“三体”教育思想，以学生发展为中心，促进学生掌握体育与健康知识和运动技能，提高学生对篮球运动的兴趣和爱好，培养学生创新精神、综合能力和优良品格。

3、遵循“学生为主体、教师为主导”的教学原则，以小团队协作为主要组织形式，调动学生团队的配合与协作，注重运动爱好和专长的养成，为终身体育打下良好基础。

**二、教材分析**

组合技术不仅是单一技术的融合，更是战术运用的基础，而运、传组合技术是最为基础的组合技术。运、传球组合技术练习可以很好地增强学生对球的控制能力，发展协调、灵敏等身体素质，提高学生的战术意识和协作意识，有利于训练学生的思维敏捷、灵活、判断的准确性、预测事物发展的能力和果断的应变能力。根据校篮球模块教学计划，高二上期篮球模块单元共18次课，由基本技术运、传、突破和组合技术构成，本课是组合技术中的第5次课（共6次课）。

**三、学情分析**

本课教学对象是高二学生，已选修篮球模块一年，运、传、投单一技术掌握较好，有一定的运传球基础，且具有高昂的篮球兴趣，求知欲、好胜心强，敢于表现，但学生在运球节奏的把控、传球准确性存在不足，运、传、投技术的衔接较弱。本次课通过多样的、针对性的训练提高学生的技术动作。

**四、教学目标**

1、运动能力：使80%以上的学生巩固与提高篮球运、传、投动作技术水平，60%学生能够在实战中灵活运用运、传、投组合技术，发展协调、灵敏等身体素质、增强体能。

2、健康行为：学生能够主动参与校内外篮球运动，掌握基本健康技能，形成良好的锻炼习惯，善于交往与合作，提高生存和生活能力。

3、体育品德：培养学生积极进取、遵守规则，正确对待胜负，胜不骄败不馁的体育精神品德。

五、教学重点、难点

教学重点：运、传、投技术组合的熟练衔接

教学难点：组合技术动作的合理运用

**六、教法与学法**：

本课采用了动作示范与讲解、语言解析与纠错、实践比赛与激励等教与学的方法

1. **场地器材：**
2. 篮球场1块 篮球27个 标志筒10个 标志杆14个 球框4个 传球架2个 挂图1副
3. **预计运动负荷：**

运动密度：55%左右 练习密度：60%左右 运动强度：130—150次/分

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **教师** | 刘世保 | **授课班级** |  高三篮球选项 |  **课型** |  复习 | **指导教师** |  |
| **教学****内容** | 技巧王—篮球运、传、投组合技术 | **重点：**运、传、投技术组合的熟练衔接  |
| **难点：**组合技术动作的合理运用  |
| **教学****目标** | 1、运动能力：使80%以上的学生巩固与提高篮球运、传、投技术水平，60%学生能够在实战中灵活运用运、传、投组合技术，发展协调、灵敏等身体素质、增强体能。2、健康行为：学生能够主动参与校内外篮球运动，掌握基本健康技能，形成良好的锻炼习惯，善于交往与合作，提高生存和生活能力。3、体育品德：培养学生积极进取、遵守规则，正确对待胜负，胜不骄败不馁的体育精神品德。 |
| **流程** | **时间** | **教学内容** | **教师活动** | **学生活动** | **组织形式及要求** |
| **课****的****引****入** | 2 分 钟 | 1、集合整队、清点人数等。2、师生问好、介绍学练内容。3、强调安全，安排见习生。 | 1、口令指挥、语言提示。2、向学生问好、介绍本课内容。3、进行运动安全提示、安排见习生。 | 1、集合整队、清点人数。2、向教师问好。3、倾听、了解内容。4、见习生随堂。 | 组织图1要求：快、静、齐 |
| **热 身与 激 趣** | 5 分 钟 | 专项热身活动练习方法：四组同学如图站位，每人持球跟随音乐及老师的指令完成以下动作：1. 运球往返跑
2. 慢跑手指拨球
3. 运球后踢腿
4. 左右引球交叉步
5. 吸腿外展
6. 后退左右跳
7. 上步踢腿
8. 弓步持球拉伸
 | 1. 指导学生进行专项热身

2、示范、带领学生进行专项球性热身，增进球感，配合拉伸、牵引等身体练习 | 1、观察并积极参与运球热身。2、跟随老师进行熟悉球性练习，达到充分热身的目的，避免运动损伤 | 组织图2 专项热身要求：注意间距，运球节奏。动作舒展，协调有力。 |
| **学****练****与****体****验** | 30 分 钟 | **一、专项强化**1. **折线运球**

练习方法：两组同学如图站位，同时进行折线运球并完成投篮练习，之后从球场两侧加速运球返回。1. 无防守组合运球
2. 有防守组合运球

练习目的：熟练多种运球变向技术。**2.四角传球**练习方法：四组同学如图站位，逆时针跑动中连续完成传接球。练习目的：提高传接球的准确性和跑动配合的默契。**二、融合精练****运、传、突**练习方法：两组同学如图站位，快速运球，在第一个障碍物前完成变向运球后立刻收球传给中圈接应，随后加速侧身跑在第二个障碍物接球完成“三威胁”交叉步突破上篮。练习目的：模拟实战，在快速跑动中完成运、传球技术的运用，提高组合技术的衔接能力。**三、技巧挑战**练习方法：两组同学如图站位，同时开始绕桩运球，随后将球传入传球架、完成投篮，最后快速运球完成上篮。练习目的：1.提高学生运、传、投的熟练衔接与运用。**技巧挑战赛**各组推荐1-2名同学参赛，两人一组相互PK。练习目的：优生示范，带动学生对篮球运动学习积极性和兴趣。1. **身体素质课课练**

**“一手遮天”**练习方法：四组同学如图站位，依次交叉跑动进行助跑摸高练习。练习目的：提高腿部力量。 | 1、组织、引导学生进行传、接球练习1. 强调动作节奏把控

3、强调变向收球时重心的变化和稳定性1、语言指挥组织学生站位练习。1. 巡视与指导，适时调控、激励。

1、示范、讲解练习内容。2、巡视与指导，及时纠错。1. 介绍练习方法、提出练习规则

2、组织学生进行拓展与提升练习3、调控与激励。1. 组织学生并讲解练习

2、口令及示范练习 | 1. 认真聆听，观察、积极思考。
2. 在老师的组织下进行练习。
3. 相互观察，大胆尝试新的运球组合动作。
4. 按照规定路线进行传接球练习。

2、观察、判断、思考，提高练习效果和练习质量1. 组长带领下进行练习。

2、相互学习，完善技术动作。1、了解练习方法与规则2、在教师指导下进行练习，注意个人技术的运用3、各小组认真研究比赛方法、要求。4、根据老师的指导结合自己的理解完成比赛。1. 聆听、积极思考

2、积极参与，努力做好。 | 组织图3 折线运球要求：运球快慢结合，换手降重心，加速。组织图4 四角传球要求：移动中传接球，传球的提前量的控制。组织图5 运、传、突要求：运球快，重心低；传球准，跑动快；突破快，上篮稳。组织图6 技巧挑战要求：动作技术规范，做到稳、准、快组织图7 助跑摸高要求：助跑有节奏，起跳摆臂充分。 |
| **调****整****与****评****价** | 3 分 钟 | 1. 放松活动
2. 小结评价
3. 收还器材

4、师生再见 | 1. 带领放松活动。
2. 组织自评互评。
3. 安排收还器材。

4、师生再见。 | 1. 跟随老师放松。
2. 积极自评互评。
3. 归还器材。

4、与教师再见。 | 要求：快、静、齐 |
| **场地****器材** | 1个篮球场 篮球27个 标志筒10个 标志杆14个 球框4个 传球架2个 挂图1副 |
| **运动负荷预计** | 运动密度：55%左右 练习密度：60%左右 运动强度：130—150次/分 |
| **课后****反思** |  |