

## 体育课篮球理论课教案

### 体育课篮球理论课教案范文（通用 21 篇）

作为一名教育工作者，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学蓝图，可以有效提高教学效率。那么应当如何写教案呢？下面是小编为大家收集的体育课篮球理论课教案范文（通用 21 篇），欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

#### 体育课篮球理论课教案 1

##### 教学内容

1、体育常识：篮球（理论知识）

2、游戏：拷贝不走样

##### 教学目标

1、了解篮球运动的起源及相关知识，知道篮球比赛的简单规则方法，对学习篮球知识感兴趣，能认真学习，积极参与讨论。

2、培养学生对篮球运动的兴趣，持之以恒，勇于拼搏的优良品质

##### 教学重难点

篮球运动的相关知识，篮球比赛的简单规则方法。

##### 教具

多媒体课件、篮球

##### 一、师生问好！

1、谜语引入：圆圆像个瓜，人们爱玩它，没到手抢它，抢到手丢它。（篮球）

2、师出示篮球，问：你知道我国哪些篮球明星？

##### 学生回答

3、下面我们一起来欣赏一段他们的精彩表演。（视频课件）并让他们思考一些问题。学生看完自由讨论回答

4、引出本课题：篮球

##### 二、新授：

1、了解篮球的起源。

视频展示，思考问题：篮球谁发明的，刚开始是用什么做篮球和

球圈和网的？

2、讲解一些篮球发展史和我国一些篮球运动情况。

3、我国知名篮球运动员概况。（学生们可以先说一说）

4、了解篮球场的一些数据和设备，先欣赏一个现代的篮球场。提问：你们对篮球场知道多少？

学生小组讨论后回答。

5、出示课件，讲解一些篮球场的基本数据和知识。

6、讲解我们比赛中裁判一些常用的手势，引导学生们看懂比赛。

7、学生上台表演一些犯规动作和手势。

三、巩固与练习

1、填空题：篮球是（）年，（）人，（）发明的。篮球场长（）米，宽（）米等。

2、抢答题。（略）

四、游戏：

拷贝不走样

1、方法：老师事先准备好几张纸，纸上写好篮球犯规的名称，由每小组最后一名学生上来抽出，然后回到座位后把这犯规的动作用手势做给前面一人，依次类推，最前面一位学生快速到黑板上写出犯规动作，并做出相应的手势。

2、比赛

五、课堂小结。

课后小节：

体育课篮球理论课教案2

教学内容

1、体育常识：篮球（理论知识）

2、游戏：拷贝不走样

教学目标

1、了解篮球运动的起源及相关知识，知道篮球比赛的简单规则方法，对学

习篮球知识感兴趣，能认真学习，积极参与讨论。

2、培养学生对篮球运动的兴趣，持之以恒，勇于拼搏的优良品质  
教学重难点

篮球运动的相关知识，篮球比赛的简单规则方法。

教具

多媒体课件、篮球

一、师生问好！

1、谜语引入：圆圆像个瓜，人们爱玩它，  
没到手抢它，抢到手丢它。（篮球）

2、师出示篮球，问：你知道我国哪些篮球明星？

学生回答

3、下面我们一起来欣赏一段他们的精彩表演。（视频课件）  
并让他们思考一些问题。

学生看完自由讨论回答

4、引出本课题：篮球

二、新授：

1、了解篮球的起源。

视频展示，思考问题：篮球谁发明的，刚开始是用什么做篮球和球圈和网的？

2、讲解一些篮球发展史和我国一些篮球运动情况。

3、我国知名篮球运动员概况。（学生们可以先说一说）

4、了解篮球场的一些数据和设备

先欣赏一个现代的篮球场。提问：你们对篮球场知道多少？

学生小组讨论后回答。

5、出示课件，讲解一些篮球场的基本数据和知识。

6、讲解我们比赛中裁判一些常用的手势，引导学生们看懂比赛。

7、学生上台表演一些犯规动作和手势。

三、巩固与练习

1、填空题：篮球是（ ）年，（ ）人，（ ）发明的。篮球场长（ ）米，  
宽（ ）米等。

2、抢答题。（略）

四、游戏：

拷贝不走样

1、方法：老师事先准备好几张纸，纸上写好篮球犯规的名称，由每小组最后

一名学生上来抽出，然后回到座位后把这犯规的动作用手势做给前面一人，

依

次类推，最前面一位学生快速到黑板上写出犯规动作，并做出相应的手势。

2、比赛

五、课堂小结。

课后小节：

体育课篮球理论课教案3

教学内容

1、体育常识：篮球（理论知识）

2、游戏：拷贝不走样

教学目标

1、了解篮球运动的起源及相关知识，知道篮球比赛的简单规则方法，对学

习篮球知识感兴趣，能认真学习，积极参与讨论。

2、培养学生对篮球运动的兴趣，持之以恒，勇于拼搏的优良品质

教学重难点

篮球运动的相关知识，篮球比赛的简单规则方法。

教具

多媒体课件、篮球

一、师生问好！

1、谜语引入：圆圆像个瓜，人们爱玩它，

没到手抢它，抢到手丢它。（篮球）

2、师出示篮球，问：你知道我国哪些篮球明星？

学生回答

3、下面我们一起来欣赏一段他们的精彩表演。（视频课件）  
并让他们思考一些问题。

学生看完自由讨论回答

4、引出本课题：篮球

二、新授：

1、了解篮球的起源。

视频展示，思考问题：篮球谁发明的，刚开始是用什么做篮球和球圈和网的？

2、讲解一些篮球发展史和我国一些篮球运动情况。

3、我国知名篮球运动员概况。（学生们可以先说一说）

4、了解篮球场的一些数据和设备

先欣赏一个现代的篮球场。提问：你们对篮球场知道多少？

学生小组讨论后回答。

5、出示课件，讲解一些篮球场的基本数据和知识。

6、讲解我们比赛中裁判一些常用的手势，引导学生们看懂比赛。

7、学生上台表演一些犯规动作和手势。

三、巩固与练习

1、填空题：篮球是（ ）年，（ ）人，（ ）发明的。篮球场长（ ）米，

宽（ ）米等。

2、抢答题。（略）

四、游戏：

拷贝不走样

1、方法：老师事先准备好几张纸，纸上写好篮球犯规的名称，由每小组最后

一名学生上来抽出，然后回到座位后把这犯规的动作用手势做给前面一人，

依

次类推，最前面一位学生快速到黑板上写出犯规动作，并做出相

应的手势。

2、比赛

五、课堂小结。

课后小节：

体育课篮球理论课教案 4

教学目标：

1、通过教学了解篮球运动的概况，让学生对篮球运动有初步的概念；

2、知道篮球运动的简单规则，为欣赏乃至掌握这项运动打下理论基础；

3、初步感受篮球运动的魅力，从而产生兴趣

教学重点：

能够对篮球运动产生兴趣

教学难点：

能够了解简单的篮球规则

教具准备：

教学 PPT

篮球

教学过程：

一、故事引入

1、小朋友们，今天老师给大家带来了一个谜语：（出示谜语）十人两个筐，个个抢瓜忙，明知筐没底，漏掉也要装。（出示文字）打一体育运动（生：篮球）

2、你们真聪明，这个运动就是篮球。（出示谜底）今天我们就一起来欣赏和学习有关篮球的小知识，希望你们学了之后，能爱上篮球这项运动，感受它独特的魅力（揭题：魅力篮球）

二、介绍篮球

1、篮球是怎么被发明的呢？这里有个小故事，在 1891 年美国的麻塞诸塞州春田市青年会学校有一个叫詹姆士·奈史密斯的体育老师，他看到冬天孩子们都冻得不想去室外活动，就想发明一个能在室内活

动的体育运动。由于当地盛产桃子，家家户户都有桃子筐，（出示图片）小孩子们很喜欢玩把球投进桃筐里的游戏，詹姆士看到了，就把桃筐订在高高的栏杆上，（出示图片）用足球作比赛工具，向篮投掷。投入几个，就得几分，后来这种运动被不断地改进，将竹篮改为活底的铁篮，（出示图片）再改为铁圈下面挂网（出示图片），游戏规则也不断增加，就成为了现在的篮球运动。

2、篮球运动被发明后，很快在美国流行开来，不仅中小小学生十分喜爱，成年人也非常喜爱。如今篮球已经是世界上最多人观看的球类活动之一，可见它的魅力有多大，那么现代的篮球运动是怎样的呢？

3、（出示文字）现代篮球是分两个队进行对抗比赛，每队各出场5名队员，（出示图片）在篮球场内，可将球向任何方向传、投、拍、滚或运，目的是将篮球投入对方球篮而得分，并阻止对方获得球或得分。

4、（出示文字）当今世界篮球水平最高的联赛是美国篮球职业联盟，（出示图片）也就是我们经常听到的NBA比赛。看，老师带来了一段精彩的NBA比赛片段（播放视频）

### 三、篮球明星介绍

过渡：这段视频中集合了很多篮球运动中的大明星，他们打篮球技术都十分出色。

1、看，这是美国职业篮球运动员迈克尔·乔丹，（出示图片）他被称为“空中飞人”。他在NBA篮球职业生涯中创造了不胜枚举的纪录，被大多数人认为是全世界最优秀的篮球运动员，也是NBA历史上第一位拥有“世纪运动员”称号的巨星。他将篮球运动推广至全球的每一个角落。

2、（出示图片）这是科比·布莱恩特，他也是美国的职业篮球运动员，他被认为是NBA最全面的球员之一，既是精准的投球手，也是出色的防守者，更被评为20xx-20xx年间NBA10年最佳球员。来看看他的精彩投篮吧（播放视频）

3、最后这位是来自我们中国的篮球运动员，（出示图片）他就是姚明，在美国职业篮球赛中，在一群黑皮肤的篮球运动员中，姚明是

很少见的来自亚洲的球员。他球技出色，身材高大，是有“移动长城”之称的“小巨人”，也是我们中国人的骄傲。

#### 四、介绍篮球场地及设施

过渡：看了这些出色的篮球运动员，我想你们一定也对篮球这项运动跃跃欲试了，要想打好篮球，就一定需要一个良好的篮球场地。

正规的篮球场地和设备包括了篮球场，篮板，球篮和篮球（纵向板书：篮球场、篮板、球篮、篮球）

1、（出示图片）看，这就是一个标准的篮球场，比赛场地长度为28米，宽15米，是一个长方形的坚实平面。如果是在室内，天花板或最低障碍物的高度至少应为7m，相当于两层楼这么高。

2、（出示图片）仔细看会发现篮球场地上还有一条条白线，（手指屏幕）看，这一条长长的弧线，我们称它为3分线，这条直线叫做罚球线，当中这一条把整个场地一分为二的直线我们称之为中线，而这些线都有各自的作用。

3、在球场的两端是篮球架（出示篮球架图片）这就是篮板（出示篮板图片），篮板上有球篮，（出示球篮图片）球篮由篮球圈和篮网组成（板书篮球圈、篮网）（手指屏幕）这就是篮球圈和篮网，有兴趣的小朋友可以在课后去我们学校的篮球场仔细看一看

4、在篮球比赛中关键就是要将篮球投入球篮中（展示篮球）看，这就是篮球，篮球必须是正圆体，谁想掂一掂篮球？（生掂量篮球）重不重？（挺重的）篮球的重量大约500克左右，你们可以相互传着感受一下

#### 5、生感受篮球

#### 五、简单传球和投球动作的学习

过渡：在打篮球时，可将球向任何方向进行传、投、拍、滚或运

1、由于篮球是一项团体运动，练习传球技术是非常重要的，（出示图片）要注意传球都是用手指完成，而不是用手掌。为控制球的速度、方向，手指应该尽可能地张开，但不能太僵硬，再靠你的手腕发力（出示图片）

#### 2、师现场示范传球时的动作

3、指名 2 个，上台学习传球动作

4、投球是篮球比赛中的关键，（出示图片）双手拿球，用右手投球，右脚稍领先左脚，开始投篮时，双臂向篮的方向伸出，转动手腕拨球

5、指名 1 个上台演示

六、篮球基本规则介绍

过渡：刚刚我们说到了在篮球场内，可将球向任何方向进行传、投、拍、滚或运，但是打篮球时还有一些规定，让我们一起来看看吧

1、哪位小朋友还记得篮球比赛时每队各出场几名队员？（生：5 名）

2、没错，每队各出场 5 名队员，可是在正式的篮球比赛中由于比赛时间较长，往往需要替补更换球员，所以一个队伍会安排 12 名队员，5 名上场队员，剩余的 7 名就作为替补球员，根据教练的安排而替换原来的球员上场。

3、篮球比赛的目标就是尽可能地多得分，每一个投进球的分值都可能不一样，有时候投中一球能得 3 分，有时候是 2 分，还有时候只有 1 分。

4、还记得 3 分线是哪条吗？（出示图片）（指名回答）

5、没错，就是这条，（出示标注）3 分线顾名思义就是当球员在三分线外投中球时，计为 3 分

6、（出示图片）这条线是——罚球线（出示文字），对，当场上有队员犯规时，另一队有一次站在罚球线外投球的机会，如果此时球投进了，那么就计为 1 分

7、在比赛中，正常的进攻后投中一球就得 2 分

七、完成课堂练习

1、学了这么多有用的篮球知识，现在请你们把教材打开，完成后面的习题

2、生完成习题

3、指名交流

今天这节课，我们学习了有关篮球的一些最基本的知识，愿同学们通过这节课能爱上篮球这项运动。

板书：

篮球场

篮板 篮球圈

球篮

篮网

篮球

5

一、教学目标：

一个篮球让学生体会到健康和快乐，一节好的体育课让学生让学生对篮球运动产生浓厚的兴趣，培养学生终生体育锻炼的目标二、学生分析：我这节课教学的是初一年级 12 班 42 位同学，他们比较好动，好奇心强，学习积极性高，兴趣容易培养。他们的目标相同：就是在体育课上有所收获并能发挥自己的特长，但是他们的身体素质、心理素质、篮球基础、认知能力等方面都有所不同，这给教学带来了一定的难度。

二、上课流程：

1、介绍学习内容，提出具体要求

2、“以绳练跳”跳绳学生十分喜欢的一种体育活动，通过“以绳连跳”使学生掌握多样式的跳绳方法这是必要。我把这项练习作为准备引导部分活跃了课堂的教学气氛，学生分成若干小组，以比赛的形式，使学生达到“练跳”的目的，这样既可收到良好的教学效果，又可促进学生身心的发展，提高学生的弹跳能力，灵敏性、协调性等，另外，“以绳练跳”就是让学生充分利用手中的绳子进行多种形式的跳绳练习。如：短绳的前摇、向后摇、臂交叉的单脚、并脚和交换脚跳以及双摇摆跳、双人跳等比绳的单脚跳、穿梭交叉跳、集体跳等。让学生自由选择，尽情发挥这是调动学生的学习积极性，培育学生的创造力，切实的可行的途径。

、简单篮球操和熟悉球性练习。在这个环节我是让学生充分的展开自己的想象和个人能力，自己去练习，互相竞赛，积极创新。

4、运球综合练习（园地、行进间、绕障碍物、运球互抢游戏）在这个环节我是以分组竞赛形式出现，极大的调动了学生的积极性，目的是培养学生的团队配合精神。

5、教学比赛：全班分成男、女若干小组，每小组三小队，进行擂台赛。这是全课的高潮，也是学生展示才能的时刻，我是在讲清楚规则要求后，让学生充分自由的去发挥的。

6、放松，小节本课内容。

根据初一学生的特点和需要，我安排了以上的学习内容。只有用形式多样的教学方法才能激发学生的学习兴趣，如果你让学生在那里长时间集中练拍球，他也会觉得枯燥的，注意力也不会集中起来，影响教学的效果。所以我让学生为主体，自由发挥去练习，同时我也参与到他们的练习中去，让学生注意模仿我的一些技术动作和示范。德国教育家第斯多惠说过：教学艺术的本职不在于传授本领，而在于激励、唤醒、鼓舞。我这节课就是要通过体育与健康篮球运球的学习，使学生养成体育锻炼的习惯。这节课主要是围绕篮球运球练习，提高控球能力，在课的最后安排了教学比赛，目的是让学生在赛中练习，提高实际运用的能力。兴趣是学生最好的导师，学生的学习兴趣直接影响着学生的学习行为和效果。上完课后学生的第一句话就是很快乐，很高兴，我觉得这是对一节好的体育课的最好的评价。原因是他们在这节课里通过学习有所收获，体验到篮球运动的乐趣，所以他们很快乐。课前的精心设计和准备，课堂上灵活的教学方法以及变换多样的组织形式，使得学生练习的积极性非常高，在对篮球运动产生浓厚兴趣的同时，又培养了团队合作的精神。

总之，作为教师我们应在教学实施的过程中，着眼学生，抓住教学的契机，以启智激励学生主动思维的积极性，让学生在兴趣的基础上主动去寻觅、求索，这样才是一节好的体育课。

体育课篮球理论课教案 6

## 指导思想

本课以《体育与健康课程标准》为依据，牢固树立“健康第一”的指导思想，“学生为主体”的教学理念。遵循高中生身心发展规律，重视学生的情感体验，激发学生对体育运动的兴趣，注重学生的运动技能提高，增强学生身心健康为目的。在提高学生主动参与的基础上，充分发挥教师的主导作用，采用先练后教，让学生在练习中去发现掌握了跨步接球、迈步传球技术，才能较好的完成行进间传接球技术。学生能积极主动尝试教师安排的练习方法，使全体学生都有所提高，从而达成本课教学目标。

## 二、教学内容

篮球行进间双手胸前传接球。

篮球专项素质练习。

## 三 教学目标

1. 认知目标：通过本次课学习使学生明确行进间传接球技术在篮球运动中的作用与地位。

2. 技能目标：通过教学，使 85% 左右学生初步完成行进间双手传接球的技术。

40% 左右的同学能够熟练掌握跨步接球，迈步传球这项技术。通过专项素质练习发展学生上下肢协调配合能力。

3 情感目标：培养学生积极主动的学习态度、及同伴之间团结协作配合能力。

## 四 教材分析

篮球运动是一项集体对抗运动项目，而传接球技术则是进攻队员在场上相互联系和组织进攻的纽带，是比赛中运用最多的基本技术。传、接球技术的好、坏直接影响进攻战术配合质量，也反映一个队的进攻战术水平，因此必须重视传、接球技术的学习。高二学生对行进间传接球技术掌握肯定有问题。因此本次课在教学中重点解决侧身跑中跨步接球迈步传球上下肢协调配合能力和传接球到位等技术。让学生在带球跑情况下连贯的完成传接球技术。

## 五、学情分析

大，但学生组织纪律性和集体荣誉感强，生长发育趋于稳定，心理上日趋成熟，有较强的思维能力、创造能力，求知欲望非常强。通过本次课的教学练习，使学生初步完

成行进间传接球传球技术动作。让学生明确篮球运动传接球的作用，积极地参与到篮球运动中去。使学生在合作中获得成功的感受，体验篮球运动的乐趣。

重点：跨步接球，迈步传球 协调配合。 难点：把握时机、传球到位。 七、教学策略和手段

本课采用递进式教学，使学生逐步掌握教学内容。首先练习原地传接球练习、行进间传接球，让学生在学中去发现行进间传接球与原地传接球的有什么不同。如何让原地的传接球技术过渡到行进间传接球技术，在练习中发现问题后抓住“跨步接球、迈步传球、上下肢协调配合、传球到位”是行进间传接球的关键。让全体学生通过学习都由所提高。再循序渐进从走动中、慢跑中、快速推进中练习，逐渐提高练习难度，有效地完成本次课的教学目标。 八、生理负荷预计

平均心率 120 次/分 最高心率 145 次/分 练习密度 35 %左右 九、教学(流程) 1.准备部分

采用 NBA 篮球比赛出场形式，相互鼓励击掌，体现学生之间相互协作的开始。绕场并裂队队形和侧身跑、球性练习、激发学生学学习热情。充分活动身体各关节，使身体达到最佳状态，为下一步学练传接球技术做好准备。 2.基本部分

先复习篮球传接球练习，巩固提高原地传接球技术动作。稳定学生传接球的时机、速度、落点，加强同伴间合作。在行进间双手胸前传接球教学中采用了先练习从中发现问题，分析问题，再解决问题，共同提高的办法 通过讲解示范、纠错、展示。很抓重点、突破难点，充分激发学生学学习热情，引导学生积极思考，合作学习。技术动作从易到难，在练习中逐步掌握行进间传接球技术动作，让全体学生都由所提高。 4.结束部分

最后进行语言总结与评价，与学生交流心声，体验成功。

## 7

### 一、指导思想

新课程标准要求以“健康第一”为指导，强调在教学中，以学生为主体，充分发展学生的个性、创造能力和实践能力，为学生创造一个轻松愉悦的学习环境。让学生在学中，学会学习、学会合作、学会创新，提高运动技能。促进学生的全身素质和运动水平得到发展。

### 二、教材分析

篮球运动是《体育与健康》课程标准教学内容不可缺少的组成部分，也是小学生十分喜爱的体育项目之一。通过篮球基本理论和基本技术的学习，了解篮球运动的文化，掌握简单的篮球技术原理。本节课教学为水平二小学四年级篮球教材，主要内容为篮球双手胸前传接球。教学目的在与发展学生的协调性和灵活性。

### 三、学情分析

本阶段的学生，在体育课中学生比较易兴奋，又易抑制，精神不易集中；对于说教过多、技术要求的教学因其理性思维还不完善而不易接受，也不感兴趣；相反，对于直观的、易于模仿的感性思维的体育课比较喜欢，学习兴趣较高。所以，在教学中我会时刻注意，不断提高学生的学习兴趣。

### 四、重点、难点

重点：传球时伸，翻，拨，接球时伸，引。

难点：传接球时手臂动作协调连贯。

### 五、教学目标

根据教材编写要求和学生心理、生理特点我确定为以下三个目标：

1.初步学习篮球双手胸前传接球手臂技术，70%能够做到准确的把球传到正确位置。

2.通过学习篮球双手胸前传接球手臂技术，发展学生的灵活性和协调性。

3.养成团结合作和集体主义精神以及互帮互助的良好品质。

教法：情境导入法、动作示范法、讲解法、激励法、游戏法

学法：观察法、对比法、尝试法、合作学习、自主学习

## 七、教学过程

### 1. 准备部分：

1,除了必备的课堂常规外,还准备 绕标志物直线跑, 并步跑, 活动各关节。熟悉球性（1, 双手抛接球练习：2, 学生想办法把球反弹到手里。）。

### 2. 基本部分：

主教材方面通过让学生观看图片尝试练习。提出问题让学生带着问题体会双手胸前传接球（1, 在传球时眼睛应注视哪个方向？2, 应该往哪个位置传球。）。然后引导学生做徒手练习。来解决传球拨指动作。徒手练习结束后进行距离两米持球传接球练习。教师强调动作要点, 学生注意动作要领完成动作。然后距离变远.两人一组距离3—4 米学生练习（1, 距离变远有的同学为什么会掉球, 怎样解决这个问题？2, 距离变远后传球的方向有没有变化）。让学生互帮互助, 合作学习, 同时还要互相纠错指正, 也是学生自己掌技术要领的一种方法。

辅助教材, 利用篮球进行游戏中帼不让须眉, 先引导学生设置游戏场地。组织学生进行尝试练习后进行游戏。

3.结束部分：引导学生在音乐的伴奏下进行拉伸放松活动。引导学生回顾本课内容。

## 体育课篮球理论课教案 8

### 一、课程名称：

篮球

### 二、授课对象：

4,5,6年级学生

### 三、课程目标：

5—6 年级学生在一定的竞争环境中学习, 掌握双手胸前传接球, 单、双手投篮, 多点三步上篮以及教学比赛, 攻防战术学习等。

小篮球是一项集体竞技、健身、娱乐和益智为一体的集体性运动项目，集体运动的对抗性比赛结果的不确定性、活动游戏性和观赏的娱乐性以及各种传媒的效应，都是吸引小学生参与篮球活动的重要因素，使得篮球成为小学生最喜欢的运动项目之一，也使得小篮球成为小学生最热门的教学内容。

“小篮球校本课程”的实施开展，首先从思想上高度重视，加大对学生的宣传力度，小篮球是我市“校本课程”中的一个重点项目；篮球也是我市传统项目，为此我们为了继承我市的优良传统，将篮球项目推广普及到全市中小學生，其次体育课程越来越被国家所重视（体育学科纳入中考），深受家长和学生喜欢。因此小篮球为校本教材，贯彻落实体育与健康课程标准的精神，满足广大学生的需要，为学生健康锻炼和身心健康服务。

#### 四、课程实施：

##### （一）实施形式：

- 1、课时安排：每周1课时，可以用课外时间为课时。
- 2、组织形式：采用班级活动、小组活动、合班活动或跨班级活动。
- 3、活动地点：校内。
- 4、活动准备：提高思想认识，大力宣传开发小篮球校本课程的重大意义。制定校本课程开发的方案、计划及有关措施。
- 5、成果展示：在校内开展各种比赛及展示活动，采用请进来、走出去的方法开展篮球友谊赛。

##### （二）实施办法：

- 1、坚持以发展学生兴趣入手、坚持从提高学生技术技能为本。
- 2、坚持每节课安排球性练习，各种运球练习。
- 3、教师对技术教学、动作要规范。
- 4、激发学生学习兴趣，发展学生身体素质及提高学生篮球技术教学相结合。
- 5、明确考查内容，让学生明确学习目的，促进学习。
- 6、实行1人一球或2人一球，提高练习密度，提高教学效果。
- 7、坚持每周一次全校性篮球练习活动。

8、实行每年一次阳光体育展示活动，为创造校园篮球文化增添色彩。

五、课程评价：

期末测试及评价标准：

1、高年级考核项目：原地持球突破上篮、一分钟罚球线罚球。

2、评价标准：考核成绩和技术成绩及平时成绩。

体育课篮球理论课教案 9

一、指导思想：

根据健康第一的指导思想，结合以人为本的理念，在体育课堂教学中让学生学习篮球基本技术，提高运动技术能力，为他们今后终身体育打下坚实的基础。

二、教材分析

篮球运动是高中《体育与健康》教学内容中学习的一个部分，也是学生喜爱的学习球类内容之一。本课教学内容是原地单手肩上投篮技术，该技术在初中已经学过，在高中阶段要使学生在掌握动作的同时，应使学生对动作有正确的认识，培养不断自我修正动作的能力，使动作规范化，提高投篮的命中率。

三、学情分析

本课教学对象为高一年级 40 名男生。由于高中学生身心发展趋成熟，已经具备了独立思考、判断、概括等能力，在身体锻炼中也具备了较高的基本运动能力，而篮球又是他们所喜爱的一项运动，有一定基础，但对单个技术的学习并不满足，而对学习对抗性练习特别感兴趣。因此在教学中要让学生把动体与动脑很好地结合起来，给学生提供在认识所学知识、以及创造性应用所学动作的机会，从而增强教学效果。

学生通过多年的学习，已认识到耐久跑为锻炼身体的重要手段之一，但对枯燥乏味、周期性强的耐久跑却存在畏惧，在跑过程中极易出现呼吸与跑的节奏不相一致的状态，从而影响耐久跑的成绩。

四、教学目标：

以学情为基础，学生发展为本，从篮球基本技能形成出发，确定

本节课三个层面的教学目标。

1、认知目标：学习与了解正确的投篮动作对提高命中率的作用、耐久跑中的一些基本知识。

2、技能目标：通过本次课的学习，使 80% 以上的学生能掌握投篮的动作要点；100% 的同学在命中率上有所提高；90% 以上的学生掌握正确的耐久跑呼吸方法。提高动作配合能力，发展创造性思维和自我评价能力。

3、情感目标：激发学生学习的积极性和创造性，增强学生团结协作和安全保健的意识，培养学生奋发向上的品质。

五、本课的重、难点：重点：

上下肢的协调用力难点：用力方向、出手力量

六、教法设想：

原地单手肩上投篮采用模仿练习和自我修正的教学法，使学生在模仿和自我修正的过程中慢慢的掌握投篮的正确动作，再结合以往所学技术，自创方法，进行练习，由浅入深，由易到难，逐步提高。培养学生的想象力和创造力。要注意的是：教师在巡视指导中要不断的加强对学生的教育及鼓励。耐久跑采用图形跑的方法，利用篮球作为道具，使内容丰富，增加趣味性。

两个教材中都运用了重复练习法，使学生在多次练习中掌握正确的技术动作，整堂课采用收、放、松、紧相结合的组织方法。

七、学法指导：

本课采用 模仿---练习 ---创造---评价---巩固 的学练流程，让学生充分领会主动学习和创造性学习的方法。在体验、想象、演示、分析比较和多向交往中形成正确的动作表象，掌握正确的技术动作。教师的自身综合素质、课堂上的过程管理、细节处理、以及对学生的评价等，都会影响学生学习动作、提高学习兴趣的因素。

八、教学过程

课共分四个部分去完成，既开始部分、准备部分、基本部分、结束部分，从课的时间的安排上：开始部分 3 分钟、准备部分 7 分钟、基本部分 30 分钟、结束部分 5 分钟。

## 1、开始部分：

### 课堂常规

按指定地点整队，体育委员汇报出缺勤人数，教师宣布本课的教学内容，并进行安全意识的强调。

## 2、准备部分：

绕场地运球（意图：让学生熟悉球性，热身，活跃课堂气氛，为下一个学习内容做铺垫）韵律操教师营造轻松愉快的气氛，用规范的动作和口令带着学生完成徒手操。（意图：针对本堂课易受伤的关节做进一步的活动，预防受伤）3基本部分：原地单手肩上投篮→教：讲解、示范、要求、巡视、纠错→学：看、听、模仿、练习、创造。

首先教师讲解示范和提出练习的要求（上下肢要协调用力，伸臂充分，用手腕前屈和手指柔和拨球将球投出）接着安排学生两人面对面做投篮模仿练习，互相检查和纠正，此时教师指出易犯错误：用力方向不对（要求投篮出手后，手指指向球框）投篮出手后，球飞行弧线太低（要求学生投篮伸臂时要先向上抬肘）（意图：初步的建立正确投篮的动作）；再两人一组，一人站在罚球线后投篮，另一人捡球传递，5个球交换，投篮者根据上一次投篮结果进行自我修正动作，指导下一次动作（通过不断的自我修正动作来掌握动作的要领，让学生体验到靠自己的能力来完成正确动作的喜悦感）；接着四人一组用2个球，3个人捡球传递一个人投篮，3个球一换，此时要求投篮者接球后快速投篮。（根据自己对投篮动作熟悉的程度，加快投篮出手速度来挑战极限，实行自我管理，实现分层教学）耐久跑：→教：传授知识、线路指令、讲评练习。

学：图形跑练、定时跑练、反馈评价。

教师讲解正确的呼吸方法3步一吸3步一呼，并要求学生在跑的过程中摆臂放松。再用篮球做道具，制定不同跑的路线，进行练习（意图是使原本枯燥乏味的耐久跑变得更加有趣味性，来提高学生练习的积极性）3、结束部分：

1、教师在音乐伴奏下带领学生做放松操。（设计意图：启发学生养成自我放松的习惯，并且贵在坚持）

2、对本课进行小结，学生参与自我评价，小组评价和综合评价

3、回收器材，师生再见

九、预计课的效果和场地器材

1、预计效果：本课的教学目标基本实现，预计本课学生的平均心率 120 次 / 分左右。运动密度 5% 左右，中等强度。

2、场地器材：本课安排在篮球场地进行，篮球 40 只，长绳 2 条。

十、本课的亮点

由于学生人数过多 在场地安排上采用特殊方法：在篮球场相对面两个球框上拉上两条绳子，这样就形成了多个类似的球框 以便让更多的学生能够参与练习。

体育课篮球理论课教案 10

一、指导思想与目标

依据《体育与健康》课程标准——水平四提出的“健康第一”为指导思想，着重培养学生对篮球运动的兴趣，在兴趣中形成自主锻炼和终身锻炼的意识，激发学生的参与，促进同学间、师生间的相互了解与沟通，培养学生对篮球知识、技术的不断追求；对同学热情帮助；对集体善于关心的良好品质。通过小组的协作学习和自主学习，促进交流与协作，从而达到提高机能，发展体能，增进身心健康的教学目标。

二、教材与对象

1.教材：为《体育与健康》课程标准——水平四，篮球熟悉球性、运球技术。

2.对象：初一男生。

三、重点与难点

1.教学重点：激发参与、促进协作、熟悉球性、提高篮球运球技能。

2.教学难点：通过自主学习和小组协作学习，培养自主锻炼和终身锻炼的意识。

四、教法、手段与学法

1.教法：讲解示范、启发诱导、语言激发、表扬鼓励、纠正错误、

分组练习等。

2.手段：运用多媒体手推车、体育教学课件等。

3.学法：观摩思考、动手动脑、自主学习、小组协作学习、互纠互勉等。

### 五、课的程序与构思

1.常规导入：在课的开始部分，运用集中注意力练习，使学生在最短的时间把注意力集中到教学中来。

2.愉悦热身：

(1) 在教师或体育委员的带领下，做慢跑和“喊数抱团”游戏。

(2) 采用迪斯科音乐带领学生做热身操。

3.小组协作学习与自主学习：分四小组，在教师的启发诱导和各小组长的带领下，应用教学课件，确定本小组的复习内容（1）熟悉球性；（2）传球。通过小组协作学习和同学间的互学、互纠、互帮、互勉，达到共同探究和掌握篮球运动技术的目的，促进学生的参与与协作。

4.为学生创建一个自主学习的空间，在教师的启发诱导下，学生以小组为单位，应用教学课件，学习篮球的运球技术，逐步掌握篮球的直线运球、曲线运球技术，提高运球的实际运用能力，注意激发学生的学习积极性，培养自主学习和自我锻炼的能力。

5.展现与评价：全班集中，小组推荐 1~2 位同学参加全班运球技术的大比武——评选“每日之星”。通过评价活动，促进学生对篮球运动的兴趣，激发学生对篮球知识、技术的不断追求，由此达到相互学习、相互勉励的目的。

6.恢复身心：在音乐的伴奏下，做愉快的放松动作——“托起心中的太阳”，使学生的身心得到充分的放松。

### 六、预计运动负荷

安静心率：80 次/分、最高心率：150~170 次/分、平均心率：130~140 次/分、练习密度：约 50%。

### 七、场地器材

球场，多媒体手推车，篮球等。

## 体育课篮球理论课教案 11

### 一、教学内容分析

篮球体前变向换手运球，是篮球单元的第四课时。运球是水平四篮球教学重要组成部分，是篮球运动的基础，其内容简单、趣味、实用，对培养学生终身体育锻炼有着重要作用。因此，本课着重解决行进间变向-侧身探肩快、加速突然的技能，在学生参与活动的过程中逐步突破上下肢协调和控制支配球这一技术难点。让学生在活动中发展技能，在比赛与练习中体验到篮球运动的乐趣。为以后的教学竞赛和学生终身体育打下良好基础。

### 二、教学目标

1、认识目标：建立体前变向换手运球动作概念，明确学习的目的性。

2、技能目标：初步掌握体前变向换手运球技术动作和对球的控制与支配能力，发展灵敏、速度协调等身体素质。

### 三、学习者特征分析

随着篮球运动不断发展，特别是 NBA 比赛全球推广，使更多的学生有机会看到高水平的比赛，学生对学习篮球技术充满兴趣。初二学生好动、好学，模仿力强，兴趣广泛，并且该班体育骨干能力较强，学生对体育运动有良好的参与意识。同学之间团结合作，集体荣誉感较强。

### 四、教学重点及难点

本课的教学重点。体前变向换手运球

教学难点是初步掌握体前变向换手运球技术动作和对球的控制与支配能力，发展灵敏、速度协调等身体素质。

### 五、教学过程 教师活动

a 篮球变向的徒手脚步练习、复习原地高、低运球、左右手交替横向运球、体侧前拉后推运球。提高原地运球技术动作及控制球的能力，重点体验原地不同运球方式，手近球的不同部分。通过专项准备活动，即活跃课堂的气氛又为下一环节的学习起到铺

b 教师组织学生分组比赛。（教师发现问题及时停止比赛）大多

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/198056021105006133>