

《篮球》教学大纲

课程名称：篮球	课程类别（必修/选修）：选修
课程英文名称：Basketball	
总学时/周学时/学分：28/2/1	其中实验/实践学时：28
先修课程：无	
授课时间：1-14 周	授课地点：篮球场
授课对象：2020 级非体育专业学生	
开课学院：教育学院（师范学院）	
任课教师姓名/职称：黄钰尹/助教（初级） 张成功/讲师 刘宏宇/副教授 张前锋/副教授	
答疑时间、地点与方式：课堂（体育馆）、课后	
课程考核方式：开卷（）闭卷（）课程论文（）其它（√）专项技术考核	
使用教材：球类运动——篮球 教学参考资料：篮球运动、篮球运动教程	
<p>课程简介：本课程是全校学生的必修课程，它的教学目的和任务是：使学生掌握篮球运动的一般理论知识，对篮球运动有一个概括的了解；使学生初步掌握篮球运动的基本技术和简单配合，对学生的篮球专项素质和比赛常识有一定的培养；具备对初学者进行正确参加篮球活动的指导能力。</p>	
<p>课程教学目标</p> <p>1. 知识与技能目标：喜爱篮球运动，积极参与课内外篮球活动，基本形成自觉锻炼的习惯，具有一定的欣赏篮球比赛的能力。熟练掌握篮球技、战术运用能力，积极提高篮球技、战术水平。</p> <p>2. 过程与方法目标：教学过程中，实现以学生自主练习为主线，对教学过程中出现的问题和不足，教师加以指导、点拨。教师评价结束学生自评、互评，做到教中有学，学中会教；让学生在比赛、游戏中学会自我调节情绪的方法，养成主动克服困难，勇与进取的良好品质。</p> <p>3. 情感、态度与价值观发展目标：通过自觉参与篮球的各类竞赛活动，扩大交往，改善心理状态，提高抗挫折能力，在具有挑战性的运动环境中表现出勇敢顽强的意志品质。</p>	<p>本课程与学生核心能力培养之间的关联(授课对象为理工科专业学生的课程填写此栏)：</p> <p>□核心能力 1.</p> <p>□核心能力 2.</p> <p>□核心能力 3.</p> <p>□核心能力 4.</p> <p>□核心能力 5.</p> <p>□核心能力 6.</p>

					□核心能力 7. □核心能力 8.	
实践教学进程表						
周次	实验项目名称	主讲教师	学时	重点、难点、课程思政融入点	项目类型（验证/综合/设计）	教学手段
1	原地单手肩上投篮	黄征尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	双手持球置于与眼睛同高的位置，稍偏向右侧，右脚比左脚稍靠前，双膝微屈，将球上举，右手手腕后伸，使球体大部分重量落在右手，左手从左侧轻轻扶住球体，脚前掌发力，提起脚跟，伸直双膝，伸右臂将球投出，投篮从手腕向后弯曲开始，进而向上、向前，指尖是最后离开球体的部位。 重点与难点：从脚尖发力，通过身体各个躯干将力传到指尖 课程思政融入点：使学生能主动积极思考，以科学的态度对待每一个动作细节。	综合	实训
2	行进间单手肩上投篮	黄征尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	重点：跨步、持球的配合。 难点：一大二小及第三步起跳后重心的控制及动作的衔接。 课程思政融入点：正确的动作来自于多次的练习，从每一次练习中都能总结经验，经验的累计会更上一层楼。	综合	实训
3	原地单手胸前传接球，双手胸前传接球	黄征尹/ 张成功/	2	（传球）：重点：翻腕、拨指的动作难点：蹬地、伸臂的协调配合。	综合	实训

	前传接球	刘宏宇/ 张前锋		(接球): 重点: 接球后的后引缓冲。 难点: 迎球、曲臂缓冲的协调配合 课程思政融入点: 通过学习使学生热爱篮球运动, 学生自尊、自信的培养。		
4	行进间单手双手胸前传接球	黄征尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	教学重点: 跨步接球、迈步传球和身体协调用力 教学难点: 传球的时机、位置的准确性 课程思政融入点: 培养学生相互间的协作能力和相互间的配合。	综合	实训
5	持球交叉步突破	黄征尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	重点: 转体迅速、探肩下压、护球、蹬跨有力 难点: 蹬跨动作的突然性及突破时机的选择 课程思政融入点: 通过学习充分发挥个体的积极性、创造性和主动性, 从而提高自信心和价值观。	综合	实训
6	体前变向运球及胯下运球	黄征尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	运球变向时步伐的学习。 课程思政融入点: 从个体的实际出发, 使学生能在身心愉悦的环境中达到科学的锻炼目的, 养成自觉锻炼的习惯。	综合	实训
7	后转身运球	黄征尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	重点: 确定中枢脚、低重心、加力提拉球、蹬地后撤步转身 注意: 动作紧密结合。转身时要加力运球 难点: 转身动作低重心, 圆滑流畅及手脚的协调配合 课程思政融入点: 让学生明白生命在于运动, 同事锻炼过程中务必做到意念专一, 才能达到好的效果	综合	实训
8	掩护及无球切入	黄征尹/ 张成功/	2	掌握掩护方法,	综合	实训

		刘宏宇/ 张前锋		提高掩护配合质量 课程思政融入点：培养学生相互间的协作能力和相互间的配合。		
9	防守	黄钰尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	防守有球队员 防守无球队员 课程思政融入点：通过学习充分发挥个体的积极性、创造性和主动性，从而提高自信心和价值观。	综合	实训
10	突分配合	黄钰尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	重点：突破动作要突然、迅速。 难点：无球队员要掌握好时机跑到有利的进攻位置 课程思政融入点：培养学生相互间的协作能力和相互间的配合，让学生明白体育运动不单单是个体的运动，相互配合更能达到不同的效果。	综合	实训
11	策应配合	黄钰尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	要点：策应者要及时抢位，传球人要及时的将球传到策应者远离防守的一侧 课程思政融入点：培养学生相互间的协作能力和相互间的配合，让学生明白体育运动不单单是个体的运动，相互配合更能达到不同的效果。	综合	实训
12	技术考核	黄钰尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	重点：期末技术达标考试	综合	实训
13	素质考核	黄钰尹/ 张成功/ 刘宏宇/ 张前锋	2	重点：期末素质达标考试	综合	实训
14	机动	黄钰尹/	2	补考	综合	实训

		张成功/ 刘宏宇/ 张前锋				
合计:		28				
考核方法及标准						
考核形式			评价标准		权重	
平时成绩			缺勤 1/3 者取消考试资格, 迟到早退扣 2 分, 旷课扣 5 分, 事假扣 1 分		20%	
身体素质			50 米或立定跳远		30%	
篮球技术			期末指定专项技术测试, 达标考核		30%	
运动世界校园跑			学期目标: 男 60KM, 女 50KM		20%	
总分					100%	
大纲编写时间: 2020 年 8 月 31 日						
系(部)审查意见: <div style="text-align: center;">已审阅, 同意执行</div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: flex-end; margin-top: 50px;"> <div>系(部)主任签名: </div> <div>日期: 2020 年 9 月 1 日</div> </div>						