

## 《篮球》教学大纲

课程名称：篮球			课程类别（必修/选修）：必修			
课程英文名称： Basketball						
总学时/周学时/学分：30/2/1			其中实验/实践学时：28			
先修课程：						
授课时间：1-15 周			授课地点：篮球场			
授课对象：非体育专业同学						
开课学院：教育学院（师范学院）体育系						
任课教师姓名/职称：刘明/讲师						
答疑时间、地点与方式：室外篮球场。每次课前，课后，采用集中或一对一的问答方式						
课程考核方式：开卷（ ）      闭卷（ ）      课程论文（ ）      其它（√）						
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						
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。						
<div>课程教学目标</div> <div>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。</div> <div>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。</div> <div>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。</div>				<div>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)：</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 1.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 2.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 3.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 4.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 5.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 6.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 7.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 8.</div>		
理论教学进程表						
周次	教学主题	学时数	教学的重点、难点	教学方式	教学手段	作业安排
1	篮球运动的发展	2	篮球运动的起源及发展概况		课堂教授	课后布置
合计：		2				

实践教学进程表					
周次	实验项目名称	学时	重点、难点	项目类型 (验证/ 综合/ 设计)	教学 手段
2	篮球基本技术	2	1) 学习基本站立姿势 2) 移动学习高，低手运球  难点：运球时两腿微曲，目平视，注意球的落点。  重点：控制好反弹高度，以肘或腕关节为轴做上下按拍动作。  课程思政融入点：  通过学习使学生热爱篮球运动，改善心理状态，提高抗挫折能力。	综合	实训
3	篮球基本技术	2	1) 学习急停，转身 2) 双手胸前传接球  难点：双臂不外展，手脚协调发力。  重点：迎球缓冲，护球于胸前。  课程思政融入点：  培养学生的自尊、自信，与同伴合作及友好精神。	综合	实训
4	篮球基本技术	2	1) 学习体前变向运球 2) 学习单手肩上投篮  难点：肘关节外展和上下肢协调发力  重点：投篮时手型、手指拨球及出手角度  课程思政融入点：  培养学生勤奋刻苦、团结合作、热爱体育的精神	综合	实训
5	篮球基本技术	2	1) 学习急停急起运球 2) 学习行进间高手投篮	综合	实训
6	篮球基本技术	2	1) 学习背后运球 2) 学习行进间低手投篮	综合	实训
7	篮球基本技术	2	1) 学习后转身运球 2) 学习行进间传接球	综合	实训

8	篮球基本技术	2	复习胸前传接球。学习持球突破：交叉步突破	综合	实训
9	篮球基本技术	2	学习防守技术 1) 防有球队员 2) 防无球队员	综合	实训
10	篮球基本技术	2	学习基础配合 1) 传切 2) 突分	综合	实训
11	篮球基本技术	2	学习基础配合 1) 掩护 2) 策应	综合	实训
12	篮球基本技术	2	1) 介绍联防战术 2) 教学比赛	综合	实训
13	篮球基本技术	2	1) 身体素质 2) 练习考试内容		实训
14	篮球基本技术	2	身体素质考试，练习篮球考试内容		实训
15	期末考试	2	篮球技术考试		实训
合计：		28			
考核方法及标准					
考核形式		评价标准			权重
考勤作业		出勤率，作业完成情况			20%
篮球技术		往返运球上篮男 35 秒、女 45 秒。男 7 满 3 及，女 6 满 2 及			30%
身体素质		立定跳远			30%
校园跑		男 60 公里，女 50 公里			20%
大纲编写时间：2020/2/16					
系（部）审查意见：					
已审阅，同意执行					
系（部）主任签名：		高峰		日期：2020 年 2 月 20 日	