

## 《运动训练 1-篮球》教学大纲

课程名称：运动训练 1-篮球	课程类别（必修/选修）：必修
课程英文名称：sport training1—basketball	
总学时/周学时/学分：32/2/2	其中实验/实践学时：30
先修课程：无	
授课时间：周五 3-4 节	授课地点：篮球馆
授课对象：2019 级社会体育指导与管理选项学生	
开课学院：教育学院（师范学院）	
任课教师姓名/职称：张成功/讲师	
答疑时间、地点与方式：课后、篮球馆	
课程考核方式：开卷（）闭卷（）课程论文（）其它（√）实践测评	
使用教材：1.《球类运动—篮球》（第二版）高等教育出版社 2009 年 6 出版发行 王崇喜主编 2、配套教材《篮球教学设计》高等教育出版社 2009 年 7 出版发行 王崇喜主编	
教学参考资料：《篮球竞赛规则》	
<b>课程简介：</b> 本课程的教学目的是培养学生较全面系统地掌握篮球专项理论知识，提高基本技术、战术的运用能力。通过实践教学，使学生掌握系统、扎实的篮球基础知识、技术和全面的篮球技能。	
<b>课程教学目标</b> 1. 知识目标：通过篮球运动训练专业教学活动，学习掌握篮球专业知识、技术、技能、战术、竞赛与裁判法。 2. 能力目标：培养和提高学生的教学、训练的能力，能胜任篮球活动与训练工作，并具有组织篮球竞赛、裁判的能力。 3. 素质目标：通过教学，贯彻素质教育思想，加强学生责任感及价值观的培养教育，培养学生的专业素质及组织能力。	<b>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)：</b> <input type="checkbox"/> 核心能力 1. 技战术能力 <input type="checkbox"/> 核心能力 2. 团队配合精神 <input type="checkbox"/> 核心能力 3. 顽强拼搏意志

理论教学进程表							
周次	教学主题	主讲教师	学时数	教学的重点、难点、课程思政融入点	教学模式 (线上/混合式/线下)	教学方法	作业安排
1	篮球理论、概述	张成功	2	篮球运动概述、技战术分析、竞赛规则 课程思政融入点：通过介绍篮球竞赛规则，培养学生公平竞赛的精神	线下	讲授	思政作业： 要求学生阅读两篇篮球竞赛的书籍或文章和观看二场以上CBA球比赛。
合计：			2				
实践教学进程表							
周次	实验项目名称	主讲教授	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	
2	1. 球性练习：支配、抛接、挥摆、推滚、环绕球。 2. 原地运球：高手、低手运球。	张成功	2	单、双手控制球动作手法，反复练习，培养球感。	综合	实训	
3	1. 原地运球：体前、体侧、背后、胯下。 2. 综合性运球：培养个人进攻意识。	张成功	2	左右手控制球动作方法。课程思政融入点：通过练习基本控制球动作，引导学生正确的学习目标，在练习中培养耐心、细致的品格	综合	实训	

4	1. 复习原地运球。 2. 学习行进间运球。	张成功	2	运球手触球动作，无球手动作。	综合	实训
5	1. 复习脚背正面运球。 2. 学习脚背内侧运球。 3. 学习脚背外侧运球。	张成功	2	控制身体重心 触球脚型	综合	实训
6	1. 复习运球 2. 学习运球过人	张成功	2	假动作运球过人、	综合	实训
7	1. 复习行进间运球过人。 2. 学习双手胸前传接球。	张成功	2	过人技术运用，传接球准确性与力量。	综合	实训
8	1. 复习双手胸前传接球。 2. 学习单手肩上传接球。	张成功	2	结合假动作，控制好重心。	综合	实训
9	1. 复习各种传接球。 2. 学习原地单手肩上投篮。。	张成功	2	注意投篮动作要领，纠正易犯错误。	综合	实训
10	1. 复习原地单手肩上投篮。 2. 学习急停跳投。 3. 投篮综合练习。	张成功	2	急停分跳步急停和跨步急停。 课程思政融入点：鼓励坚持反复练习，培养学生耐心专注、吃苦耐劳，追求卓越优秀品质。	综合	实训
11	1. 学习篮球进攻基础配合（传切、突分、掩护、策应）。	张成功	2	合理运用假动作和技术动作	综合	实训
12	1. 结合教学比赛 2. 复习进攻基础配合	张成功	2	实战中不断总结提高	综合	实训



系（部）审查意见：

已审核，同意执行。

Handwritten signature in black ink, reading "李逸涛" (Li Yitao).

系（部）主任签名：

日期：2020 年 9 月 1 日