

《 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：：30 |
| 先修课程：无 | |
| 授课时间： | 授课地点：篮球场 |
| 授课对象：2022 级、2023 级公共体育选项课学生 | |
| 开课学院：教育学院（师范学院） | |
| 任课教师姓名/职称：张前锋/副教授 | |
| 答疑时间、地点与方式：授课现场答疑、课后电话或微信答疑 | |
| 课程考核方式：开卷（）闭卷（）课程论文（）其它（√）实践测评 | |
| 使用教材：《大学体育》 | |
| 教学参考资料：《球类运动-篮球》 | |
| <p>课程简介：</p> <p>《篮球》公共体是一门传授篮球知识和技术，促进篮球运动普及与发展的学科。它作为体育教育的重要内容，通过传播篮球运动知识和身体训练手段，使公共体育课选择篮球项目的学生的了解并掌握其基本知识、技能。</p> | |
| <p>课程教学目标：</p> <p>一、知识目标：</p> <ol style="list-style-type: none">1、学习篮球运动知识，了解基本理论。2、掌握篮球运动的基本技能。 <p>二、能力目标：</p> <ol style="list-style-type: none">1、使学生掌握篮球基本思想、基础知识、基本理论。2、使学生掌握篮球运动的基本技能并养成篮球运动的习惯。 | |

三、素质目标:

- 1、通过思政学习树立、提高学生的家国情怀，塑造高尚人格，培养公平公正的意识，提升学生的道德水准。
- 2、通过教学比赛培养学生独立思考，学习与实践密切相结合。
- 3、通过本课程的学习使学生切实践行健康运动的生活方式，养成运动的生活习惯，具备更高的运动的素质。

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 (线下/混合式) | 教学方法 | 作业安排 |
|----|-----------|------|-----|---|------------------|------|------|
| 1 | 篮球运动的概述 | 张前锋 | 2 | 篮球运动简介及其发展趋势 思政融入点 1: 介绍篮球运动的发展、历年国际上获取成绩。增强国家荣誉感和民族的使命感。 | 线下 | 讲授 | |
| 2 | 传接球 | 张前锋 | 2 | ①原地双手胸前传接球②移动技术：起动和各种跑动③原地单手肩上投篮 | 线下 | 实训 | |
| 3 | 运球 | 张前锋 | 2 | ①运球：高低运球②复习单手肩上投篮③身体素质：加速跑、高抬腿跑 | 线下 | 实训 | |
| 4 | 移动技术 | 张前锋 | 2 | ①移动技术：急停②复习双手胸前传接球③复习单手肩上投篮③复习单手肩上投篮 | 线下 | 实训 | |
| 5 | 运球:急停急起 | 张前锋 | 2 | ①运球:急停急起②移动技术:侧滑步③复习单手肩上投篮④身体素质：摸高、加速跑 | 线下 | 实训 | |
| 6 | 双手胸前传接球 | 张前锋 | 2 | ①行进间双手胸前传接球②复习单手肩上投篮 | 线下 | 实训 | |
| 7 | 体前换手折向运球 | 张前锋 | 2 | ①体前换手折向运球②身体素质:30 米折返跑 | 线下 | 实训 | |
| 8 | 行进间单手低手投篮 | 张前锋 | 2 | ①行进间单手低手投篮②半场教学比赛 | 线下 | 实训 | |
| 9 | 移动技术 | 张前锋 | 2 | ①移动技术：三角滑步②半场教学比赛 | 线下 | 实训 | |

| | | | | | | | |
|-----|------------|-----|----|--|----|----|-----|
| 10 | 侧身跑、体前变向运球 | 张前锋 | 2 | ①移动技术-侧身跑②体前变向运球③教学比赛 思政融入点 2: 2006 年世锦赛小组赛中，王仕鹏三分出手压哨绝杀斯洛文尼亚，学习他们绝不放弃的顽强斗志。 | 线下 | 实训 | |
| 11 | 跳投技术 | 张前锋 | 2 | ①学习跳投技术②教学比赛 | 线下 | 实训 | |
| 12 | 低手投篮、跳投技术 | 张前锋 | 2 | ①行进间低手投篮②跳投技术③教学比赛 | 线下 | 实训 | |
| 13 | 考核：运球上篮； | 张前锋 | 2 | 篮球：运球上篮； | 线下 | 实训 | |
| 14 | 考核：身体素质 | 张前锋 | 2 | 素质：①立定跳远 ②800/1000m | 线下 | 实训 | |
| 15 | 补考和机动 | 张前锋 | 2 | 补考和机动 思政融入点 3: 介绍我国几代篮球人的优良传统及顽强的作风，激励同学们向他们学习。 | 线下 | 实训 | |
| 合计： | | | 30 | | | | 合计： |

| 考核方法及标准 | | |
|----------------------|--|---------|
| 考核形式 | 评价标准 | 权重 |
| 运动世界校园跑 | 完成全部校园跑规定公里数记满分 20；否则为 0 分 | 20 |
| 运动技术考核（运球上篮） | 在规定的时间内命中 1 个 30 分，2 个 45 分，3 个 60 分，4 个 70 分，5 个 80 分，6 个 90 分，7 个 100 分。 | 40 |
| 身体素质（50 米+仰卧起坐/引体向上） | 50 米跑+仰卧起坐（女生）/引体向上（男生）（各 20 分），按照《大学生体质达标测试评分标准》执行。 | 40 |
| 出勤及课堂表现 | 每次迟到扣 2 分，请假扣 1 分，旷课、早退扣 5 分，缺勤超过 3 次者不允许参加考核。 | 从总成绩中扣除 |
| | | |

备注：1) 根据《东莞理工学院考试管理规定》第十二条规定：旷课 3 次（或 6 课时）学生不得参加该课程的期终考核。2) 各项考核标准见附件所示。

大纲编写时间：2024 年 3 月 3 日

系（部）审查意见：

已审阅，同意执行

高峰

系（部）主任签名：

日期： 2024 年 3 月 6 日