


《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/大一 0.5 大二 1	实践学时：30
先修课程：	
授课时间：1-15 周	授课地点：篮球场
授课对象：2022 级 2023 级公共课学生	
开课学院：教育学院	
任课教师姓名/职称：王雪媛/助教	
答疑时间、地点与方式：随堂答疑	
课程考核方式：开卷（）闭卷（）课程论文（）其它（√实践考核）	
使用教材：球类运动——篮球	
教学参考资料：	
<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>一、 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>二、 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>三、 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>	

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	教学模式 (线下/混合式)	教学方法	作业安排
1	篮球运动的发展	王雪媛	2	篮球运动的起源及发展概况	线下	讲授	篮球运动的发展
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	项目类型（验证/综合/设计）	教学方法	
2	篮球基本技术	王雪媛	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	王雪媛	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	王雪媛	2	1) 学习体前变向运球 2) 学习单手肩上投篮	综合	实训	

				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		
5	篮球基本技术	王雪媛	2	1) 学习急停急起运球 2) 学习行进间高手。 课程思政融入点:引导学生养成运动习惯,掌握运动技能,发展健全人格,弘扬体育精神。	综合	实训
6	篮球基本技术	王雪媛	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	王雪媛	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	王雪媛	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	王雪媛	2	1) 防有球队员 2) 防无球队员	综合	实训
10	篮球基本技术	王雪媛	2	学习基础配合 1) 传切 2) 突分	综合	实训
11	篮球基本技术	王雪媛	2	学习基础配合 1) 掩护 2) 策应	综合	实训
12	篮球基本技术	王雪媛	2	1) 介绍联防战术 2) 教学比赛	综合	实训
13	篮球基本技术	王雪媛	2	1) 身体素质 2) 练习考试内容	综合	实训
14	篮球基本技术	王雪媛	2	身体素质考试, 篮球考试	综合	实训
15	篮球基本技术	王雪媛	2	身体素质考试, 篮球考试	综合	实训
合计:			30			

考核方法及标准		
考核形式	评价标准	权重
考勤	缺勤 3 次课不允许参加考核，迟到早退扣 2 分，旷课扣 5 分，事假扣 1 分。	
身体素质	男引体向上，女一分钟仰卧起坐	20%
身体素质	50 米	20%
篮球考核	男（35 秒）女（45 秒）三分线内往返运球上篮考核。男生 7 个满分 3 个及格；女 6 个满分 2 个及格。	40%
运动世界校园跑	学期目标：男 60 公里，女 50 公里	20%
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 5 日		
<div>系（部）审查意见：</div> <div>已审阅，同意执行</div> <div></div> <div>系（部）主任签名：日期：2024 年 3 月 6 日</div>		