

# 初中篮球体育教案设计思路(汇总5篇)

作为一名老师，常常要根据教学需要编写教案，教案是教学活动的依据，有着重要的地位。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？这里我给大家分享一些最新的教案范文，方便大家学习。

## 初中篮球体育教案设计思路篇一

1、篮球活动课课堂常规教育，学习资料简介，课堂要求。

2、移动技术练习：起动、变向跑、侧身跑、后退跑、急停（跳停、跨停）侧滑步。

1、使学生明确篮球活动课的学习目的、任务、要求，树立良好的学习、锻炼习惯。

2、提高学生移动本事，初步掌握所学动作基本技术。

3、发展协调本事和耐力素质，培养团结协作精神和不怕苦累的毅力。

（1）绕篮球场慢跑。

（2）行进间徒手体操、扩胸、震臂、体转、体侧、腹背、弓步、跑跳步，各4×8呼。

组织：成一路纵队队形，前后间隔1.5m左右。

要求：精力集中、练习认真、动作整齐、有力度有幅度，使各关节和肌肉韧带充分活动开。

移动技术练习：移动是篮球比赛中队员位置、方向、速度变化时所采取的各种脚步动作方法的通称。移动是篮球技术的

基础，一般可分为起动、跑、急停、跳、跨步转身及各种滑步和防守步伐等种类。

(1) 起动：两膝微屈踵离地，前掌蹬地要有力、身体前倾移重心，前两三步短而急。

(2) 变向跑：右脚内侧来蹬地，屈膝内扣移重心，体转前倾左脚迈，右脚紧跟加速移。

(3) 侧身跑：放松前跑勿横移，注意球踪看场情，回头侧身腰放松，随时要把球来迎。

(4) 后退跑：前掌蹬地，提膝后移，体稍后仰，踵勿着地。

(5) 跳步急停：微向上跳，双脚着地，体稍后坐，双膝弯屈。

(6) 跨步急停：一步跨大脚抵地，屈膝体仰重心降，二步着地脚蹬地，内转屈膝制动停。

(7) 侧滑步：一脚蹬地一脚跨，蹬跨结合不交叉，低姿张臂来滑动，坐姿滑动要狠抓。

## 组织、教法、要求

教师逐一讲解各个练习动作要点，重点与难点，并正、侧面示范，提出要求，纠正易犯错误。

(1) 起动：

组织：成二列横队、前后相距4米，左右间隔3米，做好防守准备姿势。

教法：看或听教师信号后团体起动向前做短距离快跑。

要求：起动突然，反应要快，起动时步短而急，起动后加速

跑。

## （2）变向跑：

组织：遇障碍变向跑，如图。

教法：快跑至障碍物前面变向快跑

要求：要跑到障碍物前变向，变向要突然，起动加速要明显，前一人跑到中线时，后一人可出发。

## （3）侧身跑：

组织：利用球场三个圆圈做侧身跑练习如图。

教法：教师站在边线附近，用手指做出不一样数字的信号，学生在侧身跑时，随时报出所示数字。

要求：绕圆圈跑时，重心内倾、外侧脚前脚掌内侧蹬地，应有明显的加速度，同时做出随时准备接球的动作。

## （4）后退跑：

组织：成一路纵队，间隔2米，沿篮球场边线进行练习。

教法：从端线外起后退跑，到中线后转身接侧身跑切入篮下。

要求：踵勿着地，体稍后倾。可放在准备活动时练习，也可放入移动练习时做。

## （5）急停练习：

组织：成二（三）列横排，间隔2米站于边线处。

教法：发出信号后第一排向前走3-4步做一次跨步急停或跳步

急停。第一排做第二次急停后，第二排开始做，到边线止，然后过渡到慢跑中，快跑中看（听）信号做急停动作，也可结合运球做急停动作。

要求：急停时重心下降、停稳。

#### （6）滑步练习：

组织：成体操队形听口令团体练习。

教法：做好斜步站立防守姿势，先向左滑步，按照“蹬（右脚），落地（左脚），跟（右脚）”的节奏做滑步慢动作，然后向右、向前、向后做滑步。口令逐渐加快。

要求：滑动时重心平稳且落在前脚掌上，目视前方。

1、放松活动

2、课堂小结

3、布置作业

4、师生再见

## 初中篮球体育教案设计思路篇二

文章一：

教学目标：通过篮球联赛的学习不仅能够在团结能力上得到了提升，采用此方法进行更好的学习和应用，往往对于孩子们在身体健康程度上带来了帮助。

教学准备：老师可以准备三个左右的篮球，以及打气筒和卫生箱的准备。避免因为一些客观上的因素，造成篮球比赛不

能如期进行。

教学过程：

- 1、老师首先将篮球比赛的规则进行简单的描述，并且要确保赛场上每一位学生的安全，再三强调比赛期间要注重同学的友谊之情，千万不要因为比赛的输赢让大家相处的不愉快。
- 2、老师可以身为裁判，将男女生加入到队伍当中去，分为a队和b队两组将篮球人员的具体分工进行适当的安排，这样往往对于比赛的游戏效果得到了改变。
- 3、在比赛过程中全程比赛四十分钟，可以分为上半场和下半场两组比赛，在中间有十分钟的休息时间，确保比赛的正规性和公平性得到了有效的体现。
- 4、篮球比赛期间一旦出现了打平的情况出现，最好采用加时赛的方法进行玩乐选择，可以有效的确保篮球联赛的如期进行。

结束：玩乐篮球联赛讲究的是方式和方法，通过这样的友谊赛，对于同学们之间向心力的提升无疑得到了有效的提升和改变。有机会的朋友们应用此种方法来试试看，这对于日后的比赛任务得以很好的进行，相信取得了很大的帮助和提高。

文章二：

体育与健康课程目标、注意事项及要求

初中阶段是人的身心发育趋向成熟的重要转折时期，也是初步形成健康生活方式的重要阶段。在这一阶段进行体育锻炼可以促进身体的生长发，使身高增长，体重增加，呼吸机能和心脏功能提高。体育锻炼是促进青少年健康成长的最有效、最积极的手段。

通过体育与健康课程学习、学生将：

- (1) 增强体能, 掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能;
- (2) 培养运动的兴趣和爱好, 形成坚持锻炼的习惯;
- (3) 具有良好的心理品质, 表现出人际交往的能力与合作精神;
- (4) 提高对他人健康和群体健康的责任感, 形成健康的生活方式;
- (5) 发扬体育精神, 形成积极进取, 乐观开朗的生活态度。

上课的注意事项及要求：

- (1) 上课着装要整齐, 得体。尽量身穿运动装, 必须脚穿运动鞋或布鞋。
- (2) 上课必须纪律严肃认真, 积极听课, 认真训练, 不做与教学无关的事情。
- (3) 上课必须听从指挥, 服从口令, 一切行动听指挥。
- (4) 上课必须注意安全, 不做危险动作, 注意自我保护。

体育健康课达到的其他教育效果：

- (1) 培养吃苦、耐劳、坚韧的精神。
- (2) 养成力争上游、不服输的思想品德。
- (3) 加强道德情操的养成、创造能力的培养

为什么体育锻炼能够促进身体形态的发展？

适当的体育锻炼，可使骺软骨的细胞正常增值，促进骨骼和生长速度加快，从而使身体长高。

体育锻炼不仅可以身体长高，还可以使肌肉发达有力。体育运动加速了新陈代谢，使肌纤维增粗，体积增大，肌肉变得粗壮、结实、发达而有力。

### 初中生形体练习中应注意的事项

初中生的骨骼增长较快，骨骼的弹性大，硬度小，易发生弯曲和变形，能承受的压力和肌肉的拉力都较弱；肌肉的发育以长度增加为主，肌肉细长，肌力较差。容易疲劳，所以在形体训练中要注意：

养成正确的站、行、跑、跳的姿势；不宜做过重的负重练习；要变换体位练习，以促进形体均衡发展。注意养成正确的身体姿势，注意全面发展。

文章三：

### 初中优秀体育课教案

#### 教学内容

一、投掷：投准          二、跑：变向跑（沿圆圈跑）

#### 教学目标

- 1、认知目标：理解投掷的基本技术原理和变向跑的技术要素。
- 2、技能目标：初步学会合理的投掷技术动作，进行器械投准的方法。学会变向跑的技术动作，掌握好适当的身体倾斜角度和合理的摆臂方法。发展学生速度、灵敏、柔韧、协调等身体素质。

3、情感目标：通过投掷和变向跑的教学，使学生初步具有良好的组织纪律观念、竞争意识、团结协作精神，勇于克服困难等意志品质。

课的部分与时间

教学内容与练习手段

组织教法、学法和要求

各项内容安排时间

运动负荷

教学目的

时间

次数

强度

开始部分

(4)

一、体育委员整队，报告人数

二、师生问好，宣布课的内容和要求

三、处理与安排见习生

四、队列练习：蹲下及起立

五、反应练习：弹钢琴



方法：学生的四列横队依次

代表简谱“do,re,mi,

fa”四个音符，老师唱

某音时代表该音的一列

学生下蹲，其余为立正

姿势。

组织：成四列横队集（图示一）

要求：队列整齐，精神饱满，见习生必须随堂听课并参加力所能及的活动。

组织：同上

教法：听教师的口令集体进行练习

要求：注意力集中，步调一致。

组织：同上

教法：教师讲解方法，学生听口令练习

要求：注意力集中，反应迅速。

2

1

1

30”

30”

3次

2

1

3次

小

小

加强组织纪律，明确课的内容和目的。

集中注意力，振奋学生精神。

检验队列练习效果，提高学生练习兴趣。

准备部分

7’

一、游戏：组点着地

方法：在慢跑中，学生听教师

喊数，按数目用身体任

何部分接触地面。

二、配乐韵律操：

1、肩部运动

2、体侧运动

3、体转运动

4、侧压腿运动

5、跳跃运动

一、组织：圆圈队形（如图示二）

教法：教师讲解游戏方法，然后学生按教师的方法练习。

要求：反应迅速，组对着地点。

二、组织：同上

教法：教师边讲解边示范，学生跟着教师一起做。

要求：动作到位、准确、协调。

3'

4'

2'

3'

均

为

4\*8

拍

中

中

激发创造性思维，活跃课堂气氛。

为以下的教学活动做好身心准备，预防和减少运动损伤的发生。

基本部分

30'

一、投掷：投准

重点：投掷的准确性

难点：控制投掷的力量和出

手的角度

1) 将投掷物上抛接住练习

a.上抛接住练习

b.上抛击掌两次接住练习

c.上抛后转体360°接住练习

d.自创动作上抛接住练习

2) 学生练习对地投

3) 将投掷物投中地上小圈

4) 将投掷物投中目标练习

二、变向跑（沿圆圈快跑）

重点：合理的身体倾斜角度和正确的摆臂动作。

难点：控制重心，克服离心力

1) 原地练习沿圆圈跑时身体倾斜和手臂摆动的动作。

2) 逆时针方向跑动练习

3) 顺时针方向跑动练习

4) 沿圆圈快跑接力

一、组织：同心圆（图示三）

教法：

1、教师讲解示范、学生练习（1）

2、教师讲解示范、学生练习（2）

3、教师讲解示范、学生练习（3）

4、教师讲解示范、学生练习（4）

5、教师巡回指导，讲评问题。

6、分组进行投准比赛

要求：上、下肢协调用力。

二、组织：圆圈队形

教法：

- 1、教师讲解示范完整动作
- 2、教师讲解示范、学生练习（1）
- 3、教师讲解示范、学生练习（2）
- 4、教师讲解示范、学生练习（3）
- 5、针对出现问题教师讲评
- 6、学生练习（4）

要求：动作正确，认真练习。

2'

2'

4'

8'

3'

1'

1'

9'

1'

30"

1'

1'30"

30"

30"

30"

30"

2'

5-6

5-6

3-5

3-5

1-2

2-3

1-2

1-2

1-2

中

中

|

大

提高学生练习兴趣，发展上肢力量。

发展学生思维能力，发展学生个性。

体会挥臂、鞭打、协调用力。

控制投的力量和出手角度，提高投掷的准确性。

调动学生学习积极性，培养学生创造性思维。

激发学生练习兴趣，培养学生集体荣誉感和良好组织纪律观念。

体会正确的动作要领，让学生建立正确的动作表象。

全面发展学生身体素质和控制身体能力，培养学生遵守规则、尊重对手，竞争意识和团结协作精神。

结束部分

4'

一、集合放松



## 舞蹈《幸福拍手歌》

方法：随《幸福拍手歌》乐曲起，学生以跑跳步等舞蹈步法配以拍手、拍肩、跺脚等动作进行放松。

二、本课小结

三、收集器材

四、师生道别

组织：圆圈队形（如图示五）

教法：1、教师边讲解边示范，学生跟着教师做。

2、在音乐伴奏下师生一起做

要求：轻松、快乐、听讲时认真

4'

1'

1次

小

培养学生韵律感、协调性和美感，使学生的生理、心理都得到放松。

场地器材

体育场

自制沙包每人一只

拔河绳一根

气球4只

录音机一台

录音带1盒

预计练习密度：35%左右

预计生理负荷曲线

略

文章四：

通过以上的练习,学生的运球技术会达到比较熟练的程度。这时学生的自信心陡升,对篮球运动产生很高的兴趣,就会自觉的投入到篮球运动中来。近几年来我一直以这种方式教学生,从实际效果来看还是比较可行的。我的学生现在好多虽然升到了高中,篮球打的特棒,但他们的技术基础是跟我学的。

在初中体育教学中,篮球运动是一个非常重要的内容。在初学阶段,要想把学生的兴趣引到篮球上来,真正喜欢上这项运动,必须让他们了解这项运动,并掌握一些简单技术,具有一定的篮球运动能力。这时我们在教学中要从基础抓起,学习篮球运动的各种攻防技术。而运球是一个非常重要的进攻技术,也是掌握篮球技术的基础,可要让学生运好球,在教学中要狠下工夫才能实现。

### 一、进行原地运球练习

首先,练习手指、手腕的灵活性。方法是运起静止不动的球、固定手臂运球、直臂对墙运球。在固定手臂运球较熟练后,可练固定两臂在膝上的换手变向运球。

其次,进行全身协调性的运球练习。通过练习使学生上、下肢配合协调,为合理、熟练运球打下良好的基础。这时可采用单臂支撑旋转运球,原地高运球踢腿、原地跨下左、右运球,原地跨下前、后运球,原地背后换手变向运球。

最后,复习巩固前面的运球技术,待学生运球达到比较熟练的程度后可加大难度练习。这个阶段我们可让学生练习环绕两腿做8字运球,原地同时运两球。运两球时要经常改变练习的节奏,可做两球同时起落、交替起落的运球。

## 二、行进中运球

在练习中选定15-20米距离的场地进行比赛或游戏性练习。由易到难逐步练习,先练持单球的高运球、低运球,跨下左、右运球。此时为了加强练习的质量,在对学生的评价时要把技术评定作为重点。在练习时让学生相互观察练习,识别同学的动作优劣,及时调整自己的动作技术。经过一至二个单元练习后,学生运球能力有了大幅度的提升时,可再练双球运球。练习方法同上,用比赛的方式让学生用最短的时间完成一定的运球距离。

## 三、综合性的提高应用练习,采用的方案有:

1. 快速高运球(15米)----低运球(5米)----遇障碍做变向突破运球(4次)。变向时先做左、右手体前变向过障碍,再做左、右手背后变向运球。
2. 跨下左、右运球(5米)---单手低运球---不换手的变向运球2次(两手交替练习)。
3. 快速运球---做体前换手变向与背后换手变向结合的过障碍练习(连续晃动)

## 四、较高难度的运球,练习的方法有:

1. 环绕两腿做8字运球,先练直线行进运球,再做曲线运球。通过练习可使学生在运球时可达到“人球合一”的程度。

2. 采用消极防守的形式,让学生做运球过人的练习。运球过人时可用急停急起、变向、转身过人。此时,我们在教学中必须根据学生个人水平、篮球技术发展的快慢,让学生选择自己最擅长的过人方式。这样才能发挥他们的积极主动性,在练习中才能不断创新,不断提高篮球运球技术。

通过以上的练习,学生的运球技术会达到比较熟练的程度。这时学生的自信心陡升,对篮球运动产生很高的兴趣,就会自觉的投入到篮球运动中来。近几年来我一直以这种方式教学生,从实际效果来看还是比较可行的。我的学生现在好多虽然升到了高中,篮球打的特棒,但他们的技术基础是跟我学的。

### 初中篮球体育教案设计思路篇三

本课努力贯彻“健康第一”的指导思想,体现“以学生发展为本”的教学理念,面向全体学生,为每位学生提供发展机会。做到既突出学生的主体地位,又发挥教师的主导作用。教学中通过篮球基础配合教学和合作互助式学练,培养学生分析问题、解决问题的能力,提高技战术的教学实效性;通过师生、生生间的互动交流,建立和谐的课堂学习氛围,增强学生学习自信心,以获得成功体验,激发体育情感。

#### 1、教材分析:

篮球传切配合是队员之间利用传球和切入技术的一种基础配合,它包括一传一切和空切两种,因其技术简捷、配合明快而具有实效性,所以比赛中经常采用,也非常适合男生学练。传切配合教学单元设计为4课时,本课为第3次课,是在前两次课学习的基础上巩固一传一切配合,并学习空切配合。通过学练激发学生的运动兴趣,进一步体会传切配合的基本方法,学会并尝试运用传切配合,同时发展体能,为今后的篮

球学习打下基础。

2、学生分析：处于青春期的学生，生长发育非常旺盛，在体能与技能提高的同时，其认知能力特别是观察力、注意力、思维能力也不断增长，具有临场应变和独立判断等能力；但心理发展不成熟、不稳定，特别是意志力还较为薄弱，表现为持续探究能力和良好的学习习惯还没有完全形成。通过传切配合的学练，既可以提高学生的篮球技能、战术意识和体能水平，又能锻炼其应变能力、协作能力和拼搏精神。本课学生虽具备了一定的心理准备和技能储备，但组织教学环节仍不可放松，既要突出学生学练的自主性，又要重视对传切配合学练全过程的引领，以不断增进学生技战术意识和分析探究能力。

本课重点：摆脱对手、加速空切篮下

本课难点：假动作的运用时机

1、学会用假动作摆脱对手、空切篮下，理解并体验“空切配合”的方法；能运用“一传一切”配合进行进攻实战演练。

2、在自主练习和协作配合中增强变速变向能力和灵活应变能力，发展灵敏、速度、力量等体能。

3、积极把握切入时机，敢于进行身体对抗，培养机智灵活、勇敢果断的品质。

4、努力与同伴做好进攻、防守配合，形成团队协作意识和集体主义精神。

开始部分，体育委员整队，检查并报告出勤情况；教师讲解课堂学习目标，提出课堂学练要求，学生迅速集中注意力，进入上课前的准备状态。

准备部分，通过控球练习，集中学生注意力，体现学生运球能力，并达到热身的目的；借助篮球做准备操，熟悉球性并活动各关节；通过原地传接球练习，改进基本技能，为后续复习和学练传切配合做好准备。

基本部分，采用逐步递进的教学形式。首先以哨声、肢体语言，引导学生复习有固定障碍的一传一切配合练习，通过提示、指挥来规范学生一传一切配合行为；指导学生进行四角传接球练习，提高跑动传接球能力；再复习有学生主动防守的一传一切配合。继而通过展板讲解、示范，学习空切配合，引导学生自由组合，进行分层进行空切配合练习；通过设问、释疑，引导学生自我分析、强化配合技能；再通过学生之间的相互协作、学生展示、师生点评等方法，促进学生掌握传切配合的基本方法。最后通过小组教学比赛，尝试应用传切配合，巩固所学技战术，感受篮球运动的乐趣。

辅助教材相应地安排了下肢力量练习。通过矮子篮球赛和“咬尾巴”练习，以竞赛和游戏的形式创设良好的学习氛围，调节学生心理，发展下肢力量。

结束部分，通过学生自己谈课堂学习体会、练习感受的方法，自评互评学习情况和效果。同时通过语言诱导进行心理放松练习，使学生的身心尽恢复平静状态。

全课以篮球教学一以贯之，因而课堂上易发生身体碰撞、甚至混乱现象，所以，强化课堂组织过程，加强组织纪律和安全教育就显得非常必要。课一开始，指导学生充分做好准备活动，并进行了纪律教育；教学中不断提醒学练要求，强化自律行为；要求学生注意动静结合，注意抬头观看，注意保持练习间距。教学比赛时，要求学生注意身体对抗技巧，跳起落地时注意缓冲；提醒学生合理分配体力，注意控制运动负荷。做好预防工作，避免伤害事故。

## 初中篮球体育教案设计思路篇四

- 1、理解体力活动及体能的`概念，以及发展体能的`一般性原则；
- 2、理解体力活动与体育锻炼的关系，并在发展体能时能正确运用发展体能的一般性原则；
- 3、理解体力活动对健康的意义；

### 二、教学内容

- 1、体力活动的概念
- 2、体力活动对健康的意义

经常性地、有规律地进行体力活动对人体的直接好处有：见教参

### 3、体能的`概念及分类

体能是人体应对各种体力活动任务的能力。强悍的体能是良好体质的重要组成部分。经常性地`进行劳动或运动等体力活动，能够保持一定的体能和促进体能的发展，并能使一些个体差异缩小甚至超越；而平时很少进行劳动或运动能体力活动，则会使体能下降。

体能按其所体现出的组成内容可分成两大部分：基础体能和特殊体能。

### 4、体能在体育锻炼、工作和生活中的意义

基础体能可以反映一个人的健康状态，与生命和抵抗多种疾病的能力有直接的关系，内容包括心肺耐力、肌肉力量等。

特殊体能是在运动项目或者是在某些工作、职业领域中需要的体能，以应对其特殊的体力活动需要，内容包括灵敏性、速度等。

## 5、影响体能发展的因素

若要达到和维持良好的体能，必须做到以下三点：良好的营养、合理的体力活动、足够的休息。

一般有计划和设计的锻炼和训练等体力活动都考虑到了避免运动损伤、效果最大化，并越来越科学合理。在进行较为剧烈的体力活动前后，分别需要留有一定的时间进行准备活动和整理活动。

## 6、发展体能的fitt原则

频率：一周内锻炼的天数，如心肺耐力锻炼是3—5天，而抗阻力练习是2—3；

强度：运动时的强度，不同运动形式的强度有所不同；

时间：运动的持续时间，如30分钟；

类型：运动类型，如跑步、游泳、跳绳，还是提拉重物；

## 7、体能发展应注意的几个问题

(1) 安全第一；

(3) 已经获得的体能是暂时的，如不坚持进行锻炼或训练，体能会退化。

(4) 寻找适合自己的运动模式；

(5) 自我评判；



(6) 自我调整。

(7) 男女平等；

(8) 当获得一定体能并适应了相应的冬运负荷或强度以后，应该逐渐增加负荷。只有循序渐进地、不断地增加运动负荷，体能才会不断地增强。

(9) 全面发展。

## 初中篮球体育教案设计思路篇五

教学内容：

- 1、趣味小篮球（行进间运球）
- 2、运球接力

教学目标：

- 1、初步认识行进间运球的动作方法。
  - 2、通过练习能够基本掌握行进间运球的重、难点。
  - 3、在练习的过程中提高运球的熟练性及灵敏、协调等身体素质。
  - 4、培养学生积极动脑，主动参与学习的良好习惯。
  - 5、培养良好的组织性、纪律性，提高小组长的管理能力。
- 教学器材：篮球

教学过程：

一、教学常规2分钟

- 1、体育委员集合整队并报告人数。
- 2、师生问好，教师宣布本课教学内容、目标并提出教学要求。
- 3、安排见习生。

## 二、8分钟

### 1、韵律球操3分钟

a□教师向学生讲清要求。

b□学生随着音乐在教师的带领下进行韵律。

组织：四列体操队形

### 2、熟悉球性练习5分钟

a□运球报数

b□高抛球击掌

组织：同上

## 三、12分钟

### 1. 运球互指。

在一块长、宽各5米左右的篮球场上，里面站三至四人，每人一球。在此场内运球，运球的同时去击拍别人的球。

a□教师向学生讲解游戏的方法、规则并提出游戏的注意事项。

b□教师找学生配合一起示范。

c□学生自由结合在规定的区域内进行游戏。

d□教师巡回指导。

e□找学生示范，并点评。

f□学生相互交换进行游戏。

## 2. 抢运球。

把整个球队分散在球场内，先指定二至三名队员担任徒手“抢运球者”，其余人每人一球。游戏开始，持球者在场内任意运球，在运球过程中要躲闪“抢运球者”的抢球，“抢运球队者”则利用合理的动作进行抢打球，一旦打掉运球者的球，两人互换。

游戏规则：

(1) “抢运球者”不得用推、拉等犯规动作抢球，违者抢到球不算；

(2) 如果发生被迫运球出界、持球移动或二次运球等违例等情况，则按被打掉球论处。

a□学生明白游戏方法规则。

b□分组进行游戏，教师参与其中。

## 四、运二球接力12分钟

在一个篮球场进行。将球队分成人数相等的若干组，分别以纵队形式排至端线外，排头各持二个球。中线处放几个旗竿，每队对一个旗竿。游戏开始各排头每只手运一球前进，到中线后绕过旗竿回端线，把球交给下一个队员。除了用运球方

式外，也可用两手推滚前进，然后再推回，但必须使两球同时到达目的地。先完成队为胜。

a□教师向学生讲清游戏的方法、规则。

b□组织学生进行运球接力游戏。

游戏规则：

(1) 运球时，必须两手运两只球，不能一只手运球，一只手推滚球；

(2) 如是推滚球时，规定双手都不能离开球，要做到人球一起到达；

(3) 违反以上规定者，重做一人次。

文档为doc格式