

# 最新羽毛球说课稿(优质5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 羽毛球说课稿篇一

今天我说课的内容是水平三、六年级《羽毛球正手发高平球》技术。本节课是第二课时。

羽毛球具有较强的趣味性和竞技性，小学生参加羽毛球活动，不仅可以使身体得到全面的锻炼，还能培养青少年自信、勇敢、果断等优良的心理素质。羽毛球正手发高平球，球的运行弧度不太高，球速相对较快，具有一定进攻性的发球，因此学好该技术对羽毛球运动有着积极的促进作用。

本课教学对象是小学六年级，小学生参加羽毛球活动能锻炼判断能力和思维力，提高反应、观察能力、对速度、耐力、弹跳、柔韧、协调等身体素质有很好的锻炼作用。经过练习可以使练习者养成与人合作的良好习惯，提高社会适应能力。

1. 认知目标：让学生了解正手发高平球的正确技术动作，知道发球的动作要领和发球规则。
2. 技能目标：在教师的指导下70%—80%的学生能够正手发高平球将球击出一定的距离和速度，30%—40%的学生能将球击到后场指定区域。
3. 情感目标：培养学生的合作精神和社会适应能力。

重点：动作连贯、协调，强调手腕的内旋发力。

难点：如何运用手腕、腰腹力量发力和重心转换问题。

教法：讲解示范法，完整法与分解法。

学法：模仿练习法、分组练习法。

### 1. 开始部分2分钟

一是教学常规内容。

二是队列练习，目的是培养学生正确的身体姿势和反应速度。

### 2、准备部分8分钟

(1) 教师带领学生绕羽毛球场进行“8”字跑。

(2) 羽毛球操。踏步一字步并步跳上步吸腿4次。

(3) 专项练习

追逐接发球游戏，目的是复习上一节的学习内容基本握拍法和正手发高远球，同时引入本节课的教学内容。

### 3、基本部分25分钟

(1) 先进行导入，导入我是这样进行的，教师示范两种动作让学生说出两种动作的相同点和不同点，目的是为了更好地区分正手发高远球和高平球。

(2) 讲解示范正手发高平球的动作方法，强调动作的要领。

(3) 组织练习分为2个环节：

a□无球练习，目的是使学生的动作连贯协调。

b□有球练习，目的是让学生感受前臂和手腕的内旋发力，以及利用腰腹部力量将球以一定的速度击出一定的距离。

通过一节课的正手发高平球的学习和练习，回到准备部分的游戏——追逐接发球，游戏的同时让学生体验到学习高远球和高平球的相同点和不同点，再次强调动作要领和纠正错误动作。

第二部分，课课练部分把学生分成4组，分别进行弓步运球，跳绳，仰卧起坐和蛙跳，采用分组轮换的方式进行，2分钟轮换一次。采用上述四组动作是因为由上到下锻炼到学生的手臂，手腕，腰腹部和腿部力量，目的是加强学生的身体素质。

#### 4、结束阶段5分钟

首先带领学生做一些简单的形体手位练习使学生的身心都得到放松。其次课堂小结，回收器材，师生道别。

我的说课到此结束，下面进行重要环节的模拟上课。

## 羽毛球说课稿篇二

尊敬的各位评委老师：

下午好！

我今天说课的题目是《羽毛球正手发高远球》。

一、本节课的指导思想：依据新课标的要求，以促进学生身心全面发展为目标，以“健康第一”为指导思想。针对学生的实际情况，以加强学生身体活动能力，培养锻炼兴趣，培养终身体育锻炼兴趣，掌握羽毛球锻炼的技能与方法为目的，在学校场地允许的情况下，安排羽毛球的正手发高远球为本节课的主要内容，教师通过不断引导，让学生在学的过程

中，充分发挥主体作用，使学生乐意去练，以充分激发学生积极参与运动的兴趣。教学中除了传授学生的基本技能外，还创设开放性的课堂教学氛围，让学生在学和练的过程中既掌握知识技能又得到情操的陶冶，智力的开发和能力的培养。

二、教材分析：本次课的教学主要内容是：羽毛球发球中的正手发高远球技术，羽毛球是一项非常普及且易于开展的体育运动，深受广大学生的喜欢。他要求学生在场上不停的移动步伐，跳跃，转体，挥拍，合理的运用各种击球动作技术和步伐在球场上往返对击。同时羽毛球运动形式灵活，具有较强的趣味性和竞技性，青少年参加羽毛球运动，不仅可以使身心得到全面的锻炼，还能培养青少年自信、勇敢、果断等优良心理素质。本课强调以学生发展为中心，体现主观参与意识，注重学生自主学习能力的培养的同时激发学生的运动兴趣，本节课羽毛球正手发高远球技术也是羽毛球运动中一项主要的部分，正手发高远球是发球中的一种，发球质量的好坏直接影响你下一拍的主动与被动，因此学好该技术对羽毛球以后的动作技术学习有着积极的促进作用。

三、学情分析：本课教学对象是初中二年级40名学生，他们的年龄为15岁左右，正处于青春初期，朝气蓬勃、富于想象和挑战，好胜心强，爱表现自己，但由于他们的神经系统兴奋占优势，并极易扩散，所以注意力集中时间不长。他们对羽毛球有着很高的热情，主要存在的问题是该阶段的学生之间的技术会存在参差不齐的情况，有些同学可能会怕自己做得动作不好而难看，练习时可能会出现比较被动的情况，所以教师要根据学生自身的技术特点安排练习，不要过分的强调动作要领，使学生在快乐中达到教学效果。

根据上面的分析，特制定如下教学目标

1、认知目标：通过教学，使学生掌握羽毛球正手发高远球的动作要领和技巧，领会运动的节奏感。

2、技能目标：通过教学使95%以上的学生初步了解羽毛球正手发高远球的技术，50%以上的同学能在老师的指导下完成动作。

3、情感目标：通过教学初步培养学生对羽毛球运动的鉴赏能力及发展自学、自练、自控、自调、自评的能力，培养集体荣誉感和成功感。

本次课的重点：击球时拍面角度的控制。

难点：整个动作用力顺序及衔接，击球的时机，

和击球时力量的掌握。

四、教法学法的运用教法：

1、启发式教学法：通过语言、动作激发学生的学习兴趣，启发学生积极思考、创新能力。

2、讲解示范法：通过精炼适度的语言讲解，使学生获得正确的动作概念，以优美的动作示范，有利于学生模仿正确的动作技术。

3、纠正错误法：由于学生间的个体差异，完成练习的情况各有不同，通过纠正获得正确的动作，提高学生的学习信心。

学法：

1、采用示范教学，配合师生互动演示，这样能够体现内容的直观性，学生领会意图快，容易接受。

2、分组练习和自主学习相结合，通过多次反复的练习，达到熟练程度。

3、组织小组间比赛，增强竞争性和娱乐性气氛。

学法指导：本节课我认为要教会学生学习方法。本课的学法中让学生采用自主学习的学习方法，发挥学生的主体地位，活跃课堂气氛，通过学生自主去尝试，模仿，互相对比，师生讨论，探究、观摩等方式培养学生的思考能力，观察能力和实践能力。面向全体学生，使不同层次的学生从运动中得到锻炼，获得快乐。

五、教学过程：根据认知事物的规律和人体生理机能变化的规律将本课分为五部分：

1、上课集合：安排时间3分钟，体委整队，清点人数，师生问好，向学生介绍本节课学习内容，安排见习生。（3分钟）

2、开始部分：安排时间7分钟，带领学生们做热身操，结合小游戏，安排两个学生一组互相压肩，活动身体的各个关节部位，着重腕关节膝关节的活动。这样安排意指在引起学生的学习兴趣，同时培养互帮互助的习惯，把平时枯燥的跑步活动寓于游戏活动之中，激发学生的创造性思维，激发学习动机。二是使学生的生理机能活动能力从相对较低水平逐渐调动起来，为人体进入活动状态做好生理和心理上的准备，并预防和减少运动损伤的发生。（12分钟）

3、基本部分：安排时间25分钟，讲解示范过程，老师通过直观示范法做正手击打发高远球的完整动作，并指出难点与重点部分，提问学生观察到的动作技术特点，提问学生主动出来模仿并让其他学生评价该学生模仿的动作；（约占10分钟）在讲解示范过后安排学生分组练习，两个人一组徒手练习原地正手发高远球动作，学生模拟手中持一个羽毛球，两人面对面原地模拟发球动作；注意：从引拍到模拟击球过程中，要求学生双脚不能有移动或完全离地。

学生练习过程，要求：动作轻松自然，发完球后身体自然前倾，身体保持正直，双眼注视球的运动，右手自然摆到左肩上方，左手自然屈肘收起来。正手发高远球实践站位靠中线

距前发球线大约一米的位置，左脚在前，脚尖正对球网，右脚在后，脚尖指向右前方，两脚自然开立距离约与肩同宽，重心在右脚，左手持球托举在身体的右前方，右手持拍自然屈肘与身体右侧，左肩对网，左手放球使球自由落体，右手同时大臂带动小臂从右后方向左前上方挥动，当球落到击球人手臂向下自然伸直能触到球的一刹那，握紧球拍，向前上方鞭打用力击球，球击打出的同时，手臂向左上方挥动，击球后身体重心由右脚移至左脚，身体自然微前倾。在学生练习的过程中老师巡回指导纠正动作，并根据不同学生的不同情况分别予以鼓励。（约占15分钟）

（整个过程共25分钟）

4、结束部分：安排时间5分钟，整理运动放松，组织：学生站成四列横队，体操队形散开，教师提示放松部位，颈、肩、腰、臂等部位放松。要求学生在放松时做到轻松、快乐，使学生的生理、心理都得到放松，进行美的教育同时，又一次体验上体育课的乐趣。（5分钟）

5、课堂总结：安排时间5分钟，作课堂小结，指出优点和不足之处，达到鼓励学生和继续提高的目的。然后布置器材回收，培养学生劳动观念和爱护集体财产的习惯。最后师生道别，再次拉近师生距离，养成文明礼貌习惯。（5分钟）

六、预计效果：学生能在教师指导下，认真参与练习，并主动提出问题，勇于出来模仿动作，课堂气氛活跃，师生感情融洽。通过本节课的学习85%以上的学生初步了解羽毛球正手发高远球的技术，50%以上的同学能在老师的指导下完成动作。预计课的练习密度为35%左右，最高心率150-160次/分钟，平均心率达120-130次/分钟，课堂效果较好。

### 羽毛球说课稿篇三

尊敬的评委、老师、同学们大家好：

我本次说课的内容是羽毛球的正手发高远球

本次说课主要分为以下几点说明：1、教学内容 2、教材分析 3、学情分析 4、教学目标、教学重难点 5、教法学法 6、教学过程 7、场地器材 8、预计效果 下面我分别进行具体说明：

## 羽毛球的正手发高远球

本课是羽毛球的第二次课，学的是正手发高远球。而第一节课，我们学习的是正手握拍和反手握拍。羽毛球是一项非常普及而且易于开展的体育运动，深受广大中学生的喜欢。它要求学生要在场上不停地移动步伐、跳跃、转体、挥拍，合理的运用各种击球动作技术和步伐将球在场上往返对击。同时羽毛球后动形式灵活，具有较强的趣味性和竞技性，青少年参加羽毛球活动，不仅可以使身体得到全面的锻炼，还能培养青少年自信、勇敢、果断等优良的心理素质。本课强调以学生发展为中心，体现主管参与意识，注重学生自主学习能力的培养的同时激发学生的运动兴趣。本课羽毛球正手发高远球技术也是羽毛球运动中一项主要的部分，因此学好该技术对羽毛球运动以后的动作技术学习有着积极的促进作用。

本课的教学对象是高中二年级的学生，学生对羽毛球教学，有着很高的学习热情，并且我们知道这一时期的学生具有独立思考，自主探究的能力，接受能力比较强而且快，在课堂上能够自我约束，学生的观察力具有一定的目的性、系统性、全面性，但欠缺精确性。

根据这种情况，我制定了如下教学目标：

- 1、认知目标：通过教学，使学生了解正手发高远球的规则。
- 2、技能目标：使90%的学生能正手发高远球的技术动作。
- 3、情感目标：培养学生积极向上、自主探究学习的精神和乐



观的学习态度，增强学生的细心观察能力。

4、教学重点：握拍的正确、发球的高和远。

5、教学难点：击球的时机和击球力度的。

教法：讲授法, 直观教学法, 集体练习法。

学法：模仿练习法、分组练习、自主探究、相互交流

（二）、热身运动：（1）绕田径场慢跑两圈（2）游戏：穿越障碍，增加学生的球感和团结能力（3）徒手操：主要活动学生各关节，防止运动中损伤。

（三）、基本部分即主题学习和实践部分：1、复习正反手握拍

2、讲授正手发高远球的动作方法

组织练习：（1）徒手分解练习（2）徒手连贯动作练习 | （3）分组对练

3、素质练习：羽毛球场地两边线移动。

（四）、结束部份：1、放松肌肉2、课的结束：学生讨论，教师总结3、师生再见

羽毛球场地六个、四十把羽毛球拍、四十个羽毛球、两个足球

本课平均心律：110——130次/分

练习密度：30——35%

我的本次说课完了，谢谢大家！

## 羽毛球说课稿篇四

尊敬的评委、老师、同学们大家好：

我本次说课的内容是羽毛球的正手发高远球

本次说课主要分为以下几点说明：1、教学内容2、教材分析3、学情分析4、教学目标、教学重难点5、教法学法6、教学过程7、场地器材8、预计效果下面我分别进行具体说明：

### 羽毛球的正手发高远球

本课是羽毛球的第二次课，学的是正手发高远球。而第一节课，我们学习的是正手握拍和反手握拍。羽毛球是一项非常普及而且易于开展的体育运动，深受广大中学生的喜欢。它要求学生要在场上不停地移动步伐、跳跃、转体、挥拍，合理的运用各种击球动作技术和步伐将球在场上往返对击。同时羽毛球后动形式灵活，具有较强的趣味性和竞技性，青少年参加羽毛球活动，不仅可以使身体得到全面的锻炼，还能培养青少年自信、勇敢、果断等优良的心理素质。本课强调以学生发展为中心，体现主管参与意识，注重学生自主学习能力的培养的同时激发学生的运动兴趣。本课羽毛球正手发高远球技术也是羽毛球运动中一项主要的部分，因此学好该技术对羽毛球运动以后的动作技术学习有着积极的促进作用。

本课的教学对象是高中二年级的学生，学生对羽毛球教学，有着很高的学习热情，并且我们知道这一时期的学生具有独立思考，自主探究的能力，接受能力比较强而且快，在课堂上能够自我约束，学生的观察力具有一定的目的性、系统性、全面性，但欠缺精确性。

根据这种情况，我制定了如下教学目标：

1、认知目标：通过教学，使学生了解正手发高远球的规则。

2、技能目标：使90%的学生能正手发高远球的技术动作。

3、情感目标：培养学生积极向上、自主探究学习的精神和乐观的学习态度，增强学生的细心观察能力。

4、教学重点：握拍的正确、发球的高和远。

5、教学难点：击球的时机和击球力度的。

教法：讲授法, 直观教学法, 集体练习法。

学法：模仿练习法、分组练习、自主探究、相互交流

（二）、热身运动：（1）绕田径场慢跑两圈（2）游戏：穿越障碍，增加学生的球感和团结能力（3）徒手操：主要活动学生各关节，防止运动中损伤。

（三）、基本部分即主题学习和实践部分：1、复习正反手握拍

2、讲授正手发高远球的动作方法

组织练习：（1）徒手分解练习（2）徒手连贯动作练习|（3）分组对练

3、素质练习：羽毛球场地两边线移动。

（四）、结束部份：1、放松肌肉2、课的结束：学生讨论，教师总结3、师生再见

羽毛球场地六个、四十把羽毛球拍、四十个羽毛球、两个足球

本课平均心律：110——130次/分

练习密度：30——35%

我的本次说课完了，谢谢大家！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 羽毛球说课稿篇五

以前我和妈妈在小区的空地上打羽毛球，但许多时候都是处于“有去无回”的单线型，就是我发的球妈妈接不住，妈妈发的球我也接不住。

这次暑假，妈妈给我报了体育馆的羽毛球学习班。7月16日起，我开始了为期十二天的羽毛球培训。哦，忘了告诉你们，我们的教练姓陈，他是一个特别棒的羽毛球教练。

第一次，教练教我们正手握拍和反手握拍，原来握拍姿势也很有讲究啊。因为握手处是扁的，正手握拍时羽毛球要侧拿，虎口与细杆、拍框保持一直线，大拇指和食指伸直，各放在两边，另外三只手指握紧球柄。反手发球与正手发球稍稍不一样，就是大拇指用力按住较粗的一边，把食指收回，与其他三指一起握住球柄，发球时球拍竖放在腰下。

拿球也有讲究，正手拿球的要领是五个手指都拿住球托和羽毛交叉的地方；反手拿球则是用前三个手指拿住上部的羽毛。

基本知识点学习完后，我们前几节课最主要的任务就是学习发球。发球也有正手发球和反手发球，这次我们主要练正手发球。教练把正手发球的动作要领分成三步教我们练习。第一步，人侧立，两脚前后分开，右手正手握拍向后，左手正手拿球，身体、左手、右手成一直线。第二步，右手向前做打球动作，同时脚的重心移到前面的脚。第三步，右手发球完毕，自然弯曲，球拍靠向左肩。接着教练给我们作了示范。明白了要点后我们就开始训练，一开始我总是打不到球，或者就算打到了，要么打歪，要么不过线。我急得像热锅上的蚂蚁团团转，教练看出了我的心思，走过来一指点，我一下子明白了，原来是我挥拍速度太慢了，我照着教练的方法，一下子就成功了。

打羽毛球最重要的就是会接球，而最难学的莫过于接球了。没想到接球也有套路，在以前，我可没想过接球前还要有什么动作。教练告诉我们：当对方发球过来时，为了能接住、接好球，我们需要做一些准备动作：第一，两脚自然分开，稍稍弯曲，眼睛看着对方，当对方球过来时，找准位置，右脚向后与前脚成“丁”字型，同时左手伸直向上前方，右手拿拍、肘部弯曲也向上前方，头也向上前方看。（目的是更好地目测球的位置）第二，做接球前的准备。人身体转过来，重心向前，人向后或向前调整位置，同时肘关节向前，拍子置于右肩上。三、对准来球，挥拍接球，然后右脚回到自然分开状态，右手也迅速划一个“叉”回到右前方，准备迎接下一个球的。这三个看似简单的动作，我们几乎天天要练上十几遍，但空手挥拍就好像“纸上谈兵”。等我们熟练了动作后，教练让我们一个个轮流站到网对面，然后教练开始发球，让我们来接。一开始我们都接不好，30个球，只能接上三四个。一连几天下来，我第一个找到了感觉，竟然能接住二十二三个球，陈教练还夸我“领悟能力高，动作协调性好呢。”看着伙伴们羡慕的眼神，我还真有点小得意呢！

打羽毛球真是一项既锻炼身体又快乐的运动啊！

文档为doc格式