

# 最新大学体育篮球教案 大学生体育篮球课教案下载(实用5篇)

作为一名专为他人授业解惑的人民教师，就有可能用到教案，编写教案助于积累教学经验，不断提高教学质量。怎样写教案才更能起到其作用呢？教案应该怎么制定呢？下面是小编带来的优秀教案范文，希望大家能够喜欢！

## 大学体育篮球教案篇一

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。教师向学生讲清游戏的方法、规则。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。

#### 五、6分钟

1、放松整理活动

2、学生交流学习体会，教师进行讲评。

3、师生再见组织：自然围坐在教师身边

#### 基本队列队形说课稿

一、教材分析：

我说课的内容是体育教程一、二年级的教材。

本节课的内容是基本队列队形，具有很大的实用价值，是一项深受低年级小学生喜爱的基本活动教材，小学低年级的队列队形教材，选择了一些简单的、实用性较强的变换方式，通过这些教材练习，促进学生身体各部分的肌肉及内脏器官

和上下肢力量、灵敏与协调素质的发展。进一步提高基本活动能力，培养学生勇敢、果断、坚韧不拔，克服困难的意志品质。充分发挥学生的运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应。

## 二、教学目标：

知识与技能：掌握基本队列队形动作要领和方法。

过程与方法：通过讲解示范让学生懂得如何做到动作准确、整齐。情感态度与价值观：培养学生团结互助的团队精神。

## 三、教学重难点：

a□引导学生进行模仿练习，开发想象力，激发表现欲望□b□培养克服困难，互相合作的心理品质。

## 四、教学方法：

在体育教学中，教师通过语言描述、实物演示，音乐的渲染等手段创设课堂的教学情景，小学生们大都具有很强烈的好奇心，但自制力和理解力相对较差，通过丰富的情感体验和社会实践经验，使学生大胆的表现自己、认识世界，我尝试采用如下教学法。

（1）表现法：通过感知，使学生产生强烈的角色体验和浓厚的学习兴趣。大胆的表现对事物的了解。

（2）实践法：通过教师有效的引导和亲身的体验，让学生通过感悟去亲身实践。（3）探究法：激发学生的思维活动，让学生自主学习、主动探究、充分发挥学生的主动性和积极性。在实践生活中更好的去体验。

## 五、教学过程：1. 立正

队列常用的基本动作之一。口令是报数！做法：横队从右至左（纵队时由前向后）依次以短促洪亮的声音转头（纵队时向左转头）报数，最后1名不转头。报数是清点队伍人数的方法，应在立正姿势中连贯、迅速地进行。有时可在稍息时报数，但每人轮到自己报数时，必须立正。报完数后又自动稍息。根据队形变换，分组的需要或为了集中注意力，可采用1--x报数；奇数报数；偶数报数；间隔x报数等方法。报数要求必须准确，声音洪亮，转头迅速，训练报数时常采用报数比赛或报数游戏的方法。

## 5、原地转法（1）. 向右（左）转

队列原地转法的基本动作之一。口令是向后转！做法：按向右转的要领向后转180度。原地转法是改变队列方向的动作。练习时应两脚同时用力转动，重心要稳，上体与腿一致转动，向后转时方向要正，防止左腿弯曲和两臂放松外张。教学时一般采用分解法。

# 大学体育篮球教案篇二

## 教学内容

1、篮球：反弹传接球； 2、耐久跑

## 教学目标

1、1、认知目标：学习与了解篮球反弹传接球的技术原理及其在篮球运动中的作用、耐久跑中的一些基本知识。

2、技能目标：通过本次课的学习，使80%以上的学生能掌握反弹传接球中反弹点的位置；70%以上学生能结合运球、移动、跑动和反弹传接球等各种技术进行综合练习；90%以上的学生掌握正确的耐久跑呼吸方法。提高动作配合、技术应用能力，发展创造性思维和自我评价能力。

3、情感目标：激发学生学习的积极性和创造性，增强学生团结协作和安全保健的意识，培养学生奋发向上的品质。

程序

时间

内容

教师活动

学生活动

组织

德育渗透

保健措施

能力培养

一

3'

运球练习

1、组织学生拿球

2、引导学生运球

自由发挥或模仿教师动作

散点

活动准备

个性的培养和表现

二

3'

球操

1、播放音乐、

2、示范球操

随音乐做球操

圆形

活动关节

协调性、节奏感

模仿能力。

三

5'

反弹传接球

1、提出反弹传接球技术

2、问题：反弹传接球中反弹点的位置

1、学生尝试练习

2、回答问题

3、练习反弹球

两人一组圆圈附近

探索精神

安全教育

自学能力

观察能力

从感性认识到理性概括能力

四

9'

自创法进行反弹传接球

提出要求：

3-6人一组，以反弹传接球技术为核心，结合篮球的移动、跑动、运球、防守等技术，自创一种方法进行练习。

1、分组讨论；

2、创造练习方法；

3、相互评价、改进练习方法。

以小组为单位练习



培养探索精神、合作意识

创造能力、技术应用能力、动作配合能力。

五

4'

方法演示

组织好方法演示、评价

1、演示；

2、在演示基础上再练习

集体

小组

及时调控

评价能力、

表现能力。

六

2'

耐久跑呼吸节奏练习

介绍耐久跑呼吸节奏的技术要领。

原地小跑体会耐久跑呼吸节奏。

集体

保健指导

正确的呼吸方法。

七

8'

图形跑

喊出相应的图形名称

1、按教师指示跑出图形；

2、自创图形跑；

两个小组

集体主义精神

技术运用能力

合作能力。

八

7'

定时跑

计时并鼓励学生

1、按自身情况进行定时跑，

2、自我评价。

同上组织

意志品质培养，保健指导

提高有氧耐力

九

4'

身体恢复

1、放音乐

2、口令揭示动作

在音乐声中随教师提示完成动作

四列横队

音乐消疲

自我保健能力

器材

录音机一台；篮球41只；球筐4只。

预计心率曲线（略）

练习密度

约为：28--31%

# 大学体育篮球教案篇三

二、教材和学情分析：

2排球正面屈体扣球

二、教材和学情分析：

3排球正面下手发球

二、教材和学情分析：

教学难点：抛球与击球的协调配合分组进行托球接力跑，托球动作是让学生用手臂垫球的部位托球，速度快者优先，通过游戏反映了健康性和娱乐性相统一的教学原则，不仅熟悉了垫球部位而且发展了学生的灵敏性和协调性。通过游戏还可以激发学生上体育课的兴趣，培养学生团结协作、努力拼搏的精神。

4足球脚内侧运球

二、教材和学情分析：

5足球脚背正面踢球

二、教材和学情分析：

二、教材和学情分析：

分组进行传球抢球游戏，7健美操跳步组合二、教材和学情分析：

宣布本课内容，首先教师做动作示范，以自身人格魅力，激发学生的学习欲望。然后讲解动作要领，在讲解过程中我随

时用语言提示，以强化模仿更加逼真。接着进行个人练习和分小组合作练习。

分小组汇报表演和集体表演，师生分析、互评可以培养学生自信心，增加集体凝聚力

8体操单杠骑撑后倒挂膝上

二、教材和学情分析：

二、教材和学情分析：

4、快乐游戏

10体操屈腿腾跃

二、教材和学情分析：

4、快乐游戏

11体操双杠外侧坐越两杠直角下

难点：是摆腿、越杠、直角下杠的衔接

4、快乐游戏

12武术对练

二、教材和学情分析：

教学重点：是攻防转换

难点：是神行兼备，体现武术风格

4、快乐游戏

进行”大鱼网”游戏，通过游戏可以反应健康性和娱乐性相统一的教学原则，不仅可以发展学生的柔韧性、灵敏性和协调性，还可以激发学生上体育课的兴趣，培养学生团结协作和积极进取的精神。

### 13下压式4\*100米接力跑

分组进行多人接力跑，在游戏中体会本课所学动作，速度快者优先，14 100米快速跑

二、教材和学情分析：

二、教材和学情分析：

难点：是助跑与起跳的结合 然后是快乐游戏

分组进行单腿跳接力，16跨越式跳高

二、教材和学情分析：

### 17女800米男1000米耐久跑

二、教材和学情分析：

### 18双手向前投掷实心球

六、教学流程的简述： 首先是准备部分

1、课堂常规，师生问好，宣布本课内容安排见习生。

2、队列练习（主要以原地转法为主）

宣布本课内容，首先教师做动作示范，以自身人格魅力，激发学生的学习欲望。然后讲解动作要领，在讲解过程中我随时用语言提示，以强化模仿更加逼真。接着进行个人练习和

分小组合作练习。

进行实心球投准游戏，学生围成一圈以率先打到标志物从而获胜

## 19障碍跑

二、教材和学情分析：

教学难点：是障碍间跑和过障碍的配合 然后是快乐游戏

分组进行障碍跑接力游戏，学生通过奔跑绕过及跳过障碍物进行接力，速度快者优先

20篮球二攻一配合二、教材和学情分析：

## 大学体育篮球教案篇四

一. 教学内容：

1、跳荷塘：双脚跳；

2、游戏：捉害虫。

二. 教学目标：

（一）基础性目标：

1、会做出双脚连续跳的动作。

2、能体验到练习时的快乐感受，积极认真地进行练习。

（二）提高性目标：

通过学习，能连贯完成双脚连续向前跳越的动作。

### 三. 教学重、难点：

重点：双脚连续向前跳越的方法。

难点：上下肢协调用力，能连贯完成动作

### 四. 教学过程：

#### 板块一：准备部分

##### （一）教学内容：

1、游戏：跳荷叶；

2、徒手操：《小青蛙》

##### （二）完成目标：

1、通过慢跑，将身体活动到微微出汗的程度。

2、通过徒手操练习，进一步将身体的各个关节活动开，为后面的学习做好充分的身体预热准备。

##### （三）教学过程：（5—6分钟）

1、课堂常规。

2、讲解游戏：跳荷叶的规则和要求，并带领学生说唱儿歌。

3、带领学生进行游戏：跳荷叶。

4、学生面向教师成圆形站立，随音乐节拍练习徒手操：《小青蛙》。

要求：按照要求，积极参与练习，安静、有序



#### （四）教学意图：

通过准备活动的学习，让每位学生懂得：参加体育活动之前，应充分预热身体，以避免或防止意外受伤的可能；为更好地学习双脚连续向前跳越的动作，做好积极的身体准备。同时，也通过这一环节，让学生了解和掌握一些基本的准备活动的方法。

#### 板块二：基本部分

##### （一）教学内容：

- 1、跳荷塘：双脚跳；
- 2、游戏：捉害虫。

##### （二）完成目标：

- 1、会做出双脚连续跳的动作。
- 2、通过学习，能连贯完成双脚连续向前跳越的动作。
- 3、知道游戏——捉害虫的规则和练习方法，积极参与游戏活动。

##### （三）教学过程：（25—30分钟）

- 1、集体听口令进行原地下蹲的练习。
- 2、集体听口令进行原地轻轻跳起的练习。

要求：两脚左右分开与肩同宽，屈膝半蹲，上体前倾，双手放背后，落地要稳（保持上体前倾姿势），屈膝缓冲，声音要小。

3、集体听口令进行原地摆臂的双脚跳练习。

4、集体听口令进行双脚向前跳一次的动作练习。

要求：手臂后摆，屈膝半蹲、同时提踵，向上摆臂迅速、有力，前脚掌蹬地起跳，落地屈膝缓冲（保持上体前倾，手臂后摆）、声音小。

5、教师展示双脚连续向上跳越二次的动作。

6、集体听口令尝试进行原地双脚连续向上跳越二次的动作练习。

7、集体听口令尝试进行双脚连续向前跳越二次的动作练习。

8、分组练习双脚连续向前跳越二次的动作练习。

9。学生展示双脚连续向前跳越二次、三次的动作。

10。分组练习双脚连续向前跳越三次的动作练习。

要求：遵守规则，团结协作，积极认真参与游戏活动。

#### （四）教学意图：

通过小青蛙在荷塘中跳荷叶过程中逐步习得本领为角色主线，将双脚连续向前跳越的动作过程与小青蛙的成长身体变化特征巧妙结合，分层递进的进行双脚向前跳越一次、二次、三次的动作教学，紧紧围绕双脚跳的重、难点，让学生在不知不觉中逐步学习和牢固掌握双脚连续向前跳越的动作全过程；并鼓励学生用刚刚学会的本领，积极参与捉害虫的游戏活动，能连贯的完成动作，勇于展示自己，超越自我；同时培养学生的团队合作、责任意识和遵守规则的自律与自控能力。

#### 板块三：结束部分

(一) 教学内容：放松操

(二) 完成目标：

- 1、通过放松操练习，将处于紧张、激烈和亢奋情绪中的身心状态逐步平静下来，使处于紧张状态的肌肉，缓慢放松下来。
- 2、知道激烈或剧烈的运动过后，应该积极的恢复自己的身心状态。

(三) 教学过程：（3—5分钟）

- 1、教师带领学生集体练习放松操。
- 2、教师带领学生回忆、本节课的学习情况。
- 3、师生再见。

(四) 教学意图：

通过放松练习这一环节，让学生明白：在激烈的运动过后要积极恢复身心状态，以达到更好的健身效果。

## 大学体育篮球教案篇五

1、传接球（原地行进间）

- 1、学生学习篮球传接球技术，初步掌握动作技术。
- 2、发展学生的协调、灵敏、反应能力，
- 3、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。

(3) 熟悉球性练习。

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。

传接球（原地行进间）

技术要点：

(1) 双手胸前传接球

传球：持球胸前肩肘松，倒腕伸臂向前送，拇指下压腕外转，腕屈指拨将球送。

接球：伸臂迎球要对准，接触快收来缓冲，收时注意护好球，肩肘腕臂都放松。

重点、难点：手型正确，拇指下压；伸臂迎球，注意缓冲。传球到位，落点在同伴胸腹之间。

(2) 单手肩上传球（以右手传球为例）

张肘引球右后方，右手托球微后翻，蹬地转体臂速摆、转正压臂又屈腕。

重点难点：托球引臂，转正挥臂又屈腕。

(3) 双手头上传球

持球头上腕微翻，传球用力速而短，小臂前振腕压正，发力

就在指和腕。

重点难点：持球头上，以肘为轴，指腕用力。

（4）行进间传接球：奔跑如常莫紧张，面对来球向前方，一步接来二步传，不停不跳莫慌张，接球主动传球快，落点要有提前量，接球要向前跑出，传球之后要跟上。

重点、难点：侧身跑传接球，一步接二步传；传球及时、到位。

教法：

- 1、教师逐一讲解示范、提示动作要点。
- 2、原地徒手模仿双手胸前传接动作练习。
- 3、原地二人双手胸前传接球（相距4—6米）。
- 4、原地二人双手头上传接球（相距4—6米）。
- 5、原地二人单手肩上传接球（相距10米以上）。
- 6、二人传球推进上篮（如图）
- 7、三人传球推进上篮（如图）

组织：2人一球，原地练习时成二横排面相对，左右保持适当间隔做传接球练习。二人推进上篮和三人围绕跟进上篮。组织如上图。

要求：

- 1、手型正确，传球时拇指下压、传出的球向后旋转，球速相对要快，飞行弧度较小。

- 2、接球时，伸臂迎球，触球后收，注意缓冲。
- 3、推进上篮传球及时、到位，上篮成功率力求达50%。
- 4、围绕跟进上篮练习时，接球者向中间插，传球者从接球者身后绕。
- 5、注意安全，保持间隔距离，前一组过中线后，后一组才开始练习，上篮不中不补投。

#### 易错与纠正：

- 1、拇指未下压、传出的球不旋转。多做原地两人对传练习、掌握正确手型。
- 2、传球力量不够，抛物线太高，落点不好。可用实心球对传以增强臂力和指力，建立正确动作概念、低弧线、落点在同伴胸腹之间。
- 3、移动中传球时横向移动；走步违例等。讲明在侧身跑的动作基础上传接球、一步接二步传，传出的球“提前量”以同伴伸臂能接住球为宜。

#### 结束部分：

- 1、放松活动
- 2、课堂小结
- 3、布置作业
- 4、师生再见