

# 原地单手肩上投篮教案教学反思 体育教案一行进间运球单手肩上投投篮(精选8篇)

初三教案的实施需要紧密配合学校的教学计划和考试安排，确保教学进度的顺利进行。小编整理了一些高二教案的案例分析和评价，希望能够为大家的备课提供一些参考和借鉴。

## 原地单手肩上投篮教案教学反思篇一

教学内容单手肩上投篮

教学任务1. 通过教学使学生了解单手肩上投篮技术, 建立正确的动作表象.

2. 提高学生动作分析能力.

教学内容

一、单手肩上投篮的用途:

单手肩上投篮是现代篮球比赛中应用比较广泛的一种投篮方法是行进间和跳起投篮的基础。它具有出手点高、便于结合其他动作、不易被防守等优点，并能在不同位置和距离上应用。

二、持球姿势:

以右手投篮为例。右手持球于肩上，手腕后翻，前臂与地面接近垂直，左手扶球的左侧。两腿微屈，右脚略前于左脚，身体的重量落在两脚掌上。眼睛注视篮圈前沿或碰板点。

三、持球手型:

手指自然分开，掌心空出，托球的后下部，手腕后屈，小臂向上，用手指和指根把球控制住，球的重心落在食指和中指之间。

#### 四、投篮动作：

投篮时，右臂随着下肢蹬伸的力量向上充分伸展，同时左手离开球，最后用手腕屈和手指用力拔球，通过指端将球投出，脚跟稍提起，球出手后身体充分伸展，重心移至前脚掌，食指正对瞄篮点，手心向下，腕、臂放松。

#### 五、出手动作：

投篮时球最后出手的动作，是投篮能否准确命中的关键。它直接影响着投篮的方向、力量、弧度和旋转。出手动作包括正确的投篮手法和全身的协调用力。投篮时全身协调用力要有一定的顺序，整个动作要协调连贯，轻松柔和，掌握好节奏。投篮时，随着下肢蹬伸和腰腹伸展，投篮臂向前上方抬肘伸臂，最后力量集中到手腕和手指上，由手腕前屈和手指拨球的动作，使球通过食指、中指的指端柔和地飞出。出手后，全身随球跟送，手臂自然伸直。通常距离越近，身体其他部分用力越小，多以手腕和手指用力为主；投篮距离越远，身体协调用力越大，对手腕、手指调节力量的能力也要求越高。

#### 六、瞄篮点：

瞄篮点是指投篮时目视的点。它是掌握投篮动作，提高投篮命中率的重要方面。投篮有直接投中和碰板投中两种方法。

- 1、直接投中：应瞄准离投篮者位置与篮圈上最近的一点。
- 2、碰板投中：应瞄篮板上能使球碰板后弹入球篮的一点。一般投球点与篮板成15-45度角的位置时较好。投篮时，应根据

投篮的位置、距离、球飞行的弧度和球的旋转等因素来选择适宜的瞄篮点，若碰板角度小，距离远，则瞄篮点离篮圈的距离高而远；若碰板角度大，距离近，则瞄篮点距离篮圈的距离低而近。

## 七、抛物线：

抛物线是指球出手后在空中飞行的弧度。一般有高、中、低三种抛物线。

1、高弧线：是指球飞行的路线接近于垂直，篮圈的暴露面在下面的面积最大，故容易投中。但是这种球飞行的弧线太长，若要在较远的距离投篮达到这种高度的弧形路线，比较困难。如果要达到这种高弧线，用力就必须很大，这就不易掌握飞行方向，而实际上降低了命中率。

2、低弧线：是指球飞行的路线接近篮圈的水平面，篮圈暴露在球下面的面积很小，球易碰篮圈前沿或砸篮圈后沿而弹出，故也不易投中。

3、中弧线：这种弧线球飞行的最高点接近篮板上沿，球篮的大部分暴露在球的下面，故容易投篮命中，是一种比较适宜的抛物线。

## 八、球的`旋转：

球的正确旋转是决定投篮准确性的重要因素之一。一般说投出的球在空中飞行保持匀速后旋，在正确情况下能使球沿正确的方向飞行，这是投篮准确性的重要前提。匀速地向后旋转，一方面可使球稳定飞行，另一方面球下落触及物体后能减缓反弹力，增加球入篮的可能性。球正确的旋转取决于出手时手腕、手指的柔和用力。

## 九、单手肩上投篮易犯错误及纠正方法：

## 1、单手持球不稳

原因：手指没有充分分开，手接触球的面积小或掌心接触，或是手腕后翻不够。

纠正方法：多做各种接球或拿球后的持球动作，固定持球位置，注意上举翻腕托球。

## 2、持球或出球时肘关节外展

原因：动作要领不明确或持球于头的侧后方。

纠正方法：肘关节内靠。

## 3、投篮时用力不协调

原因：蹬地和伸臂用力脱节，经常臂伸至一半又停顿，然后再做向前的压臂投篮动作。

纠正方法：徒手做快速蹬地、伸臂动作，并要求碰一定高度的标志物。

## 4、手腕前屈不充分，用手指前屈代替手腕前屈

原因：对手腕前屈动作不理解。

纠正方法：讲清手腕前屈的作用，多做徒手和持球时手腕前屈练习。

## 5、球在空中飞行不后旋

原因：手腕前屈、手指拔球的时机掌握不好，或手腕前屈不充分。

纠正方法：反复练习压腕、拔球动作，掌握屈腕和拔球的时

机。

## 6、抛物线太低

原因：前后脚距离太远，重心过度前倾，以及肘关节没有抬起，或球没有通过指端拔出。

纠正方法：投篮时以肩关节为轴抬肘伸臂，多做徒手或持球模仿练习。

课后小结

## 原地单手肩上投篮教案教学反思篇二

很多老师不知道说课稿怎么写?格式是怎么样?下面小编为大家整理的关于高中体育《原地单手肩上投篮》说课稿的范文，希望对大家有帮助。

各位领导、各位老师，

今天我说课的题目是高中体育《原地单手肩上投篮》说课稿。

本课以全面推进素质教育，深化体育教学改革，树立“健康第一”的指导思想，提高学生身体素质水平、发展学生的学习能力、培养学生的创新精神、为学生的终身体育打下基础，已成为体育教学的主要任务。体育课应更加生动活泼、丰富多彩，更具有时代性、让学生在欢乐中精神得到陶冶，身体得到锻炼，技能得到发展。现在高中体育与健康课实行模块教学。球类这个模块是现在的热门选项，篮球更是热门中热门。

篮球运动是由跑、跳、投等动作组成，是在快速、激烈、对抗的情况下通过传递、抛接、运拍，最终把球送入固定篮圈

的一项综合性的体育运动，具有集体性、竞争性强、趣味性浓等特点，篮球赛攻防频繁，技术动作多样，使之富有吸引力深受广大中学生喜爱。学生的学习积极性有了，但按以往的常规教学，篮筐的高度和大小都是几十年不变，投篮这个篮球项目最基本的技术只有很少一部分男同学能在好几次中投中一个，也就是说只一部分男同学能篮球课上找到成功喜悦，所以学校的球场始终只被一小部分男同学占据着。另外的同学是他们不喜欢篮球吗？不是，他们说练了好久始终是命中率低，练着练着就没有兴趣了。

从他们的话中我找到一个信息：他们学了练了但是没有成就感。造成这个的结果是两方面的，一是同学们对篮球技术掌握得不好，再有就是我们的器材一直是几十年不变的。我从一些资料了解到，美国这样的篮球发达国家，他们从幼儿园到中学，篮架和篮筐的高度是逐年增加的。所以本课师生共同营造一个民主、和谐、宽松、开放的教学环境，改变过去单纯技术性教学向趣味性教学的转变。

本课教学内容是篮球运动中的单手肩上投篮。单手肩上投篮是篮球运动中主要的基本技术，是全队进攻的重要手段，起着组织全队相互配合的重要桥梁作用，是高中篮球教学重要组成部分，是更好地学习各种技术和战术的基础，单手肩上投篮动作的好坏直接影响到学生的投篮技术和以后学生篮球水平的提高，所以我们必须高度重视学习和掌握这一技术。单手肩上投篮基本方法并不复杂，但要做到准确、熟练，同时要迅速转换衔接其它技术动作，就比较困难。因此，本课着重解决学生投篮动作，为以后的教学竞赛和学生终身体育打下良好基础。

本次课的授课为高一年级，共四十人。体育的运动技能有差异，加上高中学生有较强的创造能力和自学能力，本课采用了讲解、示范、启发、模仿、创新、竞赛等教学方法，以及各种新颖的练习方法。循序渐进、层层深入、层层剖析，充分挖掘每个学生的潜在能力，充分发挥学生的主体作用，更好地

促进学生努力达到教学目标。

- 1、认知目标：进一步建立单手肩手投篮的动作概念。
- 2、技能目标：巩固提高投篮的技术动作和对球的控制和支配能力。发展灵敏、速度、力量等身体素质。
- 3、情感目标：在协作中，学生积极参与、自主锻炼以及充分展现自我的能力，培养学生克服困难不断向新目标挑战。

重点：手指拨球

难点：出手时手指手腕的连贯协调用力

本课的教学指导思想主要采用教师启发指导，学生反复练习的教学策略，发展学生的个性，充分发挥学生的主体作用，运用灵活多变手段，做到身心结合，努力达到教学目标。全课的组织结构不拘泥于过分的统一规整，而以服务练习与教学为目标，力求合理、紧凑、流畅、新颖。全课教学的内容及手段，用三对三教学比赛法增大学生们的运动强度。

1、课堂常规

2、本课的教学内容目标及要求

1、学生一路纵队慢跑

2、熟悉球性

教师先进行各种方法练习和讲解，然后学生自由模仿创新练习。

学生通过各种练习，培养学生的球感和对球的兴趣，改善手对球的控制和掌握能力，进一步热身，同时活跃课堂气氛，为基本部分做充分的准备。

- 1、示范讲解持球手型与投篮的预备姿势
- 2 自己模仿投篮动作
- 3、两人一组,互投练习
- 4、两人一组,一人拿呼啦圈一人往圈内投篮
- 5、原地单手肩上投篮定点练习(学生模仿nba球星罚球动作,投篮距离自己定)
- 6、以组为单位罚球比赛

### 三对三篮球比赛

- 1、音乐伴奏下放松

1、场地：篮球场1片;2、篮球41只，球筐4只，呼啦圈20只

运动密度约为38%，预计心率:135

学生对篮球本身兴趣也比较大,因此学生练习积极性.参与程度高,课堂气氛活跃,能达到预计效果,这样既达到发展学生身体素质,又培养学生的集体意识。

## 原地单手肩上投篮教案教学反思篇三

这是一节体育组组内公开课，执教教师是戴老师，上课内容是行进间单手肩上投篮和运球接力。我对这节课总体评价是一节比较成功的课，具体表现有以下几点：

一、教学内容搭配合理，目标明确，教学设计科学，教学思路清晰，教态自然亲切，组织和场地布置简单易行，并且有效。



二、教学过程。由以下几部分组成，首先是篮球理论的导入，紧接着是球性练习，（这个环节主要是一个热身过程。基本部分：

（一）1、无球练习；2、固定球练习；3、接反弹球练习；4、运一到两次球做行进间高手投篮练习；5、短距离运球做行进间高手投篮练习。

（二）运球接力比赛。结束部分：1、整队，回收器材；2、进行放松练习；3、总结评价本节课；4、师生再见。在这节课中戴老师是按照以上的流程上课的，所以整节课展示有序，由易到难，由浅到深。整个过程合理流畅，一环扣一环，技术教学和练习都十分扎实，学生掌握也理想。

这节课的教学设计可以说比较理想。篮球技术的教学和学生兴趣培养很好地结合在一起。主体教材为篮球的行进间运球和学生的个体学习能力很好的结合，其中穿插的练习以及游戏很好地提高了学生学习兴趣，并对教材的教学起到很好的辅助作用，可以说为教学任务的完成提供了保障。

四、本课的运动负荷安排合理，心率、密度都适度，学生既学到了技术，体会了成功，又达到了锻炼其体质的效果。

五、教学效果。学生在教师指导下很好地掌握了篮球行进间运球，开动脑筋自立创新，积极参与运动，达到较好的效果，这节课是成功的。

建议：在评价方式上，可更多的引入互动式和多元化评价，更注重横向和纵向的结合。

## 原地单手肩上投篮教案教学反思篇四

本课以全面推进素质教育，深化体育教学改革，树立“健康第一”的指导思想，提高学生身体素质水平、发展学生的学习

能力、培养学生的创新精神、为学生的终身体育打下基础，已成为体育教学的主要任务。体育课应更加生动活泼、丰富多彩，更具有时代性、让学生在欢乐中精神得到陶冶，身体得到锻炼，技能得到发展。现在高中体育与健康课实行模块教学。球类这个模块是现在的热门选项，篮球更是热门中热门。篮球运动是由跑、跳、投等动作组成，是在快速、激烈、对抗的情况下通过传递、抛接、运拍，最终将球送入固定篮圈的一项综合性的体育运动，具有集体性、竞争性强、趣味性浓等特点，篮球赛攻防频繁，技术动作多样，使之富有吸引力深受广大中学生喜爱。学生的学习积极性有了，但按以往的常规教学，篮筐的高度和大小都是几十年不变，投篮这个篮球项目最基本的技术只有很少一部分男同学能在好幾次中投中一个，也就是说只一部分男同学能篮球课上找到成功喜悦，所以学校的球场始终只被一小部分男同学占据着。另外的同学是他们不喜欢篮球吗？不是，他们说练了好久始终是命中率低，练着练着就没有兴趣了。从他们的话中我找到一个信息：他们学了练了但是没有成就感。造成这个的结果是两方面的，一是同学们对篮球技术掌握得不好，再有就是我们的器材一直是几十年不变的。我从一些资料了解到，美国这样的篮球发达国家，他们从幼儿园到中学，篮架和篮筐的高度是逐年增加的。所以本课师生共同营造一个民主、和谐、宽松、开放的教学环境，改变过去单纯技术性教学向趣味性教学的转变。

一、教学内容：原地单手肩上投篮。

二、教材分析：

本课教学内容是篮球运动中的单手肩上投篮。单手肩上投篮是篮球运动中主要的基本技术，是全队进攻的重要手段，起着组织全队相互配合的重要桥梁作用，是高中篮球教学重要组成部分，是更好地学习各种技术和战术的基础，单手肩上投篮动作的好坏直接影响到学生的投篮技术和以后学生篮球水平的提高，所以我们必须高度重视学习和掌握这一技术。

单手肩上投篮基本方法并不复杂，但要做到准确、熟练，同时要迅速转换衔接其它技术动作，就比较困难。因此，本课着重解决学生投篮动作，为以后的.教学竞赛和学生终身体育打下良好基础。

### 三、学情分析：

本次课的授课为高一年级,共四十人。体育的运动技能有差异,加上高中学生有较强的创造能力和自学能力,本课采用了讲解、示范、启发、模仿、创新、竞赛等教学方法,以及各种新颖的练习方法。循序渐进、层层深入、层层剖析,充分挖掘每个学生的潜在能力,充分发挥学生的主体作用,更好地促进学生努力达到教学目标。

### 四、教学目标的确定：

- 1、认知目标：进一步建立单手肩手投篮的动作概念。
- 2、技能目标：巩固提高投篮的技术动作和对球的控制和支配能力。发展灵敏、速度、力量等身体素质。
- 3、情感目标：在协作中，学生积极参与、自主锻炼以及充分展现自我的能力，培养学生克服困难不断向新目标挑战。

### 五、本课的重、难点确定：

重点：手指拨球

难点：出手时手指手腕的连贯协调用力

### 六、教学策略：

本课的教学指导思想主要采用教师启发指导,学生反复练习的教学策略,发展学生的个性,充分发挥学生的主体作用,运用灵活多变手段,做到身心结合,努力达到教学目标。全

课的组织结构不拘泥于过分的统一规整，而以服务练习与教学为目标，力求合理、紧凑、流畅、新颖。全课教学的内容及手段，用三对三教学比赛法增大学生的运动强度。

## 七、教学过程：

### （一）引情入境阶段；

- 1、课堂常规
- 2、本课的教学内容目标及要求

### （二）激发兴趣阶段；

- 1、学生一路纵队慢跑
- 2、熟悉球性

教师先进行各种方法练习和讲解，然后学生自由模仿创新练习。

学生通过各种练习，培养学生的球感和对球的兴趣，改善手对球的控制和掌握能力，进一步热身，同时活跃课堂气氛，为基本部分做充分的准备。

### （三）技能学习展示自我阶段；

- 1、示范讲解持球手型与投篮的预备姿势
- 2自己模仿投篮动作
- 3、两人一组,互投练习
- 4、两人一组，一人拿呼啦圈一人往圈内投篮

5、原地单手肩上投篮定点练习(学生模仿nba球星罚球动作,投篮距离自己定)

6、以组为单位罚球比赛

(四) 教学比赛:

三对三篮球比赛

(五) 恢复身心整理阶段

1、音乐伴奏下放松

八、场地器材:

1、场地: 篮球场1片; 2、篮球41只, 球筐4只, 呼啦圈20只

九、预计教学效果:

运动密度约为38%, 预计心率:135

学生对篮球本身兴趣也比较大, 因此学生练习积极性. 参与程度高, 课堂气氛活跃, 能达到预计效果, 这样既达到发展学生身体素质, 又培养学生的集体意识。

## 原地单手肩上投篮教案教学反思篇五

有些人, 有些事像风一样, 经历过了, 掀起一些尘土, 等时间一过, 却又像是什么也没有发生过一样。而有一些事, 却久久地留在我们心中。

那时, 我正在。。。。。

——《往事》用的是议论式开头。

“已经是深秋季节，了无生气的枝头上零零落落挂着几片黄叶，被冷风抽打得悉悉索索地哽咽。苍白的残阳斜射在街头，没有一些暖意。忽然。。。。。”

——《忘不了街头那一幕》用的是描写式开头。

“朋友，你喜欢读书吗？书，拉近了时间的距离，缩短了地域的间隔；书，使你畅游千山万水，鸟瞰古今中外；书，伴你塔上理想的征途，人生从此充满阳光，充满希望。

——《人生的支点》用的是设疑法开头。

“我的语文老师姓高，30岁左右，长得小鼻子小眼睛小身材，可以说小巧玲珑，唯一称得上大的是她的嗓门。。。。。”

——《我的老师》用的是开门见山式开头。

“你以为我贫穷，卑微，不美，瘦小，我就没有灵魂，没有新了吗？你想错了。。。。。”

这是电影《简爱》里的一句台词，也是我个人的内心写照。。。。。

——《规矩》用的是引用式的开头。

“哎，快起床，都几点了？”

“把牛奶喝光！”

“把中午吃饭别挑食，保证营养。”

我的一天是这样开始的。。。。。

——《我的一天》，使用的是对话式描写的开头。

## 实践训练

### 评一评

《勇敢地跨出了那一步》的开头：

小河在树林中静静地流淌。它不比参天大树高大，它不比花朵艳丽，但它那清澈的河水不停地流着，发出潺潺的声音，使我为之沉醉，便时常来看它。

〈〈夏夜喜雨〉〉的开头：

你有过在农村的夏夜里观赏雷雨的经历吗？

我有过。那真是一种奇妙的感受。那天下午五六点钟。。。。。

〈〈秋日。读书。感悟〉〉的开头：

秋风瑟瑟，秋雨潇潇，落叶缤纷，这是我所喜爱的季节。

〈〈书房〉〉的开头：

作家余秋雨曾经说过：“书房，是精神的巢穴，生命的禅床。”曾经在电视里看到过不少文学家的书房，正对着小窗，小窗外面是一片绿色惬意的世界，偶尔也会冒出一点点红，一点点黄，颇有诗意的梦幻和深邃；四臂都是书架，使人一进入书房便油然感到浓郁的文化氛围，使人的身心得到一种前所未有的充实和宁静。

〈〈阅读父母〉〉的开头：

父母是孩子的第一个老师，他们的一言一行都深深地印在孩子脑中。待到孩子成年以后，在回想父母，便像品味香槟一样，回味无穷。

《人生考题》的开头：

在人生的旅途中，我们将面临着各种各样的考题。朋友，你害怕吗？你也许不会说：“不怕是假，人非神仙嘛！”

是的，人生面对的考题太多，它就想天空中的星星数不完；人生的考题太严，稍有不慎，就会出错。

## 原地单手肩上投篮教案教学反思篇六

学

目

标

- 1、通过本课学习激发学生对篮球的兴趣,培养学生的自主学习能力
- 2、学生学习运球急停跳起单手肩上投篮并使70%以上学生掌握该动作
- 3、培养学生在学习过程中团结协作,积极参与和遵守规则的诚信意识.

课序

教学内容

教师活动

学生活动

组织与要求



运动

负荷

课

堂

常

规

1上课整队

2师生问好

1接受报告, 指挥学生持好球

2向学生问好

3播放音乐相信自己, 提问探讨, 并导入本课

4宣布本课的内容和目标

1体育委员整队, 检查人数, 报告老师

2向老师问好

3积极参与老师的提问

4了解本课的内容和任务

组织四列横队

要求整队快, 注意力集中明确课的内容, 目标.

# 小 准 备 活 动

## 熟悉球性练习

1教师把学生分组,选定小组长,指定各小组练习场地

2教师示范介绍几种熟悉球性的练习方法

3指挥学生到各自场地练习

1学生按老师安排了解分组情况

2仔细观察教师示范

3小组长带领同学到指定场地进行练习

组织:学生分6—8组进行练习

要求:学生尽量运用各种熟悉球性练习,也可自创动作

中

## 自主投篮练习

1教师用哨音集合小组长,介绍自主投篮练习方法

2命令小组长归队指挥

3教师巡回指导

4提示注意安全

1听哨音后小组长集合,了解练习方式

2小组长归队,组织本组进行练习

3尝试各种不同的.投篮方式

组织:小组长组织学生进行练习

要求:学生运用

所掌握的各种投篮方法练习,注意安全

中

基本部分

## 原地单手肩上投篮教案教学反思篇七

活动目标:

- 1、学习两人夹球侧身走的动作要领,发展幼儿身体的协调性和灵活性。
- 2、能积极探索有效的合作运球的方法。(难点)
- 3、能遵守比赛规则,愿意挑战,体验同伴合作的快乐。

活动准备:

- 1、5号篮球若干;小螃蟹头饰每人一个,器械筐4个,矮跨栏4个。

2、欢快和舒缓的伴奏音乐。

活动过程：

1、播放音乐，带领幼儿进行热身活动，激发幼儿活动兴趣。

(1) 引导语：小螃蟹们来到沙滩上，跟妈妈活动一下吧。

带领幼儿做侧走伸展、体转、快速侧走下蹲、侧走跳跃等动作，锻炼幼儿身体各部位。

(2) 重点练习侧走动作，引导幼儿了解侧身走的方向方位，为侧身走做准备。

引导语：小螃蟹是怎样走路的，侧走要注意什么？（脚尖冲前，身体左右移动）

2、创设“小螃蟹运沙球”游戏情境，鼓励幼儿探索两人合作侧身夹球走的方法。

(2) 请幼儿互相讨论，鼓励探索尝试两人合作运球的各种方法。

要求：手不能碰球，要侧身夹球走。（如胸夹球、背夹球、头夹球、胳膊夹球等）

(3) 幼儿探索夹球侧身走的各种方法，教师巡回观察指导。

(4) 请个别幼儿示范自己探索出的夹球侧身走的方法。

胸夹球：引导幼儿注意要手不碰球，侧身走的动作要求。

背夹球：引导幼儿掌握球不容易掉的方法，如身体紧靠，胳膊挽着胳膊步伐一致，可以借助口令，协调步子向同一方向侧走。

其他夹球方式：鼓励幼儿尝试如头夹球，下巴夹球，胳膊夹球等有难度、挑战性的动作。

(5) 教师引导幼儿练习胸夹球、背夹球及其他运球方法。

教师表扬能力强的幼儿，关注能力较弱的幼儿并适当指导。

3、将全体幼儿分成两队，进行运球比赛，巩固侧身夹球走的动作要领，体验竞争合作的乐趣。

(1) 引导语：天快黑了，我们抓紧时间帮螃蟹奶奶运沙球吧，比比哪组运的快。

(2) 介绍游戏玩法及规则：幼儿两人一对，分两组站成两队，纵队站在起跑线后。游戏开始两队第一对幼儿面对面站立，夹球侧行按规定路线将球运到终点筐子里，迅速跑回拍下一对幼儿的肩膀再开始运球。哪组最先完成运球，哪组获胜。游戏过程中要侧身走，手不能扶球。如果球掉在地上，必须捡回球在球掉落的位置重新开始。

(3) 第一遍游戏（胸夹球侧行）：加强幼儿的规则意识。

小结：手不能碰球侧身走；要等上一对的小螃蟹回来，下一对的才可以出发。

第二遍游戏（拉手背夹球侧行）：重点提示巩固动作要求。

小结：两人要将球夹紧侧身走，步伐速度一致。

第三遍游戏（增加两个跨栏，其他有挑战性的运球方法）：提高游戏难度。

引导语：沙滩上多了两个小沙坡，这次还能顺利通过吗？请两人商量一个有挑战性的方法运球。

小结：通过小螃蟹们的团结协作，不怕困难顺利完成了挑战！

4、创设“分享西瓜”的情境，伴随音乐放松身体各部位。

引导语：螃蟹奶奶感谢我们小螃蟹的帮忙，送给我们一个大西瓜，我们一起切开品尝分享吧。

抱来西瓜（手抱圆左右摇摆），切西瓜（上下摆动手臂），吃西瓜（坐在地上摆动腿），吃饱了很开心（拍拍肚子，拍拍身体各部位）。

## 原地单手肩上投篮教案教学反思篇八

1集合队伍

2教师与学生一起总结自主投篮方法,导入主题

1学生听哨音集合

2积极参与讨论

3观察教师示

组织:学生在篮球场

中

基

本

部

分

2跨步急停跳投

3跳步急停跳投

4运球急停跳投

转身一原地单手肩上投篮

1两人一球,互投练习

2原地投篮

3转身投篮

4接球转身投篮

3教师讲解,示范四种可供选择的练习内容,引导学生模仿体会

4组织学生分散到各练习场地进行投篮练习

5指挥学生根据自己的实际情况选择投篮位置

6教师用挂图纠正动作

范,了解练习方法,简单模仿,熟知动作要领

4各小组长组织本组学生进行自主投篮练习

5学生按自己实际能力选择位置

6根据图示纠正错误

三分线外弧形集合听讲

要求:通过反复感悟动作技术并进行交流

中

三点运球急停跳投和转身投篮比赛

1召集小组长宣布比赛组织形式和规划

2提示注意安全

3适时巡回指导

1小组长组织本组比赛

2在比赛中相互交流并体会技术动作

3在比赛间隙徒手体验动作

组织:按序定点投篮,依次进行,自投自抢,比规定时间内投篮入网总数

要求:积极参与,遵守规则注意安全,数数大声

中大

结

束

部

分

集合放松

1吹哨集合



2教师引导学生放松

1学生集合

2积极进行放松

组织:音乐伴奏

队形散点

要求集合迅速,认真参与自然放松

小

结束常规

1教师采用鼓励性语言激发学生自我评价,并主动示范

2布置课后练习

3安排人员回收器材

4师生道别

1积极参与自评

2敢于展示自我

3认真听讲

4积极回收器材

5师生道别

组织:师生互动,相互配合队形散点

要求:积极参与

小

场

地

器

材

篮球场4片, 篮球40只, 录音机一台, 图解

课

后

小

结