



揭阳职业技术学院

# 艺术与体育系 教案

(2025-2026 学年第二学期)

专业 \_\_\_\_\_

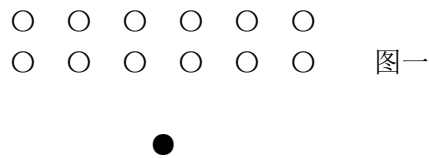
班级 \_\_\_\_\_ 2025 级 \_\_\_\_\_

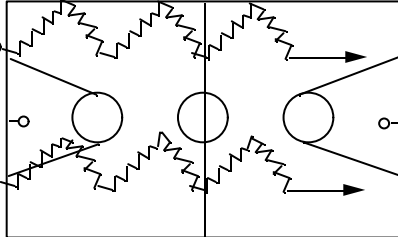
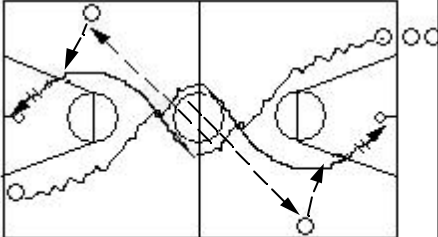
课程 \_\_\_\_\_ 体育二（篮球） \_\_\_\_\_

学时 \_\_\_\_\_ 36 \_\_\_\_\_

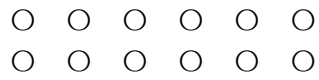

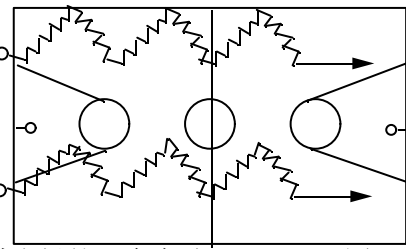
任课教师 \_\_\_\_\_ 张乐为、邓耀明、林秋生 \_\_\_\_\_

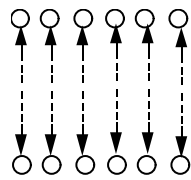
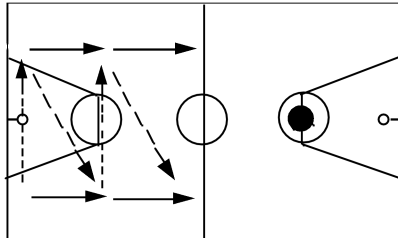
## 揭阳职业技术学院篮球课教案 1

教材内容	1、复习步法，运球 2、全场运、传、投综合技术 3、投篮练习 4、素质练习			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、熟悉球性 2、巩固和提高学生移动中技术的运用 3、提高学生身体素质				
教学重点	全场运、传、投综合技术练习				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。  5、游戏（贴膏药）  6、步法练习（变向跑、滑步、转身）	2' 2' 3' 5'  5'  13'		 <p style="text-align: right;">图一</p> <p>方法：学生围成一个圆圈，两人一组前后站立，先有一个学生跑，跑的学生可以在任意一组人前面停，则这一组最后一人马上跑，刚才捉的学生则捉刚跑出来的人，捉到互换。</p> <p style="text-align: right;">图二</p> <p>方法：如图二，学生分成两列纵队立于端线外，曲线前进，做步法练习。每种步法练习几次后练习另一种步法。</p> <p>要求：1、重心要低。 2、第一个过半场第二个启动。 3、全部做过去再做回来。</p>

结构	时间	课的内容	时间	次数	组织与教法
二 基 本 部 分		1、运球练习（变向跑、滑步、转身）	15'		<p>方法：如图三，学生分成两列纵队站于端线外，曲线前进，做运球练习。每种运球练习几次后练习另一种运球。</p> <p>要求：1、第一个学生过半场第二个学生启动。 2、全部学生做过去再做回来</p>  <p style="text-align: right;">图三</p>
		2、全场运、传、投综合练习	15'		<p>方法：如图四，学生分两队站于两边底线，学生运球到中圈附近，传球给站于罚球线</p>  <p style="text-align: right;">图四</p> <p>沿长线的同学，沿弧线切入，接他的回传球上篮，上完篮后自己抢篮板站于队尾。</p> <p>要求：1、过半场前要把球传出去。 2、全部传球要用双手胸前传球。 3、第一个过半场第二个启动。 4、两边同时启动。</p>
		3、二人一组自投自抢	15'		<p>方法：两人一组站在限制区外，一个学生先投篮，马上进去抢篮板，再传到外面的同伴，传完到外面等球。同伴接球后投篮，跑进去抢篮板，再传出去，每人投 10 个球后换另一组。</p> <p>要求：1、学生投完篮马上冲抢篮板，第一时间传给同伴。 2、要用双手胸前传球。</p>
三 结 束 部 分		1、素质练习 俯卧撑 10 个*4 组 仰卧起坐 25 个*4 组	10'		
		2、小结	3'		
		3、归还器材	2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 2

教材内容	1、复习步法，运球，传球 2、快攻二打一 3、投篮练习 4、半场三打三			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、巩固和提高学生基本技术 2、巩固和提高学生快攻技术 3、巩固和提高学生对抗中技、战术的应用				
教学重点	快攻二打一				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。  5、步法练习（变向跑、滑步、转身）  6、运球练习（变向、滑步、转身）	2' 2' 3' 5'  9'  9'	1       1	<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div> <p>方法：如图二，学生分成两列纵队站于端线外，曲线前进，做步法练习。每种步法练习几次后练习另一种步法。</p> <p>要求：1、重心要低。 2、第一个过半场第二个启动。 3、全部做过去再做回来。</p> <p>方法：如图三，学生分成两队站于端线外运球前进。</p> <div style="text-align: center;">  <p>图三</p> </div> <p>要求：1、第一个过半场第二个启动。 2、全部做过去再做回来。</p>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、传球练习	10'		<p style="text-align: right;">图四</p> <p>方法：如图四，学生分两队，相隔6米，两人一组互传。</p> 
		A、双手胸前传球			
		B、单手胸前传球			
		C、反弹传球			
		2、快攻二打一	15'	<p>方法：如图五，学生分4队站于两边底线，左边底线两队队员行进间传球</p>  <p style="text-align: right;">图五</p> <p>上篮，右边站在罚球线附近防守学生尽量防守，阻止进攻。进攻后防守队员与在一边接应的队员传接球快攻上篮。快攻结束后站于队尾。</p> <p>要求：1、传球要用双手胸前传球，带提前量。 2、传球后加速跑，接球后马上传出。 3、保持两人6米间的距离。 4、上篮果断，防守人过来在传给同伴，结合假动作。</p>	
		3、投篮练习（罚球）	5'		
		4、半场三打三	25'		
三 结 束 部 分		1、小结	3'		
		2、归还器材	2'		

### 揭阳职业技术学院篮球课教案 3

教材内容	教学比赛				场地器材	篮球场一块 篮球 20 个
教学任务	1、提高学生比赛能力 2、提高学生临场裁判的水平 3、培养学生团结，拼搏的精神					
教学重点						
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分						

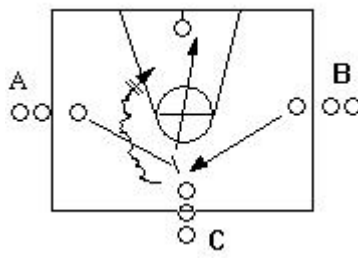
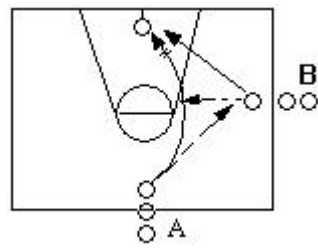
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分					
三 结 束 部 分					

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 4

教材内容	理论课：常见运动损伤的预防急救				场地器材	
教学任务	1、让学生了解常见的几种运动损伤 2、让学生掌握常见的几种运动损伤的预防与急救					
教学重点	让学生掌握常见的几种运动损伤的预防与急救					
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法	
		一、运动损伤防治概述 1、概述 2、运动损伤的分类 3、运动损伤的原因 4、运动损伤的预防原则 二、运动损伤的急救 1、休克和休克的现场急救 2、出血和止血 3、绷带包扎法 4、关节脱位的临时急救 5、骨折及骨折临时固定 6、人工呼吸和胸外心脏按压 7、溺水				

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法



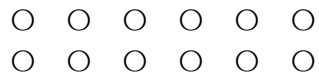
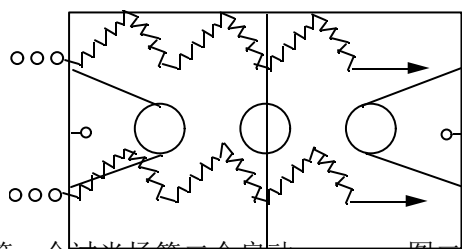
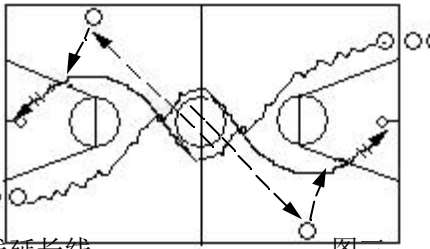
结构	时间	课的内容	时间	次数	组织与教法
二 基 本 部 分		1、掩护练习	10'		<p>方法：如图三，学生分三队，C队拿球，B队队员上来防守，A队队员上前掩护，C队队员运球到45°左右跳投，A队队员掩护后转身到篮下抢篮板，顺时针落位。</p>  <p>图三</p> <p>要求：1、掩护时要静立不动。 2、队员要看准时机，掩护合功后再突破。 3、掩护队员掩护成功后要转身到篮下。</p>
		2、传切配合	10'		<p>方法：如图四，学生分A、B两队，A队拿球，A队学生传球给B，然后沿弧线切入，接B的回传球上篮，B跟进抢篮板，两人换位。</p>  <p>图四</p> <p>要求：1、A传球后的突破要迅速，果断。 2、B的传球要带点提前量。</p>
		3、半场三打三	35'		
三 结 束 部 分		1、小结	3'		
		2、归还器材	2'		

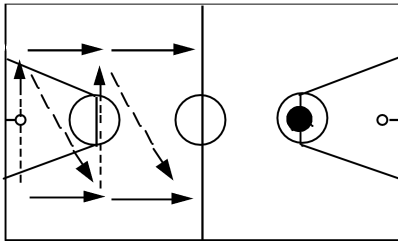
## 揭阳职业技术学院篮球课教案 6

教材内容	1、教学比赛 2、组织临场裁判				场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、提高学生比赛经验以及各种技术的应用。 2、提高学生临场执法的水平。 3、培养学生团结拼搏的精神。					
教学重点						
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分						

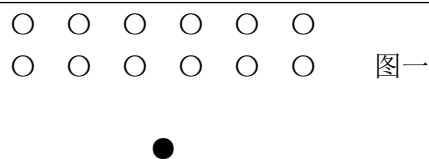
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分					
三 结 束 部 分					

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 7

教材内容	1、全场运、传、投综合练习 2、复习人盯人防守 3、快攻二打一 4、素质练习			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、巩固和提高学生全场运、传、投综合技术 2、巩固和提高学生防守能力 3、巩固和提高快攻技术 4、提高学生身体素质				
教学重点	快攻二打一				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。 5、游戏（贴膏药）	2' 2' 3' 5' 5'		 <p style="text-align: right;">图一</p> <p>方法：学生围成一个圆圈，两人一组前后站立，先有一个学生跑，跑的学生可以在任意一组人前面停，则这一组最后一人马上跑，刚才捉的学生则捉刚跑出来的人，捉到互换。</p>
		6、运球练习（左、右手变向运球，转身运球，背后运球）	13'		<p>方法：如图二，学生分成两队站于端线外运球前进。</p>  <p style="text-align: right;">图二</p> <p>要求：1、第一个过半场第二个启动。 2、全部做过去再做回来。</p>
二 基 本 部 分		1、全场运，传，投综合练习	10'		<p>方法：如图三，学生分成两队站于两边底线，学生运球到中圈附近，传球给站于罚球线延长线的同学，沿弧线切入，接他的回传球上篮，上完篮后自己抢篮板站于队尾。</p>  <p style="text-align: right;">图三</p>

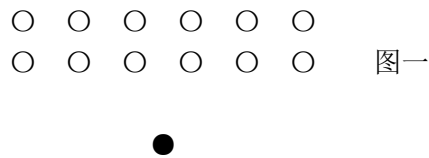
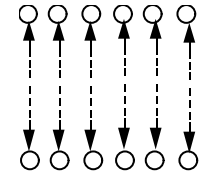
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		2、人盯人防守	15'		要求：1、过半场前要把球传出去。 2、全部传球要用双手胸前传球。 3、第一个过半场第二个启动。 4、两边同时启动。 方法：老师介绍人盯人防守的特点，技术要领，然后利用半场三打三，让学生练习防守，老师在比赛中纠正错误。
		3、快攻二打一	15'		方法：如图四，学生分4队站于两边底线，左边底线两  队队员行进间传接球 <span style="float: right;">图四</span> 上篮，右边站在罚球线附近防守学生尽量防守，阻止进攻。进攻后防守队员与在一边接应的队员传接球快攻上篮。快攻结束后站于队尾。 要求：1、传球要用双手胸前传球，带提前量。 2、传球后加速跑，接球后马上传出。 3、保持两人6米间的距离。 4、上篮果断，防守人过来在传给同伴，结合假动作。
三 结 束 部 分		1、素质练习 俯卧撑 15次*4组 蛙跳 28M*4组	15'		
		2、小结	3'		
		3、归还器材	2'		

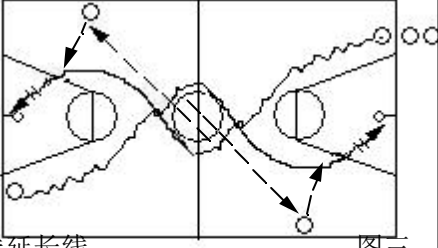
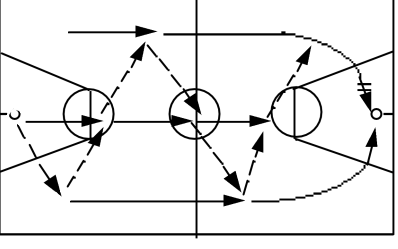
## 揭阳职业技术学院篮球课教案 8

教材内容	1、投篮练习 2、教学比赛			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、提高学生投篮技术及命中率 2、提高学生比赛能力与临场裁判水平				
教学重点	教学比赛				
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课的内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。  5、二人一组自投自抢投篮练习	2' 2' 3' 5'  18'		 <p style="text-align: right;">图一</p> <p>方法：两人一组站在限制区外，一个学生先投篮，马上进去抢篮板，再传到外面的同伴，传完到外面等球。同伴接球后投篮，跑进去抢篮板，再传出去，每人投 10 个球后换另一组。</p> <p>要求：1、学生投完篮马上冲抢篮板，第一时间传给同伴。 2、要用双手胸前传球。</p>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		教学比赛	55'		
三 结 束 部 分		1、 小结	3'		
		2、 归还器材	2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 9

教材内容	1、全场运、传、投综合练习 2、学习全场三人直线推进快攻 3、投篮练习 4、素质练习			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、提高学生移动中的技术应用 2、提高学生快攻技术 3、提高学生身体素质				
教学重点	全场三人直线推进快攻				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一准备部分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。  5、游戏（贴膏药）  6、传球练习 D、双手胸前传球  E、单手胸前传球  F、反弹传球	2' 2' 3' 5'  5'  13'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div> <p>方法：学生围成一个圆圈，两人一组前后站立，先有一个学生跑，跑的学生可以在任意一组人前面停，则这一组最后一人马上跑，刚才捉的学生则捉刚跑出来的人，捉到互换。</p> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div> <p>方法：如图二，学生分两队，相隔 6 米，两人一组互传。</p>

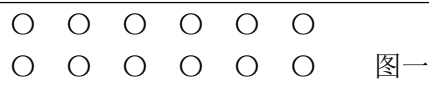
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、全场运、传、投综合练习	15'		<p>方法：如图三，学生分两队站于两边底线，学生运球到中圈附近，传球给站于罚球线延长线的同学，沿弧线切入，接他的回传球上篮，上完篮后自己抢篮板站于队尾。</p> <p>要求：1、过半场前要把球传出去。 2、全部传球要用双手胸前传球。 3、第一个过半场第二个启动 4、两边同时启动。</p>  <p style="text-align: right;">图三</p>
		2、投篮练习（二人一组自投自抢）	15'		<p>方法：两人一组站在限制区外，一个学生先投篮，马上进去抢篮板，再传到外面的同伴，传完到外面等球。同伴接球后投篮，跑进去抢篮板，再传出去，每人投 10 个球后换另一组。</p> <p>要求：1、学生投完篮马上冲抢篮板，第一时间传给同伴。 2、要用双手胸前传球。</p> <p style="text-align: right;">图四</p>
		3、全场三人直线推进快攻	20'		<p>方法：如图四，学生分三队站在底线，中间持球的学生先传给右边的学生，传后加速跑，接右边学生的回传球后再传给左边的学生，再接他的回传球，传给右边的学生，左或右边的学生上篮后交叉换位，中间的学生抢篮板后继续做回来，上篮后抢篮板站于各队队尾，第二组启动。</p> <p>要求：1、用双手胸前传球，带提前量。 2、传球后加速跑。 3、左右两边学生位置略靠前，形成三角形。 4、交叉换位要迅速。</p> 
三 结 束 部 分		1、素质练习 2、小结 3、归还器材	5' 3' 2'		

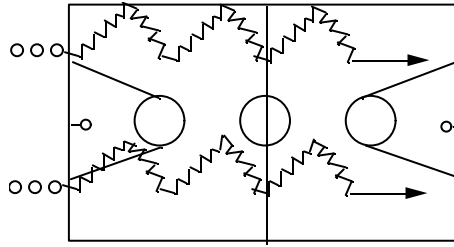
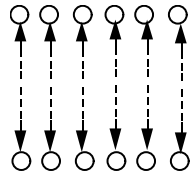
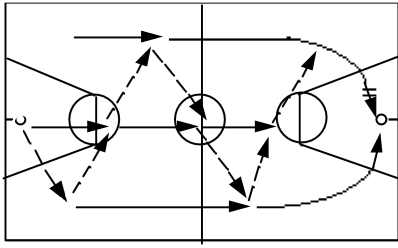
## 揭阳职业技术学院篮球课教案 10

教材内容	1、教学比赛 2、组织临场裁判				场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、提高学生比赛经验以及各种技术的应用。 2、提高学生临场执法的水平。 3、培养学生团结拼搏的精神。					
教学重点						
结构	时间	课 的 内 容	时间	次 数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分						

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分					
三 结 束 部 分					

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 11

教材内容	1、复习步法，运球，传球 2、复习全场三人直线推进快攻 3、投篮练习 4、素质练习				场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、巩固和提高学生基本技术 2、巩固和提高学生快攻技术 3、提高学生身体素质					
教学重点	全场三人直线推进快攻					
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课的内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。  5、游戏（结网捕鱼）  6、步法练习（变向跑，滑步，转身）	2' 2' 3' 5'  5'  13'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div> <p style="text-align: center;">●</p> <p>方法：在篮球场内，全部学生散开，再有一个学生追其他人，追到后两人手牵手追其他人，追到就三个人手牵手，到全部人都抓到结束。</p> <p>方法：如图二，学生分两队站于端线，向前做步法练习。每个步法练习几次后换另一种步法。</p> <p style="text-align: right;">图二</p> <p>要求：1、重心要低 2、第一个过半场第二个启动 3、全部做过去再做回来</p>	

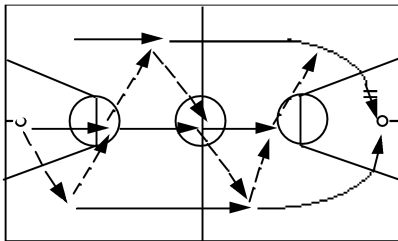
结构	时间	课的内容	时间	次数	组织与教法
二 基 本 部 分		1、运球练习（变向，转身，背后）	10'		<p>方法：如图三，学生分两队站于端线外，曲线前进，依次做各种运球练习。</p>  <p>图三</p> <p>要求：1、重心要低 2、第一个过半场第二个启动 3、全部做过去再做回来</p>
		2、传球练习 G、双手胸前传球 H、单手胸前传球 I、反弹传球	10'		<p>方法：如图四，学生分两队，相隔6米，两人一组互传。</p>  <p>图四</p>
		3、投篮练习（二人一组自投自抢）	15'		<p>方法：两人一组站在限制区外，一个学生先投篮，马上进去抢篮板，再传到外面的同伴，传完到外面等球。同伴接球后投篮，跑进去抢篮板，再传出去，每人投10个球后换另一组。</p> <p>要求：1、学生投完篮马上冲抢篮板，第一时间传给同伴。 2、要用双手胸前传球。</p> <p>图五</p>
		4、全场三人直线推进快攻	15'		<p>方法：如图五，学生分三队站在底线，中间持球的学生先传给右边的学生，传后加速跑，接右边学生的回传球后再传给左边的学生，再接他的回传球，传给右边的学生，左或右边的学生上篮后交叉换位，中间的学生抢篮板后继续做回来，上篮后抢篮板站于各队队尾，第二组启动。</p>  <p>图五</p> <p>要求：1、用双手胸前传球，带提前量。 2、传球后加速跑。 3、左右两边学生位置略靠前，形成三角形。 4、交叉换位要迅速。</p>
三 结 束 部 分		1、素质练习（男1000M，女800M） 2、小结 3、归还器材	5' 3' 2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 12

教材内容	1、教学比赛 2、组织临场裁判				场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、提高学生比赛经验以及各种技术的应用。 2、提高学生临场执法的水平。 3、培养学生团结拼搏的精神。					
教学重点						
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分						

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分					
三 结 束 部 分					



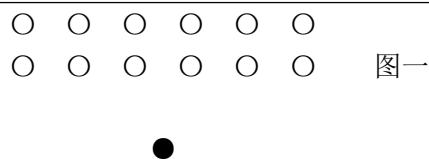
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、投篮练习（二人一组自投自抢）	15'		<p>方法：两人一组站在限制区外，一个学生先投篮，马上进去抢篮板，再传到外面的同伴，传完到外面等球。同伴接球后投篮，跑进去抢篮板，再传出去，每人投 10 个球后换另一组。</p> <p>要求：1、学生投完篮马上冲抢篮板，第一时间传给同伴。</p> <p>2、要用双手胸前传球。 图三</p>
		2、全场三人直线推进快攻	15'		<p>方法：如图三，学生分三队站在底线，中间持球的学生先传给右边的学生，传后加速跑，接右边学生的回传球后再传给左边的学生，再接他的回传球，传给右边的学生，左或右边的学生上篮后交叉换位，中间的学生抢篮板后继续做回来，上篮后抢篮板站于各队队尾，第二组启动。</p>  <p>图三</p>
		3、半场三打三	25'		<p>要求：1、用双手胸前传球，带提前量。</p> <p>2、传球后加速跑。</p> <p>3、左右两边学生位置略靠前，形成三角形。</p> <p>4、交叉换位要迅速。</p>
三 结 束 部 分		1、 小结	3'		
		2、归还器材	2'		

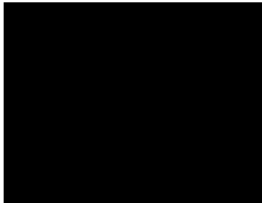
## 揭阳职业技术学院篮球课教案 14

教材内容	1、教学比赛 2、组织临场裁判				场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、提高学生比赛经验以及各种技术的应用。 2、提高学生临场执法的水平。 3、培养学生团结拼搏的精神。					
教学重点						
结构	时间	课 的 内 容	时间	次 数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分						

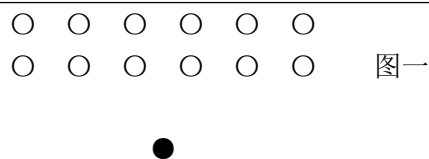
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分					
三 结 束 部 分					

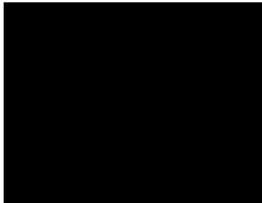
## 揭阳职业技术学院篮球课教案 15

教材内容	1、练习考试内容（二人一组自投自抢，半场二人传切上篮） 2、教学比赛			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、让学生熟悉考试内容，评分标准 2、提高学生比赛能力				
教学重点	1、二人一组自投自抢 2、半场二人传切上篮				
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课的内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。  5、二人一组自投自抢	2' 2' 3' 5'  18'		 <p style="text-align: right;">图一</p> <p>方法：两人一组站在限制区外，一个学生先投篮，马上进去抢篮板，再传到外面的同伴，传完到外面等球。同伴接球后投篮，跑进去抢篮板，再传出去，每组投一分三十秒后换另一组。</p> <p>要求：1、学生投完篮马上冲抢篮板，第一时间传给同伴。 2、要用双手胸前传球</p>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、半场二人传切上篮	20'		<p>方法：如图二，学生分两队站于底线，⑤运球到中线，④跑到中线再跑向三分线弧顶附近，⑤传球给④，图二沿弧线切入接④的回传球上篮，④跟进抢篮板，两人换位。每人传二次球上二次篮，不中补中再走。</p> <p>要求：1、两人都要踩到中线才能往回跑。 2、要用双手胸前传球。 3、不能走步。</p>
		2、教学比赛	35'		
三 结 束 部 分		1、小结	3'		
		2、归还器材	2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 16

教材内容	1、练习考试内容（二人一组自投自抢，半场二人传切上篮） 2、教学比赛			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、让学生熟悉考试内容，评分标准 2、提高学生比赛能力				
教学重点	1、二人一组自投自抢 2、半场二人传切上篮				
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课的内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。  5、二人一组自投自抢	2' 2' 3' 5'  18'		 <p style="text-align: right;">图一</p> <p>方法：两人一组站在限制区外，一个学生先投篮，马上进去抢篮板，再传到外面的同伴，传完到外面等球。同伴接球后投篮，跑进去抢篮板，再传出去，每组投一分三十秒后换另一组。</p> <p>要求：1、学生投完篮马上冲抢篮板，第一时间传给同伴。 2、要用双手胸前传球</p>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、半场二人传切上篮	20'		<p>方法：如图二，学生分两队站于底线，⑤运球到中线，④跑到中线再跑向三分线弧顶附近，⑤传球给④，图二沿弧线切入接④的回传球上篮，④跟进抢篮板，两人换位。每人传二次球上二次篮，不中补中再走。</p> <p>要求：1、两人都要踩到中线才能往回跑。 2、要用双手胸前传球。 3、不能走步。</p>
		2、教学比赛	35'		
三 结 束 部 分		1、小结	3'		
		2、归还器材	2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 17

教材内容	篮球考试				场地器材	篮球场一块 篮球 20 个
教学任务						
教学重点						
结构	时间	课 的 内 容	时间	次 数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分						

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分					
三 结 束 部 分					

## 揭阳职业技术学院篮球课教案 18

教材内容	篮球考试			场地器材	篮球场一块 篮球 20 个
教学任务					
教学重点					
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分					

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分					
三 结 束 部 分					