



揭阳职业技术学院

# 艺术与体育系 教案

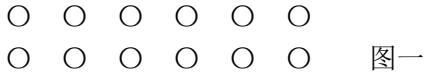

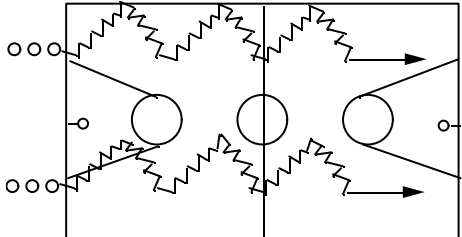
(2024-2025 学年第二学期)

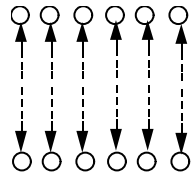
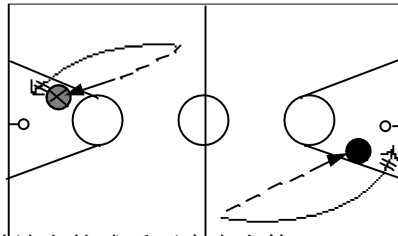
专业 \_\_\_\_\_  
班级 体育教育 231、232、233  
课程 专选四 (篮球)  
学时 72  
任课教师 张乐为

揭阳职业技术学院体育教育教研室

## 揭阳职业技术学院篮球课教案

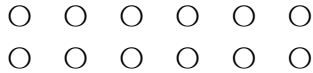

课次   1   项目   篮球  

教材内容	1、行进间投篮 2、复习各种运球、传球 3、教学比赛、裁判实习	场 地 器 材	篮球场一块  篮球 20 个		
教学任务	1、提高学生运、传球能力。 2、提高学生行进间低手上篮技术 3、提高学生比赛能力和裁判水平				
教学重点	教学比赛与裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
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′		 图一
		2、宣布本次课的内容。	2′		
		3、绕球场慢跑。	3′		 图二
		4、一般柔韧性练习。	5′		
		5、步法练习	8′		<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、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>方法：如图三</p>  图三
		6、运球练习（左、右手运球，高、低运球）	10′		
					<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步法。</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>

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（双手胸前传球、单手胸前传球、反弹传球）	8′		方法：如图四，学生分成两队，相隔6米站好，老师先让1个学生跟自己搭档做示范，然后讲解技术要点，再让学生两人一组互传。 <div style="text-align: center;">  <p>图四</p> </div>
		2、行进间低手上篮	10′		方法：如图七，学生分成两队站于中线附近，第一个学生传球给站于限制区附近的老师，然后从 <div style="text-align: center;">  <p>图七</p> </div>
		3、教学比赛	37′		老师手里接球跨过地上的球后两步半上篮。 要求：1、接球同时跨右脚从地上的球上跳过。 2、第一步要大，第二步小，跳起高度要高。 3、第一个学生上完篮站于队尾，第二个启动。
三 结 束 部 分		1、小结。 2、归还器材。	3′ 2′		

# 揭阳职业技术学院篮球课教案

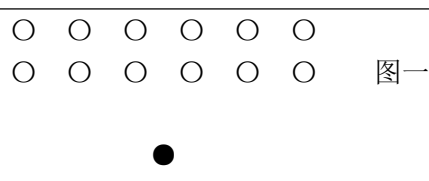
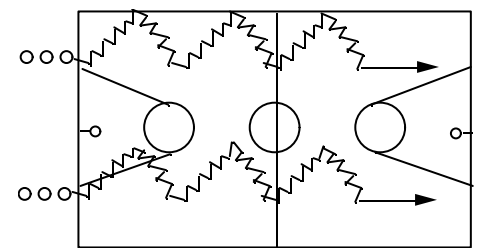
课次   2   项目   篮球

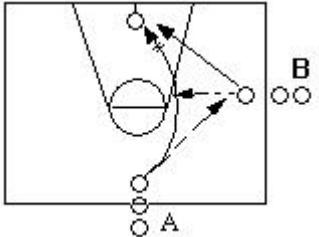
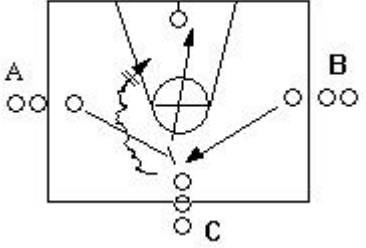
教材内容	1、复习各中防守滑步、撤步、攻击步技术 2、综合技术练习 3、教学比赛、裁判实习 4、素质练习		场地器材	篮球场一块  篮球 20 个	
教学任务	1、提高学生防守滑步、撤步、攻击步技术 2、提高学生综合技术 3、提高学生比赛能力和裁判水平				
教学重点	教学比赛与裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
一准备部分		1、整队，清点人数。 2、宣布本次课的内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。 5、步法练习  6、全场行进间运、传、投综合练习	2' 2' 3' 5' 8'  10'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p>  <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、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>方法：如图五，学生分图三两队站于两边底线，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>

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	50'		
三 结 束 部 分		1、素质练习（推小车） 2、小结。 3、归还器材。	5' 3' 2'		

# 揭阳职业技术学院篮球课教案

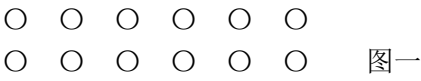
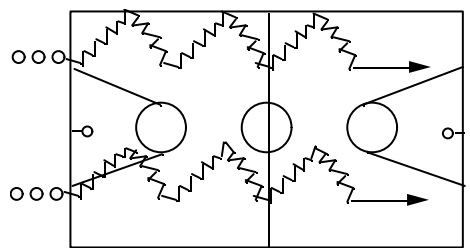
课次   3   项目   篮球  

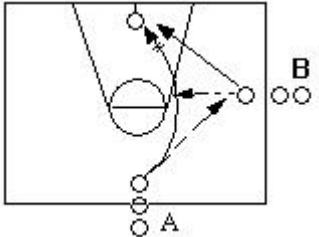
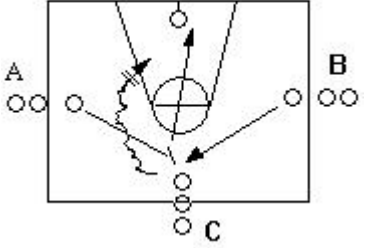
教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、战术基础配合 3、教学比赛、裁判实习 4、素质练习			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	1、熟悉球性 2、提高学生战术素养 3、提高学生比赛能力和裁判水平				
教学重点	战术基础配合				
课程思政元素	1、通过传球配合，培养学生的团队精神和集体主义精神。 2、通过身体素质练习培养学生吃苦耐劳的精神。				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一准备部分		1、整队，清点人数。	2'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div>

结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、传切配合	6'		<p>方法：如图三，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 style="text-align: right;">图三</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>
		2、掩护配合	6'		<p>方法：如图四，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 style="text-align: right;">图四</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>
		3、教学比赛	43'		
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

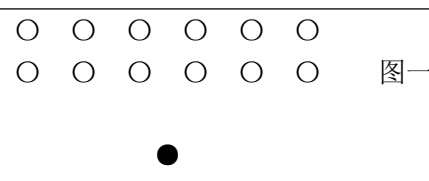
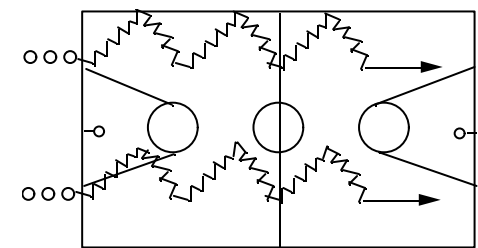
课次 4 项目 篮球

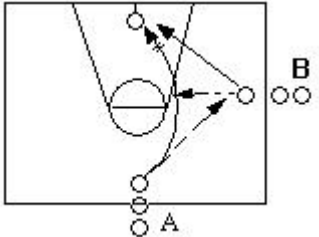
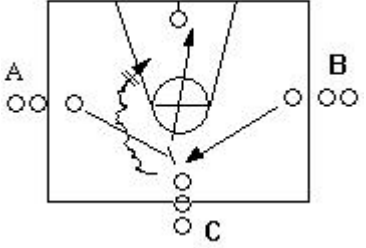
教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、战术基础配合 3、教学比赛、裁判实习 4、素质练习	场地 器材	篮球场一块  篮球 20 个		
教学任务	1、熟悉球性 2、提高学生战术素养 3、提高学生比赛能力和裁判水平				
教学重点	临场裁判				
课程思政元素	1、通过传球配合，培养学生的团队精神和集体主义精神。 2、通过身体素质练习培养学生吃苦耐劳的精神。				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一准备部分		1、整队，清点人数。	2'		 <p style="text-align: right;">图一</p>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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 style="text-align: right;">图二</p>  <p>方法：如图二,学生分成两队站于端线外运球前进。</p>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、传切配合	6'		<p>方法：如图三，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 style="text-align: right;">图三</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>
		2、掩护配合	6'		<p>方法：如图四，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 style="text-align: right;">图四</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>
		3、教学比赛	43'		
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

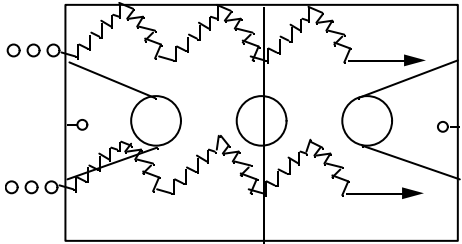
课次   5   项目   篮球  

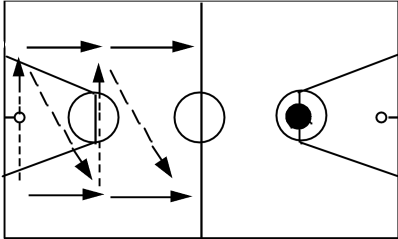
教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、战术基础配合 3、教学比赛、裁判实习 4、素质练习	场地 器材	篮球场一块  篮球 20 个		
教学任务	1、熟悉球性 2、提高学生战术素养 3、提高学生比赛能力和裁判水平				
教学重点	临场裁判				
课程思政元素	1、通过传球配合，培养学生的团队精神和集体主义精神。 2、通过身体素质练习培养学生吃苦耐劳的精神。				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一准备部分		1、整队，清点人数。	2'		 <p style="text-align: right;">图一</p>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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>

结构	时间	课的内容	时间	次数	组织与教法
二 基 本 部 分		1、传切配合	6'		<p>方法：如图三，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 style="text-align: right;">图三</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>
		2、掩护配合	6'		<p>方法：如图四，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 style="text-align: right;">图四</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>
		3、教学比赛	43'		
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

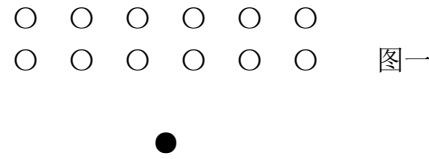
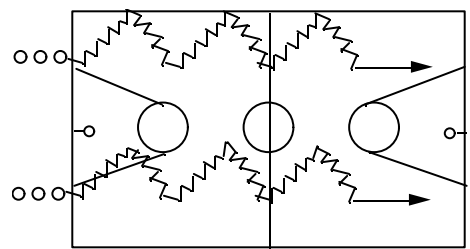
课次 6 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、快攻与防守快攻 3、教学比赛、裁判实习 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、提高学生快攻与防守快攻技术 3、提高学生比赛能力和裁判水平		
教学重点	快攻与防守快攻		
课程思政元素	1、通过传球配合，培养学生的团队精神和集体主义精神。 2、通过身体素质练习培养学生吃苦耐劳的精神。		
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。	2' 2' 3' 5'
		5、游戏（贴膏药）  6、运球练习（左、右手变向运球，转身运球，背后运球）	5'  13'
		<p style="text-align: center;">○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ 图一</p> <p style="text-align: center;">●</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,学生分成两队站于端线外运球前进。</p>	

结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、快攻二打一	15'		<p>方法：如图三，学生分 4 队站于两边底线，左边底线两队队员行进间传球上篮，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 style="text-align: right;">图三</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>
三 结 束 部 分		2、教学比赛	40'		
		1、小结	3'		
		2、归还器材	2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案

课次 7 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、人盯人防守与进攻人盯人防守 3、教学比赛、裁判实习 4、素质练习	场地	篮球场一块		
		器材	篮球 20 个		
教学任务	1、熟悉球性 2、提高学生人盯人防守与进攻人盯人防守技术 3、提高学生比赛能力和裁判水平				
教学重点	人盯人防守与进攻人盯人防守				
课程思政元素	通过防守，培养学生养成永不放弃的精神				
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'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、人盯人防守与进攻人盯人防守	20'		老师讲解人盯人防守与进攻人盯人防守的要点，然后进行半场 5 打 5，老师在旁边及时纠正错误。
		2、教学比赛	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

课次   8   项目   篮球  

教材内容	1、篮球课堂常规 2、篮球场地与器材	场 地 器 材	教室		
教学任务	1、 让学生了解篮球课堂常规 2、 让学生掌握篮球场地与器材内容				
教学重点	篮球课堂常规				
课程思政元素	通过分析篮球技术动作，让学生明白做任何事都要循序渐进。				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
		1、 篮球课堂常规 2、 篮球场地与器材			

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法

## 揭阳职业技术学院篮球课教案

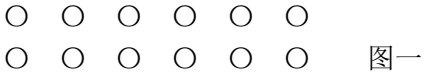
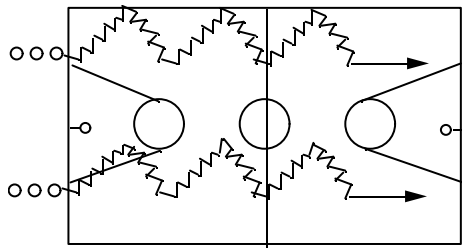
课次   9   项目   篮球  

教材内容	裁判员、记录台人员和技术代表以及他们的职责			场 地 器 材	教室
教学任务	让学生掌握裁判员、记录台人员和技术代表以及他们的职责				
教学重点	裁判员、记录台人员和技术代表以及他们的职责				
课程思政元素	通过学习规则，让学生明白公平公正的道理。				
结构	时 间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
		裁判员、记录台人员和技术代表以及他们的职责			

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法

# 揭阳职业技术学院篮球课教案

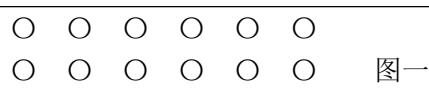
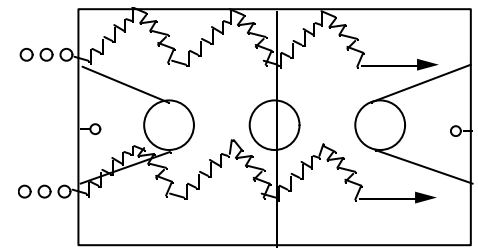
课次 10 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防 3、教学比赛、裁判实习 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、让学生初步掌握 1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防 3、提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防				
课程思政元素	1、通过传球配合，培养学生的团队精神和集体主义精神。 2、通过身体素质练习培养学生吃苦耐劳的精神。				
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'		 图一
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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>  图二

结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、1—3—1 落位进攻 2— 1—2 区域联防	20'		老师讲解区域联防的要点，然后进行半场 5 打 5， 老师在旁边及时纠正错误。
		2、教学比赛	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

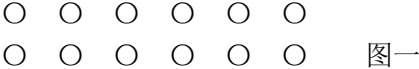
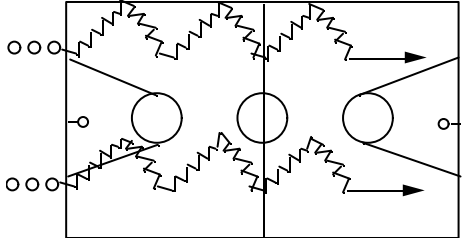
课次 11 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防 3、教学比赛、裁判实习 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、让学生巩固提高 1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防 3、提高学生实战能力和裁判水平			
教学重点	1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防			
课程思政元素	1、通过传球配合，培养学生的团队精神和集体主义精神。 2、通过身体素质练习培养学生吃苦耐劳的精神。			
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'	<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'	
		5、游戏（贴膏药）	5'	<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> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div>

结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防	20'		老师讲解区域联防的要点，然后进行半场 5 打 5，老师在旁边及时纠正错误。
		2、教学比赛	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

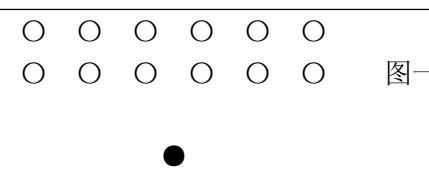
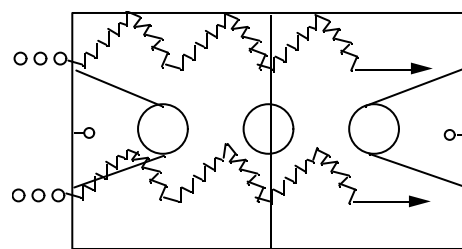
课次 12 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、教学比赛、裁判实习 3、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、提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	教学比赛和裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
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'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div>

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

## 揭阳职业技术学院篮球课教案

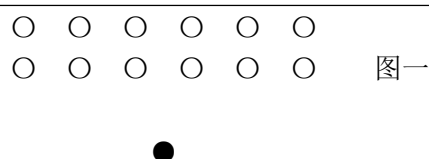
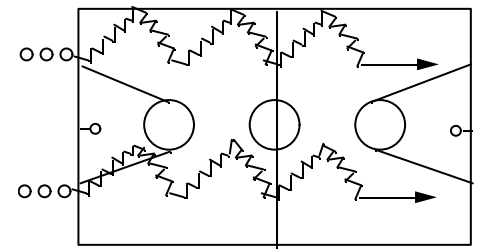
课次 13 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、教学比赛、裁判实习 3、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、提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	教学比赛和裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
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'		 <p style="text-align: right;">图一</p>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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 style="text-align: right;">图二</p>  <p>方法：如图二,学生分成两队站于端线外运球前进。</p>

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

# 揭阳职业技术学院篮球课教案

课次 14 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、教学比赛、裁判实习 3、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、提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	教学比赛和裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
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。	2' 2' 3' 5'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div>
		5、游戏（贴膏药）  6、运球练习（左、右手变向运球，转身运球，背后运球）	5'  13'		<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,学生分成两队站于端线外运球前进。</p>

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

## 揭阳职业技术学院篮球课教案

课次 15 项目 篮球

教材内容	篮球教学方法探讨				场地器材	教室
教学任务	让学生初步掌握篮球常见的教学方法					
教学重点	篮球教学方法					
课程思政元素	通过篮球教学方法的探讨，让学生明白循序渐进、因材施教的道理					
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分		篮球教学方法探讨				

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

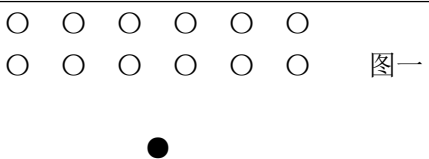
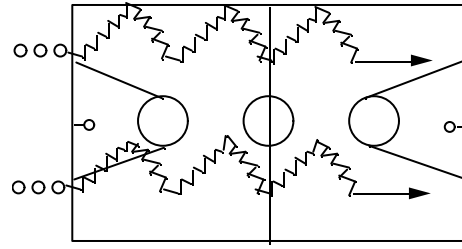
课次 16 项目 篮球

教材内容	三人制裁判方法与技巧			场 地 器 材	教室
教学任务	让学生提高三人制的裁判方法与技巧				
教学重点	三人制裁判方法与技巧				
课程思政元素	通过学习三人制裁判的配合，培养学生的团队精神。				
结构	时 间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分		三人制裁判方法与技巧			

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

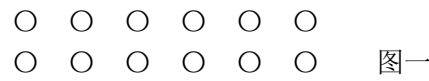
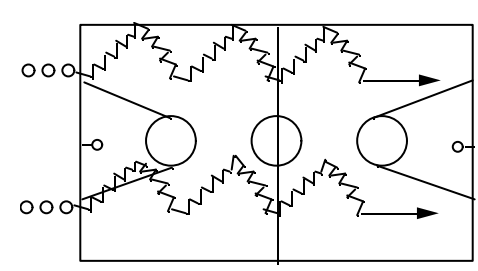
课次 17 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、教学比赛、裁判实习 3、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、提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	教学比赛和裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
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'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div>

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

# 揭阳职业技术学院篮球课教案

课次 18 项目 篮球

教材内容	1、篮球游戏及熟悉球性的练习 2、1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防 3、教学比赛、裁判实习 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、提高学生 1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防 2、提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	1—3—1 落位进攻 2—1—2 区域联防				
课程思政元素	1、通过传球配合，培养学生的团队精神和集体主义精神。 2、通过身体素质练习培养学生吃苦耐劳的精神。				
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'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div>
		2、宣布本次课内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（贴膏药）	5'		<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> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、1—3—1 落位进攻 2— 1—2 区域联防	20'		
		2、教学比赛和裁判实习	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

课次 19 项目 篮球

教材内容	三人裁判的配合和技巧				场 地 器 材	教室
教学任务	让学生提高两人裁判的配合和技巧					
教学重点	三人裁判的配合和技巧					
课程思政元素	通过学习三人制裁判的配合，培养学生的团队精神。					
结构	时 间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法	
一准备部分		三人裁判的配合和技巧				

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

课次 20 项目 篮球

教材内容	1、教学比赛 2、裁判实习	场地器材	篮球场一块  篮球 20 个		
教学任务	提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
结构	时间	课 的 内 容	时间	次 数	组 织 与 教 法
一准备部分		教学比赛			

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		1、小结 2、归还器材	3' 2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案

课次 21 项目 篮球

教材内容	1、教学比赛 2、裁判实习 3、教学讨论	场地器材	篮球场一块  篮球 20 个		
教学任务	提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一 准 备 部 分		1、教学比赛与裁判实习	70'		
		2、教学讨论	15'		

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		1、小结 2、归还器材	3' 2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案

课次 22 项目 篮球

教材内容	1、教学比赛 2、裁判实习 3、教学讨论			场地器材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	提高学生实战能力和裁判水平				
教学重点	裁判实习				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法
一准备部分		1、教学比赛与裁判实习	70'		
		2、教学讨论	15'		

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		1、小结 2、归还器材	3' 2'		

## 揭阳职业技术学院篮球课教案

课次 23 项目 篮球

教材内容	篮球教学方法探讨				场地器材	教室
教学任务	丰富学生在篮球教学中的方法					
教学重点	篮球教学方法探讨					
课程思政元素	通过篮球教学方法的探讨，让学生明白循序渐进、因材施教的道理					
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法	
一准备部分		篮球教学方法探讨				

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

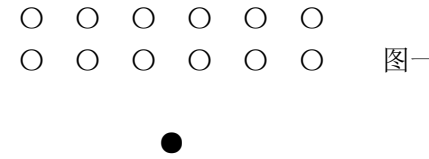
课次 24 项目 篮球

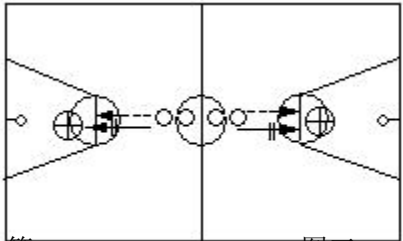
教材内容	篮球运动竞赛的组织与编排				场地器材	教室
教学任务	让学生初步掌握篮球运动竞赛的组织和编排					
教学重点	篮球运动竞赛的组织与编排					
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分		篮球运动竞赛的组织与编排				

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

课次 25 项目 篮球

教材内容	1、学习防守持球队员、无球队员 2、复习持球交叉步突破 3、教学比赛	场 地 器 材	篮球场一块  篮球 20 个		
教学任务	1、提高学生防守技术 2、巩固和提高学生突破技术 3、提高学生对抗中技战术的运用				
教学重点	防守持球队员、无球队员				
课程思政元素	通过练习，培养学生勇敢、坚强的精神				
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'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div> <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>
		2、宣布本次课的内容。	2'		
		3、绕球场慢跑。	3'		
		4、一般柔韧性练习。	5'		
		5、游戏（结网捕鱼）	5'		
		6、全场运、传、投综合练习	13'		

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、学习防守持球队员、 无球队员	10'		<p>方法：如图三 学生分两队站 于中圈附近， 排头的学生传 球给三分线附 近的学生，跑 到他面前接他 的回传球突破上篮。</p>  <p style="text-align: right;">图三</p> <p>要求：1、接球时重心要低，右脚脚尖内扣，脚后跟稍提起。 2、突破时转身，探肩，外侧手运球 3、突破后运球两步半上篮。 4、第一个上完篮第二个启动。</p>
		2、复习持球交叉步突破	10'		
		3、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

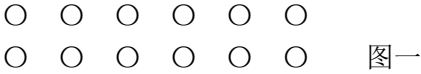
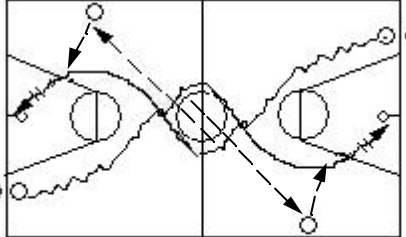
课次 26 项目 篮球

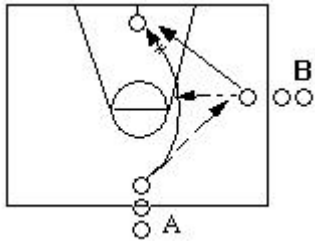
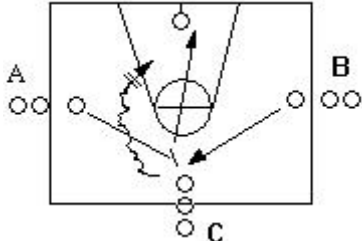
教材内容	篮球运动竞赛的组织与编排				场地器材	教室
教学任务	让学生初步掌握篮球运动馆竞赛的组织和编排					
教学重点	篮球运动竞赛的组织与编排					
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分		篮球运动竞赛的组织与编排				

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

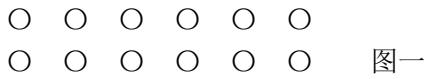
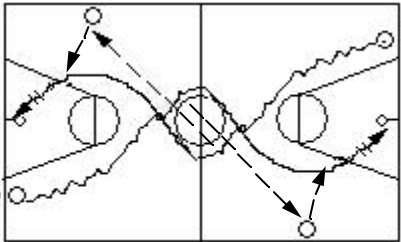
课次 27 项目 篮球

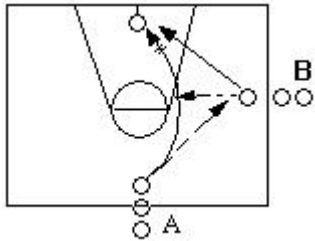
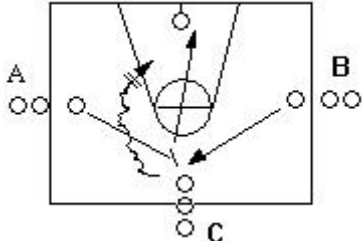
教材内容	1、战术基础配合 2、教学比赛、裁判实习 3、素质练习	场地器材	篮球场一块  篮球 20 个		
教学任务	1、提高学生战术意识 2、提高学生对抗中技战术的运用				
教学重点	战术基础配合				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
结构	时间	课 的 内 容	时间	次 数	组 织 与 教 法
一准备部分		1、整队，清点人数。	2'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div>
		2、宣布本次课的内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（结网捕鱼）	5'		<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>
		6、全场运、传、投综合练习	13'		<p>方法：如图二，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> <div style="text-align: center;">  <p>图二</p> </div> <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>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、传切配合	8'		<p>方法：如图三，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 style="text-align: right;">图三</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、掩护配合	8'		<p>方法：如图四，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</p>  <p style="text-align: right;">图四</p> <p>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>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>
		3、教学比赛	39'		
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

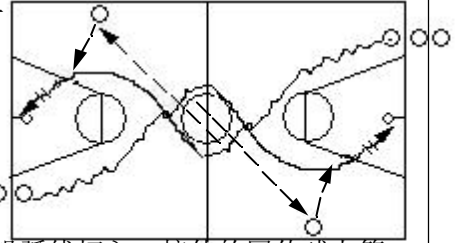
课次 28 项目 篮球

教材内容	1、战术基础配合 2、教学比赛、裁判实习 3、素质练习	场地器材	篮球场一块  篮球 20 个		
教学任务	1、提高学生战术意识 2、提高学生对抗中技战术的运用				
教学重点	战术基础配合				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
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'		 <p style="text-align: right;">图一</p>
		2、宣布本次课的内容。 3、绕球场慢跑。 4、一般柔韧性练习。	2' 3' 5'		
		5、游戏（结网捕鱼）	5'		<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>
		6、全场运、传、投综合练习	13'		<p>方法：如图二，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;">图二</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>

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、传切配合	8'		<p>方法：如图三，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 style="text-align: right;">图三</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>
		4、掩护配合	8'		<p>方法：如图四，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</p>  <p style="text-align: right;">图四</p> <p>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>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>
		3、教学比赛	39'		
三 结 束 部 分		1、小结	3'		
		2、归还器材	2'		



结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、全场行进间运、传、投综合练习	15'		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。
		2、教学比赛	40'		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。
三 结 束 部 分		1、小结。 2、归还器材。	3' 2'		



## 揭阳职业技术学院篮球课教案

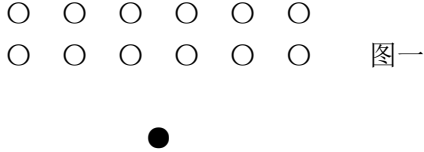
课次 30 项目 篮球

教材内容	教学比赛和裁判实习				场 地 器 材	篮球场一块  篮球 20 个
教学任务	提高学生比赛能力和裁判水平					
教学重点	教学比赛与裁判实习					
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神					
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法	
一准备部分		教学比赛				

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		1、小结。 2、归还器材。	3′ 2′		

# 揭阳职业技术学院篮球课教案

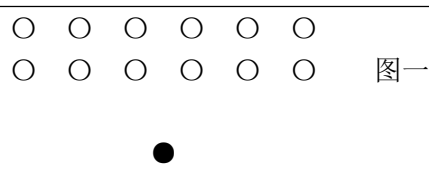
课次 31 项目 篮球

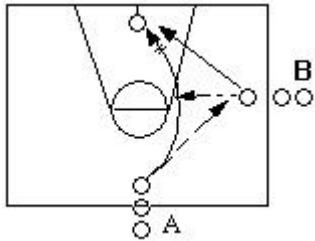
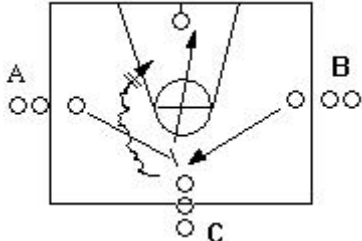
教材内容	1、复习防守持球队员、无球队员 2 教学比赛	场地	篮球场一块		
		器材	篮球 20 个		
教学任务	1、提高学生防守技术 2、提高学生对抗中技战术的运用				
教学重点	防守持球队员、无球队员				
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神				
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
一准备部分		1、整队，清点人数。	2'		<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div> <p>方法：在篮球场内，全部学生散开，再有一个学生追其他人，追到后两人手牵手追其他人，追到就三个人手牵手，到全部人都抓到结束。</p>
		2、宣布本次课的内容。	2'		
		3、绕球场慢跑。	3'		
		4、一般柔韧性练习。	5'		
		5、游戏（结网捕鱼）	5'		
		6、全场运、传、投综合练习	13'		

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、学习防守持球队员、 无球队员	10'		
		2、教学比赛	45'		
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

课次 32 项目 篮球

教材内容	1、战术基础配合 2、教学比赛、裁判实习 3、素质练习	场地器材	篮球场一块  篮球 20 个	
教学任务	1、提高学生战术意识 2、提高学生对抗中技战术的运用			
教学重点	战术基础配合			
课程思政元素	1、通过比赛培养学生集体主义精神 2、通过比赛，培养学生养成永不言败的精神			
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'	<div style="text-align: center;">  <p>图一</p> </div> <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>
		2、宣布本次课的内容。	2'	
		3、绕球场慢跑。	3'	
		4、一般柔韧性练习。	5'	
		5、游戏（结网捕鱼）	5'	
		6、全场运、传、投综合练习	13'	

结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法
二 基 本 部 分		1、传切配合	8'		<p>方法：如图三，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 style="text-align: right;">图三</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>
		5、掩护配合	8'		<p>方法：如图四，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</p>  <p style="text-align: right;">图四</p> <p>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>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>
		3、教学比赛	39'		
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

课次 33 项目 篮球

教材内容	1、全场比赛结束的程序和工作 2、记录台工作				场地器材	教室
教学任务	让学生初步掌握全场比赛结束的程序和工作及记录台的工作					
教学重点	1、全场比赛结束的程序和工作 2、记录台工作					
结构	时间	课 的 内 容	时 间	次 数	组 织 与 教 法	
一 准 备 部 分		1、全场比赛结束的程序和工作 2、记录台工作				

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

课次   34   项目   篮球  

教材内容	教学教法讨论				场地器材	教室
教学任务	让学生掌握篮球教学中常用的教学教法					
教学重点	教学教法讨论					
课程思政元素	通过篮球教学方法的探讨，让学生明白循序渐进、因材施教的道理					
结构	时间	课 的 内 容	时间	次数	组 织 与 教 法	
一准备部分		教学教法讨论				

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

课次   35   项目   篮球  

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		篮球考试				

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

课次 36 项目 篮球

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		篮球考试				

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					