

小篮球大单元教学计划

(水平二) 四年级

一、新课标下篮球项目特点剖析

《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》表明体育与健康课程需要促进学生核心素养的形成,即掌握运动技能、形成健康的生活方式和养成良好的体育品德。四年级在设计篮球大单元时要以培养学生核心素养为主线进行设计。

1. 运动能力

四年级篮球大单元教学目标是技能学习提高学生的身体素质、篮球脚步和体能。通过单一篮球技术的学习到组合篮球技术,最后运用于比赛中。学生学会篮球基本运动技能(运球、投篮、传球)并理解如何进行防守。动作自然协调连贯,在简单规则下运用所学技能,最终实现三对三篮球比赛。

2. 健康行为

体育课不仅需要提升学生运动能力,还要培养学生对运动的兴趣,培养学生运动的习惯和终身体育意识。学生通过学习篮球技术,与同伴进行篮球运动,从中体验运动之间的合作精神。通过小学四年级篮球大单元学习,学生可以形成坚持锻炼的习惯和安全运动意识。

3. 体育品德

在篮球运动的学习和欣赏过程中,学生可以观察到球员为挽救将要出界的球奋不顾身,直到比赛最后一刻的不放弃的精神,还有场上队员之间的相互配合,展示出的团队凝聚力。在小学四年级的篮球大单元教学中,学生遵守比赛规则完成篮球比赛,不为了赢得比赛违反体育精神,在比赛中展示出顽强拼搏的精神,培养学生优良的体育品德

二、设计思路

1. 本单元根据《体育与健康新课程标准(2022年版)》为依据,设置了体育与健康(水平二)小篮球大单元教学计划。以落实教会、勤练、常赛、优评理念进行教学设计。通过分析学情以运球、传球、投球、比赛为主题的单元教学设计。共计18课时,每堂课以某个技术动作为载体,以游戏和比赛的形式开展,制定相关教学目标、教学方法及评价体系来达到培养学生学科核心素养的目的。

2. 为落实让学生掌握 1 至 2 项运动技术的目标, 根据(水平二) 四年级学生身心发展特点、运动技术和学习规律, 结合学生运动基础, 将篮球运动中球性熟悉、运球、传球、投球、比赛等基础技术作为本单元主教材。通过创设情景教学, 培养单个技术与比赛相融合、队友之间合作意识、建立规则意识等各方面能力。通过学习后, 学生能独立参加篮球比赛。

3. 通过教学设计并搭配丰富课堂内容, 每堂课都有学生进行不同难度、内容的比赛, 以赛促学, 使学生将基础动作能在比赛中融会贯通, 培养学生对篮球项目的兴趣。同时采取以赛促评的教学模式, 促进学生运动技能在比赛中的融合。在每堂课中设计课练环节, 即提升学生篮球专项体能, 又掌握提升体能锻炼方法, 形成终身体育锻炼意识。

三、新课标指导

《体育与健康课程标准(2022 年版)》发布。相较于上版课表, 新版《课标》理念主要集中在坚持健康第一、落实“教会”“勤练”“常赛”、加强课程内容整体设计、注重教学方式变革、重视综合性学习评价、关注学生个体差异六个方面。总的来说, 新版课标更加强调学生核心素养的培育与运动技能的习得两个部分。根据新课标我把教学目标设置了技术技能、体能发展、品德培养三方面, 并在每个课时教学中加入了竞赛和游戏, 努力完善教学目标、优化课程内容结构、细化实施要求、强化育人导向等要求。积极推动体育课堂改革, 体现“立德树人”基本要求, 突出单元教学, 落实教会勤练常赛, 着力解决当下学生运动技能掌握不牢、各学段教学内容不衔接问题; 提高学生综合运用所学知识, 解决实际问题的能力, 促进学生的全面发展。

四、学情分析

本课的授课对象是小学四年级学生。班级同学大部分喜爱篮球运动。对篮球运动积极性很高, 但是对篮球运动的技战术知识了解不多。学生普遍存在身体素质和接受能力参差不齐, 四年级学生性格活泼好的特点, 学习注意力也不是很集中, 所以在学习时教学内容一定要合理安排。想要整节课学生精神饱满、持久地投入到课堂教学中去, 就要选择学生感兴趣的教学方法和手段。因此, 在篮球的单元教学中, 每节课都需要采用学生喜闻乐见的情境, 紧紧地抓住学生的心理, 使他们积极主动地投入到课堂教学中来, 在玩中学, 在情境中练, 以有效达到教

学目标。

五、单元目标

1. 运动能力：运动能力：通过本单元的篮球基本技术教学 80%的学生能熟练掌握基本技术动作，提高同学们篮球运球和投球能力，发展学生的灵敏、协调等身体素质的提高。
2. 健康行为：发展学生的速度、协调、灵敏、力量等身体素质，提高对篮球的感知与控制能力，激发学生积极参与体育活动的态度及行为，认识体育学习和锻炼的重要意义。
3. 体育品德：通过练习、游戏及比赛，培养学生能够与同伴友好相处、团结合作的意识，并培养良好的团结合作精神及公平、诚实、友爱、尊重等体育道德及尊重对手、遵守规则、服从裁判的优良品质。

六、课时教学规划

类别：篮球 学段：水平二 年级：四年级 上学期 学时：18 节

单元重难点	<div>重点：篮球基本动作技术的学习与提高；</div> <div>难点：行进间运球上前跨步接球时机及空间感，传球和投篮时动作的流畅和协调性</div>			
课次及内容	学习目标	重难点	教学策略	单元检查内容及评价
<div>第 1 课时</div> <div>学习内容：球性练习与游戏（原地抛接球，持球连续绕颈部、腰部和胯下。）</div>	<div>1. 通过本次课的学练让 90%学生体验并感知手触球部位。促进学生的身体协调性和灵敏性</div> <div>2. 提高对篮球运球的兴趣，乐于参加本课的练习和游戏</div> <div>3. 在学习中充分展现自我，增强自信心，培养机智、果断，团结协作等优良品质。</div>	<div>掌握重点：手触球的部位，运球时球与身体的位置</div> <div>解决难点：手对球的控制能力</div>	<div>1. 课件播放，观看视频</div> <div>2. 教师讲解、示范运球动作和要领</div> <div>3. 动作循环练习法</div> <div>4. 学生分组展示</div> <div>5. 根据教材对动作进行评价</div>	<div>学生分组比赛展示，教师点评学生动作完成度，根据动作进行评分并指出问题</div>
<div>第 2 课时</div> <div>复习内容：球性训练</div> <div>学习内容：简</div>	<div>1. 通过本次课的复习让 90%学生熟练掌握篮球高、低运球，提高学生的协调能力。</div> <div>2. 通过学练让学生养成练习篮球正确运球的习</div>	<div>掌握重点：触球部位</div> <div>解决难点：上下肢协调用力</div>	<div>1. 教师讲解、示范</div> <div>2. 动作循环练习法</div> <div>3. 学生分组比赛</div>	<div>学生分组比赛“运球比多”，组与组之间相互评价，指出优缺点，</div>

单高低运球 组合动作	惯 3. 分组练习、展示培养学生团结及合作、积极进取的集体主义精神		4. 根据教材对动作进行评价	教师补充，评出名次
第3课时 学习内容：原地运球及游戏 素质练习：俯撑抢球	1. 通过本次课的复习让90%学生熟练掌握篮球运球手型，掌握简单的变向动作技术，提高学生的协调能力。 2. 通过游戏让95%的学生感受到篮球运动的乐趣。 3. 养成善于观察、勤于思考的习惯，增强合作学习的意识。	掌握重点：运球时手法与按压球的动作方法 解决难点：手对球的控制能力	1. 教师讲解、示范 2. 学生模仿思考 3. 错误动作纠正法指导学生练习。 4. 小组练习，比较法。 5. 比赛法。	学生分组比赛，每组选出一名队员做评委，小组展示后进行评分并评出名次，教师补充。
第4课时 复习内容：原地运球 考核：原地运球	1. 95%的学生能够熟练掌握原地运球技术动作。 2. 90%的学生能够通过考核。 3. 学生主动学练，敢于表现自我。	掌握重点：按拍球的部位、方向正确。 解决难点：运球时有保护动作、抬头观察、运球时球与手的贴合（随球缓冲）	1. 讲解、示范，学生模仿、思考。 2. 设定标准指导学生练习。 3. 提出要求，进行考核	学生分组比赛，至少能够连续原地运球20个，教师指出问题，提出改善意见，让优秀学生进行展示
第5课时 复习内容：原地运球技术动作 学习内容：行进间运球与游戏	1. 85%的学生能够掌握行进间运球技术。 2. 培养学生对运球浓厚的兴趣，乐于参活动和游戏。 3. 培养机智、果断，团结协作等优良品质，以及自主学练、合作学练的能力。	掌握重点：运球部位、落点及运球节奏 解决难点：运球节奏与脚步协调一致，重心得当。	1. 复习原地运球技术动作 2. 教师示范行进间运球急起急停动作要领和方法 3、分小组自主练习 4. 教师巡回辅导，组织观摩学习、讨论。 5. 分组比赛提供自我展示的平台。	抽小组进行测试，教师对集中问题进行讲解纠正，表扬优秀学生
第6课时 学习内容：行进间运球 游戏：“运球	1. 学生能进一步提高篮球运球基本技术。提高学生左右手控制球的能力，发展学生身体灵敏	掌握重点：手指控制球时的部位与	1. 细心观看教师示范，动脑找一找与原地运球的不同。	小组通过运球接力进行展示，学生进行互评，最后

接力”	性和协调控制能力。 2. 学生充分体验篮球带来的快乐,并积极参与。 3. 通过分小组合作学习,培养学生团结协作、积极进取、挑战自我的精神。	运球方向,按拍球的力量与身体协调配合。 解决难点:跑动与运球的协调配合。	2. 积极参与回答,尝试说出原地运球与行进间运球的不同点 3. 认真听讲,细心观察示范,明白行进间运球的动作要领和要求,尝试模仿老师的动作进行练习。 4. 按要求反复认真练习,学生之间互相观察,纠正错误动作	教师点评。
第 7 课时 学习内容:行进间变向运球与游戏	1. 通过巩固练习体前变向,培养学生的观察和协调能力。 2. 学生充分体验篮球带来的快乐,并积极参与。 3. 培养机智、果断,勇于挑战的意志,养成竞争意识和良好的交往与合作能力。	掌握重点:篮球运球的综合练习 解决难点:对球的控制能力。	1. 教师讲解示范并纠正错误动作 2. 体前变向换手运球连续过杆 3. 两人一组,一人消极防守一人体前变向换手运球推进。 4. 教学比赛	学生分组比赛,每组选出一名队员做评委,小组展示后进行评分并评出名次,教师补充。
第 8 课时 复习内容:行进间运球技术 游戏:穿越丛林	1. 0%的学生掌握行进间运球技术,培养学生的观察和协调能力。 2. 通过学练培养学生学习篮球的兴趣,养成良好的练习习惯。 3. 通过分小组合作学习,培养学生团结协作、积极进取、挑战自我的精神。	掌握重点:动作的正确性 解决难点:动作的力度控制和流畅	1. 教师讲解、示范 2. 动作循环练习法 3. 学生进行分组比赛 4. 教师对学生动作进行评价 5. 学生进行提问 6. 学生模仿动作、相互合作	优秀小组展示,通过抽学号的形式让同学进行展示
第 9 课时	1. 90%的学生能熟练掌握	掌握重点:篮球运	1. 复习原地和	20 米运球

1. 行进间运球技术练习和考核 2. 体能练习	握行进间运球，并能与伙伴尽情展示所学行进间运球动作。 2. 学生全力进行练习，进一步练习篮球技术的综合能力，并能准确评价自己和他人 3. 培养学生顽强拼搏和团队精神，提高学生的自信心。	球技术的综合运用 解决难点：控球稳、人球协调并有一定的速度。	行进间运球。 2. 集体练习与分组练习。 3. 教师集体指导和个别纠错相结合。 4. 学生自主评价行进间运球的技术。 5. 师生交流练习后的体会并互相学习提高。	技术考核，从动作的正确性，流畅性做评价，并要求一定的运球速度。
第 10 课时 学习内容：原地胸前传接球	1. 能够在老师的指导下积极参与练习，85%的学生能基本掌握篮球双手胸前传接球的动作要领，15%学生可以较好的运用双手胸前传接球技术。发展学生灵敏素质和协调性。 2. 通过学练培养学生学习篮球的兴趣，养成良好的练习习惯。 3. 通过教学培养学生自主学习能力，同时在练习中培养学生的团结协作精神。	掌握重点：传拨球动作及重心前移 接球：伸臂迎球手型 解决难点：动作的连接顺畅性	1. 教师讲解、示范，个别指导 2. 徒手练习双手胸前传接球动作 3. 两人一球做持球互推球练习 4. 两人一球距离 2--3 米做迎面传球练习	两 人 一 组，抽小组进行测试，教师对集中问题进行讲解纠正，表扬优秀学生
第 11 课时 1. 复习内容：原地胸前传接球 2. 体能练习	1. 通过复习学生进一步知道胸前传接球的动作细节。发展身体协调性 2. 通过学练培养学生学习篮球的兴趣，养成良好的练习习惯 3. 通过分小组合作学习，培养学生团结协作、积极进取、挑战自我的精神。	掌握重点：传接球手法 解决难点：传接球时机	1. 学生观看视频 2. 教师讲解、示范 3. 动作循环练习法 4. 学生进行分组比赛 5. 教师对学生动作进行评价 6. 学生进行相互纠正	小组进行自我展示，自主组织队形。随后通过抽学号的形式让同学进行展示
第 12 课时 学习内容：进一步巩固运	1. 通过练习巩固使 95% 的学生熟练掌握篮球运球技术，并培养学生的	掌握重点：加强运球技术动作手型与脚步的配合	1. 教师观察，指导，学生动作循环练习	抽小组进行运球和传接球测试，教师

球和原地双手胸前传接球	观察和协调能力。 2. 通过学练培养学生篮球的兴趣，养成良好的练习习惯 3. 继续培养学生团结协作、积极进取、挑战自我的精神。	解决难点：身体协调，动作连贯	2. 学生进行分组比赛 3. 教师对学生动作进行评价 4. 学生进行提问，教师深入解答	对集中问题进行讲解纠正，表扬优秀学生
第 13 课时 1. 考核：双手胸前传接球技术 2. 体能练习	1. 通过考核让学生进一步掌握胸前传接球技术，培养学生的观察和协调能力。 2. 通过学练培养学生学习篮球的兴趣，养成良好的练习习惯 3. 通过考核养成学生竞争意识、积极进取、挑战自我的精神。	掌握重点：动作的正确性 解决难点：动作流畅和协调性	1. 教师讲解、示范，个别指导，群体纠正 2. 动作循环练习法 3. 学生进行分组比赛 4. 教师对学生动作进行评价 5. 学生进行提问	每组挑 1-2 个优秀学生进行正面示范，并师讲解动作。教师评价指导
第 14 课时 学习内容：初步了解和学一些简单的投篮方法，培养投篮的意识感觉。	1. 通过教学培养学生的观察和自学能力。 2. 通过学习培养学生学习篮球的兴趣，养成良好的运动习惯 3. 通过分小组合作学习，培养学生团结协作、积极进取、勇于挑战的精神。	掌握重点：激发学生学投篮的兴趣 解决难点：实现各种方式投篮动作	1. 集体玩球 2. 观摩 NBA 的一些投篮动作的课件 3. 看课件模仿投篮 4. 分组尝试说出投篮动作 5. 模仿尝试练习	通过模仿练习选出优秀学生展示，并进行评价
第 15 课时 学习内容：双手胸前投篮方法。 体能练习：发展上肢力量及身体协调性	1. 通过教学双手胸前传接球技术，培养学生模仿能力。 2. 通过学练培养学生学习篮球的兴趣，养成良好的锻炼习惯。 3. 通过分小组合作学习，培养学生团结协作、积极进取、挑战自我的精神。	掌握重点：投篮时两手均匀用力，两臂充分伸展。 解决难点：上下肢协调用力。	1. 学生模仿法、合作法 2. 教师讲解、示范 3. 徒手动作循环练习法 4. 投墙练习 5. 二人一组互助练习，互评 6. 教师对学生动作进行评价	通过分组学习，小组之间交流，随即组合进行展示，教师对学生动作进行评价纠正。

第 16 课时 1. 学习内容：巩固双手胸前投篮的方法 2. 体能练习	1. 通过巩固练习培养学生的观察、协调能力。 2. 通过学练培养学生学习篮球的兴趣，养成良好的练习习惯 3. 通过分小组合作学习，培养学生团结协作、积极进取、挑战自我的精神。	掌握重点：手臂伸直 解决难点：身体的协调用力	1. 教师讲解、示范 2. 徒手模仿单手肩上投篮练习 3. 投墙上圈练习 4. 纠错指导，积极评价 5. 个性展示	每组挑1-2个优秀学生进行正面示范，教师讲解动作
第 17 课时 教学内容：掌握实用投篮方法，巩固提高。 体能训练：发展上肢力量，提高准确性，培养良好的投篮感觉	1. 通过健美操大众二级基本套路全套的考核，让 80%学生掌握全套动作及方向变化培养学生的应变能力。 2. 通过考核培养学生良好的应对比赛的习惯 3. 通过分小组合作学习，培养学生团结协作、积极进取、挑战自我的精神。	掌握重点：曲腕拨指，出手角度 解决难点：动作的力度控制，瞄准点	1. 学生运用合作探究法进行学习 2. 多种方法的投篮练习 3. 最优动作投篮练习 4. 投篮比多练习	通过分组学习，小组之间交流，随即组合进行展示并开展小组竞赛，教师对学生动作进行评价纠正。
第 18 课时 1. 教学内容：发展小篮球活动能力的练习与游戏 2、考核	1. 通过篮球练习与游戏，加深学生对小篮球活动认识。提高了身体协调性和肌肉力量。 2. 通过考核培养学生良好的应对比赛的习惯 3. 通过分小组合作学习，培养学生团结协作、积极进取、挑战自我的精神。	掌握重点：动作的准确性 解决难点：技术动作的综合运用	1. 熟悉球性的练习 2. 投活动篮比赛游戏规则说明 3. 学生进行分组比赛，相互学习 4. 教师对学生动作进行评价	教师进行集中测试，对个别不达标学生进行指导补测，表扬学得好的学生，鼓励后进生

七、教学预见

第一课时 球性练习与游戏

教学内容

学习内容：原地抛接球，持球连续绕颈部、腰部和胯下。

复习练习：身体对球的感知与控制。

技能竞赛：“悦”动篮球。

教学目标

技术技能：通过拨动球、抛接球、持球环绕、拍运球等练习，提高学生对球的感知与控制，80%的学生能较好地控制球。

体能发展：学生能够规范、稳定地做出相应的持球、控球动作。

品德培养：在练习与游戏中培养学生的协作意识和学习能力。

教学重难点

掌握重点：球体运动特点，基础动作的练习与规范。

解决难点：控制球时的协调与发力。

教法学法

1. 让学生从基础球性练习开始学习。
2. 帮助学生养成正确、规范的动作习惯。
3. 通过游戏辅助学生进行动作迁移，巩固提升动作技术。

课前准备

场地器材：篮球场、篮球、音响、秒表、粉笔等。

学生须知：学生穿运动服、运动鞋。

资源整合

整合小篮球课外知识：小篮球是面向8~12岁儿童的篮球赛，并为此比赛设计了较小较轻的篮球和儿童易于投中的较低的篮球架。小篮球运动的篮架标准：成人篮球运动的篮筐的高度是3.05米，小篮球运动的篮筐最高只有2.75米，少了30厘米；9-10岁和7-8岁的篮筐则更低，分别是2.60米和2.35米；还可以有更低的1.80米以下的篮筐，适用于幼儿园的孩子。

教学过程

（一）轻松入课

1. 基本要求

- (1) 学生排成4列横队。
- (2) 体委清点人数。
- (3) 师生问好。
- (4) 教师对学生提出上课要求，安排见习生。

2. 情绪调动

教师介绍“花式篮球”，激发学生的学习兴趣，导入本节课的学习内容。

3. 活动热身

(1) 游戏“贪吃蛇”

组织：将 40 个篮球均匀地放置在篮球场地的某区域内；学生排成两路纵队，这两队在队长的带领下，伴随有节奏的音乐，各自绕球“蛇形”慢跑。

要求：不限定队伍的跑动路线，队伍不能碰撞、交叉

(2) 活动关节

组织与要求：学生排成 4 列横队，做热身活动。

①膝关节的屈伸；

②以肩带时的上肢运球模仿练习；

③手指、手腕的放松拉伸与力量练习

(二) 精彩学练

活动一 讲解与示范

1. 讲解

(1) 讲解球性的练习与方法。

(2) 讲解球性对篮球运动的重要意义。

(3) 讲解球性练习的重点与难点。

2. 示范

(1) 讲解并示范多种原地球性练习的方法。

(2) 及时纠正学生的不规范动作。

活动二 球性练习

组织：将学生分组，每个小组围成一个圆圈进行练习。

①原地抛接球练习：双手抛接、左右手抛接等。

②持球绕颈、腰、胯下“8”字练习。

要求：抛接球高度适中，持球环绕速度由慢到快；注意持球手型与身体姿态的协调性。

活动三 拍静止不动的球

组织：学生人手一球，原地拍静止不动的球；用腕、指不断地拍球，利用球的反弹将球拍起，随后再把球拍至地上静止，依次反复练习。

要求：注意拍球姿态和协调发力，熟练后抬头观察，不要掌心触球。

项目 “悦”动篮球

(2) 教师吹哨，当哨声响起，学生必须将手中的球拍起来，至少拍 3 下后快速顺时针逆时针寻找相邻伙伴的球，将自己的球传给上一个伙伴，并接过下一个伙伴的球继续拍运，保证每个球都在圆圈内被合理拍运。若球出圈或者球在地面停留，则对应的学生带球出圈，停止游戏，其他学生继续，直至教师吹哨，停止游戏。圈内剩余人数最多的小组获胜。

（四）体能发展

项目 原地大力运球

①左手原地大力运球 30 秒, 1 组; ②右手原地大力运球 30 秒, 1 组。

1. 放松练习

2. 课堂小结

教师归纳小结,宣布下课;值日生回收器材。

[illegible]

(贪吃蛇游戏)

教学反思