《 篮球1》专科课程教学大纲

一、课程基本信息

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程名称 | （中文）篮球1 | | | | | |
| （英文）Basketball 1 | | | | | |
| 课程代码 | 2100043 | 课程学分 | | 1 | | |
| 课程学时 | 32 | 理论学时 | 4 | 实践学时 | | 28 |
| 开课学院 | 教育学院 | 适用专业与年级 | | 全校专科第2学期 | | |
| 课程类别与性质 | 公共基础必修课 | 考核方式 | | 考查 | | |
| 选用教材 | 《新编大学体育与健康教程》王慧 刘彬主编 ISBN978-7-5229-0562-4 中国纺织出版社 2023.8 | | | 是否为  马工程教材 | | 否 |
| 先修课程 | 体育1 0100023（1） | | | | | |
| 课程简介 | 篮球是一个由两队参与的球类运动，每队出场5名[队员](http://baike.baidu.com/view/295416.htm)。目的是将球进入对方[球篮](http://baike.baidu.com/view/772972.htm)得分，并阻止对方获得球或得分。[篮球比赛](http://baike.baidu.com/view/461246.htm)的形式多种多样，也有最流行的街头三人篮球赛，是三对三的比赛，更讲究个人技术。当今世界篮球水平最高的联赛是美国的国家篮球协会（NBA）。  篮球课是使学生体验篮球运动，享受篮球的乐趣。目前，篮球课教学已成为当代学生最喜爱的教学之一，篮球专项课系统地向学生讲授篮球裁判规则、基本理论知识、篮球运动概述以及基本技、战术等知识。通过基本技、战术的学习提高篮球运动的水平，培养学生体育锻炼的兴趣，为终身体育打下良好的基础。篮球教学充分发挥培养人才的独特作用，在加强学生组织能力、提高体能、改善心理、提高社会适应能力和塑造人格方面效果显著。 | | | | | |
| 选课建议与学习要求 | 本课程为体育必修课自选项目课程，适合全校专科各专业学生。如有伤、残、病及身体异常、特型等特殊原因不能参加正常体育活动的学生，应提出申请，改上以指导康复、保健为主的体育保健班课程。 | | | | | |
| 大纲编写人 | （签名） | | 制/修订时间 | | 2023.12 | |
| 专业负责人 | C:\Users\user\Documents\WeChat Files\smile_clever\FileStorage\Temp\1710134179860.png （签名） | | 审定时间 | | 2024.3 | |
| 学院负责人 | （签名） | | 批准时间 | |  | |

二、课程目标

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 类型 | 序号 | 内容 |
| 知识目标 | 1 | 掌握篮球基本理论和比赛编排的知识，以及竞赛组织裁判工作相关理论知识。 |
| 2 | 掌握健康与体育的基本知识，掌握科学的体育锻炼方法。 |
| 技能目标 | 3 | 掌握篮球运动的基本技术动作，提高身体的灵活与协调能力以及对抗的主动性；具备组织小规模篮球竞赛以及执裁的能力。 |
| 4 | 具备自主进行科学锻炼的能力，全面提高身体素质和身心健康，能承受学习和生活中的压力。 |
| 素养目标  (含课程思政目标) | 5 | 树立正确的审美观，提高学生表达沟通、协同创新及社交能力。 |
| 6 | 培养学生遵纪守法和规则意识，以及吃苦耐劳、顽强拼搏的意志品质。 |

三、课程内容与教学设计

（一）各教学单元预期学习成果与教学内容

|  |
| --- |
| **第一单元：**理论部分  教学内容：  1.课程介绍：课程的教学目标、教学内容、评价方法、基本要求和注意事项；  2.篮球概述：篮球的起源、发展及分类；篮球运动与健康知识；  3.篮球的编排及竞赛规则。  预期成果：通过理论部分学习，掌握篮球基本理论知识、编排理论，以及竞赛组织裁判工作相关理论知识；掌握健康与体育的基本知识。  教学难点：对篮球规则的学习及理解。  **第二单元：**篮球实践教学  教学内容：  1.篮球基本技术：（1）移动 （2）传接球 （3）投篮 （4）持球突破（5）运球  （6）防守技术 （7）抢篮板球技术；  2.篮球教学比赛：（1）3对3比赛；  （2）5对5比赛；  预期成果：  1.通过学习，使学生掌握篮球的基本技术动作和技能，提高身体的灵活与协调能力以及体态的规范性；具备组织小规模篮球竞赛的能力。  2.通过教学比赛，调动学生积极参与篮球活动的积极性，培养对篮球运动的兴趣，增强组织性、纪律性和集体主义精神，体会合作、竞争的现代思想意识。  教学难点：每个技术动作的节奏掌握以及比赛中团队配合的重要性.  **第三单元：**体能练习与体质健康测试  教学内容：1.短跑 2.中长跑 3.弹跳力 4.柔韧 5.引体向上（女：仰卧起坐）  预期成果：全面提高身体素质和身心健康，能承受学习和生活中的压力。同时培养学生遵纪守法和规则意识，以及吃苦耐劳、顽强拼搏的意志品质。  教学难点：调动个别不爱运动学生的练习积极性与学生练习的持续性，练习中学生兴趣的激发和意志品质的培养。  **第四单元：**有氧健身跑  教学内容：运动世界校园APP（课外练习）  预期成果：使学生具备制定运动计划，自主进行科学锻炼的能力。增强学生心肺功能，培养学生遵纪守法和规则意识。  教学难点：监控及预防学生代跑等作弊行为。 |

（二）教学单元对课程目标的支撑关系

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程目标  教学单元 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 第一单元 | √ | √ | √ | √ | √ | √ |
| 第二单元 | √ | √ | √ | √ | √ | √ |
| 第三单元 |  | √ |  | √ |  | √ |
| 第四单元 |  | √ |  | √ |  | √ |

（三）课程教学方法与学时分配

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学单元 | 教与学方式 | 考核方式 | 学时分配 | | |
| 理论 | 实践 | 小计 |
| 第一单元 | 讲课 | 考查 | 4 | 0 | 4 |
| 第二单元 | 边讲边练 | 考查 | 0 | 20 | 20 |
| 第三单元 | 边讲边练 | 考查 | 0 | 8 | 8 |
| 第四单元 | 课外练习 | 考查 | 0 | 0 | 0 |
| 合计 | | | 4 | 28 | 32 |

四、课程思政教学设计

|  |
| --- |
| 根据学校人才培养八大核心素养培养要求和思想政治教育目标，体育类课程要树立“健康第一”的教育理念，注重爱国主义教育和传统文化教育，培养学生顽强拼搏、奋斗有我的信念，激发学生提升全民族身体素质的责任感。通过实践活动形成将体育课程教学内容向思想政治教育潜移默化的过渡能力，即将思想政治教育巧妙地融入体育课堂教学，通过改进教学内容使学生切身感受到体育的魅力和自我价值的实现，实现“育体”与“育心”、“育人”的结合，通过体育塑造心灵、健全人格。  篮球课程是高等学校体育必修课的一门学科，主要授课内容分为理论和技能两部分。篮球运动是集跑、跳、投于一身的集体对抗性项目，通过篮球运动的学习可以有效的增强体能、增进健康、促进身心全面协调发展。篮球运动的实践能培养团结、勇敢、顽强、竞争、拼搏、协作的精神，并能养成良好的作风和优秀的意志品质。篮球传切配合是体育教育专业《篮球》必修课程中的教学内容，本课围绕着显性和隐性两条主线展开，显性是篮球基本技术动作以及基本战术配合的学习，通过教学，使学生学会基本的篮球技术动作，对篮球基本战术有更深的了解，初步掌握传切、突分、挡拆等小配合的基本知识、基本技能，了解基本的规则与裁判法，以利于学生自我锻炼能力的培养，达到会讲、会做、会教，具有分析问题和解决问题的能力。隐性是德育的培养，培养学生的团队精神，塑造团队协作风格；培养学生集体凝聚力，塑造集体荣辱观；培养学生人际交往能力，塑造健全人格；培养学生自我控制能力，塑造律己为公；培养学生优良的情操，塑造优秀品质。 |

五、课程考核

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 总评构成 | 占比 | 考核方式 | 课程目标 | | | | | | 合计 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| X1 | 40% | 篮球基本技术及篮球教学比赛评价 | 20 | 10 | 40 | 10 | 10 | 10 | 100 |
| X2 | 20% | 考勤、检查着装、课堂练习评价 |  |  |  |  |  | 100 | 100 |
| X3 | 20% | 《国家学生体质健康标准》测试评价 |  | 40 |  | 40 |  | 20 | 100 |
| X4 | 20% | “运动世界校园”APP完成评价 |  | 45 |  | 45 |  | 10 | 100 |