羽毛球教学设计

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学内容 | 学习羽毛球技术--后场正手击高远球技术 | | | | |
| 本课任务 | 1.认知目标：学生初步了解后场正手击高远球的动作要领  2.技能目标：学生基本掌握后场正手击高远球技术  3.情感目标：在练习中，培养学生团结协作的集体主义精神，培养主动运动的习惯。 | | | | |
| 课的部分 | 时  间 | 课 的 内 容 | 练习分量 | | 组织教法与要求 |
| 次数 | 时间 |
| 准    备  部  分 | 7  分  钟 | 一、课堂常规  1.集合整队、清点人数  2.师生问好  3.宣布上课内容  4.检查学生着装、安排见习生  二、准备活动  徒手操练习  1.头部运动  2.扩胸运动  3.体转运动  4.肘关节运动  5.膝关节运动  6.弓步压腿  7.侧压腿  8.踝腕关节运动 | 2  8  拍 | 2  分 钟  5  分  钟 | 组织：集合队形（四列横队）  ○○○○○○○○  ○○○○○○○○  ○○○○○○○○  ○○○○○○○○  △  要求：快、静、齐  组织：广播操队形  ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○  △  要求：左右两臂间隔，前后一臂距离，认真做准备活动。 |
| 基  本  部  分 | 30 | 一、安全教育  练习时注意同学间的间隙  二、动作要领：  **教学重点**：以肩为轴，通过大臂带动前臂，最后闪动手腕击球。  **教学难点**：小臂快速鞭打，击球的一刹那产生爆发力摆动。  **技术要领**：  1.以右手持拍为例，持拍手臂以45°夹角屈肘时举于体侧，左手自然上举保持平衡，侧身对网，重心在右脚上，抬头注视来球。  2.击球点选择在右肩上方，前臂急速内旋带动手腕加速向前上方挥动，屈收手腕，屈指发力。 |  | 10  分  钟 | 组织：  ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○  △  ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○  教法：老师示范、分解动作讲解  要求：动作示范准确到位，声音洪亮。  学法：学生观察老师示范，听老师讲解  要求：保持安静，认真听讲和观察。 |
| 基  本  部  分 | 分  钟 | 三、练习  无球练习：  1.分解动作练习  （老师口令提示，一拍一动练习）    2.完整动作练习（老师口令提示）  有球练习：  1.分为两组一组定点喂球，另一组定点击高远球，交换进行。  2.分为两组一组持拍发高远球，另一组移动击高远球。 | 15次  20次交换 | 20  分  钟 | 组织：  ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○  △  ○ ○ ○ ○  ○ ○ ○ ○  教法：老师口令提示，巡视指导学生，纠错。  要求：学生想清楚每个部分的动作，练习时认真、动作到位。    组织  ○ ○ ○ ○  ↑ ↑ ↑ ↑  ○ ○ ○ ○  教法：老师讲解示范，巡视指导，纠错  要求：练习时注意安全，规范击球动作，练习20次后交换练习。 |
| 结  束  部  分 | 8  分  钟 | 1.集合整队  2.放松练习  （各种拉伸练习）  3.本节课总结  4.收回器材  5.师生再见 |  | 8  分  钟 | 组织：集合队形（四列横队）  ○○○○○○○○  ○○○○○○○○  ○○○○○○○○  ○○○○○○○○  △  要求：  1.快、静、齐  2.积极参与放松练习，动作规范到位。  3.把所有器材分类收集，并放回器材室。 |