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。 |