# 体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿(11篇)

来源：网络 作者：春暖花香 更新时间：2024-07-28

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。体育课篮球说课稿 体育篮球运...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇一**

一、说教材内容

我采用的教材是王家宏主编的《球类运动——篮球运动》为主的教材，辅助教材为体育学院通用教材《篮球》本节内容：

篮球是由两队各五人在规定的场地两头各放一个篮筐在有限的时间里展开的立体攻守对抗，以得分多的一队获胜的集体运动。在体育学院，篮球是体育教育专业，社会体育专业的重要课程。其基本技术由移动、传接球、投篮、运球等组成。篮球技术集技巧与体能、智慧与果敢、优雅与勇猛、身体与心理为一体，表现 独特的身体活动能力、强烈的团队意识和视觉震撼力。由于其具有竞争性、共享性、娱乐性等特点伸受广大学生喜爱。经常参加篮球运动能改善和提高心血管系统、呼吸系统、消化系统、神经系统等多方面的功能。参加篮球运动的过程是一种实现德育、智育、美育和身体锻炼的教育方式。

本学期的篮球课程为18节课，本次为第8节课。前面学生已经学过移动、传接球、投篮和运球技术。本课教学的主要内容是持球突破技术。持球突破是持球队员运用脚步技术和运球技术等相结合，快速超越对手的一项攻击性很强的技术。突破技术若巧妙地与投篮、传球、假动作等技术动作有机结合起来，将使突破技术更加灵活多变，从而显示出突破技术的攻击性。持球突破是比赛时得分的重要前提条件，所以我们必须重视高度重视学习这一技术。本次课是学习该技术的第一节课，主要让学生初步掌握持球突破技术，掌握持球突破时

二、说教学对象

体育课面对的是大学一年级体育专业学生，学生基本上都具有篮球基本技术，但没有形成正确的技术概念，由于种种原因同学之间技术差距可能比较大，但身体素质普遍较好。上课内容过于简单，对于原来基础较好的学生来说，提不起很浓的学习热情；上课内容过于复杂，对于基础差、领悟能力弱的.学生来说，又接受不了，学不会。所以教师在教授内容的同时，要难易兼顾，根据全班的整体水平选择合适的内容进行教学。

三、说教学目标

1.认知目标：学习持球突破,建立完整动作印象，了解动作技术构成。

2.技能目标：85％左右的学生们能够做出持球突破的技术动作，并发展学生们动作协调性和灵活性。

3.情感目标：培养学生们勇敢、机智、果断、胜不骄、败不馁的优良品质和团结一致的集体主义精神。

四、说教学方法

新课程标准中明确提出，应重视发展学生们自主、合作与探究的能力。那么，本节课主要从以下几点进行体现：

1.探究学习法：学生们分组进行尝试练习，思考，发现问题，解决问题，以更好地完成动作。

2.合作学习法：通过同学间的讨论，总结出问题答案，改进，纠正。

3.比赛练习法：通过分组比赛，能得到合作学习，勇往直前不畏困难的精神，从而锻炼了身体，巩固所学的内容。

教法

对应学法，本节课采用了相应的四种教学方法：

（1）讲解示范法。学习新内容的动作时，先由教师讲解示范动作要领，然后带领学生们进行模仿练习。正面示范和侧面示范相结合。

（2）分组练习法。根据学生们掌握动作的不同情况进行交叉搭配分组，让动作技能掌握得比较好的同学带动动作技能掌握得稍欠缺的同学，共同进步。

（3）个别辅导法。对于班内一小部分基础较差的同学，采用个别辅导法，以提高他们学习的自信心，培养他们对篮球的兴趣。

（4）比赛法。通过分组比赛与评价，为学生们提供学习交流的平台，激发学生们竞争意识，活跃课堂气氛，增强团队合作精神。

五、说教学重点

重点是熟练的支配球及对球性的掌握和持球突破的转体探肩、脚步动作；

难点是假动作吸引和推放球加速。

六、说教学过程

（一）开始准备部分

1、课堂常规：整队清点人数、师生问好。

2、教师宣布本次课的教学内容目标及要求

3、慢跑两圈，作热身操

4、分组运球赛跑小游戏，先讲解规则，然后进行练习，主要是复习上次课运球的内容，以及集中学生们的注意力，激发他们的学习兴趣。

（二）基本部分

1、讲解并示范持球突破技术动作（交叉步持球突破和同侧步持球突破）

要求：结合上节课内容，练习。交叉步突破假动作要逼真，后蹬有力，起动迅速突然，动作连贯；同侧脚突破，跨步、推放球快速连贯,中枢脚离地面前球要离手。

2、突破步伐练习

要求：每人一球，利用假动作做交叉步、同侧步的脚步动作练习，主要体会假动作、蹬跨、转体探肩、推放球加速几个技术环节的衔接和连贯动作。

3、无防守情况下的突破练习

要求：原地持球突破练习。学生每人一球，位于45度角处成一纵队。练习开始做原地交叉步和同侧步持球突破后运球上篮。投篮后抢篮板运球至队尾。依次练习。

4、有防守情况下持球练习

要求：接球急停突破上篮练习。防守队员位于45度角，持球队员面对防守队员列一纵队，传球给防守队员后，做跑上一步急停接球，根据防守队员的防守位置，用交叉步和同侧步持球突破上篮。防守队员抢到篮板后运球至队尾，刚才突破上篮的转换为防守队员。依次练习。

5、持球突破技术综合练习

要求：半场三对三“斗牛”练习。要求防守采用人盯人防守，不许换人。进攻队员不许掩护，主要利用投篮和突破结合技术来进攻。赢三球者下场休息，换另一组上去防守。

（三）结束部分

1、鸣哨集合整队，在教师带领下，学生进行一对一按摩抖动放松，促使学生消除肌肉的疲劳，身心得到恢复。

2、对本次课进行小结，了解学生们有什么不明白、难以理解的地方，及时解决。

3、学生们总结，教师点评

七、说学生身心状态预计

预计平均心率为：130--135次/分，

最高心率为180次/分，出现在三十五分钟

运动密度约为45%，运动负荷为中等。

八、说场地器材

1、场地：篮球场；2、器材：篮球

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇二**

体育课篮球说课稿

各位评委：

您们好！我说课的内容是：运球，双手胸前传接球，选自高中《体育与健康》课第二节。

指导思想：

本课以《新课标》为依据，充分体现“健康第一”的教育指导思想，结合本校的实际情况，组织安排教学内容，通过篮球运动，可以发展学生跑、跳、投等基本活动能力，提高灵敏、速度、力量、耐力等身体素质和动作的准确性、协调性，增加内脏器官的功能。同时还能培养学生勇敢顽强、机智、果断等优良品质和集体主义精神。

教材分析：

本课教学内容是篮球运动中最主要的基本技术，是全队进攻的重要手段，起着组织全队相互配合的重要桥梁作用，是高中篮球教学重要组成部分，是更好地学习各种技术和战术的基础，传接球技术好坏直接影响到集体力量的发挥和战术的配合的质量，所以我们必须高度重视学习和掌握这一技术，本课是高中体育课中学习篮球运动的第二节课，起着承上启下的`作用，运球、传接球技术的基本方法并不复杂，但要做到准确、熟练、隐蔽、快速，同时要迅速转换衔接其它技术动作，就比较困难。

学情分析：

本次课的授课班级为男生班，共四十人，学生运动技能虽然有差异，但学生总体身体素质都比较好，组织纪律性和集体荣誉感很强，有比较强的思维能力、创造能力。

教学目标的确定：

1、认知目标：进一步建立运球，双手胸前传接球动作概念。

2、技能目标：巩固提高运球、传接球技术动作和对球的控制能力、支配能力，发展灵敏、速度耐力等身体素质。

3、情感目标：培养学生勇敢、机智、果断、胜不骄、败不馁的优良品质和团结一致、密切配合的集体主义精神。

重、难点确定：

重点：运球手型及按球的部位、力量，传接球的准确性快速能力。

难点：上下肢协调配合和手对球的控制支配掌握能力。

教学策略：

本课的教学指导思想主要采用教师启发指导，学生反复练习的教学策略，发展学生的个性，充分发挥学生的主体作用，运用灵活多变手段，做到身心结合，努力达到教学目标。

全课的组织结构不拘泥于过分的统一规整，而以服务练习与教学为目标，力求合理、紧凑、流畅、新颖。

教学流程：

（一）开始部分（2’）

1、课堂常规

2、本课的教学内容目标及要求

（二）准备部分（8’

教师先进行各种方法练习和讲解，然后学生自由模仿创新练习，组织形式为散点。学生通过各种练习，培养学生的球感和对球的兴趣，改善手对球的控制和掌握能力，进一步热身，同时活跃课堂气氛，为基本部分做充分的准备。

（三）基本部分（30’）

1、运球：高低交替运球，两手交替运球，体前变向运球，急停急起运球等原地和行进间的运球练习。

采用了学生散点看教师示范模仿练习，同时教师发现问题及时解决问题，特别是身体的姿势、手型、手法和球的运行要准确。着重解决手对球的按拍力量、方向、掌握，上下肢协调配合和眼视前方，同时给学生一定的时间自主创新，提高学生的学习兴趣，进一步提高控制球和支配球的能力。

2、先进行一对一的“抢运球”对抗练习，然后进行分组“抢运球”对抗练习。加强学生对球的控制和支配能力，发展个性，培养学生竞争意识和创新能力，同时对学生的表现及时进行鼓励表扬，为下部分教学打下坚实的基础。

3、原地两人一组双手胸前传接球

要求：前臂发力前伸，手腕急速向外翻转，肩、肘、腕关节放松，全身协调。

4、原地两人一组运球双手胸前传接球

要求：运、传、接运用协调，且要迅速转换衔接。

5、四人一球一组，行进间运球后传球、接球后运球。

要求：运球和传球，接球和运球要相互衔接好、顺，逆方向都要练习。目的是利用运球和传接球动作有机紧密衔接，快而连贯，更进一步提高传接球和支配球的能力，使学生全面发展身体素质和技术水平。

（四）结束部分（5’）

1、放松操

在教师带领下学生通过模仿练习，促使学生消除肌肉的疲劳，身心得到恢复。

2、对本课进行小结，布置收回器材。

场地器材：

1、场地：篮球场，2、器材：篮球40个，球网4个，

预计教学效果：

预计平均心率为：130--135次/分，

最高心率为180次/分，出现在第二十、三十五分钟。

运动密度约为55%，运动负荷为中等稍上。

教学评价：

在教学目标的制定过程中，对教材的特点、重、难点、学生的情况等进行了比较透彻的分析，教法与学法的选择遵循了教学原则和学生心理特点，顺利地达到本课制定的教学目标，学生能在教师的指导下认真参与各项练习，课堂气氛活跃，师生情感融洽。在教学比赛中同学们积极投身与篮球运动之中，学生们在篮球场上得到快乐，获得强健的体魄和聪明的才智。

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇三**

一、教材分析

篮球运动是一项群众性的体育运动项目，是篮球的基本技术之一，也是青少年，儿童最喜爱的一项球类运动。特别是学习行进间运球，它能发展学生的奔跑、协调性，提高学生的速度，灵敏、肌肉力量等身体素质，培养学生的勇敢顽强、机智果断。团结协作的集体主义精神。

二、教学目标

1、初步学习篮球中的行进间运球，激发学生积极参与体育运动，提高学生对篮球运动的兴趣。

2、运用篮球各种游戏的形式，来达到学习和掌握行进间运球的动作。

3、结合“搭桥滚球比赛”的游戏，发展学生的速度、灵敏、肌肉力量等素质，让学生体验小组合作，增进学生的合作意识和团队精神。

三、教学重点、难点

1重点，触球部位和触球点，以及控制球的能力。

2难点：全身的协调性和上肢控制球的力量和方向。

四、教法与学法

1、教法：本课是在贯彻体育课新理念新方法中讲创新。如：在篮球的基本技术教学中充分运用篮球的游戏有机地结合起来，既培养学生对篮球运动的兴趣与爱好，而且有利于激发学生的积极性，丰富课题教学的内容来提高学生学习篮球的竞技水平，也充分体现学生自主，合作探究的学习方式。

2、学法：主要是满足学生的需求。运用玩中学和学中玩的形式，将枯燥的篮球训练寓于生动，运用活泼的游戏力求使学生在愉快的气氛中掌握和提高篮球的行进间运球技术，使体育课成为学生的一种享受。

五、教学程序

1开始部分(10-15分钟)

(1)由体育委员组织学生四列集合、整队和检查人数。

(2)师生问好!宣布本课教学目标及要求。

(3)集中注意力练习：老鼠夹，(见图1)(练习3～5次)

方法：两人一组自由组合，前后站立，前面同学双手叉腰，当“夹子”，后排同学双臂伸进前排同学的两臂内侧于腹前，教师突然吹哨或拍掌，“夹子，同学快速夹臂，后排队员迅速抽手，被夹住的同学算失败，反之为胜。学生散点后练习开始，要求：练习中互换角色。

组织教法：

a、教师讲解示范游戏的方法及规则。

b、学生听老师的口令统一练习，

c、在练习中，教师要求学生高度集中，以最快速度夹到“老鼠”为胜，否则，老鼠夹算输。

(4)热身活动(每人一球)

a、抛接球，b、球绕腰，c、球绕腿，d、原地运球，e、左右手原地运球，f、拍起运球

组织教学：采用启发、示范、讲解练习法。

要求：动作到位，协调有力。

2基本部分(15～20分钟)

(1)学习行进间运球

(a)情景导人(除了我们刚才练习的原地运球技术外，谁会表演向前运球的动作，请出学生展示并让学生进行点评)，

(b)导人课题，老师进一步示范、讲解行进间运球的重难点。

重点：手腕触球的部位和触球点，以及控制球的能力。

难点：身体的协调性和上肢控制球的力量和方向。

(c)练习方法：

首先，设置直线10-20米的行进间运球练习2～3次后，进行20米的运球比快，其次，安排30米的曲线运球2～3次。再次，让学生两人一组创意运球，看谁能在运球中把对方的球打掉。

要求：在运球中不能推人、打人和踢人，只能用手去干扰对方的球，提高运球的技巧和保护球的能力。

(2)游戏：滚球比赛(7～10分钟)

组织教学：

a、教师讲解、示范游戏的方法。

把学生分成4～8组相等的人数，第一个同学持球蹲在隧道口(山洞前)，让其余同学做俯撑姿势形成山洞(隧道)后，让小组的同学依次做滚球比快，如：第一个同学的球对准洞口进行快速滚球的动作，球一出手后，马上要趴下做俯撑动作合成山洞(隧道)，最后一个同学要在洞尾接球，接到球后，立即跑到隧道口前继续滚球，依次进行比赛。(2～3次)

b、游戏规则：

首先，要求学生四肢搭桥做山洞让同伴滚球。

其次，滚球与接球的同学必须依次进行。

最后，看各组的第一个滚球的同学，先拿到球的同学为胜(赢)。

3课的结束部分(3～5分钟)

(1)听音乐(北京的金山上)做放松活动。

教法：a、徒手分解。b、配乐跳舞。

(2)小结本次课的优缺点。

(3)安排值日生收拾器材。

(4)师生拍手再见!

(备注)：

场地器材设计：篮球49个，标志物31个，录音机1台。

课的运动量预计：120～145次/分钟。

课的练习密度预计：35%～60%。

[点评]

说课实际上也是一节课的设计，本课的设计中，制定的体育教学目标具体，可观察;选择的体育教学内容适合小学5年级学生的水平;在体育教学任务分析上对学生现有水平到教学目标之间所需获得的能力把握较好;体育教学场地设计实用新颖，各教学环节清楚、设计程序完整。

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇四**

一、指导思想：

根据健康第一的指导思想，结合以人为本的理念，在体育课堂教学中让学生学习篮球基本技术，提高运动技术能力，为他们今后终身体育打下坚实的基础。

二、教材分析

篮球运动是高中《体育与健康》教学内容中学习的一个部分，也是学生喜爱的学习球类内容之一。本课教学内容是原地单手肩上投篮技术，该技术在初中已经学过，在高中阶段要使学生在掌握动作的同时，应使学生对动作有正确的认识，培养不断自我修正动作的能力，使动作规范化，提高投篮的命中率。

三、学情分析

本课教学对象为高一年级40名男生。由于高中学生身心发展趋成熟，已经具备了独立思考、判断、概括等能力，在身体锻炼中也具备了较高的基本运动能力，而篮球又是他们所喜爱的一项运动，有一定基础，但对单个技术的学习并不满足，而对学习对抗性练习特别感兴趣。因此在教学中要让学生把动体与动脑很好地结合起来，给学生提供在认识所学知识、以及创造性应用所学动作的机会，从而增强教学效果。

学生通过多年的学习，已认识到耐久跑为锻炼身体的重要手段之一，但对枯燥乏味、周期性强的耐久跑却存在畏惧，在跑过程中极易出现呼吸与跑的节奏不相一致的状态，从而影响耐久跑的成绩。

四、教学目标：

以学情为基础，学生发展为本，从篮球基本技能形成出发，确定本节课三个层面的教学目标。

1、认知目标：学习与了解正确的投篮动作对提高命中率的作用、耐久跑中的一些基本知识。

2、技能目标：通过本次课的学习，使80%以上的学生能掌握投篮的动作要点；100%的同学在命中率上有所提高；90%以上的学生掌握正确的耐久跑呼吸方法。提高动作配合能力，发展创造性思维和自我评价能力。

3、情感目标：激发学生学习的积极性和创造性，增强学生团结协作和安全保健的意识，培养学生奋发向上的品质。

五、本课的重、难点：重点：

上下肢的协调用力难点：用力方向、出手力量

六、教法设想：

原地单手肩上投篮采用模仿练习和自我修正的教学法，使学生在模仿和自我修正的过程中慢慢的掌握投篮的正确动作，再结合以往所学技术，自创方法，进行练习，由浅入深，由易到难，逐步提高。培养学生的想象力和创造力。要注意的是：教师在巡视指导中要不断的加强对学生的教育及鼓励。 耐久跑采用图形跑的方法，利用篮球作为道具，使内容丰富，增加趣味性。

两个教材中都运用了重复练习法，使学生在多次练习中掌握正确的技术动作，整堂课采用收、放、松、紧相结合的组织方法。

七、学法指导：

本课采用“模仿————练习————创造————评价———巩固”的学练流程，让学生充分领会主动学习和创造性学习的方法。在体验、想象、演示、分析比较和多向交往中形成正确的动作表象，掌握正确的技术动作。教师的.自身综合素质、课堂上的`过程管理、细节处理、以及对学生的评价等，都会影响学生学习动作、提高学习兴趣的因素。

八、教学过程

课共分四个部分去完成，既开始部分、准备部分、基本部分、结束部分，从课的时间的安排上：开始部分3分钟、准备部分7分钟、基本部分30分钟、结束部分5分钟。

1、开始部分：

课堂常规

按指定地点整队，体育委员汇报出缺勤人数，教师宣布本课的教学内容，并进行安全意识的强调。

2、准备部分：

绕场地运球（意图：让学生熟悉球性，热身，活跃课堂气氛，为下一个学习内容做铺垫）韵律操教师营造轻松愉快的气氛，用规范的动作和口令带着学生完成徒手操。（意图：针对本堂课易受伤的关节做进一步的活动，预防受伤）3基本部分：原地单手肩上投篮→教：讲解、示范、要求、巡视、纠错→学：看、听、模仿、练习、创造。

首先教师讲解示范和提出练习的要求（上下肢要协调用力，伸臂充分，用手腕前屈和手指柔和拨球将球投出）接着安排学生两人面对面做投篮模仿练习，互相检查和纠正，此时教师指出易犯错误：用力方向不对（要求投篮出手后，手指指向球框）投篮出手后，球飞行弧线太低（要求学生投篮伸臂时要先向上抬肘）（意图：初步的建立正确投篮的动作）；再两人一组，一人站在罚球线后投篮，另一人捡球传递，5个球交换，投篮者根据上一次投篮结果进行自我修正动作，指导下一次动作（通过不断的自我修正动作来掌握动作的要领，让学生体验到靠自己的能力来完成正确动作的喜悦感）；接着四人一组用2个球，3个人捡球传递一个人投篮，3个球一换，此时要求投篮者接球后快速投篮。（根据自己对投篮动作熟悉的程度，加快投篮出手速度来挑战极限，实行自我管理，实现分层教学） 耐久跑： →教：传授知识、线路指令、讲评练习。

学：图形跑练、定时跑练、反馈评价。

教师讲解正确的呼吸方法3步一吸3步一呼，并要求学生在跑的过程中摆臂放松。再用篮球做道具，制定不同跑的路线，进行练习（意图是使原本枯燥乏味的耐久跑变得更加有趣味性，来提高学生练习的积极性）

3、结束部分：

1、教师在音乐伴奏下带领学生做放松操。（设计意图：启发学生养成自我放松的习惯，并且贵在坚持）

2、对本课进行小结，学生参与自我评价，小组评价和综合评价

3、回收器材，师生再见

九、预计课的效果和场地器材

1、预计效果：本课的教学目标基本实现，预计本课学生的平均心率120次∕分左右。运动密度35%左右，中等强度。

2、场地器材：本课安排在篮球场地进行，篮球40只，长绳2条。

十、本课的亮点

由于学生人数过多 在场地安排上采用特殊方法：在篮球场相对面两个球框上拉上两条绳子，这样就形成了多个类似的球框 以便让更多的学生能够参与练习。

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇五**

一、说教材：

教材内容为篮球（复习原地运球，学习直线运球）和接力跑游戏，均选自省编中学《体育与保健》教材第一册内容。球类是学生喜爱得运动项目，它具有良好得综合健身作用，能够培养学生团结、协作、积极进取和拼搏精神。中学篮球教材由基本技术、简单战术和教学比赛三部分组成，基本技术在整个教学内容中比重较大。初中阶段重点是学习各种基本动作，尤其是在初一教材里基本技术动作所占得比重最为主要。选择直线运球技术作教材，是根据初一学生得生理、心理特点和认知、技能水平情况。因此，将本课直线运球得重点确定为运球时得按拍部位，难点为控制球。初中得接力跑教材分迎面接力跑，圆圈接力跑和接力区交接棒得接力跑，本课利用篮球和呼拉圈在篮球场地中进行接力跑，进一步增加接力跑得知识性和趣味性。接力跑游戏得重点定为提高学生得快速跑能力和灵敏素质等。

根据以上认识特制定以下三方面得教学目标：

1、认知目标：

1）了解本课得练习方法，明确篮球原地运球、直线运球得技术原理及作用，能正确区分原地运球和直线运球得不同之处。认识篮球运动得目得是全面发展身体素质、增进健康。

2）90%以上得学生明确本课目标。

2、技能目标：

1）通过本课学习，使85%以上得学生正确掌握原地运球技术，75%以上得学生在一定速度中能正确运用直线运球技术，提高手对球得控制支配能力。

2）发展学生得灵敏、速度素质，提高协调性及快速反应能力。

3、情感目标：

1）培养学生积极进取、顽强拼搏、力争胜利得竞争意识及团结协作、吃苦耐劳得优良品质，强化学生得爱情感，提高想象、交往能力，发展学生个性和心理素质。

2）95%以上得学生对情感目标得接受。

二、说教学程序：

在课得结构上，从“身心协同”得基础观点出发，依据初一学生得身心特点，采用“收心热身、愉悦心身———育心强体、磁智促技———稳定情绪、恢复心身”得三段结构。

1、在收心热身、愉悦心身阶段，用我国男篮健儿在奥运会上得优异表现引入教学主题，通过开口螺旋形跑，活跃气氛，集中学生得注意力，紧接着成闭口螺旋形跑至站位做球性练习，通过球性练习能使有关肌肉、关节、韧带得到充分得活动，而且与要学得技术动作有机结合。因学生水平各异，最后一个球性练习为自由创想展示练习，给学生自我展示得机会，从而调动学生得创造性思维和学习得主动性。这部分用时为9分钟。

2、第二阶段，首先，运用各种变化得原地运球练习，改进提高原地运球技术动作及控制球得能力，在运球中要求学生养成观察前方得良好习惯，重点强调正确得身体姿势和脚部动作，为主教材教学做铺垫。在学生情绪已活跃得基础上学习新教材，进入直线运球教学，我用启发性得语言和直观对比，使学生能较清楚地认识到“球得反弹角度与手按拍有直接关系”等道理，并运用不同信号手段组织学生进行直线运球练习，然后安排学生进行直线运球追逐，使教学步骤由浅入深、由易到难、分层递进、对比探索、激发兴趣达到初步掌握技术动作得目标。练习中我突出要求学生相互观察、相互纠错、共同提高，充分体现和谐互助得精神。在这阶段中，我还注重在练习队形图形上进行变化，一方面充分利用篮球场原有得线路，另一方面克服重复练习带来得枯燥感。这部分用时20分钟。

在接力跑游戏得按排上我设计了一组以支持北京申办奥运会得为主题、益智健体得接力游戏。在场地得布置上，我用奥运会五环营造团结友谊、积极进取、奋发向上得氛围，运用游戏竞赛法，激发学生练习得积极性，并在每一次竞赛间隙都设计一些有关奥运会得知识得问题让负队学生回答，一方面以激发学生得爱国主义情感，另一方面给负队一次充分发挥集体得智慧获取胜利和成功得机会，在教学中充分体现出启迪心智、发展思维、强身健体、体验成功得现代体育教学观念。这部分用时12分钟。

3、第三阶段，围着五环放松，后运用“笑与不笑”游戏，以达到稳定情绪、恢复心身得目得。最后进行小结，对本课得练习效果进行讲评，对学生得成绩给于肯定和表扬，提出今后注意事项，从而结束本课教学。

三、说教学特色：

1、本课以“愉快教学法、成功教学法”作为指导思想，以发挥学生得认识能力为核心，以培养学生得基本活动能力为目得，充分发挥教师得主导作用，突出学生得主体地位，始终在师生得共同活动中愉快、轻松、活泼地进行教学，力求体现“大容量、高密度”得教学特色，以达到最优化得教学效果。

2、整堂课始终在一个篮球场地中进行，布置简单清楚，器材实用，富有喻意，坚持“一场多用、一线多用、一材多用得指导思想。

四、课得预计：

本课平均心率预计：130——135次/分；最高心率为：170次/分；出现在约三十八分钟时，即接力跑教材时；估计练习密度为40——45%左右。

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇六**

一、教材分析：

教材内容为篮球得运球选自《体育与健康》水平四得教材内容。球类是学生喜爱得运动项目，它是有良好得综合健身作用，能够培养学生团结、协作、积极进取和拼搏精神。中学篮球教材由基本技术，简单战术和教学比赛三部分组成，基本技术在整个教学内容中比重较大。初中阶段重点是学习各种基本动作，选择运球技术作为教材内容，是根据学生得生理、心理特点和认知技能水平情况而定。因此，将本课得运球得重点确定为运球时得按拍部位，难点为控制球。

二、学情分析：

我授课得对象是初中二年级学生，他们对篮球得兴趣比较浓，不仅有一定得基础，而且部分学生得技术已相当熟练，因此对本课得内容表现较强得求知欲。所以在教学中适当增加练习得难度，提高实战中得应用能力。

三、教学目标

1、认知目标：通过愉快、自主得教学氛围，使学生在学习篮球运球基础上得到提高，培养篮球运动得兴趣，增进身心健康。

2、技能目标：通过本课学习，使85﹪以上得学生正确掌握运球技术与方法，提高手对球得控制支配能力。

3、情感目标：给学生展示得机会，增强自信心，发展其个性思维及想象力，培养他们团结协作得精神。

四、教法与学法：

教法上采用启发教学，讲解示范，分组练习法，激发学生得学习兴趣，使学生在头脑中建立正确得动作概念，明确要领，学会练习方法。在学法上，采用分组合作得练习形式，加上教师得共同参与，让学生自我体验，相互评价，相互促进。

五、教学结构

根据人体生理机能、活动能力得变化规律，本课划分为激发与引导、学习与体验、恢复身心三个部分。

（一）激发与引导

在开始部分，以球操和游戏为练习内容，利用这样得方式，提高学生得注意力，并激发学生得学习兴趣，使学生得机体能迅速过渡到运动状态。

（二）学习与体验

这一部分是课得主体部分，是”教与学“得重点。首先通过球性练习使有关肌肉、关节、韧带得到充分得活动，培养学生得球感和身体协调性，而且与要学得技术动作有机结合，并鼓励学生大胆自我创新，带领全体学生一起练习，给学生自我展示得机会，从而调动学生得创造性思维和学习得主动性。其次运用各种原地运球练习，改进提高原地运球技术动作及控制球得能力。在学生情绪已活跃得基础上，学习行进间运球技术，提高学生快速运球能力，并设计多样得练习方法和路线，提高学生练习得兴趣。教学步骤由浅入深，由易到难，分层递进，激发兴趣，达到初步掌握技术动作得目标。让学生充分把所学技术运用到实践中，同时培养学生团结协作得精神。

（三）恢复身心

把太极动作运用到篮球上来进行放松，以达到稳定情绪，恢复身心得目得。最后进行对课得练习效果进行评价，对学生得成绩给予肯定和表扬，提出今后注意事项，从而结束本课教学。

六、教学特色

以培养学生得基本活动能力为目得，充分发挥教师得主导作用，突出学生主体地位，始终在师生得共同活动中愉快、轻松、活泼地进行教学，力求体现”大容量、高密度“得教学特色，以达到最优化得教学效果。

课得设计：

本课平均心率预计：130—140次∕分，强度预计：1.2—1.4，练习密度预计：50—60﹪

以上是我说课得内容，有不当之处敬请各位专家评委批评指正，谢谢！

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇七**

“解散!”体育老师一声令下，我们便如鸟笼中的小鸟终于获得自由似的，欢呼雀跃地跑开。但转眼又向体育老师跑去，体育老师被大家围住了，十几张嘴上下动着，叽叽喳喳地向老师央求。

”老师，老师，给我们一副羽毛球拍吧!”仝敬尧和翟羲玄冲到老师跟前说。

“老师，老师，给我们一个足球吧!”崔仲阳气喘吁吁的跑来向老师说。

体育是天神的欢娱，是生命的动力!带给人们无限的美好!我们都热爱体育运动，都争先恐后地向老师借体育器材。我费力的挤进人群，想借一个篮球，可体育老师手一挥：“今天就借这么多器材。”

“唉……“同学们一哄而散。

我环视四周，想看看谁借了篮球。这j时，我突然听见有人叫我。原来是齐国栋，他手上还拿着一个篮球。“你要打篮球吗?”他问。我答到：”好啊!“我们一起召集人手，不一会儿，来了一大堆人。齐国栋和另一队队长蔡天姿通过猜拳各自选好了人，我在齐国栋这队。

”嘟——“哨音响起，比赛开始了!只见我们队队长齐国栋飞快地把球传给了张明瑞。张明瑞接过球，向航昊哲打了个手势。结果刚把球传出去，就被另一队的潘晓璠抢了过去，随即直奔我们队的球筐而来，我见局势不妙，快速迎上两步抢过球，传给了路明杰。路明杰作欲传给杭昊哲状，却一转身，把球传给了齐国栋。齐国栋一、二、三，三步上栏，球在篮筐上打转，像一只不肯回家的小狗，可我们队五个人的目光射得它不得不回去。”刷\"的一声，球进了!

队长奋力一投!又进球了!

……

我们队配合相当默契，动作如行云流水，尤其是队长齐国栋，他的手上好像有一块磁石，我们队里十个球九个都是他进的。

《梁祝》在耳畔响起，哨音在耳边划过，比赛结束了。我们一个个衣服都湿透了，累的趴在了草坪上。结果并不重要，重在参与。大家你看看我，我看看你，不约而同地笑了。

这场比赛，使我们的友谊更加深厚!我希望同学们多参加体育活动，让体育精神陶冶我们的情操!

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇八**

时光犹如白驹过隙，转眼间，我来到上海海洋大学已经有一个学期了。在这短暂而又充实的四个月之中，我很荣幸地来到谭老师的班级，接受老师的教学与考核。

谭老师是一位很和蔼可亲的老师，他并不像有些老师，上课总是板着个脸、大吼大叫的，真正用心来教学，手把手的教我们怎么用单手投篮、上篮等等基本动作。

很幸运，我这学期主修篮球，我不能算打得很好，但至少还算会打，不至于很辛苦地节课都花在学习篮球上，偶尔也能打打比赛。

其实，篮球课作为一门广受学生喜爱的体育课，特别在男生眼里，自有它的魅力之所在。

首先，篮球是一项锻炼性运动。它不仅具有很强的娱乐性，还能增强体质。它不仅可以使人从紧张的状态得到放松，促使身心的健康发展，更能够从体能上得到锻炼。据专业人士讲，他可以改善人的呼吸系统、消化系统等多项体质功能。再者，它包含着很多技巧。通常来说，我们常用的是虚实结合的方法。实的包括运球、传球、三步上篮，这些是个人所需的必备技能，硬性条件。虚的就主要包括晃人、虚上、转向、假摔等，这些是要在打篮球的过程中慢慢体会的。

最重要的一点，它还是一种精神。它不仅可以磨练人的意志，还可塑造人的品格。说到此，我们就不得不提到大家一直所津津乐道的nba和我国的大牌球星姚明，另外，就是乔丹和科比。了解他们的人必定都知道，打球是很辛苦的一件事，往往一场下来，大汗淋漓不说，整个人都累得想躺倒地上不想动了。但是，对于一个喜欢篮球、热爱篮球的人来说，它更是一种乐趣。的确是这样的，我尤其喜欢拿到球后的那种责任感和投中那一刻的激动和成就感。说到篮球精神说到底就是一种拼搏精神，一种永不言败的精神，一种奋发向上的精神。它不仅需要从个人的自身技能方面来提高，还要有对团队很强的责任感，良好的默契和团队合作精神。我个人认为：如果能成为一个优秀的球员，就可以从中学到很多东西，个人的学习、工作和生活都能提供很好的借鉴。

我最早接触篮球是在初中的体育课上。老师给我们将传球、运球和三步上篮。但由于场地有限，打篮球的人很少，玩篮球的机会就更加少了。后来上了高中，遇到一个要好的同学也喜欢打篮球。因此，每当上体育课的时候，我们都会找老师要篮球玩。当然，不懂规则，只是玩。

现在回想起以前的一些经历还是会露出一丝笑容。因为篮球，让我明白许多，也体会到许多。不仅如此，它也给我的课余生活增添色彩。

到了海大，场地条件很充足，每当星期五下午的体育课，我都会尽情地打一场，把一周的压力都抛到脑后，将一切的激情与热情全都释放出来，酣畅淋漓地赢一场，肆无忌惮地仰天长笑。

大一的课程并不是很多，外出运动的机会也很多，以后我得加强课外活动次数和时间，让身体机能保持在一定的水平。不仅如此，我还要将篮球中的团队精神以及顽强拼搏精神运用到将来的学习、今后的工作、面对人生的挫折上，将自己的精神世界提升到很高的境界。

最后，感谢谭老师在之前的四个月里的谆谆教诲!

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇九**

时间如同滚滚而逝的流水，轻轻地来，然而却匆匆的走。回眸间，大学的新学期就即将在短暂之中画上句点。但在这短暂之中我看到了很多的灯火阑珊，让我认识了心仪已久的篮球，更让我感悟到了许多的做人道理。

篮球一直是我比较钟爱的体育运动。因为我感觉它的协调性、节奏性和对抗性能够让人很好的舒展自己。但我从未真正的去学过篮球，于是这学期我改变了主义和想法。经过一学期的篮球学习我基本上对篮球了解了一点，我感觉篮球不仅可以培养我们坚强的意志品质、团结协作的精神，良好的心理素质、公平竞争的意识而且还可以培养我们的体育文化修养和做人素质修养。篮球课有时候是有点累，但我感觉并不枯燥。在帅老师的教导下，使我的课程不是包袱，而是一种享受，让我们感觉很轻松，很活跃。虽然只有十几节课的课程，尽管是选修课，但我一直把它作为必修课来学，学不到什么专业技能，但我还是受益匪浅。

下面从观看“重工杯”决赛――我院成功卫冕这场精彩比赛来谈我的感想。

这是我院和计算机学院上演的“重工杯”巅峰对决。最终我院以58：44成功卫冕。在这场比赛中我院男篮打得非常的积极，一开场就取得巨大领先。我感觉这点非常好，好的开端是成功的一半，首先在气势上和自己的心理上就战胜了对方。篮球不仅打的是技术和战术还有就是心理。随后我院男篮愈战愈勇，状态越来越好，我想篮球如果气势和手感迎合了自己，你就可以驾驭篮球。其中有一幕我院男篮打得很认真，不断寻找投篮的机会，心中的弦一直都绷得很紧，对于这点我想比赛中我们应该聚精会神，不要随意松懈，也许这是对手扭转乾坤的好机会。最后我院男篮不断地断球，传球，投篮一气呵成，这让看到了篮球的连贯性，节奏性和协调性。在激情和欢呼声中我院男篮战胜了对手。

在这场比赛中我不仅学到了很多的篮球要点，同时也让我明白了一个运动员的职业修养的重要性。

在此非常感谢教导我一学期的帅涛老师，谢谢你一直以来的栽培和教导，篮球课结束了，但我的激情和运动的热血永不停息。

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇十**

：

（1）球被别人拍掉或被逼出场外。

（2）球自拍停止或中途没拍到球。

出现以上两种情况的学生，就离开场地，由场外的学生补进，继续游戏。如果班上学生多，可多划几个场地。此种方法有利于培养学生的运球兴趣，在游戏中提高运球、控球、护球的水平，学生乐此不疲。

二、一人运两球（接力）

利用半个篮球场，运球迎面接力。一人左右手同时各运一球，从起点一直至终点。球若被运丢，则拾回从丢球处理继续。若一手推，一手运球则从起点开始，重来一次。

此游戏对培养学生左右手运、控球能力有着极大的帮助。

三、运传抢游戏

利用篮球场，游戏内与之平行1米处划一线为禁区（只许接球队员在内，其余任何人不许进）如右图，每队人数4—7人左右。游戏开始，在中圈跳球，获球的队通过运球和传球组织进攻，设法将球给本队的接球员，接球员接到球后，该队就得1分。同时守队则积极组织防守．努力断抢，利用运球和传球转守为攻。在规定的时间内，以得分多者为胜。

规则：

（1）不得推、拉、打、摔对方队员。不得持球跑。否则，算犯规。在就近罚界外球。

（2）球出界外，由对方在出界地点发界外球（不能直接传球给接球员）

**体育课篮球说课稿 体育篮球运球说课稿篇十一**

《提纲，篮球，障碍跑》体育课说课稿

一、教学思想：

我们是不是可以从反面思考一下----如果有一天体育课消失了，会产生什么样的后果？学生可能会锻炼但不科学，能打球但不知何为打球，也不知如何有效地与人友好相处。古人云“授人以鱼，可供一饭之需；授人以渔，则终身受益无穷”，所以必须教会学生对知识的理解、同化、分析，多种能力和创造力的培养。

二、教学内容：

1、篮球：运球2、跑：障碍跑

三、教材分析：

（一）篮球：运球是队员在比赛中携带球移动的唯一方法，是控制、支配球，组织战术配合及突破防守的重要手段。根据《体育与保健》指导纲要，运球是初一篮球项目5课时中的其中的1课时，本课次是在熟悉球性教学后的第一次篮球基本技术的.教学，处于铺路石的地位。由于运球技术初步学会容易，学透不是一朝一夕所能奏效，因此，对教材进行二度创作（1）采用比赛形式，带动基本技术的学习，（2）从教学的实效性出发，运球教学不仅要注意对控制球能力的提高，还需要减少自身不必要的失误----结合护球。

重点：小臂、腕、指用力、球运体侧

难点：眼、手、身体三配合

（二）障碍跑：障碍跑是初一、初二年级跑项目的重要内容。根据指导纲要，初一年级障碍跑要求分二次课来完成。第一次课，初步掌握过障碍的方法；第二课运用不同方法综合性接力比赛，本次课为复习课，目的是结合篮球新教材的搭配与学生上、下肢的全面发展。

重点：合理运用钻、跨、绕方法。

难点：技巧、速度

四、学情分析：（略）

五、教学目标：

1、认知目标:使全班学生逐步建立运球技术表象，了解过障碍的几种方法和奥运会有关知识；

2、技能目标：（1）基本掌握运球技术，使50%-60%的学生能在眼不看球的条件下连续运球10下，发展灵敏、协调能力；

（2）提高穿越障碍能力，发展奔跑能力，培养创造思维能力，训练快速反应能力。

3、情感目标：涌透爱国主义教育，发挥奥运精神。

4、负荷目标：平均心率130--140次/分，练习密度40%--50%。

六、教法与学法：

以北京申办20xx年奥运会为情景主线，采用启发式教学，一材多用，以比赛带动基本技术学习，提高活动能力，便教学灵活，学生学习积极性高，学得活。贯彻和运用循序渐进和直观性原则，解决教学重点和难点。学生通过自我体验、观察来理解动作，培养了创造思维能力，经过专项训练后，又通过互练互评、自我升降评价来巩固正确动作。

七、教学流程：略

八、场地设计与安全教育：

篮球教学围绕在象征奥运的五环上进行，符合北京申奥的情景，障碍跑采用直线形比赛，喻示“北京申奥成功，让五环深深烙印在祖国大地上”。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找