

1

2

3

# 探究 体育课堂的 奥秘

江苏省教学新时空  
“名师课堂”实录

初中



江苏省中小学教学研究室体育编写组 组编



南京师范大学出版社  
NANJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

# 探究体育课堂的奥秘

江苏省教学新时空“名师课堂”实录

初中

江苏省中小学教学研究室体育编写组 组编



南京师范大学出版社  
NANJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

探究体育课堂的奥秘:江苏省教学新时空“名师课堂”实录.初中/江苏省中小学教学研究室体育编写组编. —南京:南京师范大学出版社, 2015.4

ISBN 978-7-5651-2056-5

I. ①探… II. ①江… III. ①体育课—课堂教学—教学研究—初中 IV. ①G633.962

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 045136 号

- 
- |      |                                                         |
|------|---------------------------------------------------------|
| 书 名  | 探究体育课堂的奥秘——江苏省教学新时空“名师课堂”实录(初中)                         |
| 组 编  | 江苏省中小学教学研究室体育编写组                                        |
| 本册主编 | 孟文砚                                                     |
| 责任编辑 | 王 安                                                     |
| 出版发行 | 南京师范大学出版社                                               |
| 地 址  | 江苏省南京市宁海路 122 号(邮编:210097)                              |
| 电 话  | (025)83598919(总编办) 83598412(营销部) 83598297(邮购部)          |
| 网 址  | <a href="http://www.njnup.com">http://www.njnup.com</a> |
| 电子信箱 | <a href="mailto:nspzbb@163.com">nspzbb@163.com</a>      |
| 印 刷  | 扬州市文丰印刷制品有限公司                                           |
| 开 本  | 787 毫米×960 毫米 1/16                                      |
| 印 张  | 12.5                                                    |
| 字 数  | 245 千                                                   |
| 版 次  | 2015 年 4 月第 1 版 2015 年 4 月第 1 次印刷                       |
| 书 号  | ISBN 978-7-5651-2056-5                                  |
| 定 价  | 34.00 元                                                 |

出 版 人 彭志斌

---

南京师大版图书若有印装问题请与销售商调换

版权所有 侵犯必究

# 目 录

## 第一课 篮球·传切配合(初二)

镇江 王竹平..... (1)

## 第二课 低单杠·单脚蹬地翻身上(初二)

常州 姜庆军 ..... (18)

## 第三课 排球·正面上手传球(初一)

无锡 张道波 ..... (39)

## 第四课 山羊·分腿腾越(初二)

南通 陆冬冬 ..... (63)

## 第五课 双杠·外侧坐越两杠直角下(初二)

南京 梁 爽 ..... (84)

## 第六课 田径·蹲踞式跳远(初一)

常州 史亚娟..... (105)

## 第七课 篮球·行进间运球(初一)

无锡 张亚斌..... (127)

## 第八课 技巧·远撑前滚翻(初二)

泰州 陈亚琴..... (148)

## 第九课 排球·自垫球(初一)

镇江 吴亚香..... (173)

编后记 ..... (193)

# 第一课 篮球·传切配合(初二)

镇江 王竹平

## 一、活动概况



图 1-1 活动现场

1. 活动时间: 2013 年 1 月 24 日, 下午 13:00~15:00
2. 活动地点: 南京师范大学附属中学演播厅
3. 上课内容: 篮球·传切配合
4. 研讨主题: 初中篮球课中的技战术教学
5. 主要人员。

王竹平: 镇江市大路中学体育教师、镇江新区兼职体育教研员

孟文砚: 全国中小学体育教学指导委员会委员、江苏省中小学教研室体育教研员、教授级中学高级教师

周 兵: 南京师范大学体育科学学院教授、教育学博士、硕士生导师

姜玉华: 南京市中华中学教师、江苏省特级教师

吴亚香: 镇江市教育局教研室体育教研员

6. 视频地址: <http://video.jssjys.com/Html/Video/7188/>



## （一）授课教师简介

王竹平老师现任职于镇江市大路中学，教龄 22 年，毕业于扬州师范学院，专业为体育教育。他 1992 年分配到镇江市大路中学工作至今，现任教初三年级。

王竹平老师为中共党员，中学高级教师，镇江市体育学科带头人，国家一级社会体育指导员，田径国家一级裁判员，镇江教育学会体育专业委员会理事，被聘为“中国学校体育研究会成员”“江苏学校体育网通讯员”“中国教育学会体育专业委员会长期信息调查员”，现任镇江新区兼职体育教研员。



图 1-2 王竹平老师

从教二十多年来，他始终践行着“为了一切学生，为了学生的一切”的育人理念。他在各类教育教学中成绩显著，先后主持省级课题子课题、市区课题并结题，现主持和参与多个省、市级课题研究，多次开设市区公开课，开设省、市级讲座六次，区级讲座二十余次，获全国第五届中小学体育教学观摩评比活动一、二等奖，江苏省优秀体育课二等奖，镇江市初中优质体育课评比一等奖，多篇论文在国家、省、市获奖，先后在《中国学校体育》《体育教学》《音体美报》《学习方法报》《新课程研究》《科教导报》《镇江教育》等杂志上发表文章。任新区兼职体育教研员以来，俯下身干实事，指导多名教师多次在省市比赛中获一等奖，全区体育教学质量稳中有升，学生身体素质明显提高，先后获“江苏省学校体育先进工作者”“镇江市优秀教育工作者”“丹徒区德育先进工作者”“大路镇优秀共产党员”“镇江市教科研先进个人”“江苏省学校体育网优秀通讯员”等荣誉称号。

## （二）所在学校简介

镇江市大路中学创建于 1958 年，坐落在江苏省镇江市东郊大路镇，东临长江，北依圜山，是莘莘学子求学的理想之地。整个校园富有现代化的气息，宏伟整齐的教学楼与设施一流的师生食堂浑然一体，相得益彰；综合楼功能齐全、器械完善，这让学校课堂更加丰富、多样化。

近年来，学校建设一直本着“科研兴



图 1-3 镇江市大路中学

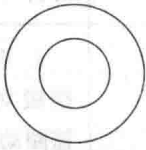
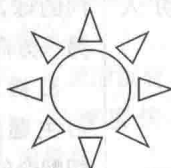
校”“特色办学”“质量立校”的宗旨,坚持以人为本、师生共同发展的办学理念,坚持走素质教育之路,走教育改革之路,教育教学质量稳步提高。目前教师队伍素质齐整,理念先进,团结互助,共同提高。近年来,学校教师和学生积极参加全国、省、市级各类竞赛,并不断取得骄人业绩。“做科研型教师”“成新世纪人才”已成为新路中人的不懈追求。

在新区党工委、管委会领导的关心下,大路中学在原址基础上再次扩建,教学硬件设施和生活实施应有尽有,大路中学已经成为镇江新区教育一道靓丽的风景线。

## 二、教学计划

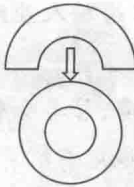
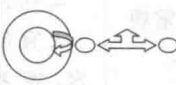
### (一) 课时计划

篮球单元 5-3 传切配合

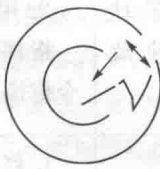
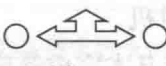
|      |                                                                                                  |                                               |                                                      |                                                                                                      |      |      |    |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|----|
| 教学内容 | 篮球:传切配合及体能练习                                                                                     |                                               |                                                      |                                                                                                      |      |      |    |
| 教学重点 | 切入有效、传球到位                                                                                        |                                               | 教学难点                                                 | 传切时机                                                                                                 |      |      |    |
| 教学对象 | 初二学生                                                                                             |                                               | 教学课时                                                 | 第 3 课时                                                                                               |      |      |    |
| 学习目标 | 1. 90%以上的学生知道传切配合的战术概念以及运用时机<br>2. 85%以上学生基本能完成传切配合的空切和一传一切配合<br>3. 学生乐于在练习中展现自己的能力,并能和同伴愉快地合作交流 |                                               |                                                      |                                                                                                      |      |      |    |
| 课的部分 | 学习内容                                                                                             | 教师活动                                          | 学生活动                                                 | 组织要求                                                                                                 | 运动负荷 |      |    |
|      |                                                                                                  |                                               |                                                      |                                                                                                      | 时间   | 次数   | 强度 |
| 开始部分 | 课堂常规                                                                                             | 1. 提前到达场地准备上课<br>2. 和学生问好<br>3. 宣布课的内容,安排好见习生 | 1. 提前到达上课地点集合整队<br>2. 了解本课任务和要求<br>3. 明确目标,树立信心      | <br>要求:快、静、齐,精神饱满 |      |      |    |
| 准备部分 | 热身活动:<br>1. 绕圈慢跑<br>2. 叫号拿球<br>3. 球操<br>4. 球性练习                                                  | 1. 教师说明练习方法和注意事项<br>2. 示范、组织球性练习<br>3. 及时跟进评价 | 1. 听清热身活动的方法和要求,积极配合<br>2. 跟随教师口令认真进行球性练习<br>3. 创新思维 | <br>要求:反应敏捷、动作舒展  | 3分钟  | 7~8圈 | 小  |
|      |                                                                                                  |                                               |                                                      |                                                                                                      | 4×4  |      |    |



续表

| 课的部分 | 学习内容                                             | 教师活动                                                                                                 | 学生活动                                                                                                         | 组织要求                                                                                                                                                         | 运动负荷 |      |    |
|------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|----|
|      |                                                  |                                                                                                      |                                                                                                              |                                                                                                                                                              | 时间   | 次数   | 强度 |
| 基本部分 | 1. 传球练习<br>(1) 原地传接球<br>(2) 行进间传接球<br>(3) 多人合作传球 | 1. 教师讲解示范各种传接球练习方法<br>2. 调动队形, 组织练习<br>3. 巡回指导<br>4. 教师进行正误示范对比, 进行分析纠错                              | 1. 领悟教师组织意图, 落位迅速<br>2. 认真听老师讲解、看示范动作<br>3. 按照老师要求认真练习, 积极思考, 运用多种方式传球<br>4. 相互观察、纠错                         |  <p>要求:</p> <p>1. 传球熟练、协调到位<br/>2. 合作传球、人球一致<br/>组织: 同上<br/>要求: 快速、上下协调</p> | 3分钟  | 20次  | 中  |
|      | 2. 快速小碎步练习                                       | 1. 教师讲解、示范<br>2. 观察学生练习                                                                              | 认真听、看, 积极模仿, 根据教师口令左右移动                                                                                      |  <p>要求: 逼真、快速</p>                                                           | 3分钟  | 25次  | 大  |
|      | 3. 游戏: 虚晃过人                                      | 讲解示范组织练习, 及时评价                                                                                       | 两人一组, 利用“假动作”摆脱对方                                                                                            |                                                                                                                                                              | 3分钟  | 2次   | 小  |
|      | 4. 切入练习                                          | 1. 讲解示范摆脱对手跑向篮圈动作<br>2. 强调不同方向的跑进前都要先摸反方向的球, 然后朝另一方向切入<br>3. 揭示该练习主题就是传切配合的切入<br>4. 认真观察学生练习情况, 分析纠错 | 1. 仔细听讲, 会分析<br>2. 在练习中体会切入动作过程<br>3. 控制练习的速度和节奏, 动作由慢到快<br>4. 练习过程中能注意保持前后左右距离, 防止干扰同伴练习, 避免碰撞<br>5. 相互评价交流 |  <p>要求:</p> <p>1. 突然快速启动<br/>2. 假动作逼真<br/>3. 切入速度快, 路线最经济</p>             | 3分钟  | 5~6次 | 中  |

续表

| 课的部分 | 学习内容                                                          | 教师活动                                                                                                                                                | 学生活动                                                                                                                                                     | 组织要求                                                                                                                                                                      | 运动负荷 |                           |    |
|------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------|----|
|      |                                                               |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                           | 时间   | 次数                        | 强度 |
| 基本部分 | 3. 一传一切<br>(1) 强调切的跑动方向和身体姿态<br>(2) 强调传的时机和方法<br>(3) 完整传切配合练习 | 1. 教师导入: 由无球切入到有球的切入如何办? —— 一传一切<br>2. 教师讲解、示范战术过程<br>3. 分层讲解纠错, 层层递进, 增加难度。防切→防传→两者同时防<br>4. 不断提醒学生: 要结合实际战进行练习, 灵活运用传切配合战术<br>5. 仔细观察学生练习情况, 及时点评 | 1. 认真看、听教师的讲解和示范<br>2. 熟记战术过程, 领悟该战术在实战中的运用价值<br>3. 切入的身体姿势合理, 抬头观察传球同伴所在位置<br>4. 分组练习时, 按照教师要求去体验动作要领, 积极练习, 争取多练, 并且进行前后动作比较<br>5. 认真听教师对错误动作的分析, 自我对照 | <br>要求:<br>1. 启动快, 切入方向正<br>2. 传球时机掌握好, 方法灵活多样<br>3. 对同伴能做出合理评价, 并且指出其不足<br>4. 自我分析, 找差距 | 6 分钟 | 10 ~ 12 次<br><br>2 × 10 次 | 中  |
|      | 4. 体能练习<br>(1) 左右移动摸球<br>(2) 俯卧撑抢球                            | 1. 教师讲解示范动作过程和价值; 提醒运用前面所学知识进行练习<br>2. 鼓励学生高质量完成动作                                                                                                  | 1. 认真听、看, 了解锻炼价值<br>2. 努力高质量完成每次练习, 并且和同学进行动作质量比较, 自己找体会<br>3. 认真观察同伴练习情况, 进行相互点评                                                                        | <br>要求:<br>1. 移动快、降重心<br>2. 屈肘沉肩<br>3. 速度快、质量高                                         | 2 分钟 | 2 × 10 ~ 18 次             | 大  |



续表

| 课的部分 | 学习内容                             | 教师活动                                                            | 学生活动                                                          | 组织要求                       | 运动负荷        |     |    |
|------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------|-----|----|
|      |                                  |                                                                 |                                                               |                            | 时间          | 次数  | 强度 |
| 结束部分 | 1. 放松练习<br>(用篮球做拉伸放松)            | 1. 边讲解边示范放松动作<br>2. 用口令统一指挥放松, 口令拖长                             | 1. 两人一球合作放松, 自然协调<br>2. 相互鼓励                                  | 组织: 同准备部分<br>要求: 舒缓、自然、大幅度 | 2分钟         | 4×4 | 小  |
|      | 2. 结束常规                          | 1. 教师点评, 回顾本节课内容。<br>2. 进行简要评价<br>3. 布置课外练习任务<br>4. 和学生再见, 收回器材 | 1. 跟随教师一起回顾本课所学内容<br>2. 自我评价<br>3. 协助教师收还器材<br>4. 和老师再见, 送还器材 | 组织: 同上<br>要求: 认真听、主动还器材    |             |     |    |
| 场地器材 | 篮球场一片、篮球 21 只、自制篮筐 1 只、废旧跳绳 21 段 |                                                                 | 运动负荷预计                                                        | 练习密度                       | 45%左右       |     |    |
|      |                                  |                                                                 |                                                               | 平均心率                       | 130~135 次/分 |     |    |

(二) 单元计划

1. 单元课时分配: 五课时

2. 单元教学目标

(1) 学生能知道原地和行进间运球、原地和行进间传接球的动作要求及传切配合方法和运用时机。

(2) 学生能基本完成篮球的各项运球动作和行进间传接球动作, 能在篮球比赛中较熟练地运用传切配合战术。

(3) 通过各种练习, 增强跑、跳、投综合能力, 发展速度、灵敏等素质。

(4) 在练习中能与同伴愉快合作, 培养优良的体育道德作风。

## 3. 篮球单元教学计划

| 课时 | 教学内容<br>及重、难点                                                 | 学习目标                                                                                                               | 组织教法与措施                                                                                                                                               |
|----|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | <p>教学内容:复习运球和原地多种方法的传接球</p> <p>重点:全身协调用力</p> <p>难点:传接球的时机</p> | <p>1. 90%以上的学生能知道3种以上原地传接球的动作要领以及多种运球动作要领</p> <p>2. 90%以上的学生能熟练完成原地多种传接球动作和多种运球动作</p> <p>3. 学生在练习中能主动关心同伴,合作学习</p> | <p>1. 通过各种球操和篮球游戏激发学生兴趣</p> <p>2. 设计各种对抗运球、传接球、规定时间运球比多、传球游戏等练习,提高学生原地传接球能力</p> <p>3. 教师设置简单的对抗以及部分情境练习,以此提高学生运球和传球能力</p> <p>4. 教学竞赛</p>              |
| 2  | <p>教学内容:行进间传接球</p> <p>重点:行进间传接球的全身协调用力</p> <p>难点:传接球时机</p>    | <p>1. 90%以上的学生了解行进间传接球的动作要领</p> <p>2. 90%以上的学生能熟练完成各种行进间传接球练习</p> <p>3. 学生能主动配合老师进行练习,在小组赛中表现出集体主义精神</p>           | <p>1. 设计出不同路线的行进间传接球练习,以及综合线路传接球提高学生兴趣</p> <p>2. 发挥体育骨干力量,进行帮扶练习</p> <p>3. 运用对比探究,诱导学生在练习中发现行进间传接球的时机和方法</p> <p>4. 通过传接球接力赛把教学气氛推向高潮</p>              |
| 3  | <p>教学内容:学习传切配合战术</p> <p>重点:切入的高效</p> <p>难点:传切时机</p>           | <p>1. 90%以上的学生知道传切配合的战术概念以及运用时机</p> <p>2. 85%以上的学生能基本完成传切配合的空切和一传一切配合</p> <p>3. 学生乐于在练习中展现自己能力,并能和同伴愉快地合作交流</p>    | <p>1. 践行快乐教学理念,让学生在玩中学、乐中学</p> <p>2. 利用两个同心圆进行练习,有利于学生观察老师、学生相互观察,场地利用率高</p> <p>3. 从无球空切到传球切入,层层递进,有效培养学生战术意识</p> <p>4. 结合主教材内容,设计体能练习,全面发展学生身体素质</p> |



续表

| 课时 | 教学内容<br>及重、难点                                | 学习目标                                                                               | 组织教法与措施                                                                                               |
|----|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4  | 教学内容:传切配合的战术运用<br>重点:传切到位<br>难点:传切时机和战术的灵活运用 | 1. 90%以上的学生知道传切配合的运用时机<br>2. 85%以上的学生在多种进攻情况下,能灵活熟练完成传切配合<br>3. 学生在练习中善于思考,有信心完成动作 | 1. 运用教学比赛片断导入,激发学生学习该战术兴趣<br>2. 通过消极防守、积极防守递进教学,逐步提高练习难度<br>3. 小组对抗赛,充分调动学生练习积极性                      |
| 5  | 考核                                           | 1. 通过测试了解自己战术的运用情况,明确今后努力方向<br>2. 进一步提高篮球战术意识<br>3. 正确对待考核,正视自己的能力,客观自我评价          | 1. 宣布评价标准以及考核方法<br>2. 课前准备好测试场地器材<br>3. 师生共同评价<br>4. 测验者在考场进行,其余的人在小组长带领下在旁边复习考核动作,已考核过的学生进行教师布置的素质练习 |

### 三、现场实录

#### （一）主持人的主持语

孟文砚教授:欢迎大家收看江苏省中小学教学研究室“教学新时空”的“名师课堂”。我是江苏省中小学教学研究室体育教研员孟文砚。

今天我们开通的是初中体育与健康课程“名师课堂”。初中体育与健康课程身体练习和身体认知的特点决定了其学科特点为技艺性和实践性,为此,我们邀请了曾在江苏省体育教学比赛或全国体育教学展示中的获奖者来授课,并由体育名师进行点评,所以严格地讲这是名师指导下的体育课堂。

今天为我们上课的是在2012年全国第五届中小学教学观摩展示活动中获得一等奖并进行现场展示的王竹平老师。王老师来自镇江市大路中学,他上课的内容为篮球单元第三课时:“篮球·传切配合”,课型为新授课,授课年级为初中二年级。

今天参加点评的专家有全国高校体育教学指导委员会委员、南京师范大学体科院硕士生导师、教育学博士周兵教授,镇江市教育局教研室体育教研员吴亚香老师,江苏省特级教师、南京市中华中学姜玉华老师。

## (二) 观看视频

网址:<http://video.jssjys.com/Html/Video/7188/>

## (三) 授课教师介绍教学思路与课后反思

王竹平老师:

### 1. 指导思想

本课以新课程标准的教学理念为指导方针,贯彻“以人为本,健康第一”的指导思想,激发学生的运动兴趣,重视学生的主体地位,关注学生的个体差异,根据学生已有的基础,从玩球入手,融枯燥的战术练习于游戏中,通过多样的练习形式,调动学生练习的积极性,让学生处于“乐中玩,玩中练”的氛围中,从而能够自觉地学习,体验学习的乐趣,实现篮球运动的锻炼价值,增进健康,促进学生全面和谐发展。

### 2. 教材分析

篮球传切配合是队员之间利用传球和切入技术的一种基础配合,战术简单而有实效,在篮球比赛中运用很多,掌握该战术将有利于今后篮球综合战术的学习,在篮球战术学习中起着承上启下的作用。

### 3. 学情分析

本次授课的对象是初二年级学生,这个年龄段的学生具备一定的认知能力和模仿能力,好胜心强,易浮躁。大路中学是一所农村初级中学,受场地器材影响,学生平时和篮球接触不多,所以大部分学生的篮球球性不熟,篮球基本功不扎实,这给学习传切配合带来了一定难度。但由于大路中学初二班级中学生人数不多,均在28人左右,课堂中学生练习次数和时间相对较多,这有利于教师的辅导和纠错。

### 4. 教学流程

熟悉球性练习→原地传接球练习→行进间传接球练习(二人合作、四人合作)→快速移动练习→切入练习→一传一切练习(消极防守切入队员,无防守传球队员)→切入时机和跑动方向的纠错→防守传球情况下的传切配合练习→传球时机和方法的讲解和纠错→完整配合练习→体能练习(左右横跨练习、俯卧撑)→放松

### 5. 安全防范

课前认真检查上课场地,看看是否平整,充分做好专项准备活动,强调跑动的路线防止碰撞,注意保持练习间距,特别强调每个学生管好自己的球,防止发生踩到篮球扭伤踝关节的伤害事故。



## 6. 课的特点与创新

本节课在场地器材安排方面有亮点，利用两个同心圆进行练习，目标指向性明确，都是往圆心跑，学生跑动路线最经济，所有的练习都围绕圆圈进行，场地利用率高，学生练习密度大，互不干扰，每个学生的视野开阔，有利于师生相互观察。圆圈中间用教师自制的大篮球筐，提高了练习密度，有效利用了场地和器材，学生传切后可以摸篮筐，也可以投进去，一物多用，安全高效。体能练习内容能和教学内容有效结合，注重全面发展学生身体素质。

## 7. 课后反思

教学层次清晰，逐步增加教学难度，贯穿“以实战指导战术教学”的教学理念，强调学生在体验中积极思考，积极创设探究和合作学习氛围，学生之间交流和相互评价的机会多，教师的及时评价和学生之间鼓励性的评价提高了学生练习兴趣和自信心。充分考虑到安全因素，设计好前后左右练习距离，确保学生切入过程中不相互碰撞。整堂课以游戏和竞赛为主线，让学生在玩中就学会了简单的战术配合，练习氛围浓，学生积极性高，学生玩新版“老鹰捉小鸡”的游戏过程就是一个很好的体能练习过程。利用器材室淘汰的跳绳制作成球托，方便经济。

部分学生在战术练习中，身体素质表现欠缺，如身体重心移动不快、切入速度较慢等，导致了战术配合效果不太好，需要在今后学习中加强体能练习。

## （四）指导教师介绍教学理念、评价教学效果

吴亚香老师：王竹平老师作为农村一线体育教师，教学基本功扎实，课堂驾驭能力强，能关注到每个学生。最难能可贵的是他能将主教材内容很好地融入到游戏中，让学生在快乐的游戏学习中学习新知、掌握技能、锻炼体能。其特点主要表现在：

第一，自制的器材简单实用。王老师因地制宜，自制了简易的篮圈和篮网，为学生创设了多种投篮机会，更为学生扣篮提供了机会，有效提高了学生的学习兴趣，加大了练习密度，对主教材的掌握提供了有力的保障。同时，王老师还利用学校断裂的旧绳作为球托，有效解决了球的放置问题，也为体能练习起到了较好的辅助作用。

第二，组织形式合理有效。王老师用同心圆作为练习组织形式，使得传切配合时学生同伴间有了一个自然的传球角度，也为更好理解传切中的“切入”技术（向篮下跑进）提供了更广的空间；场地利用率高，师生视野均开阔，跑动路线清晰，有效地突破了教材的重难点，起到了省时、高效、安全的作用。

第三，教学设计紧扣主教材。本课教学围绕主教材从诱导性练习（重心转换速度）到假动作摆脱对手，从无球到有球，从易到难，教师有目的、有组织地引导学生学习，有效培养了学生自主探究与合作的能力。在评价上，教师的及时点评和学生的相

互鼓励性评价使学生享受成功的喜悦,为达成目标起到了积极的推动作用。

第四,游戏和竞赛法运用巧妙。王老师将主教材内容巧妙地融入到游戏中,以游戏及竞赛贯穿全课,始终注意激发学生的学习兴趣,让学生在快乐的游戏掌握了知识与技能,学习目标达成度高,并且前后游戏间均有互为铺垫的作用,很好地诠释了激发学生的运动兴趣,培养学生体育锻炼的意识和习惯的课程理念。

### (五) 专家点评

姜玉华老师:第一次看完本课,感到耳目一新,这节课给人的感觉是实际、实效、实在。本课教学以传切配合这一基本配合为主线,通过这个载体来实现重视知识与技能、过程与方法、情感态度与价值三维目标,较好地贯彻了课程标准的精神。一节课是否贯彻课程标准主要看三方面:一是体育课是否符合课程的性质;二是体育课是否遵循了体育运动的一般规律;三是要看体育课是不是从实际出发。我认为本节课较好地贯彻了课标精神,主要体现在以下两方面。

第一,教师选择的内容具有教育性、竞争性、科学性。传球配合是一个基本的战术配合,也是最简单的进攻方法,传切配合要求学生们具有一定的观察力和良好的传切配合技术,也要具有一定的配合意识和合作能力。传切配合的学习也有助于培养学生的合作意识,提高学生的合作能力,同时巩固传接球的技术,也促进学生的学习兴趣,对学生学习知识、巩固技能、提高配合能力都有积极的作用。

第二,我们从教学的步骤来看,王老师的教学能给人水到渠成的感觉,充分体现了教师的主导作用和学生的主体作用。课堂常规比较严谨,教和学的过程非常清晰,每一个步骤过渡都很自然。从教学的整个过程来看,手段很丰富,有阶梯、有创新、有实效,整个课堂的评价具有积极性,也很及时到位。从教学的效果来看,学生参与的积极性很高,参与面很广,运动负荷适宜,整个课的目标达成率也很高。从场地、器材、教具的设计来看,经济、实效、有创意,这是本堂课的另一特点。

当然在这堂课上也有几个问题值得大家讨论一下。

第一个问题,整个课堂上,在关注全体同学的同时也要关注体能比较弱的同学,是否非要区别对待地采用不同的教学手段?这倒不一定,但是我们在课堂教学中要关注体能比较弱的同学。

第二个问题,本堂课教材的重点、难点在把握的程度上可能要探讨一下。无球队员的跑动是很好的,这一点把握得很好,但是配合的时机是不是要作为一个难点问题?值得商榷一下。刚才我们也看到了,有很多同学,跑的时候,还没有摆脱掉防守,球已经传出来了。这个配合的时机是不是要作为本课的难点,需要我们讨论一下。还有一个小小的建议是某些技术在运用的时候要考虑到它的合理性。在传球练习开



始的时候，四个同学在圆上跑动传球，最后一个同学向前传球的时候，我记得是从内圈向外圈传，不得从外圈向内圈传，但因为内圈跑的时候是向左方向跑，他的接球要向背后接球，这一个可能是不太合理的。如果传接球是跑动同学沿着传接球方向，跑一个弧线，而不是背着来球的方向，这个地方可能技术把握上还要仔细些。还有个小建议，最后一个篮球的素质练习，俯卧撑抢球，可以采用俯卧撑把球拉回来，看谁先把球拉回来。老师示范的时候，有一个同学跟老师抢球的时候站起来抱球。如果两个人同时抱球，会不会撞呢？安全呢？如果我们俯卧撑在做的时候，同时把球往回拉，是不是更安全呢？我们可以讨论一下。

周兵教授：各位老师大家好！感谢王老师给我们提供了一个很好的示范课。第一次看到这节课，仔细地进行了学习、思考。王老师这节课给人的总体印象是接近常态的、可操作的、可复制的体育课，有很多亮点。刚才吴亚香老师在谈到王老师在参加全国评比的时候，毛振明教授说过一个点评词，这节课点了中国体育课的“穴”。这个“穴”是什么？各位老师思考一下，点了体育课的穴，也就是抓到体育课的关键。我想关于这个“穴”，第一次听到这个名词，大家理解可能不一样，我谈一谈对“穴”的理解。把这个穴解开的话，对我们大家学习王老师这节课，开展初中体育教研是有借鉴意义的。换一个通俗的话讲，我们是教教材，还是用教材教，这是讨论过的事情。我们总体来讲使用教材教，也就是想借助篮球传切配合这样一个教材、这样的内容来为学生的身体发展和技能学习服务。从九年义务教育阶段来说所采用的教材都是手段，都是为了达到一个什么目的而采用的方法。因此，基于这样的考虑我们对这节课的观察就会有新的心得、想法。这里再给大家做个介绍，刚才孟文砚老师把课标的几句话读给大家听了。

小学阶段的体育教学注重引导学生体验运动乐趣，激发培养运动兴趣，而初中阶段的教学注重培养学生逐步形成锻炼的习惯；小学阶段的体育教学注重游戏学习，发展基本运动能力，初中阶段的体育教学要注重不同项目的选择。为什么有这样的提法？这是根据少年儿童身心发展的规律而提出的，我们所具有的各种动作技能都是建立在神经系统对肌肉支配能力的基础上形成的。在小学阶段，学生的神经系统发育不成熟，骨骼肌肉系统不完美，动作简单、粗糙，但是他们兴趣很高，这是小学阶段学生所体现的特征，因此小学阶段就应该由大量的游戏伴随着孩子的成长。到初中阶段，学生神经系统日趋完美，骨骼肌肉也在发展，因此这个时候就可以学习特别多的动作技术。要注意这个时候学习动作技术是为技术学习而学习，还是用动作技术的学习来发展什么技能，这就是我们体育课的“穴”。我讲两个概念：一是技能学习，二是技能发展。动作技能一是学习，二是发展。我们把眼光放在动作技能学习上，可能就出现网上老师提出的身体重心降低、转肩问题，谈了很多这样的技术细节，而这

种技术细节,在初中生的第一节新授课能这么细吗?达不到的!我们课改要转变什么为中心的体系?我们可能真的就是这么回事。而我们通过运动技能学习的目的是什么?是为了动作技能的发展。我们分析这节篮球传切配合课,传的时候什么动作?有身体姿势、有将球传到特定目标的能力、有躲避防守身体的移动、有快速的摆脱防守的移动、摆脱防守以后又有个迎着球的方向接球的动作,所有这些动作我们是需要学生掌握的。有了这种灵活的身体肢体移动能力,这个孩子今后无论学什么体育项目,参加什么娱乐活动,或者为了工作、为了生活都打下基础了。因此这里有两个概念,一个是技能学习,一个是技能发展。我们不是说这样就忽视技能学习,而是通过发展,提高技能水平。如果没有动作的规范性、技术的合理性,摆脱不了对手,球也接不住,传也传不出,两次失败、三次失败就容易使学生失去学习的兴趣,所以这里要处理好两者之间的关系,即技能学习的规范性和动作技能的发展之间的关系。

我觉得王老师给我的启示是他比较准确地把握了初中年龄段对篮球传接球动作的学习,既考虑到技能学习,也考虑到动作技能发展,所以我觉得这节课是值得我们学习的示范课,这是我的体会。毛振明教授说点了“穴”,我给大家解读,就是处理好了教教材,还是用教材教;处理好了技能学习,还是技能发展这两者的关系。如果说有什么问题,我提一个建议:我们还是要要在练习的分组上下功夫、做文章,尽量地提高练习密度。这节课总的来看,练习密度还不够,还能提高。比如说八人一组,两排往中间做,如果四人一组,三人交换,一人移动,练习密度提高一倍,那么运动负荷就增加了。我们体育课两件事,首先要锻炼身体,没有练习密度,你的身体锻炼就不好;第二就是动作技能学习。总体讲这节课值得我们学习、思考。

## (六) 主题研讨

问:在篮球学习过程中,在班上相对技术能力强的孩子,特别具有表现力,在篮球的学习过程中,拿到球以后,喜欢单打独斗,个人英雄主义,一个人拿着球。如何让孩子们在学习过程中有一定的团队配合精神,能够进行很好的合作学习?在这个方面怎么引导,怎么去教?

王竹平老师:我个人认为篮球运动本身强调的是一种配合,是同学之间相互的帮助支持,最后到默契。要想解决刚才几位老师的问题,我个人认为应该从以下几个方面来引导。首先,在平时的练习中,对学生要加强合作意识的培养,多组织些合作类的练习、游戏,培养学生主动和同伴、他人合作的能力。比如说经常做一些二人三足、多种形式的合作跑、双人操等一些集体项目,让学生知道这些项目离开同伴不能完成,而且要取得好成绩,必须要和同伴精诚合作、很好地配合,才能达到理想的目标。经常做一些合作练习潜移默化地渗透团队合作的意识,譬如要学生把几个配合