课程教学进度计划表

一、基本信息

|  |  |
| --- | --- |
| 课程名称 | 篮球2 |
| 课程代码 | 2100043 | 课程序号 | 3225、3224、3216 | 课程学分/学时 | 1 |
| 授课教师 | 刘娜 | 教师工号 | 23252 | 专/兼职 | 兼职 |
| 上课班级 | 篮球2选项班 | 班级人数 | 40 | 上课教室 | 风雨篮球场 |
| 答疑安排 | 时间：周四中午12：00-12：45.地点：风雨篮球场。电话：13391356016 |
| 课程号/课程网站 |  |
| 选用教材 | 王慧 刘彬主编 《新编大学体育与健康教程》 中国纺织出版社 2023.8 |
| 参考教材与资料 | 朱国权 主编.《篮球》．[北京师范大学出版社](http://www.dangdang.com/publish/%EF%BF%BD%E5%BB%AA%EF%BF%BD%EF%BF%BD%D1%A7%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD_1%22%20%5Ct%20%22_blank)，2012年6月出版郭永波 主编.《篮球运动教程》．[北京体育大学出版社](http://www.dangdang.com/publish/%EF%BF%BD%E5%BB%AA%EF%BF%BD%EF%BF%BD%D1%A7%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD_1%22%20%5Ct%20%22_blank)，2005年1月出版吴谋 王方椽等 主编．《高校篮球教学与训练》.[复旦大学出版社](http://www.dangdang.com/publish/%EF%BF%BD%E5%BB%AA%EF%BF%BD%EF%BF%BD%D1%A7%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD%EF%BF%BD_1%22%20%5Ct%20%22_blank)，1998年1月出版 |

二、课程教学进度安排

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 课次 | 课时 | 教学内容 | 教学方式 | 作业 |
| 1 | 2 | 1、建立新的教学班、课堂常规2、球性练习 | 讲课 | 校园运动APP |
| 2 | 2 | 1、运球，原地单手肩上投篮、罚篮2、耐力素质：800米健身走 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 3 | 2 | 1、运球、传接球练习，复习罚篮2、素质练习：仰卧起坐 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 4 | 2 | 1、复习运球、罚篮；学习行进间运球2、素质练习：篮球专项脚步练习。 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 5 | 2 | 1、行进间运球与投篮练习2、素质练习：篮球专项脚步练习。 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 6 | 2 | 1、传接球练习，行进间运球与投篮2、素质练习：篮球专项脚步练习。 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 7 | 2 | 1、行进间运球与投篮练习2、素质练习：篮球专项脚步练习。 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 8 | 2 | 1、球性练习，行进间传接球练习，投篮2、素质练习：篮球专项脚步练习。 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 9 | 2 | 1、行进间运球与投篮练习2、素质练习：篮球专项脚步练习。 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 10 | 2 | 1、半场行进间运球与投篮2、素质练习：800米健身跑 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 11 | 2 | 1、半场行进间运球与投篮练习2、素质练习：篮球专项脚步练习。 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 12 | 2 | 1、行进间传接球练习、行进间运球投2、素质练习：篮球专项脚步练习。 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 13 | 2 | 1、行进间运球与投篮2、柔韧素质 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 14 | 2 | 1、球性练习，行进间运球与投篮 2、力量素质 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 15 | 2 | 专项技术考查 | 边讲边练 | 校园运动APP |
| 16 | 2 | 机动 | 边讲边练 | 校园运动APP |

三、考核方式

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 总评构成 | 占比 | 考核方式 |
| X1 | 40% | 篮球专项考核（定量和定性评价相结合） |
| X2 | 20% | 考勤、检查着装、课堂练习评价 |
| X3 | 20% | 男子1000米（女子800米）跑步评价 |
| X4 | 20% | “运动世界校园”APP完成评价 |

任课教师： 刘娜 系主任审核：  日期： 2024.9