

羽毛球 课程思政教学设计

学院名称	体育运动与健康学院	课程性质	必修
课程类型	专业课		
授课对象	公共体育选项课班	学分/学时	1
章节名称		使用教材	羽毛球运动教程（第二版）
授课题目	正手击高远球技术；结合步法的素质练习		
教学目标	<p>认知目标：使学生明确在羽毛球比赛中应用正手击高远球技术的时机。</p> <p>技能目标：通过练习使 75%左右的学生在教师的指导下初步掌握正手击高远球的技术动作，25%左右的学生能够独立完成正手击高远球技术，提高学生上下肢协调配合的能力。</p> <p>情感目标：使学生主动参与、积极学练、懂得感恩。在活动中培养合作意识和行为。</p>		
教学重点	以肩为轴，通过大臂带动前臂，最后“闪”腕击球	教学难点	全身协调发力力； 选择击球点
课程思政理念	通过教学活动各环节的设计来带领学生解读体育精神的显性教育和隐性教育相融合的过程，实现羽毛球课程与思想政治理论课的同向同行，实现协同育人的目的。		
教学方法和手段	PBL(问题式学习) 分组分层 榜样带动 混合式		
教学设计			
环节	教学过程	课程思政	
【问题导入】	什么是高远球？正手击高远球技术的动作要领是什么？	<p>1、通过教师启发式教学，激发学生的想象力和对羽毛球课的兴趣，同过学生探究，教师讲解，加深学生对动作要领的领悟与理解。重复发挥了教师的主导作用和主体作用。</p> <p>2、正手击高远球技术对初</p>	
【知识讲授】	<p>1、顾名思义，高远球就是既高又远的球。</p> <p>2、击高远球的技术要领：①准备动作要领：左脚在前，右脚在后，侧身使左肩对网，两脚间距与肩同宽，重心在后脚，右手握拍屈臂举羽毛球拍于右侧，左手自然上举，眼睛向上注视来球，使拍面对着球网。</p> <p>②引拍动作要领：羽毛球拍上提并后引，使躯干成微微的反弓形。同时，身体向左转动 或面向球网。此时，右肘上提，使拍框在身后下摆，</p>		

	<p>形成引拍的最长距离。</p> <p>③挥拍击球动作要领：挥拍击球动作从后脚后蹬开始，紧接着转体、收腹，肘部向前摆动，并以肘为轴，以肩为支撑点，前臂旋内加速向前上方挥动。在击球的一瞬间，主要依靠前臂、手腕和手指的协调用力，取得最佳的速度(手腕的爆发力在挥拍过程中产生较大的挥拍速度)。此时，手腕在内收的状态下迅速屈腕，并握紧拍柄，运用拇指和食指的顶、压动作，产生出最大的爆发力。击球点在右肩上方，持羽毛球拍手臂在几乎伸直的情况下，以正拍面击中球托底部，将球击出。左手协调地降至体侧，协助转体动作。</p> <p>④随前动作要领：击球后，右手顺势向左下方减速摆臂，最后收至体前。身体重心迅速左转至体前，右脚向前动一小步，为下一步中心做好准备。</p>	<p>学者来说比较难。重复、多次练习，学生感到枯燥，容易导致中途放弃。面对强大的磨难，大学生需要做的不是本能的退缩，而是要学会吃苦耐劳，学会积极应对。塑造顽强的意志品质。</p> <p>3、练习中的一对一配合，培养学生的合作意识。学生的合作意识与协作精神，不仅有利于学生很好地掌握羽毛球技术，更能加强学生的合作、进取，对大学生的团队合作意识和合作精神的培养也有毋庸置疑的效果。分组互助学习，以好带差，培养学生们的协同创新，共同进步、互相帮助的集体主义精神，加强学生们的交际能力。</p> <p>4、自觉挥拍50次是对学生更好的诚信教育，教师可以引用名人名言“最大程度的诚实是最好的处世之道”；“诚实就是对所有人都要以诚相待，有品位最重要的表现就是诚实，因为诚实，所以要一诺千金，以坚强的意志实现诺言”……。培养学生的严谨、诚信、拼搏、爱国爱校、爱专业等高尚情操。</p> <p>5、羽毛球步法练习往往使学生感到单调、重复、枯燥无</p>
<p>【启发探究】</p>	<p>1、怎样才能实现既高又远的效果？</p> <p>2、如果扔东西，怎样才能扔的既高又远？</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>3、看谁扔的远？让学生边思考边试验</p>	
<p>【知识讲授】</p>	<p>4、教师领做（边讲边做，由慢到快，强调拍触球一瞬间的闪腕发力）→学生挥拍练习（自觉完成50次）→学生一对一练习（一人抛高球，一人击球）→集中练习（教师发高远球，学生回高远球，教师有针对性指出不足之处）→一对一练习（一人发高远球，一人击高远球，强调配合的重要性）→分层分组（技术掌握好的学生一对一练习，技术掌握不好的由教师重新讲解技术要领后做“喂”球练习）→分层分组（“强带弱”的分组模式）→（教师）个别指导</p>	
<p>【启发探究】</p>	<p>1、什么是羽毛球步法？</p> <p>2、为什么打羽毛球要学习步法？</p> <p>3、学生了解的步法有哪些？</p>	
<p>【学生讨论】</p>	<p>学生讨论后，并采用自觉或点名</p>	

	<p>的方式让学生回答以上问题。</p>	<p>味,学生易产生疲劳厌练的情绪,直接影响训练的质量。一方面通过结合有球练习激发学生兴趣,另一方面教师要让学生明白步法的重要性。羽毛球的手法是表现,步法是内力,要打好羽毛球,没有步法的支撑是打不好羽毛球的。树立学生终身体育思想可以起到潜移默化的作用。</p>
<p>【知识讲授】</p>	<p>1、教师补充学生回答不全面的地方。</p> <p>2、分别讲解示范左右移动步法、前进、后退步法。并带动学生练习。</p> <p>3、在羽毛球场地前、右各摆放10个羽毛球(废球),学生4人一组,一人先把场地上前场的10个羽毛球运用羽毛球步法移到后场,再把右边的移到左边,后再挪回开始位置。练习,其余3人观摩,帮其纠错。一个人做2次。</p> <p>4、游戏:接力赛</p> <p>①游戏规则讲解</p> <p>②游戏开始</p> <p>③要求:必须结合步法进行</p> <p>下课之前,</p> <p>下课之前要求学生:</p> <p>1、让学生清理场地上的废球归置垃圾桶。</p> <p>2、两人一组互抖手臂、互背对方放松。</p>	<p>6、素质练习也很累。这时体育教师要不断鼓励,并提醒学生,如果放弃,你输掉的不仅是任务,还有大学生的体育精神。激励他们在学习和生活中不断奋斗。培养学生勇于面对困难与挫折、不屈不挠的品质。</p> <p>7、搞好体育馆内卫生,创造更好的教学环境,劳动让我们快乐,劳动让我团结,劳动最光荣,培养学生的功德意识。</p> <p>8、放松的显性功能通过两人之间的默契配合很好的发挥了思政教育的隐性功能:</p>
<p>【课程小结】</p>	<p>1. 本节课同学们的表现良好,课堂学习积极。70%以上的学生完成了教学任务,基本达到了预期的教学效果,本次课基本达到了预期的教学效果,充分调动起了学生的学习兴趣和今后的教学开了好头。</p> <p>2. 随着教学的不断深入,课的密度和运动负荷将有所提高,希望同学们课后加强锻炼,保证学生身心素质和技术协同发展。</p> <p>3. 复习思考及作业: (1) 正手击高远球球的动作要领是什么?</p> <p>(2) 课后每天挥拍最少50次</p> <p>(3) 预习下节课内容:挑球技术的动作要领</p> <p>(4) 观看高水平羽毛球赛,并找出击球来回次数最多的视频</p>	<p>9、给学生布置观看高水平比赛视频的任务,让他们感受运动员仅仅只为得一分,为一个球的获胜而奋勇拼搏的精神,只要有一丝反败为胜的希望都绝不轻易放弃。潜移默化地影响他们,让他们在日常学习中不轻言放弃,只要有一丝希望在球落地之前,每球必争,奋勇拼搏,绝不认输。</p>

教学反思

本节课，我做了充分准备，在尊重个性的同时，让学生在自主、合作、探究中学习。并重视学习过程和方法的指导以及关注情感态度价值观的培养，所以在教学设计上我做了精心设计。课堂上，学生有着良好的精神面貌，多数学生能主动热情地参与，师生关系融洽，呈现出了师生、生生互动的富有活力的场面，课堂气氛活跃。下面浅谈几点感想。

1. 明确目标，让教学操作简单、易掌握

正手发高远球技术的难点在于不好把握击球时机和击球点。本次课主要解决的问题就是如何让学生全身协调发力并找到击球点，并能基本完成技术动作将球击出。所以明确目标，就能细化技术动作，让学生能更好的理解、掌握技术要领。从本次课的学习结果看，基本达到了预期设定的技能目标。

2. 实施有效教学，简化技术、突破难点

针对协调发力和击球点难以把握的情况，我通过又慢到快、从徒手挥拍到挥拍击固定球、扔球等多种手段，学生通过反复练习，让学生形成初步的技术动作定型，最后在尝试性的进行完整技术练习。结果70%以上的学生基本上能通过所学技术将球击出。

3. 利用游戏比赛练习脚步移动、培养团队意识

游戏比赛是体育活动的重要组成部分，通过游戏教学能培养学生的创新精神、竞争意识、团结合作、热爱集体和遵纪守法等优良品质。结合羽毛球教学实际，本次课的游戏设计为“米字”脚步移动接力赛，通过比赛，不仅培养了学生的优良品质，同时也巩固了羽毛球运动中脚步移动的基本动作方法。在练习中，学生积极参与，气氛热烈，使本堂课氛围达到了高潮。

4. 认识不足、优化教学

本节课虽然按照初步预想完成了教学，但在操作过程中也发现了一些不足之处，同时针对相应问题提出了以下解决办法：首先，组织教学稍显呆板、老套，学生积极性还有提升空间。可通过变换组织形式进行教学，如：自主看图学习、小组讨论学习、提示探究学习等多中学习方式，这样更能培养学生的自主性与创新意识。其次，教学侧重点还应突出。在技术讲解上应精讲多练，应让学生多在实践中体会摸索，教师可针对性的巡视指导。最后，课后课程思政元素融入不足。羽毛球课堂教学中，任课教师对于思政元素的挖掘与融合能起到直接的引导作用，那么对于学生课余体育活动、学生课余体育兴趣爱好、学生的社会适应和心理又如何进行思政教育呢？评价体系中，能否按照“学生自评、学生互评、教师评价、考核结果认定，学生学习体验—分享交流—教师提炼整合—教法运用跟进”等一条连锁链方式进行？这些不成熟的思考，值得在以后的课程教学中不断探索和研究。

教学延伸

1. 保持电话畅通，线上线下教学相结合，随时解惑学生的疑难

2. 分析本节课教学的不足，向有经验的教师请教，并在课后不断学习，提高自己提高思政修养和业务水平。

了解学生，才能更好的教学。本节课弱生的问题究竟在哪里？找机会走近他们、了解他们。