

山东水利职业学院 课程思政教学设计方案

课程名称： 体育与健康

授课专业： 学院各专业

课程性质： 专业课 公共基础课

授课教师： 李辉、李海彬、臧宝天、孙秀娟

学 时 数： 32

上课学期： 上半年 / 下半年

所在系部： 基础教学部

2021 年 02 月

一、目的意义：

体育与健康课程是人才培养的重要途径之一，对学生的身心健康发展、体育素质提高、适应职业生涯有独特的教育作用，并为学生可持续发展奠定良好的基础。习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上强调，“要坚持把立德树人作为中心环节，把思想政治工作贯穿教育教学全过程”，为我国高校实施课程思政，指明了方向。高校公共体育课程作为高校“课程思政”建设的重要一环，对于贯彻落实课程思政、实践三全育人具有不可忽视的作用。高校公共体育课承担着培养大学生体质健康、身心协调以及拼搏奋斗、永不放弃、品德优良的现代大学生的重任。在体育与健康课程中，把握高校体育教学“课程思政”的特点，将思想政治工作贯穿到高校体育教学、课程建设当中，实践与保障高校体育教学“课程思政”的实施，使大学生成为有理想、有追求、有担当、有作为、有品质、有修养的新时代大学生。

二、课程思政整体设计思路（可加附页）

篮球：

（一）课程思政整体设计思路

1. 本课程共包含 4 章（或多少个项目、任务），16 节，周学时 2。

2. 知识目标：

（1）了解篮球运动的基本发展历程，感受篮球运动在大学校园的受欢迎程度及其对大学生身心健康的促进作用。

（2）熟知篮球运动的高运球、双手胸前传接球、单手肩上投篮以及防守和移动技术，能够在观看篮球比赛时分辨每一种技术动作。

（3）能够完整、正确的口述出篮球运球、双手胸前传接球、单手肩上投篮的技术动作要点。

（4）在练习和实战中遇到问题时，能够快速的将技术动作和动作概念记忆有机的结合，指导纠正自己的动作。

（5）在高运球、双手胸前传接球、单手肩上投篮的练习中能帮助同学检查纠正错误动作。

3. 能力目标：

（1）高运球一般在没有防守阻挠的情况下，用于行进间快速运球。在运球的时候，两腿微屈，双目平视，手用力向前下方推按球，球的落点在身体侧前方，使球反弹的高度在腰腹之间，手脚协调配合，使篮球有节奏地向前运行。

（2）双手胸前传球时，体会后腿蹬地，身体重心向前移动，同时两臂前伸，手腕由下向上翻转，同时拇指用力向下压，食指、中指用力弹拨，将球传出。出球后手心和拇指向下，其余手指向前。

（3）双手胸前接球时，面对来球，两臂自然伸出迎球，手指自然分开，两拇指成八字形，朝着来球的方向。手指接触球的同时，两臂要随球缓冲，将球后引至胸前。

（4）单手肩上投篮持球手型，手指自然分开，掌心空出，托球的后下部，手腕后屈，小臂向上，用手指和指根把球控制住，球的重心落在食指和中指之间。

（5）单手肩上投篮时，右臂随着下肢蹬伸的力量向上充分伸展，同时左手离开球，最后

用手腕屈和手指柔和的用力拨球，通过指端将球投出，脚跟稍提起，球出手后身体充分伸展，重心移至前脚掌，食指正对瞄篮点，手心向下，腕、臂放松。

（6）投篮投篮时球最后出手的动作，是投篮能否准确命中的关键。它直接影响着投篮的方向、力量、弧度和旋转。出手动作包括正确的投篮手法和全身的协调用力。投篮时全身协调用力要有一定的顺序，整个动作要协调连贯，轻松柔和，掌握好节奏。投篮时，随着下肢蹬伸和腰腹伸展，投篮臂向前上方抬肘伸臂，最后力量集中到手腕和手指上，由手腕前屈和手指拨球的动作，使球通过食指、中指的指端柔和地飞出。出手后，全身随球跟送，手臂自然伸直。通常距离越近，身体其他部分用力越小，多以手腕和手指用力为主；投篮距离越远，身体协调用力越大，对手腕、手指调节力量的能力也要求越高。

4. 思政目标：

（1）培养学生之间团结协作、勇于担当、互相鼓励的团队协作能力，提高学生的集体荣誉感。

（2）让学生体会作为团队成员的一份在团队获胜时的激情与喜悦，同时也勇于面对团队失败时的失落，并能在失败后做到不气馁、重新认识提升自我。

（3）学习曼巴精神——“从不退却，从不放弃，从不逃遁，忍辱负重，在困难中创造奇迹”的优良品质。

5. 思政主线：

以“曼巴精神”为切入点，并将曼巴精神和参与体育运动的坚持不懈、热情阳光作为思政主线贯穿整个篮球课程。

6. 融入的主要思政元素：

（1）曼巴精神——“从不退却，从不放弃，从不逃遁，忍辱负重，在困难中创造奇迹”的优良品质。

（2）组织领导能力、团队协作、拼搏奋斗、永不言弃的精神。

（3）正确面对体育运动和生活中的成功与失败。

（4）“身体是革命的本钱”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”。

(二) 课程思政具体设计方案

教学单元(项目或章节)	主要知识点	提炼的课程思政元素	挖掘的相关思政素材	实现方法和载体途径	预期成效
章节 1: 高运球	1. 高运球的定义 2. 运球的种类 3. 高运球的练习方法 4. 高运球的优劣势	1. 培养学生热爱运动的良好习惯。 2. 培养学生不怕困难, 顽强拼搏的优秀品质。 3. 促进学生之间的有效沟通, 在练习中互相帮助, 促进学生在社会适应能力的提高。	1. 在观看的篮球比赛中以提问的方式进入主题, 将曼巴精神深入学生的内心。 2. 高运球易掌握, 面对防守时容易被抢断, 威胁性不够。 “简单的事情用心做, 获得的成果也越小, 不畏艰难, 迎难而上”。	1. 翻转课堂: 课前发布导学任务, 把录制的高运球小视频发到班课群中, 供学生预习, 预留问题: 高运球的技术要点是什么; 在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 2. 讲解法: 根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解。 3. 练习法: 将学生分组进行运球接龙比赛, 互相检查动作。 4. 集中纠错法。	1. 学生的运动热情提高。 2. 不低于 90% 的学生能够口述技术动作要点。 3. 不低于 95% 的学生都能掌握高运球的动作要领。
章节 2: 双手胸前传球	1. 双手胸前传球的定义 2. 传球的种类 3. 双手胸前传球的技术动作方法 4. 双手胸前传球的力量与方向控制方法	1. 培养学生的团队配合意识。 2. 提高学生与人沟通的能力和沟通效率。 3. 培养学生的运动感知能力。	1. 传球要准确, 生活中做事也要精益求精。 2. 传球时根据队友身高及传接球的能力考虑, 时刻做到为别人着想。 3. 以“科比的曼巴精神”为切入点, 培养学生吃苦耐劳、坚持不懈的精神品质。	1. 翻转课堂: 课前云班课发布有关资料, 学生分小组课下讨论。 2. 结合预习和分组讨论情况, 对双手胸前传球的技术动作要点做针对性讲解和示范讲解。 3. 分组练习与互相纠错。 4. 集中纠错与重复练习法。	1. 学生对篮球运动热情提高。 2. 不低于 90% 的学生能够口述技术动作要点。 3. 不低于 80% 的学生传球时能有效的控制球的方向。

《课程名称： 体育与健康 》

<p>章节 3：双手胸前接球</p>	<p>1.传接球的定义 2.传接球的种类 3.双手胸前接球的技术动作方法 4.双手胸前接球的手型与缓冲动作地控制</p>	<p>1. 后卫位置的引入及场上职能介绍，发挥个人所长，做每个人擅长的事情。 2. 合理使用传接球技术，轻松破解对方防守，迎难而上。 3. 提高学生的运动控制能力。</p>	<p>1.单个手臂接球不稳，不好控制，两个手臂好控制，生活中很多事情也是需要同别人合作来完成。 2.从篮球比赛中优秀运动员不顾一切摔倒、飞扑等接球动作入手，传递曼巴精神，在生活中做事情也需要专注、努力、勇于面对困难，用尽全力完成既定的目标。</p>	<p>1.翻转课堂：课前发布导学任务，把已有的双手胸前接球的手型与缓冲动作地控制的小视频发到班课群中，供学生预习。预留问题：双手胸前接球的技术要点是什么；在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 2.讲解法：根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解。 3.练习法：将学生分组进行面对面的传接球练习，互相检查动作。 4.集中纠错法。</p>	<p>1.不低于 95%的同学能够口述双手胸前接球的技术动作要点。 2.不低于 90%的同学连续传接球不低于 15 次。</p>
<p>章节 4：单手上投篮</p>	<p>1.单手肩上投篮的定义 2.投篮的种类 3.单手肩上投篮的技术动作要点 4.单手肩上投篮的技术优势</p>	<p>1.培养学生的运动技术节奏感。 2.提高学生在运动中上下肢协调调配合用力。</p>	<p>1.单手肩上投篮身体重心由低到高，任何的突飞猛进都是经历了一段平静时期的充分准备。 2.从科比的单手肩上投篮的案例入手，渲染曼巴精神的强大。</p>	<p>1.翻转课堂：课前发布导学任务，把已有的单手肩上投篮的小视频发到班课群中，供学生预习，预留问题；单手肩上投篮的技术要点是什么；在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 2.示范法和讲解法：根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解，并做慢动作的示范。 3.练习法：将学生分组进行单手肩上投篮的练习，互相检查动作。 4.集中纠错法。</p>	<p>1.不低于 95%以上的学生能够口述单手肩上投篮的技术动作要点。 2.不低于 90%的学生能够正确、清晰、有节奏的完成单手肩上投篮的动作。</p>

排球

（一）课程思政整体设计思路

1. 本课程共包含 4 章（或多少个项目、任务）， 16 节，周学时 2。

2. 知识目标：

- （1）了解排球运动的发展历程，熟知中国女排在历届奥运会和排球世界杯上的夺冠历史。
- （2）熟知排球运动的发、传、垫、扣球以及拦网和移动技术，能够在观看排球比赛时分辨每一种技术动作。
- （3）能够完整、正确的口述出排球侧面下手发球、上手传球、正面双手垫球、扣球两步助跑起跳的技术动作要点。
- （4）在练习和实战中遇到问题时，能够快速将技术动作和动作概念记忆有机的结合，指导纠正自己的动作。
- （5）在侧面下手发球、上手传球、正面双手垫球、扣球两步助跑起跳的练习中能帮助学生检查纠正错误动作。

3. 能力目标：

- （1）侧面下手发球能够体会到以前脚为轴、转动腰部和肩部，利用离心力将手腕挥出在身体转正时击球的身体动作方法，成功过网率不低于 80%。
- （2）上手传球时能做到拇指成“一”字，其余手指自然张开，掌心略向内，两手呈半球型，且能够有效控制传球的大概方向和高度。
- （3）正面双手垫球时能够做到小臂外翻，用小臂的内侧面中上段来接触球，有明显的顶肘前送球的动作，能够控制垫球击球后的大致方向和高度。
- （4）在扣球的短距离两步助跑起跳中能够准确控制步伐的大小，并能够合理有效的用最后一步制动并充分起跳，避免同手同脚起跳扣球动作不良动作习惯的养成。
- （5）在隔网的发传垫的对抗中能够根据球的路线和落点进行判断正确的移动、并且能合理的使用下手垫球和上手传球技术。

4. 思政目标：

- （1）培养学生之间团结协作、勇于担当、互相鼓励的团队协作能力，提高学生的集体荣誉感。
- （2）让学生体会作为团队成员的一份子在团队获胜时的激情与喜悦，同时也勇于面对团队失败时的失落，并能在失败后做到不气馁、重新认识提升自我。
- （3）学习女排精神“在面对困境时表现出的团结、坚强、拼搏、耐心、勇于担当、积极向上”的优良品质。

5. 思政主线：

以“女排精神”为切入点，并将女排精神和参与体育运动的坚持不懈、奋勇拼搏、热情阳光、艰苦奋斗作为思政主线贯穿整个排球课程。

6. 融入的主要思政元素：

- （1）女排精神——“在面对困境时表现出的团结、坚强、拼搏、耐心、勇于担当、积极向上”的优良品质。
- （2）组织领导能力、团队协作、拼搏奋斗、永不言弃的精神。
- （3）正确面对体育运动和生活中的胜利与挫折。
- （4）“身体是革命的本钱”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”。

(二) 课程思政具体设计方案

教学单元(项目或章节)	主要知识点	提炼的课程思政元素	挖掘的相关思政素材	实现方法和载体途径	预期成效
章节 1: 侧面下手发球	<ol style="list-style-type: none"> 1. 发球的定义 2. 发球的种类 3. 侧面下手发球的方法 4. 侧面下手发球的优劣势 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培养学生热爱运动的良好习惯。 2. 培养学生不怕困难，顽强拼搏的优秀品质。 3. 促进学生之间的有效沟通，在练习中互相帮助，促进学生在社会适应能力的提高。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在已观看的女排比赛中的发球方法提问，将女排精神深入学生的内心。 2. 侧面下手发球易发力，容易掌握但威胁性不够，“简单易做的事情，获得的成果也越小，不畏艰难，迎难而上”。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 翻转课堂：课前发布导学任务，把已有的侧面下手发球的小视频发到班课群中，供学生预习，预留问题：侧面下手发球的技术要点是什么；在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 2. 讲解法：根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解。 3.练习法：将学生分组进行隔网的练习，互相检查动作。 4.集中纠错法。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 学生的运动热情提高。 2. 不低于 90%的学生能够口述技术动作要点。 3. 不低于 80%的学生下手发球成功率 $\geq 80\%$。
章节 2: 上手传球	<ol style="list-style-type: none"> 1. 上手传球的定义 2. 上手传球的种类 3. 上手传球的技术动作方法 4. 上手传球的高度与方向控制方法 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培养学生的团队配合意识。 2. 提高学生与人沟通的能力和沟通效率。 3. 培养学生的运动感知能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 传球要准确，生活中做事也要精益求精。 2. 传球时为接下来的扣球或者传垫球的同学考虑，时刻做到为别人着想。 3. 从“前国手二传冯坤”为切入点，渲染女排精神。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 翻转课堂：课前云班课发布有关资料，学生分小组课下讨论。 2. 结合预习和分组讨论情况，对上手传球的技术动作要点做针对性讲解和示范讲解。 3. 分组练习与互相纠错。 4. 集中纠错与重复练习法。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.学生对排球运动热情提高。 2.不低于 85%的学生能够口述技术动作要点。 3.不低于 75%的学生上手传球时能有效控制球的落点。

<p>章节 3：正面双手垫球</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.垫球的定义 2.垫球的种类 3.正面双手点球的技术动作方法 4.正面双手垫球位置的选择 5.正面双手垫球的方向与高度地控制 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 自由人位置的引入，发挥个人所长，做每个人擅长的事情。 2. 合理使用垫球技术，不惧怕有威胁的发球，迎难而上。 3. 提高学生的运动控制能力。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.单个手臂垫球不稳，不好控制，两个手臂好控制，生活中很多事情也是需要同别人合作来完成。 2.从女排比赛中优秀自由人不顾一切摔倒、飞扑等动作入手，渲染女排精神，在生活中做事情也需要专注、努力、勇于面对困难，用尽全力完成既定的目标。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.翻转课堂：课前发布导学任务，把已有的正面双手垫球的小视频发到班课群中，供学生预习，预留问题：正面双手垫球的技术要点是什么；在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 2.讲解法：根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解。 3.练习法：将学生分组进行面对面的垫球练习，互相检查动作。 4.集中纠错法。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.不低于 95%的同学能够口述正面双手垫球的技术动作要点。 2.不低于 90%的同学连续自垫球不低于 15 个。 3.不低于 70%的同学能够使用垫球接来球时能够控制球的方向和高度。
<p>章节 4：扣球的两步助跑起跳</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 助跑起跳的定义 2. 助跑起跳的种类 3. 两步助跑起跳的技术动作要点 4. 两步助跑起跳的技术优势 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培养学生的运动技术节奏感。 2. 提高学生在运动中手臂、腿部和眼睛的协调配合。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 两步助跑起跳身体重心由低到高，任何的突飞猛进都是经历了一段平静时期的充分准备， 2. 从女排优秀攻手的扣球助跑起跳的案例入手，渲染我国女排的强大，是一个国家竞争力的体现。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 翻转课堂：课前发布导学任务，把已有的扣球两步助跑起跳的小视频发到班课群中，供学生预习，预留问题：两步助跑起跳的技术要点是什么；在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 2.示范法和讲解法：根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解，并做慢动作的示范。 3.练习法：将学生分组进行两步助跑起跳的练习，互相检查动作。 4.集中纠错法。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.不低于 95%以上的学生能够口述两步助跑起跳的技术动作两点，并能够清晰的分辨出两步助跑起跳的动作。 2.不低于 85%的学生能够正确、清晰、有节奏的完成两步助跑起跳的动作，并能充分起跳。

足球

（一）课程思政整体设计思路

1. 本课程共包含 4 章（或多少个项目、任务）， 16 节，周学时 2 。

2. 知识目标：

- （1）了解足球运动的发展历程，充分认识到足球运动的锻炼价值。
- （2）熟知足球运动的踢球、停球、运球、射门等技术，能够在观看足球比赛时分辨每一种技术动作。
- （3）能够完整、正确的口述出脚内侧踢地滚球，脚内侧停球、直线运球、脚背正面颠球的技术动作要点。
- （4）在练习和实战中遇到问题时，能够快速将技术动作和动作概念记忆有机的结合，指导纠正自己的动作。
- （5）在脚内侧踢地滚球，脚内侧停球、直线运球、脚背正面颠球的练习中能帮助学生检查纠正错误动作。

3. 能力目标：

- （1）脚内侧踢地滚球技术要做到直线助跑，脚尖正对出球方向，支撑脚踏在球的侧方距球 15cm 左右，大腿外展，脚底与地面平行，脚尖微翘，踝关节紧张，用脚内侧击球的后中部，同推送或敲击的方法将球击出。
- （2）脚内侧接、停地滚球技术要做到支撑脚脚尖正对来球，接球腿大腿外展，脚尖微翘，脚底与地面平行，脚内侧主动向前迎球，顺势回撤缓冲。
- （3）脚背正面直线运球技术要做到跑动中上体稍向前倾，步幅稍加大。运球脚提起，脚尖下垂，在向前迈步的过程中，以脚背正面推拨球的后部前行。
- （4）脚背正面颠球技术要做到脚向前上方摆动，用脚背击球，击球时踝关节固定，击球的下部，两脚交替击球，击球时用力均匀，使球始终控制在身体周围。

4. 思政目标：

- （1）培养学生之间团结协作、勇于担当、互相鼓励的团队协作能力，提高学生的集体荣誉感，培养学生的爱国主义精神。
- （2）让学生体会作为团队成员的一份在团队获胜时的激情与喜悦，同时也勇于面对团队失败时的失落，并能在失败后做到不气馁、重新认识提升自我。
- （3）理解真正的“足球精神”——不屈不挠的拼搏气概，一往无前的奋斗精神，敢于挑战的信心勇气，永不言败的高昂斗志和齐心协力的团队精神。

5. 思政主线：

以“足球精神”为切入点，并将足球精神和参与体育运动的坚持不懈、团队协作、积极向上、热情阳光作为思政主线贯穿整个足球教学课程。

6. 融入的主要思政元素：

- （1）“足球精神”——不屈不挠的拼搏气概，一往无前的奋斗精神，敢于挑战的信心勇气，永不言败的高昂斗志和齐心协力的团队精神。
- （2）组织领导能力、团队协作、拼搏奋斗、永不言弃的精神。
- （3）能力正确面对体育运动和生活中的胜利与挫折。
- （4）“身体是革命的本钱”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”。

(二) 课程思政具体设计方案

教学单元(项目或章节)	主要知识点	提炼的课程思政元素	挖掘的相关思政素材	实现方法和载体途径	预期成效
章节 1: 脚内侧踢地滚球	5. 踢地滚球的定义 6. 踢球种类、踢球脚的不同部位 7. 脚内侧踢地滚球技术动作要领 8. 脚内侧踢地滚球技术的优劣势	4. 培养学生热爱运动的良好习惯。 5. 培养学生不怕困难, 顽强拼搏的优秀品质。 6. 促进学生之间的有效沟通, 在练习中互相帮助, 促进学生在社会适应能力的提高。	3. 针对已观看的足球比赛视频中的踢球方法进行提问 4. 将女排精神深入学生的内心。 5. 脚内侧踢地滚球技术看似很容易, 但实践起来并没有想象中那样简单, “纸上得来终觉浅, 绝知此事须躬行”。只有勤加练习, 才能将看到东西变为自己的东西。	5. 翻转课堂: 课前发布导学任务, 把已有的脚内侧踢地滚球小视频发到班课群中, 供学生预习, 预留问题: 脚内侧踢地滚球的技术要点是什么; 在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 6. 讲解法: 根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解。 3. 练习法: 分组练习, 互相检查动作。 4. 集中纠错与个别纠错相结合。	4. 学生的运动热情提高。 5. 不低于 90% 的学生能够口述技术动作要点。 6. 不低于 80% 的学生动作成功率 $\geq 80\%$
章节 2: 脚内侧停地滚球	5. 停球的定义 6. 停球的种类 7. 脚内侧停地滚球的技术动作方法 8. 脚内侧停地滚球在比赛中的运用	4. 培养学生的团队配合意识。 5. 提高学生与人沟通的能力和沟通效率。 6. 培养学生的运动感知能力。	4. 停球要准确, 生活中做事也要精益求精。 5. 停球的同时要根据场上的形势想到停球后的下一个动作, 做事情不能只考虑眼前, 要有大局观。	1. 翻转课堂: 课前云班课发布有关资料, 学生分小组课下讨论。 2. 结合预习和分组讨论情况, 对脚内侧停球的技术动作要点做针对性讲解和示范讲解。 3. 分组练习与互相纠错。 4. 集中纠错与重复练习法。	1. 学生对足球运动热情提高。 2. 不低于 85% 的学生能够口述技术动作要点。 3. 不低于 75% 的学生掌握脚内侧停地滚球动作要点。

<p>章节 3: 脚背正面直线运球</p>	<p>1.运球的定义 2.运球的种类 3.脚背正面直线运球技术动作方法 4.运球过程中重心的控制、脚与球的衔接 5.脚背正面直线运球技术在实践中的运用</p>	<p>1. 敢于运球，勇于担当。 2. 合理使用直线运球技术，迎难而上。 3. 提高学生的加速跑能力。</p>	<p>1.针对所观看的相关视频，引导学生认识到团队协作、勇于担当的重要性。 2.从足球比赛中运动员为取得比赛胜利，不怕牺牲、敢于拼搏的事例，发现在生活中做事情也需要专注、努力、勇于面对困难，用尽全力完成既定的目标。</p>	<p>1.翻转课堂：课前发布导学任务，把已有的脚背正面直线运球的小视频发到班课群中，供学生预习，预留问题：脚背正面运球技术要点是什么；在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 2.讲解法：根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解。 3.练习法：将学生分组进行面对面的垫球练习，互相检查动作。 4.集中纠错法与个别纠错相结合。</p>	<p>1.不低于 95%的同学能够口述脚背正面直线运球的技术动作要点。 2.不低于 90%的同学正确运用该技术。 3.不低于 70%的同学能够在比赛实践中较好地运用该技术。</p>
<p>章节 4: 脚背正面颠球</p>	<p>1. 颠球的定义 2. 颠球的种类 3. 脚背正面颠球的技术动作要点</p>	<p>1. 培养学生的运动技术节奏感。 2. 提高学生在运动中身体各部位的协调配合。 3. 做事情要专注</p>	<p>1. 颠球时注意力要集中，做事情要专注。 2. 身体各部位的协调配合体现出一个团队不同成员间相互配合的重要性。</p>	<p>1.翻转课堂：课前发布导学任务，把已有的脚背正面颠球小视频发到班课群中，供学生预习，预留问题：该技术要点是什么；在课的一开始先分组讨论再进行动作技术的讲解与学习。 2.示范法和讲解法：根据课前的讨论与预习情况对技术动作有针对性的细化讲解，并做慢动作的示范。 3.练习法：将学生分组进行练习，互相互检查动作。 4.集中纠错与个别纠错相结合。</p>	<p>1.不低于 95%以上的学生能够口述该技术动作要点。 2.不低于 85%的学生能够正确、清晰、有节奏的实践该技术动作。 3.不低于 75%的同学颠到 15 各球。</p>

【说明】

1. 课程思政目标：描述根据课程专业教育要求，有机融入习近平新时代中国特色社会主义思想、社会主义核心价值观、中华优秀传统文化教育、宪法法治、职业理想和职业道德、做人做事的道理等教育内容。
2. 提炼的思政元素：指要对学生进行哪方面的思政教育；
3. 挖掘的思政素材：指承载思政功能的有关素材，要有内容或案例名称，载体形式可包括图片、文本、视频影像、以及其他形式等。
3. 实现方法和载体途径：描述诸如信息化载体、教师讲述、学生讲述、学生寻找提交有关资料、参观体验、课堂讨论、翻转课堂、考核评价，以及使用教材等。
4. 预期成效：可从课程思政目标达成情况（具体到哪方面的目标）、教书育人效果、课堂气氛、学生学习积极性、创新精神、获得感等方面来描述，要可观察、可评估。