

# 哈尔滨市职业学院

## 教学教案

— 学年第 学期

教师姓名: \_\_\_\_\_ 杨宇 \_\_\_\_\_

课程名称: \_\_\_\_\_ 体育 \_\_\_\_\_

授课班级: \_\_\_\_\_

哈尔滨市职业学院制

# 《羽毛球》课程

## 教 案

授课题目	羽毛球器材的初步了解		授课时间长度	__45__分钟
授课类型	新授课	授课对象		
教学 目 标	知识目标	掌握羽毛球器材相关知识。		
	能力目标	正确使用羽毛球器材。		
	思政目标	培养学生的自信——成功的人生始于自信，要成功就要勇于挑战自己的缺憾，不要受他人评价的左右，找到属于自己的音符树立自信，走出自卑的泥潭。		
教学重点	羽毛球器材的相关数值代码。			
教学难点	如何结合自身选定合适的器材。			
教学 方 法 分 析	<p>本节课程主要采用的教学方法是讲授法、探究法、等多种教学方法联合使用。以讲授为主，探究为辅，激发学生学习的兴趣。在授课的过程中关注学生的思想引领从而热爱这项运动，并通过相关案例的扩展，对学生进行职业生涯的引导。</p>			
	教学方式：讲授 <input checked="" type="checkbox"/> 探究 <input checked="" type="checkbox"/> 问答 <input type="checkbox"/> 实验 <input type="checkbox"/> 演示 <input type="checkbox"/> 练习 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/>			
教学 手 段 分 析	<p>本节课采用多媒体课件为主要的教学手段，在课件中穿插教学图片，给予学生视觉上的冲击，吸引学生的注意力。</p>			
	教学手段：板书 <input type="checkbox"/> 多媒体 <input checked="" type="checkbox"/> 模型 <input type="checkbox"/> 实物 <input type="checkbox"/> 标本 <input type="checkbox"/> 挂图 <input type="checkbox"/> 音像 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/>			
<b>教 学 步 骤 设 计</b>				
步骤时间	主要任务	教师活动	学生活动	目的意图
第一步 (5分钟)	复习导入	复习羽毛球发展史	学生进行深度思考	激发学生的学习兴 趣
第二步 (35分钟)	教师讲授	羽毛球拍、球的相关知识	学生认真听讲 跟上教师思路并回 答老师提出的问题。	明确本节课基本 学习目标，通过多种 方法锻炼提升学习能 力，掌握本节课的中 重点和难点内容
第三步 (3分钟)	总结	教师将本节课的重点 内容归纳总结帮助学生记 忆，形成思维导图等	跟随老师思路 整理、归纳，做标记 等	锻炼学生总结归纳 能力，提升逻辑思 维

第四步 (2分钟)	布置作业	布置相关习题，考察本节课掌握情况	记录作业内容	进一步强化知识点掌握程度
<b>内容讲解</b>				
<p>复习导入：复习羽毛球发展史，从运动本身聚焦到运动器材。</p> <p>新授课：</p> <p>1、羽毛球的制作材料：</p> <p>羽毛球有 16 根羽毛 。</p> <p>①羽毛长 58 毫米至 68 毫米 。</p> <p>②球托直径 25 毫米至 28 毫米 。</p> <p>③羽毛球重 4.74 克至 5.50 克。</p> <p>④羽毛：鹅毛、鸭毛、鸡毛、其他材料合成 。</p> <p>⑤球头：硬质塑料、泡沫塑料、软木（整体软木球头、复合软木球头、再生软木球头）。</p> <p>⑥生产羽毛球的胶水分为两大类：高级树脂胶水和化学胶水。</p> <p>2、羽毛球拍的尺寸、重量及材质：</p> <p>①羽毛球拍长度不超过 68 厘米。</p> <p>②球拍柄与球拍杆长度不超过 40 厘米。</p> <p>③拍框长度为 28 厘米，宽为 23 厘米。</p> <p>④球拍材料：高强度碳纤维、碳纤维、铝合金、木材。</p> <p>⑤甜区：就是球拍面的最佳击球区，球拍的甜区大多数都在横线第四根线附近。</p> <p>⑥一般全碳羽毛球拍的重量大多为 2U(90-94 克) 或 3U(85-89 克)，4U(80-84 克)，而铝框羽毛球拍的重量一般在 U(95-99 克) 以上，也有少数全碳羽毛球拍的重量低至 80 克左右。</p> <p>3、球拍的保护：</p> <p>①尽量不要戳到地板，双打要分好工，不抢球。</p> <p>②球拍尽量不要碰水，会缩短球拍寿命。</p> <p>③碳纤维的球拍不能受热，切勿放到温度高的地方（如汽车后备箱），以防球拍变脆，冬天气温低、球拍脆，打球不宜马上大力扣杀，应该慢慢活动，拉拉高远球，直至球拍恢复到室温。</p> <p>④夏天出汗多，打完球应该把吸汗带上的汗液晾干再放入球袋，以防发霉发臭，甚至导致柄木腐朽。球线的保养也类似，忌高温、低温。</p> <p>⑤尽量远离化学品，油渍。</p> <p>⑥勤换止汗带，防止球拍滑手，碰伤球拍。</p> <p>⑦球线断后应该立即剪断其余的线，以防球拍因受力不均而变形。</p>				

### 板书设计

- ①羽毛球拍长度不超过 68 厘米。
- ②球拍柄与球拍杆长度不超过 40 厘米。
- ③拍框长度为 28 厘米，宽为 23 厘米。
- ④球拍材料：高强度碳纤维、碳纤维、铝合金、木材。

### 教学反思

通过羽毛球课的教学，我发现一堂课的好坏并不在于教师本身对于相关理论的熟悉度，而在于如何调动学生的参与程度，对于我们体育学科来讲，要使学生真正参与到课堂中来则必须让学生首先对你所教授的项目感兴趣。