**2014至2015学年 第 二学期**

教 学 日 历

课程名称＿体育（篮球）＿＿＿＿性质 必修

总学时32讲课＿＿实验＿＿其它＿＿＿＿＿＿

授课班级 大一、大二学生＿学生人数＿＿＿＿＿＿＿

任课教师＿＿＿陈雷＿职称＿讲师＿＿

所在院(系、部)\_\_\_\_\_\_\_体育教学部\_\_

系(教研室)主任签字\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

　　　教材名称：　《篮球》　　　　　　 作者：马振洪

　　　　出版单位：北京体育大学出版社 出版时间：1998

中国石油大学(北京)教务处制

填 写 说 明：

1．每上一次课填写一行，例如：一周上三次课填写三次；

2．教学日历一经制订，不应出现大的变动，但允许主讲教师在完成课程教学大纲规定的教学要求前提下，进行必要的调整，以适应不断出现的新情况。如有变动，须经课程所属系主任（教研室主任）批准，并报院（系、部）办公室备查。

3．上机、大作业、课堂讨论、外出参观、考试等如占课内学时，在“备注”栏内注明。

4．教学日历由教师自存一份、课程所属系存一份，在每学期开学后第一周内送课程所属院（系、部）办公室并发一份电子版给课程所属院（系、部）办公室；有实验和上机学时的须发一份电子版的给实践科sjk@cup.edu.cn

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学时间 | | 授 课 内 容 提 要 | 周学时 | 学时分配 | | | 备注 |
| 周次 | 星期  节次 | 讲课 | 实验 | 习题 |
| 1 |  | 1、讲解课堂常规，加强组织纪律性；  2、恢复体力的练习；持球全场自由活动。 |  |  |  |  |  |
| 2 |  | 1、恢复体力的练习；  2、初步学习篮球的基本姿势、运球和双手胸前传接球。 |  |  |  |  |  |
| 3 |  | 1、学习原地单手肩上投篮；  2、复习运球及双手胸前传接球。 |  |  |  |  |  |
| 4 |  | 1、学习急停和转身技术动作；  2、复习运球和原地单手肩上投篮；  3、教学比赛。 |  |  |  |  |  |
| 5 |  | 1、学习行进间高手投篮；  2、复习原地单手肩上投篮和急停转身；  3、教学比赛。 |  |  |  |  |  |
| 6 |  | 1、学习滑步技术动作；  2、复习行进间高手投篮；  3、教学比赛 |  |  |  |  |  |
| 7 |  | 身体素质测试 |  |  |  |  |  |
| 8 |  | 1、学习行进间低手上篮；  2、教学比赛。 |  |  |  |  |  |
| 9 |  | 理论课 |  |  |  |  |  |
| 10 |  | 1、学习抢篮板球技术；  2、复习行进间低手上篮；  3、教学比赛。 |  |  |  |  |  |
| 11 |  | 1、学习单手肩上传接球和反弹传接球技术；  2、复习抢篮板球技术和行进间低手上篮；  3、教学比赛。 |  |  |  |  |  |
| 12 |  | 1、学习传切配合；  2、复习单手肩上传接球和反弹传接球技术；  3、教学比赛。 |  |  |  |  |  |
| 13 |  | 1、学习掩护配合；  2、复习传切配合；  3、教学比赛。 |  |  |  |  |  |
| 14 |  | 1、复习原地单手肩上投篮和行进间投篮；  2、教学比赛。 |  |  |  |  |  |
| 15 |  | 考核 |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |

**2014-2015 学年 第 二 学期**

教 学 日 历

课程名称 台球 性质 选修课

总学时 24 讲课＿24＿实验＿＿其它＿＿＿＿

授课班级 大三、四、研究生 学生人数 24人 /班

任课教师 陈 雷 职称 助教

所在院(系、部) 体育教学部

系(教研室)主任签字\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

　　　　教材名称： 台球速成　　　　作者： 张宝荣

　　　　出版单位：人民体育出版社　　出版时间：2004年8月

中国石油大学(北京)教务处制

填 写 说 明：

1．每上一次课填写一行，例如：一周上三次课填写三次；

2．教学日历一经制订，不应出现大的变动，但允许主讲教师在完成课程教学大纲规定的教学要求前提下，进行必要的调整，以适应不断出现的新情况。如有变动，须经课程所属系主任（教研室主任）批准，并报院（系、部）办公室备查。

3．上机、大作业、课堂讨论、外出参观、考试等如占课内学时，在“备注”栏内注明。

4．教学日历由教师自存一份、课程所属系存一份，在每学期开学后第一周内送课程所属院（系、部）办公室并发一份电子版给课程所属院（系、部）办公室；有实验和上机学时的须发一份电子版的给实践科sjk@cup.edu.cn

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学时间 | | 授 课 内 容 提 要 | 周学时 | 学时分配 | | | 备注 |
| 周次 | 星期  节次 | 讲课 | 实验 | 习题 |
| 1 |  | 了解认识台球的设备，以及基本的架杆方法。 | 2 |  |  |  |  |
| 2 |  | 击球策划，击球点，瞄准，目的在练习中熟练基本技能。 | 2 |  |  |  |  |
| 3 |  | 学习在多种台球练习中出现的球杆架法，正确架法，通过本节课的学习帮助同学们解决打台球时出现的错误架杆方法。 | 2 |  |  |  |  |
| 4 |  | 学习击打主球各个撞点的作用；通过本节课的学习可以有助于台球技术的迅速提高。 | 2 |  |  |  |  |
| 5 |  | 学习了解台球的瞄准方法的种类，以及在台球里面的推进球和跟进球；通过本节课的学习可以更加深学生台球的基本功。 | 2 |  |  |  |  |
| 6 |  | 学习定位球，复习上节课学习的跟进球和推进球；通过本节课的学习可以更好的培养学生学习台球的兴趣。 | 2 |  |  |  |  |
| 7 |  | 学习吃库球，复习推进球和定位球；通过本节课的学习让同学们能熟练台球技巧。 | 2 |  |  |  |  |
| 8 |  | 学习侧旋球，复习吃库球；通过本节课的学习让同学们熟练台球技巧。 | 2 |  |  |  |  |
| 9 |  | 初步学会将在不同角度的目标球击入袋的练习，巩固提高侧旋球；通过本节台球课的学习可以让同学们更熟练台球技巧。 | 2 |  |  |  |  |
| 10 |  | 初步学会缩杆球，巩固在不同角度的目标球击入袋；通过本节课台球课的学习可以让学生们更熟练台球技巧。 | 2 |  |  |  |  |
| 11 |  | 本节课考试。  跟进球 | 2 |  |  |  |  |
| 12 |  | 本节课考试。  有角度的底袋球 | 2 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |