

最新排球社工作报告(实用9篇)

随着社会不断地进步,报告使用的频率越来越高,报告具有语言陈述性的特点。报告书写有哪些要求呢?我们怎样才能写好一篇报告呢?下面是小编为大家整理的报告范文,仅供参考,大家一起来看看吧。

排球社工作报告篇一

我在本次课的设计中立足“以人为本”、“健康第一”的教学思想,坚持以学生发展为中心,体现学生的主体地位,培养和激发学生的运动兴趣,注重学生的个体差异为基本理念,围绕教学内容,通过探究性学习和合作性学习启发学生主动参与意识,积极思维,掌握适合自己的运动技能,促使全体学生养成自我锻炼的习惯,为终身体育服务。

在《课程标准》中,要求水平三的学生要“初步掌握多项球类运动中的多种动作技能”。小学六年级第一学期的排球教材主要是让学生初步学会排球的多种垫球动作。排球作为一个运动项目,是一项集体性运动,是非身体接触的对抗性运动项目,因此适合不同年龄和身体状况的人参加。

本课学习的主要内容是排球运动的垫球技术,垫球技术是排球运动中最主要的基本技术,是接发球和防守动作中最常用的动作技术。小学生学习排球的基本知识、基本技术,可以促进身体的生长发育,发展学生的速度、灵敏、协调等身体素质,在学习排球的过程中,同学间相互交往、合作,发展人际关系,促进学生身心的健康成长。

根据水平三学生的身心特点,确定本课的教学内容为排球的正面双手垫球。以健康第一为指导思想,以学生活动性内容为主线,以合作探索性学习为主要方式。加强教学方法的改革,注重学生学法的指导。充分发挥学生的主体地位,教师的主导地

位。引导学生进行自主、合作、探究性学习。教师努力营造宽松、和谐的学练氛围, 提供给学生更多的展示舞台。

水平三(六年级)

重点:垫球时击球做到:“一插” “二夹” “三提”

难点:垫球到位, 动作自然协调

学习目标:

- 1、学生知道正面双手垫球的方法。
- 2、学生能掌握正面双手垫球的技术动作, 发展力量、柔韧等身体素质。
- 3、能知道游戏的名称和方法, 并在游戏过程中遵守规则。
- 4、学生在练习中能乐于接受老师指导, 练习积极认真, 严格遵守纪律, 提高学生的合作意识, 并学会尊重他人。

学习内容:1、排球正面双手垫球 2、游戏:两头蛇

器材准备:排球50个、绳子24根、音响

学习过程:

(一)、准备部分(5')

- 1、课堂常规
- 2、导入课题

师:同学们, 你们知道中国女排的主教练是谁吗?(和)

师:中国女排有着辉煌的历史,在“铁榔头”的带领下,中国女排取得了“三连冠”的辉煌成绩。

师:你们知道“铁榔头”是谁吗?(美国女排主教练郎萍)

3、绕场跑步(篮球场2圈),边跑边拿排球

4、球操 四列横队体操队形

(二)、基本部分(32')

1、复习准备姿势和移动步法(集体持球练习)

2、教学正面双手垫球

(1)、教师讲解示范正面双手垫球的动作要领

一移:移动到位,正面对准来球

二插:两臂前伸插到球下

三夹:掌跟靠紧,手臂夹紧

四蹬:下肢伸腿蹬地

五提:提肩、顶肘、压腕

六跟:重心跟球向前

(2)、组织学生两人一组持球垫球练习。(一人持球,另一人练习垫球动作)

(3)、小结讲评徒手练习情况。

(4)、组织学生两人一组,一抛一垫练习

可以结合左、右、前移动垫球

(5)、组织学生四人一组进行垫球练习。

(6)、开展四人一组垫球比赛,看哪一组在规定时间内垫的最多

3、游戏:两头蛇

(1)、教师讲解游戏方法,并请学生配合进行示范练习。

(2)、组织学生分成四人一组开展游戏练习

(3)、组织各组开展比赛,先预赛后决赛。

(三)、结束部分

1、集合整队

2、放松练习

组织学生分散进行排球抛接活动。(可以加入拍手、转圈等)
提醒学生创想更多地抛接方法。

3、小结讲评

4、回收器材

5、师生再见

(四)、预计效果

95%的学生能初步掌握排球正面双手垫球动作要领;

100%的学生知道游戏的名称和方法。

排球社工作报告篇二

晚上我做完了老师布置的作业，看看手表，还不到八点，就拿出了排球和爸爸妈妈练习。但是和谁练习呢？要不先和妈妈练习吧！听妈妈说，她以前排球打得可好了。可练习了一会儿，我就发现妈妈不是打得太重，可能是因为长时间不练习的原因吧！于是，我又决定用我打过去，妈妈接住，再扔过来的办法，又练了一会儿，我们想看看三分钟到底可以打几下。“三！二！一！准备！开始！”随着爸爸的一声令下，我俩就立刻打了起来。可是打着打着，新的问题就暴露出来了：妈妈的接球速度太慢了，结果三分钟下来，居然才打了四十五下，这也太少了一点儿吧！我们又试了一次，虽然妈妈这次速度加快了，可到头来也只有五十九下，还是太少了。不行，要换人。我就决定跟爸爸打。爸爸身手敏捷，相信我跟他一定会创造出一个好成绩。在练习中，我发现爸爸不仅投得准，而且对于我一些没打好的球，他也可以牢牢得接住，看来爸爸可真是一个不错的人选。于是，我们又试了一次，果然，进步很大，打了七十六下。比以前整整进步了十七下啊！我们都高兴极了。

但是妈妈还是觉得不够，因为我们去年的最好成绩可是一百二十七下呢！所以我们一定要努力，争取打破以前的记录。相信我，我们一定会做到的，你们就等着瞧吧！

排球社工作报告篇三

在合作学习中复习小排球的垫球动作，进一步熟练垫球动作，提高学生的灵敏反应和对小排球的兴趣。

小排球：垫球

教师活动：1、组织学生集队、队列练习。

2、组织学生分成两大组进行游戏比赛。

学生活动：1、体育委员整队，检查出席人数。

2、听运动员进行曲在小组长的带领下进行队列练习，在动作正确的同时感受正确的节奏。

3、分成两大组进行游戏，在规定的.时间内比一比哪一组击中的敌人多。

组 织：四列横队、自主分散

* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

教师活动：

1、提出练习的要求，巡回指导。

2、组织学生垫球小比赛：看一看谁的球最晚停下来。

3、组织学生两人一组对垫、六人一组互垫。

4、组织学生按小组进行垫球比赛，采用五分制，每边发五球，在宽松规则下进行。

5、总结比赛情况，及垫球中存在的问题。

学生活动：

- 1、按老师的要求取球，进行自垫球练习，体验正确的连续的垫球动作。
- 2、认真对待比赛，看一看自己最多能垫几个球。
- 3、找一个伙伴认真地体验对垫球动作。
- 4、六人一小组进行垫球练习，体验相互间的配合，为垫球比赛作好准备。
- 5、积极参与垫球比赛，体验相互间的配合及脚步的移动。
- 6、通过总结清楚的知道自己存在的问题。

组 织： 分组分散

操场、小排球、横绳

排球社工作报告篇四

为了加强我院与其他院的交流、增进同学们的友谊、增强集体荣誉感、丰富同学的课余生活，我院参加了学校举办的排球比赛。

因为我们训练的时间比其它院的要晚，在比赛期间只要没比赛我都会带着队员去训练。

比赛的时间队员都很认真对待比赛。但由于我们缺少经验男生在小组赛以一胜两负的成绩被淘汰。女生则一路杀进了决赛，并取得了第四名。

对于这次活动我有以下总结：

训练时间短：在接到排球比赛的通知时，有由于同时正在举

行新生杯和定向比赛。导致排球训练推迟了4、5天。队员只训练了一个多星期。

训练效率：我在带队员训练时有时我自己也会不耐烦、迟到。在训练方法上不够给力。

队员认真：由于我们训练比其他院的要晚，所以我们平时的训练都会比其他队的时间多。女队员在比赛期间中午都坚持在场地训练。

缺少经验：没有基础：我通过打听只得知教育班081的王少琴会打排球，我就请了她来和我一起带队。我只是自己从网上学到一点基本的排球知识。队员在技术上和其他一些队存在一定的差距。没有临赛经验：在比赛时队员心态保持不了，在落后的情况下容易泄气，打不出势气。

缺少关注：不管是在平时训练还是比赛只有队员在场，让队员感觉参加这个比赛是不被重视的。在队员的积极性上有所影响。

希望我的这些总结能够对下次比赛带来一点小小的帮助，积累一点经验。相信我们院在下次比赛中一定能取得好成绩。

排球社工作报告篇五

学习目标：了解排球的发球的动作要领，在学习中撑握一定的发球技能。

学习内容：排球：发球

学习步骤：

教师活动：

- 1、组织学生集队、队列练习。
- 2、组织学生进行准备活动。
- 3、组织学生进行步法移动。

学生活动：

- 1、体育委员整队，检查出席人数。
- 2、听运动员进行曲在小组长的带领下进行队列练习，在动作正确的同时感受正确的. 节奏。
- 3、在小组长的带领下进行慢跑，并进行步法移动。

组织：六列横队、自主分散

教师活动：

- 1、组织学生尝试复习发球动作。
- 2、根据学生的掌握情况进行重点讲解示范，让学生掌握发球

的动作概念是击球点的掌握和手臂的挥动动作。

3、组织学生进行练习，巡回指导。

4、组织学生实战运用，总结掌握情况。

学生活动：

1、在规定的地点自己体验发球动作，尝试着把球击出。

2、认真观看老师的示范，了解动作的要点是击球点和手臂的挥动。

3、按要求继续尝试发球动作，进一步体验协调用力的进行发球练习。

4、积极参加小组比赛，在实际的比赛中体验发球的重要性。并在比赛中明白只有多锻炼才能把球发到有效的区域内，才能有一定的目标。

5、认真听老师总结，对照总结了解自己的差距。

组织：分组分散

场地^器木才：体育馆、小排球、录音机

排球社工作报告篇六

球是幼儿比较喜欢的一种器械，但是，单独让幼儿练拍球较为枯燥，通过做游戏来练习，就能引起幼儿的兴趣。每个幼儿都喜欢表现自己并得到表扬。教师充分抓住这一点，让每个幼儿都有在老师面前充分展示的机会，并在老师的鼓励下增加练球的积极性。

- 1、发展幼儿的想象力和创造力。
- 2、培养幼儿动作的准确性、灵敏性。
- 3、练习原地拍球，探索球的各种玩法。

皮球每人一个

一、带幼儿做徒手操进行热身：手腕--脚腕--上肢--扩胸--压腿--跳跃--体转--腹背--原地空手拍球练习。

二、幼儿每人一个皮球围成圆圈做原地拍球练习，教师巡回指导，伸出大拇指鼓励认真努力的幼儿。

三、根据幼儿的拍球能力，教师请个别幼儿做示范，让幼儿辨别对错。教师进一步示范拍球的正确姿势和方法，并指导幼儿左右手交替拍，下一次争取比上一次多拍一个。

四、教师巡回指导幼儿练习情况。

五、拍球比赛：请幼儿自由结伴，到老师跟前来进行原地拍球比赛，胜出者给予奖励。

六、带幼儿坐在圆圈上玩滚球的游戏：绕身体一周，滚出去滚回来，腿下滚等。请幼儿探索球的其他玩法，如高运球练习、低运球练习、转圈拍、抛接球、传球等。

七、做四人接力拍球游戏。

方法：四人一组，两人先拍球，四人同时数数，拍到第五个时另两人接着往下拍，就这样五个一换，看哪一组连续拍二十个不失败。游戏进行2--3次，结束时讲评，表扬合作好的小组。

八、带幼儿边走边拍球到球筐前，收球。

九、做放松活动——重点是双臂和腿。鼓励幼儿在家也要经常练习球的各种玩法。

运球是一个长期练习的运动项目，为了让幼儿始终保持兴趣，教师需要不断变化教学方法和游戏规则，增加新颖动作，让幼儿感到球有多种玩法，喜欢去探索创造各种玩法。只要幼儿喜欢球，他们的运球水平就会不断得到提高。

排球社工作报告篇七

1、排球下手发球的复习

2、短跑

教学目标：

领域目标——水平五

运动参与：

1、使学生参与到排球下手发球的练习中来。

运动技能：

1、通过对排球下手发球动作的复习，学生能在掌握的基础上提高技术，有90%的同学能够将球发过网。

2、通过练习，使学生掌握跑的技术，提高跑的能力。

教学重点：排球下手发球时的直臂击球

教学难点：克服学生厌跑的心理障碍

1、常规教学：(1)体育委员整队集合，检查服装、人数

(2) 师生问好

(3) 简单介绍本课的内容和要求

(4) 安排见习生

要求：“静、齐、快”，精神饱满

2、准备部分：(1) 慢跑2圈(绕四个排球场的边线)

(2) 专门性准备活动：肩部——腰部——

膝关节——手腕脚踝

教法：(1) 组织学生慢跑2圈

(2) 带领学生做专门性准备活动

学法：(1) 按教师要求慢跑2圈

(2) 听教师口令进行准备操的练习

(3) 充分拉开身体各部分肌肉、关节

(一) 排球下手发球的复习

教学步骤：(1) 教师讲示排球下手发球的技术动作

(2) 了解学生的基本情况

(3) 及时纠正错误动作

教法：(1) 讲解示范发球技术，提出注意点

(2) 分组练习，了解学生情况

- (3) 及时纠正学生的错误动作
- (4) 组织学生进行展示，给予评价
- (5) 再次分组对发练习
- (6) 教师巡回指导
- (7) 教师小结

学法：(1) 认真观察教师示范动作

- (2) 分组进行对发练习
- (3) 及时纠正错误动作
- (4) 个别同学展示，学生相互学习
- (5) 积极参与，进行自评、互评，共同进步
- (6) 小结

(二)100m跑

教学步骤：(1) 讲解跑的技术动作及基本姿势

- (2) 组织学生进行100m跑
- (3) 评价与小结 标志物

教法：(1) 讲解跑的技术动作、注意点

- (2) 组织学生进行100m跑(2组)

(定时间不定具体路程的形式，时间规定18’)

(3) 语言鼓励学生认真完成

(4) 评价与小结

学法：(1) 认真听教师讲解，明确目的

(2) 认真完成100m跑练习(2组)

(3) 同伴间相互鼓励、评价

(4) 学生小结

1、整队集合

2、放松操

3、师生再见

4、回收器材

排球社工作报告篇八

2、通过游戏，发展学生快速跑的能力及下肢力量

3、培养学生积极主动、共同讨论及团结互助的精神

4、预计课的练习的密度35%左右，平均心率达125—135次/分钟

难点：插、夹、提协调配合

1、体育委员整队，报告人数。

2、师生问好。

3、导入课题：排球场上的风云人物：“铁榔头”——郎平

目标：1、精神饱满 2、激发兴趣

组织：四列横队

1、准备操：

(1) 伸展运动

(2) 扩胸运动

(3) 踢腿运动

(4) 体侧运动

(5) 全身运动

(6) 跳跃运动

(7) 整理运动

2、小游戏：传球接力

目标：1、活跃课堂气氛 2、提高身体活动能力

教法与学法：

1、教师简述游戏方法、规则

2、学生认真听，可提问

3、组织游戏

1、学习正面双手垫球

动作要领：正对来球，双手叠握，伸臂压腕、夹臂旋外，形成平面。垫球时，臂快插入球下，含胸、提肩、夹臂向上抬臂，收肩，同时蹬腿提腰，腹前垫球。

目标：1. 初步掌握垫球动作由易到难、感受乐趣，使每个学生都有收获，体验成功。

2. 巩固垫球技术熟练球感及培养判断准确能力。

教法：1、教师用语言提示

2、利用示范和讲解动作要领

3、布置分组练习，教师巡视，个别指导

学法：1、学生尝试垫球

2、认真观察

4、自抛自垫、努力提高

5、二人一组，一抛一击，亦可对垫

6、互帮互较互纠

组织：二人一组、自由组合

2、放松活动（大笑放松）

目标：身心放松

1、小结本次课情况

2、还器材

3、下课

排球社工作报告篇九

现代教育很重视学生个性能力的发展，在体育教学中，要不断更新观念，引入新的教学思想和方法，加强对学习规律的研究，创造出新的学习模式，“以书本为中心，以课堂为中心”，转向以学生发展为中心。注重培养学生对体育运动的爱好和兴趣，让学生掌握从事终身体育运动所需要的体育知识和技能，提高自我锻炼的能力，学会学习、学会生存、学会做人。养成终身体育态度和习惯，将增进学生健康贯穿于课堂实施的全过程，确保“健康教育第一”思想落实到实处，使每位学生都能健康成长。本课《软式排球》遵循体育课堂基本理念，以学生发展为中心，软式排球贯穿于全课，采用形散而神不散的组织形式，以趣味化、台阶式的教学手段，调动学生的学习积极性，增强学生体质，发展学生个性，培养学生自主学练、合作进取、勇于质疑、大胆探究创新，以及表现力和终身体育能力。

软式排球

2、初步掌握和运用所学技术，发展灵敏、协调以及快速反应的身体素质。

3、培养集体主义、团结协作精神及参加排球运动的兴趣。

排球比赛是隔网进行的，排球运动可以发展人体的多种身体素质还能培养果断、自信、坚韧、协作等心理素质。而软式排球是刚刚兴起的一项体育运动，它体积大、重量轻、质地柔软，不易挫伤手指，不受体质技术水平的限制，本课用软式排球进行教学，激活学生兴趣，而且能够开动学生的思维。软式排球能给课堂带来生机，充满活力，又能促进学生身体协调发展。软式排球作为技术动作的学习，自然有一种美感，学动作没有危惧，能很好地让学生去体会垫球技术。软式排

球不受场地的限制，运动量可大可小，既能培养学生优良品质，又能把教师的目标变成学生尝试的结果，融娱乐，知识趣味为一体，很容易在教学实践中见效。掌握软式排球技术动作，最终达到强身健身的真正目的。更能促使学生小组自学、质疑探究、创新，又能体现体育道德精神，在配合各种形式的游戏活动，更能激发学生对软式排球的兴趣。学习它不仅能陶冶情操，同时又能发展灵敏、协调等素质，提高运动能力和应变能力，促进身心和谐健康成长。因此，深受学生的喜欢，很适合在学校开展。

学生作为课程学习的主人，有着丰富的课程资源，为学生的学习创造了条件。五年级的学生已具备一定的自学、自练能力，在教师的引导下，在学练中具有探究、分析、解决问题的能力及和合作、自控能力。这是本课教学必备条件。由于诸多因素影响，学生在学习能力以及技术掌握状况存在着一定差异。

《软式排球》

重点： 一插、二夹、三提

难点： 上、下肢协调配合，准确地将球垫击倒前臂的击球部位上。

教法： 1、启发教学法：通过启发让学生更好的了解排球的基本知识，激发学生的学习兴趣。2、分解法：让学生从简到难的学习，使学生更容易掌握技术。3、游戏法：通过游戏活跃课堂气氛，巩固技术，培养学生的协作能力和集体主义精神。

学法： 1、尝试法：发展学生创造能力，充分体现学生的主体性。2、展示法：通过展示有利于学生创造性的学习。3、游戏法：提高学生的兴趣，活跃课堂气氛，巩固技术。4、评价法：通过评价发现问题，解决问题，进一步启发学生的学

习兴趣。

(一) 导入部分：(11`)

- 1、课堂常规
- 2、本课的教学内容目标及要求
- 3、排球操。

为了使學生精神振奋，达到热身效果，安排了排球操提高學生的兴趣，同时培养学生情趣，达到热身效果。

4、复习上节课内容

a□半蹲准备姿势

b□移动

(二) 学习和发展 (20`)

- 1、徒手练习：原地散点撒开，徒手做垫球动作姿势。

为了使學生把理性的认识转化为动作。學生散点站开。看教师的示范动作模仿练习。同时教师发现问题及时解决问题，特别是垫球的姿势、手型正确。

- 2、自由组合,自由练习：

(1) 垫固定球：是让学生体会全身协调用力和正确的击球位置。加深学生对垫球技术的理解。

(2) 一抛一垫：相距3——4米一人抛球，另一人垫球。

要求抛球由到位向不到位变化，垫球由近向远变化。安排这

练习是让学生体会垫球动作的插和蹬送动作。

(3) 自我展示：给学生一定的空间和时间让学生展示一下自己的练习成果，充分体现学生主动参与和自主学习的要义。同时也提高了学生的学习兴趣。

(三) 合作发挥 (4`)

游戏：垫球比赛

规则：两队同学分成四个小组，两小组隔网相对。教师发令后，排头将球自抛自垫到本队另一组排头，然后跑到本队另一组队尾，每人垫一次，现垫完者为胜。要求：1、接球时不能触网。2、如一次未能将球垫过网子，必须由本人将球拾起继续垫过网子。

根据本课的内容安排这个游戏，再次巩固垫球技术。同时也培养学生的协作配合，团结合作能力。

(四) 恢复身心 (5`)

1、在教师带领下学生通过音乐来放松，促使学生消除肌肉的疲劳，身心得到恢复。

2、对本课进行小结，学生参与自我评价，小组评价和综合评价。布置收回器材。

3、师生道别