足球：发展足球传接球能力

**教学设计**

（水平四，七年级 ）

一、指导思想

以“健康第一”为指导思想，注重学生对足球基本技术的掌握与实践应用，运用新的教学理念和教学方法，与足球训练课相结合，突出以“技术为主”的学习方式，让学生在课堂上学到更多的足球知识及技术，引导学生积极主动参与学、练，使学生在宽松、和谐、开放的环境下进行学习、锻炼和开发思维。

**二、教学目标**

认知目标：让学生了解脚内侧传球的三要素是：传球的路线、传球的力量、传球的时机。

技能目标：提高学生的传接球能力，解决教学重点问题，争取突破教学难点。

情感目标：培养学生的自信心以及团结协作、勇于克服困难的优良品质。

**三、学情分析**

本课教学对象为初中一年级6班，有40名学生，男女学生对半，班级大部分学生不喜爱足球活动，对足球活动的积极性不是很高，而且对足球运球技术知识了解并不多，但他们有很强的好动性和集体荣誉感，通过竞赛调动学生的参与能力与竞赛能力，教师在引导学生相互观察、相互模仿、相互帮助的同时，应共同参与、相互交流，在融洽平等的课堂氛围中师生共同发展，共同提高。教师在教学中要尽可能地创造条件让学生多接触球，现代学生的兴趣广泛，但自探能力差，心理素质、稳定性不强，对于学、练简单的足球动作，可能会出现注意力不集中或厌学现象，给教学带来不便，那么，在教学过程中，与足球训练课结合，运用变换练习方式，条件和要求等多种教学手段来激发学生的学、练兴趣，出色地完成教学任务。本单元主要强调突出“技术练习”为主，同学间的传接球配合较多，通过练习提高学生的传接球技术。

**四、教学内容**

1、 提高运动中的传接球技术

2、 熟练掌握运动中的传接球技术

3、 在比赛中提高传接球技术

4、 课课练（发展身体的协调性和灵敏性）

**五、组织与教法**

根据本课目标，教学组织与教法的设计思想是：

1、情景教学法，让学生入境动情，充分调动学生学习、锻炼的积极性。

2、发现教学法，引导学生积极主动去探索。

3、评价激励法，积极学生进取动机，使学生更积极、更主动、更有信心的进行锻炼学习。

4、采取了尝试学习法、小组合作学习法、探究学习法，引导学生积极主动的参与学习和锻炼，教师参与学生活动并适时指导。使学生在与教师一起快乐活动的过程中掌握踢球的动作要点，促进灵敏与协调能力的发展，体验成功的快乐。

5、教、学相长：充分发挥学生的主观能动性，激发兴趣，主动、积极地投入学、练中去。

6、教师的讲解，示范和提问对话，培养学生注重观察，积极思维。

7、通过带练，示范练习和指导练习，让学生学会模仿学习能力。

**六、教学流程**

课堂常规——热身运动——提高运动中的传接球技术——熟练掌握运动中的传接球技术——在比赛中提高传接球技术——课课练（发展身体的协调行和灵敏性）——放松运动——小结——下课

**七、单元计划**

**足球：发展足球传接球能力**

（水平四　七年级）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 教学目标 | 1. 学生懂得传接球技术在足球运动中的作用和运用时机，懂得传接球动作原理。 2. 掌握传接球技术动作方法和要领，能在多种技术动作中合理运用，全面提高身体素质。   通过学习增强自信，培养团队合作意识。具有积极参与练习的态度和行为。 | |
| 重点难点 | 重点：在运动中接球与传球的衔接。  难点：传接球的力量与角度的把握。 | |
| 课次 | 达成目标 | 教学内容 |
| 第一 次课 | 1、能说出脚内侧传球的动作方法及要领  2、85%学生能正确完成动作  3、展现自我具有团队意识 | 1、通过耍球（拨球、拖球、颠球），来 熟悉球性的各种练习  2、学习脚内侧传球  3、课课练 |
| 第二 次课 | 1、了解脚内侧停球的方法  2、85%学生基本掌握脚内侧停球动作技术。  3、在学练中提高协作意识 | 1、球性练习（推球、拉球、拨球）  2、复习脚内侧传球  3、学习脚内侧停球  4、课课练 |
| 第三次课 | 1． 巩固掌握传接球的方法，乐于参与练习，尝试用所学方法进行比赛。  2． 掌握运动中传接球的动作方法和技能技巧，并能在比赛中较好的运用。  3.在练习中培养学生的团队合作精神及创新意识。 | 1、提高运动中传接球技术  2、熟练掌握传接球技术  3、在比赛中提高传接球技术  4、课课练 |
| 第四次课 | 1、学生能主动参与活动，体验小足球运动的乐趣与魅力。  2、通过比赛掌握运动中传接球的动作方法和技能技巧，并能在比赛中较好的运用。  3、增强学生自信，善于与同伴合作与交流，共同提高。 | 1、球性练习  2、复习练习中传接球技术  3、教学比赛  4、课课练 |

**体育课教案**（水平四）

课次：第3课时　班级：七年级　人数：男20人 女20人

**授课内容** ：提高足球传接球能力

**教学目标：** 认知目标：让学生了解脚内侧传球的三要素是：传球的路线、传球的力量、传球的时机。

技能目标：提高学生的传接球能力，解决教学重点问题，争取突破教学难点。

情感目标：培养学生的自信心以及团结协作、勇于克服困难的优良品质。

**教学重点：**传球的路线和传球的力量。

**教学难点：**传球的时机。

| **课的**  **部分** | **时间** | **教 学 内 容** | | | **组 织 教 法** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **准**  **备**  **部**  **分**  **基**  **本**  **部**  **分**  **基**  **本**  **部**  **分** | **10**  **分**  **钟**  **25**  **分**  **钟**  **25**  **分**  **钟** | 一、课的开始（2分钟）  1、值日生集合整队，报告出勤人数  2、师生互相问好，登记考勤  3、提出足球实践课学习要求  4、宣布本次课的内容和任务  5、安排见习生  二、准备运动（3分钟）  1、绕训练区域慢跑一圈  2、徒手准备活动  (1)头部运动 (2)扩胸振臂  (3)体转运动( 4 )膝关节运动(5)正压腿 (6)手腕髁关节 （7)收腹跳   要求：肢体放松，动作舒展、准确、协调一致。  三、 游戏 （5分钟）  传接球射门游戏  GQ07$6[PFT[2V{87I[_ZS}0  四、提高学生把握跑动中传球的路线的能力。（5分钟）  在传接球的两人中间放置一个1.5米宽的用标志桶摆放的球门，每次传球都必须通过球门。  MIMF@DQM2T@6STZ]U~Q%Q[R  五、提高学生把握跑动中传球的时机的能力。**（6分钟）**  在一组传球时应注意避开另外一组传球跑动的人和足球，每一次传球时都要通过观察选择传球的时机。  UY53)YV3X`}AETR%QP`7SBO  六、在比赛中提高传接球技术。  4VS4+2传球比赛（6分钟）  P0CRHAS6LT`K_PJ_Z5P@V8I  七、课课练（8分钟）  （发展身体的协调性和灵敏性）  绳梯素质练习  Q9T`Y{0PY{6@4J((H]@9GXT | | | 一、集合队形  SYH1AH1ND7YUIL}QTA(JIYY  要求：整队快、静、齐；器材有顺序地放在场  外指定点  见习生随堂见习上课，做见习笔记，并协助教师教学  组织：10人一组，每个小组进入训练区域  游戏规则：10人一组，分成四组，每一组在15M×15M的区域里面两人一组手拉一根短棍组成移动球门，四人组成两个移动球门，另外六人两人一组通过传接球配合射门。  要求：传球通过移动球门时，应通过相互间呼应、跑动、  观察，传球迅速穿过移动球门。    要求：脚内侧传球时膝关节弯曲，降低身体重心，注意支  撑脚站位和传球脚型的控制，传完球应快速跑到对面队尾，接球时应原地小步跑，支撑脚脚尖正对来球，膝关节微屈， 同侧肩正对来球。接球腿提膝大腿外展，脚尖微翘，脚  底基本与地面平行，脚内侧正对来球并前迎，当脚内侧  与球接触的一刹那迅速后撤，保持在运动中接球，以便  随时调整接球部位和身体和球的距离。  **教学重点：**传球的路线和传球的力量。  **教学难点：**传球的时机。  要求：学生在接球时应提前观察另外一组传球跑动  情况，接球后不能一脚传球可以停球后再传球，传球  时应在观察后选择正确的传球时机后进行传球，传完球后  快速跑到对面队尾。  组织方法：在20M\*20M的场地里进行4对4加2位中间  人的传接球比赛。不设球门，每队传球成功超过5次得1分。  要求：注意利用场地的宽度和长度跑位接应，传球时注意  传球力量和传球路线，进一步突破本课的教学难点问题。  学法：小组合作学习法，比赛法。  练习时间：8-10分钟  要求：左脚和右脚依次快速通过每一个方格，步伐小，  频率快。前后练习队员保持一定的间距，练习完绳梯后  冲刺跑20米。 |
| **结**  **束**  **部**  **分** | **5**  **分**  **钟** | 1、放松运动  静立性牵拉（肌肉和关节，每个部位15秒）  2、总结和评价本次课  3、布置课外作业。  4、回收器材。 | | | 组织方法：回到训练区域进行放松运动，跟着老师做静立性牵拉。 |
| **所需场地器材** | | | 足球场，足球25个，短棍8根，标志桶40个，绳梯4副，3种颜色的分队背心24件 | | |
| **预计运动负荷** | | | 平均心率：140+5次/分 | 预计练习密度：55% | |
| **教师课后反思** | | | 这节课通过竞赛法充分调动学生学习的积极性，慢慢增加难度，提高学习兴趣，培养学生的  集体荣誉感，一开始通过两人一组自制球门游戏进行移动中的传接球，我觉得效果很好，不仅提  高了他们的兴趣，主要是间接提高了他们的传球准确度，发展到后面的4人、8人一组的传接球  练习，不断的通过传接来提高传接球技术，让学生感知获得进步的喜悦，学生学习的积极性更高。虽然比较好的完成了教学目标，但也存在一些不足，基本部分有些同学活动不积极，在传接  球练习时，个别女生有散漫现象，不过后来的8人一组传接球练习和抢截球练习的比赛，解决了  这个问题。在学生的练习过程中，还出现较明显的问题，部分学生脚触球时髋关节出现扭转较大  的现象，在踢球时明显动作变形，影响了球运动的方向。只有踏踏实实的练好技术，才能根本的  解决问题，针对这个问题，落实好教学重、难点以外，我应该在教学过程中做出以下改变，以便  学生更好的掌握。   1. 在讲解示范时不过于的去强调髋关节的动作，而把动作的讲解集中在脚击球时的位置和球的   运动方向上。   1. 利用标志物，为学生设置踢球时的目标，提高学生的传接球准确度，限制学生踢球时的力度。 2. 精讲多练，让学生自己去体会动作要领，多以模仿为主。 | | |