**水平四《足球：脚内侧传接球技术方法》单元计划**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 单元教学 目标 | 1.说出足球脚内侧传接球的动作方法、练习方法以及运用方法。2.在练习中能连续做出10次脚内侧传接球的正确动作，表现出连贯性、准确性，培养观察能力和决策能力。3.在学练及比赛中表现出敢于挑战，乐于探究以及坚决果断的行为特征和团队精神。 | 课时 | 4 |
| 课时 | 教学内容 | 教学目标 | 教学重、难点 | 教学策略 |
| 1 | 足球脚内侧传接球技术方法1。 | 1.能说出足球脚内侧传接球技术动作的方法。2.在练习中80％的学生做出脚内侧传接球的动作，在比赛中做出脚内侧传接球动作，10次传球能成功八次，表现出连贯性，发展灵敏素质。3.积极学练，互帮互助，发扬团体协作的合作精神。 | 重点：触球部位难点： 触球和传接球衔接自然 | 1.上步触球的脚内侧传球练习2.脚内侧传球＋脚内侧接球3.左右脚内侧运球比赛 |
| 2 | 足球脚内侧传接球练习方法。 | 1.能说出足球脚内侧近距离传接球的注意事项。2.在练习中能做出脚内侧传接球动作，与同伴连续传接球10次不失误，表现出准确性，培养移动能力和反应能力。3.培养勇于进取、自主学习的能力以及顽强拼搏的精神 。 | 重点：脚内侧触球部位难点：传球的力度 | 1.两人原地脚内侧传接球练习2.两人相距4米脚内侧传接球＋脚内侧接球3.三对三教学比赛 |
| 3 | 足球脚内侧传接球练习方法。 | 1.能说出足球脚内侧传接球的作用。2.在练习中能做出脚内侧传接球的动作，表现出连贯性，培养观察能力和决策能力。3.培养勇于进取、自主学习的能力以及顽强拼搏的精神。 | 重点：支撑脚的位置难点：髋关节外展 | 1.多步助跑的脚内传球运球＋脚内侧传球2.无球门的一对三教学比赛 |
| 4 | 足球脚内侧传接球的运用。 | 1.能说出足球脚内侧传接球的时机2.在练习中能做出脚内侧传接球动作，表现出准确性，提高观察能力，发展灵敏素质。3.培养勇于进取的品质和适应能力。  | 重点：传接球动作连贯难点：传球后积极跑动 | 1.曲线运球＋脚内侧传接球2.运球＋脚内侧传球＋踢准3.无球门的一抢二教学比赛 |

**水平四《足球：脚内侧传接球技术方法1》教学设计**

|  |  |
| --- | --- |
| 指导思想 | 本课贯彻新课标精神，以《浙江省义务教育体育与健康课程指导纲要》为依据，落实“技术、体能、运用”三维融合的教学理念，全面贯彻“健康第一，以人为本”的指导思想。本着以学生的身体健康发展为主要目标，激发学生对运动的兴趣，培养学生自主学习的能力，引领学生主动积极的参与学练，并体验到运动的快乐。练习中将尽可能地启发学生通过亲身体验去探索、思考，在自主、合作、探究学习中掌握运动技能，使学生能够在课堂中体验和感受球类运动带来的乐趣，从而增强体质，促使学生身心全面发展。 |
| 教材分析 | 本教材选自浙江省义务教育体育与健康必学内容教师用书(水平四) 九年级第一学期球类第二单元足球第1课时的内容，本单元共4课时。 足球运动观赏性、操作性强，是世界第一运动，又是中考体育项目之一，越来越受学生重视。脚内侧传接球是足球技术中一项基本技术，更是足球比赛中主要的得分手段之一。本课的重点是脚内侧传接球部位，采用多样性的练习手段。再结合足球各种基本技术来发展学生的灵敏、速度与力量等身体素质。本课主教材共为4课时，本课次为第1课时。 |
| 学情分析 | 本课的授课对象为九年级学生。经过七、八年级的学习，九年级学生的素质也有很大的提高，学习的欲望也比较强，但个别学生有消极对抗情绪，需要耐心引导；而女生的足球技术水平差异较大。为了让学生更好地掌握这项技术，在教学中加入分层教学，巡回指导，并及时纠错，及时改进，对技术落后、能力较弱的学生进行个别指导。 |
| 教学流程 | 导入与热身：课堂常规--队列练习--准备活动（各关节徒手操、足球操）实践与提高：脚内侧触球与传球练习（踢固定球练习、上步触球练习）--脚内侧传接球的组合练习（脚内侧传球+加速跑+脚内侧接球）运用：脚内侧传接球绕杆调节与评价：拉伸操--小结、养成教育 |
| 场地布置 | 1.足球场地一块2.足球41个3.20个体操垫子（布置成二列横队，学生垫子前后站立） |
| 安全防范 | 1.课前渗透安全教育，提高自我保护意识。2.做好充分的准备活动，特别是踝关节。3.课中及时纠正错误动作及违规行为，让学生懂得安全进行体育活动。4.踢球时要注意观察，保持距离，避免垫球中碰撞。5.进行比赛时严格按照比赛要求执行，避免发生碰撞。 |

**《足球：脚内侧传接球技术方法1》课时计划**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 教学内容 | 1.足球：脚内侧传接球技术方法12.体能：下肢力量练习 | 课次 | 4-1 |
| 教学目标 | 1.能说出足球脚内侧传接球技术动作的方法。2.在比赛中能做出脚内侧传接球的完整动作，在练习中10次传接球能成功8次，并能表现出连贯性、灵敏性，发展灵敏素质。3.积极学练，互帮互助，发扬团体协作的合作精神。 |
| 重难点 | 重点：脚内侧触球部位难点：触球和传接球衔接自然 |
| 教学过程 | 教学内容 | 学练标准 | 组织形式与安全措施 | 练习次数 | 练习时间 |
| 准备部分8' | 1. 课堂常规
2. 队列练习：齐步走＋跑步走

3.准备活动3.1慢跑热身3.2热身操＋球操 | 1.快、静、齐2.精神饱满，跟上节奏，步调一致，排面整齐3.充分热身，跟上口令节奏，动作充分舒展3.2充分活动各关节 | 1.四列横队2.四列横队3.1一路纵队3.2体操队形（安全提示：前后间距拉开） | 116X8 | 1’2’2’ |
| 基本部分32' | 1.足球：脚内侧传接球技术方法11.1脚内侧传接球练习1.1.1无球技术动作练习1.1.2固定球练习1.1.3上步触球传球练习1.2组合练习1.2.1脚内侧传球＋快速跑＋脚内侧接球练习1.3比赛：脚内侧运球绕杆比多2体能：下肢力量练习2.1深蹲跳 | 1.1.1体会触球部位，准确触球部位不低于10次1.1.2踢球腿动作准确，触球部位准确。1.1.3上一步或上三步触球，并用脚内侧部位准确将球传出，支撑脚站位准确，踢球脚充分外展不低于15次。1.2.1反应速度快，能快速追上传出去的球并接球，传接球动作自然。1.3每个学生跟进练习，在比赛中全神贯注，牢记脚内侧触球部位，准确触球，并至少运球绕过5个杆。2.1发挥自己最大的跳跃能力，身体舒展，充分发展下肢力量，标准动作不低于10次 | 1.1.1成体操队形散开1.1.2四列横队成体操队形1.1.3四列横队（安全提示：注意前后安全间距，注意支撑脚的站位，防止与球过近）1.2体操队形（安全提示：前后左右保持安全间距，具有安全宽敞的跑动空间）1.3四路纵队（安全提示：绕杆过程中注意杆的位置）2体操队形（安全提示：落地要缓冲） | ≥25≥30≥30≥25≥2≥15 | 3’3’3’3’30”1’ |
| 结束部分5' | 1.拉伸操：我和你2.小结课堂表现3.下课，回收器材 | 1.调整呼吸充分放松2.师生评价3.学生积极收还器材 | 1.四列横队成体操队形散开 | ≥1 | 2' |
| 场地器材 | 1.一块足球场 2.20个体操垫子 3.41个足球 4.一个音箱 5.32个标志杆 |
| 作业 | 脚内侧传接球无球练习，3组.每组20个 |
| 教学反思：我教学设计的内容是《足球：脚内侧传接球技术方法1》，练习密度在50％左右，平均心率在120次/分左右，再重新自我评价和回顾反思本堂课。首先，这节课通过慢跑、熟悉球性来做准备活动，调动了学生的积极性，让学生在一种欢快愉悦和有期待的环境中学习，有利于发挥学生的自主性。其次，在基本部分教学中，先讲解示范，然后让学生根据要求练习，允许学生自由发挥，发挥学生的主观能动性，通过一层层练习，由易到难，由简到繁，进一步提高了学生的动作技术。在比赛当中，能够提高学生的脚内侧传接球技术，还可以发展学生的灵敏性、奔跑能力、协调等身体素质。再练习中我巡回指导和主动参与，缩短了师生之间的距离感，使课堂气氛更加活跃，学习效果更加明显，从而使课堂教学组织活而不乱，生动有序，最后的教学比赛推向了高潮，学生的团结协作精神也得到了充分的体现。最后，在结束部分，通过配乐放松使学生从激烈的竞争中回归到平和的心态，愉快的结束这堂课这节课通过比赛法增强学生的学习兴趣，从而加大了练习强度，调动学生的积极性，提高学习兴趣，培养学生的集体荣誉感，通过评价法提高学生对自己、对他人评价的能力，让学生感知获得进步的喜悦，虽然比较好的完成了教学目标还存在着一些不足，有以下几点需要反思：1.学生在练习时，教师的站位要合理，有利于观察、纠正错误动作。2.在整堂课中，教师讲解的比较多，应该合理组织语言，提倡精讲多练。3.在各个环节练习后，教师要及时的对学生练习的情况进行评价（学生评价、教师评价、师生结合评价）以及对学生要第一时间进行鼓励。4.在学生练习时，有个别学生注意力不集中，出现散漫现象，应充分考虑学生的个体差异，合理设置教学场地器材，不断变换教学方法等来提高学生积极性，让学生积极参与到练习当中去，因为我们的课就是要让每个学生受益。总体来看，这节课的设计是成功、科学的，合理的完成了教学任务，实现了教学目标，达到了预期的效果，针对一些不足之处，在以后的教学中要多加钻研，及时反思，深入了解学情，走进学生内心，让课上的更好。 |