姓 名：李燕冲

毕业院校：广州体育学院

学 历：大学本科

专 业：社会体育

专 副 项：足球、田径

**课题：九年级《足球颠球无球S形跑踢反弹球》教学设计**

**一、指导思想：**

依据体育与健康课程标准为理论依据，坚持“以人为本健康第一”为指导思想，鼓励学生主动参与，积极学习，培养学生锻炼的意识，注重学生的个性发展，体现学生的主动地位，教师的主导作用，最终是每位学生主动参与积极学习互相学习体现个性，教师积极而论，让每位学生在心理生理技术技能，社会适应能力等方面得到全面发展是每位学生受益，为各方面学习提供一个健康的身体保障。

**二、教材分析：**

以健康第一，激发兴趣，学会学习，区别对待的教学理念为指导思想，通过足球运动，可以发展学生身体基本活动能力，提高灵敏、速度、力量、耐力等身体素质和动作的准确性、协调性，增加内脏器官的功能。同时还能培养学生勇敢顽强、机智、果断等优良品质和团结一致、密切配合的集体主义精神。

**三、学情分析：**

体育的运动技能虽然有差异，但学生总体身体素质都比较好，组织纪律性和集体荣誉感很强，有比较强的思维能力、创造能力，善于学习，加上学生有较强的创造能力和自学能力，本课采用了讲解、示范、启发、模仿、创新、竞赛等教学方法，以及各种新颖的练习方法。循序渐进、层层深入、层层剖析，充分挖掘每个学生的潜在能力，充分发挥学生的主体作用，更好地促进学生努力达到教学目标。

**四、教学目标：**

1.运动能力：让学生能撑握足球无球S形跑路线，熟悉颠球和踢反弹球动作技术要领。

2.健康行为：通过足练习，提高学生灵敏、速度、力量、耐力等身体素质和动作的准确性、协调性，增加内脏器官的功能。

3.体育品德：培养学生勇敢顽强、机智、果断等优良品质和团结合作精神。

**五、重点：**S形路线的正确跑动

**难点：**前两下连贯颠球及踢板时球反弹力度和方向

1. **教学方法**

1.教法:

(1).讲解S形跑的路线，前两下连贯颠球动作及踢反弹球的动作。

(2).给学生做正确示范动作

(3).学生练习时，巡回辅导，纠正错误动作

2.学法：学生听讲后探究学生，自主学习，分小组合作学习 。**七、教学流程：**集合——布置学习目标——布置学习内容——热身操足球操——慢跑——分四小组轮换练习分站式练习颠球、无球S跑、踢反弹球、整套组合————足球两下连续颠球无球跑传接球竞赛——200米快速跑——放松——小结——下课

**八、教学过程**

1.常规内容

2.足球操

3.慢跑

4.分四小组轮换分站式练习颠球、无球S跑、踢反弹球、整套组合

5.足球两下连续颠球无球跑传接球竞赛

6.颠球无球跑传接球竞赛

7.200米快速跑

8.放松运动，小结，表彰个性，下课。

**九、课后反思：**

**九年级《足球》单元课时计划**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课时 | | | | 课题 | | | 重难点 | | | | |
| 第1-2课 | | | | 脚内侧运球 | | | 重点：脚内侧运球时的脚球部位。  难点：控球时身体的协调性。 | | | | |
| 第3-4课 | | | | 脚内侧传接球 | | | 重点：脚内侧传接球时的脚触球部位。  难点：传球时脚的动作与身体的协调配合 | | | | |
| 第5-6课 | | | | 运球绕杆 | | | 重点：过杆时机的掌握 。  难点：过杆节奏的控制。 | | | | |
| 第7-8课 | | | | 运动绕杆射门 | | | 重点：射门时机的掌握 。  难点：过杆节奏的控制。 | | | | |
| 第9-10课 | | | | 运动绕杆射门冲刺组合 | | | 重点：过杆和射门时机的掌握。  难点：过杆节奏的控制。 | | | | |
| 第11-12课 | | | | 颠球 | | | 重点：颠球部位准确性。  难点：颠球时动作协调、自然。 | | | | |
| 第13-14课 | | | | 无球跑和踢反弹球 | | | 重点：正常掌握S型路线。  难点：反弹球力度的控制。 | | | | |
| 第15-16课 | | | | 颠球、无球跑和踢反弹球组合 | | | 重点：颠球的速度。  难点：反弹球的方向把控。 | | | | |
| 第17-18课 | | | | 足球中考整套练习 | | | 重点：初步熟悉考试的路线。  难点：各环节熟练应用不出错。 | | | | |
| 第19-30课 | | | | 足球中考整套练习 | | | 重点：熟练考试的路线。  难点：各环节熟练应用不出错。 | | | | |
| **《足球颠球无球S形跑踢反弹球》教案**  **（水平四）**  **年级： 九年级 班级： 906 任课教师： 李燕冲 第 25 次课** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **主题** | 足球颠球无球S形跑踢反弹球 | | **单元课次** | | **16** | **年级** | | **九** | | **班级** | **6** | | **人数** | | **43** |
| **学习**  **目标** | **1.运动能力：**让学生能撑握足球无球S形跑路线，熟悉颠球和踢反弹球动作技术要领。  **2.健康行为：**通过足练习，提高学生灵敏、速度、力量、耐力等身体素质和动作的准确性、协调性，增加内脏器官的功能。  **3.体育品德**：培养学生勇敢顽强、机智、果断等优良品质和团结合作精神。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **主学**  **内容** | 足球运球绕杆射门冲刺 200快速跑 | | | | | | | | | | | | | | |
| **重难点** | **学生学习** | 自主学习，合作学习 | | | | | | | | | | | | | |
| **教学内容** | 重点：S形路线的正确跑动 难点：前两下连贯颠球及踢板时球反弹力度和方向 | | | | | | | | | | | | | |
| **教学组织** | 集合——布置学习目标——布置学习内容——热身操足球操——慢跑——分四小组轮换练习分站式练习颠球、无球S跑、踢反弹球、整套组合————足球两下连续颠球无球跑传接球竞赛——200米快速跑——放松——小结——下课 | | | | | | | | | | | | | |
| **教学方法** | 讲授法，练习法 | | | | | | | | | | | | | |
| **安全**  **保障** | 检测场地不留隐患，观察课堂实时动态。 | | | | | | | **场地器材** | 足球40个，扩音器1个，标志桶标志杆若干 | | | | | | |
| **课的结构与时间(分钟)** | **教学内容** | | | | **教与学的方法** | | | | **组织形式** | | | | | **运动负荷** | |
| **时间**  **(分钟)** | **强度**  **(次/分)** |
| **开始部分**  **激趣导学** | 课堂常规  1.体育委员整队，清点人数，安排见习生。  2.师生问好  3.宣布本节课内容。 | | | | 一、1、教师提前到场，准备好场地器材。  2、接受体育委员报告，向学生问好。  3、教师精神饱满，学生做到快、静、齐集合。 | | | | 一、1、教师提前布置场地。  2、体育委员整队，检查汇报人数。队行：四排队  △  ×××××  ×××××  ○○○○○  ○○○○○ | | | | | **2’** | **90** |
| **准备部分**  **增趣促学** | 1. 下肢关节热身。 2. 足球操 3. 慢跑 | | | | 1. ①正压腿运动②侧压脚运动   ③膝关节运动④手腕踝关节运动  二、足球操：  ①左脚前后拉球； ②右脚前后拉球；  ③左脚左右拉球； ④右脚左右拉球；  ⑤交替踩球； ⑥踩球转圈。  ⑦左右脚拉球 ⑧左右脚拨球  学生两列队慢跑，达到充分热向的目的，要求队伍整齐。 | | | | △  ×××××  ×××××  ○○○○○  ○○○○○  学生两列队慢跑 | | | | | **4’**  **2’** | **120**  **130** |
| **基本部分**  **素养提升** | 一、分四小组轮换分站式练习颠球、无球S跑、踢反弹球、整套组合  二、足球颠球无球S形跑传接球竞赛  三、200米快速跑 | | | | 1. 第一小组练习颠球 2. 第二小组练习无球S形跑 3. 第三小组练习踢反弹球 4. 第四小组练习组合。   教师巡回指导，纠正错误动作。  分成四小组进行足球颠球无球S形跑传接球竞赛，每组一个球，当每组的第一位同学颠完两下连贯颠球停球后拿球S形快跑，后把球放在指定的踢球点把球传回下一位同学，比赛完的同学排到距最后一个标志桶前面3米处，竖前排，如此往复，直到全队完成比赛结束，用时最少获胜。  200米跑男生40秒内完成，女生45秒内完成，共跑3到4组。当两小组男生跑完成后，到两小组女生跑。 | | | | 每个不小练习不同的环节，隔4分钟轮换一次。  **1697587972303**  设四个小组同时开展竞赛  要求，两小组男生和两小组女生在自己的赛道跑，跑得更快的同学排前面，不能超越，避免碰撞摔跤受伤。 | | | | | **16’**  **4’**  **9’** | **150**  **145**  **170** |
| **结束部分**  **放松恢复** | 一、整理运动  二、小结 | | | | 一、教师领做放松操，领操位置好，动作正确，姿势优美。  二、本课小结，讲评，及时表扬先进，鼓励后进。  三、收拾器材，师生再见。 | | | | 一、1、学生四列横队跟随教师做放松球操。  2、对先进的同学鼓掌以示赞扬。  3、收拾器材，师生再见。 | | | | | **3’** | **130** |
| **预计负荷**  **（可以配曲线图）** | **运动强度**  **（平均心率）** | | | | 150-160次/分钟 | | | | | | | | | | |
| **群体运动密度**  **（个体运动密度）** | | | | 85% | | | | | | | | | | |
| **课后体育作业** | 男生俯卧撑50个一组，女生仰卧起坐50下一组，共做两组。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **课后反思** | 从教学时间上来看，我充分利用了课堂上的每一分钟， 从课的开始到课的结束部分，没有出现提前下课或者拖堂的现象，相对于前期上课而言，这是一大进步。从教学环节上看，各环节之间衔接比较紧密，没有出现环节遗漏的现象，也没有出现环节颠倒的现象，课堂秩序非常合理，没有出现过与死气沉沉的现象也没有出现活泼乱动的现象，不足之处是场地设置过大，虽然效率提高了，但很难兼顾到每一位学生。整个教学过程中学生们于老师之间的交流就特别的顺利，在正确的时间正确的环节同学们都积极的进行了练习。 | | | | | | | | | | | | | | |
| **课堂资源** |  | | | | | | | | | | | | | | |