

# 吴川市唐禄初级中学

## 足球单元教学计划

年级	八年级	学期	二	课次	八	执教	林文豪
单元学习目标	1、 激发学生对足球运动的学习兴趣，人人参与其中，领会足球基本技术，扩展足球运动的价值。 2、 在练习中能做出基本的动作，理解动作要领。 3、 通过学习，增强学生的力量、速度、耐力以及灵敏、柔韧。 4、 培养学生主动参与活动、游戏和比赛意识，逐步学会怎样踢足球的方法，形成“终身体育”锻炼意识，转变健康观念。 5、 在学习中提高学生的交际能力，在合作中体验足球的乐趣			教学重点	熟悉球性，使学生能合理、规范地运用一些基本的足球技术动作；学会与人交往。		
				教学难点	各动作之间的灵活运用，以及动作与动作之间的转换和配合。		
课次	教学内容	学习目标	重点、难点	教与学的主要方法			
一	传球	1、 了解足球运动发展的概况和趋势。 2、 了解足球运动的特点。 3、 掌握熟悉球性的练习方法。	重点：足球运动的有关知识。 难点：球性，球感练习质量。	1、 示范讲解技术动作。 2、 通过传球挂图，学生做无球模仿。 3、 教师强调动作要点，分组进行练习。			
二	脚背外侧运球	初步掌握脚背外侧运球的技术动作，发展学生的灵敏、协调等身体素质。	重点：脚背外侧运球技术动作。 难点：跑动运球练习	1、 熟悉球性练习 2、 一人踩球另一人体会脚接触球的部位，然后交换 3、 教慢速度的脚背外侧运球 4、 稍微加快速度的脚背外侧运球 5、 有障碍的脚背外侧运球			
三	脚背内侧运球	初步掌握脚背内侧运球的技术动作。	重点：正确掌握脚背外侧运球要领 难点：掌握脚背外侧运球力度	1、 熟悉球性练习 2、 两脚内侧交替扣球。 3、 复习运球。			

四	外脚底接反弹球	初步掌握外脚底接反弹球的动作方法	重点：掌握脚底接反弹球技术 难点：判断球的落点和反弹的路线	1、熟悉球性练习 2、师生共同完成外脚背接反弹球的动作演示 3、两人合作学习：一抛一接 4、学生展示、评价，改进练习 5、在指定的范围内学生互比谁接的好
五	脚内侧、大腿、胸部接空中球	掌握脚内侧、大腿、胸部接空中球的动作方法；发展学生的灵敏、协调素质。	重点：把握好准确的接球部位 难点：接球时的缓冲和对球的控制	1、师生共同完成脚内侧、大腿、胸部接空中球的动作演示 2、两人合作学习：一抛一接 3、学生展示、评价，改进练习 4、在指定的范围内学生互比谁接的好
六	局部二过一战术演练	通过局部二过一战术演练，提高学生摆脱防守的能力，鼓励学生去思维，学会相互协作。	重点：传球时机、方向和力量的大小 难点：传接球时准确的判断与选位	1、世界杯精彩二过一战术欣赏，教师和学生示范局部踢墙式二过一战术 2、3人一组进行踢墙式二过一练习 3、教师巡察并及时指导 4、学生演示，师生评价，教师总结和指点
七	拦截球	利用拦截球的练习，来进一步提高学生的实战能力，满足他们争强好胜的性格。	重点：把握好拦截球的时机与合理的抢球动作 难点：准确的判断和快速作出反应的能力	1、两人一对一拦截球练习 2、三人一组拦截球练习 方法：可根据队员的情况，进行2人传1人抢球练习 3、拦截球游戏 方法：全班分成3组，每组2人拦截球，要求传球的队员每次接触球不超过3次，拦截成功后可换人
八	远距离大力踢球	初步掌握远距离大力踢球的技术动作，提高学生的摆腿速度和动作协调配合的能力	重点：踢远球时大腿带动小腿，小腿快速摆动 难点：踢远时身体各部位动作的正确、协调发力	1、教师示范远距离大力踢球的技术动作，讲解动作要求 2、2人一组由近至远踢球练习 3、踢远比赛 4、师生互动交流
安全保障		1、充分利用空间保持相互间的距离 2、组织纪律好：班干部负责，有秩序 3、具有自我保护意识；注意动作的合理性；在练习时要注意周围情况，避免意外损伤 4、准备活动充分 5、教师监督学生练习		