

《足球运球绕杆射门、短跑辅助性练习》教学设计

开课 教师	陈正任	开课 班级	17 计算 机网络班	开课时间	2019 年 4 月 9 日 星期二 第 二 节
设计思路		<p>本课以“健康第一”为指导思想，强调学生合作学习、探究学习的同时，更注重对学生体育运动兴趣的培养和体育运动技能的掌握。树立以学生为本的基本理念，体育课堂教学中实施“以教师为主导，以学生为主体”，重视课堂教学中整体性、和谐性和严密性的体现，创设符合学生身心、年龄特点的体育教学课堂氛围。</p>			
教 学 分 析	教材 分析	<p>根据中职教育课程标准教科书《体育与健康》足球部分，选择“足球运球绕杆射门”作为本课的主教材，“短跑辅助性练习”作为辅助教材，在活动中既有基础练习的锻炼，也有比赛的激情，但始终围绕技术主题，人人参与，在课堂中培养集体主义和勇敢顽强的拚搏精神，并从中发现挖掘学生自主创新的灵光。</p> <p style="text-align: center;">1. 准备活动 2. 足球运球绕杆射门 3. 短跑辅助性练习</p>			
	学情 分析	<p>本课的教学对象为 17 计算机网络班学生，男生占大部分，尽管他们在过去的学习中已经学习了一系列的体育技能，但是“足球运球绕杆射门”，技术性较强，学生掌握体育技能的能力、自身的身体素质（包括力量、速度、耐力、柔韧性、灵敏性）等都有待于提高。</p>			
	教学条 件分析	<p>学校基本具备体育器材设备等硬件条件，基本能为教学的开展提供有力的保障；本课教学遵循理论联系实际、循序渐进原则与直观性教学原则，有助于提高学生学习的兴趣，增强学生对学习内容的理解</p>			
教学目标		<p>（一）知识和技能目标：让 90% 学生掌握足球运球绕杆射门技术，提高学生的球性，95% 学生掌握短跑基本技术，提高学生奔跑能力。</p> <p>（二）体能目标：通过本课学练及比赛，提高学生身体的协调性、速度、力量。</p> <p>（三）情感目标：通过足球运动加强学生组织纪律教育，培养学生自律能力及团结协作精神。</p>			
教学重点		<p>重点：各种脚法运球技术组合的应用</p>			

教学难点	难点：动作的协调，控球能力
教法	讲解、示范、举例、启发、诱导
学法	分组练习、比赛

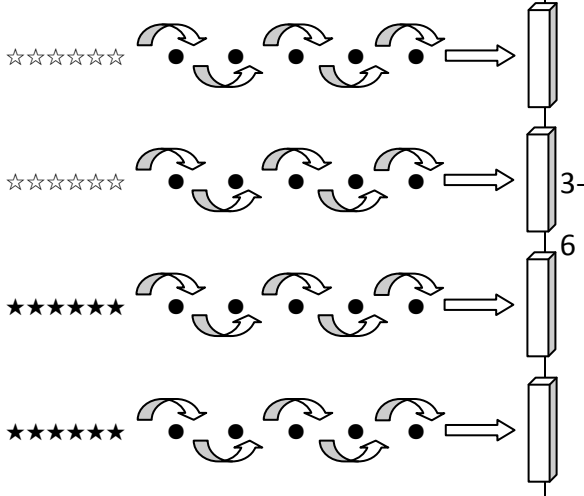
公开课教案

班级：17 网络 教师：陈正任 开课时间：2019 年 4 月 9 日星期二上午第二节，
课次：第二次

课题	1.足球运球绕杆射门 2.短跑辅助性练习		
课型	复习课	教具	绳梯 5 个、足球 45 粒
学生缺勤情况	无		
教学目标	1. 通过运球绕杆的教学，向学生传授各种运球技术的组合应用 2. 通过教学使学生进一步掌握短跑基本技术 3. 充分促进个性的发展，体验足球运动的乐趣 4. 培养学生交往能力和团结协作的意识		
教学重点难点	重点：各种脚法运球技术组合的应用 难点：动作的协调，控球能力		
教学方法	讲解、示范、举例、启发、诱导		
教 学 过 程			
部分	教学内容	组织教法	次数

<p>开始部 分 3'</p>	<p>一、 课堂常规</p> <p>一、体育委员集合整队， 报告人数。</p> <p>二、师生问好。</p> <p>三、宣布本次课内容、目 标，做好学习动员， 激发 兴趣， 调动积极性。</p> <p>四、安排见习生。</p>	<p>组织方法：</p> <p>XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">★</p> <p>要求：</p> <p>1、集合整齐、迅速、安静。</p> <p>2、认真听课，记忆课的内容。</p> <p>3、注意力集中、精神饱满。</p>	
-------------------------	---	---	--

<p>准备部 分 7'</p>	<p>一、 热身慢跑 螺旋跑</p> <p>二、徒手操</p> <p>(1)头部运动 (2)体侧运动 (3)体转运动 (4)腹背运动 (5)弓步压腿 (6)仆步压腿 (7)腕踝关节运动</p>	<p>组织： 四列横队</p> <p>教法：教师讲解螺旋跑的方法的规则，然后教师带队，学生一个跟一个前后间隔 2 米左右跟跑</p> <p>要求：按照慢跑节奏，队伍紧凑</p> <p>组织：四列横队，体操队形散开练习。</p> <p>教法：</p> <p>1.教师示范带练。 2.学生认真跟练。</p> <p>要求：动作到位，充分活动身体关节肌肉。</p>	<p>顺时针 逆时针 各一次</p> <p>4* 8</p>
-------------------------	--	--	--

<p style="text-align: center;">基 本 部 分 30'</p>	<p>一、变向运球绕杆射门练习</p> <p>方法：将学生分成人数相等、实力相当的六组，要求学生用脚运球绕过 6 个障碍物并完成射门，不论是否进球，快速捡球后从旁边回到原来队伍继续练习。</p>	<p>一、队形图解：</p>  <p>组织：分组练习</p>	

教 学 过 程			
<p style="text-align: center;">基 本 部 分 30'</p>	<p>二、变向运球绕杆射门比赛</p> <p>方法：将学生分成人数相等、实力相当的四队，每队分成相等人数的两组相对站立，听到口令后，各队第一个学生用</p>	<p>教法：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教师讲解示范足球绕杆射门基本动作 2.讲解练习方法，组织学生进行变向运球绕杆射门练习 3.指导并纠正错误动作 4.鼓励学生积极练习 <p>二、组织：相对站立的八个纵队</p> <p>教法：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.教师讲解示范足球绕杆射门比赛的规则和方法 2.教师当裁判决出胜负 	<p>1- 2</p>

	<p>脚运球绕过 6 个障碍物并完成射门，不论是否进球，对面的第一个同学用脚持球后往回运球绕过 6 个障碍物再把球传给下一个队友，运球结束后同学站在原来自己对面的队伍后面，以便接下来反向运球比赛（每个学生都要正反两向各一次）以此类推，相同时间里进球数多的队获胜</p> <p>三、短跑辅助性练习</p> <p>1.行进间小步跑接加速跑</p> <p>2.行进间高抬腿接加速跑</p>	<p>3.碰倒障碍物要扶起，漏绕障碍物要补绕，否则判为输队，</p> <p>4.表扬胜队，点评输队</p> <p>5.输队罚做 15 次俯卧撑</p> <p>三、组织：六个纵队</p> <p>教法：</p> <p>1. 用口令和示范指导学生练习</p> <p>2. 巡回指导学生练习</p> <p>3. 纠错</p>	2-6
<p>结束部分</p> <p>5'</p>	<p>1.整理放松</p> <p>2.总结，评价，布置作业</p> <p>3.收拾器材</p> <p>4.师生再见</p>	<p>组织：集合队形</p> <p>教法：</p> <p>1.学生自我评价与相互评价</p> <p>2.教师小结</p>	
<p>运动负荷</p>	<p>平均心率：135 左右/分钟</p>	<p>练习密度</p>	<p>40%—45%左右</p>
<p>小结</p>	<p>1.强调推拨球的力度，以及控球的位置</p> <p>2.强调射门的准确性</p>		

作业	体会绕杆射门乐趣，利用下午大课外活动时间进行分组比赛
----	----------------------------

教学 反思	<p>为贯彻全国青少年校园足球精神，提高校园足球普及水平，本课以中职校《体育与健康》中的足球教材为依据，探究提高中职校园足球的教学策略，营造轻松、愉悦的课堂气氛，突出学生的主体地位。以趣味练习为主，指导学生自学自练自创，注重学生个性发展，重视对学生学习过程的评价，使每位学生都能感受到运动的乐趣和成功的喜悦，激发他们主动参与运动的意识，使他们在运动中学会学习，学会合作，学会竞争，学会创新。足球运球绕杆射门作为足球基本技术之一，在比赛中得到广泛应用。它又是技战术训练中一项重要的练习内容，作为进攻的主要手段，良好的足球运球绕杆射门技术不仅可以提高进攻质量，还可以丰富进攻套路，提高整体战术效果。</p> <p>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，调动学生学习的积极性，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，调整与改进学习活动。虽然比较好地完成了教学目标，但也存在着一些不足，本次课总体感觉学生不够活泼，教学设计上不够新颖，总之，本次课能认真备好课，对天气、学生、器材等都充分了解，在教材的处理和教学方法的使用上都恰到好处，准备部分的慢跑采用螺旋跑有些新颖，整堂课在时间的把握和分配上非常精准，练习密度和运动量都符合教材及学生身心要求，是一堂较为成功的公开课。</p>
----------	---

