|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **练习方法** | **练习目标** | **重难点** | **策略** |
| **1** | **脚内侧传球**  **动作方法** | **1.认知：**通过本次课的学习，学生了解脚内侧传球的动作要领，明确支撑脚的站位和脚触球的部位。  **2.技能：**通过脚内侧传球的练习，初步掌握正确的传球技术，提高传球的准确性。80%学生能做出脚内侧传球动作，20%学生能在老师帮助下完成。  **3.情感：**学生积极参与锻炼，敢于挑战，体验成功的快乐。激发足球运动的兴趣。 | **重点：**支撑脚的站位和触球部位  **难点：**传球时对力量与方向的把握 | 1. 听信号慢跑 2. 脚内侧传球动作讲解示范 3. 一人并腿坐，一人上步击脚底 4. 一人脚踩球，一人上步击球 5. 两人一组传球练习 6. 脚内侧传球组合练习 7. 游戏：传球比多 |
| **2** | **脚内侧传球**  **练习方法1** | **1.认知：**学生进一步了解脚内侧传球的动作方法，能说出2种以上传球练习的名称。  **2.技能：**在多种形式的传球联系中，进一步巩固脚内侧传球动作方法，并能展示出2种以上练习方式。  **3.情感：**遵守规则，爱护足球，乐于参与小足球活动。 | **重点：**支撑脚的站位和触球部位  **难点：**动作协调连贯 | 1. 脚内侧对墙踢固定球 2. 两人脚内侧传接球练习 3. 传球击打标志物 4. 两人一组，传球比准 5. 游戏：四角传球 |
| **3** | **脚内侧传球**  **练习方法2** | **1.认知：**知道如何利用组合动作发展体能，并能说出2种以上组合名称。  **2.技能：**运用脚内侧传球动作，在多种形式的组合练习中，能完成2种以上组合动作，如“弓步跳+脚内侧传球、左右拉球+脚内侧传球”等简单组合动作。表现出一定的传球稳定性和准确性。  **3.情感：**遵守规则，爱护足球，提高学生协作配合能力。 | **重点：**掌握2种以上传球组合方法  **难点：**传球时对力量与方向的把握 | 1. 游戏：夹球走 2. 踩球+脚内侧传球 3. 弓步跳+脚内侧传球 4. 左右拉球+脚内侧传球 5. 快速跑+脚内侧传球 6. 高抬腿+助跑+脚内侧传球 7. 游戏：传球射门 |
| **4** | **脚内侧传球**  **运用方法1** | **1.认知：**学生了解脚内侧传球不同的运用方法，能说出2种以上足球比赛中的专业术语。  **2.技能：**在各种简单的实战对抗中，提高学生对动作技术的掌握与应用程度。发展学生的灵敏、力量等素质，提高同伴间的默契程度。  **3.情感：**激发学生对足球运动的兴趣，培养遵守规则，爱护足球的品质，提高学生协作配合能力。 | **重点：**传球时对力量与方向的把握  **难点：**同伴间的协调配合 | 1. 传球过障碍比多 2. 两人一组，移动传球 3. 游戏：你传我追 4. 四人一组，三人传球，一人抢断 5. 运球过障碍+传球+射门 6. 素质练习：推小车 |
| **5** | **脚内侧传球**  **运用方法2** | **1.认知：**通过本次课的学习，学生进一步了解脚内侧传球动作在实战中的作用，能说出2种以上组合游戏的名称。  **2.技能：**通过多种脚内侧传球游戏的运用，巩固学生正确的传球技术，提高传球的准确性。80%学生能在“传球比多和传球比准游戏”中做出5次以上脚内侧传球动作，其余学生能在老师指导帮助下完成3次以上传球。发展学生的综合素质。  **3.情感：**学生积极参与锻炼，敢于挑战，体验成功的快乐，培养同伴间的默契程度。 | **重点：**传球时对力量与方向的把握  **难点：**传球时机的把握 | 1. 慢跑中模仿动物 2. 骑马舞 3. 对墙连续传接球 4. 两人一组传球比多游戏 5. 传球过人、传球比准游戏 6. 组合游戏 7. 比赛：挑战自由人 8. 素质练习：推小车 9. 柔韧拉伸 |
| **6** | **考核：对墙连续传接球** | **1.认知：**了解对墙连续传接球的考核标准。  **2.技能：**提高学生脚内侧对墙连续传接球动作的能力，检测学生对脚内侧传球动作的掌握程度。  **3.情感：**培养学生敢于挑战自我，迎难而上的精神品质。 | **重点：**踢球时的力量与方向把握  **难点：**消除考试时的紧张心理 | 1. 做好准备活动 2. 教师介绍考核标准与要求 3. 分组测试 4. 记录学生成绩 5. 点评小结 |



