

2023年足球脚内侧传球技术教案及反思(汇总8篇)

教学时间是指一节课所规定的教学活动的的时间。[课程名称]
《初一语文教案》

足球脚内侧传球技术教案及反思篇一

足球是学生最喜爱的体育运动项目，它是一项用手以外的其他身体任何部位可以接触球的竞技运动，其特点是集体性和竞技性，对于六年级的小学生而言，需要一个熟悉球性、在足球游戏玩耍中体验乐趣，这是学会踢球的第一步。提高学生的奔跑、弹跳、灵敏、反应、协调等能力是促进学生身体综合素质的基本练习，培养学生克服困难的意志品质，激发学生的足球运动兴趣，发扬团队精神，培养集体凝聚力。本课的学习内容为脚内侧传球，在学习和掌握踢球技术时，必须把握三个要素：助跑、触球和跟随动作。每一种传球技术都要涉及到这三个要素。如果要寻找传球不准确的技术原因，只要对这三个要素进行分析就可以解决。脚内侧踢球时，脚触球的面积较大，动作最基本、较简单、容易掌握，在教学中就要使学生明确脚内侧触球的部位。脚内侧传球是地面短距离传球最准确的方法，引导学生掌握方法，提高动作的掌握程度与准确性。

我所授课的'班级是六年级（2）班，该班的班风正，学习态度端正，组织纪律较强，有集体荣誉感，特别喜欢上体育课，更喜欢上足球课。由于刚刚接触足球，学生的动作不够规范，容易出现很多问题，比如说：

1. 脚内侧触球部位不准确。
2. 原地踢球、无球模仿较易掌握，但脚外传、脚内侧对准踢球方向掌握起来较难。因此，我把本课的教学目标定位在初

步学习脚内侧传球的动作方法，让学生体验脚触球的基本部位。

本课贯彻和执行直观性原则、循序渐进与区别对待的教学原则。

主要采用四类教法：

1. 讲解与示范。

2. 练习法。

3. 比赛法。

4. 评价学习法。

1. 通过学习脚内侧传球的动作方法，使学生初步体验踢球时脚触球部位的动作，并在练习中运用。

2. 通过教师的讲解、示范，同学之间的相互协作，发展学生的协调性和灵敏性，提高学生的综合素质。

3. 通过教学培养学生同伴间的互帮互助的伙伴关系，培养学生的团队精神和集体荣誉感。

开始部分：

1. 课堂常规。

2. 队列队形练习：（二列横队变四列横队，四列横队变二列横队）

准备部分：

1. 自编足球操。（上肢运动、肩部运动、踢腿运动、体侧运

动、体转运动、全身运动)

2. 辅助练习：活动踝关节、膝关节、髋关节)

基本部分：

2. 出示图片及动作要领，学生观察，朗读口诀。

3. 教师示范、讲解动作方法。

4. 教师带领学生进行无球模仿，强调动作要领。

5. 学生两人一组组合踢固定球，反复练习。

6. 分组进行练习脚内侧传球。

7. 分组协作进行踢带绳球，组间同学互相指导，互相评价。

8. 五人一组做不同距离“踢矮墙”传球练习。

9. 展示动作比较好的成果。

10. 表扬与鼓励。

结束部分：

1. 集体放松：拍手舞

2. 表扬与鼓励

3. 小结

4. 收还器材、师生再见

足球脚内侧传球技术教案及反思篇二

- 1、通过游戏，锻炼应力及身体动作的敏捷性。
- 2、培养游戏中的规则意识。
- 3、在活动中，让幼儿体验与同伴共游戏的快乐，乐意与同伴一起游戏。
- 4、使小朋友们感到快乐、好玩，在不知不觉中学习了知识。
- 5、通过活动幼儿学会游戏，感受游戏的乐趣。

皮球同三分之二幼儿人数。

一、开始部分

传球游戏：幼儿分成两队，分别从上和下传球。

二、基本部分

- 1、三分之二的. 幼儿拿取皮球，然后提出要求：

有球的孩子要保护好自已的球，没有皮球的孩子可以动脑筋把别人的球夺过来，每个人只能拿一个皮球。夺球的过程中，要多动脑筋，不能推拉别人或者硬抢。

- 2、教师和无球幼儿一起来进行夺球游戏，教师可以先夺球，然后转换角色保护自己的球。

- 3、鼓励幼儿积极参与游戏。

三、放松部分：

两人一组拍皮球，整理，回教室。

整个活动幼儿能完全的进入情境，很好的配合进行游戏。内容由易到难，逐层深入，让幼儿在“玩中学会了新的本领”，在“学习的过程中快乐的玩”。不断挑战自己，体验游哮来的快乐。在游戏结束时，幼儿表现出意犹未尽的表情。考虑增加难度，开展下次活动，使幼儿在更高程度上挑战自己，战胜自己。

足球脚内侧传球技术教案及反思篇三

根据《体育与健康》课程标准，突出“健康第一”的指导思想，与“人本主义”教育理念接轨，使学生在运动参与、运动技能、身心健康、心里健康和社会适应等各个方面得到全面的锻炼和发展。在教学过程中坚持以学生为本，充分发挥教师的主动作用，通过各种趣味小游戏，培养学生体育意识，以教材难点与趣味点的结合设计练习内容。让学生在愉快的合作、探讨、竞争中逐步达到教学目标。

1、运动参与：

在练习与游戏活动中，提高足球射门的能力，发展学生奔跑、跳跃、灵敏、反应、协调等身体素质。

2、运动技能：

通过小足球射门与游戏的教学，向学生传授脚内侧射门技术。

3、身体健康：

能利用足球进行运球和射门。

4、心理健康：

充分促进特别的发展，体验足球射门的乐趣。

5、社会适应：

培养交往能力和团结协作的意识。

我校地处城郊结合部，学生比较喜欢参与体育活动，特别是足球运动。但由于学生的生源差异较大，特别是外来流动人口，收入低，生活环境较差，课余时间基本没能参与到足球活动中，只有利用课堂的学习和练习来提高自己的欲望，体验到足球运动的乐趣。因此，在课堂上，我尽量让学生参与练习，提高足球技术；课余时间，对部分有兴趣的学生进行免费的辅导，让他们更加喜欢足球运动。

足球是学生特喜欢的一项体育运动，有很强的集体性和趣味性，通过足球活动能发展学生的多项身体素质。还可以充分激发小学生参与活动的积极性和主动性。提高少年儿童的综合素质，培养竞争意识和团结合作的精神。

但如何进一步提高足球技能，需要教师加以引导。本课中就是让学生在教师的指导下初步学会足球的简单运动动作，知道简单足球动作术语。在教学中主要强调突出“游戏”二字，在游戏中熟悉球性，培养学生对足球运动的兴趣和爱好，初步养成不用手而用脚触球的意识和习惯。

难点：

脚内侧部位对学生来讲不是很清楚，教师采取的方法是在这一位置贴上标注物，通过多种游戏强化，让学生在兴趣高昂的状态下，体验脚内侧射门技术。

趣味点：

1、用人体设置门，培养了学生的想象力，同时也调动了学生学习的积极性。

2、让学生进行小足球比赛游戏，让学生展示自己，符合儿童心理。

本课以“在活动中提高学生的兴趣”为主线，时时把学生的主体地位放在第一线，教学中启发学生大胆想象，鼓励学生主动体验，在关注学生主体地位的同时，层层深入地让学生体验合作交往，教师及时的鼓励和引导，把学生的学习兴趣充分调动，从而贯彻“健康第一”的指导思想。

本课采用主体式教学法。在课前师生谈话阶段—教师既以趣引情，调动了学生的积极性，使学生有良好的情绪，为上课做好准备。

群龙戏珠——学生排好队，在组长的带领下，模仿教师动作，进行小游戏。银珠滚滚——学生运用特制的足球练习脚射门，激发学生对足球的兴趣，在教学中教师设计安排多种练习方法，让学生在合作中学习，使学生在乐中求学，在学中取乐。

飞跃龙门——引导学生设置各种“人体门”，参与射门练习。在练习中能与他人合作探究，共同完成任务。

比赛游戏——通过比赛小游戏，相互协作，共同完成任务，体验成功的乐趣，培养学生相互合作的团队精神。

一片足球场小足球（纸球）40个跨栏架6个

1、心理效果预计：根据本课特点，学生将会积极参与活动，并能在活动中体会到集体的力量，给自己带来集体的归属感。

1、课标指出开发和利用各种体育生活资源是激发学生运动情感的重要手段。课上运用了生活中的废纸，在学生手中变成了一个足球，为足球走进生活游戏打开了绿色通道。

2、体育源于生活，更应贴近生活。传统的足球运动具有强烈

的对抗性。现在越来越远离学生的生活。学生只是在心中虚拟的喜爱，根据这一情况，本课将足球运动换成儿童话、娱乐话的体育活动，让学生亲近足球，亲身享受足球运动带来的愉悦，张扬了学生的特别。

备注：

本主题单元计划共5节课，比赛课为第3课时——“快乐的小足球”。

足球脚内侧传球技术教案及反思篇四

- 1、讲明课堂纪律和注意事项。
 - 2、熟悉和了解学生的足球基础和水平。
 - 3、使学生熟悉控球、传球、射门等基本教学内容和思路。
 - 4、教授简单的足球知识。
- 1、纠正学生错误的踢球动作和习惯。
 - 2、讲解控球、传球和射门的正确方法，尤其是脚型和身体的协调。
 - 3、使学生通过长期训练，养成良好的球感。
- 1、至少每5人使用1个足球
 - 2、学生必须穿着宽松的运动服和较为专业的足球运动鞋
 - 3、足球场地必须干净、平整、松软
- 1、个人结合球训练，主要是控球

2、分小组传接球训练和抢圈训练

3、分队比赛

4、教师口授足球知识

5、师生及学生之间讨论

一、师生初次见面，互相介绍问候。

二、老师讲明足球课堂的注意事项。

(1) 衣着方面，要求每次上课必须身穿宽松运动服，运动鞋。

(2) 上课期间，注意安全，运动前要做好热身，运动时不宜过猛，运动后要做放松运动，身体不适要及时向老师说明。

(3) 师生和同学之间要互相尊重，学生不得无故旷课，有事需请假。

三、课前热身运动主要有手腕脚腕运动、膝关节运动、扩胸运动、腹背运动、弓步压腿、侧压腿、冲刺跑。

四、课堂练习

(1) 了解学生的足球基础。

(2) 示范正确的'控球、传球、射门动作。

一、练习练习上一课时的教学内容，使学生基本掌握控球、传球、射门的基本动作。

二、足球知识教学：本周介绍当今国际足坛的两大球星

(1) 克里斯蒂亚诺·罗纳尔多[cristianoronaldo]生于1985

年2月5日，身高185cm，简称“c罗”或“小小罗”，是一名葡萄牙足球运动员，现效力于西甲俱乐部皇家马德里，同时身兼葡萄牙国家队的队长。

(2) 梅西[messi]生于1987年6月24日，是一名阿根廷足球运动员，司职前锋同时可以兼任攻击型中场，现效力于巴塞罗那，他被大众称为“新马拉多纳”。

课后作业

- 1、复习本节课所学内容。
- 2、通过报刊、网络等了解足球球星和球队知识。

足球脚内侧传球技术教案及反思篇五

- 1、足球传控球练习
- 2、趣味游戏：传递奥运火炬
- 3、发展身体协调性。
- 4、初步培养幼儿体育活动的兴趣。

1、学生能积极参与小足球的学习与游戏活动，培养学生对足球运动的兴趣。

2、通过对足球传控球的练习，使80%的学生能掌握足球传控球的技术。

3、通过游戏活动，培养学生的合作与竞争意识，体验与他人合作学习的心理感受。

脚内侧传球和前脚掌停球的动作方法。

传停球的力度和准确性。

一、引导部分

(1)热身活动：教师组织幼儿进行热身运动，让幼儿充分活动开自己的身体。

(2)教师介绍足球比赛的相关踢法和规则。

二、主体部分

(1)踢球入门：幼儿分成几组，分别开展踢球入门(弓形门)游戏。看谁踢进门的次数最多。左右脚都可练习。

(2)足球比赛：

a□教师把幼儿分成四队(红、黄、蓝、绿队)b□教师宣布比赛规则，使幼儿清楚比赛规则，如：过程中不能推、拉、踢其他小朋友等等。

c□比赛开始，教师组织幼儿有序的进行比赛，及时的提供帮助。

d□比赛结束，教师鼓励和表扬比赛胜出的幼儿。

对教师专业发展的反思：要注重幼儿的个性差异(包括体质上、性格上、协调能力上等。)

对师幼互动的.环节：和幼儿随意的自由交流对足球的认识，参与踢球，满足幼儿好奇好动的天性。

足球脚内侧传球技术教案及反思篇六

根据《体育与健康》课程标准，突出“健康第一”的指导思

想，与“人本主义”教育理念接轨，使学生在运动参与、运动技能、身心健康、心理健康和社会适应等各个方面得到全面的锻炼和发展。在教学过程中坚持以学生为本，充分发挥教师的主动作用，通过各种趣味小游戏，培养学生体育意识，以教材难点与趣味点的结合设计练习内容。让学生在愉快的合作、探讨、竞争中逐步达到教学目标。

- 1、运动参与：在练习与游戏教学中，提高足球射门的能力，发展学生奔跑、跳跃、灵敏、反应、协调等身体素质。
- 2、运动技能：通过小足球射门与游戏的教学，向学生传授脚内侧射门技术。
- 3、身体健康：能利用足球进行运球和射门。
- 4、心理健康：充分促进个性的发展，体验足球射门的乐趣。
- 5、社会适应：培养交往能力和团结协作的意识。

我校地处城郊结合部，学生比较喜欢参与体育教学，特别是足球运动。但由于学生的生源差异较大，特别是外来流动人口，收入低，生活环境较差，课余时间基本没能参与到足球教学中，只有利用课堂的学习和练习来提高自己的欲望，体验到足球运动的乐趣。因此，在课堂上，我尽量让学生参与练习，提高足球技术；课余时间，对部分有兴趣的学生进行免费的辅导，让他们更加喜欢足球运动。

足球是学生特喜欢的一项体育运动，有很强的集体性和趣味性，通过足球教学能发展学生的多项身体素质。还可以充分激发小学生参与教学的积极性和主动性。提高少年儿童的综合素质，培养竞争意识和团结合作的精神。

但如何进一步提高足球技能，需要教师加以引导。本课中就是让学生在教师的指导下初步学会足球的简单运动动作，知

道简单足球动作术语。在教学中主要强调突出“游戏”二字，在游戏中熟悉球性，培养学生对足球运动的兴趣和爱好，初步养成不用手而用脚触球的意识和习惯。

难点：脚内侧部位对学生来讲不是很清楚，教师采取的方法是在这一位置贴上标注物，通过多种游戏强化，让学生在兴趣高昂的状态下，体验脚内侧射门技术。

趣味点：

1、用人体设置门，培养了学生的想象力，同时也调动了学生学习的积极性。

2、让学生进行小足球比赛游戏，让学生展示自我，符合儿童心理。

本课以“在教学中提高学生的学习兴趣”为主线，时时把学生的主体地位放在第一线，教学中启发学生大胆想象，鼓励学生主动体验，在关注学生主体地位的同时，层层深入地让学生体验合作交往，教师及时的鼓励和引导，把学生的学习兴趣充分调动，从而贯彻“健康第一”的指导思想。

本课采用主体式教学法。在课前师生谈话阶段—教师既以趣引情，调动了学生的积极性，使学生有良好的情绪，为上课做好准备。

群龙戏珠—学生排好队，在组长的带领下，模仿教师动作，进行小游戏。银珠滚滚—学生运用特制的足球练习脚射门，激发学生对足球的兴趣，在教学中教师设计安排多种练习方法，让学生在合作中学习，使学生在乐中求学，在学中取乐。

飞跃龙门—引导学生设置各种“人体门”，参与射门练习。在练习中能与他人合作探究，共同完成任务。

比赛游戏—通过比赛小游戏，相互协作，共同完成任务，体验成功的乐趣，培养学生相互合作的团队精神。

一片足球场小足球（纸球）40个跨栏架6个

1. 心理效果预计：根据本课特点，学生将会积极参与教学，并能在教学中体会到集体的力量，给自己带来集体的归属感。

1. 课标指出开发和利用各种体育生活资源是激发学生运动情感的重要手段。课上运用了生活中的废纸，在学生手中变成了一个足球，为足球走进生活游戏打开了绿色通道。

2. 体育源于生活，更应贴近生活。传统的足球运动具有强烈的对抗性。现在越来越远离学生的生活。学生只是在心中虚拟的喜爱，根据这一情况，本课将足球运动换成儿童话、娱乐话的体育教学，让学生亲近足球，亲身享受足球运动带来的愉悦，张扬了学生的个性。

足球脚内侧传球技术教案及反思篇七

1、简介足球运动的发展概况及锻炼价值

2、学习脚内侧踢、停球技术。

3、素质练习：10米×4往返跑

足球运动是趣味性与竞技性强，体能技能与团队意识要求高的集体性运动项目，具有集体性、竞争性强、趣味性浓等特点，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、胜不骄、败不馁等优良品质和团结一致、密切配合的集体主义精神。是一项有很高锻炼价值的运动项目。

本课教学内容是足球运动中的学习脚内侧踢、停球技术。脚内侧踢、停球技术是足球运动中最主要的基本技术，是初中足球教学重要组成部分，所以我们必须高度重视学习和掌握这一技术。因此，本课着重解决在各种情况下学生控制并支配球的能力，巩固脚内侧踢、停球技术同时加强准确性、熟练性，为以后的教学竞赛和学生终身体育打下良好基础。

体育的运动技能虽然有差异，但学生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。

1、认知目标：进一步建立脚内侧踢、停球技术球动作概念。

2、技能目标：巩固提高脚内侧踢、停球技术动作和对球的控制能力、支配能力，发展灵敏、速度耐力等身体素质。

3、情感目标：培养学生勇敢、机智、果断、胜不骄、败不馁的优良品质和团结一致、密切配合的集体主义精神。

重点：脚内侧踢、停球—准确的脚型及触球的部位、力量。

难点：脚内侧踢、停球技术—协调配合和脚对球的控制掌握能力；停球时伸脚提前量和及时后撤的掌握。

本课的教学指导思想主要采用教师启发指导，学生反复练习的教学策略，发展学生的个性，充分发挥学生的主体作用，运用灵活多变手段，力求合理、紧凑、流畅、新颖。全课教学的内容及手段，用循序渐进、分解和组合的方式进行教学。做到身心结合，努力达到教学目标。

（一）开始部分2'

- 1、课堂常规
- 2、本课的教学内容目标及要求

（二）准备部分

- 1、绕操场慢跑500米

学生成四路纵队绕操场慢跑两圈，慢跑时速度均匀精神饱满，队列步调一致

- 2、关节活动操6节

- 3、熟悉球性

教师先进行各种方法练习和讲解，然后学生自由模仿创新练习。组织形式为散点。学生通过各种练习，培养学生的球感和对球的兴趣，改善脚对球的控制能力，进一步热身，同时活跃课堂气氛，为基本部分做充分的准备。

a□胯下左、右脚传球

动作：上体直立，两脚左右开立，大于肩宽，足球放在两脚之间，靠在右脚内侧处。动作开始后，两脚交替在胯下进行传球练习。

要求：初次练习时眼睛可以看着脚下练习，但动作熟练后就不能看了。而且脚下的传球动作要逐渐加快，但是同时两脚动作和身体重心要配合协调啊，不然频率是快了，动作难看可不行。

b□左、右脚交替踩球练习

动作：身体直立，两脚前后开立，分别拿前脚掌踩球的上部，做一个交换跳的动作，不踩球，大腿外展，脚底与地面平行，脚尖微翘，踝关节紧张，用脚内侧击球的后中部，同推送或敲击的方法将球击出。

重点：支撑脚站位

难点：脚型固定

组织：全班两人一组，每组一球，同时进行练习

教法：

- (1) 讲解脚内侧正面传地滚球
- (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

要求：认真听讲解，仔细观察教师示范，明确支撑脚站位。

- (1) 踢固定球，做脚内侧踢球支撑腿站位及踢球部位模仿练习
- (2) 两人一球，一人用脚底挡球，另一人做脚内侧摆腿练习

为了进一步建立运球的动作概念，使学生能正确掌握踢球动作，采用了学生散点看教师示范模仿练习，同时教师发现问题及时解决问题，特别是身体的姿势、脚型、脚法要正确。着重解决脚对球接触力量、方向、掌握和眼视前方，同时给学生一定的时间自主创新，提高学生的学习兴趣，进一步提高控制球和支配球的能力。

2、学习脚内侧接地滚球

动作要点：支撑脚脚尖正对来球，接球腿大腿外展，脚尖微翘，脚底与地面平行，脚内侧迎球。

组织：全班两人一组，每组一球，四列横队，相距五米。

教法：

(1) 讲解脚内侧接地滚球

(2) 教师示范

(3) 两人一组，队形相距五米，练习传球

3、素质练习：7'

10米×4往返跑

组织：分成四队进行比赛

4、结束部分3'

(1) 伸展放松操

在教师带领下学生通过模仿练习，促使学生消除肌肉的疲劳，身心得到恢复。

(2) 对本课进行小结，布置收回器材

1、场地：足球场一块；

2、足球24只

预计平均心率为：130--135次/分，最高心率为160次/分

足球脚内侧传球技术教案及反思篇八

1、足球传控球练习

2、趣味游戏：传递奥运火炬

3、发展身体协调性。

4、初步培养幼儿体育教学的兴趣。

1、学生能积极参与小足球的学习与游戏教学，培养学生对足球运动的兴趣。

2、通过对足球传控球的练习，使80%的学生能掌握足球传控球的技术。

3、通过游戏教学，培养学生的合作与竞争意识，体验与他人合作学习的心理感受。

脚内侧传球和前脚掌停球的动作方法。

传停球的力度和准确性。

一、引导部分

(1)热身教学：教师组织幼儿进行热身运动，让幼儿充分教学开自己的身体。

(2)教师介绍足球比赛的相关踢法和规则。

二、主体部分

(1)踢球入门：幼儿分成几组，分别开展踢球入门(弓形门)游戏。看谁踢进门的次数最多。左右脚都可练习。

(2) 足球比赛：

a□教师把幼儿分成四队(红、黄、蓝、绿队)

b□教师宣布比赛规则，使幼儿清楚比赛规则，如：过程中不能推、拉、踢其他小朋友等等。

c□比赛开始，教师组织幼儿有序的进行比赛，及时的提供帮助。

d□比赛结束，教师鼓励和表扬比赛胜出的幼儿。

对教师专业发展的反思：要注重幼儿的个性差异(包括体质上、性格上、协调能力上等。)

对师幼互动的环节：和幼儿随意的自由交流对足球的认识，参与踢球，满足幼儿好奇好动的天性。