

水平一《多种姿势的头顶球》教学设计

新北区河海实验小学 金宇阳

一、指导思想

本单元教学设计树立“健康第一”的指导思想,运用以人为本的教学理念,发挥学生的主体作用和教师的主导作用,注重把培养学生的运动兴趣和发展学生基本活动能力的学练相结合进行教学,以趣促学,以趣促练,学练结合。培养学生在合作中学习,在发现中学习,在探索中学习,在体验中学习。

二、教学内容分析

本课是足球前额正面头顶球的第一次课,利用简单明了的讲解示范使学生对这项技术有全面的认识。通过分层次练习使学生逐步掌握这项技术。根据水平一学生的年龄与生理、心理特征,联系小学生的生活经历,以小学生运动喜爱的教学方法,引导小学生积极参加练习,促进小学生身体与心理全面发展。将基本动作教会学生,让其掌握动作要领,然后学生自主参与活动,发挥小组作用,互相帮助,探究学习,发挥主观能动性,让学生在轻松愉快的环境下锻炼身体

三、学生情况分析

本次课的授课班级为二(8)班,共34人。学生的特点是活泼好动,模仿和接受能力较强。经过一年级的足球基础球性学习,学生对足球已有一定的认知和兴趣,球性较强,且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。

四、课时目标

- 1、学生能尝试不同姿势的头顶球,并乐于参与学习,并能快速反应
- 2、80%的同学能够准确顶到足球,能有部分同学能将球顶到同伴手中
- 3、学生通过学练,发展身体协调和灵敏素质,增强对身体的控制能力

五、教学重点、难点

重点:正确的顶球部位

难点:准确击球

六、教法、学法:教法我采用了讲解示范法、分解练习法、指导法、评价法

七、教具准备:足球 40 小圈 40

学习目标	1. 认知目标：学生能尝试不同姿势的头顶球，并了解顶球的部位。 2. 技能目标：80%的学生能用正确部位顶到足球。 3. 情感目标：学生通过学练，发展身体协调和灵敏素质，增强对身体的控制能力。						
教学内容：多种姿势的头顶球			课次：1				
重难点	教学重点： 正确的顶球部位 教学难点： 准确击球						
教学顺序	学习内容	教师活动	学生活动	组织形式	时间	次数	强度
准备部分 7’	一、课堂常规	1、集合整队 2、师生问好 3、宣布课的内容和要求；	1、学生养成良好的课堂常规习惯，具有安全意识。	Xxxxxxxxxxxxxx Xxxxxxxxxxxxxx Xxxxxxxxxxxxxx Xxxxxxxxxxxxxx ☆	5’	1	小
	二、热身激趣	1、教师讲解游戏规则，提示跑的过程中不要碰到足球，并且快速反应。 2、带领学生们进行热身操练习，与足球一起活动各关节，引导学生在音乐中大胆模仿	1、学生积极投入游戏，调动气氛，身体协调、灵敏。 2、快速反应，根据教师要求用身体正确部位触碰足球。	☆		5	中
	（1）趣味热身跑 （2）音乐球操		3、随着音乐模仿练习，活动全身，初步熟悉小足球。			1	中
设计意图： 1、在热身游戏中，通过身体不同部位触碰足球，无痕引入头部触球，并加入规则意识，体现足球比赛中运动员和守门员的区别。 2、足球操结合音乐和本课所学技术，提升课堂欢快的氛围，让学生充分活动各关节并熟悉足球。							
	1 诱导性练习 ①顶圈转	1、教师让学生模仿自己动作，导入本课所学内容	1、学生积极观察教师示范动				

基础部分 基础部分 30，	头 ②顶球稳定 ③抛球小游戏	一顶球 2、组织学生进行顶圈、顶球以及抛球后用头顶的动作	作。 2、学生尝试练习，初步能用头部顶到抛起来的足球		3'	5	小
	2 坐姿顶球	1、教师与一名学生示范坐姿的顶球练习动作，要求双腿叉开 2、教师引导学生两人一组进行练习，练习 10 次 3、优秀小组示范	1、学生两人一组，争取使足球在两腿之间通过 2、优秀同学示范	要求：动作标准，反应迅速，遵守规则，。	5'	10	中
	3 跪姿顶球	1、教师示范顶圈，并带领学生进行顶圈练习 2、教师引导学生自抛自顶足球练习 3、组织学生两人一组进行练习，提出要求，教师巡回指导 4、优秀小组示范	1、学生观察教师动作，并一同练习 2、进行自抛自顶球练习，努力顶向同伴手中 3、观看优秀小组示范		5'	10	中
	4 站姿顶球	1、教师与学生示范顶固定球动作，并组织学生两人一组进行练习 2、教师组织学生进行两人一组自抛自顶球练习 3、难度升级，进行一抛一顶练习 4、终极难度，在一抛一	1、认真看示范并根据教师要求两人一组进行练习，体会后仰顶球的力量 2、两人一组进行练习，争取顶到同伴手中		3'	10	中
					3'	5	中

	5 身体素质练习	顶前加入跑动练习 ①原地小碎步 10 次 ②绕圈跑 1、教师示范动作，两人一组，头对头进行仰卧举腿传递球练习 2、增加难度，脚对脚 3、四人一组，传递球小游戏	3、挑战难度，进行一人抛球，一人顶球的练习 4、挑战难度，在顶球前进行跑动练习 1、看动作示范，两人一组进行练习 2、挑战难度，脚对脚，也能传递球 3、四人一组，进行胯下传球游戏		4'		大
设计意图：设置情境，每位学生都是运动员，教师是裁判员，加入考评，让学生有规则意识，使学生在 学习过程中，规范练习的动作，促进练习的积极性。通过三种姿势的尝试，在练习过程中加入不同的要求，循序渐进的练习，逐渐初步掌握头顶球的技术体会头顶球的乐趣。							
结 束 部 分 3'	一、放松练习 二、课堂小结讲评 三、师生道别	1. 教师播放音乐带领学生放松 2. 教师总结评价 3. 表扬鼓励 4. 师生道别	1. 学生在教师指导下进行放松 2. 积极认真参与评价 3. 师生道别 4. 回收器材	XXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXX ☆	1'	1	小
教学器材		足球 40 个、音响一个、小圈 40 个	练习密度 平均心率预计	65% 130 次/分左右			