

# 最新高中体育足球教案(汇总18篇)

小学教案是教师在备课过程中对于教学内容、教学目标、教学方法等进行梳理和整理的必备工具。教师是学生学习的引路人，编写一份好的初中教案对于教学的成功至关重要。以下是小编为大家准备的一些初中教案范文，希望对大家有所帮助。

## 高中体育足球教案篇一

幼儿足球课程，在日常的教学中不能以专业教学为主，必须融入游戏教学。《木头人》是民间游戏里的经典游戏，与足球技能——停球，相结合，即起到了幼儿足球课程游戏化，也进一步提升了孩子对足球喜爱。

1、在传统儿歌情境中，按指令带球行进和停止。

2、遵守游戏规则，感受足球游戏乐趣

身体练习肌肉力/平衡性/敏捷性/协调性

足球技能、行进带球、停球、

(基本战术) 无

足球场——半场、足球27个

准备部分

1、热身游戏——《回头123》

带领幼儿在场地内慢跑两圈，进行下肢热身

游戏规则：老师在球门前面对球门，幼儿则站在教师30米以

外的准备线上，等待教师说：回头1、2、3，教师开始说：回头……，幼儿快速前进，教师说完：回头1、2、3幼儿则要快速停止，保持停止造型。（前行速度可以调节，快跑到慢走，为第二环节做好铺垫）

## 2、你追我赶

障碍瓦片，分段，进行跑、跳、跨

游戏规则：第一幼儿向前进行跑、跳、跨，行进到一半，后一幼儿进行追赶

**【1、游戏中要注意提醒幼儿，奔跑过程中不能推挤小朋友】**

**【2、热身环节游戏次数根据奔跑的距离，场地来设定，3/4次即可】**

**【3、游戏可以二选一】**

教学与练习部分

## 2、幼儿自由分散踢球

**【1、自由分散踢球中注意提醒幼儿，行进带球过程中，注意躲闪以及冲撞】**

## 3、游戏——《木头人》

游戏玩法：老师与幼儿持球自由地在场地上运球行进，念儿歌“山山山，山上有个木头人，不会说话不会动，动动就成小蜜蜂”当儿歌念完时，幼儿要马上踩球保持一个姿势不动，等听到指令后再开始新一轮游戏。

游戏规则：幼儿听到儿歌结束时必须停止，踩球，否则将停止游戏一次。

结束部分

5、教师总结本次游戏活动，师生整理场地后回教室。

## 高中体育足球教案篇二

足球作为一项世界性的体育运动，受到了广大学生的热爱和追捧。作为体育教师，我们应该编写出适合学生特点和学习需求的足球体育教案，使他们能够系统地学习和提高足球技能。在编写足球体育教案的过程中，我有一些心得体会，如下：

首先，了解学生的身体状况和学习能力非常重要。因为足球是一项需要较高身体素质的运动，所以在编写足球体育教案时，我们应该先了解学生的身体状况，包括体重、身高、体质等方面的情况。只有了解学生的身体状况，我们才能更好地安排训练计划和选择适合他们的训练内容。此外，还应该了解学生的学习能力，即判断学生的接受能力和理解能力，以便合理安排教学目标和教学内容。只有充分了解学生，我们才能编写出更切合实际的教案。

其次，确定教学目标是编写足球体育教案的重要环节。教学目标是教案编写的出发点和落脚点，只有确定了教学目标，才能合理安排教学内容和教学方法。在确定教学目标时，我们应该考虑学生的学习需求和能力水平，目标应该具体、明确，并能够在一定时间内达到。例如，我们可以设定学生学习控制球技巧的目标，要求他们在一定时间内能够熟练地控制足球，并能够完成一些基本的传球和射门动作。只有制定明确的教学目标，学生才能清楚地知道自己应该朝着什么方向努力。

其次，合理安排教学内容是编写足球体育教案的关键。在安排教学内容时，我们应该结合学生的实际情况和教学目标，以及教学时间的限制，进行合理的安排。首先，我们可以从

基本功开始训练，包括传球、接球、控球等技能的训练；然后逐渐引入更高级的技能训练，如盘球、突破等；最后，可以加入比赛和对抗训练，提高学生实战能力。此外，还应该注意让学生多角度、多维度地了解足球运动，可以组织学生观看足球比赛、学习足球战术等，增加他们对足球的认识和兴趣。

最后，合理选择教学方法和评价方式是编写足球体育教案的重要内容。教学方法是指教师在教学过程中采用的方式和手段，而评价方式是指教师对学生学习情况进行评价的方式和方法。在选择教学方法时，我们应该根据学生的特点和学习需求，灵活运用教学媒体、教学手段和教学方式，以提高教学效果。例如，可以采用示范、讲解、练习等方式进行教学，在操作和技术反馈方面要及时给予学生指导和改进。在评价方式上，我们应该注重对学生技能和能力的评价，可以通过测试、考试、观察等方式进行评价，及时给予学生反馈和帮助。

总之，编写足球体育教案是一项需要综合考虑各方面因素的工作。只有充分了解学生的身体状况和学习需求，确定教学目标，合理安排教学内容，选择合适的教学方法和评价方式，才能编写出优质的足球体育教案。希望我的心得体会能对足球体育教师在教案编写中起到一定的借鉴作用。

## 高中体育足球教案篇三

足球作为一项全球广泛参与的体育运动，其在体育教育中的重要性不言而喻。为了更好地开展足球体育教育工作，教师需要编写教案，以指导学生有效地学习和练习足球技能。我在参与足球体育教案编写的过程中，深感到这是一项复杂而又有挑战性的任务。通过我的实践经验，我总结出以下几点心得体会：明确教学目标、合理分解教学内容、注重教学方法的多样性、合理安排教学时间和关注学生个体差异。

首先，明确教学目标是一份足球体育教案的基础。在编写教案之前，我会仔细分析教学大纲和班级的实际情况，明确教学目标。教学目标既要符合学科要求，也要符合学生的实际情况，能够引导学生逐步提高足球技能。例如，在初级教案中，我会设立明确的目标，如学会控球、传球和射门等基本技能。在高级教案中，我会设立更具挑战性的目标，如学会变向、停球等高级技能。明确的教学目标有助于提高教学效果和学生学习的积极性。

其次，合理分解教学内容是教案编写的关键。足球技能复杂繁多，要想将它们有机地融入教学中，需要将教学内容进行适当的分解。我会根据学生的实际情况，将技能分为基础技能和进阶技能，并将它们分别安排在不同的教学单元中。例如，在编写教案时，我会将控球和传球技能安排在第一个单元，而射门技能安排在第二个单元。通过合理分解，我能够确保学生在每个阶段都能够逐步提高技能，并能够更好地应用技能。

第三，注重教学方法的多样性是确保教学效果的关键。足球教学中，教师需要灵活运用多种教学方法，以满足学生的不同学习需求。在编写教案时，我会设计多种教学活动，如示范教学、小组合作、对抗练习等。通过多种教学方法的运用，我能够激发学生的学习兴趣，培养学生的合作精神和竞争意识。例如，我会设计小组合作的练习，在练习中鼓励学生相互配合，共同解决问题，在竞争中提高个人技能。

第四，合理安排教学时间是足球体育教案编写的要点之一。在编写教案时，我会根据教学内容的复杂程度和学生的实际情况，合理安排教学时间。例如，在初级教案中，我会将更多的时间用于基本技能的训练，让学生建立扎实的基础。而在高级教案中，我会增加技术细节的讲解和练习时间，帮助学生提高技术水平。合理安排教学时间可以提高教学效果，确保学生在有限的时间内，学到更多的技能和知识。

最后，关注学生个体差异是一份优秀教案的标志。足球教学中，每个学生的个体差异都不同，有的学生可能天赋高，学习起来比较容易，而有的学生可能比较困难，在学习需要更多的指导和帮助。在编写教案时，我会考虑到这些差异，设计灵活的评估方式，以了解学生的不同学习情况，并根据学生的实际情况进行个性化的指导。关注学生个体差异可以激发学生的学习兴趣 and 积极性，同时也能够提高他们的学习效果。

总之，足球体育教案编写是一项极富挑战性的任务。通过我的实践经验，我认识到明确教学目标、合理分解教学内容、注重教学方法的多样性、合理安排教学时间和关注学生个体差异是一份成功的教案所必备的要素。我相信，只有不断探索和总结，才能不断提高自己的教学水平，为学生创造更好的学习环境。

## 高中体育足球教案篇四

教材内容 体育理论教学

足球运动的概述； 2、足球选修课教学任务及本学期教学内容与要求； 1、

课的任务 1、通过足球运动的展史的介绍使学生对足球运动有一定的认识；

3、结合国内外足球运动的现状以及我校足球运动(沙滩足球)的开展情况， 培养学生对足球运动的兴趣。

教学内容

一、 球运动的概述：足球运动是体育运动中开展最广泛、影响最大的运动项目，号称“世

界第一运动”她融趣味性、观赏性为一体，对运动员和观众具有极大的吸引力。足球比赛也是充满情感的比赛，欢乐与绝望，喜悦与悲哀，这两种极端的情感，自始至终地伴随着每一场比赛。

## 1. 足球运动的起源与发展史

1857年英国成立了世界上第一个足球俱乐部；1863年10月6日，成立了世界第一个足球协会——英格兰足球协会，因此，10月6日被称为现代足球生日。

2. 国际足联三大赛事：国际足球协会联合会杯、世界杯足球赛、奥运会足球赛

3. 足球比赛场地标准足球场呈长方形，长90—120米，宽45—90米。国际比赛场地长100—110米，宽64—75米，在任何情况下，长度必须超过宽度，线宽10厘米，（不得超过12厘米）。足球比赛场地是由三线、三区、两点和一弧构成的。三区是指罚球区（又称禁区）、球门区、和角球区；两点是指中点和罚球点；一弧是指罚球弧。

## 二、足球课程内容提要

### 1. 理论部分：

球、定向运动、武术、游泳及健身保健等有关理论知识。

### 2. 实践部分

### 3. 战术教学部分

(1) 个人攻守战术：跑位与摆脱选位与盯人，个人突破。

边路进攻、中路进攻、快速反击。

全场紧逼、松动防守和区域紧逼、封堵、抢截与补位。（4）  
定位球战术：

中圈开球、角球、掷界外球、踢球门球、任意球（直接、间接）

4. 介绍沙滩足球、网式足球、定向运动、武术、游泳和特色项目的基本技术。

三、成绩评定及上课要求： 学生成绩评定方法：

奖励与降低分数方法

（一） 属下列情况之一者，奖励5分，不同项目可累计加分

1、 早操、课间操、课外体育锻炼出勤率达到98%以上，认真锻炼者。

2、 获等级运动员称号者。

3、 参加校运动会及以上体育比赛获奖者。

4、 学生体育干部在组织各项体育活动中，工作认真负责者。

（二）、对体育课、早操、课间操、课外体育锻炼无故缺勤，一年累计超过应出勤次数1/10或因病、事假缺勤，一学期累计超过1/3者，其《标准》成绩应记为不及格，该学年《标准》成绩最高记为59分。

组织教法

室内教学：

地点： 3#218多媒体教室



教法提示：

采用多媒体课件演讲，以教师讲授为主，加以引导、提问、启发与讨论等形式开展教学

课后小结

课次：2 周次： 二 任课教师： 夏煜

教材内容 1、熟悉球性：左、右拔拉球等练习；

2、讲解踢球过程，学习脚内侧踢、停地滚技术； 3、身体素质练习；

课的任务

1、通过本次课的教学了解和掌握学生对足球基本技术的掌握情况，以便因材施教；

2、通过脚内侧踢、停地滚技术的学习，使学生对足球基本技术有一定的理性认识，培养学生对足球运动的兴趣。

## 高中体育足球教案篇五

近年来，随着足球运动在中国逐渐兴起，足球体育教案的编写变得越来越重要。在教案编写过程中，我深刻体会到了其重要性和难度，并积累了一定的经验与心得。下面我将从四个方面展开，与大家分享一下我的心得体会。

首先，教案的编写要注重实际情况。足球体育教案的编写不能脱离实际，一定要根据学生的实际情况进行合理的设置。作为教师，我们要了解学生的知识水平、身体素质以及兴趣爱好，根据这些因素来合理安排教学内容，使学生既能够接受并掌握知识，又能够愉快地参与其中。只有抓住实际情况，

才能使教案更加贴近学生的需求，提高教学效果。

其次，教案的编写要有针对性。不同年龄段、不同水平的学生对足球运动的需求是不同的，所以教案的编写要有针对性。我们需要根据学生的特点和需求来设计各个教学环节，适应学生的特点和能力。例如，在初级阶段，我们可以通过游戏化的方式来激发学生对足球的兴趣；在中级阶段，我们可以加强技能训练和战术演练；在高级阶段，我们可以加强对比赛的分析 and 战术调整。只有根据学生的需求有针对性地设置教学内容，才能让学生在足球运动中得到真正的提高。

第三，教案的编写要注重综合性。足球运动是一个综合性很强的体育项目，不仅需要学生具备一定的技术和战术能力，还需要学生具备良好的身体素质和意志品质。所以，在教案的编写过程中，除了注重技术训练和战术演练，我们还要注重学生的身体素质和意志品质的培养。例如，可以通过有氧运动来提高学生的耐力和速度；可以通过跨学科教学来培养学生的协作能力和创新意识。只有综合性地设置教学内容，才能使学生在多个方面得到全面发展。

最后，教案的编写要注重评估和反思。教案的编写不仅是一个过程，更是一个循环。在教学结束后，我们要及时对教学过程进行评估和反思，找出问题和不足，进行改进和完善。例如，我们可以通过询问学生的意见和建议，来了解教学效果和学生的反应；我们还可以通过录像回放等方式来审视自己的教学过程，找出不足和改进的空间。只有通过评估和反思，才能不断提高教学水平，使教学效果更好。

总之，足球体育教案的编写是一项繁琐而又重要的工作。在这个过程中我深刻体会到了教案编写的难度和重要性，并积累了一定的经验与心得。在今后的工作中，我将继续努力，不断提高自己的教案编写能力，为足球运动在中国的发展做出更大的贡献。

# 高中体育足球教案篇六

- 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，做到身心结合，努力达到教学目标。

全课的组织结构不拘泥于过分的统一规整，而以服务练习与教学为目标，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。

## （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（8'）

- 1、绕操场慢跑（3'）学生成两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、熟悉球性（5'）

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。

### （三）基本部分（30'）

#### 一、学习脚内侧踢地滚球技术

动作要求：直线助跑，脚尖正对出球方向，支撑脚踏在球的侧方距球15cm左右，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.....

## 高中体育足球教案篇七

足球基本规则。

初步学习足球比赛的基本规则，并能有所体会

重点：学习足球比赛的基本规则

难点：

足球比赛的基本规则

开始部分约7分

1、体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。

2、宣布课的内容和任务

基础部分 约27分

(一) 慢跑 100 米

(二) 徒手体操 (4 节)

2、振臂运动

3、俯背运动

4、体前屈运动

(三) 请一名学生配合，教师示范、讲解如何发界外球。

(四) 请每一位学生依次练习，体会。

(五) 请一名学生配合，教师示范，讲解如何发任意球、角球。

(六) 学生依次练习。

(七) 教师图板讲解手球、推人、抬腿过高、越位等规则，学生细心聆听。

(八) 500 米放松跑。

三、结束部分约5分

## 高中体育足球教案篇八

动作要求：直线助跑，脚尖正对出球方向，支撑脚踏在球的侧方距球15cm左右，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。

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，两列横队，相距五米

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。

组织：分成两对进行比赛

目的是培养良好的观察能力，进攻意识和协作配合能力，善于隐藏自己的传球意图，以及运球假动作新式单个战术行动与提高传接球技术相结合。要求：无球队员跑动、接应要积

极，防守队员要密切注意传球队员的行动，抢断、封堵要积极。

通过比赛，进一步巩固和提高脚内侧踢、接球技术，提高传接球的准确性、熟练性以及快速传接的能力。同时培养学生机智果断、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。

结束部分(5’)

1、配乐伸展放松操(3’)

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(2’)

1、场地：足球场一块；

2、足球20只，录音机1台

预计平均心率为：130--135次/分，最高心率为180次/分。

90%学生能够掌握并协调完成足球一脚背内侧踢球动作；绝大多数能够体验到运动的乐趣、体验到成功的喜悦。

教师作为促进者，能够帮助学生确定适当的学习目标，指导学生形成良好的锻炼身体的习惯，掌握和发展学习能力；创设丰富的教学环境，学生能够在轻松活跃的气氛中，积极主动的认知、练习运动技术；通过教学练习使学生达到锻炼身体的目的，并能够预防、处理运动伤害；分层次教学，使不同的学生都感受到成功的心理体验，发展个性；培养学生形成健康的心理，顽强的意志，互帮互助的团队精神。



## 高中体育足球教案篇九

1、锻炼幼儿的手腿脚动作的准确性、协调性及肌肉的力量与关节的柔韧性。

2、发展幼儿单脚站立、单脚踢球、保持身体平衡的能力。

若干个足球、几个弓形门、一些细绳。

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、教师介绍足球的相关踢法和技巧，介绍过程中请若干幼儿做示范。

3、踢球练习：幼儿自由结伴，两人一组，相互踢球。

4、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。

5、幼儿(尤其是大班幼儿)踢球熟练后，开展踢足球比赛。

6、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。

7、教学结束，教师组织幼儿进行放松教学。

1、启发幼儿在教学中想出其他一些踢球的方法，教师提供必要的器材和指导。

2、可以将踢球、抛接球、投掷球等教学结合起来，促进幼儿身体全面发展。

## 高中体育足球教案篇十

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、教学比赛

足球运动对学生的身体素质训练和思想品质教育具有重要的作用，足球是高中体育教学的选修教材。足球运动由于技术动作多样，攻防频繁，使之富有吸引力深受广大高中学生喜爱。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，是高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。

本次课的授课班级为高一一班学生，共50人。学生来自全区各个初中，体育的运动技能虽然有差异，但学生总体身体

素质都比较好，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，加上职专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，做到身心结合，努力达到教学目标。

全课的组织结构不拘泥于过分的统一规整，而以服务练习与教学为目标，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。

## （一）开始部分

### 1、课堂常规

## 2、本课的教学内容目标及要求

### （二）准备部分

1、绕操场慢跑学生成两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、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。

## 高中体育足球教案篇十一

1、在教学中学习足球动作技术，灵活地在游戏过程中运用，发展兴趣、自信。

2、在练习中关爱同伴、严守安全常规和游戏规则。合作学习与竞争能力有提高。

3、了解球类运动和体操运动动作，初步掌握足球基本技能。

4、发展灵敏性和速度体能。

1、学生从没上过足球课，（但是经常在电视上看）对足球游戏非常感兴趣跟喜爱，有很浓的学习兴趣。

2、绝大多数学生不懂足球，不会足球的技术动作。

3、学生足球运动水平区别不是很明显。

足球运球、足球游戏、追逐足球、颠球、软式足球5对5比赛。

## 一、准备

游戏：手运球、脚运球

## 2、游戏分组游戏

## 二、游戏：停球——传球——停球

1、师：我们首先学习传球或停球技术，请同学们尝试。

2、分小组进行地滚球和空中球停球方法的尝试。

3、小组展示停球方法。（轻踩、减力等）

4、分组传球尝试练习。

5、游戏：传停球接力

## 三、追逐足球、颠球、软式足球5对5比赛。

1、师：光学会传球是不够的，我们还要学习和运球颠球的方法。

2、教师讲解运球和颠球的方法，提示要点

3、学生分小组自主尝试几次，体验动作要领。

4、优生表演，师鼓励。

5、师问：在比赛场上，往往会受到阻截，我们进行5对5分组比赛。

6、学生分组。

7、分组对抗。

四、放松教学：推球入洞

1、学生分组进行放松游戏。

2、教师小结，师生交流体会，教师进行鼓励与表扬，师生再见。

## 高中体育足球教案篇十二

足球基本规则。

初步学习足球比赛的基本规则，并能有所体会

重点：学习足球比赛的.基本规则

难点：足球比赛的基本规则

开始部分约7分

一、课堂常规：

1、体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。

2、宣布课的内容和任务

基础部分约27分

（一）慢跑100米

（二）徒手体操（4节）

2、振臂运动

3、俯背运动

4、体前屈运动

(三) 请一名学生配合，教师示范、讲解如何发界外球。

(四) 请每一位学生依次练习，体会。

(五) 请一名学生配合，教师示范，讲解如何发任意球、角球。

(六) 学生依次练习。

(七) 教师图板讲解手球、推人、抬腿过高、越位等规则，学生细心聆听。

(八) 500米放松跑。

三、结束部分约5分

## 高中体育足球教案篇十三

难点：足球比赛的基本规则

教学过程：

开始部分约7分

1、体委整队、师生问好、报告人数、检查服装。

2、宣布课的内容和任务

基础部分 约27分

(一) 慢跑 100 米

## （二）徒手体操（4 节）

2、振臂运动

3、俯背运动

4、体前屈运动

（三）请一名学生配合，教师示范、讲解如何发界外球。

（四）请每一位学生依次练习，体会。

（五）请一名学生配合，教师示范，讲解如何发任意球、角球。

（六）学生依次练习。

（七）教师图板讲解手球、推人、抬腿过高、越位等规则，学生细心聆听。

（八）500 米放松跑。

学生慢跑，学生按教师要求守成体操运动。学生认真听讲，并模仿

学生练习，学生认真听讲， 学生放松跑

三 、结束部分约5分

小结，下课

## 高中体育足球教案篇十四

1、锻炼幼儿的手腿脚动作的准确性、协调性及肌肉的力量与关节的柔韧性。



2、发展幼儿单脚站立、单脚踢球、保持身体平衡的能力。

若干个足球、几个弓形门、一些细绳。

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、教师介绍足球的相关踢法和技巧，介绍过程中请若干幼儿做示范。

3、踢球练习：幼儿自由结伴，两人一组，相互踢球。

4、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。

5、幼儿(尤其是大班幼儿)踢球熟练后，开展踢足球比赛。

6、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。

7、活动结束，教师组织幼儿进行放松活动。

1、启发幼儿在活动中想出其他一些踢球的方法，教师提供必要的器材和指导。

2、可以将踢球、抛接球、投掷球等活动结合起来，促进幼儿身体全面发展。

## 高中体育足球教案篇十五

运动参与、运动技能教学目标：

- 1、乐于学习脚内侧踢球的动作方法，并对练习表现出勇敢顽强的挑战精神
- 2、能积极主动参与各种活动，学会交流和合作并能充分展示自我
- 3、能有克服困难、勇往直前的品质学习内容：脚内侧踢球学习过程：

### 一、酝酿情绪，激发兴趣阶段

积极参与对体育明星的交流，明确学习内容认真做好准备活动

### 二、合作探究、完成动作学习教师活动：

### 三、努力拼搏，敢于挑战（8人传球游戏）教师活动：

对学生比赛给予积极的鼓励和评议并对优胜组和动作进步最大的小组给予奖励学生活动：

在小组长带领下进行游戏的尝试练习

四、稳定情绪，恢复身心阶段教师活动：和学生一起庆祝胜利引导学生交流感受，评议总结布置课后作业。

# 高中体育足球教案篇十六

## 教学内容

足球：1、个人技术2、进攻战术：边路下底传中，中路包抄射门

## 教学目标

- 1、积极参与活动和练习，能在学习中体验乐趣，在运动中展示自我，增强自信。
- 2、熟悉球性，巩固和提高对球的控制能力，发展个人技术；了解下底传中的技术要求和动作要领，掌握包抄的时机，培养战术意识。
- 3、发展足球专项身体素质，学习利用足球运动锻炼身体的方法。

学会与同伴合作，发挥团队精神，提高人际交往能力。教学程序教学内容教师活动学生活动体验与探究提示

## 1

### 热身练习

- 1、课堂常规。
- 2、提出分组方案（同质分组）。
3. 监督与指导。
  - 1、分组。
  2. 在组长的带领下进行热身练习。

1、充分活动关节和肌肉，逐渐进入运动状态。

2. 探究热身练习的主要目的？

1、活动范围：足球场。

2. 活动方式：分组进行热身练习。2复习个人技术

1、提供技术练习的方案：行进间传接球练习组合；踢定位球；运球射门组合（守门员）。

2. 组织练习并提供技术指导。

1、分组。

2、按照练习方案进行练习并轮换。

3. 小组交流与讨论。

1、体验不同的脚法和踢球力量对球的影响。

2. 探究制约自己技术进一步发展的因素是什么？

1、因人而异，因组而异，有所重点地练习某项技术或技术组合。

2. 重点：针对性强。3复习进攻战术：踢墙式二过一

1、提供练习方法：传球—跑位结合，接球—传球结合。

2、组织分组练习。

3. 组织讨论并讲解、示范。

1、按教师提供的练习方法进行练习。

2、讨论、总结练习的效果。

3. 尝试用自己的方法进行练习。

1、体验合理运用战术获得成功时的乐趣，在运动中增强自信心

2. 探究如何提高与同伴间的默契配合

1、重点：传球准确，跑位及时到位。

2. 难点：传跑配合默契，传球具有隐蔽性。4学习进攻战术：边路下底传中，中路包抄射门

1、结合学生已有的经验进行讲解、示范。

2、提供练习的方法和方案：四人一组进行练习。

3. 提供技术指导并组织讨论和展示。

1、分组：四人一组。

2、边路下底传中（无防守）；中路三人包抄抢点射门。

3. 相互交流，小组讨论、展示。1、体验与同伴默契配合获得成功的感觉，理解团队合作的重要性。

1、重点：传球的准确性与针对性；包抄跑位及时；对球的状态判断正确。

2. 难点：在运动中作出正确的判断并及时调整。5专项身体素质练习：下肢力量、腰腹肌力量

1、提供器材与练习方法：介绍发展下肢力量和腰腹肌力量的若干练习。

2. 监督与指导。

1、根据教师的建议进行分组练习。

2. 相互交流，尝试用不同的方法进行练习。

1、体验肌肉感觉，不同的练习方法和负荷对肌肉的刺激程度与效果。

2. 探究适合自己的练习方法。

1、下肢练习：各种连续跳跃和负重练习。

2. 腰腹肌练习：不同姿势的仰卧起坐练习。6放松练习

1、介绍放松练习的要领。

2、提供若干个放松练习的方法。

3. 利用放松练习时间小结本课。

1、了解放松练习的要领和作用。

2、根据教师提供的方法进行放松。

3. 参与小结本课。

1、体验不同练习对身体放松的效果。

2. 探究适合自己的放松方式。1、养成每次较大运动量的活动之后进行放松练习的习惯。

## 高中体育足球教案篇十七

任课教师：夏煜

课次：1周次：一任课教师：夏煜

## 教材内容体育理论教学

足球运动的概述；2、足球选修课教学任务及本学期教学内容与要求；1、

课的任务1、通过足球运动的展史的介绍使学生对足球运动有一定的认识；

3、结合国内外足球运动的现状以及我校足球运动(沙滩足球)的开展情况，培养学生对足球运动的兴趣。

## 教学内容

一、球运动的概述：足球运动是体育运动中开展最广泛、影响最大的运动项目，号称“世

界第一运动”她融趣味性、观赏性为一体，对运动员和观众具有极大的吸引力。足球比赛也是充满情感的比赛，欢乐与绝望，喜悦与悲哀，这两种极端的情感，自始至终地伴随着每一场比赛。

### 1. 足球运动的起源与发展史

1857年英国成立了世界上第一个足球俱乐部；1863年10月6日，成立了世界第一个足球协会即英格兰足球协会，因此，10月6日被称为现代足球生日。

2. 国际足联三大赛事：国际足球协会联合会杯、世界杯足球赛、奥运会足球赛

3. 足球比赛场地标准足球场呈长方形，长90—120米，宽45—90米。国际比赛场地长100—110米，宽64—75米，在任何

情况下，长度必须超过宽度，线宽10厘米，（不得超过12厘米）。足球比赛场地是由三线、三区、两点和一弧构成的。三区是指罚球区（又称禁区）、球门区、和角球区；两点是指中点和罚球点；一弧是指罚球弧。

## 二、足球课程内容提要

### 1. 理论部分：

球、定向运动、武术、游泳及健身保健等有关理论知识。

### 2. 实践部分

### 3. 战术教学部分

(1)个人攻守战术：跑位与摆脱选位与盯人，个人突破。

边路进攻、中路进攻、快速反击。

全场紧逼、松动防守和区域紧逼、封堵、抢截与补位。（4）定位球战术：

中圈开球、角球、掷界外球、踢球门球、任意球（直接、间接）

4. 介绍沙滩足球、网式足球、定向运动、武术、游泳和特色项目的基本技术。

## 三、成绩评定及上课要求：学生成绩评定方法：

### 奖励与降低分数方法

（一）属下列情况之一者，奖励5分，不同项目可累计加分

1、早操、课间操、课外体育锻炼出勤率达到98%以上，认真



锻炼者。

2、获等级运动员称号者。

3、参加校运动会及以上体育比赛获奖者。

4、学生体育干部在组织各项体育活动中，工作认真负责者。

（二）、对体育课、早操、课间操、课外体育锻炼无故缺勤，一年累计超过应出勤次数1/10或因病、事假缺勤，一学期累计超过1/3者，其《标准》成绩应记为不及格，该学年《标准》成绩最高记为59分。

组织教法

室内教学：

地点：3#218多媒体教室

教法提示：

采用多媒体课件演讲，以教师讲授为主，加以引导、提问、启发与讨论等形式开展教学

课后小结

课次：2周次：二任课教师：夏煜

教材内容1、熟悉球性：左、右拔拉球等练习；

2、讲解踢球过程，学习脚内侧踢、停地滚技术；3、身体素质练习；

课的任务

1、通过本次课的教学了解和掌握学生对足球基本技术的掌握情况，以便因

材施教；

2、通过脚内侧踢、停地滚技术的学习，使学生对足球基本技术有一定的理性认识，培养学生对足球运动的兴趣。

## 高中体育足球教案篇十八

目标：

1. 练习定位射门，提高动作的准确性。
2. 在游戏情景中感受小足球活动的'趣味性。

准备：

1. 自制球门(由小椅子两两拼成，中间用纸粘连，并贴有怪兽头像)若干，分散放在草地四周。
2. 小足球人手一只。
3. 奥特曼动画片主题曲，录音机。

过程：

1. 现在你们是宇宙英雄奥特曼，我是奥特曼之母。为了打败怪兽，我们必须有一个强壮的身体。让我们一起来锻炼身体吧。
2. 幼儿做头、颈、腰、腿等部位的舒展动作。
3. 幼儿围成圆形，绕场一圈做蛙跳动作。

1. 我得到一个消息，草地上来了一群天外怪兽。我们马上去消灭他们。
2. 教师示范“打怪兽”（即定位射门）：把足球运到“怪兽”前面的红点子上停住，然后对准“怪兽”，将足球踢入球门。
3. 奥特曼音乐响起，教师重点指导幼儿对准方向，用力将球踢向“怪兽”，直到把“怪兽”头像踢破。

### 三、庆祝胜利

1. “奥特曼”抱起小足球，在音乐中欢呼胜利，相互拥抱。
2. “奥特曼”随音乐做放松活动。

（评：教师巧妙地将定位射门设计成有趣的“奥特曼打怪兽”游戏，并将足球活动的规则和技能练习蕴涵其中，调动了孩子们参与活动的积极性。他们一次又一次地对准“怪兽”射击，不仅锻炼了身体，练习了技能，还体验到了运动的乐趣。）