# 体育与健康人教版六年级全一册水平三——脚背正面射门学案

来源：网络 作者：情深意重 更新时间：2025-01-17

*水平三——足球脚背正面射门崇州市第三实验小学校柯超群一、指导思想本课以新课程理念“健康第一〞为指导思想，针对小学六年级的学生年龄特点，在教学中注重对学生的技术技能传授，从实际出发，培养学生的兴趣爱好，让学生学会观察，做到乐中学，学中乐，培养...*

水平三——足球

脚背正面射门

崇州市第三实验小学校

柯超群

一、指导思想

本课以新课程理念“健康第一〞为指导思想，针对小学六年级的学生年龄特点，在教学中注重对学生的技术技能传授，从实际出发，培养学生的兴趣爱好，让学生学会观察，做到乐中学，学中乐，培养学生主动学习的意识和锻炼的习惯，为学生终身体育打下根底。

二、教材分析

本节课所选教材内容是人教版2025年教育部审定义务教育用书?体育与健康?第六章球类运动第二节小足球——脚背正面射门。针对足球运动的集体性、对抗性、竞争性等特点，可以激发学生积极进取勇于拼搏的精神、刻苦顽强、团结协作的道德品质。射门是足球比赛中最精彩的局部，是足球运动的一种根本技术,我们应该掌握和重视这—技术。

三、学情分析

六年级的学生对足球游戏非常感兴趣和喜爱，有很浓的学习兴趣；尤其是男生。由于场地的原因，学生接触足球的时机不多、根底技术动作掌握不牢。针对实际情况，本课就从玩球起步，使学生一开始就对足球进行亲密接触，从而熟悉球性，对足球产生好感，激发学习足球的兴趣，为以后的足球学习打下根底。其次男、女生分化较大，基于此种情况本课采取了不同距离的射门练习，这样便于学生体会获得成功的喜悦。

四、课的设计

足球运动中射门是决大多数同学喜欢的运动工程。脚背正面射门是六年级足球必须掌握的教学内容，还是足球考核工程。为了激发学生的兴趣，并结合教学要求。教学重点仍然围绕着熟悉球性和脚背正面射门技术动作的掌握、应用，在游戏中提高学生的身体素质，让学生快乐的参与其中。在课中采用集体分解教学和分小组练习，在降低教学难度的同时培养同学们的小组合作能力。

五、教学重难点

1.重点:助跑路线，脚触球的位置。

2.难点:支撑脚的位置，摆动腿的速度。

六、单元方案

课次

主要教学内容

重、难点

主要教学学手段

备注

一

脚背正面射门

〔触球练习〕

重点:踢球脚绷直脚背，脚背触球的位置。

难点:支撑脚的位置正确，脚背触球的位置准确。

1.讲解示范法

2.分解教学法

3.小组合作法

4.比赛法

二

脚背正面射门

〔上步踢球射门〕

重点:触球练习稳固；上步支撑脚站位

难点：上步路线及站位正确；踢球脚脚背绷直，触球点正确。

1.讲解示范法

2.分解教学法

3.小组合作法

4.比赛法

5.优生展示

三

脚背正面射门

〔快速助跑射门〕

重点：助跑路线，踢球腿的摆动。

难点：支撑脚的位置，踢球腿的发力顺序。

1.讲解示范法

2.分解教学法

3.小组合作法

4.比赛法

5.优生展示

三

脚背正面射门

〔快速助跑射门稳固提高〕

重点：踢球腿前摆速度、幅度和击球力量。

难点：踢球腿的速度。

1.讲解示范法

2.分解教学法

3.小组合作法

4.比赛法

5.优生展示

七、教学过程

课题

足球：脚背正面射门〔上步踢球射门〕

课时

第2时

授课教师

柯超群

指导教师

王世全

易炜杰

班级

6.3班

教学目标

1、运动参与:通过学习，使学生理解脚背正面射门的支撑腿站位正确；踢球脚脚背绷直，触球点正确的概念，体会运动的内在魅力。培养学生积极参与体育活动的态度和行为。

2、运动技能:通过学习，使85%以上的学生正确掌握脚背正面射门技术的脚背绷直和触球的位置正确。复习脚背正面运球技术，进一步提高学生对球的感觉，逐步让同学能够做到运球时眼不看球。

3、身体健康:增进学生参与体育活动的兴趣，形成乐观开朗的学习、生活态度，从而到达提高身体健康水平的目的。

4、心理健康与社会适应:通过学习，培养学生的积极进取、顽强拼搏、力争胜利的竞争意识和自我管理、团结协作的能力以及严谨的学习态度和良好的学习习惯。

重、难点

1.重点:踢球脚绷直脚背，脚背触球的位置。

2.难点:支撑脚的位置正确，脚背触球的位置准确、球踢出后呈直线前行。

器材准备

每生一个足球〔40个〕、小足球门4个、足球场半场、标志桶8个、音响一台

课的顺序

教学内容

组织形式

时间

开始局部

一、课堂常规

1.体委整队集合，报告老师。

2.师生问好，检查服装。

3.宣布课的内容及要求，安排器材准备。

场地布置图：

3分钟

准备局部

一、绕场慢跑：一路纵队，每人边跑边拿一个足球；

并带球跑〔边跑边熟悉球性〕。

二、简单徒手操。

1.头部运动2.体侧运动

3.腹背运动4.跳跃运动

5.弓步压腿6.侧压腿

7.踝腕关节运动

队形：

7分钟

根本局部

一、复习原地触球练习：

结合音乐进行，原地模仿动作练习：复习脚背正面触球

二、学习：脚背正面射门〔上步踢球射门〕

讲解示范——动作方法:

支撑脚上步踏在球侧10-15厘米处，膝关节微屈。踢球脚脚背绷直正面击球的后中部。〔球踢出后成直线前进〕

动作要点：

支撑脚踏在球的侧面，膝盖微屈。踢球脚脚面绷直，击球的后中部。

练习内容：

（1）

集体练习：上一步射门，脚背只触球。

（2）

集体练习：原地跑2步再上步踢球射门模仿动作练习。

（3）

分组对球门上步射门练习。

〔4〕推荐射门比赛。

四、蚂蚁搬家游戏：

方法：每组第一个同学先将足球放在腹部，手和脚触底快速向前移动，到指定达篮筐位置时将球放在框内。在快速跑回接过后面一个同学的足球，帮其把足球放在腹部，第二个同学讲求运出，依次类推。直到小组全部同学做完，哪一小组先做完，哪一小组获胜。

队形：

1、集体练习

2、分组练习及射门比赛

3、游戏

♀♀♀♀

♀♀♀♀

♀♀♀♀

♀♀♀♀

2分钟

8分钟

9分钟

8分钟

结束局部

1.放松练习：拉伸放松

2.总结

3.收还器材

4.下课

队形：

3分钟

课

后

反

思

本次课学生的学习兴趣非常浓厚。老师的组织非常有序。但是带球跑时，控球能力缺乏；导致队伍不整齐。结合音乐练习时，个别学生的节奏跟不上；可以慢、快结合的反复屡次训练。也有学生为了跟上音乐节奏，导致动作变形；可以让学生边做边看自己的脚背是否绷直，球的接触点是否正确。在游戏过程中，女生的力量较弱，可调整距离进行。

运动监测

八、平安预计

1、在熟悉球性的时候，各自独立练习。触球就只是脚轻点球、重心在支撑脚。

2、集体练习时，所有人都是原地练习，不得将球踢出。

3、在大球门练习的两组特别注意在有人捡球的时候不得练习；要等捡球的同学远离球门再练习。

4、

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！