

足球一周七天训练计划表 足球传球后的接球教案(模板5篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

足球一周七天训练计划表篇一

- 1、观察画面，鼓励幼儿根据自己的理解描述画面内容。
- 2、引导孩子理解儿歌内容，知道足球的形状特征和用途。

1、《足球》画面

2、足球一个

一、好玩的足球

- 1、出示足球.：小朋友看看这是什么？
- 2、足球和别的球有什么不一样？
- 3、足球怎么玩呢？
- 4、今天又一群人正在玩足球，我们一起去看看。

二、观察画面

- 1、你看到了什么？
- 2、还有谁看见了和他不一样的？

3、足球是什么形状的？像什么？

5、抢到了球的人是抱着它吗？

6、为什么又人会睡到地上？

7、踢足球一个队友几个人，主要规则有哪些？（教师向幼儿简单介绍足球规则：球场为长方形，每队不得多于11名球员，最少亦要有7名球员，其中之一为守门员，必须穿着不同于两队球员颜色之球衣。踢球的时候，大家要抢到球用脚把球踢到对方的球门里，站在门口的守门员可以用手，用头把球顶出来。除了守门员其他球员不可以故意用手抱球，接球，否则就是犯规……）

三、欣赏儿歌

1、今天老师还为小朋友带来一首关于足球的儿歌，儿歌的名字就叫《足球》，请小朋友听一听儿歌里说了些什么。

2、教师完整朗读儿歌：儿歌的名字叫什么？儿歌里说了些什么？

四、我们也爱踢足球

1、你们觉得踢足球好玩吗？

2、踢足球可以锻炼身体，还可以为国争光。以后小朋友可以去玩踢足球的游戏。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

足球一周七天训练计划表篇二

训练主题：

器材：足球、标志服、标志碟（桶）

训练时间：

出席人数：

练习1（时间：10分钟）图

组织方法

练习要求、要点

热身

器材：标志盘，标志桶，足球

方法：

1. 学员先跟着教练进行慢跑，伸拉，活动踝关节等无球热身。
2. 拿4个足球进入场地进行演示，球员a用手抛给球员b[]球员b用脚弓将球踢还给球员a[]球员相互进行练习。
3. 练习完成后，左右两边学员各组成ab组进行小比赛，标志盘为中线，队员可以用脚弓传给队员，也可直接踢到对方半

场。

练习要求：每位队员态度端正，积极互动，认真完成教练布置的热身。

要点1：遵守游戏规则

2：注意观察与互动

3：积极参与

4：达到热身效果

练习2（时间：5分钟）图

组织方法

场内球员各持一球站在侧边线，教练员背对学生站在另一个侧边线

得分：规定时间内距离教练员最近的球员获胜

足球一周七天训练计划表篇三

- 1、观察画面，鼓励幼儿根据自己的理解描述画面内容。
- 2、引导孩子理解儿歌内容，知道足球的形状特征和用途。

1、《足球》画面

2、足球一个

一、好玩的足球

1、出示足球.：小朋友看看这是什么？

- 2、足球和别的球有什么不一样？
- 3、足球怎么玩呢？
- 4、今天又一群人正在玩足球，我们一起去看看。

二、观察画面

- 1、你看到了什么？
- 2、还有谁看见了和他不一样的？
- 3、足球是什么形状的？像什么？
- 5、抢到了球的人是抱着它吗？
- 6、为什么又人会睡到地上？
- 7、踢足球一个队友几个人，主要规则有哪些？（教师向幼儿简单介绍足球规则：球场为长方形，每队不得多于11名球员，最少亦要有7名球员，其中之一为守门员，必须穿着不同于两队球员颜色之球衣。踢球的时候，大家要抢到球用脚把球踢到对方的球门里，站在门口的守门员可以用手，用头把球顶出来。除了守门员其他球员不可以故意用手抱球，接球，否则就是犯规……）

三、欣赏儿歌

- 1、今天老师还为小朋友带来一首关于足球的儿歌，儿歌的名字就叫《足球》，请小朋友听一听儿歌里说了些什么。
- 2、教师完整朗读儿歌：儿歌的名字叫什么？儿歌里说了些什么？

四、我们也爱踢足球

1、你们觉得踢足球好玩吗/

2、踢足球可以锻炼身体，还可以为国争光。以后小朋友可以去玩踢足球的游戏。

足球一周七天训练计划表篇四

活动目标：

1、初步探索绕障碍物运球，发展走、跑动作的协调性。

2、体验足球运动的快乐并养成遵守规则的习惯。

活动准备：

足球人手一个、大中小个5个、球门

录音机、球门

活动过程：

1、热身活动：听音乐利用足球进循环练习：绕球跑——单脚跳球——触摸球——助跑跨球。

2、基本活动：

(1)、增加障碍物，探索绕过障碍物运球的方法；幼儿分散探索；请个别幼儿示范各种运球绕障碍物的方法；幼儿各自尝试；再次练习，请个别幼儿表演。

(2)、活动讨论：练习中，怎样绕障碍运球才能又快又好。

3、区域活动：

(1)运球射门

(2) 绕圈运球射门

(3) 运球绕过小树林和土坡

(4) 掂球

(5) 2—5人互相运球

4、放松活动：幼儿和教师在轻松的音乐声放松身体。

活动建议：

场地设置中，球和圈摆放的距离有远有近。圈有大有小。每个区域有标记，幼儿每次玩过后可取下一个贴在身上。

足球一周七天训练计划表篇五

当准备活动结束后，教师开始讲解运球的动作要领。

第一，支撑脚在球的一侧，距球约一拳远，脚尖指向出球方向，膝微曲，支撑脚与球平行；

第二，触球脚脚尖竖起与支撑脚脚尖成丁字形；

第三，大腿带动小腿，向球方向摆动；

第四，接触球的后中部，用轻力将球推出……

老师足足用了10分钟讲解和示范运球的动作要领，学生一开始在专注地听讲并认真观看，可当老师示范第二次时，注意力明显开始涣散，再加上烈日的炙烤，已经无法专注于老师的讲解和示范。因此，学生课堂练习中，出现了许多错误，老师则来回奔波，纠正错误，不得不重复讲解运球的动作要领。直到下课，学生对运球技术还是一知半解。

反思：

这个案例向我们呈现了当下小学体育课堂常见的教学情境，这样的`体育课堂虽然渗透了体育新课程理念，但却误入了高消耗低效能的误区。老师担心学生不知道，就滔滔不绝地讲解动作要领，全然不顾学生的学习兴趣与主动性，体育课成了老师的一言堂。满堂灌结束后，不顾学生是否理解与接受，组织学生进行练习，这练习仍是茫然的练习。这样的课堂，老师的主导占强势，学生的主体变成弱势。

这个案例，对于教师来说，因没有准确把握自己的角色，没有准确处理生成，没有准确理解合作学习，而使课堂教学低效甚至失败；对于学生来说，或因教师漫长的讲解而无心继续学习，或因疲于完成老师布置的任务而缺少练习与运动的时间，或因随心所欲而失去了习得必须的运动技能的机会，体育课上的技术掌握不了，学生体验不到成功和运动带来的快乐，那么，在课后学生也不会去积极地参与体育运动，学生的童年也不再精彩。因此，我们的体育课堂也要回归朴实、真实、务实的课堂，让学生自身去演绎精彩的童年。