

科目：小学体育

考生用卷

- 要求：1. 时长不超过8分钟；
2. 模拟上课需要板书。

第二节 小足球

小足球是采用小足球与游戏相结合的形式，在小场地上进行的球类活动，它深受小学生喜爱。小学三、四年级以学习简单的基础动作和游戏比赛为主，提高基本活动能力，体验运动乐趣，为今后的学习奠定基础。小足球活动对场地条件要求不高，形式简便易行，实用性较强，锻炼身体的效果较好，对增进健康、愉悦身心、锻炼意志等具有重要意义。

(三) 脚内侧运球和脚背正面运球

【动作方法】

(1) 脚内侧运球。

支撑脚在球的侧前方，膝关节稍弯曲，身体前倾，运球脚屈膝提起，用脚内侧推球的后中部前进，随后运球脚自然着地（图6-2-9）。

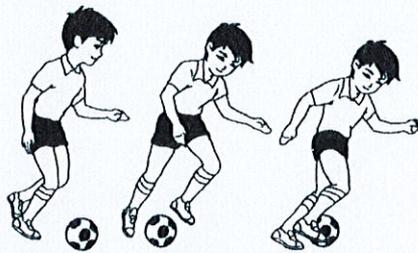


图6-2-9

(2) 脚背正面运球。

身体保持正常跑动姿势，上体稍前倾，步幅适中；运球腿屈膝提起，髋部前送，脚背绷紧，脚尖向下，用脚背正面部位接触球的后中部，推送运行（图6-2-10）。

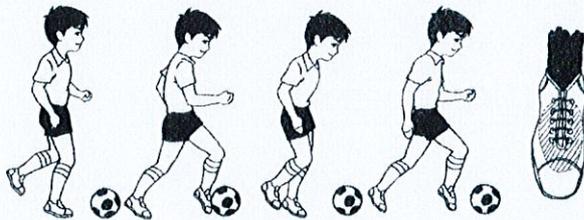


图6-2-10

【动作要点】

(1) 脚内侧运球：支撑脚踏在球的侧前方，运球脚屈膝提起，用脚内侧推球的后中部。

(2) 脚背正面运球：运球脚屈膝提起，脚尖下指，以脚背正面推拨球前进。

【教学重点】

(1) 脚内侧运球：支撑脚与球的位置，运球时脚内侧触球的部位。

(2) 脚背正面运球：脚背正面推拨球的动作。

【教学难点】

行进间控球的协调性。

【教学建议】

- 教师通过讲解示范，引导学生先进行无球模仿练习，再利用实心球模仿，体验脚内侧和脚背正面运球的动作，体会脚触球部位和动作方法。
- 运用小足球游戏，“绕球回家”（图6-2-11），使学生在游戏中运用脚内侧传球的动作，培养实践运用能力。将学生分成若干组在圈外站立。游戏开始，各组排头采用脚内侧运球方法绕过前面障碍物返回，将球交本队第二人。如此依次进行，以先到达的队为胜。

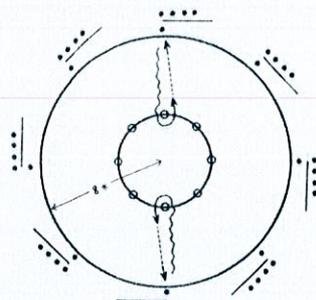


图6-2-11

还可以通过“绕过曲折通道”的游戏，培养学生运球能力，提高学习兴趣。

游戏开始，甲方队员采用脚内侧运球连续绕过通道内的障碍，将球运到乙方队员脚下，游戏依次进行，每人做一次，以先做完的队为胜（图6-2-12）。

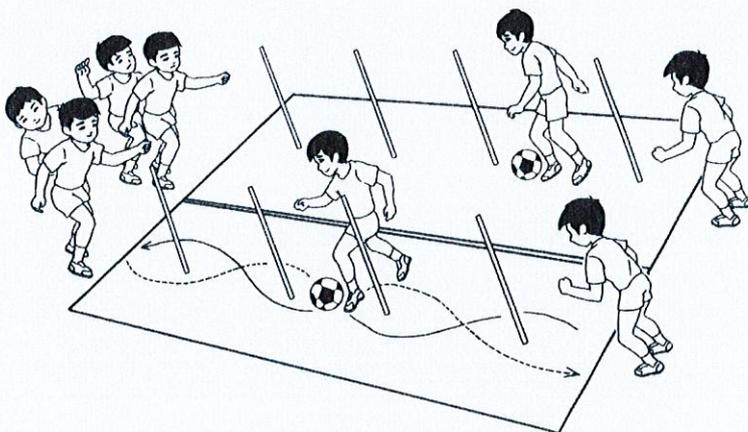


图6-2-12

- 先采用一只脚的运球练习，根据学生掌握运球的实际水平，进行左右脚左右交替的运球练习。

【易犯错误与纠正方法】

易犯错误	纠正方法
触球部位不当，控制不住球	明确触球的正确部位，多做走动中的单脚运球练习
低头看球，动作僵硬	教师用手势指挥，引导学生抬头运球。要求身体放松，四肢协调用力