

《公共体育（足球）》教学大纲

课程名称：足球	课程类别（必修/选修）：必修
课程英文名称：football	
总学时/周学时/学分：2022 级 30/2/0.5 2023 级 30/2/1	其中实验/实践学时：30
先修课程：无	
授课时间：1-15 周	授课地点：足球场
授课对象：2022 级、2023 级公共体育选项课学生	
开课学院：教育学院（师范学院）	
任课教师姓名/职称：肖卫/讲师	
答疑时间、地点与方式：随堂答疑	
课程考核方式：开卷（）闭卷（）课程论文（）其它（√实践测评）	
使用教材：	
教学参考资料：	
<p>课程简介：</p> <p>足球公共课是在教学中贯彻以人为本，以学生为主的教育理念，树立“健康第一”的指导思想，以增强体质、增进健康和提高体育素养为主要目标，培养学生积极参与体育活动并基本形成自觉锻炼的习惯，熟练掌握足球运动的基本方法和技能，科学地进行体育锻炼，提高运动能力，改善心理状态、克服心理障碍，养成积极乐观的生活态度，在运动中体验运动的乐趣和成功的感觉的一门课程。</p>	
<p>课程教学目标</p> <p>一、知识目标</p> <p>通过足球教学活动，学习足球的知识、技术、战术和竞赛规则。</p> <p>二、能力目标</p> <p>培养学生的足球基本技战术能力，能组织简单的足球活动。</p> <p>三、素质目标</p> <p>通过教学，贯彻素质教育思想，加强学生责任感及价值观的培养教育，培养学生的专业素质及组织能力，使学生能够运用足球运动进行身体锻炼。</p>	

实践教学进程表						
周次	实验项目名称	主讲教授	学时	重点、难点、课程思政融入点	项目类型（验证/综合/设计）	教学手段
1	足球理论知识	肖卫	2	足球运动概述、技战术分析、竞赛规则 课程思政融入点：通过介绍足球竞赛规则，培养学生公平竞赛的精神 劳动教育切入点：课前课后整理器材，清理场地，排除安全隐患。培养学生集体荣誉感和运动安全意识	综合	实训
2	控制球：踩、敲、推、拉、拨、扣球	肖卫	2	重点：控球技术动作要领 难点：单、双脚均衡控球 课程思政融入点：引导学生确立正确的学习目标，在动作练习中培养耐心、细致的品格	综合	实训
3	脚背正面运球	肖卫	2	重点：运球脚触球动作 难点：运球时重心的移动 劳动教育切入点：通过基本技术的训练，培养同学们吃苦耐劳的拼搏精神	综合	实训
4	1. 脚背内侧运球 2. 脚背外侧运球	肖卫	2	重点：运球脚触球动作 难点：运球时重心的控制 劳动教育切入点：课前课后整理器材，清理场地，排除安全隐患。培养学生集体荣誉感和运动安全意识	综合	实训

5	脚背内侧踢球	肖卫	2	重点：踢球时支撑脚的站立 难点：踢球部位、力量和落点	综合	实训
6	脚内侧踢接球	肖卫	2	重点：踢球时的摆腿动作 难点：踢球的准确性与力量	综合	实训
7	脚背正面踢接球	肖卫	2	重点：踢接球的脚型 难点：脚背正面踢、接空中球	综合	实训
8	脚背外侧踢球	肖卫	2	重点：踢球的脚型 难点：踢球的部位	综合	实训
9	1. 运球过人 2. 抢断球	肖卫	2	重点：动作合理 难点：正面断抢、侧面挤抢与冲撞 课程思政融入点：鼓励坚持反复练习，培养学生耐心专注、吃苦耐劳，追求卓越优秀品质	综合	实训
10	头顶球	肖卫	2	重点：头顶球的发力 难点：球的部位	综合	实训
11	射门	肖卫	2	重点：触球部位 难点：射门技术的运用 课程思政融入点：通过射门练习，培养学生的冷静、果断和随机应变的能力	综合	实训
12	传切配合 局部进攻防守	肖卫	2	重点：直传斜切 斜传直切 难点：时机方向力量	综合	实训
13	1. 身体素质练习	肖卫	2	重点：提高身体力量、协调性练习 难点：分解动作细节的掌握	综合	实训

	2. 复习考试内容					
14	身体素质考试	肖卫	2		综合	实训
15	足球踢远考试	肖卫	2		综合	实训
合计：		30				
考核方法及标准						
考核形式		评价标准				权重
出勤及课堂表现		缺勤 3 次课不允许参加考核，迟到早退扣 2 分，旷课扣 5 分，事假扣 1 分				总分直接扣
技术评定		足球踢远：男 38 米 100 分，18 米 60 分，女 28 米 100 分，8 米 60 分。				40
身体素质		男引体向上 女仰卧起坐+50 米				40
运动世界校园跑		学期目标：男 60km，女 50km				20
大纲编写时间： 2024 年 2 月 28 日						
系（部）审查意见：						
已审阅，同意执行						
<div>高峰</div>						
系（部）主任签名：				日期： 2024 年 3 月 6 日		