《足球1》专科课程教学大纲

一、课程基本信息

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程名称 | （中文）足球 1 | | | | | |
| （英文）Football 1 | | | | | |
| 课程代码 | 2100047 | 课程学分 | | 1 | | |
| 课程学时 | 32 | 理论学时 | 4 | 实践学时 | | 28 |
| 开课学院 | 教育学院 | 适用专业与年级 | | 全校专科第2学期 | | |
| 课程类别与性质 | 通识教育必修课 | 考核方式 | | 考查 | | |
| 选用教材 | 《新编大学体育与健康教程》王慧 刘彬主编 ISBN978-7-5229-0562-4 中国纺织出版社 2023.8 | | | 是否为  马工程教材 | | 否 |
| 先修课程 | 体育1 0100023（1） | | | | | |
| 课程简介 | 足球运动是以脚支配球为主，两个队在同一场地内进行攻守的体育运动项目。它是世界上最受人们喜爱、开展最广泛、影响最大的体育运动项目，被誉为“世界第一运动”。足球教学是体育教学的组成部分，结合教学的基本要求，使学生基本学会和掌握足球运动的基本技、战术及其运用，促进和加深学生对足球运动的了解。培养学生对足球运动的兴趣和参与热情。丰富科学的健身方法和课余生活，为终身体育服务。从而达到增强学生体质增进健康和提高体育素养。另外足球比赛的对抗性对学生在道德、遵纪守法、组织能力、交际能力、竞争力、承受力、团队协同能力等方面具有独特的培养功能。 | | | | | |
| 选课建议与学习要求 | 本课程为体育必修课自选项目课程，适合全校专科各专业学生。如有伤、残、病及身体异常、特型等特殊原因不能参加正常体育活动的学生，应提出申请，改上以指导康复、保健为主的体育保健班课程。 | | | | | |
| 大纲编写人 | （签名） | | 制/修订时间 | | 2023.12 | |
| 专业负责人 | C:\Users\user\Documents\WeChat Files\smile_clever\FileStorage\Temp\1710230837030.png （签名） | | 审定时间 | | 2024.3 | |
| 学院负责人 | （签名） | | 批准时间 | |  | |

二、课程目标

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 类型 | 序号 | 内容 |
| 知识目标 | 1 | 了解足球运动的起源、发展及意义。掌握足球基本理论知识、足球规则和裁判法基本理论知识。 |
| 2 | 掌握健康与体育的基本知识，掌握科学的体育锻炼方法。培养终身体育意识。 |
| 技能目标 | 3 | 掌握足球基本技术与基本战术，提高学生对足球的兴趣，并且把掌握的足球基本技术与基本战术运用到比赛中。  提高身体的速度、耐力与协调能力；具备担任足球比赛裁判工作能力。 |
| 4 | 具备自主进行科学锻炼的能力，全面提高身体素质和身心健康，能承受学习和生活中的压力。 |
| 素养目标  (含课程思政目标) | 5 | 树立正确的审美观，提高学生表达沟通、协同创新及社交能力。 |
| 6 | 培养学生遵纪守法和规则意识，以及吃苦耐劳、顽强拼搏的意志品质。 |

三、课程内容与教学设计

（一）各教学单元预期学习成果与教学内容

|  |
| --- |
| **第一单元：**理论部分  教学内容：  1.课程介绍、评价方法、基本要求、课外练习、注意事项；  2.足球运动概述：足球运动的起源、发展及分类；足球运动与健康知识；  3.足球的竞赛规则与裁判法。  预期成果：  通过足球理论学习，使学生了解足球运动的起源、发展及意义，掌握足球运动的基本比赛规则，学会欣赏足球运动，培养守法意识。(理论课的形式可分段穿插的实践课中或专门开设)。  教学难点：足球规则在比赛中的运用掌握。  **第二单元：**足球实践教学  教学内容：  1.基本技术与战术学习  2.球性练习：颠球、拨球、拉球、挑球  3.踢球：脚内侧传球、脚背内侧传球、脚背正面传球、射门  4.接球：脚内侧停球、脚底停球、脚背正面停球、大腿停球、胸部停球  5.运球：脚内侧带球、正脚背带球、脚背外侧带球、各种运球突破  6.头顶球、抢截球  7.守门员技术、掷界外球  8.简单足球战术学习  9.教学比赛与足球裁判学习  （1）分组教学比赛  （2）学生轮换担任裁判  预期成果：  1.通过学习使学生足球基本技术与基本战术，提高学生对足球的兴趣，通过教学比赛检验学生足球基本技术掌握情况，培养比赛意识，提高比赛能力，调动学生学习的积极性，并树立正确的审美观。  2.通过足球裁判实习，提高学生裁判执法能力，培养学生遵纪守法、增强法律意识，培养法律思维，自觉遵守法律法规、校纪校规。  3.通过竞赛提高学生能承受学习和生活中的压力能力、以及通过在比赛中的分工培养学生在集体活动中能主动担任自己的角色、与其他成员密切合作、共同完成任务等通识能力。  教学难点：  1.球性练习难点：对球性的感悟。  2.踢球难点：踢球的时间与脚与球接触的部位。  3.接球难点：来球的缓冲。  4.运球难点：控球力量的掌握。  5.头顶球难点：克服对球的恐惧。  6.守门员技术、掷界外球难点：对来球的判断。  7.比赛中队员之间的配合。  **第三单元：**体能练习与体质健康测试  教学内容：1.短跑 2.中长跑 3.弹跳力 4.柔韧 5.引体向上（女：仰卧起坐）  预期成果：全面提高身体素质和身心健康，能承受学习和生活中的压力。同时培养学生遵纪守法和规则意识，以及吃苦耐劳、顽强拼搏的意志品质。  教学难点：练习中学生兴趣的激发和意志品质的培养。  **第四单元：**有氧健身跑  教学内容：运动世界校园APP（课外练习）  预期成果：使学生具备制定运动计划，自主进行科学锻炼的能力。增强学生心肺功能，培养学生遵纪守法和规则意识。  教学难点：预防和监控学生代跑等作弊行为。 |

（二）教学单元对课程目标的支撑关系

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程目标  教学单元 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 第一单元 | √ | √ | √ | √ | √ | √ |
| 第二单元 | √ | √ | √ | √ | √ | √ |
| 第三单元 |  | √ |  | √ |  | √ |
| 第四单元 |  | √ |  | √ |  | √ |

（三）课程教学方法与学时分配

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 教学单元 | 教与学方式 | 考核方式 | 学时分配 | | |
| 理论 | 实践 | 小计 |
| 第一单元 | 讲课 | 考查 | 4 | 0 | 4 |
| 第二单元 | 边讲边练 | 考查 | 0 | 20 | 20 |
| 第三单元 | 边讲边练 | 考查 | 0 | 8 | 8 |
| 第四单元 | 课外练习 | 考查 | 0 | 0 | 0 |
| 合计 | | | 4 | 28 | 32 |

四、课程思政教学设计

|  |
| --- |
| 根据学校人才培养八大核心素养培养要求和思想政治教育目标，体育类课程要树立“健康第一”的教育理念，注重爱国主义教育和传统文化教育，培养学生顽强拼搏、奋斗有我的信念，激发学生提升全民族身体素质的责任感。通过实践活动形成将体育课程教学内容向思想政治教育潜移默化的过渡能力，即将思想政治教育巧妙地融入体育课堂教学，通过改进教学内容使学生切身感受到体育的魅力和自我价值的实现，实现“育体”与“育心”、“育人”的结合，通过体育塑造心灵、健全人格。  足球课程不仅是体能的锻炼和技能的培训，更是塑造人格和培养品德的重要过程。为了将思政教育元素有效融入足球课程中，思政教学设计具体如下：  1. 思政理念融入足球：在足球教学中，通过讲解足球的起源、发展及其背后的文化内涵，引导学生理解国家荣誉、集体精神等思政理念，将思政教育与足球实践相结合。  2. 足球精神与品德教育：足球精神，如拼搏、坚韧、团结等，与品德教育紧密相连。在足球教学中，通过模拟比赛、团队任务等方式，让学生在实践中体验和传承这些宝贵的精神品质。  3. 团队协作与集体主义：足球是一项高度依赖团队协作的运动。在足球教学中，强调每个队员的角色与责任，培养学生的团队协作能力和集体主义精神。  4. 竞技精神与责任担当：足球竞技不仅是技能的较量，更是意志和毅力的考验。在足球教学中，培养学生的竞技精神，教导他们在面对挑战时勇于担当，敢于负责。  5. 规则意识与法治观念：足球比赛有严格的规则要求。在足球教学中，强调规则意识，让学生明白遵守规则的重要性，从而培养他们的法治观念。  6. 健康理念与生活方式：足球教学不仅是技能的传授，更是健康理念的普及。通过足球活动，引导学生树立健康的生活方式，培养积极向上的生活态度。  7. 实践操作与思政教育：在足球实践操作中，结合具体情境，对学生进行思政教育。例如，在比赛中遇到争议判罚时，引导学生冷静应对，以理性和宽容的态度处理矛盾。  8. 足球文化与思政融合：足球文化丰富多彩，蕴含着深厚的思政教育资源。在足球教学中，融入足球文化的教育，让学生了解足球的历史、传统和价值观，从而更好地理解和接受思政教育。  总之，通过足球教学与思政教育的融合，有助于培养学生的全面素质，提升他们的品德修养和社会责任感。通过足球这一载体，让学生在运动中成长，实现身心并进的发展。  另外通过课外运动app的练习，提高学生自主锻炼能力，帮助学生树立终身体育意识。 |

五、课程考核

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 总评构成 | 占比 | 考核方式 | 课程目标 | | | | | | 合计 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| X1 | 40% | 足球1基本技术考核、教学比赛（技术评定） | 20 | 10 | 40 | 10 | 10 | 10 | 100 |
| X2 | 20% | 考勤、检查着装、课堂练习评价 |  |  |  |  |  | 100 | 100 |
| X3 | 20% | 《国家学生体质健康标准》测试评价 |  | 40 |  | 40 |  | 20 | 100 |
| X4 | 20% | “运动世界校园”APP完成评价 |  | 45 |  | 45 |  | 10 | 100 |