

校园足球游戏课 教学设计

下册

主编 吕健力



河北出版传媒集团
河北教育出版社

校园足球游戏课教学设计

下册

主编 ◎ 吕健力



河北出版传媒集团
河北教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

校园足球游戏课教学设计. 下册 / 吕健力著. -- 石家庄: 河北教育出版社, 2016.12
ISBN 978-7-5545-3516-5

I. ①校… II. ①吕… III. ①足球运动 - 体育教学 - 教学设计 - 小学 IV. ①G623.82

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第007996号

编委会

主 任: 郎金国
副 主 任: 张忠明
执行副主任: 熊 萍

主 编: 吕健力
副 主 编: 王海军 黄大伟 罗帅呈 肖建国 巩伟娜 陈现辉
编 委: 赵智峰 赵毅舫 王 立 杨 勇 庞旭鹏 李林勇
曹 申 张艳红 杨爱红 贾 强

校园足球游戏课教学设计 上册

主 编 吕健力
责任编辑 苑 超 张 畅
出版发行 河北出版传媒集团
河北教育出版社 <http://www.hbep.com>
(石家庄市联盟路705号, 050061)

印 制
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 7.5
字 数 120千字
版 次 2017年5月第1版
印 次 2017年5月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5545-3516-5
定 价 35.60元

版权所有, 翻印必究

序

2015年2月27日，中央全面深化改革领导小组第十次会议审议通过《中国足球改革发展总体方案》。教育部会同国家发展和改革委员会、财政部、新闻出版广电总局、体育总局、共青团中央等部门，成立了“全国青少年校园足球工作领导小组”。2015年7月印发《教育部等6部门关于加快发展青少年校园足球的实施意见》，把发展校园足球作为立德树人的重要举措。

构建未来中国足球梦想的重中之重，是青少年训练体系的建设和青少年足球人才的培养。中国足球在发展之路上亟待解决的问题是如何更好地培育出青少年足球人才，以及如何通过体育与教育的深度融合吸引更多的青少年投身于足球运动之中。足球游戏不仅能提高青少年对足球的兴趣，还能更好地普及校园足球运动，使青少年积极快乐地投入到足球运动中，在足球游戏中更好地学习足球技术和战术，培养他们坚韧不拔的意志和团队精神。

一、将足球游戏运用到教学中的意义

1. 激发兴趣，寓教于乐，在游戏中激发对足球运动的热情

足球运动是全世界影响力最大、普及最广、技艺性最高、生命力最强的运动项目，深受广大青少年喜爱。足球游戏具有游戏与运动的双重特性，其过程中的随机性、偶然性，会使游戏参加者产生浓厚的兴趣和出乎预料的愉快心情，丰富多彩的足球游戏也会激发学生对足球运动的热情和兴趣。教师或教练根据学生的心理特点、运动水平在足球课教学中采用合适的足球游戏，不仅可改变单一枯燥的练习形式，提高学生的兴奋度，还能在变化中强化动作技能，促进学生的动力定型。

2. 便于学习，事半功倍，在游戏中快速掌握足球运动的技巧

足球运动具有运动量大、难度系数高、对抗性强以及技术含量高等特点，将足球游戏融入足球教学与训练中，让学生在轻松、愉悦的学习状态下进行技战术训练，充分调动学生的积极性和主动性，使学生在参与足球运动时快速掌握足球运动的技巧和作战策略，必定会达到事半功倍的效果。本书所介绍的足球游戏中包括控球、运球、过人、传球、射门、抢球、顶球等各种专项游戏，种类繁多，涉及面广，趣味无穷。每个游戏目的明确，器械简单，方法清楚，教法多样，并配以动画和视频说明，适合各年级教师与教练掌握运用。

3. 健全身心，全面发展，在竞争中培养优良品质

足球游戏是体力活动与智力活动的结合，在足球游戏中单靠身体实力并不足以取胜，往往还要靠灵活、有创造性的思维活动来辅助。足球游戏的规则不像竞技比赛那样严谨，为参

加者留下思考创造的余地，不仅有利于学生发挥自己的聪明才智，也使学生得到个性化的训练。学生在足球游戏过程中可以增强团队意识和竞争意识，获胜者通过自身的实力得到别人的掌声与喝彩声，增强了自信心和成就感。在比赛过程中，落后与失利也是一种挫折教育，被动时应积极面对困难，勇敢地迎难而上，承认失败，不怕困难，总结经验，这些都是一个好的球员应该具有的优秀品质。

二、足球游戏课教学设计的基本方法与步骤

1. 广泛收集游戏素材

足球游戏的创编如同创作一件作品，需要广泛积累素材。本书作者通过各种渠道大量收集各种类型的与足球游戏有关的资料，从中发现与借鉴适合足球游戏的方法，为创编足球游戏奠定基础。

2. 全面构思游戏形式

根据足球教学的目的和任务，有针对性地考虑和构思与教学任务相适应的游戏形式。

(1) 目的性明确：书中每个足球游戏目的明确，可提高学生运球、传球、接球、射门、头顶球的技能，也可培养学生的足球战术意识。

(2) 针对性很强：所选足球游戏针对参加游戏学生的年龄结构、现有足球水平、场地设施条件认真设计并与之相适应。

(3) 趣味性突出：所选足球游戏有很强的趣味性，让学生充分享受运动的乐趣。

(4) 教育性全面：所选足球游戏可培养学生的合作意识、集体主义精神和敢于拼搏的优秀品质。

3. 详细设计游戏方法

在全面构思的基础上，设计出具体足球游戏方法，包括足球游戏名称、场地设施准备、游戏规则和游戏提示等。在设计本书的足球游戏时，考虑了以下方面的问题：学生分队与结组要恰当；器材简单实用，便于操作；练习循环形式合理，全面锻炼；场地宜多功能利用；简化规则，易于操作；游戏由始至终贯彻安全措施，等等。

4. 实践检验并加以完善

所选足球游戏均通过教学实践验证，并不断总结和改进，使之趋于更加完善。为使老师和学生快速掌握游戏的规则和方法，专门为每个游戏拍摄了真人视频，制作了演示动画，全面呈现了游戏全过程。通过不断变换的教学手段和教学技术，为教师和学生提供了丰富完整的教学资源。

综上所述，足球游戏具有丰富的教育价值，是有效提升学生综合身体素质的教学手段。充分利用足球游戏，不仅能健身娱乐、促进个体心理发展，还能有助于智力开发。本书对足球游戏在中小学体育课堂中的运用进行了具体分析和实例展示，希望能够为相关的教育工作者提供一些建议和参考，同时也请各位读者不吝指正。

目

contents

录

身体规定部位颠球游戏	1
圆形追逐游戏	2
运球跨栏接力游戏	3
四区运球抢球游戏	4
三点一线游戏	5
看目标行动游戏	6
运控两球接力游戏	7
双脚控球比快游戏	8
一对一掩护球游戏	9
叫号抢接球游戏	10
双人牵手参赛游戏	11
运球过天梯障碍游戏	12
运球过通道游戏	13
运球放球接力游戏	14
共射一个目标游戏	15
跑动中传击移动靶游戏	16
运球射击目标游戏	17
多人手拉手抢圈游戏	18
圆圈外传球对抗游戏	19
传球、跑位循环练习游戏	20
抢射双圆心靶游戏	21
运球勇闯封锁线游戏	22
运球走“8”字接力游戏	23



运球争抢位置游戏	24
守垒游戏	25
打击“龙尾”游戏	26
双人圈内传球追赶游戏	27
双人圈外传球追赶游戏	28
隔人传球追赶游戏	29
抢断接球人游戏	30
双人接球、运球、传球游戏	31
三人接球转身传球游戏	32
传球、接停球游戏	33
传球过中间禁区游戏	34
长传球落后场游戏	35
连续传高球游戏	36
成队快速绕场内标志物游戏	37
传高空球抢球游戏	38
传三圈游戏	39
球不落中场游戏	40
大力踢远游戏	41
斜传接力游戏	42
长传转移游戏	43
击号码对抗游戏	44
传球落靶心游戏	45
掷界外球击目标游戏	46
大力掷界外球游戏	47
两队掷界外球对抗游戏	48
掷界外球游戏	49
手球比赛头顶球攻门游戏	50
一对一顶球对抗游戏	51
顶射场中传球游戏	52
头顶球游戏	53
头顶球网球游戏	54

顶球传准游戏	55
两人对顶球比快游戏	56
多人连续头颠球比快游戏	57
顶吊球比赛游戏	58
头顶球穿吊环游戏	59
罚球区外射门游戏	60
半场发动进攻游戏	61
强迫队友射门游戏	62
按号射门游戏	63
专项射门游戏	64
两人快速抢球射门游戏	65
突破攻守游戏	66
不同区域运射游戏	67
倒退跑游戏	68
共射一个球门游戏	69
专项半场攻门游戏	70
整体压上进攻游戏	71
三队进攻一个球门游戏	72
发球门球攻守游戏	73
射回传球游戏	74
罚任意球游戏	75
运球配合逐步推进游戏	76
运球转移变换场区游戏	77
九对九攻守三区游戏	78
三角三面球门游戏	79
两队端线四门游戏	80
三个方向球门游戏	81
两队进攻并列三门游戏	82
多人按号传抢游戏	83
必须传给队长得分游戏	84
传给被围同伴游戏	85



四人进攻四人守门游戏	86
两队争抢两球游戏	87
区内外传球轮换游戏	88
必须用“弱脚”的游戏	89
中场争夺，场外包抄	90
两面出击 互换攻守	91
场地四角球门游戏	92
射活动球门游戏	93
场内反向球门游戏	94
快速追赶球门球游戏	95
众多开放门游戏	96
球场两侧小角度射门游戏	97
顺 / 逆时针通过四场区游戏	98
快速反击游戏	99
边路进攻游戏	100
防守制造越位游戏	101
紧逼盯人游戏	102
整体站位游戏	103
三方传球游戏	104
笼式足球对抗游戏	105
“骑马”踢足球游戏	106
胯下、头上传球接力游戏	107
夹球袋鼠跳接力游戏	108
手臂抱球、脚运球接力游戏	109
用足球打垒球游戏	110
守门员掷球游戏	111
守门员防守抢圈游戏	112



身体规定部位颠球游戏

游戏目的：培养身体各个部位控球的能力。

游戏准备：场地不限；人数不限，每人用1个足球。

游戏方法：每名队员连续用头、大腿正面、脚等部位颠球，在规定时间内颠球次数多者获胜。

游戏规则：规定特定部位触球，每颠1次球得1分；或规定身体触球部位的顺序，每完成1个循环得1分；或规定游戏时间，在规定时间内完成次数多者获胜。手或臂触球不得分，可以快速接着继续颠球。

游戏提示：

- (1) 可规定原地颠、挑起转身接颠或移动行走颠球。
- (2) 规定身体姿势颠球，如坐地脚颠球、头颠球等。
- (3) 可以根据队员的技术程度提出不同练习要求。
- (4) 本游戏适合所有年龄和水平的队员。





圆形追逐游戏

游戏目的：培养快速运球变向的能力和灵敏性。

游戏准备：场地不限；8—12名队员站成1个圆圈，相互间隔约3—4米，用2个足球。

游戏方法：所有队员都围成圆圈站立，宽分两腿成为“大树”。一名队员为“猎人”，另一名队员为“猎物”，2人各控1球，围绕圆圈相互追逐。如果“猎物”被捉到，2名队员就交换角色；如果“猎物”在被捉住前将球穿过另一名队员的两腿间(大树洞)传给另一名队员并跟着爬过去，接球队员则变成了“猎物”，传球人(猎物)就成为了“大树”。每局游戏时间最多15分钟。

游戏规则：“猎人”只能绕着圆圈外追逐“猎物”，最后必须用手捉“猎物”。如果“猎物”丢了球或将球踢进圈，他就变成了“猎人”。

游戏提示： (1) 可不用脚运球而用手滚动球。

(2) 可规定只能用左脚或右脚运球，也可规定只能用左手或右手滚动球。

(3) 可适当缩小圆圈，增加“猎人”捉住“猎物”的机会。





运球跨栏接力游戏

游戏目的：提升队员的速度与灵敏性。

游戏准备：2条20米—40米长的跨栏线，用标志桶和横杆组成的跨栏架若干；将队员分成2队，每队人数不限，只要人数相等、实力相当即可，每队用1个足球。

游戏方法：2队队员站成2路纵队，每队的第一名队员听到“开始”口令后带球出发，运球穿过栏架，同时队员跨过栏架。在跨过最后1个栏架后，在栏架旁运球回到起跑线将球传给下一名队员，依次接力。游戏时间最多20分钟或每人跑10次。

游戏规则：每队下一名队员只有在起跑线后接到同伴的球才能起动，行进间起跑要取消游戏资格。当每队的最后一名队员再次越过起跑线后，1次接力游戏结束。全队完成1次接力得1分，规定时间内得分高的队员获胜。

游戏提示：

- (1) 跑动距离和栏架高度要适合队员的能力。
- (2) 可以将球从栏架上面挑过或绕过栏架。
- (3) 队员可绕栏架跑或钻过栏架。





四区运球抢球游戏

游戏目的：培养快速运控球变向的能力。

游戏准备：长 10 米、宽 10 米的场地，划出 4 个角区，在场地中间放置 10—20 个足球；将队员分成 4 队，每队人数不限，相等即可。

游戏方法：每队出 1 名队员分别站在场区的 1 个角，当听到教练员发出“开始”口令后，快速跑到场地中间抢运 1 个球回到自己的角区并停住所抢的球后，再次快速回到场地中间抢下一个球。当场地中间的球被抢光后，队员可以抢临近其他队员角区内的球。每局游戏时间最多 10 分钟，可练习若干局。

游戏规则：每名队员都抢球运回自己的角区，抢球多者获胜。

游戏提示：（1）由于此游戏体能消耗较大，每局游戏后更换 4 名队员。
（2）可规定只能用左脚或右脚运球。





三点一线游戏

游戏目的：培养快速运控球的能力，同时开发智力。

游戏准备：长 30 米、宽 15 米的场地，场区内摆上 9 个塑料盘，相互间距为 5 米，呈正方形，2 种颜色号衣各 3 件；将队员分成 2 队，每队 5—8 人，每队用 1 个足球。

游戏方法：2 队队员站在场地端线外，当听到教练员发出“开始”口令后，每队第一名队员从端线出发，运球到号衣堆放处取 1 件号衣，将号衣放到任何 1 个塑料盘上，再运球回到起点处与第二名队员击掌后，第二名队员接力运球并取得号衣放到塑料盘中，其他队员依次重复。每队队员通过观察并运用智慧，设法使本队的 3 件同颜色号衣连成三点一线。

游戏规则：双方队员使场地内塑料盘中的本队球衣最终形成任何方向的 1 条直线。先完成的队胜 1 局，采取五局三胜制。队员每次运球只能取 1 件号衣放置到塑料盘中，双方不能同时放置到同一个塑料盘里。从第四名出发的队员开始可以在场地内 9 个塑料盘处取 1 件号衣，然后重新放置号衣。

游戏提示：（1）队员不能失去对球的控制，否则视为失败。
（2）初学者可以先用抱球跑练习。





看目标行动游戏

游戏目的：培养观察和快速应变的能力。

游戏准备：四分之一标准足球场；队员人数不限，全体队员每人1个足球，教练员手持1个足球。

游戏方法：全体队员围绕教练员任意方向运球，边运球边观察教练员手中球的变化。教练员随时将球抛起，当球被教练员接住或落地的刹那，所有队员在快速运球中突然停止运球并停住球。

游戏规则：全体队员必须保证一定的运球速度，没有停住球或用手触球的队员将被“惩罚”，做蹲跳起、俯卧撑等运动。

- 游戏提示：**
- (1) 可限定停球脚。
 - (2) 教练员抛球高度或接球时间能增减队员停球的难度。
 - (3) 教练员可以用身体不同部位接球，以此训练队员的应变能力。
 - (4) 本游戏适合所有年龄和水平的队员。





运控两球接力游戏

游戏目的：培养运控球的能力。

游戏准备：长 20 米、宽 20 米的场地，一边端线为起点，另一边端线上摆放 2 个标志物，将队员分成人数相等的 2 队，每队人数不限，每队用 2 个足球。

游戏方法：每队在起点持球站好，听到“开始”口令后，第一名队员快速运控 2 个球到另一端线处并绕过标志物回到本队起点，将球交给第二名队员接力，依次绕过标志物往返运球，全队队员完成 1 次运球为 1 局，可练习若干局。

游戏规则：凡运球失控者，必须在失控地点重新控制住球。交接前不许传球给同伴，否则为运球失控。每局游戏用时少的队获胜，可采取三局两胜制。

游戏提示：

- (1) 改变起点与标志物间的距离可以增减游戏难度。
- (2) 在行进途中加上障碍物可以增减游戏难度。
- (3) 本游戏适合所有年龄和水平的队员。





双脚控球比快游戏

游戏目的：培养快速运控球的能力。

游戏准备：在长 20 米、宽 20 米的场地内划出 3 块边长 2 米的正方形；将队员分成人数相等的 2 队，2 队队员一对一结组，每组用 1 个足球。

游戏方法：每组中一名队员持球在 1 个 2 米正方形内站好，听到“开始”口令后，持球队员快速用脚的不同部位连续触球，另一名队员则在方形区外计数，当规定时间结束时报出脚触球的次数。然后 2 人交换练习，每局游戏时间最多 40 秒。

游戏规则：规定时间内触球次数多者获胜。

游戏提示：（1）可规定每次脚触球的部位，如脚背内侧、脚背外侧等。

（2）可规定左或右换脚次数。

（3）本游戏适合所有年龄和水平的队员。

