**足球训练教案**

**早该帮 编制**

一、设计意图

幼儿园健康教育是要根据幼儿身心发展特点，综合运用多种活动形式，提高幼儿活动锻炼的兴趣。《幼儿园教育指导纲要》指出：“用幼儿感兴趣的方式发展基本动作，提高动作的协调性、灵活性”。要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与。球是幼儿最喜爱的活动器械之一，具有会滚动、能弹跳等特性，不仅能发展幼儿走、跑、跳、平衡等动作，对其非智力因素的发展也具有潜移默化的影响。而幼儿期孩子们仅限于对皮球的认识及玩法，但大班幼儿随着运动经验的积累，常会把皮球当作足球踢着玩。足球运动是最具魅力的体育项目之一，具有活泼型、丰富性、生动性及竞赛性等特点。如果把足球设置成适合幼儿玩乐的足球游戏，幼儿便会对其感兴趣，并在足球运动中身心健康发展。因而，针对大班幼儿对球类活动的兴趣点和需要，特设计此活动以进行足球技能游戏的练习为主，提高其运动能力，使幼儿在足球运动中体验快乐玩足球的乐趣。

二、活动名称与内容体育--快乐小足球三、活动目标

1、喜爱足球运动，对足球游戏有兴趣。

2、学习左右脚交替运球。

重点：学习左右脚交替运球的动作要领。

难点：能左右脚交替运球。

四、活动准备

1、知识准备：在上一节教学活动中，幼儿已玩过足球游戏，学会了传接球和定点射门。

2、物质准备：足球人手一个、足球门、背景音乐。

五、活动过程

(一)开始部分

1、教师出示足球，引起幼儿兴趣。教师：小朋友们看这是什么？(足球)。教师用脚将球踢出去，激发幼儿兴趣。

2、教师带领幼儿做身体的拉伸练习。

3、听音乐做足球操。

(二)基本部分

1、复习传接球和定点射门。

(1)教师：“小队员们，上节课我们一起玩了足球游戏，传接球和定点射门，现在我们就来复习一下这两个本领”。

(2)幼儿与同伴合作练习传接球。

(3)集体练习定点射门。

2、学习左右脚交替运球。

(1)教师：“你们会用两只脚来配合踢球吗？谁来试试”？请幼儿来试一试。

(2)教师示范用左右脚交替向前运球，注意脚部用力要适中，并控制好球的方向。

(3)幼儿跟着教师边念儿歌边自由练习左右脚交替运球："小足球，真听话，轻轻踢，朝前跑，左一下，右一下，我的双脚本领大"。教师进行个别指导。

(4)幼儿集体用左右脚交替运球至目的地并运回。

3、教师引导幼儿左右脚交替运球与射门结合，幼儿自由练习，教师巡回指导。

4、游戏：运球射门对抗赛

(1)幼儿分成红蓝两队，每队10人。明确各队球门后游戏开始，各队第一位小队员左右脚交替向球门方向运球，到达球门前射门，然后跑回起点，第二个小队员依次出发，进球多的队获胜。

(2)小结比赛情况，总结经验，再次进行比赛。

(三)结束部分放松运动：亲亲小足球。幼儿每人抱一个小足球，用球轻敲自己的身体部位，并和同伴用足球轻轻敲打肩、背、手、脚等部位，以达到放松的目的。

六、活动延伸

在日常体育活动中继续增设足球游戏，为幼儿提供练习，游戏的机会，开发新的玩法，丰富足球游戏的内容，提高幼儿对足球运动的认识和喜爱。

足球训练工作计划篇18

策划目的：组建xx学院足球队，让喜欢足球的人聚在一起，更好宣传xx学院足球

通过开展丰富多彩活动，充分发挥足球主动性和创新精神，努力提高人们的积极向上的体育精神

策划主题：丰富足球文化，提高健身意识，发扬团队精神，增强综合素质

策划原则：人人参与，人人受益

一、xx学院足球队的性质：xx学院足球队受学校相关部门领导，是足球协会的一部分.球队由xx学院学生组成。

二、球员报名方法：

1、主要通过打板进行招新报名，有意参加者可通过填好相关报名表的方法进行报名。

2、可以通过加入足球QQ群报名。(QQ群号：xx)

3、经过一段时间的报名，将报名人员起先统计，视报名人数的多少采取相应的办法进行面试。球队名单确定后，球员交一份详细的个人资料。协会开置相关球队的专题，专题主要介绍球队的相关信息，如近期比赛，球员动态，比赛比分等。并在专题上公布球队球员名单。

三、球队队服，队徽设计方案的征集

球队球服设计方案应有xx学院字样。学院足球队建设活动策划方案--策划书学院足球队建设活动策划方案--策划书。设计方案也可向全校公开征集，将最终入围的设计方案公布在xx学院香樟树下论坛上。球服设计方案由艺术系相关人员设计。

四、球队管理与活动

1、球队训练，训练具体内容待定，由球队队长和协会负责人进行监督。

2、不定期进行比赛，比赛具体事宜，有球队经理负责。

3、训练要求每一位队员积极参加，如有特殊情况须向队长或领队请假，准假才可缺练。训练时间：暂定地点：暂定

4、若举行对抗赛，协会负责人须到场，队长及队员若无特殊情况也必须到场。并且需要随队队医1~2名到场。

5、球队日常开支有球队协会负责人负责，球队资金由协会负责人管理，由球队每个成员监督，协会负责人应定期公开帐目。同时球队管理也由经理负责，定期举行例会。

6、球队队长由队员选举产生(队长需是协会成员)，并有协会负责人认定。若对队长有任何意见，可向协会负责人或队长本人当面提出，协会负责人须及时向队长转达，队长须虚心接受：对与无理要求可不于理睬，协会负责人要对此种行为批评教育。

7、每个队员应当相互尊重，友爱团结，尊重队长、协会负责人及其他任何球队人员。任何队员不的擅自离队，缺练，缺赛，否则将有相应处罚。

8、以上制度任何球队成员必须遵守。

五、球队管理办法

球队由足球协会管理，由协会负责人主管，队长负责，并制定球队章程，球员管理办法等。球队每隔一年时间都在校内进行招新，以保持球队的持续性。

六、球队组成

领队1名，经理1名，外联1名(联系其他足球队比赛)，队医1~2名，队员最少18名(不限上限)，拉拉队成员5~(无上限)

注：拉拉队报名可与球队报名同时进行，具体规章将有推举的拉拉队队长制定，领队、经理、外联必须由足球协会理事团成员产生。

七、球队比赛相关事宜

球队在近期内预计以训练，磨合队员为主。在球队内有一定默契与了解后，可联系社会各球队，大专院校进行交流与切磋。

八、经费预算

球队组建费用：暂无。

宣传费用：横幅制作，海报，通知(暂由会费出)

球衣制作费用：暂定，由老师商定后在做打算。

九、未来展望

XX学院足球队为学院的重要组成部分，合力为学院服务，在成长的过程中不断完善自己，不断扩大XX足球的影响力。

注：XX学院足球队由足球协会负责及管理，XX学院足球协会对此有直接管理权和领导权。

关键词：足球、训练、教案

参考文献：[1]早该帮https://bang.zaogai.com/item/BPS-ITEM-30111.html