

课程大纲 COURSE SYLLABUS

1.	课程代码/名称 Course Code/Title	CPE5009/足球 Football
2.	课程性质 Compulsory/Elective	选修 Elective
3.	课程学分/学时 Course Credit/Hours	0/32
4.	授课语言 Teaching Language	中文 Chinese
5.	授课教师 Instructor(s)	赵一品
6.	是否面向本科生开放 Open to undergraduates or not	否/not
7.	先修要求 Pre-requisites	(如面向本科生开放, 请注明区分内容。 If the course is open to undergraduates, please indicate the difference.)
8.	教学目标 Course Objectives	
	(如面向本科生开放, 请注明区分内容。 If the course is open to undergraduates, please indicate the difference.) 1.通过足球选项课教学, 使学生较好地掌握足球基本技术和基础战术配合, 提高足球比赛的能力。 2.通过身体素质训练促进学生身体全面发展, 增强体质, 达到《国家体育锻炼标准》。 3.通过理论学习, 使学生了解足球运动发展史, 足球基本规则和裁判法, 科学锻炼身体的方法和要求, 培养良好的体育意识, 养成终身锻炼的习惯。 4.注重培养学生独立设计锻炼计划和进行自我评价的能力, 使学生身心健康得到全面发展。 5.培养学生团结的集体主义精神, 勇敢顽强、坚韧不拔的良好作风和机智、果断沉着冷静的心理品质。	
9.	教学方法 Teaching Methods	
	(如面向本科生开放, 请注明区分内容。 If the course is open to undergraduates, please indicate the difference.) 讲解示范法、对比练习法、启发教学法、分层教学法	
10.	教学内容 Course Contents	
	(如面向本科生开放, 请注明区分内容。 If the course is open to undergraduates, please indicate the difference.)	
	Section 1	1. 介绍足球课课堂常规及考试办法 2. 熟悉球性练习, 恢复体能
	Section 2	1. 学习脚背正面颠球 2. 学习脚背外侧运球
	Section 3	1、复习脚背正面颠球、脚背外侧运球 2、学习内侧运球和绕杆

Section 4	1、复习脚背内、外侧运球 2、学习脚内侧踢、停地滚球
Section 5	1、复习脚内侧踢、停地滚球 2、学习学习脚内侧踢、接反弹球和空中球 3、一抢三
Section 6	1、复习传接球技术 2、学习运球突破技术和抢截球技术 3、一抢四
Section 7	1、学习足球规则和裁判法
Section 8	1、复习运球突破和抢截球技术 2、学习脚背内侧踢定位球技术
Section 9	1、复习脚背内侧踢定位球技术 2、学习前额正面头顶球技术
Section 10	1、复习前额正面头顶球技术 2、学习胸部停球技术 3、介绍大脚停空中球、脚底停反弹球技术
Section 11	1、复习胸部停球技术 2、学习脚背正面、脚背外侧踢定位球技术 3、介绍掷界外球技术
Section 12	1、复习脚背正面、脚背外侧踢定位球技术 2、学习守门员技术
Section 13	1、学习二过一战术
Section 14	1、学习三攻二战术 2、七人制教学比赛
Section 15	考试项目：运球过杆
Section 16	考试项目补考
11. 课程考核 Course Assessment	
	(①考核形式 Form of examination; ②.分数构成 grading policy; ③如面向本科生开放, 请注明区分内容。 If the course is open to undergraduates, please indicate the difference.) 考核形式: 技术实践考核 分数构成: 平时成绩 30%、期末考试 70%
12. 教材及其它参考资料 Textbook and Supplementary Readings	
	1、现代足球. [M]. 人民体育出版社. 2000 2、球类运动——足球. [M]. 高等教育出版社. 2005. 7 3、足球. [M]. 人民体育出版社. 2005. 5 4、足球训练设计. [M]. 高等教育出版社. 2010. 7