

浅谈中小学校园足球教学与训练探究

前言

随着教育的不断深入和推进,教育理念的创新不仅体现在文化学科上,体育学科也做出了相应的调整。随着社会更加关注青少年的体质健康和体育素养,也更注重体育项目的训练,足球的教学形式日益丰富,足球教育越发具有系统性、科学性。校园足球有利于增强体质并提高校园足球活动的质量和水平,促进青少年健康成长。在青少年足球的教学与训练中,我们要考虑学生的身心发展规律和自身兴趣爱好,对学生们因材施教,让学生在学习足球这项体育运动时能够获得成就感。这就需要构建行之有效的足球教学策略和训练体系,以确保中小学校园足球课程的顺利开展。

关键词

中小学足球课;体育素养;足球教学与训练

1 中小学足球课教学中存在的问题

1.1 足球教学缺乏系统性

中小学足球课程若想要得到快速发展,就要多举办各种级别的比赛,还必须有固定的教学方法和训练内容,但现阶段的足球课程体系中有系统的教材,这导致中小足球课程缺乏系统性的教学内容,又加上中小学体育课还是更重于田径、体操等基本体育教育项目,因此足球没有在中小学校园中得到充分的重视。另外,枯燥、单一的教学形式,不仅消磨了学生对足球运动的兴趣,而且无法满足学生对足球训练的要求。在具体实施体育教学时,部分中小学足球教师往往忽略了学生之间的个体差异,并没有充分了解学生之间不同的体质特征,这最终导致了学生对足球课程提不起兴趣。

部分教师在上课时,还保持着传统的“填鸭式”教学方法,只是一味地灌输给学生有关足球的知识,没有调动学生的内驱力,导致学生对于足球运动参与的渴望度降低,从而减少了足球运动的训练。大部分中小学体育教师年龄过大且自身事情繁杂,很难有足够的精力和时间为学生安排差异化的教学,导致在足球课程的教学往往缺乏针对性。

1.2 教学形式单一

中小学体育教师的教学方式缺乏多样性、教学形式单

一,这样很容易导致学生的学习兴趣低落,消磨学生们对于足球运动的积极性及训练热情,有时还会导致学生的注意力不够专注,无法达到最佳的教学效果。一节体育课的时间本身并不长,有的中小学体育教师在教学前还会利用传统的教学模式为学生进行体育知识的教学,先进行一大堆的理论知识讲解然后再进行排队挨个练习,之后让学生重复训练的动作。由于教师用于理论知识灌输的时间不合理,也没有结合实践同步讲解,导致学生对于技术动作很空洞,实践时操作效率也很低。有的教师更是在潦草讲解后就让学生自己练习,既不进行动作纠错也不再示范讲解,使学生在训练时常常一头雾水,学习效率及质量普遍不高。

1.3 足球教育资源的欠缺。

缺乏师资力量是目前中小学普遍存在的现象,再加上体育教师队伍里年龄普遍偏大和缺乏系统的足球教学训练方法,导致足球训练仅停留在固化练习,很少有比赛中的战术教学。许多教师的教学技能老化、不符合新的体育教学要求,有的小学体育课甚至没有专门的体育教师进行教学,而是直接让其他科目的老师代替教学,因此很多中小学缺少具备专业知识和技能水平的体育教师。

许多学校对体育足球课程的重视程度不够,学校的领导和教师没有意识到足球教学对学生体育锻炼和身心发展有

着重要的作用,所以并没有健全的体育设施。让足球运动不能发挥它的总体作用,使学生的素质提升受到影响。尤其是一些偏远地区的学校,由于自身经济等原因,无法建设足球训练设施。常常把水泥地作为足球运动的场地,或将篮球场当做足球运动的场地。因此,在经费限制的前提下,学校的体育设施数量也十分有限,能够为学生建设足球场的学校仅占少数部分。不完善的设施使得足球运动的顺利开展受到了阻碍,也让学生无法全身心地投入到足球运动中。

2 中小学足球课的教学与训练策略

在改进自身校园足球问题的时候,我们也应该积极地去融入国际足球大环境,向好的足球强国学习。现在世界主流的校园足球发展模式分为三大类:一是德国的“俱乐部”模式;二是英国的“社区联赛制”;三是日本的“全国校园足球联赛体系”。作为亚洲足球历史强队的日本再加上亚洲人体质的相似性,日本校园足球是我们最值得学习的模式,他们在校园足球教育的各层面都受到了很多支持。首先是在中小学教学大纲中,把足球项目列入了必修课程。其次日本的校园联赛体系完善,校园球队超两万支,再加上课程教学形式新颖有趣,再通过比赛的形式再次促使学生加强足球技能的学习,形成学、练、赛相结合的良性循环。同时家长的支持也是必不可少的,为孩子们加油助威也强化了学生的参与动机。因此,可以说从教学形式、教学内容、政策规划、家校共育以及树立足球文化等各方面同时入手才达到了今天的亚洲一流世界足球强国的实力,据此,笔者认为我国中小学足球课可以在以下方面进行调整:

2.1 对足球教学观念的转变

中小学校的足球教学观念需要及时做出转变,学校的教师及领导还有学生都应该对足球运动提起足够的重视。使自身树立起关于足球运动的正确理念。学校的领导人平时只关注学生的主科成绩,而对学生综合身体素质的提升不够关注,因而只会为足球的教学提供较少的经费,致使足球教学的设施不够完善。学校的教师及领导者需要及时转变自身的想法,坚持学生的健康第一的思想原则,充分了解并认识到足球教育对于学生全面发展的重要作用,明白学生只有在拥有健康的体魄和体格下,才能有足够的精力进行其他学习活动。学校的领导者要清楚学校现存的体育问题,为足球教学提供人力、物力的支持,科学划分资金的管理,增加对足球教学资源的支持。

体育教师也要及时摆正自身的观念,在教学过程中努

力提高教学的科学性、有效性以及自身的专业素养。足球的教学非常注重动作与技能的专业性,学生在进行足球训练时动作不够规范,教师如果未加以制止并及时纠正,将会导致学生保持错误的动作,并且重复不规范的动作也容易增加学生受伤的概率。在学生养成了错误动作的习惯之后,即使教师发现并纠正,也很难起到改正的作用。所以,体育教师在教学中,加大对对学生训练的关注是尤为重要的,应及时注意到每个同学的动作并加以提醒和规范,让学生养成正确的足球训练方式。因此,体育教师在足球运动的教学,要设计合理科学的教学方案,增加对技术指导的重视,在训练前要先对学生进行知识及动作的深度讲解,让学生先明白原理,再进行科学性的训练。

2.2 改善足球环境并开发课程资源

由于中国足球大环境水平持续下降,再加上足球在校园中出现的频率较低,产生了校园内足球氛围不佳、普及程度低等问题。针对这些问题,我认为可以从各个方面做出调整,首先是国家体育总局和足协出台相关政策助力足球进校园,让社会各层面意识到足球体育运动的重要性,提高对足球运动的关注度。除此之外,课程资源的开发也是提升教学效果的有效手段。在中小学足球运动的教学,体育教师要重视课程资源的开发,并得到学校的积极支持,使足球运动的训练与教学都能够得到有效地推动。学校领导者及中小学足球教师要共同携手,结合中小学生的此阶段的身心发展水平,为学生开发出高水平的教学方案。让学生体验到充满趣味的足球课堂,提升其对于足球运动的积极性。

除此之外,体育教师对教学模式的多元化创新,比如在进行足球教学时,可以让学生通过做游戏的方式引起学生对足球运动的高度重视,充分利用中小学体育课程改革结构化“学、练、赛”的紧密结合,让学生在游戏体验中认识到足球运动的趣味性。并在训练中充分放松身心,促进学生综合素质水平的全面发展。最后,教师对学生的积极表现应当给予更多的鼓励,禁止公开批评的行为,从而让学生面对训练更具有动力,能够全身心地投入到足球运动中。

2.3 课余训练的延伸

中小学体育课程少,且课程时间有限,学生能花在体育运动上的时间并不多,很多时候刚掌握了一个动作,一节课就结束了,等到下一节课基本上已经将所学知识淡忘。针对这种情况,中小学体育教师要注重体育课程的课余延伸,在上课时间为学生精心讲解理论知识,待学生都理解透彻后,再将足球项目安插在学生的课余活动中,让学生利用课余时间

间积极地进行足球训练。中小学生学习时间紧、任务重，一般学习压力相比于其他阶段的学生较大，足球运动的设置可以很好地缓解学生的学习压力，让学生的身心得以放松，并能更好地投入到后续的学习中。

3 总结

综上所述，中小校园足球的教学与训练十分重要，

学校的领导者及中小学体育教师要充分认识到足球运动对学生综合素质提升的重要性，积极地为学生打造优质的足球课堂。教师要认识到中小学足球教育中存在的问题并加以改正，从教学观念的转变、足球教学氛围的培育、校园足球体育竞赛建设的加强等方面入手，为学生创造高效的足球课堂，让学生对于足球训练的积极性得以提升，从而养成热爱运动的好习惯，更好地面对今后的学习及生活。

文 / 刘建明（重庆师范大学，重庆市 401331）

作者简介：刘建明，男，重庆人，重庆师范大学体育与健康科学学院在读本科生，研究方向：校园足球教育。

参考文献：

- [1] 夏义明. 初中校园足球教学理念与训练方式研究 [C]//. 2021 年科教创新学术研讨会论文集（第五期）. 2021:377-380.
- [2] 戚燕峰. 8 分钟专项体能素质练习在初中足球教学中的应用探究 [C]//. 广东省教师继续教育学会第四届教学研讨会论文集. 2021:674-677.
- [3] 秦喜平. 优化足球教学方法，培养初中体育核心素养 [C]//. 课程教学与管理研究论文集（六）. 2022:724-726.
- [4] 安涌. 论初中校园足球教学中的困境及突破策略探讨 [C]//. 2020 教育信息化与教育技术创新学术研讨会年会论文集（三）. 2020:514-518.
- [5] 陈昌泉. 初中体育足球教学的策略研究 [C]//. 2020 科教创新学术研讨会论文集（第六辑）. 2020:359-362.
- [6] 张德道. 合作学习法在初中九年级足球教学中的实践研究 [C]//. 2020 科教创新学术研讨会论文集（第七辑）. 2020:103-104.
- [7] 郭江. 如何有效开展初中体育中的足球教学训练 [C]//. 2020 年“区域优质教育资源的整合研究”研讨会论文集. 2020:1362-1364.
- [8] 仓劲. 初中体育专业化技能教学策略研究——以足球教学为例 [C]//. 2021 年教育创新网络研讨会论文集（一）. 2021:808-810.
- [9] 黄达才，王栋，宁军徽. 基于体育学科核心素养的中学校园足球教学困境与改革策略 [C]//. 第五届中国足球文化与校园足球发展大会论文摘要集. 2021:187.
- [10] 周德巧，闫翼飞. 现实得失与应然走向：中小学足球教学模式反思 [C]//. 第五届中国足球文化与校园足球发展大会论文摘要集. 2021:192.