

# 小学校园足球课堂一基二辅学习模式研究

焦源

大连市西岗区兆麟小学

**[摘要]**为推进校园足球课堂规范化、科学化进程,将体能与技术、专业与兴趣作为出发点,统筹现阶段足球资源,将教师教练合二为一、优势互补,提高学生专业性,促进学生参与性,达到教学专业性和动作专业性。

**[关键词]**一基二辅;足球课堂;小学;模式

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2020.03.1193

## 一、研究目的

小学体育教学中一直把教学内容、运动技能和教学要求采用先学后教或先教后学方式授课,再到后期在逐渐过渡到先学后教的自主学习模式,与学生为主体的教学理念相违背,难以调动学生的积极性和主动性。学校根据学生自身发展状况和学校体育传统特色,自主创设研究具有校本特色的小学足球体育课堂教学模式。通过一年不断研究和自我完善,构建了“小学校园足球课堂一基二辅课堂模式”。

## 二、研究方法

### (一) 文献资料法

通过在CNKI学术文献检索查阅相关文章资料,了解我校在足球课堂开展方面与其他地区的差距,寻求符合学校学情的发展方向。

### (二) 观察法

通过对学校实地考察和监测,结合足球课堂出现的实际问题,借助专家的辅助,提出理论依据。

### (三) 比较研究法

本研究对一基二辅学习模式开展后,学生与老师实际发生的变化进行对比。

## 三、结果与分析

### (一) 一基二辅学习模式的含义

“一基二辅自主学练”课堂模式,是以体能训练为基石,以足球教练和体育老师为辅助,与自主学练的教学方式有机融合的课堂授课模式。一基二辅学习模式要求教师在教学中充分遵循学生的身心发展规律,循序渐进地进行足球课堂教学,使学生动作更加规范、运用足球技术更加自如,从而体验到足球运动的快乐,激发学生足球学习的兴趣与参与性。

### (二) 一基二辅学习模式提出原因分析

#### 1. 体育教师技术动作规范性和手段多样性问题分析

##### (1) 足球专项教师数量

校园足球的开展离不开学校体育教师的参与和支持,这就对体育教师的足球素养提出了更高的要求。但因所学专业不同,足球技能参差不齐。

学校作为足球特色传统校,足球专项教师却只有两人。对于技能水平要求较高的足球项目来讲,远远不够。现阶段尽管可以运用现代多媒体技术进行授课,但教师的亲自示范给学生带来的冲击更加直观。更为重要的是学校多媒体技术在常规体育课堂还无法实施,因此学校教师在足球动作规范性上存在不足,也间接造成学生动作规范的不稳定。

##### (2) 体育教师的足球教学专项培训

通过对学校体育教师足球教学和足球教练教学的长期对比观察发现,非足球专项教师教学手段单一、学生参与度不高、课堂略显沉闷;足球教练和足球专项教师教学手段多样且有趣,学生积极参与,课堂更有活力。这与体育教师是否有足球教学能力方面的提升有很大关系。

近几年学校非足球专项体育教师、足球专项教师和教练在市级以上培训的参加次数上存在很大差别,参加培训的人员分配上向足球教师和教练倾斜,这是影响校园足球教学质量的重要因素之一。

### 2. 学生参与的基础性问题分析

#### (1) 学习兴趣

学生是课堂的主体,只有充分调动学生学习的积极性和参与度,才能让校园足球真正走入校园,走入班级。在研究一基二辅学习模式之前,学校开展校园足球已有三年时间,教授的学生已经掌握了一定足球技能,所以采用比赛的形式测试了学生的参与度(见下表3.1)。从表格可以看出,学生整体参与足球的积极性在50%左右,虽然个别班级女生的参与度接近10%,但男生的参与度远远高于女生,差距明显。提起学生对足球的热爱任重道远。

表3.1 10级足球课堂比赛参与度

班级	参与人数		班级总人数
	男	女	
1	19	0	39
2	12	4	40
3	10	2	40
4	19	6	38
5	15	5	39
6	20	9	40

#### (2) 体适能基础

体适能是学生参与体育运动参与足球的基础,基础好才能真正体会运动带来的乐趣。而如今由于多方面原因学生的体适能越来越弱,柔韧、力量、协调、平衡、灵敏等能力逐渐弱化。髋关节和踝关节的灵敏度在足球运动表现中有很重要的作用,因此采用“亚洲蹲”和“足背屈”两个项目对髋关节肌肉群的柔韧性和脚踝灵活性进行了测试。(结果见表3.2和表3.3)

表3.2 髋关节肌肉群柔韧性测试

班级	运动表现(人数)		
	全脚掌	前脚掌	未完成
1	26	9	4
2	26	11	3
3	30	7	3
4	27	7	4
5	23	10	6
6	26	9	5

表3.3 足背屈脚踝灵活性测试

班级	运动表现(人数)	
	及格(8cm以上)	不及格(8cm以下)
1	23	16
2	20	20
3	24	16
4	24	14
5	25	14
6	27	13

测试结果表明有接近50%的被测试者（指学生）在髋关节肌肉群和脚踝灵活性上没有达标。提高学生的足球技能，不仅要从足球教学中，还应结合体适能，找到根本症结。

（三）学校一基二辅学习模式开展状况分析

1. 专家领路，体适能先行，深入学习

学校特聘著名体能训练师、为学校的体能训练师，通过多次观摩、指导、研讨、测试，制定出一套完整的符合学校学情的足球课体能训练计划。围绕学校的足球教学目标，按“最邻近发展区”的要求建立概念框架，指导教师对学生同质分组。

具体操作为每节体育课根据同质分组进行十分钟有针对性的体能训练，每月进行一次追踪测评，形成曲线图，根据结果适时分组，适时调整体能计划和方向，做到有理有据有评。

2. 教师与教练协同备课

根据体能设计和足球课堂的教学目标，教师与足球教练进行有分工有任务的协同备课，制定出年度，月度，单元和课时计划。经过半年的协同配合，学校体育教师和教练在自己不擅长领域进步明显，为学校接下来的校园足球工作铺设了道路。

3. 足球课堂教学落实呈现

在足球课堂中，体育教师要严格按照课时计划进行授课。首先，为了让学生对动作有直观与规范性认识，课堂开始足球教练进行专业示范，学生模仿练习。

其次，学生组内自主学习体验、协商、讨论，共同探讨足球体能技术的动作要领。教师总结讲解，同时教练根据教师的语言做出相应动作，巩固动作要领，形成具象影像。

再次，学生根据老师设定好的教学环节再次进行精准练习。学生在组内进行互助练习，需根据示范讲解相互指导纠正，初步形成正确完整的动作。

接着，教师有针对性提出练习目标，师生对学习效果进行多元化评价。在学生初步掌握足球技能动作后，将动作穿插在不同形式的游戏中。教师和教练进行点评、总结和引导，引导学生进行自评和小组内互评。

最后进行体能基础练习，时长十分钟。遵照体能训练计划，依照先前同质分组名单进行针对性练习，教师与教练分组指导，每人负责相应的组别，做到关注每个个体。

表3.4 髋关节肌肉群柔韧性测试

班级	运动表现（人数）		
	全脚掌	前脚掌	未完成
1	30	7	2
2	33	6	1
3	30	9	1
4	31	7	0
5	25	11	3
6	33	6	1

表3.5 足背屈脚踝灵活性测试

班级	运动表现（人数）	
	及格（8cm以上）	不及格（8cm以下）
1	31	8
2	30	10
3	34	6
4	30	8
5	28	11
6	33	7

（四）一基二辅学习模式成果

1. 学生体能状况

学生在力量，柔韧，协调，灵敏等基础素质方面显著提高，经过六个月的实验，重新对10级学生进行了测试。（测试结果见表3.4、表3.5）

以上是经过练习之后的结果，与表3.2及3.3对比发现，学生的达标情况有明显提高。这在一定程度上表明制定的体能计划合理有效，符合当前学生发展特点。

2. 学生足球动作的规范性

为了掌握学生运用足球技术的能力及运动表现的规范化，对学生进行了每月一次的技能考核。教师、教练在足球课中对学生进行规定动作（脚内侧传踢球、接球，运球射门，脚背内侧运球绕杆）的考核赋分。以运球射门为例，参照大连市体育教学质量监测标准，对学生进行了追踪。在开展一基二辅学习模式前后，学校对10级学生进行了足球射门技术优秀率的统计。

从统计得出，5月份开始学校学生优秀率显著提升，这得益于学校4月份开始实施的一基二辅模式。很明显在这种模式下我们学生在足球动作规范性以及足球技能运用方面取得了长足进步。

3. 学生足球参与性状况

自一基二辅模式开展以来，我校在足球运动上的一个明显变化是有更多女生参与其中。以课堂自主活动为例，更多女生参与到球赛、游戏中。

四、结论与建议

（一）结论

1. 学校足球课堂在一基二辅学习模式下，教师与教练的科研文化素养逐步提升，协同作战能力得到提高。

2. 学校体育教师在一基二辅模式下学习了更为先进的体能知识和更为丰富的足球教学的方式手段。

3. 学校学生在一基二辅学习模式下，提升了体适能，获得技能同时获取了健康，足球技能的规范性和专业性得到增强。

4. 学校在一基二辅学习模式下，校园足球氛围浓厚，足球人口基数提升。

（二）建议

1. 在足球专项教师缺乏的情况下，应该多开展教师教练共同参与的足球培训活动，多给予非专项老师足球培训机会。

2. 在有足球教练的学校，可以尝试开展这种一基二辅模式。

3. 整合资源，建立完善的考核追踪体系，有规可循，有据可依。

4. 校园足球课堂要将体能与技术、专业与兴趣作为出发点，逐渐规范化和科学化。

参考文献：

[1]孙竞波等.基于O2O模式下校园足球教学改革研究[J].当代体育科技,2018,(31).  
 [2]朱元峰.校园足球的有效推进途径与策略研究[J].学周刊,2018,(01).  
 [3]马亮.小学体育课堂足球教学对策分析[J].中国校外教育,2018,(24).  
 [4]马前红.浅析合作学习模式下校园足球教学的应用研究[J].当代体育科技,2016,(20).