

# 高中体育足球训练有效性问题探究

张 桐

(重庆市江津区第二中学校 重庆 402284)

**[摘要]** 教育改革和素质教育越来越强调对学生核心素养和综合素质的培养。在此形势和背景之下,在高中体育教育足球教学中也应该本着以人为本的教学理念,注重对学生足球核心素养的培养,从而全面提升学生的综合素质能力。因此,对于如何提高高中体育足球教学有效性进行研究有着十分重要的意义。

**[关键词]** 高中体育; 足球教学; 有效性; 足球技能

与初中生相比,虽然高中生的心智更成熟、完善,但他们的学业压力更大,也更容易被周围环境影响,所以大多数高中生在格外重视考试成绩和高考的情况下,几乎将全部时间与精力都花费在了文化学习上,根本不重视体育学习以及自身的身体健康。面对这些情况,高中体育教师应借助相关教学训练,激发学生的足球兴趣,鼓励学生在课余时间通过踢足球来缓解学业压力、放松身心、增强抵抗力。要想提高高中体育足球教学的有效性,就需要教师不断提高教学水平和专业能力,改变传统足球教学方式,以学生感兴趣的方式进行教学,改进现存足球教学和训练过程中的问题。

## 1 现阶段高中体育足球训练的不足之处

### 1.1 专业足球教学硬件设施不完善

欲增强足球教学训练成效,专业的硬件设施必不可少,但从目前情况看,大多数学校的硬件设施缺乏专业性,不够完备。具体来说,出于学校经济能力有限、对足球的重视程度不高、缺乏合适的建设场地等原因,导致部分学校无法为足球教学训练提供专业场所,匹配相适应的专业硬件设备。这在极大程度上影响了正常教学训练的开展,限制了学生积极性的提高,阻碍了高中体育教学的发展。

### 1.2 学生参与足球教学训练的积极性不高

从某种层面上说,学生的学习兴趣低是高中足球教学训练存在不足之处的重要原因之一,而致使学生积极性不高的原因除了部分学生自身对足球带有抵触心理或者畏惧心理外,还包括学生学业压力过重、不愿意将时间与精力花费在足球学习上、从心底不喜欢足球、教师的教学形式偏传统、教学模式过于死板、课堂氛围沉闷等原因。

### 1.3 足球教学训练方法存在偏差

影响足球教学训练效果的重要原因之一是教学训练方法存在偏差。也就是说,教师采用的教学训练方法缺乏合理性、科学性、针对性等。从目前情况看,教师在训练过程中通常采用单一的男女、各年级分开训练的方式,而长时间重复单调、乏味的教学训练方法,不仅会让学生产生厌倦心理,影响教学训练质量,还会降低足球教学训练的趣味性和特色性。

### 1.4 足球教学训练目标存在偏差

教学训练目标作为教学指导依据,是制订教学计划的前提,也是评估教学效果的标准,更是判断教师能力的指标,然而目前高中足球教学训练的目标存在一定程度的偏差,这严重影响了教学训练品质,阻碍了足球教学的发展,制约了学生身体素质的提高。现今,教师制定的教学训练目标大致为增强学生身体素质、提高学生的足球竞技能力,虽然这个目标包含着足球教学训练的大部分要求,但在联系现实、具体教学等方面缺乏实质性的规划,很难彰显足球教学训练的特色性和科学性。另外,部分体育教师的足球教学训练目标缺乏时代性,换言之,在与运动潮流接轨时存在一些问题,无法满足学生的个性需求,更无力促使足球符合时代潮流的发展要求。

## 2 提高高中体育足球训练有效性的方法

加强对高中体育足球教学的关注和重视在高中教育教学的实际教学过程中,要加强对于高中体育足球教学的关注和重视。教师要改变传统的教育教学理念,要摒弃传统的应试教育下的功利教学的思想观念,本着以人为本的教育教学理念,注重对学生综合素质能力的培养。只有加强对高中体育足球教学的关注和重视,才能够让学生抛下思想包袱,从而积极参与到高中体育足球

教学的实践中来,从而才能让高中体育足球教学发挥其积极影响和作用,提升学生的综合素质能力的同时,缓解学生紧张的学习压力。

### 2.1 加强对足球教学的投入,完善其基础设施建设

在高中教育教学的实践中,教育部门和学校要加强对于高中体育足球教学的投入,不断发展和完善足球教学的基础设施建设。比如教育经费的划拨时,要进行合理分配和平衡,要对足球教学的投入有所加强,比如购进一些简单却很实用的足球教学器材,比如塑料绕杆、教学用的足球、小球们等等。只有加强足球教学的基础设施建设,才能使得高中体育足球教学有一定的物质保障。

### 2.2 加强师资培训,提升教师的专业水平和业务水平

在高中体育足球教学的实际过程中,要加强对高中体育足球教学教师队伍建设,比如聘请专业的足球专业的教师进行高中体育足球教学活动,也可以定期聘请一些专业的退役球员等来为学生进行专业的教学。更为切实可行的方案时加强对高中体育足球教学教师的师资培训,通过针对性的培训,加强教师自身的专业技能和业务水平,从而使得高中足球教学的教学质量有所保障。

### 2.3 大胆创新,革新足球教育教学的方式和手段

在高中体育足球教育教学的实际过程中,要大胆创新,不断革新和改进高中足球教学的方式和手段,结合教学目标和教学内容以及相关的教学要求,采取各种行之有效的方式和手段展开足球教学。比如,在高中体育足球教学中,要对学生进行系统性教学,可以从足球规则、足球技术动作和足球技战术这三个主要模块展开教学,根据实际对各个模块有所侧重和选择。比如,在高中体育足球教学的实际过程中,可以采用分层教学的方式。教师可以根据简单的考核和测评根据学生的足球水平对学生进行分层教学,对基础相对好的学生进行足球技巧和技战术的提高性培训,对基础相对较差的学生对其以基础性的知识和动作教学为主。同时,在高中体育足球教学的实际过程中,也可以采取各种丰富多彩的足球活动来展开教学,如开展足球知识竞猜活动、开展足球比赛活动等,以此来激发学生的学习兴趣,提升学生的足球能力水平。此外,还可以充分利用多媒体等技术手段,来对学生进行辅助教学,借助多媒体手段通过对足球动作的分解来加深学生的学习和理解。

## 3 结语

高中足球是高中体育教学的重要组成部分,提高高中体育足球训练有效性有助于促进高中体育教学发展,有利于提高我国体育教学水准,提高高中足球教学训练品质,不仅学生的身体素质得到增强、课余生活更加丰富,学业压力在一定程度上得到了缓解,教师的教学能力也得到彰显和认可,能帮助高中中学生更积极地投入到足球学习、更热爱足球运动。

### 参考文献

- [1] 魏建强. 体育生足球训练中存在的问题及对策[J]. 甘肃教育, 2018(09): 86.
- [2] 黄仁超. 对高中体育中足球有效教学的深入思考[J]. 课程教育研究, 2018(38): 206-207.
- [3] 李明. 小组合作在高中足球教学中的运用策略[J]. 体育世界(学术版), 2018(08): 154-155.
- [4] 陈培文. 高中校园足球特色教育现状分析与发展策略探讨[J]. 当代体育科技, 2017, 7(23): 107+109.