

初中校园足球教学理念及训练方法探究

李洪东

(广西壮族自治区河池市金城江区河池镇红七初级中学 广西壮族 河池 547013)

[摘要]随着时代的进步发展,社会及大众对教育领域的重视度与日俱增。尤其凸显在初中阶段,对初中校园足球教学重视度极高。针对初中生开展足球教学训练课程,可对学生性格坚韧方面进行增强,并培养奋斗拼搏等精神。足球这项运动,在古代时期一直延续到现今,大众对其认可度也极高。所以,初中足球教学活动不但可增强身体素质,还可对学生精神层面进行提升。下文,笔者将对初中校园足球教学理念与训练方法进行深入分析。

[关键词]初中校园足球;教学理念;训练方法

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2019.11.429

初中阶段是学生由稚嫩的小学到成熟高中的过渡期,这阶段的学生正是心理萌生想法的阶段,也就是所谓的青春期。此阶段的学生也是增强学生体质的关键时期,这时就可增多学生的足球训练活动。但是,校内的足球训练活动要以目标明确、科学性、针对性等方面为依托进行构建,这样会避免学生在训练时出现运动过度导致肌肉骨骼、身体方面造成损伤等情况。还可有效制止浪费学生过多时间,并提升足球教学效率。

一、初中校园足球教学理念

(一) 优化教学效果

据教育学专家调查研究结果显示,目前初中校园足球教学效率偏低,学生参与兴趣也并不高。为此,教师要针对初中生这一瓶颈期进行突破。并根据新课改对校园足球教学的标准及要求,对提升足球教学质量及学生足球水平为根本进行课程设置。因此,教师在进行足球教学时要以提升课堂效率为目标对模式进行优化,促进学生理解和反应等能力的提升,及逐步深入对学生足球知识及技巧知识的讲解。^[1]并且,在学生参与足球活动之前,教师还需针对学生对足球战术、动作技巧等方面进行补充讲解。对学生应变及创新思维等层面进行及时的查漏补缺,并体现教学效果优化的益处。

(二) 营造教学氛围

在体育学科中开设校园足球这项运动,主要目的就是通过活动等方式。来对学生主动性及积极性等方面进行开发,让学生在轻松愉快的氛围中参与足球教学。愉快的氛围可有效提高学生自主参与性,自然就可促进高效足球课堂的构建。因此,教师要将传统压抑的学习氛围进行改变,要推陈出新为学生营造和谐、轻松的教学氛围,让学生对足球产生浓厚的兴趣,并对可对学生身体素质进行有效增强。

二、初中校园足球训练方式

(一) 运用趣味游戏教学法,提高学生足球兴趣

目前初中阶段的学生,正是思想意识逐步在向成熟进行过渡的时期。这一阶段的学生对事物仍有强烈的好奇心存在,而要想提高校园足球教学效率与质量。学生就需要对身体素质提出严格标准与要求,在实际足球训练过程中,应当更加勤奋努力的去练习踢足球。可是,学生长时间这样枯燥乏味的练习,会很大程度降低学生学习足球的兴趣,甚至还有部分学生会出现抵触情绪。这样的足球课堂与传统教师灌输式的教学模式并无差别,都是按照设定好的方法步骤进行一步步实操练习。课堂中学生也是跟随教师授课思路,对文章内容一段段理解掌握。但,如果教师将传统灌输式教学方式进行调整,以生动有趣的方式与教学内容进行有机结合,这不仅可将学生思绪引领回课堂,还可有效激发学生学习兴趣。^[2]使得学生在学习过程中深刻感悟到学习知识带来的快乐,足球训练也是一样,将原本枯燥乏味训练改变为游戏趣味十足的训练方式。这样可促进学生在训练过程中体会体育运动带来的乐趣,使得学生更加认真、积极的参与足球训练,也可有效降低学生对足球训练出现的抵触情绪。教师可设置一些“踢球障碍跑”等类似活动来提高学生参与足球训练的兴趣。

比如,在学习人教版八年级第三章《有人防守的运球射门及体能练习》这节课

知识时,主要想引导学生掌握脚触球时的部位和运球时的力度,并使得学生掌握足球运动的基本运球射门技术及防守动作和增强体能锻炼方式。在实践训练中增强学生自信、团结协作的精神品质及遵守规则的意识。在引导环节,教师会将学生以分组形式进来踢球绕障碍物慢跑热身,在带领学生对上肢、下肢进行热身练习。而后,教师带领学生巩固复习脚背正面直线运球,为学生讲解示范本节重点动作与技能。这时,教师可以游戏方式来开展足球实践活动,可便于学生将所学技能动作进行实践应用,还能有效提升学生学习足球兴趣。

(二) 运用情境教学法,拓宽学生足球视野

初中阶段的学生普遍都喜欢观看足球比赛,大部分学生还都有自己喜欢的足球明星。有梅西、贝克汉姆等。这时教师就可将这一点进行合理把握,在校园足球教学中通过情景教学法来进行新知讲解,特别是讲解足球技能相关知识时,为突破传统教学思路的局限性。教师可将足球明星进行引入,以此来丰富学生的足球经验。例如,教师可带领学生通过多媒体观看球赛,教师对运动员的动作及技巧进行合理解说。以这样直观、生动的方式进行呈现,可促进学生理解掌握,并对自身足球技巧知识积累进行丰富。而后,教师可带领学生到足球训练场进行实操训练,将视频中所学知识转换为实践技能。此时,要对学生技巧、动作进行细致观察及时对学生存在误区位置进行纠正引导。这样不仅可提升学生足球能力,还有效将学生足球学习视野进行拓宽。

(三) 运用比赛教学法,提升学生的心理素质

足球本就隶属于竞技运动门类,同时对参与活动的学生心理素质有高标准要求。初中阶段的学生已经具备自我意识与竞争意识,教师可在足球教学过程中以比赛活动的方式进行授课,并有效增强学生的足球意识,促进学生足球水平提升。^[3]首先,需对现阶段学生足球现状及身体素质进行了解;其次,要针对学生自身优势特点,在足球队列中以科学公平的方式分配学生位置;比如,将稳定踏实责任心较强的学生安排守门,将突破力突出且速度快的学生放在前锋位置。针对应变灵活能力较强的学生,教师将其位置设置为中锋。而后,组织学生参与足球比赛,当学生通过实践训练可有效提高学生足球、团队协作等意识,并对学生应变及心理素质进行增强。

结语

总而言之,校园足球教学对提升初中生的综合素质、体育素养、竞技精神等方面都起到重要作用。在素质教育普及推广的现今,教师在教学过程中要严格以新课改“促进学生全面发展”的理念为依托。并对现阶段初中生身心发展特点及学习情况进行总结分析,来对校园足球教学内容进行合理的优化与创新。教学模式及教学理念方面要以满足现阶段学习需求为主,并对足球训练活动进行创新,使得足球成为初中最喜欢的体育项目。

参考文献

- [1] 魏洋.“校园足球”教学理念与训练实践探析[J].《文体用品与科技》,2016(10):116-117.
- [2] 吴胜平.初中校园足球教学理念与训练方式之研究[J].《当代体育科技》,2018(13):90-91.

初中体育教学中学生个性化培养策略

姜建鹏

(江西省南昌市南昌县泾口中学 江西 南昌 330215)

[摘要]初中阶段的学生,身体心理都处在发育中,教师要能够正确地引导初中生学习一定的技能,在丰富的体育活动中锻炼初中生的身体灵活性,促进学生肢体与思维的协同合作。此外,初中体育教师还要能够对初中生进行个性化培养,引导初中生在体育活动中更好地提高自己的学习能力,以及彰显自己的个性等。

[关键词]初中体育;学生;个性化;培养策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2019.11.430

1 “多媒体”在初中体育教学中学生个性化培养的积极应用

信息技术的不断发展,信息技术已经渗透到我们的校园教学活动中来。作为一种教学媒介,各个阶段的各科教师都能够积极地利用信息技术开展日常的课堂教学活动,并能够在此基础上实现创新教学模式。初中体育教师同样要能够对初中生的个性进行培养,引导初中生学习良好的个人特色,彰显正能量的个性。

例如,初中体育教师在具体的课堂教学中,要能够开展室外的体育活动的教学,还要能够开展室内的体育知识的教学。通过对体育知识的理论学习,引导初中生进一步走进体育的学习中来。在具体的室外教学活动中,初中体育教师可以说“同学们,今天我的在室内学习有关“羽毛球”的发展史”,初中体育教师播放

视频,带领初中生一起观看视频,然后继续说“同学们,你们在生活中有没有打过羽毛球呢?你能谈一谈自己对“打羽毛球”这一体育活动有什么认识或者是体会吗?”有的初中生回答说“老师我每周六的下午都会和小伙伴一起打羽毛球,我觉得很开心,这不仅能够锻炼手臂的力量,还能促进我和小伙伴们的友谊”等回答。初中体育教师进一步说“看来许多同学都还挺喜欢打羽毛球的,打羽毛球这项体育活动让你们强身健体,还让你们收获了友情等,希望同学们能够继续以球会友,认识更多的朋友”。初中体育教师可以主持这样的“乒乓球”比赛,通过几轮的比,来提高学生之间的斗志,帮助学生找到合作的默契。这样的课堂学习活动,能够让初中生认识到,能够在体育活动中由于自己的个性或者是自己较好的体育技能,收获属于自己的友情,这也是初中生个性化培养的一个方面。