

初中体育足球教学的高效开展策略

黎科

宁夏中卫市沙坡头区康乐燕宝学校 755000

[摘要]足球运动可以培养意志品质、锻炼身体素质,因而成为初中体育学科落实素质教育的重要教学内容之一。但由于中学生个性差异较大、教学“不得法”等因素的制约,目前有些学校的足球教学效果并不理想。

[关键词]初中体育;足球教学;高效开展策略

【DOI】10.12252/j.issn.2096-6288.2020.02.2144

1、教学方法新颖,激发学生兴趣

在传统的足球教学中,老师们往往是将足球的理论传授给学生,而学生们却是被动地接受,再加上他们的训练是机械的,往往是场外指导、亲自示范,时间一长,就不能适应学生的具体的学习需要,也就跟不上了。在现实的教学实践中,应对足球教学进行创造性的改革,以适应初中生的认知需要和身体发展的规律。

通过分层教学、信息反馈教学等方法来引导学生进行学习培训,尊重学生的差异,系统地培养学生对足球基础知识和技巧的认识,并在具体的训练中逐步进行,并根据学生的认知特征和身体素质来进行针对性的指导,让学生能够系统地理解和掌握足球的动作要领,从而达到有效的训练目的。分层教学法,就是根据学生的技术、认知、身体素质等因素,制定出不同的训练方法,将不同的训练方法和计划运用到学生的身上,以此来提高他们的学习热情。

信息反馈教学,即在学生进行足球练习时,老师要主动与同学沟通,聆听同学的心声,并向他们提出问题,老师会及时解答他们的问题。要对学生的反馈进行认真的剖析,及时调整和改善,使教师的教学质量得到改善,同时也能使学生从教师那里得到尊敬,从而使他们更加积极地投入到训练中去。

新的教学方式的有效应用,是对传统的教学方式的一次飞跃,它可以使学生的思想变得更加灵活,更能发挥主观能动性,提高技术水平,同时也能体现出个人的需要,从而得到科学、合理的引导。教师应根据不同的训练方式,制定出合理、合理的教学方案和教学策略,以使学生在不同阶段得到更好的锻炼效果,以达到教学目标。

2、目标分级、循序渐进

在足球学习过程中,由于兴趣、体能、认知等个体存在着显著的个体差异,因此,在进行足球教学前,应做好以下几方面的准备:

首先,通过测试、谈话、观察等方式,了解学生对足球知识、足球技能的掌握程度,以及对足球的兴趣和能力,以便制定相应的教学方案;

其次,设置不同层次的教学目标,即按学情分层,突出层次特征:初级水平的学生对足球的基本知识、对比赛规则、基本技术的了解;发展水平的学生要对足球知识、足球

赛事有更深入的了解,足球技能、能力比较突出,对足球的兴趣比较强;热爱足球,身体素质好的同学,要有技术,有规则,能打一般的比赛,努力往更高的职业发展;

最后,要坚持逐步推进的原则,即要找到自身的位置,逐步发展,稳步推进。意思是,对兴趣不感兴趣的同学先培养兴趣,感兴趣的同学继续对他们感兴趣,不懂的同学先弄清楚规则,懂的同学要巩固深入,不懂的同学要从头教,从简单到复杂,从基础的动作到技巧的争夺,耐心地讲解,层层深入。

在当前阳光体育和校园足球等各项振兴体育事业创新举措火热推进的时代背景下,我们理应鼓励更多的学生参与进来,接触足球,了解足球,喜欢足球,会踢足球,同时也要注意不同的学生体质、兴趣爱好、运动素养等因素,并有针对性地采取相应的对策,而不是填鸭式的灌输。同时,它也是层次教学思想的需要,是理论与实践相结合的具体体现。教师可以根据学生的具体情况,设置不同的教学目标,掌握不同的教学速度,使各个层次的学生能够更好地了解 and 掌握足球。

3、技能分解、因材施教

对许多学生而言,令人眼花缭乱的技术使他们喜爱这项运动,同时也成为退缩的“绊脚石”。从实践中可以看出,许多学生对足球技术和技术的理解不够透彻,只有少数人能运用技术动作进行传球和控球;更多的人因为反复练习而无法掌握技术要领而对足球失去了兴趣。这说明了在体育教学中,如何正确地教授体育技术是十分必要的。为此,体育老师首先要进行分解式的教学,把技能动作分解为若干个步骤,使每个步骤都能熟练地掌握,最后结合在一起,形成一套行云流水的运动。通过解构的方法进行足球技术的教学,既可以分散学生在技术上的压力,也可以使学员逐渐熟悉技术,掌握技术的具体内容和要领;

提高对球的精细控制,使其在传球、控球、射门等方面的力度、角度、落点等方面都能得到较好的提高。就拿“传球”来说,让他们一开始就学会传球技术显然是不太现实的,因此我将其拆解开来,首先要让同学们熟悉足球,然后讲述足球的特点,让他们在踢球的过程中体会到自己的技术,以及对力量、角度、距离的判断。

之后,两人一组,进行固定的传球,锻炼自己的脚,

增强对方在足球比赛中的合作技巧；最后是一种体育传球，也就是两个人边跑边传，慢慢地把球传给对方。通过这种方式，可以逐渐地进行分解练习，减少了难度，更精确地掌握了具体的动作，使学生在足球运动中的技术和技巧掌握得更好。在这一过程中，我们将同学们分成小组进行对抗赛，通过比赛来巩固自己的基本功。

另外，要实行个性化的教学，也就是针对不同的学生进行一对一的教学，以达到突破的目的。从教学实践来看，许多学生对足球技术的掌握并不是很好，甚至在解剖式的练习中，一些体育素质低的学生，也无法做到动作流畅，动作规范。针对这种状况，我们必须通过一对一的指导，帮助学员克服技术上的弱点和困难，掌握各种技术动作，掌握足球比赛的规则。

4、游戏引入、寓教于乐

足球是一项充满激情的体育活动，而在训练中又显得单调乏味，因此，在体育教学中，运用足球游戏进行教学是一种常见的教学方法。尤其是鉴于初中生在行为习惯、认知能力等方面的突出特征，对新、有趣的学习体验进行了探索。游戏教学是将体育活动的组织方式与足球教学内容相结合，在比赛中进行，在比赛中进行。它更能适应学生的认知习惯，是高校体育教育改革的一项新尝试。

具体而言，要按照课程的内容和实际情况，选用适当的游戏形式，引导学生在游戏中锻炼自己的足球技巧，在轻松愉快的环境中主动学习、主动学习，以达到“寓教于乐，自主学习”的目的。就拿“带球”来说，传统的带球训练方法，常常是枯燥无味的，学生们会根据老师的指示，重复地做一些动作，过程非常单调。如果学生们只是单纯的做各种运动，那么他们就会产生疲劳感，从而降低他们的踢球热情。为让同学们能够逐渐熟练运用这项技术，我首先采用“螺旋跑”的方法，让他们掌握基本的技术要领；

经过一段紧张的训练，再加上“蛇形跑”和“障碍跑”，三种不同的运动形式，既能激发学生的学习兴趣，也能锻炼他们的技术和知识。在学生们掌握了一定的技术知识后，我把比赛的方式变成了“带球过人”，把学生分成两组，一组带球，一组接球，一组赢球，最后的结果就是谁赢了，这种充满了对抗性和竞争性的比赛，可以激发学生的斗志，让他们更加努力地训练，所以教学的结果是非常好的。另外，通过“点球大赛”练习射门技术、“你争我夺”的抢球、断球、“自由挑战”等，使学生在玩中、学中玩，真正提升了技战术水平。

在进行游戏教学的过程中，笔者认为，合理地设计和创造游戏的环境是十分必要的。如我们在游戏活动的组织中，通过播放生动有趣的音乐来激发和渲染学生的情感；也可以组织班级的同学组成拉拉队，为参赛队伍呐喊助威，创造一个良好的游戏活动环境。通过这种足球游戏式的教学，可以

使学员们更有激情，更认真地进行训练，并对足球运动的相关技术、技能和规则有了更多的了解。这些都证明了足球运动在足球教学中的重要作用，值得我们在足球教学中进行更多的探索。

5、注重多重结合、双管齐下

5.1室内外结合

学生在踢球时，不但要用脚，还要用脑，因此必须要有一定的比例进行室内教学。在实际操作中，老师要通过多媒体播放经典的足球赛录像，让学生充分感受到世界第一运动的魅力，并受到影响，积极参加户外教学；同时，通过播放一些动画讲解，让学生直观形象地认识足球技术，使他们充满信心地去踢球。

5.2赛与训结合

老师要定期组织同学们参加班内的对抗赛、班与班的友谊赛，也可以与校队、校外队等进行多场多形式的竞赛，一方面能找出自己的缺点，为日后的学习做好准备；另一方面，也能对对方的优点中吸取教训，提高自己的能力。

无论在室内、室外、比赛、训练中，老师不但要为学生树立良好的榜样，而且要做好心理辅导，消除不良情绪，让他们始终保持积极、健康的心态，促进身心的全面发展。

6、基于足球审美教学进行的创新探索

足球审美教学是目前初中足球教学中普遍存在的短板，但同时也是中学体育教学的一个重要环节。从阳光运动、足球教育进校园的总体要求来看，我们不仅要提高技术技能、运动能力，还要从审美、文化传承的角度去了解足球，热爱足球。通过室内的多媒体、资讯科技，让同学们了解到在世界杯、欧洲杯等各种体育项目中，世界顶尖球员在足球方面的才华和才华。足球运动员们的弹跳力、团队合作、临场应变的能力、足球选手们的顽强拼搏，都是足球的魅力和文化。通过观看录像，使同学们能够更好地体会到足球的快乐，同时也能体会到足球的精神文化。

7、结束语

综上所述，随着国家对于足球教学的重视，体育教师应积极探索新的教学方法和方法。要进行分类，采用逐步的方法，根据不同的学生情况，对不同的学生进行分类；通过引进运动游戏，达到“寓教于乐”、“融美”的目的，注重室内外、赛与训的有机结合，真正提升了学生的足球素质。

参考文献

- [1] 窦东豹. 校园足球在初中体育教学中的开展策略探究[J]. 当代家庭教育, 2019(30): 80.
- [2] 杨聪. 浅析初中体育足球教学的高效开展策略[J]. 新课程(中), 2018(11): 231.
- [3] 林燕. 浅析初中体育足球教学的高效开展策略[J]. 考试周刊, 2018(45): 127.