

术水平等各方面的一个综合体现；而综合性方面指的是，眼、耳、手、脑等多种综合能力的集中体现，而不是单单只靠一两个特定的技能能力就想取得理想的训练效果。要想训练出一个优秀的跆拳道选手，短期是不能实现的，而是需要一个长期不断训练的过程。跆拳道的训练教学内容主要包括基本的技术训练，战术的训练，身体素质的训练和综合素质的训练以及实战的训练。基本技术的训练主要包括进攻、防守以及反击三个方面的主要内容。战术的训练 则是要教给学生科学的战术方法以及实战的战略手段。身体的素质训练主要包括速度训练以及灵敏度训练，力量训练以及柔韧 训练和耐力训练等几个方面去着手。综合素质训练主要包括学生的心理素质，临场动作的应用能力，以及临场分析能力。通过对这些方面的能力训练，来提高学生在实战时的心理素质水平，提升学生的综合素质。实战训练则是在实际训练过程中，通过模拟实际对 战技巧从而能够使学生在实际运动过程中积累经验，掌握实战技巧。

3. 创新教育理念下跆拳道教学训练方法的实施

3.1 利用新科技教学提高学生的兴趣

在现代的教学里面，新科技的教学已经应用于任何一门课程，并且为了能够让学生知道了解更多的知识，使得学生的视野得到开阔，在创新理念的教育下更要让更多媒体进入到学生们的视野当中，让学生可以利用多媒体来查询更多跆拳道相关的教学例子。而且跆拳道不单单是能够为学生带来自身身心健康的发展。跆拳道作为一项武道运动的活动，并且也是能够在世界比赛中获得奖项的，那教师在进行跆拳道教学的时候，就可以播放一些相关的视频来进行指导，让学生知道跆拳道不仅是一门武道运动的学习，也是学习“始于礼，终于礼”的武道精神的传承。

3.2 让跆拳道融入生活当中，使学生知道学习跆拳道的重要性

跆拳道不仅仅是一个个体性碰撞的技击运动，它是运用空手和赤脚这种人体的

关节武器来保护自己，进行自我防御的一种武术，是能够为学生在生活中得到一定帮助的运动。跆拳道能够为女生起到一些防护的作用，可以使学生在学习跆拳道的时候有护身的功能，这就可以促使每一个学生在学习跆拳道的时候更加的积极。而且能够让学生在在学习跆拳道的时候，帮助解决生活上所遇到的一些问题，这也会使得学生学习跆拳道更加有动力。因为学生学习跆拳道不仅是可以保护自己更是可以是在危急的情况下保护他人。让学生知道学习跆拳道不管是在社会生活中可以伸出援手，还是在为自己身心健康更加有安全感，和为国家奉献自己的一份力量。

4. 结束语

综上所述，学生在进行跆拳道学习的时候，教师应当结合跆拳道训练教学的基本特点，改变传统的教学方案，并且要在创新理念下的教学情况下为学生提供了更加多的学习方法和训练方法，建立起完善的跆拳道训练教学方法体系。跆拳道蕴藏着的精神追求与信念是不屈不挠奋发向上的，是自信心的体现，所以跆拳道对于学生来说也是越来越重要，在创新理念的情况下实施跆拳道教学是有益于学生的全面发展的成长的。

参考文献

- [1] 曹航宇. 基于课程资源的跆拳道教学方法创新研究[D].
 - [2] 田洪超. 跆拳道分层教学模式的理论构建与教学方法[J]. 课程教育研究, 2013, 000(019): 194-194.
 - [3] 孙茂君, 张娇, 朱海燕. 跆拳道教学理念创新与实践改革[J]. 中国校外教育, 2018, No. 638(18): 11-12.
- 作者简介:
朱璞玉, 1979年6月, 女, 江苏徐州, 江苏师范大学体育学院, 江苏省徐州市, 221000, 汉, 讲师, 硕士, 大学体育跆拳道专业。

增强初中体育足球教学趣味性的实践探究

易 俗

(重庆市万州外国语学校 404000)

【摘要】应试教育背景下，体育课程的教学不大受人们重视。随着新课改和素质教育的深入推进，初中体育课程的教学越来越受重视，随之足球教学也越来越受重视，只有不断增强足球教学的趣味性，才可以激发学生参与足球运动的热情，提高学生足球运动的水平。本文对初中体育足球教学的问题进行分析，提出了增强初中体育足球教学趣味性的策略，希望对更好地开展足球教学提供有利参考。

【关键词】初中体育；足球教学；趣味性；增强措施

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.08.472

新课改后，体育课程中的足球教学越来越受重视，一线体育教育者都主动参与到对趣味足球教学的策略的研究中，此过程中，教师的教学观念得到转变，教学思路得到更新，能为初中体育足球教学提供更为广阔的空间，为学生创造更加丰富多彩的足球教学内容，不仅能提高学生足球运动的兴趣和水平，还能够提高足球教学的质量，将足球教学促进学生德智体美劳全面发展的作用发挥出来。

一、初中体育足球教学中的问题分析

1、教师的专业性不高

初中体育足球教学中，要想取得理想的教学效果，教师的专业性十分重要。现阶段很多初中体育教师在足球教学中，在教学设计、教学方法的选择以及学生疑问的解答方面，都表现出了专业能力缺乏的问题，这将会影响学生足球运动的热情和效果。因此，在新课改后国家对足球、篮球等运动重视度不断提高的背景下，如何提高体育教师的专业性，是广大足球教育者必须要关注的一个问题。

2、学生对足球教学的认知不足

学生对于足球教学的认知程度，直接影响学生参与足球运动的热情。现阶段很多初中生比较重视文化课的学习，对于足球运动的认知，只停留在表层中，对足球运动对自身学习、成长、生活等方面的帮助，并没有真正意识到。在此不正确认识的影响下，学生参与体育足球运动的热情不高，这样会导致教师无法展示自身的教学魅力，影响了足球教学功效的发挥。

二、增强初中体育足球教学趣味性的实践措施

1、提高体育教师的足球专业能力

教师是初中体育足球教学的组织者和引导者，只有教师的专业能力不断提高，才可以优化足球教学效果，让学生在足球学习中收获更多。因此，作为新时代的初中体育教师，必须要具有与时俱进教学的意识和能力，要加强学习和操练，在扩充自身足球方面能力的同时，结合最新的初中体育足球教学大纲和学生的足球运动情况，规划出具有系统、科学、创新、趣味特点的足球教学内容。比如：教师可以通过网络的方式吸收专业性的知识，如关于脚内侧踢、停球技术中肌肉的扭动、分解等内容，其描写十分的详细，教师要在对其精华提取之后，将之与足球教学内容结合起来，这不仅能够丰富足球教学内容，提升足球教学的趣味，还可以让学生知道如何规避肌肉损伤。

教师在不断提高自身专业素养的过程中，不仅能提高初中体育足球教学的专业性，还能够增强学生对教师教学的信服度，能让接下来的足球教学活动更加顺利的开展，将足球教学的价值最大限度的发挥出来。同时，能让体育教师保持持续学习的行为，逐渐形成终身学习意识。

2、增加教学设计的趣味性

只有在教学设计中注重其趣味性，才可以将教师的专业能力发挥出来，保障足球教学的效果。教师在对实施趣味性教学设计的过程中，要加强对学生的了解，在准确把握学生感兴事物物的基础上，根据自身汲取的优秀教学经验，对足球教学精心设计，提高足球教学趣味性的同时，激发学生的足球运动热情，让学生发自内心的喜欢上这项运动。

的喜欢上这项运动。

比如在教学中“左右脚交替踢球”内容时，教师在标准动作示范和讲解动作要领后，采取自由结组的练习方式，在各组完成练习后，以小组的方式让各组进行展示，其中展示最不理想的小组，要根据其他小组的要求，对最优秀的小组进行模仿，或者对其他小组感兴趣的动作进行演练，在展示效果最不理想小组的运动过程中，教师要对其动作的难度性进行监督，要确保所做动作与学生的肌肉运动规律、学生能承受的强度相一致，确保学生在足球运动不出现任何的危险。此次教学活动的开展，由学习模块、练习模块、比赛模块、奖励模块共同构成，不仅提高了教学的趣味性，还加深了学生对这部分内容的理解和掌握，这将为学生的足球运动打好坚实的基础，并确保学生能在后续的足球运动中规避运动损伤。

另外，教师在足球教学设计中，必须要多做一些准备，也就是多设计几组趣味教学环节，以便于根据课堂教学的实际情况进行选择，这样能提升足球教学的灵活性和趣味性。足球教学中引入趣味性内容，能营造活跃、放松的教学氛围，对学生的足球学习确实十分有利，但要想真正发挥其作用，教师必须要确保其趣味设计与教学内容和学生实际情况相符，不可以出现仅为了增强课堂教学趣味性，而设计一些对课堂教学氛围表面有益的工作，那样只会局限学生的发展。

3、课后总结中增强足球教学趣味性

课后总结是足球教学的重要环节，教师要明确课后总结在增强足球教学趣味性方面的作用，要将其作为增强足球教学趣味性的重要途径。课后总结的面必须要广泛，如要涉及教学内容、教学节奏、学生反应、自我教学表现等各项内容，在总结中教师会对足球教学中的趣味教学点进行把握，促使教师主动进行创造性的设计，这能让让学生更加全面的感受足球教学的魅力，为更为专业足球运动人才的培养奠基，让学生后续有更多成才的选择。

比如在完成“支撑脚站立”内容后的总结环节，笔者发现对于课堂中所设计的团体游戏学生们十分感兴趣，参与度高，所以教师可以将团体游戏纳入趣味教学的体系中，在后续的教学中对其中多次合理运用，并要对其中学生参与的问题进行总结，在后续设计时进行有效规避，提高初中体育足球教学的趣味性和质量。

总结

综上所述，增强初中体育足球教学的趣味性，能推动现代初中体育足球教学的发展。教师要加强对足球教学中问题的分析，以学生为教学的切入点，对其趣味性内容、趣味性教学方法等进行多元化的探索，并将之落实于实际的教学中，提高教学的灵活性和质量，促使学生足球运动热情和能力的持续提升。

参考文献

- [1] 李志红. 浅谈如何在初中足球教学中培养学生的学习兴趣[J]. 天天爱科学(教育前沿), 2020(12).
- [2] 李淑芳. 初中体育足球的趣味化教学策略探究[J]. 考试周刊, 2018(16).
- [3] 邱大颖. 关于初中体育足球教学的优化策略研究[J]. 考试周刊, 2017(12).