

# 高中体育教学中足球运动开展现状及对策分析

邓宇鹏

广州市天河外国语学校

**[摘要]**随着社会的不断进步,在教育方面的重视也在逐步地加快中,体育作为一门重要的学科,可以更好地提高学生的体能和耐力,为学生带来更好的身体锻炼。因此,本篇文章将通过分析高中体育教学中足球教学的现状,进一步阐明开展足球训练的必要性,并提出相应的对策。

**[关键词]**高中体育;足球运动;开展现状;有效策略

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.09.834

足球作为一项竞技体育,在世界范围内也受到了广泛的欢迎,中国人对足球的喜爱表现在生活中的方方面面。尤其是从现有的教学改革当中,足球作为一门选修课程,再一次地被纳入到了高中教学当中,一方面可以给喜爱足球的高中生提供一次锻炼的机会,另一方面也可以使中国足球运动不断发扬光大,把竞技体育更好地融入高中体育的教学当中,进一步地激发学生对于足球的热情和积极性,从而能够不断地提高体育的成绩。

## 一、高中体育教学中足球教学开展的现状

### (一) 足球课程开设的课时不足

从现有的教学情况来看,由于文化课程在高中阶段占据着重要的地位,很多学校十分注重高考的升学率,而忽视了对体育课程的深入开展,使很多学生对于体育锻炼变得十分的薄弱。有的学校一周只会设置1~2节的体育课,甚至少之又少,这使很多高中生忽视了对足球课程的学习。如果学校对足球课程课时开设并不充足,就无法在课堂中形成良好的学习氛围,学生也无法从多个角度出发,更好地对知识点进行研究,更无法提高课堂上的教学活力。足球课程开展课时过少,体育教师会慢慢对体育课产生松懈心理,学生也无法重视体育课程,更别谈体育锻炼。在新时代的背景之下,发展长期的素质教学目标十分的重要,学校就需要改变现有的教学手段,能够把体育课程开设的课时更长,把足球课列入选修课程当中,让喜爱足球的学生进行选择,给予高中生充足的锻炼时间。<sup>[1]</sup>

### (二) 师资力量严重缺失

现如今,在很多普通高中当中,足球师资力量十分的欠缺,尽管现有的教师都有着较强的专业知识,丰富的教学经验,但是其在体育课程中的足球教学当中缺少创新意识,仍然是使用传统的教学方法展开教学,导致了普通高中阶段的足球教学并不乐观。足球教师不仅是需要较高的专业水准,而且还需要制定系统化的教学计划,如果是仅有教学计划而无专业水准也无法使足球课程顺利地展开。从现有的教学情况来看,很多体育教师对于足球知识结构的认知十分的单一,容易进入足球教学的误区,而又受到了传统教学方式的影响,无法突破自己的教学水平,使学生感觉足球课程十分的无聊,这种教学现状循序往复,只会使足球课变得十分的枯燥无趣。改变这种教学现状,离不开投入一定的资金和

人力,能够培养教师的专业水准,从而给学生们带来丰富多彩的教学课堂,更好地开展课堂教学。

### (三) 教学制度的不完善

从当前的教学现状来看,很多教师采用着单一教学传输方法,并没有改变传统的教学模式,也未结合每一个班级的学生情况来开展针对性的学习。有一些学生对于足球的训练有一种畏惧心理,不敢轻易地去尝试足球运动,而教师如果只采用一刀切的教学方法,就无法让更多的高中生融入足球训练当中,如果学校不能够完善教学制度,那么就无法使教师花更多的精力融入课堂的学习当中,从而进一步严重地影响了普通高校体育教学的水准,使每一个学生的学习水平出现了欠缺。另外,从教学制度上来看,对于足球基础设施的建设也存在着较大的问题,欠缺完美的资源,老旧的足球场并不能够满足学生对于足球训练的需求,在一定程度上也会影响学生对于足球训练的热情。总体来看,健全的教学制度和一定的资金投入,有助于学生更好地开展足球训练,有助于教师更好地开展教学内容,从而建立有效的教学机制。

## 二、开展普通高中足球教学的必要性

### (一) 有利于增强学生的身体素质

在众多体育项目当中,足球运动的训练工作需要学生能够拥有良好的协调性与合作性,通过大力的开展足球运动教学,可以让学生更好地接受体育运动,不断地提高个人的身体素质,让学生能够拥有良好的身体状态。尤其是从现有的教学情况来看,很多高中生的学习压力过大,文化课程过多,如果可以通过足球增强学生的身体素质,放空学生的大脑,就更有利于学生进行文化课程的学习,拥有更加强健的体魄。<sup>[2]</sup>

### (二) 有利于提升学生的心理素质

从实际教学来看,足球运动作为一项特殊的项目,需要攻守兼备,其比赛也是相当的激烈。对于每一个学生来说,只有保持好心态,在具体的比赛当中与队友共同合作,才能够实现出足球运动的价值。学校要积极地开展足球比赛,让更多喜爱足球的人能够加入足球运动当中,让每一个高中生能够在团队当中感受到集体的力量,不断地增强自己对足球的认知,不断地提高学生的心理素质,加强现有的教学水准。

### (三) 有利于营造锻炼的良好氛围

足球运动作为开展的体育运动之一,需要教师能够采用

多样性的教学方法,更好地对知识点进行讲解,帮助学生开展专项体育运动,从而能够营造良好的锻炼氛围。尤其是从现有的教学现状来看,教师通过开展教学改革,把足球运动融入体育日常当中,能够营造良好的锻炼氛围,让更多的学生能够认识足球,体验足球运动,不断地提高课堂上的教学活力。

### 三、在高中开展足球运动的有效对策

#### (一) 转变原有的教学方式,做好课前热身运动

现如今,各个高校都在开展体育课程的足球教学改革,这不仅关系到每一个学生未来的发展,而且也和学校开展素质教育的运行息息相关,也是各个部门需要高度重视的工作之一。学校需要改变传统的教学方式,邀请相关的专家为体育教师融入新的教学理念,让更多的教师能够重视体育锻炼,在开展足球运动的时候充分地做好热身工作,让更多的学生以更加饱满的热情,投入到足球的训练当中。

在开展足球运动的过程当中,首先,体育教师需要做好运动之前的热身工作,教师可以先让高中生在操场上进行跑步,通过跑一圈,走一圈,再跑一圈的形式,能够让更多的学生活络筋骨,打开自己的身体机能,更好地适应到体育课程当中。紧接着,教师需要在课堂上讲述开展足球运动的注意事项,让每一个学生能够了解到开展足球运动的基本规则,每一个学生还要学习足球运动的相关技巧,从而能够更好地开展足球训练。然后,教师需要进一步的强调安全事项,也就是说,如果学生在足球训练的时候出现了打嗝或者是气短的现象,要缓慢的停止足球运动,在旁进行休息,而不是要强撑着进一步地开展足球运动,从而让每一个学生在开展体育锻炼的时候,注意身体素质的发展。最后,教师也需要进一步地强调,学生们在做完体育锻炼之后,尤其是足球运动会,消耗学生大量的体力,学生在锻炼完毕之后,需要进行拉伸活动,再一次的舒缓自己的筋骨,防止出现抽筋等现象。因此,教师通过把课前课后的热身和热身后的注意事项向学生进行强调,有利于学生更好地开展足球运动。

#### (二) 采用合作小组方式,有效开展足球专项训练

合作小组在体育教学中应该得到充分的应用,尤其是从现有的教学情况来看,很多学生缺乏对于体育锻炼的意识,教师通过采用合作小组的模式,可以让更多的学生参与到足球的运动当中。尤其是对于一些从未接触过足球运动而又想要尝试的高中生来说,通过合作小组的模式,可以让这些学生更好地进入到团队当中,与其他同学一起学习足球的相关运用技巧,使自己的体育运动变得更加的丰富多彩。

要想使足球专项运动开展得更加顺利,首先,教师就需要在班级里成立合作小组模式,并选择足球专业技术较好的高中生担任每一个小组的组长,使每一个合作小组的成员能够更加充分的接触足球运动。紧接着,教师先需要在课上开展课内讲解,向学生讲述足球的相关技巧,让学生能够了解足球的一般运动,对足球运动有更加充分的认知。在开展课

外活动,以小组为单位,让更多的学生能够开展颠球运动,并让小组成员能够设置目标,比如说通过几节课地训练,每一个小组成员可以颠3~4个球,帮助学生更好地对知识内容进行学习,尤其是对于一些对体育较为畏惧的学生来说,通过小组的带动可以一起学习,颠球较好的学生可以带动颠球技术较差的学生一起进步,从而有效地开展足球专项训练。最后,在颠球运动结束之后,教师再向学生们讲述足球比赛的相关知识和相关要求,让小组之间进行训练赛,帮助学生慢慢地使用足球比赛的相关规则,能够融入足球的运动当中,给予学生们一个良好的锻炼时机,不断地提高现有的教学水平。

#### (三) 开展足球相关比赛,丰富足球的运动模式

为了更好地开展课堂教学,就需要教师能够不断地创新现有的教学模式,激励学生对足球运动有更加深刻的认知,从而能够丰富现有的足球运动模式。通过足球比赛,不仅可以培养学生的足球爱好,也可以激发学生的体育竞赛精神,让更多的高中生参与到体育锻炼当中,在学校融入体育竞赛,从而营造出良好的教学氛围,更好地丰富现有的教学模式。

在开展足球比赛的时候,首先,学校需要为学生提供一定的场所,并通过比赛的形式鼓励更多的学生参与到足球比赛当中,足球比赛可以分为专业赛、训练赛以及友谊赛,无论足球水平如何,每一个学生只要积极参与到足球比赛当中,都有一定的奖励可以拿到,所以说,教师需要积极地鼓励学生参与到足球比赛当中,在开展比赛之前,需要对参赛的学生进行定期的训练,从跳远、跑步、颠球等多个体育锻炼的形式出发,让更多的学生能够融入体育竞赛当中,不断地加强现有的教学水平。也就是说,为了能够丰富足球的运动模式,教师需要通过开展足球相关的比赛,让每一个学生能够融入课堂的学习当中,参与到体育竞赛当中。在开展足球比赛的过程当中,每一个学生对于体育运动有了全新的认知,无论输赢如何,都通过体育认识了更多的朋友,通过体育增强了自身的身体素质。所以说,开展足球运动比赛可以更好地丰富现有的教学模式,给学生带来不一样的教学体验,不断地加强课堂上的教学任务。

总体来说,为了更好地开展体育锻炼,就需要教师能够创新现有的教学方法,给学生们带来不一样的教学体验,从而能够增强现有的教学形式,丰富学生的教学水准,从多个角度出发,为学生们呈现不一样的教学水平,使得教学内容变得更加的丰富多彩,学生有更多的体验和收获

#### 参考文献:

- [1]孙延斌.高中体育教学高效课堂的构建探索[J].知识文库,2021(24):143-145.
- [2]李雅明.新课程标准下高中足球单元教学设计的着力点初探[J].现代教学,2021(21):45-46.