

# 浅谈中学生足球短传接球的配合

王衍峰

(辽宁省盘锦市大洼区新兴学校 辽宁 盘锦 124000)

**[摘要]**足球运动是目前影响力最大的体育项目之一。相较于其他国家而言,我国的足球事业长期处于停滞不前的状态,这与我国综合国力以及人口基数是不相符的。中学阶段的青少年处在生理与心理发育的关键时期,对他们开始足球教学工作必然会为我国储备大量的足球人才。而传接球技术是足球运动中最为基本的一项技能,想要提升足球能力必然需要加强传接球技术的学习。为此,本文从足球传接球技术相关理论知识入手,研究了当前农村中学生传接球技术的现状,在此基础上研究了传接球技术的培养策略,旨在推动我国足球事业的快速发展。

**[关键词]**农村中学;足球教学;传接球技术

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.04.363

相较于其他体育项目来说,足球对于技巧性的要求更高,所以,想要我国足球事业能够更好地发展,需要从青少年时期就开始培养足球运动员,提升他们的综合素质,传接球技术是其中必不可少的组成部分。熟练的传接球技术以及战术执行力是保证球队取胜的关键所在。在比赛过程中,如果球队整体传球成功率较高,那么必然获胜的概率就会显著提升,比如当前国际足坛上,巴塞罗那以及曼城,他们平均每场的控球率能够达到70%-80%,控球率如此之高的原因在于熟练的传接球技术。因此,现代足球要求每个在场的队员都要具备过硬的传接球技术。

## 一、农村中学生传接球技术训练中存在的问题

### 1、传球习惯不良

行为习惯对于足球运动员成绩有着至关重要的作用。可是很多中学生在练习传接球技术的时候,存在着技术动作脱节以及低头传球的习惯,这些习惯容易造成中学生传球准确率降低、出球速度过慢的问题,对于学生今后足球项目的发展会产生不利影响。

### 2、视野不够开阔

宽阔的视野能够帮助中学生尽快地找到本方的队友,同时也能够了解对方球员的站位,从而提升传球的质量,接球队员也会顺利地卸下来球。所以,在日常传接球练习过程中,可是使用四角定位的形式来提升中学生在踢球时候的观察能力。可是因为当前因为课业压力的增大以及电子产品的普及,使得很多中学生都患有近视以及弱视等眼部疾病,并且呈现出了逐渐增高的态势,不利于学生拓宽自己的视野。

## 二、农村中学生传接球技术的培养策略

### 1、讲解技术要领

传接球技术含量较高,因此在学习的过程中存在一定的难度,掌握传接球的技术要领并且熟练地使用它们是传接球技术教学的关键所在。教师在平时的传接球教学过程中,要充分结合自身实践经验,总结传接球的技术要领,然后要课前做好充分的准备工作,整理好相关的资料,根据备课内容,突出重点与难点问题,在讲解的过程中要给予学生一定的启发,使学生能够在平常的传接球练习中不断探索,将理论与实践结合在一起,从而对传接球技术有一个系统的把握。在讲解传接球要领的时候,教师要根据学生接受能力分层次讲解。传接球要领能够分解为传接球目的和要求、传接球基本原则、传接球动作、注意事项等。对于传接球目的与要求,可以将其分成回传球、传中球、一次传球以及最后一传等方面,通过这种分层次的讲解,学生能够掌握每一种传球的使用目的、使用条件以及相应的技术要领。对于传球原则与要求,需要向学生们说明什么情况下可以传球,什么情况下不能传球,在能射门的情况下最好不要传球。同时还需要灌输向前传球或者是传身后球的技术要领和传球条件。注意事项当中,教师要提醒学生传球的时候动作要简练、快速,同时传球之前要注意隐蔽自己的动作,防止对方预判出传球路线,导致传球失误或者被拦截。在接球动作方面,则要使学生明白接球目的、方向以及动作要求。在农村中学足球课堂传接球的教学过程中,将各个环节分解开来,更加方便学生对于技术动作的理解,能够帮助学生形成系统而又全面的传接球技术体系。

### 2、教师示范

教师在课堂上讲解动作要领以后,可以亲自示范教学要领,使得队员能够通过感官掌握传接球的正确动作。在示范的过程中,教师需要注意以下几点,比如对于一些相对较为复杂的动作,可以拆解成几个部分,在第一次演示的时候,教师要放慢速度,采用分解动作的形式来演示,使得学生可以掌握动作要领,对于一些重要动作,教师则可以多次反复演示,加深学生对于动作的印象;学生全部掌握了拆解动作以后,然后在将这些动作连贯起来,在示范动作的过程中还需要讲解要领,以此加深学生记忆。除此之外,教师还需要演示一些经常会出现错误的动作,将这些错误的动作技巧和正确的相对比,使学生更加清楚错误产生的原因。在教师演示的过程中,还可以使用多媒体技术,记录动作要领,学生在课后可以反复观看影像资料,进一步掌握技术要领。

### 3、小组实战训练

在学生掌握了传接球技术动作以后,教师可以组织学生开展小组实战训练,利用比赛使学生能够将理论用于实践当中,并且在比赛当中获取学习乐趣。与此同时,教师还需要评价队员的学习情况,评价能够参考教练以及小组成员的综合意见,按照队员表现以及动作掌握情况、实际的使用水平来综合性评定,积极的鼓励队员,尤其是一些存在较大难度的动作,提升队员自豪感以及自信心,激发起学生传接球技术的学习积极性,从而有效提升学生的技能水平。

### 4、传接球训练

使用足球强来开展传接球练习,开始阶段可以练习固定位置接球,待熟悉以后可以边移动边接球。等到脚部接球彻底熟练以后,在开始使用胸部、腿部等部位接球。随着传球力度的加大,接球难度也会提升。在练习的时候需要调整支撑脚的位置,通过大腿来带动小腿,触碰足球的后中部,球踢出去以后,脚也要随着向前摆动。在课堂教学过程中,可以两个人组成一个小组开展传接球的练习,彼此之间相隔13米左右,传球队员使用不同的方法踢球,接球的队员使用各种不同的方法接球,但是需要注意的是,接球的方法以及部位一定要正确,动作要保持规范。通过这种形式,在提升传接球技术的基础上,也提升了彼此的默契度。

## 三、结语

想要提升中学生的足球水平,就是努力提高足球传接球水平。在比赛中谁有更多更好的传接配合,谁就主宰了比赛。每一次有威胁的传球都会形成一次具有威胁性的进攻,熟练、精湛的接传球技术能够有利于队员的正常发挥,增强团队进攻力,最终达到取胜的目的。这就要求大家在日常训练和教学中不断加强传接球技术训练。

### 参考文献

- [1] 张晓波. 浅析足球教学中中学生快速传接球能力的培养[J]. 科技信息, 2009(18): 355-356.
- [2] 黄明丽. 足球教学中中学生快速传接球能力的培养应用探究[J]. 亚太教育, 2019, (6): 28-28.
- [3] 陆济. 足球教学中中学生快速传接球能力的培养需关注的几个问题[J]. 新课程学习(基础教育), 2019, (6): 186-187.