

# 在高中校园足球教学中如何培养学生的兴趣和技能

程进

(河南省濮阳市油田第一中学 河南 濮阳 457001)

**[摘要]**受到运动改革方针的影响,校园足球得到了快速的发展。注重中学校园足球活动的开展,具有丰富我国足球后备人才的作用,同时能够带动中学生身体素质的提升,使其课余活动内容更加丰富多彩,锻炼中学生的意志品质。本文主要探讨开展足球教学过程中对于学生兴趣和技能的培养策略,希望能够对高中校园足球的发展起到一定的帮助。

**[关键词]**中学校园;足球教学;训练困境;对策

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.05.528

重视高中校园足球教学的有效开展,注重对于学生兴趣和技能的培养十分必要,不仅影响着我国足球事业后备人才的储备情况,同时也关系着国内足球事业的发展走向。

## 一、中学校园足球训练现状

### 1.1 教练员专业基础薄弱

足球教师方面的因素主要表现在缺乏专业的足球技能以及战术能力,无法形成关于学生教学的科学指导,更缺少对于每一位学生实际情况的准确把握,从而制定相应的专业化训练计划。关于训练的目标,时间,内容以及强度掌握不够精确,无法保证对于技术动作和战术的精细讲解,盲目训练导致学生身体受伤或者是兴趣下降。

### 1.2 训练模式老化

多数教师采用的足球训练模式都十分单一,导致足球课堂的氛围十分枯燥,无法顺利完成预期的训练目标,并且在实施训练过程中缺乏对于学生的严格要求以及严格的课堂纪律建设,这只会影响学生关于注册训练的态度,表现出较低的训练效率。

## 二、培养高中生足球兴趣、技能的策略

### 1. 课堂导入吸引学生,在导入中激发足球兴趣

考虑到高中学生的身心特点,想要提高校园足球训练的有效性,就需要保证足球活动充分吸引学生,将学生的注意力集中在课堂上。故此,在实施足球教学之前,必须进行有效的课堂导入,例如通过足球明星故事介绍或者是足球教学情景的创设的方式完成课堂导入,从而抓住学生的注意力,为后续的教学奠定良好基础。

### 2. 利用足球进行热身,体验足球乐趣

在进行体育教学之前都需要组织学生进行准备活动,其目的在于调整学生的身体状态,同时将学生的注意力拉回课堂中,具有预防运动损伤事故的发生以及高度集中学生注意力的效果,影响着足球教学的有效性。为了保证学生对于足球教学的充分参与,在热身准备环节也需要提高内容的丰富性,避免使用传统的慢跑和徒手操,可以将热身运动和足球训练进行结合,例如使用脚背内侧进行踢球者身,完成慢跑或者是拉伸之后进行脚掌脚内外侧,左右揉球,脚掌脚背内侧,脚背正面、脚内侧绕转动揉球等专业技术动作的训练,既达到了热身的效果,同时也完成了对于足球技术动作的练习,提高学生的球性,丰富热身环节,避免枯燥乏味,保证学生对于足球训练的积极参与。

### 3. 灵活运用足球游戏,在游戏中体验足球乐趣

考虑高中学生学习过程中表现出的特征,如果一味的采用技战术教学,只会影响学生对于足球训练兴趣的下滑。因此可以在其中融入一些游戏教学形式,通过游戏的方式实现技术动作的渗透,既能够提高学生关于足球训练的兴趣,也能够达到对于学生技能的培训效果。在游戏选择方面,应当以一些和教学内容密切相关的专门性游戏为主,例如曲线运球接力、颠球比赛、射门比赛等,这些游戏的运用既能够保证学生关于足球技能的充分训练,让学生拥有更多的机会和足球运动进行接触,也提供教师检验学生技能水平的良好机会。更为重要的是,这些游戏教学形式为高中生提供了一个与足球运动充分接触的机会,其自我意识能够得到体现,给予高中生充分的尊重,让其成为课堂的主人,更好地享受足球运动带来的快乐。

### 4. 少教多学,精讲多练,在实践中提高运用能力

为了提高高中学生的足球运动技能,教师往往会注重对于一些专业性技巧的讲解,但过多的偏重专业性的讲解反而会影响学生对于足球运动的兴趣。并且专业性的讲解对于高中学生而言具有一定的理解难度,故此在理论讲解部分,教师应当以重点和难点为主要讲解部分,其余的技术动作应当由学生通过自身实践和锻炼获得。为了提高足球教学的有效性,关于教学步骤和方法的选择十分必要,需要根据实际的教学条件和学生的学习情况做出正确的选择。保证足球技术训练的循序渐进,有简单的技术动作逐渐上升到较为复杂的技术动作,由慢速练习逐渐上升的快速练习,由近距离练习逐渐上升到远距离练习。将足球比赛和技术练习结合进行使用。同时要保持对于学生学习状况的密切关注,及时纠正学生的一些错误动作。

### 5. 充分利用教学比赛,在激情中提高足球技术

足球运动具有一定的对抗性,因此在足球教学过程中也需要充分发挥该项运动的对抗性特征来提高学生的运动技能。并且足球运动需要团队之间的协作,通过比赛的方式来促进队员之间的默契程度,也能够让高中学生充分感受到参与足球运动所收获的快乐。因此,作为足球教师就需要善于挖掘学生对于足球比赛的兴趣,通过适当的教学笔下的方式来提高足球教学的有效性。在比赛形式上应当注重形式和方法的多样性应用,即能够保证教学目标的完成,也能够充分激发学生对于足球运动的训练热情。可以以一些技术动作作为比赛重点,激发学生足球兴趣的同时帮助技能的提升。然后在此基础上延伸到一些团队形式的足球比赛,例如传接球比赛或者是“三打三”“四对四”的正规比赛,目的在于提高高中学生参与足球运动的竞争性,激发学生内部之间的良性竞争,通过这种方式来提高学生对于足球训练参与的积极性,达到以赛促练的效果,同时比赛的训练方式也能够针对学生的足球意识和配合意识进行提升,可谓一举多得。

## 三、结语

综上所述,在高中阶段开设校园足球教学,需要结合高中学生的生理,心理特征,选择合适的教学方式,注重课堂导入环节的有效设计,保证学生能够充分参与到足球训练过程中。在激发学生对于足球训练参与兴趣的同时,也需要选择合适的教学方法,实现学生足球技能的提高,运用多种形式的比赛来提高学生之间的竞争欲望,达到以赛促练的教学效果,结合游戏教学模式完成足球技能的教学任务,从而为我国足球事业的发展储备更多优质的后备人才,扩大校园足球的影响力,同时也有利于提高高中学生的身体素质以及综合意志品质,符合素质教育的相关要求。

## 参考文献

- [1]余登全.对中学校园足球训练的思考[N].科学导报,2017-03-31(C08).
  - [2]严国建.高中足球教育开展及发展探析[J].运动,2018(21):120-121.
  - [3]钟华.中学校园足球教学的瓶颈与策略分析[J].求知导刊,2015(23):29.
- 基金项目:本文系2020年度河南省基础教育教学研究项目《高中生校园足球运动兴趣与技能培养的实践研究》(JCYC20132506)研究成果。