

# “组合训练法”在小学足球教学中的应用研究

刘海峰

(广东省梅州市梅县区业余体校 广东 梅州 514000)

**[摘要]**随着社会发展的需求,国民素质的要求也逐渐提高了标准,尤其针对小学生,身体素质成了综合素质发展的重要组成部分。为了使小学生更好地参与小学教学活动,全面提升综合素质,首要前提必须具备良好的身体条件。因此,小学体育教学过程中设立足球训练项目,进一步帮助小学生增强身体素质。基于此,简要分析如何应用“组合训练法”方法,提高学生小学足球学习效率,同时也为学生未来可持续发展提供了前提条件。

**[关键词]**组合训练法;小学足球;应用

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.514

## 前言

要提高小学体育足球训练的效率,首先必须培养学生对足球的热爱,然后积极锻炼学生的足球水平,充分保障足球课程质量能够得到质的飞跃。同时,在当今社会、科技不断发展的大背景下,教师可以借助多媒体实时播放足球比赛,激发小学生的兴趣,帮助他们进一步体验足球比赛的激情。因此,通过组合训练方法,从而培养学生的足球素养,提高学生参与足球训练的积极性。

## 一、组合训练法的基本概述和意义

小学足球教学涉及很多足球技巧、方法等体育知识。目的是通过足球教学训练的方法,对其进行科学的组合,从而提升学生的学习效果。它的主要特征遵循足球项目的训练规律,将多种不同训练方法结合在一起,整合成一种训练体系。这对培养学生的核心素养具有很重要的作用,不仅激发了学生的学习兴趣和,增强学生的足球素养和运动精神,同时还为学生今后学习生涯中奠定一个坚实的身体素质基础。体育教师在进行足球训练教学时,需要根据不同学生的学习特征和实际情况,制定一系列符合学生身体需求的教学内容,并根据这些内容,把握足球训练中存在的问题,进行分析和讨论,将不同的训练方法组合成一个有效的工作训练当中,才能进一步提高教学的效率和质量,并在足球教学过程中,强化学生的足球技巧和训练方法,并快速让学生掌握基本的足球知识,从而促使小学体育顺利进行。

## 二、小学足球结合组合训练法的作用

足球作为目前社会发展中一个重要的竞赛运动,它能够很好地激发人们身体内部的潜在能力,这也体现了足球对运动项目具有至关重要的影响。因此,想要在足球比赛中发挥更好的训练作用,就必须根据科学化方法不断进行训练,提升自身素质,强化体育意识。在足球教学中,学生是课堂的个体,教师需要尊重每个学生的个性化发展状况,满足学生在足球训练中的需求。其中,就需要教师根据学生具体的实际情况,组合成不同的训练方法和训练技巧,帮助学生足球专项体能训练的提高。例如,教师在帮助学生制定训练计划时,首先切实结合学生“球感”方面,从而针对性制作训练计划,只有尝试着让学生对球感摸索的训练,学生才能在接下来体能训练当中,更好地发挥足球战术,提高足球专项训练能力。

因此,组合训练法在目前的小学足球中占据相当重要的作用。这不仅是体育训练方法发展中的一个分支,而是在很大程度上,已经成为足球训练中重要的支撑教学环节的方法。因此,学生在进行“组合训练法”时,教师不仅需要按照严格的教学原则实现训练目标,同时在针对学生技术水平方面,体育教师要懂得分析学生的心理变化,了解学生的实际学习特征,循序渐进,将训练难度由易到难慢慢训练。只有这样,组合教学法才能真正提升足球技能水平,学生才能正常发挥在实战中,充分利用组合训练方法进行比赛。这不仅是对学生是一种实践考验,同时也是在对教师教学效果中的一种检验手段。所以,教师在进行组合训练法时,必须充分结合实战型的特点,充分发挥其教学方法的优点,真正提高学生的足球技术水平以及专项体能的能力。

## 三、小学足球运用组合训练法的具体策略

由于小学六年级来说,正要上升初中,身体素质处于关键的发育阶段。因此,教师在进行足球训练时,应当采用组合训练法,帮助学生专项体能的提高,并根据每个学生的

身体条件,尽量降低训练难度,合理优化小学生足球训练的标准,必须降低一定的风险性,在进行足球训练时,充分保障了学生的安全。

### 1. 寻找学生的好奇点,激发学生的兴趣

小学体育教师首先要了解每个学生的学习行为、学习特征,充分了解他们对足球是否具有一定的兴趣以及他们喜欢的体育项目。在调查过程中,体育教师应深入学生群体,确保调查资料足够真实。合理地安排足球训练,这样才能更好地满足学生的学习需求,激发学生对足球的兴趣,提高学生参与足球训练的积极性。比如,教师可以通过多媒体实时直播足球比赛,让学生体验足球魅力和激情,潜移默化对足球产生热爱。另外,教师需要结合实际,具体分析足球训练的难点,然后结合学生的实际情况,制定一套合理、规范的足球训练目标。促使小学生在足球训练过程中达到有效的教学效率。

### 2. 强化训练思想的重视,合理采用足球协调性方法

由于足球是一种比较激烈的竞争项目,在比赛过程中很容易造成学生受伤,因此也就意味着,注重加强学生的协调性训练,提高灵敏度,同样是学生足球比赛时的一种巨大考验。教师应针对学生的足球比赛时运动走位的变化,结合多种训练方法和训练技巧,针对协调性进行统一化的训练。不仅需要强调协调性在比赛过程中的重要性,同时这对于学生在运球、传球、抢断方面等等,都能很好地达到足球运动竞技的理想效果。

### 3. 建立小组,培养学生合作精神

组织学生参加足球比赛增强学生对足球训练的兴趣,促使学生在足球训练中养成良好的体育精神和体育意识。因此,这对于体育教师来说,在组织学生进行长时间的足球训练后,适当组织学生参加足球比赛。例如,根据每个班级的学生,自主分配成不同的小组,进行足球比赛。在比赛过程中,体育教师要及时观察学生在比赛的情况,并在比赛结束后帮助学生分析失分的具体原因,然后进行有针对性地训练。同时,以班级为单位进行足球过程时,需要提到班级集体的效果,有效地提高班级凝聚力,增强学生足球技能的应用效果,也能提高学生参与足球的积极性,让学生掌握更多的足球知识。

## 总结

综上所述,足球是小学体育的重要组成部分,也是国家体育事业重点发展的项目,这样不仅保障了小学体育足球训练的质量和效果,同时也有助于提高小学生对足球的热情。因此,教师应根据不同实际情况,制定更加合理有效的足球训练计划,帮助学生在训练中,可以有效发挥其优势,使得小学体育足球训练的效率大幅度提高。除此之外,学校还应重视足球教学,更新传统教育观念,贯彻落实国家政策,积极采取“组合训练法”作为足球训练的基础,为学生打造一个独具价值、魅力的足球教学课堂,从而提高学生的足球技术水平和专项体能能力,帮助他们建立良好的足球信心和足球素养,也为他们以后的体育发展打下坚实的基础。

## 参考文献

- [1] 蒲承玺. 高校足球教学中组合训练法的应用研究[J]. 当代体育科技, 2020, 10(01): 38-39.
- [2] 李沐春. 浅谈如何提升小学足球的实战能力[J]. 当代体育科技, 2017, 7(28): 37+39.