

大学体育足球训练与理论教学协调发展研究

王勇

云南师范大学体育学院 650500

摘要:对大学体育足球训练与理论教学进行研究发现,适当调整理论教学和足球训练的时间占比,保持二者的平衡性师促进训练和理论的协调发展的重要方面,再针对不同学生优化足球训练与理论学习的占比,是提高大学学生体育足球水平的重要手段,是调整理论与实践教学结构的重要参考。本文将针对大学体育足球训练与理论教学的协调发展进行研究,并做出改善措施,以促进两者的发展。

关键词:大学体育足球、运动训练、理论教学、协调发展

足球是一项有特殊魅力和强大吸引力的运动,在全球的专业运动员,粉丝爱好者数不胜数,被誉为“世界第一运动”。在高校开展足球选修课,培养大学生的竞争能力、团队协作能力和集体荣誉感,从各方面提升大学生的素质,做到“德、智、体、美、劳”全面发展。但是现在大学的足球教育在足球训练和理论教学的协调发展上存在很多不足之处。

1、体育足球训练和理论教学的含义与差别

1、体育足球训练的含义

体育足球运动是在老师的指导安排下,学生针对足球技能、战术运用及体能训练等进行运动训练。同时在进行足球训练时,要有明确的训练目标,如培养大学生的竞争能力、团队协作能力和集体荣誉感。在训练中不仅要做到“体”的发展,培养学生的足球技术、战术运用等,也要做到“德、智、美”的全面发展。

2、体育足球理论教学的含义

一项体育运动也必定会有其精神内涵以及在实践中的理论运用,尤其是足球这样一个团队竞争性的运动,在比赛中的团队战术的运用,传球、攻防等措施都蕴含很大的学问。所以,在体育足球课程中,不经包含了体育训练,还应加强学生理论知识的教学和丰厚的体育精神的培养,让学生对足球的技术和战术相关知识有充分了解,熟练使用方法。

3、体育足球训练和理论教学的差别

足球体育教学中,理论教学和足球训练是足球运动中的主要部分。两者存在很大的差别。首先,足球课程的理论教学对学生的理论知识、战术运用方法方面更为重视;而足球训练则对学生的技能培养、技术训练更为注重。其次,足球训练和理论教学在教学目的上也存在很大的不同,体育课程的目的是为了培养学生的综合能力,提升学生的综合素质以及丰富学生与足球相关的理论知识和运动精神。而足球训练则是目的是为了学生的运动水平和足球基础技能。总的来说,虽然足球训练和理论教学都是体育足球教学中两个重要的组成成分,但是两者存在着明显的差别。然而理论和实践是一个不可分割的体系,在理论教学中也会掺杂技能

教学,在足球训练中也会融入理论讲解,这也是两者紧密联系的部分,因此两者虽然在侧重点不同但最终目的却是一致的,是一个并行并重的关系。

2、足球训练和课程教学中存在的问题

1、足球训练和理论教学时间分配不合理

对于足球训练和理论教学的时间上的分配的不协调往往是两者发展不协调的根本。在现实的授课环境中,由于带教教师的不同,对于足球教学的人也是会不同,因此,在教学中就会出现足球训练与理论教学两者中有不同的偏向,有重训练而轻理论的,有重理论而轻训练的,也有训练和理论并重的。不同的教学形式下,就会产生不同的教学成果,或高或低,或擅长与哪一方面而另一方面却有所欠缺。

在2018年合肥工业大学在足球选修课对不同学生的抽样调查中公布的数据就有很强的说服力。调查将选修足球公开课的358名学生等分为三组,分别命名A、B、C三组。以对比参照法,其中A组以足球训练为主,百分之九十五的训练和百分之五的理论教学;B组以理论教学为主,百分之七十五的理论教学和百分之二十五的足球训练;C组这是采取两者平衡教学,足球训练和理论教学各占一半。最后,以实践对抗比赛的方式,从战术应用、足球技巧、团队协作能力和传球失误率等多方面进行评估教学成果。结果显示,A组在个人的能力上相比B组要好一些,和C组不相上下;B组在整个比赛中的战术运用要强于其他两组,但是在整体的实力上却显得相当薄弱;C组的话在整体效果上都要明显强于其他两组,在比赛中从理论运用到技巧运用水平都比其余两组要高。

在现实的教学,却往往以A组和B组的教学方式偏多,所以在现实教学中还是存在许多不合理的现象,对两者的教学内容上的分配不合理。

2、师资力量不够强

一个强大的教师团队是一个优秀的球队背后强有力的支柱。如上所述,足球体育课程中理论教学和足球训练存在很大差异,而协调好两者的关系对促进足球体育活动的发展

具有长远的意义。但是在实际的课程教学活动中,由于一些教师对足球训练和理论教学没有深度了解,对两者的关系无法很好的进行协调,无法合理安排两者之间在教学中的占比,划分不明确。而学生的教学活动一般都是跟着教师的计划走的,这就使得学生的综合素质无法得到有效的提升,不能很好的达到教学目标。没有一个强大专业的教师团队,就很难控制协调好两者之间的关系,不仅没有对学生的综合素质起到加强,有时候反而会对学生的全面发展有阻碍。

3、促进大学体育足球训练与理论教学协调发展的措施

1、平均分配足球训练和理论教学的时间

从以上的调查研究结果,结合现实教学中的短板,我们可以发现平衡分配足球训练和理论教学的时间是相对重要的一环,把控好两者之间的度就会起到事半功倍的教学效果。如:理论教学时间过长,虽然可以积淀深厚的足球运动理论知识,但是实践能力却严重欠缺,理论与实践不相协调,使得理论无法很强有力的运用到实践战术中去,最终的综合教学效果还是差强人意的。相反,如果只注重训练而忽视了理论教学,就会产生整体水平以及个人水平难以提升的瓶颈,有强大的运动能力,但是却缺乏理论的指导,这样的活动是很难成功的,也很难达到预期的训练效果。只有将理论与实践相结合,在学习时将足球训练与理论教学相结合,两者并重,就像实验中的C组一样的教学模式,合理分配好训练和理论的时间和内容安排,才能很好的提升一个球队的素质,提高大学生的足球运动的综合素质。

2、因材施教,调整课程结构

不同的足球爱好者以及在高校大学生,在足球运动方面的能力也会参差不齐,各有所长,各有所短,因此,在体育足球课学习时应因人而异,教师应做到因材施教,教师可以通过调整课堂的结构对不同类型的学生进行不同的指导教学。比如,一些学生的足球训练技术有一定的基础,但是在足球知识理论方面相对薄弱,就可以将这些学生编排到一

个组,这个组的理论教学占的比重相对训练教学要多一些;一些学生对足球的知识理论已经有相当的了解,但是在实际运用和足球技术上有所欠缺,那么就可以将这部分同学编排到一个组,加强足球训练。这样的教学方法简单而有效,通过结合学生的自身素质和基础,对课程中的足球训练和理论教学所占比重进行调节,让足球训练理论教学协调发展。以达到预期的教学目标,提高学生的综合素质。

同时也需要不断提高教师团队的水平,在一个好的教师团队的指导下,为不同学生的教学定制合理的教学方案,引导学生加强自身的素养,提高自身的水平。

4、结语

在大学的体育足球课中,足球训练和理论教学是不可分割的两个主要部分,训练是活动形式,理论是指导,缺少任何一方都会使足球运动往极端发展,很难达到教学效果。只有将两者紧密结合,合理的安排两者在教学中的比重,协调好两者的关系,充实的训练内容配上丰厚的理论基础,将理论运用于实际训练之中,将理论转化为实践技术,才能很好的促进大学足球教育的发展,为大学生的全面协调发展做出实际有效的贡献。同时,也需要一个有经验、有能力的教师团队进行强有力的指导,在大学体育足球训练和理论教学的协调上注入粘合剂,让大学的足球教育为更多大学生的全面发展提供更好的平台。

参考文献:

- [1] 耿源, 大学体育足球训练与理论教学协调发展研究[J], 黑河学院学报, 2018, 12: 123-124
- [2] 张玉春、石珊、邹荣, 新时期大学体育篮球训练与理论教学协调发展研究[J], 文体用品与科技, 2019, 11: 162-163
- [3] 林琳, 体育课程教学与体育运动训练协调发展研究[J], 当代体育科技, 2019, 23: 173-175