

# 文化与竞技双向拓展的高校足球 教学训练改革思路探析

尧明富 杨德明

南昌工学院体育与健康学院, 中国·江西 南昌 330108

**【摘要】**高校足球教学训练不仅是培养足球竞技人才的重要载体,更是传承足球文化、培育体育精神的关键场域。当前高校足球教学训练存在竞技培养单一化、文化渗透表面化等问题,制约了其育人价值的充分发挥。本文立足文化与竞技双向拓展的核心视角,分析高校足球教学训练的现状与不足,从教学内容重构、训练模式创新、师资队伍建设和保障机制完善等方面,提出具体改革思路,旨在推动高校足球教学训练实现竞技能力提升与文化素养培育的协同发展,为高校体育教学改革提供参考。

**【关键词】**高校足球; 教学训练改革; 文化拓展; 竞技提升

## 引言

足球运动兼具竞技性与文化性,既是展现身体力量与战术智慧的竞技项目,也是承载团队精神、规则意识与拼搏精神的文化符号。高校作为人才培养的高地,其足球教学训练肩负着为社会输送高素质足球爱好者与潜在竞技人才的双重使命。近年来,随着校园足球的不断推进,高校足球教学训练取得一定发展,但仍存在重竞技技能训练、轻文化内涵挖掘的倾向,导致学生足球素养发展不均衡。基于此,以文化与竞技双向拓展为导向,探索高校足球教学训练改革路径,不仅能提升学生的足球竞技水平,更能让学生在足球运动中感悟文化魅力,实现全面发展,这也是高校体育教学响应素质教育号召的必然要求。

## 1 高校足球教学训练的现状与双向拓展的现实意义

### 1.1 高校足球教学训练的现存问题

当前高校足球教学训练的问题集中体现在三个方面。其一,教学目标偏向单一化,多数高校将足球教学训练的核心目标定位于提升学生的传球、射门等基础竞技技能,忽视了足球文化对学生价值观的塑造作用,导致学生对足球运动的历史渊源、精神内涵认知匮乏,难以形成持续的运动热情。其二,教学内容与形式固化,教学中多以教师示范、学生重复练习的模式为主,缺乏对足球战术配合、团队协作等综合性内容的深度讲解,同时也未结合足球赛事赏析、足球文化分享等形式丰富教学过程,使得教学过程枯燥乏味,难以激发学生的参与积极性。其三,教学评价体系不完善,评价方式多以期末技能测试为主,侧重考核学生的竞技技能掌握程度,未将学生的足球文化认知、团队合作表现等纳入评价范畴,无法全面反映学生的足球素

养水平,也难以引导教学训练向文化与竞技双向发展的方向推进。

### 1.2 文化与竞技双向拓展的现实意义

文化与竞技双向拓展为高校足球教学训练提供了全新的发展方向,具有重要的现实意义。从学生发展角度来看,竞技能力的提升能增强学生的身体素质,培养学生的反应能力、协调能力与战术思维,而足球文化的渗透则能让学生在运动中理解规则意识、团队协作的重要性,塑造坚韧不拔、永不言弃的意志品质,实现身体与精神的双重成长。从高校体育教学角度来看,双向拓展打破了传统足球教学训练的局限,丰富了教学内涵,推动足球教学从“技能传授”向“素养培育”转变,契合素质教育的核心要求,有助于提升高校体育教学的育人质量。从足球运动发展角度来看,高校作为足球人才培养的重要环节,通过双向拓展既能为专业足球领域输送具备一定竞技水平的后备人才,又能培养大量具备足球文化素养的爱好者与传播者,为足球运动的普及与发展奠定坚实基础。

## 2 文化与竞技双向拓展的高校足球教学训练改革思路

### 2.1 重构教学内容体系,实现文化与竞技的有机融合

教学内容是实现文化与竞技双向拓展的核心载体,需打破“重技能、轻文化”的内容结构,构建竞技技能与文化内涵相互渗透的教学内容体系。在竞技技能教学方面,应摒弃单一的基础技能训练模式,根据学生的技能水平分层设计教学内容。对于初学者,重点开展控球、传球等基础技能训练,注重动作规范性与协调性培养;对于具备一定基础的学生,增加战术配合训练,如攻防转换、区域防守等,结合经典赛事案例解析战术运用逻辑,让学生在掌握

技能的同时理解战术背后的思维方式。

在足球文化融入方面,应将文化内容贯穿教学全过程。开设足球文化专题课程,系统讲解足球运动的起源与发展历程、不同国家的足球文化特色,以及足球运动中蕴含的规则精神、拼搏精神等内容。同时,结合教学内容融入文化元素,如在讲解射门技巧时,介绍著名球员的成长经历与职业精神;在战术训练中,通过团队配合案例强调协作意识的重要性。此外,引入足球文学、足球影视等资源,组织学生赏析《足球小将》《胜利大逃亡》等作品,让学生在多元文化载体中感受足球的魅力,实现竞技技能与文化认知的同步提升。

## 2.2 创新教学训练模式,激发双向拓展的内在动力

传统单一的教学训练模式难以满足文化与竞技双向拓展的需求,需创新教学形式,构建多样化的教学训练模式,激发学生的参与热情与主动思考能力。一方面,推行“理论+实践+体验”的三维教学模式,让知识学习、技能锤炼与文化感知形成闭环。理论教学采用翻转课堂形式,教师提前梳理足球战术原理、经典赛事文化背景等核心内容,通过线上课件推送至学习平台,引导学生课前自主研读并记录疑问,课堂时间则聚焦共性问题答疑与深度研讨,比如围绕某场经典比赛的战术演变展开辩论,让学生在思维碰撞中理解战术逻辑与背后的团队文化。实践教学引入小组合作模式,依据学生技能水平与性格特点合理分组,每组分配战术设计、体能训练等不同任务,在对抗训练中要求各组实时调整战术,教师则以观察者身份针对性指导,让学生在协作解决问题的过程中提升竞技能力与团队意识。体验环节以校内足球联赛、足球文化节为载体,鼓励学生全程参与赛事策划、裁判工作与文化展示,在赛程组织中践行规则精神,在奖杯设计、赛事海报创作中传递足球文化内涵。另一方面,借力信息化技术打破时空限制,让教学训练更具吸引力与实效性。引入虚拟现实技术打造沉浸式训练场景,模拟雨战、客场助威等不同比赛环境,让学生在安全可控的条件下演练应对策略,增强战术应用的灵活性。搭建一体化线上学习平台,分类上传技能分解视频、足球历史纪录片、球星访谈等资源,设置在线答题、文化知识闯关等互动模块,学生可根据自身进度自主学习,系统自动记录学习数据并生成个性化提升建议。

## 2.3 强化师资队伍建设,夯实双向拓展的保障基础

教师的专业素养直接决定教学训练改革的成效,需打造一支兼具扎实竞技技能教学能力与深厚足球文化素养的师资队伍。其一,加强教师培训,定期组织教师参加足球教学改革专题培训,学习先进的教学理念与训练方法;开展足球文化研修活动,组织教师赴足球文化底蕴深厚的地区或高校交流学习,提升教师的足球文化认知水平与教学渗透能力。其二,优化师资结构,高校可引进专业足球教练、体育文化研究学者等人才,丰富师资队伍的专业背景;鼓励校内足球教师与校外足球俱乐部、体育院校开展合作,通过联合教学、共同科研等形式提升教师的综合能力。其三,建立教师激励机制,将足球教学改革成果、学生足球素养提升效果纳入教师考核评价体系,对在双向拓展教学中表现突出的教师给予表彰与奖励,激发教师的改革积极性与创造性。

## 3 结论

文化与竞技双向拓展是高校足球教学训练改革的必然趋势,也是提升足球教学育人价值的核心路径。当前高校足球教学训练存在的目标单一、内容固化等问题,制约了其双向发展的进程。通过重构教学内容体系、创新教学训练模式、强化师资队伍建设和完善保障机制等改革措施,能够有效推动高校足球教学训练实现竞技能力提升与文化素养培育的协同发展。高校应充分认识到足球运动的双重价值,以双向拓展为导向,持续深化足球教学训练改革,让学生在足球运动中强健体魄、感悟文化、塑造品格,为足球运动的普及与发展贡献力量,同时也为高校体育教学改革提供可借鉴的经验。

## 参考文献:

- [1] 陈文武, 翟波宇. 成都大学公共体育足球教学创新策略研究[J]. 冰雪体育创新研究, 2024, 5 (04): 69-71.
- [2] 高原. 高校足球教学改革路径研究[J]. 体育风尚, 2024, (07): 140-142.
- [3] 戴清清. 新时代高校足球教学的难点与改革方式研究[J]. 当代体育科技, 2024, 14 (17): 39-42.

## 作者简介:

尧明富 (1992.04-), 男, 汉族, 江西抚州人, 助教, 硕士研究生, 研究方向: 足球。

杨德明 (1996.11-), 男, 汉族, 江西抚州人, 硕士研究生, 研究方向: 足球。