

# 高阶思维在足球训练中的运用

丛友滋 许海涛

威海市码头小学, 中国·山东 威海 264200

**【摘要】**高阶思维是指发生在较高认知水平层次上的心智活动或认知能力。它在教学目标分类中表现为分析、综合、评价和创造。高阶思维能力主要由“问题解决、决策、批判、创造”四大能力构成。

**【关键词】**高阶思维; 足球; 训练

体育学科的高阶思维应是体现在以身体运动为基础, 以提高运动能力为目的, 在一定认知水平层次上的具有问题求解、决策制定、批判性思维和创造性思维的能力。足球运动是在思维活动参与下的身体运动, 其高阶思维特征在兼具体育学科高阶思维特征共性的基础上, 还具有其特殊的表现。

我们在平时的训练中培养学生的足球意识是指在思维层面对体育运动的认知。足球比赛要求运动员时刻在动态的比赛中具有分析比赛形势, 评价攻防策略, 创造得分时机等能力。运动员所处的复杂的瞬息万变的比赛环境是对体能、技术、思维全方位综合的考验。足球运动员在场上从开始的观察, 接着到选择如何跑位接应, 再到接应之后的选择, 对场上比赛做出的分析、决策就符合高阶思维。

## 1 足球训练中注重高接思维的渗透

在身体灵敏性训练中, 我大多采用跳绳梯的训练办法。最初, 学生按照我示范的几个动作像高抬腿跳、快速抬腿跳、开合跳、侧身跳等几个动作进行练习, 在学生掌握熟练之后, 开始让学生自己思考, 尝试编出一些不同于老师示范的练习动作。有些学生碍于面子, 不敢大胆展示, 为了激发学生的胆量和发掘他们的才智, 我都把身上的糖、饮料等摆出来, 作为对展示学生的奖励, 也会让学生把问题带回家里思考并尝试。学生通过小时候玩过的游戏, 结合自己的想象, 编制出了许多不同的动作, 不仅如此, 很长一段时间学生还不断地变出花样来向我展示, 充分发挥了学生的创造思维能力, 学生还喜欢练习, 经过一个多月的训练, 学生身体的灵敏性明显改善, 突出了体育学科高阶思维的问题求解主题。

## 2 通过多种练习方法解决高阶思维的决策制定问题

针对高阶思维设计的问题应是开放的、引起多种解决途径的问题, 而不是封闭的或选择式的问题。例如, 在训练足球初学者运球时总是跟学生提醒“抬起头运球”, 实际效果却是学生很快又开始低头运球。如何让学生去思考“队员在哪里”、“场上的形势如何变化”, 这样能促使学生集中精力观察场上情况, 否则他们没有办法回答老师提出的问题。这些问题都是描述性的而不是选择性或判断性的, 通过这些问题, 让学生从一个机械的动作“抬起头”, 变成了主动的思考和专注的学习方式, 挖掘了学生的潜能。

## 3 通过开发技术的联合动作, 提升学生的技术能力

在比赛与练习中教师不能直接和学生说这个动作该如何运用, 而是可以询问说“你在比赛中遇到多个防守队员该如何完成动作?” 或者“你如何面对多名防守队员?” 这些开放式、没有现成答案的、具有穿透力的问题是辅导和培养学生的最好方式, 可以促进学生思考和提升他们运用技术的能力。而那些封闭式的问题, 要求绝对标准的答案, 是与否的答案, 学生不会对细节进一步探索, 让学生缺少了思考。

在单个技术练习中, 学生通过长时间不间断的练习, 能较熟

练掌握单一的拉球、拨球、扣球等等, 老师在引导学生决策并做出判断的同时, 可以结合比赛场上的情景, 让学生在单一动作的基础上, 把动作加以整合, 让学生思考一套联合动作, 这样, 学生们就开始动起脑筋, 有学生把拉球、假动作、快速拨球等整合一起, 有学生把扣球、拉推球、踩单车组合一起, 学生们每天根据比赛场景, 开发出多种多样的联合动作加以练习, 不仅提高了脚下技术水平, 也大幅度提升了学生在场上的心里承受力。

## 4 注重学生在体育品德方面的培养

思维的发展是隐性的, 在体育品德方面, 让学生积极参与互助与合作, 观察、欣赏、判断、评价个人和集体的运动行为, 尊重集体活动中的规则及扮演其中的不同角色。在运动行为方面, 判断身体的极限, 预防和控制危险、伤害的发生, 形成终身体育的意识。训练结束后, 老师把学生们集合在一起, 让学生回顾在场上是如何受到伤害的, 伤害后自己的想法, 以及如何避免等情况进行总结, 并从对手的角度剖析自己, 做出自己的回答。老师要合理正确的引导, 培养学生积极向上的正能量, 让学生在真实环境下做出自己的选择: 尊重对手, 尊重同伴, 尊重裁判, 尊重教练, 在运动场上对自己的行为负责, 提高学生们的在体育品德方面的修养, 把更多的精力用在专注于比赛上, 用良好的心态对待比赛, 享受足球带来的快乐。

## 5 提高规则的认知程度, 为比赛服务

了解足球规则, 把握比赛的节奏, 提高球队的整体进攻和防守能力。规则的了解通常老师采取讲解示范的方法, 在这个基础上, 为了提高学生的认识, 老师可以采用手旗的方法进行练习。首先让学生了解规则和旗式的含义, 吹哨举旗, 学生带球观察, 指向远端, 表示最远处进攻队的队员越位, 学生快速跑到远端的边线后回到中间继续控球。指向中间, 学生按要求做前滚翻、立卧撑、高抬腿等练习(在训练前和学生交代清楚)。指向近端, 学生快速运球到近端边线再返回中间, 加深学生对越位的认识。通过不断地练习, 学生对规则有了清晰地认识, 在比赛中偶尔可以有效地进行造越位战术, 快攻战术等, 并且对足球技战术的认识不断提高, 符合体育学科高阶思维中批判性思维和创造性思维的能力。

总之, 教师要在足球场上培养学生高阶思维的意识 and 能力, 通过在真实的比赛情境, 将技战术学习与技战术运用紧密结合起来, 运用高阶思维促进学生在解决问题和完成任务的过程中逐渐获得, 为学生终身体育目标的实现奠定基础。

## 参考文献:

- [1] 郭华. 深度学习及其意义[J]. 课程. 教材. 教法. 2016(11).
- [2] 阎乃胜. 深度学习视野下的课堂情境[J]. 教育发展研究. 2013(12).