

小学体育足球训练的有效策略探究

殷长春

黑龙江省齐齐哈尔市泰来县和平镇宏升中心学校 黑龙江 齐齐哈尔 162404

摘要:在小学体育教学内容中,足球备受关注。足球的一个重要特点是群体运动,不仅需要小学生具备足球技能,还要具备合作精神,才能获得团体胜利,所以这项运动有助于学生团体合作意识的培养。我国对体育课教学非常重视,但是从当前的小学足球训练情况来看依然存在一些问题。本文着重于研究小学体育足球训练效率的提高策略。

关键词:小学体育;足球;训练效率;策略

我国小学体育教学中,足球是最为基础的教学内容。从现阶段的教学状况来看,足球教学具有一定的缺陷之处,具体体现在学生主动性与教师教学手段等方式。足球作为常见体育项目,为小学生带来的不单单是足球技能方面的提升,更是提升学生身体素质的关键渠道。因此,做好对小学生足球教学的有效性探索,是确保足球教学成效、达成小学体育教学目标的关键举措。

一、小学体育足球教学存在的问题

(一) 教学设计不合理

根据一些资料显示,部分体育教师上课方式单一,一般都是在课堂上单调地讲枯燥的足球知识,然后展开足球训练,训练时间太短,这样的课堂教学枯燥无味,小学生自然在足球教学上就没有太大兴趣,也就汲取不到知识。一些教师教学难度设计过大,过深的足球知识和难度过大的技能并不适合现在基础较差的小学生,学生不能很好地完成足球训练,吸收不到教学知识,自然认为这些教学就是无意义的[1]。

(二) 基础设施不够

各个区域的经济不一样,不同地方的学校建设不一样,有些学校的基础设施和后勤保障都很充足、全面,但有的学校甚至连基本的设施都没有,严重缺乏体育器材。上课期间,有的同学甚至故意破坏体育器材,不爱护、不保养设施和器材,都会直接导致体育器材不足、设施不够的问题。

(三) 学生兴趣不大

兴趣是学习的前提,只有产生兴趣,才会有极大的冲动投入其中并了解,才能达到学习的目的。由于小学生对足球训练的了解太少,所以在上课时基本跟不上体育教师的教学,足球训练的完成度较低,以至于对足球教学没有太大兴趣,就会不认真上课,学习不到知识,教学质量自然无法提升,不利于小学体育教学的发展[2]。

二、小学体育足球教学质量的提升策略

(一) 培养小学生对足球训练的兴趣

兴趣是最好的老师,在小学足球教学中,教师要培养学生对足球训练的兴趣,让学生有意识地去训练。小学足球教学课堂上,教师对学生足球训练情况予以关注,让学生掌握足球技能方面的知识,帮助学生从实践的角度理解知识,指导运动。足球课堂教学以室外教学为主,也要结合室内理论教学,做到理论与实践相结合,激发学生对足球训练的兴趣。

比如,在室内为学生讲解足球技能理论知识,让学生了解足球训练中需要注意的事项,保护自身的安全。在室内教学中还可以使用多媒体播放精彩的足球竞赛视频,激发学生

的兴趣,让学生感受到足球竞赛的激烈,感受到观众对足球的热情,课堂气氛很快被调动起来,学生对学习足球的兴趣被激发起来。组织小学生进行室外足球训练的时候,教师要指导小学生掌握足球技能,时刻注意保护自身安全,引导学生进行多种形式的足球训练,提高他们自我训练能力,增强其团队合作能力,提高足球综合水平。

(二) 做好课堂教学引导

做好足球课堂教学指引,让小学生在课堂学习进程中最大限度地学习到足球相关知识,把控足球学习技巧,这是提升小学足球课堂教学成效的关键举措。足球作为一项十分普遍常见的体育运动,虽然十分容易上手学习,人人都能踢球,但是要想实现每一个人都可以将足球踢好,却不是一件容易的事。因此,体育教师应该帮助学生奠定优良的足球知识基础,帮助学生把控了解足球技巧,提高学生的足球技术水平。从足球技术角度来看,足球技术包含停球、运球、传球、射门等几项十分基础类型的技术,再进行详细划分,单单运球这一项动作就可以划分成脚背运球、拨球、扣球等十多种技术动作,每一个动作都需要小学生重复训练才可以掌握技巧。在这一进程中,教师作为指引人,应该确保足球技巧学习的规范性,还应该做好对学生的信心培育,从而实现学生在乏味的练习中坚持下来,为学生足球水平提升奠定基础。

例如,在进行拨球这一动作的学习中,教师应该让学生科学应用脚踝的抖动来完成动作,保障足球可以在自己的控制下,不单单可以完成前后左右四个方向的运动,同时球还不会脱离自己为中心的圆形范围内。在这一前提下,教师应该让学生熟练控制两只脚相互拨球的技巧,做到球依照人的思想与自己一同运动,实现运球、控制球的目标。在刚刚开始进行拨球练习时,因为学生的自我管理能力较低,经常出现运球不合理的状况,这时教师应该给予学生鼓励,让学生坚持不懈,不因失败就放弃。

(三) 足球训练方案要不断完善

对于小学生而言,足球训练是比较剧烈的,需要小学生有一定的耐力,受伤也很难避免。小学生年龄比较小,对于足球运动技巧没有完全掌握,加之自我保护意识不强,非常容易受伤,所以在进行足球训练的时候,教师要高度重视学生的安全状况。在足球课堂训练中要提高效率,还要提高训练的安全性,体育教师在制定训练方案的时候要考虑到不同年级小学生的身体素质,以及能够承受的训练强度,提高足球训练效果。体育教师要对班级所有学生的足球训练能力以及接受的程度予以掌握,先让学生掌握足球理论知识,教师在课堂上还要示范动作,让学生对足球理论知识有直观的了

解。此外，教师还要考查所有学生的身体素质，适当地调整训练方案。进入足球训练环节，对于重点和难点训练内容要穿插进行。训练的时候，由于男生和女生的身体素质不同，所以要分开训练，根据不同的训练方案展开，促使足球训练效率有所提高。

(四) 组织足球比赛

足球是竞技性运动，教师在对小学生进行足球训练的时候可以采用比赛的方式，对小学生体育精神的培养非常有帮助。教师用足球比赛的方式开展教学，让学生体验足球比赛，感受足球比赛的激烈程度，认识到足球运动不是单一化的技能运动，其综合性很强，而且充满乐趣，从而激发学生对足球的兴趣。对于教师而言，开展足球比赛，以学生赢得比赛为目标对学生进行指导，强调合作的情况下提高竞争意识，学生的足球精神得到培养，足球训练效率也逐渐提高。小学生喜欢玩，让足球比赛充满趣味性非常必要，激发学生的参与意识，对足球运动充满热情，对足球运动技能的领悟性增强，在课堂上与教师积极配合，足球训练质量提高。

教师可以在课余时间组织开展“年级足球比赛”，让相同年级的学生进行比赛，实现相互切磋的目标，共同提升足球水平。在开展足球训练活动时，为了确保训练的成效，教师应该做好三个方面的教学管控，一是友谊第一。每一个参赛的学生都应该抱着学习的心理来与对手进行比拼，确保学生具备健康积极的比赛心理。二是相互尊重。每一个学生都应该学会尊重足球这一运动，尊重对手，尊重自身。因为只有学会尊重，才可以更好地提升自己的能力，提升自身的足球水平。三是胜不骄。足球作为体育竞技项目，必然会存在输或者赢，学生应该在踢球的同时整理好自己的心态，做到平常心，这样才可以切实形成竞技精神，让自身的足球水平持续进步，在真正意义上实现足球教学的目标。

(五) 激发学生的足球训练意识

体育教师在对小学生进行足球训练的时候要注重激发他们的足球训练意识，让他们在接受训练的时候遇到困难也能

克服，对自己充满信心，对足球训练具有积极意识。教师应用激励教学法展开足球训练的时候，除了口头表扬学生，还可以让学生有展示自我的机会，比如让表现优秀的学生带队训练，使他们对自己的学习产生成就感，对其他的学生也起到了激励作用。随着学生的学习能力被激发，即便小学生在足球训练中受伤，即便遇到很多的挫折，也不会畏惧，而是坚持足球训练。体育教师用不断表扬的方法发挥激励效应，可以促使小学生不怕挫折，敢于应对挑战。

(六) 完善基础设施

学校应该努力加快完善基础设施的步伐，但是要保证其中的质量，不要滥竽充数。学校要充分考虑学生的需求，根据小学生的身体需求准备合适的体育器材和基础设施。同时在上课时，老师应该教导学生爱护器材，保护设施，不能随意破坏，要爱护学校的公共财产，老师在课后也要对器材进行及时保养，这样才能保存得更久。

三、结束语

综上所述，完善小学体育足球教学有效性措施，可以为促进小学体育教学事业发展带来关键支撑。在实际教学进程中，为了确保小学生对于足球技巧实现高效把控，教师应该激发学生足球热情，让学生主动参与到足球学习中。并且教师还应该积极举办一些比赛活动，提升学生身体素质，实现学生的全面发展进步。

参考文献：

- [1] 孙法宝. 足球训练在小学体育教学中存在的问题及对策研究 [J]. 天天爱科学 (教育前沿), 2020 (2): 86.
- [2] 陈文忠. 让足球训练变得丰富多彩: 探究体育游戏在小学足球训练中的应用 [J]. 安徽教育科研, 2020 (1): 74 - 75, 64.
- [3] 谢树茂. 基于发展体育核心素养的小学足球教学实践与思考 [J]. 新课程, 2017 (04).

