

基于新课改背景下体育足球教学的有效策略分析

屈家乐

(内蒙古大学 内蒙古呼和浩特 010021)

摘要:随着教育革新持续深化,高校体育领域显现多重挑战与潜在机遇。足球课程革新尤为关键,传统教法体系呈现固有缺陷,亟待系统革新调整。对此,在课程改革背景下,本研究剖析足球教学结构矛盾与目标定位,强调学生综合素质培养、体能竞技能力协同发展,构建分层授课机制,融入基础技术精练模块,结合现代技术手段优化训练效能,着重营造开放包容教学场域,激发学习者内驱动力与探究热情,以此提升足球课程实效性,促进高校体育教育生态整体升级。

关键词:新课改;足球教学;教学目标;分层次教学

引言:随着《中华人民共和国体育法》的修订和《关于加强和改进新时代学校体育工作的意见》发布,学校体育在学生全面发展中的重要性得到广泛重视。足球作为一项广受学生喜爱的运动,已逐渐成为高校体育课程的重要组成部分。然而,传统的足球教学模式和内容已无法满足当前教育需求的多样性和实效性。新课改背景下,体育教师面临着如何改进教学方法、提高教学质量以及培养学生综合素质的多重挑战。足球教学不仅需要更新教学内容,更需注重学生兴趣和需求的变化,并结合现代科技手段提升教学效果。

1、新课改下体育足球教学的挑战与机遇

1.1 课程结构与教学内容的更新要求

在体育强国建设背景下,校园足球的发展具有重要意义。校园足球不仅可以提升青少年的身体素质,促进其全面健康发展,还可以扩大足球产业发展规模,激发学生参与体育运动的积极性。随着新课改的实施,体育教育的课程结构和内容逐步从传统的技能传授向综合素质培养转变,足球教学也面临着更新与改革的压力。新课改强调学生全面发展的目标,不仅要求学生在技术层面获得提高,还要注重学生体能、心理素质、团队协作等多方面能力的培养。因此,足球教学不仅要覆盖基本技能的学习,还应当增加战术意识、运动员的心理调适以及运动伤害预防等知识内容。同时,足球教学要根据学生的年龄特点和发展水平进行差异化设计,做到因材施教,力求让每一位学生都能在足球课堂上有所收获;还可通过视频分析、智能训练设备等辅助工具来提高教学效果和学生的参与度。

1.2 学生兴趣与需求的多样化

在传统的体育教学模式中,学生一般接受的是标准化的课程内容,往往忽视了个体差异和学生自身兴趣的培养。而新课改提倡“以学生为中心”的理念,要求教师在教学过程中尊重学生的兴趣和需求,激发其主动参与的热情。在足球教学中,不同学生对足球的兴趣层次和参与度不同,有些学生对竞技性强的足球比赛充满热情,而有些学生可能对基础技能训练更感兴趣,甚至对足球运动缺乏兴趣。因此,足球教师需要灵活设计课程,既要满足热爱竞技的学生的需求,提供更多的实战机会,还需通过游戏化、趣味化的教学方式吸引那些兴趣不浓的学生,帮助学生逐步提升对足球的兴趣和参与度。通过尊重学生的兴趣多样性,足球教学不仅可增强学生的学习积极性,也能促进其综合素质的提高。

1.3 师资力量与场地资源的制约

虽然新课改为足球教学提供了新的发展机遇,但师资力量与场地资源的制约依然是实施过程中的重要挑战。首先,足球教学对教师的专业要求较高,如在技术、战术、心理等方面都

需要教师具备较为全面的素质。然而,目前许多学校尤其是地方性高校,足球教师的专业背景和经验相对匮乏,部分教师的教学水平和对新课改理念的理解不足,这直接影响了足球教学质量的提升。其次,场地资源的不足也是制约足球教学的重要因素。足球运动对场地的要求较高,但在许多高校,足球场不仅数量有限,且维护和更新不及时,影响了教学的开展。

2、改革视角下的足球教学目标定位

2.1 培养学生综合素质,注重全人教育

在新课改背景下,足球教学的目标不仅局限于技术训练的提升,更要注重学生综合素质的发展。全人教育理念强调在知识、能力和品德等方面全面培养学生,足球作为一项集体性运动,天然地符合这一目标。通过足球教学,学生可在参与过程中锻炼身体、培养意志力、提高抗压能力和情绪管理能力。此外,足球运动的过程中,学生还可学习到如何在压力中保持冷静,如何通过不断练习提升自己的技术水平,这对学生个人的心理素质也为有效培养。

2.2 提升学生体能与竞技能力的均衡发展

现代足球要求运动员不仅要具备技术能力,还需要较高的体能素质和竞技状态。因此,足球教学不应仅仅局限于技术动作的训练,还应通过有针对性的体能训练和战术训练,全面提升学生的体能水平和竞技能力。体能训练应包括耐力、速度、爆发力、灵活性等各方面的内容,同时通过逐步增加训练强度,帮助学生在实践中增强身体素质。

2.3 强化团队合作精神与集体主义意识

在新课改的视角下,强化团队合作精神和集体主义意识不仅是足球教学的基本任务,也是培养学生社会适应能力的关键。通过足球教学,学生可在团队合作中学会沟通、协作、包容和信任他人,这对学生日后走入社会、融入团队具有重要的意义。在教学中,教师应注重引导学生树立团队至上的意识,培养学生在比赛中互帮互助、共同为团队目标努力的精神。例如,通过小组对抗、团队合作的战术练习等方式,帮助学生在实践中深刻理解团队协作的意义,并可在实际比赛中运用所学的团队合作技巧^[1]。

3、优化教学内容与教学方法的策略

3.1 分层次教学与个性化指导

在新课改背景下,足球教学要注重因材施教,以充分满足不同学生的需求,提升教学效果。分层次教学与个性化指导是实现这一目标的重要策略。不同学生的身体素质、足球基础、兴趣爱好以及学习能力存在较大差异,因此,单一的教学方式往往难以调动所有学生的积极性,无法满足学生个性化的发展需求。

分层次教学的关键在于根据学生的不同水平将其划分为不同的教学层次。初学者可以通过基础的技巧训练,如传球、停球、射门等,打好技术基础;中级学生可以进行更加复杂的技术动作练习,如变向运球、过人技巧和战术配合等;而高级学生则可参与到更高强度的战术训练和比赛模拟中,提升学生的整体竞技水平和实战能力^[2]。

3.2 注重基本技术的练习与实战能力培养

首先,足球作为一项高强度的对抗性运动,对技术要求较高。教师应根据不同学生的水平,制定相应的训练计划,注重基础技术的练习。例如,传球、控球、射门、头球、停球等基本技术动作是足球比赛中的核心技能,任何一项技术的掌握都为实战中的运用奠定了基础。在教学过程中,教师应通过反复练习和针对性指导帮助学生掌握这些技术动作。例如,在讲解犯规和越位规则时,可通过现场示范和具体案例分析,让学生对规则有直观的认知。同时,教师可以结合游戏和问答环节,强化学生对规则的记忆与理解。

其次,学生需要在真实或模拟的比赛环境中,运用所学的技术,并灵活应对场上的变化。这就需要教师通过组织实战训练、比赛模拟以及战术演练来增强学生的实战能力。实战训练可帮助学生更好地理解和运用技术,还可提高学生在比赛中的判断力、反应速度和团队配合能力。教师可以组织小型对抗赛或分组比赛,鼓励学生在比赛中发挥个人技术的同时,注重与队友的配合,通过实战进一步锤炼学生的技术能力、战术意识^[3]。团队合作意识的培养贯穿于足球教学的始终,在实际教学中,教师应通过组织小组练习和比赛,强调团队成员之间的配合与沟通。例如,通过“二过一传球”或“分组对抗赛”让学生理解队友配合的重要性,培养学生的合作能力。在比赛中,教师应鼓励学生分工合作,互相支持,培养尊重对手、遵守规则、齐心协力的精神。

3.3 结合现代科技手段,借助视频分析和智能教学工具

3.3.1 视频分析技术在足球教学中的应用

在足球这类动态性强、技术复杂的项目中,视频分析可为学生提供直观、清晰的反馈,帮助其发现技术动作中的问题。通过回放和分析学生在训练中的表现,教师可以更加精确地指导学生改进技术,避免传统教学中“口头指导”和“示范指导”难以实现的精准度^[4]。

在教学过程中,教师可以录制学生的技术动作和小组比赛的实况,之后通过慢放、暂停、标注等手段,逐步分析每个动作的优劣。例如,学生在进行射门或传球时,教师可以详细分析学生的动作要领,指出发力点、站位以及动作的流畅性。通过这种方法,学生可清晰看到自己在运动中的细节问题,从而更加精准地调整自己的动作。此外,视频分析还可以帮助学生发现学生在比赛中的决策失误,分析为何会做出某种战术选择,以便在未来的比赛中做出更合适的判断。更为先进的是,部分学校和训练机构已经开始使用高性能摄像设备,结合专门的分析软件,进行动作捕捉和数据分析。

3.3.2 智能教学工具与个性化训练方案

随着人工智能和大数据技术的发展,智能教学工具在体育教学中的应用逐渐增多。

例如,部分足球训练平台采用AI智能分析技术,根据学生的历史数据和实时表现,自动生成训练计划。这些智能工具可根据学生的体能水平、技术掌握情况、训练强度等因素,量身

定制个性化的训练内容。学生在使用这些工具时,不仅可以获得针对性更强的训练建议,还可实时了解自己的进展情况。此外,部分智能平台通过智能穿戴设备(如智能足球、运动手表等)收集学生的运动数据,反馈学生的运动强度、心率等生理信息,帮助教师更科学地调整训练负荷,避免过度训练或训练不足^[5]。

3.4 创建轻松愉悦的课堂氛围,提高学生参与度

3.4.1 营造轻松的教学氛围

教师应注重课堂气氛的调节,避免过于严肃或单一的教学模式,帮助学生放松心情,投入到学习当中^[6]。一方面,教师可以通过活跃课堂氛围的方法,如进行轻松有趣的热身运动或小游戏,打破课堂的沉闷气氛,消除学生对训练的抵触情绪;另一方面,在教学过程中,教师应避免过多的批评和指责,而是通过鼓励、赞扬等正向的激励方式来激发学生的信心^[7]。

3.4.2 注重学生的兴趣与心理调适

足球是一项具有强烈对抗性的运动,学生在参与过程中可能会遇到各种挑战和困难。教师应根据学生的心理状态及时调整教学节奏,避免让学生感到过度压力。对于一些心理承受能力较弱的学生,教师可以通过温和的语言和支持性行为给予帮助,逐步增加学生的信心。同时,可以设计一些简单有趣的练习,帮助学生在体验成功的过程中逐步建立信心,克服困难,增加学生参与的动力。

结束语:综上所述,在新课改的背景下,高校足球教学面临着前所未有的挑战,但同时也迎来了诸多机遇。为了适应教育改革的要求,必须对传统教学模式进行系统的调整与优化。通过明确足球教学的目标定位、优化教学内容与方法,并结合现代科技手段,能够有效提升学生的足球技能和综合素质。同时,创建轻松愉悦的课堂氛围,激发学生的学习兴趣 and 积极性,是提高教学质量的关键。未来的足球教学需要更加注重个性化与多样化,教师应根据学生的不同需求制定相应的教学策略,以培养具有良好身体素质、团队合作精神和创新能力的体育人才。这一过程需要各方共同努力,推动高校足球教学的不断发展和完善。

参考文献:

- [1]陈国栋. 绳梯训练对提升中考体育足球项目考生灵敏素质的效果研究[J]. 体育师友,2024,47(3):29-32.
- [2]向会英,张林. 论足球合同违约体育制裁及 CAS 裁判法理[J]. 体育科研,2024,45(3):31-38,51.
- [3]童辉. 地方性本科高校体育专业足球专项课程的教学改革研究[J]. 当代体育科技,2024,14(13):51-54.
- [4]张帅,马振华. 基于校园足球文化的大学生课外体育锻炼能力培养研究[J]. 当代体育科技,2024,14(20):171-174.
- [5]刘佳兴,王艳,邓业成. 体育强国视域下高校校园足球裁判员的培养困囿和纾解策略[J]. 当代体育科技,2024,14(29): 176-180.
- [6]董帅. 军事体育助力高校足球队高质量训练的研究[J]. 当代体育科技,2024,14(18):35-38.
- [7]赵少兰,张智. 关于构建体育院校足球普修课 O2O 混合教学模式的研究[J]. 当代体育科技,2024,14(9):53-56.

作者简介:屈家乐,1983.3,男,回族,内蒙古赤峰,毕业于内蒙古民族大学,研究生,体育专业,研究方向:体育教育训练。