

当前高校足球教学与训练工作的几点探讨

文/马国全

摘要: 本文运用文献资料法和逻辑分析法,通过对高校足球教学经验的总结提出了以下几点建议,希望能为当前高校足球教学的改革提供一点理论参考。

关键词: 足球教学与训练; 足球意识; 能力; 高校

中图分类号: G424

文献标识码: A

文章编号: 1006-4117(2012)01-0286-01

长期以来,我国足球界的专家们通过对当前足球教学与训练进行了大量的研探,获得许多科研成果,并在高校足球教学实施中发挥了重要的指导作用。本文结合自己的足球教学与训练工作经验,探讨以下几点,希望能起到抛砖引玉的作用。

一、教学与训练中落实“以人为本”

足球教学与训练有三个目标:一是传授足球的基本知识和技能;二是使学生养成科学的锻炼习惯;三是对学生进行德育的渗透(包括拼搏进取、团队精神和人文情感教育等)。三者之中最重要的是对体育精神教育的培养。如果高校足球教学与训练理念只停留在第一个和第二个维度上,则我们的足球教学理念无疑是回到了文革期间,是无法适应当前社会发展的需求。为此,一名优秀的高校足球教练员,不仅要有扎实的专业技能,而且更要认真研究学生身心发展的规律,努力设法使自己的教学过程通过足球刺激使学生产生快乐情感体验,并养成锻炼习惯,从而促进体育精神的形成足球水平的提高。所以当前高校足球教练员必须落实以人为本的教学指导思想,把足球教学的人文理念渗透到日常教学与训练当中。^[1]

二、加强对学生足球意识的训练和培养

足球意识是足球运动员必备的重要素质之一。如果缺失对学生足球意识的培养,即使具有再好的身体条件和技战术水平,也难以在比赛中保持稳定的发挥。足球意识是一个抽象的概念。属于人脑的机能,在足球运动中的综合性反映。例如行动中的应变性和赛场配合的协调性等。因此对学生加强足球意识的训练和培养就显得尤为重要。但是学生足球意识的形成并非一蹴而就,必须在教师的引导下,通过自己的长时间的实践才能形成运动动力定型。在教学实践中,学生足球意识的培养在普通高校足球教学与训练工作具有很重要的地位。全面加强学生身能的训练和提高技战术水平,为足球意识的形成提供基础性保障。同时还要让大学生经常参加观摩和收看高水平赛事,多方位增长知识。通过观摩和收看比赛,再模仿学习,然后把学到的知识技能在实践中巩固提高,为足球意识的形成提供一个良好的学习氛围。诚然,对学生足球意识的培养,是一个贯穿于学生整个培养的全过程中的系统工程,日常工作中,先从基础抓起,然后再在比赛中培养和提升。随着全球足球运动的迅速发展,高校足球教学也任重道远。事实说明,只有通过广大师生的共同努力,把足球运动与意识培养和体能训练、技战术训练等综合起来,才能不断提高学生的足球运动水平。^[2]

三、活跃教学气氛,构建和谐的师生关系

师生关系在足球教学中是很重要的。教师应在平时多了解学生,关心他们的生活,与学生建立平等和谐的师生关系。这种关系是一种无形爱之力量的注入,是教师生融洽的情感集中体现。无论是在课堂还是课余,对待学生都要有爱心。只有把热爱辐射给学生,才能使积极投身于教师的教。教师只有和学生平等相待,尊重理解他们、并常把自己融入到学生教学与训练之中,才能出现良好的教学氛围和培养出和谐的师生关系。同时,足球课堂上教师讲解动作要领时要生动准确、形象易懂。生动形象的语言能烘托出教学气氛,对提高学生练习

动机和激发兴趣有着积极的推动作用。课堂教学中适当地插入幽默风趣的语言和滑稽好笑的错误常见动作,能减轻疲劳和活跃课堂学习气氛。讲解时可运用准确生动的比喻,使学生明白动作要领。同时还可以让学生在练习中相互发现问题和提出问题,来提高学生的观察能力和反思能力,此外还强调让学生大胆探索,勇于发现问题,充分发挥出他们的积极主动性和创造性。^[3]

四、优化教学方法, 加强对学生能力的培养

教学方法是教师和学生为了实现共同的教学目标,完成共同的教学任务,在教学过程中运用的方式与手段的总称。高校足球教学中,应启发和引导学生发挥其积极性、主动性创新精神,逐步提高其反思能力,从而达到举一反三,由此及彼,由表及里的认知提升过程。传授某一技术动作或技战术时,首先向学生简明扼要传授动作要领,让学生对此动作在脑海中形成一种表象,接着教师来分解示范,然后由学生边复述动作要领边进行练习,让学生自己学习踢球的方法。再如布置某一技战术动作时,由学生来讲解示范给其他同学,教师再强调补充。另一方面还要多安排接近比赛条件的练习和各种活动性游戏,以提高学生在对抗中巩固技战术。灵活运用教学方法不仅能提高了学生的积极性,而且还能迅速提高其实战能力。在教学方法的运用上也要尽量把射门、对抗和比赛结合起来,这样不但可以提高学生的学习兴趣,同时还可以增强纠错的能力。另外,每次课都应安排一定时间的比赛,这对提高学生的学习兴趣,正确认识自身的足球水平也有很大的帮助。

五、创新足球教学与训练的方法

教育在培养学生创新精神方面肩负着重要使命。从教师角度出发:一是要通过挖掘教学内容来培养学生的问题意识和创新精神。教师应有反思的意识和习惯,引导学生从传统的足球训练方法来审视足球教材,把足球教材当作学习和质疑的对象,同时鼓励和引导学生结合国际足球发展趋势和日常足球运动实践,去探究一系列关注自我足球运动水平现状与发展性的前瞻问题。二是激活课堂教学,创新足球教学与训练的方法。将探究性学习法引入足球课堂教学;要在教学与训练等方面作一些调整和改革的尝试。在教学中,教师不仅要让学生倾听教师的指导,更应强调教师倾听学生的心声。

结语: 高校足球教学与训练工作,其教学指导思想、教学内容、教学方法只有不断改进和提高,才能适合当前高校体育教育的发展需求,才能更好的让学生投入到足球锻炼中去。进而使学生获得快乐和愉悦的情绪中掌握足球的方法,为终身体育打下良好的基础。

作者单位: 兰州理工大学体育教学研究部

作者简介: 马国全(1978-),男,河南信阳人,兰州理工大学体育教师兼兰州理工大学体育舞蹈运动队教练员。

参考文献:

- [1]陆晨.高校体育教学高校生创新能力的培养探析[J].北京体育大学学报.2002,25(3):33-35.
- [2]苗冰.浅谈高校足球教学中学生足球意识的培养[J].黑龙江科技信息.2010,34.
- [3]赵越.浅析高校足球教学中学生兴趣的培养[J].才智.2010,7:116.