小学体育足球训练的有效性策略

聂敏明

新干县华城门小学

DOI:10.32629/jief.v2i5.1455

[摘 要] 随着现代素质教育要求的不断提升,足球运动已经在多个小学开展课程,但是在实际教学中发现,小学足球的训练效率有待于进一步提升,这其中受限于观念的影响、形式的单一性等原因,均需要不断改善内外部环境,不断提高小学足球训练效率,提升学生身体素质。 [关键词] 小学;足球;训练;形式

中图分类号: G623.8 文献标识码: A

随着我国足球环境的不断变好,关注与参与这项运动的人数比之前 有了大幅提升,更有众多校园开展了足球课堂与赛事,从小培养更多喜 欢足球的孩子,为职业足球发现更多优秀人才。但是目前在小学体育足 球的训练中,受限于学生身体素质影响以及教学方式的影响,训练效率 与水平基本保持原地不前,学生的足球兴趣不断被打消,最终影响到教 学质量。

1 小学足球训练中存在的问题

1.1 学生足球训练意识不强

现如今,学生和老师对于足球训练都不够重视,使得小学体育的足球训练成为一种形式,不能真正意义上提高学生的足球技能,更不能达到提高学生身体素质、促进学生德智体美劳全面发展的目的。这些问题可以体现在学生足球训练的时间少之又少,被应试教育的重压冲淡了,更有甚者,教师甚至愿意占用学生的体育活动时间教授学生课本知识,使得学生从潜意识认为体育训练中的足球训练不重要,以至于不能及时的更新自己的运动观念,给体育足球训练带来了不必要的麻烦。

1.2 学生实际训练的机会比较少

在小学足球训练的过程中,实际的足球训练和比赛永远比纸上谈兵来的更有意义,然而,学生实际训练的机会比较少,学校的足球场地也相对来说比较陈旧,设施不够完善,这对于小学足球的训练来说带来了很大的难度,使得学生和教师在不知不觉中忽视了足球训练的真正意义。

2 小学体育训练的有效性策略

2.1 观看足球比赛,调动学生训练积极性

很多足球比赛都是现场直播,在观看时可以看到赛场队员的比赛情况,也能听到观众的呐喊助威,可以被观众的情绪所感染。小学体育老师可以应用多媒体播放足球比赛,让小学生有身临其境的感觉,受到鼓舞和感染,激发学生的足球训练兴趣,调动学生参与足球训练的积极性。学生在观看了足球比赛后,老师要应用相应的语言鼓励和引导学生,使学生有参与足球训练的欲望,能积极主动参与足球训练。借此机会,学生会根据老师的安排接受足球训练,完成相应的训练任务。小学生接触足球知识时,会感觉足球运动技术难、训练累、运动有危险等,老师可以通过比赛直播缓解和降低这些负面情绪,增强体会足球比赛的乐趣,激发学生参与足球训练的兴趣,并进行更好的训练。

2.2 根据小学生特点,制定合理的训练方案

小学生年龄小,身体素质没有发育成熟,骨骼脆弱,在运动中容易 磕碰受伤。另一方面,小学生活泼好动,具有很强的好奇心。老师可以 根据这些特点给学生制定相应的足球训练方案,让训练内容符合学生的 特点,增强学生参与训练的兴趣,确保达到相应的训练目的。第一,了 解和掌握小学生的特点,设置足球训练内容。小学体育老师要对小学生 详细了解,掌握学生的身体素质,明确学生的性格特点,熟悉学生对足球知识的了解程度,要详细了解学生的兴趣爱好,喜欢怎样的训练项目,做到对学生进行全面调查和分析掌握,根据这些真实情况制定合理科学的足球训练方案,满足学生的好奇心和学习需要。第二,合理制定足球训练目标。小学体育老师结合自身体育教学经验,分析足球训练的重点和难点,同时考虑学生的具体情况合理制定相应的足球训练目标,让小学生积极配合老师的教学工作,主动参与足球训练,有效提高足球训练效果。第三,结合实际,适时调整足球训练方案。

小学体育老师在具体的课堂教学中,要根据学生的发展和成长的具体情况,分析学生训练程度,根据实际情况适时调整足球训练方案。教师要根据学生特点合理制定训练计划和时间,加快提升学生足球运动技巧,提高学生运动训练进步速度;同时,教师结合学生的实际情况对班级学生划分层次,增加足球基本功好的学生的训练难度,加强足球基本功差的学生的基础训练,增强其自信心,保证全体学生都能有效提高自身的訓练效率。

2.3 开展足球比赛,培养学生足球训练习惯

足球比赛能对学生的学习和训练效果进行检验,同时也会激发学生的训练兴趣。教师可以设置训练和比赛交叉进行,形成良好的足球运动习惯。所以,教师在对学生进行足球训练一定时间后,就组织学生进行分组比赛,并总结和分析比赛中丢分的原因。在比赛结束后,有针对性的进行训练,有效提高学生的训练效率。如老师给学生讲解相应的足球运动技巧、踢球运球动作、比赛规则等;老师先组织学生训练,再分成小组进行比赛。应用比赛活动增强学生的集体和合作精神,提高足球运动技能,促进学生主动参与足球训练,形成良好的运动和训练习惯,并且能在训练过程中认真学习足球运动技能,掌握相应的足球比赛经验、运球和传球技巧和相应的比赛规则等各种知识和内容,促进学生更好的进行足球训练。

综上所述,在小学体育教学中,要有效提高足球训练质量和效率,必须应用合理的训练方案和措施,科学合理调动学生的参与积极性,使学生体会到足球训练的乐趣,感受到足球运动的魅力。同时,应用科学合理的体育教学方式,组织学生进行足球训练和比赛,促使学生和老师有效配合,提高小学足球训练效率,提高学生的足球运动技术技能,增强学生的身体素质。

[参考文献]

[1] 焦玉萍. 小学篮球教学中小组模式的运用分析[J]. 新课程 2020(34):30.

[2]颜纯富.浅议小学体育课程开展的意义[J].新课程,2020(34):31.

[3]龚峰.体育游戏在小学体育中的运用探究[J].新课程,2020(34):89.