

足球游戏在高校体育足球教学中的有效运用

郭茂辰

(兰州现代职业学院, 甘肃 兰州 730300)

摘要: 足球, 作为高校体育课的常规课程, 有助于学生强身健体并锻炼肢体的整体协调性。在素质教育与快乐体育背景下, 将足球游戏科学引入高校体育足球教学过程中, 有利于充分激发并调动学生的学习兴趣, 培养他们良好的意志品质, 同时, 还有利于切实将快乐体育的理念落实于体育足球课堂上, 在促进大学生身心综合发展的同时为高校体育足球教学项目的顺利开展创造了有利条件。本文在简要阐述足球游戏在高校体育足球教学中运用的重要意义的基础上对足球游戏在高校体育足球教学中的有效运用和应注意的问题进行了深入探究, 以期促进高校足球运动向更高层次、更好的方向不断发展。

关键词: 足球游戏; 高校; 体育足球教学; 有效运用

在高校体育制度改革深化的背景下, 传统的体育教学模式已然无法满足新时代学生学习的多元化需求。足球作为最受欢迎和喜爱的体育运动之一, 其教学模式和方法的改革与创新同样尤为迫切。游戏教学法核心理念为“寓教于乐”, 游戏与足球教学的结合, 能充分发挥游戏娱乐性、竞争性等特征, 大幅度提升足球课堂的吸引力, 激发学生运动兴趣, 从而为他们身心健康发展奠定良好的基础。因此, 将足球游戏灵活且有效地运用于高校体育足球教学过程中, 具有重要的现实意义。

一、足球游戏在高校体育足球教学中运用的重要意义

(一) 有利于激发学生学习的兴趣

随着新课改的逐渐深入, 课堂主体慢慢由传统的教育工作者向教育学习者过渡, 这一转变清晰明确了新课改背景下高校体育足球各项教学的目标和任务, 即教育工作者应注重学生兴趣的激发。足球这项运动对学生提出了较高的技术要求, 但如果教师一味地注重技术动作的重复练习, 忽视学习的趣味性, 那么, 不仅会增加课堂的枯燥感, 而且还可能降低学生的学习兴趣, 甚至还可能引发部分学生产生抗拒心理或者畏难情绪, 这对他们未来的发展是极其不利的。而足球游戏主张以游戏形式组织足球教学活动, 通过创编包含足球运动基本技术和基本技能的多样化足球游戏活动, 一方面可有效避免学生产生对学习的抗拒心理和畏难情绪, 让他们通过充分热身, 尽快投入课堂学习, 另一方面, 还有利于充分激发学生的学习兴趣, 调动他们参与足球学习活动的积极性和主动性, 从而显著提升学生的身体素质 and 他们的技战术水平, 为构建高效的足球课堂奠定坚实的基础。

(二) 有利于培养学生意志品质

经调查研究发现, 当前我国大部分“00”后大学生身体素质各方面均呈现出亚健康状态, 正是因为如此, 他们的发展可能会受到直接影响。足球游戏充满着挑战和未知, 这对培养学生良好的意志品质创造了有利条件。在课堂上, 学生往往需要面对各种未知的挑战和困难, 这就要求他们时刻在对抗中保持专注, 同时, 还需要学生在困难面前保持冷静与坚持。足球游戏的引入, 可以帮助学生学会如何在失败后迅速调整心态并继续投入比赛。类似的经历有助于提高学生的抗压能力和抗挫折能力, 且对提升其心理韧性也大有裨益。除此之外, 足球游戏通常要求学生以小组为单位参与并完成具体游戏任务。在此过程中, 学生可置身于团队中慢慢掌握妥善处理人际关系的方法, 也能进一步增强自身的团队协作意识和相关能力, 从而能一边磨炼学生的意志品质, 一边

提升他们的集体荣誉感, 增强学生的责任感。

(三) 有利于落实快乐体育理念

快乐体育理念强调在体育锻炼过程中获得愉悦体验和健康收益。足球游戏恰好能帮助学生实现。一方面, 足球游戏可帮助学生在参与足球运动的过程中获得成功的喜悦和团队协作的满足感。类似的正向回馈能为学生持续参与足球运动注入源源不断的动力。另一方面, 足球游戏可实现因材施教的目标, 通过为不同水平的学生精心设计针对性的游戏活动并制定匹配的教学目标, 可让每个层次的学生均能尽情享受足球运动的乐趣, 从而真正实现“快乐体育”的教学目标, 为学生身心健康全面发展保驾护航。

二、足球游戏在高校体育足球教学中的有效运用

(一) 热身阶段的足球游戏

从教学流程出发, 热身阶段是学生参与足球活动的首要环节, 也是学生能否全身心投入教学活动的关键。以往热身阶段的足球教学普遍推行的是广播操或者集体慢跑等, 类似的热身获得的教学效果并不明显。而将足球游戏引入热身阶段的足球课堂, 不仅能使学生的身体得到充分的活动和准备, 而且还能在课堂最初就充分激发学生的学习兴趣并调动他们参与课堂的积极性, 从而为接下来教学活动的顺利开展奠定良好的基础。比如, “抢圈游戏”“传球接力赛”等足球游戏, 可为足球课堂注入诸多乐趣与新鲜元素, 学生会不自主地参与到游戏活动中来, 有利于为接下来教师讲解并训练其足球技战术能力做好充分的准备工作。

传球接力赛: 教师需将学生划分为若干个游戏小组, 在热身环节, 引导学生以传球的形式开展接力比赛。开始比赛, 每组学生需要按照教师设定的距离依次站立并进行快速且准确的传接球。第一名同学可将球传至第二名同学, 以此类推, 直至最后一名同学完成射门, 比赛结束, 用时最短且确保每位同学均能按照正确的动作传接球的小组获得比赛胜利。类似的游戏不仅能有效提高学生的传接球准确性, 而且还能进一步培养他们良好的竞争意识和团队合作精神。

抢圈游戏: 教师指定或者同学推选出1-2名同学站在圈内, 其余同学围成一圈, 进行传球。圈内同学扮演的是“抢球者”的角色, 其目标为在其他同学传球过程中寻找恰当时机将球拦截。此游戏除了考验学生的传接球技术之外, 还能让他们在高度紧张以及激烈的对抗氛围中快速进入状态, 从而针对性锻炼学生的传接球准确度和速度, 同时, 提升他们的灵活应变能力。

（二）提升足球技能的游戏

足球运动并不是盲目地踢球，要想取得比赛胜利，除了要遵循一定踢球规则外关键是应具备扎实的足球技能。专业且良好的足球技能是每一位足球运动员参赛的必要条件。因而，高校足球教师应侧重于向学生传授专业的足球技能，使他们掌握灵活的足球运动技能技巧，同时，还应加大诸如传球、接球、运球、头顶球、射门、掩护球等专业技能的训练力度。然而，传统的足球技能教学采用的是教师讲解+示范、学生自主练习的模式，类似的教学模式不仅无法让学生的足球技能获得显著提升，而且还不利于营造轻松、愉悦的练习氛围。学生独自练习的兴趣和积极性不高，可能会使得教学和训练效果大打折扣。为了有效提升学生的个人足球技能，教师应精心设计一系列具有较强针对性的足球技能训练游戏，让游戏充分调动学生参与学习和训练的热情并激发欲望，同时，为学生营造轻松的课堂氛围，让他们毫无压力的掌握接球、传球、抢点射门等方面的专业技能，达到事半功倍的教学效果。

传球与接球游戏：教师设置多个标志性物品，将圆墩、三角锥路障等作为障碍物，让学生两两一组进行绕过障碍物的传接球游戏。此游戏可有效提升学生的传接球准确度，培养他们良好的空间意识，同时，还能针对性训练他们在复杂环境中的及时决策能力。

射门练习游戏：教师将学生划分为若干个射门游戏小组，让学生选择不同的位置射门。教师根据学生选择的射门位置和角度给予评分。哪个小组最终的得分最高，那么该小组就是比赛的胜者。此游戏旨在锻炼学生射门的精准度，有利于培养他们在激烈比赛中面对不同射门机会时的灵活应变能力。

（三）提升足球战术的游戏

若想赢得足球比赛的最终胜利，除了运动员应具备高水平的足球技能之外，球员与球员之间的战略战术也是影响比赛的关键因素。简言之，每位球员必须紧紧把握每一次最佳的传球路径、最佳射门时机。在足球课上，类似足球战术的训练可全方位提高学生的足球战术水平，从而让他们灵活应对比赛。提升足球战术游戏的引入，不仅可帮助学生逐步领悟足球战略战术的内涵，而且还能有效培养他们的团队协作精神，让他们真正明白比赛的胜利离不开团队成员的共同努力。

小场对抗赛：选择相对较小的场地，让学生进行2v2或3v3的小规模对抗赛。类似的比赛形式要求学生必须在有限的空间和时间内快速思考并作出决策，在提高他们灵活应变能力，培养学生良好战术意识的同时还有利于进一步激发他们的创造力。

攻防转换游戏：将学生划分为两个大的小组并分别作为“攻方”和“守方”参与游戏。“攻方”的任务是尝试通过多种路径传球制造射门机会，而“守方”的任务是需要想方设法阻断“攻方”的传球并迅速反击。类似的训练模式旨在培养学生良好的攻防转换意识，从而让他们尽快适应比赛中不同的角色。

（四）训练门将队员的游戏

门将在一个足球队中扮演着至关重要的角色。在日常教学、训练过程中，教师应格外注重对守门员的训练，比如，训练守门员的反应速度、移动能力及其对球门的控制等。教师应为守门员精心设计一系列针对性的游戏，加大对他们的训练力度，有效提升门将的技术能力。

反应练习游戏：教师组织同学不规则地向守门员踢出不同角度的任意球，要求门将快速做出反应并进行拦截。类似的游戏有助于有效提高门将针对高球、低球、半高球等不同角度球的扑杀能力，还能针对性训练他们的瞬间反应能力和判断能力。

一对一对抗游戏：教师让学生两两一组，通过模拟门将面对单独前锋的进攻场景，让门将在课堂上练习如何在一对一情况下封堵射门角度和执行有效扑救，从而提升他们守门的专业技术能力，同时，还能培养守门员良好的心理素质，大幅度提高他们的抗压能力。

三、足球游戏在高校体育足球教学中运用应注意的问题

（一）密切关注学生的情绪变化

在课堂上，教师应密切关注学生的情绪变化，如若发现部分学生情绪异常，则应及时调整教学策略，以确保每位学生均能全身心地投入课堂学习与训练。一方面，教师应通过密切观察和与学生的深入沟通交流，了解他们对足球游戏的兴趣和态度，实时关注学生的情绪变化，比如开心、难过、沮丧、焦虑等；另一方面，教师应给予学生个性化的反馈和指导，让学生一边参与游戏一边从中获得成就感，增长他们的自信心，帮助学生维持良好的情绪状态。

（二）设置科学规范的游戏规则

教师应根据学生的技术水平和身体素质科学合理的设置游戏规则，以保证每位学生均能从游戏中收获乐趣并获得针对性锻炼。在正式开始足球游戏前，教师应详细为学生介绍规则并在游戏进行过程中严格执行。当然，游戏规则并不是一成不变的，教师应根据实际情况对其进行适当调整，以适应学生的即时需求和课堂目标的变化。

（三）合理安排游戏部分的比例

教师应合理安排足球游戏在体育足球教学过程中的比例，尤其应根据学生的兴趣、体能、技术水平等进行动态调整。针对初学者，教师应逐步引入一些简单的游戏，适当增加基础技能训练的比例，旨在夯实学生的足球技能基础；针对高水平学生，教师则应尽可能多地设计一些综合性游戏，以提高学生的综合技战术水平为目标，促进他们的长远发展。

四、结语

综上所述，足球游戏倡导“寓教于乐”，在有效激发学生足球学习兴趣的同时，还能大幅度提高他们的足球技战术水平，有助于全面提高高校足球教学质量。因而，教师应根据大学生兴趣爱好与实际水平，立足教学内容，精心设计多样化的足球游戏，让学生在轻松的课堂上掌握知识，习得技能，从而实现为我国足球事业培养更多优秀人才的目标。

参考文献：

- [1] 刘晔宁. 足球游戏在高校体育足球教学中的有效运用[J]. 体育风尚, 2023(22): 119-121.
- [2] 顾思思. 足球游戏在高校体育足球教学中的灵活运用[J]. 科技资讯, 2019, 17(9): 141-142.
- [3] 苗晨. 体育游戏在高校足球教学与训练中的应用分析[J]. 南北桥, 2021(2): 10-11.
- [4] 张昕宇. 足球游戏在大学足球教学中的应用[J]. 当代体育科技, 2020, 10(10): 177-178.