

XUEXIAO ZUQIU YUNDONG
KECHENG JIAOXUE SHEJI YU GAIGE YANJIU

学校足球运动

课程教学设计与改革研究

张彦斌 易彬全 李明泽◎著



“国家一级出版社”  中国纺织出版社 “全国百佳图书出版单位”

学校足球运动

课程教学设计与改革研究

张彦斌 易彬全 李明泽◎著



中国纺织出版社

内 容 提 要

本书紧跟我国学校足球运动教学发展的形势,从学校足球运动课程教学现状出发,对足球运动课程教学设计与改革进行了科学研究,有利于各级学校科学规划足球课程教学,改革足球教学中的不足之处,提高足球教学效果,具有时代性和实用性。在设计方面,着重研究了学校足球运动课程教学的设计理论、设计体系、大中小学的设计、足球训练课设计、技战术教学设计以及足球游戏设计;在改革方面,主要对学校足球运动课程教学现状及各要素(教学内容、教学方法、教学模式及教学评价)的改革进行了研究。本书结构安排合理,内容错落有致,具有较强的逻辑性和系统性,是一本值得学习研究的著作。

图书在版编目(CIP)数据

学校足球运动课程教学设计与改革研究 / 张彦斌,
易彬全,李明泽著. -- 北京:中国纺织出版社,2018.5
ISBN 978-7-5180-4085-8

I. ①学… II. ①张… ②易… ③李… III. ①足球运
动—体育教学—研究 IV. ①G843.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 231759 号

责任编辑:姚 君

责任印制:储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址:北京市朝阳区百子湾东里 A407 号楼 邮政编码:100124

销售电话:010-67004422 传真:010-87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@e-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://www.weibo.com/2119887771>

北京京华虎彩印刷有限公司 各地新华书店经销

2018 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:16.5

字数:214 千字 定价:75.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前 言

大量的事实表明,重视青少年足球工作就是重视足球未来的发展;拥有了优秀的足球后备人才,就拥有了足球的未来。可见,发展青少年足球十分重要。学校是青少年足球运动发展的起始阶段,是青少年足球后备人才培养的重要阵地,担负着培养青少年足球人才的重任。为了促进我国学校足球进一步发展,各级学校应加强足球课程教学的设计,系统规划足球课程教学,科学改革足球教学中的内容、方法、模式等要素,通过具体的操作程序来协调、配置各要素,从而解决一系列复杂的教学问题,寻找最优的解决方案,完善足球运动课程教学系统,提高足球课程教学效果。为此,我们撰写了《学校足球运动课程教学设计与改革研究》一书,以期为我国学校足球运动课程教学的规划、改革与发展指明方向。

本书共有八章内容,第一章是学校足球运动课程教学概述,主要阐述足球运动课程教学的任务与要求、理念与原则、组织与实施及其设计理论。第二章是学校足球运动课程教学现状及改革,重点对学校足球教学内容、教学方法、教学模式、教学评价等几个要素的改革进行研究。第三章至第八章重点分析与研究学校足球运动课程教学设计的理论与方法。第三章着重分析学校足球运动课程教学设计的体系,包括教学目标设计、教学内容设计、教学方法设计及教学评价设计。第四章重点研究各级学校足球运动课程教学设计,包括小学阶段、中学阶段及大学阶段的足球课程教学设计。第五章是学校足球运动课程训练课设计,详细分析了足球运动训练课的基本理论、足球运动训练课的设计策略及足球运动训练课的科学指导。第六章和第七章分别对学校足

球运动课程技术教学设计和战术教学设计进行了分析。第八章是学校足球运动课程教学游戏设计,具体研究了专项体能类、专项技术类、对抗比赛类等足球游戏的设计。

本书紧跟我国学校足球运动教学发展的形势,从学校足球运动课程教学现状出发,对足球运动课程教学设计与改革进行了科学研究,有利于各级学校科学规划足球课程教学,改革足球教学中的不足之处,提高足球教学效果,具有时代性和实用性。总体来说,本书在指导学校足球运动课程教学开展方面具有一定的参考价值。

本书由湖南工艺美术职业学院张彦斌、湖南理工学院体育学院易彬全、湖南工艺美术职业学院李明泽撰写完成,并由三人统稿。具体分工如下:

第三章,第五章,第七章,第八章:张彦斌;

第二章,第四章:易彬全;

第一章,第六章:李明泽。

本书在撰写过程中参考和借鉴了诸多专家、学者的研究成果,在此表示诚挚的感谢。由于时间与水平有限,书中难免有不妥与疏漏之处,敬请广大读者批评指正。

编者

2017年6月

目 录

第一章 学校足球运动课程教学概述·····	1
第一节 足球运动课程教学的任务与要求·····	1
第二节 足球运动课程教学的理念与原则·····	9
第三节 足球运动课程教学的组织与实施·····	21
第四节 足球运动课程教学的设计理论·····	28
第二章 学校足球运动课程教学现状及改革·····	34
第一节 学校足球教学内容现状及创新体系构建·····	34
第二节 足球教学的常见方法及改革与创新·····	42
第三节 足球教学的一般模式及改革与创新·····	48
第四节 学校足球教学评价现状及改革·····	64
第三章 学校足球运动课程教学设计的体系分析·····	69
第一节 足球运动课程教学目标设计·····	69
第二节 足球运动课程教学内容设计·····	76
第三节 足球运动课程教学方法设计·····	79
第四节 足球运动课程教学评价设计·····	84
第四章 大中小学足球运动课程教学设计研究·····	95
第一节 小学阶段足球运动课程教学设计·····	95
第二节 中学阶段足球运动课程教学设计·····	104
第三节 大学阶段足球运动课程教学设计·····	116
第五章 学校足球运动课程训练课设计·····	125
第一节 足球运动训练课的基本理论·····	125
第二节 足球运动训练课的设计策略·····	136
第三节 足球运动训练课的科学指导·····	149

第六章 学校足球运动课程技术教学设计·····	155
第一节 足球技术的基本理论分析·····	155
第二节 有球技术教学设计·····	156
第三节 无球技术教学设计·····	182
第七章 学校足球运动课程战术教学设计·····	187
第一节 足球战术的基本理论分析·····	187
第二节 足球进攻战术教学设计·····	196
第三节 足球防守战术教学设计·····	212
第八章 学校足球运动课程教学游戏设计·····	220
第一节 专项体能类游戏设计·····	220
第二节 专项技术类游戏设计·····	229
第三节 对抗比赛类游戏设计·····	249
参考文献·····	256

第一章 学校足球运动课程教学概述

足球运动是青少年学生普遍喜爱的一项运动项目,因此在学校体育教学中是非常重要的一项教学内容。足球运动课程教学是培养学生健康体质和促进学生足球运动技战术提高的主要途径,因此要明确足球运动课程教学的基本理论,加强对足球教学实践的科学指导。本章主要就学校足球运动课程教学理论进行分析,主要内容有足球运动课程教学的任务与要求、理念与原则、组织与实施以及设计理论。

第一节 足球运动课程教学的任务与要求

一、足球运动课程教学的任务

(一)提高学生的身体素质

青少年学生发育及各项素质发展的最高峰主要出现在学生时期,尤其是大学时期。学校足球运动课程教学可使学生生理发育和素质发展的需要得到充分满足。通过足球运动课程教学,要促进学生的正常生长发育和身体素质的发展,提高学生的生理机能水平,促进学生环境适应能力和疾病抵抗能力的增强。健康的体质与良好的社会适应能力是学生立足社会和生存发展的前提与基础。

(二) 培养学生的足球素养

青少年学生普遍喜爱足球运动,对这项运动较为关注,参与的积极性也比较高,通过足球运动课程教学,要培养和提高学生的足球兴趣,使学生能够对足球运动的基本知识有所掌握,使学生的足球运动能力、足球赛事欣赏能力都有所提高,使学生的足球素养得到提升。同时,在足球运动课程教学中还要有效发挥学生的智力和知识结构的优势,进一步促进学生眼界的开阔和思维的拓展。

具体来说,足球运动课程教学中,培养学生的足球能力这项任务表现在以下几方面。

现代足球技术正在朝着“全面、快速、娴熟、简练、强对抗”的方向发展,因此在足球运动课程的技术教学中,体育教师要根据学生的身心特点,将足球技术与趣味性、目的性、位置、速度、意识、意志、即兴等相结合,使学生由浅入深、由易到难地对足球技术和练习方法进行掌握,从而获得参与足球运动的基本能力。

其次,足球战术具体“机械分工消失;快速争夺时空主动权;阵型与队形合理组合;集体与球星完美结合”的特征,在足球运动课程的战术教学中,体育教师应让学生了解足球的这一特征,使学生对足球运动的基本攻守方法进行掌握,并使学生学会在实践中灵活组织战术并付诸实施。学生将足球个人战术、局部配合战术、全队配合战术以及定位球战术等各种战术方法掌握后,就能够很好地对足球比赛进行控制了,其驾驭足球比赛的能力就会提高。

最后,在足球运动课程教学中,体育教师要培养学生对足球运动的兴趣与爱好,提高学生欣赏足球赛事的能力,使学生将足球运动作为自己终身体育锻炼计划中的一项重要内容。

(三) 促进学生德、智、美的发展

1. 足球运动课程教学的德育任务

足球本身具有教育性的特征,因此足球运动课程教学同德育有着密切的联系。足球运动课程教学的德育任务主要表现如下。

(1) 足球运动对抗激烈,生理负荷大,训练紧张,因此要求学生以坚定的意志和顽强的毅力努力克服自己的内心障碍和影响自己学练的外部因素,克服和战胜各种困难,在遵循道德规范和准则的情况下,努力实现自己预定的学练目标。因此,足球运动课程教学与训练可以使学生形成良好的心理品质和意志品质。

(2) 足球组织严密、技术严格规范、竞赛规则严谨,学生在参与该项运动的过程中必须以满足集体的需要为主,将自己融于整个团队之中,对个人与集体、自由与纪律、个性与共性的关系予以正确处理,严格规范自身行为,服从组织纪律。因此,足球严格、生动的教学与训练可以提高学生的组织纪律性,培养学生的道德意识。

(3) 足球运动在具体的规则的约束下,始终沿着固定的方向发展。在足球运动课程教学与训练中,尊敬教师、尊敬对手、团结同伴等行为会受到赞赏和喜爱。反之,动作粗野、无视规则、个人主义等行为会受到处罚和谴责。因此,足球运动课程教学能为学生提供一个强制而又自然的环境,使学生学会对自己的行为加以控制和约束,从而形成良好的道德风貌,养成良好的道德行为习惯。

(4) 足球比赛的获胜来自于队员之间的,以积极的、健康的道德情感作为基础的协调配合和统一行动,这种道德情感是队友之间共同的责任感、荣誉感的精神升华。因此,足球运动课程教学可以培养学生的集体主义精神,强化学生的道德情感。

2. 足球运动课程教学的智育任务

一般说来,注意力、观察力、记忆力、想象力、思维力以及分析判断能力等是智力的具体表现。足球运动课程教学与智育相

互促进、辩证统一。一方面,智力的增长和发展要求身体素质的提高;另一方面,身体素质的提高能改善智力活动的条件。学生在学习足球知识与技能的过程中,运动记忆会不断深化,分析和评价自己的能力会不断提高,因而学生的智力也会得到有效的提高。提高学生的智力既是智育的基本任务,又是足球教学的目标。

具体来说,足球运动课程教学的智育任务主要表现如下。

- (1)训练学生的记忆力。
- (2)开发学生的想象力。
- (3)培养学生的观察力。
- (4)提高学生的思维力。

3. 足球运动课程教学的美育任务

美有很多表现形式,体育美就是其中之一,体育美是健康美、运动美、意志品质美等各种美的结合。其中,健康美是人体最基本的美;运动美主要体现在人体美、动作美两方面,人的本质力量及体育丰富多彩的美的因素等都是运动美的具体表现,这些美能够引起人们的欢欣、愉悦、好奇、赞叹;意志品质美主要是从体育运动的规则、精神、纪律等方面表现出来的。

具体来说,足球运动课程教学的美育任务主要表现在以下几方面。

- (1)培养学生美的感受能力。
- (2)培养学生美的鉴赏能力。
- (3)培养学生美的表现能力和创造能力。

二、足球运动课程教学的要求

(一)增强体质与促进学生全面发展相结合

足球运动课程教学中,不仅要将教学重点放在增强学生体质上,还要全面培养学生的身体素质、心理素质、智力、社会适应性等各方面的素质与能力。因此,足球运动课程教学中应做到以下

几点。

1. 树立现代足球教学价值观

现代体育教学的价值观对足球运动课程教学提出了新的要求,足球运动课程教学不仅要发挥改变学生生物学特征的生物学价值,还要发挥对学生进行心理学、教育学、社会学以及美学教育的价值。在评价足球运动课程教学质量方面,这些价值观都是重要的衡量标准。

2. 做好足球教学工作计划

在对足球运动课程教学计划进行制定,编写足球课教学方案时,教师要注意突出足球的专项特点,同时保证教学活动对学生身体的全面训练性,要能够全面促进学生的身心发展。

3. 足球教学内容和方法的多样化

在足球运动课程教学的整个过程(准备阶段、实施阶段、复习阶段以及评价阶段)中,要结合学生的身心特点和个性特征,选用丰富的教学内容和多样化的教学方法实施教学,从而使学生各方面的素质都能够得到发展。

(二) 教师的主导性与学生的能动性相结合

足球运动课程教学是足球教师与学生之间互动的多边教学活动。在足球教学中,应以当代学生的身心特点为依据来对教师与学生之间的关系进行处理,充分发挥师生双方的主动性,以教师为主导,最大程度地对学生的能动性加以调动。

具体来说,在足球运动课程教学中,结合教师的主导性与学生的能动性需要做到以下几点。

1. 树立正确的教学观

在足球教学中,正确处理师生关系,发挥教师和学生双方的积极性,对“教师中心论”“学生中心论”的片面教学思想和观念要及时加以改进。

2. 以教师为主导

在足球运动课程教学实践中,教师应不断提高自身的教学水平和专业素质,储备丰富的专业知识,掌握全面的技术,要为人师表,平等待人。同时,教师应不断提高自身教学的艺术性和启发性,加强对学生学习动机和兴趣的培养。

3. 充分调动学生的能动作用

学生发挥自己的主观能动性是提高教学效率的有效手段,因此在足球运动课程教学中,教师应充分调动学生的主观能动性,指导学生明确学习目标,激发学生的学习热情。

(三) 感觉、思维与实践相结合

足球运动是一项综合性运动,学生在参与该项运动的过程中,要集感觉、思维与实践于一身,灵活机动地处理运动中遇到的各种情况和问题,快速进行分析并做出相应的判断。因此在足球运动课程教学过程中,要满足如下要求。

1. 利用多种直观感觉手段

在足球运动课程教学中,教师要规范使用语言教学法和示范教学法,要尽可能采用图表、照片、幻灯、视频等直观教学方法和手段进行足球教学,并运用这些手段组织观摩比赛,使学生在较短时间内清楚地了解足球技术动作的特征,建立技术动作表象。

2. 教师要有针对性地运用直观感觉手段

由于学生的性别、年龄、身体素质、运动经历、理解能力、基础知识和技能等存在个体上的差异,且不同的足球运动技术表现形式不同。因此,在足球教学中,教师要结合实际,针对不同学生 and 不同技术采用相应的直观感觉手段,对于水平较低者相应多采用示范、图像等直观手段,对于水平较高者多使用形象化词汇描述技术动作。

3. 正确处理感觉、思维与实践的关系

在足球运动课程教学中,直观感觉方式的运用有助于学生正确动作表象的建立,但要达到对动作的结构、要点及动作正误界限的理解,还要求学生克服单纯机械模仿、重复,积极思考,加强运动思维,培养学生发现问题、解决问题的能力。同时鼓励学生将直观、思维与实践大胆地结合起来。

(四)循序渐进与系统性相结合

足球运动课程教学是渐进的、系统的过程。一方面,在足球运动课程教学中,教师应依据现代教育规律,由易到难地安排教学内容,由简到繁地组织足球练习,由弱到强地安排对抗程度,由小到大地增加足球运动负荷;另一方面,足球教学是由不同周期组成的,一个周期又可以分为不同阶段,各周期和阶段的教学任务各有不同,教师在教学中应注意各周期各阶段内容的关联性和衔接性。

具体来说,在足球运动课程教学中贯彻循序渐进与系统性相结合的要求要做到以下几点。

1. 由易到难安排教学内容

以学习足球传球技术为例,可先从脚弓传球开始,并从传地滚球开始,在此基础上再学习其他部位的传球技术,进而进行长传球与过顶球技术的教学。

2. 由简到繁组织练习

在足球技战术练习中,可先让学生从模仿练习开始,而后独立实践,再到局部对抗,最后进行整体训练。

3. 由弱到强安排对抗程度

足球的技术练习必须由无对抗到有对抗,由弱对抗到强对抗,最后进行实战接受检验。

4. 由小到大增加运动负荷

运动负荷的安排应当波浪式地逐渐加大,在组织训练时,教师要注意处理好负荷与恢复的关系。

5. 足球教学要有系统性

足球运动课程教学是由不同周期、不同阶段、不同任务组成的过程,系统的教学与训练能有效促进学生技战术水平的不断提高。

(五) 综合性与实战性相结合

在足球运动课程教学中贯彻综合性要求就是要把技术、战术、身体素质、智力、心理等各方面有机结合起来,进行综合性教学与训练,使训练与实战更为接近。同时,要以比赛的客观规律与要求为依据,将对抗的因素和模拟实战的条件加入日常足球教学训练中,从而提高练习的实战性。

足球运动课程教学中,综合性与实战性相结合具体要做到以下几点。

1. 技术之间的合理搭配

在足球教学中,教师应以比赛需要为根据,合理地串联和搭配不同的足球技术,使学生进行组合练习,并根据学生的实际能力与水平来决定技术搭配的量 and 难度。

2. 技战术与身体素质结合

良好的身体素质是学生在实战中发挥自身技战术能力的基础。因此,在足球教学中,教师应对练习的组数、时间、密度、强度和运动量进行科学安排,从而使学生的身体素质与技战术实战能力同时得到提高。

3. 技战术与意识的结合

意识是足球技战术的灵魂和生命。在足球教学中,教师应根据足球比赛的客观规律来对练习形式和方法进行设计和组织,注

意培养学生的正确足球意识,从而提高其技战术运用能力。

4. 技战术与对抗能力的结合

对抗能力是足球技战术运用的根本保证。因此,在足球教学中,教师应根据学生对足球技战术的掌握程度适当地加入对抗性因素。

5. 在模拟实战中练习技战术

在足球技战术练习中,教师应重视安排模拟实战的练习,提高学生的实战能力和比赛能力。

第二节 足球运动课程教学的理念与原则

一、足球运动课程教学的理念

(一) 现代教育理念

1. 范畴教育理念

“范畴教育”理论是由前联邦德国教育专家克拉夫基在主张“形式教育”和“实质教育”统一的基础上提出来的。范畴教育的特点主要表现在以下两个方面。

(1) 教育本质的整体性。“既要形式教育,又要实质教育”,要将实质教育和形式教育理论辩证地统一起来。

(2) 教育过程的双重开发性。教育过程是一个通过自身经验或学习其他经验获得客观和主观两方面统一的过程,该过程具有双重开发性。因而在足球运动教学中,要同时将传授知识和发展能力重视起来,作为足球教学的两个任务。

2. 教师专业化理念

教师专业化是现代教育改革的基本要求,专业教师对教学活

动的开展以及教学领域的发展具有重要的促进作用。教师专业化要求教师职业必须具备以下几个特点。

- (1) 接受过良好的专业教育,具有完善的、高标准的知识基础。
- (2) 能够不断学习和创新,不断充实与完善自我。
- (3) 在工作中具有较多的自主权,发挥自身的积极性。
- (4) 具有强烈的责任感、正确的职业道德观以及良好的个人品质。

3. 多元智力理论

过去认为智力是以语言能力和逻辑能力为核心,以整合的方式存在的一种能力。这是片面的看法,智力其实是多元的,构成智力的因素有很多。

国外有学者指出,人的智力包括语言智力(言语)、节奏智力(音乐)、数理智力(逻辑)、空间智力(视觉)、动觉智力(身体)、自省智力(自知)、交流智力(交往)、自然智力、认识和适应世界的智力等。这些都是非常重要的智力因素,它们之间相对独立,发展规律各不相同。正常条件下,有适当的外界刺激和个体本身的努力,个体便可以发展和加强自身的任何一种智力。

多元智力理论对教育的影响主要从以下几个方面体现出来。

(1) 教学观方面

多元智力理论提倡教学应遵循因材施教的原则,应考虑每位学生的智力特点,进行有针对性的个性教学,从而使每一个学生都能够获得发展。

(2) 学生观方面

多元智力理论提倡学生积极主动地去学习。每个人的智力都有很多种,但每个人的智力是以不同的组合形式表现出来的,而且发挥程度不相同。学生应发现自己的智力优势,并将自己的优势发挥出来,从而使自己得到更好的发展。而教育应该以学生为中心,在适应学生特点的基础上组织教学。