

新时期 足球

高珀琛 著

运动发展与教学研究



中国书籍出版社
CHINA BOOK PRESS

新时期 足球

高珀琛 著

运动发展与教学研究



中国书籍出版社
China Book Press

图书在版编目(CIP)数据

新时期足球运动发展与教学研究 / 高珀琛著. -- 北

京: 中国书籍出版社, 2014. 6

ISBN 978-7-5068-4236-5

I. ①新… II. ①高… III. ①足球运动—教学研究

IV. ①G843.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 138460 号

新时期足球运动发展与教学研究

高珀琛 著

责任编辑 刘洁琼 成晓春

责任印制 孙马飞 马 芝

封面设计 马静静

出版发行 中国书籍出版社

地 址 北京市丰台区三路居路 97 号(邮编:100073)

电 话 (010)52257143(总编室) (010)52257140(发行部)

电子邮箱 chinabp@vip.sina.com

经 销 全国新华书店

印 刷 三河市龙大印装有限公司

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 12.75

字 数 200 千字

版 次 2015 年 9 月第 1 版 2015 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5068-4236-5

定 价 35.00 元

版权所有 翻印必究

前 言

新时期足球运动在体育事业全球化背景下,得到了全面、系统的发展。从足球运动员的跨国转会,国际联赛的举办,世界杯的火热举行,都能体现出现代足球运动国际化发展的趋势。同时,足球运动教学的国际化交流和学习,对现代足球运动未来的长期可持续发展创造了有利条件。足球运动在新时期的发展前景也非常值得期待。

我国作为足球运动大国,虽然在整体的足球运动水平上一直没有取得较为突出的成绩,但足球运动在我国具有非常好的群众基础。特别是近几年,我国足球职业球队在亚洲联赛上的出色表现,吸引了众多人参与到足球运动中来。因此,为了适应新时期足球运动的快速发展,并为足球运动参与者提供更好的教学指导,特撰写了《新时期足球运动发展与教学研究》一书。

全书共八章,第一章为现代足球运动发展概况,主要阐述了足球运动的起源与发展、发展现状与趋势以及我国足球运动未来发展的对策等方面的内容;第二章对现代足球运动新理念的发展展开了研究,主要包括中外足球运动理念比较,足球运动总体发展思想,足球运动员竞技能力结构分析,足球运动员能力培养规律,运动训练与足球训练等方面的内容;第三章为现代足球运动教学理论审视,主要从足球运动教学任务、要求、原则、方法、课的组织实施以及现代教育理念与足球运动教学等方面展开了详细的分析;第四章对现代足球运动训练理论进行了详细的研究,主要包括足球运动训练原则、方法、负荷安排、训练计划的制定与运用以及新理念等方面的内容;第五章为现代足球运动科学保健指导,主要内容为足球运动疲劳的认定与诊断、常见伤病的防治和科学营养膳食;第六章主要从足球运动员身心发展特征,身心素质培养方法和身体训练评价与心理问题矫正等方面,对现代足球运动身心素质的培养展开了研究;第七章和第八章重点对现代足球运动技战术的教学展开了详细研究。

总体来看,全书内容科学全面,结构编排合理,注重理论与实践相结合,而且实用性比较强。另外,本书还具有理论知识深入浅出,实践知识准确精

炼,且图文并茂的特点,是一本具有较高参考价值的优秀书籍。

本书在撰写过程中,借鉴、参考了许多专家、学者的研究成果和观点,在此表示诚挚的谢意!另外,受能力和时间所限,书中难免有疏漏之处,请广大读者批评指正。

作 者

2014 年 5 月

目 录

第一章 现代足球运动发展概况	1
第一节 足球运动的起源与发展	1
第二节 足球运动的发展现状与趋势	5
第三节 我国足球运动未来发展的对策	14
第二章 现代足球运动新理念发展	20
第一节 中外足球运动理念比较	20
第二节 足球运动的总体发展思想	24
第三节 足球运动员竞技能力结构的分析	27
第四节 足球运动员能力培养规律	29
第五节 运动训练理论与足球训练	31
第三章 现代足球运动教学理论审视	40
第一节 足球运动教学的任务与要求	40
第二节 足球运动教学的原则与方法	47
第三节 足球运动教学课的组织实施	54
第四节 现代教育理念与足球运动教学	59
第四章 现代足球运动训练理论探析	65
第一节 足球运动训练的原则与方法	65
第二节 足球运动训练的负荷安排	74
第三节 足球运动训练计划的制定与运用	78
第四节 足球运动训练新理念	85
第五章 现代足球运动科学保健指导	89
第一节 足球运动疲劳的认定与诊断	89
第二节 足球运动常见伤病的防治	98
第三节 足球运动科学营养膳食	110

第六章 现代足球运动身心素质培养..... 121

 第一节 足球运动员身心发展特征..... 121

 第二节 足球运动身心素质培养方法..... 127

 第三节 足球运动身体训练评价与心理问题矫正..... 140

第七章 现代足球运动技术教学研究..... 149

 第一节 足球运动技术理论教学..... 149

 第二节 足球运动无球技术教学..... 152

 第三节 足球运动有球技术教学..... 154

 第四节 足球运动守门员技术教学..... 168

第八章 现代足球运动战术教学研究..... 173

 第一节 足球运动战术理论教学..... 173

 第二节 足球运动进攻战术教学..... 180

 第三节 足球运动防守战术教学..... 187

 第四节 足球运动定位球战术教学..... 191

参考文献..... 196

第一章 现代足球运动发展概况

随着现代足球运动的全球化发展,足球运动已经成为世界上影响力最大的一项体育运动。如今,高水平的足球赛事吸引着无数球迷和观众的关注,一个精彩绝伦的进球,一次精妙绝伦的战术配合,一次不可思议的扑救都会成为人们铭记在心的足球经典。现代足球运动已经深入到人们的生活,并产生了非常大的影响。为此本章对现代足球运动的发展进行了详细的阐述,以帮助更多人深刻认识和了解足球运动。

第一节 足球运动的起源与发展

一、足球运动的起源

(一)古代足球运动的起源

我国古代出现的“蹴鞠”运动是国际公认最早出现的足球运动。现任国际足联主席布拉特曾在1980年所作的《国际足球发展史》的报告中说:“足球发源于中国,由于战争而传入西方。”前任国际足联主席阿维兰热1985年在北京举办的首届柯达杯16岁以下国际足联世界少年足球锦标赛开幕式讲话时说:“足球起源于中国。”

1. 蹴鞠的产生

在我国古代,“蹴鞠”是足球运动的专有名词。《战国策·齐策》一书中记载,在2500年前,齐国首都的百姓就将蹴鞠作为一种流行的消遣和娱乐形式。蹴鞠在汉代更为流行,当时既有在音乐伴奏下的表演式“蹴鞠”,也有自娱自乐的大众蹴鞠,还有用于军事训练,互有攻守的多球门蹴鞠。在当时也已经出现用动物皮革缝制,并填充毛发的实心球。

2. 蹴鞠的兴盛

在我国唐代,蹴鞠进入了兴盛时期,受到人们的广泛热爱。据史料记载,当时人们开始使用外面由八片动物皮缝制,里面用动物膀胱充气的空心球。并且,将对抗式蹴鞠由低球门改为高球门,由双方直接对抗改为双方将球从两个立杆上的球网中的球洞踢向对方场地的间接式对抗。

到了宋代,蹴鞠开始使用风箱来充气,球的弹性更为出色,并且延续了唐代的高球门蹴鞠。宋代的蹴鞠运动得到了更为突出的发展,在当时已经出现了以表演蹴鞠技艺的职业艺人,而且还出现了蹴鞠运动的民间组织,“香社”又称“齐云社”,是当时典型的民间球会组织。

3. 蹴鞠的衰亡

到了明代,随着当时马球、踢毽子等运动的流行,蹴鞠的社会地位开始下降,并逐渐走向衰弱。而在清朝时期,由于汉族的传统文体活动受到了较为严重的压制,蹴鞠运动也在清朝中期基本消失。

(二)现代足球运动的起源

英国是现代足球运动的发源地,早在19世纪初期,足球运动就已经在英国的各公立学校广泛开展。现代足球最早是从英式橄榄球运动中分化而出的。1823年,一名叫埃利斯的学生先是为橄榄球制定了简单的比赛解释,1846年完善的英式橄榄球规则制定完成。1849年伊顿公学废除了橄榄球规则中用手传球、带球的条款。而伊顿公学的场地足球也因此被看成是现代足球的最早原型。

1863年12月26日,剑桥大学、牛津大学和凯尔波里特专科学校与伦敦周围地区11个最主要的俱乐部和学校,在伦敦女王大街共济会酒家举行联席会议,创立了英格兰足球协会。这一天被称为现代足球的誕生日。两个月后,英格兰足球协会制定出14条规则,与此同时,世界上第一个统一的足球规则应运而生。

1872年,英格兰和苏格兰之间进行了足球运动史上的第一次正式比赛。此后30年的时间里,足球运动逐渐成为英国和欧美各国广泛开展的运动项目。

1904年5月21日,国际足球联合会(FIFA)在法国巴黎成立,总部设在瑞士苏黎世。在1908年,足球运动成为奥运会的正式比赛项目。1930年,第一届世界足球锦标赛在乌拉圭成功举办。这些都标志着足球作为一项世界性的体育项目登上了国际体坛,并在广泛开展的过程中,不断积累着自己的影响力。

二、足球运动的发展

(一) 世界足球运动的发展

现代足球运动在英国产生之后,就开始了漫长的发展过程。1868年,英国人将足球传入非洲,1870年足球进入大洋洲的澳大利亚。1893年,南美洲首次开展足球联赛。1894年,足球进入巴西。随后相继传入亚洲各国。足球发展至今天已经成为一项受世界人民关注的运动项目,并受到了全世界人们的欢迎和喜爱,成为了名副其实的第一运动。

1. 足球运动规则的发展

足球运动的发展是伴随着足球运动规则的不断完善来进行的。1846年,为了让各学校间的足球比赛更加规范,英国剑桥大学综合制定了一个简单的足球运动规则,当时称之为《剑桥大学规则》。而在1863年的伦敦会议后,通过对《剑桥大学规则》的修改和填补,最终制定出了一部最早的正式足球竞赛规则。虽然足球运动由于比赛规模、形式等方面的变化,其规则也做过适当的改变,但始终是以此为基础来进行合理变动和完善的,例如,越位、犯规和处罚等规则被制定得更加具体和全面。足球竞赛规则的不断完善在很大程度上规范了足球运动比赛,也促进了足球运动竞赛水平的不断提高。

2. 足球运动技战术的发展

在现代足球运动产生初期,足球技战术的内容相对简单,比赛的观赏性也不强,但随着足球比赛的不断增多,足球运动的基本技战术得到了很大的发展,各种成熟的技战术体系不断被建立和采用。足球赛场上的攻防对抗越来越激烈,观赏性得到了很大程度的提高,例如,足球运动的发展,带来了足球比赛阵型的不断改变,从1930年的“WM”阵型到20世纪50年代的“4—2—4”阵型,再到目前流行的“4—4—2”“4—3—3”“4—5—1”甚至是无锋阵型的产生,都体现了足球运动的发展。

3. 足球运动组织的发展

足球运动组织的出现是现代足球运动发展的重要标志。1857年,英国成立世界上第一家足球俱乐部——谢菲尔德足球俱乐部,这也为世界足球运动的发展打开了新的纪元。自此以后,英国相继成立了多家足球俱乐部。在1863年,英格兰足球协会成立后,欧洲的一些国家也纷纷成立了足球协会。受到足球比赛快速发展的影响,1904年5月21日,在巴黎由法国、瑞

士、瑞典、比利时、西班牙、丹麦等国发起成立了国际性的足球组织——国际足球联合会,简称国际足联(FIFA)。国际足联总部设在瑞士苏黎世。国际足联的创立,标志着足球作为一项世界性的体育项目登上了国际体坛,使足球运动在更加广泛的范围内开展起来。足球运动组织的产生对足球运动的发展有着重要作用,特别是通过组织一些世界性的足球赛事,极大的促进了足球运动的发展。

4. 足球运动赛事的发展

足球运动赛事的发展是促进足球运动整体发展的重要途径。从 1872 年的泛英足球比赛到如今的世界杯、各地区联赛,足球运动赛事实现了全球化的发展。目前为止,国际上比较重要的足球比赛有世界杯足球赛、奥运会足球赛、世界青年足球锦标赛、世界少年足球锦标赛、世界女子足球锦标赛、世界室内 5 人制足球锦标赛、世界俱乐部足球锦标赛等。这些足球赛事极大的促进了足球运动的普及和推广,其中影响力最大当属世界杯足球赛。1928 年,国际足联决定每 4 年举行一届世界足球锦标赛(后更名为世界杯),并规定每届比赛与奥运会相间举行,还决定设立专门的流动奖杯——金女神杯,奖给锦标赛的冠军,并规定,如果哪一支国家队能三次夺得冠军,将永久保留此杯。1970 年第 9 届世界杯上,巴西队第三次获得冠军,该奖杯归巴西永久占有。现在的流动奖杯为“大力神杯”,国际足联规定此杯为永久性流动奖杯,任何国家不论夺得多少次冠军,都不得独自占有该杯,其权力只是保留该杯 4 年至下一届世界杯。从 1930 年开始,世界杯足球赛开始举行,到目前为止共进行了 19 届,并有八个国家获得过冠军,分别为巴西(5 次)、意大利(4 次)、德国(3 次)、阿根廷(2 次)、乌拉圭(2 次)、英格兰(1 次)、法国(1 次)和西班牙(1 次)。第 20 届世界杯将于 2014 年在巴西举行,各国又将为全世界体育迷奉献一场体育盛宴。足球比赛的频繁举行,使足球运动的影响力增大,足球运动的发展不断进步。

(二)中国足球运动的发展

现代足球运动是在 19 世纪末 20 世纪初传入我国的。英国在鸦片战争后,侵占了我国的香港、九龙等地区,并将足球运动传入了进来。19 世纪 80 年代至 20 世纪初,现代足球运动在上海圣约翰大学和南洋大学,北京协和书院和汇文书院以及广州格致公学和南武公学等一些教会学校开展起来,随后武昌、天津、南京、青岛、厦门及杭州等一些沿海城市的教会学校先后开展了足球活动。但是,由于旧中国政治动荡,虽然足球比赛在我国频繁举行,但社会经济落后,我国的足球运动发展很缓慢,水平也相对较低。

在新中国成立后,国家对体育事业的发展高度重视,足球运动也因此获得了较好的发展环境,并在1951年,首次举办了全国足球赛。1955年,中国足球协会成立,从1956年起我国足球运动实行甲、乙级联赛制度,同时,还实行运动员、裁判员等级制度。此外,还举办了全国足球锦标赛、全国青年足球锦标赛等。

十年动乱时期,我国足球运动遭到严重破坏。但从1978年开始全国甲乙级联赛双循环升降级制度得以恢复,并建立了全国成年队联赛、青年队联赛的各级较稳定而系统的竞赛制度。1992年是我国足球发展的一个重要的关头,这一年6月,中国足协在北京红山口召开全国足球会议,并指出足球必须搞上去,足球体制必须改革。从此,我国的足球逐渐走上职业化道路,经过近二十年的发展,我国的职业足球也形成了一定的体系,我国的足球比赛包括中国足球协会超级联赛、中国足球协会甲级联赛、全国女子足球锦标赛和全国女子足球联赛等。由于缺乏经验,我国的足球职业化道路上遇到了许多挫折,尤其是受到“假赌黑”的影响,严重阻碍了我国足球运动的发展。但在2010年中国开始了反赌风暴,对我国足球中的一些问题进行了解决,使中国足球发展环境变得更加干净和规范。在2012年的中超联赛中,中国足球得到了大连万达等众多实力派企业的赞助,德罗巴、凯塔、巴里奥斯等一些国际球星也加入中超,使中超联赛的水平得到了大大提高,中国足球也开始在世界上产生影响。中超联赛的发展也吸引了众多的球迷,据统计,2012赛季中超联赛场均观众人数达到1.88万,居于亚洲第一。中超联赛的火爆体现了我国足球正在不断的向前发展之中。

第二节 足球运动的发展现状与趋势

一、现代足球运动的基本发展态势

(一)现代足球运动的发展现状

1. 技战术的发展现状

(1)技术发展现状

- ①队员技术全面,以适应场上各个位置司职时的需要。
- ②队员的技术动作速度加快,以便能跟上场上快速的攻防速度。

③队员的技术动作对抗性强,要能够在激烈的比赛竞争中保持动作不变形,并敢于做动作。

④队员的技术动作要根据场上变幻莫测的具体情况,合理地运用。

(2) 战术发展现状

①传统赛场上的前锋、前卫、后卫分工逐步消除,要求队员随时随地担当相应的职责。

②场上队员可以没有明确分工,但必须形成整体,进退如潮,切不可单枪匹马,否则,必然会处处碰壁。

③场上的攻防双方,通过合理的组合,最大限度地求得时空的主动权,以求最后获得主动。场上的战术运用注重多层次攻防,攻防速度加快,进攻中力求投入较多的人员以增加攻击力。

④防守时力图以多防少,增强稳固性,实际运用当中,充分把握中场控制权,使攻防战术运用上占据主动。

⑤场上的领导人物不可少,场上必胜信心的树立和战术意识的实施,必须要有出类拔萃的人物指导,球星作用不可低估。

2. 足球运动职业化发展现状

足球运动的职业化首先是以开展群众性体育活动为主,并兼搞一些竞技体育的较大规模业余俱乐部转化为非盈利性职业俱乐部,这些职业俱乐部主要目的不是盈利,而是通过必要的创收,以维持足球运动员的生计、训练和比赛,促进足球运动水平的提高。

在 20 世纪 30 年代,职业足球俱乐部得到了世界各国的认可,并逐渐形成了自己的职业联赛,正因如此,才有了今天如西班牙、法国、意大利、阿根廷、巴西等足球强国。随着职业化足球在世界范围内不断扩展,1930 年,以不分职业与业余的世界杯赛为标志,职业足球终于得到了国际社会的肯定。我国足球运动职业化也伴随着国际足球运动的交往,以及我国足球运动发展的需要,于 1994 年以中国足球职业联赛诞生为标志而正式开始。

职业足球运动的快速发展是符合现代足球运动发展规律的,因此,近些年现代足球运动的职业化进程得到了快速、稳步的发展。足球俱乐部通过对市场供需的分析,将比赛的水平和观众的观赏程度结合在一起,这样不但解决了足球俱乐部的维护,创造了价值,而且大大提高了足球运动水平,满足了大众日益增长的观赏足球比赛的需要。

3. 足球运动产业化发展现状

产业化发展是现代足球运动发展的重要标志。随着足球运动员比赛时的精彩表演和高超技艺倾倒了广大群众,在提高服务质量、降低费用等经营理念的影响下,现代足球运动俱乐部的自我盈利能力越来越强。当前,足球运动的产业化发展时机也较为成熟。

(1) 足球赛事开发现状

足球赛事的开发是现代足球运动产业中的主业。其中主要包括赛事的冠名权、门票、比赛广告、电视转播权的出售,以及赞助等。

足球赛事的广告一般包括场地广告和电视网络媒体广告两种。早在1986年的第13届世界杯赛上,仅在每赛场竖两块广告牌的收费就达到了700万美元,而如今,各大足球赛事的广告收益更是达到了令人瞠目结舌的地步,例如,近些年广州恒大仅在场地广告的收益上就达到了数亿元。

足球运动的电视转播权历来是商家争抢的焦点。高质量、高品位的足球赛事是提高电视台收视率的有效方法,正是这一诱惑力,使英国的天空电视台于2001年用11亿英镑的天价买断了英超联赛的3年电视转播权。中国足球联赛现在也步入了出售电视转播权的可喜阶段。

赞助一般指赞助商通过获得赛事、球队等冠名权,提供给被赞助对象一定的实物、资金,以建立企业良好形象,赢得更大经济效益的行为,如日本丰田公司以每年100万美元,获得每年一度的欧洲与南美洲俱乐部冠军赛(丰田杯)独家赞助权。

(2) 足球资产经营现状

球员、教练员、经营人员以及俱乐部标志等都是足球俱乐部的资产。职业俱乐部购进的球员可以升值,也可贬值,这得取决于俱乐部对球员的开发和球队对球员的运用。

例如,2011年广州恒大足球俱乐部以1000万美元年薪的价格购入阿根廷名将达里奥·孔卡,使其在联赛中名声大振。2013年在孔卡以及其他球员的共同努力下,广州恒大首获亚冠联赛冠军,俱乐部也因此门票收入、广告费、赞助费等方面出现了较大的增长。

(3) 足球商品买卖现状

足球商品主要包括标志产品、纪念品、训练赛场用品以及运动服装等。其中,标志产品和纪念品指俱乐部(球队)名称、会徽、重大比赛名称的标志物、吉祥物。

例如,在第17届韩日世界杯赛期间,韩国国家队队服卖出15万件以

上,阿迪达斯公司生产的“飞火流星”足球销售近 15 万个,而往年这类足球一年只不过销售 4 万个左右,其他像世界著名的曼联、阿森纳队的队服每年的销量也很可观。

(4) 足球资本经营现状

足球产业高度发达,资本的经营成为必不可少的重要盈利模式,一般涉及职业俱乐部实行股份制时的股票经营,以及足球彩票的经营等。足球发达国家意大利,每年有 1 000 多万人参加足球摸彩,政府从中可得到 7.3 亿美元以上的收入,而足协可得到 2.3 亿美元以上的收入。

4. 足球运动全球化发展现状

足球运动发展到今天,已经发展到需要全球化来促使其日臻完善,即使足球运动在本身继续良性发展基础上,给社会带来更多物质和精神财富。

现代足球给世界带来了世界杯、丰田杯以及洲际、各国职业比赛,以此给世界带来了巨大的财富;各国足球职业俱乐部的教练员、球员频繁的跨国转会,给各国人民之间架设了友谊平台;像由荷兰飞利浦电子公司赞助的中国大学生足球联赛,和丰田杯赛一样,跨国企业通过足球比赛这个平台,进行资本输出,以获得更多的经济效益;各国几乎都把意甲、德甲、西甲、法甲、英超等高水准的足球比赛作为足球彩票经营的平台。

与此同时,世界性的足球理念深入人心。足球运动已经成为国与国之间交往的重要手段,足球比赛可以促进国家之间的相互了解,加深各民族之间的相互理解,增进友谊、消除隔阂,缓和及协调国际关系,维护世界和平。

(二) 现代足球运动的发展趋势

1. 足球技术呈现全面化发展

足球运动攻防技术一体化是现代足球运动运动技术全面化发展的主要特征。如今,足球运动中,前锋、前卫队员的机械化分工已经消失。比赛中,阵型分布灵活多变,前卫插上助攻,自由中卫深入对方腹地进攻,后卫也不是单一的角色,在完成防守任务的同时还积极参与进攻。前锋不仅要拥有全套进攻本领,同时必须掌握各种抢、断、铲等防守技术。

因此,运动员要做到技术动作方法多样化、合理化,并在全面的基础上练就自己的特长。

2. 足球身体对抗日趋激烈

随着现代足球运动水平的不断提高,足球比赛中的身体对抗也表现出日趋激烈的趋势。有资料统计表明,一场比赛净比赛时间为60分钟左右,双方争抢次数可达300次以上,也就是说平均10秒左右就要发生一次对抗接触。

频繁的对抗,凶狠的逼抢,对进攻和防守技术都提出了更高的要求。在激烈对抗的比赛环境里发挥正常水平才是真正的技术。

3. 足球运动速度不断加快

现代足球比赛攻守转换速度明显加快,对抗十分激烈,比赛中给予运动员完成技术动作的时间越来越短,空间越来越小。为了适应激烈竞争的比赛环境,充分发挥技术水平,运动员完成单个技术动作的速度,技术动作之间的衔接速度明显加快,必须在快速跑动中完成技术动作。运动速度加快,也是足球运动发展的一大趋势。

4. 运动员足球意识不断加强

运动员对比赛中攻守规律的认识,并根据临场变化而适时地采取正确、合理、有效行动的敏捷思维能力是意识的反应。

足球场上运动员的技术离开了意识的支配,只是简单的技术重复,就等于没有了灵魂,毫无实用价值。意识渗透于技术是较为复杂的进程,它不仅要求运动员具备坚实的技术基础,还取决于运动员对足球运动的感悟能力,对足球比赛基本规律的认知程度,对比赛场上瞬息万变的形势作出准确判断的能力。足球运动中,个人意识的渗透很重要,这也将会是足球运动发展的趋势。

5. 注重球员的临场发挥

运动员根据赛场瞬息万变的环境及突发的情况,灵活机智地采取应急措施便是临场即兴发挥。这是打破原有技术动作的结构,达到预期目的的好方法,有时候,高水平素质的运动员灵光一闪,就可以决定一场比赛的胜败。

随着足球运动的发展,比赛中常出现一些令人意外的事态,为了适应突来的变化,在时间短、空间小的情况下,运动员必须根据需要采用某些超常的技术才能满足比赛的要求。临场即兴发挥要求运动员具有全面娴熟的技术,迅速抉择的意识,敢于冒险的精神,机敏冷静的头脑,快速应变的能力,良好的身体素质。

二、足球运动教学发展的现状与趋势

(一)足球运动教学发展的现状

1. 教学目标较为模糊

目前,学校在体育教学目标的制定上,还存在与学校体育的国家目标相脱离,重视阶段教育,忽视终身教育等问题。在没有明确说明教学结果的情况下,教师和学生对教学目的达成标准没有一个明确的认识,这也就造成了学校足球运动教学目标模糊,文字说明较为缺乏的现状。

在教学目标中指标性描述缺乏,教学任务完成没有明确的判断标准等问题。导致了指导教学进程的作用无法发挥。在足球教学中存在着理论教学,许多学校都将理论教学目标制定为足球基本理论知识、科学锻炼的方法、足球竞赛规则等内容的掌握,但并没有明确学生掌握到什么程度才算达成了教学目标。这就使得足球运动理论教学目标形式化,教师也只是通过短短的几节足球理论课,将足球知识、竞赛规则、体育锻炼常识讲授给学生而已。由于对学生的情况缺乏判断依据,大部分教师在学生知识掌握程度的评定上也较为忽视。

2. 忽视了教学对象的实际需求

(1)教学内容

各项足球技术是学校足球教学内容的最主要的组成部分。通过使学生较为熟练的掌握足球各项技术,达到让学生投入到足球活动中,养成终身体育的习惯是教学的目的。但是足球技术比较繁杂,将其直接拿来当作教学内容,对学生学习和掌握足球技术非常不利。

(2)教学顺序

合理的教学顺序是足球运动教学顺利进行的重要保证。学校在安排足球教学内容时,多采用先技术教学、后战术教学,技战术教学内容截然分开的安排方法,这是遵循教科书章节顺序的结果。这种安排是对教材内容从易到难的教学顺序的体现,也是对技术是战术基础的体现,可以使教学内容分类一目了然;但是这种教学内容的安排对技战术内容之间的内在联系无法体现,也不能对不同的战术对技术的具体要求有所体现,也不能在教学中直接再现足球比赛的实际情景,这些就是足球运动教学遵循教科书章节顺