

论幼儿足球运动在实际教学中的应用研究

刘奕添

江西师范大学

DOI:10.32629/er.v3i1.2346

[摘要] 本文采用文献资料法、实地考察法等研究方法,对幼儿园开展足球游戏时应遵循的方法和原则及实际教学的问题进行探讨,并结合笔者幼儿足球教学经验,得出幼儿园开展幼儿足球游戏时,应考虑幼儿身心发展特点,选择趣味性强及活动量适中的足球游戏。才能到发展幼儿体能,培养幼儿足球兴趣的作用。

[关键词] 幼儿; 足球游戏; 教学

近些年来,国家不断加大对幼儿足球的重视。开展幼儿足球工作是贯彻落实中央“足球从娃娃抓起”和《中国足球改革发展总体方案》要求的重要体现,也是推动校园足球工作重心下移迈出的关键一步。但随着幼儿足球运动的推广,幼儿足球教学中也不断出现各种问题。对此,幼儿教师必须要加强理论与实践学习,以幼儿年龄和心理等特征为依据,科学、合理地开展足球游戏活动,从而促进幼儿运动的开展。

1 幼儿园开展足球活动对幼儿的意义

1.1 幼儿足球运动培养孩子坚忍不拔的意志和积极向上的精神

足球具有很强的对抗性与竞争性,在这个既需要激烈竞争,又需要团结协作的环境中,孩子的意志品质和竞争意识会得到磨练,有利于培养积极向上、勇于拼搏、不怕困难、吃苦耐劳的精神。同时,足球比赛中情况瞬息万变,错综复杂,对运动员的思维、观察、判断、反应等能力的要求较高。经过长期的足球训练,也许孩子没能成为一名优秀的运动员,但孩子的思维会更敏捷,判断能力会更准确,视野会更开阔,意志会更顽强。对社会环境的适应能力和竞争能力等整体综合素质能得到发展和提高。足球运动可以让孩子们学会尊重规则、尊重对手、公平竞争,宽容等体育精神。

1.2 幼儿足球运动提高孩子身体素质

足球运动对身体素质水平的要求是很高的,它需要较好的奔跑能力、控制身体协调的能力、灵活的步伐、步点、对抗中的力量素质、以及良好的耐力和柔韧素质。在足球训练过程中,科学的训练方法,合理的运动负荷,循序渐进的教学方式,会进一步发挥孩子的身体素质方面的优势、改善孩子身体素质方面的不足,使孩子的身体素质水平得到全面的提高。只要能持之以恒,不懈努力,孩子将会拥有强壮的体魄和矫健的身手。

1.3 足球运动改善身体机能

通过足球训练,能促进人体的新陈代谢,改善呼吸系统、心脏等器官的功能,增加食欲,提高吸收能力。同时,对提高孩子的协调、灵敏能力等具有较好的锻炼效果。通过长期、系统的体育锻炼对处生长发育期的青少年的身体素质、心理素质、思想品质、智力培养具有极其重要的价值。

1.4 有助于锻炼孩子的团结协作能力

儿童经常参加足球活动,能够提高社交交往能力。足球是一个集体项目,在运动中能培养他们的集体意识和组织性、纪律性,培养儿童勇敢、顽强机智、果断、善于适应、勇于进取、坚韧不拔的意志。同时幼儿在足球接力游戏时,能体会到集体意识和荣誉感。通过足球运动能提高幼儿的交流与协作能力。

2 幼儿足球教学中存在的问题

2.1 场地硬件设施不完善

如今大部分幼儿园还未建有专门足球运动场地,仅仅只有水泥空地。出于安全考虑,所以很多幼儿园未进行足球游戏课程化。这是制约幼儿足

球运动开展的主要因素之一。同时由于资金有限等因素影响,很多幼儿园未能每个幼儿配备一个足球及其他足球辅助练习设施,对实际教学产生影响。在幼儿园中,大部分是女老师,缺少专业的足球教师。

2.2 幼儿足球游戏设计不合理

幼儿正处在基础运动能力阶段,这个阶段的孩子是基本动作发展的关键期,开始学习多种动作的协调。在游戏设计的动作应主要是跑、跳、扔等协调动作。对于幼儿来说,动作与运动能力的发展应指向全面化、生活化,而不是专门化、竞技化。即让幼儿的动作经验更丰富,游戏方法更多。幼儿对新鲜事物充满着好奇心,同时也存在注意力不集中的问题。在进行幼儿足球游戏设计时要充分考虑这些因素。游戏设计主要以趣味性为主,同时调动他们积极性让所有小朋友都动起来。把间歇的时间控制好,幼儿的注意力很容易被分散,要不断变化游戏方式来吸引他们的注意力。

2.3 忽略了不适宜的足球活动可能会给幼儿心理造成的不利影响

从运动心理学的角度来看,过多或者过度的运动训练都可能会增加幼儿的消极情绪或心境。导致原本一些喜爱足球的幼儿逐渐对足球运动失去兴趣。在幼儿足球游戏或者比赛时,有些教师没有先对幼儿足球比赛的胜负观念淡化。有些幼儿的争强好胜的心理非常强,在比赛失败后情绪会严重失控。幼儿的年龄还小,心理素质比较脆弱。

3 幼儿足球教学应遵循的原则

3.1 幼儿足球活动不是以训练为目的,而是重在培养幼儿对足球的兴趣

苏霍姆林斯基说:“所有的智力活动都依赖于兴趣。”游戏是幼儿的最爱,是幼儿的活动的根本,趣味性的游戏,即符合幼儿的心理、生理特点,又能激发幼儿积极探索和活动的兴趣。比如:在大班“蚂蚁搬家”的游戏中,通过角色扮演的方式,让幼儿积极主动的参与其中。让幼儿在游戏中掌握足球技能和锻炼体能。没有兴趣,幼儿是不会主动参与活动的,只有先培养幼儿对足球的兴趣,才能使幼儿快乐地参与其中,身体得到充分锻炼,从而达到幼儿足球教学的目的。

3.2 足球游戏设计充分考虑幼儿身心发展特点

在幼儿足球教学开展过程中,要充分考虑场地设施、环境、幼儿身体状况、一堂足球课的活动量等因素。幼儿阶段身体正处于发育的过程中,心肺的发育还不够完善。若幼儿经常参加活动量较大的激烈运动,有可能超出幼儿心脏的承受范围,易导致心肌增厚,影响其心脏的正常发育。同时很容易损坏其大脑的机能,使幼儿出现注意力不集中、健忘甚至缺氧等现象,对机体的生长发育产生极为不利的影响。同时幼儿阶段骨骼正处于生长发育阶段,骨的弹性较大而硬度较小,易发生弯曲和变形。幼儿膝关节和踝关节周围的肌肉、肌腱和韧带等的发育不够完善,关节的牢固性也差。在幼儿足球练习过程中,尽量不要过多连续的带球跑及踢球射门的练习。会对下

肢的负荷过重,由于强烈震动而造成下肢扭伤、碰伤。在幼儿足球教学阶段,也不能进行头球以及胸部停球等练习,会导致幼儿头部和颈部损伤和影响胸部和肺部的发育。

3.3 要强调组织与纪律

幼儿正处于活蹦乱跳的年龄,在户外上课时容易出现追逐打闹的情况。幼儿首次接触足球时,会很兴奋,甚至乱踢球对其他小朋友造成伤害。虽然幼儿足球教学主要以足球游戏为主,但没有一定的课堂纪律,游戏也很难进行开展。因此足球教师在幼儿足球教学时首先要强调课堂的组织与纪律,控制活动的范围。要利用好口令,帮助幼儿建立规则和纪律意识。在前期教学中也可寻求班主任的支持与帮助。

4 幼儿足球教学开展策略

4.1 足球游戏的活动量要把握好,防止发生教学意外

由于幼儿的发育尚未成熟,不适当的练习将会影响他们的正常发育,尤其可能对关节造成伤害。因此要注意练习的度。教师在进行活动时要把把握好活动的时间、运动量以及动作的难度。活动量不够,难以达到锻炼的目的,活动量太大了,又超过了幼儿身体所承受的能力,安排活动应该循序渐进、层层递进,以少负荷,短时间,多花样为原则,避免造成疲劳。对体弱多病的幼儿要多加注意及照顾。要给幼儿配备好干毛巾,在幼儿足球教学结束后,要擦干汗及穿好衣服,防止幼儿感冒。

4.2 重视幼儿的心理素质培养

在开展足球游戏活动过程中经常发现:有些身体素质较好的幼儿,明明能完成的练习,却退缩着犹豫不前。有些比较好胜的幼儿在未完成游戏练习时,产生低落的情绪。一方面我们应该弱化游戏胜负给幼儿带来的影响,另一方面我们应该重视幼儿健康心理行为的培养。要给予幼儿挫折的机会,培养幼儿永不放弃的意志。现在的幼儿在挫折面前,遇到解决不了的问题就会退缩,或者找大人解决,自己不会迎面去思考、冲破困难,找到解决问题的方法。我们在足球游戏活动中特别设置一些障碍,增强一些难度,给予幼儿挫折的机会,增强幼儿对挫折的心理承受能力,培养幼儿坚强的意志。其目的不仅是让幼儿吃点苦,而是潜移默化地培养幼儿的抗挫折和耐挫折能力,使他们逐渐有一个坚强的意志,能够自信地面对未来。比如:大班“两人合作胸部夹球游戏”游戏活动中,由于球经常夹不住,滚落在地。而教师要在旁边给予他机会以及不断鼓励他的话,幼儿更容易学会面对困难,战胜挫折。

4.3 幼儿足球课程应结合多种方式发展幼儿足球兴趣

在进行幼儿足球教学前,幼儿园可在绘画课、音乐课上结合足球元素,让幼儿先了解足球,通过文化的熏陶引起幼儿对足球的兴趣。同时在幼儿足球教学中,可加入幼儿喜欢的音乐、舞蹈等,创编足球操。在上足球课时可以把孩子们感兴趣或者熟悉的情境带入到足球教学中,例如讲故事、采用角色扮演等方式使幼儿更容易接受和记住。使他们从被动学足球到主动学足球,询问幼儿感兴趣的方式或游戏,让孩子们主动参与游戏的设计和准备工作。充分发挥幼儿的想象力,发展幼儿的全面素质。活动结束后,同样可让孩子们参与活动的整理工作和评价,在这过程中,要注重对幼儿进行鼓励和帮助。

5 结语

幼儿园在开展足球运动时一定要遵循幼儿生长发育规律,同时做好热身运动,防止在奔跑及踢球时发生意外损伤。在游戏时教师要对幼儿进行表扬鼓励,提高他们参与足球游戏的积极性和热情。重视幼儿足球兴趣的培养以及体能的提高,促进幼儿全面发展。

[参考文献]

- [1]何东亮.幼儿足球课程游戏化的开发与实施[J].当代体育科技,2018,8(20):95-96.
- [2]马桂花.论足球游戏活动在幼儿园中的开展[J].课程教育研究,2019,(25):220.
- [3]邱燕,邓祎.开展幼儿足球运动的可行性[J].学前教育研究,2013,(04):64-66.
- [4]初磊.开展幼儿足球运动的实践研究[J].中国校外教育,2016,(10):148.
- [5]吕海云.如何在足球游戏中强化幼儿的自我保护意识[J].读与写(教育教学刊),2014,11(12):262.
- [6]杨晓梅.幼儿足球启蒙教学分析[C].教育部基础教育课程改革研究中心.2019年“教育教学创新研究”高峰论坛论文集.教育部基础教育课程改革研究中心:教育部基础教育课程改革研究中心,2019:213-214.
- [7]杨洪伟.浅析足球运动在幼儿成长中的影响[J].当代体育科技,2017,7(33):226-227.

作者简介:

刘奕添(1996—),男,汉族,江西省赣州市人,在读研究生学历,硕士,研究方向:足球教学与训练。