

# 小学体育足球趣味训练法提升学生技能影响研究

卜帅帅

山东省德州市光明街小学

DOI:10.12238/er.v8i4.5964

**摘要：**足球运动能够提升学生的身体素质，培养他们的团队合作精神和竞争意识。然而，传统的足球教学方法往往过于注重技术训练，缺乏足够的趣味性，导致学生对足球的兴趣和参与度不高。本文旨在探讨趣味训练法在小学体育足球教学中的应用及其对学生技能提升的影响，以期小学足球教学的创新与发展提供有益的参考和借鉴。

**关键词：**小学体育；足球教学；趣味训练法；技能提升

## Research on the Impact of Fun Training Method for Primary School Sports Football on Improving Students' Skills

Shuaishuai Bu

Guangming Street Primary School, Dezhou City

**Abstract:** Football can improve students' physical fitness, cultivate their teamwork spirit and competitiveness. However, traditional football teaching methods often focus too much on technical training and lack sufficient fun, resulting in low student interest and participation in football. This article aims to explore the application of fun training methods in primary school physical education football teaching and its impact on students' skill improvement, in order to provide useful references and guidance for the innovation and development of primary school football teaching.

**Keywords:** Primary school; Physical education; Football teaching; Fun training method; Skill enhancement

### 引言

小学体育足球教学能够提升学生的身体素质，还能有效培养他们的体育精神。探索并实施趣味训练法以增强小学体育足球教学的趣味性和吸引力，成为当前教育改革的重要议题。

#### 一、加强小学体育足球教学趣味性的意义

##### （一）激发学习兴趣

在小学这一基础教育阶段，足球作为体育课程中不可或缺的组成部分，其教学方式的革新尤为重要。通过融入富有趣味性的教学手段，如设计精巧的足球游戏、组织激烈的班级对抗赛等，能够极大地丰富课堂体验，使原本可能显得单调的足球训练变得生动活泼，从而深度激发学生的参与热情与学习动力。这些趣味化的教学策略不仅贴合小学生的天性，满足他们好奇、活泼的成长需求，还能在轻松愉快的氛围中潜移默化地传授足球运动的基本技巧与规则，有效规避因技术动作不规范或运动强度不当引发的伤害风险<sup>[1]</sup>。

##### （二）优化师生关系

趣味性教学鼓励教师成为学生学习的伙伴与引导者，而非单纯的知识灌输者。在足球课堂上，教师巧妙地融入游戏化训练、情境模拟等趣味元素，与学生一同探索足球的无限魅力。这种教学模式下，教师不再是高高在上的权威，而是

能在关键时刻给予学生精准指导的智者<sup>[2]</sup>。课堂氛围因此变得更为活跃，师生间的互动更加频繁且深入，构建一种基于相互尊重与理解的和谐关系。这种关系的建立为足球教学的顺利开展奠定了坚实基础，更在无形中提升了教学的有效性，使学生在轻松愉悦的环境中掌握足球技能。

##### （三）提高运动素养

趣味足球活动成为学生释放学业压力的有效渠道，为他们后续的学业和生活注入了新的活力。在分组对抗、团队协作的过程中学会了沟通与协作的技巧，更在无数次的尝试与挑战中铸就坚韧不拔、勇于拼搏的精神风貌。这种精神品质的塑造无疑为学生的运动素养乃至综合素养的提升，奠定坚实的基础<sup>[3]</sup>。

#### 二、利用趣味训练法提升学生足球技能的具体策略

##### （一）转变足球教学理念，营造趣味教学氛围

长久以来，应试教育观念的根深蒂固，使得小学体育在教育体系中的地位略显尴尬。部分学校、教师及家长往往将更多注意力聚焦于学生的文化知识学习，而忽视体育对于促进学生身心全面发展的重要性。在这种背景下，体育课程时常被边缘化，课时被压缩，课堂氛围沉闷，师生互动匮乏，这无疑对足球等体育项目的教学质量构成了不小的挑战。然

而，随着“德智体美劳”五育融合育人理念的深入实施，小学体育教学的地位正逐步得到应有的重视。教师需深刻领会体育教学的深远意义，摒弃传统偏见，对体育教学给予充分的关注与投入。以足球教学为例，教师可以通过一系列精心设计的活动来激发学生的足球热情。以“射门”技巧的教学为例，教师并未一开始就向学生灌输复杂的射门理论，而是先通过一个问题引发学生的思考与讨论：“同学们，你们知道足球射门有多少种方式吗？你们平时都是怎么射门的呢？”这个问题一经抛出立刻引起了学生的浓厚兴趣<sup>[4]</sup>。一些对足球充满热情的学生纷纷举手，渴望展示自己的射门技巧。有的学生展示了脚内侧射门，动作流畅而准确；有的学生则选择了脚背射门，力量感十足。面对学生们的积极展示，教师应给予充分的肯定与鼓励。在表扬他们勇敢尝试的同时适时地引导话题深入：“同学们展示得都非常棒！不过，足球射门的形式远不止这些，而且每一种射门方式都有其独特的技巧和注意事项。接下来，我们就来一起学习这些不同的射门技巧吧！”在随后的教学中，教师采用边讲解边示范的方式，让学生直观地感受到不同射门技巧的差异与魅力，详细讲解脚内侧射门、脚背射门、头球射门等多种射门动作的要领，并通过亲身示范让学生更加清晰地看到每一个动作的关键点<sup>[5]</sup>。在示范过程中，教师需强调射门时的力量控制、角度选择以及身体协调性等要素，帮助学生更好地理解射门技巧的内涵。同时，引入竞争机制鼓励学生之间进行射门比赛，看谁在规定时间内射入更多的球。这些活动不仅激发了学生的练习热情，还让他们在轻松愉快的氛围中不断挑战自我、提升技能。

## （二）组织构建足球社团，拓展学生训练空间

趣味训练法的核心在于通过构建富有吸引力的足球社团活动，在轻松愉快的氛围中促进他们技能的提升，为学生未来的足球之路铺设坚实的基石。足球社团的成立为小学高年级学生提供了一个固定的、专业的足球训练平台。每周1至3次的社团活动，每次持续1至2小时保证训练的连续性，也给予学生们充足的实践机会。活动地点设定在学校的足球场，既便于管理又确保训练的专业性与安全性。以“快乐传球”游戏为例，教师巧妙地将足球技能训练融入游戏之中。在足球训练场上，教师精心布置一系列每隔1.5米放置的标志物，它们蜿蜒曲折地排列构成一条富有挑战性的传球路径。学生们随后被均衡地划分为十个小组，每个小组内的成员依据身高的自然顺序站立，准备依次执行传球任务。为了摘取胜利的桂冠，小组内的每位成员都必须确保传球动作的精准无误，尽快将球推进至预设的球门区域。这种游戏设计策略使得训练过程变得活泼有趣，还让学生在一种轻松愉快的环境中，潜移默化地提升自己的足球技艺。此外，在“三脚射门”的活动中，教师进一步升华了足球技巧与团队合作的结

合。小组成员两人一组，以两人三足的方式前进到球门前并利用绑在一起的脚步射门<sup>[6]</sup>。这个游戏考验学生们的射门技巧，更考验他们的协调能力和默契程度。为了成功射门并快速返回起点，小组成员们需要相互信任、紧密配合，共同面对挑战。当足球在空中勾勒出一道优雅的轨迹最终稳稳落入球门之时，整个足球社团瞬间被欢腾的气氛所包围，学生们在阵阵欢呼声中深切体会到了足球带来的愉悦与自我实现的满足。为了进一步深化家校间的互动，丰富学生的足球体验，教师还可以策划“亲子足球嘉年华”活动，家长们被邀请加入足球赛场与学生携手组建球队，展开激烈的对抗赛。每场比赛的时长被精心设定在40至45分钟之间，以进球数量作为胜负的评判标准。在赛场上，家长们展现出令人瞩目的体能与团队协作的精神风貌，为学生们树立了鲜活的榜样力量。而学生则在家长的鼓舞与陪伴下变得更加勇敢无畏，面对挑战时更加从容不迫，不断在实战中磨砺并提升自己的足球技艺。

## （三）运用足球游戏教学，提升学习兴趣

传统的体育教学往往侧重于技能的机械式传授，而忽略学生兴趣的培养。因此，巧妙运用足球游戏成为提升学生学习热情、深化足球教学效果的重要手段。在课前准备阶段，教师不能局限于传统的拉伸操或慢跑，而需引入“颠球接力”“两人一组头顶球传递”以及“曲线运球接力跑”等足球小游戏。这些游戏迅速吸引了学生的注意力，使他们的身体在轻松愉快的氛围中逐渐进入运动状态，有效避免运动伤害的发生。在足球基础技能的教学中，教师同样可以将游戏元素融入其中，让学生在比赛中领悟动作要领，提升技能水平。以运球训练为例，传统的教学方法往往是让学生在固定的障碍物间进行绕行练习，教师可以将其改造为“穿越人群”的游戏<sup>[7]</sup>。在这个游戏中，学生需带球绕过由其他同学扮演的“障碍物”，看谁能在不丢失球的情况下成功穿越“人群”。此设计提升了训练的挑战性和趣味性，促使学生在实际操作中掌握在复杂场景下灵活操控足球的能力。此外，在传球与接球的练习环节，教师可以融入“定点投篮式传球”或“穿越圆环挑战”等趣味游戏。前者挑战学生，让他们在指定距离外向队友传球并尝试精准地将球投入事先准备好的容器内；后者则是设置一个悬挂的圆环作为目标，让学生通过精准的传球技巧使球穿越圆环。这些创新的游戏方式能够切实提高学生的传球与接球技能，让他们深切体会到足球运动的独特魅力和无穷乐趣。

## （四）突破创新，丰富教学内容

在初中校园足球教学中，突破创新并丰富教学内容是一个至关重要的环节。不同于传统的队列式训练，教师可以将学生们分为几个小组，每组五至六人，通过模拟比赛场景让学生在实操中学习足球技能与战术运用。训练伊始，

教师设定一个五对三的抢传练习。学生们迅速进入状态，他们或奔跑或传球或抢断，每个人的脸上都洋溢着对足球的热爱与渴望。这一练习能够锻炼学生们的传球精度与反应速度，让他们在实际对抗中体会到了团队协作的重要性。每当有学生传球失误，他便需与抢到球的同学交换位置，这种即时的角色转换，让学生们在不断地尝试与犯错中逐渐找到自己在球队中的定位与角色。随后，教师可以引入一项更为复杂的训练——二过一进攻防守练习。在一个正方形的场地上，A与B两位同学分别担任进攻与防守的角色，而其余四位同学F、C、D、E则作为支援队员，用一只脚配合A进行进攻。当A成功与支援队员完成二过一配合，突破B的防守时，整个场地都会响起热烈的掌声与欢呼声<sup>[8]</sup>。而一旦A与B出现失误，他们便需互换位置，并由失误方执行倒球惩罚。这一练习极大地提升了学生们的进攻与防守能力，让他们学会如何在比赛中灵活调整战术以及如何压力之下保持冷静与专注。通过这场训练，学生们能够提升足球技能与战术理解，在实战中锻炼心理素质与团队协作能力。他们学会如何在压力下保持冷静，如何在失败中汲取教训以及如何在团队中发挥自己的长处，弥补他人的短处。这些宝贵的经验与教训，无疑将成为他们未来足球道路上的宝贵财富。

#### 四、结束语

综上所述，将趣味训练法融入小学体育足球教学之中，对学生的足球技能提升产生了显著的促进作用。在参与这些

富有创意的训练活动时，学生们掌握了足球的基本技能和比赛战术，还显著增强身体素质与逻辑思维能力。

#### [参考文献]

- [1]张羽.趣味教学法在小学足球教学中的应用[J].新体育,2024,(22):71-73.
- [2]张羽.趣味教学法在小学足球教学中的应用[J].新体育,2024,(20):89-91.
- [3]陈聪.体育游戏,魅力无穷——游戏在小学球类活动教学中的应用研究[J].好家长,2024,(31):24-26.
- [4]贾亮.“双减”政策下构建小学足球趣味课堂探析[J].甘肃教育研究,2024,(10):89-91.
- [5]董天戈,郑金国.趣味充“足”——探究如何增强学生体育足球课的趣味体验[J].体育风尚,2024,(06):119-121.
- [6]胡建东.基于“乐动会”视角的小学足球趣味课堂教学实践研究[J].体育世界,2024,(03):160-162.
- [7]丁勇林.小学体育足球教学趣味性的提升路径探究[J].小学生(下旬刊),2024,(03):55-57.
- [8]韩蒙.加强小学体育足球教学趣味性的措施探析[J].智力,2024,(09):187-190.

#### 作者简介：

卜帅帅（1994-），女，汉族，山东滨州人，本科，二级教师，研究方向：足球教学。