

# 足球教学课内外一体化作业设计研究

梁华绍

广州市真光中学金道学校 广东广州 510370

**摘要：**足球，作为世界上最受欢迎的运动之一，不仅具有极高的观赏性，还能有效促进学生的身心健康和团队协作能力的发展。在当前的教育体系中，足球教学已逐渐从单纯的娱乐活动转变为培养学生综合素质的重要途径。然而，传统的足球教学模式往往局限于课堂内，忽视了课外活动的延伸和拓展，导致学生的足球技能和兴趣无法得到全面提升。面对这样的问题，本文通过系统分析当前足球教学的现状和问题，结合教学理念和实践经验，深入探讨足球教学课内外一体化作业设计的有效策略，旨在实现足球教学的课内外无缝衔接，全面提升学生的足球技能和综合素质。

**关键词：**初中足球；课内外；一体化作业；设计

随着教育理念的不断更新和教学方法的持续创新，课内外一体化教学模式应运而生。这种教学模式强调课堂内的理论教学与课外的实践活动紧密结合，形成一个有机整体，从而有效拓宽学生的知识面，提升学生的实践能力和综合素质。在足球教学中，课内外一体化教学模式不仅能够帮助学生更好地掌握足球技能，还能激发学生的足球热情，培养学生的团队精神和竞技意识。对此，初中体育教师应该要探讨足球教学课内外一体化作业设计的原则和方法，确保作业设计符合学生的认知规律和发展需求，然后提出足球教学课内外一体化作业设计的具体策略和实施路径，包括丰富教学内容、创新教学方法、完善评价体系等，为今后的教学实践提供有益的参考和借鉴。

## 一、当前足球教学的现状和问题

### （一）教学方法单一，教学内容枯燥

在传统初中足球教学过程当中，大多数体育教师所遵循的教学思想仍为陈旧的灌输式教育理念，在实际教学过程当中，秉持先理论、后实践的思维，让学生首先对足球知识进行学习。但学生本身心智发育未成熟，虽然对教学有一定的兴趣和重视性，但随着长时间枯燥乏味的体育教学理论知识讲解，会逐渐丧失对体育运动的热衷以及激情，导致学生足球学习的积极性进一步降低，从而表现为对足球学习产生厌恶感，甚至在后续的学习过程中不愿意开展体育学习，这不利于后续初中足球教学工作的开展以及学生足球能力的培养和足球水平的提升。

### （二）忽视足球教学，缺乏良好的教学环境

现阶段，尽管国家大力倡导学生综合能力的培养，

但遗憾的是，大多数教师及家长仍过分聚焦于学生语文、数学、外语三门核心学科学习成绩的提升，这一现象背后，应试化教育思想的影响尤为显著。在这种背景下，教师的教学行为往往倾向于优先保障核心学科的课时，以至于体育课等旨在促进学生体质健康与全面发展的课程时常被边缘化，甚至被其他学科挤占时间。特别是在足球教学方面，由于整体教学时间被大幅压缩，体育教师难以在有限的时间内充分施展教学计划，导致学生足球技能的掌握不够扎实，足球教学的质量因此大打折扣。这种重知识轻体育的倾向，不仅阻碍了学生身体素质的提升，也限制了学生通过体育活动培养团队协作、坚韧不拔等综合素质的机会，亟需引起教育界的深刻反思与积极调整。

### （三）教学较为局限，缺乏完善的足球教学体系

由于传统教学过程当中并未针对足球教学科目建立相应的教学体系，所以大多数教师在实际教学过程当中，只能应用自己的教学经验、教学思维和教学途径对学生开展组织教学这就导致了各地区、各学校教学状况的不同以及学生足球水平、足球素质的不同。其次，缺乏完善的足球教学参考体系，针对突发性足球教学问题，教师很难做到及时有效的解决，导致教学质量下降，影响后续教学工作的正常开展，甚至会让因教学问题得不到有效解决，而表现为学习欲望下降、学习积极性减少，导致初中足球教学有效性丧失。这种情况出现的主要原因是教师在实际教学过程当中不重视教学参考体系的构建以及完善，仍沿用陈旧的教学体系对学生开展教学工作，而传统教学的应用体系与现阶段教学要求和教学

标准不相匹配,所产生的教学问题也无法做到短时间之内的高效解决,从而影响学生的学习质量,降低初中足球教学效果。

## 二、足球教学课内外一体化作业设计的原则

### (一) 目标对接与内容衔接原则

课内外一体化的足球教学模式,其精髓在于确保课内教学与课外活动的目标紧密对接,共同构建一个既系统又连贯的教学体系。课内教学部分,应聚焦于足球基本理论知识、技能技巧的精讲以及规则裁判的深入学习,为学生打下坚实的理论基础。而课外活动,则更多地侧重于将这些理论知识转化为实际技能,通过体能锻炼、技能的实际运用以及模拟比赛或真实比赛实践,让学生在实践中不断摸索、提升。这种课内外内容的无缝衔接,不仅有助于学生在课内吸收的知识在课外得到及时巩固,还能促使他们在实践中进一步拓展所学,实现理论与实践的完美融合。

### (二) 时间灵活与空间拓展原则

在课内外一体化的足球教学模式下,我们需打破传统教学中课内外时间界限的束缚,根据教学的实际需求,灵活安排教学、训练和竞赛的时间。这种灵活的时间安排,不仅能够有效地拓展课堂教学的时间和空间,为学生提供更多元化的学习体验,还能让他们在课余时间也能沉浸在足球的世界中,享受足球带来的乐趣。同时,学校应充分利用校园内外的足球场地和设施,无论是标准化的足球场,还是临时搭建的训练区域,都应成为学生们学习和训练的乐园。通过空间上的拓展,我们为学生创造了一个更加开放、包容的足球学习环境,让他们的足球之路更加宽广。

### (三) 注重实践与培养兴趣原则

足球作为一项实践性极强的运动,其教学必须紧密围绕实践环节展开。在课内外一体化的教学模式下,我们应注重实践活动的多样性和趣味性,通过组织丰富多彩的足球比赛、训练营、嘉年华等活动,激发学生的学习兴趣 and 热情。这些活动不仅能让学生在实战中检验所学,还能培养他们的团队合作精神和竞技意识。同时,教师还应关注每个学生的个体差异,因材施教,为他们量身定制适合的学习计划。这样,每个学生都能在足球学习中找到自己的乐趣和成就感,从而更加热爱这项运动,愿意为之付出更多的努力。

## 三、足球教学课内外一体化作业设计的有效策略

### (一) 明确教学目标与内容规划

足球教学课内外一体化作业设计的核心在于明确并

围绕整体教学目标进行规划与实施。这些目标不仅包括提升学生的足球技能,如精准传球、高效射门、灵活盘带等,让学生能够在绿茵场上展现出精湛的球技;还强调增强学生的体质,通过系统的体能训练,提高学生的耐力、速度和爆发力,为他们塑造强健的体魄;同时,培养团队合作精神也是不可或缺的一环,让学生在足球这项集体运动中学会相互支持、协作与沟通,共同为胜利而努力。为了实现这些目标,我们必须精心制定教学内容规划,确保课内教学与课外活动紧密配合,形成互补。

例如,在课内,我们可以教授足球规则、战术布局以及基本技能的训练;而在课外,则通过组织足球友谊赛、训练营、足球嘉年华等活动,让学生在实践中巩固所学,体验足球的乐趣,同时加深团队协作的默契。这样的设计不仅让学生在课内打下坚实的理论基础,更在课外得到充分的实践锻炼,真正实现了课内外教学的无缝衔接与相互促进。又例如,在课内教学中,教师可以利用多媒体资源讲解足球战术,并通过小组对抗练习提升学生的实战技能;而在课外活动中,则可以组织校际友谊赛或参加足球联赛,让学生在真实比赛中检验所学,积累比赛经验,形成从理论到实践、从个人到团队的系统、全面的足球教学体系。

### (二) 优化课内教学计划与实施

足球教学课内外一体化作业设计需高度重视理论与实践的深度融合,旨在构建一个既扎实又实用的教学体系。在这一过程中,我们首先通过详尽讲解足球理论知识,包括但不限于比赛规则、战术布局、球员角色与职责等,为学生们奠定坚实的理论基础,使他们能够深刻理解足球运动的本质与精髓。

例如,在课内教学中,教师可以利用教学资源,生动形象地展示足球比赛中的经典战术案例,帮助学生理解不同战术的应用场景与效果。与此同时,我们紧密结合技能技巧的训练,如精确的传球练习、高效的射门技巧以及灵活的盘带与过人动作等,通过反复实践与指导,有效提升学生的足球技能水平。这种理论与实践相辅相成的教学方式,不仅让学生们在理论上有所收获,更能在实践中得以验证与提升,从而真正达到学以致用目的。此外,还应定期组织足球技能测试,以检验学生的学习成果,及时调整教学计划。

### (三) 加强课外足球活动组织与管理

足球教学课内外一体化作业设计在加强课外足球活动组织与管理方面,应当尤为注重活动的多样性和趣味性,力求通过丰富多样的活动形式和内容,充分吸引学

生的注意力，激发他们的参与热情，并促使他们在轻松愉快的氛围中享受足球运动的乐趣。这包括组织不同规模的足球比赛，如班级联赛、年级挑战赛等，让学生在实战中锻炼技能、体验竞争；开展足球技巧训练营，邀请专业教练进行技术指导，提升学生的足球技艺；以及策划足球知识竞赛、足球主题派对等趣味活动，让学生在轻松愉快的氛围中增进对足球文化的了解，培养对足球运动的热爱。

例如，可以组织足球友谊赛、技巧挑战赛、足球知识竞赛等多种形式的课外活动，让学生在轻松愉快的氛围中享受足球带来的乐趣，同时加深对足球运动的理解和热爱。与此同时，加强活动的管理和监督至关重要，确保每项活动都有明确的计划、合理的安排以及充足的安全保障措施，以维护活动的顺利进行和学生的身心健康。此外，为了进一步提升学生的足球水平，可以邀请具有丰富经验和专业知识的足球教练或退役球员参与课外活动的指导，他们不仅能够为学生提供专业的技术指导和战术分析，还能分享宝贵的比赛经验和足球人生感悟，从而有效促进学生的足球技能提升和个人成长。通过这些既富有挑战性又充满乐趣的课外活动，不仅能够有效提高学生的足球技能水平，还能培养他们的团队协作能力、竞争意识以及积极向上的生活态度，为足球教学的全面发展注入新的活力。

#### （四）建立足球社团与俱乐部机制

在足球教学课内外一体化作业设计的框架内，足球社团和俱乐部扮演着连接课内教学与课外活动的重要桥梁角色，它们为学生们提供了一个更加广阔和深入的足球交流平台。为了促进足球文化的普及和学生足球技能的提升，学校应当积极鼓励并支持学生自发组建足球社团和俱乐部，为这些团体提供必要的资源和指导。

例如，社团和俱乐部可以定期组织足球比赛，如校际友谊赛、联赛等，以及足球训练营、技能提升班等活动，这些活动不仅能够增强学生的团队协作能力、战术理解能力和比赛经验，还能在集体活动中培养学生的集体荣誉感和团队精神。更重要的是，通过社团和俱乐部的日常训练与比赛，教师和教练可以更容易地发现具有潜力的足球人才，为他们提供更专业的指导和培训，从而为学校足球队输送更多优秀的队员，进一步推动学校足球事业的发展。

#### （五）完善评价体系与激励机制

在足球教学课内外一体化作业设计的整体布局中，

完善评价体系与激励机制是确保教学效果与质量不可或缺的一环。评价体系作为衡量学生学习成果和进步程度的重要标尺，学校应当建立一套全面、细致的足球教学评价体系，该体系涵盖技能测试（如传球准确度、射门力量与角度等）、比赛表现（包括战术执行、团队协作、个人突破能力等）、以及团队合作（如沟通协调、互助互信等）等多个维度，通过定期的技能考核、实战模拟赛以及日常训练观察，全面而深入地了解每位学生的足球技能掌握情况和综合素质提升状况。

与此同时，建立并实施激励机制，对于在技能测试、比赛以及团队合作中表现突出的学生，学校应给予相应的奖励和表彰，如颁发荣誉证书、提供训练装备、推荐参加更高级别的比赛等，以此激发学生的学习热情，增强他们的自信心和竞争意识，这种正向的激励机制不仅能够有效促进学生积极性的提升，还能够营造一个积极向上、充满挑战与机遇的学习氛围，为足球教学的持续发展和学生足球才能的充分展现提供源源不断的动力。

#### 结语

综上所述，足球教学课内外一体化作业设计的原则旨在确保学生在课内外都能获得全面、系统、连贯的足球学习体验，同时注重培养他们的实践能力和综合素质。足球教学课内外一体化作业设计的有效策略需要明确教学目标与内容规划、优化课内教学计划与实施、加强课外足球活动组织与管理、建立足球社团与俱乐部机制以及完善评价体系与激励机制等多个方面的共同努力。通过这些策略的实施，可全面提升学生的足球技能和综合素质，为他们的未来发展打下坚实的基础。

#### 参考文献

- [1] 李志勇.课内外一体化作业在初中足球教学中的应用[J].冰雪体育创新研究, 2021(22): 103-104.
- [2] 陈本韦.课内外一体化作业融入初中足球教学的应用分析[J].体育风尚, 2021(06): 223-224.
- [3] 余其祺.课内外一体化作业在足球教学中的运用探析[J].武当, 2021(03): 93-94.
- [4] 张鹏.关于足球课内外一体化作业在初中体育教学中的应用[J].家长, 2021(04): 53-54.
- [5] 周涛.足球课内外一体化作业在体育课中教学效果研究[D].北京体育大学, 2022.11-20.