

基于项目教学法的高职足球教学改革策略研究

赵明旭

苏州高博职业学院，江苏 苏州 215163

摘 要： 本文对项目教学法的高职足球教学改革策略研究的意义、项目教学法中高职足球教学改革策略中的准备到评估的全面策略、项目教学法的高职足球教学步骤以及分组协作教学策略进行了深入的探究，旨在为研究者提供更好的借鉴，促进学生足球技能的发展。

关 键 词： 项目教学法；高职院校；足球教学

Research on Reform Strategies of Higher Vocational Football Teaching Based on Project-based Teaching Method

Zhao Mingxu

Suzhou Gaobo Vocational College, Suzhou, Jiangsu 215163

Abstract： This paper deeply explores the significance of the research on reform strategies of higher vocational football teaching based on the project-based teaching method, the comprehensive strategies from preparation to evaluation in the reform strategies of higher vocational football teaching with the project-based teaching method, the teaching steps of higher vocational football with the project-based teaching method, and the teaching strategy of group cooperation. The aim is to provide better reference for researchers and promote the development of students' football skills.

Keywords： project-based teaching method; higher vocational colleges; football teaching

引言

项目教学法是一种以学生为中心、强调实践与问题解决能力培养的教学模式，为高职足球教学改革提供新的思路，使学生在完成任务的过程中主动探索、合作学习，从而有效融合理论知识与实践操作，激发学生的学习兴趣，增强其解决实际问题的能力。本研究基于项目教学法构建科学合理的项目体系，以此来优化教学内容和教学发放、强化师资队伍，来达到提升足球教学质量，促进学生体能与智能同步发展的目的。

一、项目教学法的高职足球教学改革策略研究的意义

项目教学法能够激发学生的学习兴趣 and 主动性。在高职足球教学中，传统的讲授式教学往往过于注重理论知识的传授，而忽视了学生在实践中的主体地位。而项目教学法则通过设定具体的足球项目，让学生在实践中学，在学习中实践，从而极大地激发了学生的学习兴趣 and 主动性，使学生在参与项目的过程中，进行主动思考、解决问题，从而提高学习效率，培养学生的创新思维和解决问题的能力。学生在参与项目的过程中，需要运用所学的足球知识和技能，结合实际情况进行创新性的实践，这不仅会加深学生对足球知识和技能的理解，还能够培养他们的创新精神和实践能力，让教师在交流与互动之间，提高教学效果，优化课堂氛围，最后培养出高素质的足球人才^[1]。

二、项目教学法的高职足球教学改革策略

（一）足球项目教学实施计划：从准备到评估的全面策略

第一：教学准备与目标设定

在足球项目的教学实施计划中，教学准备与目标设定是确保整个教学计划顺利进行的基础。首先需要对学生的基础情况进行调查，运用问卷调查和体能与技能测试的方式来了解学生的体能水平，足球基础技能、学习兴趣和动机等方面，以此来制定个性化的教学计划。根据学生的情况，将目标分为长期目标和短期目标。长期目标旨在培养学生的足球兴趣，提高他们的足球技能和团队协作能力，为未来的足球发展奠定基础；短期目标则是根据教学内容和学生的实际情况，来设定传球准确性、射门力量、防守技巧等方面的具体目标。

第二：教学内容与方法设计

在足球项目的教学实施计划中，教学内容与方法设计是确保教学目标实现的关键。在基础技能教学中，教师可以首先讲述传球、接球、射门、运球和防守等基础技能，让学生在不断地学习之中，逐步提高技能水平；在战术教学方面，教师可以讲解足球比赛的基本规则，使学生更好地了解足球比赛的整体框架，培养他们的战术应变能力和团队协作能力。教学方法上教师可以利用线上线下的教学方法与项目式的教学方法，更好地让学生在喜欢的范围内进行学习。

第三：教学实施与评估反馈

在教学进行一定的阶段后，教师可先对学生的技能水平、学习态度、团队协作能力等方面进行评估，也是以此评估结果当作可以了解学生学习情况和教学效果的依据。如果反馈的结果是不佳的，教师则可以调整自己的策略，如果反馈的结果还可以的，教师可以根据此为基础，进行优化和升级，使教师的教学更好地发展，使学生可以相互交流和学，形成良好的学习氛围，为教学计划的持续优化提供依据。

（二）项目教学法的高职足球教学步骤

1.项目导入

在高职足球教学领域，项目导入环节的应用同样具有重要意义，其不仅能够激发学生的学习兴趣 and 积极性，还能有效提升学生对足球技能与战术理解的深度和广度。在实际教学开始之前，教师可先明确本堂课需要讲解的内容的同时并确定相应的主题与子主题（项目）。例如：有的学生选择围绕一个子主题（项目）“提升球队门前终结能力”的任务进行讨论，并提出有效的射门准确率 and 门前配合策略。教师为了让学生更好地明确“提升球队门前终结能力”的项目内容，课前利用学习通等教学软件发送给学 生相关主题的视频资料，让学生更直观地理解任务，在这过程中学生会提出问题和建 议，再通过新一轮教师与学生之间的讨论来更好地完善项目任务的设计和实 施计划。最终教师根据学 生讨论结果对研究和实践、团队合作的方式和分工、所需资源的获取和利用进行详细说 明，让学生可以更加清晰地了解自己在接下来的项目中的任务和责 任，从而更加积极的投入到实践当中，实现个人技能和团队实力的双重提升^[2]。

2.制定项目实施计划

第一步：组建项目小组

在确定项目主题之后，教师可根据摸底和测试的成绩，将4-6个人分成一组，保证每组都有成绩较好、成绩中等和成绩较差的学生，并根据学生的领导能力和责任心为每组分配一个组长。组长会根据每个人不同的能力，分配在不同的岗位上，使每个人都能更好地发挥自己的潜力，提升小组的整体实力。

第二步：示范操作与讲解

分组技术后，教师先对射门时的观察，助跑，支撑脚站位，摆腿击球动作，触球部位等技术动作进行示范，利用腿部力量将球推出进行示范，在教师示范之后还可邀请学生进行示范，针对不同学 生的问题，教师还会进行适时的指导和反馈，帮助他们纠正动作中的错误，提高射门的精准度。在教师示范讲解之后，教

师还告诉学生在训练前做好充分的准备活动，避免受伤；在训练过程中保持专注和耐心，听取组长的建议和指导。

第三步：制定小组项目计划

在示范操作与讲解的基础上，教师还可以让每一个小组进行探讨并提出至少三项能够显著提升门前终结能力的具体策略或训练方法。例如，有的小组提出聚焦于提高射门技巧的准确性，如调整射门角度、力度以及脚法的变化；有的小组则可能关注于提升球员在禁区内的跑位意识，如何通过灵活的跑动创造更好的射门机会；还有的小组可能会讨论如何增强球员在高压环境下的心理素质，确保在关键时刻能够保持冷静并果断出手。教师根据所有学 生的小组项目计划来制定出总体的“提升球队门前终结能力”计划。同时，引出本次课程需要结合课程思政，帮助同学们在掌握技能的同时更好的领悟足球的课程思政内涵^[3]。

3.项目实施

学生根据教师最终的计划，进行基础射门技巧的复习与巩固、模拟比赛场景的实战演练以及针对个人弱点的专项提升，让基础较差的学生从简单的定点射门开始，逐渐增加难度；对于中级的学生来说让他们从防守球员、缩小射门角度进行练习；对于基础知识比较好的学生来说让他们对其他的学生进行指导，遇到他们也指导不了的问题，可以去请教教师，让教师进行回答。例如，在教学足球比赛中，当学生团队在攻防转换时表现出协调不足的问题时候，可以通过现场示范、战术讲解等方式，引导学生理解并实践更有效的攻防策略；当学生只专注于个人能力的提升的时候，教师可以引导学生认识到心态管理在足球运动中的重要性，并提供相应的心理训练资源或建议。教师的巡视、解答与点拨，不仅能够帮助学生解决眼界的难题，还能够让学生学会如何学习、如何合作、如何创新。

（三）融合多元知识，提升教师专业能力

项目教学法（Project-Based Learning, PBL）强调以学生为中心，通过参与具有现实意义的项目，使学生在解决问题的过程中获取知识、技能及关键能力，这与高职足球教育旨在培养具有实践能力和创新精神的高素质足球人才的目标高度契合。首先，教师在足球教学中，不仅需要精通足球技战术知识，还需要将生理学、心理学、运动训练学等相关学科的理论融入项目设计中，以促进学生的全面素质提升。例如，教师可通过参加高级别教练员培训班、研修班、心理学与运动表现工作坊等活动来学习到最新的足球训练理念、运动员心理调适方法及运动损伤预防知识，从而在设计项目时能更加科学合理的进行课程的设计，以此来满足学生的多元化学习需求。其次，教师还可以参与各种实践活动，进行积极的专业培训，提高自己的教学技能，与其它的教师进行沟通和交流，了解到更多的教学方法，并将这些教学方法和教学方式融入到教学当中的同时还需要让学生树立正确的思想道德观念，使学生在提高技能的同时也能够提高思想道德，推动足球教学改革，培养出更多具备实践能力和创新精神足球人才^[4]。

（四）分组协作教学策略：促进足球技能与团队协作能力的双重提升

在一次足球课上，教师经过重重考量地根据学生的体能状

况、足球技能水平以及个人兴趣爱好进行分组，每组5—6人，在每个小组中，既有技术出众、能够引领团队的“领头羊”，也有渴望学习、需要进一步提升技能的“追随者”。教师通过这样的分组，使学生在课上的教学中不断地在实战中体验攻防转换的重要性的同时还能够使生生之间既能形成技能上的互补，又能促进团队内部的和谐。在分组竞技的激烈对抗中，学生不仅会学会如何在团队中充分发挥自己的优势，还将学会如何敏锐地观察并弥补他人的不足；在课后协作训练中，教师会根据学生的学习进入思考如何高效制定训练计划，如何合理分配任务，以及如何巧妙协调团队内部可能出现的矛盾。教师运用这样科学而人性化的教学策略，不仅对学生的足球技能提升起到促进作用，更为他们未来的职业生涯和人生发展奠定坚实的基础。在这一过程中，学生与教师之间的交流日益加深，使他们能够更快地掌握足球技能，享

受足球带来的乐趣，带领足球走向一个新的台阶^[5-6]。

三、结束语

在本文的深入探究中，所提出的观点和策略不仅为教师个人职业发展提供了宝贵的借鉴，同时也为高职院校在足球教育领域的探索指明了方向。高职院校应当率首当其冲的在本校范围内积极践行这些理念和方法，以此夯实学生的足球技能基础，激发他们的运动潜能^[7]。这样不仅能够为学生个人的全面发展提供坚实的基础，还能够将此作为成功案例，为其他同类院校提供有益的参考和借鉴，来培养出更多高素质的足球人才，进而为中国足球注入新鲜血液与活力，推动中国足球事业的蓬勃发展。

参考文献

-
- [1]刘贵祥. 基于项目教学法的高职足球教学改革初探[J]. 体育风尚, 2024(6):125-127.
- [2]周杨. 改编传统游戏提升专项体能——以足球项目教学为例[J]. 体育教学, 2024,44(10):87-88.
- [3]张嘉文, 隋红. 5E教学模式在初中足球项目教学中的实验研究——以足球绕杆射门为例[J]. 内江科技, 2023,44(11):108-111.
- [4]白娟. 任务驱动教学法在初中足球教学中的实验研究[D]. 吉林体育学院, 2023.
- [5]李金璋. CDIO项目教学模式在体育专业足球教学中的应用研究[D]. 天津师范大学, 2022.
- [6]赵启正. 基于项目式学习的高中数学建模活动教学设计研究[D]. 江西师范大学, 2024.
- [7]胡晓凤. 体育学科核心素养视域下足球项目式教学的应用研究[J]. 课程教育研究, 2024(3):163-165.