**《“学、练、赛、评”模式在校园足球中的运用研究》**

**学习札记**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **学习人** | 侯宁 | **摘录来源** | 《知网》 | **学习时间** | 2024.1 |
| **学习内容：** 现代足球运动发展到现阶段,一个非常显著的特征是高强度的时空争夺.一场激烈的足球比赛在抢、逼、围的时空较量中,运动员的身体对抗日益加剧,运动员的抗干扰、抗冲撞能力成为衡量训练与比赛质量水平高低的重要依据。我国青少年足球训练与世界强国的训练方法有着许多差异。我国教练员在足球训练中的传统指导思想是先学技术动作,再进行对抗练习和比赛。国外的训练方法是教了技术动作后,再在对抗的情况下练习技术动作。与国外的的青少年训练相比,我国青少年的对抗性、实战性不突出。没有身体对抗,从某种角度而言,就谈不上身体对抗训练,更谈不上培养队员对抗能力和实战能力。本文试图根据足球发展趋势,研究在对抗的条件下完成传接球技巧的训练方法,通过对对抗中传接球训练方法的研究,对我国青少年足球训练是否适用, 在比赛中能否更好的完成传接球技术,是否比以前的训练方法实用、有效,通过研究寻找出更好、更适合我国青少年身体发育特点的训练方法。 |
| **学习心得：**现今，校园足球发展已经步入新阶段，回看过去不难发现存在的问题，因而在新阶段我们应更加注重提升青少年学生的足球学习意识，而非功利心的“能获胜的足球队员”，方可从底层提升全民的体育意识。 |