

Analysis of football candidates' performance and improvement strategies in 2023-2024 physical education college entrance examination in Honghe County No.1 Middle School

Zhiwen Yang Yang Tang*

School of Physical Education, Southwest Forestry University, Kunming, Yunnan, 650224, China

Abstract

The Physical Education College Entrance Examination (PECEE), a vital component of China's national college entrance system, serves as a key pathway for selecting sports professionals. Its examination content varies across provinces based on local conditions, primarily comprising two modules: physical fitness tests and specialized skill assessments. This study focuses on football-specialized candidates from the 2023-2024 PECEE cohort at Honghe County No.1 High School. Through analyzing distribution patterns in physical fitness, specialized skills, and overall academic performance, this research explores factors influencing exam results and proposes targeted improvement strategies. These findings aim to provide practical references for optimizing football-specific training programs and enhancing talent development quality at Honghe County High School and similar grassroots institutions.

Keywords

Honghe County; PECEE; football specialization; performance analysis; improvement strategies

红河县第一中学 2023—2024 届体育高考足球专项考生成绩分析及提升策略研究

杨志文 唐杨*

西南林业大学体育学院, 中国·云南昆明 650224

摘要

体育高考是我国高考体系的重要组成部分,也是选拔体育专业人才的关键途径,其考试内容因各省实际情况存在差异,核心包含身体素质考试与专项技能考核两大模块。本研究以红河县第一中学2023-2024届体育高考足球专项的考生为研究对象,分析其身体素质、专项技能、及综合成绩的分布特征,探究成绩的影响因素,并提出针对性提升策略,以期该校及基层同类学校优化足球专项训练、提高人才培养质量提供实践参考。

关键词

红河县; 体育高考; 足球专项; 成绩分析; 提升策略

1 引言

近年来,国家持续推进青少年足球发展与升学选拔机制的深度融合,2020年教育部等六部门联合印发《全国青少年校园足球八大体系建设行动计划》,明确提出“将足球技能水平纳入学生综合素质评价,推动校园足球与升学考试有效衔接”,并构建“教学—训练—竞赛—评价”一体化培养体系,为地方中学足球专项人才的选拔、训练及成绩提

升提供了顶层政策框架^[1]。

2 研究结果与分析

2.1 2023—2024 届体育高考足球专项考生成绩情况

2.1.1 身体素质成绩分析

2024届高分段成绩显著提升:55分以上有2人(占比4.55%),较2023届(0人)增加近5个百分点;50-55分段有9人(20.45%),较2023届6人(16.66%)提升4.29%;45-50分段为两届主体,2023届19人(52.78%)、2024届22人(50%),人数略有增加。低分段相对稳定:40-45分段2024届8人(18.18%),较2023届9人(25%)下降;40分以下2024届3人(6.81%),与2023届2人(5.56%)波动较小,整体体现2024届考生身体素质水平的提升。

从两届整体来看,成绩呈正态分布:45-50分段占比最

【作者简介】杨志文(2000-),男,哈尼族,中国云南红河人,本科,从事体育教学研究。

【通讯作者】唐杨(1982-),男,中国四川南充人,硕士,讲师,从事学校体育研究。

高(41人, 51.25%), 55分以上仅2人(2.5%), 40分以下5人(6.25%), 说明考生成绩稳定性强、波动性低。鉴于极高分与极低分人数较少, 后续训练需针对性强化, 以进一步提升整体身体素质水平。

2.1.2 专项成绩分析

根据表1可知, 2024届专项成绩呈现“高分段下降、中分段提升、无低分”特征: 37分及以上高分段, 2024届仅4人(占比9.10%), 较2023届9人(25.00%)下降15.9个百分点; 但35-36.9分中高分段, 2024届23人(52.27%)较2023届14人(38.88%)提升13.39个百分点, 30-35分中分段2024届17人(38.63%)亦高于2023届11人(30.55%), 且2024届无30分以下考生(2023届2人, 占比5.56%), 整体体现2024届专项成绩的提升趋势。

从两届整体分布来看, 35-36.9分段占比最高(37人,

46.25%), 37分及以上占16.25%(13人), 30分以下仅占2.5%(2人)。但专项成绩波动较大, 虽高分段人数多于身体素质高分段、低分段人数少于身体素质低分段, 却反映出两届考生专项水平参差不齐, 仍需针对性优化训练以缩小差距。

2.1.3 综合成绩分析

根据表2可知, 2024届综合成绩呈稳步提升趋势: 90-95.9分高分段, 2024届有2人(占比4.54%), 较2023届1人(2.78%)提高1.76个百分点; 80-89.9分中高分段为两届主体, 2024届29人(65.90%)较2023届24人(66.66%)占比略有下降, 但人数增加; 60-80分合格段相对稳定, 2024届13人(29.54%)与2023届11人(30.55%)波动较小, 且两届均无96分以上及不合格考生, 体现2024届综合成绩的提升。

表1 考生专项成绩情况统计表(N=80)

分数段	2023届		2024届		合计	
	人数(人)	占比(%)	人数(人)	占比(%)	人数(人)	占比(%)
37及以上	9	25.00	4	9.10	13	16.25
35-36.9分	14	38.88	23	52.27	37	46.25
30-35分	11	30.55	17	38.63	28	35.00
30分以下	2	5.56	0	0.00	2	2.50
合计	36	100.00	44	100.00	80	100.00

表2 考生总成绩情况统计表(N=80)

分段段	2023届		2024届		合计	
	人数(人)	占比(%)	人数(人)	占比(%)	人数(人)	占比(%)
96分以上	0	0	0	0	0	0
90-95.9分	1	2.78	2	4.54	3	3.75
80-89.9分	24	66.66	29	65.90	53	66.25
60-80分	11	30.55	13	29.54	24	30.00
合计	36	100.00	44	100.00	80	100.00

从两届整体分布来看, 80-89.9分段占比最高(53人, 66.25%), 90分以上仅3人(3.75%), 说明考生综合成绩集中在中高分段, 但顶尖水平考生较少。因综合成绩受身体素质与专项技术双重影响, 故后续需同步强化两项能力, 以进一步提升考生整体竞争力与高分占比。

2.2 体育高考足球专项考生训练现状对考试成绩影响分析

2.2.1 师资情况对考试成绩影响分析

(1) 足球专项教师专业背景情况对考试成绩影响分析

在足球专项的训练过程中, 足球教师起到了主导作用, 是整个训练期间不可忽视的一部分。教师专业水平的高低, 直接影响了教学与训练内容的质量。根据调查可知, 红河县第一中学足球教师中, 有4人是体育类足球专业, 占比为66.67%; 有2人是体育非足球专业, 占比为33.33%。体育类足球专业的教师经过系统的学习, 对足球教学的整体框架和体系较为了解, 能够快速知道学生训练的程度, 更好的把握训练节奏, 对专项学生在训练过程中出现的问题给予专业

性指点, 对参与足球专项的考生来说, 能够快速形成针对考试的训练体系, 提升专业成绩, 而非足球专业教师可能掌握一定的训练方法与技巧, 但在训练中对细节的把控及训练节奏与经过系统培训的足球专业教师相比有一定的差距, 这也是导致影响考生成绩的因素。

(2) 足球专项教师指导情况对考试成绩影响分析

根据调查可知, 每次指导学生进行专项训练的只有27人, 占比为39.13%; 经常指导的学生有22人, 占比为31.88%; 偶尔指导训练的和不指导的分别有17人和3人, 占比分别为24.63%和4.34%。由此可见, 足球专项教师不是每次都给学生做指导。指导频率较低, 学生在训练过程中不易发现自己训练的误差, 只能单纯的重复, 在错误的动作下不断地重复则对今后的训练纠正非常不利, 对于学生能力的提升也会造成障碍, 限制学生的发展, 直接影响学生的专项成绩。

2.2.2 训练场地情况对考试成绩影响分析

在实地走访中发现, 红河县第一中学拥有400米跑道

一个,材质为塑胶跑道,拥有人造草坪足球训练场一个。充足的训练场地是保证学生训练效果的前提。根据调查可知,红河县第一中学足球专项中,认为足球训练场地非常影响训练效果的有26人,占比为37.68%;认为一般影响的有23人,占比为33.33%;认为不太影响的有20人,占比为28.98%。由此可见,部分学生认为足球训练场地对考试成绩有一定的影响,为了确保所有学生都能从训练场地中受益,学校应该继续维护和优化足球训练场地,确保其符合足球训练和考试要求。

2.2.3 训练方法情况对考试成绩影响分析

红河县第一中学足球训练方法主要有两种,一种是统一集中训练法,一种是针对专项薄弱项目进行集中训练。根据调查可知,所有红河第一中学足球专项的学生都参与了第一种训练方法,其次有56人参加了针对项目专项训练方法,占比为81.15%。统一集训是代课教师通过对学生统一讲解方法和提升技巧,进行练习测试,找到不足,然后针对群体问题作出指导,提升了教师训练的效率,但统一集训不利于学生之间的交流与启发,学生不能很好的适应教学内容和教学方法的多样化。针对项目专项训练则是教师通过学生训练过程中产生的问题,对学生薄弱项目针对性的指导提升训练,以此来提升学生的专项能力。

根据调查可知,红河县第一中学足球专项学生训练时长中,有18人选择一小时以内,占比为26.08%;有43人选择1-2小时,占比为62.31%;有8人每次训练时长在2小时以上,占比为11.59%。训练时间的长短影响着训练的质量。训练时间太短,达不到肌肉记忆的时长,不能提升训练效果;训练时间太长,容易造成身体过度疲劳,容易造成身体伤害,对以后的训练结果会有不利的影响。

2.2.4 训练内容情况对考试成绩影响分析

根据调查可知,红河县第一中学足球专项教师制定了合理的训练方案,按照分数分配比例,身体素质训练时间与专项技能训练时间分配也为60%和40%。在训练初期,进行身体素质训练时间较长,身体素质的水平也决定了专项技能的高低,由此奠定良好的身体素质基础也是为专项技能提升做铺垫。身体素质训练的内容包含:100米跑、800米跑、铅球、立定跳远。在具有良好身体素质的前提下,专项技能训练重点强化传球的精准度和运射的速度与稳定性,通过间歇跑、折返跑训练提高爆发力和耐力,通过多组织参与高水平比赛,积累对抗经验,提升技术意识。

3 红河县第一中学体育高考足球专项提升策略分析

3.1 健全足球专项训练的体系化

想要提升足球专项学生训练效果,提升考试成绩,建立红河县第一中学足球专项专业化、科学化和系统化的训练体系至关重要。结合全国校园足球先进经验与学校现有的基础,设计分层教学体系,针对不同的年级和训练层次制定符合每个人的训练方案。另外加强技术模块的训练,加强训练

结果考核,制定专业的考核体系,把每次训练当做考试,通过每次考核结果反馈训练中的不足,进行训练方法和内容的调整。制定符合红河县第一中学足球专项的学生训练频率、训练时长和训练强度,通过数据进行分析,掌握学生训练状况^[1]。

3.2 加强学校足球场地、设施的管理

足球训练离不开学校场地和设施的支持。虽然目前学校有足球运动场地和运动器材,但是由于缺少相应的管理制度,学校运动场地缺少维护,场地存在不平整、场地经常被占用等情况,器材也有丢失的现象。加强学校场地、器材管理,以学生为主导,多多关注学生的需求,制定足球场地设施管理制度并且安排专人严格监管,保障运动场地和设施能够满足学生训练的需求。

3.3 提高足球专项教师的教学水平与服务意识

学校专项教师的技术知识水平决定了学生的训练成果和技能掌握情况。从调查结果可以看出红河县第一中学学校对足球训练师资较为重视,训练指导教师学历和专业都属于优秀水平,但是学历不等于能力。自己拥有足够的专业知识还不够,同时需要专业教师提升自己的专业能力水平,不断学习最新的政策方针以及技能技巧,及时更新教学模式以及上课方式,积极参与学术交流与赛事情况,通过不断进修与提升,帮助学生积极解决问题,提升专业技能,促进师生关系发展^[1]。

3.4 完善足球专项学生培养制度

建议学校制定合理的学业与训练时间安排表,为队员提供学习辅导,帮助他们平衡学业与足球训练,确保队员有足够的精力投入训练,提升训练的连贯性。从低年级开始选拔有潜力的学生,建立完善的梯队培养体系,延长队员的训练年限,增加训练时间,定期组织内部对抗赛,提高队员的比赛经验和团队默契度。根据队员的运动等级和基础水平,制定个性化训练计划,强化技术细节、战术理解和体能训练,逐步提升队员的整体水平。

4 结语

体育高考足球专项成绩受多重因素制约,不仅需考生满足身高、体重等基础身体素质要求,还与学校师资力量、训练方案科学性密切相关,同时学生的训练状态、心理调适能力也直接影响训练效果与最终考试表现。通过分析该校2023-2024届体育高考足球专项考生,探索其备考现状与成绩优化路径,为基层学校落实国家政策、提升足球人才培养质量提供实践参考。

参考文献

- [1] 赵军.(2022).足球专项训练中的战术意识培养探讨.《体育教学与研究》,34(3),45-50.
- [2] 周慧.(2021).足球专项训练中的多维度综合发展研究.《运动医学》,32(2),77-81.
- [3] 李昕,张华.(2023).高考足球专项考生体能训练研究《体育科学》,42(4),58-65.