

# 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划 (模板9篇)

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源配置。以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇一

进一步培养和巩固学生对足球运动的兴趣和爱好，培养集体主义观念，通过训练发展学生的身体素质，增强体能，促进身体正常的生长发育。使学生积极参加到学习中，并大胆向同学展示自己的动作。相信我能行，告别我不行。使学生掌握小足球的基本技术，了解足球比赛的规则，并能够自己组织比赛。在学习中充分展现自我。增强自信心和意志品质，得到成功的喜悦。培养良好的团结协作精神。积极进取，乐观开朗。通过对学生的训练，提高他们的身体素质和技术技能水平，争取在比赛中获得好的成绩，同时为校足球队建设打好基础。

小学三至六年级。

校足球场

1. 周一至周五 早上（7：30—8：30） ， 中午（12：00—13：00） 。

1. 制定严格的队伍管理制度与纪律。
2. 培养荣誉感、责任感，树立为队 、为校争光的信念。
3. 培养球队有骨干力量，加强团结和自我管理能力

4. 保持并提高队员的训练比赛作风。

训练作风方面：

1. 严格的组织纪律性

2. 严格的训练自觉性

比赛作风方面：

1. 培养良好的体育道德作风

2. 培养勇猛顽强的踢球作风

1. 提高队员的传接球的速度。

2. 提高队员的防守能力。

3. 提高队员运控球的保险系数。

4. 提高队员战术，重点是个人与局部的战术配合。

5. 明确个人的攻守职能，进攻防守原则。

6. 提高个人战术意识和局部二打一，三打二结合射门能力。

技术训练手段：

踢球、颠球、停球、头顶球、运球、抢断球、掷外球、

综合技术训练：

各种一对一、二对二、三对二攻守，二三人跑动中传接球配合、比赛阵比赛

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇二

根据校区和场地的条件，目前学校在1、2、3、4、5、6年级，每个星期都有一节足球课，由专职足球老师或体育教师做启蒙性指导练习及专门训练，对学生进行足球知识与技能的传授。

我校将继续进行每天下午15：30-17：00一个半小时进行校队训练，专门聘请了专业的足球教练进行体能、技巧、对抗等系统训练。新学年，将进一步提高要求，按照训练计划进行相关训练和比赛，形成我校特色的校本教材。

目前，学校成立了男、女两支足球校队，已参加“校长杯”、“建邺杯”、校际交流联赛等多项赛事，学生的身体素质和足球技巧得到了适度的锻炼和提升。继续开展校园足球文化节活动。

结合学校争创“四星八家”活动，继续进行运动之星评选，作为学校运动队、田径选拔基础，同时作为学校优秀少先队员、三好学生必备条件之一。

为了提高学校校园足球工作成效，学校在课程安排、阳光体育运动、教练员聘用等方面细致安排和落实，学校继续出资购置相关器械、器材、装备、参赛食品，学生免费参加所有足球活动和比赛，进一步夯实学校足球运动的基础！

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇三

### 一、指导思想

以增强学生体质，培养青少年拼搏进取、团结协作的体育精神为核心，以积极推进学校开展足球运动为宗旨，组织本校高年级学生举办校园足球体育活动，普及足球知识和技能的机制，从而为形成校园足球氛围、铸造校园足球品牌、培养

校园足球苗子奠定基础。

## 二、活动内容

1、足球理论知识。

2、足球基本技术。共分为：运球、控球、过人、传球、接球、头顶球、传接球、射门和抢截球等十个项目。

## 三、社团的组建

以培养学校足球人才为目的，根据学生年龄特点，学校实际组建足球队。

## 四、社团指导老师的安排：

## 五、活动时间安排

每周：

## 六、活动要求

- 1、不迟到、不早退。
- 2、有事有病要请假。
- 3、认真听讲示范。
- 4、刻苦训练，顽强拼搏。
- 5、按质按量完成训练内容。
- 6、树立为校争光的思想。

## 七、具体措施

- 2、严格要求，严格训练。
- 3、按质按量完成训练内容和任务。
- 4、活动中注意安全，以防意外事故的发生。

## 八、活动进度

第一周：学习基本理论知识，了解脚与球接触的各部位。

第二周：脚的各部位，以及各动作符号，脚背外侧运球、颠球、左、右脚背外侧运球。第三、四周：脚背内侧运球，左、右脚背内侧运球、转体180°、接双脚交替后拖球。第五、六周：脚背接、外侧运、颠球。第七周：大腿接、外侧运、颠球。第八周：胸接、脚背接、外侧运、颠球。第九周：单脚足球拨球，行进中单脚挑拨球，单腿侧跨左、右脚后拖球，运球转体180度拖球。

第十周：横拨球、拖拨球，脚背内侧扣球，晃拨球，左、右侧跨跳球，外跨外拨。第十一周：身后拖拨球，脚内侧对传地滚球，脚内侧对传地滚球接身后拨球，脚背外侧对传地滚球。

第十二周：脚背内侧对传地滚球，脚背内侧低传球，脚内侧左右横拨球。第十三周：向两侧接半高球，快跑脚背接半高球，两侧移动，胸部接球。

第十四周：四种头部前额顶球，原地前额顶球，两侧移动、跳起正面顶球。向前跳起额侧顶球，后退跳顶。

第十五周：右脚内侧传、转身向后跑，左脚内侧传、转身向后跑，横转斜面、斜传横插。

第十六周：直传、斜跑接传，斜传，直跑接传，运球脚跟传，

背后插上接传，绕8字运传。

第十七周：割断护球，护球后拖过人，晃扣过人，晃拨过人，左拖右拨过人。第十八周：二过一，背后插上二过一，二过二，小场三打二，七打七。

第十九周：射上角靶心、射下角靶心、射远上角靶心，射远下角靶心，原地顶射靶心，一过一射门，一过二射门。

第二十周：正面抢截球、正面铲球、头顶抢球等。

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇四

体育组--陈紫波

### 一、学期课程目标

- 1、熟悉小足球球性。
- 2、初步掌握足球拨球；拉球；脚内侧传、接球；带球基本技术。
- 3、养成运动习惯激发运动兴趣，发展体能。

### 二、学情分析

根据本校学生的特点，学生平时接触足球的时间比较少，而且足球的基本功不高，平时上课学习足球的课时有限。但是，男生对足球的热情很高，都喜欢足球这项运动，有利于对于足球教学的开展和实施。

### 三、教材和其他课程资源分析

足球运动是一项学生非常喜爱的活动，通过足球活动，引导

学生树立“健康第一”的理念，以新颖活泼的体育活动为载体，培养学生合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展学生个性特长，促进学生身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐的发展，丰富校园文化生活。为丰富校园课余生活，激发学生的运动兴趣，提高学生足球技能，特制定本计划。

#### 四、减负提质措施：

要让学生真正投入到体育课堂中来，就要求教师多动脑、多引导、多激励，抓住学生的兴趣，从学生的直观入手，让学生感受到体育活动和体育课的乐趣，这样才能起到事半功倍的效果。

### 2017—2018学年度年第二学期三年级足球教学进度

#### 一、教学检测及评价

- 1、开展比赛。
- 2、体育测试。

#### 二、学生辅导

- 1、对个别接受能力差的学生多进行辅导。
- 2、学习好的同学帮助学得差的同学，让学生之间相互助。

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇五

为了推动校园足球活动的开展，深入贯彻落实国家体育总局和教育部联合下发的《关于开展全国青少年校园足球活动的通知》精神，配合学校“阳光体育运动”的开展，广泛开展校园足球活动，普及足球知识和技能，增强学生体质，培养学生拼搏进取、团结协作的精神品质，为形成校园足球氛围，

打造校园足球特色学校，结合我校实际，制定以下足球工作计划。

以科学的教育思想和先进的办学理念为理论基础，以增强学生体质，培养学生的拼搏进取、团结协作的体育精神为宗旨，以全面推进素质教育、推进基础教育课程改革为主线，努力遵循“项目特色——学校特色——特色学校——品牌学校”发展轨迹，全面提升学校办学水平，努力打造“办特色校，育特长生”学校优质教育资源，促进每一个孩子的健康快乐成长。让学生了解足球知识、参与足球运动、掌握足球技能，培养参与体育运动的兴趣，树立积极健康的社会形象，是校园足球的终极目标。

1、以球育德：促进学生良好的品质的形成。使学生养成遵守行为规范、积极向上、团结合作、相互帮助的良好品质。学生们在快乐的足球活动中，快乐参与、快乐体验、快乐成长。

2、以球健体：促进学生身体素质的提高。使学生的动作协调能力、反应能力以及身体素质都有明显提高，学生的身体形态、生理机能等得到了很好的发展。

3、以球促智：促进学生学科成绩的提高。使学生在足球运动中养成的良好的意志品质，同时促进其智育的良好发展，实现学生全面素质的提升。

1、在实现足球进校园的基础上实现足球进班级，将足球列为体育课常规教学内容，并确定为小学三年级以上学生的必修课，每周1节。

2、小学一、二年级以趣味足球为主，小学三至六年级以上以班级为单位组建5人制足球队。

3、积极争取，对现有体育教师进行培训，使其达到专业化水平，对其他代课体育教师进行培训，保证其能够胜任足球教



学工作。

4、利用寒、暑假举办优秀队员集中训练班，聘请高水平教练员对优秀后备苗子的训练等工作进行指导，并做到长期化、制度化。

5、开发足球课程资源，将足球教学引入校本课程，编写足球校本教材。开展体育课程的校本化研究，逐步形成以足球为特色的体育教学。建设足球特色大课间。

6、进一步在校内外宣传，并在班级、年级、校园内营造足球氛围，营造浓厚的足球运动氛围。向广大家长宣传创设足球体育特色项目和学生参加足球运动的重要意义，以得到家长充分的支持。建设以足球为主题的校园文化：学校宣传窗设有“足球专栏”，校园广播每周定期播放有关足球的节目。

7、加强制度化管埋。建立一系列足球运动管理制度，保证学校足球体育特色项目的正常开展。每年都认真制订年度工作计划，每学期制订具体实施计划，并及时记录好各项活动的开展情况，做到定期研讨，每学期、每年度做好总结回顾和反思。

8、加大体育设施硬件的投入，为更好的开展足球运动奠定基础。学校每年增添部分足球，保证课堂教学和训练的需要；及时修补损坏地面，确保学生安全的活动；及时添置其它常用体育器材，如球网、比赛用球、记分牌，以保证足球运动的正常开展。

9、努力提高教练员队伍素质，学校每年至少一次有计划地安排教练员参加各种形式的教练员培训，并注意后续教练员的培养，吸收年青教练员参与训练指导。

(1) 抓普及。各班成立男女各一支足球运动队，每队有一个以上足球，利用课余时间经常参加活动。班主任老师做好分

组、辅导和组织活动等工作。

(2) 抓基础。利用体育课、体育活动课等时间进行足球基础教学活动。将活动课的内容重新进行编排，让学生开展以足球运动为主的体育活动。

(3) 抓考核。每学年末学校安排一次学生足球水平考级测试，作为评定学生参加足球训练的阶段性成果的依据，同时开展评优奖惩活动。

味足球比赛，三至六年级比赛采用5人制。

(2) 为了突显学校足球教育活动，展示学校足球教育的成果，开展一系列的足球活动。如足球运动动员大会、学生足球才艺展示、年级全明星对抗赛、师生足球交流、足球知识讲座、评选各类先进等，以促进学校足球水平的提高，提升学校的知名度和办学品位。

(1) 对学校足球队在各种比赛上给与大力支持。

(2) 学校“校园杯”班级联赛评价奖惩：各年级奖第一名，其余为优胜奖，并颁发最佳团队奖一名，每个年级设冠军杯一个、最佳球员、最佳守门员各一名。

领导小组统筹规划学校足球教育发展思路，制定相关评价、管理制度，统筹安排经费投入，为学校足球教育创设良好的发展氛围。领导小组下设办公室在教导处，负责校园足球各项工作的落实。具体负责足球活动策划，营造校园足球氛围，组织班级、年级、校级足球队对抗赛，指导体育教师开展足球训练，协调足球活动有关事宜。

组长：孙玉周

副组长：王群周张占领王永昌田明勋

孟庄镇口张学校

20xx08

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇六

学校继续设立训练点，队员在课余时间将免费参加学校的足球培训，使用学校足球队的训练器材，根据实际情况，男女队各一支(人数每队12人左右)。代表学校参加各级少儿足球联赛，完成和足球有关的各项临时任务。家长与学校签订免费培训的协议。

1、训练时间：周一至周五每天上午6：40-7：20

下午4：00-5：30(冬季大约1小时)

2、比赛任务及活动：

市长杯、区长杯、校长杯等三级联赛。

学校举行的活动□20xx年12月学校足球节。(包括班级足球展示、足球征文、摄影等)

1、学校把以往培养少数足球特长生为目的的足球活动，转变以丰富全体学生校园生活、锻炼学生体魄、培养学生特长的群众性足球活动。规定每周各班都要上一节足球课，任课教师要科学制定教学目标、合理安排教学内容，认真备课上课，加强足球基本功的训练。如：运球绕杆、接球、传接、颠球、射门等，让足球苗子崭露头角，为校足球队启动选拔、组队、集训工作把好资格关。

2、把足球知识进体育课堂，利用体育课进行一些最基本的足球知识教学，并在有条件的情况下组织学生观看足球方面的视频音像。

3、继续完善和进行学校足球队qq空间的建设和管理，及时更新足球队博客上的文章和音像资料，让社会各界和更多的家长了解校队的近况和学校足球活动开展的情况，力争把学校足球队推向更高的一个平台。

4、加强班级足球活动的开展，3-6年级各班要利用足球角、班级博客等形式加大足球氛围的营造，使学生享受到足球带来的乐趣。并建立班级足球队和啦啦队，积极参加学校组织的足球活动。

学校要大力支持教师参加各级足球培训，增强“造血”功能。要求体育教师必须加强足球理论和技术的学习，上好每周一节的足球课。在新的教育思想，新的教育理念的指引下，加大足球校本课程的开发和研究，明确各年龄段的教学方法和教学内容，使校园足球有的放矢的进行。加大校园足球的投入，重点解决足球场的老化和破损情况，争取政府和社会的力量帮扶，争取早日翻新。

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇七

为了推动校园足球活动的开展，深入贯彻落实教育局文件精神，配合学校“阳光体育运动”的开展，广泛开展校园足球活动，普及足球知识和技能，增强学生体质，培养学生拼搏进取、团结协作的精神品质，结合我校实际，制定南京市xxxxxx小学20xx年校园足球工作计划。

以科学的教育思想和先进的办学理念为理论基础，以增强学生体质，培养学生的拼搏进取、团结协作的体育精神为宗旨，促进每一个孩子的健康快乐成长。让学生了解足球知识、参与足球运动、掌握足球技能，培养参与体育运动的兴趣，树立积极健康的社会形象，是校园足球的终极目标。

1、科学、合理地开设了体育课程。

我们在整体课时非常紧张的情况下，明年继续坚持每周每班一节足球课，并从中发现一些优秀“苗子”补充到校足球队当中，为提高我校足球水平奠定基础。

## 2、高度重视对足球训练活动。

成立了不同年龄层次的训练队，为每个队员建立了个人档案，切实保证了每周5次以上的训练量并聘请高水平外教，定期对教练和小球员进行指导。

## 3、精心组织、各类足球竞赛活动。

明年定期举行班级之间的足球联赛和亲子足球活动，家长足球比赛等等大众足球普及活动。

## 4、校园足球文化方面。

(1)、学校利用开展足球手抄报设计评比、足球徽章设计等活动及利用宣传栏宣传学校联赛以及市校园足球联赛成绩的方式进行广泛的宣传，校足球队不断取得优秀成绩使校园内的足球氛围不断地高涨。

(2)、加大足球qq空间的建设力度，使之空间成为学生交流足球心得，展示我校足球风采的开放的窗口。

## 5、走出去，请进来，

(1)、积极参加在南京举行的校园足球各项培训班

(2)、在市足协的推荐下，学校选派教练去全国进行考查学习。

(4)、选派学生参加了市足协组织的夏令营、冬令营足球活动等等。

总之，今后我校将依然以“走进儿童世界，培养世界儿童”为办学理念，团结实干、争创一流的精神，虚心学习和借鉴兄弟学校的成功经验以争创南京市足球特色学校，继续加大足球体育工作的力度，完善足球体育管理，以优异的成绩回报各级领导对游府西街小学的厚爱，抓普及促提高，努力开创我校足球体育工作的新局面。

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇八

### 二、进一步加强校园足球工作的组织领导

全市定点学校要进一步建立健全和完善组织领导，实行校长负总责，分管校长具体负责的工作机制，每学期召开两次由校领导和体育教师参加的工作会议，切实加强校园足球工作的组织领导，全力开展好校园足球活动。

### 三、切实加强专业队伍建设

(一)重视校园足球教练员、指导员队伍建设。每年举办校园足球指导员、教练员培训班，选派优秀的指导员、教练员到校园足球活动开展好的布局城市学习，并给予经费上的支持。对工作成绩优秀的指导员、教练员在评职称、评先、评优等方面给予倾斜，以激发体育老师对校园足球工作的热情。

(二)创建高水平业余运动队伍。对学校领导重视，学校师生参与活动积极性高，在足球联赛上成绩优秀的学校授予“校园足球活动先进学校”称号，并可代表牡丹江市参加各项比赛和活动。

(三)充分调动指导员、教练员的积极性。各定点学校要根据本校的实际情况，认真制定相关方案，尊重足球教练员的劳动，在课时安排上给予倾斜，并按照牡丹江市校足办的要求适当给予补助，充分调动指导员、教练员的积极性，为校园足球工作的发展提供有力保障。

#### 四、精心组织好各级足球联赛

各县(市)区教育局要按照牡丹江市校足办的要求组织好本区的联赛，支持定点学校组织好班级之间的比赛，鼓励定点学校开展学校间的对抗赛和各种形式的比赛。牡丹江市校足办按照全国校足办的要求开展好市级校园足球联赛。通过比赛提高学生的身体素质，培养优秀人才，推动足球事业的发展。

#### 五、积极开展校园足球文化

推广校园足球“阳光体育、快乐足球”理念，在学生中倡导“团结协作、顽强拼搏、勇争一流、报效祖国”的“校园足球文化”，并贯穿到教学中。充分发挥新闻媒体的作用，学校要利用校园广播、足球网、宣传板、开展校园足球节等活动广泛宣传校园足球活动的开展情况，努力营造一个学生热情、老师积极、领导重视、学校支持、社会参与校园足球活动的良好氛围。

#### 六、加强调整对定点学校的考核工作

市体育局、市教育局将联合按照下发的《牡丹江市开展校园足球活动学校评估细则》对定点学校进行考核，对考核优秀的定点学校给予奖励，对考核差的定点学校给予摘牌。建立动态管理机制，促进定点学校对校园足球工作的重视，推动校园足球活动的发展。

#### 七、切实加大对校园足球活动的经费投入

定点学校要在经费上给予支持和倾斜，市校足办也要加大对定点学校经费的投入，对活动开展好的学校给予奖励。积极倡导全社会支持校园足球事业的发展，鼓励企业、社会团体、足球爱好者，从财力、物力、人力等方面给予赞助和支持。充分发挥定点学校自身的协调和统筹的能力，采取多渠道保

证财力的支持。

## 八、逐步完善四级联赛

根据牡丹江市市校园足球工作开展的现状和具体情况，在11月24日联赛第一阶段完成后，正式启动8所高中定点学校开展校园足球活动，并紧锣密鼓选拔6所大学定点校参与校园足球活动中来。努力搭建“小学—初中—高中—大学”的四级联赛体系。四级联赛体系搭建对于我市校园足球事业发展意义深远，只有形成一以贯之的联赛体系，“让足球伴随孩子成长”的愿望才能真正达成。

## 足球特色学校年度计划 足球训练工作计划篇九

(一)振奋精神，勤学苦练，狠抓运动技能，培养勇于拼搏能攻善守的全面型运动员。

(二)系统训练，局部细化，积极提高整体战术素养，抓好身体素质和技术。

### 二、奋斗目标

(一) 完成全年的训练计划

(二) 进入全市前列，力争更好成绩。

### 三、训练的基本任务、内容、要求及手段

(一) 提高队员训练作风、比赛作风。

1. 严格的组织纪律性。

2. 严格的训练质量。



3. 培养良好的体育道德风尚。

4. 培养坚强的战斗意志。

## (二) 严抓体能训练

全面提高队员有氧、无氧、混氧的综合耐力素质。

2. 提高队员的力量素质。

3. 提高完成各种技术动作所需的灵敏、协调能力。

## (三) 提高技术运用能力。

1、提高对抗下的控球能力。

2. 提高快速的传接球技术。

3. 强化射门技术。

4. 发展个人技术特长。

(四) 全面提高球队的战术能力，重点是个人、局部及整体战术。

1、明确个人攻守的职能，进攻和防守原则。

2. 提高个人战术意识和局部2对1、3对2能力

3. 完善提高各种战术套路，形成以4-5-1、4-4-2阵型为主体的攻守平衡式打法。

## (一) 主要训练手段。

1. 体能训练手段：定时、定距的高抬腿跑，后蹬跑，跨步跑，

各种启动跑，加速跑，变速跑，折返跑等；器械负重练习及蛙跳，多级跳，拉伸练习。

2. 技术训练手段：各种颠、控练习，多球连续传控练习，2~3人一组的跑动中传接配合，各种人数相等、不等的传抢练习。

3. 战术训练手段：3对2、4对4、9对9对抗攻守，半场攻守，练习比赛。

四、时期的划分，各项训练任务，内容，训练负荷的安排

训练时期划分表