

# 最新学校足球训练工作总结(优质5篇)

总结是写给人看的，条理不清，人们就看不下去，即使看了也不知其所以然，这样就达不到总结的目的。那么我们该如何写一篇较为完美的总结呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 学校足球训练工作总结篇一

丰富校园生活，增强学生体质，磨练学生意志品质，增强校级之间的友谊和交流，培养学生对足球的兴趣爱好，让每位同学都能得到在绿茵场上一展风采的机会。

XXX

团体项目：五人制足球比赛、九宫格射门。

个人项目：个人运球绕杆。

1. 要求各校组织校内竞赛活动进行选拔，择优报名组队。
2. 竞赛分男子组、女子组，以校为单位组队参赛，各单位可报男、女各一队，运动员必须是同一学校的学生。
3. 每队限报领队1人，教练员1人，运动员10人。

五人制足球赛：

采用国际足联最新审定的《室内五人制足球竞赛规则》，并执行《中国足球协会比赛违规违纪处罚办法》。男生7人，女生3人的方式。比赛时间为30分钟，上半场十分钟、中场休息点球大赛和下半场20分钟，上半场上场比赛的五名队员中必须要有一名女队员，下半场可以都是男生。

中场休息点球大赛，只能替补上场，每人一次共五颗球。

比赛人数各校3男3女，在长30米宽4米的比赛场地，起点到第一个标志杆相距5米，每个标志杆相隔5米的距离，标志杆不低于1.2米，听到开始的口令后开始绕杆，通过最后一个标志杆后在到达终点前必须触球至少一次，人和球都通过终点后计时停止。

各项比赛均取前8名（均颁发奖状）。

- 1、上场队员不准佩带戴手表、项链、耳环等手饰。
- 2、上场队员不准留长指甲。
- 3、上场队员（五人制足球）必须穿帆布胶钉足球鞋。

## 学校足球训练工作总结篇二

- 3、单一的射门训练和接球后的射门训练。

### (三) 守门员的训练

- 1、手型训练。
- 2、自由训练。
- 3、下手球和上手球接法练习。

### (一) 战术训练的目的□培养接球和进攻意识。

- 2、培养阻击和防守方法。

### (二) 战术训练的主要内容

- 1、学习二人一组的传接球和接球后即快速推进，接球后带球过人。
- 2、学习基本的护球和盯人战术。
- 3、在小型对抗中体会什么叫“二过一”，在训练中练习“二过一”的战术。

#### 四、游戏和比赛

##### (一)目的

- 1、通过游戏，提高学生参加足球训练的兴趣。
- 2、通过小型比赛，领会足球比赛方法，培养学生的对抗意识。

##### (二)比赛方法

- 1、一对一、二对二的传接球比赛。
- 2、三对三、五对五的有门踢球比赛。
- 3、开展“五人制”训练比赛。

#### 第二阶段

##### 一、身体训练

##### (一)身体训练的目的

- 1、培养学生的灵敏、速度和跑的能力。
- 2、让学生学习正确的快跑动作。

##### (二)身体训练的主要内容

1、学做简单的专项准备活动。

2、以跑为主的身体灵敏、速度训练，学习快速跑和正确的动作。

(1)慢跑：20米x2□30米x2□要求学生跑的动作准确。

(2)快跑：60米、200米。

(3)曲线跑：用曲线跑绕过障碍，培养学生侧向快速运动，达到灵敏和快速的目的。

(4)变速跑：要求时快时慢跑。

3、跳：学习蛙跳和单足跳。

4、进行游戏比赛。

(一)技术训练的目的

1、继续培养学生对足球运动的兴趣。

2、提高带球能力和运球的技术。

3、用各种手段学习传接球技术。

(二)技术训练的主要内容

1、以带球为主，学习带球的变向动作和过人技术。

2、让学生初步学会二人一组的传接球方法和学习有障碍的传接方法，体会“二过一”传接技术。

3、学习单一射门、接球射门和有阻挡、过障碍的射门技术。

4、学习移动时的传接球。

### (三)守门员的训练

1、继续训练接球手型和倒地接球的护球方法。

2、进行接射门练习。

3、巩固上手球和下手球的接球方法。

4、学习踢手抛球和定位球，要求踢手抛球有指定的落点。

### (一)战术训练的目的

1、培养接球、传球的集体进攻意识。

2、培养防守和站位，增强集体防守意识。

3、通过练习和比赛，提高比赛的实战能力，为参加校间教学比赛做准备。

4、接自抛球练习：脚内侧身侧、底部和头部四个部位接传球。

### (二)战术训练的主要内容

1、学习二人一球传接球和移动传接球的方法。

2、学习有障碍的接球后带球过人及射门技术。

3、练习盯人、堵截和补位。

4、在训练中学习三人一组的“二过一”战术。

5、学掷界外球。

## 四、游戏和比赛

### (一)目的

- 1、通过游戏和小型比赛，让学生初步理解足球比赛的规则。
- 2、通过游戏和小型比赛，让学生学习掷界外球的技巧。
- 3、提高和加强对抗意识，让学生进一步热爱足球。

### (二)游戏比赛方法

- 1、一对一、二对二、四对二传抢球游戏比赛。
- 2、有门的“五人制”比赛。
- 3、本校“七人制”比赛和校间友谊比赛。第三阶段一、身体训练

### (一)身体训练的目的

- 1、通过节奏操训练，促进学生的四肢灵敏、协调能力，提高作的准确性和节奏感。
- 2、在跑动中提高跑动作的正确性。

### (二)身体训练的主要内容

- 1、练习节奏操。可根据学生实际自编节奏操内容。
- 2、加强短跑叨米训练。
- 3、折回跑，15米x2□15米x4直线跑训练和曲线跑训
- 4、耐力跑练习：每周一次，每次跑200米——400米。

5、下肢韧带练习和训练结束后恢复身体的放松练习。

### (一)技术训练的目的

- 1、通过带球和带球变化，提高带球和运球的节奏。
- 2、在传接球训练中加强一脚出球、二脚出球的准确性和分量，同时培养学生在运球时开阔视野。
- 3、通过对墙踢球和射门训练，让学生进一步掌握正确的脚法，尤其是摆动脚的方法。

### (二)技术训练的主要内容

- 1、有节奏地快速带球。
- 2、练习快速带球时的球向变化和继续带球。
- 3、开展人一球传接球活动。
- 4、对墙踢球和射门训练。重点练习摆动脚的摆腿和触球的脚型及出球的力量。
- 5、掌握一人一球的自控球动作。
- 6、学习接自抛球的七个动作，即：脚的内侧踢球、外侧踢球、底部踢球和背球、头球、胸球、腿球。

### (一)技术训练的目的

使学生树立战术意识，初步掌握传接球和各项战术训练的基本技能。

### (二)战术训练的主要内容

- 1、学习二人一组和三人一组在跑动中交叉传接球战术。
- 2、学习个人突破战术。
- 3、学习二人一组传切射门战术。
- 4、练习沉底传中和包抄战术。
- 5、练习掷界外球战术。
- 6、学习比赛中常用的盯人防守和后插上战术。

#### 四、游戏和比赛

##### (一)目的

- 1、通过小型对抗性游戏，增强学生参加比赛的欲望。
- 2、通过自行练习比赛，认识位置职责和加强配合的重要性，提高战斗力。
- 3、通过校间教学比赛，让学生认识到，只有全面地掌握和运用好技术战术才能使比赛取胜。

##### (二)游戏内容和比赛方法

- 1、一对一射门游戏。
- 2、四对二传。
- 3、三对一十传球(二脚出球)。
- 4、五对五足球比赛(小门)。



## 学校足球训练工作总结篇三

我校自足球活动开展以来，在学校领导的正确指导下，汲取市三小的办学经验，为推广校园足球活动提供了榜样和经验。

### (一) 真抓实干，使开展校园足球工作落到实处

我校在开展活动中狠抓以下几点：一是抓活动前的培训工作，开

展青少年校园足球活动培训班，二是抓活动前的报名、注册、保险工

作，按照全国校足办的要求，组织专人负责，边学边干圆满规范地完

成了学校的注册、报名、保险工作，举办校指导员培训。

### (二) 建立完善的青少年校园足球联赛组织机构

#### 1、成立联赛组委会

体育组长担任组长，体育教师全面负责的制度。建立健全了高效

的工作机构，严格按照全国校足办对联赛的统一要求操作。

#### 2、全力以赴做好各项服务工作

我校足办抽调体育教师专职承担校园足球服务工作，我们首先提

出了开展校园足球活动能够给孩子们成长带来什么为命题让大家进

行讨论，使大家统一思想，把自己的情感和对孩子们的爱倾注到校园

我们对在校园中开展足球活动充满了信心，因为它已成为孩子们

生活的一部分，成为他们茶余饭后谈论的话题，甚至会对孩子们的健

康成长产生重大影响，我们在工作中主要有以下几点体会：

(一)争取领导对校园足球的重视

## 学校足球训练工作总结篇四

在飞速发展的当今社会，注重学习是使自我不被社会所淘汰的最有效的手段。本学期，我认真参加了校内外各种学习与培训。经过学习文件，参与活动，我深刻明白了作为一名体育教师，干好本职工作，做学生的表率，模范执行校纪校规，才能真正实践“\_\_”的重要思想，才能真正坚持教师在学生中的先进性。活动结束后，我详细作了记录，真正提高了自我的思想认识。

其次，进取参加业务学习。平时，我能进取利用课余时间，认真学习学校订阅的《小学体育教师》、《中国学校体育》等教育类刊物，从刊物中汲取营养，领略教育改革的趋势和方向，学习他人的成功经验，移植到自我的教学中去，到达事半功倍的效果。同时，认真学习了《小学体育教育课程改革纲要》，对课改要求有了一个全面的了解，促使自我彻底改变陈旧和落后的教育观念。

二、尽心尽职，干好本职工作。

体育教学是学校的脸面，我担任二年级体育教学工作，深感

肩负职责之重大，虽工作繁杂，但不敢懈怠，唯恐有负家长和学生。为此，我从以下几个方面努力提高教学质量。课前，我能认真学习《大纲》，钻研教材，根据本班学生特点，对教案后进生认真的辅导。

其次，教学中培养学生良好的学习习惯，培养学生的兴趣，让学生在必须中发现兴趣，带着兴趣上课，鼓励学生大胆尝试，在教学中营造兴趣浓厚学习氛围等。再次，在教学中渗透德育，充分利用教材中的好的资料进行思想教育，培养爱祖国、爱社会的情感，力争做有梦想、有道德、有文化、有纪律的一代新人。

第二，教学中能面向全体学生，注意发现学生的闪光点，多表扬鼓励，让学生在简便、愉快的气氛中获取知识。

在做好教学工作的同时，我还进取做好分管工作。体育工作的好坏直接关系到一个学校办学水平评估的好坏。所以，要提高办学质量，提高学校的知名度，就必须努力提高学校的体育比赛成绩。为此，开学初，我就结合本校学生的实际情景制订了一份详细的体育工作计划，合理做好各班的教学分工。组织体育教师一齐制订好训练计划。同时，学校领导组织全校体育教师召开了一次体育工作会议。经过学习，让全体教师充分体会到学校体育工作在学校教育工作中的重要地位，督促学生上好每一堂体育课。同时，进取开展好群众性体育活动。四月份，体育组认真组织、精心安排，成功举办了本年度春季田径运动会，既丰富了学生的课余生活，同时也为县运会选拔了一批后备人才。

第三，狠抓体育兴趣小组管理，全面提高运动水平。在运动员管理上，既要体现“严”字，又要有爱心。学期初，我就针对各组的实际情景，制订了一套各队考核奖励制度，对运动员的出勤、训练情景及比赛情景进行全面考核，每周一进行总结评比，全面提高了训练效率，平时，我能协助各运动队交流，谈心，关心他们的学习和生活，不放过任何一个能

够教育的机会。针对队员们的学习成绩下降，训练时间不能够保证等现象，进取做好与班主任、任课教师的交流，极力争取他们对训练工作的支持。在我的不懈努力下，训练工作逐渐走上了正轨。

第四，做好各班的两操考核工作。每个周末，能评比各班的两操，认真填写每周考核表，对考核中发现的问题，能当面提出批评，督促学生改正，绝不姑息迁就。在全体班主任教师的大力支持下，能做到教学井然有序。

三、严格执行学校常规，做学生的表率。

一学期来，我能认真履行岗位职责，严格遵守学校规章制度，坚持早到校，晚离校，陪同兴趣小组参与训练，自始至终认真做好工作，坚决服从上级安排，做好各项工作，与学生搞好团结。

四、体育成绩有得有失，任务尚很艰苦。

本学期，经过多方努力，学校体育工作有了必须成绩，可是与一些好的学校相比尚有差距，兴趣小组尚需加大训练力度，克服种种不利因素，力争在接下去比赛中为我校赢得光荣。

一个学期以来，在广大教师的热情支持和大力帮忙之下，我所负责的各项工均能顺利开展。但回顾以往的工作，发现问题仍有不少，如工作的计划性不强，效率不高，工作中不够细心，惰性思想较为严重，希各位教师一如既往地关心、支持我，帮忙我，使我和我们学校的体育工作能跃上一个新的台阶。

## 学校足球训练工作总结篇五

足球是世界第一运动，在我校也是有着光荣传统的，我校一直很重视足球运动的开展，因为孩子们非常热爱足球运动，

足球运动对发展青少年成长的全面发展非常有益。我校教师经常带动学生进行足球运动，并常组织教师和学生进行足球友谊赛，毕业班足球告别赛和足球教学赛等活动，去年十一月份我校还成功举行了初一学生雪地足球赛。参加牡丹江校园足球启动仪式后，我校领导更加重视校园足球工作的开展，迅速召开了工作会议，落实上级有关精神，布置我校校园足球工作。

制定了我校校园足球工作目标，并强调广泛开展校园足球活动，普及与提高相结合，训练和比赛相补充，提高体育意识，以校园足球为契机，全面推动体育工作，普及校园足球知识，完善足球联赛制度，树立“终身体育”意识，培养全面发展、特长突出的人才。

校领导对我校校园足球工作非常重视，逐渐添置校园足球设施、设备，焊制了小足球门，购买了80套足球对抗服，二十多套足球比赛服装，足球守门员装备，20个橡胶路锥，并购置了足球教材和大量的足球以供足球课和足球活动使用。为不断提高我校足球教练员水平和能力，多次派出足球教师出去进行培训学习，请体育局领导和专业足球教练对我校进行指导和培训，提升我校校园足球工作；给校园足球教练员发放了训练补助，提高其工作热情和积极性，使其更有干劲。

1、我校积极主动进行校园足球工作，成功承办了xx市青少年足球进校园启动仪式，在我校连续召开了xx市校园足球工作现场会、推进会，取得了预期效果，极大地推动了我校校园足球工作。

2、启动仪式后，我校马上举行了校园女子足球五人制联赛，各班级都组建了自己的足球队，并能坚持训练和活动，积极参加比赛，同学们对足球的热情高涨，通过比赛提高了足球水平和意识，增进了师生间和同学间的感情，也增强了班级凝聚力，锻炼了自己的身体，提高了体质。

3、组建了校园足球代表队，并坚持按时训练，并积极和队员家长沟通，得到了家长的认可和支持，队员们积极刻苦地训练，平时每周三次集中训练，假期每天坚持两次训练，不断提高体能和足球技战术，足球教练员能不断总结和主动提高自己，花费心思对每一名校园足球队员制定训练计划，有针对性地进行训练，队员们不断提高，成长迅速。

4、成功举办了xx市三校校园足球邀请赛，队员们冒着雨，顶着风，奋战在泥泞的足球场上，虽然浑身浇的湿透了，雨水挡住了视线，但是没有一名队员退缩，没有一名队员抱怨，并取得了理想的成绩，这也是对我校校园足球队的考验，更是对教练员和队员的一次难得的训练，教练员和队员不断壮大自己，更加成熟。

5、经过刻苦训练和不断提高，我校校园足球代表队参加了2012年度牡丹江市校园足球联赛，经过队员们的奋勇拼搏、激烈战斗，教练员的科学指挥和运筹帷幄，我校校园足球队喜获硕果，男子足球队获得了牡丹江市校园足球联赛初中组第四名，女子足球队获得了牡丹江市校园足球联赛初中组第三名的好成绩，这是我校领导合理调控、高瞻远瞩的肯定，是我校校园足球教练员辛苦努力的结果，是我校校园足球队员精诚团结、艰苦拼搏的回报。

6、校园足球体育课不断拓展，每月至少一次足球公开课，通过足球公开课普及足球知识和提高足球技能，同学们深深地爱上了足球运动，并吸引了更多的学生投身到校园足球活动中来，参与足球活动的人数不断增加。

我校校园足球工作扎扎实实，踏踏实实，开展得有声有色。取得了一定的成绩，但是也有不足和遗憾。

1、校园足球工作制度还需健全，工作方案仍需完善，力争更科学合理。

2、经费投入仍需加大，不断购置足球器材、设备设施，以满足同学们足球活动的需要。

3、加大校园足球人员的投入，两名体育教师主抓校园足球工作显然有点儿人单势孤，难免照顾不全，下一步要增加人员，齐抓共管。

4、校园足球教练员的专项水平和能力仍需提高，下一步要经常组织培训和学习，提升他们的足球技战术水平、训练执教水平，不断积累经验，将我校校园足球工作开展的更有成效，更有特色，更上一层楼。