

最新足球教练工作计划 足球训练工作计划 (汇总6篇)

当我们有一个明确的目标时，我们可以更好地了解自己想要达到的结果，并为之制定相应的计划。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分配。这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

足球教练工作计划 足球训练工作计划篇一

足球运动是我国体育的弱项，要想提高足球运动的整体水平，关键还是要从小抓起，增强青少年体质，培养足球运动兴趣。

一、指导思想

20xx年新学年到来之际，为开展丰富的学生课余文化生活，活跃校园文化气氛，积极开展素质教育，树立“健康第一”的生活理念，更好地贯彻学校的教育方针、培养学生对体育运动的兴趣，促进学生身心健康，增强学生体质，发展学生体育特长，调节紧张的学习气氛，丰富学校文化生活，推动我校足球运动的开展，进一步提高足球队员的技战术的水平。特组织成立足球兴趣小组，制定20xx学校足球运动训练工作计划。

二、教学目标

- 1、通过对足球技能的学习，培养学生对足球运动的兴趣。
- 2、在运动实践中体会足球的配合意识。
- 3、充分利用足球运动的竞争性强的特点有效地锻炼身体，促进身心健康，培养集体主义精神。

4、进一步提高足球队员的技战术的水平，为足球运动早日成为我校的特色之一做准备。

三、教学措施

(一)训练时间

每周一、三、下午活动课，训练时间为1个小时。

(二)训练原则

1、队员应准时参加训练，不得无故缺席。

2、坚持在不影响学习的情况下进行训练，努力做到训练学习两不误。

3、队员们在训练中发扬吃苦耐劳和团结合作的精神。

4、有目的，有计划的针对队员身体情况提高他们的技，战术能力。

5、在训练中注重个人技术的训练，以及队员配合的训练。

6、在身体，技战术训练的同时更要注重队员心理和智力的训练。

具体训练计划及内容

第一阶段

一、身体训练

(一)身体训练的目的

1、使学生热爱足球。

2、培养学生反应灵敏。并提高身体素质。

(二) 身体训练的主要内容

1、做徒手操

2、以跑为主的训练。

(1)慢跑：15米x2[]指导学生跑的动作。

(2)快跑：10米x2[]15米x2[]要求跑的动作正确。

(3)曲线跑：培养学生的灵敏。

(4)自由跳：培养学生的后蹬方法。

二、足球技术训练

(一) 技术训练的目的

1、训练学生熟悉球性。

2、让学生准确掌握技术动作要领。

(二) 技术训练的主要内容

1、以带球为主，在带球中学习基本技术动作和带球方法。

2、让学生初步接受和学习传球、接球方法。

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。
- 4、踢手抛球训练。

三、足球战术训练

(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。

二、足球技术训练

(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。

三、足球战术训练

(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。

二、足球技术训练

(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。

三、足球战术训练

(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)。

足球教练工作计划 足球训练工作计划篇二

为贯彻落实《国务院办公厅转发教育部等部门关于进一步加强学校体育工作若干意见的通知》（国办发〔20xx〕53号）和国家体育总局、教育部《关于加强全国青少年校园足球工作的意见》（体青字〔20xx〕12号）和省教育厅、省体育局《关于在全省学校广泛开展青少年校园足球运动的通知》（鄂教体艺〔20xx〕4号）等文件的精神，全面推进我市校园足球的发展，特制定本行动计划。

以党的十八大和十八届三中、四中全会精神为指导，以增强学生体质，培养拼搏进取、团结协作的体育精神为宗旨，以校园足球运动为载体，大力普及青少年足球基础知识和技能，深化体育教学改革；加大优秀校园足球教练员、裁判员和运

动员培养力度；建立健全有利于提高校园足球水平、足球人才成长的机制；打造校园足球特色文化，推动校园足球广泛深入持久开展。

1、有场地。全市目前拥有170块各类足球训练场地。其中11人制足球场7块，7-9人制场地有42块，7人制以下场地场地121块。

2、有师资。目前全市共有专职体育教师186人，兼职体育教师606人，其中足球专业毕业教师3名，有足球爱好并掌握足球运动基本技能的教师50名。同时，近几年新招的体育院校毕业教师通过专业培训能基本担任足球教学工作。

3、有氛围□xx高中足球队长期代表xx市征战xx市各类运动会，并一直保持骄人战绩，其中在20xx年获xx市第三届运动会足球赛亚军，该校足球氛围浓郁，有很好的发展前景和工作基础。另外实验高中□xx中学、实验中学、实验小学□xx二小□xx小学□xx小学等学校都建立了各自足球校队，形成xx足球人才的梯队基础。

建立政府支持、学校主体、部门协作、社会参与的校园足球管理体制；健全完善保障机制，不断增强足球运动经费、师资、场地等基础保障能力，形成各方支持青少年足球运动的良好氛围；推动全市中小学校校园足球活动蓬勃开展，形成校校有足球队、班班有足球队、人人都参与的足球氛围；创建一批国家、省、市校园足球特色学校；建立市、片、学校三级竞赛体系，广泛组织学生开展多层次、多样化的校园足球活动和竞赛。

1、强化校园足球文化建设，着力打造校园足球特色

大力推广和普及校园足球活动，把校园足球活动作为学校教育的重要内容，纳入体育课程教学体系，以足寓德，以足育智，形成“热情、参与、合作、拼搏”的校园足球特色文化，

为喜欢足球和有足球特长的学生提供学习、训练和比赛机会。在校园足球活动普及的基础上，按照比例科学、结构合理和有效衔接的原则，遴选一批工作基础较好、积极性较高的中小学校，分期分批进行重点扶持，创建校园足球特色学校。自20xx起启动实施“校园足球特色学校”建设计划，通过三年时间，力争创建成各级校园足球特色学校75所，其中，国家级10所、省级15所□xx市级20所□xx市级30所。校园足球特色学校要把足球列入必修课程体系，每周至少组织3次以上以足球为主要内容的体育课、大课间或课外活动；建立好校级足球队和不同年龄的梯队，并在有条件的幼儿园建立足球兴趣小组，真正做到足球从娃娃抓起。

2、完善校园足球竞赛体制，创办地方特色赛事

将校园足球竞赛纳入中小学校体育比赛年度竞赛项目，自20xx年起全面建立市、片、学校三级联赛体系。足球特色学校每年要组织班级、年级联赛以及校际对抗赛，积极鼓励以中心初中为单位举办小学、初中的校际足球邀请赛，并形成制度。根据地域远近划分片区，建立片区联赛制度。片区联赛冠军队参加全市比赛。全市冠军队代表xx参加xx市、省以及全国的青少年校园足球赛事。时机成熟时每年举办一次全市教工足球赛。

3、加强师资队伍建设，加快专业人员成长

引进1-3名足球专业人才成立足球技术组，足球技术组作为xx市校园足球工作的技术支撑，技术组以最新的足球理念和方法指导xx足球教育基础工作，培训现有的师资力量，形成一个具有专业足球水准的大型教师（或教练）团队。此外，教育局将会同人社局、文体新局等有关部门，根据校园足球活动开展的需要，多渠道、多形式地逐步配齐学校足球专业教师，加快建设一支专、兼职相结合的足球教师队伍，争取用一年时间确保每所校园足球特色学校至少有1-2名教师达到合

格足球教练员、裁判员水平。教育局将鼓励普通体育教师通过研修学习获得国家认定的足球教练员、裁判员资质，提高专业技能，从事足球教学；鼓励有条件的学校聘请外籍教练员和聘用高水平教练员、足球退役运动员执教，专（兼）职从事教育教学、业余训练和专业技术指导。市教育局和文体新局结合将在三年内完成中心小学以上校园足球教练员、裁判员培训工作，并派遣相关老师参加市级以上的骨干培训。

4、深化体育课程改革，推动校园足球健康发展

全力构筑具有xx特色的中小学校园足球课程，着重以提高学生体质健康水平、掌握足球运动技能水平和健全青少年人格三个方面构建课程内容、结构、方法、评价及管理体系，力争至20xx年，全市所有中小学每周开设一节足球课，同时，将足球活动引入大课间操，达到“人人爱踢足球、人人会踢足球、人人能赛足球”的目标。

上述重点工作分三个阶段实施：

第一阶段（20xx年4月-12月）

- 1、健全校园足球领导机构。成立xx市校园足球领导小组，召开领导小组工作会议，明确工作、职责分工。
- 2、做好校园足球教练员、裁判员的业务培训。实施相关培训项目，重点加强校园足球教师、教练员、裁判员人员的培训，全面提高我市体育教师实施校园足球活动的水平。完成130人次的足球教练员、裁判员培训，确保中心小学以上的学校足球训练和教学正常开展。
- 3、创办地方特色校园足球赛事。以实验中学每年举办的“实英杯”为蓝本，组织xx市第一届中小小学生足球赛，小学为30分钟5人制足球赛，初中为45分钟7人制足球赛。同时，创造条件开展校、片、市校园足球“三级联赛”和邀请赛、对抗

赛，形成“生龙活虎踢足球”的校园足球活动氛围。

4、构建校园足球文化体系。开展校园足球教育活动，其最终目的就是形成一种“热情、参与、合作、拼搏”的足球特色文化，要把这种文化精髓融入到学校的管理、课堂、活动等各方面的工作中，用特色文化提升学校的整体办学水平。

以xx市xx高中、实验中学、实验小学等龙头校园足球特色学校为试点，研究、制定、推进校园足球文化课程建设，并在全市逐步推广。

5、加大经费投入，根据xx市首届中小學生校园足球联赛的实际情况和xx市校园足球三年发展规划，筹集开展校园足球活动的专项经费□20xx年拟定100万元。

7、开展足球特色学校评选，创建3所国家级校园足球特色学校，7所xx市级足球特色学校，成立xx市中小学足球队，备战xx市校园足球赛。

8、开始积极筹备创建全国第一批“优秀校园足球县市”相关工作。

第二阶段□20xx年1月—12月）

1、继续推进中小学校园足球课程体系建设，加强对高水平人才的培训。完成第二轮200人次校园足球教练员、裁判员培训，确保每所校园足球特色学校至少有2名教师达到合格足球教练员、裁判员的水平。

2、举办首届中小学校教职工校园足球联赛和xx市第二届中小学校园足球赛。

3、适时召开现场会，推进校园足球文化建设。

4、有效利用校园足球活动专项经费，加大对成果显著校园足

球特色学校奖励的力度。

5、鼓励更多中小学校参加国家、省、市校园足球比赛，力争取得好成绩。

6、制定《xx市校园足球特色学校评价标准》，开展足球特色学校创建，创建6所国家级足球特色学校xx市足球特色学校8所。抓好xx市中小学足球队的建设。建立运动员档案，制订好训练计划，做好训练记录，抓好市队的日常训练。

7、建立足球人才输送机制，对在校园足球活动中涌现出来的足球苗子或代表市队参加市级或省级足球比赛拿下好名次的优秀球员，给予奖励，并积极向高等院校输送。

8、申报全国校园足球运动特色县市

第三阶段（20xx年1月—12月）

2、联合xx市足协、市文体新局，举办首届家长校园足球邀请赛，提升社会对校园足球的关注度。组织第三届中小學生校园足球赛。

4、全面完成各级校园足球特色学校的创建工作。

5、鼓励有条件的中小学校参加更高层次的校园足球赛事，并取得更好的成绩。

6、进一步加大对校园足球的支持力度，专项经费有较大幅度增加，对在校园足球活动中做出贡献的个人和学校进行阶段性表彰和奖励。

7、制定好第二个xx市校园足球三年发展规划。

1、加强组织领导

成立由市政府分管副市长任组长，政府办、教育局、文体新局、发展改革委、财政局、人社局、规划局、总工会、共青团市委等部门相关负责人为成员的xx市足球工作领导小组，领导小组负责全市校园足球的管理、协调和指导。领导小组下设办公室，办公室设在教育局，由分管副局长任办公室主任。各中心初中（学校）也要相应成立领导小组和工作专班，负责本辖区校园足球的开展。

2、加大经费投入

加大对校园足球场地设施建设、教学训练、师资培训和组织竞赛等方面的支持力度，三年内校园足球专项经费支出不少于500万元。各校园足球特色学校每年的专项经费不少于10万元，一般学校不少于5万元。教育局和文体新局从教育经费、体育彩票公益金等方面安排专项资金，支持校园足球特色学校开展教学、实施集训、组织竞赛等工作。积极鼓励企事业单位、社会团体和个人通过多种形式捐赠和赞助校园足球活动。

3、健全激励机制

积极探索和建立激励学生长期参加足球学习和训练的机制。要把学生足球特长水平纳入学生综合素质评价，形成档案。要做好学生运动员足球等级认定工作。要将教师组织课外足球活动、课余足球训练、竞赛等纳入教师工作量。要完善足球特长运动员成长通道，形成一个从小学到初中、再到高中，甚至大学各学段打通的培养机制。

4、加强风险防范

要加强运动安全管理，完善安全教育培训、活动过程管理等校内外足球活动和竞赛的安全管理制度，建立健全学生校园足球运动意外伤害保险制度，提高校园足球安全保障水平。对所有参加校园足球联赛的运动员实行统一购买校园足球运

动意外伤害保险，在购买中小学校校方责任保险和学生意外伤害保险的基础上，探索设立xx市校园足球活动风险防范保障基金。健全校园足球工作法律支持体系，建立校园足球活动项目家长知情同意制度，发挥家长委员会对校园足球及学校体育工作的支持监督作用。最大限度降低校园足球活动安全风险，解除学校、体育教师、家长的后顾之忧。

5、强化督导评价

按照《xx市校园足球特色学校评价标准》对考核优秀的学校给予奖励，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”，并推荐参加市级以上各项赛事活动。适度增加年度学校体育工作综合评估考核的权重，对校园足球特色学校建立动态管理机制，全面促进和推动校园足球活动的健康发展。

6、营造足球氛围

加强校园足球宣传，营造良好校园足球氛围。通过各种媒体和形式，广泛宣传开展校园足球活动的重要意义，大力宣传开展校园足球所取得的成效，形成正确的舆论导向和良好的社会氛围，为开展校园足球活动创造有利的社会环境和舆论环境。

足球教练工作计划 足球训练工作计划篇三

- 1、培养学生对足球运动的兴趣和爱好，积极参与足球运动。
- 2、使学生初步了解足球运动的基础知识，掌握几项足球运动的基本技术和简单战术，并能在比赛或游戏中运用。
- 3、发展学生的奔跑能力，增强速度、力量、耐力等身体素质。
- 4、通过足球游戏和比赛，培养学生的合作意识，改善心理品

质，提高社会适应能力。

1、讲究教学方法，加强学法指导

3、教师在教学过程中应充分考虑学生的心理特点，创设良好的`学习氛围，建立新型的师生关系。

4、加强思想渗透，寓思想教育于教学之中

5、关注学生的身心健康和社会适应能力的发展

1、足球运动的基础知识：了解足球运动的起源、发展、特点、功能、比赛场地以及基本竞赛规则(比赛时间、比赛进行、死球、计胜方法、越位、犯规、任意球、角球、球门球、点球)。

2、踢球技术：正面踢球;脚背内侧踢球;脚背外侧踢球。

3、接球技术：脚内侧接球;脚背正面接球;脚掌接球;大腿接球。

4、运球技术：脚内侧运球;脚外侧运球。

5、头顶球技术：前额正面顶球;前额前面顶球。

6、足球游戏及教学比赛。

足球教练工作计划 足球训练工作计划篇四

永兴县湘阴渡中学是一所农村中学，位于省道s212旁边，学校占地54100平方米，运动场面积共18422平方米，建有环形跑道、直跑道、篮球场、足球场等活动场所。学校现有22个教学班，学生1438人，体育教师专职教师3人，兼职体育教师若干。

以全面推进素质教育为方向，以深化课程改革为核心，以加强教师队伍建设为关键，以增强学生体质、提高学生整体素质为根本目标，强化普及促提高，全面提高促特色，大力开展校园足球活动，全面提升我校的竞技水平和管理水平。

形成学生体质普遍增强、竞技水平不断提升、足球特色魅力日益彰显、装备设施日趋完善的学校发展新格局。

1、通过三年左右的时间，在学识体质健康整体合格率保持在90%的基础上，优秀率达到15%。

2、培养学生良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式。积极开展“体育艺术2+1”项目认定评价活动，使50%的学生掌握一定的足球技能。

3、建设一支以专职教师为主、结构合理、数量和质量都能够满足体育教学、课外体育活动和体育课余训练需要的体育教师队伍。

4、在全面普及的基础上不断彰显我校足球特色，做到人人有足球、班班有球队。定期开展校园体育节、班级足球联赛；积极开展各级各类的学生体育竞赛活动；做好每年一次的暑期足球夏令营活动。

5、严格按标准配齐体育教学器材，保持和提高学校体育常规器材保障水平，特别是校园足球活动所必须的装备器材。加强学校体育专项运动场地设施建设，建好标准化塑胶跑道和足球场、篮球场等。

1、加强校园足球工作领导，建立完善的足校工作管理制度和运行机制。

2、将《足球》课的教学列入学校教学工作计划，并从教学内容、教学组织、教学评价等方面做深入研究，尽快建立科学

的有学校特色的足球教学管理体系。

3、学校校长是校园足球工作第一责任人；班主任是校园足球的组织者，负责监督班级落实国家规定的课程要求；体育教师是校园足球活动的指导者，要切实履行职责上好每一节足球课和训练课，及时报告学生足球发展状况；其他任课教师要提高课堂教学效率，关心每一个学生的健康成长。

4、加大校园足球经费投入，完善学校足球活动设施设备。设立校园足球专项经费，主要用于开展活动、发展项目、添置体育设施、奖励先进等。

足球教练工作计划 足球训练工作计划篇五

孩子是家庭的希望，祖国的未来。关心孩子成长，首先要从关注他们的身体健康素质开始。我校认真贯彻中央关于《关于加强青少年体育工作增强青少年体质的意见》，落实《全民健身计划纲要》，全面实施《国家学生体质健康标准》，在极为有限的条件下，切实提高学生身体素质。

《标准》是国家对不同年龄阶段学生个体在体质健康方面的基本要求，实施《标准》是全面推进素质教育，激励学生积极参加体育锻炼，促进青少年学生身心健康成长的重要举措。学校高度认识增强青少年体质、促进其健康成长的重要性，切实加强组织领导，把《标准》的实施作为全面推进素质教育的重要工作，列入议事日程，并结合学校实际认真组织实施。

我校以全面实施《学生体质健康标准》，加强学校体育课程建设，大力推进体育大课间活动，同时把推广全民健身与提高体育工作实效相结合，让全体学生认识到：拥有健康才能拥有明天，热爱锻炼就是热爱生命。使学生养成积极主动的体育锻炼习惯，提高学生的思想道德素质，文明礼仪素质，推进校园文化建设。将快乐体育，趣味体育引入体育活动，

强化活动的领导与管理，并建立各项管理制度，在活动的内容与形式，过程与评价上形成有效管理。充分挖掘校内外多种体育资源，不断丰富和开展活动的内涵，不断提高活动水平。

首先是重视体育课的教学效率，体育课可以对学生有组织、有系统的体能、技能训练。我校把体育课教学和语、数学科放在同等重要位置来抓，一是科学安排课表，保证按量开足，二是加强体育课教学常规检查，杜绝随意、放羊式教学；经常深入课堂，听课、评课，予以指导，注重学生的体能训练，真正把学生的锻炼落实在体育课上。三是结合学校跳绳特色活动，创编“绳舞飞扬”校本教材，本学期以构建高效课堂为契机，选择“花样跳绳”教学作为提高体育课堂教学质量的切入点，以“花样跳绳”研究来促进教师的专业发展。学校还给体育教师提供和创造学习、培训的机会，聘请专业跳绳教练规范跳绳技巧。让他们不断地充电，不断提高业务水平。

第二是精心设计“阳光体育大课间”活动。包括“绳彩飞扬”跳绳活动、“七彩阳光”广播操、自主创编的“韵律绳操”三部分（遇到阴雨天不能进行正常室外活动时，各班由班主任自行在教室进行室内游戏），在班主任的协助下，做到组织有序、锻炼有效。学校还要求班主任结合家长开展校外阳光体育运动，让学生形成良好的体育锻炼习惯，切实提高体质健康水平。每一项活动都做到了有计划、有预案；有过程、有记载；有总结、有评比；确保活动收到实效。

再次是组织好体育活动。每学年我校都开展跳绳运动会、亲子跳绳比赛，从运动中展示学生优良的精神风貌，从而也培养了学生积极向上、团结进取的个性品质。定期开展晋级活动，通过“绳斗士封号达标”等活动，对达到不同水平的学生和集体授予相应级别的“xx绳斗士”与“xx战队”称号，鼓励学生不断努力，跳出水平、跳出风采，增强体育活动趣味性，感受运动的快乐。今年将举办首届“跳绳节”，将丰富

多彩的文化、体育活动与“跳绳”这一主题结合，开展相关的竞技、征文、绘画、表演等活动，多角度展现跳绳的风采，丰富学校跳绳活动内涵和孩子的校园生活，从而形成规范的有特色的传统活动。

我校根据国家颁布的中小学生体质健康标准，按照检测项目对我校学生体质健康状况进行了检测，同时对我校学生的锻炼情况、体育兴趣爱好等社会信息进行了调研，并根据检测和调研结果采取了相应的措施。

2、建立特殊档案。对特殊体质状况的孩子建立特殊档案，一类是有特殊疾病的，三年级学生中三甲班有4人（特殊疾病）、三丙班1人（骨折）不能参加剧烈运动；二是生长发育过缓或过于肥胖的。对特殊学生进行特殊的锻炼要求。

增强青少年的体质是学校教育义不容辞的责任，我校体育工作的开展立足当下，放眼未来，通过阳光体育运动，鼓励学生走向操场，走进自然，走到阳光下，培养学生掌握至少两项日常锻炼的体育技能，培养终身体育意识，养成自觉进行体育锻炼的好习惯，真正做到为孩子成长奠基！

足球教练工作计划 足球训练工作计划篇六

1. 以球育德，促进幼儿良好的意志品质的形成。

足球作为一项竞技运动项目，既需要团结协作，又需要遵守球场规则，既能共同分享成功的喜悦，又能勇敢地面对挫折。充分运用足球的育人功能，使队员们养成遵守规则、团结合作、积极向上、勇于拼搏的良好品质。

2. 以球健体，促进幼儿强壮体魄的形成。

足球运动对幼儿身体素质的提高是十分有益的。球场上的奔跑，运球盘带，各种动作技巧等是平时刻苦训练的积累，足

球游戏、足球团体操、足球啦啦队队操等都能活跃身心，增强幼儿的动作协调能力、反应能力，提高身体素质。

3. 以球促智，带动幼儿全面发展。

强健的体魄、良好的意志品质是智育发展的基础，足球运动，足球文化为智育的发展提供了良好的土壤。