

2023年足球活动心得体会(汇总9篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

足球活动心得体会篇一

1. 足协招新:目的在于招收一些同学进入足协,壮大足协的阵容,提高大家对足球的兴趣.意义在于更加有利于足协开展活动和举办活动.
2. 定期组织会员踢球锻炼:通过踢球,丰富大家的课余时间,缓解紧张的学习压力.同时有利于大家相互之间的交流,提高会员的足球竞技水平.
3. 组织一次四人足球赛:四人赛是以班为单位出队,旨在加强班内的协作精神,丰富大家的课余活动.使得同学们有更多的机会一起活动,加强沟通.
4. 选拔优秀会员参加汕头大学足球比赛:参加汕大的比赛,可以加强与外学院之间的交流.从而提高自身的水平.为学院争光.

活动计划(含项目、具体内容或规则、时间、地点、人员范围、人数等)

1. 足协招新:社团之夜当晚,足协将会摆开摊位招新,同时还会播放一些精彩的足球视频,举办一下小型的活动来助威.活动期间,将会对一些会员给予一些小礼物的奖励,以提高大家的积极性和观赏性.活动时间为10月27号晚上,于宿舍楼下的篮球场举行,本次招新面向全体院本部的同学,估计招新人数在50人左右.

2. 定期组织会员踢球锻炼：我们将会在每个星期三的晚上7：30~10：30在宿舍楼下组织会员踢球锻炼，以自愿参与，自由组队的形式。活动开展形式是5人街足的形式开展。每次参与人员包括研究生和本科生等广大足球爱好者，人员在15人次左右。

3. 四人足球赛：本次比赛初步定于11周的星期六和星期天。活动地点：篮球场，到时足协将会向团委递交场地申请和活动申请，以征得团委的同意和批准。本次活动面向院本部全体同学。比赛结束将会产生前三名，足协将会对他们发放奖状。

4. 参加汕大的比赛：参加的比赛包括冠军杯比赛和文化艺术节之院际杯比赛，在院本部选拔优秀队员与基础部优秀队员组队共同参加比赛，比赛时间初定为11月上旬和下半年5月中旬。比赛地点定于汕大足球场。共18人报名参加比赛。

及来源1. 足协招新经费预算及来源：希望团委提供30份左右的奖品，同时希望足协能提供关于足球的横幅。

2. 定期的组织踢球锻炼，是以自愿的方式参与，无需要经费，足球和球门有足协自己提供。

3. 四人足球赛：本次活动的经费由各班报名费来承担。经费由于以下用品：哨子，奖状，水，奖品，杯子，及应急药品。大约50元。

4. 经费预算：1000元。主要由于报名费和足球服的购买上面。足协希望团委能够提供70%的费用，剩下的30%由参赛队员自己承担。

足球活动心得体会篇二

时间：3月14日至4月14日每周周一第八节课和周四活动课

（如遇特殊极端天气比赛自动延期，但小风小雨照常进行）

地点：江西师大附中滨江校区足球场

阳光足球，活力青春

本着对足球的热爱与信仰，促进各班的融合，丰富业余生活，让学生在运动场上的竞争与合作中获得自我的成长。

（一）小组赛

3月14日—4月1日（时间可能随月考或天气等原因推迟）

（二）决赛

4月14日（暂定）

（一）参赛队员必须为江西师大附中滨江校区学生。

（二）参赛球员需在各班班主任处或各班体委或各班球队队长处报名，并将相关报名材料交至相关负责人处进行注册。

（一）高一组：领队1人，教练员1人，管理人员1人，运动员最多15人。

高二组：领队1人，教练员1人，管理人员1人，运动员最多15人。

注：领队及班主任，教练员为带本班球队的学生，管理人员及班长，运动员至少12人。

（二）绿茵杯是班级之间的比赛，所以务必请以班为单位报名参加。

（三）各班运动员报名单已经确认不得更改，未报足12人视

为弃权。

（四）严禁各中心是的是的虚假报名，如资格审查出现问题，江西师大附中滨江校区政教处将对涉事班级与个人给予相应处罚。

（一）赛制：高一组七人制；高二组八人制。

（二）积分赛晋级办法：高一组和高二组队伍各6支，各组抽签分为a□b两组，第一阶段小组单循环积分赛；根据积分情况每个小组前两名晋级下轮。

（三）淘汰赛

根据单循环积分赛的小组排名，进行交叉赛及a小组第一名与b小组第二名□a小组第二名与b小组第一进行角逐。此轮之后为决赛。

（一）比赛执行国际足联最新审定的《足球竞赛规则》。

（二）执行最新修订的《中国足球协会纪律准则及处罚办法》。

（三）比赛用球

此次绿茵杯足球比赛将使用由寻球app提供的专业的5号足球

（四）比赛场地

学校11人制足球场的一个半场，7人制在靠教师公寓的一侧，使用5人制小门；8人制在靠铅球场地一侧，使用7人制大门。

（五）比赛时间和相关规定

- 1, 所有场次比赛, 必须严格按照组委会所安排的日程和规定的时间进行。
- 2, 全场比赛60分钟(上下半时各30分钟), 中场休息不得超过10分钟。
- 3, 每场比赛每队有3次换人机会, 换下的球员不得二次上场。
- 4, 本场比赛被红牌罚下的球员不得再次上场, 并且本队不可使用另一名球员替补上场。

(六) 小组赛名次决定办法

- 1, 每队胜一场得3分, 平一场得1分, 负一场得0分。
- 2, 积分多者名次列前
- 3, 如果两队或者两队以上积分相等, 依下列条件顺序排列名次:
 - (1) 积分相等队之间相互比赛积分多者名次列前;
 - (2) 积分相等队之间相互比赛净胜球多者名次列前;
 - (3) 积分相等队之间相互比赛进球数总和多者名次列前;
 - (4) 积分相等队之间总净胜球多者名次列前;
 - (5) 积分相等队之间总进球数多者名次列前;
 - (6) 积分相等队之间获得红牌总数少者名次列前;
 - (7) 积分相等队之间获得黄牌总数少者名次列前;
 - (8) 如仍相等, 以抽签形式决定名次。

（七）决赛阶段全场比赛结束后仍为平局，加时10分钟；如还未平局，以互踢点球的方式决定胜负。

（八）运动员确认及资格审查

1，比赛之前会召开联席会。

2，资格审查

（1）请参赛队员必须上交一寸免冠照一张

（2）参赛运动员必须为本班球员

3，比赛日下午2：10之前，高一组各队教练员必须提交上场的7名队员和6名替补队员名单；高二组各队教练员必须提交上场的8名队员和6名替补队员名单。

4，每队每场比赛换人次数不得超过3人，换下的队员不能重新被换上场，未填报的替补队员不得上场比赛。

（九）比赛服装

1，各参赛球队必须准备颜色相同的一套比赛服装。为保证各位运动员的安全，请尽量穿着足球鞋，允许带护腿板等比赛允许的防护性用具。

2，比赛上衣背后，胸前和短裤号码必须符合规则审定，凡不符合规定或无号，重号均不得上场比赛。

3，守门员比赛服装颜色必须与其他队员服装颜色有明显区别。

4，场上队长须佩戴6厘米宽且与上衣颜色有明显区别的袖标。

（十）替补席

1, 裁判席面向场地方向, 左右两侧为替补席, 红色塑胶跑道为观众席。

2, 替补席每队不得超过9人(其中包括教练, 替补球员, 医疗组)

(十一) 黄牌, 红牌

运动员在一场比赛中, 被裁判员出示红牌, 当场比赛直接下场; 黄牌, 红牌不累计。

(一) 取前三名和团体一, 二等奖。

(二) 将评选公平竞赛奖, 精神文明奖和道德风尚奖等奖项各一个。

(三) 将评选最佳阵容, 最佳球员, 最佳射手等奖项。

日程安排:

各项工作负责人:

组织: 足球社

裁判及球场技术支持: 体育组

宣传与技术支持: 微媒体

场边维护与后勤: 学生会

活动预算:

总共20xx元

其中寻球1000元在其处等价换购:

5个球

6个角旗杆

2个队长袖标

另外1000元用于：

两个奖杯

数件奖品和纪念品

180张参赛证

30本秩序册

足球活动心得体会篇三

：院足球场

一、报名参赛运动员必须是在校已注册学生：

运动员必须持有参赛证(学生证或学生卡，学生卡学生证必须完整，不得涂改，否则无效)。如有发现代替其他队比赛者则取消其比赛资格。

二、每队参赛运动员7——12名（队长1名，兼职领队职务），运动员资料应如实填写。（按报名表填写，小一寸个人照片）

比赛采取七人制足球赛，比赛规则按室外七人制足球赛规则实施。

一、第一阶段分组循环，第二阶段交叉淘汰附加赛，每个小组前两名进行交叉淘汰赛。

二、比赛用球：5号球

三、比赛时间分为上下半场各30分钟，共60分钟，中场休息10分钟。

四、运动员一律穿胶底运动鞋，允许戴护腿版，不准穿钢钉鞋。（服装希望能够统一，若无法统一则尽量保持颜色或深浅一致，赛前应由双方就队服进行协商，两队队服应有明显区别。穿钢钉鞋及不穿球鞋者不得参赛）。

五、积分方法：

胜一场得3分，平局一场得1分，负一场得0分。

教职工队参赛但不计成绩。

a□积分相等的队相互间的比赛，胜者，名次前列。

b□积分相等的队相互间的比赛，平局，则净胜球多者，名次前列。

c□积分相等的队相互间的比赛，平局，且净胜球相等，则进球数多者，名次前列。

d□积分相等的队相互间的比赛，平局，且净胜球，进球均相等，则抽签决定名次。

e□决赛阶段，每场比赛必须决出胜负。

如：在规定时间内赛成平局，则直接按互罚点球的方法决出胜负。

一、若x队在比赛中罢踢，则取消该队参赛资格，该队与其他队的比赛成绩一律无效。

二、报名后不得无故弃权，若x队故意使比赛不能按时进行，经裁判裁决后，则按弃权处理，判对方2：0胜。

三、若发现x队弄虚作假，冒名顶替或其他违纪现象经裁判裁决后，取消其比赛资格，该队成绩一律无效。

四、各队在赛前15分钟到达赛场，向裁判报到并提交参赛证，填写上场队员名单，如迟到10分钟，则该队做弃权论处（不可抗拒原因除外，但必须提前通知组委会，由组委会作出赛程调整。）。

五、比赛时间：周一至周五下午5：00

周六周日上午9：00，下午4：30

裁判员认为，队员草率地、鲁莽地或使用非常规的力量在双方进行争抢或对方队员控制球时实施铲球将被视为严重犯规，可根据犯规严重情况给予其相应处罚；相对于十一人制足球，本次比赛不允许铲球，否则直接红牌罚下（红牌不停赛）。

队员故意违反下列九项中任何一项者，即吹罚，判给对方任意球：

一、踢或企图踢对方球员等危险动作

二、绊摔对方球员

三、故意跳向对方球员

四、猛烈地或带有危险性地冲撞对方球员

五、除对方正在阻挡外，从背后冲撞对方球员

六、有打对方队员的意图

七、向对方吐唾沫或对观众有不文明行为（直接红牌罚下）

八、故意拉扯对方球员或推对方球员

九、故意用手（包括上臂）触球或在明显扩大防守面积的情况下无意手球破坏对方进攻。守门员在本方球门区除外（守门员不得用手接回传球）。

（若以上犯规在己方禁区内，则判罚点球）

罚球时应将球放在犯规地点，对方球员至少离球8米，球被触动后比赛方可继续。

若守门员用手接回传球，则判罚在守门员接球地点由对方罚间接任意球；若守门员在本方禁区以外用手触球则一律红牌罚下。

十、赛场上应服从裁判判罚，对故意不服从者视情节轻重给予相应处罚，裁判对犯规或违例的判罚没有解释的义务。

组委会负责会：吴清晖（副书记） 张伟（老师）

裁判委员会：张伟（老师） 韩晓霖（老师）

一、获得前三名的队伍每位队员颁发荣誉证书，并向队员所在班级颁发奖状。冠军球队另奖励足球一个（150元），冠军奖杯一个。

二、设置最佳射手一名，奖品为球鞋一双。

三、设置最佳组织奖及公平竞赛奖，颁发奖状及荣誉证书。

足球活动心得体会篇四

武汉科技大学中南分校商学院新生足球比赛是商学院新生体育活动一项最吸引商学院新生及各院人士的重要活动之一。商学院新生足球比赛是严格遵守商学院新生的各项宗旨，为了促进商学院新生以及全商学院足球爱好者的团结、友爱、交流、竞争而举办的。

于20xx年3月25日至4月22日：每周六、日全天，如没有特殊情况为期约为五周。

XXXXXXX足球场

参赛报名费400元，押金（纪律保证金）100元，共500元。

参赛队员必须是本校的本科生、研究生以及本校毕业的先辈。（注：本校毕业的前辈最多只能同时上场三个人！）

每场比赛双方队员（包括替补）都须将学生证（或其它可以证明身份的证件，如：身份证）交监场核实并保管至比赛结束，没有证件的人将不允许上场比赛。

每个队员不得代表两支（及两支以上）队伍参赛，否则取消这名队员所代表的所有球队的成绩和参赛资格。

除特别规定外所有比赛一律采用组委会指定的竞赛规则（见附录一），联赛开始前将由组委会选派有关人员进行规则详解。

赛制：共16支球队分4组，每组四支球队。（编组看附录二，以抽签形式，成绩依据依次为积分、净胜球、进球数，如全部相同则进行抽签。）

各参赛队可以穿自己的球衣，如没有准备好球衣由组委会提供背心，须穿平底或软钉球鞋，严禁使用硬钉鞋或皮鞋比赛。

比赛用球由组委会提供。

换人要求（见规则）

一队员累计两张黄牌或一张红牌自动停赛一场（黄牌一张20元，红牌一张50元），运动员红、黄牌在整个联赛中均有效。若队员有严重违反纪律情况，将酌情给予停赛处罚。

所有场次裁判看附录二。

比赛各队须提前30分钟到场，开赛前10分钟由组、主裁和边裁进行队。

员资格证件检查，经核准后方可进行比赛。

各队伍应严格按照组委会发布的赛程进行比赛，若有特殊情况需要更改时间须提前四天向组委会提出申请，经批准后方可更改。

比赛开始后（时间以当场裁判掌握为准），一方仍无法进行比赛则判该方弃权（由裁判、组委会签字生效），其该场比赛以0：3记负（队员少于8人 不得比赛）。

因天气等意外因素影响而无法比赛，组委会会以事先指定的方式进行通知，未得到通知则按规定时间比赛，迟到方以弃权论处。

比赛结束后，裁判及双方领队须在比赛记录上签字，检查无误后方可退场。如对比赛有异议，领队需当场向比赛组委会提出，并由组委会做出最后处理。

联赛设冠军一个、亚军一个、季军两个；

冠军奖金为200元，

亚军奖金为100元，

文明竞赛奖（集体）为100元。

最佳射手、最佳球员各一名。

任何人都应完全服从裁判，对裁判有不文明行为的个人其相关球队将受到纪律处分。

比赛中的技术问题、队员资格纠纷由组委会和各队领队协商解决。

在比赛过程中，所有球队人员（包括场上队员、替补队员、领队以及本队啦啦队）必须绝对服从临场裁判员的判罚和尊重对方球队人员。如有因对裁判员判罚不满或对对方球队人员行为恶劣的情况，将受到纪律处分。

足球活动心得体会篇五

大学生是丰富多彩的，主要体现在校园文化的多样性上。去年由于甲流我校本应该举行的许多活动被迫取消，从而使同学们去年的大学生活显得枯燥乏味甚至觉得苦。为使同学们清醒地认识到大学的丰富文化生活，也为了减缓同学们的学习压力，我系特此举办一次足球赛。

为提高我院我系的学生的身体素质，增强班级同学之间的友谊和文化交流，提高我系学生的足球竞争水平，展现当代大学生的青春活力和积极向上的精神风貌，丰富同学们的课余文化生活。同时也为我校选拔人才，特举行这次春季足球赛。

促进各系各班级之间的融洽，丰富业余生活，共同构建和谐校园。

山西工院建工系体育部

20xx年4月中下旬，比赛分上下半场各四十五分钟，中场休息十分钟，共计一百分钟。

山西工院建工系大一新生

山西工院体育场

每一班为一支队，共9支队伍，由体委向体育部报名

1. 确定报名队伍后，与x月x日晚上进行小组抽签活动

2. 比赛采用小组积分制，小组分低的淘汰

1. 在建工系分会旁贴广告进行宣传

2. 建工系体育部分发传单

3. 通过广播站进行宣传

4. 外联部负责场地申请，桌椅工具等

5. 把球赛流程通知发到各队负责人手中

6. 宣传部负责球赛的海报条幅通知等

7. 物力资源:足球2个秒表2个音响1个哨子4个计分牌2个桌子2个

2. 各队上场队员必须统一着装且印有号码

4. 球队如有未经报名注册或不符合球员的出赛时，一经发现或检举属实者，立即取消该队的参赛资格。

5. 本次比赛坚决杜绝球场暴力，倡导发扬体育道德精神，积极进取，尊重裁判，尊重对手，严禁对对手使用粗言，不文

明的肢体语言，打架，围攻裁判等情况出现，一旦出现以上情况，将交由学校保卫处直接处理，并对该队采取取消资格。对各班啦啦队同样有效。

6. 比赛时，不允许佩戴任何饰物，眼镜在确定不会伤及自己和他人的情况下允许佩戴上场。

7. 比赛中出现的受伤情况各队自行负责。

8. 比赛结束后，裁判及双方领队须在比赛记录上签字，检查无误后方可退场，如对比赛有异议，领队需当场向比赛组委会提出，并由组委会做出最后处理。

冠军一个：奖状加奖品

亚军一个：奖状加奖品

最佳射手一个：奖状加奖品

最佳球员一个：奖状加奖品

足球活动心得体会篇六

从20xx年开展的中国校园足球活动经过5年的发展已经成为校园文化的一个亮点，尤其是党和国家领导人将校园足球放大到是完中国梦的一个重要组成部分的治高度，更预兆着校园足球运动未来的发展有着广阔的空间。石门实验小学一直实施以孩子的终身发展为本的教育理念，发挥教师群体的优势，走科研兴校、特色建校之路，与围绕以球育人宗旨的南海区足球协会强强联手，共同开设足球实验班是在区文体旅游局、教育局摸索专项体育协会进校园的创新举措，通过整合各种社会资源、推动校园足球大发展是各部门的共识。

石门实验小学与南海区足球协会将以战略的眼光、创新的思

维、科学的方法，通过认真地实施和不懈的努力，使校园足球成为石门实验小学特色建校的重要组成部分，让学生在快乐足球中强身健体，锻炼意志品质，发挥个人天赋，培养团队合作意识和顽强的拼搏精神，为学生的健康成长，南海足球运动的振兴和发展打下坚实基础。

设立石门实验小学足球实验班办公室

主任：（足球实验班建设）

副主任：（学校校园足球氛围营造、活动策划） 德育科：（足球实验班思想文化学习）

竞训科：（由南海足协派出专业团队协助推进落实校园足球活动，足球实验班、学校足球队训练比赛等工作）

体教结合，培养足球希望之星、振兴南海校园足球。

以球育人、以球启智、以球促学。

经过挑选的队员优先进入石门实验小学就读，享有南海区正式学籍，并代表学校和南海少年足球队参加全国各地青少年足球赛。 学生走向：

- 1、通过各种选拔赛，直接进入俱乐部从事足球职业生涯。
- 2、小学毕业后的优秀足球苗子特招进入石门教育集团旗下的中学和高中继续就读。

上级拨款、社会捐赠、协会支持

第一阶段：组队建班：以新学年一年级为试点组成第一届石门实验小学足球实验班、同时带动各年级组建足球队队伍。

第二阶段：系统学习训练：短期计划：参加20xx年南海区校

园足球 小世界杯 。

第三阶段：梯队建设：定期推广 足球进幼儿园活动 公益活动，启蒙班优秀学生可以直接入读石门实验小学足球实验班。

第四阶段(20xx年)初见成果：通过4年系统学习和足球训练，石门实验小学校园足球特色教育将取得一定的成绩，成为全国校园足球开展活动示范单位。

足球活动心得体会篇七

为提高我院学生的身体素质，增强班级、同学之间的友谊和文化交流，提高我院学生的足球竞技水平，展现当代大学生青春活力和积极向上的精神风貌，丰富同学们的课余文化生活。我信息学院特此举行足球赛活动。

信息学院体育部

沈阳大学足球队

20xx年4月

北院足球场

首先，由各班班长进行通知，将想要参与的同学名单上报，根据人数进行讨论，如果人数过多，可自由或者随机组队，组成不少于11人又不超过15的队伍若干支；若全院参与人员不超过20人则只组成一支队伍。每支队伍还要派出两名同学作为边裁。

- 1、由于本次活动为学院娱乐活动，所以参赛选手必须为本院学员
- 2、每个队员不得代表两支(及两支以上)队伍参赛，否则取消

这名队员所代表的所有球队的成绩和参赛资格。

1、若全院组成一支队伍则与学生会成员进行对决。

2、若全院组成队伍若干，则抽签决定比赛顺序，进行比赛，最后冠军与学生会成员进行对决。

1、特别规定外所有比赛一律采用体育部指定的竞赛规则，以裁判为准。

2、参赛队可以穿自己的球衣，也可以穿各系部统一的服装，须穿平底或软钉球鞋，严禁使用硬钉鞋或皮鞋比赛。

3、赛用球由体育部提供。

4、人要求：每场比赛一个队换人最多不能超过五人

5、队员累计两张黄牌或一张红牌自动停赛一场，运动员红、黄牌在整个比赛中均有效。若队员有严重违反纪律情况，将酌情给予停赛处罚。

6、赛各队须提前30分钟到场，开赛前10分钟由主裁和边裁进行队员资格检查，经核准后方可进行比赛。

7、队伍应严格按照主办方发布的赛程进行比赛，若有特殊情况需要更改时间须提前提出申请，经批准后方可更改。

8、赛开始后(时间以当场裁判掌握为准)，一方仍无法进行比赛则判该方弃权，其该场比赛以0：3记负(队员少于7人，不得比赛)。

9、天气等意外因素影响而无法比赛，以事先指定的方式进行通知，未得到通知则按规定时间比赛，迟到方以弃权论处。

10、结束后，裁判及双方领队须在比赛记录上签字，检查无

误后方可退场如对比赛有异议，领队需当场向裁判提出，并由裁判与主办方商议决定。

1、何人都应完全服从裁判，对裁判有不文明行为的个人其相关球队取消资格

2、赛中的技术问题、队员资格纠纷由工作人员和各队领队协商解决。

3、比赛过程中，所有球队人员(包括场上队员、替补队员、领队以及本队啦啦队)必须绝对服从临场裁判员的判罚和尊重对方球队人员。如有因对裁判员判罚不满或对对方球队人员行为恶劣的情况取消资格。

此次活动以“全第一，友谊第一，比赛第二”为宗旨，充分体现大学生的风采，此次活动是一个挑战自我和锻炼自我的机会，培养学生团队精神的很好机会，是学生展现自我的平台。但同时足球也是一项高风险的体育运动，所以一定要以“安全最重”作为第一准则。

嘉奖队伍由参赛队伍而定

最佳球员奖一个：

最佳射手奖一个：

工作人员饮用水2箱：40元

奖励物资：50元

足球活动心得体会篇八

虽然国足为人诟病，但我还是毅然决然的选择了它。我认为国足不够牛逼就是因为基础工作抓得不好，年轻力量没有充

分调动起来。很多有天赋的球员被埋没了。于是我义不容辞的选择支持中国足球的基层建设，尽管我一出生就不是踢球的料。

进了俱乐部之后才发现东华足球现状还是相当乐观的!老是本人说他是退休国家足球队体能教练(不知是真是假)，一副虎相，说起话来超牛逼!还会搞几下恰恰……。光着脚丫子能把球踢得地雷响——就是橡胶球踢得太烂，无头苍蝇一样乱窜!哈哈!不过已经很牛逼了，毕竟已经上年纪了。

课挺吸引人，出勤率挺高。后来我还知道有一个电信的同学每次都来蹭课，练球打比赛那叫一个认真!呵呵，中国足球还是有希望地。

十几节课下来，我缺了两次。一次天太热，怕过去了;一次打球扭伤了脚，就给自己放假了。这些课下来，学会了一些热身技巧：正脚背踢球，脚内侧传球，头球冲顶，射门…。可惜我这人心浮气躁，没扎扎实实练球，脚内侧就是不会抽，抽不出声响来。一急就把步法也搞乱了，球没踢出去，把自己晃到了，哎，悲剧!其实，这估计跟我以前脚骨裂有关，致使两条腿不对称，一外翻就使不上劲，很疼。又是悲剧!!

打比赛是上课另一重要内容，所有理论课所讲技能都在热身赛里付诸实践。我踢得臭，但我所在球队经常大胜!有一次对方来了个大牌，我们齐心协力硬是2:1把他们灭了。我司职中场或前锋，左前锋却没有进球是很耻辱的事，但我有四五个直接助攻和间接助攻，算是及格了!

在俱乐部里很开心，认识了很多志同道合和志不同道不合但很谈得来很有缘分的朋友。感觉很幸福，那种惺惺相惜的感觉。

最近国足表现抢眼，逼平世界第二德国后，又小胜克星伊朗。祝愿国足下场拿下沙特;祝愿国足雄起;祝愿中国足球青年为

国家冲击世界足坛！

足球活动心得体会篇九

每周四的第三节课，就是我们最爱的足球课，足球老师会把我们带到足球场上。有了自由的时间，我们好多个男生，就像被强大的磁力吸住一样，迅速地聚集起来——一起踢足球！

参加我们踢足球小组的人最多，有十多人，往往都是崔轩赫当守门员；我，范鹿鸣，岳云帆，唐逸辰当进攻队员；李昊聪，曾子鹏等人当防守，陈煜航等人当助攻。但这里要说明，因为我们十多人只能使用半场打比赛，大家共用一个球门，所以我们一共分成两队，攻击同一个球门，崔轩赫就是共同的守门员。

呀，快看呀！我和范鹿鸣配合躲过了一个又一个的防守队员，接近球门的时候，范鹿鸣把球大力地传给了我，可我没接到，球从我的脚下溜走了。幸好，在边路还有队友，他就是岳云帆，他接到球后马上回传给我，这时我已经在禁区内做好准备，我看准时机，大脚射门，球进了！那一刻，我无比自豪。

接下来崔轩赫发球了，他把球发给了李昊聪，这时，我想起了岳云帆的独家绝技——铲球，我看他一眼，他马上心领神会，冲过去要痛铲李昊聪一顿，可是岳云帆心太急了，只见他高高跃起，伸出右腿，往地上一滑，迅速铲到禁区门口，一路上草皮在他身后乱飞乱舞，我们在旁边大声喊：“李昊聪，你别想进球了！”咦？李昊聪呢？往后一看，李昊聪还没到呢！岳云帆，你铲早了！李昊聪看见岳云帆坐在禁区门口，他会心地一笑，说：“来铲我呀！”悠悠地绕过岳云帆，正在他要射门的危急关头，我像闪电一样冲过去，把球铲走了。岳云帆，你真是我的好队友啊！

这次快乐又激动人心的足球课在老师的哨声中结束了，这次

比赛的结果是二比二打平。

这次比赛虽然没有赢家，但是也没有输家啊。这让我体会到了踢足球的快乐在于过程，有进球霎那间的快乐；有团队配合默契，可津津乐道数日的快乐；有绿茵场上奔跑，挥洒汗水的快乐！

相信下一次足球课会更加精彩，我已经迫不及待了！