

小学足球计划方案(大全9篇)

为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。通过制定方案，我们可以有计划地推进工作，逐步实现目标，提高工作效率和质量。以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

小学足球计划方案篇一

学校足球队在xx赛季代表金牛区教育局参加xx市小学生运动会足球比赛取得了亚军及比赛一等奖、代表学校参加xx市小学生足球联赛取得甲组第六名，乙组第五名的好成绩，为学校取得荣誉的同时也受到了足协、家长的肯定。为了使xx赛季足球项目能够更好的在学校体育工作中开展，发展学生特长及身体素质，同时继续为学校取得好的比赛成绩，特制定以下工作计划。

小学足球计划方案篇二

一、指导思想：

二、训练指导思想

把在英国及其它欧洲国家取得巨大成功的足球启蒙教育(school football initiative)计划运用到训练，贯彻从小打好基础，系统训练，积极提高原则，抓好身体素质、球技。

三、奋斗目标

全面普及学校足球运动，力争在县比赛踢出好成绩，让更多的

学生喜欢上足球运动!

四、训练的基本任务，内容要求及手段

(一)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。

3、严格的比赛纪律。

(二)全面提高队员的基本技术

三年级：

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。

二年级：

1、提高队员运控球能力。

- 2、 掌握正确的传接球技术。
- 3、 学习简单的传切配合技术。

(三) 主要训练手段:

身体训练手段: 克服自身体重的各种跳跃、后退跑、曲线跑等。

技术训练手段: 各种个人垫、运、控练习, 各种一对一攻守, 二三人跑动中传接。

(四) 训练主要技术:

踢球: 以脚内侧踢球、脚背正面踢球、脚背内侧踢球为主, 脚背外侧踢球、脚尖踢球为辅。

停球: 以脚内侧停球、脚底停球为主, 脚背外侧、脚背正面、胸部大腿停球为辅。

头顶球: 以前额正面、前额侧面顶球为主, 介绍鱼跃头顶球。

运球: 以脚背正面、脚背内侧运球为主, 脚背外侧、脚内侧为辅。

(五) 战术:

二过一配合: 横传直插二过一、横传斜插二过一、踢墙式二过一、回传反切二过一等。

备战期

1: 认真挖掘有潜力的新队员, 建设好球队, 壮大球队, 保证球队的持续发展。

2: 加强思想工作, 让其明白锻炼的必要性以及为校争光的荣誉感, 使之有意主动投入。

3: 注重球队作风建设, 严抓纪律, 认真做好考勤工作, 建立奖惩机制, 调动学生训练的积极性。

4: 本学期的训练工作主要是围绕着培养足球技术, 基本功, 提高身体素质, 提高足球的整体水平。

推进我校素质教育, 提高足球氛围, 增强学生的身体素质和运动技能, 同时更希望这支队伍在比赛中不断提高, 取得优异成绩, 为学校社会培养更多的足球人才。

1、进行积极性休息。

2、保持一定的训练水平, 安排强度不大的技术练习。

3、总结经验, 准备好队伍调整工作, 做好新的训练准备工作。

新学期新的开始

1: 提高队员训练作风, 比赛作风, 严格纪律性. 培养良好体育道德作风, 严格训练质量.

2: 提高队员的全面身体素质, 重点发展速度灵敏. 协调. 爆发力等素质.

a. 学习掌握跑的正确技术.

b. 提高速度所需要的肌肉力量. c. 提高完成各种技术动作所需要的灵敏协调能力.

3: 全面提高学生的基本技术(重点传, 接技术) 逐步发展学生个人技术特长.

- a.提高活动中控球能力.
- b.正确掌握传接球技术.
- c .提高技术运用能力.
- d.注意发现学生特点加以培养.

4: 提高队员的战术能力. 重点是个人战术和局部战术.

- a.明确个人攻守的职能, 进攻和防守原则.
- b.提高个人战术意识和局部2对1, 3对2能力.
- c .确定基本阵容, 初步形成3-2-1全攻全守的基本打法.

5:主要训练手段.

- a .身体训练:各种快速跑, 耐久跑, 负重柔韧等练习.
- b.技术训练:各种个人颠, 控球练习, 1对1攻守2-3跑动中传接配合, 抢截球等.
- c .战术训练:2对1, 2对2, 3对2 对抗攻守, 半场攻守练习比赛.

备注:

- 1、此次训练均为学生自愿参与, 自愿报名参加训练。
- 2、每堂训练课都必须奉着“安全第一、健康第一、全面发展”的原则进行, 严格球队作风, 纪律严明, 认真刻苦训练。
- 3、训练本着“以人为本”, 以适合同龄队员心理, 生理接受能力为提前, 积极推行“快乐体育”和“健康体育” 让学生

积极主动的投入到训练中。

训练时间为：

每天上午：6：40 ---7：30；每天下午：3：00 ---4：30

小学足球计划方案篇三

响应国家体育总局、教育部联合发起的全面开展青少年校园足球活动安排，以全面提高学生身体素质，打造足球文化校园为目标。通过足球活动，让学生获得运动快乐，增强学生体质，培养团队意识和拼搏精神，提高竞争和公平意识，为学生提供展示舞台，从而培养全面发展、特长突出的青少年足球队员，全面提高我校足球运动水平。

1、认真贯彻落实足球进校园工作目标。

2、全面实施“足球进课堂”工作。通过体育课普及足球运动知识，力争使参加足球活动的全校学生不少于50%；在校学生每周足球活动时间不少于2小时。

3、进一步加强足球兴趣小组训练工作，逐步提高我校学生足球运动水平。

4、为学生提供展示平台，让学生“动”起来。

5、促进我校“阳光体育”工作的开展，进一步丰富我校“阳光体育”活动内容，让学校“活”起来。

6、组建我校学生足球队，分别成立3—4年级、5—6年级两个年龄段学生足球队，培养全面发展，特长突出的足球队员。

（一）成立校园足球活动工作领导小组

成员：各班班主任及体育教师。

（二）职责分工

校长主管，分管教学教导主抓，分管安全教师协助，教务、教研、总务处协作配合，综合组具体实施，各班班主任认真组织，搞好配合。

（一）、足球进课堂

1、全面推广、普及足球运动，增加体育足球教学，每周至少有一节体育课开展足球教学活动。以激发学生对足球运动的兴趣，提高学生的参与积极性。学生通过办黑板报、手抄报等形式营造足球运动的氛围，唤起师生的关注，扩大校园足球在学生中的影响力。

2、加强足球教学校本研修工作，由陈恩厚教师负责组织体育教师共同编写符合我校特点的足球教学校本教材，提升我校足球教育教学水平。

（二）开展足球兴趣小组训练工作

1、加强足球训练工作，每周两次训练，训练时间定为每周的星期二、四下午4：00——5：00，由本班教师负责组织训练。

2、认真制定训练计划，科学组织训练，做好训练记录，为培养优足球秀队员打好基础。

（三）开展校园足球活动

1、建立我校学生足球队，以班级组队，组织开展班级间足球活动，足球活动时间定于6月份召开。

2、校园足球活动的参赛年级为三、四、五、六年级学生，以班为单位分别成立男生、女生足球队，每队人数为10人，活

动采用“五人制”活动规则。

3、足球活动规程随后下发。

（四）组建学生足球校队

通过活动选拔，分别成立3—4年级、5—6年级二个年龄段男生、女生足球校队，定期开展训练活动。

三月份

1、玩足球。

2、开展“我的足球梦”征文和手抄报比赛。

四月份

1、足球活动。

2、选拔组建男、女生足球队。

3、开展足球队训练。

五月份

1、足球活动。

2、学生足球队第一次体能测试。

3、足球游戏。

六月份

1、足球队常规训练。

2、学生足球队测试。

3、资料收集整理，形成工作总结材料。

小学足球计划方案篇四

一队：由4、5、6年级队员组成，结构取决于上一赛季比赛表现优异的球员，人数15——20人。

二队：由1、2、3年级队员组成，结构取决于上一赛季训练表现较好有一定发展的队员；班级联赛表现突出的以及身体素质优秀的学生，人数15——20人。

女队员根据年龄段参加相应组别的训练。

2、赛季初召开一次家长座谈会，学校与校队队员的家长签订一份学生参加足球队免费培训的协议，一式两份。

小学足球计划方案篇五

深入挖掘和提炼“快乐、好玩、乐学、苦练”足球特色文化，将之升华为足球精神，努力探索足球活动、足球团队良好运行机制，以足球为载体，把学校创建成在太原市有相当知名度的现代化特色学校。

2、分目标

(1) 进一步构建完善足球特色学校运行网络，创建足球特色学校。

(2) 研究足球训练规律，不断提高足球训练成效力争在小学足球联赛中争创佳绩。

(3) 探索队员的选拔、训练、活动与比赛的运行机制，构建

运作模式。

小学足球计划方案篇六

动作要求：直线助跑，脚尖正对出球方向，支撑脚踏在球的侧方距球15cm左右，大腿外展，脚底与地面平行，脚尖微翘，踝关节紧张，用脚内侧击球的后中部，同推送或敲击的方法将球击出。

重点：支撑脚站位

难点：脚型固定

组织：全班两人一组，每组一球，同时进行练习

教法：

1. 讲解脚内侧正面传地滚球
2. 给学生做正确示范动作
3. 学生练习时，巡回辅导，纠正错误动作

要求：认真听讲解，仔细观察教师示范，明确支撑脚站位。

(1) 踢固定球，做脚内侧踢球支撑腿站位及踢球部位模仿练习

(2) 两人一球，一人用脚底挡球，另一人做脚内侧摆腿练习

小学足球计划方案篇七

- 1、复习运球绕杆、分组抢截球等练习，提高学生的球感。
- 2、复习脚内侧传接球练习，提高脚内侧传球技术。

3、学习脚内侧射门技术，结合射门游戏，提高学习足球的兴趣。

4、分小组比赛，把脚内侧射门运用到实践活动中。（三人、五人足球规则的教学）

5、最终让学生体验到参与足球运动的乐趣。

小学足球计划方案篇八

(一)文体委员集合队伍、报数、清点人员、报告老师、师生相互问好。

(二)带领学生徒手操练习。

(三)教师组织学生绕操场变速跑300米。

2：复习颠、拨、拉、挑球练习

将全班同学分为四个大组列队站立，分别抽2至3名较熟练的同学示范练习，教师巡视并纠正其不规范动作。

(教师复述几种动作的关键性要领)

由学生分组练习。(教师及时指导与纠正痼弊动作)

3：新授课

谈话导入：同学们喜欢看世界杯足球赛吗?喜欢足球运动吗?足球运动中最经典的什么?(点球大战)好吧，那么，我们今天就都是中国足球明星，来一场点球大赛。

(一)利用脚内侧踢、传球

教师讲解踢、传球动作要领：

要求学生用脚内侧传、踢球时，要根据球的落点，来判断击球的部位，并要控制住击球时的力量，把握球的运动方向。引导学生先进行传球训练，待学生有一定的方向感后，再进行踢球练习。

(教师在巡视中纠正学生不规范动作)

(二) 利用脚内侧射门

点球大战开始啰。

在空墙上画四个少儿模拟球门，在8至10米处点上发球点，要求学生利用脚内侧进行射门训练。

阐述动作要领：引导学生注意舒展的助跑、足球的落点、球的运行轨迹、击球点等等。

(教师做示范性的射门分解演练，抽出3至5名学生练习教师点评)

组织学生分组进行射门练习。

教师巡视指导，及时纠正动作，作出正确的讲解。

整理与放松：

利用轻松愉快的音乐作整理与放松活动。

教学评价：

表扬学生射门优胜者，反馈技艺的掌握情况，提出今后的改进意图。

小学足球计划方案篇九

2、熟悉球性(7')

教师先进行各种方法练习和讲解，然后学生自由模仿创新练习。组织形式为散点。

学生通过各种练习，培养学生的球感和对球的兴趣，改善脚对球的控制能力，进一步热身，同时活跃课堂气氛，为基本部分做充分的准备。

(二)基本部分(30')