

# 学校足球训练方案(精选5篇)

当面临一个复杂的问题时，我们需要制定一个详细的方案来分析问题的根源，并提出解决方案。方案的格式和要求是什么样的呢？下面是小编为大家收集的方案策划范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 学校足球训练方案篇一

为保障赛事活动顺利开展，特成立本次足球比赛组委会，协调本次活动全部工作。

组委会名誉主任：文明

主任：汪长生

协调组：黄年波、龚青松（负责所有足球比赛的组织、协调、统计、裁判工作）

后勤组：但文洁（负责比赛的接待、医疗保障、场地布置、器材的购买安置及发放、奖杯奖品的保管发放工作）

宣传组：涂林芬、贺洲（负责赛事的摄影及宣传报道工作）

裁判组：谈秋实、张春华、高彬、柯斌华、高兰州、陈刚、万忍、李杰、李作文等（负责赛事的裁判工作）

区委宣传部、区文体局

协办单位：梁子湖区太和中学、梁子湖足球俱乐部

1、赛前每队代表必须在《公平竞赛承诺书》上签名，承诺尊重裁判、对手和赛事组织人员，严格避免使用危险动作。组委会依据各队提交的运动员身份证号集中购买赛事期间运动

团体意外伤害保险，最高赔付50000元（医疗保险10000元），如有意外发生，各队在1个小时内向组委会申请启动保险理赔。

2、比赛裁判员（主裁判：聘请省级专业裁判员；第二裁判由轮空球队选拔裁判员担任，在主裁判不能保证的特殊情况下履行主裁职能），边裁由各队推荐两人担任，按赛事错开原则由轮空球队进行安排。

3、各队参赛服装要统一，比赛期间禁止球员更换球衣号码。球员只允许穿胶底或碎钉运动鞋参加比赛，严禁穿尖钉、刀钉底质运动鞋，赛前由裁判员清查。

4、每场比赛，各队必须提前15分钟到达比赛场地，做好比赛准备工作。比赛装备及后勤保障由各球队自行解决。球队啦啦队、助威团由各队自行组织通知。

5、比赛采用8人制，时间为80分钟（上、下半场各40分钟，中场休息10分钟），初赛不设加时赛，决赛阶段加时赛上、下半场各10分钟，采用“点球决胜”规则。

6、比赛分初赛、半决赛、决赛。

初赛采用单循环制，半决赛和决赛均采用一场定胜负制。

初赛每胜一场得3分，负一场得0分，平一场得1分，按各队积分多少决定名次，积分多者，名次列前；如积分相等，净胜球多者名次列前；如净胜球相等，进球多者名次列前；如进球数相同，按胜负关系决定名次；如平局，则由比赛组委会审批加赛。

以初赛排名前四确定半决赛资格，初赛排名第一与初赛排名第四队伍争夺决赛名额；初赛排名第二与第三球队争夺决赛名额。

两场半决赛负者争夺季军，胜者争夺冠军。

7、每场比赛每队最多可以替换四名队员。

9、比赛采用国家体育总局最新审定出版的《足球竞赛规则》。球队如对比赛过程及结果有异议，可向组委会提出申请，由组委会进行仲裁。

10、主办单位保留对本次活动的解释权。

1、各队球员不得聘请职业球员和专业在校生，如发现不符合规定球员则禁止该球员上场比赛，并取消该队体育道德风尚奖评选资格。组委会将各队队员名单（身份证）整理成电子版交各队互审。

2、凡超过规定的开球时间15分钟不到的球队，以弃权论处，判对方队以3：0获胜。

3、在比赛过程中因不服从裁判判决，故意中断比赛，时间超过5分钟即为罢赛，将取消该队该场比赛资格，已有成绩无效，比赛判该队0:3告负。

4、比赛运动员和工作人员无论在本场比赛时或比赛前后，在场内或场外，如有殴打辱骂裁判员、对方运动员、工作人员等恶劣行为，取消该名队员比赛资格，并禁赛一场；工作人员停止其活动资格。

比赛设冠、亚、季军，颁发奖杯、证书。设立体育道德风尚奖、最佳射手金靴奖、最佳运动员金球奖各一名，颁发证书；设立优秀表现奖四名，颁发证书。

奖金：冠军 3000元，亚军 2400元，季军20xx元，第四名1500元第五名1000元，体育道德风尚奖、金靴奖、金球奖各奖500元，优秀表现奖300元。

比赛时间

对阵球队

1、11月19日（周三）14:00

留云生态队vs 供电公司足球队

2、11月19日（周三）15:40

区直机关足球队vs太和镇足球队

太和镇足球队vs政法联队

留云生态队vs区直机关足球队

政法联队vs供电公司足球队

太和镇足球队vs留云生态队

政法联队vs区直机关足球队

太和镇足球队vs供电公司足球队

留云生态队vs政法联队

区直机关足球队vs供电公司足球队

初赛第一名vs初赛第四名

12、12月1日（周一）15:40

初赛第二名vs初赛第三名

13、12月4日（周四）10:00

第十一场负者vs第十二场负者

14、12月4日（周四）14:00

第十一场胜者vs第十二场胜者

12月4日下午16:00闭幕式

（备注：如因天气、赛事排名等原因延期比赛，由组委会另行通知。）

## 学校足球训练方案篇二

以“全国青少年足球工作电视电话会议”精神和《中国足球改革发展总体方案》为指导，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宗旨，坚持“健康第一，以球健体”的原则，以校园足球为载体，通过广泛开展校园足球活动，培养中小学生对足球兴趣，形成具有我区特色的校园足球文化，让足球成为广大中小学生对终身受益的体育锻炼方式，促进中小学生对身心健康发展。

1□20xx年，举办我区足球进校园活动启动仪式；足球课深入到全区每一所中小学校，将“足球教学”列入体育教学计划，每学期每班至少开设两节以上足球课；组织中小学校体育教师的足球培训及教学研讨活动；尝试建立一定规模中小学校园足球联盟并组织比赛或者校际间的足球交流活动，为参加全市中小学生对足球联赛做好准备。

2□20xx年，按照全区中小学校总数的10%——15%的比例评选香坊区足球特色学校，遴选推荐申报全市乃至全国校园足球特色学校；加强教练员、裁判员的培训工作；组织召开香坊区中小学生对足球（小学7人制，中学5或7人制）比赛。参加全市中

小学生足球联赛，力争取得好成绩。

3□20xx年，继续开展区级足球特色学校评选及推荐申报全市乃至全国校园足球特色学校；开展中小学校足球社团活动，鼓励学校开展足球文化节、足球夏(冬)令营等活动；加大我区中小小学生足球比赛规模和场次，逐渐形成联赛制。

1、各学校校长要高度重视足球进校园工作，亲自负责活动组织工作，进一步建立健全和完善组织机构，实行校长负总责、分管校长具体负责的工作机制。将足球项目纳入学校教学计划，开设足球课程，加大体育课教学计划中足球课程课时，加大投入，不断改善足球活动场地和设施条件。

3、营造浓厚的校园足球氛围。各中小学校要利用校园广播、校园网、班会课等形式广泛宣传校园足球运动的开展情况，营造一个领导重视、学校支持、学生热爱、社会参与校园足球运动的良好氛围。

4、支持学校组织班级与班级、年级与年级之间的友谊赛。确保安全的前提下，鼓励各中小学校之间开展足球友谊赛等互动、交流活动。

5、加强师资队伍建设。重视校园足球教练员队伍建设，每年选送相关教师、足球教练员到省、市参加培训。

6、学校要高度重视安全问题，加强安全教育，责任到人，在开展校园足球活动过程中严防意外伤害事故的发生。同时各中小学校必须组织参加足球活动的学生购买意外伤害事故保险。

成立区中小学校园足球工作领导小组，区中小学校园足球工作领导小组。负责我区中小学校园足球活动的组织、协调和实施，负责对我区中小学校园足球活动的检查指导和评估。

# 学校足球训练方案篇三

根据国家体育总局教育部《关于开展全国青少年校园足球活动的通知》(体群字[20xx]54号)要求，为推动我省校园足球活动的开展，经省体育局和省教育厅研究，特制定本实施方案。

以科学发展观为指导，深入贯彻落实7号文件、省委9号文件精神，配合全省“百万学生阳光体育运动”的开展，以在青少年中具有广泛基础、深受学生喜爱的足球运动为载体，通过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，培养他们拼搏进取、团结协作的精神品质，将我校体教结合共育体育后备人才工作全面深入持久地开展下去。

坚持一个结合，两个目标的工作方针。即体育与教育紧密结合，充分发挥各自的优势，积极投入人力、物力和财力，共同为校园足球活动的开展提供保障；以增强体质和形成体教结合的青少年足球人才培养体系为目标。

## (一)成立组织机构

组长：赵芳

副组长：司武刚章娣

成员：吴勇张彪陶文治各班班主任

## (二)确定布局班级

根据《全国青少年校园足球活动实施方案》要求，组织足球联赛。

1、全校共有班级20个。

## 2、每年定点定时举行足球赛

### (三)明确职责分工

体育组和各班班主任要密切配合，互相协调，共同做好校园足球活动的组织和推动工作。

1、体育组负责足球竞赛组织，专业技术训练与指导。

2、各班班主任组织好球队的训练和人员的出席

### (四)要求

1、必须由主管校长负责学校足球工作，并设立专门机构；

2、必须完善开展足球活动的场地条件；

3、要求组织足球教师(教练)参加相关的培训；

5、必须组织校内班级间和年级间的比赛。

## 学校足球训练方案篇四

为了全面贯彻党的教育方针，推动学校体育工作和全民健身活动的开展，增强学生体质，促进学生身心健康，培养学生的体育运动能力和锻炼习惯，提高学生足球、排球的运动水平，提升学校体育竞技水平。经研究决定于第七、八周（雨天延期）举办强永中学男子足球赛和女子排球赛。现将竞赛规程通知如下：

(一)参加对象：本校高一、高二各班级男生

(二)比赛时间：3月19日至3月30日，第七周、第八周

(三)比赛方法：五人制比赛，按级段先分小组淘汰再循环

(四) 报名要求：各班报名不超过8人，将报名表送到体育器材室；报名截止日期为3月12日，14日抽签。

(五) 奖励办法：设集体奖，奖励级段前4名，颁发奖牌及物质奖励。

(六) 竞赛规则：采用五人制足球比赛规则，统一服装。

具体比赛规则和注意事项请看附件1（五人制足球比赛规则）。

（一）比赛时间□20xx年3月19日至3月30日（第七周、第八周）。

（二）比赛地点：校排球场。

（三）参加对象：本校高一、高二各班级女生。

（四）报名要求：每班上报6—12名运动员，将报名表送到体育器材室；报名截止日期为3月12日，14日抽签。

（五）竞赛办法：

1、采用最新规则，统一服装。比赛采用单淘汰制，决出前4名。

2、比赛采用三局二胜制，每球得分制，一局比赛为15分。

3、高二第一阶段文理分班比赛。

共青团龙湾区强永中学委员会体育组

20xx年2月29日

附件1：五人制足球比赛规则

- 1、比赛时间分为两个20分钟相等的半场。在每半场比赛因各种原因损失的所有时间被扣除。上下半场之间的休息时间5分钟。
- 2、开球时双方队员站在本方场内，开球的队员站在中间。中圈开球可以直接射门得分。
- 3、队员不得使用或佩戴可能危及自己及其他队员的装备或任何物件（包括眼镜）。运动上衣（颜色相同，有号码），短裤，守门员上衣颜色与队员区别，可穿长运动裤。违反上述规定裁判员可令其更换，不更换不准上场。
- 4、替换队员不得超过5人，可以重复替换上场。替换队员可以在比赛进行中替换（守门员除外），替换时出进场队员均需到替换区进行，先出场后进场。守门员可以和任何队员互换位置，但必须报告裁判员，并在死球时互换。替换队员未完全离场说进场，裁判员应停止比赛，令提前进场的替换队员出场，并对其实行黄牌警告。
- 5、裁判员认为，如果队员草率地、鲁莽地或使用过分的力量在双方进行争抢或对方队员控制球时实施铲抢（不允许铲抢），被视为严重犯规，判给对方直接任决球，可根据犯规严重情况给予黄牌警告或罚出场。
- 6、没有越位犯规的判罚。
- 7、同一场比赛同一队员被出示两张黄牌应同时出示红牌罚该队员出场。被红牌罚出场的队员不能坐在替补席上。同时不能重新进场比赛，并停止下一场比赛，他所属的球队应在队员被罚出场2分钟后再重新补充队员上场（上场队员站到替换区由助理裁判示意或记录员允许方可进场）。
- 8、任意球：将球放定在犯规地点，对方队员距球到少5米，在裁判鸣哨或示意4秒钟内将球踢出，踢球时主罚队员一脚站

定，用另一脚踢球（即不能助跑或跨步踢），球被触动后即算比赛开始。

9、点球：球放在罚球点上，除主罚队员外，其余双方队员离开罚球区外，并到至少距罚球点5米，对方未踢球前，守门员必须站在两门柱之间的球门线上，主罚队员在罚球区举手向裁判示意，在裁判鸣哨后，主罚队员一脚站定，用另一脚将球向前踢出（即不能助跑或跨步踢），球点球直接入门算得分，为完成罚点球过程延长的时间踢出的点球，只要没有其它犯规，球进门有效（包括球在进门时，触及门柱、横梁、守门员身体或先后触及三者后进入门内）。

10、界外球：当球的整体从地面或空中越过边线后，应由球出界前最后触球的对方在球出界处踢界外球恢复比赛。踢界外球与任意球一样。

11、球门球：球的整体从地面或空中越过球门柱外的球门线，而最后踢或触球是攻方队员，判由守方守门员掷球门球。守方守门员站在本方罚球区内，用手将球掷出本方罚球区外，但不得将球掷过中线，比赛开始。若球掷出后被罚球区外掷球方半场内的队员（不论那方）踢或触及，球落在任何一方半场也算合法。

12、角球：球的整体从地面或空中越过球门柱外的球门线后，而最后踢或触球的是守方队员，判为攻方踢角球。踢角球与任意球一样。

## 学校足球训练方案篇五

济阳县新市镇中心小学

承办单位

新市小学体育组

## 四、五、六年级

时间5月份

地点新市小学操场

1、由各班为单位组代表队参加比赛。

2、采用循环赛定胜负积分的方法

1、参赛的运动员必须是本校在籍在册的小学生

2、参赛运动员必须是参保学生。否则，取消参赛资格。

3、参赛队全部运动员集体合影一张。（也可电子照传至组委会）

4、参赛队必须有队名，队标，并有自己的拉拉队。

1、以各班为单位可报领队1人（领队必须是班主任）。报教练员1人，运动员10人。

2、报名运动员的'球衣号码小学组为1-10号，并在本年度参赛过程中不得更改（上衣背后号码尺寸为25公分，胸前和短裤号码为10公分）。

1、执行国际足联最新审定的《足球竞赛规则》。

2、为七人制比赛，使用4号比赛用球。

3、小学组全场比赛时间为40分钟，上下半场各20分钟，中场休息10分钟。

4、小学七人制比赛每场换人次数不限，替换下场的队员不可以重新上场替补其他队员。

5、采用分组循环赛。在规定的比赛时间内，如双方队为平局，则以罚点球决出胜负。

6、比赛中运动员被裁判员出示的红、黄牌在每个阶段比赛期间内有效，得到一张红牌或累计2张黄牌的运动员自然停止下一场比赛（赛区纪律委员会如有追加处罚除外）。

号码不清晰者不得上场比赛。守门员的比赛服装、护袜颜色要与其他队员服装、护袜颜色有明显区别，并佩戴足球手套。

8、参加比赛时，运动员必须持有参赛卡方可上场比赛。

1、每队胜一场得3分，负一场得0分。

2、如两队或两队以上积分相等，则依下列办法决出名次。

（1）相互间比赛的胜负、净胜球、进球总数多少决定名次，多者名次列前。

（2）如上述各项仍相等，则依次按照各自在小组单循环所有比赛场次中的净胜球、进球总数多少决定名次，多者名次列前。

（3）如再相等，则以抽签的办法决定名次。

1、每组录取前三名。

第一名给予总冠军奖杯奖励（流动奖杯），前三名运动员给予奖状和一定物质奖励。

2、表现优异的运动员可选拨至校队。

1、裁判长：

裁判员：

2、裁判员自备服装和鞋袜。

文明竞赛队评分标准