# 最新足球培训心得体会(五篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-12-02

*足球培训心得体会一本次培训可以说是收获多多。本次培训几位讲师分别从理论和实践两个层面，为我们讲授了校园足球开展的意义及比赛指导。我们先后听取了教育部体卫艺司体育处处长许弘《当前校园足球的推进与发展》，某大学体育部主任李宁《某某大学高水平运动...*

**足球培训心得体会一**

本次培训可以说是收获多多。本次培训几位讲师分别从理论和实践两个层面，为我们讲授了校园足球开展的意义及比赛指导。

我们先后听取了教育部体卫艺司体育处处长许弘《当前校园足球的推进与发展》，某大学体育部主任李宁《某某大学高水平运动队招生管理探析》，吴昊教授《文化自觉视域下我国校园足球发展战略》，全国幼儿体育专家指导委员会主任胡建国《同样的足球，不一样的梦》等主题报告，全面了解了校园足球发展的现状和策略，政策。随后参观考察了\_市东北路小学足球开展情况，并听取了\_市第八中学，\_市东北路小学，\_市开发区滨海学校校长介绍本校校园足球开展的经验，明确了我们校园足球发展的不足和困境，以及差距，听了讲师的讲授和实地参观，有一种茅塞顿开的感觉，受益匪浅，更引发了我对足球发展的思考。

我的收获：本次学习除了获得了不少快乐，两位老师先进的足球理念、多样的训练方法、悬殊的足球技术及他们的敬业精神深深打动了我，使我对校园足球有了新的认识。受益匪浅。

我的困惑：校园足球的理念是“快乐足球”。我的理解是小孩踢球快乐;家长因为小孩踢球自己感到快乐;学校领导、班主任、各科老师因自己的学生踢球自己感到快乐。这谈何容易啊!因为，只要其中有一不快乐，谁都无法真正快乐。

我的建议：类似的培训应该多一些，培训的安排还可以紧凑些，培训的内容应先征求学员在教学训练中碰到的疑惑和不解来制定，我想培训的针对性会更强。另外，如果还有类似的足球节，除了让学生获得快乐还应让学生明白：足球原来这么好玩;原来足球可以这样玩;原来他们玩的这么好。

如何看待校园足球?老师也给我们作了解释，校园足球应该重点面对小学和初中这个年龄段的孩子们，在这个年龄段的孩子们更多是培养兴趣，让他能够通过踢足球，在游戏当中体会快乐，实际上在游戏当中健身。假如说每天只踢半小时，这半小时他得到身体锻炼，精神上得到了调整，他会有更旺盛的精力去面对学习，老师们这样才会欢迎，否则你长时间踢球会担心影响学习，家长也会有这个疑问。我将梳理一下自己思路，从我们学校的实际出发，制定出适合我们自己的训练计划，第一基本功必须练，要结合游戏，针对孩子的身心特点。第二纪律，一支球队有组织纪律，每个学员必须严格遵守，违纪的队员要有惩罚。第三要结合足球规律学会创新，针对在比赛过程中发生的各种技术动作，真真正正地运用在平时的训练当中，要有针对性，增加趣味性。

总之，这次培训不仅看重理论上的学习和提高，而且重视详细实践，将理论和实践有机的结合了起来，为我们基层校园足球发展搭建了一个进步交流和学习的平台。非常感谢上级和学校领导提供了这样一次学习的宝贵机会，使我开拓了视野和思维，我将总结经验，将校园足球活动好好的发展开来，让孩子们一起阳光灿烂，快乐足球。祝愿我市校园足球在各位领导的引领下，蓬勃发展，腾飞高跃!

**足球培训心得体会二**

来到\_\_实验中学进行为期3天的足球培训。走入\_\_实验，校园干净、整洁，宽大的草坪足球场更是让我们羡慕不已。

这是我第5次参加市校足球办举办的校园足球培训班，每一次的培训都会有丰富的收获和提高。参加本次培训学员有90多人，是历史培训人数之最。可以看的出：在市校足办的领导下，济南校园足球运动正在蓬勃发展!

担任本次培训任务的是李东和\_\_。两位一动、一静;一位侧重理论，一位侧重实践;幽默中带着深厚，含蓄中透着干练。听了两位3天的课，使我受益匪浅，光培训笔记我就整理了满满一本子。之所以记这么多的笔记，因为二位讲得句句都很经验、都很珍贵，仅凭耳朵和眼记，那哪行，回校以后，常结合看看笔记，还要慢慢的把这些知识消化掉。

本次培训可以说是收获多多。本次培训二位分别从理论和实践两个层面，为我们讲授了运球、突破、传球、接应、控球及比赛指导。相之于前几次培训更加详解、深入和全面。

本次培训我的收获是会写教案了。过去也写过足球教案、大多是借鉴的多，怎么写不是很清楚，有些云里雾里。如何把学到的足球知识正确有效的传授给队员，这才是培训之最终目的。第一天讲完课就给我们布置了写教案的任务，给我安排的任务是“1打1进攻”主题。为了写好教案，晚上我上网查了些资料，关于1打1的很少，我又同同组的几位同仁进行了几次交流，教案反复写反复改了好几遍，快12点时终于写完了。非常高兴，足球课原来可以这样上。

听了二位白天的讲授和看着自己写的教案，有一种茅塞顿开的感觉。白天很希望能抽到我的教案，我也上去讲讲，可惜没抽到我。

本次培训可以说学到的多多，象“格子”训练，我在这周的教学中已经尝试，效果非常好!还有我写的1打1进攻教案我也用上了。

根据此次培训学到的知识，根据我的球队不足，我会在训练中刻意注意一下几点：

1、认真贯彻教案，有针对性的进行训练。

2、在训练中、比赛中，要教给学生正确的东西，发现问题要及时纠正。

3、在技术训练中增大1对1的对抗。

4、加强区域内传接球的配合、呼应、跑动时机、准确性的施教。

还有很多体会不在面面俱到。

本次培训不足之处也有很多，如：讲课，配合不够，没有做到积极发言，害怕讲错了。还有的同仁迟到、说话、睡觉…这些都不太好，不该要。

总之，这次培训不仅看重理论上的学习和提高，而且重视详细实践，将理论和实践有机的结合了起来，为我们基层足球指导员搭建了一个进步交流的平台。最后非常感谢：校足班各位领导为我们提供了这次章丘之行，祝愿济南校园足球在各位领导的引领下，蓬勃发展，腾飞高跃!

**足球培训心得体会三**

今天，太阳绽开了热情的笑脸，我们企盼已久的足球比赛终于到来了。

八点左右，我们兴致勃勃地来到了操场。偌大的足球场被分为了两个小足球场。第一场我们班坐在左边足球场旁边观战。足球队员们一个个摩肩擦掌，跃跃欲试。

比赛开始了，只见我们班严宇豪把球踢给了王明宇，王明宇立刻带着球往对方区域跑去。对方好几个队员都来拦王明宇，王明宇灵活地躲过了对方的拦截，把球往球门踢去。可是，球没碰着球门，直接擦着球门飞过去了。场上的气氛顿时沸腾起来了，加油声响成一片。上半场结束时，比分是2：0。我在心里暗喜，138班必输无疑了。果然，下半场开始了，我们经过一次又一次的射门和拦截，最终比分是3：0。耶，我们赢啦!打完第一场比赛，队员们个个脸胀得通红，但露着胜利的微笑。

接下来我们是对阵139班。比赛一开始，双方就僵持了很久，但上半场我们还是进了几个球。下半场结束哨声吹响时我们特别高兴，因为我班以4：0的绝对优势又赢了一场。

第三场我们移师小足球场。不过这回赢的可能性不大，因为这场我们是和136班踢。早就听老师讲过，136班可不能小看呀。虽然136班以4：0赢了我们，可我注意到中间有一个特傻的球：对方有一个队员站在离我方球门不到两米的地方，而球到了他面前，可他却踢偏了。还有一个球忒狠了点，直接踢中了严宇豪的心脏旁边，哎呀，看着就疼，幸好没事。

下午，比赛继续。第一场是我班跟135班踢。虽说在上午他们踢赢了140班，但是对我班来说，还不是小菜一碟!最终我班以1：0将他们挡在了决赛圈之外。

激动人心的决赛时间到了。由我们班和140班争夺冠亚军。踢完这场球，我真觉得135班是靠运气赢140班的。140班的实力真的不容小觑呀!他们的守门员严防死守，不给我们一丝一毫的机会，上半场时比分就已经是4：0了。到了下半场，我班好不容易突破他们的防线，进了一个球。可没想到他们班队员趁我班疲惫不堪时又连进两球。在我班好不容易有点起色的时候，偏偏终场哨声又响起了。

眼前还浮现着队员们在绿茵场拼搏的身影，耳畔还回响着啦啦队员们呐喊的声音，我们恋恋不舍地离开了操场，带着些许遗憾回到教室。班主任舒老师安慰和鼓励我们说，没关系，下次再努力，今年得亚军，明年我们就是冠军了!

**足球培训心得体会四**

12月7日，xx市校足办的统一安排下，我来到市体育会展中心进行了为期六天的校园足球教练员的培训。此次培训让我收获颇多：

首先，市教育局、体育局各级领导对本次培训作重要讲话;承担本次培训任务的陕西 师范学院教授耿建华就本次培训提出了一些要求。开班仪式结束后紧接着就开始学习。我抓住这次机会，认真学习，从足球的基础训练做起，了解校园足球发展状况;青少年足球身体训练的特点;知道了足球训练与比赛的相关知识;学到了荷兰青少年足球训练的理念以及草根训练的内容方法等等。

其次，感受最大是耿建华教授和李志指导一动、一静;一位侧重理论，一位侧重实践的绝佳配合，本身就体现出足球的默契配合的精神。耿建华教授和李志指导用贴合中小学足球教学实际的教学方法，在寒冷空旷的足球场上，他们通过足球练习和游戏，把我们这些成年人带动得兴致勃勃地进行足球运动。一会儿是足球球性练习，一会儿是足球技术训练，一会儿又是足球战术配合，另一会儿还进行足球教学方法指导和足球训练预防运动损伤的要求。使我们在运动中以及和耿教授和李指导的身传言教下，掌握了足球基本技术和战术以及草根足球的教练法，也对我今后的教学方法有了很大的提高。

第三，耿建华教授和李志指导的敬业精神值得我学习。耿建华教授教学一丝不苟，言传身教，主动询问我们学习和掌握技术和教学的情况。耿建华教授虽然已经年过五旬，但每教一项技术都能亲自示范，让我们看清每一个动作，讲清每一个动作要领，让在场的每一位学员都清楚的知道动作的细节，这让我们看到了老一辈足球教练的职业操守，更让我们看到了中国足球的希望。李指导更是亲自上场踢球为我们展示足球风采和战术配合意识。虽然只有短短的六天时间，但耿建华教授和李志指导恨不得把毕生的知识和经验毫无保留地传授给我们，

另外，耿建华教授的理论功底和丰富的足球教学方法也让我受益匪浅。 通过此次培训让我知道了足球训练一要“打铁还需自身硬”，要从自身做起，学好足球基本技术，才能做一个合格的教练员，要持之以恒。二要对运动员进行科学的方法进行有效的训练，三要了解运动员的心理，加强运动员的心理训练，提高他们的集体感和意志力，这样才能提高球队的战斗力，才能更好提高中小学足球运动的水平。

总之，这次培训不仅注重理论上的学习和提高，而且重视足球教学实践，将理论和实践有机的结合了起来，为我们基层足球指导员搭建了一个进步交流的平台。最后感谢xx市体育局和教育局提供了这次绝好的学习机会，让我学到了许多的货真价实的足球知识和理论!

**足球培训心得体会五**

我们来到武侯实验小学进行为期3天的足球培训。走入武侯实验小学，校园干净、整洁，宽大的草坪足球场更是让我们羡慕不已。

这是我第5次参加市校足球办举办的校园足球培训班，每一次的培训都会有丰富的收获和提高。参加本次培训学员有90多人，是历史培训人数之最。可以看的出：在市校足办的领导下，成都校园足球运动正在蓬勃发展!

担任本次培训任务的是李东讲师和郑涛讲师。两位讲师一动、一静;一位侧重理论，一位侧重实践;幽默中带着深厚，含蓄中透着干练。听了两位讲师3天的课，使我受益匪浅，光培训笔记我就整理了满满一本子。之所以记这么多的笔记，因为二位讲师讲得句句都很经验、都很珍贵，仅凭耳朵和眼记，那哪行，回校以后，常结合看看笔记，还要慢慢的把这些知识消化掉。

本次培训可以说是收获多多。本次培训二位讲师分别从理论和实践两个层面，为我们讲授了运球、突破、传球、接应、控球及比赛指导。相之于前几次培训更加详解、深入和全面。

本次培训我最大的收获是会写教案了。过去也写过足球教案、大多是借鉴的多，怎么写不是很清楚，有些云里雾里。如何把学到的足球知识正确有效的传授给队员，这才是培训之最终目的。第一天讲完课讲师就给我们布置了写教案的任务，给我安排的任务是“1打1进攻”主题。为了写好教案，晚上我上网查了些资料，关于1打1的很少，我又同同组的几位同仁进行了几次交流，教案反复写反复改了好几遍，快12点时终于写完了。非常高兴，足球课原来可以这样上。

听了二位讲师白天的讲授和看着自己写的教案，有一种茅塞顿开的感觉。白天很希望能抽到我的教案，我也上去讲讲，可惜没抽到我。

本次培训可以说学到的多多，象“格子”训练，我在这周的教学中已经尝试，效果非常好!还有我写的1打1进攻教案我也用上了。

根据此次培训学到的知识，根据我的球队不足，我会在训练中刻意注意一下几点：

1、认真贯彻教案，有针对性的进行训练。

2、在训练中、比赛中，要教给学生正确的东西，发现问题要及时纠正。

3、在技术训练中增大1对1的对抗。

4、加强区域内传接球的配合、呼应、跑动时机、准确性的施教。

还有很多体会不在面面俱到。

本次培训不足之处也有很多，如：讲师讲课，配合不够，没有做到积极发言，害怕讲错了。还有的同仁迟到、说话、睡觉…这些都不太好，不该要。

总之，这次培训不仅看重理论上的学习和提高，而且重视详细实践，将理论和实践有机的结合了起来，为我们基层足球指导员搭建了一个进步交流的平台。最后非常感谢：校足班各位领导为我们提供了这次章丘之行，祝愿成都校园足球在各位领导的引领下，蓬勃发展，腾飞高跃!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！