# 足球训练基地工作总结(实用16篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-03-05

*足球训练基地工作总结1希望小学园足球活动开展以来，在全国校足办的正确领导下，在省、市校足办的共同努力下扎实深入开展，成效显著，为推广校园足球活动提供了榜样和经验。>一、 主要做法(一)真抓实干，使开展校园足球工作落到实处我校在开展活动中狠抓...*

**足球训练基地工作总结1**

希望小学园足球活动开展以来，在全国校足办的正确领导下，在省、市校足办的共同努力下扎实深入开展，成效显著，为推广校园足球活动提供了榜样和经验。

>一、 主要做法

(一)真抓实干，使开展校园足球工作落到实处

我校在开展活动中狠抓三个环节：一是抓活动前的联系、动员、布点环节。二是抓活动前的培训工作，开展青少年校园足球活动校长、指导员、裁判员培训班，由全校校足办委派讲师对开展校园足球活动的目的意义进行了详细介绍，使校长和指导员、裁判员统一了思想，提高了认识；三是抓活动前的报名、注册、保险工作，按照全国校足办的要求，组织专人负责，边学边干圆满规范地完成了学校的注册、报名、保险工作，举办校长、指导员、裁判员培训班两期。

(二)建立完善的青少年校园足球联赛组织机构

1、成立联赛组委会

由分管体育的副校长担任联赛的名誉主任，建立健全了高效的工作机构，严格按照全国校足办对联赛的统一要求操作。

2、不断提高办赛水平

根据参加校园足球联赛学校的分布情况，按照活动方案就近参赛的原则要求，合理安排各布点学校赴赛区参赛。

3、全力以赴做好联赛服务工作

>二、主要工作体会

我们对在校园中开展足球活动充满了信心，因为它已成为孩子们生活的一部分，成为他们茶余饭后谈论的话题，甚至会对孩子们的健康成长产生重大影响，我们在工作中主要有以下几点体会：

(一)争取领导对校园足球的重视

**足球训练基地工作总结2**

足球是一项让人热血沸腾的伟大的体育运动，也是全球开展最广泛的体育运动之一，中国足球实力目前虽然不强，但中国人对足球这项全民运动的热情可丝毫不会弱于其他的任何一个国家，我自己也是一个铁杆的球迷，虽说技术可能很差，但就是喜欢，喜欢各位顶尖球星的完美球技，喜欢卡卡、小小罗、梅西、鲁尼？？小蒿、李玮峰、郑智、孙继海？？因是天津人，所以最喜欢看京津德比，泰达和国安的比赛激情无所不在，热闹非凡，不管是双方球员还是球迷，个个热血沸腾，各种激动人心的场面？？从小怀揣着足球的梦想，但一直没有机会，身体可能也达不到要求，因此在选课的时候我毫不犹豫的选择了足球一，来弥补自己未完成的梦想，学一些技术，释放自己！

通过这个学期的学习，我真的感觉到收获很多。

足球一的课上主要学习了传球技术，有脚内侧传球和脚背内侧传球，另外还学习了一些带球技术。通过课上的学习和认真地练习及课下的足球赛，我觉得我已经掌握了这些技能，并基本上可以灵活运用了，当然了还是需要强加练习的。以前在球场上无所事事，心有余而力不足的日子已经过去了，现在我能和同学很好地配合，足球在我脚下的时间越来越长了，那种感觉真是太美好了，我现在觉得自己很有成就感，对自己也越来越有信心了？？体育课不仅重视技术动作的教学，更重视体能的锻炼。踢足球需要较好的体能，力量和耐力是不可缺少的。体能的锻炼让我忘却了繁重的课业，身体和大脑得到解放。这个学期，我的体能得到了很大的改善。每节体育课虽然时间很短，得到的锻炼也很有限，但课上老师传授的一种锻炼的态度，爱运动的生活方式让我获益匪浅。从此体育场多了我跑步的身影，足球场上也多了我拼搏的身姿。我也找到了一种解脱压力的方式。

体育课让我累并快乐着，上体育课有时会感觉很累，但无论如何也得坚持下来，坚持下来之后就非常畅快，那是一种解脱后的畅快，如破茧后的\'飞翔，挣脱缰绳后的奔跑，是多么自由、美好。毅力，坚持无论在哪儿都非常重要，体育锻炼教给我们的不仅仅是身体上的锻炼，更重要的还有意志上的磨练，就这样一天天变强大，变坚强，意志的坚定让我们能面对任何困难，不逃避不退缩，永远做一个强者。古人云：“故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”正是这个道理，可见成长和锻炼是多么的重要。

体育课还让我们认识了许多朋友，几十个人在一起上课，踢球，流汗，拼搏，也是一种十分惬意的事。体育是世界通用的语言，而足球更是全世界都十分热爱的交流方式。体育让陌生人成为朋友，让新朋友成为老朋友，让友情愈醇愈香，这也是体育锻炼的好处之一，也是无数人崇尚集体体育运动的原因。团结，友爱，竞争，进步，体育给予我们的还很多很多，让我们在自己人生道路中上演璀璨的话剧，在生命的画纸上尽情的挥洒着青春和热血。足球，让我挥洒汗水；足球，让我青春飞扬；足球，让我放飞梦想。爱足球，爱足球的一切。

感谢你，足球一，是你给了我放飞梦想的舞台？

**足球训练基地工作总结3**

此次足球比赛，在校领导大力支持与全校师生的共同努力下，圆满的拉开了帷幕，整个运动会气氛热烈，秩序井然，体现了我校良好的精神风貌，成为我校体育工作的一次成功检阅，尤其值得关注的是不管是场边的拉拉队员还是参加比赛的学生，自始至终体现出一种集体的凝聚力和向心力，使此次比赛不仅圆满完成任务，而且将有力地推动我校今后的体育工作，取得了更大意义上的成功，综观此次比赛，归结起来主要有以下几个特点：

一、学校领导重视，组织健全：

有足球比赛筹备阶段，学校领导就给予了高度的重视，投入了大量的人力物力，并且成立了筹备比赛领导小组，形成了一个强而有力的领导核心，运动会之前，全校师生做了大量的前期筹备工作，召开多次会议，落实，布置，检查筹备情况，使各项工作有人负责，有人落实，从而成为此次比赛成功的首要条件。

二、准备充分，分工落实：

比赛前期准备工作事项烦多，领导小组贯彻“早安排，早部署，早落实”的精神,对筹备工作制订了详细的活动方案.

三、全员参与，成效显著:

此次足球比赛，得到了各班班主任和同学们的重视与积极参与，在为期15天的比赛中，120名学生参与下。比赛圆满完成。

此次足球比赛活动不仅激发了同学们团结互助、集体观念、竞争

意识和拼搏精神，而且进一步提高了学校的体育发展水平，增强了学生的身体素质。

比赛最终结果：

第一名：七年七班八年一班

第二名：七年二班八年十班

第三名：七年十班

八年十二班

建平县第一中学

20xx年6月

**足球训练基地工作总结4**

通过近一个学期的刻苦训练，足球队取得可喜的进步，队员们的球性得到了很大的提高，技战术方面也得到了较大的进步。在学期初始阶段，我就通过体育课组织各个年级进行班级比赛，其目的在于选拔队员，组织比赛收到很好的效果，被选拔出来的队员有身高、有速度、有耐力，综合身体素质较突出，为这支队伍打下良好的基础。与此同时，我制订了一系列的训练计划，从严（严格管理）、从大(大强度、大运动量)来训练队伍。初始训练阶段注重队员的薄弱环节，进行有针对性的训练，并着重抓好基础的技术训练。例如：运球、带球过人、传球、射门……等等。这一阶段主要让队员对足球技术有个初步、全面的\'认识和掌握。到综合训练阶段时，在抓好技术基础训练同时，注入简单战术配合的训练，并在此期间传授足球裁判规则，使队员们掌握一定的战术和规则并可加以运用。在训练中坚持大运动量、大强度地训练，为这支队伍打下坚实的基础。在坚持以战术配合训练为主的同时多次进行队内教学比赛，增加比赛经验，尽量在运动中、对抗中，全面、熟练、快速、准确地掌握各种技战术。不断提高个人控球和突破能力，多种传球技术和射门技能以及抢截能力。并在比赛中灌述良好的比赛作风和坚强的意志，克服种种困难，培养稳定的心理素质和顽强的拼搏精神。在最后的调整阶段，在抓好技战术训练的同时，有选择地和一些足球传统学校球队比赛，增强比赛意识以及临场的应变能力，丰富比赛经验，为以后的比赛做好准备。经过近三个多月的训练，这支队伍在各个方面得到了很大的提高，但由于这支队伍组队时间较短，基础比较薄弱，难免存在许多不足。我相信只要坚持努力训练，成绩将会得到更大的提高。

在队伍组建一个学期以来，学校领导和教务处都十分关心并支持球队的工作。经常询问和观看球队的训练情况，了解队员的困难并积极给予解决。

**足球训练基地工作总结5**

20xx年6月13日，我们来到辽宁省大连市参加为期3天的20xx中国青少年“校园足球教育与发展”论坛。我市参加本次培训学员有30人，由市局赵艺老师带队。

担任本次培训任务的是北京大学，听了九位讲师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，因为各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》，北京大学体育部主任李宁《北京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。随后参观考察了大连市东北路小学足球开展情况，并听取了大连市第八中学，大连市东北路小学，大连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\*\*\*，一支球队有组织\*\*\*，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！

**足球训练基地工作总结6**

“新生杯”足球赛已经结束了,尽管没有小组出赛,但是足球队的每一位都努力了.尽力了,从刚开始组队时,每位足球队员就把足球队当成一个集体,自己是这个集体的一分子,尽管输了这次的“新生杯”比赛,但是球员们学到了很多.下面就球队的训练和比赛进行一下简单的总结：

足球队从十月下旬开球始组队,十月底足球队正式成立,最球队成立的最初任务就是迎接这次的“新生杯”足球赛，为此,初始阶段我们就制定了系统的训练计划，首先就是队员的恢复性训练，在这个阶段我们主要是就队员的薄弱环节进行有针对性的训练，并着重抓好基础的技术训练。例如：前锋队员的门前技术练习，由于我们队的`前锋队员在对方门前把握机会的能力不强，这就会使比赛进行得非常艰难，也会使整个队伍随之泄气，所以这个环节的训练比较重要，不但加强了前锋队员的包抄射门练习还做了长时间的各个角度的射门练习，并取得了不错的效果。后卫队员的站位训练和断抢能力的训练，几名后卫队员的身材不是很高，因此还进行了专门的头球训练。前卫这个位置是整场比赛的关键，不但要参与进攻并且得分而且还要传出致命的威胁球，更要积极的参与防守，为此，前卫队员的传接球技术和体能也进行了系统的训练。就针对球场上的各个位置的人进行专门的训练，和队员的体力训练，还有就是学一些球场上的一些基本规则，在每天的早操时间和周内没有课的时候训练，在一些时间还分成组组织进行模拟比赛，把训练的东西在模拟比赛中得到恐固和提高，另外也可以锻炼组员之间的配合度。

经过队员们不懈的训练，不抛弃，不放弃，一周后，我们“新生杯”足球队的队员们迎来了我们的初战，我们组队以来的第一场比赛，第一场比赛和环化的，我们队员在比赛中本着‘友谊第一，比赛第二’的原则，最后2：3输了比赛，但是队员们的球性得到了很大提高，技战术方面也得到了较大的进步,在比赛中我们队员没有领到一张红、黄牌，队员们基本上都打了比赛，得到了很好的锻炼，我们学院足球队的技战术水平也得到提高。我们队员也从中学到了很多,了解了自己的不足。

之后我们也打了几场比赛，但最后结果还是不理想，总结后发现我们队的能力还有待提升，在比赛中也出现了很多的问题，比如队员之间的协作不是很到位，各队员的体力有待加强，基本到下半场大部分队员都没体力了，因为我们只训练了有十来天左右，各部分还没有准备好，就上了赛场，针对这些问题我已提出相应的解决办法，在下次的比赛中我们一定会取得好成绩的。

“新生杯”足球赛已经结束了,尽管没有小组出赛,但是足球队的每一位都努力了.尽力了,从刚开始组队时,每位足球队员就把足球队当成一个集体,自己是这个集体的一分子,把足球队当成自己的家,每个队员都是自己的家人,并且为这个家奋斗着.努力着,眼看着“知行杯”足球赛即将到来，我们队还有重要的比赛任务，我们会在接下来的日子里刻苦训练，顽强拼搏，争取在“知行杯”的比赛中取得优异的成绩。

纵观这次的训练和比赛总体来说不怎么理想，队员没能够投入全部身心，再加上没有训练和质量比较高的教学比赛，因此打出这个成绩还是不出乎我们的意料的，在明年的训练和比赛中我们一定好好训练认真准备比赛，争取打出好成绩。

**足球训练基地工作总结7**

>一、指导思想

根据《教育部等６部门关于加快发展青少年校园足球的实施意见》，到20\_年，要支持建设２万所左右青少年校园足球特色学校的指导意见，以及省、市、县有关体教结合的精神及县教育局“两个抓手”的精神为指导，把开展足球运动作为一个深入实施素质教育的有力抓手。以快乐、创造为宗旨，做强、做实、做细学校足球为品牌，进而创建足球特色学校。

>二、发展目标

>（一）总目标

深入挖掘和提炼“健康、乐学、苦练、提升”足球特色文化，将之升华为足球精神，努力探索足球活动、足球社团良好运行机制，以足球为载体，把学校创建成在市内外有相当知名度的现代化特色学校。

>（二）分目标

（1）构建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，力争在市级比赛中取得名次。

（3）探索足球社团的选拔、训练、活动与比赛的运行机制，构建运作模式。

>三、措施与方法

>（一）加强组织领导

我校积极组织体育教师学习足球特色学校的相关精神，高度关注国家关于足球特色学校的政策，高度重视学校体育和学生体质健康，着手创建一所具有我校特色的足球校园。推广普及足球运动，提高学生对足球的兴趣，培养学生体育锻炼的良好习惯，达到强身健体的效果。全面提高学校足球的技术水平，在校园形成良好的足球氛围以足球项目为特设建设，推进学校体育的改革，提高学校体育水平的层次。1～2年的时间把学校的3～6年级的每个班级都组建一支球队，且每个年级都有一支级部球队。每学年组织1～2次的校级足球联赛，每学期组织2～3次校级足球趣味活动。一是健全工作机制，我校将创建国家级足球特色学校放在了学校工作的重要位置，组织健全，成员如下：组长：xxx；副组长：xxx；成员：xx等，负责校园足球活动的开展、组织、计划、安排和协调工作，领导小组的成员多为体育教师，全面负责学校足球教学的主要工作。我校的领导做到领导到位、议事到位、经费到位，领导小组成员做到准备充分、备课仔细、教学认真、总结精炼、深入研究，保证了我校足球的有效有质的开展，充分提高了体育教师在发展校园足球中的积极性、创造性，使工作落到实处。二是完善规章制度，我校自20xx年3月起，对四年级五年级的体育课增设足球，也增设了足球社团，为足球在我校的开展奠定了基础。20xx年九月起，我校3～6年级每周每班都做到了1～2节足球课课。筛选出了足球特长生和天赋的学生并对他们进行训练，现我校已经有一支初有成色的队伍。现我校的足球设施正逐步完善且我校对校园足球资金投入也逐年增加，以保障学校足球能正常开展。我校的足球运动主要在体育教学和社团活动中进行，每个星期保证每个班级至少有1节足球课。我校每天早晨、大课间和放学后都有一定的时间进行训练队的训练。

>（二）健全保障措施

加强领导，统一认识。学校成立以校长为组长的领导小组组织教师学习足球特色学校建设的相关精神，认识到创建足球特色学校的重要性及我校现在创建足球特色学校的优势和不足，以足球为特色从而推进学校体育教学的改革，提高学校的体育教学水平，做好培训，提高教师素质认真做好体育教师的理论学习，技术培养等动作。教师是提高校园足球运动水平的\'关键。针对这一问题，我校采取走出去、请进来和相互学习的方法，加强对体育教师的培训，同时通过网络和杂志等学习足球的相关技术动作和理论知识，从而加深体育教师的印象，提高体育教师的素质，开发好校本课程，加强足球教学的研究加强足球教学研究，把足球教学纳入平时的课堂教学中，我校的体育与健康课程都是以班级为基本单位，确保每节体育课都做到课前十分钟以足球专项技能为主要教学，提高学生对足球的兴趣，根据学生对技术和战术的接受情况再对学生分层次进行技战术的深层次教学。体育教师要根据学校总的要求，制定好体育与健康课程的教学计划，认真备课，规范好教学过程当中的技术动作。资金到位，加强校园足球建设，我校近两年都在校园足球建设方面投入了相应的资金且学校也承诺不会挪用和挤用校园足球建设的资金，确保校园足球建设的正常进行。我校现有400米标准塑胶田径场地一块，内置标准足球场地一块，可改制五人制足球场3～4片。硅PU制标准篮球场地6片、排球场地6片，还可以对此些场地进行适当的改造。我校共有18名专职体育教师，其中在职在编12人，足球专业教师4人，国家足球二级裁判员1人。

>（三）抓实教育教学

教学理念先进。学校始终坚持健康第一，把足球作为立德树人的载体，积极推进素质教育，促进学生全面发展，健康成长。保证体育时间。坚决保证学生每天锻炼不少于一小时，严格按照国家规定的课程标准开足开齐体育课，坚决杜绝减课、占课，甚至不开课的现象。体育课加大足球课的比例，通过大课间、体育课、专题足球课等方式加大学生对足球的相关知识的理解、仅能技能的运用。积极营造浓厚的校园足球文化，为开展校园足球活动营造舆论氛围，通过足球相关的艺术比赛和足球比赛等来普及足球活动。开发足球课程资源。20xx年起我校体育教师每周教研活动研究课常以足球在校园开展为核心进行研讨教学，且具有一定的成色。

>（四）强化训练与竞赛

1、成立足球组织。我校从三年级到六年级，每班都有自己的足球队。此外，学校还成立了校队，利用每周五下午素质教育大课堂的时间开展校队的训练。

2、开展科学训练。学校制定有系统、科学的训练计划，常年开展课余足球训练，注重提高训练效益，并配备有安全、医疗等应急方案。

3、建立竞赛制度。学校不断完善校内足球竞赛制度、并趋于稳定；每个月由体育组组织校内足球班级联赛、年级挑战赛，班级擂台赛，校足球队积极参加市县级比赛。

4、支持学生发展。我校积极创造条件，鼓励有天赋、有潜力学生参与校外足球训练、培训和比赛，并积极向上级特色学校及各级各类足球优秀运动队输送人才，为学生提高足球竞技水平和运动能力创造条件。总之，为了能够建设成足球特色校园，我们正在努力，且取得了一些成绩，当然，今后我校将继续加大足球特色工作的力度，完善足球体育管理，打造足球特色校园，切实提高学生身体素质，努力开创我校足球特色工作的新局面。

**足球训练基地工作总结8**

>一、比赛时间及地点：

比赛时间：10月23日~11月5日

比赛地点：南校区足球场

>二、小结：

本次由我们足球协会承办的学院足球赛顺利进行，有赖于全体同学的积极参与和配合，还有工作人员的努力。在活动过程中，工作人员尽职尽责，不怕苦，不怕累，为我协会在广大同学心中树立了良好的形象。尤其是裁判人员，本着高度负责的公平公正的态度，顶着巨大的心理压力，及时克服种种突发纠纷，为此次活动作出了巨大贡献。本次活动各学院充分发扬了良好的团结协作精神，大家协作共事的经历都给参加此次比赛的球员留下了深刻的印象，为校运会的其它活动的开展树立了榜样。

>三、具体情况如下

1、前期工作

（1）做好赛前工作是成功的一半。赛前，我们写好了赛程的计划书，

并得到上级领导的支持。在这份计划书中，清楚地写了比赛时间，地点，赛制，规则，奖励方法以及注意事项，特别强调了迟到的处理问题。

（2）接着就是要对本次参赛队伍进行抽签分组，并把比赛的过程和注意事项宣布下去。

（3）最后就是活动场地的`布置、宣传等一系列细致的问题，确保能成功顺利进行。从场地物品的申请、宣传的方式，都让我们学到了不少交际的能力。

2、比赛中的工作

（1）比赛前布置场地，安排人员。开赛前15分钟做好参赛队员的检录。安排工作人员做好场边维持秩序工作，确保比赛顺利进行。（2）在比赛后对场地进行清理工作。

本次比赛可能在某些细节上存在问题，但我们会继续努力，吸取经验，在下次的工作中做得更好。

>四、相片另附。

主办：基础部、学生工作部、团委、工会承办：足球协会d

**足球训练基地工作总结9**

>一、指导思想：

落实校长校长负责制，认真学习“学校体育工作条例”的重要思想，在训练中坚持依法治教，以德治教，加大教学，训练有素，理论联系实际，体育科组分步实施训练教学目标；订出计划，全面推进素质教育，提高训练教学质量，力争在绵阳市小学生足球赛取得好成绩。

>二、工作目标

少年儿童是祖国的未来和希望，学校开展足球项目专项训练，目的是增强学生的体质，增进学生身心健康，通过训练，建立足球运动的基本技能概念，熟悉球性和控球能力，体会动作要领，初步掌握足球最基本技术和游戏方法，发展灵敏，协调等身体素质，培养勇敢，顽强，机智，果断等优良品质和团结一致的集体主义精神。

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，同时不断提高竞技水平，力争在绵阳市小学生足球赛取得优异成绩，为学校、社会培养更多的足球人才。

>三、训练任务

1、培养队员良好的心理品质及思想品德，在学习技术技能之前先学习做人道理，从思想上重视教育。

2、根据队员年龄段特点，提高队员身体健康水平，根据足球专项运动的特点，改善队员的身体形态，提高机体的运动能力，发展综合的运动素质。

3、培养队员的团队精神，足球运动是一项集体项目，需要每个队员努力，才能取得好的成绩。

4、教会队员进行专项运动训练组织、指导工作的基本知识和技能培养队员独立进行自我训练的能力。

>四、训练内容

（一）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。

（二）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。

1、学习掌握跑的正确技术。

2、提高速度所需要的肌肉力量。

3、提高完成各种技术动作所需要的灵敏协调能力。

（三）全面提高学生的基本技术

重点是传，接技术、运球、带球过人、射门等等。逐步发展学生个人技术特长。在综合训练阶段，在抓好技术基础训练同时，注入简单战术配合的训练，并在此期间传授足球裁判规则，使队员们掌握一定的战术和规则并可加以运用。在训练中坚持大运动量、大强度地训练，为这支队伍打下坚实的基础。在坚持以战术配合训练为主的同时多次进行队内教学比赛，增加比赛经验，尽量在运动中、对抗中，全面、熟练、快速、准确地掌握各种技战术。不断提高个人控球和突破能力，多种传球技术和射门技能以及抢截能力。并在比赛中灌输良好的比赛作风和坚强的意志，克服种种困难，培养稳定的心理素质和顽强的拼搏精神。在抓好技战术训练的同时，有选择地和一些有足球队的学校比赛，增强比赛意识以及临场的应变能力，丰富比赛经验，为即将到来的比赛做好准备、经过近一个学期的训练，这支队伍在各个方面得到了很大的提高，但由于这支队伍组队时间较短，基础比较薄弱，难免存在许多不足。我相信只要坚持努力训练，成绩将会得到更大的`提高。

（四）提高队员的战术能力

重点是个人战术、局部战术和简单的全场战术。

1、明确个人攻守的职能，进攻和防守原则。

2、提高个人战术意识和局部。2对1，3对2能力。

3、确定基本阵容，初步形成3—2—1全攻全守的基本打法、基本战术。

（五）主要训练手段。

1、身体训练：各种快速跑，耐久跑，负重柔韧等练习。

2、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。

3、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。五、取得的成绩

通过一年的训练，我校足球队整体水平相比学年初有明显提高。在多次校际比赛中均表现突出；尤其在20xx年“绵阳市体彩杯中小学足球赛”中取得了“小学组第四名”的优异成绩，更是值得自豪。

今后，我们将继续努力，搞好校足球队的训练管理工作，发扬体育运动的顽强拼搏和团结协作精神，创建足球特色品牌，通过特色创建，不断提升学校品位，最后祝愿我校的足球特色走得更远

**足球训练基地工作总结10**

转眼一学期就要过去了，足球社已经在轻工学院生活1年多了了，回顾过去的数个春秋，可以清楚看见，一个朝气蓬勃的社团在蒸蒸日上。

这学期，在我校社团联和指导老师的领导下，在各位社团干部和社员的共同努力下，足球社在各方面取得了自身一定的发展。社团机构逐步健全，社团活动逐步规范化、活动的主题更加能体现社团的自身特色、活动的质量和水平显著提高，加强了与有关组织和人员的合作与交流，促进了自身发展。

回顾上一学年以来的工作，社团进行了维持社团良性发展的一些工作，总结起来有以下几点：

一，开学初进行了社团纳新活动，共纳入新社员20人。

二，积极开展各种社团活动，丰富社团生活，让各个社团在活动中成长学习，比如每周2的足球训练，让广大社团都更加热爱足球，并且也扩大了足球社在全院的知名度。以及举办了第一届足球赛，不仅锻炼了社团干部完成任务的能力，也扩大了社团的影响力。

三，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。积极配合学校开展第一届泉州轻工足球赛，把宣传的工作的做得很到位，得到了老师的一致好评。同时外联部借助这个机会，也更加锻炼了自己的独立解决问题的能力，宣传部也加强了自己宣传的技能，组织部也更加协

调的配合各个部门的工作，协助学校把这届足球赛举办的十分成功。

凭借以上经验，我认为我们足球社会更加努力，会不断的成长和健全。虽然有很多好的经验，但是同时也存在一定的不足，比如：社团成员之间的信息传达工作不是很到位，主要是由于我们足球社是一个院级社团，社员涵盖了各个系，通知工作必要不方便，这需要我们更加努力解决，同时，社员参加训练积极性不高，因为很多人怕热怕累，而忽略了运动的重要性，所以我们要更加普及大众体育精神，并且让更多的同学去认识足球这一世界第一运动。

我相信，在各位指导老师和社团联的帮助下，足球社的明天会更加灿烂，成绩更加骄人。让足球社的名声更加出众。

**足球训练基地工作总结11**

通过一个学期的刻苦训练，我们沈阳工业大学足球队取得了可喜的进步，虽然在年底的时候天气十分的寒冷！但是队员们的球性得到了很大提高，技战术方面也得到了较大的进步。下面就球队的训练和比赛进行一下简单的总结：

本学期初始阶段我们就制定了系统的训练计划，首先就是队员的恢复性训练，在这个阶段我们主要是就队员的薄弱环节进行有针对性的训练，并着重抓好基础的技术训练。例如：前锋队员的门前技术练习，由于我们队的前锋队员在对方门前把握机会的能力不强，这就会使比赛进行得非常艰难，也会使整个队伍随之泄气，所以这个环节的训练比较重要，不但加强了前锋队员的包抄射门练习还做了长时间的各个角度的射门练习，并取得了不错的效果。后卫队员的站位训练和断抢能力的训练，几名后卫队员的身材不是很高，因此还进行了专门的头球训练。前卫这个位置是整场比赛的关键，不但要参与进攻并且得分而且还要传出致命的威胁球，更要积极的参与防守，为此，前卫队员的传接球技术和体能也进行了系统的训练。10月24日，我们队还参加了沈阳地区高校足球比赛，在对农业大学、建筑大学、东北大学、化工学院和理工大学的比赛中都以较大的比分战胜了对手，而且没有领到一张红、黄牌，队员们基本上都打了比赛，得到了很好的锻炼，我们学校足球队的技战术水平也得到了各个高校的认可，取得了非常好的成绩。

到了11月份，我们还陆续的打了10场左右的教学比赛，因为这个时间段正好是中超和中甲的各个球队开始放假的时候，在各个球队效力的沈阳籍球员都回来了，所以我们邀请的对手实力都很不错，虽然教学比赛的结果是胜少负多，但是我们队得到了充分的锻炼，这才是我们打这么多场教学比赛的最终目的，队员们的.比赛经验也增长了不少。年底的时候，受天气和场地因素的影响我们队基本上是以体能训练为主，因为往年我们参加冬训比赛的时候给大家的时间相当紧，等到了冬训基地的时候就已经没什么准备比赛的时间了，所以我们要在沈阳的时候把体能拉上来，只有这样等到了冬训开始比赛的时候才能把身体的最大潜能挖掘出来。

眼看着冬训即将到来，而且冬训的时候我们队还有重要的比赛任务，我们会在接下来的日子里刻苦训练，顽强拼搏，争取在冬训的比赛中取得优异的成绩来向校、部领导汇报。

**足球训练基地工作总结12**

本学年协会本着宣传体育精神、弘扬足球文化为宗旨，开展了一系列的活动，主要活动有以下几点：

一、xx年9月月校足球协会进行纳新工作、

二、xx年10月—xx月初中足球队参加福州市第一阶段校园足球比赛

三、xx年10月新一届校足球协会会员大会

四、xx年xx—12月校高中足球队参加福州市区高中足球锦标赛

五、xx年3月新学期足球协会会员大会

六、xx年3月初中足球队参加福州市第二阶段校园足球比赛

在收获的同时，我协会通过内部干部的总结以及和会员的交流，也认识到我们中间存在的不足：

1、一些会员的工作积极性不够，影响协会工作的开展。大部分成员和干部对协会工作是竭尽全力的。，但是还有一部分成员不认真工作，纪律性不够，协会成员之间的了解不是很深入，缺乏必要的积极性，对协会工作性质认识不是很清晰，因此很多方面急需加强。

2、协会结构仍不完善，协会许多部门缺乏人才。今后要在招纳新会员时综合考虑协会的发展要求，同时要在培养协会成员方面下力度。

3、协会活动开展得还不够。校园的足球氛围还比较淡。

协会下一学年的工作展望：

1、加强足球协会干部队伍建设，坚持务实、高效的工作作风，基础性工作扎实到位。足球协会是一个学生社团组织，最根本的是为同学服务，坚持正确的方针、方向和理论指导，才能在今后更好地开展工作。

2、立足本职，联合校外，倡导良好校园足球文化，大力发展校园足球文化。为此，足球协会始终紧跟时代潮流，不断更新观念，推出精品足球活动，打造了如五人制足球挑战赛等大型系列活动，丰富同学们的课余生活，提升校园足球氛围。

3、宣传工作会潜移默化地对同学们的思想产生影响。足球协会今后在宣传方面加大工作力度，充分利用网络、橱窗展板、海报等各种载体向同学们宣传足球协会的活动情况，丰富了校园的足球文化。

这一学年以来足球协会有所发展并有所收获。针对一些问题，我们将进一步完善协会内部各项规章制度，加强自身组织建设，并进一步丰富创新协会的活动形式。在今后的工作中尚需进一步改进工作方法，加大工作力度，需要促进足球协会干部干事工作能力的提高，增强了足球协会内部的团结与凝聚力，努力使协会的各项工作开展得更加出色，并符合学校的发展要求。

回顾过去，足协的成绩是值得肯定的，展望未来，足协的发展会更加美好。

**足球训练基地工作总结13**

>一、指导思想

坚决贯彻市区体育局、教育局关于体育运动各类文件精神。以增强学生体质，培养学生团结、合作、坚韧、友爱的品格为宗旨，以“我爱运动、阳光足球”为主题，深入研究开发足球文化，努力提高我校，你值得期待

足球运动水平，打造“阳光教育”品牌为目标，使我校足球运动得到健康、持续的发展，现将各项事宜汇报如下：

>二、领导重视，建立各项管理制度

我校进取领会上级精神，把足球训练列为学校的一项工作长期抓，抓落实。建立了由校长牵头负责的组织机构，制定了教练员岗位职责和管理考核细则，逐步完善成一套长效管理考核制度和激励机制，构成有足球队，天天有足球训练，月月有足球比赛的特色风景。由于很多家长对孩子的培养只注重成绩，所以很多家长对参加足球训练和比赛并不很支持。为此我校在召开家长会的时候，努力争取家长的理解，经过很多细致的工作，大多数家庭条件稍好的家长都表示支持。学校也有计划的从经费上保证了训练和比赛工作的顺利开展。今年学校有了标准的田径运动场，专业的训练场地，同时对学生训练和比赛供给全方位的保障。

>三、加强培训，打造师资队伍

学校努力培养专业足球教师，尽可能地让教师外出学习，学习更先进的。知识。学校还要求每位体育教师熟悉足球训练业务知识，写好长期训练计划和短期计划，认真备好上好每节训练课，并将其纳入教师教学过程考核。经过这些途径，确实提高了教练员的业务水平。

>四、循序渐进，整体提高足球素养

我们训练的指导思想是科学训练、系统训练、循序渐进、激发兴趣、整体提高。训练的资料为：1、严格纪律性，规范比赛作风，培养良好的体育道德风尚。2、提高队员的身体素质，重点发展速度、灵敏、协调、爆发力素质，全面提高学生的基本技能，逐步发展学生的个人技术特长。提高活动中控球的技术，传接球的技术，提高应用本事和团队配合本事。3、提高队员的战术本事。本期训练的重点是个人战术和局部战术。明确个人攻守的职能，进攻和防守的原则；提高个人战术意识和局部二对一，三对二的本事；确定基本阵容，初步构成必须的打法。

>五、营造气氛，打造学校足球特色

我校在20xx年被国家体育总局授予“足球特色学习”，为此我们确立了打造学校足球文化特色的工作思路，既开展丰富的第二课堂活动，又突出一个特色。学校经过学校的文化布置，广播站，手抄报等阵地建设进取宣传和普及足球知识，让广大师生在耳闻目染中了解足球，并确定每学年要举行学校班际足球联赛，为足球训练工作的全面推进搭建了一个平台。

>六、存在的不足

经过全校师生的努力，异常是教练员的辛苦付出，我校的足球训练工作已顺利拉开序幕。但学生培养经费、设备设施的购置，师资业务提高以及校级足球队比赛交流等方面都存在方方面面的难题，我们力争经过多方面的努力，进一步加强与家长的联系，争取更多的支持；进取创设条件，让教练员走出去多学习、多交流，确实提高自身的业务素质；多方联系，创造机会把我们的队伍带出去多参加一些比赛，增加和积累实战经验；进一步加强落实足球训练课，做到时间入格，资料入格，杜绝放羊式的训练；集思广益，进一步提升品位，构成有明城小学特色的学校足球文化。相信经过我们的努力，必须会为上一级学校培养优秀的足球苗子，为孩子们的成长拓开另一片蓝天。

**足球训练基地工作总结14**

通过近一个学期的刻苦训练，我们校足球队取得可喜的进步，队员们的球技得到了很大的进步，技战术方面也得到了较大的进步。

在学期初始阶段，我就通过体育课组织各个年级进行班级比赛，其目的在于选拔球员，组织比赛收到很好的效果，被选拔出来的球员有身高、有速度、有耐力，综合素质较突出，为这支队伍打下良好的基础。与此同时，我制定了一系列的.训练计划，以严格管理、大强度、大运动量的方针来训练队伍。起初训练阶段注重队员的薄弱环节，进行有针对的训练，并着重抓好基础的技术训练，例如：运球、带球过人、传球、射球……….等等。这一阶段主要让球员对足球技术有个初步、全面的认识和掌握。到综合训练阶段时，在抓好技术基础训练的同时，注入简单战术配合的训练，并在期间传授足球裁判规矩，使球员们掌握一定的战术和规则并加以运用。在训练中坚持大运动量、大强度的训练，为这支队伍打下坚实的基础。在坚持战术配合训练为主的同时多次进行队内教学比赛，增加比赛经验，尽量在运动中、对抗中、全面、熟练、快速、准确的掌握各种技战术。不断提高个人控球和突破能力，多种传球技术和射门技术以及抢截能力。并在比赛中灌输良好的比赛作风和坚强的意志，克服种种困难，培养稳定的

心理素质和顽强的拼搏精神。在最后的调整阶段，在抓好技战术训练的同时，有选择的和一些足球传统学校球队比赛，增强比赛意识以及林场的应变能力，丰富比赛经验，即将到来的比赛做准备。

经过近一个学期的训练，这支队伍在各个方面得到了很大的提高，但由于这支队伍时间较短，基础比较薄弱，难免存在许多不足。我相信只要坚持努力训练，成绩将得到更大的提高。

在队伍组建一个学期以来，领导和上级领导十分关心和支持球队的工作。学校在学期初始投入了一定的资金购置训练所需要器材（如：训练用球）并定期维修、整理足球场。校领导也经常派人进行检查，指导工作，对于校内外各领导的关心和支持，我们决心抓好队伍的训练和建设，争取在下学期的训练中取得更好的成绩。

**足球训练基地工作总结15**

为丰富教师生活，提高教职工身体素质，加强工会和教职工的密切联系，经过周密而紧张的前期工作，我校工会组织的足球赛于2月17日准时开赛，经过紧张的角逐，2月21日圆满结束了。

工会认真组织了赛前、赛中、赛后的各项工作，赛前做了大量的筹备工作，工会文体委员徐海东老师在各个学年进行了非常到位的宣传，使教师理解并高度重视身体和工作的关系，以此调动教师参与比赛的积极性，并合理的安排各场比赛时间。

比赛中，队员们互相信任，配合熟练犀利，为了集体利益努力拼搏，气势高昂，有的队员大汗淋漓仍能冲锋陷阵，体现了我校教职员工吃苦耐劳的工作精神;他们尊重裁判的判罚，尊重对手，有的队员在比分落后的情况下，仍能稳扎稳打，使比赛的气氛热烈且和谐，经过奋勇拼搏，在各队中高一学年不负众望，取得了第一名，综合组虽然都是各个部门的组合，但是都能密切配合，取得了第二名的好成绩，高三学年工作压力大，面临高考，在超负荷工作的情况下仍能奋勇拼搏，取得了第三名的成绩。高二学年虽然年龄偏大，体力方面不如年轻人，但是在赛场上仍能够坚持不懈，充分体现了四中人的拼搏精神。

本次足球赛得到了我校领导的大力支持，也得到了全校教职员工的积极配合。体育组的老师们为此次比赛的成功开展付出了极大的努力，赛前提前筹划，赛中公正公平，赛后指导评价，并采集整理了整个赛程的精彩镜头，和全体队员一起分享。

最后感谢所有参赛教师的默契配合和坚持不懈的努力，才能使这次教师足球赛圆满的结束。

**足球训练基地工作总结16**

现在已回忆不起年初踢球时的情形，甚至上半年之前的球赛都回想不起来了。翻了翻微信里和哥们LJ的通话记录，从1月8日开始，除了2月和有节假日的周末，基本保持每周一次的约球频率。在一支每周都有球赛踢的队伍是幸福的，而有一个可以一起踢球的哥们更是一种奢侈。

最初踢球只是为了和小伙伴们一起玩，到后来慢慢的开始享受踢球的乐趣，为了踢球而踢球，和很多不认识的人也可以踢的很开心。20xx年年初回国，在LJ的介绍下加入了现在的这支球队，去年和今年基本都是全勤。不过没有参加球队的聚餐，有些怕喝酒，喝酒伤胃。

在球队的位置现在基本稳定在中后卫的位置。虽然自己一直想踢后腰的位置，但是在大学的时候没有好好训练，都是野球踢着玩，浪费了很宝贵的时光。在研究生队的时候就被定位为中后卫了。虽然自己速度不快，也基本不会头球，不过启动速度还可以，位置感也还不错，身体对抗能力也比较强，打中后卫勉强胜任。自己在比赛中的主要弱点就是长传球时常因力量不足不能到位，有时会上抢控球队员而被人传出空档。大部分丢球一是自己没有防住对方的传球路线，二是队友协防不到位。防守是一个整体，需要不断的互相保护。自己一对一的防守能力中规中矩，但是协防能力和意识都不错，能够很好的补防。

踢大场体力一定要好。前七八个月很少跑步，到了9月份之后北京天气不错，陪着rowena沿长安街跑了几次，去奥森也跑了一次。跑完步之后体力好了很多，一周两场体力也能跟得上。11月份之后天气变冷雾霾渐多，逮个好天气在单位的跑步机上也会跑一跑。

除了每周日的固定比赛，也组织了部门的几次足球活动。都是以锻炼身体的目的，比赛强度很低，大部分同事体力都太差，小场都是上去回不来。不过整体来说还是玩的比较开心。单位说要组织部门间的足球联赛，结果到年底也一直没有下文。

偶尔也会当临时外援去其他球队去踢，八月份的时候在北大一体踢过一场，踢输了。不过输赢压力都不大，不像在学校的时候，每场球的输赢都很重要。去过几个部队大院也踢过几场，这周六本来说要去军艺踢的，结果因为雾霾取消了。有两三次，高中同学Ripple还带着她的儿子来了，踢完比赛之后和小家伙再活动活动，也挺有意思的。

4月份的现场去看过一次北京国安对上海申花的比赛，Ripple送的票，在前面的第6、7排，视野很好，就是现场骂声一片，有人站起来大声呼喊，附近还有人抽烟，很不喜欢那样的氛围。比赛僵持了一个多小时以后国安用一个点球打开了局面，整场比赛也算不上精彩。比赛结束从工体出来后风有点大，路上是人头攒动三三两两的球迷，路旁都是霓虹闪烁的高楼大厦，走了很久才走到地铁站。整体算是开心的体验，只是不想再去第二次。

今年伤病不多，大概也就两三次，11月中旬有一次伤的比较重，被人撞倒之后起来小腿发软但又说不上哪里痛，感觉像是肌肉或者韧带拉伤，回家后冰敷了一下午，还是有些行动困难，第二天请了病假在床上赖了一天才一瘸一拐的去上班。过了一个礼拜之后，肌肉的酸痛感消失之后，踝关节才感到痛，又歇了两周，终于恢复正常。七八月份的时候，有次踢完球过了两三个小时，忽然觉得左腿膝关节痛。过了两三天才好。然后每次踢完球都会疼，大概有一个多月之后，自己周中的时候跑步，然后周末再踢，就不会痛了。不过最近，每次踢完球之后，脚踝内侧的下方会肿起来，一周都消不下去。问了球队的江津指导，建议一是换一双碎钉平底鞋，二是加强那块肌肉的锻炼。

今年的足球活动大致就这些吧。经常会想自己什么时候挂靴，每次受伤都想要不要继续踢球了。不过看到那些三十七八、四五十岁还在踢球的老同志，又觉得自己应该像他们学习，保持健康的生活作息和进行有规律的锻炼，然后可以一直踢下去。希望明年自己能有更好的状态，球技能有进一步的提高。

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！