

全国青少年校园足球教学指南（试行）

全国青少年校园足球教学指南编写组

2015年7月7日

目 录

第一部分 前言	1
一、性质.....	1
二、价值.....	2
三、基本理念	2
四、设计思路	3
五、适用范围	4
第二部分 学习目标	5
一、学习领域目标	5
二、学习水平目标	7
第三部分 校园足球教学内容	9
一、水平一.....	9
二、水平二.....	11
三、水平三.....	13
四、水平四.....	15
五、水平五.....	18
第四部分 有关说明	21
一、关于教学内容	21
二、关于教学方法	22
三、关于教学要求	22
四、关于教学评价	23
五、关于教学实施	25
附件：校园足球教学课次内容示例	26

第一部分 前言

为贯彻落实全国青少年校园足球工作电视电话会议精神以及《中国足球改革发展总体方案》对校园足球发展的总体要求，进一步推进青少年校园足球发展，增加学生体质，充分发挥足球育人功能，培养全面发展人才，指导各地和中小学校深化足球教学改革，提高足球运动普及水平，教育部组织编写了《全国青少年校园足球教学指南（试行）》（以下简称《指南》）。《指南》遵循教育教学规律、足球运动发展规律和青少年成长规律，按照《体育与健康课程标准》的总体要求，明确中小学校园足球的教学目标、教学内容、基本要求以及质量评价等，着力促进学生全面发展，提高足球人口素质、提升足球人才质量。

一、性质

《指南》是以推进校园足球普及，发挥足球育人功能为主旨，以坚持立德树人，培养学生综合素质和促进青少年健康成长为目标，是《体育与健康课程标准》在足球运动项目上的具体落实，是开展校园足球教学活动的基本依据，是选择和设计足球教学内容的指导性大纲。具有以下几个特性：

整体性——《指南》明确了义务教育和普通高中阶段各个年级足球教学的目标，并对其内容进行整体安排，突出各个阶段足球教学的重点，使足球知识掌握、技能习得和学生的身心发展规律相统一。

基础性——强调培养学生掌握必要的足球与健康知识、足球运动的技能和方法，养成参与足球运动和体育锻炼的习惯，为学生终身体育学习和健康生活奠定良好的基础。

实践性——强调以足球练习为主要手段，通过足球基本技战术

与健康知识学习、足球运动习惯的形成,提高学生参与足球运动的实践能力。

健身性——强调在学习足球与健康知识、足球技战术过程中,通过适宜的运动负荷,提高学生体能素质水平,促进学生健康成长。

综合性——强调充分发挥足球的综合育人功能,在足球教育教学活动中,强调探究性、研究性、创新性和合作性学习,培养学生的竞争意识、团队精神、规则意识、责任感和顽强的意志品质等体育精神,提高预防运动损伤和紧急处理伤害事故、分析与解决问题、与人交往、抗挫折等社会适应能力,提升学生欣赏足球比赛和享受运动乐趣的素养。

二、价值

通过《指南》使广大教师在校园足球教学工作中有章可循,得到及时有效的帮助和指导,使学生在足球课程中能够系统科学地提高身心健康水平以及足球基础技能水平,推动全国中小学青少年校园足球教学工作的科学化、规范化,从而促进校园足球整体教学质量的提高。以足球教学为突破口,创新学校体育教学,引导实施素质教育。

三、基本理念

(一)坚持“健康第一”的指导思想,促进学生健康成长

校园足球教学以“健康第一”为指导思想,努力构建与足球有关的知识与技能、教学过程与方法、情感态度与价值观有机统一的足球教学目标和学习框架,在强调足球技战术的同时,融合与学生健康成长相关的知识。通过足球教学,使学生掌握足球基本技能,发展体能,逐步形成健康和安全的意识以及良好的生活方式,促进学生身心协调、全面地发展。

(二)教学内容与方式符合现代足球运动规律与教育教学理念
在教学内容方面,选择有利于学生参与足球游戏和比赛所必需

的基础知识、基本技战术作为学习的内容，并根据学生成长规律以及足球教学规律进行逻辑性设置；在教学方式方面，力求改变孤立的技战术教学方法，改变过于单调的教学形式，创设有利于学生发挥主动性，乐于探究，接近游戏和比赛情境的教学环境。

（三）激发学生参与足球运动的兴趣，培养学生参与足球运动的意识和习惯

校园足球教学强调各个阶段目标的确定、内容和方法的选择与运用要符合学生的兴趣需要，引导学生体验足球运动乐趣，提高学生足球学习动机；重视对学生进行正确的体育价值观和责任感的教育，让学生在足球运动中感受到竞争与对抗、胜利与失败、团队合作与个人努力的辩证统一关系，培养学生积极参与足球运动的习惯。

（四）普及与提高相结合

校园足球教学以课堂教学为基础，对学生进行足球知识技能的传授，培养学生的足球意识。通过课外足球活动以及校内、校际足球竞赛进一步激发学生对足球的兴趣，吸引更多的学生参与到足球运动中来，并从中发现具有足球天赋的人才进行着力培养。

四、设计思路

（一）根据课程目标与内容划分学习领域

将校园足球课程学习内容划分为运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应五个学习领域，突出体能发展、技能习得和意识形成的核心地位，根据领域目标构建课程的核心内容体系。

（二）根据学生身心发展的特征划分学习水平

《指南》根据学生身心发展的特征，将中小学足球学习划分为五级水平，并在各学习领域按水平设置相应的水平目标。水平一至五分别相当于 1-2 年级、3-4 年级、5-6 年级、7-9 年级和高中学段学生预期达到的学习结果。

(三) 根据三级课程管理的要求加大课程内容的选择性

教学内容以全国青少年校园足球特色学校每学年每周开设一节足球课（即 36 课时）为基准进行设计。为便于教师在教学中灵活选择应用，增加 4 课时机动选择课为补充，即每学期 20 课时，共计 40 课时。教师应根据学校实际和自身情况从中选择适宜的足球教学内容以及课时，进行实效性教学。

(四) 根据课程发展性要求建立评价体系

注重学生足球学习的过程性评价，强化评价的激励、反馈和发展功能，以足球技能评价为主，将学生的体能、足球知识、学习态度、情意表现与合作精神纳入足球课程学习成绩评定的范围，进行综合评价。

五、适用范围

本《指南》主要适用于全国青少年校园足球特色学校的教育教学；其他中小学校根据实际参照使用。与此同时，中小学校《体育与健康课程标准》规定的足球运动教学内容和教学要求的实施参照执行。

第二部分 学习目标

通过校园足球教学，使学生掌握足球运动所必需的知识与技能，提高足球的一般和专项身体素质，加深与足球有关的健康和安全知识的理解，培养参与足球运动的兴趣和良好运动锻炼习惯，从而增进身心健康，掌握足球技能，健全人格品质。

一、学习领域目标

以促进足球运动参与、发展体能和掌握足球技战术为立足点，将运动参与、运动技能、身体健康、心理健康与社会适应学习目标贯穿到足球教育教学全过程。主要目标如下：

（一）足球运动参与

小学阶段体验足球运动带来的快乐，培养参与足球运动的兴趣，主动参与足球教学活动。初中阶段形成主动提高足球技能的意识，自觉积极地参与足球教学训练与比赛。高中阶段继续培养学生主动提高足球战术的热情，积极参与校内外的足球比赛，进一步提高足球技战术能力和身体素质，培养学生足球健身意识。

足球运动参与目标：

1. 参与足球技战术学习、一般以及专项身体素质发展；
2. 参与足球游戏和比赛，体验足球运动带来的快乐与成功。

（二）足球技战术

小学阶段应掌握足球的基本知识，了解足球的基本比赛方法和基本规则。具有一定的球感，具备控制球的能力，掌握足球的基本技术和技能。初中阶段了解足球技战术的基本要素和足球比赛的基本规则，进一步提高控球能力，能够在运动中与对抗中运动基本足球技术和局部的战术配合。高中阶段进一步发展学生对抗条件下的足球技术能力，发展学生的基本战术能力，建立时空概念和位置意

识，了解整体攻防要素。

技战术目标：

1. 学习足球运动的基本知识和足球比赛的基本规则；
2. 掌握足球的基本技术和基础战术。

（三）身体健康

小学阶段发展柔韧性、协调性、灵敏性以及速度素质，学会避免危险动作。初中阶段进一步发展协调性、灵敏性以及速度素质，发展有氧耐力，学会预防伤害事故，能简单处理运动损伤。高中阶段注重协调性、灵敏性、速度、耐力以及力量素质水平的提高，学会处理紧急伤害事故，抵制不良的行为方式。

身体健康的目标：

1. 体能发展、体质增强；
2. 养成健康的饮食习惯，学会一般的营养知识；
3. 抵制不健康的行为方式，养成健康的生活方式；
4. 学会预防和处理伤害事故的方法，避免危险动作；
5. 全面发展足球一般与专项身体素质，培养利用足球活动进行体育锻炼的能力。

（四）心理健康与社会适应

小学阶段培养学生足球兴趣，感受足球运动带来的快乐，培养自尊心、自信心、勇敢顽强的精神，学会合作、互助，体验团队和个体之间的公平竞争，学会遵守规则。初中阶段培养学生专注力与责任感，学会调节情绪的方法，正确对待胜利与失败，严格遵守规则，培养团队合作和公平竞争精神。高中阶段能够主动控制自己的行为，进一步培养规则意识，培养坚强的意志品质，关爱他人、主动承担责任，自觉遵守规则，培养良好的体育道德。

心理健康与社会适应的目标：

1. 培养公平竞争的精神；

2. 培养团队精神与合作能力;
3. 培养规则意识;
4. 培养责任感;
5. 学会控制自己情绪;
6. 培养坚强的意志品质
7. 培养良好的体育道德。

二、学习水平目标

《指南》分别针对小学、初中以及高中三个阶段设置了五个水平阶段的学习目标,增强校园足球学习的针对性。

(一) 水平一

1. 能够对足球课表现出学习兴趣,体验足球运动带来的快乐。
2. 能够初步掌握简单的足球技术动作,培养球感。
3. 发展以柔韧性、反应、灵敏性和协调能力为主的身体活动能力。
4. 学会在足球活动中遵守秩序,尊重他人。

(二) 水平二

1. 乐于学习和展示简单的足球技术动作。
2. 了解足球技术的基本术语,会做简单的足球组合技术动作,初步具备控制球的能力。
3. 发展以柔韧性、协调性和平衡能力为主的身体活动能力。
4. 具有展示自我的愿望和行为,能够与同伴合作完成足球活动。

(三) 水平三

1. 能够主动参与足球技术动作的学习。
2. 了解足球的基本比赛方法,初步掌握足球的基本技术和基础战术,发展运控球的能力。
3. 发展以协调性、灵敏性、平衡能力和速度素质为主的身体活

动能力，学会自我保护。

4. 体验和正确对待足球活动中的心理感受，能够在足球活动中尊重与关爱同伴。

（四）水平四

1. 能够主动提高足球技能，积极地参与足球教学、训练与比赛。

2. 了解足球技战术的基本要素和足球比赛的基本规则，提高控球能力以及在运动与对抗中完成基本足球技术和基础战术的能力。

3. 进一步发展以协调性、灵敏和速度素质为主的身体活动能力，发展有氧耐力，学会预防伤害事故，简单处理运动损伤的方法。

4. 培养学生自尊心、自信心以及团队合作的意识与能力，学会调节情绪的方法，能够正确对待胜利与失败，严格遵守规则。

（五）水平五

1. 继续培养学生主动参与足球运动的热情，积极参与校内外的足球比赛，培养学生坚持体育锻炼的良好习惯。

2. 进一步发展学生对抗条件下的足球技术能力与战术能力，建立时空概念和位置意识，了解整体攻防要素。

3. 在继续发展学生身体灵敏、速度素质的基础上，发展有氧耐力和无氧耐力，学会处理紧急伤害事故的方法。

4. 培养学生坚强的意志品质、团队合作的意识与能力以及公平竞争的精神，能够主动控制自己的行为，具备良好的体育道德。

第三部分 校园足球教学内容

一、水平一

表 1 小学一年级教学内容（以 40 课时为例）

学习目标	学习内容		课时（%）	教学基本要求
	类别	内容		
1. 积极、愉快地上好足球课，感受足球活动的乐趣。 2. 学习基本的身体活动方法和足球游戏，体验足球不同的（元素）动作元素。 3. 了解足球的基本知识，遵守秩序。	游戏	无球跑游戏	6（15）	1. 运用生动的语言和口诀帮助学生理解学习。 2. 以游戏法为主要教学方法。 3. 应在慢速状态下进行练习。 4. 强调左右脚协调发展。 5. 注重球感练习，鼓励引导学生接触足球。 6. 注重足球兴趣培养
		携球接力游戏：合作夹球接力、击鼓传球游戏等	10（25）	
		拓展游戏：集体脚夹球跳游戏、赶小猪游戏、踢保龄球游戏等	4（10）	
	技术	脚底玩球、脚内侧夹球跳	14（35）	
	知识	足球常识、足球小故事	2（5）	
	身体素质	足球大课间操、行进间活动操	4（10）	
		身体柔韧性、协调性、灵敏性	——	

表 2 小学二年级教学内容（以 40 课时为例）

学习目标	学习内容		课时（%）	教学基本要求
	类别	内容		
1. 积极、愉快地上好足球课, 感受足球活动乐趣 2. 学习基本的身体活动方法和足球游戏, 体验足球运球、踢球等基本技术动作。 3. 了解足球的基本知识, 遵守秩序。	游戏	踩球、拉球、拨球、颠球游戏	8 (20)	1. 运用生动的语言和口诀帮助学生理解学习。 2. 以游戏法为主要教学方法。 3. 应在慢速、无对抗状态下进行技术练习。 4. 强调左右脚协调发展。 5. 注重球感练习, 鼓励引导学生接触足球。 6. 注重足球兴趣培养
	技术	脚背内侧、外侧运球	12 (30)	
		脚内侧传球	4 (10)	
		脚掌接球、脚内侧接球	6 (15)	
		传球、接球、运球组合	6 (15)	
	知识	足球运动小知识介绍	4 (10)	
	身体素质	身体柔韧性、协调性、灵敏性	—	

二、水平二

表 3 小学三年级教学内容（以 40 课时为例）

学习目标	学习内容		课时（%）	教学基本要求
	类别	内容		
1. 积极、愉快地上好足球课, 感受足球活动乐趣 2. 学习基本的身法和足球游戏, 体验足球运球、踢球、接球等基本技能动作。 3. 初步了解足球的基本知识, 遵守秩序, 尊重他人。	游戏	踩球、拉球、拨球、颠球游戏	10 (20)	1. 运用生动的语言和口诀帮助学生理解学习。 2. 以游戏法为主要教学方法。 3. 应在慢速、无对抗状态下进行技术练习。 4. 强调左右脚协调发展。 5. 注重球感练习, 运用不同部位多触球。 6. 注重足球兴趣培养。
	技术	脚内侧、脚背正面、脚背外侧运球	12 (30)	
		脚背内侧踢球	6 (15)	
		运球、传球、接球组合	8 (30)	
	知识	足球基础知识、游戏规则介绍	4 (10)	
	身体素质	身体柔韧性、协调性、灵敏性	—	

表 4 小学四年级级教学内容（以 40 课时为例）

学习目标	学习内容		课时（%）	教学基本要求
	类别	内容		
1. 积极、愉快地上好足球课，感受足球活动乐趣。 2. 提高基本身体活动和足球游戏的能力，初步掌握简单的足球组合技术动作。 3. 了解足球运动基本知识。	游戏	踩球、拉球、拨球、颠球游戏	8 (20)	1. 示范准确、规范，使学生形成正确的动作表象。 2. 在原地或活动中、慢速、低对抗状态下进行技术练习。 3. 强调左右脚协调发展，注重学生运球能力的发展。 4. 游戏与技术学习相结合，适当增加学习难度，提高学生兴趣。 5. 注重学生主动与同伴配合能力及区域攻防意识的培养。
	技术	假动作运球、运球过人	10 (25)	
		脚背正面射门	2 (5)	
		正面、侧面拦截球	2 (5)	
		传、接、运球以及射门组合	8 (20)	
	战术	1v1、2v1、3v1 攻防	6 (15)	
	知识	足球竞赛主要规则介绍	4 (10)	
	身体素质	身体柔韧性、协调性、灵敏性	—	

三、水平三

表 5 小学五年级级教学内容（以 40 课时为例）

学习目标	学习内容		课时（%）	教学基本要求
	类别	内容		
1. 积极、愉快地上好足球课，乐于学习并展示简单的技术动作。 2. 逐步具备运用已学过的动作完成组合技术的能力，能够运用已学过的技术参与足球比赛。 3. 初步了解并遵守比赛规则，能够与同伴合作完成足球活动。	游戏	踩球、拉球、拨球、颠球游戏	8 (20)	1. 示范准确、规范，使学生形成正确的动作表象。 2. 在原地或活动中、慢速、低对抗状态下进行技术练习。 3. 强调左右脚协调发展，注重学生运控球能力的发展。 4. 游戏与技术学习相结合，适当增加学习难度，提高学生兴趣。 5. 注重学生主动与同伴配合能力及区域攻防意识的培养。
	技术	脚背内侧传空中球	8 (20)	
		脚掌、脚内侧接反弹球、大腿接球	4 (10)	
		守门员技术介绍一	2 (5)	
		传球、接球、运球、射门组合	8 (20)	
	战术	2v2、3v3 小组攻防	6 (15)	
	知识	运动饮食、营养与卫生知识介绍	4 (10)	
	身体素质	身体柔韧性、协调性、灵敏性、速度素质	—	

表 6 小学六年级教学内容（以 40 课时为例）

学习目标	学习内容		课时（%）	教学基本要求
	类别	内容		
1. 主动参与足球技术动作的学习。 2. 初步掌握足球基本技术和战术，并参加比赛。 3. 初步了解足球裁判以及技、战术知识。	游戏	踩球、拉球、拨球、颠球游戏	8 (20)	1. 精讲多练，技战术概念、术语准确。 2. 在原地或活动中、中速、低对抗状态下进行技术练习。 3. 强调左右脚协调发展，注重学生运控球能力和技术衔接能力的发展。 4. 游戏与技术学习相结合，适当增加学习难度，提高学生兴趣。 5. 注重学生主动与同伴配合能力及区域攻防意识的培养。 6. 注重小场地比赛的运用。
	技术	脚背外侧踢球	2 (5)	
		脚背接空中球、脚背外侧接地滚球、胸部接球	12 (30)	
		前额正面头顶球	4 (10)	
		守门员技术介绍二	2 (5)	
		掷界外球	2 (5)	
	战术	4v4、5v5 小组攻防	6 (15)	
	知识	伤害预防、自我保护	4 (10)	
	身体素质	身体柔韧性、协调性、灵敏性、速度素质	—	

四、水平四

表 7 初中一年级教学内容（以 40 课时为例）

学习目标	学习内容		课时（%）	教学基本要求
	类别	主要内容		
1. 能够合理安排足球活动时间；主动克服学习中的困难。 2. 掌握足球基本战术与方法；熟练运用组合技术。 3. 学会在对抗中保护自己。能够主动完成自己的职责。	球感	活动中的综合球感	2（5）	1. 精讲多练，技战术概念、术语准确，动作示范规范。 2. 注重学生在活动对抗中完成技术能力的培养。 3. 在强调学生技术全面性学习的基础上，培养学生的特长技术。 4. 强调左右脚全面发展，注重学生技术衔接能力的连贯性和协调性。 5. 战术练习中强调主动观察以及跑位的合理性与实效性，注重协作能力的培养。 6. 注重学生在比赛中的技术的规范性以及灵活运用。
	技术	左右脚运球及运球过人	4（10）	
		活动中的左右脚传接地滚球、空中球、反弹球	4（10）	
		活动中的头顶球	2（5）	
		结合射门的技术组合	6（15）	
		守门员技术介绍四	2（5）	
	战术	角球、任意球、界外球攻防	2（5）	
		1v1 攻防	2（5）	
		两人的攻防配合	6（15）	
		5v5、7v7、8v8 整体攻防	6（15）	
	理论知识	足球理论概述及规则介绍	4（10）	
	身体素质	身体协调性、灵敏性、速度素质、耐力素质	——	

表8 初中二年级教学内容（以40课时为例）

学习目标	学习内容		课时、比例	教学基本要求
	类别	主要内容		
1. 能够带动身边同学参与足球活动,主动钻研足球技能。 2. 提高在运动中完成足球基本技术的能力,掌握局部战术方法。 3. 学会控制自己情绪,能够理智处理球场上的冲突。	球感	活动中的综合球感	4 (10)	1. 精讲多练,技战术概念、术语准确,动作示范规范。 2. 注重学生在活动对抗中完成技术能力的培养。 3. 在强调学生技术全面性学习的基础上,培养学生的特长技术。 4. 强调左右脚全面发展,注重学生技术衔接能力的连贯性和协调性。 5. 战术练习中强调主动观察以及跑位的合理性与实效性,注重协作能力的培养。 6. 注重学生比赛中应变意识和能力的培养。
	技术	左右脚运球及运球过人	4 (10)	
		活动中的左右脚传接地滚球、空中球、反弹球	4 (10)	
		活动中的头顶球	2 (5)	
	战术	结合射门的组合技术	4 (10)	
		守门员技术介绍五	2 (5)	
		角球、任意球、界外球攻防	4 (10)	
		三人攻防配合	8 (20)	
	理论知识	8v8—11v11 整体攻防	6 (15)	
		足球文化及足球规则介绍	2 (5)	
身体素质	身体素质	身体协调性、灵敏性、速度素质、耐力素质	—	

表9 初中三年级级教学内容（以40课时为例）

学习目标	学习内容		课时、比例	教学基本要求
	类别	主要内容		
1. 养成主动参与足球活动的习惯。 2. 提高在对抗中灵活运用技术和战术配合的能力。 3. 养成团队合作意识和公平竞争的精神。	球感	活动中的综合球感	2 (5)	1. 精讲多练, 技战术概念、术语准确, 动作示范规范。 2. 注重学生在活动对抗中以及非稳定状态下完成技术能力的培养。 3. 在强调学生技术全面性学习的基础上, 培养学生的特长技术。 4. 强调左右脚全面发展, 注重学生技术衔接能力的连贯性和协调性。 5. 战术练习中强调主动观察以及跑位的合理性与实效性, 注重协作能力的培养。 6. 注重学生在比赛中技战术综合能力的培养
	技术	对抗中的运球过人技术综合运用	4 (10)	
		对抗中双脚多部位传接球的灵活运用	4 (10)	
		结合射门的组合技术	6 (15)	
		守门员技术介绍六	2 (5)	
		角球、任意球、界外球攻防	2 (5)	
战术		2-5 人的中路、边路攻防	10 (25)	
		11v11 整体攻防	6 (15)	
		技、战术原理及足球裁判法	4 (10)	
理论知识				
身体素质		身体协调性、灵敏性、速度素质、耐力素质	—	

五、水平五

表 10 高中一年级教学内容 (以 40 课时为例)

学习目标	学习内容		课时 (%)	教学基本要求
	类别	主要内容		
1. 学会自我激励, 主动提高足球技术水平。 2. 在对抗条件下提高足球技术水平, 增强战术运用能力。 3. 能够主动控制自己的行为, 化解矛盾冲突。	技术	比赛中的左右脚综合运控球	2 (5)	1. 在技术学习全面性的基础上, 注重学生位置技术与技能的学习与培养。 2. 注重运用小组合作方式进行足球技战术练习, 培养学生团队合作精神。 3. 逐渐增加练习形式难度与对抗难度, 注重学生自信心与进取心的培养。 4. 注重运用各种形式的对抗比赛提高学生足球综合技战术能力。
		比赛中的左右脚综合传接球	2 (5)	
		前锋、前卫和后卫的位置技术体验	4 (10)	
		快速状态下结合射门的技术组合	4 (10)	
		守门员技术体验一	2 (5)	
	战术	一人应对多人的攻防	8 (20)	
		中路、边路攻防	8 (20)	
		11v11 整体攻防	6 (15)	
	理论与实践	整体攻防战术、比赛分析	4 (10)	
	身体素质	一般与专项身体素质	—	

表 11 高中二年级级教学内容（以 40 课时为例）

学习目标	学习内容		课时（%）	教学基本要求
	类别	主要内容		
1. 根据自己的特点发展自己的技术特长。 2. 提高根据位置灵活运用技术的能力。 3. 自觉遵守足球规则，遵守体育道德。	技术	比赛中的左右脚综合运控球	4（10）	1. 在技术学习全面性的基础上，注重学生位置技术与技能的学习与培养。 2. 注重运用小组合作方式进行足球技战术练习，培养学生团队合作精神。 3. 逐渐增加练习形式难度与对抗难度，注重学生自信心与进取心的培养。 4. 注重运用各种形式的对抗比赛提高学生综合技战术能力。
		比赛中的左右脚综合传接球	4（10）	
		前锋、前卫和后卫的位置技术体验	4（10）	
		守门员技术体验二	2（5）	
	战术	相邻位置协同攻防	12（30）	
		11v11 整体攻防	10（25）	
	理论与实践	整体攻防战术、比赛分析	4（10）	
	身体素质	一般与专项身体素质	—	

表 12 高中三年级教学内容 (以 40 课时为例)

学习目标	学习内容		课时 (%)	教学基本要求
	类别	主要内容		
1. 树立终身体育的意识,把足球作为终身体育的主要运动项目。 2. 提高学生实战中的技术综合运用能力。 3. 提高协作能力,处理好竞争与合作的关系,抵制故意伤害行为,形成良好的体育道德。	技术	比赛中的左右脚综合运控球	4 (10)	1. 在技术学习全面性的基础上,注重学生位置技术与技能的学习与培养。 2. 注重运用小组合作方式进行足球技术练习,培养学生团队合作精神。 3. 逐渐增加练习形式难度与对抗难度,注重学生自信心与进取心的培养。 4. 注重运用各种形式的对抗比赛提高学生综合技战术能力。
		比赛中的左右脚综合传接球	2 (5)	
		前锋、前卫和后卫的位置技术体验	4 (10)	
		快速状态下结合射门的技术组合	4 (10)	
		定位球攻防战术	4 (10)	
	战术	相邻位置协同攻防	8 (20)	
		11v11 整体攻防	10 (25)	
		整体攻防战术、比赛分析	4 (10)	
	理论与实践			
	身体素质	一般与专项身体素质	—	

第四部分 有关说明

遵循《体育与健康课程标准》的基本理念,以科学性、创新性、针对性和实用性为原则,紧密结合足球运动项目教学特征以及青少年身心发展特征,采用表格的编写形式呈现足球课堂教学的核心内容。主要包括小学、初中、高中学段每一年级足球教学目标、内容、课时比例、教学基本要求以及课次教学示例。教师应根据自身足球教学的实际情况,合理地运用《指南》,并积极开发课程资源,充分发挥学生学习的主动性、积极性和创造性,加强对学生足球学习的指导,进行创造性的教学,从而提高校园足球教学质量。

一、关于教学内容

《指南》对校园足球教学内容以及内容设置进行较为详细地的说明。教师可以参照说明并结合教学实际情况,对教学内容以及比例进行适当选择,因地制宜的进行足球教学。

(一) 教学内容分类

根据青少年身心发展特征以及校园足球教学实践,《指南》的足球技术教学内容包括踢球、接球、顶球、运球、抢截球、假动作、掷界外球和守门员技术共八项分类技术。同时依据技术动作结构、时间以及空间特征划分为多项细节技术。

校园足球战术教学内容包括个人战术、小组局部战术、全队战术以及定位球战术四类。随着学生年龄的增长以及认知能力的提高,教师可依据《指南》,按照由简到繁的原则安排适当比例的战术教学。

《指南》安排了适当的足球理论知识课程,包括足球发展简介、竞赛规则、裁判知识、技战术知识以及比赛观摩与分析等。教师可以依据课次进度以及天气等因素适时调整,将理论课教学穿插在整个教学过程中。除此之外,校园足球教学还应该涵盖身体素质、心

理健康以及社会适应等方面的教学内容。教师应在突出足球技战术教学主体内容的前提下，将以上内容融汇于整个足球教学过程中。

（二）教学内容设置

在校园足球教学内容比例的分配上，遵照小学阶段以球感、技术教学为主、初中阶段技术教学与战术教学并重、高中阶段突出竞赛情境下技战术的综合运用的总体思路进行设置。其中小学一到二年级以球性游戏及单一基本技术动作教学为主；三到四年级以特定情境下两个技术衔接组合教学为主；五到六年级以随机情境下多个技术衔接组合教学为主，注重技能培养。

在具体某一学年上、下学期总体安排上，上学期以新授技术、战术教学为主；下学期以新授技术与已授技术的组合衔接或战术情境下的熟练运用教学为主。

二、关于教学方法

校园足球所采用的教学方法较多，《指南》只列举针对不同教学内容的主要教学方法。教师可依据示例方法进行足球教学，同时需要结合教学实际状况，灵活运用多种教学方法，实现教学预期目标。

游戏以及球感教学以讲解法、动作示范法、游戏法及情景教学法为主。

单一以及组合衔接技术教学以讲解法、动作示范法、纠正错误与帮助法、分解教学法为主。

个人、小组以及整体战术教学以小组教学法、情景教学法及竞赛法为主。

三、关于教学要求

在校园足球教学过程中教师应遵循由简到繁、由易到难的基本教学原则，充分考虑青少年身心特征（例如：头顶球教学安排在10周岁以后、铲球教学风险性较大，作为介绍内容）以及认知能

力的发展规律。突出教学重点、注重教学细节与动作的准确规范、培养学生较为全面的足球素质与能力。

（一）教学情境要求

一到二年级以原地、慢速、无对抗条件下学习为主；三到四年级以原地、中慢速、较低对抗条件下学习为主；五到六年级以活动中、中速、低对抗条件下学习为主；初中阶段以较快速、对抗条件下的学习为主；高中阶段以较快速、较强对抗条件下的学习为主。

（二）技术教学要求

应从球感游戏开始，逐步向运球、传接球以及射门等技术动作学习过渡和发展。教学顺序的具体安排可参照以下内容进行。从有利于技术教学考虑，一般可按照脚内侧、脚背内侧、脚背正面、脚背外侧的顺序安排；从技术动作掌握的难易程度考虑，可按照定位球、地滚球、反弹球和空中球的顺序安排；从比赛实际需要考虑，应先进行单个技术动作，随着其它技术教学的进行，应有目的组成与射门技术有关的各种综合技术以及位置技术的练习。

（三）战术教学要求

小学一到二年级不安排战术教学，在各种游戏中培养学生控制球以及基本攻防意识；三到四年级安排一定战术教学课时，注重培养个人控运球意识以及小组、区域攻防意识；五到六年级增加战术教学课时比例，注重培养整体攻防意识；初中阶段技战术教学并重；高中阶段强调技战术的综合运用，突出战术教学内容比例。

四、关于教学评价

教学评价是促进学生积极学习足球技能和参与足球运动的重要手段。《指南》以学生足球技能评价为主体、结合学生身体素质、足球态度与参与、情感意志以及交流合作能力的多元评价，充分发挥评价的导向、诊断、反馈、激励与发展功能，促进校园足球教学质量的提高。

（一）技能评价

校园足球教学的运动技能评价可参照《学生运动技能等级评价标准（足球项目）》（以下简称《标准》），根据测评综合得分给予相应评价等级。

小学阶段一至二年级不做具体量化评价，以学生参与足球课的积极性作为主要参考。同时二年级学生可依据《标准》水平一的测评内容进行阶段技能等级评价，但不作为学年教学评价。三年级至四年级依据《标准》水平二进行阶段技能等级评价，作为足球技能评价。五年级至六年级依据《标准》水平三的测评内容进行阶段技能等级评价。

初中一年级至三年级依据水平四的测评内容进行阶段技能等级评价。高中一年级至三年级依据水平五的测评内容进行阶段技能等级评价。

（二）多元评价

《指南》重视通过足球教学促进全体学生的全面发展，同时关注学生的个体差异，让每一位学生都能在足球活动中获得发展，体验到成功和快乐，因此学习评价还应关注以下几个方面。

1. 足球态度与参与。主要对学生足球教学的出勤率、课堂表现、学习兴趣、积极主动地探究问题，以及课外运用所学知识和技能参与足球活动的行为表现等进行评价。

2. 身体素质。主要根据学生不同年龄阶段身体生长发育特征，确定与其所处年龄阶段关系密切的敏感素质指标，评价学生的身体素质水平。

3. 情意与合作。主要对学生在足球学习过程中表现出来的情感、意志品质、人际交往与合作行为以及体育道德品质等进行评价。

学校应该根据本校足球教学的实际情况和学生学习足球技能的需求，自行确定各水平的具体评价内容以及权重分配。

五、关于教学实施

（一）总体要求

《全国青少年校园足球教学指南》是在《体育与健康课程标准》的基础上针对校园足球教学的具体指导文件，在校园足球教学实施的过程中，要遵循《体育与健康课程标准》的基本理念，制订符合地方和学校实际情况的足球课程实施方案以及教师教学方案，注重校园足球教学组织形式的选择和教学方法的改革，做好学生学习评价、教师教学评价以及校园足球教学课程建设评价，因地制宜地开发利用各种课程资源，体现课程的弹性和地方特色，鼓励根据校园足球课程目标和内容标准编写校本教材，构建富有特色的教材体系。

（二）教学实施的地域差异性

《全国青少年校园足球教学指南》是国家对校园足球课堂教学的宏观性指导文件。鉴于我国地域辽阔、区域发展、经济、气候等差异性较大的特点，各地区、学校在遵循《指南》基本原则的基础上，应根据自身特点，选择符合学生实际水平的适宜学习内容以及学习课时，因材施教，自主灵活地运用《指南》。

（三）学生足球水平的差异性

在当前阶段，各水平阶段学生足球运动水平的实际差异性较大，例如水平四、水平五的学习内容对于初中、高中没有足球基础的学生来说难度较大。教师在足球教学过程中，应合理安排学习内容，降低学习难度，循序渐进，通过3-5年的规范教学，逐步过渡到能够完成《指南》规定的学习内容，实现规定学习目标。

附件：校园足球教学课次内容示例（供参考）

表 13 小学一年级教学内容课次安排示例

一年级-上学期		一年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	学习足球大课间操（持球触身体各部位）	第 1 课	学习升级版足球大课间操（身体各部位主动击球）
第 2 课	持球徒手操	第 2 课	脚内侧夹球转身跳
第 3 课	手滚球比赛游戏、体验脚踢球比赛游戏	第 3 课	脚内侧夹球前后、左右跳
第 4 课	学习行进间活动操	第 4 课	（蚂蚁搬家）仰爬腹部运输球比赛
第 5 课	跟着老师变向跑	第 5 课	学习两人合作背夹球站立下蹲比赛
第 6 课	绕障碍物蛇形跑比快慢	第 6 课	学习两人合作背夹球移动
第 7 课	跟着老师变速跑	第 7 课	学习两人合作背夹球比快
第 8 课	慢跑喊数字抱团游戏	第 8 课	学习两人头顶夹球合作前进、后退、转圈
第 9 课	跟着老师假动作晃动摇	第 9 课	两人头顶夹球合作侧移动接力比赛
第 10 课	老鹰抓小鸡游戏	第 10 课	学习两人胸部夹球合作移动
第 11 课	学习脚内侧夹球地上直体左右滚动	第 11 课	学习两人胸部夹球合作转圈
第 12 课	学习仰坐脚内侧夹球前后滚动（球头后触地）	第 12 课	两人胸部夹球合作侧移动接力比赛
第 13 课	学习仰坐脚内侧夹球向上举腿（前滚翻）	第 13 课	脚掌向后拉球走（跑）比谁直
第 14 课	学习脚内侧夹球直线跳	第 14 课	脚掌向前推出比谁准（保龄球）
第 15 课	学习脚内侧夹球左右跳	第 15 课	学习手拉手脚夹球向侧跳（阳光跑）
第 16 课	脚内侧夹球左右跳比快	第 16 课	手拉手脚夹球向侧跳比齐又快
第 17 课	学习脚内侧夹球兔跳	第 17 课	学习前后搭肩脚夹球向前跳移动
第 18 课	脚内侧夹球兔跳比快	第 18 课	前后搭肩脚夹球向前跳比齐又快（火车跑）
第 19 课	脚内侧左右拨球、赶小猪游戏（手、杆）	第 19 课	行进间脚内侧左右拨球、赶小猪游戏（脚部、多球）
第 20 课	知识课：足球运动小常识（根据天气等情况调整）	第 20 课	知识课：球星的成长故事（根据天气等情况调整）

表 14 小学二年级教学内容课次安排示例

二年级-上学期			二年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容	
第 1 课	手和脚前掌搓滚球游戏	第 1 课	脚前掌虚踩球跳过游戏	
第 2 课	脚底虚踩球跳过游戏	第 2 课	原地脚前掌踩拉球画圈游戏	
第 3 课	单脚前脚掌踩、拉球	第 3 课	单脚前掌直线踩拉球	
第 4 课	脚内侧原地横拨球	第 4 课	脚内侧踢准比赛	
第 5 课	脚内侧行进横拨球	第 5 课	两人一组脚内侧传接球次数比赛	
第 6 课	脚背内侧原地绕圈运球	第 6 课	三人一组脚内侧传接球接球组合	
第 7 课	脚背内侧左右脚原地绕圈运球	第 7 课	三人一组变换方向脚内侧传接球	
第 8 课	脚背内侧扣球转身	第 8 课	脚背外侧原地绕圈运球	
第 9 课	脚背内侧运球、换脚扣球变向运球	第 9 课	脚背外侧直线运球	
第 10 课	原地脚内侧传球、脚前掌接球	第 10 课	脚背外侧曲线运球	
第 11 课	活动中脚内侧传球、接球	第 11 课	听哨声原地脚背外侧变向绕圈运球	
第 12 课	原地脚内侧踢准比赛	第 12 课	单脚脚背内侧、脚背外侧运球	
第 13 课	原地双脚脚内侧传球、接球	第 13 课	双脚脚背内侧、脚背外侧运球	
第 14 课	前后活动脚内侧传球、接球	第 14 课	双脚交替脚背内侧、脚背外侧运球	
第 15 课	左右活动脚内侧传球、接球	第 15 课	脚背内侧、脚背外侧运球绕障碍物	
第 16 课	脚内侧传球、接球、运球组合	第 16 课	脚背外侧直线运球、内扣球转身、传球组合	
第 17 课	对抗中脚内侧传球、接球、运球组合	第 17 课	脚背外侧直线运球、脚背外侧扣球转身、传球组合	
第 18 课	脚内侧传球、接球、运球、扣球转身组合	第 18 课	双脚脚背外侧运球绕障碍物、扣球转身、传球组合	
第 19 课	知识课：足球运动小常识（根据天气等情况调整）	第 19 课	知识课：球星的成长故事（根据天气等情况调整）	
第 20 课	知识课：足球运动小常识（根据天气等情况调整）	第 20 课	知识课：球星的成长故事（根据天气等情况调整）	

表 15 小学三年级教学内容课次安排示例

三年级-上学期		三年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	单脚脚前掌拉球直线活动	第 1 课	原地、活动中脚内侧左右横拨球
第 2 课	双脚脚前掌交替拉球直线活动	第 2 课	脚前掌向内侧连续拉球
第 3 课	脚前掌踩拉球、拨球	第 3 课	双脚脚前掌向内侧交叉步连续向前拉球
第 4 课	双脚脚前掌交替拉球直线活动	第 4 课	脚前掌踩拉球变向活动
第 5 课	脚背正面直线运球	第 5 课	脚背外侧直线运球、拉球转身组合
第 6 课	脚背正面运球、脚底踩球转身	第 6 课	运球、左脚右跨球、右脚扣球转身
第 7 课	脚背正面运球、脚背外侧扣球转身	第 7 课	运球、右脚左跨球、左脚扣球转身
第 8 课	脚背正面运球、脚背内侧扣球转身绕圈一周	第 8 课	直线运球、脚底踩球、跳步转身
第 9 课	脚背正面运球、脚背外侧扣球转身绕圈一周	第 9 课	直线运球、脚底踩球、跳步转身
第 10 课	脚背正面三步一运球、脚背内侧扣球转身	第 10 课	直线运球、脚背内侧背扣转身
第 11 课	脚背内侧踢地滚球、脚前掌接球	第 11 课	运球变向假动作、脚背内侧射门
第 12 课	脚背内侧踢地滚球、脚内侧接球组合	第 12 课	运球变速假动作、脚背内侧射门
第 13 课	脚背内侧踢地滚球	第 13 课	虚晃假动作过人、脚背内侧射门
第 14 课	脚内侧接地滚球转身、脚背内侧射门组合	第 14 课	单脚脚背内侧、外侧运球听哨声变向运球组合
第 15 课	脚内侧接地滚球转身、运球绕杆、射门组合	第 15 课	单脚脚背内侧、外侧运球听哨声变速运球组合
第 16 课	限制区域内双脚交替的脚背内侧、外侧集体运球	第 16 课	限制区域内双脚交替的脚背内侧、外侧集体运球
第 17 课	限制区域内运球听哨声变向转身运球组合	第 17 课	限制区域内集体运球游戏
第 18 课	小场地 3v3 比赛	第 18 课	小场地 4v4 比赛
第 19 课	知识课：足球的锻炼价值（根据天气等情况调整）	第 19 课	知识课：世界杯的故事（根据天气等情况调整）
第 20 课	知识课：足球的锻炼价值（根据天气等情况调整）	第 20 课	知识课：世界杯的故事（根据天气等情况调整）

表 16 小学四年级级教学内容课次安排示例

四年级-上学期		四年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	脚内侧、外侧颠球	第 1 课	脚内侧、外侧颠球
第 2 课	双脚踩拉球、拨球变向	第 2 课	活动中双脚踩拉球、拨球变向
第 3 课	双脚向内、外侧跨球	第 3 课	双脚内、外侧跨球
第 4 课	双脚脚背行进间颠球	第 4 课	脚背、脚内侧、外侧交替颠球
第 5 课	脚背正面射门比赛	第 5 课	分组迎面传、接球速度比赛
第 6 课	活动中脚背正面射门	第 6 课	分组迎面传、接球速度比赛
第 7 课	折返运球比赛	第 7 课	运球绕杆射门
第 8 课	运球变向假动作	第 8 课	分组运球绕杆射门踢准比赛
第 9 课	运球变速假动作	第 9 课	分组运球绕杆射门速度比赛
第 10 课	运球假动作过人	第 10 课	分组往返运球比赛
第 11 课	运球过人、射门组合	第 11 课	大 S 曲线运球绕障碍物、射门组合
第 12 课	运球变向假动作过人、射门组合	第 12 课	对抗下运球变向过人、脚背射门组合
第 13 课	运球变速假动作过人、射门组合	第 13 课	对抗下运球变速过人、脚背射门组合
第 14 课	介绍正面抢球	第 14 课	对抗下虚晃假动作过人、脚背射门组合
第 15 课	介绍侧面抢截球	第 15 课	接控球、运球假动作、射门组合
第 16 课	1v1 攻守	第 16 课	1v1 攻守
第 17 课	2v1 攻守	第 17 课	3v1 攻守
第 18 课	小场地 4v4 比赛	第 18 课	小场地 4v4 比赛
第 19 课	知识课：足球游戏基本规则（根据天气等情况调整）	第 19 课	知识课：足球基本规则（根据天气等情况调整）
第 20 课	知识课：足球游戏基本规则（根据天气等情况调整）	第 20 课	知识课：足球基本规则（根据天气等情况调整）

表 17 小学五年级教学内容课次安排示例

五年级-上学期		五年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	连续脚底踩拉球、拨球、跨球	第 1 课	脚内侧左右横拨球绕障碍物比赛
第 2 课	双脚变向踩拉球、拨球、跨球	第 2 课	脚底踩拉球、拨球比赛
第 3 课	跑动中脚背颠球	第 3 课	大腿颠球
第 4 课	脚背、脚背内、外侧交替颠球	第 4 课	脚背、脚背内、外侧、大腿交替颠球
第 5 课	脚背内侧踢高球	第 5 课	脚背内侧传高球踢准比赛
第 6 课	脚背内侧传高球踢准比赛	第 6 课	脚背内侧传高球踢远比赛
第 7 课	脚背内侧传球弧度比赛	第 7 课	脚背内侧踢角球落点比赛
第 8 课	脚前掌接控反弹球	第 8 课	大腿接控球
第 9 课	脚内侧接控反弹球	第 9 课	大腿接控球、接控反弹球组合
第 10 课	脚前掌接控反弹球、射门	第 10 课	大腿接控球、接控反弹球、脚背内侧射门组合
第 11 课	脚内侧接控反弹球、运球绕杆、射门组合	第 11 课	三人一组脚背内侧传高球、脚内侧或大腿接控球
第 12 课	接控反弹球、运球过人、射门组合	第 12 课	边路运球、脚背内侧向中传高球
第 13 课	两人一组脚背内侧传高球、接控反弹球	第 13 课	角球区传中落点比赛
第 14 课	三人一组脚背内侧传高球、接控反弹球	第 14 课	球门区踢球远度比赛
第 15 课	介绍守门员基本技术	第 15 课	介绍守门员基本技术
第 16 课	小场地 2v2、3v3 比赛	第 16 课	小场地 5v5 比赛
第 17 课	小场地 4v4 比赛	第 17 课	小场地 7v7 比赛
第 18 课	小场地 5v5 比赛	第 18 课	小场地 8v8 比赛
第 19 课	知识课：足球基本规则、裁判法（根据天气等情况调整）	第 19 课	知识课：足球裁判法（根据天气等情况调整）
第 20 课	知识课：足球基本规则、裁判法（根据天气等情况调整）	第 20 课	知识课：足球裁判法（根据天气等情况调整）

表 18 小学六年级教学内容课次安排示例

六年级-上学期		六年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	脚底向内交叉步拉球	第 1 课	脚内侧左右横拨球绕杆比赛
第 2 课	脚底向内交叉步向前活动拉球比赛	第 2 课	各种脚部踩拉球、拨球、跨球、扣球转身
第 3 课	头顶颠球	第 3 课	行进头顶颠球
第 4 课	前额正面头顶球	第 4 课	原地前额侧面头顶球
第 5 课	脚背外侧传球	第 5 课	胸部接控球
第 6 课	脚背外侧射门	第 6 课	胸部接控球、接控反弹球
第 7 课	脚背外侧接地滚球	第 7 课	胸部接控球、接控反弹球、射门组合
第 8 课	脚背外侧接地滚球、射门	第 8 课	脚内侧传球、胸部接球、接控反弹球射门组合
第 9 课	脚内侧接控空中球	第 9 课	正面（手抛）头顶球射门
第 10 课	脚内侧接控空中球、脚前掌接控反弹球	第 10 课	运球绕杆、脚内侧传球、（手抛）冲顶射门组合
第 11 课	脚内侧接控空中球、脚内侧接控反弹球、射门组合	第 11 课	掷界外球
第 12 课	脚背接控空中球	第 12 课	手球形式比赛（头顶射门）
第 13 课	脚背接控空中球、接控反弹球	第 13 课	介绍比赛中运用脚尖踢球、脚跟踢球
第 14 课	脚背接控空中球、接控反弹球、运球射门组合	第 14 课	四球门比赛
第 15 课	介绍守门员基本技术	第 15 课	介绍守门员基本技术
第 16 课	小场地 3v3 比赛	第 16 课	小场地 3v3 比赛
第 17 课	小场地 4v4 比赛	第 17 课	小场地 4v4 比赛
第 18 课	小场地 5v5 比赛	第 18 课	小场地 5v5 比赛
第 19 课	知识课：足球运动损伤与自我保护（根据天气等情况调整）	第 19 课	知识课：如何欣赏足球比赛（根据天气等情况调整）
第 20 课	知识课：足球运动损伤与自我保护（根据天气等情况调整）	第 20 课	知识课：如何欣赏足球比赛（根据天气等情况调整）

表 19 初中一年级教学内容课次安排示例

初中一年级-上学期		初中一年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	球感练习、脚内侧踢、接地滚球	第 1 课	球感练习、活动中脚背内侧踢活动球、脚内侧接球
第 2 课	球感练习、协调性、灵敏性练习、活动中脚内侧踢、接空中球	第 2 课	球感练习、脚背外侧踢、接定位球、地滚球
第 3 课	球感练习、协调性、灵敏性练习、活动中脚内侧踢、接反弹球	第 3 课	脚背外侧踢、接活动中的地滚球、反弹球
第 4 课	活动中脚背内侧踢定位球、脚背外侧接球	第 4 课	活动中脚背内侧踢球、脚部接反弹球、空中球、地滚球
第 5 课	活动中脚背正面踢定位球、活动球、脚背外侧接球	第 5 课	变速运球过人
第 6 课	活动中脚背外侧踢定位球、活动球、脚背内侧接球	第 6 课	假动作运球过人
第 7 课	脚背内侧踢球、掷界外球、活动中跳起正面头顶球-射门	第 7 课	运球过人、对抗中利用假动作拦截球
第 8 课	正面、侧面防守、运球过人	第 8 课	守门员技术、抛接地滚球
第 9 课	运球过人后射门	第 9 课	脚背正面接空中球后射门
第 10 课	接地滚球、运球过人射门	第 10 课	脚背内侧、脚背外侧接地滚球、反弹球后运球射门
第 11 课	接空中球、运球过人射门	第 11 课	跑位与接应、小场地比赛
第 12 课	接反弹球、运球过人射门	第 12 课	墙式配合、小场地比赛
第 13 课	限制区域 1v1 攻防的护球、摆脱	第 13 课	回传反切配合、小场地比赛
第 14 课	二人进攻配合、小场地比赛	第 14 课	1 防 2、2 防 3、3 防 4 等局部以少防多
第 15 课	二人防守配合、小场地比赛	第 15 课	3 防 2、4 防 3、5 防 4 等局部以多防少
第 16 课	局部 3 人攻防配合、小场地比赛	第 16 课	2 攻 1、3 攻 2、4 攻 3、5 攻 4 等局部以多攻少
第 17 课	局部 4 人攻防配合、小场地比赛	第 17 课	8v8 整体攻防练习、比赛、比赛原则介绍
第 18 课	局部 5 人攻防配合、小场地比赛	第 18 课	8v8 整体攻防练习、比赛、比赛原则介绍
第 19 课	知识课：足球战术知识、竞赛规则、比赛观摩	第 19 课	知识课：足球战术知识、竞赛规则、比赛观摩
第 20 课	知识课：足球战术知识、竞赛规则、比赛观摩	第 20 课	知识课：足球战术知识、竞赛规则、比赛观摩

表 20 初中二年级教学内容课次安排示例

初中二年级-上学期		初中二年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	球感练习、活动及对抗中脚内侧踢、接地滚球	第 1 课	球感练习、较快速及对抗中脚内侧踢、接地滚球
第 2 课	球感练习、活动及对抗中脚内侧踢、接反弹球	第 2 课	球感练习、较快速及对抗中脚内侧踢、接反弹球
第 3 课	活动及对抗中脚内侧踢、接空中球	第 3 课	活动及对抗中脚内侧踢、接空中球
第 4 课	左右脚背正面踢、接反弹球、空中球、地滚球	第 4 课	左右脚背正面踢、接反弹球、空中球、地滚球
第 5 课	左右脚背内侧踢反弹球、空中球、地滚球、脚背外侧、脚内侧接球	第 5 课	左右脚背内侧踢反弹球、空中球、地滚球、脚背外侧、脚内侧接球
第 6 课	左右脚背外侧踢反弹球、空中球、地滚球、脚背外侧、脚内侧接球	第 6 课	活动中跳起侧面顶球射门
第 7 课	接地滚球、运球转身过人射门	第 7 课	运球过人、侧面防守
第 8 课	大腿及其它部位接空中球射门	第 8 课	接球、运球过人射门
第 9 课	接反弹球、运球过人射门	第 9 课	区域盯人防守战术
第 10 课	脚背内侧踢球、守门员活动中接平高球、发球、脚内侧接球	第 10 课	局部 3v3 攻防练习
第 11 课	连续二过一的三打二进攻战术、小场地比赛	第 11 课	局部 4v4 攻防练习
第 12 课	第二空当的三打二进攻战术、小场地比赛	第 12 课	局部 5v4 攻防练习
第 13 课	三打二防守战术配合、小场地比赛	第 13 课	局部 5v5 攻防练习
第 14 课	罚球区附近正面直接任意球攻防战术、小场地比赛	第 14 课	罚球区附近侧面直接任意球攻防
第 15 课	短传角球攻防战术、小场地比赛、	第 15 课	长传角球攻防战术
第 16 课	9v9 整体攻防练习、比赛、比赛原则介绍	第 16 课	9v9 整体攻防练习、比赛、比赛原则介绍
第 17 课	9v9 整体攻防练习、比赛、比赛原则介绍	第 17 课	9v9 整体攻防练习、比赛、比赛原则介绍
第 18 课	9v9 整体攻防练习、比赛、比赛原则介绍	第 18 课	9v9 整体攻防练习、比赛、比赛原则介绍
第 19 课	知识课：足球战术知识、比赛阵型、位置职责	第 19 课	知识课：足球战术知识、比赛阵型、位置职责
第 20 课	知识课：足球战术知识、比赛阵型、位置职责	第 20 课	知识课：足球战术知识、比赛阵型、位置职责

表 21 初中三年级教学内容课次安排示例

初中三年级-上学期			初中三年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容	
第 1 课	对抗状态下的球感练习	第 1 课	对抗状态下的球感练习	
第 2 课	快速活动中及对抗中左右脚内侧踢反弹球、空中球、地滚球	第 2 课	快速活动中及对抗中左右脚背正面踢反弹球、空中球、地滚球	
第 3 课	快速活动中及对抗中左右脚背内侧踢反弹球、空中球、地滚球	第 3 课	快速活动中及对抗中左右脚背外侧踢反弹球、空中球、地滚球	
第 4 课	快速活动中及对抗中左右脚内侧接地滚球、空中球、反弹球	第 4 课	快速活动中及对抗中左右脚内侧、脚背正面接地滚球、空中球、反弹球	
第 5 课	快速活动中及对抗中左右脚传接地滚球、空中球、反弹球	第 5 课	快速活动中及对抗中左右脚传接地滚球、空中球、反弹球	
第 6 课	运球过人、拦截球技术练习	第 6 课	运球过人、拦截球技术练习	
第 7 课	接球转身射门	第 7 课	活动中争顶球、边路传中球防守	
第 8 课	接空中球凌空射门	第 8 课	守门员活动中拳击球、接高空球	
第 9 课	接反弹球、运球过人射门	第 9 课	球门球战术、掷界外球战术	
第 10 课	三人配合中射门，压缩场地比赛	第 10 课	快攻中的边路传中攻防战术、压缩场地比赛	
第 11 课	组合传接球结合射门，压缩场地比赛	第 11 课	快攻中的中路突破攻防	
第 12 课	快速射门，压缩场地射门比赛	第 12 课	快攻中边转移攻防	
第 13 课	4v4 前场快速进攻	第 13 课	4v4 协同防守、5v5 防守	
第 14 课	局部 5v5 进攻	第 14 课	局部 5v5 防守	
第 15 课	中路渗透进攻战术	第 15 课	转移进攻战术	
第 16 课	边路传中进攻、压缩场地比赛	第 16 课	防边路进攻、压缩场地比赛	
第 17 课	11v11 整体进攻	第 17 课	11v11 整体进攻	
第 18 课	11v11 整体防守	第 18 课	11v11 整体防守	
第 19 课	知识课：个人、小组、攻防战术	第 19 课	知识课：个人、小组攻防战术	
第 20 课	知识课：个人、小组、攻防战术	第 20 课	知识课：个人、小组、攻防战术	

表 22 高中一年级教学内容课次安排示例

高中一年级-上学期		高中一年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	比赛情景下左右脚运球变向、变速、转身	第 1 课	比赛情景下左右脚运球变向、变速、转身
第 2 课	比赛情景下左右脚踢地滚球、空中球、反弹球	第 2 课	比赛情景下左右脚踢地滚球、空中球、反弹球
第 3 课	有守门员的射门技术组合	第 3 课	有守门员的射门技术组合
第 4 课	有守门员及防守球队的射门技术组合	第 4 课	有守门员及防守球队的射门技术组合
第 5 课	守门员击球、托球、扑球动作体验结合 2v1 小组进攻战术	第 5 课	守门员击球、托球、扑球动作体验结合 2v1 小组进攻战术
第 6 课	1v2 个人进攻战术	第 6 课	1v2 个人进攻战术
第 7 课	1v2 个人防守战术	第 7 课	1v2 个人防守战术
第 8 课	2v3 小组进攻战术	第 8 课	2v3 小组进攻战术
第 9 课	2v3 小组防守战术	第 9 课	2v3 小组防守战术
第 10 课	边路进攻战术	第 10 课	边路进攻战术
第 11 课	边路防守战术	第 11 课	边路防守战术
第 12 课	中路进攻战术	第 12 课	中路进攻战术
第 13 课	中路防守战术	第 13 课	中路防守战术
第 14 课	半场进攻战术	第 14 课	半场进攻战术
第 15 课	半场防守战术	第 15 课	半场防守战术
第 16 课	433 基本阵型的 11 人制比赛	第 16 课	433 基本阵型的 11 人制比赛
第 17 课	433 基本阵型的 11 人制比赛	第 17 课	433 基本阵型的 11 人制比赛
第 18 课	442 基本阵型的 11 人制比赛	第 18 课	442 基本阵型的 11 人制比赛
第 19 课	知识课：整体攻防战术、比赛分析	第 19 课	知识课：整体攻防战术、比赛分析
第 20 课	知识课：整体攻防战术、比赛分析	第 20 课	知识课：整体攻防战术、比赛分析

表 23 高中二年级教学内容课次安排示例

高中一年级-上学期		高中一年级-下学期	
课次	主要学习内容	课次	主要学习内容
第 1 课	比赛情景下左右脚运球变向、变速、转身	第 1 课	比赛情景下左右脚运球变向、变速、转身
第 2 课	在规定区域内比赛情景下左右脚传接地滚球、空中球、反弹球	第 2 课	在规定区域内快速活动中左右脚传接地滚球、空中球、反弹球
第 3 课	比赛情景下接球后射门、运球后射门	第 3 课	比赛情景下接球后射门、运球后射门
第 4 课	比赛情景下接球运球过人后射门	第 4 课	比赛情景下接球运球后射门、接球运球过人后射门
第 5 课	前锋、前卫进攻位置技术进攻配合	第 5 课	前锋、前卫防守位置技术进攻配合
第 6 课	后卫进攻位置技术	第 6 课	后卫防守位置技术
第 7 课	压迫下守门员接球、踢球和手抛球组织进攻体验	第 7 课	压迫下守门员接球、踢球和手抛球组织进攻体验
第 8 课	前锋、前卫的边路协同进攻	第 8 课	前锋、前卫的边路协同进攻
第 9 课	前锋、前卫边路协同防守	第 9 课	前锋、前卫边路协同防守
第 10 课	前锋、前卫的中路协同进攻	第 10 课	前锋、前卫的中路协同进攻
第 11 课	前卫、后卫的协同防守	第 11 课	前卫、后卫的协同防守
第 12 课	前卫、后卫的协同进攻	第 12 课	前卫、后卫的协同进攻
第 13 课	前卫、后卫的协同防守	第 13 课	前卫、后卫的协同防守
第 14 课	442 基本阵型的 11 人制比赛	第 14 课	442 基本阵型的 11 人制比赛
第 15 课	433 基本阵型的 11 人制比赛	第 15 课	433 基本阵型的 11 人制比赛
第 16 课	433 基本阵型的 11 人制比赛	第 16 课	433 基本阵型的 11 人制比赛
第 17 课	352 基本阵型的 11 人制比赛	第 17 课	451 基本阵型的 11 人制比赛
第 18 课	352 基本阵型的 11 人制比赛	第 18 课	451 基本阵型的 11 人制比赛
第 19 课	知识课：整体攻防战术、比赛分析	第 19 课	知识课：整体攻防战术、比赛分析
第 20 课	知识课：整体攻防战术、比赛分析	第 20 课	知识课：整体攻防战术、比赛分析

表 24 高中三年級校教學內容課次安排示例

高中一年級-上學期		高中一年級-下學期	
課次	主要學習內容	課次	主要學習內容
第 1 課	比賽情景下左右腳運球變向、變速、轉身	第 1 課	比賽情景下左右腳運球變向、變速、轉身
第 2 課	比賽情景下左右腳運球變向、變速、轉身及運動過人	第 2 課	比賽情景下左右腳運球變向、變速、轉身及運動過人
第 3 課	比賽情景下左右腳傳接球組合	第 3 課	比賽情景下左右腳傳接球組合
第 4 課	1v1 快速運球過人射門	第 4 課	1v1 快速運球過人射門
第 5 課	1v1 接地滾球、快速運球過人射門	第 5 課	1v1 接空中球、快速運球過人射門
第 6 課	前鋒位置技術的搶點射門	第 6 課	前鋒位置技術組合
第 7 課	前衛位置技術的轉移球、後衛防守隊形	第 7 課	前衛位置技術組合、後衛位置技術組合
第 8 課	前鋒、前衛前場協同進攻	第 8 課	前鋒、前衛前場協同進攻
第 9 課	前鋒、前衛前場協同防守	第 9 課	前鋒、前衛前場協同防守
第 10 課	前衛、後衛後場協同控制球	第 10 課	前衛、後衛後場協同控制球
第 11 課	前衛、後衛後場協同防守	第 11 課	前衛、後衛後場協同防守
第 12 課	角球攻防技術組合	第 12 課	戰術角球攻防組合
第 13 課	任意球攻防技術組合	第 13 課	任意球攻防技術組合
第 14 課	11 人制比賽	第 14 課	11 人制比賽
第 15 課	11 人制比賽	第 15 課	11 人制比賽
第 16 課	11 人制比賽	第 16 課	11 人制比賽
第 17 課	11 人制比賽	第 17 課	11 人制比賽
第 18 課	11 人制比賽	第 18 課	11 人制比賽
第 19 課	知識課：整體攻防戰術、比賽分析	第 19 課	知識課：整體攻防戰術、比賽分析
第 20 課	知識課：整體攻防戰術、比賽分析	第 20 課	知識課：整體攻防戰術、比賽分析