



---

# 组织足球比赛 – Workbook

包含预算表、范例文本、角色卡与小抄的 Workbook

本 Workbook 由 [areacopa.com](https://areacopa.com) 提供。

比赛名称

日期

赛事总监

---

## 比赛前 12 周:根本性决策

---

这五件事在发出第一封邮件之前必须确定。

- 日期与联盟赛历、学校假期与本地同期比赛核对
- 申请并预订场馆或球场
- 确定赛制(小组 + 淘汰、小组 + 名次、单淘汰)
- 确定年龄段与场地大小:U7 至 U11 强制采用 DFB 节庆赛形式
- 计算预算:(固定 + 变动 + 15% 缓冲) ÷ 球队 = 报名费
- 启动赞助链路(面包房、储蓄银行、当地手工业)
- 通过联盟确认保险

## 比赛前 8 周:邀请与裁判

---

发出邀请、联系裁判、第一封家长邮件发出。

- 发出含日期、地点、赛制、报名费、报名截止的 PDF 邀请
- 向地区联盟申请裁判(至少提前 6 周)
- 家长邮件 1(T-4 周):Save-the-Date 含地址与物资清单
- 收集报名,维护每队状态
- 维护候补名单:10% 至 20% 的退赛率属正常
- 检查报名费缴纳情况,截止前 2 周发提醒

## 预算计算表

填入固定支出,加 15% 缓冲,再除以球队数。

项目	金额 (€)	备注
场馆或场地租金		
裁判(酬谢 + 交通)		
球、训练背心、训练锥、易耗品		
证书、奖杯、奖牌		
急救物资		
餐饮采购		
印刷费(赛程、规则单)		
赞助收入(为负值)		
小计		
+ 15% 缓冲		
<b>合计 ÷ 球队数 = 报名费</b>		

## 赞助函模板

---

用俱乐部抬头纸打印,当面递交而不是发邮件。

### 尊敬的 [联系人]:

我们,[俱乐部名称],定于 [日期] 举办 [年龄段] 比赛,共 [数量] 支球队。预计 [数量] 名孩子与 [数量] 名家长和教练到达我们位于 [地点] 的场地。

希望您能支持本次比赛,可以是资金支持,也可以是面包、香肠或饮料等实物。作为回报,我们会在证书上署名、场边悬挂条幅,并在开幕辞中提及您。

具体而言,我们邀请您选择 [铜 / 银 / 金] 级别:[100 € / 250 € / 500 €] 或对应实物。

请于 [日期] 前给予答复。可通过 [手机] 或 [邮箱] 与我联系。

此致 体育的敬意 [姓名] [俱乐部职务]

## 面向参赛俱乐部的邀请文本

---

一份 PDF,所有要点,明确的报名截止。

### 各位教练:

诚挚邀请你们参加我们 [日期] 在 [地点] 举办的 [年龄段] 比赛。开赛 [时间],预计结束 [时间]。赛制 [赛制],每场 [分钟] 分钟,共 [数量] 个场地。

每队报名费 [金额] €。请于 [日期] 前转账至 [俱乐部] - IBAN [DEXX XXXX XXXX XXXX XXXX XX]。备注:[俱乐部名称] 比赛 [日期]。

请自带:两套不同颜色的队服、自有热身球、每名球员一支水壶。我们提供裁判、比赛球、场边补给与午餐。

报名截止 [日期, 提前 4 周]。请将正式确认与预计阵容人数发至 [邮箱]。咨询请拨 [手机]。

体育的问候 [赛事总监] [俱乐部]

## 家长邮件 1:T-4 周

---

Save-the-Date,不是完整简报。

### 各位家长:

我们队将于 [日期] 在 [地点] 参加 [年龄段] 比赛。开赛 [时间],预计结束 [时间]。地址:[街道、邮编、城市]。  
停车 [说明]。

请将这一天空出。详细物资清单与具体赛程将在赛前一周送达。

如希望提前告知孩子的过敏或就医注意事项,请直接回复本邮件。

球场上见 [教练]

## 家长邮件 2:T-1 周

---

工作邮件:赛程、物资、集合点。

### 各位家长:

[星期几] 就是比赛日。最终细节:[时间] 在 [地址] 集合,我们的首场比赛 [时间] 开始。最后一场预计 [时间],随后颁奖。

每名孩子物资:主客两套队服、袜子、护腿板、适合 [场地类型] 的球鞋、水壶、小型补给、防晒(户外)。

场边餐饮已含:水、苹果汁、香蕉、能量棒。家长与兄弟姐妹可付费购买咖啡、糕点与香肠。

驾车:[停车说明]。公共交通:[路线] 到 [站点]。

我们期待美好的一天 [教练]

## 家长邮件 3:T-2 天

---

短信式提醒,最多三句话。

**各位家长:**

简短提醒:比赛日 [日期]。集合 [时间] 于 [地址]。开赛 [时间]。

最后阶段如有问题或耽搁,可联系 [手机]。

天气预报:[描述]。[雨天 / 高温] 备用方案:[说明]。

[星期几] 见 [教练]

## 裁判邀请函

---

清晰的安排、清晰的酬谢、清晰的餐饮。

**尊敬的 [裁判]:**

我们将于 [日期] 在 [地点] 举办 [年龄段] 比赛,希望邀请您担任裁判。首场开赛 [时间],预计结束 [时间],约 [小时] 小时。

计划在 [数量] 个场地进行 [数量] 场,每场 [分钟] 分钟。酬谢:每小时 [金额] €,加每公里 0.30 € 的交通费(往返)。场边餐饮我们提供。

请于 [日期,赛前 4 周] 前确认。如有疑问可拨 [手机] 或邮件 [邮箱]。

预先致谢 [赛事总监] [俱乐部]

## 规则单模板:8 条必填项

---

随邀请一并发出,而不是赛前才提供。

1. **每场时长:** 例如 10 分钟无中场休息

---

2. **换人方式:** 滚动或半场换人

---

3. **小组同分顺序:** 直接、净胜球、进球数、点球

---

4. **红牌 - 下一场:** 禁赛是否适用于下一场?

---

5. **迟到等候时长:** 判 0:3 前等候多少分钟

---

6. **退赛:** 该队所有比赛默认 0:3

---

7. **裁判争议判定:** 由谁做最终决定

---

8. **天气中断:** 已踢比赛如何计算,未踢如何处理

---

## 物资清单:四个分类

---

集合点每个分类一位拿写字板的人。

- 运动:每场地 3 球、热身球、两色训练背心、两色训练锥、气筒、备用球门
- 运动:每位裁判一个口哨、秒表或计时器、计分板
- 组织:赛程与规则单各两份、白板、马克笔、笔、笔记本
- 组织:手机、充电线、移动电源、30 米延长线、音响
- 餐饮:水(每位球员 2 升)、香蕉、椒盐脆饼、烧烤、面包、咖啡
- 餐饮:收银箱、零钱、押金杯、垃圾袋、桌椅长凳
- 急救:DIN 13157 急救箱、冷却喷雾、冰袋、绷带
- 急救:所有参赛队紧急联系人、医生电话、保单随身
- 急救:沙袋固定小球门(DFB 强制)

# 可剪下的角色卡

---

赛前分发;比赛日所有人穿背心或同色队服。

## 赛事总监

- 开幕、颁奖、闭幕致辞
- 裁定赛程问题
- 家长与教练联络人
- 紧急联系人随时可用

**Vertretung:** 中场休息时的代理总监

## 赛程操作员

- 录入比分、维护积分榜
- 为下一场广播
- 延迟立即沟通
- 实时赛程链接保持最新

**Vertretung:** 轮空球队的教练

## 餐饮

- 发放饮料与零食
- 从仓库补货
- 管理收银箱、零钱备齐
- 保持桌面整洁

**Vertretung:** 家长志愿者轮换

## 搭建与撤场

- 8 点前:球门、角旗、围栏、横幅
- 计分板与音响
- 半场之间检查物资
- 结束后完整撤场

**Vertretung:** 主队的 U18 球员

## 急救

- 场边穿红色背心明显可见
- 冰敷、包扎(RICE 规则)
- 怀疑头部受伤:立即中止
- 需要时呼叫急救并通知家长

**Vertretung:** 主队球队管理员

## 比赛日小抄

---

三种情况,三个答案。放在赛事总监身边。

### 小组同分

顺序:直接胜负 → 净胜球 → 进球数 → 每队 3 名球员的点球大战。

### 红牌

立即离场,5 分钟少一人。下一场禁赛。若属暴力:整届禁赛并上报联盟。

### 比赛日球队缺席

该队所有已踢与未踢比赛按 0:3 判定。即便缺席队曾胜出的比赛也事后改判 0:3 给该队。

### 头部受伤

立即中止。急救负责人评估。若出现症状(恶心、混乱、记忆缺失):当天不再上场。意识模糊立即呼叫急救。

### 怀疑骨折

不要稳定、不要移动。呼叫急救服务。覆盖球员、安抚情绪、通知家长。

### 气温超过 30 °C

比赛时间缩短 20% 或增加饮水间隙。如有恶心或循环症状,立即换到阴凉环境并安排休息。

## 次日 45 分钟复盘

---

与组织组讨论的八个问题。喝杯咖啡,而不是在会所。

1. 赛程坚持住了吗?哪里吃紧,为什么?

---

---

---

2. 搭建时间表现现实吗?哪里吃紧,哪里有冗余?

---

---

---

3. 哪个角色超载或闲置?写下具体人名。

---

---

---

4. 家长咨询次数?是哪封邮件没说清?

---

---

---

5. 临时退赛多少?候补名单如何反应?

---

---

---

6. 餐饮情况?量、押金、收银是否平衡?

---

---

---

7. 有伤病吗?如有,哪里、严重程度、由谁处理?

---

---

---

8. 下次绝对不再做的是什么?什么变成必做?

---

---

---