# 学校篮球室工作总结(实用13篇)

来源：网络 作者：轻吟低唱 更新时间：2024-06-12

*学校篮球室工作总结1本学年篮球第二课堂以学校的工作计划为依据，按照学生的特点出发，从初中年级选拔学生参加系统训练。通过训练和对队员的观察和了解，最终确定了初中女子篮球校队名单，利用课余时间进行篮球基本练习，打好基础。现将本学期篮球第二课堂活...*

**学校篮球室工作总结1**

本学年篮球第二课堂以学校的工作计划为依据，按照学生的特点出发，从初中年级选拔学生参加系统训练。通过训练和对队员的观察和了解，最终确定了初中女子篮球校队名单，利用课余时间进行篮球基本练习，打好基础。现将本学期篮球第二课堂活动情况总结如下：

这是我第二年来带初中女子进行篮球训练，在经验方面并不是很丰富。我针对队员的身体素质、基本技术相对薄弱的情况，制订了本学年活动安排，旨就是在提高队员身体素质的基础上，进行以基本技术练习为主，辅以简单战术训练。特别是在练习中加强速度、耐力等身体素质训练，让学生意识到“有气才有力”的含义，明白到保持充沛的体力在一场篮球赛中的重要性。另外培养骨干队员配合老师进行战术展示，让队员得到成功的体验。还有就是在练习中多增加以下知识性、趣味性强的东西，个人篮球训比如在练习过程中结合学生比较感兴趣的篮球游戏，调动学生的积极性和训练热情。再如把运球技术的掌握以绕杆接力的形式进行训练，这样既增加了练习的次数与密度，同时也培养了学生的团结、集体主义。根据队员的反馈，效果较好。

通过篮球队员掌握篮球技术情况来看，全体都有不同程度的提高，在运动意识方面尤为突出。在活动中，全体队员都能按质、按量完成训练内容。无迟到、旷课现象。对学生进行了全面的系统的训练，以备下学期的上级部门举办的篮球比赛。为了更好更有效的训练我注重了解每一个队员的情况，留下每个队员的联系方式，并主动和家长沟通，然后有针对性的训练。再有在练习基础上，尽量发展他们的特长，启发他们的.积极性和创造性。总之篮球第二课堂的开展是有成效的，通过几次队内比赛的检验，每一名队员都在原有基础上有明显提高。

相信我校篮球第二课堂是会越来越有成效的，当然这当中也存在不足的地方，只要认识到不足，积极去面对，经常自我、自我检讨，是会得到进步的。在学生当中形成人人熟悉篮球、人人喜欢篮球的良好氛围。

**学校篮球室工作总结2**

紧张激烈的一部迎新篮球赛于上周圆满落下帷幕，首先对她的成功表示衷心的祝贺！

此次的篮球赛对于我们学生会是一次挑战，一次考验，一次能力的提高！我们部的工作是在这次工作中打头阵，其任务更加艰巨，如何将篮球赛成功的宣传出去？这就需要我们全部人员的共同努力，从中我们也了解到团队合作的重要性，我们也认识到我们部员要增强个人能力，广泛学习他人的优点，培养创新能力还有吃苦能力，充分发挥个人优点，把工作做到更好更优！

在此此工作中我们也发现了我们的.不足之处。

一、工作安排的不周密性，以致出现了有人很忙而有人没事干的情况；

二、工作任务得不明确化，因对工作任务的不明确有些工作做的不能让人十分满意。对于以上两点不足我们会在以后的工作中努力完善。

当然我们也在此次工作中展现了我们的优点。

一、对工作的高度负责，有部分人员为了工作加班加点，甚至放弃吃饭的时间来工作；

二、工作之间配合很好，使工作效率提高；

三、工作能力强，能充分发挥自己的能力，为工作尽自己最大之力。以上三点长处值得表扬，我们也会继续发扬，做到更好。是我们部更加优秀。

最后还要感谢其他部对我们部的大力支持，他们的及时帮助为我们部工作的顺利进行提供了良好条件，由此我们也感到了学生会大家庭的温暖，感谢你们！

**学校篮球室工作总结3**

我校篮球的训练，已经有了一定规模。队员在思想作风、身体素质、基本技术方面有了不同程度的提高，现将本年度的训练工作总结如下：

道德品质思想作风训练是思想教育的一个重要组成部分，它关系到能否很好地完成训练任务和球队的发展方向以及培养什么样人的问题。只有严格的管理教育和科学、刻苦训练相结合，才能培养出思想作风优良，训练作风泼辣，比赛战斗作风顽强，组织纪律严明和技术、战术、身体素质好的球队。为了达到训练的目的和完成训练任务，训练工作中贯彻从难、从严、从实战出发，科学地进行大运动负荷训练。为此要求队员自觉、积极地投入训练，发扬“不怕苦、不怕累、不怕难”的，培养勇敢、顽强的战斗作风，为集体争取荣誉的高尚品质。做到把思想作风教育渗透到训练场上、比赛之中和球队学习生活中去，并始终作为一项最重要的任务列入训练计划。

一般身体训练的目的是为了增进寻动员的身体健康，提高集体的机能，发展运动素质。在训练过程中主要以一般速度、力量、耐力等素质为主，因为它们是技术、战术训练的基础，没有良好的一般身体素质，便不能掌握高难度的动作，承担大负荷的训练和紧张激烈的比赛。

篮球运动的专项身体素质，在于提高速度、耐力、力量、弹跳、灵敏等身体素质，紧密结合篮球技术的特点和要求。以两种形式进行训练：

一种是紧密结合单个篮球技术、战术的特点和要求进行的专门素质训练;

一种是直接结合篮球组合技术与战术进行的。

全面掌握技术，是提高技术水平和灵活机动地运用战术的基础。技术全面是发挥重点技术的保证，重点技术有能带动和促进技术的全面发展。因此在全面训练的基础上，特别注重突出重点，从中发现与培养队员的特长技术，使队员逐步形成能充分发挥自身优势的个人技术特点。所以根据队员自身的特点，在训练中贯彻全面、实用、准确、熟练的要求。

随时准备为队友创造良好的机会，充分发挥集体的.力量，利用突分、掩护、策应的基础配合，打开局面或扩大战果。

不管是男队员还是女队员，在本学期的训练中技战术有了很大的提高，个人技术、身体素质有了明显的提高，相互之间的配合逐渐有了默契。但在比赛中身体对抗性不强、心理素质还需要很大的提高，在下一期的篮球训练中，必须加大力度，主要以提高力量、速度、耐力等身体素质为主，培养学生的积极性，进一步提高技战术水平，争取在以后的比赛中取得优异的成绩。

**学校篮球室工作总结4**

我一直担任校男篮教练工作，通过几年来的实践，我在训练比赛中注意贯彻“准确、快速、灵活”这一指导思想，取得了显著的成绩。我校男篮在参加市级比赛中，多年保持前几名的地位。

“准确、快速、灵活”的指导思想是在平时训练中不断总结而形成的，且在比赛中得到体现，为了确保球队形成“准、快、灵”的风格，采取了下列具体做法：

(一)认真拟定训练计划，从组织、思想、技术、战术、身体素质等具体环节上从严、从难地进行训练。

(二)起点抓得早，注意衔接好。学校里队伍的\'衔接，以保证“准、快、灵”风格能早期形成和不断提高。

(三)要有计划的认线、学校里的级际比赛要形成制，形成广泛的群众基础，不断吸取新鲜血液充实到运动队里来。

对球队的训练，管理严格，不断要加强思想教育，以培养其意志、作风，形成篮球运动员的典型风格，加强素质训练，在“准、快、灵”方面下功夫，处理好“准、快、灵”三者之间的辨证关系。提倡在三从一大的训练原则的前提下，着重“五抓”“三突出”的训练。

1、抓基础。抓好身体素质基础(快速跑，快速起动、弹跳力、力量和观察能力，反应与应变能力等)与技术基础(控制和支配球的能力，基本技术、衔接、紧逼防守，平步防守与抢断等攻击性防守等)。

2、抓比赛。除有组织有目的地观看比赛外，训练中常有计划地安排一些比赛，如特定规则的比赛，友谊比赛，适应性比赛等。

3、抓投篮命中率。强调训练中任何一样技术训练都应与投篮结合起来，每次训练都安排投篮练习。投篮可采用定位、连续投、平步跳步投篮等，战术练习与投篮命中率要结合起来抓。

4、突出“准确”。投篮准，(方法多，突出自己的特长，掌握各种位置，各种距离的投篮，其中强调抓好中投，打“成功率”战术);传球准，(各种传球方法要求人到球到);判断准，(要求队员了解场上双方位置和球的关系，强调站位);空间与时间概念准。

5、突出“灵活”。要不断提高队员视、听觉器官的功能，加强信号训练。战术训练时要注意讲解，培养队员思维记忆能力、加强移动训练，训练中增加方向上、速度上的变化，强调真假变化、攻守变化等。

篮球运动这一项目对人来说是锻炼身体的好方法，在我国喜爱的人极为广泛，对于篮球技术来讲，这是一门科学，有待人们反复实践，不断提高，在校出成绩，毕业出人材，希望有更多的同仁为篮球事业作出贡献。

**学校篮球室工作总结5**

(一)、技术训练包括进攻技术和防守技术

1、进攻技术训练。

由于篮球氛围比较好，在他们升入初中以前已掌握了一定的篮球技术，但是没有经过系统的训练，一般都是模仿大人的动作，所以动作很不规范，在训练时就要做到纠正与教学同时进行。下面就针对篮球中的运球技术、传接球技术、持球突破技术的训练谈谈自己的看法。

(1) 运球的训练

运球在比赛中是非常重要的技术环节，主要体现在快速推进的进攻，带球摆脱防守，上篮得分等等。但是由于动作的不规范，容易被别人抢断;运球时喜欢眼睛看球，球感差，针对这种情况，在训练中我安排了大量的运球练习，包括体侧运球、运球急起急停、体前换手变向运球、“之”字型以及绕“8”字型运球，这些动作在比赛中都是比较经常使用到的技术动作。把运球练习与比赛相结合，例如对队员的运球进行比赛，最慢的队员罚做俯卧撑或是做一个小惩罚，或是运球追逐跑。既提高了队员的训练积极性和主动性，又可以在练习中逐步提高球性，达到训练的目的，一举两得。

(2) 传、接球的训练传、接球和运球一样，是篮球竞赛中运用最多的技术，它是进攻队员在场上相互联系和组织进攻的纽带，是实现战术配合的具体手段，是比赛中运用最多的基本技术。传、接球技术的好坏直接影响进攻战术配合质量。因此我十分重视传、接球的纠正训练。在训练中针对传球速度慢、高的特点，利用原地胸前传球的训练进行纠正。对队员在传、接球时经常丢球，重点要求她们注意球的飞行路线、落点和接球的手法，传球的手法主要有双手和单手胸前传球、单手肩上传球。每节训练课都要进行十五分钟的传、接球练习，主要是行进间的传、接球上篮，还有原地的双人双球练习。为了使传球更有实用性，把传球、接球与脚步动作结合起来，不断提高对抗强度，提高传、接球的运用能力。目的经过传球的强化训练提高传、接球技术。在训练中为了训练的积极性，还采用一些内容新颖、生动活泼的传球游戏，使学生在愉悦中训练。

(3)持球突破的训练

持球突破是持球队员运用脚步动作和运球技术快速超越对手的一项攻击性很强的技术。它是显示运动员水平高低的一项重要指标。中学生有在同学面前显示自己的心理特点，在这个技术环节上学生训练是非常的积极。但是持球突破是一项综和性的技术，它是由蹬跨、转体探肩、推放球、加 速等几个环节组成。如果一开始就教连贯动作就会出现走步或者是运球不稳而丢球的问题。针对走步的情况首先让学生明确走步概念，然后在进行脚步练习，例如跳步急停、交叉步急停、急停转身等各种脚步练习。对由于运球不好而造成的持球突破失败，就加强在干扰下的运球，比如在罚球圈内的五人运球互枪游戏，使学生在轻松愉悦的环境下提高运球技术。

2、防守技术的训练

防守是比赛中重要的环节，是队员在防守时，为了阻挠和破坏对手的进攻，达到夺球反攻的目的所采取的各种动作的总称。防守技术相对于进攻技术不是很受学生欢迎，如果单独的去训练防守，就会显得比较枯燥，为了使训练更有效果，在训练时我注重结合进攻技术进行训练，如在训练防守步法时，让一人运球一人防守，一开始运球可以慢，然后逐渐加快，当防守队员不能防住运球队员时，他就会思考怎样才能防住对手?这时教师可以及时指出防守的错误，这样通过学生的主动参与，达到训练的效果。防守是最好的进攻，为了提高防守质量，我要求队员提高防守的主动性和攻击性，有效地制止对手进攻的威胁。在训练中我通常采用的是三对三、一防二、二攻一的攻防练习，要求防守队员积极跑动近球紧，远球松，人、球兼顾，控制对手接球。提醒队员随时都要保证正确的防守位置，自己的防守对象要负责防好。对于攻防练习中经常出现的侵人犯规、带球走和非法运球违例随时强化，使理论和实际有机结合起来，使学生更好的理解、掌握和运用所学的技、战术，保证训练和比赛的质量。

(二)、身体素质训练良好的身体素质是篮球训练的基础，这是大家非常清楚的问题。但是怎样提高身体素质?

我认为应该遵循以下几个原则。

1、与技术训练相结合的原则身体素质与篮球训练是相辅相成的，身体素质好技术提高快，同时在技术训练时也可以

渗透身体素质的内容。比如在进行传球练习时，可以利用长传快攻，从而达到提高速度的目的。

2、训练内容多样性和趣味性的原则由于身体训练是比较辛苦，中学生意志力比较弱，为了使身体训练更具有吸引力，使学生练的更积极，就必须使训练的内容更多，趣味性更强。比如为了提高力量，可以利用背人的游戏，可以利用跳绳，也可以蹲杠铃;为了提高弹跳可以利用摸篮板、蛙跳、跳栏架、跳台阶等方法。

3、多鼓励的原则

在学生训练比较辛苦的时候，想偷懒的时候，教师要积极的发现学生的闪光点，采用激励性的话语进行鼓励。让学生真正感觉到老师很注意他，训练的积极性就会更高。 篮球运动是青少年最喜欢的体育项目之一，也是大众性的体育项目，通过它不仅可以提高学生的身体素质，而且还能够培养团结合作的精神，而且为以后走向社会多了一项与人交流的方式。通过以上对篮球运动的阐述希望大家对篮球训练有更深的认识。篇二：篮球校本课程工作总结 篮 球 校 本 课 程 总 结为期一个学期的篮球校本课程结束了，通过学习学生提高了篮球技术并发现了不足，现总结如下：在技术方面：通过一个学期的练习，学生基本掌握了篮球技术中的“快速运球跑”、“左右手的三步跑篮”、“原地的双手和单手传球”、“运球中的体前变向过人”、“半场过人技术”、“全场各种运球过人”。而且在教学中我有意识的给学生增加了一些游戏项目，因此学生的对篮球运的兴趣比上学期提高很多。在思想方面：学生克服困难的意志品质有了很大的提高，在练习过程中再也不喊苦喊累了，所有的练习项目都能认真的去完成。篮球是一项集体项目的运动，它强调的是集体间的配合，所以通过这段时间的练习，同学间的相处更加融洽了，她们学会了去体谅别人，关心别人。

通过本学期的教学，学生在篮球技术上还存在着许多不足。学生的篮球基本功还不是很过硬，对抗中的篮球技术运用还不是很合理。由于篮球是一项身体对抗很强的运动项目，所以对学生身体素质要求很高，现在学生自身的素质离要求的还有一定的距离，所以要加强学生身体素质的练习。

根据以上总结中不足之处，下个学期我会有所改进，并安排好下学期的教学内容。让学生的篮球技术有更显著的提高，让她们充分享受篮球所带给她们的快乐。

**学校篮球室工作总结6**

我怀着一种了解些什么、发现些什么、收获些什么的想法，和我系同学一起观看了我院举办的篮球比赛。

此后的几天，我都在用心回味此次活动的每一个细节，感悟细节背后的丰富情感和艰辛劳动。我感受到我系学生对篮球比赛的认真态度。

我希望通过此次篮球比赛能给大家带来工作和生活上的启示，并用心领会每一次活动的出发点和意义。

比赛，是希望大家不要一味盯在课堂上，还应该更多关注外面的世界，关注别人、别的系部是如何工作和生活的，借鉴别人的经验，逐步学会用联系和发展的观点分析问题，实现认识上的提升。必须看到，我们工作的对象是在校学生，我们的工作环境又相对闭塞，在“两耳不闻窗外事，一心只教圣贤书”的环境中，在潜移默化中，我们的思维、语言、行为必然体现出儿童化的倾向。

表现为，与外界交往的意识淡薄，适应环境的能力差，回避公开场合，缺乏正确的自我评价和自我发展意识，拘谨、偏激、无所适从。我们就是要凭借各种交流平台，打破思维和行为的局限，首先成为一个适应环境的社会人，然后成为有职业素养和层次的职业者。

我们首先学会正确认识和对待交流。交流是一个人了解社会、驾驭生活的必备素质，是双向和多向对等互动的成长方式，传播个人见解，学习别人经验，提高思维水平，增加生活阅历，促进事业发展。对待交流活动，大家必须把握积极的心态，寻求正确的\'方法，逐步学会沉下心来，用心看，用心听，用心想，用心记，用心悟，吸取教训，借鉴经验，为我所用。辩证看待别人身上的问题，客观分析交流中的疑惑，换位和多位思考，理解人家的初衷和苦衷。这样，我们就会由“看热闹”上升为“看门道”，才会有所启迪和感悟。

交流的机会是很多的，需要我们去发现和把握。首先利用好学校提供的机会，像听课、级部教研组教研活动、课题研究和演讲、成果展示等竞赛、评比活动，还有各种培训和参观等活动。我们个人做到经常与周围同事交流工作经验，探讨工作方法，解答工作疑问。经常到不同班级听听课、看一看、学一学，学会透过表面作深层次、本质上的分析和把握。工作之余，接触社会，了解不同行业，经历不同场合。在遵守职业规则的基础上，大胆参与，积极交流，适时展示新时期教师的知识层次和良好素养。

**学校篮球室工作总结7**

只有十几节课的篮球课，实在是很让人放不下。

记得初识篮球，那还是在初中体育课上，当时根本不把体育当一回事的，毕竟体育不影响升学的，当时只是对篮球感觉很奇怪，当时心里就想“一群人真没意思，找个球吧，不踢，还弄得自己脏兮兮的”。到了高中，基本上也没有时间去学篮球，时间都用来学习以及学习之余的打闹之中了，现在觉得当时的自己也是挺无聊的。

到了大学，因为不喜欢体育，所以一开始的心理还是只要把学分搞够就好了，打打酱油也就过去了。但是当我上了篮球课才发现，我想错了，篮球课上是不允许“酱油”存在的，我失望了。

于是我开始试着接受篮球，其实对于初学者来说这并不容易，好在我常常关注NBA，那时我只是一个外行到不能再外行的人，只是看一些特别漂亮的动作，比如说科比的后仰跳投、格里芬的空中接力、詹姆斯的暴扣、安东尼的三分雨那时也许只有这些才能吸引我，反正是完全看不出来各种各样的犯规以及战术配合，有了这种对篮球还算喜欢的基础，我接触篮球才比较快。

篮球课上，在老师的组织下，我们前二十几分钟练习各种动作，比如说如何运球啊，如何投篮啊，还有就是三步上篮的学习，当然了各种基本功的练习是必不可少的。在场地内按着规定的路线跑来跑去，虽然很累，但是很开心，开心的是这样才能学到真正的东西。到了后二十几分钟，我们就开始分组进行小对抗赛了，说时候，这真的好不累人啊，但是这样更快乐了，几个伙伴相互配合着把球最终送进篮筐，真的很让人高兴，所以说“累，但更快乐”。

篮球课下，我经常自己一个人拿着球练习练习投篮和三步上篮，虽然说基本上没有什么长进，但是我觉得运动嘛，自己高兴才是最好的，每当把球送进篮筐，自己都会在心里为自己鼓掌，稍微庆祝一下。

也许现在真的是喜欢上篮球了，现在一看到篮球，就想摸一下，我要好好学习篮球，人总该有一些爱好的。

篮球课，挺让我不舍的，接下来就是自己来学习篮球了，坚持下去。

**学校篮球室工作总结8**

小学生非常热爱篮球运动，这对篮球训练是个优势，但是他们意志比较薄弱，往往一开始非常积极，但练一段时间后就热情减退。虽然篮球运动是趣味性的项目，但是在身体素质的训练也是比较辛苦的，这对生活水平越来越高，从没有吃过苦的小学生来说是一种挑战。针对以上的问题，结合学生在身体、心理方面的特点，并借鉴其他教师先进的训练方法，结合自己在近一年教学训练中的经验，总结了一些心得。要抓好小学生篮球的训练要注重两方面的内容，一是思想上的认识，二是体能技术上的训练。

(一)、教师要成为学生的偶像。

小学生处于树立偶像的年龄段，他们一般都有自己的偶像，对喜欢篮球运动的学生来说他们的偶像一般是篮球明星。他们为了更多的了解篮球，经常去看nba，对明星所做的动作经常赞叹不已，还经常去模仿。针对学生这一特点教师要积极的利用，教师在做示范动作时，把动作尽量作到完美;在学生进行教学比赛时，教师参与其中，教师充分展示自己，让学生感觉到老师有水平，有好多地方值得去学习。

(二)、要成为学生的朋友。

小学生自我观念比较强，事事追求平等，如果教师高高在上，对学生做不到的地方就大声呵斥，无疑会给师生之间的交流带来障碍。另外中学生的逆反心理比较强，如果事事和你作对，那么你的训练效果必定大打折扣，教师要抓住学生的心理特点，采用恰当的交流方式成为学生的朋友，只有成为学生的朋友你说的话学生才听得进去，教学才能达到事半功倍的效果。

(三)、加强对篮球运动的重要性讲解，提高认识。

我们做什么事首先要考虑他有多大的价值，做起事来才有一定的目的性。学生所理解的篮球运动一般的概念是锻炼身体，这只是对篮球运动肤浅的认识。要想让学生了解的更深刻一些，就要专门的给他们讲，从大的的方面讲，通过篮球的教学、训练和比赛，可以使身体得到全面的锻炼。它对于增强学生体质，保持身心健康和培养优良品质都具有重要意义。它能提高队员各感受器官的功能，对提高神经系统的灵活性及其协调能力、改善内脏器官的功能，都有良好的\_作用。运动训练的根本目的在于充分发挥队员的生理、心理潜力，通过练习和比赛，使学生认识团结、互助的重要性。培养战胜自我、勇敢顽强的竞争精神。通过训练，提高运动水平，为校增光。从小的方面讲，随着篮球的普及，各个镇区都举行各种形式的比赛，这为篮球爱好者搭建了一个展示自己的舞台，既能为自己的班级争光。通过仔细的讲解，学生对篮球运动认识更深刻，训练起来也比较积极。

(四)、树立团队合作精神，建立积极向上的集体。

篮球运动是一种集体性的项目，任何分散集体的行为对它都是不利的。现在的小学生都是很有个性，以我为中心，要让他们团结起来是有一定的难度。这时教师要讲集体合作的重要性，同时也通过一定的比赛、游戏让他们亲身体会到团队合作的重要性。

**学校篮球室工作总结9**

本学年我校的篮球特色教学在学校的统一部署下，在全体体育教师的共同努力下，有序地得到了普遍开展，特色活动给学生们带来了欢乐，带来了喜悦，让我们看到他们在活动中的活泼、斗志、活力。相对于其他体育活动，篮球训练工作是一项长期性的工作，对于学生来说是一项值得参与的运动，也是深受我们学生喜欢的一项体育运动，使篮球有了广泛的群众基础，因而在学校中有很多学生喜爱这项运动，篮球水平不断提高。现将本学期的活动总结如下：

>一、工作及取得的成绩：

第一学期我们严格按照学期初制定的计划，同时保证了以良好的纪律来规范学生，让学生学有所得，保证了活动的稳定性，使得学生对篮球的认识、基础掌握要领都已熟悉；学生初步掌握了高、低运球的动作要领及急起急停高、低运球，运球急起急停接原地肩上投篮，双手胸前传接球及反弹传接球，行进间运球单手高手投篮，原地跳起肩上投篮的动作要领。校篮球队的队员经过一学期的训练，已掌握了基本的技术动作、战术运用和各种传切配合，篮球水平有了很大的提高，在市区中学生篮球中获得了全市第三名的好成绩。

第二学期是在衔接基础动作的基础上，努力发展其战术意识，充分强化技术的组合的综合训练。同时针对我校部分学生体质较差，有计划地进行了体能强化训练，增加体能储备。校篮球队队员在本学期的训练中技战术有了很大的提高，个人技术、身体素质有了明显的.提高，相互之间的配合逐渐有了默契。

特别是加强防守技术方面的训练，我们在训练中强调对位联防、半场人盯人防守，注意协防和站位。在训练中先教队员防守无球队员，重点是防守中位置的选择和移动。通过讲解、示范使学生建立正确的防守概念，加强防守步法的训练，及时纠正错误的动作。要求队员提高防守的主动性和攻击性，有效地制止对手进攻的威胁。在训练中我们通常采用的是二防三、一防二、二攻一、三攻二的攻防练习，要求防守队员积极跑动近球紧，远球松，人、球兼顾，控制对手接球。在模拟训练中使理论和实际有机结合起来，使学生更好的理解、掌握和运用所学的技、战术，从而保证了训练和比赛的质量。

我校部分学生尤其是女生，体质较差，在训练中尤其让人担忧，无法完成训练计划。因此在训练中我们严格要求队员克服体力上的极限，每次训练课后，还要进行长跑练习，进行体能强化训练，增加体能储备，提高速度、耐力、灵敏等素质，锻炼他们顽强的比赛作风。

本学年我校的篮球队在礼乐街道办事处组织的比赛中取得了优异的成绩：中学男子组、女子组均获第一名，三人篮球赛第一名、第三名。

>二、存在的问题及改进措施：

学生的基本素质比较差,吃苦耐劳的精神不够,训练量还需要加大。学生的力量、耐力、速度、弹跳力和柔韧等素质，需要通过训练来加强，不断改进，不断总结，改进措施如下：

1、与家长和学生进行沟通，争取家长的支持和学生的积极、全力参与。

2、采用灵活、多变的训练方法和手段，增强队员们的训练热情。

3、狠抓球队的训练作风，使队员们养成良好的训练习惯。

4、单项技术的训练采用多球训练的方法。

5、多进行评比，增强训练小组成员队员们的竞争意识，互相帮助，促进提高。

6、继续努力训练，加强对抗训练，积极备战20xx年的各级中小学生篮球比赛，争取更加优异的成绩。

**学校篮球室工作总结10**

四月份是一个多姿多彩的月份，为了丰富学生的校园文化生活，推动篮球运动的发展，提高学生的竞赛水平，我们体育部成功地举办了此次“系际”篮球比赛。

我学院的“系际”篮球比赛在各位老师和全体队员的共同努力下，经过五周紧张有序激烈的角逐，圆满完成了各项比赛日程。在比赛中，全体运动员自觉遵守比赛规程，听从指挥，服从裁判，发扬“友谊第一，比赛第二”，和“更高、更快、更强”的体育精神，顽强拼搏，奋力争先，赛出了风格，赛出了友谊，赛出了水平；各位工作人员、裁判员尽职尽责，不辞劳苦，付出了艰辛的劳动。

各系参赛队伍奋力拼搏，比赛精彩激烈。同学们不愧为各班级精英，在比赛中当仁不让高潮此起彼伏动人心弦，观看比赛的同学们也在场外和比赛队员一样紧张卖力，加油鼓劲的呐喊一阵高过一阵，使比赛更为精彩。

通过比赛：

一，丰富课余生活，同时给予大一新生热衷于篮球的同学一个展示自我的机会，让他们在自己所热爱的空间里自由发挥，在自己的天地中亮翅。

二，促进各系的交流，使他们认识激烈竞争的存在，与团结合作的精神，促使他们在以后的学习中团结合作，与“敌”争锋的竞争意思和团结意识。

我系篮球队成立多年来，取得了一项项骄人的成绩。获得校“青春激扬杯”篮球第六名的成绩通过这次篮球赛，充分体现了我学院广大学生的集体荣誉感和顽强的作风。大家不怕流血，不怕流汗，赛出了真实的技术，赛出了真正的友谊，赛出了真正的风格。同时，各班同学认真负责、积极参与、沉着指挥；各系都组织了“啦啦队”，为场上的运动员加油鼓劲，充分体现了我学院学生良好的精神风貌，达到了增强体质、陶冶情操、促进团结的.效果。虽然冠军只有一个，但我认为所有的参赛队都是最好的！每一个队员都是最棒的！

本次比赛活动，充分发挥了体育活动的功效，体现学生的凝聚力和向心力，达到了增强体质，增进健康的目的。希望各班队员们，今后要继续发扬顽强拼搏、勇于进取的精神，刻苦训练，再接再厉，为我学院篮球再创佳绩而努力

**学校篮球室工作总结11**

宿豫中等专业学校篮球社成立至今已有3个年头，社团一直以“我运动，我健康”为根本宗旨！是爱好篮球学生的学习篮球，切磋球艺，展现自我的平台。本社团的宗旨是在能吃苦的精神上学好篮球技术，在团队精神的原则上打好每一场比赛，在坚持不懈的锻炼中寻找得分技巧。希望通过我们的努力，使篮球不仅仅是一项运动，更是一种乐趣。

在学校领导的重视和各部门的大力支持下，本社团积极组织、参加各级各类篮球赛事，开展篮球知识的宣传和普及工作。在活动中篮球社团用百分之百的热情.百分之百的努力，完成好任务。

成立以来，篮球社团成员始终本着“立足校园、服务同学、提高能力、拓展素质”的原则，严格各项制度，加强规范管理，不断探索新时期的工作方法，积极拓展新的工作领域的态度，以“社团潮”为主线，集中和分散相结合，坚持常年不断线，月月有活动的社团活动格局。脚踏实地，开拓进取，努力完成了本年度的工作计划。较好地完成了年度工作任务，使得社团影响力不断扩大，为我校体育事业发挥了积极的作用。为推动我校学生体育运动，加快我校健康校园、和谐校园建设作出了应有的贡献。具体总结如下：

>一、通过强化内部管理打造人才队伍

篮球社团认真组织召开了理事会，总结xx-xx学年的工作，

研讨布置xx年的工作，努力探索新时期开展社团工作的思路和方法，逐步健全社团组织机构、管理模式、运行功能，以发展篮球运动为己任，全力打造一个热爱篮球事业、有强烈改革和创新意识、团结合作、勤奋踏实的集体，不断提出发展的.新思路、新举措，各个部门各司其职，积极为社团的发展出谋划策，有组织、有计划、有声势地开展活动，规范化运作各项赛事，社团成员技战术水平明显提高，篮球运动普及面不断扩大。社团还积极发展新会员进入社团，为社团增加了新的活力，社团发展进入了新的层次和阶段。

社团继续加强对球员管理，积极提高他们的篮球技战术理论水平和实践能力，认真开展培训和考核。

>二、突出竞赛工作完善活动组织

组织篮球比赛和开展篮球活动是篮球社团工作的龙头和抓手，是推动篮球运动发展的载体。使得我社团的篮球运动具备了组织形式多元化、赛事活动精品化发展的场地设施条件，在这样良好的发展氛围中，精心办好各级各类篮球比赛成为了篮球社团工作的重中之重。近年来，篮球社团主办、协办了多次各级各类篮球比赛，在实践中积累了较为丰富的赛事组织经验，无论大小比赛都精心组织。

篮球社团协办过江苏省第二届职业学校篮球赛、宿迁市第一届职业学校学生男子篮球赛、宿豫中等专业学校“冠军杯”篮球联赛等赛事。

>三、强化练思想、练作风、基本功

为了进一步加强学校的篮球训练工作，并将训练作为一项长期的工作来抓，我们经过认真动员，一、二年级中涌现数名篮球爱好的学生、并且具有一定运动技能的学生，通过开展篮球活动选拔，组建了学校篮球队后备力量；从实际情况制定了篮球兴趣（队）小组的工作目标如下：树立我队快、灵，准的风格，培养顽强，团结战斗作风。以战术训练为重点，从技术入手狠抓五个环节（即体力素质，投篮命中率，篮板球，积极防守，传接球）。坚持身体训练，坚持大运动量训练，争取获得好的成绩。

1.训练工作中强化练思想，练作风，并强调篮球基本功练习。

2.战术训练要从难、从严，从是实战出发，特别强调整体配合。

3.战术训练过程中，要进一步组织阵容，配合全队力量，要十名队员都能上场打球，充分发挥全队的特长，克服弱点，全队战术逐渐形成完整的战术体系。

4.每星期四的自练时间为半小时投篮练习。

5.以“练”为主，“战”结合。

6.全队战术训练的过程中，要重视个人战术训练，要区别对待，作到扬长避短。

>四、重视媒体宣传塑造社团形象

为了让更多的人参与到篮球运动中来，以达到“以球会友，以球健身”的目的，篮球社团十分重视社团的宣传工作，充分利用报纸、宣传板等媒体来宣传社团组织和主办的各项比赛及各类活动。

一年来，篮球社团认真按照团委的要求，抓好各项有关工作，取得了一定的成绩，但对照团委的标准，还存在一些问题。我们要进一步总结工作，寻找差距，认真吸取各兄弟体育社团的成功经验，努力把工作搞得更好。

>五、xx年工作计划

**学校篮球室工作总结12**

20xx年邹城市篮球协会在市委市政府的正确领导下，在市体育局的支持指导下，以及社会各界的大力关心下，协会以“推广、普及、提高全市篮球运动”为己任，广泛组织和开展了一系列篮球赛事、篮球交流等活动。通过协会的共同努力，全市的篮球运动得到了进一步普及，篮球俱乐部群体不断扩大，推动了全市群众体育运动的开展，为增强全民身体素质做出了积极的贡献。

>一、强化内部管理，打造人才队伍

努力探索新时期开展协会工作的思路和方法，逐步健全协会组织机构、管理模式、运行功能。以推广、普及、提高篮球运动为己任，全力打造一个热爱篮球事业，有强烈改革和创新意识、团结合作、勤奋踏实的集体。领导班子不断提出发展的新思路、新举措。各个部门各司其职，积极为协会的发展出谋划策，有组织、有计划、有声势地开展活动。

协会继续加强对运动员、裁判员和教练员的管理，积极提高他们的`篮球技战术、理论水平和实践能力，认真开展裁判员和教练员的培训，积极培养他们在市直各机关、厂矿企业以及乡镇的篮球活动中发挥指导作用，以全面提高我市篮球整体水平起到了积极作用。

>二、突出竞赛组织工作，精心筹划全市篮球联赛

篮球运动在我市有着浓厚的群众基础，深受老百姓的喜爱，每年的全市篮球联赛都成为了茶余饭后的焦点话题，在比赛期间群众座无虚席，加油声、欢呼声此起彼伏，是广大球迷的一大盛事。篮球协会成立六年来，每年都精心组织1-2次全市篮球比赛，尤其是今年的全市篮球联赛呈现出了较多亮点，赛事组织井然有序、参赛队伍不断壮大、裁判执裁水平不断提高，协会主要着手在以下四个方面做了工作：一是积极与关心篮球事业的社会各界人士达成共识，篮球联赛的举行事关邹城篮球事业的发展，通过社会各界的鼎力支持为篮球联赛的举行奠定了物质基础；二是加大宣传力度，让热爱篮球运动的群众积极参与，今年共有21支篮球队参赛，囊括了企事业单位、驻邹企业及篮球爱好者，参赛队伍的壮大为篮球联赛的举行奠定了群众基础；三是加强了裁判的培训和选拔，聘请高贵磊老师讲解篮球规则和执裁心得，临场进行了指导，并为裁判员购买了最新《篮球规则》和《裁判员手册》，优秀的裁判员队伍为篮球联赛的举行奠定了人才基础；四是优化赛事环境，购置了24秒计时器、违规显示器、蜂鸣器、发球权显示器、专用记录表等篮球比赛专用器材，并安排专人对场地进行清扫、上油工作，在场地器材上为篮球联赛提供后勤保障；

>三、积极加强同周边县市之间的交流

近年来，通过多方面的协调努力，积极组队参与兄弟县市区篮球赛，今年在和盛公司、黄山茶庄等企业的大力支持下，邀请了济宁、兖州、枣庄、鱼台等地的篮球队来邹交流，利用多种形式促进我市篮球运动整体水平的提高，也加强了于周边县市的友好往来，交流了球技、加深了感情。

>四、积极引导基层赛事，在广大群众中推广篮球运动

今年，篮球协会努力协调安排各篮球队进行交流赛、热身赛，保证了一个月3-4次篮球活动，还承办和协办了一批基层篮球赛事。

通过我们过硬的业务水平和广大裁判员、工作人员严谨认真的工作态度，基层单位和协会会员对我们的工作都表示非常满意。这为协会在广大篮球爱好者中树立了良好的形象，为在广大群众中普及和推广篮球运动起到了积极的作用。

>五、下一步工作计划

篮球协会下一步工作以关于实施社会组织“五项工程”提升基层组织服务能力的实施方案为指导，进一步解放思想，开拓进取，优化协会运行机制，实现协会又快又好发展。广泛开展篮球运动，壮大篮球爱好者队伍，进一步提高篮球运动水平，推动我市篮球事业的发展。

（一）以“五项工程”实施为契机，积极开展篮球协会党的工作，理顺协会党组织和党员隶属关系，完善协会党组织建设；不断健全完善协会内部结构体系，规范会员大会、

会员代表大会、理事会、监事会、裁判委员会、财务委员会等机构，依法推选组织内部成员，并实行聘任制；健全各项规章制度，从制度上不断完善协会依法规、按章程开展活动的自律机制；

（二）高水准、上档次，打造全市篮球联赛。经过篮协几年来的努力，篮球联赛按照预定计划逐年在实施中，下一次联赛篮球协会将及时召开赛事筹备工作会议，制定具体的实施方案。

（三）继续加强与周边县市的访问交流，及时掌握发展动态，提高技战术的实战能力。

（四）利用篮球平台广交朋友，广泛宣传

利用好协会这个平台，宣传邹城市篮球运动，学习先进的篮球发展理念，主动邀请本地和外地的篮球队走进学校、社区、机关、企事业单位，从而带动群众性篮球运动的发展。 20xx年即将过去，20xx年我们将在市体育局的正确指导下，在全体会员的共同努力下，进一步解放思想、与时俱进，不断开创邹城市篮球协会工作新局面。

**学校篮球室工作总结13**

本学年我校的篮球特色教学在学校的统一部署下，在全体体育教师的共同努力下，有序地得到了普遍开展，特色活动给学生们带来了欢乐，带来了喜悦，让我们看到他们在活动中的活泼、斗志、活力。相对于其他体育活动，篮球训练工作是一项长期性的工作，对于学生来说是一项值得参与的运动，也是深受我们学生喜欢的一项体育运动，使篮球有了广泛的群众基础，因而在学校中有很多学生喜爱这项运动，篮球水平不断提高。现将本学期的活动总结如下：

一、工作及取得的成绩：

第一学期我们严格按照学期初制定的计划，同时保证了以良好的纪律来规范学生，让学生学有所得，保证了活动的稳定性，使得学生对篮球的认识、基础掌握要领都已熟悉;学生初步掌握了高、低运球的动作要领及急起急停高、低运球，运球急起急停接原地肩上投篮，双手胸前传接球及反弹传接球，行进间运球单手高手投篮，原地跳起肩上投篮的动作要领。校篮球队的队员经过一学期的训练，已掌握了基本的技术动作、战术运用和各种传切配合，篮球水平有了很大的提高，在市区中学生篮球中获得了全市第三名的好成绩。第二学期是在衔接基础动作的基础上，努力发展其战术意识，充分强化技术的组合的综合训练。同时针对我校部分学生体质较差，有计划地进行了体能强化训练，增加体能储备。

校篮球队队员在本学期的训练中技战术有了很大的提高，个人技术、身体素质有了明显的提高，相互之间的配合逐渐有了默契。特别是加强防守技术方面的训练，我们在训练中强调对位联防、半场人盯人防守，注意协防和站位。在训练中先教队员防守无球队员，重点是防守中位置的选择和移动。通过讲解、示范使学生建立正确的防守概念，加强防守步法的训练，及时纠正错误的动作。要求队员提高防守的主动性和攻击性，有效地制止对手进攻的威胁。在训练中我们通常采用的是二防三、一防二、二攻一、三攻二的攻防练习，要求防守队员积极跑动近球紧，远球松，人、球兼顾，控制对手接球。在模拟训练中使理论和实际有机结合起来，使学生更好的理解、掌握和运用所学的技、战术，从而保证了训练和比赛的质量。我校部分学生尤其是女生，体质较差，在训练中尤其让人担忧，无法完成训练计划。

此在训练中我们严格要求队员克服体力上的极限，每次训练课后，还要进行长跑练习，进行体能强化训练，增加体能储备，提高速度、耐力、灵敏等素质，锻炼他们顽强的比赛作风。本学年我校的篮球队在礼乐街道办事处组织的比赛中取得了优异的成绩：中学男子组、女子组均获第一名，三人篮球赛第一名、第三名。

二、存在的问题及改进措施：

学生的基本素质比较差,吃苦耐劳的精神不够,训练量还需要加大。学生的力量、耐力、速度、弹跳力和柔韧等素质，需要通过训练来加强，不断改进，不断总结，改进措施如下：

1、与家长和学生进行沟通，争取家长的支持和学生的积极、全力参与。

2、采用灵活、多变的训练方法和手段，增强队员们的训练热情。

外国诗人顾拜旦曾对体育这样颂到：啊，体育，天神的欢娱、生命的动力!啊，体育，你就是美丽!啊，体育，你就是正义!啊，体育，你就是勇气!啊，体育，你就是乐趣!啊，体育，你就是培育人类的沃地!啊，体育，你就是进步!啊，体育，你就是和平!体育宣扬的不只是一种运动，他还包括体育精神，体育人格，健康体育的意义.他还象征着和平的桥梁。在大学体育课中，我们也可以从中得到培养和锻炼。

时光流逝，转眼间迎来繁忙的期末。这个学期的体育课也即将结束了，回想起我的篮球课，脑子里掠过的是热闹的球场，橘红色的篮球，负责任的高老师;而在心中泛起的则是留恋，是梦想，是夹杂着些许苦涩的欢乐，是让我忍不住微笑的成就感。回味过去，因为篮球的走进，我的生活变得多采而又斑斓。篮球课，给我的不只是每周的快乐，更是突破的成就、进步的自豪、努力的回报。篮球课结束了，但篮球却走进我的生活;回想一期的付出与收获，体会良多，感慨顿生。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找