# 篮球比赛心得总结大全（20篇）

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-07-28

*在生活中，总结可以让我们更好地了解自己的成长和进步。写总结时要注重事实和数据，客观而准确地描述自己的表现。以下是一些关于总结的范文，希望能为你提供一些灵感和参考。篮球比赛心得总结篇一总的来说，本次活动举行得比较顺利，比赛过程中没有出现任何受...*

在生活中，总结可以让我们更好地了解自己的成长和进步。写总结时要注重事实和数据，客观而准确地描述自己的表现。以下是一些关于总结的范文，希望能为你提供一些灵感和参考。

**篮球比赛心得总结篇一**

总的来说，本次活动举行得比较顺利，比赛过程中没有出现任何受伤的情况。本次活动也取得了较好的效果。

但在本次活动中也暴露出一些问题，我们在组织，管理及分配工作上可以更详尽，更清晰，更完善，一开始因为比赛场地的缘故出现一些小问题，但是好在很快得到了解决。因此，我们要从中吸取教训，下次开展团日活动的时候，应该注意到时间安排的合理性，以避免给大家带来的不便，使活动举行得更尽人意。

通过本次活动，增加同学们对篮球的喜爱，加强了班级间、年级间的交流，建立了一个切磋技艺，学习互补的平台，增进友谊，加强合作，展现班级风采，更重要的是增强了班级凝聚力，提升团队合作精神，形成良性循环，有利于各班向更好的方向发展。同时，也对发现新人才，挖掘新力量，为球队增添新血液起到了积极作用。

回顾本次比赛，取其精华，去其糟粕，该经验在学生会中同样适用。在平日的工作中，各成员间只有精诚合作，为共同目标一起努力，以大局为重，以集体利益为先，才能让我们心往一块儿想，劲儿往一处使，彼此间靠得更紧密。加强部、处之间的联系与配合，充分利用一切可利用资源，发挥学生会最大作用，在学生心目中树立更高威信，为今后工作铺平道路，让我们做得更好！

回想起之前训练的那段日子，我们的运动员流下的泪与汗，真的让我们铭心刻骨，即使最后的成绩不是非常理想，但是我们问心无愧，因为我们已尽力!取得这样的成绩，有两个失误点，一是我们比赛过程当中传球失误较多，再一方面就是我们速度过慢，以致于不能对对方的快攻进行及时的防守。

不过，在比赛过程当中，我们的运动员为我系树立了良好的文明形象，体现出了我们教育学院的学生的将来都会是能为人师表的高素质的优秀教师。

经过这次的篮球比赛，不仅提高了我们的身体素质，并且培养了我们的团队精神和艰苦奋斗吃苦耐劳的作风，磨练了我们的意志，增强了我们战胜困难的信心和勇气。更让我们懂得了，不管是胜利还是失败，其实都是件好事。胜利是好事，但也许会让你骄傲，反而起到相反的效果。而失败是成功之母，我们今天的失败预示着下次一定会成功，因为我会化伤心为力量，化压力为动力，我们会总结其失败的原因，吸取这次不成功的教训，取长补短，争取下一次成功!加油!

任何比赛都是这样，你不可能永远都会赢，但也不可能永远都是失败者。比赛就是竞争，有输有赢才是比赛!我们赢了，不会骄傲!输就输了，也不会泄气!一切比赛和竞争都是为了更好的锻炼自己，所以输赢都只是一个结果而已，我们注重的是过程才对，因为只有在过程中才能体会到输赢的忧伤和喜悦!

人的一生当中没有多少的失败和成功，不管是学习还是生活，你不可能永远都是无坎坷的，只有失败之后才明白，赢是多么的难!而从未输过的人永远体会不到人生有多么精彩!输了，并不意味着你比别人差;输了，也不意味着你永远不会成功;输了，更不意味着你到了人生的终点。聪明的人告诉你，失败的终点往往是成功起点。只要你敢于正视失败，敢于敢于拼搏，你一定会采摘到成功的鲜花——那朵远在天边的奇葩。人生就象奔流的大海，没有岛屿和暗礁，就难以激起美丽的浪花。输了，把失败作为动力!年轻人应有宽广的胸怀，千万不要去计较那微不足道的创伤。

通过这次比赛告诉我们，心态决定命运!一个人能否成功，就看他的心态了。成功人士与失败之间的差别是：成功人士始终用最积极的思考、最乐观的精神和最辉煌的经验支配和控制自己的人生。失败者则刚好相反，他们的人生最受过去的种种失败与疑虑引导支配。所以我们这次比赛中，赢不会让我们骄傲，而属也不会使我们气馁，我们会端正我们的心态，下次取得最后的胜利!

对此，在今后的生活中，我们应加强身体的锻炼，要求每一位同学都要坚持上早操，严钢纪律，增强同学们的体制。我系学生会也会提高对体育活动的重视，督促同学们的体育锻炼，为以后的学习打下良好的基础!

我们的口号是：我运动，我阳光，我健康!

xx年9月27日，历时半个月的徽商“化轻杯”篮球赛圆满结束。经过紧张激烈角逐，徽商金属公司以34：20在决赛中击败徽商化轻公司，夺得徽商“化轻杯”篮球赛的冠军。徽商化轻公司获得亚军。安徽商之都及徽商农家福公司夺得第三名。“优秀组织奖”由徽商职业学院、徽商食品公司、徽商新能源公司三家单位获得。本次篮球赛还增设了“体育道德风尚奖”，“体育道德风尚奖”的获得者分别是集团公司机关和徽商齐云山庄。

本次篮球比赛是在集团公司构建和谐企业，深化“人本”理念的大背景下举办的，是落实基层工会组织要“扩大覆盖面，增强凝聚力”的具体体现，得到了各级领导和广大职工的普遍欢迎。比赛自筹办以来，各单位非常重视，积极配合组委会的工作，徽商“化轻杯”篮球赛在集团的影响不断增大。

本次徽商“化轻杯”迎“国庆”篮球赛共有13支代表队参加，参赛运动员169人，共进行了40场比赛。比赛只设男子队，分为a，b两组，经抽签后a组为安徽商之都、徽商金属公司、徽商新能源公司、徽商物业公司、集团机关、徽商齐云山庄、徽商职业学院7支队伍，b组为徽商期货公司、徽商化轻公司、徽商农家福公司、徽商城建公司、徽商创元公司、徽商食品公司6支队伍。经过小组循环赛的激烈竞争，a组出线的队伍是徽商金属公司和安徽商之都；b组出线的队伍是徽商化轻公司、徽商农家福公司。这四家单位成为徽商“化轻杯”篮球赛的四强。

本次比赛虽然结束了，但在比赛中队员们顽强的比赛作风以及场边啦啦队队员的加油声仍给我们留下深刻的印象。拼搏精神在比赛中得到了充分的体现。同时也让集团公司各兄弟单位有了进一步的了解与交流，增进了友谊。

一、各级领导充分重视。本次篮球赛是集团公司自成立以来，首次举办的一次规模最大、参与人数最多的一项体育赛事，得到了集团公司许家贵董事长、刘光景总经理的高度重视和支持。集团公司领导们都从百忙之中抽出时间，参加开幕式、亲临比赛现场指导赛事、观看比赛；各单位领导也非常重视，有的亲自参加比赛，有的当教练，有的当啦啦队员摇旗呐喊，使比赛现场更加精彩，气氛热烈。

二、本次比赛的准备工作较为充分。各单位积极配合、大力支持，保证了比赛的如期举行。各单位精心组织、积极参与，有的单位组织了自已的选拔赛，有的单位与单位之间组织了多场友谊赛；各参赛运动员团结友爱、奋力拼搏，有的运动员在百忙之中抽出时间参与比赛，有的运动员不顾比赛过程中的伤病困扰仍在顽强地坚持比赛。他们赛出了水平，赛出了友谊，赛出了新徽商人的风采。

三、裁判员公正客观。本次比赛我们邀请的是安徽省篮球协会的裁判队伍，在40场比赛中裁判员不辞劳苦、公正执法，令各参赛队较为满意。

四、各单位啦啦队的文明程度及组织情况值得表扬。啦啦队员们的每一举动都能影响场上队员的情绪及其发挥，较好的秩序、文明助威保证了比赛的顺利进行及激烈程度，同时也反映出了集团公司广大员工的整体素质。

本次比赛虽然顺利地结束了，但比赛场上出现的不和谐因素还值得我们思考和改进。

一、比赛中维持比赛秩序的力度不够。有个别单位的教练员与裁判员在比赛进行中发生争执，影响了比赛的正常进行，今后一定要杜绝此类现象。

二、有个别代表队出现外请球员来参加比赛的情况。这种现象要坚决制止，严禁弄虚作假。

本次篮球赛虽然出现了一些不足，但总体上是取得了成功。比赛中队员们奋力拼搏的精神应当继续发扬，比赛过程中一些好的做法应当坚持下去，工会应继续开展广大职工喜闻乐见的文化娱乐活动，为各项经营、管理和教育活动增添新活力，为集团公司又好又快的发展营造出和谐健康的文化氛围。

**篮球比赛心得总结篇二**

自动化学院新生杯的大幕已经落下，那么多场精彩的对决，让人回味无穷，最终的决赛也是精彩纷呈，最终，实力更胜一筹的11届电气三班夺得冠军，他们脸上也呈现出夺冠后发自内心的喜悦。

首先，我想说的是，这是一届十分成功的新生杯，体育部各方面的安排，规划也很周密有序，赛场氛围也很贴合篮球赛的标准，体育部每个人的努力这都是值得肯定的，因为这些，才有一次完美活动的举办。

可是这次大型比赛的举办以及组织过程中也出现很多细节方面的问题、不足之处需要在结束之后好好的归纳总结，这样在以后每一年的举办中才能得到实质性的进展。

这届新生杯比赛中其实比较重大的一个失误就是没有稳定球员的比赛情绪，可能是比赛中的犯规动作过大，还有紧张氛围的影响，有一场比赛中11电信与12机械，发生激烈冲突，这是很不应当发生的场面，从这次冲突能够发现，这对当时的氛围调节就要有很高要求，这需要我们体育部成员更加努力，有很多最基本的犯规手势，计分规则都不太了解，那会导致比赛的过程记录会出现误差，并且不仅仅篮球，作为体育部成员对体育比赛规中几个大项目的基本规则必须有所了解，在比赛进行过程中也得更加专注，团结协作才能让整个比赛的综合效应有所提升、发散，只要让比赛更有凝聚力和吸引力，那产生的效果自然就不一样了。

另外，很重要的一个不足之处，我个人认为，大一和大二大三的。

水平不均，大一才属于新生范畴，我们打的是新生杯，为什么要把我们和大二、大三的放在一齐打，这不具备公平性，大一的应当在同一等级上竞争，这样才具备体育道德精神，不然新生杯有什么意义，大一全部被淘汰，叫人情能够堪?“新生杯”的意义在哪里?难道不应当为大一新生供给一个平台去享受篮球这项运动吗?这是出自个人的一点感慨，期望这会是大一新生的共鸣。

这就是我对这届新生杯的总结陈词，不论如何，不可否定这是一届成功的新生杯，期望在未来举办的新生杯比赛中会有更多的生机，铸就更多的辉煌!

**篮球比赛心得总结篇三**

进入大学之后，我对篮球这项运动越来越感兴趣。为了锻炼身体，我也加入了校里的篮球队。在比赛过程中，我深刻体会到了篮球比赛的团队合作精神和奋斗精神。在本次比赛中，我收获了很多，也有诸多感悟和收获。

比赛前，我们团队进行了充分的训练，磨合了团队合作的默契。比赛中，我们秉承着不放弃的精神，进攻和防守相对均衡，表现比较出色。我们的对手就算在比赛的某个时段占据上风，我们也没有气馁。通过对比赛缺点的总结和改善，我们最终战胜了对手。

我们在比赛中学到了很多东西，其中最重要的是团队协作和不屈不挠的精神。在团队中，我们每个人将自己的优势进行充分发挥，互相配合、互相补位，让整个团队更加协调和默契。同时，在比赛中面对强的对手时，我们要学会顽强拼搏，不怕困难和挫折，更要坚持到底，才能战胜强手。

第四段：感谢。

要感谢篮球队的每一位队员，在比赛中互相支持和鼓励。要感谢教练的指导和帮助，他们对我们进行了客观公正地评估，引导我们找到了自己的不足之处。更要感谢对手的快速进攻和出色的防守，在比赛中使我们不断地进步，尤其感谢他们在比赛结束后的精神道义，让我们懂得更好的展示自己的体育精神。

第五段：后续行动。

比赛不仅是体育的竞技，也是我们个人发现自己不足，进一步提高自我的机会。在以后的篮球训练中，我希望更加努力，提高自己的篮球能力，凭着自己的努力和团队的力量，在未来的比赛中，为球队带来更多的胜利和荣誉！

通过本次比赛的总结，使我更加明白了团队合作的重要性，也清楚了自己的不足。在未来，我将更加努力地训练，不断进步。希望我们的篮球队能够战胜更多的对手，带给更多人友谊和快乐！

**篮球比赛心得总结篇四**

2024年5月的生命科学系第三届“友谊杯”篮球比赛结束了，活动总体上还算圆满，从领导到广大学生都普遍认可这次活动，活动的开展也收到了很好的效果，充分的活跃了校园文化建设，营造起了一种浓郁的篮球竞技氛围，为我系体育竞技活动的进一步开展打下了良好基础。

一、各班学生全范围参与、领导高度重视和活动外围环境的良好影响促成本次学生篮球联赛的圆满成功。

而本次篮球联赛的顺利举办与活动良好的外围环境也是分不开的，每个班的啦啦队都很热情为场上为运动员加油，一节结束后，总会有一杯温暧的水送到运动手中，让运动员比赛之后能够很好的休息，并且很快很有激情的投入到下一节比赛。

二、决赛阶段比赛选用认真负责的裁判，更加公正、公平。今年的篮球赛，采用了双裁判制，每一场比赛都安排了专门的记时员，记分员，更加公正、公平，让各球队在一个更加良好的比赛环境中进行，比赛结果更加精确，广大队员和观众都充分的认可了比赛结果，这次篮球联赛的成功举办也使我系学生篮球赛的开展踏上了规范化、有序化、系统化的发展道路。

三、女队的出色表现为本次大赛增色不少。

四、这次篮球赛也还存在着不足。（1）比赛前期工作准备的不充分，导致了比赛时有很多的细节问题没有注意到，整体给人忙乱的感觉。（2）策划书得太久。这主要还是我们文体部内部没有协调好工作，导致有的人很忙，而有的人连策划书这回事都不知道。（3）比赛中计时出了点问题，导致了篮球赛不能按时结束，这样给我们后期工作的开展照成了一定的负面影响。

一个人的精力、时间和能力是有限的，需要集合众人的力量才行。只要我们团结起来一条心，没有什么是困难的，艰难险阻那都不算什么，不管结果怎么样，只要我们努力了就是比成功更成功。把要完成的工作安排好，并督促落实完成了。这样就圆满的完成了任务，又使所有的学生干部，运动员，都得到了锻炼。

生命科学系学生分会。

2024年5月21日。

**篮球比赛心得总结篇五**

今天上午，天气晴朗，同学们来到了清潭体育馆，观看了一场特殊的篮球赛——聋人篮球比赛。大家个个激动万分。

这场比赛是由江苏队对天津队，看着自己队的队员出场，场上一片沸腾。裁判员一声令下，比赛开始了。第一节江苏队以10：1暂时领先。随着裁判员的一声哨响，第二节比赛也拉开了续幕。比赛一开始，天津队就打起了反击战，向江苏队发起了猛烈的进攻，但无论如何，也无法突破江苏队的“铜墙铁壁”，所以，收到的成效不大。江苏队见状，也采取了攻势，由9号队员突破天津队的防线，9号队员一下子晃过了许多天津队的队员，随后，9号队员跃身而起，正准备投一个3分球，就在那一瞬间，9号队员不慎摔倒了，这跤摔得可不轻呀!全场顿时鸦雀无声，可也就那一瞬间，他竟然站了起来，迅速地捡起地上的球，只听“唰”地一声，球进了，大家都被这一举动震惊了，不久，全场立即爆发出了雷鸣般的掌声，大家有的摇旗呐喊，有的欢呼雀跃，顿时，换叫声响彻云霄。江苏队其他队员见状，也倍受鼓舞，秒传，长传，打得天津队措手不及。天津队也毫不示弱，他们改变了战术，用12号高大前锋为主，开始从侧面进攻。这个策略果然有效，追回了不少分，江苏队针对实际，以6号小个子看住了对方前锋，使天津队毫无反击之力。第3，4节江苏队继续稳扎稳打，天津队也毫不逊色，比赛在一片欢呼声中结束，最后，江苏队以68：38战胜了天津队。

这虽说是一场聋人比赛，但他们在场上丝毫没比我们差，国家举办残运会，就是为了让残疾人重新树立起信心，做一个坚强的人。

**篮球比赛心得总结篇六**

为了丰富校园文化活动生活，增强班级集体荣誉感，增进同学之间的友谊，提高学校篮球运动技术水平。我校特举办“学校学生篮球赛”。

本次比赛是以班级为单位，参赛队伍有5支，经抽签进行循环赛。同时，在本次比赛的筹办过程中，学校也给予了我们大力支持，使得赛场上洋溢着更加饱满的热情！

在本次比赛过程中，参赛队员都积极配合裁判，服从裁判的判决。参赛场上选手们都积极踊跃，奋力拼搏；场下各班拉拉队，更是欢呼雀跃，气氛尤为活跃，展现出我校学生的青春活力与朝气。他们坚持“友谊第一，比赛第二”的原则，赛出了风格，赛出了水平。本次比赛成为了近段时间校园文化的一道靓丽的风景线，成为了同学们谈论的又一焦点,。通过比赛加强了同学们团结合作意识与奋力拼搏的精神。

比赛时间是2024年10月9日比赛地点在校篮球场。

比赛结果：冠军：七年级1班。

八年级2班。

九年级。

比赛具体流程：各班先将队员名单上报到音体美组，并开会抽签。以循环赛的方式进行比赛。本次篮球赛历时一天，最后在公平、激烈的气氛中完满结束，赢得了广大同学的高度好评。本次比赛的成功离不开学校各部门和各班主任的积极配合以及同学们的大力支持。从开始筹划到具体实施的每个细节，学校教导处和音体美组都做了精心、充分的准备；致使比赛展开的很顺利。这正体现了本次比赛的特色：“公平，激烈，拼搏，进取”。比赛中所体现的团体意识和拼搏精神尤为突出，加以各代表队的技术含量之高更博得场外观众的阵阵喝彩。在本次比赛中，教导处全力支持，音体美组积极工作，使参赛球队的每一场比赛，都在班主任的协作下顺利进行。

本次比赛在精心策划和积极准备下，已经完满结束了，超过了预期效果，“每一次的积累与经验会换取另一份的成功与收获”，相信在这次篮球比赛的基础上，今后我校的音体美工作会将会做得更好！

2024年10月9日。

**篮球比赛心得总结篇七**

篮球运动是一项刺激、激情、体力充沛的运动，我认为通过比赛的过程中可以发现自己的不足，也可以锻炼自己的团队精神和协作能力。在这个过程中，我总结出了以下的体会和心得。

第一段：比赛时要时刻保持清醒的头脑和稳定的心态。

篮球是一个紧张刺激的运动，要在比赛中保持稳定的心态，思维敏捷，策略灵活。此次比赛的一场比赛中，我在第一节发挥失常，因此，在第二节，我感到很紧张，有点不敢接受队友传来的球，因为我害怕再一次失误。但是经过努力，我恢复了平静的心态，顺利完成了任务，比赛的结果也靠我们大家团结一心，最终赢得了比赛。

第二段：体现个人的能力和风格。

在比赛中，每个人的能力和风格都会有所体现，有些人喜欢运用速度和力量，有些人则更擅长技巧和灵活性。在这个过程中，我发现自己的优势在于节奏感，可以在比赛中掌握球的节奏。因此，在比赛中，我经常采取节奏调整的策略，来达到控制比赛节奏、掌握球权和控制比赛局势的目的。

第三段：比赛中体现团队协作的重要性。

在篮球运动中团队协作是非常重要的，仅靠个人的能力是无法与对手比赛的。团队协作可以调动所有队员的力量，能够减轻比赛压力，使队员之间更加默契，更加相互信任，减少失误和防守的漏洞。因此，在比赛中，我发挥了团队协作的精神，与队友之间的配合越来越默契，这种团队精神也是取得胜利的关键之一。

第四段：比赛中心态调整的重要性。

在比赛中，心态状态的调整对表现有很大影响。如果比赛前心情沮丧，或者比赛中碰到了挫折，头脑不清醒，就会影响比赛的结果。因此，在比赛中，要时刻保持高昂的士气和积极的态度，要随时准备迎接挑战，调整心态，将压力转化为动力。

第五段：持续学习和提高的重要性。

篮球是一项技术含量非常高的运动，需要持续学习和提高技术，才能更好地发挥个人能力。因此，我会通过观看篮球比赛录像、参加训练和指导，学习更多的技能和战术，争取在将来能够更加出色的表现。

总之，比赛是锻炼自己的绝佳机会，通过比赛可以总结自己的不足，发现自己的潜力和优势。同时，比赛也能够体现出团队协作的重要性，以及调整心态的重要性。只有不断努力，提高自己的技术和战术，才能够在比赛中更好地发挥个人能力，为自己和团队创造更多的胜利。

**篮球比赛心得总结篇八**

篮球比赛对于我来说是一次非常难得的经历，我学到了很多知识和技能，也受到了很多启发和鼓励。在这一篇文章中，我将分享我比赛的心得和体会。我将分五个部分来介绍这些心得和体会。

一、团队合作非常重要。

在比赛中，我们必须要全神贯注，时刻保持和队友的联系。团队合作是胜利的关键。我发现当我们互相鼓励和帮助的时候，我们能够发挥出最好的水平。在比赛中，每个球员都有自己的角色和职责。当我们能够在自己的岗位上做好工作，为队友献上自己的力量时，我们的团队就会变得更加强大。

二、个人技能训练必不可少。

比赛只是技能训练的一部分，但是这种实践是无价之宝。我发现，训练和比赛是相辅相成的。在训练中，我们可以练习每个技能，提高自己的个人水平。在比赛中，这些技能可以得到检验，并得到修改和改进的机会。每个球员都需要不断努力练习自己的技能，只有这样我们才能更好地为团队做出贡献。

三、压力是可以驾驭的。

比赛的紧张气氛和高度竞争的氛围是非常有挑战的。但是，我发现，当我们能够控制自己的情绪和心态时，我们就能够应对挑战，驾驭压力。当我们感到焦虑、紧张或者沮丧时，我们可以通过深呼吸、放松肌肉来减轻身体的反应，从而控制情绪和心态，保持冷静和清醒。

四、尊重和信任是必须的。

每个队员都是不同的个体，拥有着不同的优点和缺点。因此，我们需要互相尊重和信任。在比赛中，当我们能够相互信任和尊重，我们就能够创造更好的团队文化，这一点非常关键。我们需要相信自己的队友，因为他们也在努力为团队做出贡献。

五、赢得不只是结果。

最后，要强调赢不只是结果，而是全过程，更是心态。当我们拥有正确的心态时，无论比赛结果如何，我们都能够受到人生必不可少的锻炼。我发现在比赛中，最为重要的是提高自己、挑战自己、学习自己。比赛让我们变得更加自信和坚定，使我们了解自己的潜力和限制，并努力超越自己。

总之，这篇文章介绍了我的比赛总结心得和体会。从团队合作、技能训练、压力驾驭、尊重信任到赢得不只是结果，每个方面都是取得胜利的宝贵经验。当我们能够运用这些经验，不断提高自己，打造一个强大的团队，我们就能够在以后的比赛中取得更好的成绩。

**篮球比赛心得总结篇九**

1.优点：比较去年的秋季联赛，训练时间明显充足，因为情了固定的教练（男篮队员），训练变得有规可循。教练非常认真负责每次都给队员们制定具针对性的方案，同时队员们与教练认真的配合。人数能够保证，训练强度也能保证，甚至连晚上的时间都用上了。在这些方面大家都尽力了。

2.缺点：根据我们与。

有对抗性的小比赛，积累经验，培养胆量和良好的反应能力。但也应该注意适度，避免受伤和体力透支。

1.小组赛第一场对阵十系。我们以较大的比分优势取胜，打出了水平，状态佳，队员到齐。

2.小组赛第三场对阵九系，虽然以较大的部分优势取胜，但渐渐体现出一些问题，就是配合上有些乱，反映了队员的状态不十分稳定，场上的心理素质不稳定。改进这个缺点，把比赛打得更扎实，更好的发挥正常的水平。

3.进入淘汰赛，我院女篮对阵八院女篮，我们的队员在场上奋斗的十分辛苦，有各个方面的原因：比如压力和期望。无论是院里还是队员自身，对这场比赛都抱有创造历史的希望，这无形中增加了队员们的压力；还有以上提到的对抗性问题，我们的队员刚开始不如对方泼辣，又在比分落后的情况下心急导致较多的犯规，打乱了节奏。

三、后勤。

后勤工作做得很到位，尽管是小组赛，啦啦队都很卖力，鼓和院旗等的工具都到位了。大家也给了女篮队员们许多的鼓励和关心。

四、改进。

1.加强实战训练，锻炼心理素质，但要注意适度，防止受伤及体力下降。

2.比赛前的兴奋度需提高，并且不能轻视对手，对于实力较弱的对手我们打出水平，绝不留情；对于实力较强的对手，我们严防死守，不放弃，避免失误。

3.好的训练方式继续发扬下去。

4.赛前调查对方的实力和基本概况。

**篮球比赛心得总结篇十**

管理系学生会组织部。

在管理系各位老师及辅导员的关怀、指导、系学生会各部门的大力配合，以及广大学生们的大力支持下，我系积极参加由校团委学生会举办的彩虹杯篮球比赛，并取得了圆满成功。

作为刚入校不久的大学生，带着从枯燥，沉闷课堂中走出来的小小欢喜，对大学生活的无尽向往，同学们积极踊跃参与各项活动，男同学们在操场上生龙活虎，女孩子们也不甘示弱。此次篮球比赛，场上场下不管是着统一队服的队员们，还是场下兴致勃勃的啦啦队，都成为篮球场上一道亮丽的风景线。此时的女孩子们也拿出了不服输的劲头，从组队训练，按照队长的要求把每一个投篮动作做标准到赛前准备，推掉自己的课余计划，按时抵达赛场，认真的做着赛前热身动作。无论是赛场上正式队员们的精彩亮相，还是场下替补队员们的精心策划，女孩子们都努力、尽责地扮演着自己的角色，把热情化入其中，毫无怨言。用自己的辛勤努力把一场精彩非凡的女篮比赛展现在大家眼前。

开组织部的辛苦，他们要认真做好啦啦队的签到工作，这其中必然会有困难，我们并不是在阻碍面前退缩、止步不前、而是凭着自己的一腔热血及不懈努力，另辟捷径，抵达成功之岸。

此次篮球活动，在使广大学生健身，娱乐的同时，通过比赛增进各班同学之间的友谊，加强各班之间的交流，提高学院凝聚力，更为管理系篮球队纳新工作提供了最有力的支持。

**篮球比赛心得总结篇十一**

历时三个星期的系五人制篮球赛于本周四圆满结束。

此次活动由院学生会策划，由各部门进行了详细的讨论和各方提议的整合，最终采用体育部的方案。此次篮球赛由山东外贸学院四个系的队伍参加，可谓是本着“弘扬奥运精神，倡导全民健身”的理念，响应国家号召，充分调动大学生的运动细胞，提高大学生的身心素质。此次活动不仅仅有众多的男生参加，各系的女生也进取到场地上为灌篮的选手们加油鼓劲！能够说此次篮球赛受到了新生们的热烈欢迎！

此次活动还得到了团委、分党校和院领导、主任及学生会的大力支持，为我们今后开展丰富的学校文化活动供给了坚实的基础和成功的范例。

此次活动的流程清晰简捷，首先进行小组赛，最终进行冠军争霸赛，在冠军争办赛的过程中，我们进行了签名活动，使现场的气氛异常火爆！。此次活动设有一、二、三等奖，活动的互动性也吸引了很多的同学前来观赛。

来自 fANweN.ChaZIdiaN.cOm

比赛之前，各系的队员都进取备战，抽出空闲的时间在篮球场上进行队员之间的磨合；比赛过程当中，各系的队员在篮球场上挥洒青春与活力，赛出水平、赛出风格！看到队员们的精彩灌篮，拉拉队的女生们和观众热情高涨！最终，国贸系的队员获得了冠军，商外系的队员获得亚军。纵观所有的比赛，能够说每个系都有不少有潜力的队员，期望此次活动让他们更加热爱篮球这项运动，有朝一日为中国男篮作出杰出的贡献！

此次活动中，裁判，计分员和维护秩序的人员按时到位；计分较为准确，裁判公平、公正无冲突事件发生；球员们礼貌比赛，比赛开始和结束的时候双方握手示意，即使是上一场输了的队伍也到场为继续奋战球场的队伍加油，队员情绪良好；拉拉队和观众礼貌观赛，现场秩序良好，体现了大学生应有的风貌。

篮球赛过程中体育部成员进取配合，支持篮球赛的活动，体现了学生会的合作精神！

虽然因为红歌会的原因，提前进行了篮球比赛决赛，但丝毫没有影响大家参赛的热情，整体上篮球赛是十分成功的！

作为09的新干事，此次活动给了我们一次锻炼的机会，也让我感觉到学生会的活动的确是大家智慧的结晶和团队合作的成果，点点滴滴，都需要仔细斟酌。在写这篇总结的时候我有一种感觉：体育部的部门文化精髓是什么？不就是体育精神吗！一支拥有体育精神的队伍永远不会输！一次活动就是一次挑战自我的比赛！想到那里，突然为作为体育部的一员而骄傲！

为了丰富我系同学们的课余生活，进一步推动体育活动开展，带动体育活动的风气，增强班级凝聚力，展示我系同学们的体育才华，激发广大学生热爱学校和热爱体育、努力成才的热情；展示出新时代大学生的蓬勃朝气和竞技热情；加强同学们春季户外锻炼的意识，增进数理系各班之间的交流；系学生会体育部特策划举办我此次数理杯篮球赛。在教师的支持和学生会以及同学们的大力帮忙下，经过为期两周的精彩比拼，数理杯篮球赛圆满结束。最终比赛结果为：

冠军：信息081。

亚军：信息091。

季军：物理091。

此次比赛得到了同学们的关注，每个班级都很进取的参加到了活动中来，从常规赛到决赛，篮球场上都不乏那热情激扬的啦啦队员，他们为本班的同学加油，那一次次的漂亮进球更是激起他们的热情；其中最为活跃的就是信息081班了，他们每一场比赛都是热情激扬，就是这种团结的精神，促使着球队一步步向着冠军进发，直到最终拿下它，然后团体欢呼。这种精神同样也在大一大二的班级中展现出来了，此次比赛到达了预期的效果，增强了班级的凝聚力，同时也增加了同学之间的感情交流，愉悦了同学们的身心。

然而此次的比赛仍然有一些不足之处，比赛时裁判没有充分的准备，导致有身体上的对抗与接触;时间上有的班级没有准时，在球赛期间有的班级午时上课又迟到现象，这些都是有待改变的，经过这次的数理杯篮球赛，我们增长了一些组织上的经验。同时也培养了一些裁判，相信他们在这次比赛后会有很大的收获。这次比赛更是锻炼了大一的球队员，在某种程度上提高了我系同学的篮球水平，我们期待着他们的发展，为我系篮球的发展献出力量。期望经过类似活动的举办，锻炼同学们的身心健康，能够使我系同学更加的团结，数理系会越来越强大。

篮球赛最终成功落下帷幕了，从总体上来说这次活动是比较成功的。我们目的是进行礼貌道德风尚教育，推动体育运动的开展，提高各个大家的团结协作本事，丰富业余生活的理念。举办了此次篮球赛。

一、活动主题。

我愿为了营造一个进取、健康、朝气蓬勃、青春洋溢的学校环境，为了增强学生体质，丰富同学们的课余生活，我院为此举办了篮球赛。

二、活动总结。

我院这次举办的篮球赛很成功，大家都本着“友谊第一，比赛第二”的原则进取参加这次活动。而没有参赛的同学也很主动的为自我的班级加油鼓劲。

比赛前期的工作我们做的很充分。这次比赛我们的人员安排较合理，规则通知比较明确。在篮球赛开始之前我们就着急各个班级的体育委员和各队的领队，裁判员开会。重申了赛场规则。在比赛过程中，裁判们能灵活而及时的控制比赛气氛。虽然此活动主要目的是丰富同学们的学校生活。可是同学们对本次比赛的重视程度以及比赛进行时的激烈程度却令我们是始料未及的。场上的气氛也是有那么紧张，但这紧张的气氛逐渐的被个对同学们的加油呐喊声所淹没了。本次比赛的工作人员都能及时的到场布置好比赛场地，比赛中，他们认真做好比赛记录，并且随身携带相关的药物，及时为受伤的运动员做疗伤护理，比赛结束后，我们会能及时把比赛结果统计出来，并写到赛事进程公布栏上，让全员的同学能及时了解比赛进程与结果，增加了比赛成绩的透明度。总之所有的比赛组织者和基层工作者的工作进取性都很高涨，保证了此次篮球赛的圆满结束。

篮球是属于青春活力的活动，它能够培养同学们之间的团结的本事，培养我们不怕苦不怕累、勇往之前、不甘落后以及顽强勇敢的拼搏精神，从而提高身体素质和身心健康。我院应当经常组织此类的活动。

三、

活动中的不足。

1、总体来说，赛程托的太长，虽然大部分不是人为因素，可还是影响了同学们的休息和学习的时间。对此，我们会吸取教训，尽量少占用同学们的休息和学习的时间。

最终，我们还要感激游戏分院办公室的教师们对此项活动的支持。正因为有你们的支持和指导，加之我们的共同努力，球场上才会有如此多的笑脸在绽放，篮球赛也画上了完美的句号。在以后的活动中我们也必须会尽自我的全力，把以后的活动做的更好。

第六届大学生篮球赛结束了，活动总体上还算圆满，从学校领导到广大学生都普遍认可这次活动，活动的开展也收到了很好的效果，充分的活跃了学校文化建设，营造起了一种浓郁的篮球竞技氛围，为我校体育竞技活动的进一步开展打下了良好基础。

一、各系学生全范围参与、学校领导高度重视和活动外围环境的良好影响促成本次学生篮球联赛的圆满成功。

而本次篮球联赛的顺利举办与活动良好的外围环境也是分不开的，校党委办公室、校长办公室、公管部、宣传部、后勤处和保卫处的大力支持与帮忙，让大赛始终在一个稳定而安全的学校环境内进行，为大赛的顺利进行铺平了道路。

二、决赛阶段比赛选用认真负责的裁判，更加公正、公平。

今年的大学生篮球联赛，四分之一决赛后的所有场次比赛都采用净时间比赛，更加公正、公平，让各球队在一个更加良好的比赛环境中进行，比赛结果更加精确，广大队员和观众都充分的认可了比赛结果，这次篮球联赛的成功举办也使我校学生篮球赛的开展踏上了规范化、有序化、系统化的发展道路。

三、啦啦队的出色表现为本次大赛增色不少。

为了充分贯彻，让更多学生参与到活动中来，我们组织了女生参见拉拉队，每到中场休息时，啦啦队员们上场投篮，引来阵阵热烈的掌声与叫好声，充分的鼓舞了队员的士气，激发了广大观众的热情，同时，啦啦队的增设也使更多的学生参与到了篮球联赛当中，扩大了比赛的影响力和学生的参与面。

四、宣传工作有声有色，全方位、多角度、多层次开展。

1、充分高效地利用黑板报。

此次篮球赛，我们异常重视宣传工作的开展，动用了学校所有的黑板报进行赛前、赛中、赛后的宣传工作，并利用计分板进行战报记录。赛前我们在黑板报上比较赛的整体布置进行了充分宣传，使全校师生对本次大赛的规则、赛程等各方面的情景有了明确的了解。小组赛阶段，我们特开辟了分数公布栏，第一时间比较分进行公布，使全校广大师生及时地了解到比赛结果。

2、海报宣传及时有力。

针对每场比赛的不一样情景，我们系制作了很多的宣传海报，在系里张贴，同时不间断的进行最新赛事宣传，并派专人对海报进行维护，保证篮球赛事最新消息始终处在宣传栏的醒目位置。

一个人的精力、时间和本事是有限的，需要集合众人的力量才行。只要我们团结起来一条心，没有什么是困难的，艰难险阻那都不算什么，不管结果怎样样，只要我们努力了就是比成功更成功。把要完成的工作安排好，并督促落实完成了。这样就圆满的完成了任务，又使所有的学生干部，运动员，都得到了锻炼。

一、活动主题：活力工大职责青年。

三、活动时间：2024年3月14日。

四、活动地点：广东工业大学大学城校区篮球场b场。

五、活动对象：轻工化工学院2024级制药二班的全体同学。

六、活动背景。

今年3月起，学校将开展学习实践科学发展观活动，为引导广大团员青年深入学习实践科学发展观，进一步增强团支部的凝聚力和活力，深化对团员青年的职责感和团员意识的培养，更好地发挥团组织在学校发展与建设中的生力军和突击队作用，争创优异成绩迎接60周年国庆，学校团委决定在全校基层团组织中开展主题团日竞赛活动。

七、活动目的鉴于大部分现代大学生缺少体能锻炼，身体总体素质有待提高，我团支部拟定于3月14日举行篮球比赛。届时将动员所有同学进取参加，对团员与非团员不加以限制，以加强班团体感。

经过此次活动，使同学们注意到应“动静”结合，在学习生活中做到“劳逸结合”；使同学们增强健身意识，适量的运动有益于强身健体。

同时，期望经过此次活动，增进同学相互间的交流与感情，缓解部分同学的心理压力，营造更健康更进取的心理。

八、活动过程。

（一）准备工作活动准备十分重要，事关活动能否如期举行。在本次活动中，也提前做好了活动的准备工作：

1、器材准备：包括篮球、哨子、计时表等基本器材。

2、比赛规则制定：采用常用比赛规则。

3、比赛方式采用三人篮球赛，以宿舍为单位抽签，分a、b两组。

4、组织全体同学参加。

5、准备相机以留影。

6、准备比赛所需的饮用水。

（二）活动进程。

3月14日为星期六，天气晴朗，活动进展顺利。午时两点，同学们都来到了篮球场，8：05分开始抽签。本次活动为宿舍杯三人篮球赛，所以以宿舍为单位。因一部分同学要上课或在混合宿舍的，舍内不足以三个人组队，我们采用了此种情景三人自由组合的办法。此三人篮球赛的举行，每队发上场的三人，还有另外一人，即相当于每组四人或五人一组。参加比赛的共有8队男生，4队女生，男女分开，男生分a、b组，每组三队，女生不进行分组，直接打淘汰赛，各自在半场进行比赛。

14：20抽签完毕，比赛即按抽签结果开始，同学们比赛的时候十分认真，开始时也打得相对简便。可是，男生比赛方式有别于女生，男生各队均至少要打三场，所以较为辛苦。在比赛中，同学们以友为贵，所以并不出现肉搏的情景，那不属于篮球精神。由于一些团体滑稽的失误，场上和场下的同学都时不时传出愉快的笑声。比赛规则，我们普通三人篮球比赛的规则，每场均安排一人记分，一人计时，但不设裁判，由同学们自我确定。本着友谊第一，比赛第二原则进行。

到了四点三十分，第一轮比赛才结束。因为连续的三场比赛，同学们都显得有些疲劳了，故暂停了十分钟休息。这时，男生还有四队，争夺前三名，而女生则只剩下两队了，鉴于女生队伍少，因而不设第三名。第二轮开始，这时候已经有一半在场下帮场上的同学加油，因为实力相当，争得难分难舍，双方比分都穷追不舍，打得十分精彩。第二轮经过四场比赛，男女各方比赛结果都出来了，这时已经六点多钟。赢了的队伍，奖品等着他们，他们拿着奖品高兴地庆祝，享受着辛苦汗水带来的幸福瞬间。奖品，他们选择了和大家分享，充分显示同学间友好的情谊。

九、经费支出。

桶装水：6元饮料：22水果：25元。

正骨水：10元。

总计：63元。

十、活动总结。

总的来说，本次活动举行得相当顺利，比赛过程中没有出现任何受伤的情景。本次活动也取得了较好的效果。因为在2月份和3月份初，学校相继出现了几件学生轻生事件，从必须程度上反映了部分学生的心理压力过多，经过团体活动能够分散此类同学的注意力，增进同学们的相互了解，同时改善心理健康状态。经过此次活动，同学们注意到应当“动静”结合，在学习生活中做到劳逸结合。而鉴于某些同学在比赛中相当感觉到比较劳累或体力不支，抽筋等情景，从必须程度上反映了部分同学的体质状况并不梦想，平时缺少必要的体育锻练，这使得大家都的健身意识得到加强，因为适量的运动有益于身心。自始此次活动开展后，班里以前很少做运动的同学，此刻也坚持每周做必须量的体育运动，例如结伴跑大学城内环。在活动中，同学们相互间的交流也比平时多，相互间的交流，从必须能够明白大家的心理状况，异常是相对较为内向的同学。

活动过程中，体现更多的是同学们间的友谊，场上打球场下加油，也吸引了一些其他班级的同学观看。

可是，本活动中也出现一些不足，时间的安排不够合理，活动时间估算不够准确，以致比赛举行至天黑，给同学们带来了必须的不便，如果是在早上举行则不会出现此种情景。所以，要从中吸取教训，下次开展团日活动的时候，应当注意到时间安排的合理性，以避免给大家带来的不便，使活动举行得更尽人意。

敢打敢拼就会有一番天地，比赛不是一个人的，比赛是五个人的。要赢得比赛光靠个人是很难实现的，个人的技术再好，没有团队的配合，也无法跑出战术。篮球要在运转中寻找机会，把球传到最最适当的位置，尽量找到空位投篮机会，这样命中率就会高。仅有人动球动才能跑出战术，找到投篮机会这个小问，你能够从以下几个方面来总结：

第一，经过篮球比赛，你锻炼了身体，更有助于学习、生活。

第二，经过篮球比赛，你意识到自身不足，需要继续提高了篮球水平。

第三，经过篮球比赛，你意识到篮球团队合作的重要性。

第四，经过篮球比赛，你意识到组织性、纪律性的重要性。

一丝秋意，无限精彩，我们系体育部为了大一的新同学塑造一个活跃的生活氛围，丰富大家的课余生活；也为我系篮球队选拔总院举办的“新生杯”篮球赛的队员；最更重要的是以比赛为载体来增强班级内部以及班级之间同学的联系，使得我们系这个大家庭更加融洽、温馨。特意为大一新生组织了“新生杯”篮球赛，十二个班级的球员本着友谊第一，比赛第二的体育精神，代表各班参加了本次赛事。

对此次比赛的定位就是旨在健身、娱乐，以到达增进同学之间的友谊，加强班级之间的交流，提高班级凝聚力的目的。在这一次的篮球赛中体现了我们经管系同学对体育的兴趣和爱好！同学在比赛中也表现出友谊第一，比赛第二的精神。在比赛中同学们都能相互谅解。也体现了各班的团结精神，在比赛中每个同学都能够尽力地发挥自我的才能，展现自我。从中能够看出同学们高涨的热情，在频繁的比赛和紧张的学习当中，各篮球运动员表现了惊人的意志以及团队精神，能赛出水平，赛出风格，赛出成绩。

经过这次的篮球比赛，不仅仅提高了我们的身体素质，并且培养了我们的团队精神和艰苦奋斗吃苦耐劳的作风，磨练了我们的意志，增强了我们战胜困难的信心和勇气。更让我们懂得了，不管是胜利还是失败，其实都是件好事。胜利是好事，但也许会让你骄傲，反而起到相反的效果。而失败是成功之母，我们今日的失败预示着下次必须会成功，因为我会化悲痛为力量，化压力为动力，我们会总结其失败的原因，吸取这次不成功的教训，取长补短，争取下一次成功！加油！

任何比赛都是这样，你不可能永远都会赢，但也不可能永远都是失败者。比赛就是竞争，有输有赢才是比赛！我们赢了，不会骄傲！输就输了，也不会泄气！一切比赛和竞争都是为了更好的锻炼自我，所以输赢都只是一个结果而已，我们注重的是过程才对，因为仅有在过程中才能体会到输赢的忧伤和喜悦！

人的一生当中没有多少的失败和成功，不管是学习还是生活，你不可能永远都是无坎坷的，仅有失败之后才明白，赢是多么的难！而从未输过的人永远体会不到人生有多么精彩！输了，并不意味着你比别人差；输了，也不意味着你永远不会成功；输了，更不意味着你到了人生的终点。聪明的人告诉你，失败的终点往往是成功起点。只要你敢于正视失败，敢于敢于拼搏，你必须会采摘到成功的鲜花——那朵远在天边的奇葩。人生就象奔流的大海，没有岛屿和暗礁，就难以激起美丽的浪花。输了，把失败作为动力！年轻人应有宽广的胸怀，千万不要去计较那微不足道的创伤。

经过这次比赛告诉我们，心态决定命运！一个人能否成功，就看他的心态了。成功人士与失败之间的差别是：成功人士始终用最进取的思考、最乐观的精神和最辉煌的经验支配和控制自我的人生。失败者则刚好相反，他们的人生最受过去的种种失败与疑虑引导支配。所以我们这次比赛中，赢不会让我们骄傲，而属也不会使我们气馁，我们会端正我们的心态，下次取得最终的胜利！

对此，在今后的生活中，我们应加强身体的锻炼，要求每一位同学都要坚持上早操，严钢纪律，增强同学们的体制。我系学生会也会提高对体育活动的重视，督促同学们的体育锻炼，为以后的学习打下良好的基础！

经过这次比赛，同学们的关系也迅速升温。所以，我们不定时地举行一下类似的活动是很有好处的。

我们经过精心策划、进取准备、合理安排，使本次篮球赛在有条不紊中体现了“公正、公平、友谊”。超过了预期效果，且各队在比赛中表现都很出色。

此次篮球联赛大大拉动了经管系篮球爱好者的兴趣，并使他们有充分的舞台去挥洒他们的实力与活力，并给所有的观众献上一道道体育大餐。

大一新生的进取参与，也使我们体育部今后的工作信心倍增，体育部还会策划更多有意义的活动，让新生感受到大学的欢乐。

为进一步丰富员工的业余生活，增强企业员工的凝聚力及向心力，营造和谐、健康的企业发展环境。8月25日—9月1日，人力资源部组织开展了主题为“活力八月，四特活力杯”篮球赛，取得了必须的成效，现将本次活动情景的总结如下：

一、活动总体情景：

1、上下联动，全员参与，活动有声有色;。

本次四特“活力杯”篮球活动得到公司上下广泛的关注与支持，全员踊跃报名参与，共计80余人参与本次活动，其中中层干部参赛人数占本次比赛总人数的四分之一。此次活动以分系统兼顾区域的方式组建了六支参赛队伍，覆盖公司各部门(包括营销支持系统)、各生产车间。活动期间，公司副总经理郭栋、吴生文、张悦也纷纷亲临赛场观看并参与比赛，并为获胜队伍进行了颁奖。

8月25日，首场比赛，吴生文副总经理为首场比赛开球助威;同日，郭栋副总经理上场参与南昌联队与科勾队的小组赛。9月1日，郭栋副总经理、吴生文副总经理、张悦副总经理率领由中层干部组成的公司联队与本届篮球赛冠军队进行了一场友谊联赛。赛后，三位领导分别为冠、亚、季军授予了锦旗并合影。

本届篮球赛获得冠军的队伍是由人力资源部(含保卫)、采购二部组成的雄鹰队;总经办、审计部、法务部、财务部、采购一部、打假办及南昌营销支持系统等部门组成的南昌联队获得亚军;生产一部组成的蛟龙队为本届比赛的季军。

2、精心筹划，部门协调，活动顺利开展。

为确保活动顺利开展，人力资源部活动小组自活动策划始初与各部门员工进行了充分的沟通与协调，广泛收集意见提议。活动前期，以张翔副总经理为组长，何力、肖亮、范建琳、熊琴江等人为副组长，抽调科研中心人员、采购二部人员、生产一部人员、人力资源部全员(樟树)参与的活动小组多次召开赛前会议，就活动组织举办细节及各项规程作了细致的商议。人员安排，队伍组建，赛制赛规的制定，人力资源部均与各个部门进行了沟通，统筹了各部门意见，制定了详细的可操作的活动方案。

同时，各部门的领导及员工都十分重视本次篮球活动。综合研究对面菜场篮球场场地与环境因素，此次篮球比赛未能安排在那举行。为确保活动的正常进行，总经办进取与樟树市政府、樟树中学沟通联系了活动场地。采购二部在时间紧迫的情景下及时到位篮球服、药品等比赛用品，后勤部进取修复菜场球场地面，及时更换了球架，为后期员工业余进行活动供给了场地。比赛前后用时三天，均安排在工作之余，没有影响正常办公与生产。生产一部、生产二部的部长亲自参赛，调动生产一线的员工参与比赛。公司各部门的支持与配合，为活动顺利举办供给了有力的组织保证。

3、未雨绸缪，赛前训练，活动气氛浓烈。

本次篮球活动的顺利举办与活动良好的氛围也是分不开，无论是赛前或是比赛期间，公司员工对本次活动抱有热情。为了在比赛中发挥更好的水平，有的部门在开赛之前自发召集其他部门参赛人员进行切磋交流;有的部门则是部门领导亲自对本部门篮球队进行指导训练。比赛期间，各参赛队伍每日均提前到场进行上篮、传球等热身训练。

4、赛制合理，比赛公平，活动和谐融洽。

本次比赛采取循环积分与交叉淘汰两种赛制相结合，与单纯淘汰赛相比较，更加合理，相对增加了比赛场次，确保每队均有两场比赛，充分调动起了所有参赛球队的进取性，给广大的观众与员工带了更多的精彩比赛。同时，为确保本次比赛公平、公正，活动小组为此邀请具专业裁判进行全程执裁，请审计部工作人员全程计分，让各球队在一个更加良好的比赛环境中进行，比赛结果更加精确，广大队员和观众都充分的认可了比赛结果，本次比赛的成功举办也使我司篮球赛的开展踏上了规范化、有序化、系统化的发展道路。

二、活动影响意义。

本次篮球活动旨在以活动为契机，进一步加强各部门的相互沟通与交流，凝聚团队精神，提升执行力，提高工作效率，推进公司各项工作的顺利开展。

许多员工纷纷表示，经过组织篮球赛不仅仅锻炼了员工身体，丰富了员工的文化生活，并且还为员工供给了一方展现自我、锻炼自我的平台，进取地营造了阳光、活泼、向上的文化氛围，提高了团队之间的合作意识，使员工们在紧张的工作之余放松身心。

综上所述，本次“活力杯”篮球赛的顺利举行，使四特员工在运动中得到交流沟通，展现了工作外的另一番风采，同时也培养了大家的团体荣誉感，增进了部门间友谊，展示了四特团结、奋进、勇于拼搏的精神风貌。

现将本次活动的费用使用情景列支如下，请公司领导审阅。

今年五四杯男篮遭受如此大的挫折，是谁都不愿意看到的。仔细分析其失败的原因，主要就是人才出现的断层。

可是却缺乏大赛经验，在场上紧张，失误较多。

另一方面，队员之间也缺乏交流，彼此之间不了解各自的特点，缺少默契。应对这些情景，球队应当多组织打友谊赛，多在一齐打球，在培养球队团结方面多下功夫，可是由于各个方面的原因没有得到落实。

今年的失败，算是卧薪尝胆。就像滕教师说的一样，掉级也并非不是一件好事。让我们的新队员在乙组锻炼一年，积累比赛的经验。为的是后年三院篮球重新崛起！

第五届小学生篮球比赛于20xx年11月16日开幕，经过历时9天18场紧张比赛，于11月29日圆满结束。

首先感激包括中心校在内的各校领导对本次篮球比赛的重视和大力支持配合，感激各学校教师、班主任的大力支持以及广大学生的进取参与。异常要感激的是我们体育教师们，从历时2个多月的紧张训练，到参与比赛各项工作，最辛苦的是你们!更要感激在座的裁判员教师的公正执法、完美完成了18场比赛的裁判工作，对你们的辛勤付出、公正评判以及无任何报酬的奉献，代表叙永镇中心校，代表本届组委会真诚表达我的谢意。

本届小篮比赛，为期9天，共计18场比赛。在大家的共同努力下成功落下帷幕了，取得了圆满的成功。经过比赛推动了我镇小篮体育运动的开展，提高了同学们的球技，又培养了同学们团结、拼搏的精神，同时也营造了良好的文化体育氛围;丰富了课余生活，同时给予热衷于篮球的同学一个展示自我的机会;使他们认识激烈竞争的存在与团结合作的精神，培养学生的竞争意思和团结意识;使球类运动在我镇得到了长足的发展，进一步发展了我镇小学生的篮球特长，对我镇学生礼貌道德风尚教育也是一个促进。比赛的竞争是十分激烈的，相比上一届，各片区名次都有一些变化，大家比较赛的重视反映在赛场上就是竞争的更加激烈!取得好的比赛成绩肯定是你们辛勤付出的结果，应当祝贺你们!当然名次并不是最重要，就算名次差一点的，也要向你们表示祝贺：你们也是努力付出了的，进取地组织参与了，这也是成功的!

我镇这次成功的举办第五届小学生篮球比赛，也为我们今后的工作积累了很好的经验，以下这些方面都做得很好：

1、赛前准备充分：

首先，比赛的前期我们体育组做了一些准备工作。9月14号下发到各校了本次比赛的规程，11月10号召开了第一次领队及裁判会，在裁判会上统一场上规则到安排比赛进程，我们都做了统一要求。提高了公平，公正性。在比赛过程中，裁判们能灵活而及时地控制比赛气氛。严格控制场上的“火药味”做到了统一标准，公正评判。

2、各校组织到位：

首先是各校领导重视，体育教师们任劳任怨的训练，经过这次比赛看出，我镇学生的整体素质无能是篮球技术还是礼貌道德风尚方面都再去年的基础上有所提高，整个比赛中，场下队员们的礼貌礼貌的加油呐喊声比以前多了，更没有出现以前喝倒彩呐喊声。由于各校组织工作到为，安全工作也做到历届最好一次，没有一例出现伤害事故。

3、运动员素质大幅提高各校的小运动员球技都有大幅提高，竞争更激烈，比赛更礼貌。本次比赛无能是教练员还是运动员整体素质有很大提高和改变。没有出现一例教练员教师对裁判员判罚有争议的情景下对裁判员不瞒的情绪，比赛中裁判判罚难免出现小失误，异常是女队在比赛中，由于女队水平不一，裁判不好掌握尺度，难免出现误判或者有争议的判罚，但我们教师能控制好场上场下运动员的情绪，避免了很多不必要的争吵等。

4、裁判工作成长异常明显裁判员工作职责心得到加强，首先是裁判员到位现象在去年基础上有很大的改善，在9场比赛中没有出现一次因裁判员未到位而影响比赛时间，都是提前到场做好赛前一些准备工作，当然，再完美的赛事也有不足，比赛中依旧存在一些问题：

1、组织工作细节不到位，我第一次在发比赛顺序表时就出现安排上和时间的了错误，是我粗心大意造成的，还有比如遇雨后推后的队和裁判员通知有时不到位，后勤工作没及时跟上。

2、在比赛中暴露出部份体育教师对新规则掌握不一，今后应加强业务本事的学习和在以后的工作中多参加这方面的业务培训。经过这次活动，在好的方面要加强，对不足之处，期望得到在座的教师们提出的宝贵意见和提议，我们定加认真反思加以总结和改善，争取在明年第六届镇小篮比赛中努力做到更加完善。办的更好。再次感激在座同行们的大力支持配合!多谢大家!

为推进各校素质教育，提高我区各校学生身体素质，丰富学校生活，增强各校队员凝聚力，培养团结协作精神，区教育局和区体育局举办了中小学生篮球比赛。

在比赛中，经过全体教练员。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。

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，到达了增强体质，增进健康的目的。

为了提高篮球爱好同志的技术水平，促进各单位之间的沟通与联系，更好地体现素质教育的优越性，20xx年xx月xx日午时，后勤与外企单位之间篮球友谊赛，随着一声响亮的口哨声如期举行。

赛事从一开始就十分的激烈，你一球我一球，比分你追我赶，没有丝毫放松，双方队员在赛场上充满活力的挥撒这自我的优秀球技。球场队员卖力“表演”，球外球员啦啦队也没有闲着，嘶声力喊，为各自球队的队员加油打气，一时球场热闹非凡。

这次篮球比赛，是我们意料之中的是同事们的进取参与性较高，赛前的准备比较精心。经过比赛我们看到了同事们为了后勤服务中心的团体荣誉而不顾惜个人的苦与累。比赛中团结向上，勇于拼搏的精神激励着每一位同事。虽然在比赛中个人实力相差很大，但都没能阻挡住同事们自身对篮球运动的强烈爱好。在比赛中，同事们能够端正态度，解放思想，把胜败看得并不重要，关键是同事们参与比赛，展示自我本单位风采。

你们的尽心尽力，虽然没能够赢得比赛，亲爱的同事们，咱们是虽败犹荣，毕竟你们的付出也同样得到了大家的喝彩与助威，同样赢得了掌声。虽然我们没有取得胜利，可是双方队员良好的球风、精湛的技术仍然为自我的班级做出了礼貌的典范，每个队员都是一名合格的礼貌使者，传播着进取向上、永不言输得拼搏精神，值得我们所有人学习。

从这次友谊赛中我们也看到了很多的不足之处：

第一，队员之间也缺乏交流，彼此之间不了解各自的特点，缺少默契。应对这些情景，球队应当多组织打友谊赛，多在一齐打球，在培养球队团结方面多下功夫，可是由于各个方面的原因没有得到落实。

第二，每个球员也不是十全十美的。比赛前于比赛场中地问题未处理好，导致球员未能更好发挥，使得我方球队队员在赛前未能做好充分准备，比赛中球员过于消极，使有些球员消极应战，在此对给领队组带来的不便，在次表示歉意。比赛时部分球员没有更好的服从教练组的布置和安排，使得比赛阶段未能到达预期效果。

虽然这种活动不是我们的原创，虽然比赛很不正规，在那里甚至没有奖品。但这都不算什么单位的生活是丰富多彩的，其实各种各样的活动都是一种锻炼，一种尝试。在那里，没有为了名次的争吵，没有为了荣誉的拼抢。有的只是纯真的友谊，欢乐的心境，快活的汗水。我们单位输掉了比赛，但比赛结果没有人去关注。以后我们还会举办一些这样的活动，让每一个人都参与近来，让每一个人都感到团体的温暖，团体的欢乐!

**篮球比赛心得总结篇十二**

过篮球比赛来丰富大家的业余生活.强生健体.增进感情，提高团队团结协作能力，建设和谐校园，我系精心策划并组织开展了每年一次的系内男子篮球联赛，并于4月17日正式拉开了的帷幕。

二、活动时间：4月17日----5月28日。

三、活动地点：校内篮球场。

四、活动对象:数学系各班男篮队员。

五、活动内容：

1.比赛过程：本次比赛共有14支球队(大二6支，大一8支)参加，赛事历时一个多月，由于天气的原因，正式比赛比原计划推迟了一周，但是这些都没有影响到篮球队队员们比赛的积极性，每周比赛的班级都能准时参加，同学们也到球场看比赛，给队员们加油打气，这对班队员给予极大鼓舞，整个比赛过程中各班都表现得非常团结，队员都配合得十分默契，各队都本着友谊第一，比赛第二理念相互尊重对方，文明进行比赛，充分体现当代大学生的素质道德水平。

2.比赛结果：随着最后一场总决赛比赛的哨响，数学系。

今年的男子篮球联赛成功的闭幕了。冠军是08应数1班，亚军是09数教，季军是09计本2班。

五、活动感想：

首先，比赛的前期工作我们做得很充分。从对各体育委员的通知到安排裁判人手，从给裁判开会统一场上规则到安排比赛进程，我们都做得有条不紊。但在赛程方面，我们遇到了很大的困难。由于长期的雨水天气，我们的比赛又只能安排在中午进行，所以导致有的比赛不得不推迟进行。

其次，我们对此次比赛的定位就是旨在健身、娱乐，以达到增进系内各班同学之间的友谊，在这一次的篮球赛中体现了我们全校同学对体育的兴趣和爱好!同学在比赛中也表现友谊第一，比赛第二的精神。在比赛中同学们都能相互谅解。也体现了各班的团结精神，在比赛中每个同学都可以尽力地发挥自己的才能，展现自我。

总之，通过这次篮球赛，我们取得了很重要的经验。比如拉拉队的作用非常大，赛场下拉拉队的加油声是场上队员巨大的精神支柱，并且各班级集体荣誉感在这里得到了充分的体现，同学们的关系也迅速升温。因此，我们不定时地举行一下类似的活动是很有好处的。我们通过精心策划、积极准备、合理安排，使本次篮球赛在有条不紊中体现了公正、公平、友谊。超过了预期效果，且各队在比赛中表现都很出色。此次篮球联赛大大拉动了全校篮球爱好者的兴趣，并使他们有充分的舞台去挥洒他们的实力与激情，并给所有的观众献上一道道体育大餐。每场比赛赛前所有队员都聚在一起，对不同的对手商量相应的比赛战术，然后集中训练，在比赛中，经过队员们的不懈努力，我们夺得了季军，当然在此过程中也出现了一些问题，比如内部出现了一些矛盾，但以解决。也从中可以看出同学们高涨的热情，在频繁的比赛和紧张的学习当中，各篮球运动员表现了惊人的意志以及团队精神，能赛出水平，赛出风格，赛出成绩。

（二）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!

（三）一、活动目的：为加强学生间沟通与了解，丰富课余生活，通。

过篮球比赛来丰富大家的业余生活.强生健体.增进感情，提高团队团结协作能力，建设和谐校园，我系精心策划并组织开展了每年一次的系内男子篮球联赛，并于4月17日正式拉开了的帷幕。

二、活动时间：4月17日----5月28日。

三、活动地点：校内篮球场。

四、活动对象:数学系各班男篮队员。

五、活动内容：

1.比赛过程：本次比赛共有14支球队(大二6支，大一。

8支)参加，赛事历时一个多月，由于天气的原因，正式比赛比原计划推迟了一周，但是这些都没有影响到篮球队队员们比赛的积极性，每周比赛的班级都能准时参加，同学们也到球场看比赛，给队员们加油打气，这对班队员给予极大鼓舞，整个比赛过程中各班都表现得非常团结，队员都配合得十分默契，各队都本着友谊第一，比赛第二理念相互尊重对方，文明进行比赛，充分体现当代大学生的素质道德水平。

2.比赛结果：随着最后一场总决赛比赛的哨响，数学系。

今年的男子篮球联赛成功的闭幕了。冠军是08应数1班，亚军是09数教，季军是09计本2班。

五、活动感想：

都做得有条不紊。但在赛程方面，我们遇到了很大的困难。由于长期的雨水天气，我们的比赛又只能安排在中午进行，所以导致有的比赛不得不推迟进行。

其次，我们对此次比赛的定位就是旨在健身、娱乐，以达到增进系内各班同学之间的友谊，在这一次的篮球赛中体现了我们全校同学对体育的兴趣和爱好!同学在比赛中也表现友谊第一，比赛第二的精神。在比赛中同学们都能相互谅解。也体现了各班的团结精神，在比赛中每个同学都可以尽力地发挥自己的才能，展现自我。

总之，通过这次篮球赛，我们取得了很重要的经验。比如拉拉队的作用非常大，赛场下拉拉队的加油声是场上队员巨大的精神支柱，并且各班级集体荣誉感在这里得到了充分的体现，同学们的关系也迅速升温。因此，我们不定时地举行一下类似的活动是很有好处的。我们通过精心策划、积极准备、合理安排，使本次篮球赛在有条不紊中体现了公正、公平、友谊。超过了预期效果，且各队在比赛中表现都很出色。此次篮球联赛大大拉动了全校篮球爱好者的兴趣，并使他们有充分的舞台去挥洒他们的实力与激情，并给所有的观众献上一道道体育大餐。每场比赛赛前所有队员都聚在一起，对不同的对手商量相应的比赛战术，然后集中训练，在比赛中，经过队员们的不懈努力，我们夺得了季军，当然在此过程中也出现了一些问题，比如内部出现了一些矛盾，但以解决。也从中可以看出同学们高涨的热情，在频繁的比赛和紧张的学习当中，各篮球运动员表现了惊人的意志以及团队精神，能赛出水平，赛出风格，赛出成绩。

**篮球比赛心得总结篇十三**

为了提高篮球爱好同志的技术水平，促进各单位之间的沟通与联系，更好地体现素质教育的优越性，20xx年12月14日下午，后勤与外企单位之间篮球友谊赛，随着一声响亮的口哨声如期举行。赛事从一开始就十分的激烈，你一球我一球，比分你追我赶，没有丝毫放松，双方队员在赛场上充满激情的挥撒这自己的优秀球技。球场队员卖力“表演”，球外球员啦啦队也没有闲着，嘶声力喊，为各自球队的队员加油打气，一时球场热闹非凡。

这次篮球比赛，是我们意料之中的是同事们的积极参与性较高，赛前的准备比较精心。通过比赛我们看到了同事们为了后勤服务中心的集体荣誉而不顾惜个人的苦与累。比赛中团结向上，勇于拼搏的精神激励着每一位同事。虽然在比赛中个人实力相差很大，但都没能阻挡住同事们自身对篮球运动的强烈爱好。在比赛中，同事们能够端正态度，解放思想，把胜败看得并不重要，关键是同事们参与比赛，展示自己本单位风采。

你们的尽心尽力，虽然没能够赢得比赛，亲爱的同事们，咱们是虽败犹荣，毕竟你们的付出也同样得到了大家的喝彩与助威，同样赢得了掌声。虽然我们没有取得胜利，但是双方队员良好的球风、精湛的技术仍然为自己的班级做出了文明的典范，每个队员都是一名合格的文明使者，传播着积极向上、永不言输得拼搏精神，值得我们所有人学习。

从这次友谊赛中我们也看到了很多的不足之处：

第一，队员之间也缺乏交流，彼此之间不了解各自的特点，缺少默契。面对这些情况，球队应该多组织打友谊赛，多在一起打球，在培养球队团结方面多下功夫，但是由于各个方面的原因没有得到落实。

第二，每个球员也不是十全十美的。比赛前于比赛场中地问题未处理好，导致球员未能更好发挥，使得我方球队队员在赛前未能做好充分准备，比赛中球员过于消极，使有些球员消极应战，在此对给领队组带来的不便，在次表示歉意。比赛时部分球员没有更好的服从教练组的布置和安排，使得比赛阶段未能达到预期效果。虽然这种活动不是我们的原创，虽然比赛很不正规，在这里甚至没有奖品。但这都不算什么单位的生活是丰富多彩的，其实各种各样的活动都是一种锻炼，一种尝试。

在这里，没有为了名次的争吵，没有为了荣誉的拼抢。有的只是纯真的友谊，快乐的心情，快活的汗水。我们单位输掉了比赛，但比赛结果没有人去关注。以后我们还会举办一些这样的活动，让每一个人都参与近来，让每一个人都感到集体的温暖，集体的快乐。

**篮球比赛心得总结篇十四**

篮球比赛是一项充满活力和激情的运动，不仅需要高超的技巧，还需要良好的团队合作和战略部署。在这篇文章中，我们将为您介绍一场篮球比赛的总结报告，以帮助您更好地理解比赛的过程和结果。

比赛时间：2024年4月15日。

比赛队伍：a队。

比赛对手：b队。

比赛地点：当地体育馆。

比赛背景：a队和b队都是实力强劲的球队，双方在之前的比赛中也有过交手，因此这场比赛对于双方来说都是一场重要的比赛。

比赛过程：比赛开始后，双方迅速进入了状态，展开了一场激烈的比赛。a队在第一节开始时表现出色，他们凭借着出色的个人技巧和默契的配合，逐渐拉开了比分。然而，b队也不甘示弱，他们在第二节加强了防守，并利用反击机会缩小了分差。在第三节，双方更是展开了激烈的对抗，比分交替领先，比赛进入了白热化的阶段。在关键的第四节，a队发挥出了他们的实力，最终以5分的优势赢得了比赛。

比赛总结：在这场比赛中，a队展现出了他们的实力和团队协作能力，他们在进攻和防守两端都做得非常出色。同时，他们的教练也表现出了高超的战术水平，让队员们在比赛中发挥了最大的潜力。虽然b队在比赛中也有出色的表现，但是最终还是输给了a队。

在这次比赛中，我们也学到了很多。首先，团队协作是非常重要的，只有团队成员之间密切配合，才能取得更好的成绩。其次，战术部署也是非常重要的，只有制定好合适的战术，才能在比赛中取得胜利。最后，比赛中的心态也非常关键，只有保持冷静和自信，才能在比赛中发挥出最好的水平。

总之，这场篮球比赛是一次非常有意义的体验。通过这次比赛，我们不仅学到了很多，也更加深入地了解了篮球这项运动。希望在未来，我们还能有更多机会参加这样的比赛，感受篮球带来的快乐和激情。

**篮球比赛心得总结篇十五**

一、作为学生会桥梁部门的办公室在上学期组织协调各部门的工作上发挥了良好的作用，使得学生会的工作，顺利的开展和进行。

二、在校领导和系领导地支持下，我们办公室拥有了一套完善的办公用品，这使得我们办公室在上学期工作中能够的为各部门所举行的各种活动提供相应的物品，保证了各部门活动的顺利开展。但同时也发现了一定的问题，如物品的存放较为混乱，分类不够系统等，这也是我们办公室在下学期工作中重点改进的地方。

三、为了积极的配合学校的迎评工作，我们办公室更加系统的制定了一份《办公室值班制度》，并严格要求学生会干部每天按时到办公室值班并签定。同时及时督促其他部门在开展活动前交计划书，在活动结束交总结，并且把这些计划及总结都存入各部的档案，方便各部以后活动的开展。

四、在上学期的工作中，办公室除了做好个主席团和个部门的后勤保障工作外还协助我系其它各部门开展了一系列的活动，如大学生辩论赛，宿舍评比等活动。在活动的开展过程中，我们各个部的成员都以极高的热情和责任心克服困难，使得几项活动都取得了圆满成功。

五、在本学期的工作中，我们办公室将继续协助主席团工作，发挥学生会“秘书处”“纽带”的作用，做好各部门之间的联系，协调工作，继续发挥办公室在学生会中“家”的作用。

基础部学生会办公室。

20xx年9月9日。

**篮球比赛心得总结篇十六**

一场精彩绝伦的篮球比赛于上周六下午在我们学校举行，比赛双方为a队和b队。这两支队伍都是实力雄厚的队伍，比赛的悬念一直保持到了最后关头。

比赛开始，a队首先掌控球权，他们凭借着默契的团队配合和精准的投篮，将比分逐步拉大。b队则发挥个人能力，试图在关键时刻挺身而出。然而，a队的攻势实在太猛，b队在比赛的后半段有些力不从心。

a队在比赛的大部分时间里都占据了上风，但b队在最后几分钟内也展现出了他们的坚韧。在比赛的最后关头，双方比分紧追不舍，b队球员在球场上飞奔，试图将球投进篮筐。然而，最终a队以微弱的优势赢得了比赛。

这场比赛给我们留下了深刻的印象。a队凭借出色的团队配合和精准的投篮赢得了比赛，而b队则充分展现了他们的个人能力和拼搏精神。整场比赛充满了紧张和刺激，让我们体验到了篮球比赛的魅力和激情。

这场比赛也给我们带来了很多启示。首先，团队配合和协作是比赛中最重要的因素，无论是在进攻还是防守端，都需要团队的支持。其次，比赛中的压力和紧张氛围需要我们适应和应对，这需要我们在平时的训练和比赛中加强心理素质的锻炼。最后，这场比赛让我们深刻地认识到了比赛结果的不确定性，无论比赛前做了多少准备，比赛中出现了什么情况，都需要我们灵活应对。

总的来说，这场篮球比赛是一场精彩绝伦的比赛，让我们体验到了比赛的紧张和刺激，也让我们学到了很多关于比赛技巧和心理应对的知识。希望未来能有更多的机会，体验更多这样的比赛，也期待我们的技能能够不断提升，享受比赛的过程。

**篮球比赛心得总结篇十七**

六、活动目的：为迎接大一的新生，加强学生间沟通与了解，丰富课余生活，建设和谐校园，鉴于大部分现代大学生缺少体能锻炼，身体总体素质有待提高，于10月25日教育系的首届篮球比赛拉开帷幕。

七、活动过程

（一）准备工作：活动准备非常重要，事关活动能否如期举行。在本次活动中，也提前做好了活动的准备工作：

1、器材准备：包括篮球、哨子、计时表等基本器材。

2、比赛规则制定：采用常用比赛规则。

3、组织全体同学参加。

4、准备相机以留影。

5、准备比赛所需的饮用水。

（二）活动进程

从中午12点50开始，我们的篮球比赛一共历时有一个半小时，在这一个半小时里，同学们挥汗如雨，每个人都在尽力做到最好，为自己的团队争取到更高的分数。篮球比赛现场气氛热烈。队员们积极进攻，严密防守，精彩的配合，巧妙的抢断，不时的将比赛气氛推向高潮。在场观战同学虽不能亲身参加比赛，但作为观众，也十分投入，为自己的班级呐喊助威，也为对方球员的精彩表现拍手叫好。

八、活动总结

总的来说，本次活动举行得比较顺利，比赛过程中没有出现任何受伤的情况。本次活动也取得了较好的效果。

但在本次活动中也暴露出一些问题，我们在组织，管理及分配工作上可以更详尽，更清

晰，更完善，一开始因为比赛场地的缘故出现一些小问题，但是好在很快得到了解决。因此，我们要从中吸取教训，下次开展团日活动的时候，应该注意到时间安排的合理性，以避免给大家带来的不便，使活动举行得更尽人意。

通过本次活动，增加同学们对篮球的喜爱，加强了班级间、年级间的交流，建立了一个切磋技艺，学习互补的平台，增进友谊，加强合作，展现班级风采，更重要的是增强了班级凝聚力，提升团队合作精神，形成良性循环，有利于各班向更好的方向发展。同时，也对发现新人才，挖掘新力量，为球队增添新血液起到了积极作用。

回顾本次比赛，取其精华，去其糟粕，该经验在学生会中同样适用。在平日的工作中，各成员间只有精诚合作，为共同目标一起努力，以大局为重，以集体利益为先，才能让我们心往一块儿想，劲儿往一处使，彼此间靠得更紧密。加强部、处之间的联系与配合，充分利用一切可利用资源，发挥学生会最大作用，在学生心目中树立更高威信，为今后工作铺平道路，让我们做得更好！

总结者：体育部

时间：20xx/10/28

**篮球比赛心得总结篇十八**

今年xx月起，学校将开展学习实践科学发展观活动，为引导广大团员青年深入学习实践科学发展观，进一步增强团支部的凝聚力和活力，深化对团员青年的责任感和团员意识的培养，更好地发挥团组织在学校发展与建设中的生力军和突击队作用，争创优异成绩迎接60周年国庆，学校团委决定在全校基层团组织中开展主题团日竞赛活动。

七、活动目的

鉴于大部分现代大学生缺少体能锻炼，身体总体素质有待提高，我团支部拟定于3月14日举行篮球比赛。届时将动员所有同学积极参加，对团员与非团员不加以限制，以加强班集体感。

通过此次活动，使同学们注意到应“动静”结合，在学习生活中做到“劳逸结合”;使同学们增强健身意识，适量的运动有益于强身健体。

同时，希望通过此次活动，增进同学相互间的交流与感情，缓解部分同学的心理压力，营造更健康更积极的心理。

八、活动过程

(一)准备工作 活动准备非常重要，事关活动能否如期举行。在本次活动中，也提前做好了活动的准备工作：

1、器材准备：包括篮球、哨子、计时表等基本器材。

2、比赛规则制定：采用常用比赛规则。

3、比赛方式采用三人篮球赛，以宿舍为单位抽签，分a、b两组。

4、组织全体同学参加。

5、准备相机以留影。

6、准备比赛所需的饮用水。

(二)活动进程

xx月xx日为星期六，天气晴朗，活动进展顺利。下午两点，同学们都来到了篮球场，8：05分开始抽签。本次活动为宿舍杯三人篮球赛，因此以宿舍为单位。因一部分同学要上课或在混合宿舍的，舍内不足以三个人组队，我们采用了此种情况三人自由组合的办法。此三人篮球赛的举行，每队发上场的三人，还有另外一人，即相当于每组四人或五人一组。参加比赛的共有8队男生，4队女生，男女分开，男生分a、b组，每组三队，女生不进行分组，直接打淘汰赛，各自在半场进行比赛。

14：20抽签完毕，比赛即按抽签结果开始，同学们比赛的时候非常认真，开始时也打得相对轻松。但是，男生比赛方式有别于女生，男生各队均至少要打三场，所以较为辛苦。在比赛中，同学们以友为贵，所以并不出现肉搏的情况，那不属于篮球精神。由于一些集体滑稽的失误，场上和场下的同学都时不时传出愉快的笑声。比赛规则，我们普通三人篮球比赛的规则，每场均安排一人记分，一人计时，但不设裁判，由同学们自己判断。本着友谊第一，比赛第二原则进行。

到了四点三十分，第一轮比赛才结束。因为连续的三场比赛，同学们都显得有些疲劳了，故暂停了十分钟休息。这时，男生还有四队，争夺前三名，而女生则只剩下两队了，鉴于女生队伍少，因而不设第三名。第二轮开始，这时候已经有一半在场下帮场上的同学加油，因为实力相当，争得难分难舍，双方比分都穷追不舍，打得非常精彩。第二轮经过四场比赛，男女各方比赛结果都出来了，这时已经六点多钟。赢了的队伍，奖品等着他们，他们拿着奖品高兴地庆祝，享受着辛苦汗水带来的幸福瞬间。奖品，他们选择了和大家分享，充分显示同学间友好的情谊。

九、经费支出

桶装水：6元 饮料：22 水果：25元

正骨水：10元

总计：63元

十、活动总结

总的来说，本次活动举行得相当顺利，比赛过程中没有出现任何受伤的情况。本次活动也取得了较好的效果。因为在2月份和3月份初，学校相继出现了几件学生轻生事件，从一定程度上反映了部分学生的心理压力过多，通过集体活动可以分散此类同学的注意力，增进同学们的相互了解，同时改善心理健康状态。通过此次活动，同学们注意到应该“动静”结合，在学习生活中做到劳逸结合。而鉴于某些同学在比赛中相当感觉到比较劳累或体力不支，抽筋等情况，从一定程度上反映了部分同学的体质状况并不理想，平时缺少必要的体育锻练，这使得大家都的健身意识得到加强，因为适量的运动有益于身心。自始此次活动开展后，班里以前很少做运动的同学，现在也坚持每周做一定量的体育运动，例如结伴跑大学城内环。在活动中，同学们相互间的交流也比平时多，相互间的交流，从一定可以知道大家的心理状况，特别是相对较为内向的同学。

活动过程中，体现更多的是同学们间的友谊，场上打球场下加油，也吸引了一些其他班级的同学观看。

但是，本活动中也出现一些不足，时间的安排不够合理，活动时间估算不够准确，以致比赛举行至天黑，给同学们带来了一定的不便，如果是在早上举行则不会出现此种情况。因此，要从中吸取教训，下次开展团日活动的时候，应该注意到时间安排的合理性，以避免给大家带来的不便，使活动举行得更尽人意。

**篮球比赛心得总结篇十九**

为了丰富校园文化活动生活，增强班级集体荣誉感，增进同学之间的友谊，提高学校篮球运动技术水平。我校特举办“学校学生篮球赛”。本次比赛是以班为单位，参赛队伍有20支，经抽签进行年级淘汰赛。同时，在本次比赛的筹办过程中，学校也给予了我们大力支持，使得赛场上洋溢着更加饱满的热情！在本次比赛过程中，参赛队员都积极配合裁判，服从裁判的判决。参赛场上选手们都积极踊跃，奋力拼搏；场下各班拉拉队，更是欢呼雀跃，气氛尤为活跃，展现出我校学生的青春活力与朝气。他们坚持“友谊第一，比赛第二”的原则，赛出了风格，赛出了水平。本次比赛成为了近段时间校园文化的一道靓丽的风景线，成为了同学们谈论的又一焦点。通过比赛加强了同学们团结合作意识与奋力拼搏的精神。

比赛时间是20xx年5月20日－5月25日。比赛地点在校篮球场。

比赛结果：冠军：高一年级：1.1高二年级：2.2高三年级：3.5

亚军：高一年级：1.6高二年级：2.5高三年级：3.1

比赛具体流程：

各班先将队员名单上报到体育组，并开会抽签。以淘汰赛的方式进行比赛。本次篮球赛历时五天，最后在公平、激烈的气氛中完满结束，赢得了广大同学的高度好评。本次比赛的成功离不开学校各部门和各班的积极配合以及同学们的大力支持。从开始筹划到具体实施的每个细节，学校教务、德育两处和体育组都做了精心、充分的准备；致使比赛展开的很顺利。虽然在比赛的过程中出现了一点小小的争议，但整体来看还是非常好的。这正体现了本次比赛的特色：“公平，激烈，拼搏，进取”。比赛中所体现的团体意识和拼搏精神尤为突出，加以各代表队的技术含量之高更博得场外观众的阵阵喝彩。在本次比赛中，教务和德育两处全力支持，体育组积极工作，使参赛球队的每一场比赛，都在其他部门的协作下顺利进行。本次比赛在精心策划和积极准备下，已经完满结束了，超过了预期效果，“每一次的积累与经验会换取另一份的成功与收获”，相信在这次篮球比赛的基础上，今后我校的体育工作会将会做得更好！

20xx年5月26日

**篮球比赛心得总结篇二十**

为进一步丰富员工的业余生活，增强企业员工的凝聚力及向心力，营造和谐、健康的企业发展环境。8月25日―9月1日，人力资源部组织开展了主题为“激情八月，四特活力杯”篮球赛，取得了一定的成效，现将本次活动情况的总结如下：

1、上下联动，全员参与，活动有声有色;

本次四特“活力杯”篮球活动得到公司上下广泛的关注与支持，全员踊跃报名参与，共计80余人参与本次活动，其中中层干部参赛人数占本次比赛总人数的四分之一。此次活动以分系统兼顾区域的方式组建了六支参赛队伍，覆盖公司各部门(包括营销支持系统)、各生产车间。活动期间，公司副总经理郭栋、吴生文、张悦也纷纷亲临赛场观看并参与比赛，并为获胜队伍进行了颁奖。

8月25日，首场比赛，吴生文副总经理为首场比赛开球助威;同日，郭栋副总经理上场参与南昌联队与科勾队的小组赛。9月1日，郭栋副总经理、吴生文副总经理、张悦副总经理率领由中层干部组成的公司联队与本届篮球赛冠军队进行了一场友谊联赛。赛后，三位领导分别为冠、亚、季军授予了锦旗并合影。

本届篮球赛获得冠军的队伍是由人力资源部(含保卫)、采购二部组成的雄鹰队;总经办、审计部、法务部、财务部、采购一部、打假办及南昌营销支持系统等部门组成的南昌联队获得亚军;生产一部组成的蛟龙队为本届比赛的季军。

2、精心筹划，部门协调，活动顺利开展

为确保活动顺利开展，人力资源部活动小组自活动策划始初与各部门员工进行了充分的沟通与协调，广泛收集意见建议。活动前期，以张翔副总经理为组长，何力、肖亮、范建琳、熊琴江等人为副组长，抽调科研中心人员、采购二部人员、生产一部人员、人力资源部全员(樟树)参与的活动小组多次召开赛前会议，就活动组织举办细节及各项规程作了细致的商议。人员安排，队伍组建，赛制赛规的制定，人力资源部均与各个部门进行了沟通，统筹了各部门意见，制定了详细的可操作的活动方案。

同时，各部门的领导及员工都十分重视本次篮球活动。综合考虑对面菜场篮球场场地与环境因素，此次篮球比赛未能安排在那举行。为确保活动的正常进行，总经办积极与樟树市政府、樟树中学沟通联系了活动场地。采购二部在时间紧迫的\'情况下及时到位篮球服、药品等比赛用品，后勤部积极修复菜场球场地面，及时更换了球架，为后期员工业余进行活动提供了场地。比赛前后用时三天，均安排在工作之余，没有影响正常办公与生产。生产一部、生产二部的部长亲自参赛，调动生产一线的员工参与比赛。公司各部门的支持与配合，为活动顺利举办提供了有力的组织保证。

3、未雨绸缪，赛前训练，活动气氛浓烈

本次篮球活动的顺利举办与活动良好的氛围也是分不开，无论是赛前或是比赛期间，公司员工对本次活动抱有热情。为了在比赛中发挥更好的水平，有的部门在开赛之前自发召集其他部门参赛人员进行切磋交流;有的部门则是部门领导亲自对本部门篮球队进行指导训练。比赛期间，各参赛队伍每日均提前到场进行上篮、传球等热身训练。

4、赛制合理，比赛公平，活动和谐融洽。

本次比赛采取循环积分与交叉淘汰两种赛制相结合，与单纯淘汰赛相比较，更加合理，相对增加了比赛场次，确保每队均有两场比赛，充分调动起了所有参赛球队的积极性，给广大的观众与员工带了更多的精彩比赛。同时，为确保本次比赛公平、公正，活动小组为此邀请具专业裁判进行全程执裁，请审计部工作人员全程计分，让各球队在一个更加良好的比赛环境中进行，比赛结果更加精确，广大队员和观众都充分的认可了比赛结果，本次比赛的成功举办也使我司篮球赛的开展踏上了规范化、有序化、系统化的发展道路。

本次篮球活动旨在以活动为契机，进一步加强各部门的相互沟通与交流，凝聚团队精神，提升执行力，提高工作效率，推进公司各项工作的顺利开展。

许多员工纷纷表示，通过组织篮球赛不仅锻炼了员工身体，丰富了员工的文化生活，而且还为员工提供了一方展现自我、锻炼自我的平台，积极地营造了阳光、活泼、向上的文化氛围，提高了团队之间的合作意识，使员工们在紧张的工作之余放松身心。

综上所述，本次“活力杯”篮球赛的顺利举行，使四特员工在运动中得到交流沟通，展现了工作外的另一番风采，同时也培养了大家的集体荣誉感，增进了部门间友谊，展示了四特团结、奋进、勇于拼搏的精神风貌。

现将本次活动的费用使用情况列支如下，请公司领导审阅。

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