# 最新篮球活动总结(实用10篇)

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-06-08

*写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。篮球活动总结篇一篮球是极具竞争性、对抗性，也具有极高的锻炼和健身价...*

写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**篮球活动总结篇一**

篮球是极具竞争性、对抗性，也具有极高的锻炼和健身价值，以及欣赏和审美价值的运动项目。学生学习篮球课程，能在奔跑、跳跃的\'过程中，发展力量、速度、耐力和灵敏等素质；能在复杂多变的赛场上，提高分析能力和应变能力；能在激烈对抗的环境里，磨炼意志，发展个性和智能；能在相互配合的过程中，培养团队精神和集体主义品质；能在观赏比赛的过程中，培养审美情趣，丰富课余文化生活。

我们根据各个年龄段学生的身心发展特点，合理的安排练习内容，学低年级学生着重以原地运球为基础，也可以不同形式的游戏进行运球，提高学生兴趣和能力，能较好的掌握运球节奏、动作的熟练性；中年级根据不同的水平，进行不同的动作技能，因材施教，有不同层次的水平，在不同层次制定不同的目标，让学生围绕这个目标进行练习，提高不同水平的学生。同时也培养学生合作的能力，懂得团结协作的精神。高年级基本上掌握了运球、传球的技能，进行一些稍微复杂的运动技术，小测试、评比等形式锻炼学生意志和体能练习的方式。培养学生勇敢果断、不怕苦和累的精神。

每个周五次训练课，针对不同年级的学生，分提出不同要求和方法，进行分别的练习，同时也展示给大家看一看，有没有进步，并谈一谈你的体会，和同伴交流经验。在不同组内进行比赛，通过比赛，可以看到自己动作还需要哪个地方改进，再需要一段时间的练习。再比一比，有没有提高。在提高这个基础上提出更高的要求，不断的激发学生学习的兴趣，让学生感到快乐。由不懂到懂、由易到难，循序渐进过程。锻炼了学生的身体素质，提高学生实践操作的能力。

通过学生的练习，在不同的层次上有所不同的进步，也体验到不同的感受，也掌握到动作的方法和规律。虽然有所提高了，还需要加强练习，使学生掌握正确的技术动作表象，不断增强学生的篮球技战术水平，活跃校园篮球文化氛围。

本学期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，从四到六年级选拔学生参加系统训练。通过这一个学期的训练和对队员的观察和了解，最终确定了12人校队名单，积极迎接下学期举行的街道篮球赛。并在三、四年级选拔了部分学生利用课余时间进行篮球基本练习，为梯队建设打好基础。现将本学期篮球第二课堂活动情况总结如下：

这是我从教第二年来带小学生进行篮球训练，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，制订了本学期活动安排，宗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，比如在练习过程中结合一些小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、集体主义精神。根据队员的反馈，效果较好。

通过一个学期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。在本学期活动中，全体队员都能按质、按量完成训练内容。无迟到、旷课现象。对四至六年级的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。总之本学期的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，经常自我反省、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。

**篮球活动总结篇二**

20xx届篮球社的第一次活动是以视频教程为主，以娱乐观赏为辅的一次活动。为了防止大家盲目的练习篮球和避免大家打篮球的错误方式，我们社团这次活动的目的就是让同学更了解篮球，也让我们能了解篮球的练习方法。这次观看视频可以让我们找到各自所属位置的打法和需要注意的几点。由于第二天大家要出早操，所以这次我们主要以后卫篇为主。

本次活动于20xx年11月12号晚上7点开始，播放视频民主地争取了社员们的意见，选择了后卫教程视频播放。这次教程主要是讲述后卫的持球方法和和突破要点。先是讲述一个后卫对于篮球的重要性，他的态度、精神与状态都决定了整个队伍的状态。下面对后卫的持球姿势进行讲解。接下来是后卫的突破的要点啦，后卫突破要随时做好变向的准备。在突破时转身和转身假动作是很有必要的，这就要球员在场上的反应力和控球能力了。

总的来说，后卫一定要把控球能力练好。结束教程视频后，我们进行了nba明星级篮球视频观赏。开始是科比的nba职业生涯的历程。接着是nba的巨星后卫克里斯〃保罗的精彩视频。卫克里斯〃保罗所打的位置正好是后卫，我们也看到了他那梦幻的变向和开阔的传球视野。最后是麦迪的精彩暴扣，看地让人都想叫绝。

活动中也出现了一些问题，由于多媒体的声音出现问题，所以延迟了半小时，但还好处理妥当。为此今后我们在活动之前必须做好从份的准备，以免再发生类似状况。社员参与情况总体来说较好，部分社员未到。观看视频中途，部分社员提前离场，对于这种现象我们今后会提高重视，努力提高活动的吸引力，尽量避免此现象的发生。

**篮球活动总结篇三**

在学校领导的指导和大力配合及全校师生的大力支持下，我校篮球运球比赛取得了圆满的成功。现对本次比赛做简要总结如下：

化生活，更为学校篮球水平的提高提供了最有力的保证。

表现拍手叫好。体现了良好的团结、宽容、向上精神。

其糟粕，适用于平日的工作当中。

高山子中学。

**篮球活动总结篇四**

本学期，我负责学生篮球小组活动课的辅导工作，以丰富学生课余生活，提高学生身体素质，促使学生身心能够健康的成长，本学期即将结束，现将活动课活动情况总结如下：

1、促进学生的身心健康，提高学生的体质，健康水平和体育能力。学生对体育的热爱，使学生对篮球有了更加深入的了解，大大的丰富了学生们的课余生活；同时，还增进了师生、同学之间的关系的融洽和友谊。

2、使学生对篮球运动的规则，有了更加深入的了解；使每个学生都能知道篮球运动的基本规则；学习篮球的基本技术、提高运动技能。使学生们对篮球的运动的动作更加标准，使学生的基本功有了长足的进步。

3、学生在合作练习中、比赛对抗中，学会了互相配合，了解了篮球运动比赛，团结拼搏、发挥个人与集体相结合的重要性，增进了学生之间的默契；使学生在运动休闲中，深刻理解集体力量的伟大。培养学生的集体主义精神和勇敢、机智、果断、顽强的意志品质。

在本学期的活动课过程中，对于学生的管理、学生运动保护、学生动作细节的指点、攻防演练的方法以及对学生基本功的锻炼还有很多不足之处，这也是今后有待解决的方。

本学期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，从四到六年级选拔学生参加系统训练。通过这一个学期的训练和对队员的观察和了解，最终确定了12人校队名单，积极迎接下学期举行的街道篮球赛。并在三、四年级选拔了部分学生利用课余时间进行篮球基本练习，为梯队建设打好基础。现将本学期篮球第二课堂活动情况总结如下：

这是我从教第二年来带小学生进行篮球训练，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，制订了本学期活动安排，宗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，比如在练习过程中结合一些小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、集体主义精神。根据队员的反馈，效果较好。

通过一个学期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。在本学期活动中，全体队员都能按质、按量完成训练内容。无迟到、旷课现象。对四至六年级的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。总之本学期的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，经常自我反省、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。

**篮球活动总结篇五**

上个星期六，我们班举办了团日活动篮球赛。宿舍与宿舍之间的对战，各宿舍抱着篮球第二友谊第一的信念上场打比赛。

队员们在赛场上气势夺人，为同学们奉献了一场场精彩篮球赛事。我班一上午的篮球赛取得圆满成功。其中少不了学生成员们的集体努力辛勤工作，更少不了学生积极参与当裁判。本次比赛不仅体现出各宿舍团结拼搏的精神，同时也达到了本次比赛的目的。同学们在场上奋力拼搏，啦啦队在下面尽情呼喊，每一位同学对胜利是如此的渴望，再苦再累也要打下去，我们追求的是一种精神，一种不服输的精神。

当然，不止队员，各位裁判的公正无私以及同学们无私奉献照顾队员的精神是值得学习的。我相信我们工（2）是一个集体，一个团结的集体，是一个能战胜任何困难的集体。本次活动中让我感触最深的是几位女同学，他们作为我们班的唯一几个女生，在烈日炎炎下为我们记时、记分。不喊苦，不喊累。

这些不足，使我们班变得更加团结、优秀。

**篮球活动总结篇六**

为了给我社社员营造一个积极、健康、热烈、活泼、朝气蓬勃的社团环境，丰富社员们的课余文化生活，我江西师范大学科学技术学院篮球社策划了针对篮球社社员的三对三篮球赛。

篮球社内三对三比赛

为同学们打造一个互相交流、互相学习的平台，充实大学生内练素质，外树形象的岁月，展现大学生的运动风采。

（1）活跃社团气氛，增强社团影响力。

（2）增进社员之间的感情，促进篮球爱好者之间的交流。

时间：20xx年11月

地点：江西师范大学科学技术学院老篮球场

1、采用“三人制”篮球赛的比赛规则

2、比赛为单循环方式，所有参赛队均能相遇一次，最后按各队在全部比赛中的积分排列名次。3、计分方法：

（1）胜一场得2分，负一场1分，积分多者名次列前。

（2）如果两队积分相同，则按两队在同阶段比赛中所得比赛分数。

1、每队至少有四名参赛队员，每场比赛每队可以上三名队员。2、比赛开始后不准更换原有队员，否则取消参赛资格。

3、比赛换人没有限制，但仅在死球或半场结束时才能换，进球也可以换人。

4、进球后换发球。

5、一方投篮未进，由队方抢到篮板球后，则需退到三分线后再进攻6、每次换发球，发球方必须退到中场后再进攻。若发球方没有退到中场或发球时踩线，此次发球不算并换发球。不允许退回二分线后而直接投篮。如果一方欲在未退回二分线之前就投篮而另一方犯规，则犯规不算，且由另一方发球。

7、所有犯规（7次以下）或球出界，到中场发球区发球。8、二分球：与专业比赛中三分球相似，在6.096米弧线外出手投中篮作二分算，二分线内投中算一分。

9、每场比赛中，一队先打到12分，并领先对方2分以上则为胜方，以20分钟为限。

10、比赛时，实行“30秒”制，会有比赛监督员记录，若30秒未投篮，则换发球。

**篮球活动总结篇七**

这次大一vs大二的明星赛，总的来说，是很顺利的。比赛过程中没有出现受伤的情况，本次活动也取得了很好的效果。

现了我院的良好精神风貌，可以说是一次比较成功的比赛。

体育部各成员在比赛前准备充足。活动期间，体育部成员将裁判用桌搬到操场，并准备好记分牌，比赛用哨等，同时安排饮水，并在比赛结束后负责搬离桌子。体育部邀请大四以及大三的院队成员作为比赛裁判。

比赛一开始，大一的气势很强，由大一出现的盖帽抢断的精彩镜头真是接连不断。更令人惊讶的是，大一竟然在第一节就领先大二6分。第二节开始后，大一仍旧很生猛，但是大二也不甘示弱。结果第二节大一大二打了个平手。下半场开始了，上半场落后的大二队员开始露出他们优秀的球技和坚强的毅力。在下半场，大二稳扎稳打，一分分的追了回来。大一却因为体力不行，失误接连出现。俗话说得好，姜还是老的辣，所以最后大二这次取得了冠军。

本次比赛在我院老师及主席团的正确领导下，在全体体育部成员的共同努力下，取得了较好的效果，主要体现在以下几个方面：

1、同学之间的关系进行了进一步的沟通；

2、同学的身体进行了更好的锻炼；

3、通过篮球技术的切磋彼此之间有了一定的了解和认识；

4、该活动为大家提供了一个足够的平台来站展现自己，锻炼自己。

通过这次比赛丰富同学们的课外娱乐生活，提高我们的综合素质，培养积极向上的进去精神，致力于打造成一个所有热爱篮球、钟情篮球的学生的节日，致力于打造一个互相交流、互相学习的平台。

**篮球活动总结篇八**

1、活动内容概要：

第五次常规活动进行室内视频教学，主要学习如何破联防与进攻。此次常规活动有利于会员更加系统的掌握一些打球技巧。

2、活动取得的成果：

此次活动，让会员对打球技巧有了更全面的理解，在此期间，会长和技术部部长进行了更加详细的解说，让会员对以后球技的进步更充满了信心。同时让会员认识到，室内活动也可以给他们带来好处。同时我们对常规活动的形式变换充满了信心。

3、活动中出现的问题：

1）会员和理事的出勤率不理想，理事有迟到现象；

2）事先场地联系不够完善，导致会员到了场地还没开门；

3）视频教学准备得不够妥当，步骤比较凌乱。

4、活动中相应问题的改进措施：

1）理事与会员尽量协调好活动时间，让更多的会员能来参加；

2）理事应做好带头作用，有时间观念；

3）负责人要事先联系好场地问题；

4）以后不管做什么活动，都要规划好步骤。

5、会员意见：

1）以后活动尽量变换形式，让会员每次都很期待下一次活动；

2）对于此类教打球技巧的活动，可以适当增加；

3）希望以后再进行一次如何破联防的教学。

**篮球活动总结篇九**

本学期每周二、三下午，篮球第三课堂以学校的工作计划为依据，按照学生的特点出发，选拔学生参加系统训练。现将本学期篮球第三课堂活动情况总结如下：

这是我从教第二年来带学生进行篮球训练，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，制订了本学期活动安排，宗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，比如在练习过程中结合一些小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、集体主义精神。根据队员的反馈，效果较好。

通过一个学期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。在本学期活动中，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，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。总之本学期的篮球第三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。相信我校篮球第三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，经常自我反省、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。

**篮球活动总结篇十**

在院领导和各系部领导老师的大力支持下，在体育教研室老师的周密安排下，在全院学生的共同努力下，历时一个月近100场比赛，圆满地完成了本次篮球比赛任务。这次比赛不仅为黑林职院评估系列活动添了精彩的一笔，而且也为篮球爱好者提供了真实的大餐。

此次比赛，我们的篮球队员们都以饱满的热情和高度的积极性全身心的投入到比赛中去，充分发挥了敢打敢拼的进取精神。我们的篮球队员们不仅牺牲了他们的中午休息时间，还要来回于南北校区之间，还牺牲了四个星期日的休息时间，他们在运动场上挥洒着汗水与激情，为班级的荣誉而努力拼搏。我们的学院领导冒着烈日在场上为我们的队员加油、助威，其紧张程度比我们都要高。我们教研室部分老师牺牲中午和周末休息时间担当裁判工作，虽然裁判工作顶着烈日，又苦又累，但老师们都没有怨言。本次篮球比赛取得了圆满成功，在这次活动中，青年志愿者同体育教研室老师一起，为活动提供了强有力的裁判及后勤工作，为活动的准备做了很大的贡献。

1）准备工作尚有欠缺，后勤人员不足，但能顺利工作。

2）有迟到现象，由于是利用中午学生休息时间，还有雨天的困扰，部分班级实习，所以比赛时有同学迟到，调整部分场次。但及时通知，得到合理处理。

3）宣传力度和沟通还有不到之处，各班级辅导员有部分没有到场，致使在场上出现一些问题。

4）报名工作不够严格，出现外员参赛的情况。

5）服装不能完全统一，给裁判工作带来很大的难度。

进一步完善了工会各项工作制度，增强工会工作透明度。建立和完善了工会委员会职责、工会劳动保护工作责任制等，切实保障了干部职工的各项权益。制订和完善了各项工会管理制度，将基层工会建设目标纳入了局重点工作进行考核，考核内容紧紧围绕工会工作开展情况、劳动竞赛活动完成情况等项目，在工会管理、工作职责等方面都严格按照国家有关规定及程序办理，做到纵向到底，横向到边。

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