

最新篮球团队技术有哪些 篮球团队配合技术总结(模板5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

篮球团队技术有哪些篇一

通过这一学期的带队训练，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，并在今年10月上旬长沙市小学生篮球赛上取得优异成绩。现将本学年的训练工作总结如下：

道德品质思想作风训练是政治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的人的问题。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，我坚持不迟到不早退，按时按点的跟学生一起奋斗在篮球场上。并要求队员自觉、积极地投入训练，发扬“不怕苦、不怕累、不怕难”的精神，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 and 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。

1、一般身体训练

一般身体训练的目的是为了增进运动员的身体健康，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。因此，在本学年训练过程中，我根据小学生的年龄特点，采用小强度，循序渐进的手段，并通过各种游戏方法来激发他们的练习兴趣，在潜移默化中提高他们全面的身体素质。

2、专项身体训练

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。本学年，我着重加强了快速跑篮的能力和传接球的隐蔽性的训练。

3、技术战术训练

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，重点技术又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。本学年，针对有市的比赛任务，因此在训练中，加强了对我校篮球队队员的对抗练习和联动防守的技战术要求。

我校男篮现有队员21名，其中六年级9名，五年级12名，年龄梯队建设比较合理。并按照一届带一届的要求，实施老队员带新队员的措施，并设立了奖励措施，激发新老队员的学练兴趣。

总之，通过一学年的带队训练，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、

心理素质和联防能力上还需要很大的提高，在今后的篮球训练中，必须加大力度，主要以提高力量、速度耐力等身体素质为主，培养了学生的积极性，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。

篮球团队技术有哪些篇二

教育局党委在深入学习科学发展观活动中，注重以人为本。为丰富全市广大教职工的业余文化生活，教育工会在全区广大教职工中组织开展了篮球比赛，经过紧张、激烈的角逐，孝义中学、职教中心、孝义二中分别荣获教育系统第四届教职工篮球比赛的前三名，总结此次活动，有以下几个特点：

一、领导重视，积极参与

此次比赛是在全市教育系统开展的“三创建”、“四满意”和“五型校园”创建活动的基础上，为丰富广大教职工的文体生活，科学健身，营造和谐的氛围。市教体局、教育局党委高度重视此项活动，我校领导大力支持本次比赛，可见对组织这次比赛活动的重视程度。比赛中，郝兰生校长亲自带队并在现场进行指导，有的单位党政领导亲自上场参加比赛，他们既当教练员又当运动员；既当领队又当啦啦队，既场外谋划又上阵冲锋。

二、计划严密，组织得力

为把这届篮球赛组织好，教育工会专门召开了协调会议，组织成立了教育系统教职工篮球比赛组委会。各级领导给予了大力的支持，无论从场地布置、器材配置、赛程设置、代表队和裁判员的组成，还是后勤保障，都做到了合理计划，周密安排，件件落实到人，保证了每一场比赛有序进行。

三、作风顽强，素质过硬

通过这次篮球比赛，充分体现了我系统广大教职工较强的集体荣誉感和顽强拼搏精神。本次比赛共有17所中小学单位进行了43场的比赛。所有参赛运动员表现出了勇于拼搏、昂扬向上的精神状态，大家不怕流血流汗，赛出了真实的技术，诚挚的友谊，高尚的风格；裁判员能够公平裁决，公正执法，这些都充分体现了我市广大教职工健康的体魄和积极向上的精神风貌。同时，各单位党政领导和参赛运动员组织了“啦啦队”，为场上的运动员加油鼓劲，充分体现了广大教职工良好的素质，达到了增强体质、陶冶情操、促进团结的良好效果。我校取得了亚军的可喜成绩。

通过本次比赛活动，达到凝聚人心、鼓舞士气，陶冶情操、锻炼身体为目的，不断提高广大教职工的身体素质，推动了我区体育教学水平的不断提高，为实现教育现代化做出了积极的贡献，以强健的体魄和一流的工作成绩向建国六十周年献礼。

篮球团队技术有哪些篇三

一、活动主题：活力工大职责青年

二、活动名称：宿舍杯篮球比赛

三、活动时间：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元 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炼，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。

篮球团队技术有哪些篇四

虽然自己生活中时不时地跟同学们一块去玩篮球，可谓是一位篮球爱好者了，自己对篮球的知识也知道得并不少[nba]已成了学习之余我们关注的娱乐焦点，使我对这项运动更加地热爱；但实际上，我并没有深切地了解篮球，包括它需要的理论和技巧，我平时只是胡乱地打球，单纯地看球赛，不去学习，不去总结。

篮球课有时候是有点累，但并不枯燥。老师合理的安排和个性的教学方式，使我们的课程不是包袱，而是一种享受，大家感觉很轻松，很活跃，没什么压力。上课时，老师大多情况先给我们讲授一些基础动作要领，然后建议我们自己分队打对抗，这个很有意思。我们积极地配合老师，老师则给我们讲更多的实用技巧，逐渐地，我们学生和老师成为了朋友。

有时会想人生也好像是在打篮球，有些东西在开始之前你必须先具备，打篮球，你得先有基本的身体条件；而人生需要具备基本的身心健康。打篮球和人生一样，你不知道下一次会遇到什么样的人，有一帮兄弟会一直在一起打，然后有的会离开，每次换一个地方就基本上换了一波人，不同的人，不同的特点。

一学期的课程，使我学到了很多生活中学不到的东西。尽管它是一节选修课，但我一直把它看作一门必修课来上。每节课我都很认真地听老师讲解，刻苦地练。篮球技术有所提高，这都得归功于我们辛勤的老师。感谢我们辛勤的老师！

篮球团队技术有哪些篇五

2018年曲阜市“体彩杯”中小學生籃球賽已經圓滿閉幕，我
校代表隊也獲得了小學男子組第二名的優異成績！我們從去

年的第六名跃居亚军，心里倍感高兴和自豪！

本次比赛经过了一个多月的准备，从接到通知预选物色队员报名开始到一向到比赛结束，中间也做了许多很多的准备工作。事无巨细，过程中还是遇到许多让人出乎预料的事情。我从以下几个细节做出总结，避免在今后的工作中出现的失误！

1. 接到通知后及时向校领导请示，领导口头答应了之后，及时做好“队服购买申请书”，让校长签字，不给学校领导落下”先斩后奏“印象。

2. 提前与保险人员练习，给参赛队员做好意外保险，以免在训练、参赛过程中受伤，给学校造成职责。

如有队员在活动中受伤，必须要在第一时间与保险人员和学校相关领导汇报，不能代表凭个人意愿进行决定。

3. 培养学生的职责心。在比赛过程中，篮球，换下来的衣服，水杯等各种物品必须让学生保管好，教师必须要打扫最终的战场，怎样把学生带出来的再怎样把学生带回去，尽量让家长放心！

4. 及时与家长联系。保证家长再任时候都能与带队教师联系，了解比赛进程！

5. 进取与比赛场地的裁判员坚持联系，培养与联络好感情，及时沟通和了解比赛信息。