

# 最新小篮球培训工作总结报告(通用10篇)

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。优秀的报告都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 小篮球培训工作总结报告篇一

大一年级第二学期的体育课中，我参加了篮球项目的学习。时间过得真快，这个学期的学习又接近了尾声。回想这一学期以来的体育课，我收获良多。我不单单在身体素质上提升了不少，同时也在意志品质上不断磨练着自己。

高中时代起就十分喜欢篮球，通过看nba了解了很多相关的知识。但是自己身体素质较差，在这项运动劣势较大，所以一直没有信心。但是这一学期的学习下来，自己在自信心方面有了很大的进步。每节课老师都会安排打比赛的环节，不自觉的想去作为一个组织者掌控全局，打助攻，尽力的防守。在一个水平相当的团队中，自己越发有信心，最明显的就是敢于突破上篮而不担心会被盖帽，尝试了在有人防守的状态下投篮。自信心的增长，也使我在运动中享受到更多的乐趣。喜欢上流汗的感觉。

当然在与小组同学的配合中，我学到了很多的东西，比如团队合作的重要性，比如相互信任和相互理解。会因为队友精彩的进球而大喊，也会因为对手的精妙配合鼓掌，即使失败，也没有因此而自我否定。让我不禁想到社会，这个社会不仅仅是竞争，也有合作与尊重，证明自己存在的价值不是非要明争暗斗，在团队中发挥自己的光和热就是价值所在。我个

人认为：如果能成为一个优秀的球员，就可以从中学到很多东西，个人的学习、工作和生活都能提供很好的借鉴。

每一次打完篮球，都会问自己一句：今天high么？回答当然是yes[]仔细想想，自己一直在追求的不就是快乐么？不管学习知识，还是打乒乓球、篮球，，从没想过是胜利，更多的是一种和别人一起奋斗的快乐与满足。看nba打球，你看到的是一种激情，输赢固然重要，但是更多的还是会像早上输球的马刺队员一样在憾别总决赛后与对手紧紧相拥。体育，本来的目的就是让人们在运动中享受快乐。真心希望中国的体育制度能更多的考虑乐趣，而不是为了奖牌的数量去训练和教导年轻队员。

每一项运动都是一种态度。你可以当他是一种拼搏，那么你就在场上尽全力；也可以当他是一种乐趣，那就在场上尽情的享受过程，无关乎结果；更可以看做是一瞬间的人生，在运动中领悟工作、生活、生命的奥义……对自己负责，也是对队友、对对手的尊重和负责。

我会继续在篮球场上享受乐趣，也相信会有更多的人加入到这个行列。感谢指导的老师，感谢场上的队友及对手。

## 小篮球培训工作总结报告篇二

xx年是我校篮球队丰收的一年，在10月份的全县篮球比赛中奋勇拼搏取得了县小学组男子冠军，女子亚军的好成绩，成绩的取得来自于很多方面的努力，同时通过比赛也发现了队员的不足，一、有的学生思想不端正，觉得自己马上就要毕业了，要离开篮球队，比赛的输赢已经不在乎，出现了不想上场比赛和即使上了场也不好好参与的情况；二、学生不能很好的贯彻教练的指导思想，一丢了球就乱了阵脚；三、学生体力跟不上，几个回合下来就有点体力不支，这样技术动作就变形了，学校篮球队训练总结。四、投篮命中率偏低，浪

费了多次的进攻机会。比赛结束后，在接下来的三个多月时间里对以上问题进行了针对性的训练和调整，取得了一定的效果。训练总结如下：

篮球队的训练是学校运动训练的'一个组成部分，是贯穿普及和提高相结合的体育方针，促进学校普及，提高篮球运动技术水平的主要基地。首先要增强运动员的体质，不断提高机体的能力，发展一般的和专项的运动素质。有了过硬的身体，才能更好的进行专项训练。其次要掌握篮球运动的知识、技术和战术，只有娴熟的过硬的技能才能在比赛中充分发挥，才能获胜。再次是要对运动员进行思想教育，培养运动员高尚的道德，优良的作风，坚强的意志和品质。只有作到技能与思想并进才能培养出心身健康的学生。

在教学中，学生是主体，教师起着主导作用。要想训练出一支好球队，教师要调控好方方面面的问题。如长时间的训练，教师和学生一定要有良好的身体素质，要有坚持不懈的意志力，而且教师要把学生的训练热情充分发挥出来，使师生的思想统一，目标、行动要一致，只有这样的教学训练才会有所成就。所以教师在训练时一定要做好主导的作用。首先，要培养学生对篮球运动的爱好。因为爱好是最好的。老师，小学生正处在好动的年龄阶段，老师平时在体育训练中开展一些篮球游戏、拍球比赛等活动。这样学生会自然而然的喜欢上篮球运动的。在此教师必须要热爱篮球运动，要有奉献精神。其次要培养学生吃苦耐劳的精神和坚持不懈的锻炼精神。虽然说山里的孩子能吃苦，但这毕竟孩子，所以在训练中还要让学生继续进行体能训练。只有坚实的机体才适应各种训练。因此，在训练中教师要注意对他们讲述从中的理由，让他们知道机体训练的重要性。那么要学生做到，教师必须要先做到，所以教师要有坚实的身体，过硬的专业技术，这更能树立在学生心目中的形象，在学生中也要树立标兵，使大家有榜样，这样使他们的意志品德、精神风貌得发升华，从而训练便能更自觉更积极了。再次要对学生进行思想教育，思想教育对体育训练来说很重要，小学生正处于好动、好强

的年龄阶段，而且对爱好体育的人来说更是如此。教师要根据学生这特征在训练中对学生进行行之有效的方法进行思想教育。如在训练中对学生讲述集体的力量，要让他们懂得互相团结协作、互相体谅、互相帮助、的团体战斗精神；只有这样才能良好的战斗作风，才有凝聚力。

根据我们训练时间短、条件差、基础差、起点低的具体情况，摸索出一些有效方法。

选才工作是运动成功的起点，它直接影响到训练的成败，通过几年的实践，我总结出切合实际的选才原则标准：

队员的思想条件：政治思想好，有吃苦耐劳的精神，有勇敢顽强的意志，听从指挥。

身体条件：身高体重，灵巧性，速度、弹跳、力量等。通过测试和测验得出结论。

技术方面：传接球、运球、投篮和个人防守方面，通过观察发现学生的基本技能。

没有良好的身体素质，便不可能掌握高难度动作和完善的技术和战术、及强大的训练和比赛。

篮球运动专项身体素质，就是与篮球运动特点相适应的力量，耐力、速度、弹跳力和柔韧等素质，因此在训练工作中应强调身体训练。

技术训练一定要切合实际，适应比赛，使队员紧张、激烈并能在复杂的比赛条件下，正常地发挥技战术。战术运用是根据比赛双方情况，正确地分配力量，充分发挥身体和技术特长，团结协助精神等。一个队员的心理训练与比赛有密切相关，要重视心理训练。

总之，平时多与附近的小学进行比赛，不断改进训练方法，进一步提高技术和技能，善于总结经验，提高整体水平，我想，是会获得好成绩的。

## 小篮球培训工作总结报告篇三

叙永镇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。

首先感谢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，感谢各学校老师、班主任的大力支持以及广大学生的积极参与。特别要感谢的是我们体育老师们，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!更要感谢在座的裁判员老师的公正执法、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。通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，对我镇学生文明道德风尚教育也是一个促进。比赛的竞争是非常激烈的，相比上一届，各片区名次都有一些变化，大家对比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辛勤付出的结果，应该祝贺你们!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，积极地组织参与了，这也是成功的!

第一名东大第二名：附小第三名：实小第四名：西小

城区女子组：

第一名实小第二名：东大第三名：附小第四名：西小

片区男子组：

第一名：先农第二名：丹岩第三名鱼鳧

片区女子组：

第一名：丹岩第二名：先农第三名鱼鳧

### 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，体育老师们任劳任怨的训练，通过这次比赛看出，我镇学生的整体素质无论是篮球技术还是文明道德风尚方面都再去年的基础上有所提高，整个比赛中，场下队员们的文明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位，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，比赛更文明。本次比赛无论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老师对裁判员判罚有争议的情况下对裁判员不满的情绪，比赛中裁

判判罚难免出现小失误，特别是女队在比赛中，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、裁判工作成长特别明显裁判员工作责任心得到加强，首先是裁判员到位现象在去年基础上有很大的改进，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老师对新规则掌握不一，今后应加强业务能力的学习和在以后的工作中多参加这方面的业务培训。通过这次活动，在好的方面要加强，对不足之处，希望得到在座的老师们提出的宝贵意见和建议，我们定加认真反思加以总结和改进，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。再次感谢在座同行们的大力支持配合！谢谢大家！

叙永镇中心校：薛涛

## 小篮球培训工作总结报告篇四

20xx年是xx篮协发展进程中具有重要意义的一年，一年来□xx篮协在体训中心的坚强领导下，发展呈现出会员人数稳定增长，活动内容丰富多彩，球队配置合理优化，技战术水平明显提升的良好态势。我们逐步经历了从以往注重球队数量的增加，过渡到注重各个球队技战术素养提高的过程，从不断探索中找到了一条适合xx广大篮球爱好者活动的组织方式，

广大篮球爱好者也逐渐适应和熟悉了整个联赛的组织过程，使爱好者参与比赛的热情持续高涨，使队员参与组织的热情也逐步提升，激发了顽强拼搏的体育精神，增强了各个俱乐部球队的凝聚力。

1□20xx年xx篮协赛事频繁，从四月份至十月份，做到月月有比赛，周周有活动，节假日不间断地轮流邀请县内外各篮协、俱乐部之间参加邀请赛，交流球艺，增进友谊。利用联赛休赛期间，带球到军营、送球进校园，充分利用现有的场地资源，让广大篮球运动的爱好者能感同身受、参与其中。

2、承办好每年的两项赛事：组织承办了xx县第四届“周大生老庙黄金杯”篮球联赛(qba)□共45场比赛。组织承办了xx县首届李宁杯“三对三”篮球比赛，共34场比赛。这两项赛事是xx篮协的主打品牌赛事，观众人数空前规模，让老百姓都能实地观赏到xx县最高水平的业余篮球比赛。

3、参与了两项市级比赛分别是：榆林市全民健身运动会篮球项目比赛和榆林市首届中老年篮球比赛。其中职工运动会篮球比赛取得了小组第四名的成绩，是篮协自成立以来参加市级比赛的最好成绩，为xx县代表团增加16个积分。这是全体运动员共同努力的结果，是体训中心“放管服”让篮协完全承办的结果，也和近年来qba联赛成功举办后球员得到充分的实战历练有关。

4、为行业部门培养输送了队员□xx篮协会员广泛参与了市级行业部门的篮球比赛，比如xx公安系统□xx消防队等行业的市级篮球比赛，组成队员主力都有xx篮协会员的身影，在联赛里得到实战锻炼，参加比赛时的技战术水平比以前有明显提升。

1□20xx年6月份篮协举行了宣传委员换届改选工作，通过篮协理事会全体成员一致通过，选出白鹭为篮协宣传委员，代替



之前因个人原因不能继续参与管理的刘桦委员，弥补了篮协官员的空缺，使篮协管理注入新的血液。通过近一年的努力和探索，篮协进一步重视内部管理，打造人才队伍，健全和规范协会组织机构的管理模式和运行机制，以大力发展xx篮球运动为己任，使之成为一个热爱篮球事业、有强力改革和创新意识、团结合作、勤奋踏实的集体团队。

2、篮协班子不断提出改革发展的新思路，好方法，各司其职，积极为协会发展出谋献策，规范化运作各项赛事，严格执行《民间非营利组织会计制度》，财务状况良好，收支基本平衡。

3、完善制度建设，做到有据可依，管理有序，严格贯彻执行《赛风赛纪管理规定》和《裁判员管理条例》收到一定成效，协会管理工作水平迈上了一个新台阶。

xx篮协参与并见证了榆林市篮球协会的成立的全过程，随着中国篮协副主席王立彬宣布：“榆林市篮球协会成立了”，标志着xx篮协也加入到榆林市篮球协会的大家庭中。xx篮协主席雷环被任命为榆林市篮球协会副主席，xx县篮协秘书长薛磊被任命为榆林市篮球协会副秘书长，这也标志着xx篮协已经融入全市篮球运动的活动范围，成为了中国篮协在基层的延伸组织机构，具有跨时代的意义。

当下我们生活的时代已经进入了互联网时代，当互联网+各种推广扑面而来的时候，我们也在思考如何利用新型媒体宣传推广我们的篮球联赛。xx篮协会员常帅适时的提出了可以用“我奥篮球app”推广联赛和杯赛，意见得到了篮协理事会的一致认可，并迅速邀请“我奥篮球”客服给大家远程培训手机app使用，在友谊赛试用成功后在联赛、杯赛中正式应用，手机在线观看人数平均在200人左右，关键场次的直播观看人数达到500人。利用app直播、回放、数据统计等功能使比赛插上了腾飞的翅膀，受关注度和球员比赛热情进一步提高，

这种新型媒体的直播方式也得到了榆林市篮球协会的认可和肯定。

从20xx年qba联赛一开始，篮协所有组织的比赛都迁移至城关小学篮球场，相比之前的石太寺广场的石板场地而言，城关小学塑胶场地尺寸更为标准，减震效果更好，篮鞋磨损更少，受社会关注度更高，距离城区更近，停车更为方便，这无疑政府为广大体育爱好者办了一件大好事。

- 1、对裁判员队伍的建设和管理需要进一步加强，职业素养和业务需要不断提高；
- 2、“我奥篮球”app比赛数据统计的操作还有待进一步熟练。
- 3、在参加市级比赛和县区间比赛中暴露出来的训练时间短，配合不默契、技战术素养不高。
- 4、与县外兄弟县区篮球协会的交流合作需要进一步增强；
- 5、引入商业赞助的篮球广告效应有待进一步延伸；
- 6、要扩大协会形象宣传，加大力度维护好微信公众平台。

新的一年意味着新的起点、新的机遇和新的挑战，为积极响应榆林市体育事业发展“十三五”规划中对群众性社团组织所提出的：“大力创建全民健身精品工程，努力做到群众性体育活动经常化、普遍化、制度化、多样化，县区重点打造1-2个品牌赛事，不断提升全民健康水平”的要求，xx县篮球协会必须更加努力务实、同心协力地做好各项工作，打开一个新局面，迈上一个新台阶，争取把qba篮球联赛打造成xx县全民健身的“精品工程”。

- 1、组织好qba联赛、三对三杯赛，积极参加市级比赛，组织好县内外友谊赛。有效发挥xx篮协的社会体育指导员的作用，

引导、服务、规范xx境内篮球健身活动的全面开展。

2、为了xx县篮球队储备和培养后备人才，切实解决在参加市级比赛和县区间比赛中暴露出来的训练时间短，配合不默契、技战术素养不高等问题，进一步解放思想、敢为人先，克服习惯性思维，打破常规定式，创造性的开展篮协的组织工作，准备效仿国家篮协的红/蓝队体制改革，成立xx篮协的红/蓝队，提出如在qba联赛休赛期间，根据联赛表现和适合年龄段选出备战大名单，组成白队和红队，按照市级篮球比赛的规则，定期组织开展训练和对抗赛。

xx是一片红色的沃土□xx篮协的活动组织形式也像这片红色的沃土一样渴望蕴育出更多敢于顽强拼搏的年轻人，为社会释放出更多健康生活方式的正能量。

## 小篮球培训工作总结报告篇五

这学期开学以来，体育部就迎来各种赛事，新生篮球赛成为了我们第一项工作。比赛虽都不是我们主办，但是我院体育部积极配合校会体育部，在其顺利开展中发挥了极为重要的作用。

首先是为即将开始的新生篮球赛进行招新工作，以及协助院篮球队进行报名选拔工作。

在此过程中，体育部除了要通知参赛者，保证参赛者到位，还要做好后勤工作，提供比赛用水，比赛过程中的加油助威。小组赛中，男篮女篮均表现优异，顺利进入半决赛。在愈发激烈的半决赛中，男篮凭借出色的表现双双夺冠。女篮也经过激烈比赛小组出线，在半决赛中获得了第四的好成绩。男篮女篮都尽了最大的努力为我们学院增添了光彩。

1、优点：

(1) 在接到任务之后，体育部高效完成同学们的报名选拔工作。

(2) 尽可能考虑细节，避免比赛过程中出现因低级失误而引起的问题。

(3) 尽力夺得好的成绩为学院争光。

(4) 做好了各场比赛的后勤工作。

## 2、不足：

(1) 招新过程中，男生组比较顺利，由于热爱并且擅长体育运动的女同学比较少，也由于干事们没有调动好同学们的积极性，招的队员不是很多，导致比赛过程中缺少替补，带来了一些不方便。

(2) 在加油助威过程中，我们体育部没有发挥我们的力量优势，为参赛队的加油助威不够给力。

总的来说，在紧锣密鼓筹备运动会的同时，体育部顺利地完成了这些任务，在接下来的工作中，体育部会改进不足之处，争取做得更好。

## 小篮球培训工作总结报告篇六

我校小学部女子篮球队自组建以来，经过近四个月的训练，队员在思想作风、身体素质、基本技术、战术方面有了不同程度的提高，现将工作总结如下：

思想作风是球队思想教育的一个很重要的部分，只有严格管理和科学训练相结合，才能培养出技、战术、身体素质良好的球队。为达到目的，我在训练中坚持从难、从严、从实战出发，培养勇敢、顽强的战斗作风，以集体为最高荣誉，

把这种硬作风渗透到训练场上，和队员学习生活中去，并始终作为一项最重要的任务来抓。

在进行一般训练时，主要以速度、力量、耐力等素质为主。进行专项身体素质训练时，主要以两种形式进行训练：一种是紧密结合单个篮球技术、战斗的特点和要求进行的专门素质训练；一种是结合篮球技、战术意识进行的专项训练。

在全面训练的基础上，特别突出重点练习，从中培养学生的篮球组合、跑位、传球、投篮、掩护等技、战术的专项意识，使队员充分发挥自身的个人技术特点，强调以几个点为中心，加强掩护，反跑，和空切的小局部配合，力争全面、实用、准确、熟练，并在实战中检验。

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。

由于在选拔队员方面中存在问题，加上学生全是新选拔的队员，没有任何基础，只有个别女生有点基础。为能培养一支作风过硬、技、战术精良的女子篮球队，我会努力不懈，为振兴我校女子篮球事业做出更大的贡献。

## 小篮球培训工作总结报告篇七

我校篮球队经过刻苦的训练和努力的拼搏，在今年的中学生篮球赛中荣获优异的成绩，这和教练员的精心培养和队员的

吃苦耐劳以及各方面领导的大力支持是分不开的。

一个球队能够良性循环、持续取得好成绩最主要的因素就是前期选材和后期的培养。

首先说说前期选材，领导班子给予我校体育非常大的支持，主要体现在特长生招生政策上：每学期高一学年入学之前都有特长生加试，合格的同学可以享受的特殊待遇有两种，首先是一等特长生，学校给予免除入学费用一半的奖励，其次是二等特长生，学校给予免除1/3学费的奖励。这样就有很多篮球方面比较不错的学生来加试，给我们教练员很大的选择空间。没有好的队员，有再好的教练也不可能取得好成绩，所以取得好成绩最主要的一个原因就是选材。

其次谈谈队员后期的培养。在培养篮球运动员方面，学校和体育组达成共识，主要从两个方面进行培养，一是篮球技能的培养和训练，二是做人做事，为人处事等方面的培养。也就是说一个优秀的队员，不仅仅要有好的篮球技战术能力，更要有良好的球品和球风。在篮球技能培养方面，针对我县和外县目前高中篮球发展刚刚起步，水平还不是很高的，队员个人能力有限，整体战术配合一般很难打出来的特点，从两方面训练队员，就是进攻和防守。进攻方面：我们主要抓队员的外线投篮命中率和个别队员一打一的个人能力以及小范围的进攻配合。防守方面，主要培养队员的单防能力、协防能力、和体能。没有高命中率和优秀的防守，谈不上比赛更谈不上胜利。

另外，针对学生的心理素质不高和比赛经验不足的特点，我们经常对队员进行心理素质方面的训练，在平常投篮训练时我们就加入防守，在投篮人面前形成威胁，使得队员在比赛时面前有人防守时，也能够正常出手，没有心理障碍。还有就是罚篮，比赛过程中，罚篮不可能没有人干扰，尤其像nba比赛中，客场的时候，篮球架子后边的主场观众都挥舞着一些干扰道具以降低对手的投篮命中率，在我们训练时也注意

到这方面的练习，练习罚篮时我们就对学生进行一些语言上的和动作上的干扰，锻炼他们的心理素质。而且我们教练员经常和队员进行罚篮或者投篮比赛，以做俯卧撑为筹码和队员打赌来锻炼他们的心理素质等。

一个优秀的运动员不仅仅要有出色的个人能力和团队协作能力，更要有良好的球风和球品。在平常的训练过程中，我们尤其重视队员的道德品质教育，经常强调什么是体育精神，什么是团队协作精神。篮球队员训练的场地内有任何垃圾或者废纸等杂物，队员都能马上清理掉，训练时教练员不在场，队员也能兢兢业业按照训练计划不打折扣的认真完成。平常对学校的其他领导老师和同学都能够恭敬有嘉，讲文明懂礼貌，远离任何打仗斗殴逃课吸烟喝酒等不良现象。做好的篮球运动员之前先做优秀的学生。

最后还要感谢教育局为各学校创造的良好篮球氛围和比赛空间，没有上级领导的大力支持和精密组织，就没有今天的蓬勃发展的永吉县篮球事业。

## 1、关于选才。

选才工作是运动成功的起点，它直接影响到训练的成败，通过几年的实践，我总结出切合实际的选才原则标准：

队员的思想条件：政治思想好，有吃苦耐劳的精神，有勇敢顽强的意志，听从指挥。

身体条件：身高体重，灵巧性，速度、弹跳、力量等。通过测试和测验得出结论。

技术方面：传接球、运球、投篮和个人防守方面，通过观察发现学生的基本技能。

## 2、身体训练。

没有良好的身体素质，便不可能掌握高难度动作和完善的技术和战术、及强大的训练和比赛。

篮球运动专项身体素质，就是与篮球运动特点相适应的力量，耐力、速度、弹跳力和柔韧等素质，因此在训练工作中应强调身体训练。

3技术、战术和心理素质训练。

技术训练一定要切合实际，适应比赛，使队员紧张、激烈并能在复杂的比赛条件下，正常地发挥技战术。战术运用是根据比赛双方情况，正确地分配力量，充分发挥身体和技术特长，团结协助精神等。一个队员的心理训练与比赛有密切相关，要重视心理训练。

总之，平时多与附近的小学进行比赛，不断改进训练方法，进一步提高技术和技能，善于总结经验，提高整体水平，我想，是会获得好成绩的。

大学生体育篮球教练春季学期个人总结五篇

春去秋来，根据学校的通知要求，我们需要好好写一份篮球教练工作总结，工作总结对于促进自我认识、自我学习有些非常重要的作用，写工作总结一定要包括近期工作完成情况和后续的工作计划，哪些好的篮球教练工作总结是值得我们借鉴的呢？小编经过搜集和处理，为您提供大学生体育篮球教练春季学期个人总结，欢迎大家与身边的朋友分享吧！

## 小篮球培训工作总结报告篇八

从成立队伍到现在，经过半个月的训练，我们的队员在思想作风、身体素质、基本技术方面有了不同程度的提高。大家的训练热情度非常高，现将本次训练工作总结如下：



身体素质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，在本学期训练过程中，采用小强度，循序渐进的手段，并通过各种对抗演练、友谊赛来激发他们的活力，在潜移默化中提高他们全面的身体素质。

我校现有队员10名，年龄梯队建设比较合理。通过半个学期的训练，队员在训练中个人技术、身体素质有了明显的提高。但在比赛中身体对抗、心理素质上还需要很大的进步，在今后的篮球训练中，必须加大力度，进一步提高技术水平，为了达到训练的目的’和完成训练任务，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、顽强的战斗作风和为集体争夺荣誉的高尚品质。做到把思想作风教育渗透到训练场上、比赛之中去，争取在以后的比赛中取得优异的成绩！

## 小篮球培训工作总结报告篇九

在校领导的带领下，我圆满完成了本学期校篮球班的训练任务，现作如下总结：

开学初，按教导处的要求，我认真制定好教学计划，落实上课内容，安排好学生及时做好登记工作，每次训练做好出缺勤的记录，并询问原因，及时与班主任沟通。对于课上训练我对学生严格要求，让他们每次训练都有所收获。主要做了以下工作：

篮球运动对抗性很强，运动员始终保持旺盛的斗志，这就要求我们的学生有一定的耐力，我以一定的训练强度来训练他们。要求每天早晨训练前至少跑六圈，这也是准备活动的一部分。因为我们的运动员来自不同的班级，针对年龄

特点，训练的强度由弱至强。

球性训练是篮球队员必不可少的一项基本功。没有良好的球性，对于今后篮球专项的技术很难掌握。我们的队员对篮球有着共同的兴趣，但对于球性参差不齐。为此在训练前十分钟的球性训练中，我要求队员每人一球，做到球不离身，人到哪，球跟到哪！从小养成习惯，这对于以后的训练是很有帮助的。对于球性训练内容主要以跨下绕球、两手交换拨球、上抛球等等。针对个别有难度的学生我重点辅导，做好示范动作，每次练习的内容都要求学生向我汇报演示，我及时纠正。同时加强队员之间，师生之间在技术方面的交流，有利于队员克服困难，对学好篮球充满信心。

我们的这些队员对篮球有着强烈的兴趣，但并不是人人都能掌握复杂的篮球技术。况且这些队员来自不同的班级，年龄特征决定我训练内容呈梯形分布，有简单到复杂，比如：五、六年级以运球传球为主(行进间运球、运球急停、运球突破、双手胸前传球、反弹球、肩部传球等等)，六年级则要求较高，因为他们训练目标不同。所以以运球、传球、投篮(原地单或双手投篮、三步上篮等)，简单的战术(传切配合、掩护配合、防守战术，快攻等等)，也就是说能打简单的比赛。

总之，本学期队员们在平时的训练中学到了许多篮球知识和本领，我将一如既往认真细致地做好学校安排的各项工作。

## 小篮球培训工作总结报告篇十

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^v^新生杯^v^篮球赛的队员；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^v^新生杯^v^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，以达到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可以尽力地发挥自己的才能，展现自我。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\*，赛出风格，赛出成绩。

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，因为只有在这个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，而输也不会使我们气馁，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！

通过这次比赛，同学们的关系也迅速升温。因此，我们不定时的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<sup>^v^</sup>公正、公\*、友谊<sup>^v^</sup>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激情，并给所有的观众献上一道道体育大餐。

大一新生的积极参与，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快乐。