

2023年篮球教练年度工作总结个人 篮球 教练实践情况总结模板

总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。大家想知道怎样才能写一篇比较优质的总结吗？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

2023年篮球教练年度工作总结个人 篮球教练实践情况总结模板篇一

- 1、场地器材保证：学校应对全校训练的场地合理安排规划，并为年段或班配备相应数量的小篮球，保证体育课教学、活动的顺利开展。
- 2、时间上的保证：各年段每月安排二节篮球教学课和一节活动课，进行篮球基本技术的练习。
- 3、辅导人员的保证：由体育教师、班主任、体育委员、体育小组长组成阶梯型辅导队伍。具体分工：体育教师负责技术指导，班主任全面管理，体育委员和体育小组长负责各小组的分组练习。通过教师指导、学生互帮互学，促进各年级运动水平的提高。

（二）以“教学”为主线：专任教师以学校制定的篮球训练目标和要求，根据各年级训练内容，认真抓好学生基本动作和基本技能的训练，上好普及班、提高班、课外活动课。激发学生兴趣，为提高普及和整体的运动水平奠定良好基础。

一年级以原地左、右单手运球、直线运球比赛等；

“学而不练则不熟，练而不比则没提高”。通过课外活动丰富多彩的篮球比赛，让学生发现自己的不足，学到别人的各种长处，促使他们在今后的学习中更加主动的去参与学习；同时能培养学生不怕苦、不怕累、勇敢顽强的拼搏精神；培养组织、判断、反应能力，提高学生整体综合身体素质。通过比赛我们可以看到学生在比赛场上表现出来的意识、能力的进步。

2023年篮球教练年度工作总结个人 篮球教练实践情况总结模板篇二

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。

1、关于选才。

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。

2023年篮球教练年度工作总结个人 篮球教练实践情况总结模板篇三

一、思想作风

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。

二、身体素质训练

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。

三、技、战术训练

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。

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。

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。

2023年篮球教练年度工作总结个人 篮球教练实践情况总结模板篇四

首先拳击教练要有敬业精神，拳击训练工作辛苦，运动员更是觉得难以承受。我觉得，作为拳击教练，我们对拳击训练工作的重要性要有足够的认识，并且以身作则，必须用我们自身的言语和行为激发运动员的热情和上进的信心，这样才无愧于我们的事业和责任。拳击教练还要有吃苦奉献精神，拳击训练工作既是脑力劳动，又是体力劳动，工作时间长，体力消耗大，工作辛苦，没有顽强的吃苦精神和无私奉献精神是不行的。

有些人认为：运动员的条件好不好并不重要，关键是通过训练能应付比赛。我觉得，作为专业的训练团队，选苗工作非常重要，出去比赛就代表一个团队。所以在写情况下，选材成功训练就成功了一半。因此我把选苗的工作看作是训练的前提，有了好苗，就有成功的希望。然而，选苗工作，必须不辞劳苦地深入到运动员中间，仔细观察每个运动员的表现，选苗工作还贯穿在一年四季，无论在室内活，还是室外活等活动场所，处处留意，观察运动员的反应、灵敏、耐力、强度等能力表现如何，发现好苗子立即去询问，并作好记录。

20xx年，潘丽娟、肇凯爽获得全国锦标赛第三名。

20xx年，赵晓秀、刘彦杰获全国锦标赛第三名

同年，王玉岩和马兰分别获得青年赛的冠军和第五名，

并且，王玉岩还在同年的冠军赛上获得冠军。

20xx年，潘丽娟、司文获全国锦标赛第五

王玉岩在全运会上荣获第五名

王宝珠、史秋红在青年赛中名列第五

汪丽娜在今年参加的少年赛上摘得桂冠。

1、只有坚守教练员自己的位置，下功夫训练运动员，才能有更大的进步。

2、只有主动融入集体，处理好与同事、运动员之间的关系，才能在好的环境中开展工作。

3、要加强与运动员的交流，要与运动员做好沟通，解决运动员训练中的情绪问题，要与员工进行思想交流。

1、对新的东西学习不够，工作上往往凭经验办事，凭以往的工作套路处理问题，表现在训练中的大胆创新不够。

3、目前存在的主要问题是优秀的体育苗子较少并且很难发现。

（一）积极搞好运动员的训练工作，进一步调整运动员的状态，对于一些有过激言行的运动员，要从思想上加以教育或处罚，为拳馆创造良好的工作环境和形象。

（二）加强训练知识的学习提高，创新训练方法，提高运动效果；

（三）加强基础动作训练，强化训练的创新实践，促进竞技水平的提升。

经过这样紧张有序的四年，我感觉自己工作技能上了一个新台阶，做每一项工作都有了明确的计划和步骤，行动有了方向，工作有了目标，心中真正有了底！基本做到了忙而不乱，紧而不散，条理清楚，事事分明，从根本上摆脱了过去只顾埋头苦干，不知总结经验的现象。在工作的同时，我还明白了为人处事的道理，也明白了，一个良好的心态、一份对工作的热诚及其相形之下的责任心是如何重要。

总结下来：在这四年的工作中接触到了许多新事物、产生了许多新问题，也学习到了许多新知识、新经验，使自己在思想认识和工作能力上有了新的提高和进一步的完善。在日常的工作中，我时刻要求自己从实际出发，坚持高标准、严要求，力求做到业务素质和道德素质双提高。

回顾过去四年，其中有奔波之辛苦、传拳之劳累，亦有收获之甘甜，成功之喜悦。既负弘扬拳击之责，当竭毕生之精力，为拳击大业之大发展，大成功而努力！

2023年篮球教练年度工作总结个人 篮球教练实践情况总结模板篇五

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。