

小学篮球队训练工作总结(3篇)

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zongjie/fanwen/175356.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

工作总结，包括年终总结、半年总结和季度总结，是最常见和通用的。
以下是为大家整理的关于小学篮球队训练工作总结的文章3篇,欢迎品鉴！

第1篇: 小学篮球队训练工作总结

高坡中学第__届秋季球类运动会于10月8日在学校篮球场比赛开始,经过7天的紧张比赛，于10月17日圆满结束。

本次比赛在学校领导和各班主任的大力支持以及广大同学们的积极参与下，共有14支代表队参赛。比赛以班级为单位各班级为代表队报名参赛，分组单循环根据积分决出了各组别的前三名。经过紧张有序的比赛，最终9.3班、8.3班、7.1班勇夺各组第一名，9.6班、8.2班、7.3班、9.2班、8.1班、7.2班以及9.1班、8.4班分别获得了名次奖及体育道德风尚奖及优秀组织奖。

比赛中，各个参赛队发扬不怕苦、不怕累的精神，认真准备、刻苦训练，许多队员在比赛中表现出敢于拼搏、不认输的比赛作风，赛出了风格，赛出了成绩。特别是9.3班和8.3班代表队。本次球类运动会增强了广大学生的集体主义观念，增强了各班级体的活力和凝聚力，增强了团结，促进了交流，鼓舞了学生的斗志，振奋了精神，使篮球运动成为学生的一种健康的锻炼方式得以顺利开展。

当然，在本次比赛中也暴露出一些不尽人意的地方：如篮球比赛前不会做准备活动，导致个别班级学生出现受伤;篮球意识差，基本的站位和发边线球都不是很理解等等。

在下一步的教学训练中我们应该从以下几个方面着手：

- 1、继续加强基本技术训练。
- 2、提高每个队员在相应位置的投篮命中率。
- 3、全面提升全队的整体防守能力。
- 4、提高全体队员的身体素质与保护球的意识。
- 5、组织全体队员多观看各种比赛。

本次比赛，既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，培养学生的竞争意识和团结意识;通过活动的开展，让学生真正认识了篮球运动、锻炼了身体，使球类运动在我校得到了长足的发展。充分展示了我校积极开展阳光体育的成果，赢得了教师和家长的好评。只要我们体育教师踏踏实实的工作，在学校领导和班主任的大力支持下，我相信，高坡中学的体育一定会更加灿烂辉煌。

第2篇: 小学篮球队训练工作总结

20-21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：

> 一、要培养较高运动技术水平的人才，必须明确目的和任务

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身心健康的学生。

> 二、根据学生的年龄特征，充分利用学校现有的条件器材，做好主导作用

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对学生进行行之有效的方法进行思想教育。如在训练中对讲述集体的力量，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。

> 三、坚持改革创新，进行科学训练

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。

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。

第3篇: 小学篮球队训练工作总结

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，谈不上比赛更谈不到胜利。

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。

更多 总结范文 请访问 <https://xiaorob.com/zongjie/fanwen/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发