# 关于篮球社团工作报告(十三篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2023-12-27

*关于篮球社团工作报告一丰富学生校园生活，为学生创造锻炼成长的舞台，建设和谐健康的校园文化。增强同学们的身体素质，锻炼同学们的意志，团结其他同学增强彼此之间的联系，培养各班级同学的感情，为同学们提供一个展示自己的平台，陶冶学生的情操。为对篮球...*

**关于篮球社团工作报告一**

丰富学生校园生活，为学生创造锻炼成长的舞台，建设和谐健康的校园文化。增强同学们的身体素质，锻炼同学们的意志，团结其他同学增强彼此之间的联系，培养各班级同学的感情，为同学们提供一个展示自己的平台，陶冶学生的情操。为对篮球感兴趣的同学们提供锻炼，学习，展示自我的舞台

本社团活动以篮球的基本技术、基本技能为主，融技术、技能与趣味性、竞技性于一体，有助于宣传奥林匹克精神，培养学生的团队意识，提高广大学生对篮球运动的兴趣，丰富广大学生的体育文化生活，增强体质。

二、活动对象

全社社员

三、活动时间

周二、周三、周四下午16点5分——-17点5分

四、活动内容

投篮：定点投篮、多点投篮、自行运球跑投篮、急停跳投。

传球：原地传接球（对传、侧传、反弹传球、挑起传接）、跑动中传接球、快速传接球上篮、突破分球、全场移动对目标传球

运球：直线跑快速运球推进、直线跑变速运球推进、折线运球推进，左右手交换进行、半场z型折返运球、全场多种变向运球、各种运球技术的衔接练习

持球突破：原地持球突破、前后转身持球突破、由篮下向球侧迅速移动抢位，接传球进行突破。

综合素质：徒手队员的攻守练习、运球突破一攻一守、二攻二守、三攻三守、四攻四守、五攻五守。

身体素质：助跑摸高、变距折返跑

五、篮球社团活动安排

（一）全面训练阶段

1、全面身体训练与专项相结合，提高身体素质。

2、学习、改进、提高基本技术。

3、学习篮球的基本知识

4、培养作风和意识。

身体：技术：战术为4：5：1

（二）专项训练阶段

1、专项素质为主，达到较高水平。

2、熟练掌握、提高实战技巧和对抗技术。

①移动投篮、传接球、突破、篮板球和内线强攻技术。

②防守选位和移动

③强化技术在对抗中的应用。

④位置技术和意识。

⑤确定社团的战术特点，在比赛中训练心理。

身体：技术：战术为3：4：3

时间安排：

课时为30-40分钟，每周3次；

1、技术难度和质量，加量为主，直至最大，强度适中，总负荷逐渐加大。

2、三从一大”量中等，以加强度为主，达到最大，总负荷最大。

方法手段

形式内容广泛，多用重复训练法。专项训练方法、手段接近比赛条件，具有针对性，连续对抗、教学比赛增多。

**关于篮球社团工作报告二**

根据本社团发展篮球运动，通过举办各种篮球比赛，提高竞技水平，锻炼健全体魄，发挥体育精神的宗旨，和为了调动广大学生参与体育锻炼的热情，提高广泛性和比赛的专业性，本社团在此提出本学期工作计划如下:

本学期篮球协会总体目标是高质量地举办各项篮球比赛，提高球赛的参与度，调动更广大的同学参与这项体育运动，推动南丁卫校篮球事业的发展。还要提高本社团成员的篮球知识水平和举办球赛的技能，提高本社团的整体素质。

本学期篮球社团的工作重点仍然是各项篮球比赛，其次就是办好社团之间的联谊活动和各期的社员活动。

本学期的篮球社团活动主要分三类：第一类为各项篮球比赛。包括老师友谊赛、班级篮球对抗赛和篮球三对三比赛。第二类为本协会内部的各项活动。包括部门的例会、各项培训活动和各类联谊活动等。第三类为社员活动。包括协会纳新活动、每个月的社员活动和不定期举行的形式多样的小型社员活动。

(一)9月1日-30日的活动：

1.协会纳新。 篮球协会将在九月初开始纳新，向一年级新生宣传、展示篮球协会的风采，积极招收新成员。

2. 老师友谊赛。 篮球协会将邀请本校老师进行一场友谊赛，增进同学们与老师的感情，感受老师身上独有的魅力，同时也向老师们展现我们南丁学子的风采。

(二)10月1日-1x年1月30日的活动：

1. 班级篮球对抗赛。 十一以后，我社团将组织各个班级之间进行篮球对抗赛，以此提高我校的篮球氛围。

2. 社团联谊活动。 篮球社团将会与其他学生社团共同举办一些联谊活动，让我们互相合作，相互交流，共同进步。

(三)2月1日-4月30日的活动：

1. 篮球三对三比赛。我协会将会在下学期举行篮球三对三比赛，为广大爱好篮球的同学们提供一个展示自我才华的平台。

(四)常规活动：

1.社员活动。本学期的社员活动主要分两部分。第一，每周日下午社员将在校篮球场集合进行简单的训练;第二，每月月底举行协会内部会议。

2.篮球裁判培训和篮球比赛工作人员培训。为了提高本社团成员的专业水平，提高篮球比赛的质量，本协会将会邀请资深的人员对本协会成员进行相关的知识技能培训。

**关于篮球社团工作报告三**

活动时间：每周五下午第三节课后

活动地点：篮球场

活动目的：培养兴趣，提高身体素质，培养团队合作意识。

活动成员要求：

1、对篮球有浓厚的兴趣;

2、会基本的篮球动作，懂得一定的比赛规则;

3、有纪律意识，能服从安排;

4、能严格遵守校纪校规，在同学中能起模范带头作用。

活动纪律：

1、每次活动要按时参加，不早退，不无故缺席;

2、爱护篮球器材，按时归还所借物品;

3、一旦参加社团不得随意转团或无故退团;

4、社员之间要团结友爱，互帮互助，产生分歧要互相忍让，互相谅解。

活动准备：

1、以5人为一小组，各组指派一名组长，训练时分组进行。

2、课时安排：前10分钟进行热身运动，指导老师利用10分钟时间讲解篮球技巧，复习巩固基本技能。后20分钟分组自由练习。

3、每月举行一次小型的篮球比赛。

4、定期组织观看nba等篮球赛式，举行有关篮球的知识竞赛和游戏，丰富社团活动。

5、训练培优，争取在“校艺术节”上举行一次精彩的篮球比赛。

6、利用假期时间和别校的篮球爱好者交流学习，进行友谊球赛。

总之，我们要把篮球社团的活动开展起来，给爱好篮球的同学们创造一个自由发展的空间，一个能轻松、快乐打篮球的时间。

**关于篮球社团工作报告四**

一学年来，我结合我校实际，认真抓好篮球社团的训练工作。在教学训练中坚持依法治教，以德治教，加大教学力度，按计划，有目的，有内容，有质量地提高训练水平。

篮球运动是一项动作比较复杂，变化多样，灵活性，技术性和竞争性都比较强的球类运动。要想学好打篮球，首先要使学生建立起篮球运动的基本技能概念，如熟悉球性和控球能力，体会动作要领，初步掌握篮球最基本技术和游戏方法，发展学生灵敏协调等身体素质，培养学生勇敢、顽强、机智、果断等优良品质和团结一致的集体主义精神。

篮球社团训练内容丰富多彩，按计划进行下列内容训练：①熟悉球性。②基本站立姿势和持球方法。③原地运球。④原地双手胸前传、接球。⑤原地双手胸前投篮。⑥行进间直线运球。⑦行进间曲线“之字型”运球。⑧移动、起动、侧身跑、变向变速跑、急停、滑步。⑨后退跑的技术。⑩篮球战术及游戏活动等等。

通过一学年的训练，同学们练习认真，积极性高，兴趣大，进步快，绝大部分同学都能按上述内容进行练习，而且篮球对于小学生来说是同学们上课比较喜欢的运动。竞争性大，对抗激烈是篮球运动的特点。现将本学年篮球社团活动情况总结如下：

一、篮球社团活动概述：

1、我社团在开学初就制定了一系列的教学计划，并有条不紊地进行每一项活动。在开学初，我社团就选出了队长等社团干部成员，以更好地投入到社团工作中去。在工作过程中，干部认真负责，为社团活动的良好进行提供了保障。

2、本学期主要活动内容之一是扎实的练习篮球基本功，通过探究篮球最基本的技术来更好的学习篮球。由于课时的安排对我们社团的活动开展很有利，我们在充足的时间里练习了大量的基本功。学生们也逐渐能够从对篮球的模糊认识到现在的有模有样，从篮球基本功的不扎实到现在的熟练，有的学生已经开始有了自己对篮球独特的见解，并能给人耳目一新的感觉，说明学生在一学期的活动中有了很大的进步，从刚开始对篮球的一无所知，到现在的别树一帜，其进步之快令人感到欣慰。

3、本学期活动还开展篮球比赛。一方面社团指导老师能够引导学生进行活动，在学生遇到困难时能够耐心开导，使学生能够投入到活动中;另一方面指导师紧密结合学生的篮球基本功开展小组内或者组与组之间的比赛。学生通过比赛对篮球的理解更深刻，对篮球的兴趣更高了。

二、学生的收获颇丰：

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。

4、取得的成绩：在----学年洞头县中小学生篮球比赛中，获得了男子组第二名的好成绩。在这次比赛中，我们找到了差距，找到了不足，向兄弟学校学习了好的经验，我们一定把这些经验带入到我们的训练中去，争取明年比赛取得好的成绩。

篮球社团的不足：

在整个学年的活动课过程中，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面。

总之，在这一学年的活动课中，让我体会了很多的乐趣，也收获了很多;既丰富了学生们的课余生活，增强学生的体质;同时，也增进了师生之间的友谊。期待着下一个学期的活动课。

**关于篮球社团工作报告五**

根据本社团“发展篮球运动，通过举办各种篮球比赛，提高竞技水平，锻炼健全体魄，发挥体育精神”的宗旨，和为了调动广大学生参与体育锻炼的热情，提高广泛性和比赛的专业性，本社团在此提出本学期工作计划如下:

一 、工作目标

本学期篮球协会总体目标是高质量地举办各项篮球比赛，提高球赛的参与度，调动更广大的同学参与这项体育运动，推动南丁卫校篮球事业的发展。还要提高本社团成员的篮球知识水平和举办球赛的技能，提高本社团的整体素质。

二 、工作的重点

本学期篮球社团的工作重点仍然是各项篮球比赛，其次就是办好社团之间的联谊活动和各期的会员活动。

三、学期计划

本学期的篮球社团活动主要分三类：第一类为各项篮球比赛。包括教师友谊赛、班级篮球对抗赛和篮球“三对三”比赛。第二类为本协会内部的各项活动。包括部门的例会、各项培训活动和各类联谊活动等。第三类为会员活动。包括协会纳新活动、每个月的会员活动和不定期举行的形式多样的小型会员活动。

四、本学期活动列表

(一)9月1日—30日的活动：

1.协会纳新。 篮球协会将在九月初开始纳新，向一年级新生宣传、展示篮球协会的风采，积极招收新成员。

2. 教师友谊赛。 篮球协会将邀请本校老师进行一场友谊赛，增进同学们与老师的感情，感受老师身上独有的魅力，同时也向老师们展现我们南丁学子的风采。

(二)10月1日—15年1月30日的活动：

1. 班级篮球对抗赛。 十一以后，我社团将组织各个班级之间进行篮球对抗赛，以此提高我校的篮球氛围。

2. 社团联谊活动。 篮球社团将会与其他学生社团共同举办一些联谊活动，让我们互相合作，相互交流，共同进步。

(三)2月1日—4月30日的活动：

1. 篮球“三对三”比赛。我协会将会在下学期举行篮球“三对三”比赛，为广大爱好篮球的同学们提供一个展示自我才华的平台。

(四)常规活动：

1.会员活动。本学期的会员活动主要分两部分。第一，每周日下午会员将在校篮球场集合进行简单的训练;第二，每月月底举行协会内部会议。

2.篮球裁判培训和篮球比赛工作人员培训。为了提高本社团成员的专业水平，提高篮球比赛的质量，本协会将会邀请资深的人员对本协会成员进行相关的知识技能培训。

**关于篮球社团工作报告六**

横扇中学篮球社团在xx学年开展活动一切顺利，经过本学期的活动我社团在此做如下总结：

一、本学期篮球社活动概述：

1、我社团在开学初就制定了一系列的工作计划，并有条不紊地进行每一项活动。在开学初，我社团就选出了社长、小组长等社团干部成员，以更好地投入到社团工作中去。在工作过程中，干部认真负责，为社团活动的良好进行提供了保障。

2、本学期主要活动内容之一是扎实的练习篮球基本功，通过探究篮球最基本的技术来更好的学习篮球。由于课时的安排对我们社团的活动开展很有利，我们在充足的时间里练习了大量的基本功。社员们也逐渐能够从对篮球的模糊认识到现在的有模有样，从篮球基本功的不扎实到现在的熟练，有的社员已经开始有了自己对篮球独特的见解，并能给人耳目一新的感觉，说明社员们在一学期的活动中有了很大的进步，从刚开始对篮球的一无所知，到现在的别树一帜，其进步之快令人感到欣慰。

3、本学期主要活动之二欣赏篮球赛事。根据本社团的人数，开学初就把社团分成三大组，形成三个独立的练习组，由小组长负责管理，分组欣赏篮球赛事，通过中国球员姚明，易健联在nba的成功来更好的激发学生对篮球的兴趣，并观看赛事之后写出对篮球赛事的评论，写出各队的胜负的关键所在。在指导师的帮助下完成，并在本组内交流。

4、本学期活动之三扎实的开展篮球比赛。一方面社团指导老师能够引导社员进行活动，在社员遇到困难时能够耐心开导，使社员能够投入到活动中;另一方面指导师紧密结合社员的篮球基本功开展小组内或者组与组之间的比赛。学生通过比赛对篮球的理解更深刻，对篮球的兴趣更高了。

二、社员们的收获颇丰：

1、社员们对篮球的认识有了改变。社员们刚进篮球社团只是出自玩耍的目的而来的，也不知道篮球的基本技术，基本规则，精彩的篮球赛事等等。通过一学期的了解和老师的细心指导，大多数同学都能了解到有关篮球的知识，并改变了以往对篮球的认识,开始自觉运用篮球来锻炼身体。同时，我们掌握了篮球基本技巧，提高了自身的耐力，协调等能力。

2、通过篮球比赛，积累了经验。在社团成员的齐心协力和小组长的组织下,各小组的比赛也在社员们的努力下开展得有声有色,三个组练习密切,真正地把篮球和我们的兴趣互相联系起来，丰富了我们的校园生活，提高了我们的凝聚力。

3、社员们分工合作，氛围融洽，相互之间的协作意识得到加强。

我们篮球社团在接下来的时间里进一步努力，为横扇中学社团的活动添砖加瓦，展现出新的风采。

**关于篮球社团工作报告七**

一、指导思想：学校体育工作是全面贯彻党的教育方针的一个重要方面，也是社会主义精神文明的重要内容。为积极响应上级提出的学校文艺体育“2 +1”活动方案，我校及时安排，精心组织。随着学校各项工作正常有序的开展，校篮球社团在校领导、全体教师及各家长的关心和支持下正式成立。

二、目的任务：丰富校园文化生活，提高学生体育运动水平，完成上级提出的学校“2 +1”体育文艺活动方案，提高我校体育竞赛水平。

三、招收对象：本校三年级以上的学生。

四、时间安排：每周五下午。

五、确定队员：自愿报名，教师筛选。

六、篮球社团制度：

(1) 必须按时参加训练，并且以积极的态度投入到训练当中。

(2) 有病有事必须要提前请假，无故旷到三次开除篮球社团。

(3) 训练不能耽误学习，上课保证良好的学习状态，如有班主任或任课老师反映，经劝导没有好转开除篮球篮球社团。

(4) 必须遵守小学生行为规范和学校的一切规章制度。

(5) 队员必须服从教练和队长安排。

(6) 一旦进入篮球社团，自己放弃者，下次绝不容许再参加。

(7) 训练安排两人轮流收放器材。

七、活动计划：

(一)、训练任务：培养学生顽强拼搏、团结互助、共同提高的良好风气。以技术训练为重点，同时抓战术配合意识及运用到实战当中去，树立新的队伍形象，争取获得更大的进步。

(二)、训练原则。

1.根据学生的实际情况制定训练计划，注重挖掘学生的潜力。

2.训练工作中突出狠抓思想作风，注意调整学生的心理状态。

3.狠抓基本技术训练，使学生熟练掌握基本技术，为今后继续提高打下扎实的技术基础。

4.有目的、有针对性地提高运动员的技、战术能力。(身体、战术、思想、心理和智力等方面能力)

5.全队战术训练的过程中，要重视个人战术训练，以及全队的默契配合。

(三)训练内容：

1.身体训练：

(1) 力量：四肢力量与腰部力量为主。

(2)速度耐力：专项素质结合快速运、传接球练习、球场各种跑与防守训练。

2. 投篮：

(1) 罚篮

(2) 近距离篮底擦板投篮。

(3) 各锋、卫队员要有自己的熟悉投篮点。

3.篮板球：

(1) 强化篮板球意识、掌握原地起跳抢篮板球动作。

(2) 提高弹跳力，学会先挡人后抢篮板球。

(3) 注意抢到篮板球后第一传的处理能力。

4. 积极防守：

(1) 提高个人防守能力，不断提高封堵快攻路线、积极抢断、补位、调位的防守技术。

(2)掌握各种防守步伐练习，防守重心要降低，移动速度要快，学会扬开双手去扩大防守控制面积，做好防投、传、切的准备。

(3) 掌握半场、全场紧逼人盯人防守的方法及方法。

(4) 注意战术的变化，巩固和提高区域联防(2—3、2—1—2)

5.快攻和防快攻：

(1)注意培养学生发动快攻的时机，并打成功率。(抢到篮板球后的发动、对方得分底线球和发边线球出现紧逼的情况)

(2) 长传快攻和短传快攻相结合。

(3) 造成以多打少(3—2、2—1)和以少防多的方法。

(4) 快攻一传的接应与前锋快下位置选择的配合。

6.阵地进攻：

(1) 增强个人进攻能力，首先要敢主动进攻。

(2) 阵地进攻内外结合，以外线为主，大胆突破及中远距离投篮。

(3) 多运用小配合练习(掩护、策应)。

(4) 组织后卫的发动配合。

(四)、训练重点安排：

1. 第1——2次：

(1) 讨论和制定计划。

(2) 恢复性身体素质训练、熟悉球性练习。

(3) 个人投篮与防守技术训练。

(4) 熟练掌握各种传球技术训练(原地、行进间)。

2.第3——4次：

(1) 柔韧性练习。

(2) 半场小配合练习(掩护、传切)。

(3) 罚篮、三分球练习。

(4) 小力量训练。

3.第5——6次：

(1) 半场人盯人攻守练习。

(2) 全场人盯人攻守练习。

(3) 五点投篮练习。

(4) 罚篮练习。

4.第7——8次：

(1) 加大运动量，进一步抓专项身体素质训练。

(2) 防守步伐练习，看手势方向练习防守动作。

(3) 半场、全场一打一、二打二练习。

(4) 速度、力量、耐力训练。

(5) 区域联防(2——3、2——1——2)。

5. 第9——10次：

(1) 半场各种运球突破上篮技术。

(2) 半场一打一、二打二、三打三。

(3) 罚篮、五点投篮。

(4) 教学比赛。

6. 第11——12次：

(1) 篮板球训练。

(2) 强调后卫、前锋与中锋的配合。

(3) 联防训练：如1——3——1进攻打法。

(4) 教学比赛。

(5) 罚篮。

7.第13——14次：

(1) 阵地进攻，强调配合训练。

(2) 快攻路线训练。

(3) 进攻多打少训练(二打一、三打二)。

(4) 教学比赛。

(5) 五点投篮。

八、活动需要器材:

(1) 篮球15个。

(2) 小哑铃10副。

(3) 大体操垫4个，小体操垫4个。

九、社团负责人：

总负责人：

**关于篮球社团工作报告八**

一、指导思想：学校体育工作是全面贯彻党的教育方针的一个重要方面，也是社会主义精神文明的重要内容。为积极响应上级提出的学校文艺体育“2 +1”活动方案，我校及时安排，精心组织。随着学校各项工作正常有序的开展，校篮球社团在校领导、全体教师及各家长的关心和支持下正式成立。

二、目的任务：丰富校园文化生活，提高学生体育运动水平，完成上级提出的学校“2 +1”体育文艺活动方案，提高我校体育竞赛水平。

三、招收对象：本校三年级以上的学生。

四、时间安排：每周五下午。

五、确定队员：自愿报名，教师筛选。

六、篮球社团制度：

(1) 必须按时参加训练，并且以积极的态度投入到训练当中。

(2) 有病有事必须要提前请假，无故旷到三次开除篮球社团。

(3) 训练不能耽误学习，上课保证良好的学习状态，如有班主任或任课老师反映，经劝导没有好转开除篮球篮球社团。

(4) 必须遵守小学生行为规范和学校的一切规章制度。

(5) 队员必须服从教练和队长安排。

(6) 一旦进入篮球社团，自己放弃者，下次绝不容许再参加。

(7) 训练安排两人轮流收放器材。

七、活动计划：

(一)、训练任务：培养学生顽强拼搏、团结互助、共同提高的良好风气。以技术训练为重点，同时抓战术配合意识及运用到实战当中去，树立新的队伍形象，争取获得更大的进步。

(二)、训练原则。

1.根据学生的实际情况制定训练计划，注重挖掘学生的潜力。

2.训练工作中突出狠抓思想作风，注意调整学生的心理状态。

3.狠抓基本技术训练，使学生熟练掌握基本技术，为今后继续提高打下扎实的技术基础。

4.有目的、有针对性地提高运动员的技、战术能力。(身体、战术、思想、心理和智力等方面能力)

5.全队战术训练的过程中，要重视个人战术训练，以及全队的默契配合。

(三)训练内容：

1.身体训练：

(1) 力量：四肢力量与腰部力量为主。

(2)速度耐力：专项素质结合快速运、传接球练习、球场各种跑与防守训练。

2. 投篮：

(1) 罚篮

(2) 近距离篮底擦板投篮。

(3) 各锋、卫队员要有自己的熟悉投篮点。

3.篮板球：

(1) 强化篮板球意识、掌握原地起跳抢篮板球动作。

(2) 提高弹跳力，学会先挡人后抢篮板球。

(3) 注意抢到篮板球后第一传的处理能力。

4. 积极防守：

(1) 提高个人防守能力，不断提高封堵快攻路线、积极抢断、补位、调位的防守技术。

(2)掌握各种防守步伐练习，防守重心要降低，移动速度要快，学会扬开双手去扩大防守控制面积，做好防投、传、切的准备。

(3) 掌握半场、全场紧逼人盯人防守的方法及方法。

(4) 注意战术的变化，巩固和提高区域联防(2—3、2—1—2)

5.快攻和防快攻：

(1)注意培养学生发动快攻的时机，并打成功率。(抢到篮板球后的发动、对方得分底线球和发边线球出现紧逼的情况)

(2) 长传快攻和短传快攻相结合。

(3) 造成以多打少(3—2、2—1)和以少防多的方法。

(4) 快攻一传的接应与前锋快下位置选择的配合。

6.阵地进攻：

(1) 增强个人进攻能力，首先要敢主动进攻。

(2) 阵地进攻内外结合，以外线为主，大胆突破及中远距离投篮。

(3) 多运用小配合练习(掩护、策应)。

(4) 组织后卫的发动配合。

(四)、训练重点安排：

1. 第1——2次：

(1) 讨论和制定计划。

(2) 恢复性身体素质训练、熟悉球性练习。

(3) 个人投篮与防守技术训练。

(4) 熟练掌握各种传球技术训练(原地、行进间)。

2.第3——4次：

(1) 柔韧性练习。

(2) 半场小配合练习(掩护、传切)。

(3) 罚篮、三分球练习。

(4) 小力量训练。

3.第5——6次：

(1) 半场人盯人攻守练习。

(2) 全场人盯人攻守练习。

(3) 五点投篮练习。

(4) 罚篮练习。

4.第7——8次：

(1) 加大运动量，进一步抓专项身体素质训练。

(2) 防守步伐练习，看手势方向练习防守动作。

(3) 半场、全场一打一、二打二练习。

(4) 速度、力量、耐力训练。

(5) 区域联防(2——3、2——1——2)。

5. 第9——10次：

(1) 半场各种运球突破上篮技术。

(2) 半场一打一、二打二、三打三。

(3) 罚篮、五点投篮。

(4) 教学比赛。

6. 第11——12次：

(1) 篮板球训练。

(2) 强调后卫、前锋与中锋的配合。

(3) 联防训练：如1——3——1进攻打法。

(4) 教学比赛。

(5) 罚篮。

7.第13——14次：

(1) 阵地进攻，强调配合训练。

(2) 快攻路线训练。

(3) 进攻多打少训练(二打一、三打二)。

(4) 教学比赛。

(5) 五点投篮。

八、活动需要器材:

(1) 篮球15个。

(2) 小哑铃10副。

(3) 大体操垫4个，小体操垫4个。

九、社团负责人：

总负责人：

**关于篮球社团工作报告九**

一、指导思想：

1、培养学生对篮球运动的兴趣，组织和吸引更多的学生参加篮球活动。

2、发展配合、协调、灵敏、速度、弹跳、投篮等篮球运动素质。

3、学习和掌握篮球运动所需的各项基本活动技能，逐步培养完成各种练习的正确姿势，培养学生的特长。

4、在训练过程中努力培养学生守纪律、爱集体、懂礼貌、爱学习、勇于吃苦、意志顽强的品质，使其能够全面发展。

二、活动内容：

1、养成的练习：

（1）集体感与荣誉感的练习。

（2）纪律教育与养成练习。

（3）安全教育与爱护器材教育。

2、技术战术练习：

（1）各种运球练习。

（2）各种传球练习。

（3）各种投篮练习。

（4）综合练习与各种技术战术练习。

3、速度、灵敏练习：

（1）各种提高体能练习。

（2）各种身体基本活动能力培养。

4、理论学习

（1）了解篮球运动发展历史与现在状况。

（2）学习篮球运动的规则要求。

三、目标达成：

掌握一定篮球运动技术与技巧，懂一些篮球发展基本情况，进一步养成对篮球的兴趣与爱好，培养学生终身体育的习惯与意识。

四、活动要求：

1、学生兴趣活动课的内容、形式、节奏安排等，要求多种变化，各种练习手段尽量与游戏活动相结合，以激发学生对篮球运动的爱好与兴趣。

2、练习必须常年系统的身体系统为主。

3、各种练习中，培养学生合理的用力顺序，爆发用力等。形成一定的篮球对抗能力。

五、活动对象与时间

1、活动对象：见篮球社团成员名单。

2、活动时间：每周二、四下午第3节。

注：因天气或者学校另有任务，活动向后顺延。

**关于篮球社团工作报告十**

按照学校庆“六一”竹文化体艺节活动总方案要求，篮球社团将开展团内展示活动。我希望通过此次汇报展示，让我团学生得到全面锻炼，提升自信、激发篮球运动的热情；让全队员能更加团结一致，懂的合作的重要性；同时向全校展示我们社团本学期的学习成果，让更多学生了解我们社团、了解篮球，爱上篮球、爱上运动。

：

我行我秀

：

社团全员篮球操

：

20xx年5月31日下午

：

学校二号篮球场

1、学生有序围场观看

2、开始演出

3、颁发奖状

4、合影留念

5、总结讲话

6、有序离场

音乐播放：陈立彦

纪律维持及摄影：曹林

全程摄像：蔡清亮

奖状准备：胡苗苗

18份奖状

**关于篮球社团工作报告十一**

一、本学期社团活动具体如下：

活动时间：周四大课间

活动地点：篮球场

活动目的：培养兴趣，提高篮球技能，增强体魄，学习交流。 会 长：

指导老师：

二、会员要求：

1、对篮球有浓厚的兴趣;

2、会基本的篮球动作，懂得一定的比赛规则;

3、有纪律意识，能服从安排;

4、能严格遵守校纪校规，在同学中能起模范带头作用。

三、社团纪律

1、每次活动要按时参加，不早退，不无故缺席;

2、爱护篮球器材，按时归还所借物品;

3、一旦参加社团不得随意转团或无故退团;

4、社员之间要团结友爱，互帮互助，产生分歧要互相忍让，互相谅解。

四、训练计划

1、以5人为一小组，各组指派一名组长，训练时分组进行。

2、课时安排：前10分钟进行热身运动，指导老师利用10分钟时间讲解篮球技巧，复习巩固基本技能。后20分钟分组自由练习。

3、每月举行一次小型的篮球比赛。

4、定期组织观看篮球赛式，举行有关篮球的知识竞赛和游戏，丰富社团活动。

5、训练培优，争取在“校艺术节”上举行一次精彩的篮球比赛。

6、利用假期时间和别校的篮球爱好者交流学习，进行友谊球赛。

总之，我们要把篮球社团的活动开展起来，给爱好篮球的同学们创造一个自由发展的空间，一个能轻松、快乐打篮球的时间。

**关于篮球社团工作报告十二**

一、本学期篮球社活动概述：

1、我社团在开学初就制定了一系列的工作计划，并有条不紊地进行每一项活动。在开学初，我社团就选出了社长、小组长等社团干部成员，以更好地投入到社团工作中去。在工作过程中，干部认真负责，为社团活动的良好进行提供了保障。

2、本学期主要活动内容之一是扎实的练习篮球基本功，通过探究篮球最基本的技术来更好的学习篮球。由于课时的安排对我们社团的活动开展很有利，我们在充足的时间里练习了大量的基本功。社员们也逐渐能够从对篮球的模糊认识到现在的有模有样，从篮球基本功的不扎实到现在的熟练，有的社员已经开始有了自己对篮球独特的见解，并能给人耳目一新的感觉，说明社员们在一学期的活动中有了很大的进步，从刚开始对篮球的一无所知，到现在的别树一帜，其进步之快令人感到欣慰。

3、本学期主要活动之二欣赏篮球赛事。根据本社团的人数，开学初就把社团分成三大组，形成三个独立的练习组，由小组长负责管理，分组欣赏篮球赛事，通过中国球员姚明，易健联在nba的成功来更好的激发学生对篮球的兴趣，并观看赛事之后写出对篮球赛事的评论，写出各队的胜负的关键所在。在指导师的帮助下完成，并在本组内交流。

4、本学期活动之三扎实的开展篮球比赛。一方面社团指导老师能够引导社员进行活动，在社员遇到困难时能够耐心开导，使社员能够投入到活动中;另一方面指导师紧密结合社员的篮球基本功开展小组内或者组与组之间的比赛。学生通过比赛对篮球的理解更深刻，对篮球的兴趣更高了。

二、社员们的收获颇丰：

1、社员们对篮球的认识有了改变。社员们刚进篮球社团只是出自玩耍的目的而来的，也不知道篮球的基本技术，基本规则，精彩的篮球赛事等等。通过一学期的了解和老师的细心指导，大多数同学都能了解到有关篮球的知识，并改变了以往对篮球的认识,开始自觉运用篮球来锻炼身体。同时，我们掌握了篮球基本技巧，提高了自身的耐力，协调等能力。

2、通过篮球比赛，积累了经验。在社团成员的齐心协力和小组长的组织下,各小组的比赛也在社员们的努力下开展得有声有色,三个组练习密切,真正地把篮球和我们的兴趣互相联系起来，丰富了我们的校园生活，提高了我们的凝聚力。

3、社员们分工合作，氛围融洽，相互之间的协作意识得到加强。

我们篮球社团在接下来的时间里进一步努力，为诸城四种社团的活动添砖加瓦，展现出新的风采。

**关于篮球社团工作报告十三**

一、指导思想：学校体育工作是全面贯彻党的教育方针的一个重要方面，也是社会主义精神文明的重要内容。为积极响应上级提出的学校文艺体育“2 +1”活动方案，我校及时安排，精心组织。随着学校各项工作正常有序的开展，校篮球社团在校领导、全体教师及各家长的关心和支持下正式成立。

二、目的任务：丰富校园文化生活，提高学生体育运动水平，完成上级提出的学校“2 +1”体育文艺活动方案，提高我校体育竞赛水平。

三、招收对象：本校三年级以上的学生。

四、时间安排：每周五下午。

五、确定队员：自愿报名，教师筛选。

六、篮球社团制度：

(1) 必须按时参加训练，并且以积极的态度投入到训练当中。

(2) 有病有事必须要提前请假，无故旷到三次开除篮球社团。

(3) 训练不能耽误学习，上课保证良好的学习状态，如有班主任或任课老师反映，经劝导没有好转开除篮球篮球社团。

(4) 必须遵守小学生行为规范和学校的一切规章制度。

(5) 队员必须服从教练和队长安排。

(6) 一旦进入篮球社团，自己放弃者，下次绝不容许再参加。

(7) 训练安排两人轮流收放器材。

七、活动计划：

(一)、训练任务：培养学生顽强拼搏、团结互助、共同提高的良好风气。以技术训练为重点，同时抓战术配合意识及运用到实战当中去，树立新的队伍形象，争取获得更大的进步。

(二)、训练原则。

1.根据学生的实际情况制定训练计划，注重挖掘学生的潜力。

2.训练工作中突出狠抓思想作风，注意调整学生的心理状态。

3.狠抓基本技术训练，使学生熟练掌握基本技术，为今后继续提高打下扎实的技术基础。

4.有目的、有针对性地提高运动员的技、战术能力。(身体、战术、思想、心理和智力等方面能力)

5.全队战术训练的过程中，要重视个人战术训练，以及全队的默契配合。

(三)训练内容：

1.身体训练：

(1) 力量：四肢力量与腰部力量为主。

(2)速度耐力：专项素质结合快速运、传接球练习、球场各种跑与防守训练。

2. 投篮：

(1) 罚篮

(2) 近距离篮底擦板投篮。

(3) 各锋、卫队员要有自己的熟悉投篮点。

3.篮板球：

(1) 强化篮板球意识、掌握原地起跳抢篮板球动作。

(2) 提高弹跳力，学会先挡人后抢篮板球。

(3) 注意抢到篮板球后第一传的处理能力。

4. 积极防守：

(1) 提高个人防守能力，不断提高封堵快攻路线、积极抢断、补位、调位的防守技术。

(2)掌握各种防守步伐练习，防守重心要降低，移动速度要快，学会扬开双手去扩大防守控制面积，做好防投、传、切的准备。

(3) 掌握半场、全场紧逼人盯人防守的方法及破解方法。

(4) 注意战术的变化，巩固和提高区域联防(2—3、2—1—2)

5.快攻和防快攻：

(1)注意培养学生发动快攻的时机，并打成功率。(抢到篮板球后的发动、对方得分底线球和发边线球出现紧逼的情况)

(2) 长传快攻和短传快攻相结合。

(3) 造成以多打少(3—2、2—1)和以少防多的方法。

(4) 快攻一传的接应与前锋快下位置选择的配合。

6.阵地进攻：

(1) 增强个人进攻能力，首先要敢主动进攻。

(2) 阵地进攻内外结合，以外线为主，大胆突破及中远距离投篮。

(3) 多运用小配合练习(掩护、策应)。

(4) 组织后卫的发动配合。

(四)、训练重点安排：

1. 第1——2次：

(1) 讨论和制定计划。

(2) 恢复性身体素质训练、熟悉球性练习。

(3) 个人投篮与防守技术训练。

(4) 熟练掌握各种传球技术训练(原地、行进间)。

2.第3——4次：

(1) 柔韧性练习。

(2) 半场小配合练习(掩护、传切)。

(3) 罚篮、三分球练习。

(4) 小力量训练。

3.第5——6次：

(1) 半场人盯人攻守练习。

(2) 全场人盯人攻守练习。

(3) 五点投篮练习。

(4) 罚篮练习。

4.第7——8次：

(1) 加大运动量，进一步抓专项身体素质训练。

(2) 防守步伐练习，看手势方向练习防守动作。

(3) 半场、全场一打一、二打二练习。

(4) 速度、力量、耐力训练。

(5) 区域联防(2——3、2——1——2)。

5. 第9——10次：

(1) 半场各种运球突破上篮技术。

(2) 半场一打一、二打二、三打三。

(3) 罚篮、五点投篮。

(4) 教学比赛。

6. 第11——12次：

(1) 篮板球训练。

(2) 强调后卫、前锋与中锋的配合。

(3) 破解联防训练：如1——3——1进攻打法。

(4) 教学比赛。

(5) 罚篮。

7.第13——14次：

(1) 阵地进攻，强调配合训练。

(2) 快攻路线训练。

(3) 进攻多打少训练(二打一、三打二)。

(4) 教学比赛。

(5) 五点投篮。

八、活动需要器材:

(1) 篮球15个。

(2) 小哑铃10副。

(3) 大体操垫4个，小体操垫4个。

九、社团负责人：

总负责人：

教练员：

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！