# 室内篮球馆工作总结(17篇)

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2024-01-10

*室内篮球馆工作总结120xx年3月至4月一年一度的女上节进行的很顺利，女子篮球比赛活动也在此期间开展，此次女子篮球的目的很明确，就是旨在丰富同学们的课余生活，为院女子篮球队发掘新的篮球人才，以及提高我院的篮球水平和篮球氛围。回首刚刚结束的女...*

**室内篮球馆工作总结1**

20xx年3月至4月一年一度的女上节进行的很顺利，女子篮球比赛活动也在此期间开展，此次女子篮球的目的很明确，就是旨在丰富同学们的课余生活，为院女子篮球队发掘新的篮球人才，以及提高我院的篮球水平和篮球氛围。回首刚刚结束的女子篮球比赛，我们感怀过去，但是我们更期待即将要开展的男子篮球联赛以及男子足球联赛。在女子篮球的比赛过程中我们收获很多，在里面有我们的努力的付出，我们从中也收获了不少经验，也吸收了不少教训，毕竟部门的人对于这样的比赛经验正处于积累过程中，所以在整个活动的开展上也出现了一些问题，但是我们体育部的每个人都会铭记教训，争取能把即将要开展的活动举办的更好。

在这次女子篮球比赛中，凸显了的一些问题是指的我们注意的。

问题一：当比赛快要开始的时候，有些裁判并没有按照规定的时间前来报到，迟到现象屡次发生，有时为了让比赛让准时开始我们只能另外叫在场的其他裁判，这也许与我们规定的比赛时间有关，因为我们的比赛时间大多数是在吃饭饭的那个时候，所以有些裁判由于自身原因，迟到了会也是可以谅解的，对此我们在以后的比赛时间安排上都要进行人认真的研究。

问题二：观众对于裁判的职权的抱怨，发牢骚，甚至出现双方球员身体碰撞过大引起一下诶不必要的争端，而我们由于人手只够记录、翻牌和掐表，所以对于有些的观众一些不文明的`举动没能进行完全的制止，这使得一下诶裁判无缘无故被观众侮辱，虽然有些场上队员的不良表现裁判给过一定的技术犯规，但还是不能完全的解决。针对这个问题我们准备在以后的比赛中安排一些人在场边进行纪律维护，从而提高比赛的素质。有些裁判也建议我们能在开展活动时通知个系领导到场进行观赛，这样裁判的底气会更足，我们也认为这是个好的想法，在后来的几场比赛中我们也按照那样的方法进行了安排，效果也是大家看的见的。由于这是女子篮球比赛，大部分都没有经过很专业的训练，所以裁判在判权的时候也是人性化进行的，这也是导致观众对于一些判权认为不公正的原因，这我们可以在赛前向个系部进行详细的说明。

问题三：由于我们部门的人上学期进行调配中转进了新成员，对于一些篮球比赛规则和一些手势的不明确，这都是因为我们事先没有进行系统的训练造成的，还有在记录过程中我们一些成员容易被精彩的比赛吸引，而错过一些记录，经过后期的提醒和强调我们都能做到专注自己负责的工作。

**室内篮球馆工作总结2**

宿豫中等专业学校篮球社成立至今已有3个年头，社团一直以“我运动，我健康”为根本宗旨！是爱好篮球学生的学习篮球，切磋球艺，展现自我的平台。本社团的宗旨是在能吃苦的精神上学好篮球技术，在团队精神的原则上打好每一场比赛，在坚持不懈的锻炼中寻找得分技巧。希望通过我们的努力，使篮球不仅仅是一项运动，更是一种乐趣。

在学校领导的重视和各部门的大力支持下，本社团积极组织、参加各级各类篮球赛事，开展篮球知识的宣传和普及工作。在活动中篮球社团用百分之百的热情.百分之百的努力，完成好任务。

成立以来，篮球社团成员始终本着“立足校园、服务同学、提高能力、拓展素质”的原则，严格各项制度，加强规范管理，不断探索新时期的工作方法，积极拓展新的工作领域的态度，以“社团潮”为主线，集中和分散相结合，坚持常年不断线，月月有活动的社团活动格局。脚踏实地，开拓进取，努力完成了本年度的工作计划。较好地完成了年度工作任务，使得社团影响力不断扩大，为我校体育事业发挥了积极的作用。为推动我校学生体育运动，加快我校健康校园、和谐校园建设作出了应有的贡献。具体总结如下：

>一、通过强化内部管理打造人才队伍

篮球社团认真组织召开了理事会，总结xx-xx学年的工作，

研讨布置xx年的工作，努力探索新时期开展社团工作的思路和方法，逐步健全社团组织机构、管理模式、运行功能，以发展篮球运动为己任，全力打造一个热爱篮球事业、有强烈改革和创新意识、团结合作、勤奋踏实的集体，不断提出发展的新思路、新举措，各个部门各司其职，积极为社团的发展出谋划策，有组织、有计划、有声势地开展活动，规范化运作各项赛事，社团成员技战术水平明显提高，篮球运动普及面不断扩大。社团还积极发展新会员进入社团，为社团增加了新的活力，社团发展进入了新的层次和阶段。

社团继续加强对球员管理，积极提高他们的篮球技战术理论水平和实践能力，认真开展培训和考核。

>二、突出竞赛工作完善活动组织

组织篮球比赛和开展篮球活动是篮球社团工作的龙头和抓手，是推动篮球运动发展的载体。使得我社团的篮球运动具备了组织形式多元化、赛事活动精品化发展的场地设施条件，在这样良好的`发展氛围中，精心办好各级各类篮球比赛成为了篮球社团工作的重中之重。近年来，篮球社团主办、协办了多次各级各类篮球比赛，在实践中积累了较为丰富的赛事组织经验，无论大小比赛都精心组织。

篮球社团协办过江苏省第二届职业学校篮球赛、宿迁市第一届职业学校学生男子篮球赛、宿豫中等专业学校“冠军杯”篮球联赛等赛事。

>三、强化练思想、练作风、基本功

为了进一步加强学校的篮球训练工作，并将训练作为一项长期的工作来抓，我们经过认真动员，一、二年级中涌现数名篮球爱好的学生、并且具有一定运动技能的学生，通过开展篮球活动选拔，组建了学校篮球队后备力量；从实际情况制定了篮球兴趣（队）小组的工作目标如下：树立我队快、灵，准的风格，培养顽强，团结战斗作风。以战术训练为重点，从技术入手狠抓五个环节（即体力素质，投篮命中率，篮板球，积极防守，传接球）。坚持身体训练，坚持大运动量训练，争取获得好的成绩。

1.训练工作中强化练思想，练作风，并强调篮球基本功练习。

2.战术训练要从难、从严，从是实战出发，特别强调整体配合。

3.战术训练过程中，要进一步组织阵容，配合全队力量，要十名队员都能上场打球，充分发挥全队的特长，克服弱点，全队战术逐渐形成完整的战术体系。

4.每星期四的自练时间为半小时投篮练习。

5.以“练”为主，“战”结合。

6.全队战术训练的过程中，要重视个人战术训练，要区别对待，作到扬长避短。

>四、重视媒体宣传塑造社团形象

为了让更多的人参与到篮球运动中来，以达到“以球会友，以球健身”的目的，篮球社团十分重视社团的宣传工作，充分利用报纸、宣传板等媒体来宣传社团组织和主办的各项比赛及各类活动。

一年来，篮球社团认真按照团委的要求，抓好各项有关工作，取得了一定的成绩，但对照团委的标准，还存在一些问题。我们要进一步总结工作，寻找差距，认真吸取各兄弟体育社团的成功经验，努力把工作搞得更好。

>五、xx年工作计划

**室内篮球馆工作总结3**

时间匆匆流逝，又一个学年即将结束了。本学期在院篮球队以及学生会还有学校领导的大力支持下，我们顺利成立了篮球社。即使成立过程相当不容易，但是在各干事的努力下，我们选出了正副社长。此外，我们还特邀我院篮球队男女队队长担任篮球社的荣誉社长,并协助篮球社的集训。并进行了艰难的招新工作。

成立以来，篮球社干事及成员始终本着“立足校园、服务同学、提高能力、拓展素质”的原则，严格各项制度，加强规范管理，不断探索新时期的工作方法，积极拓展新的工作领域的态度，以“社团潮”为主线，集中和分散相结合，坚持常年不断线，月月有活动的.社团活动格局。脚踏实地，开拓进取，努力完成了本年度的工作计划。

但是篮球社毕竟是刚成立，在很多方面尚未成熟，在这半年的工作里，我们总结并发现了篮球社中出现的一些问题:

第一，时间非常紧迫，开学已一个月过后，社团才正式成立，而且招新招干等工作，已经花去不少时间了，使我们很多的计划来不及实行。

第二，篮球社资金十分有限，社团刚成立，宣传力度不够，会员少，这给我们开展活动带来很大的局限性。

第三，考虑不到位，社团活动时间经常和同学们的日常生活冲突，以及大多数会员的活动积极性不是很高，抱着想去参加活动就去，不想就不来的心态，甚至通知了，还不能及时参加活动。致使很多会员不能及时参加篮球社活动。

第四，由于社团新成立，招的会员不多，篮球社很多干事都是从大二选出来的，面临换届的困惑。

尽管如此，不过我们还是每个星期都会有集训时间，邀请院篮球队的队员来指导会员打球，而且会员参与积极性很高。虽然篮球社刚成立，很多东西都尚未成熟，不过我们很有信心把篮球社发展成为商学院第一大社团。

本学期任何活动都离不开我院院团委的亲切关怀和社团指导教师、指导委员会的帮助，在此我代表广大篮球爱好者向关心我们支持我们的领导和老师及学长表示感谢。请老师们放心，在以后的工作中我会再接再厉，争创佳绩。

**室内篮球馆工作总结4**

为了进一步提高××××××篮球培训班的知名度，为了使更多的家长和学生了解广东东方启明星篮球培训班，为了配合××××××篮球培训班的招生工作，为了使后期的宣传工作进行的更加顺利，在工作的第一周，我对部分中小学进行了初步的调查，现将工作总结如下：

在初步了解学校情况后，进一步查找了这些学校到达训练营的行走路线，以便更好的与家长沟通。

>二、现场采点，了解具体情况（见附表）

由于一周的时间有限，我分别在地铁华师站选取了华师附小和地铁五山站选取了五山小学作为采点对象。星期二早上十点到下午五点半在五山小学，星期四早上十点到下午五点在华师附小，主要了解到了学校的放学时间，初略统计了接送学生家长的人数以及接送方式（步行、骑车），观察了周边的竞争状况。由于时间充足，在华师附小与部分家长进行了简单的沟通。

>三、面临的问题及解决的方法

1.五山小学，接送孩子的`家长不多，一般是老人，而且家长大多数提前五分钟左右到学校门口，没有充足的时间与他们交流，大概十五分钟左右人就基本上全部离开。

2.华师附小，家长相对比较多，大部分家长提前二十分钟左右就到了学校门口，有充足的时间进行宣传。通过沟通，了解到家长共同担心一个问题，就是接送不方便，下阶段应针对这个问题进行解决。

另外，在华师附小的竞争压力比较大，就我当天了解发现有两家篮球培训机构也在招生，其中一家是华南师范大学内部人员招生，另外一家是广州体育学院学生招生。

考虑到上述问题，我个人觉得可以通过一些其他的宣传的方式，比如进小区贴海报，贴海报效果比较持久，看到的人群也会比较多。另外考虑到元旦放假，可以到学校附近的小区发放传单进行宣传。还有部分问题没能解决，还需进一步寻求解决方法。

**室内篮球馆工作总结5**

我一直担任校男篮教练工作，通过几年来的实践，我在训练比赛中注意贯彻“准确、快速、灵活”这一指导思想，取得了显著的成绩。我校男篮在参加市级比赛中，多年保持前几名的地位。

“准确、快速、灵活”的指导思想是在平时训练中不断总结而形成的，且在比赛中得到体现，为了确保球队形成“准、快、灵”的风格，采取了下列具体做法：

(一)认真拟定训练计划，从组织、思想、技术、战术、身体素质等具体环节上从严、从难地进行训练。

(二)起点抓得早，注意衔接好。学校里队伍的衔接，以保证“准、快、灵”风格能早期形成和不断提高。

(三)要有计划的认线、学校里的级际比赛要形成制，形成广泛的群众基础，不断吸取新鲜血液充实到运动队里来。

对球队的训练，管理严格，不断要加强思想教育，以培养其意志、作风，形成篮球运动员的典型风格，加强素质训练，在“准、快、灵”方面下功夫，处理好“准、快、灵”三者之间的辨证关系。提倡在三从一大的训练原则的前提下，着重“五抓”“三突出”的训练。

1、抓基础。抓好身体素质基础(快速跑，快速起动、弹跳力、力量和观察能力，反应与应变能力等)与技术基础(控制和支配球的能力，基本技术、衔接、紧逼防守，平步防守与抢断等攻击性防守等)。

2、抓比赛。除有组织有目的地观看比赛外，训练中常有计划地安排一些比赛，如特定规则的比赛，友谊比赛，适应性比赛等。

3、抓投篮命中率。强调训练中任何一样技术训练都应与投篮结合起来，每次训练都安排投篮练习。投篮可采用定位、连续投、平步跳步投篮等，战术练习与投篮命中率要结合起来抓。

4、突出“准确”。投篮准，(方法多，突出自己的特长，掌握各种位置，各种距离的.投篮，其中强调抓好中投，打“成功率”战术);传球准，(各种传球方法要求人到球到);判断准，(要求队员了解场上双方位置和球的关系，强调站位);空间与时间概念准。

5、突出“灵活”。要不断提高队员视、听觉器官的功能，加强信号训练。战术训练时要注意讲解，培养队员思维记忆能力、加强移动训练，训练中增加方向上、速度上的变化，强调真假变化、攻守变化等。

篮球运动这一项目对人来说是锻炼身体的好方法，在我国喜爱的人极为广泛，对于篮球技术来讲，这是一门科学，有待人们反复实践，不断提高，在校出成绩，毕业出人材，希望有更多的同仁为篮球事业作出贡献。

**室内篮球馆工作总结6**

我校篮球的训练，已经有了一定规模。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，现将本年度的训练工作总结如下：

道德品质思想作风训练是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，训练工作中贯彻从难、从严、从实战出发，科学地进行大运动负荷训练。为此要求队员自觉、积极地投入训练，发扬“不怕苦、不怕累、不怕难”的，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、比赛之中和球队学习生活中去，并始终作为一项最重要的任务列入训练计划。

一般身体训练的目的是为了增进寻动员的身体健康，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。

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。

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，重点技术有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。

随时准备为队友创造良好的机会，充分发挥集体的力量，利用突分、掩护、策应的基础配合，打开局面或扩大战果。

不管是男队员还是女队员，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、心理素质还需要很大的提高，在下一期的篮球训练中，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。

**室内篮球馆工作总结7**

20xx年邹城市篮球协会在市委市政府的正确领导下，在市体育局的支持指导下，以及社会各界的大力关心下，协会以“推广、普及、提高全市篮球运动”为己任，广泛组织和开展了一系列篮球赛事、篮球交流等活动。通过协会的共同努力，全市的篮球运动得到了进一步普及，篮球俱乐部群体不断扩大，推动了全市群众体育运动的开展，为增强全民身体素质做出了积极的贡献。

>一、强化内部管理，打造人才队伍

努力探索新时期开展协会工作的思路和方法，逐步健全协会组织机构、管理模式、运行功能。以推广、普及、提高篮球运动为己任，全力打造一个热爱篮球事业，有强烈改革和创新意识、团结合作、勤奋踏实的集体。领导班子不断提出发展的新思路、新举措。各个部门各司其职，积极为协会的发展出谋划策，有组织、有计划、有声势地开展活动。

协会继续加强对运动员、裁判员和教练员的管理，积极提高他们的篮球技战术、理论水平和实践能力，认真开展裁判员和教练员的培训，积极培养他们在市直各机关、厂矿企业以及乡镇的篮球活动中发挥指导作用，以全面提高我市篮球整体水平起到了积极作用。

>二、突出竞赛组织工作，精心筹划全市篮球联赛

篮球运动在我市有着浓厚的群众基础，深受老百姓的喜爱，每年的全市篮球联赛都成为了茶余饭后的焦点话题，在比赛期间群众座无虚席，加油声、欢呼声此起彼伏，是广大球迷的一大盛事。篮球协会成立六年来，每年都精心组织1-2次全市篮球比赛，尤其是今年的全市篮球联赛呈现出了较多亮点，赛事组织井然有序、参赛队伍不断壮大、裁判执裁水平不断提高，协会主要着手在以下四个方面做了工作：一是积极与关心篮球事业的社会各界人士达成共识，篮球联赛的举行事关邹城篮球事业的发展，通过社会各界的鼎力支持为篮球联赛的举行奠定了物质基础；二是加大宣传力度，让热爱篮球运动的群众积极参与，今年共有21支篮球队参赛，囊括了企事业单位、驻邹企业及篮球爱好者，参赛队伍的壮大为篮球联赛的举行奠定了群众基础；三是加强了裁判的培训和选拔，聘请高贵磊老师讲解篮球规则和执裁心得，临场进行了指导，并为裁判员购买了最新《篮球规则》和《裁判员手册》，优秀的裁判员队伍为篮球联赛的举行奠定了人才基础；四是优化赛事环境，购置了24秒计时器、违规显示器、蜂鸣器、发球权显示器、专用记录表等篮球比赛专用器材，并安排专人对场地进行清扫、上油工作，在场地器材上为篮球联赛提供后勤保障；

>三、积极加强同周边县市之间的`交流

近年来，通过多方面的协调努力，积极组队参与兄弟县市区篮球赛，今年在和盛公司、黄山茶庄等企业的大力支持下，邀请了济宁、兖州、枣庄、鱼台等地的篮球队来邹交流，利用多种形式促进我市篮球运动整体水平的提高，也加强了于周边县市的友好往来，交流了球技、加深了感情。

>四、积极引导基层赛事，在广大群众中推广篮球运动

今年，篮球协会努力协调安排各篮球队进行交流赛、热身赛，保证了一个月3-4次篮球活动，还承办和协办了一批基层篮球赛事。

通过我们过硬的业务水平和广大裁判员、工作人员严谨认真的工作态度，基层单位和协会会员对我们的工作都表示非常满意。这为协会在广大篮球爱好者中树立了良好的形象，为在广大群众中普及和推广篮球运动起到了积极的作用。

>五、下一步工作计划

篮球协会下一步工作以关于实施社会组织“五项工程”提升基层组织服务能力的实施方案为指导，进一步解放思想，开拓进取，优化协会运行机制，实现协会又快又好发展。广泛开展篮球运动，壮大篮球爱好者队伍，进一步提高篮球运动水平，推动我市篮球事业的发展。

（一）以“五项工程”实施为契机，积极开展篮球协会党的工作，理顺协会党组织和党员隶属关系，完善协会党组织建设；不断健全完善协会内部结构体系，规范会员大会、

会员代表大会、理事会、监事会、裁判委员会、财务委员会等机构，依法推选组织内部成员，并实行聘任制；健全各项规章制度，从制度上不断完善协会依法规、按章程开展活动的自律机制；

（二）高水准、上档次，打造全市篮球联赛。经过篮协几年来的努力，篮球联赛按照预定计划逐年在实施中，下一次联赛篮球协会将及时召开赛事筹备工作会议，制定具体的实施方案。

（三）继续加强与周边县市的访问交流，及时掌握发展动态，提高技战术的实战能力。

（四）利用篮球平台广交朋友，广泛宣传

利用好协会这个平台，宣传邹城市篮球运动，学习先进的篮球发展理念，主动邀请本地和外地的篮球队走进学校、社区、机关、企事业单位，从而带动群众性篮球运动的发展。 20xx年即将过去，20xx年我们将在市体育局的正确指导下，在全体会员的共同努力下，进一步解放思想、与时俱进，不断开创邹城市篮球协会工作新局面。

**室内篮球馆工作总结8**

本学年篮球第二课堂以学校的工作计划为依据，按照学生的特点出发，从初中年级选拔学生参加系统训练。通过训练和对队员的观察和了解，最终确定了初中女子篮球校队名单，利用课余时间进行篮球基本练习，打好基础。现将本学期篮球第二课堂活动情况总结如下：

这是我第二年来带初中女子进行篮球训练，在经验方面并不是很丰富。我针对队员的身体素质、基本技术相对薄弱的情况，制订了本学年活动安排，旨就是在提高队员身体素质的基础上，进行以基本技术练习为主，辅以简单战术训练。特别是在练习中加强速度、耐力等身体素质训练，让学生意识到“有气才有力”的含义，明白到保持充沛的.体力在一场篮球赛中的重要性。另外培养骨干队员配合老师进行战术展示，让队员得到成功的体验。还有就是在练习中多增加以下知识性、趣味性强的东西，个人篮球训比如在练习过程中结合学生比较感兴趣的篮球游戏，调动学生的积极性和训练热情。再如把运球技术的掌握以绕杆接力的形式进行训练，这样既增加了练习的次数与密度，同时也培养了学生的团结、集体主义。根据队员的反馈，效果较好。

通过篮球队员掌握篮球技术情况来看，全体都有不同程度的提高，在运动意识方面尤为突出。在活动中，全体队员都能按质、按量完成训练内容。无迟到、旷课现象。对学生进行了全面的系统的训练，以备下学期的上级部门举办的篮球比赛。为了更好更有效的训练我注重了解每一个队员的情况，留下每个队员的联系方式，并主动和家长沟通，然后有针对性的训练。再有在练习基础上，尽量发展他们的特长，启发他们的积极性和创造性。总之篮球第二课堂的开展是有成效的，通过几次队内比赛的检验，每一名队员都在原有基础上有明显提高。

相信我校篮球第二课堂是会越来越有成效的，当然这当中也存在不足的地方，只要认识到不足，积极去面对，经常自我、自我检讨，是会得到进步的。在学生当中形成人人熟悉篮球、人人喜欢篮球的良好氛围。

**室内篮球馆工作总结9**

我校小学篮球的训练，已经有了一定规模。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，现将本学期的训练工作总结如下：

>一、思想作风训练。

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，训练工作中贯彻从难、从严、从实战出发，科学地进行大运动负荷训练。为此要求队员自觉、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、比赛之中和球队学习生活中去，并始终作为一项最重要的任务列入训练计划。

>二、身体素质训练

1、一般身体训练

一般身体训练的目的是为了增进寻动员的身体健康，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。

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。

>三、技术战术训练

我校篮球传统专项训练，坚持每天早上6：50――7：40时；下午4：30――5：30时进行训练，这是时间上的保证。内容丰富多彩，按计划进行下列内容训练：

①熟悉球性。

**室内篮球馆工作总结10**

篮球协会下一步工作以关于实施社会组织“五项工程”提升基层组织服务能力的实施方案为指导，进一步解放思想，开拓进取，优化协会运行机制，实现协会又快又好发展。广泛开展篮球运动，壮大篮球爱好者队伍，进一步提高篮球运动水平，推动我市篮球事业的发展。

（一）以“五项工程”实施为契机，积极开展篮球协会党的工作，理顺协会党组织和党员隶属关系，完善协会党组织建设；不断健全完善协会内部结构体系，规范会员大会、

会员代表大会、理事会、监事会、裁判委员会、财务委员会等机构，依法推选组织内部成员，并实行聘任制；健全各项规章制度，从制度上不断完善协会依法规、按章程开展活动的自律机制；

（二）高水准、上档次，打造全市篮球联赛。经过篮协几年来的努力，篮球联赛按照预定计划逐年在实施中，下一次联赛篮球协会将及时召开赛事筹备工作会议，制定具体的实施方案。

（三）继续加强与周边县市的访问交流，及时掌握发展动态，提高技战术的实战能力。

（四）利用篮球平台广交朋友，广泛宣传

利用好协会这个平台，宣传邹城市篮球运动，学习先进的篮球发展理念，主动邀请本地和外地的篮球队走进学校、社区、机关、企事业单位，从而带动群众性篮球运动的发展。 20xx年即将过去，20xx年我们将在市体育局的正确指导下，在全体会员的共同努力下，进一步解放思想、与时俱进，不断开创邹城市篮球协会工作新局面。

时间如流水，转眼间又是崭新的一年。20XX年，区林政管理稽查站根据局党委的统一部署及工作实际需要，重新整合了工作队伍和岗位安排。一年来，我站在林业局等上级部门的大力支持下，以集体林权制度改革工作为载体，进一步加大林业行政执法力度，同时加强规范林业文明执法，为我区形成爱护森林、崇尚生态文明的良好氛围做出了贡献。现将全年所做工作总结如下：

**室内篮球馆工作总结11**

在社联以及校团委的正确领导下，篮球协会会员的共同努力下，篮球协会在本学期里更加成熟了一些， 本学期中，篮球协会积极的参与社联组织的各项活动，在校园篮球的比赛中影响很大，为社联、同学们贡献了自己的一份绵薄之力。在\*年度经常与各个协会共同为广大会员以及学校、同学们组织比赛，加强与增进了相互的了解。

在这学期的工作中，我们发现了协会中出现的一些问题。首先，协会的宣传不到位，协会的时间经常和同学们的日常生活相冲突;其次，大多数会员的活动积极性不是很高，有的还不能积极参加活动；再次，由于这学期那新的时候，新的会员不是很多，所以明年我们将大力进行协会宣传，以便在那新的时候多为协会注入新鲜的血液和强大的动力。

虽然今年我们的工作还不是很到位，但是，我们立志倾注所有的激情、智慧、心血去探索成功的道路。

篮球协会在本学期的工作即将落下帷幕，其中有成就也有不足。正在今后的工作中，我们会扬长避短，更好的规划我们的工作，协调各部门的工作，组织好所有的\'成员，认真计划好下学期的工作。

在此，我也希望，在所有成员的共同努力下，化学与应用化学系篮球协会能够一天天的成长起来，成为社联一道亮丽的风景线。

最后，感谢社联及校团委的关怀！感谢各部门干事及部长给予的大力支持，望我们篮球协会能够越来越成熟，成为昌吉学院的特色。

**室内篮球馆工作总结12**

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，本学期学校城市少年宫开展篮球兴趣班，对象为一年级篮球爱好者，11班、12班、13班男生为47人，14班、15班、16班男生为49人，一年级女生为42人。现将本学年的训练工作总结如下：

>一、思想作风训练

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、比赛之中和球队学习生活中去，并始终作为一项最重要的任务列入训练计划。

>二、身体素质训练

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。

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。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。

**室内篮球馆工作总结13**

今年，篮球社承办了一项校园大型活动，也就是万众瞩目的寝室文化节的篮球赛；还举办了两次小型的社团活动，都是篮球社社员与本校篮球校队队员之间的友谊赛。

对于寝室文化节的篮球赛，我在这里真诚地向各位道歉：由于我的疏忽以及没有和排球赛承办方进行过多的交流，导致篮球赛的规则中出现了一个小漏洞，就是一个班级篮球赛队员和排球赛队员不能重复。

由于本次规则和活动方案大部分沿袭上一届的方案，所以我没有太大的问题，没想到出现了去年没有出现过的问题，部分班级并不对规则知情，以致排球赛和篮球赛队员重复，篮球赛不能很好的进行。对于这个错误，我向大家抱歉，为没有组织一场完全公平公正的篮球赛、没有给部分有实力球员一个展现自我的机会而抱歉。

可能是由于我和上一届社长吕瑞安都是校队成员，平时忙于训练，没有过多的交流，没有学会如果管好这个社团，所以我今年社长当得并不好，没有达到我心中预期的标准。我一定会和下一届社长进行更多的交流，让他下学期可以更好地带领篮球社，更好地组织好活动。

虽然活动出现了一些不尽人意的地方，不过总体上来说，篮球社的`活动还是带给了我们同学很多的快乐，篮球社和篮球队的友谊赛让双方收获了深厚的友谊，同时也提升了我们篮球爱好者的篮球技术。寝室文化节大家齐心协力，同学们和老师们呐喊助威的声音将每一个班级牢牢地凝聚在了一起，在丰富了同学们课余生活的同时也很好的增强了大家的团体荣誉感和责任感。

这一年，篮球社有精彩，也有不足，我们会将精彩延续，将不足改正，谢谢！

**室内篮球馆工作总结14**

为了参加20xx年中学生篮球比赛，我校从开学的第一周就开始组建初中男子篮球队。10月13号篮球比赛在县体育馆落幕了，为期两个月的篮球队集训也宣告结束了。通过接近两个月时间的训练，初中男子篮球队队员综合素质都有了一定的提高，现将这次集训做如下几方面的总结：

>一、选才工作

选才工作的好坏，会直接影响到训练的成败。因此在选才开始之前自己深受压力之大，不过幸运的是得到科组同事关心和帮助下，制定出了一些选才标准：

1、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。

2、身体素质好，结合篮球的技战术特点，从身高体重，灵巧性，速度、弹跳、力量等几个方面去评定。

3、技战术水平高，通过传接球、运球、投篮、个人防守和配合意识等几个方面去评定。

4、遵守学校规章制度，学习成绩较好。

选才工作做的不足的地方有：

1、自己是青年教师，选才各方面的经验比较缺乏。

2、在宣传方面做的不够充分。这次组建球队的时间比较紧，初中年级有很多能力强的学生不知道要组建篮球队，因此没有报名参加竞选。

>二、思想作风训练

思想作风训练是关系到能否很好地完成训练任务和整个球队发展方向的问题。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。因此，在整个集训过程中自己都以身作则，严格要求队员，让他们自觉、积极的投入训练，把思想作风教育渗透到训练场上、比赛之中和队员们的学习生活中去，并始终作为一项最重要的任务列入训练计划。

思想作风训练不足的地方主要是由于训练时间紧、任务重，队员文化学习生活的思想作风了解较少，没有经常与班主任进行沟通与交流。

>三、身体素质的训练

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进行以下身体素质训练：

1、速度、耐力和灵敏的主要以折返跑的形式练习。

2、力量主要以俯卧撑的形式练习。

3、弹跳主要以单脚跳和蛙跳的形式练习。

4、紧密结合单个篮球技术，进行防守步伐练习、投篮练习，运球练习等。

身体素质练习不足的\'地方主要是，由于训练时间比较短，队员的技战术水平较差，在整个训练计划重点在于提高技战术水平，因此身体素质训练时间相对比较少，短期的训练水平提高不明显。

>四、技术战术练习

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。因此技术战术练习主要有以下几个方面：

1、篮球基础技术练习，包括有传接球，运球，投篮和基本步伐等练习。

2、篮球的配合练习，包括有传切配合练习，策应配合练习，掩护配合练习和突分配合练习。

3、保护篮板球练习和抢到篮板球后第一传处理的练习。

4、篮球防守练习，包括半场、全场紧逼人盯人防守练习，半场的三二联防练习。

5、篮球快攻练习，包括有二人短传快攻练习，三线快攻基本配合练习，二打一“过三关”配合练习和快攻三打二配合练习。

6、多种训练手段，并模拟比赛的模式，提高运动员的战术意识和战术运用能力。阵地战时，要求队员认真防守住自己的区域及对方队员，并及时与队友配合完成每一次进攻和防守。区域战时运用个人能力，打乱对方防守部署，再与队友合作完成每一次进攻和防守。训练要侧重前锋、中锋、后卫的三线进攻与配合能力，做到以中锋为核心，发挥突分、掩护、策应的基础配合，全面进攻，全面开花，造成对方顾此失彼，再寻机得分。

技术战术练习不足的地方有，由于队员篮球基本功较差，并且训练的时间短，所以在短时间内提高技战术水平效果不明显。虽然队员们都能理解所学技战术，但是实战机会较少，不能灵活运用技战术。针对每位队员的特点，进行单独辅导的时间较少。

>五、心理训练

心理训练主要是通过一些模拟比赛培养队员的各种意志、品质、情感等心理品质。还有在训练中贯穿思想教育，培养队员的世界观、人生观和价值观。在训练结束后一起进行总结和反思，不断对队员的心态进行调整。

心理训练不足的地方有，模拟的对抗性比赛少，队员实战的心理锻炼不全面。

在学校领导的关心和支持下，同事的鼓励和帮助下，这次备战集训队员们技战术水平都有不同程度的提高，特别值得肯定的是队员们的纪律和团队精神。但是也在训练过程中发现了很多的不足的地方，因此在今后的教学上要不断总结与反思，改进和完善教学内容与教学手段，让队员在提高技战术的同时，还能快乐地享受篮球。

**室内篮球馆工作总结15**

总结过去，展望未来。为更好的发展建设好社团，繁荣社团文化，扩大社团在校的影响力、号召力，提高社员的积极性、主动性，现在对本学期我社的工作做一份总结。希望能在总结过去的基础上，更好的发展未来。

“Wolves”篮球俱乐部秉承“热爱篮球，学习篮球，团结友爱”的宗旨，谨遵学校各规章制度，严格要求全体社员，遵守学校各项规章制度，配合社团联合会各项工作的开展，积极主动开展本社的各项工作。

在总结上一届社团工作的基础上，为更好的协调好社团各方面工作的开展。在活动的开展上，我社大胆创新，突破了一些传统思维的禁忌，打破了社团的特定的传统。首次开创了社员及在校学生集体参与社团相关活动的新模式。

我社主要划分为五个部门：组织部、秘书部、宣传部、外联部、后勤部。基本上每个月都会开展社团工作总结、工作交流。其中，社团指导老师创意发明的相关课程为本社每个星期必开的指导课程。为加快社员之间的融合，我社淡化了部门之间的概念，采取了让社员“独立自主”学习篮球的策略。这样的安排很大程度的提高了社员的积极主动性，让社员有了更大、更自由的空间，并取得了良好的效果。

为方便社团内部管理，统筹社团各项工作的开展，充分调动各部门部长的主动性。社团内部采取了各部长独立安排本部门培训工作进程的策略。让各部长独立策划本部门的相关培训工作，很好的调动了部长与干事的积极性。

在本学期中，我社团在社联的带领之下完成了社团招新大会的一系列工作，并完成了招干等事宜。所取得的进步是骄人的！但总的来说，我们的干部干事的功能工作能力还是有待进一步提高的\'，社团以后将围绕着如何提高干部干事应变处理等方面展开讨论思考，争取更大的成绩。

回顾这个学期，我社积极开展了多姿多彩的社团活动。自从我社新老部长换届以来，新一任社团的工作就已经开始积极的展开了。开学之初，我社团完成了社团招新的准备工作；之后，接着上学期的社员培训工作，进一步提高了社员的篮球技能；是以十一月份，我社团开展了干部干事培训。十二月份，我社团在社团联合会的代领与指导下顺利的完成了本学期各项工作，在一次体现出我社团社联之间较高的配合与工作能力。

总的来说，社团的各项工作都是在紧张而有序的进展之中的。优点不少，缺点也再所难免。但我们全体社员定将再接再厉，不畏艰难，勇于创新，争取更大的进步！

**室内篮球馆工作总结16**

学校学生社团活动是在规定的时间内组织学生参加丰富多彩的社团活动，，激发学习兴趣，发展个性特长，促进学生身心健康，全面发展。社团活动是学校课堂教学的延伸性活动，是进一步深化教育教学改革，全面实施、推进素质教育的一个重要体现。社团活动的正常开展，既可丰富学生的课余生活，也可为学生提供一个自主发展的时间与空间。

在上学期学习的基础上，本学期篮球社进一步细化社团活动。首先，本学期一开始就制定周密的活动计划，让活动有章可寻。本学期学期的前半段时间，主要是复习学生学习运球和运球跑三步篮的技术动作，学习了传接球与防守技术。同时为了配合学校女子篮球队参加市比赛，社团的男同学协助女篮训练，相互鼓励共同进步。

本学期社员们对篮球的认识有了改变，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，同时掌握了篮球基本技巧，提高了自身的耐力，协调等能力。通过篮球比赛，积累了经验。在合作学习中，氛围融洽，相互之间的协作意识得到加强。

以篮球社团女生为主力的校女子篮球队，在男生的带领下，技术和战术的能力有了很大的提高，希望我们篮球社团在接下来的时间里进一步努力，中华中专社团的活动添砖加瓦，展现新时代职校生的风采。

**室内篮球馆工作总结17**

篮球俱乐部是学校工会工作的载体，在丰富学校教职工业余文化生活的同时，通过俱乐部的活动，大大提高了教职工的身体素质、团队精神，磨练顽强拼搏的意志，塑造优秀的心理素质，而且使篮球运动在全校范围内得以广泛的推广。本年度俱乐部的各项工作在学校党总支和学校工会的关怀下，在学校行政的大力支持下，篮球俱乐部已经成立近两年了，俱乐部也都走向了正轨，本学期即将结束，学生都进入了紧张的复习考试阶段，我们篮球俱乐部所开展的活动也 随之结束，现就篮球俱乐部本年度的主要工作作如下总结:

>一、进一步完善篮球俱乐部规章制度，做到有章可循

为进一步加强篮球俱乐部的管理，在篮球俱乐部章程的基础上，制定了《巴东三中篮球俱乐部对外交流管理制度》，为对外友好交流、规范队员行为和树立整体形象奠定了良好基础。

>二、以篮球俱乐部为载体，积极开展校园文体活动

本俱乐部一共有会员31人，俱乐部的会员积极参与了学校工会组织的篮球比赛工作，利用重大节日举行年级友谊赛，创造了良好的课外活动气氛，在俱乐部的带领下，学校篮球爱好者日益增多，每天都有很多篮球爱好者在球场上练球和比赛，使会员更加深入的理解篮球这项运动。通过比赛的组织和开展，增进了俱乐部成员之间的交流和感情，提高了整体的凝聚力和战斗力，为俱乐部的长期发展打下了良好的基础。

>三、积极争取外援和政策支持，改善会员福利

所有会员都能按照俱乐部章程积极缴纳会费，积极争取外援和政策支持，采取自费和补贴的方式，解决了会员的服装问题，遇活动都能统一服装，展现了三中俱乐部会员的形象和风采。在这里要特别感谢发国大酒店对我们的赞助。

>四、积极开展对外交流，扩大三中影响力

俱乐部为丰富全体教职工的业余生活，提高全体成员的实战水平，自俱乐部成立以来，与生源基地的初中和县职中开展了篮球比赛，在比赛中本着[友谊第一、比赛第二\_的原则，抱着学习、请教的态度和多家兄弟学校在篮球方面进行了切磋、交流，充分体现了球队的团队意识、表现出了强烈的集体荣誉感，体现了较高的技术水平，在比赛中打出了我们球队的特点和士气。

>五、今后工作思路

1、加强俱乐部自身建设，更多地吸收篮球爱好者加入俱乐部，重点在高一和新进教师在做好此项工作，使三中篮球俱乐部不断壮大。

2、按照俱乐部章程收取会员会费，确保俱乐部正常运转，经研究本次收取会员会费人平300元，请承认俱乐部章程的会员在本星期五之内，将会费交至\_老师处。

3、根据《巴东县基层工会经费收支管理办法》中各基层工会参加县级以上总工会、产业工会组织的体育比赛，确需为参赛者购买比赛所需运动用品的，每人不超过500元\_的规定，特请学校给予经费支持，确保此项工作的顺利开展。

4、借助重大节日，以篮球俱乐部为载体，扩大到羽毛球和乒乓球，开展年级比赛和学科比赛，但必须坚持[友谊第一、比赛第二、重在参与、增进交流、自取自乐\_原则，达到强身健体和缓解压力的目的。

5、因学校运动场改扩建工程的顺利竣工，极大的\'改善了运动条件，为配合学校招生工作，计划在20xx年春季学期邀请生源基地学校来校开展篮球交流，为宣传三中和中考招生工作贡献我们的力量。根据《巴东县基层工会经费收支管理办法》的规定，各基层工会开展各类文体活动，确需安排用餐的，对参与活动的工会干部和工会会员可以安排工作餐，每餐人均不超过40元。提请学校予以支持。

回首俱乐部各项活动和赛事的组织开展，不仅大大丰富了教职工的业余生活，提高了身体素质，同时在全校范围内积极推广和普及了体育运动。但由于天气场地等各方面原因，导致俱乐部开展活动较少，未能使得会员尽情享受进入俱乐部的乐趣，在接下来的日子里，我们会总结过去一年的经验，加强活动组织、开展和制度建设，在学校领导的关心和支持下，我们将争取把篮球俱乐部越办越好，办出特色，形成一道美丽的校园风景线。

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！