最新排球比赛总结 学校排球比赛总结(大全5篇)

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。总结怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

排球比赛总结篇一

为了加强我院与其他院的.交流、增进同学们的友谊、增强群众荣誉感、丰富同学的课余生活，我院参加了学校举办的排球比赛。因为我们训练的时间比其它院的要晚，在比赛期间只要没比赛我都会带着队员去训练。

比赛的时间队员都很认真对待比赛。但由于我们缺少经验男生在小组赛以一胜两负的成绩被淘汰。女生则一路杀进了决赛，并取得了第四名。对于这次活动我有以下总结：

训练时间短：在接到排球比赛的通知时，有由于同时正在举行新生杯和定向比赛。导致排球训练推迟了4—5天。队员只训练了一个多星期。

训练效率：我在带队员训练时有时我自己也会不耐烦、迟到。在训练方法上不够给力。

队员认真：由于我们训练比其他院的要晚，所以我们平时的训练都会比其他队的时间多。女队员在比赛期间中午都坚持在场地训练。

缺少关注：不管是在平时训练还是比赛只有队员在场，让队

员感觉参加这个比赛是不被重视的。在队员的用心性上有所影响。

期望我的这些总结能够对下次比赛带来一点小小的帮忙，积累一点经验。相信我们院在下次比赛中必须能取得好成绩。

排球比赛总结篇二

通过这一学期的训练，队员们在思想作风、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

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

排球训练内容： 基本技术：对墙垫球、对墙传球、发球、传球等练习。 身体素质训练：200米慢跑 ，高抬腿，小步跑，后蹬跑、多级立定跳、单足跳，50米快跑、三米线移动，摸高等，为提高球技提供保证。

1、一般身体训练

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

排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，紧密结合排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排球技术、战术的特点和要求进行的专门性素质训练；一种是直接结合排球组合技术与战术进行的。

排球比赛总结篇三

新的一天开始了，阳光照耀着大地，一下子，让人觉得阳光照在身上特别暖和。

我高高兴兴的来到学校，正前方，我看见前面又一个熟悉的`背影，我走进一看，原来是我们班的刘佳凌在练排球，我迫不及待地把书包放在椅子上，走进体育室去拿排球，一走进体育室，我便马上拿了个排球走出门，对刘佳凌说：

“刘佳凌，来打排球啦!”

“好的!”刘佳凌急忙把球放到草坪上，朝我奔来，我说：

“你离我远点，小心我的球打爆你头!嘎嘎——”

“少自恋你。”我一听，二话不说，愁眉苦脸的站在位置上，

“预备——开始!”我摆好手势，排球扔向天空，当排球落在手上时，我的力气都集中在手腕上，“砰”的一声，球在天空旋转着，光线让人感到刺眼，但是我并不在意，一点一滴的看着排球轻轻的落在刘佳凌的手腕上，刘佳凌腾空而起，一下子就拍到了排球，排球又向我朝来，我以迅雷不及掩耳之势的速度飞快地接到了球，刘佳凌这才注意到排球已经向自己朝来，她并没有去接，因为她知道已经来不及了，
球“啪”的一下落在地上，我高兴的叫喊着起来，刘佳凌却一动不动地站在原地，用羡慕的眼光看着我。

“叮叮叮……”上课的铃声响了起来，我急忙把球放回体育室，背上书包跑去，看见刘佳凌在前面，我便说：

“刘佳凌，你等等我啊！”

排球比赛总结篇四

为了丰富课余生活，培养同学们的团队精神及竞争意识，提高我校排球水平，活跃校园气氛，我校举办了“新生杯”排球比赛。此次比赛，同学们都以饱满的热情和高度的积极性参与其中，充分发扬了不怕苦、不怕累的拼搏进取精神。

以下是此次活动的具体情况：

一、比赛的筹备

将各个系进行抽签，并且将其分为a□b两组。经过a□b两组的各自的小组赛之后，分别选出小组赛的前四名，进行淘汰赛。在小组赛中，分为三局两胜制，前两局25个球，第三局15个球，如果第三局比分是14：15，则继续比赛，直至两队相差2分，方可结束比赛。在淘汰赛中，分为五局三胜制，前四局25个球，第五局15个球，如果第五局比分是14：15，则继续比赛，直至两队相差2分，方可结束比赛。在第五局中，一方达到8分时交换场地。

二、比赛的通知

由大二的排球负责人进行通知，并且通知队员让提前到球场热身。

三、工作落实

安排总裁判员，边裁，记分员。比赛遵循公正、公平、公开的原则，总裁判员组织进行比赛的两个队的大一的队长进行

猜拳或掷硬币，赢得一方选择要场地还是要发球权。每个队各派6名队员进行比赛。

四、比赛时间及地点

排球比赛总结篇五

同志们：

松柏滴翠，青山如画，在这夏意浓浓的六月，在这建党八十三周年之际，我们隆重举行伊春移动通信公司第三届篮、排球比赛。在此，我代表公司领导班子对广大员工的热情参与和积极准备表示衷心的感谢！公司自成立以来，一直坚持不懈地举办各种体育活动和比赛，其目的就是要让大家能够对“全民健身”活动有一个更深入的认识，更加积极主动的参与到各种体育活动中，创造机会，帮助广大员工养成锻炼身体的好习惯，更好地活跃和丰富大家的业余生活。同时，在公司上下积极倡导和努力形成乐观向上，勇于拼搏，正视困难的良好精神氛围。因为，我们生活的社会和时代充满了竞争与淘汰，只有拥有一个健康的身体，一种积极的心态，才能适应社会的发展，更好的努力工作，享受生活。

这次比赛，广大员工都能够主动参与，积极训练，工会与各个相关部门都能够认真准备比赛。在此，我代表公司领导班子向大家的辛勤工作和积极参与表示感谢。同时，希望各位裁判员能够本着公*公正的原则，对比赛做出准确的裁决，希望各位运动员本着友谊第一，重在参与的原则，按照比赛规则进行比赛，发挥出自身的最好水*，赛出自己的最佳成绩。

最后预祝比赛圆满成功！谢谢！