

# 小学篮球社团活动计划方案设计 小学篮球社团活动方案(优质5篇)

方案在解决问题、实现目标、提高组织协调性和执行力以及提高决策的科学性和可行性等方面都发挥着重要的作用。方案的格式和要求是什么样的呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来看看吧。

## 小学篮球社团活动计划方案设计篇一

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建设的重要内容。参加各部门组织的体育比赛是学校体育工作的一个组成部分。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，提高我校体育竞赛水平，迎接各项篮球赛事，为我校小学生篮球比赛取得好成绩打下基础。

三、招收对象：本校三至六年年的学生。

四、时间安排：每周四下午第四节。

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；2. 投篮；3. 篮板球；4. 积极防守；5. 快攻和防快攻；6. 阵地进攻：（四）、训练重点安排：  
1. 第1——2周：（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周：(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周：(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周：(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周：(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周：(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周：(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。

8、第15——18周：(1)全面进行战术准备，以迎接上级有关比赛。

(2) 保持训练水平，积极、认真投入到今后的训练比赛中去。

## 小学篮球社团活动计划方案设计篇二

为深入落实《全民科学素质行动计划纲要实施方案》，切实培养学生科学素养，学校连续举办第十届科技节，创设浓郁的科技教育氛围，开发学生创新思维潜能，提高动手动脑能力，让学生在科技实践活动中感受创新的魅力，推动校园科技活动的蓬勃发展。

### 二、活动主题

解决生活中的问题

### 三、活动时间

XX

### 四、活动设置

#### （一）科普教育类

1、假前邀请专家来校讲座，就科技创新方法做针对性培训、指导；

2、组织四、五年级部分同学参观科技馆、青少年水上运动体验中心。

#### （二）趣味活动类

低学段——纸折飞机竞速赛

中学段——纸船竞速赛

高学段——花车竞速赛

#### （三）科技竞赛类

发明创造类——小发明、小创造指学生运用有关的科学理论知识制作出新颖独特、具有创新性的技术创造成果。

创意设计类——指学生因原材料、工艺等限制未能做出发明创造的实物，但根据科学原理和发明创造方法完成的创新设计。创意类设计应有详细的图示和文字说明。

青少年科技实践活动类——指青少年以小组、班级或学校、校外教育机构等组织名义，围绕某一主题在课外活动、研究

性学习或社会实践活动中开展的具有一定教育目的和科普意义的综合性、群体性科技实践活动。

科学幻想画类——指学生着眼于新世纪人类生产、生活因科技的发展可能呈现的巨大变化，通过科学幻想，绘出未来科技、生活的美丽画卷，要有科学合理性。参赛作品可用油画、国画、水彩画、水粉画、钢笔画、铅笔画、蜡笔画、版画、粘贴画等绘画技巧、风格及使用不同材料表现。限小学生参加。

科技辅导员类——科技辅导员板块包括科技辅导员科技创新成果竞赛和科技辅导员论文评选。

每位学生根据所在学段项目设计，自主选择至少一项参与创作及展评。

- 1、低学段——科幻画、环保小制作（主题）、小发明
- 2、中学段——科幻画、科技小发明或创意设计、科技实践活动
- 3、高学段——科幻画、科技小发明或创意设计、科技实践活动
- 4、教师组——科技论文、科技创新（科学组老师至少每人选择一项，其余老师自愿参与）

### **小学篮球社团活动计划方案设计篇三**

为认真贯彻落实县局加快发展青少年校园足球部署要求，促进校园足球普及，繁荣校园足球文化，培养青少年足球后备人才，巩固我校全国青少年校园足球特色学校成果，结合我校校园足球发展实际，特制定本方案。

以科学发展观为指导，牢固树立以人为本、健康第一的理念，结合我校“阳光体育运动”的开展，引导和鼓励全体学生参加校园足球活动，普及足球知识和技能，增强学生体质，培养他们拼搏进取、团结协作的精神品质，发展学生足球特长，形成热爱足球、崇尚运动、健康向上的良好风气。

（一）为了加强校园足球工作的领导，成立池河中学校园足球活动领导小组：

组长：邱礼健

副组长：胡建

成员：

宣传组：

竞训组：

后勤组：

（二）成立班级代表队、校队，并上报班级校园足球代表队教练、队长及队员名单。

（一）宣传组负责足球文化宣传、比赛宣传及各项足球活动的动员。

（二）竞训组负责专业技术训练、指导，比赛的组织及参赛运动员的报名、注册管理。

（三）后勤组负责开展活动所需器材与用具的准备。

（一）比赛时间：

20xx年3月7日开始至所有比赛结束。

具体比赛时间：每周各年级大体育课时间或下午课间休息时间

（二）参赛对象：

（三）比赛地点：

学校足球场

（四）比赛方式：

1. 同年级各班级足球队采取10人制（含守门员）比赛，每班每场比赛至少有3名女生参赛。

2. 全场比赛时间40分钟。上、下半场各15分钟，中场休息10分钟。

3. 同年级各班第一轮单淘汰赛第二轮循环赛（淘汰赛时一年级六年级按原来比赛成绩确定一个种子队）。各队胜一场积3分，负一场积1分，弃权扣一分，如平局则点球决定胜负。

（五）比赛规则

采用中国足协20xx年最新审定《足球竞赛规则》以及县级足球裁判培训的裁判规则执行。

（六）联赛组委会

主任：邱礼建

副主任：胡建王超储春超戴仲东

裁判长：戴仲东



裁判员：储春超陈卫波李瑞峰李忠胜

## 小学篮球社团活动计划方案设计篇四

进一步培养和巩固学生对足球运动的兴趣和爱好，培养集体主义观念，通过训练发展学生的身体素质，增强体能，促进身体正常的生长发育。使学生积极参加到学习中，并大胆向同学展示自己的动作。相信我能行，告别我不行。使学生掌握小足球的基本技术，了解足球比赛的规则，并能够自己组织比赛。在学习中充分展现自我。增强自信心和意志品质，得到成功的喜悦。培养良好的团结协作精神。积极进取，乐观开朗。通过对学生的训练，提高他们的身体素质和技能水平，争取在区比赛中获得好的成绩，同时为校足球梯队建设打好基础。

1. 培养学生对足球运动的兴趣。
2. 培养和发展球感和控制球基本能力。
3. 学习基本的运、传、接、射门等技术动作。
4. 培养正确的'跑、跳技术，发展身体动作的柔韧性、协调性、灵敏性和平衡能力。
5. 通过分队比赛领会“进球与阻止对方进球”这一足球比赛的基本战术思想，培养抬头观察能力和意识。
6. 继续熟悉球性和控运球基本技术。
7. 学习与掌握比赛相关的技术：运、传、接、射、抢和头顶球技术。
8. 在提高基本技术熟练性的基础上，形成技术定型，并通过对抗性练习和比赛使个人技术向实用比赛技巧转化，逐步培

养能在对抗局面下控制球和运用攻守的能力。

(一)、身体训练手段:

比赛规则、守门员的技术(利用训练间隙单独训练)教学克服自身体重的各种跳跃、后退跑、全速跑、变速跑、曲线跑、急停、急转、变向等。

(二)、技术训练手段:

踢球、颠球、停球、头顶球、运球、抢断球、掷外球

(三)、综合技术训练:

各种一对一、二对二、三对二攻守,二三人跑动中传接球配合、比赛阵比赛

略

校田径场

时间:每周二、周四16:30—17:50,每周周六上午8:00—11:00。(如遇特殊情况另行通知)

赵告化、王思佳

1. 训练队纪律要求:例行训练选手必须按时参加,由教练员进行点名纪录,无故不到者给予警告一次,超过三次者淘汰出队。

2. 训练队员一定要提高文化学习成绩,如在学校平时检测考试中成绩下降给予警告,如连续两次考试成绩下降给予淘汰出队。

3. 训练队员在训练过程中一定要遵守训练队的纪律,不能做

出违反队规、校规和法规的事，如果发现一次清除出队。

4. 训练队员一定要注意身体保护，出现伤痛一定要停止训练，训练中一定要注意训练安全，防止出现伤害事故。

5. 训练结束必须总结，根据队员的表现给予适当的鼓励。

6. 注意回家的途中安全。

## 小学篮球社团活动计划方案设计篇五

为了积极推进我校校园足球向广度发展，形成我校校园足球的良好氛围，更好地推动我校的足球品牌建设，举办琼中二小xxxx年校园足球活动，旨在普及校园足球文化，结合我校实际，特制定本实施方案。

### 一、指导思想

以增强学生体质，培养学生的拼搏进取、团结协作的体育精神为宗旨，通过广泛开展校园足球活动，建立和完善我校校园足球联赛制度，在学生中普及足球知识和技能，形成校园足球文化，提高学生的足球兴趣，从而培养全面发展、特长突出的校际足球后备人才。

### 二、活动理念

1、以球育德：促进学生良好的品质的形成。使队员们养成遵守行为规范、积极向上、团结合作、相互帮助的良好品质。队员们在快乐的足球活动中，快乐参与、快乐体验、快乐成长。

2、以球健体：促进学生身体素质的提高。使学生的动作协调能力、反应能力以及身体素质都有明显提高，学生的身体形态、生理机能等得到了很好的发展。

3、以球促智：促进学生学科成绩的提高。使学生在足球运动中养成的良好的意志品质更能促进其智育的良好发展，实现学生全面素质的提升。

### 三、活动主题

活动主题：快乐足球、活力足球

### 四、组织机构

领导小组组长：王红、

副组长：吴清易、卓立香、王应就

成员：陆飞、符绍云、王海琼、孙发宗、各班班主任、学科教师

职责：负责策划、筹备校园足球各项活动与内容，足球活动经费申请、协调全校师生足球活动开展等。

竞赛组组长：陆飞

组员：符绍云、王海琼、孙发宗、学科教师

职责：负责组织实施校园足球全校性活动及开幕式的策划、组织、足球的竞赛。

### 五、对实施校园足球活动工作的要求

- 1、由校长亲自负责校园足球活动；
- 2、提供完善充足的“校园足球活动”场地条件；
- 3、组织足球训练的教师（教练）参加相关培训；

4、充分发挥我校的资源优势，积极投入人力、物力、财力，创造必要条件，共同为校园足球活动的开展提供保障。

5、提高对“校园足球活动”重要性的认识。各班要把开展此次活动作为推进足球事业、活跃学生课余生活，培养学生健康生活方式的一个重要组成部分，把活动落到实处。

6、加强对校园足球活动的管理和指导。要认真研究、精心设计、积极探索出符合各班实际、面向全体学生的内容与方法。要建立健全规章制度，做到组织机构责任明确、实施方案科学有效、活动内容丰富多彩，形成活动的制度化和规范化。

7、加强安全保护工作。在开展校园足球活动中，要高度重视安全保护工作，从活动计划的安排、文体设施的检查、活动内容选择、活动过程的控制以及指导教师的选用等各个方面严格把关，以确保学生的身心健康和安全。

8、加强舆论宣传，搞好评优表彰。各班级要做好校园足球活动的宣传。学校通过红领巾广播站及时介绍和推广开展校园足球的“小球星”和先进典型。

## 六、校园足球比赛组织方案

(一)、学校通过足球技术比赛来刺激学生的积极性，班级5对5对抗赛比赛。

(二)、比赛对象：三、四、五、六年级男女组

(三)、比赛地点：学校足球场

(五)、比赛时间：5-6月每天下午第二节课后

(六)、比赛办法：

1、比赛采用分组循环，每队胜一场得3分，平一场得1分，负一

场得0分,按各队在

全部比赛中积分的多少决定名次.

2、全场比赛时间30分钟。上、下半场各15分钟，中场休息10分钟。

3、以年级为一组，以班为单位进行,采用5人制足球比赛。

4、每场比赛替补队员不限

5、比赛时各班主任必须到场。

## 七、裁判与申诉

1、本次校园足球赛裁判长由组委会指派。

2、如参赛队不服裁判判决须在比赛结束后1小时内向裁判组书面投诉

裁判组24小时内进行答复。

3、本次比赛的解释权归组委会。

八、评奖办法：评选优胜奖及组织奖。

九、后勤保障组组长：吴清易

职责：负责整个足球活动横幅悬挂、学生奖状。

十、医务组□xx