

# 2023年班战术训练新闻稿(通用5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 班战术训练新闻稿篇一

柔道战术是根据比赛双方的情况，正确地分配体力，充分发挥己方特长，限制对方特长，为战胜对手而采取的合理有效的计谋与行动。下面小编为大家讲述一些基本的柔道战术的相关知识，加深大家对柔道的学习理解。

现阶段，运动员主要是根据对对手了解程度的多少来制订战术。

(1)熟悉对手：由于每年比赛均是打同一个级别，对对手的长处和缺点都比较了解，所以在比赛前就制订好了比赛的战术，如知道对手耐力比自己差，则一上场就连续进攻，迫使对手疲于招架，体力消耗很大，这样自己就占据了主动。

(2)不熟悉对手：对手今年刚参加这一级别的比赛，或是从低一级升上来，或是从高一级降到这一级别的，由于对对手的情况不太了解，只能在比赛上场之前的准备活动中和即将上场比赛时观察对手。由于柔道比赛是两个人的直接对抗接触，一般在比赛开始后的30秒左右就能大概了解对手的基本情况。如对手是技术型而力量不大，或是力量型等，此时则依据“发挥自己的特长，限制对手特长”的原则来制订战术。战术的实质就在于使运动员能在柔道比赛中依据各种可能发生的情况，运用自己平时训练中所练就的各项技能，最有效地发挥自己的优势去战胜对手。

就一场柔道比赛来说，一般所实施的战术应结合以下两个方面进行：

(1) 结合身体素质优势采取的战术：如果自己在力量、速度、耐力等身体素质方面占有优势，则可制订和实施能够发挥自身优势的战术。

(2) 结合技术优势采取的战术：充分发挥自己技术好的优势，善于捕捉和创造战机。

柔道战术训练的目的在于培养运动员的战术意识，促进其专项智能的发展，使运动员能够在比赛中熟练运用所掌握的各种柔道技术。

### 柔道战术训练的方法

(1) 根据自己的特点，围绕自己的绝招设计战术，确立自己的战术指导思想。

(2) 在同伴降低抵抗程度的条件下进行战术训练。

(3) 与轻于自己体重的小级别配对实战。

(4) 与重于自己体重的大级别配对实战。

(5) 限制自己或限制同伴的条件实战。如规定自己在一局实战中，只能使用一种战术；或是同伴在这一局实战中只防守不进攻。

(6) 模拟比赛进行的针对性训练。如假设还有30秒钟就要结束比赛，自己还输给敌手一分，要求在这30秒钟内实施能够战胜对手的战术。

(7) 进行教学比赛。按战术的攻防性质可以把战术分为进攻战术和防守战术。

## 1、压迫型进攻战术

压迫型进攻也称猛攻，即在比赛开始后就猛烈进攻，连续使用技术，使对手忙于防守，疲于招架，消耗对手大量体力，这样在短时间内取得绝对胜利或是掌握全场主动权。

压迫型进攻是一种先发制人的进攻方式，是有计划有准备的战术行动。使用这种战术者一般要体力充沛、耐力素质好。比赛开始时就抢先使用技术，乘对手还未注意而出其不意、攻其不备。如上场就先用推、拉、扭、按等引诱动作，破坏对手重心，在对手手忙脚乱时再使用技术，一个技术没有成功，紧接着用第二个、第三个……当然每个技术都应是有计划的，而不是盲目的乱动。

这种战术的优点是直接掌握主动权，迫使对方只能招架，没有反攻的机会，处于被动地位，精神紧张，容易疲劳。一般使用此种战术是了解对手或比赛刚开始接触时就大致判断对手技术、体力、经验等方面都不占优势，自己有获胜的把握，于是立即采取压迫式的猛攻，以在短时间内取得绝对胜利；若对手技能战术都好，而体力差，开始就猛攻，不让他有休息及缓和的机会，而使他一直处于被动状态；若对手经验不足，压迫式的进攻就会使他得不到镇静和思考的时间，会处处被动。使用这种战术的缺点是使自己的体力也消耗得较快，容易露出破绽，给对手以可乘之机，若对手经验比较丰富则自己容易被对手反攻，或是对手用以逸待劳的战术克制自己。

## 2、引诱型进攻战术

这是柔道比赛中最常用的基本战术之一，也是充分发挥假动作与真动作联合的较好手段。柔道比赛时往往直接用技法来摔倒对手是比较困难的。经验较丰富的选手常常采用声东击西，指上打下的战术，即在做真动作之前先用假动作，或是真假虚实并用，真里有假，假里有真，真假莫测，造成对手的错觉。如要使用夹颈背动作先用抱腰折的假动作，对手弓

身防守时，再用夹颈背。在柔道训练和比赛中，一般采用的引诱式进攻是上下动作结合、左右动作结合、前后动作结合。

为了引诱对手上当，可以有意露出破绽，给对方以进攻的机会，待他失去平衡时再进攻。

一般来说，对手体力好，但技术不太全面，方法变化少，战术不灵活，则可以针对其使用引诱型进攻战术。在使用引诱进攻时，自己的动作要快，快在对手前面，否则不易成功。如对手善于用单臂背负投，自己则给出一臂，诱使对手使用单臂背负投，然后借机使用裹投动作反攻。

### 3、实力型进攻战术

暂时退却、防守，创造条件，等待时机，一旦机会来临，再用绝招。

范。此时突然使用其他动作，能达到出其不意而制胜的'效果。

要进一步强化每一个环节，在对手的不同防守与反攻方向上都能随机应变、因势利导，即在绝招使用的前后形成一整套方法来对付对手的防守与反攻，使对手防不胜防。

### 4、稳重型进攻战术

对付实力强、技术好的对手，要用智谋和勇敢精神取胜。稳重型进攻要求进攻者在进攻之前先站好基本姿势，严阵以待，先试探观察，找出对手弱点，逐步造成进攻机会，再发动进攻。

稳重型进攻要求进攻者不轻易与对手搂抱在一起，更不让对手抓握到有利部位，或突然抓握，或格挡后抓握，也不能牢靠，避其锋芒，挫其锐气，使对手无可奈何，努力造成以下局面：

(1)对手性格急躁者一般会猛烈进攻，甚至会使用盲目冒进的动作，这样体力消耗较大，动作容易失准。在此情况下要抓住时机，即刻进攻；对手越失利，头脑越昏，越猛攻对其越不利。

(2)意志不顽强者，进攻几次不成功往往失去进攻信心，使用技术时犹豫不决，造成两人的相持。这时要抓住时机，有把握地突然袭击。

(3)主动性不强，随着自己的动作转移，我抢手他也抢手，我进攻他防守后也进攻，这样自己就掌握了主动权，尽可能地虚张声势，采用幅度小、不易被反攻、消耗体力少的动作，引诱对手东扑西逮，前后奔忙，消耗体力攻势。我以逸待劳，待他气喘力竭时，我再展开攻势。

采用稳重型进攻的战术要求运动员要有稳重的心理素质和不服输的精神，并能够很好地掌握比赛时间，不失时机。

## 5、散手型进攻战术

使用散手型进攻战术是不抓握住对手进行的进攻，散手使用动作，这种战术多用于自由式柔道。散手战术的基本原则必须是进攻的，它和抓握住后再使用技法比较起来其进攻性更大些，而且这种进攻一般都是奇袭。

散手战术的灵活性大，活动范围广，看到情况合适即刻进攻，若不合适就不失时机地迅速移动，充分合理地使用场地。

对手主动抓握或进攻时容易使自己陷入被动，但此时也是最好的进攻机会。如对手伸臂抓握自己时，可立即使用进攻动作，如大外刈或背负投等动作；若不具备利用这种条件，对手抓握时，仅是躲闪，就不只会陷于被动，而且还会受到消极警告处分。

## 6、顺势型进攻战术

借助对手的动作手法、方法来进攻。就是“敌进我退，敌退我追”，对手拉我就进，对手推我就退，以柔克刚，顺手牵羊，直来斜取。如对手拉，我随之而进，进的方向稍偏于他拉的方向，造成对手不能利用我的反应，并且使对手的重心移出支撑面，失去平衡，我方正好顺势使用摔倒对手的方法。如对手先拉我，我就顺势使用大外刈动作进攻。

这种战术要求运动员胆量大，技术全面而熟练，故不易掌握，若能掌握则对对手的威胁很大。

## 7、边线型进攻战术

依据柔道竞赛规则，自己背对中心圈(在内线)使对手背对消极区，这样容易掌握主动权，进可以攻，退可以守，进退都有余地;缺点是防守时由于后面的余地大，对自己不利。若自己背对消极区(在外线)，则采取外线作战的方法，把对手圈在里面，自己靠近边线，虽相对地处于被动地位，但对手进攻时，如果自己能够反攻则往里摔，否则就防守，若有危险可以退出界外。在内线或是外线都是相对的，在进攻或防守时都要考虑摔的方向。经验丰富的运动员可以充分利用场地来控制比赛节奏，知道用什么技术方法，向哪个方向摔对自己最有利。

## 8、看体型进攻战术

现代柔道比赛是按体重分级，同一级别的选手身高也有差别，身材高则身体瘦长，重心高，下肢力量较小，稳定性相对较差，由于腿和臂长，适用于作远距离的进攻和防守，喜欢用踢、别、挑、缠。身材短小则相对身体粗壮，重心低，下肢力量一般较大，稳定性相对较好，而腿和臂短，抓握对手相对不便，适用搂抱在一起的动作。运动员要根据双方体型特点安排自己的战术。

柔道比赛主要是由进攻和防守组成的，但是也有相持阶段，而这个时间正是处于守势，相继而来的又是进攻。防守是对手实力强或掌握了主动权，自己处于劣势的被动地位，不能迅速地反攻对手的进攻，为了保持自己的平衡，不致失分，等待时机再进攻或反攻而采取的一个有计划的战术步骤。

防守应该是积极的防守，消极的防守只是假防守。防守时一定要重视再坚持一下，要有决不服输的精神和坚持到最后一秒钟的毅力。如被对手压在桥上时要坚持住，使对手压不下去，从而等待时间和机会，这样就有可能脱离桥并把对手压在下面。往往重新占据主动的局面产生于再坚持一下的努力之中。

### 1、阻碍防守战术

用格挡或解脱动作，不让对手抓握自己，使其不能接近；若被抓握住得力部位，牵制对手的动作，不让对手使出技法。如运动员一般右架动作的较多，则想方设法抓握对手右袖，使其使用动作时感到很别扭。

使用阻碍防守战术要求手法好，动作快，抓住得力部位作支撑推拉动作，要求臂的力量大。

### 2、化解防守战术

用防守方法把对手进攻的方法化解掉，使其进攻失败。

如对手用挑我则用骑，对手用大腰我就用移腰，每个进攻方法都有防守方法。但是用防守方法时，不能让对手的进攻方法用严，即不能让对手身法、手法、步法等都到位，而且自己的反应要快，要事先判断出对手用什么方法，然后让防守方法走在前面，等着对手进攻。

### 3、以攻代守战术

对手进攻时我也进攻，这是以方法抵制方法的防守，也就是彼不动，我不动；彼欲动，我先动。如对手背负投我也背负投，这就要求动作要快，使对手顾此失彼。

反攻也属于这类防守，对手用进攻方法，我用反攻方法。这也要求事先判断清楚，然后对症下药，并要求技术全面。

对手实力强，或是因为判断失误，或是因为技术错误，被迫处于被动地位，这时的任务是努力脱开这种被动局面，或是拖延时间等待时机，这就要合理地使用场地，采取移动或爬动的战术。

如对手实力强，可以打散手跤，不搭手，保持远距离并绕着对手转，做假动作，引诱对手，创造进攻机会。若被抓住也可以用动作移动到场地边缘，等对手一用动作，顺势出界。这要求使用动作迫使对手自然地移动到场地边缘，而不能直接向外走，或直接推拉对手。

在进行寝技角斗时，处于下面的人可以借助对手的动作向外爬甚至出界。但不能在对手接触自己或用动作之前直接向外爬。

在实际的柔道比赛中，多是进攻、防守、反攻交错进行，很少仅是单纯的进攻或是单纯的防守。

拟订一场柔道比赛的战术必须有进攻和防守措施，至于什么时候进攻，什么时候防守，要根据当时的具体情况和具体条件而定，可以先攻后守，或是先守后攻，也可攻守交替。

各种战术是互相矛盾相互克制的，正如每个进攻方法都有反攻方法一样，由于柔道比赛过程情况复杂、变化多端，对手情况多种多样，运动员应根据比赛中随时变化的情况灵活机动地运用一种或综合的多种战术，从而达到预定的比赛目的。



柔道运动训练是指在教练员的指导和运动员的参与下，为不断地提高和保持运动员的柔道运动技术水平而专门组织的教育过程。教练员要根据柔道运动的特点及其发展趋势，遵循柔道运动训练原则，运用科学的训练方法和手段，对运动员进行身体素质、技战术、心理、智力和恢复等方面的训练。因此可以说，柔道运动训练是教学的继续和深入。

柔道运动训练的中心任务是通过在身体素质、技战术、心理等方面的训练，从而不断地提高运动技术水平，创造优异的成绩，为国争光。其具体任务是：

(1) 增进健康，改善身体形态，提高身体机能，发展一般和专项身体素质。

(2) 掌握和提高柔道运动的理论知识和技术水平，培养战术意识，掌握各种战术手段和方法，并能在比赛中运用和发挥。

(3) 改善运动员的心理品质，进行思想政治教育，提高运动员为国争光的自觉性，培养其勇敢顽强、敢于拼搏、谦虚重礼的个性特征。

(4) 掌握柔道比赛的组织、竞赛规则和裁判法，培养训练能力。

上述四条训练任务是紧密联系、互相促进的，在柔道训练中应全面贯彻执行。同时由于训练对象、阶段、时期的不同，在训练中可以有侧重。

随着柔道运动的不断发展，训练原则也在不断地得到完善，现阶段我国柔道运动训练一般应遵循以下几条原则：

### 1.2.1 周期性原则

周期性原则是指整个训练过程循环往复周期性的进行，而每一个周期都应在前一周期的基础上不断提高运动员的训练水

平，从而创造优异成绩。

周期性原则的主要依据是竞技状态形成的客观规律。而竞技状态的形成要经过一段时间的系統训练才能获得。竞技状态的发展过程一般有三个阶段，即获得阶段、保持阶段和暂时消失阶段。专家们则根据竞技状态形成的规律把一个竞赛周期划分为三个周期，即准备期(逐渐形成竞技状态)、竞赛期(提高和巩固竞技状态)和休整期(调整、恢复身体机能)。而每个时期都有各自的主要任务、训练内容、训练手段、训练方法等。贯彻周期性原则主要是根据全年重大比赛时间及柔道运动的特点来安排周期，国内柔道训练一般安排两个周期，准备期训练时间的长短应以能否保证柔道运动员出现竞技状态为准，如果比赛机会较多，则可相应安排三个周期或更多的周期，总之应保证在重大比赛时出现最佳的竞技状态。

### 1.2.2 系统性原则

系统性原则是指运动员从初期训练至出现优异运动成绩，以保持高水平运动成绩，直至运动寿命终结的长期训练过程中，都必须进行多年系统的不间断的训练。

运动员训练水平的提高是一个长期的过程，只有通过持续不断的训练才能逐步提高运动员的身体机能，有机体在身体形态、生理、生化机能和最大限度地发展运动素质，使心理方面产生一系列适应性的良好变化，从而获得最佳运动成绩。要根据柔道运动员的自身特点有计划地逐步增加运动负荷，在训练内容和训练手段的选择上，尽量由易到难、由浅入深。坚持多年、全年的不间断训练。要把课时与课时之间、月计划与月计划之间、周期与周期之间有机地联系起来，使之在原有的基础上不断提高。

### 1.2.3 一般训练与专项训练相结合原则

柔道一般训练是指在柔道训练中运用各种有效的方法与手段，

增进运动员健康，提高运动员各器官系统的机能，全面发展运动素质。可分为一般身体素质训练和专项身体素质训练。一般训练是专项技战术训练的物质基础，能为运动员专项化创造有利条件。良好的身体素质，能促使运动员更快更好地掌握复杂、先进的专项技术，承受更大的运动负荷，有效地防止伤病的发生。而专项训练则能保证发展柔道专项训练所需要的技战术，发展专项所需要的机体机能和专项运动素质，运动训练的最终目的是提高专项运动技术水平，在柔道比赛中获得优异成绩。因此，一般训练与专项训练的关系是紧密结合的。在柔道训练中，只有把两者很好地结合起来，才能收到良好的效果。一方面要打好一般训练的基础，另一方面又要使一般训练尽量结合柔道专项训练特点来进行，即要在柔道训练中按照不同水平和层次的运动员的实际情况，在训练过程的不同时期和阶段，恰当地安排好两者的训练比重。

#### 1.2.4 区别对待原则

柔道运动员之间总是存在着性别、年龄、运动素质、技战术、承担负荷的能力、个性心理等方面的差异，这些就要求在训练中区别不同情况，分别对待，也就是贯彻区别对待原则，即是指在训练过程中，要根据运动员的个人特点，有针对性地确定训练任务，选择方法、手段和安排运动负荷。我国柔道运动训练一般是以运动队的形式集体进行的，这就要求在制订训练计划时既要有针对全队的，又要有针对个人的，不要不加区别地采用统一的训练计划，尽量避免训练的“一刀切”，尤其运动员水平越高，个人的训练计划越突出。当然这要建立在对运动员的情况深入调查，全面了解全队和每个队员的基础上，根据运动员的个人特点安排一定程度上的不同训练。如训练个人绝招技术时，有的队员擅长内股，有的队员擅长双手背负投，在训练中就可以单独留出一些时间让队员练习他们个人擅长的这些绝招技术。

## 班战术训练新闻稿篇二

足球是一项集体性和战术性极强的运动，能够在球场上取得胜利需要球员们紧密合作，并制定合理的战术。在多年的踢球经历中，我不断总结和体会，逐渐领悟到足球战术的重要性。下面我将从防守、进攻、过人、传接和队员配合这些方面，阐述我对足球战术的心得体会。

首先，防守是足球战术中最基础也是最重要的一环。在防守时，球员不仅需要密切关注球场上动态，还要根据对方的进攻方式做出及时反应。防守时首先要做好防守位置的选择，合理的站位可以遏制对方的进攻。其次，要学会盯人防守，随时拉近与对手的距离，切断对方的传球线路。此外，配合的默契也尤为重要，队友之间要有良好的传递和补位，形成防守阵型，以保证球队整体的稳定和均衡。

其次，进攻是足球比赛中最有观赏性也最引人注目的部分。在面对强大的防线时，进攻者需要运用多变的战术策略。在进攻中，要善于利用空间，通过传球和突破来打破对方的防线。同时，进攻者也需要在最佳的时机选择射门，关键时刻的射门决定了比赛的胜负。另外，进攻时的个人技术也很重要，如精确的传球和灵活的运球，都能为球队创造更多的进攻机会。

过人是足球比赛中展示个人实力的重要方式之一。在面对对方防守者时，通过灵活的足球技巧和高超的个人能力，我们可以轻松突破对方的封堵，打破僵局。在过人时，我们要善于运用速度和封堵角度来欺骗对方，同时要时刻保持对方的位置和动作的观察，以找到突破的机会。灵活多变的过人技巧为球队的进攻提供了更多的选择和可能性。

传接球是足球战术中无法忽视的重要环节。在传接球时，我们要注意传球的速度和准确度，确保球能到达目标位置。同时，接球者也要灵活调整身体姿势，以便更好地接住传来的

球，为进攻做好准备。传接球是整个战术体系中的关键一环，如果传接失误，就难以形成有效的进攻，因此，每个球员都应该注重传接球的细节，提高传接球的技术水平。

最后，队员之间的配合和默契是足球战术取得成功的关键。配合的默契需要长时间的磨合和默契，球员们要理解和适应队友的特点和习惯，以充分发挥团队的力量。队员之间的默契关系到进攻和防守的效果，默契较好的球队通常能够在紧要关头做出更快更准的反应。通过经常训练和磨炼，队友之间的配合和默契可以得到不断提升，为球队取得更多胜利奠定基础。

总结来说，足球战术的作用在于整合球队的力量，提高球队的整体竞争力。在防守、进攻、过人、传接和队员配合等各个方面，都需要球员们不断地总结和提高，以逐步完善自己的战术水平。只有在战术层面做到全面优化和细致管理，才能在球场上不断取得胜利。

## 班战术训练新闻稿篇三

战术集训是一种针对特定目标的训练方法，旨在提高战术素养和战术执行能力。在我参加的一次战术集训中，我深刻体会到了战术集训的重要性和带给我的收获。以下是我对战术集训的心得体会。

首先，在战术集训中，最重要的是团队合作的力量。在战术集训中，我所在的小组需要密切协作，学习和熟悉各种战术运用方法。每个人都有自己的优点和不足，但只有团队合作才能将个人的优点发挥到极致。我们的教官教导我们，有效的沟通和协作可以极大地提高战术执行的效果。通过集中精力以及相互之间的互动，我们完成了一次次的任务，从中体验到了团队合作的力量。

其次，在战术集训中，个人的心理承受能力和情绪控制也是

至关重要的。战术集训需要面对各种各样的挑战和压力，在不停地接受任务和训练的过程中，我们需要保持冷静和清晰的头脑。我就曾经遇到了一个非常困难的任务，任务目标异常复杂且环境条件恶劣。整个小组陷入了混乱和恐慌，但是在教官的帮助和鼓励下，我意识到保持冷静和积极的态度是非常关键的。在我调整好自己的状态后，我快速地制定了一个行动计划，并与团队成员进行有效的沟通。最终，我们成功地完成了任务。这次经历教会了我在高压情况下保持冷静和情绪控制的重要性。

第三，战术集训中重视细节的重要性。在战术集训中，一个小的细节可能会在任务中起到决定性的作用。例如，一个小组成员的位置稍微偏离了原先计划的位置，可能会导致整个行动计划失败。在训练中，我学到了一项重要的技能——细致入微。我开始更加仔细地观察和注意周围的环境，为每一个决策做出全面的考虑。通过对细节的关注，我提高了自己的战术执行能力。

此外，在战术集训中，反思和总结是不可或缺的。在每次任务之后，我们都会进行反思和总结，分析目标达成的程度以及可能出现的问题。通过这种方式，我们能够发现自己的不足之处和需要提升的地方，从而改进下一次的训练。这种反思和总结的过程帮助我认识到自己的潜力和不断提高的空间，同时也让我意识到，只有经过不断的反思和总结，我们才能真正成长和进步。

最后，战术集训不仅培养了个人的战术素养，还培养了一种团结合作的精神。在集训的过程中，我们彼此间相互鼓励和支持，不仅互相学习，而且建立了深厚的友谊。这种团结合作精神不仅仅在集训中 useful，也会对我们今后的生活和工作产生积极的影响。在实际生活中，我们需要与人合作，才能更好地完成任务和面对挑战。

总而言之，战术集训不仅提高了我个人的战术素养，也让我

学到了许多重要的技能和品质。团队合作、心理承受能力、注重细节、反思和总结以及团结合作精神，这些都是战术集训带给我的宝贵财富。通过这次战术集训，我深刻理解了，只有通过不断地学习和实践，我们才能不断提高自己的战术素养，成为更加优秀的个体。

## 班战术训练新闻稿篇四

篮球作为一项团队运动，注重团队配合和战术的应用。在长期的训练和比赛中，我积累了一些篮球战术心得体会。在以下文章中，我将从个人角度出发，结合自身经验，分享我对篮球战术的理解和体会。

篮球战术的作用是明确每个队员在场上的位置和任务，以达到最佳配合和团队效果。首先，团队的默契是关键。无论是进攻还是防守，团队的默契决定了进攻的效果和防守的稳固。在进攻时，队员之间的默契可以帮助球队迅速传递和组织进攻，找到对方的弱点，获得最佳得分机会。在防守时，默契可以帮助队员有条不紊地配合防守，封堵对方的进攻路径，减少对手的得分机会。团队的默契需要通过长时间的训练和比赛积累，才能形成。

其次，篮球战术需要根据对手的特点灵活调整。每支对手的篮球风格和球员特点都不同，因此我们不能套用相同的战术对待不同的对手。在比赛前，我们需要研究对手的强项和弱点，调整战术方案。例如，对方内线能力强大，我们可以选择增加外线进攻的机会；对方后卫速度快，我们可以采取全场紧逼的防守战术。只有根据具体情况调整战术，才能赢得比赛的胜利。

战术的执行需要队员的意识和技術能力的支持。对于进攻战术来说，队员需要具备良好的篮球意识，明确自己在战术中的位置和任务，并在比赛中根据战术的要求做出正确的决策。例如，在跑位战术中，队员需要根据战术要求选择合适的位

置，以便接球并进行得分。同时，队员还需要具备良好的技术能力，包括投篮、传球、运球等，才能在战术执行中发挥出最佳水平。因此，训练和提高个人技术能力是非常重要的。

篮球战术还需要队员之间的沟通和信任。在比赛中，队员之间需要进行有效的沟通，及时传递信息和指示，以便更好地配合战术的执行。例如，在进攻中，团队成员需要通过沟通告诉队友自己的位置和意图，方便队友选择传球的方向和方式。另外，队员之间还需要建立起信任关系，相互信任对方能够完成自己的任务，并为团队贡献最大的力量。只有通过良好的沟通和信任，团队才能形成有效的战术执行。

最后，篮球战术需要队员有足够的耐心和毅力。战术的执行过程中难免会遇到困难和阻碍，而这时候就需要队员有足够的耐心和毅力去克服困难，坚持战术的执行。尤其是在比赛中，当对方有精密的防守战术时，我们需要利用战术的优势，通过耐心地寻找和利用对方的破绽，获得进攻的机会。只有坚持战术的执行，才能在比赛中取得胜利。

总结起来，篮球战术是团队配合的重要手段，需要队员之间的默契配合、根据对手调整战术、个人意识和技术支持、沟通和信任以及耐心和毅力。在长期训练和比赛中，我明白了战术的重要性，也体会到了战术带来的好处和困难。通过不断地学习和实践，我相信自己能够提高战术水平，为球队的胜利做出更大的贡献。

## 班战术训练新闻稿篇五

水着时间的推移，高考日益逼近，为了有好的成绩回报父母，老师，我们不得不把心全部倾在学习上。

离高考时间越是短，我们与周公约会的机会就越少。大部分时间都被那厚颜无耻的试卷和作业给占去了。虽然这样，可我的成绩仅仅算得上差强人意，有时候甚至是惨不忍睹，真



让人“伤心太平洋！”

食不知味地吃完饭，忍受着那刀割似的寒风，我火速赶到学校。教室里已是学习气氛达到了高潮，人人都低着头，眼睛盯着书本，恨不得把那手中的书穿透似的。终于，教室里有些爱说笑得人士降低了教室内的“温度”。

正在教室里歌声飘扬，班主任悄然倾入，立刻教室里恢复了原样，只听从教室里传出的朗朗的读书声。

我知道，迎接高考的日子里，苦是当然有的，但没有现在的苦，哪会有将来的甜呢？我想，一切都应是调节我们气氛的调节剂，学习毕竟还是我们眼前的首要任务。

在迎接高考的日子里，一切全要靠自己——