

最新篮球兴趣班的活动总结(大全8篇)

考试总结是一种对个人学术能力的评估和梳理，可以帮助我们更好地规划学习路径。以下是一些学习总结的案例，希望对大家的写作有所启发和指导。

篮球兴趣班的活动总结篇一

通过上一个学期的训练和对队员的观察和了解，本学期进行了队员选拔，共十五名同学成为篮球小组的正式队员，开始本学期篮球兴趣小组的活动，现将本学期活动情况总结如下：

通过对前一学期活动的观察和了解，针对普遍存在的个人技术粗糙，动作不规范的情况和球场上篮球意识不强的问题，制订了本学期活动安排。

宗旨就是在提高队员篮球意识基础上，进行以基本技术练习为主，攻、防战术为辅导训练。在练习中多增加一些知识性、趣味性强的东西。

比如在练习过程中加进一些规则，篮球史，篮球新闻等，扩大队员知识面。再如，把传接球的练习变成游戏“传球触人”的形式，这样即增加练习的次数，同时也练习了另一项技术“急停”“急起”，同时又提高了队员的练习兴趣。队员反馈信息，效果较好。

通过一个学期训练，全体十五名队员都有不同程度的提高，在篮球意识方面尤为突出。在篮球场上的进攻和防守技战术的运用，是比赛的统帅，而每一名队员因地因时灵活合理地运用，就需要良好的意识。

战术的成功关键还取决于个人技术的合理运用。在本学期活动中，全体队员都能按质、按量完成训练内容。无迟到、旷课现象。在训练中，组织一些比赛，随时检验练习效果，了

解每一各队员的情况，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。总之本学期的训练，通过几次比赛的检验，每一名队员都在原有基础上有明显提高。

通过训练比赛同样也发现一些问题，比如，队员身体素质练习较少，影响了技战术的发挥，再如训练次数较少等。总之，在下一学期练习中，解决这些问题，以利于所有队员迅速提高。

篮球兴趣班的活动总结篇二

通过学校领导的精心安排和运动员、教练员的不懈努力，学期初制定的计划基本完成，大部分运动员训练认真按时出勤，个别学生出现缺勤现象，对这些情况教练都做了追踪，及时做了处理。低年级队员身体素质各项技能都较差，在训练过程中接受能力都较差，而高年级学生在训练过程中的各种训练能力远远高于低年级学生。

1、运动员从理论上理解篮球运动的基础知识、基本技术和技能

2、通过一学期的训练基本完成各项训练计划

1、基本功基础较差，动作完成不标准。

2、教学设施较差，学生不能充分练习基本功各项训练。

3、人员不齐，有迟到现象。

4、个别同学个性较强，不能从和全局出发。学习兴趣不浓。

1、教学方法：讲解法、示范法、分解法、完整法、对比法、

预防纠正错误法、练习法等：

2、教学手段：影象教学、个别指导、分组教学等

3、教育学生严格遵守训练纪律，保证每次训练时间。

4、在训练的几分钟左右的时间里，让学生做一些轻松、简单的热身运动，主要目的是创造一个融洽的学校氛围，使孩子们的身体和情绪适应课堂训练的准备，避免用力过度。

篮球兴趣班的活动总结篇三

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。

篮球兴趣班的活动总结篇四

本学期，我负责学生篮球小组活动课的辅导工作，以丰富学生课余生活，提高学生身体素质，促使学生身心能够健康的成长，本学期即将结束，现将活动课活动情况总结如下：

本学期活动课的收获：

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。

本学期活动课不足：

在本学期的活动课过程中，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的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。

篮球兴趣班的活动总结篇五

通过几年大学学习的体会，然后经过几年带队的实践，我发现“准确、快速、灵活”的指导思想，也完全适合于中小学篮

球运动的训练工作。

一、“准确、快速、灵活”的意义及其关系。

“准确”是篮球运动中的一个突出矛盾，通常在比赛中因传球准确性差造成很多失误，或因投篮不准带来比赛的失败。篮球比赛本身攻守双方一切技术、战术的应用和对抗的焦点就是围绕解决能否干扰对方的一切行动的准确性并争取自己尽量多把球投入对方篮圈，因此，不难看出“准确”的重要。

“快速”的目的是为了出其不意，攻其不备，可以造成以多打少；“灵活”是随机应变，克服不利条件，争取有利局势，没有“快”就没有“灵活”，“快”与“灵”为“准确”创造条件，保证“准确”的发挥，“快”与“活”是手段，“准确”是目的，反之，“准确”的动作缩短了时间，争取了速度，“准确”的投篮又逼使对方扩大防区，而对方防区的扩大，更有利发挥“灵活”和“快速”的特长。由此可见，“准确”是三者核心，应占首位。

二、在篮球队训练中的运用自20xx年至今，我一直担任校篮求兴趣小组教练工作，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。

三、训练措施和方法。

“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。

1、把培养的对象和训练工作深入到刚进校的七年级新生，以保证“苗子”的来源，并有较早的起点。

2、学校里一、二线队伍的衔接，以保证“准、快、灵”风格能早期形成和不断提高。

（三）要有计划的认真选材

1、学校里的级际比赛要形成制度化，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。

2、在同年级、同年龄中身材较高、发育匀称、下肢长、手脚大的学生中选取。

3、体能条件优良，除要求速度较快外，着重强调弹跳力好，动作敏捷、灵活、视野宽阔。

4、对篮球运动有浓厚兴趣，意志顽强，能吃苦耐劳。

5、文化学习认真，成绩较好。四、加强训练工作

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”三者之间的辩证关系。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。

“五抓”为：

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、抓对抗。有球或无球对抗，速度对抗，弹跳对抗，力量对

抗，攻守对抗等，重点是一打一的训练。

3、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。

4、抓中锋和核心队员的培养。

5、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。

“三突出”为：

1、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。

2、突出“快速”。加强快攻意识，提高快攻质量，解决好发动快攻的时机，处理好快攻三个阶段。

3、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。

篮球兴趣班的活动总结篇六

在素质教育的今天，课外文体活动越来越显得重要，它不仅使对学科有兴趣和有才能的学生得到生动活泼，自由的发展，更能培养和锻炼学生的实践能力和创新能力，同时还能通过课外文体活动推进课堂教学，提高学生素质。现将本学期的课外文体兴趣小组活动情况总结如下：

一、任务完成情况

本学期课外文体兴趣小组活动组织严密，活动有效。严格按照学期初制定的计划，及早动手，积极筹划，使兴趣小组活动时间、地点、人员固定，保证了活动的稳定性。另外，活动内容全面、具体，教师提前备课，活动时扎实有效。小组成员对活动内容掌握较快，每次都达到了较好效果。学生不仅掌握了更多的知识，而且思维能力、动手能力大大提高，自学能力也有一定发展。

二、主要经验和体会

1、教师要提前备课。兴趣小组活动和其他课程一样，也要有一定内容，但还要更能吸引学生，这就要求教师在活动之前多方搜集材料，精心备课，安排好每一节课的每一环节，以免活动时失控。

2、内容要多样化。本学期主要以学生的兴趣出发，开展多个项目，发挥学生的特长，培养学生的探索问题能力和创新能力以及身体素质的全面发展。

3、针对性教育。活动时要根据每个学生的特点和特长分配不同的学习任务。发挥他们的长处，补足他们的短处，教师分类指导，指定不同的目标，实施不同的教育。

三、存在的问题及改进方法。

活动有时比较缺少目的性，学生不知如何学习。以后要制定具体、明确的目标，严格要求和管理学生，要形成正规的管理模式，制定良好的纪律来规范学生，让学生学有所得。

二十一世纪需要高素质的人才。因此，教师应该把提高学生素质放在首位。兴趣小组活动为培养学生能力提供了很好的园地，我们要充分利用起来，使学生在德育智育方面都能迈上一个新台阶。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

篮球兴趣班的活动总结篇七

通过上一个学期的训练和对队员的观察和了解，本学期进行了队员选拔，共十五名同学成为篮球小组的正式队员，开始本学期的活动，现将本学期活动情况总结如下：

通过对前一学期活动的观察和了解，针对普遍存在的个人技术粗糙，动作不规范的情况和球场上篮球意识不强的问题，制订了本学期活动安排，宗旨就是在提高队员篮球意识基础上，进行以基本技术练习为主，攻、防战术为辅导训练。在练习中多增加一些知识性、趣味性强的东西，比如在练习过

程中加进一些规则，篮球史，篮球新闻等，扩大队员知识面。再如，把传接球的练习变成游戏“传球触人”的形式，这样即增加练习的次数，同时也练习了另一项技术“急停”“急起”，同时又提高了队员的练习兴趣。队员反馈信息，效果较好。

通过一个学期训练，全体十五名队员都有不同程度的提高，在篮球意识方面尤为突出。在篮球场上的进攻和防守技战术的运用，是比赛的统帅，而每一名队员因地因时灵活合理地运用，就需要良好的意识，战术的成功关键还取决于个人技术的合理运用。在本学期活动中，全体队员都能按质、按量完成训练内容。无迟到、旷课现象。在训练中，组织一些比赛，随时检验练习效果，了解每一各队员的情况，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。总之本学期的训练，通过几次比赛的检验，每一名队员都在原有基础上有明显提高。

通过训练比赛同样也发现一些问题，比如，队员身体素质练习较少，影响了技战术的发挥，再如训练次数较少等。总之，在下一学期练习中，解决这些问题，以利于所有队员迅速提高。

篮球兴趣班的活动总结篇八

这学期我们的篮球兴趣活动有序的进行，通过这段时间的练习，我们的队员有了很大程度上的提高，兴趣上也增加了许多，同时也让我看到了学生的另一面。

一、活动情况

1、由于我校的篮球兴趣时间为星期二下午第二、第三节课，一星期只有两节课，有时候碰到下雨天，连教室也没有，因此对于学生来说时间是很紧张的，但是由于学生的兴趣很足，加上前一个学期的学期，本学期在技术上有了一个新的突破，

由于在技术的增强，学生来上课的积极性也高了。上学期的15个增加到了20个学生，说明兴趣是可以随时间改变的。

3、经过训练，我发现少年儿童篮球训练不同于成年人，他们对各项基本技术的掌握是很慢的，需要长时间的磨练，反复的练习。同时我还让学生带球到家里去练习，加强技术的巩固。由于队员的自身素质不是很好，在课中也会增加一些素质练习，以便他们更好的掌握篮球。

二、存在不足与下阶段打算

不足：

1、由于我校在整体篮球的培养上已经落后，所以学生的总体水平很差，要想学生一下子上来需要时间，需要教师慢慢地辅导学生。

2、学生的学习压力导致他们没有更多的时间进行各种体育锻炼。

3、家长的重文轻武的思想还是很重，导致学生的素质下降。

下阶段打算：

1、加强自己的业务素质，多积累经验，运用良好的训练方法、手段。

2、加强学生的基本技术训练、素质练习、力量素质训练、耐力素质训练、速度素质训练。

3、通过小型竞赛的平台，来激发学生的兴趣。