

# 2023年篮球记录台工作总结 篮球工作计划 (优质5篇)

做任何工作都应改有个计划，以明确目的，避免盲目性，使工作循序渐进，有条不紊。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

## 篮球记录台工作总结 篮球工作计划篇一

在新的一年里，我们文体部的工作项目也已经基本制定，一些活动也将陆陆续续地展开。为了丰富校园文化，加强学生的体育活动，推广篮球运动，促进我系各班之间的篮球运动的交流，提高我系篮球的竞技水平，培养我系学生的团体协作和勇于拼搏的精神。在化学系团总支学生分会的大力支持下，特举办此次比赛。

- 1、场地问题：场地是比赛的前提和基础，我们应该在比赛前确定比赛场地，并贴上本系标签，以防止场地被人占用。
- 2、后勤问题：任何一项活动都需要强大的后勤保障，我们应该有强烈的责任心。如计时、记分、为运动员服务等。
- 3、比赛赛制：为了各班级之间赛出实力、水平、风格，我们经过了精心的考虑。将比赛分为a□b□c三个小组进行预赛，每队前两名出赛后再进行淘汰赛，最后循环得出冠军。
- 4、奖项与处罚：我们为这次篮球赛筹集一定的资金，给比赛的前三名一定的物质奖励。而对无故缺席或迟到的队员给予相应的处罚，对那些无故闹事的班级或队员给予严肃的处理。
- 5、在裁判方面：我们请了体育系的专业人士，相信他们会把比赛判得公平、公正、公开，队员们要服从他们的判决，如有意见者可以让其队长与裁判交涉。

最后，预祝本次比赛能赛出风格赛出水平，且取得圆满成功。

## 篮球记录台工作总结 篮球工作计划篇二

为了活跃我校教师的文体活动，丰富教师们的业余生活，充分发挥教师们的特长和个性，使教师们的身体、心理素质以及篮球运动技术水\*有大幅度提高，养成良好的心理状态和较高的篮球技战术水\*，通过训练张扬教师们个性，培养教师们的集体意识和集体荣誉感。并能在今后的篮球赛中取得好成绩，白沙小学行政、工会决定成立一支篮球队，并对其进行有计划、有目的的强化训练，特制定以下训练方案。

教练员：胡有余 赵廷状

裁判：龚德芳 殷明举

队长：王爱进

队员：杨胜福 向国斌 李光才 赵渊 王忠

蔡忠强 孙亮 王世超 刘廷扬 文祖军

徐光良 李林 何天星 刘涛 周明章

目前球队需要加强训练的地方有很多，就球队队员而言：个人技术粗糙，无明显特点，身体素质普遍不能满足比赛要求，缺乏自信心，缺乏比赛经验等。

就球队整体而言：缺乏配合意识，缺乏合理的战术，在比赛中容易造成场面混乱等。

1、加强体能训练，包括上下肢，腰腹力量，移动速度，移动耐力，弹跳能力等的素质，目的是提高各单个素质水\*和在场

上综合素质的整体发挥，为技术、战术的综合运用奠定坚实的基础。

具体要求：每周周一至周五早上训练内容为：长跑白沙千米大街（时间为6:00～7:00下雨天除外），下午放学后在校操场进行战术训练。

2、加大队员个人的技术动作训练，包括对队员的各种运球、急停急起、突破、投篮、抢篮板、接传球等技术的学习，并对所有技术的灵活运用，而训练的重点之重就是接、传球和投篮，目的是使技术动作更娴熟，能在比赛中自由灵活发挥，达到熟练运用，为战术默契配合铺路。

3、加大战术的针对性学习，加强队员的合作精神训练，通过对战术中的徒手移动练习，无对抗性的配合练习，至攻防对抗模拟比赛条件下的配合练习等，目的使队员达到一个较高的进攻和防守水\*，如个人防守和进攻配合等。

4、加大全队进攻战术和全队防守战术训练，包括快攻与防守快攻，半场人盯人防守和进攻半场人盯人防守，区域联防与进攻区联防，混合防守与进攻混合防守以及攻守转换和阵地进攻战术设计运用，目标是我们球队形成“以防为本，以快为主”的战术风格。

5、加强心理素质，临场水\*发挥等训练，通过模拟训练，自我暗示训练，注意力集中训练和放松训练等，目的是解决队员的意志品质问题和个人情绪问题，如坚定的目的性、顽强性、果断性、主动性、自制力和勇敢精神。

训练从20xx年10月9日开始，星期一至星期五下午训练时间为16:30～18:00。早上训练以体能练习为主，下午主要以战术练习为主。

1、训练之前要认真做好训练前的各项准备工作。

- 2、在训练、对抗过程中不能有意识的对球员进行犯规。
- 3、要认真做好准备（热身）活动，防止训练中受伤。
- 4、严格按教练的要求刻苦训练，努力完成每项训练任务。
- 5、训练期间，应努力做到不缺席、不迟到、不早退；有特殊情况不能按时参加训练时须先经教练或队长请假同意后，方能准假。如无故不参加训练3次则通报学校领导。
- 6、希望各位队员严格按训练纪律要求自己，认真刻苦的参加训练，努力提高训练成绩，打出白小教师青春活力、篮球风范。

## 篮球记录台工作总结 篮球工作计划篇三

- 1、秘书处工作会议，总结全年工作，讨论筹备召开七届二次会议事宜。
- 2、召开市篮协七届二次会议
- 3、向兄弟(友好)协会通报全年活动情况，向上级篮协领导汇报工作

二月份：

- 1、秘书处召开会议(市裁判委员会、运动员委员会)落实全年竞赛活动
- 2、召开篮球分会秘书长、市俱乐部负责人会议，布置工作(要求各分会上报全年活动计划、各俱乐部注册登记健全规范)
- 3、秘书处同委员单位第一次联谊活动(塘桥镇)

三月份：

- 1、全市三人制篮球赛暨远投比赛
- 2、邀请浙江省绍兴市篮协领导及篮球队来我市活动
- 3、市乙级队篮球赛
- 4、赴南京慰问看望江苏永联女篮

四月份：

- 1、第二届“工会杯”篮球赛
- 2、秘书处赴灌云县联谊活动
- 3、篮球之路画册汇编座谈会

五月份：

- 1、秘书处去市传统学校调研
- 2、召开市传统学校球队主教练会议
- 3、“塘市杯”篮球邀请赛(拟塘市、泗港、南沙、乐余、后滕、塘桥六队张家港籍运动员)

六月份：

- 1、举办全市村级篮球赛
- 2、举办篮球体育指导员培训班
- 3、全市骨干裁判员培训班

七月份：

- 1、第三届党委村篮球赛(迎接党的十八大召开)
- 2、派员随中小学球队参加苏州市中小学篮球赛
- 3、秘书处同委员单位第二次联谊

八月份：

- 1、市队出访重庆万洲区
- 2、举办中学生、大学生暑假篮球赛
- 3、秘书处去山东威海联谊活动
- 4、市第二届全民健身大联赛篮球比赛。

九月份：

- 1、市第二届女篮比赛
- 2、协助各乡镇农民运动会
- 3、邀请江苏永联女篮来张参观指导并进行联谊活动
- 4、市第二届全民健身大联赛篮球比赛

十月份：

- 1、市“篮协杯”比赛
- 2、邀请太仓市篮球队来我市比赛
- 3、秘书处同委员单位第三次联谊活动

4、“泗港杯”篮球赛

5、市第二届全民健身大联赛篮球比赛

十一月份：

1、第六届市社区篮球赛

2、秘书处去苏州大学体育学院联谊活动

3、市第二届全民健身大联赛篮球比赛

十二月份：

1、市第二届全民健身大联赛篮球比赛

## 篮球记录台工作总结 篮球工作计划篇四

### 一、工作目标

本学期篮球协会总体目标是高质量地举办各项篮球比赛，提高球赛的参与度，调动更广大的同学参与这项体育运动，推动南丁卫校篮球事业的发展。还要提高本社团成员的篮球知识水平和举办球赛的技能，提高本社团的整体素质。

### 二、工作的重点

本学期篮球社团的工作重点仍然是各项篮球比赛，其次就是办好社团之间的联谊活动和各期的会员活动。

### 三、学期计划

本学期的篮球社团活动主要分三类：第一类为各项篮球比赛。包括教师友谊赛、班级篮球对抗赛和篮球“三对三”比赛。第二类为本协会内部的各项活动。包括部门的例会、各项培

训活动和各类联谊活动等。第三类为会员活动。包括协会纳新活动、每个月的会员活动和不定期举行的形式多样的小型会员活动。

#### 四、本学期活动列表

##### (一)9月1日—30日的活动:

1. 协会纳新。 篮球协会将在九月初开始纳新，向一年级新生宣传、展示篮球协会的风采，积极招收新成员。
2. 教师友谊赛。 篮球协会将邀请本校老师进行一场友谊赛，增进同学们与老师的感情，感受老师身上独有的魅力，同时也向老师们展现我们南丁学子的风采。

##### (二)10月1日—20xx年1月30日的活动:

1. 班级篮球对抗赛。 十一以后，我社团将组织各个班级之间进行篮球对抗赛，以此提高我校的篮球氛围。
2. 社团联谊活动。 篮球社团将会与其他学生社团共同举办一些联谊活动，让我们互相合作，相互交流，共同进步。

##### (三)2月1日—4月30日的活动:

1. 篮球“三对三”比赛。我协会将会在下学期举行篮球“三对三”比赛，为广大爱好篮球的同学们提供一个展示自我才华的平台。

##### (四)常规活动:

1. 会员活动。本学期的会员活动主要分两部分。第一，每周日下午会员将在校篮球场集合进行简单的训练;第二，每月月底举行协会内部会议。

2. 篮球裁判培训和篮球比赛工作人员培训。为了提高本社团成员的专业水平，提高篮球比赛的质量，本协会将会邀请资深的人员对本协会成员进行相关的知识技能培训。

## 篮球记录台工作总结 篮球工作计划篇五

“机械之星”篮球联赛一直是山东大学机械学院每年都要举办的赛事，学院和团委一直非常重视。每年都产生很大的影响，而且因为持续时间达数周，因此每次联赛开始前，学院方面都会组织很多时间很多部门来准备。渐渐也成为在本校区影响很大的一个固定活动。每年的参加队伍是整个机械学院的各个班，因此该项赛事也在全体学生心中的知名度很高。该项赛事一直以“机械之星”命名，已经是本学院一个影响较大的品牌活动。此次的比赛体育部也格外重视，特制订以下计划。

### 比赛规则

- 1、比赛时间分四节进行，每节12分钟，第一、三节结束休息3分钟，中场休息5分钟，比赛期间只罚球和暂停停表，其余时间不停表（比赛最后2分钟按国际标准停表）。
- 2、队服统一，并印有号码，不得两名队员随意更换球衣，如有意外情况，提前告知裁判。
- 3、两队全场各有4次暂停机会，每次暂停1分钟，故意拖延比赛则视技术犯规。
- 4、进攻3秒违例，明显24秒违例，无防守3秒。
- 5、每节全队犯满4次罚球，个人全场犯满6次退场。技术犯规两罚一掷，两次技术犯规直接退场，技术犯规对方罚球者任意。

6、换人不限次数，死球换人，换人未报告裁判视技术犯规，其余比赛规则按国际标准比赛惯例，由裁判把握。

7、每班组队上限12人，一名队长和十一名队员，名单上交体育部。另外每班组织一人记时，一人记分，为本班比赛时服务，如班级服务人员未到，则视该队放弃比赛。比赛规定时间十分钟以后，仍然不能比赛的队伍视为弃权。

8、共22支球队参赛（06级按自然班组队，07级工设文理组为一队，08级工设文理组为一队），共分a.b.c.d.e.f.g.h八组，每组第一名出线入八强。若出现两队获胜场数相同，则按两队胜负关系决定名次，再者则查看小分。入八强后采取交叉淘汰。

9、比赛按淘汰赛累计设得分王单项奖；团队奖项除常规的冠、亚、季军外，特设最佳团体奖，奖给场下表现最文明、最活跃、给予场上球员最多支持的班级；另设4名优秀裁判，均颁发奖状。

10、各班将有篮球常识，了解篮球规则的有意愿做裁判的统一上报，名额不限，要求具有一定的裁判技术。我们将对有资质的裁判进行培训和指导。

注意事项：

1、友谊第一，比赛第二。参赛双方应致力于保持整个比赛始终在文明友好的氛围中进行，双方队长更应起模范、领袖、控制场上气氛作用。

2、比赛开始前一分钟，双方队长组织全体队员到场地中央列队握手致意。

格。

- 4、只准队长向裁判提出暂停申请，裁判只接受队长暂停申请。
- 5、比赛双方提前协商找好场地，自行通知该场比赛执法裁判，用球及记时器自备。

注：

- 1、括号内为比赛开始时间和裁判所在班级，请裁判注意时间，按时到达。
- 2、如有事比赛不能按时进行，双方应另外商量好比赛时间，并报告给体育部。

活动时间

10.10晚抽签分组，10.12开始揭幕战，11.01颁奖仪式。

活动预算

冠、亚、季军、最佳团体奖、四名优秀裁判奖共八个奖状和油笔

20元

复印比赛规则费用

10元

4个金属哨子

20元

共计50元

（如能拉来赞助，则作为购买奖品，奖品数量和质量与赞助

金额相关。)

机械学院体育部