

# 选拔篮球教练工作总结 篮球教练年终考核工作总结(优质5篇)

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

## 选拔篮球教练工作总结 篮球教练年终考核工作总结 篇一

一般身体训练的目的是为了增进运动员的身体健康，提高集体的机能，发展运动素质。在训练过程中主要以一般速度、力量、耐力等素质为主，因为它们是技术、战术训练的基础，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。因此，在本学年训练过程中，我根据小学生的年龄特点，采用小强度，循序渐进的手段，并通过各种游戏方法来激发他们的练习兴趣，在潜移默化中提高他们全面的身体素质。

### 2、专项身体训练

篮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，紧密结合篮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篮球技术、战术的特点和要求进行的专门素质训练；一种是直接结合篮球组合技术与战术进行的。本学年，我着重加强了快速跑蓝的能力和传接球的隐蔽性的训练。

### 3、技术战术训练

全面掌握技术，是提高技术水平和灵活机动地运用战术

的基础。技术全面是发挥重点技术的保证，重点技术又能带动和促进技术的全面发展。因此在全面训练的基础上，特别注重突出重点，从中发现与培养队员的特长技术。使队员逐步形成能充分发挥自身优势的个人技术特点。所以根据队员自身的特点，在训练中贯彻全面、实用、准确、熟练的要求。本学年，针对有市的比赛任务，因此在训练中，加强了对我校篮球队队员的对抗练习和联动防守的技战术要求。

## **选拔篮球教练工作总结 篮球教练年终考核工作总结 篇二**

### **一、耐力训练**

篮球运动对抗性很强，运动员始终保持旺盛的斗志，这就要求我们的学生有一定的耐力，我以一定的训练强度来训练他们。要求每天早晨训练前至少跑六圈，这也是准备活动的一部分。因为我们的运动员来自不同的班级，针对年龄特点，训练的强度由弱至强。

### **二、球性训练**

球性训练是篮球队员必不可少的一项基本功。没有良好的球性，对于今后篮球专项的技术很难掌握。我们的队员对篮球有着共同的兴趣，但对于球性参差不齐。为此在训练前十分钟的球性训练中，我要求队员每人一球，做到球不离身，人到哪，球跟到哪！从小养成习惯，这对于以后的训练是很有帮助的。对于球性训练内容主要以跨下绕球、两手交换拨球、上抛球等等。针对个别有难度的学生我重点辅导，做好示范动作，每次练习的内容都要求学生向我汇报演示，我及时纠正。同时加强队员之间，师生之间在技术方面的交流，有利于队员克服困难，对学好篮球充满信心。

### **三、技术训练**

我们的这些队员对篮球有着强烈的兴趣，但并不是人人都能掌握复杂的篮球技术。况且这些队员来自不同的班级，年龄特征决定我训练内容呈梯形分布，有简单到复杂，比如：五、六年级以运球传球为主(行进间运球、运球急停、运球突破、双手胸前传球、反弹球、肩部传球等等)，六年级则要求较高，因为他们训练目标不同。所以以运球、传球、投篮(原地单或双手投篮、三步上篮等)，简单的战术(传切配合、掩护配合、防守战术，快攻等等)，也就是说能打简单的比赛。

总之，本学期队员们在平时的训练中学到了许多篮球知识和本领，我将一如既往认真细致地做好学校安排的各项工作。

### **选拔篮球教练工作总结 篮球教练年终考核工作总结 篇三**

- 1、认真做好热身活动，给对方一定的气势（先声夺人），比赛时传球要安全到位，减少失误，不埋怨，多鼓励；暂停立即跑回队员席，认真听教练部署。
- 2、防守时以人为主，随球移动，切断人球的直线，限制区要重点保护，把进攻队员卡在远离篮下，形成对方停球就立即上去夹击的意识。
- 3、篮板球是比赛的生命，抢篮板球要做好卡位和预判，抢到球后注意保护，拿不下球时可以点拨给同伴抢。
- 4、核心队员受到紧逼是就近的队员去挡拆，核心队员不要无畏的跑动，利用同伴的掩护再跑动要球，切莫急躁。
- 5、前锋队员进攻时注意底线穿插跑动，拉开进攻位置，防守时注意相互提醒底线穿插；拿球要有进攻意识，吸引防守，视角要广，注意策应分球。
- 6、牢记跳球战术和底线球战术，当裁判吹底线球时队长马上

喊落位，后卫拿到球后喊跑动；对方底线球时要注意防守位置，保护篮下。

7、后卫要有快下意识，当对方投篮先往后侧身移动，两线快攻要拉开位置快下，吸引防守再传球，前锋跟进补篮。

8、不无畏地犯规，注意找对方的特点，有针对的防守，五个队员那个弱的防守可以松些，强的可以相互协防，被裁判吹罚犯规后要注意不犯同样错误。

9、我方罚球时做好紧逼部署，罚球后立即紧逼；对方紧逼时注意摆脱反跑，往前场空档跑并做好接应，球往前斜传。

10、尊重对手和裁判，漏吹不要埋怨，不打情绪球，要有良好的球品，心智要稳重。

## **选拔篮球教练工作总结 篮球教练年终考核工作总结 篇四**

### **一、思想作风**

思想作风是球队思想教育的一个很重要的部分，只有严格管理和科学训练相结合，才能培养出技、战术、身体素质良好的球队。为达到目的，我在训练中坚持从难、从严、从实战出发，培养勇敢、顽强的战斗作风，以集体为最高荣誉，把这种硬作风渗透到训练场上，和队员学习生活中去，并始终作为一项最重要的任务来抓。

### **二、身体素质训练**

在进行一般训练时，主要以速度、力量、耐力等素质为主。进行专项身体素质训练时，主要以两种形式进行训练：一种是紧密结合单个篮球技术、战斗的特点和要求进行的专门素质训练；一种是结合篮球技、战术意识进行的专项训练。

### 三、技、战术训练

在全面训练的基础上，特别突出重点练习，从中培养学生的篮球组合、跑位、传球、投篮、掩护等技、战术的专项意识，使队员充分发挥自身的个人技术特点，强调以几个点为中心，加强掩护，反跑，和空切的小局部配合，力争全面、实用、准确、熟练，并在实战中检验。

### 四、改进

- 1、加强实战训练，锻炼心理素质，但要注意适度，防止受伤及体力下降。
- 2、比赛前的兴奋度需提高，并且不能轻视对手，对于实力较弱的对手我们打出水平，绝不留情；对于实力较强的对手，我们严防死守，不放弃，避免失误。
- 3、好的训练方式继续发扬下去。
- 4、赛前调查对方的实力和基本概况。

由于在选拔队员方面中存在问题，加上学生全是新选拔的队员，没有任何基础，只有个别女生有点基础。为能培养一支作风过硬、技、战术精良的女子篮球队，我会努力不懈，为振兴我校女子篮球事业做出更大的贡献。

## **选拔篮球教练工作总结 篮球教练年终考核工作总结 篇五**

体育传统项目学校是指多年来该校在一或两个运动项目上已具有广泛的群众性和相当的运动水平，长期以来形成传统的学校。我校自二0\_\_年被市教育局、文体局确定为“青少年篮球业余训练网点校”以来，把普及篮球项目做为学校特色项目来抓。随着我校篮球运动广泛、深入开展，近年来，这一

运动已经成为我校展示体育风采的一道亮丽的风景线。我校篮球运动的普及和水平的提高均得到上级与同行的认可与肯定。

为进一步弘扬我校篮球特色项目建设，使我校篮球运动普及和水平再上一个新的平台。本人认为，在今后教学组织、训练及机制管理上还应做到分层递进，整体提高。

## 一、构建篮球课堂教学内容体系和教学策略

要使全校学生普遍参加篮球活动，人人都会玩篮球，课堂教学是基础，它是学生获取篮球知识，掌握篮球技能的主要阵地。

在现行体育与健康(小学)教材中篮球教学内容没有形成体系，教学目标不够明确，给教师的教学带来很大的盲目性。我们应综合体育与健康各年级教材，根据不同年龄阶段的学生身体发育的特点，对1--6年级教材中的一些选学内容进行适当的调整，合理的安排篮球教学内容和辅助素质练习，从而达到分层递进，不断提高训练水平。

### 1、教学内容分层安排：

一年级安排以原地左、右手运球、面对面抛接球、直线跑、跳等练习；

### 2、篮球课堂教学策略：

(1)从培养和发展学生的兴趣入手，力争每堂课前安排熟悉球性或篮球相关的练习。

(2)要求教师对篮球基本技术教学，动作要规范、正确。

(3)篮球技术教学与身体素质练习相结合。

(4)要切合小学生的实际情况进行教学，不急于求成。

(5)篮球教学内容列入学期考查内容中，布置给学生，让学生明确目标，促进自学自练。

二、构建以三个保证为前提，以课堂教学为主线、以比赛为动力的活动模式

(一)做到“三个保证”

1、场地器材保证：学校应对全校训练的场地合理安排规划，并为年段或班配备相应数量的小篮球，保证体育课教学、活动的顺利开展。

2、时间上的保证：各年段每月安排二节篮球教学课和一节活动课，进行篮球基本技术的练习。

3、辅导人员的保证：由体育教师、班主任、体育委员、体育小组长组成阶梯型辅导队伍。具体分工：体育教师负责技术指导，班主任全面管理，体育委员和体育小组长负责各小组的分组练习。通过教师指导、学生互帮互学，促进各年级运动水平的提高。

(二)以“教学”为主线：专任教师以学校制定的篮球训练目标和要求，根据各年级训练内容，认真抓好学生基本动作和基本技能的训练，上好普及班、提高班、课外活动课。激发学生兴趣，为提高普及和整体的运动水平奠定良好基础。

一年级以原地左、右单手运球、直线运球比赛等；

“学而不练则不熟，练而不比则没提高”。通过课外活动丰富多彩的篮球比赛，让学生发现自己的不足，学到别人的各种长处，促使他们在今后的学习中更加主动的去参与学习；同时能培养学生不怕苦、不怕累、勇敢顽强的拼搏精神；培

养组织、判断、反应能力，提高学生整体综合身体素质。通过比赛我们可以看到学生在比赛场上表现出来的意识、能力的进步。

良好的教学氛围，是一种具有感染性的催人向上的教育情境，能

使学生受到感化和熏陶，产生感情上的共鸣。它直接影响到师生的关系、双方信息、感情上的交流以至整个教学效果。积极向上的气氛符合学生求知欲的特点，这是教学的基础，也是学生进行创造性学习的必要条件。校园媒体在学校素质教育中发挥着举足轻重的作用，是学生收集信息、增长知识的阵地。我们充分利用这一阵地，对学生进行篮球运动的宣传。学校体育教研组可指派一些学生收集、整理、出刊、播放篮球知识和信息。

具体采取的策略是：

1. 利用每周的“校红领巾”广播站，开设“篮球乐园”栏目，播放篮球知识，国内外篮球战况，篮球节目预告等。
2. 以班级黑板报为阵地，每学期刊出二期以篮球为重点内容的体育专刊。
3. 发挥学校宣传窗作用，展示本校学生中涌现出来的篮球尖子的运动身影，个人简介，校篮球队参加各级比赛的获奖情况。展示国内外优秀篮球运动员的图片资料。以此来激发学生的学习热情，形成“比、学、帮、超”的活动氛围。
4. 利用科教手段在下雨天的体育课、活动课转播国际国内的篮球赛事，放映实况录像，观看篮球基本功、基本技能的教学片。

通过以上手段，让学生逐渐了解篮球比赛规则，强化比赛规



则意识，学会欣赏比赛；在形象生动、气氛热烈的比赛场面中受到感染，激发学生的兴趣，形成良好向上学习动机。