

2023年篮球比赛的心得体会 篮球比赛激烈的投篮比赛(汇总8篇)

军训心得是参加军事训练后对所获得的经验和感悟进行总结和概括的一种书面材料，它可以帮助我们反思成长和提升自我，我想我们需要写一份军训心得了吧。每篇学习心得范文都有其独特的观点和思考，可以帮助我们开拓思路和拓宽视野。

篮球比赛的心得体会篇一

上课铃响了，老师拿着一个桶、两个气球开始投篮比赛。游戏规则是这样的：1. 把我们分成两队，轮流开始投篮，进球获加一分。2. 输的队伍要跳兔子舞。

开始了，老师把我们分成了红队和蓝队，而我就在红队。我们把气球当作篮球，把垃圾桶比作“篮筐”。首先是李依憬和曹明福pk，结果都没投进去。下一组是刘依依pk崔宇轩，蓝队先上，崔宇轩是左脚在前，右脚在后。看这样子必定是胸有成竹，胜券在握。他往前一抛，球像幽灵一样飘来飘去在桶上面跳了几下就被弹飞了，我们哄堂大笑，轮到刘依依了，她走到投“篮”的地方，把球往前一丢，结果也被弹飞了，他们两个都无精打采坐到了座位上。

终于轮到我了，我的对手竟然是腿长手长而且比较胖的曾安宏，他身体向前倾斜一点，手伸过去一投，真是不可思议，气球磕磕碰碰地进去了，真厉害呀！该我了，我放轻松投，结果还是被弹飞了，我垂头丧气地回到座位上。聂海帆过来跟我说：“别灰心，反正还有机会的，有句话说得好‘失败是成功之母’。”听了他的话，我一下子信心满满的，后来终于投进了球。

通过玩这个游戏，我发现比赛的输赢并不重要，更重要的是

你要参与，只有参与，才能品尝到更多的快乐。

公众号：沅江开心作文教育

篮球比赛的心得体会篇二

上个星期天，我去晋华中学打了一场篮球比赛，结果，我方以一分之差输了这场比赛，但我们并不沮丧，我们也展示了自己的风采。

那天，当我来到场地时，发现人全来了，我迅速换上球衣，加入了战斗。

比赛进行的异常激烈，时而我方得两分，时而对方进一球。这时，球传到了我的手里，我开始跑动着，忽然，一个红*的影子一下子闪到了我面前，我定睛一看，原来是一个大高个，他的防守几乎滴水不漏，我不假思索，做了一个假动作，刹那间，我向他裤子缝隙中投出了这一球，球顺利的传到了我方队长的手上，可队长前面却多了两道“人墙”。

队长弯着腰，篮球在他的手里前后左右不停地拍着，两眼也滴溜溜地转着，寻找着突破的机会。忽然队长加快了步伐，左拐右晃，冲过了两层防线，来到了篮下，一个虎跳，转身投篮，篮球在天空中划过了一个优美的弧线后，落在了框里，我们都大声欢呼。

这场比赛，我们发挥出了自己的真实水平，而且我明白了一个道理：比赛不到最后一刻，就不能有一丝松懈。比赛如此，学习做事又何尝不是如此，我会吸取教训，我相信，下次我们一定会赢的！

篇二：激烈的篮球比赛

今天是我班

篮球比赛的心得体会篇三

四年级时的篮球比赛，同学们的激情一直深深地烙印在我的脑海中。

那年秋天，我们终于迎来了期待已久的篮球比赛。当听到广播里报出“接下来，请四年级男生到操场上进行比赛”。我们班全体同学信心十足地来到篮球场上，此时比赛场上已经人山人海，热闹非凡。

当轮到我们班和403班的男生比赛时。我们班的男运动员早早穿好球服，心中有必胜的把握。他们围成一个圈，把右手叠在一块儿：“402，必胜！耶！”

比赛开始了，裁判员吹哨开球，只见裁判把篮球用力往上一抛，余云祥找准时机，把篮球拍到空中，李佳阳同学快速跑过去夺球，像游龙一般运球到篮筐下。其他几名运动员一边保护着李佳阳，一边严防403班的运动员，害怕有任何闪失。这时，李佳阳同学猛地一跳，球进了。这时，我们班所有同学都欢呼起来。

经过短暂的中场休息，同学们布置好了战术，准备在下半场有更好的发挥。

“嘟”，下半场比赛开始了。韩x同学从对方手上抢过球，正准备传给队友时，突然对方的“篮球天才”跑到韩雨泽旁边，一把把球夺过。我方球员哪肯罢休，穷追不舍。这时，胡原康同学跑到对方“篮球天才”旁边，像一条蚯蚓一样，神不知鬼不觉地从对方手上把球夺了回来。最后，胡原康纵身一投，球，又进了。场边，欢呼声，惊叫声响一片，连楼老师也跳了起来。

那场篮球赛已经过去几年了，那鼓舞人心的场面，至今想想，还记忆犹新，意犹未尽。

篮球比赛的心得体会篇四

为期一周的20xx新生杯篮球赛，在紧张、友好、竞争的氛围中已经顺利落下帷幕。在我班的运动员团结拼搏和全体同学的积极配合，我班取得了令人满意的成绩：男队冠军。在此，我对同学们取得的好成绩表示衷心的祝贺和感谢！

在比赛场上，运动员努力拼搏，战胜重重困难，取得一个个的胜利。运动场下，啦啦队热情高涨，拼命地助威呐喊。每个同学都在为自己班级的荣誉而战、而呐喊。

通过本次活动，增加同学们对篮球运动的喜爱，加强了班级间的交流，增进班级之间的友谊，加强同学们的合作，展现班级风采，更重要的是增强了班级凝聚力，提升团队合作精神，有利于各班向更好的方向发展。同时，锻炼了球员，发现了人才，促进了我班蓝球队发展。

友谊第一，比赛第二。运动员表现得比较文明，没有顶撞裁判，没有恶意犯规行为。通过比赛，我们发现其他班级的优点和我们班自身的不足之处□xx班整体实力很强，个人能力也不错，我们班整体实力比不上xx班的，但我们班在身高占优势，个人能占了些优势。经过这次比赛，我们要取长补短，使我们班的球队更强、更牛。

同时，在比赛的过程中也发现了不少问题：

1、女篮方面，由于我们女同学平时缺少运动，所以没有取得出线资格，希望女同学平时要多些运动。

2、个别同学表现出对裁判不服从，这是我们今后要注意的。裁判都是公正的，有时看不到，出现了错判、误判是正常的。比如我们队员犯规了，裁判没看见没判罚，或是对方队员犯规了，没看见没有判罚，这就体现了公平嘛！在比赛中，如果我们对裁判指指点点，裁判可能会对我们裁判得更严，对

我们更加不利。

3、啦啦队有时表现不够文明。啦啦队不能喝倒彩，我们队进球了就鼓掌，对方球员进球了我们的“咻”。对方球员进球了，我们可以不鼓掌，但不能在那里“咻”。

4、后勤组织不力，没有认真组织好后勤。兵马未到，粮草先行。没有安排好打水的同学，导致运动员有时没水喝。打完比赛后没同学拿水桶回来，或是没有把用过的一次性杯子拿到垃圾桶处扔掉。

5、纪律有些松散。一些队员在没有取得年级、班主任的同意下，私自用自习堂时间去练球，或者是早退。不管是为了班级利也好，为了年级甚至学校利益也好，这都是违犯学校纪律的行为。球赛结束了，希望全体同学从今往后，要向纪律好的同学看齐，严格遵守学校纪律。总之，在次比赛中，我们班赛出了风格、赛出了精神。

我们要在以后的班级工作中积极发挥集体的力量，群策群力，把我们xx班建得更好。同学们要把在运动场上的努力拼搏、不怕精神运用到学习上来，为二年后的高考成功作好充分的准备。

篮球比赛的心得体会篇五

本站：校园里的篮球比赛令人难忘，激烈的篮球比赛在作者的笔下仿佛在我们面前重现，下面我们一起来看看这篇《难忘的校园生活》

“加油，加油！”如果你是要问这是在干什么？那我会很自豪的告诉你，我们学校正在举行一年一度的篮球比赛，什么？你要知道过程，哪让我慢慢道来。

比赛的人终于选了出来，他们在比赛场上英姿飒爽，一路上毫无阻碍。最精彩的一次是在与六(7)班的对抗。我们班的杨远和汪柏原互相配合，杨远主攻，汪柏原替他开路，不一会儿就拿下了六分。可七班的实力也不容小视，一杯茶的功夫就把比分扳平了。时间到了，我们班与七班以11:11打平了！体育老师让每个队员都要上去投一只球。前面的人都没有投中，我们队的最后一个队员上场，他表情凝重，他知道这一球会决定我们班的命运，“嗖”的一声篮球直接就进了！“球进了！”全场沸腾了，我班以12:11投进，获得了胜利，真的好悬呢！

这次篮球赛是最扣人心弦的，胜利来之不易，是全体参赛同学的努力合作得来的！

篮球比赛的心得体会篇六

说实话，我并不喜欢篮球，我就是一个小女孩，篮球这种运动我确实喜欢不起来，我以前也打过篮球，但是，不是我打篮球，而是篮球在打我，我怎么都控制不住乱蹦的篮球。虽然我不喜欢打篮球，但是篮球比赛，我却看得津津有味。

这不，昨天班级里的体育课上就组织了一场篮球比赛，两对，一节课的时间出胜负。场上的人是我班与隔壁班的男生，他们都打得一手好球，高高的个子，长长的腿，光看着，就觉得这一场篮球比赛会精彩异常。

哨子一声响，比赛瞬间开始，篮球在他们中间不停的窜过来窜过去，一会在我班男生手里，一会又去了隔壁班男生手里，不一会又抛出好远，整个过程看得我们尖叫连连，我们女生将场地围住，目不转睛的看着场上的比赛。

第一球，隔壁班赢了。原本抛飞的篮球被隔壁班的那个高个

子男生截住，篮球一到他的手上瞬间就活了，他过五关斩六将直冲我方的营地。最后一个灌篮，场地上一片欢呼。

欢呼的大都是隔壁班的女生，我们班的人不管场上的男生，还是在一旁为他们打气的女生，都有些失落，毕竟输了，怎么都不光彩。

“三班加油！”

我们班长突然喊了起来，这一声加油就像火折子碰上了天然气，轰的一下，场地上沸腾了。

在班长的带头下，我们班的女生都来了精神。

比赛再次开始，这一次，不仅是场地上球赛激烈非常，就连站在一旁观看比赛的两班女生都开始了比赛。

场上是篮球比赛，场下是声音比赛。

男生们的身影在赛场上不停窜动，女生们加油的声音也你来我往，此起彼伏。

这一场篮球比赛最终以平局落幕，在我看来是最好不过的结果。在这场比赛中每一个都用心用力，平局没有辜负每一个人的期望。

篮球比赛的心得体会篇七

1. 有一种付出是徒劳的，错误的路上走得再远也是错的。
2. 只见潘吉迅速抢过对方的球，然后旋风般的转身，把球投向篮筐。
3. 即使全世界抛弃了，还有篮球陪伴着我。

4. 胡燕抢到了球，她就往我这儿扔，当时我身边一个人也没有，我便顺利地带球前进，可不一会儿对手便涌上来，顿时，我身边涌满了人，我看见王霞那儿没有对手就把球传给王霞，当一班的队员回头时，已经来不及了，因为王霞已经把球投进了篮筐，我们得到了宝贵的分。

5. 天气先生提醒您，霜降到了，注意添衣保暖；霜降已到寒冬将来，愿你霜降快乐，心情天天愉快！据说，霜降这天上帝会降临人间，在这天将祝福送给自己的心上人，上帝就会让他的烦恼随霜而逝，好运随霜而降。

6. 裁判员鸣笛，战幕拉开了。

7. 甜甜文案我还没想好，甜甜的我你先抱一抱。

8. 只有一条路不能选择，那就是放弃的路，世界让我遍体鳞伤，但伤口长出的却是翅膀。

9. 我们班同学先拿到了球，立刻向对方篮下攻去，迅速投篮，哎呀，没有进！这时在篮下另一边站着的我们班另一位同学一抬手拿到了球，他又之后投了一次，噢，进啦！我们高兴地欢呼起来。

10. 本次活动由陕西铁路工程职业技术学院院团委主办，由体育教学部院团委裁判协会协办。出*本次活动的领导有：院团委副*候峰教师体育部主任文教师吴玉新教师电信系雷波教师管理系吴鹏飞教师秦涛教师刘利新教师轨道系马圆圆教师和机电系赵燕津教师。

11. 这是一场精彩的竞赛，双方队员都发挥出了最好的程度，氛围慌张，全场高潮迭起。本次竞赛大一队的成功，不仅仅体现出他们得拼搏精神，也体现出他们团队的团结精神。

12. 直到最后一刻，都不能放弃希望。一旦死心的话，比赛

就已经结束了。

13. 也许有天我会停下脚步休息，在一曲华丽的挽歌声中，躺在我的墓碑下，那将会成为全世界篮球迷心中的一座丰碑。

14. 不管明天了，至少把今天过好，要对得起自己。

15. 双方都奋不顾身的去抢球，争取在对方没入球之前得分，突然我班吕润泽抢到了球，来了个三步上篮，进了！只见赵宜煊抢过对方的球，然后旋风般的转身，把球投向篮筐。眼看那球轻轻的擦拭了一下篮筐，又掉到地上了。“唉！”同学们都为此感到可惜。高个子荆紫涵立刻大步流星接住了球，拍了几下，跃起身子一跳，在最关键的一刻球进了。篮球场上响起了一片掌声。（实事求是的说，我们英勇的女孩救了第一场比赛。）

16. 光有理想，却不愿为之努力，那样的理想只是空想。

17. 你不可能变得比我更好，因为在打篮球上，你花的时间绝对没有我多。你也想花时间投入到篮球中，但是你做不到，因为你总是有其他事情要做，其他责任要去承担，你会分心。所以，我已经赢了。

18. 为了丰富大学生的课余生活，提高大学生的综合素质，增强团队精神和团体凝聚力，展现大学生积极向上的风貌，由体育系学生会主办的年“迎新杯”篮球赛于月日拉开了帷幕。

19. 想要追风，你首先得进入风中。

20. 对人对事都掏心挖肺的，最后，却只把自己感动了。

21. 我想和你在一起，却也只是想想而已了。

22. 我有一瓢酒，可以慰风尘。
23. 你会爱我到什么时候、你会陪我到哪个路口。
24. 在顺境中修行，永远不能成佛。
25. 大学3年里，感谢你们一直陪伴着我。照顾着我，让我在这距离家2000公里外的地方依然体会到家的温暖。
26. 孩子，你的到来点亮了我们的生命，为我们的生活赋予了全新的意义。
27. 这时，李雾抢前一步，断到了对方的球。
28. 我认为无论在什么地方，把人和人区别开来的都不是肤色，而是天赋和你流过的汗水。
29. 我只想要带着自己的幸福，走一个人的地老天荒。
30. 得到一切，必须付出一切、征服一切。
31. 唯有流离之人才懂那物是人非的痛。
32. 我现在所做的一切，都是为了追求更加完美。
33. 哭，并不代表我屈服；退一步，并不象征我认输；放手，并不表示我放弃；微笑，并不意味我快乐。
34. 夏有凉风，冬听雪。

篮球比赛的心得体会篇八

“加油！加油！”随着观众的呐喊，篮球比赛举行得越来越激烈。

烈日炎炎，阳光融融，阳光猛烈地照射在运动员身上，只听见运动员叫喊声，每个人都是汗流浹背。队员们都聚精会神地盯着篮球，如同猛兽在盯着猎物。此时，队员们有的在截断别人的球，有的在防守主力，有的在抢球。

这时，对面的王小明抢断了我方的球，直接快速地跑进二分界内。他正准备投球，被我方的队员给盖帽。此时，场上出现了死一般的寂静，只有篮球碰撞地面的声音。这时，张虎，突围进去，截断了正要投球的王小明。张虎猛地抓住球，只见对面的队员做出很快的反应进行防守。

“快到那边去！”只见张虎大喊一声，我主力李小冲上去，抢断对面主力的球。此时，场上响起了一阵掌声，“加油！加油！”我只见李小，转身一投，“嘭”中了，这两分打破了两方的平衡。

“叮”随着裁判的哨声。第一场结束了，队员们都在商量着战术。“双方队员请上场。”队员们上场了，李小运着球，只见他的手心充满着汗，他的脸露出自信的笑容，他的眼神中充满了必胜的光芒。“这是要干什么呢？”我心想。“难道是要投三分吗？”只见他从容地跃身一跳，双手做出标准的投篮动作，球像支离弘的箭快速地射向球框，“砰”的一声球中了。“叮”比赛结束了。

我们胜利了，这是一种无比的荣耀，这种荣耀一直照射着我心头。