# 2025年篮球活动总结(优质9篇)

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2025-07-06

*总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。那么，我们该怎么写总结呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。篮球活动总结篇一为了丰...*

总结是在一段时间内对学习和工作生活等表现加以总结和概括的一种书面材料，它可以促使我们思考，我想我们需要写一份总结了吧。那么，我们该怎么写总结呢？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**篮球活动总结篇一**

为了丰富同学们的校园文化生活，努力营造积极向上的校园文化氛围，在国庆收假之后体育部组织举行了一次篮球比赛，在保卫部、组织部的协助子下顺利地开展了这次有趣的比赛，达到了预期效果，既提高了同学们的身体素质，也增进了同学们的友谊，营造了健康文明的校园文化氛围，现把此次篮球活动情况作如下总结：

（1）、调整了部门干事以前在工作中的不良心态，强化责任意识。

（2）、与学生会、团支书各部门联手，建立友好的交流平台，协调整个大团队的协作能力。

无论在这场比赛中是输是赢，每位球员都是尽自己的全力去挑战自己，展现自己，这是这次活动的最大收获！

我们虽然很努力的去做每件事，但是盲目轻狂的性格，往往让我们没有计划就开始急促的召开活动，没有考虑到要有张有弛、有计划的展开工作，我们在工作存在的问题很值得我们去审视和考虑。

1、场地问题：

由于事先没有和其他系取得联系，在我们活动期间，城经系的篮球活动场地相冲突，在加上外来人员来我校参加锻炼的人较多，场地不易掌握。

2、组织问题：

由于和上级的沟通不到位，导致活动计划的滞后，没有经过上级的同意的计划就进行实施，不考虑到后果就大胆盲从地展开活动，这是在这次活动中吸取的经验教训！

我们在工作中存在很大的问题，希望能够通过这次教训，在以后的工作中能去细化每一个细节，完善工作质量，使以后的活动一次比一次更出色！接下来几个周都没有活动安排，但体育部成员会协助各个部门的工作，加强与各部门之间的交流，营造和谐的工作环境。

**篮球活动总结篇二**

由于系老师的关怀、指导，团委学生会各干部的配合，以及同学们的支持，这次篮球赛能顺利举行。这里还特别感谢各位裁判，他们对篮球赛的协助，支持和配合，使此次篮球赛有序地进行并取得了比较圆满的成功。现对本次比赛做简要总结如下：

首先，我们对此次比赛的定位就是旨在健身、娱乐，以达到增进同学之间的友谊，加强班级之间的交流，提高班级凝聚力的目的。在这一次的篮球赛中体现了我系同学对体育的兴趣和爱好！同学在比赛中也表现出比赛第二，友谊第一的精神。在比赛中同学们都能相互谅解。也体现了各班的团结精神，在比赛中每个同学都可以尽力地发挥自己的才能，展现自我。从中可以看出同学们高涨的热情，在频繁的比赛和紧张的学习当中，各篮球运动员表现了惊人的意志以及团队精神，能赛出水平，赛出风格，赛出成绩。

最终，我们决出了本届比赛的三强，冠军为05采矿1班。亚军为05采矿3班，季军为05采矿2班。3月29号进行了如火如荼激烈的比赛后，此次篮球比赛圆满落下帷幕。

通过这次篮球赛，我们取得了很重要的经验。比如拉拉队的作用非常大，赛场下拉拉队的加油声是场上队员巨大的精神支柱，并且班级的集体荣誉感在这里得到了充分的体现，同学们的关系也迅速升温。因此，我们不定时地举行一下类似的活动是很有好处的。

我们通过精心策划、积极准备、合理安排，使本次篮球赛在有条不紊中体现了“公正、公平、友谊”。超过了预期效果，且各队在比赛中表现都很出色。

尽管如此，本届比赛仍存在一些不足之处：由于比赛期间有好多我部成员有选修课，并且正值计算机考试和院的排球赛同时进行，工作人员常常难以调出时间，给比赛的顺利进行造成一定不便。以后会向有关领导反映，确保以后工作的顺利进行。

部门的干事提出以下建议，以后的比赛可以考虑设置最佳啦啦队奖，并给裁判购买礼物。他们还希望体育部可以承办一些除了体育赛事以外的特色活动。

此次篮球联赛大大拉动了系篮球爱好者的兴趣，并使他们有充分的舞台去挥洒他们的实力与激情，并给所有的观众献上一道道体育大餐。炎热的夏日伴随着电气院篮球赛的结束逐渐到来，在这次比赛中，我们班很荣幸的获得了冠军，值得一提的是，在我们收获喜悦和成就的同时，我们还收获了很多很多。

感谢院里所有老师和领导的关心，让我们在大一下学期的这次篮球赛中得到了锻炼的机会，因为是以班级为单位，所以充分调动了每一位同学的积极性，使同学们以各种方式团结到了一起。这次的班级篮球联赛，班级实行交叉比赛，更加公平、公正，让各班级的球队在一个更加良好的比赛环境中进行，广大队员和观众都认可了比赛结果。

作为这次比赛的冠军班级，我想这可以说是实力的表现，首先，我们班的运动员拥有强大的实力，技艺纯熟，配合完美；其次拉拉队大力配合，给力的呐喊助威使得运动员的身上又无形地增添了一股力量，最终五战五胜拔得了比赛的头筹。

我们的胜利当然也离不开年级的大力支持，因为院系为我们提供了良好的环境，再加上年级和班级良好的风气，使这次比赛进行的有条不紊，秩序有佳，无论输赢，每一个人都努力过了，场上场下的所有人都被篮球的魅力所吸引。各队发扬友谊第一，比赛第二的精神，绝妙的抄截，妙传，盖帽，跳投，跨下运球，远距投篮，给同学们带来的是一场丰富的视觉盛宴，同时赛出水平，赛出成绩，赛出风格。

比赛结束了，感觉时间过得飞快，每一场球赛我们都做了充分的准备，运动员们积极调整自己的状态，努力地训练，终于不负众望，获得了佳绩，这是属于我们班的荣誉，当然也是院系的荣誉，我们的`胜利，不仅证明了我们的实力，也代表了我们这一届新生对运动的热爱，对篮球的热爱，对生活的热爱，希望在今后的日子里，每一个班级都能变得更加团结，我们电气院也能变得更加强大。

首先，我们对此次比赛的定位在于健身，娱乐，已达到增进同学之间的交流，加强同学之间的友谊，提高班级凝聚力的目的。在这一次的篮球赛中也体现出班级同学对篮球的热爱。同学们在比赛中也体现出友谊第一，比赛第二的精神。在比赛中可以互相谅解，各位同学相互团结，每位同学都能够尽自己最大的努力以取得己方最后的胜利。

比赛分为四节，均有不同男女生混合上场，比赛规定不可重复上场，得以让全班同学都有上场展示自己的机会。组织者对于篮球赛的分组也有较合理安排，考虑到同寝室交流多、不同寝室交流少，男女生交流少，性格活跃与内向，篮球技术高低等因素分队，促使同学们更多的交流，为己方出一份自己的力量。比赛奖品虽然较小，但同学们求胜的心情依然高涨。

通过这次比赛，我们也取得了很重要的经验，例如对同学们的分组以及拉拉队的力量。赛场下拉拉队的加油声是赛场上队员的精神力量，同学们的关系也迅速升温。因此，我们认为不定时的举办此类活动是很有意义的。

此次篮球赛不但大大激起了篮球爱好者的兴趣，更是让一部分原本不喜欢篮球的同学多了一个兴趣爱好，通过打篮球可以锻炼身体，减少上网时间，一举两得。同时激起同学对生活的热情，并将此种热情更加专注的投入到以后的学习中。

**篮球活动总结篇三**

我校篮球的训练，已经有了一定提高。队员在思想作风、身体素质、基本技术方面有了不同程度的提高，现将今年的训练工作总结如下：

道德品质思想作风训练是政治思想教育的一个重要组成部分，它关系到能否很好地完成训练任务和球队的发展方向以及培养什么样人的问题。只有严格的管理教育和科学、刻苦训练相结合，才能培养出思想作风优良，训练作风泼辣，比赛战斗作风顽强，组织纪律严明和技术、战术、身体素质好的球队。为了达到训练的目的和完成训练任务，训练工作中贯彻从难、从严、从实战出发，科学地进行大运动负荷训练。为此要求队员自觉、积极地投入训练，发扬“不怕苦、不怕累、不怕难”的精神，培养勇敢、顽强的战斗作风，为集体争取荣誉的高尚品质。做到把思想作风教育渗透到训练场上、比赛之中和球队学习生活中去，并始终作为一项最重要的任务列入训练计划。

1、一般身体训练。

一般身体训练的目的是为了增进寻动员的身体健康，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。

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。

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，重点技术有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。

每个人都有自己的任务，但从全局考虑，每位队员还应完成以下四个方面的使命：

1、随时注意接球，完成区域战术衔接。

2、随时注意传球，传给机会最好的队友完成进攻或防守进攻。

3、随时准备进攻，进会稍纵即逝，要抓住机会完成任务。

4、随时准备为队友创造良好的机会，充分发挥集体的力量，利用突分、掩护、策应的基础配合，打开局面或扩大战果。

在本学年的训练中队员们的技战术水平有了很大的提高，个人技术、身体素质有了明显的提高，相互之间的配合逐渐有了默契。但在比赛中身体对抗性不强、心理素质还需要很大的提高，在下一期的篮球训练中，必须加大力度，主要以提高力量、速度、耐力等身体素质为主，培养学生的积极性，进一步提高技战术水平，争取在以后的比赛中取得优异的成绩。

**篮球活动总结篇四**

化学化工学院“迎新杯”篮球联赛活动总结为了进一步提高我院（系）的篮球水平，提高我院（系）学生参加篮球比赛的热情和进行体育锻炼的积极性，增进我院各个年级之间的交流和友谊，团结我院同学，发展我院的优良传统，加强我院学生的竞争意识和进取精神，发展我院的体育事业，由化学化工学院团总支、学生分会主办，化学化工学院团总支、学生分会体育部承办的“迎新杯”篮球联赛于9月24日早上9：00在化工楼前开幕，历经七个比赛日，在10月5日下午四点在化工楼前落下帷幕。在我院老师的热情支持和同学们的积极参与下，此次赛事取得了圆满的成功。

本届“迎新杯”篮球联赛比赛项目主要有男子比赛组。比赛采用小组赛与淘汰赛相结合的比赛形式，共有二十个学生队参加了此次比赛。

1、个人奖项：

精神文明先进个人:。

最佳优秀运动员：

球队奖项：

第一:。

第二:。

第三:。

首先，比赛的前期工作我们做得很充分。从对各代表队的通知到安排裁判人手，从给裁判开会统一场上规则到安排比赛进程，我院（系）都做得有条不紊。但在赛程方面，由于各学院（系）都在举行“迎新杯”篮球联赛，所以我们遇到了很大的困难，尤其是“国庆”的来临，使我们预定的比赛不得不延迟到国庆之后举行，导致整个赛程的延迟。但是我院（系）针对这些特殊的情况进行了及时的调整，并最终使所有的比赛都顺利进行。

其次，本次比赛我院（系）安排较为合理，规则明确。在“迎新杯”篮球联赛活动开展之前我们就召集各个班长和裁判员开会，重申了赛场规则，提高了公平、公正性。

第三，本次比赛我化学化工学院团总支、学生分会体育部干事都能及时到场布置好比赛场地。为运动员提供最好的比赛环境。比赛中，他们认真做好比赛记录，比赛结束后，体育部的成员能及时把比赛结果统计出来，并写到赛事进程公布栏上，让全院的同学及时了解比赛进程与结果，增加了比赛成绩的透明度。经过队员们的激烈角逐，此次篮球赛取得了圆满结束。

一、由于裁判判罚尺度不一，比赛中难免出现失误，造成个别球员对裁判的不满。由于比赛竞争激烈，队员与队员之间难免产生摩擦等问题是所有工作人员不愿看到的。

二、由于我院（系）的此次比赛赛程按无课表来排，影响同学们和相关干事的休息时间，导致比赛时球场缺少观众，球场气氛不够好。对此我们应在以后的活动中做一加强、注重。

三、比赛过程中有一些问题欠缺考虑例如：比赛队员的缺席、裁判安排不及时、信息传达的不畅通、活动宣传工作做的不够理想、以及观众组织不够流畅、音响设备故障的处理不及时。

四、班级内部也出现一些问题：成员有时出现迟到现象、工作积极性不够强、普遍缺乏主见、对篮球规则不太清楚等。

对本次篮球联赛活动，我院（系）团总支书记张小伟强调好的方面要吸纳，对不足之处，应加以改进，在今后的活动中再接再厉。

1、开拓思路、大胆创新。

特别是在搞活动中，不拘泥于以往的形式和内容，多思考，多交流，拓宽自己的思路。

2、做人要有原则、做事要有规则。

在今后活动开展前，我们要对比赛过程做出严格的规定，本着友谊第一，比赛第二的原则，不允许有违反道德的行为出现，如有发生要严肃处理。

3、学会安排工作、落实工作，把任务合理分配，把人员安排到位。

一个人的时间、精力是有限的，需要集合众人的力量才行。把需要完成的工作安排好，并督促落实完成。这样既圆满的完成了任务，又能够使部门所有人员得到锻炼。

4、做事要有三心：信心、决心、恒心。

做任何事要有三心，要相信自己的能力。部门成员之间应多相互沟通、相互理解、相互帮助，部门干部要严格要求自己，以身作责，做好榜样。要有良好的工作态度和工作意识。

这次篮球联赛不仅活跃了校园气氛，又弘扬了校园文化，而且为下一届篮球联赛总结了经验与教训。最后还要感谢所有人员对此次活动的\'支持与帮助。希望所有人员继续支持我们，我们也一定会尽自己最大的努力，把以后的活动做得更好，把体育的快乐送到每一位同学手中的！

**篮球活动总结篇五**

本学期，我校体育2+1篮球活动小组的辅导工作，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。

3、学生在合作练习中、比赛对抗中，学会了互相配合，了解了篮球运动比赛，团结拼搏、发挥个人与集体相结合的重要性，增进了学生之间的默契；使学生在运动休闲中，深刻理解集体力量的伟大。培养学生的集体主义精神和勇敢、机智、果断、顽强的意志品质。本学期活动课不足：

在本学年的活动课过程中，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。

总之，在篮球的活动课中，让学生们体会了很多的乐趣，也收获了很多；既丰富了学生们的课余生活，增强学生的体质；同时，也增进了师生之间的友谊。期待着下一个学年的活动课。

**篮球活动总结篇六**

学校最受学生欢迎的就是篮球课，学生对nba、cba里的每个明星都能了如指掌，很多同学的篮球知识非常丰富，某些方面甚至超过了老师的掌握水平，时代对老师提出了更高要求。篮球的教学、训练和比赛使队员身体得到全面的锻炼，从而提高他们各感受器官的功能。尤其是在对提高神经系统的灵活性及其协调能力、改善内脏器官的功能方面，它的促进作用更大。

它对于高中生的上下肢、骨骼、肌肉的发展，提高内脏器官功能及人体的力量、速度、耐力、灵敏、柔韧等素质的发展均有积极的作用。篮球比赛具有自己的特点，要求队员在比赛中必须首先具备齐心协力、密切配合、努力取得比赛的胜利的坚定信念。所以运动训练根本目的除了在于充分发挥队员的生理、心理潜力外，还强调通过练习和比赛，还要培养学生战胜自我、勇敢顽强的竞争精神，培养集体意识，使他们认识到团结互助的重要性。因此结合自己在教学训练中的经验，不断总结，心得如下：

一、选择合适的教法是课外活动小组篮球训练的首要任务。

中学生正处在生长发育的高峰期，协调性、灵敏性素质较好。身体各器官机能、系统尚未发育成熟。因此要针对中学生的身体素质特征及生理、心理特征制定科学的训练计划，逐步提高训练水平。主要体现在几个方面：培养团结奋斗的集体主义精神和顽强拼搏的意志品质；学习和掌握篮球的基本知识、技术和战术；加强身体训练。中学生喜欢内容新颖，生动活泼训练方法，对于艰苦、枯燥的训练总是很害怕，独生子女缺乏吃苦耐劳，怕累、怕苦、怕脏。在训练中总是想偷懒。因此在训练中要根据这些特点，采用生动、直观的训练方法。抓住篮球训练内在的特点、规律、要点、难点，解决主要矛盾，进行反复练习。多表扬、多鼓励，及时纠正多余、错误的技术动作，多用游戏练习激发他们的训练积极性，发挥他们的主观能动性，达到事半功倍的训练效果。

二、基本技术的训练。

兴趣小组队员身体素质相对较差，跑跳能力比较不强。所有队员对篮球都比较陌生，连基本的运球、传球、投篮都不熟。因此训练上难度很大。我着重从篮球知识入手，对队员们详细讲解了篮球的规则，使队员们明白了篮球的自身特点；业余时间多参加社会成人组的训练和比赛，通过观摩和直接参与，加深对篮球的理解，使他们的脑海里有一个对篮球的初步印象，积累经验。在训练中让队员明白运球、传球是篮球比赛中的关键技术，通过熟练掌握基本技术和娴熟的基础配合（传切、突破、掩护等），使未来在比赛中掌握比赛的主动权。

（1）对运球的训练。

运球在比赛中是非常重要的技术环节，在快速推进的进攻，带球摆脱防守，上篮得分等等。可以说，一个队如果在比赛中不会带球，控制球，那么这支球队肯定输球。正是由于运球是篮球进攻战术的重要组成部分。在训练中我首先对运球的手法进行教学，我发现容易错误的使用手腕用力，而没有用小臂按拍球，运球时喜欢眼睛看球，球感差，因而在训练中我安排了大量的运球练习，包括体侧运球、运球急起急停、体前换手变向运球、“之”字型以及绕”8“字型运球，这些动作在比赛中都是比较经常使用到的技术动作。把运球练习结合到比赛中去，例如对队员的运球时间进行比赛，最慢的队员罚做俯卧撑或是做一个小惩罚，或是运球追逐跑。既提高了队员的训练积极性和主动性，又可以在练习中逐步提高球性，达到训练的目的，一举两得。

（2）对传、接球的训练。

传、接球和运球一样，是篮球竞赛中运用最多的技术，它是进攻队员在场上相互联系和组织进攻的纽带。是实现战术配合的具体手段。是比赛中运用最多的`基本技术。传、接球技术的好坏直接影响进攻战术配合质量。因此我十分重视传、接球的训练。在训练中我要求队员在传、接球是要避免丢球，重点要求她们注意球的飞行路线、落点和接球的手法。传球的手法主要有双手和单手胸前传球、单手肩上传球。每节训练课都要进行十五分钟的传、接球练习，主要是行进间的传、接球上篮，还有原地的双人双球练习。易犯错误是：全手掌触球，手心没有空出，手指僵硬，两拇指距离过大或过小，造成接不到球或是球打到自己的身上，为以后的比赛埋下隐患。因此在训练中我经常提醒队员要时时注意自己的手型。传、接球的训练步骤应建立在正确的动作概念上，从原地传、接球开始，再进行移动传、接球的练习。使传球、接球与脚步动作结合起来，不断提高对抗强度，提高传、接球的运用能力。

三、防守是比赛中重要的环节。

防守技术是队员在防守时，为了阻挠和破坏对手的进攻，达到夺球反攻的目的所采取的各种动作的总称。高中生篮球运动水平较低，在比赛中往往注重进攻忽视了防守的重要性。在训练中我强调的是对位联防、半场人盯人防守，注意协防和站位。多数情况下无球队员的移动是构成进攻配合的主要威胁，在训练中我先教队员防守无球队员，重点是防守中位置的选择和移动。通过讲解、示范使学生建立正确的防守概念。防守练习可以先在消极对抗情况下练习，再进行积极对抗情况下练习。加强防守步法的训练。及时纠正错误的动作。

我要求队员提高防守的主动性和攻击性，有效地制止对手进攻的威胁。在训练中我通常采用的是二防三、一防二、二攻一、三攻二的攻防练习，要求防守队员积极跑动近球紧，远球松，人、球兼顾，控制对手接球。提醒队员随时都要保证正确的防守位置，自己的防守对象要负责防好。对于攻防练习中经常出现的侵人犯规、带球走和非法运球违例随时强化，使理论和实际有机结合起来，使学生更好的理解、掌握和运用所学的技、战术，保证训练和比赛的质量。

四、进行体能强化训练，增加体能储备。

我校学生体质较差，在训练中尤其让人担忧，无法完成训练计划，而篮球比赛是一项身体对抗性强、运动强度极大的项目，它需要运动员在比赛中有充足的体力来完成教练在赛前布置的技、战术任务。现在篮球的发展方向是”高、快、准\"。中学生也不例外，只有体力跟上比赛的要求，在比赛中我们才有可能取得主动。在训练中我严格要求队员克服体力上的极限，每次训练课后，还要进行长跑练习，进行体能储备；提高速度、耐力、灵敏等素质，锻炼他们顽强的比赛作风。通过练习使队员们的比赛作风、精神面貌、比赛意识在比赛中得到体现。

总之，科学的训练必须遵循科学的原则、科学方法。不断积累经验，尤其对运动员心理、智力、作风、意志等因素的研究是十分重要的，如何对其进行有效的训练，将会使学生综合能力更具有全面性和实用性。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**篮球活动总结篇七**

关于对化学与化学工程学院举办的“化工系迎新篮球比赛”深有感触，作此心得：

心得一：控球后卫很重要。一个球队的整体表现怎么样，关键在于这个球队是否有一个会控球，会组织球员进行跑动的组织后卫。有人说：“控球后卫是这支球队的灵魂。”这句话更体现了控球后卫的重要性。这次比赛正因为我们班缺少了这样一名角色使得我班与其他班级的比赛屡屡失利，导致输掉了比赛。

心得二：配合很重要。通过对几场精彩球赛的观察，我发现他们每个球员之间的配合很默契，不管传球还是接球的位置都很到位。我想这是他们长期在一起打球形成的习惯吧。所以我想我们班应该在配合方面多加练习，才能更好的打好比赛。

心得三：团结很重要。想要打好比赛，球员间的集体认识起决定性作用。我们都是大一的新生在一起认识的时间不长，彼此之间了解的不熟悉，所以关系也不是很铁。在比赛中难免会出现不和谐的事情，导致不能有集体的认识，忘记了球队是五人组成的。在赛场上拿到球就去单打，因而丢掉了球成全了别的球队，从而落后了比分。最后只能遗憾的输掉了比赛，失落的回宿舍休整去了。

心得四：啦啦队也很重要。在每场比赛中各个班的学生都会前去观看比赛，他们就充当每个队的啦啦队。在比赛过程中，球员难免会出现情绪失落，沮丧的时候，这时候啦啦队的加油声很是需要的，她们的打气声正是鼓舞球员进入状态的良好调剂物。在这里我感谢我们班的拉拉队员们。

通过以上所感受的心得，使我认识到不管任何比赛，决定胜负的\'因素很多。在下届比赛中我们班会更好的努力去打好比赛。

预祝下届“篮球比赛”办得更精彩。

**篮球活动总结篇八**

本着建立和谐宿舍，丰富宿舍文化的目的，我院体育部应宿舍文化建设系列要求，于4.26日举办了一场别开生面的宿舍篮球赛，篮球赛主要分两部分进行，男子三人赛和女子花样篮球赛，与以往篮球赛相比本场比赛提高了篮球趣味性。较之比赛结果，我们更加注重的是比赛过程中宿舍人员所表现出来的团结精神和大家之间深厚的友情。

赛前我们经过了精心的准备，我们先和生活部一起统计了大一大二的宿舍总数，根据实际情况我们制定了比赛规则和比赛流程，并以文件形式下发到各班，给了他们充足的时间进行练习，在其他部门的帮助下，我们有先后进行了场地的安排，裁判以及记时记分人员的选定，为了比赛能够顺利的进行，我们还制定了几项纪律要求以防止出现混乱的局面。

比赛如期而至，我们先进行的是男生的比赛，比赛分三轮进行，最后选出五个队成为优秀队。每一轮比赛都很火爆、激烈。经过几轮的角逐最后胜利的五个队成为了本次比赛的幸运者。

女生的比赛相对来说没有男生的激烈，却是趣味横生，令在场的观众都大小不已，最终四个用时最少的队获得了优秀。

比赛结束老师为获胜的宿舍颁奖，并做了简短的发言。从本次比赛中我们又学到了很多的东西为我部今后举行活动积累了经验。

**篮球活动总结篇九**

1、活动内容概要：

第五次常规活动进行室内视频教学，主要学习如何破联防与进攻。此次常规活动有利于会员更加系统的掌握一些打球技巧。

2、活动取得的成果：

此次活动，让会员对打球技巧有了更全面的理解，在此期间，会长和技术部部长进行了更加详细的解说，让会员对以后球技的进步更充满了信心。同时让会员认识到，室内活动也可以给他们带来好处。同时我们对常规活动的形式变换充满了信心。

3、活动中出现的问题：

1）会员和理事的出勤率不理想，理事有迟到现象；

2）事先场地联系不够完善，导致会员到了场地还没开门；

3）视频教学准备得不够妥当，步骤比较凌乱。

4、活动中相应问题的改进措施：

1）理事与会员尽量协调好活动时间，让更多的会员能来参加；

2）理事应做好带头作用，有时间观念；

3）负责人要事先联系好场地问题；

4）以后不管做什么活动，都要规划好步骤。

5、会员意见：

1）以后活动尽量变换形式，让会员每次都很期待下一次活动；

2）对于此类教打球技巧的活动，可以适当增加；

3）希望以后再进行一次如何破联防的教学。

文档为doc格式。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找