

# 酒店合同法 酒店购销合同(模板9篇)

计划是人们在面对各种挑战和任务时，为了更好地组织和管理自己的时间、资源和能力而制定的一种指导性工具。因此，我们应该充分认识到计划的作用，并在日常生活中加以应用。下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇一

本学期我校德育工作继续以《公民道德建设实施纲要》以及《小学生守则》、《小学生日常行为规范》为指导，以“办人民满意的教育”为宗旨，以继续推进公民道德教育为主线，以创建文明班级为抓手，以活动为载体，以育人为落脚点，坚持科学发展观，落实学校工作计划，高度重视学生的行为习惯养成教育，努力培养学生的新形象，不断开创我校德育工作的新局面。

(一)加大力度，坚持不懈，着力抓好德育师资队伍建设。

1、继续开展政治学习。组织教师学习党的政策法规，特别是有关教育的法律法规，紧跟时代步伐，依法执教，使广大教师“讲大局、讲团结、讲稳定”

2、继续加强师德师风建设。倡导教师甘清贫、讲奉献，提高教师的精神境界。强化师德建设，通过持之以恒的师德教育，提醒教师不断增强“为人师表、教书育人”的自觉性。

3、严格考核方案，设定“高压线”强化师德师风建设。

4、班主任队伍建设常抓不懈。

(1)加强班主任工作研讨。针对思想工作和班级管理方面的先

进典型，适时召开班主任工作研讨会。

(2) 努力提升班会课质量。结合教导处安排，将班会课时间统一，制定统一内容，同时结合各班实际，充分调动全班学生，特别是班委会成员的积极性，要让主题班会活动继续成为学生思想教育重要阵地。

(3) 加强对班主任的培训工作。通过对班主任的培训，统一认识，不断提高班主任工作水平。

(4) 完善《班主任工作量化考核》，做到过程管理和业绩考核相结合，公平、公正、公开对班主任工作和班级工作进行阳光评估，充分调动班主任的工作积极性和主动性。

(二) 拓宽渠道，注重实效，广泛开展德育实践活动。

大力加强德育实践环节，把激发和组织学生参加德育实践活动作为提高德育工作实效的一个重要途径。

1、开展一系列丰富多彩的校园活动。

(1) 以每月一主题，与少先队部联合开展艺术节、英语节、科技活动、读书活动等各类文体活动，活跃学生校园生活，展现学生的个性特长。

(2) 配合有关重大节日和纪念日开展相关主题教育活动。

(3) 办好学期初的开学典礼，对新生进行入学教育。

(4) 精心安排学生做好在国旗下讲话和继续开展大课间活动。

2、继续开展“阳光少年”评选活动。

全校开展争创“五阳光少年”活动，从学生的学业素养、

思想品德素养、身心健康素养、个性特长素养四个方面对学生进行评价，重视学生的学习过程、方法和结果，关注学生成长发展中的需求，引领学生全面发展。

3、充分利用升旗这一德育主阵地，教育学生拥有远大的理想抱负和强烈的爱国主义精神，要从升旗仪式的态度上端正每一个学生的思想认识，杜绝一切不严肃不恭敬的行为出现。

4、大力开展安全和法制教育，开展知识竞赛，图片展览，专家讲座等活动，促使学生增强安全法律意识，并内化为自主行为。学校要制订切实可行的安全管理制度，按照防止学生伤害事故的管理规则要求，与班主任签订《安全责任书》，努力避免安全事故的发生。

5、切实抓好少先队工作。

(1)通过升旗仪式、红领巾广播站、小主人电视台、鼓号队训练、值周检查等活动，活跃学生身心、提高学生素养，培养高尚的思想品德和良好的行为习惯。

(2)做好新队员入队工作和红领巾广播站宣传教育活动。

6、发挥心理咨询室的作用，积极开展心理健康教育。

## **跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇二**

管理的好坏直接影响体育特长生培养的成功与否。体育特长生一般都比较活泼爱动，他们不容易静下来，精力充沛，并因此给学校的管理带来了一定的难度。体育特长生在文化课方面的成绩比较差，经常有一些学生迟到，早退，旷课，甚至打架和其他不当行为。这让学校的管理人员很头疼，认为他们会扰乱学校正常的教学秩序，甚至会使他们歧视体育特长生。事实上，这些学生也有比较好的一面，他们一般都是敢作敢当，性格直爽。只要运用科学的管理方法，对他们加

以引导，他们也能遵守学校的规章制度。

## 二、专业运动训练的培养

课外运动训练是中学体育教学不可缺少的部分，体育特长生的专业运动训练培养主要是通过课余时间运动训练来完成的，是对体育特长生所进行的一种专门教育过程。对体育特长生专业训练过程的管理，主要是严格训练要求。第一，要周密制定训练计划，严格控制训练过程。有效的管理要依靠科学完善的计划。体育教师要周密地、科学地制定各类训练计划，才能使体育特长生的训练取得好的效果。训练计划必须具有一定的现实性、科学性、预见性和应变性，同时还要充分考虑体育特长生的特点和各种环境因素。第二，要严格执行培养计划，科学有效地训练。在具体的训练过程中，教师必须从实际出发，在提出明确的各阶段训练目标和任务前提下，制定完成实际训练目标和任务的措施。体育教师要通过对体育特长生的训练观察、记录笔记，对运动训练计划实施情况进行检查，并为了达到理想的训练效果，准确、有效地实施训练计划。

1. 对体育特长生的培养计划在训练中可以采用阶段式训练法，认真按照阶段性目标训练。第一阶段是打基础阶段。主要进行全面身体训练，以速度、力量为主，以柔韧性、协调性练习为辅，提高体育特长生的生理运动机能。第二阶段是提高阶段。这一阶段的主要目的是使运动成绩和运动能力都有较大的提升，训练的运动量、运动强度可适当加大。此阶段应以专项技术训练为主，使学生的身体素质得到更大的提高。第三阶段为冲刺阶段。训练应加大专项训练的强度，紧紧围绕体育加试的项目，要根据每个学生的具体情况进行有针对性地培养。认真总结训练的得失，及时查漏补缺，以改进培养训练方法。

2. 摸清底子，选好专项。教师在制定计划时，先对学生的身高、体重、身体素质等各方面进行一次全面的测定和了解，

摸清学生原有的水平，做到心中有数，以便使计划切实可行。除了让体育特长生根据自己的特长选择专项训练外，教师还可以参照学校的传统项目，指导他们选择其他的运动项目，以利训练。对有些素质还可以，而专业不好找的学生，可选“冷门”专项，如排球、体操、武术、乒乓球等。

3. 突出重点，明确主攻方向。运动训练是一项科学性很强的工作，要想在较短的时间里出成果，必须抓住重点、难点，确立主攻方向，如身体素质方面的速度、力量、耐力、柔韧、灵敏等等。它们之间不是孤立的，而是互相联系，又互相促进的。这里面起主导作用的是力量、速度、耐力。速度和力量是训练的基础，耐力是比赛的灵魂。因此，教师在制定训练计划时，应着重抓好以上三种素质的训练。在日常的训练中，教师可以采用（上坡）30—60米加速度跑等手段来发展学生的速度、耐力。

4. 合理安排运动负荷。体育特长生培养训练中，要依据合理运动负荷原则进行科学安排。运动负荷要经过加大——适应——再加大——再适应的过程，从而逐步提高运动员的机能水平。因为运动员在承担一定负荷后必须有一段恢复时间，才能再承担新的更大的负荷。小负荷运动量主要使有机体得以充分恢复，可采用学生之间做游戏、球类娱乐等内容，以引起学生的兴趣，使学生在运动的快乐中得到体力的调整和恢复，如果追求形式上的大运动量，一味蛮干，就可能造成伤痛和过度疲劳，其结果适得其反。不同的学生承受负荷的能力大小不同，教师要通过观察、了解、测心率等方法，把握情况，随时调整。制定训练计划时，运动量的大小可以根据学生训练各时期任务和学生的水平区别对待。另外，身体素质的训练比较单调、枯燥，若经常在一个场地上进行，时间一长学生的大脑皮层容易疲劳，为了激发学生兴趣，提高训练效果要经常变换训练场地和方式，防止学生产生厌倦情绪。（本文来自于《学周刊》杂志。《学周刊》杂志简介详见。）

### 三、总结

## 跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇三

工作计划是行政活动中使用范围很广的重要公文,也是应用写作的一个重头戏。机关、团体、企事业单位的各级机构,对一定时期的工作预先作出安排和打算时,都要制定工作计划,用到“工作计划”这种公文。下面是小编收集整理驾校教练工作计划范文,欢迎借鉴参考。

几年的驾驶工作中,我严格遵守道路安全相关法规和有关章程,并在教学工作中不断学习新的车辆维护、维修技术和驾驶技能,在驾驶实践中逐渐树立起“严守规章、安全第一”的观念,在当年汽车性能、驾驶条件相对较差的情况下,不惧烈日酷暑,勤勤恳恳、兢兢业业,认真完成单位交派的各项运输工作,几年来未出现一起安全责任事故,为单位取得经济效益做出了自己的贡献。通过几年的磨练,我的驾驶技术也得到了长足的进步,每年均被安全学习组评为先进。

20xx年10月回到卫生防疫站从事驾驶工作,主要为防疫站食品卫生监督、计划免疫和消毒杀虫人员外出进行卫生监督、流行病学调查、儿童强化服苗、消毒杀虫工作驾驶车辆,由于疫情处理的特殊性,必须保证车辆的快速出动,因此平时我尤其注意车辆的维护和车况,并且从不计较个人得失,保证最快出车,利用自己几年驾驶过程中对全区道路的熟悉,总能保证在最短时间内利用最佳路线安全到达,得到了站领导和防疫工作人员的充分肯定。

20xx至今在从事驾驶工作同时,走上了车辆管理岗位,负责管理站内数辆摩托车和汽车的管理。本着“安全、高效、节约”的原则,我协助办公室主任制订了车辆管理制度,规范管理各类车辆,并对驾驶员进行不定期的安全和车辆维护培训。单位购车时积极为领导出谋划策,听取各位驾驶人员的

意见，根据自己对车辆的了解，购买的切合单位实际的经济实用、质量稳定的车型，特别在选择车辆定点维修单位时，多方考察，利用自己的业务知识为单位选定了质量过硬、价格经济的维修厂家，为单位节约了资金。

回顾二十多年来的驾驶和车辆管理工作，我主要取得了三方面的成绩：

一、始终坚持学习驾驶技术和车辆维修、维护以及现代化汽车管理方面的知识，几十年如一日，不断学习和充电，克服了自己文化基础差的弱点，靠着自己的钻研精神，为单位解决了众多的车辆故障和疑难问题，节省了单位的开支，保证了行车的安全。20xx年参加市劳动局组织的高级技术工人(驾驶专业)考试，取得了高级技术工人资格;20xx年获得重庆市人事局颁发的汽车驾驶中级证书;xx年参加市人事局组织的培训考试后，取得了汽车驾驶高级证书。随着驾龄的增长，我的汽车驾驶水平已经非常纯熟，对汽车性能的了解已不断深入，充分保障了驾乘人员的安全舒适，驾驶技能和车辆维护保养知识已经基本具备驾驶技师的水平。

二、二十四年来安全行车超过八十万公里，从未出现一起安全责任事故。我一直强化道路安全法律法规的学习，提高自身的安全意识，并在实践工作中不断总结经验，培养自己应对突发事件的心理素质。我热爱汽车驾驶工作，爱护车辆，工作一直勤勤恳恳、任劳任怨，遵章守纪，具有强烈的工作责任感、敬业精神和职业道德，用自己的良好表现赢得了领导和群众的认可。

三、在车辆管理工作中，积极贯彻上级有关车辆管理的政策、法令，并及时请示、汇报、研究、传达布置上级对交通安全工作的指示和要求，做好交通安全工作，每年按市车辆管理所和交通管理部门的要求进行所属车辆年检、驾驶员的年审，负责对驾驶员经常进行法纪、法规教育，并指导、考核兼职驾驶员操作水平，提供单位兼职驾驶员上岗审核意见，进行

车辆驾驶职业道德教育和安全行车教育，增强法纪观念，确保行车安全。

随着我国汽车工业的高速发展和新技术在汽车领域的大量运用，要求驾驶员不断掌握车辆驾驶、维护、保养以及管理的新知识和新理论，以此来推动单位车辆管理工作的规范化、合理化。在今后的工作中，我仍将坚持学习业务知识，提高解决疑难问题和车辆故障的能力，切实贯彻各项交通安全法律法规，努力提高车辆管理水平，立足本职工作，敬业爱岗，为单位的发展做出自己应尽的贡献。

担任驾校教练员工作关键就是要掌握整套驾校教练员规章制度，确保在工作当中不出现重大的违规违章责任事故，因此，在年初制定驾校教练员工作计划，意义重大。

第一，思想态度。

驾校教练员工作牵涉汽车驾驶方方面面，需要注意的、掌握的、运用的知识非常得多。广大驾校教练员需要怀着一个乐观、积极、开明的工作态度从事这项工作。思想上也认清驾校教练员对于学员今后在汽车驾驶环境当中受到影响，认清责任划分，准确开始相关驾校教练工作。

第二，工作任务。

1，工作学习。本单位在20xx年开展规模定期的驾校教练员工作培训，就20xx年新工作提出的几点新要求都会培训会上逐一说明。驾校教练员要认真参加培训工作会议，积极学习，并在工作当中切实落实相关工作。

3，情况汇报。每个月列罗当月工作当中出现的情况，撰写月工作报告上交所在单位部门。

第三，工作要求。



1，工作作风要求。驾校教练员必须清醒地认识自身工作的重要意义，在与学员接触实训过程当中应该切实保持清廉工作作风。

2，工作实务要求。驾校教练员工作当中必须按照单位教学安排，切实落实每一项教学任务到具体工作当中，确保学员能够全面学习汽车驾驶。

3，考勤要求。驾校教练员工作实行单位统一考勤制度，有事缺席工作须事先请假。请假方式原则上当以单位请假专用纸张，特殊情况可以使用电话方式请假。

总的来说□20xx年驾校教练员工作计划就是这样，望单位全体驾校教练员同志认真履行工作计划要求，履行工作义务。

20xx年是全体教职员工，在运管处正确领导下，学校稳步发展，我校严格按照上级的指导方针与要求，结合当前培训市场的特点，不断加强基础设施建设，强化科学办学，开展全新的驾驶培训模式，同时不断加强教练员队伍建设，提高教练员教学水平，加强了内部管理，使学校各项工作都做到了人性化，高效化和规范化。目前我校□c1教练员45名□b2教练员3名□c1桑塔纳教练车40辆□c2海马教练车1辆□b2教练车1辆，用于桩训的吉普车13辆，共培训c1学员1850名□b2学员24名。

## 一、优化队伍建设，增强教练员队伍素质提高

近年来培训管理工作有了很大的进步，也逐步走向成熟，管理水平及能力也有了不断提高，年初我们首先对教练员的队伍进行了进行系统的培训，新的教练员上岗以后在老教练员的帮代下，进步很快，水平不断提高，工作热情也空前高涨，他们很快进入了角色，有的人不论是教学成绩，教学态度，教学质量，招生，节油，车辆保护等方面都很突出，他们成绩的取得与培训管理和老教练员的帮代有着直接的关系。

今年教练员经历了两次培训，一是岗位培训，二是驾培科统一组织的新增、移动教练员岗前继续教育培训，学校利用这两次培训，首先对教练员理论知识进行再提高，要求每个教练员统一教学规范，结合每个学员的心理，认真按照教学大纲的规定教学，严格执行省、市道条及教练员管理办法，对待学员严肃认真、负责、对待不同性格，不同岗位，不同年龄，不同性别的学员，做出不同的教案，促使教练员从简单的教学水平，走向真正的理论与实际教学相统一的高水平的教员。

## 二、加强教练员管理，狠抓培训质量

历年来，驾培市场竞争激烈，要想站稳市场，赢得社会与学员的认可，年初，学校完善了教练员管理制度，明确了目标责任，教练员在教学中，必须严格遵守国家相关政策，法令法规，按章操作，坚决做到有法可依，有法必依，必须做到勤政，廉洁，严禁收受学员的现金与实物，接收学员吃请，严禁向学员摊派各种款项，如有违纪行为，学校将严厉处罚，学校还利用平时和结业考核的机会不是时的找学员交谈，了解教学情况，由于加强了教练员的管理，学校教学质量不断提高，同时社会的评价，与知名度也不断的提高。

## 三、重安全教育，强化安全意识

首先，加强教练员的安全教育，年初与教练员签定安全责任状要求每个教练员把安全放在第一位，强化安全生产就是效益，制定种种安全训练的规定，必须按要求去做，不允许有一丝一毫的安全隐患存在。训练前检查好车辆的状况，收车后做好保养工作，确保100%的安全训练，教练员必须做好学员的思想工作，提高学员的安全意识，保证学员出入平安。

## 四、进一步增强实力，形成我校的办学特色和优势

我校着重注意实力的增强，在硬件和软件上正确解决自己的

定位，在激烈的竞争中才能处于不败之地，把硬件和软件建设有机地结合起来，形成如下五大特色和优势。

1、把全心全意为学员服务，一切从学员的利益出发，做为驾校的办学宗旨，坚信学员是驾校生存的前提条件，因此驾校的中心工作应该是，围绕为学员提供优质的服务来进行。并提出“快乐学车，享受学车，一切为了学员、为了学员一切，我们的服务与你的需求同步”的培训理念。在融洽、和睦、整洁、安全的学习环境里提供高效率、高质量的教学服务。

2、设施齐全，服务项目齐全，进行了库位调整，并安装了大功率照明灯，以满足不同层次学员的要求。

3、科学训练，注意训练中的科技含量，驾校面对的学员很复杂，层次不齐，我们做到了因人施教，首先学员报名时征求学员的意见，分车时有针对性，训练中做到有的放矢，并注意非智力因素在训练中的影响作用，教学方法在不断改进，由盲目性转化为计划性，由自发性转化为自觉性，改传统的师徒教学模式为朋友式教学关系，使训练质量不断提高，博得学员好评。

4、校风廉政，确保学员的利益不受侵犯，校风对学员有一定的影响，继续完善了教练员廉政措施的建设，坚决杜绝吃、拿、卡、要现象。

## 五、节能减排工作

驾校以科学发展观为统领，将节能减排摆到更加突出的位置，做到措施得力，责任到人。

1、对每一台车辆制定台帐，实行目标跟踪管理，对车况实行动态监管。凡是有损耗的小毛病，及时排除。定期做好二级维护，定期进行车辆检测，定期进行所有车辆排气管和三元催化装置的检查，使得尾气排放达到国家环保规定，全力保

证车辆的运行良好，节能降耗。提高车辆的运行效率。

2、对于刚学车的学员实行驾驶模拟教学和多媒体教学等科学手段，从而节约资源。使传统的粗放型培训转变为“低投入、低消耗、低排放、高效率、高质量”的集约型培训。

3、从改进驾校教学方法入手，采取一系列有效措施，大力提高驾驶员及驾驶从业人员的节能减排意识。指导学员养成良好的驾驶习惯和节油经验，倡导轻踩油门、少踩刹车、怠速熄火、常检胎压、减重行驶等节能环保驾驶习惯，号召学员积极参与节能减排。

## 六、规范化管理活动的开展

在开展规范化管理活动中，我校依据《机动车驾驶培训机构资格条件》和“驾校规范管理要求及标准”，完善了16项管理制度和10项公示公开的基础上，进一步加强了安全管理、教学培训、结业考核和学员的管理，进一步完善了各类台帐，做到资料齐全，数据真实可靠，归类摆放整齐，查阅资料方便快捷。加强了对教练车技术状况及车容车貌的管理，统一了“江苏驾培”标识，统一了招生电话，统一了驾校名称。严格按照公安交警及运管部门批准的路线和教学场地进行训练。保证教练员在教学培训期间服装统一，持证上岗，严格按照交通部制定的教学大纲和教学规范进行教学，规范操作学员培训智能化管理系统，如实填写教学日志和培训记录。培训中严格杜绝使用跑码机和假指纹的现象，同时驾校还在醒目的位置设立学员意见箱，主动接受学员满意度评价和合理化建议。

## 七、问题与不足

1、教练员的素质有待进一步提高。

2、招生宣传还须加强。

3、办公室人员责任心还要加强。

八、今后的工作打算：

1、拓展招生渠道，集思广益。

2、加强驾校各职能部的协作，把责、权、利落实到人。

3、在驾校中开展驾培行业的社会责任的讨论。由于近几年来，驾培行业持续升温，值得庆幸的是[]20xx年又迎来了一个学车的高峰，在国际金融危机的大环境下，驾培行业是一个危机时期少有的避风港。

我们准备将企业社会责任纳入公司战略规划中，从公司总体发展战略出发，将企业的社会责任贯穿到驾校整体经营活动中。

总之，驾驶技术是一结合性的学科，驾校更是及办教学培训与经济于一体的特殊性教学培训部门，在运管处领导的正确指导下，我们取得了一些成绩，但离驾培机构资格条件和驾校规范管理要求还有距离，今后我们还要继续努力，始终把学员的培养放在第一位，本着全心全意为学员服务，一切从学员利益出发，努力工作，在不断的改革与创新中求得更大的发展。

从事驾校教练工作这么多年以来，我严格遵守道路安全相关法规和有关章程，并在教学工作中不断学习新的车辆维护、维修技术和驾驶技能，在驾驶实践中逐渐树立起“严守规章、安全第一”的观念，在当年汽车性能、驾驶条件相对较差的情况下，不惧烈日酷暑，勤勤恳恳、兢兢业业，认真完成工作，几年来未出现一起安全责任事故，为单位取得经济效益做出了自己的贡献。通过几年的磨练，我的驾驶技术也得到了进步，教练水平有了提高。

## 一、不断学习，努力提高自己的业务能力和综合素养

针对自己的工作实际，认真学习车辆管理、交通安全等方面的法律法规和有关政策，增强自己对工作的适应能力，提高自己让自己更好的完成工作。同时，我积极参加驾校组织的每一次学习和业务培训，能够遵章守纪、安全驾驶、文明行车，规范管理。在工作之余，我经常力所能及的理解、学习本行业的相关规定、制度，努力做好自己本职工作的基础上，诚实守信、真诚待人，帮助他人作为乐事，以教育科学而自豪，赢得了学员的信任和支持。我积极倡导廉洁之风，诚信承诺的制度。当学员提出一些问题或反馈建议，我都会全力的处理和解决，以身作则，全心全意为学员服务，树立良好的服务意识和规范化管理理念。

## 二、努力工作

在工作中，坚决服从领导分工，不拈轻怕重，不论领导安排什么工作，我都认真的去履行好。一是保证用车，始终做到随叫随到，从未耽误过任何一件事情；二是在主要领导不用车的同时，服从办公室的调动，从未私自出过一次车；三是保持车容整洁，车况良好，对车辆的维修，小的毛病尽量自己处理，对大的问题及时向领导汇报，并到指定的修理厂进行维修，遵守交通法规，注重保养车辆，安全行车。不怕脏不怕累不怕危险，为我镇的工作作出了自己的贡献。

## 三、转变工作作风

首先，树立了敬业踏实、勤奋上进的工作作风。在具体工作中，一是严格遵守单位规章制度，用单位规章制度来规范好自己的行为，开展好批评与自我批评；二是在工作中勤勤恳恳，任劳任怨，扎扎实实地为人民服务；三是做好与同事的团结，大事讲原则，小事讲风格；四是在工作中注重解放思想，实事求是，不断探索创新，积极实践，不因循守旧、安于现状，努力克服不思进取，无过便是功的思想。

其次，是按照“两个务必”的要求，指导自己树立艰苦朴素的生活作风。在生活中，自己始终能够保持和发扬艰苦奋斗的优良传统，简洁朴实，自觉抵制各种不正之风。

多年来，我严格遵守国家政策法规和校规、维护职业信誉、维护集体利益、提高自我职业责任、忠于职守；在校领导的组织指导下开展教学工作，热情接待学校安排到我车上的每一批、每一位学员，对每一位学员做到公平、负责、耐心答问，特别是对待一些接受能力较缓慢的学员更是做到耐心细致地因人施教，使每一位学员都能掌握驾驶技能和安全操作规程。

车辆是教学工具，自己首先带头爱护设备，带领学员搞好车辆的日常维护和保养工作，保持车容整洁，技术状况完好，收管好随车物品，并组织本次学员队车辆常见故障诊断、排除及车辆例行保养作业的实践指导。但是自己还存在很多的不足之处，今后还须不断地向其他优秀的教练员虚心学习，把自己的教学方法和技能传授水平提升到一个新的层面，更好地服务于自己的本职工作，在来年的工作中取得更好的成绩。

随着我国汽车工业的高速发展和新技术在汽车领域的大量运用，要求驾驶员不断掌握车辆驾驶、维护、保养以及管理的新知识和新理论，以此来推动单位车辆管理工作的规范化、合理化。在今后的工作中，我仍将坚持学习业务知识，提高解决疑难问题和车辆故障的能力，切实贯彻各项交通安全法律法规，努力提高车辆管理水平，立足本职工作，敬业爱岗，为单位的发展做出自己应尽的贡献。今年以来，驾校各级领导认真贯彻本校的经营战略，坚持效益、质量、规模协调发展的方针，与时俱进，开拓创新，在注重经济发展的同时，加强内部管理和安全培训，使驾校的各项业务上了一个新台阶。我作为一名交通驾校的教练员，在工作上服从校领导的安排，与教员同事团结协作，认真带好学校安排的每一批学员，在校领导的支持及同事的相互帮助下，圆满完成了这一年来学员驾驶培训施教任务。

## 四、在教学教练中

在整个教学过程中，我认真加强学员的管理，严格学员的纪律。道路驾驶时，严格遵守交通规则及安全操作规程；场地训练时，提前做好安全操作规程的宣讲以及做到及时提醒，避免意外的发生。自己以身作则，言传身教，做到上车是师徒，下车是朋友，一视同仁，让学员在轻松友好的环境氛围中学习。

我是一名驾校教练员，从事教练工作已多年了。面对新的交通法规，学员的素质千差万别，给我们教练提出了新的课题。刚开始，总觉得不能明白的解释学员提出的问题，自己的驾驶技能及经验并不能效地传递给学员。通过学习，琢磨，现在觉得找到了一些方法，有一些自己的心得体会□

### (一)组织语言很重要。

比如讲转弯，若在转弯时你只说收油，看侧视镜，效果就未必深刻。若能在学员转几个弯之后，将车停下来。跟他讲转弯要注意三个问题：1，转弯速度2转弯观察3转弯路线及内轮差问题。跟他讲转弯速度是如何规定的，速度过快会怎样。转弯时要观察哪几个方向，有情况时该怎么办。转弯路线是如何规定的，为什么等。这样讲解后，我感觉效果不错。

### (二)先静后动。

在学员初次上车时，在静止的情况下，先要学员对主要的驾驶操作装置进行一下关于方法，力度，程度上的感知，这对之后的上路行驶很有好处。所谓”磨刀不误砍柴功。

### (三)合理安排教学顺序。

交通局给我们提出了很多实用的训练项目。教练要根据学员情况，合理编排顺序教学。这样学员才能接受。比如，某个



学员方向还不稳，驾驶还“蛇形”的情况下，你给他讲如何变道就不合理，所以必须依据学员不同程度，合理安排，循序渐进。

#### (四) 因人而异，因材施教

在教学工作中也是我进一步得到学习的过程。所培训的每一批学员都有他自己接受学习的特点，所有的项目训练都要因人而异，不能千篇一律。若对一个驾驶技能已很好的人，你讲以些他已熟练掌握了的常识，这只会是费力不讨好了，就会对他们已熟练掌握了的常识，简单讲授，或者不讲，重点对他们不熟练的技术进行示范，讲解。反之则由简到难。针对不同的学员我会采用不同的传授方法，这样把其中的经验日积月累，循序渐进，不断完善自己的教学方法和提高技能传授水平。这些经验在后来的教学过程中得到了充分的应用。

#### (五) 多鼓励，多表扬，少挖苦讽刺。

绝大多数的人通过练习都能掌握驾驶这项技能，只是有快有慢罢了。所以教练一定要耐心多一点。

#### (六) 改变自己，适应学员

同时注重理论知识，坚持与时俱进，学习新的道路交通安全法规和驾驶技能，不断充实自己。工作中，不仅向学生传授驾驶技能，而且对其进行道德教育，使学员形成文明行车，安全礼让的驾驶观。现在的“工学”矛盾太突出了，大多有工作，练车时间很少，又不确定，这只有打乱自己的作息规律和工作安排，去适应学员了，理解万岁吧。

总之，多年来，我能在政治上、思想上、行动上与党保持一致，认真贯彻执行党的路线、方针、政策。团结同志，宽以待人，认认真真学习，踏踏实实工作，使所从事的工作一年一个台阶，不断向前发展，取得了一定的成绩。但我深知，

我在工作上虽然取得了一定的成绩，是在领导的正确领导下，在老同志的精心指导下，在同志们的帮助下取得的，我只是做了我应该做的事。但自己还存在很多的不足之处，今后还须不断地向其他优秀的教员虚心学习，把自己的教学方法和技能传授水平提升到一个新的层面，更好地服务于自己的本职工作。在来年，我将进一步加大工作力度，改进工作方法，更加努力地做好工作，取得更好的成绩。

在新的一年迎头走来之际，蓦然回首去年的点滴工作，心底更多了一份厚重和责任，激发了我在在新的一年里不断努力和进取的信心；回首20xx展望20xx；让太极精彩我的生命！

3月份，接康戈武老师的通知到广东顺德参加中国武术段位制系列教程陈式太极拳的拍摄工作。这是陈氏太极拳发展的重要事件，所以我既感到兴奋又感到责任的重大。后又到北京进行教程的修改和演练，务必使新段位技术能够科学、完善。

4月，在共青团焦作市委举办的“我与焦作共奋进——寻找青春的榜样纪念五四系列活动”中被评为“青春榜样”英模称号。

5月初，到云南昆明参加首届西南地区陈氏太极拳高级培训班任推手班教练。公司以广阔的指导思路，在昆明举办培训班以弘扬太极拳，我作为主教练之一，积极准备，在教学中认真授课，圆满完成授课任务，受到学员的一致好评和赞扬。

5月23日，到香港参加香港陈式太极拳总会成立四周年暨第二届执委就职典礼并连任香港陈式太极拳总会副主席。香港陈式太极拳总会的影响力颇大，在弘扬和普及太极拳方面做了很多的工作。本次连任，使自己能够在今后的工作更好的传播陈氏太极拳，实现“弘扬太极、造福人类”的宏大目标。

6月13日，为了促进陈氏太极拳在当地更好的发展，扩大拳馆的影响力。倪世清举行开馆三周年的活动，应邀到合肥参加

合肥陈氏太极拳馆开馆三周年活动，支持了师兄弟的发展并积极宣传我们的八月份培训班，后倪世清共8人参加了郑州八月培训班。

6月底，和泰州武协主席夏平一起到新加坡参加活动并讲学。为了陈老师拳架为标准的陈氏太极拳，在新加坡的推广、普及起到了推动作用，也奠定了一定基础。

8月6日—10日，在河南大学参加首期全国武术段位制系列教程培训班并任陈式太极拳班教练。此次的培训聚集了学院派的精英，通过培训使我积累了经验，为下一步对陈式太极拳段位技术的推广普及打下了基础。

8月下旬，参加第十一届国际陈氏太极拳高级培训班任弟子班教练。本届培训班因为陈老师不在国内，不能亲临培训班，所以以陈斌总经理为核心的教练员队伍更应该拿出十倍的努力和汗水把此次培训班办的更好。从结果看本次培训班的举办是成功的。

8月30日，参加20xx年中国河南太极拳文化研讨会被中国人民对外友好协会授予“国际太极拳文化传播大使”。

9月4日，在河南省陈氏太极拳协会主席办公会上被增补为协会副秘书长。能得到组织和领导的信任，顿感肩负的责任更大，推广和普及陈氏太极拳的任务更重，今后将加倍努力做好协会的培训工作的，为协会的发展做出自己应有的贡献。

9月9日，作为特邀嘉宾应邀参加由国家武术管理中心主办的中国贵州清镇国际太极拳交流大赛并参加名家表演。陈氏太极拳在贵州的发展是相对薄弱的省市，此次大赛在很大程度上是太极拳在当地发展的良好开端，也为陈氏太极拳在西南地区的推广普及奠定了基础。

10月29日—11月16日，应法国太极学院的邀请到法国中部、

南部等地讲学，收到良好效果。此次法国讲学更多地是针对初学者，让更多的人领略、认识陈氏太极拳。让他们受益于陈氏太极拳，通过个人的努力使陈氏太极拳在法国有了更为广泛的习练基础，为更进一步的推广开了个好头。

12月20日—25日，出任由河南省武术运动管理中心、河南省陈氏太极拳协会联合举办的河南省首期陈氏太极拳段位技术培训班主教练。本次培训班是在国家武术研究院制定出完善的理论和教学程序后，为尽早的推广和普及陈式太极拳段位的教程，协会做出了举办有针对性的此次培训班。从实际效果看来，本次培训班的举办是成功的。为今后协会举办类似的培训班积累了经验，奠定了基础。

12月31日，赴广州参加第三届华南地区陈氏太极拳高级研修班并担任推手班主教练。

回顾20xx年，其中有奔波之辛苦、传拳之劳累，亦有收获之甘甜，成功之喜悦。既负弘扬太极之责，当竭毕生之精力，为太极大业之大发展，大成功而努力！

## 跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇四

跳绳少年宫的传统体育项目，我们希望通过活动，丰富学生课余生活，提高学生身体素质。当然，活动还是课堂教学的延伸，它不仅可以使学生开阔视野，丰富知识，增长智慧，激发学习兴趣，而且有助于学员巩固课内所学知识，培养学员的创新精神和实践能力。下面是本站小编带来关于小学跳绳课程教学工作计范文的内容，希望能让大家有所收获！

### 一、指导思想

树立健康第一的指导思想，体现健康、快乐、主动的宗旨，

注重情感的激发。从心里入手促进身心同动，构建良好的学习氛围。给学生以自主的空间。培养学生体育意识，为终身体育奠定基础。

## 二、教材分析

跳绳是深受小学生喜欢的体育教材内容之一，花样跳绳对学生来说更具有很大的诱惑力，小学四年级主要以实践教材为主。经常进行跳绳对于各运动器官的发育具有重要作用，尤其能够发展学生的弹跳力和弹跳、灵敏、协调、速度、耐力等身体素质具有显著效果。通过花样跳绳的学习使学生即锻炼了身体，又提高了兴趣，在运动中体验快乐。增强终身锻炼的意识。

## 三、学情分析

小学四年级的学生情绪变化较大，运动能力有一定发展，上课喜欢玩，运动系统发育不成熟，肌肉力量和协调性较差，想象创造力丰富，学习兴趣易激发。应该努力培养学生主动进取的态度，掌握好学习方法，把握学习规律，让学生在学习过程中去探讨，去理解，去发现，去创造。通过合理的运动实践，在不断克服困难体验运动乐趣，养成体育锻炼的习惯，提高运动技能，培养健康和愉快生活的态度，增强体质，培养坚强的意志。

## 四、教学目标

- 1、使学生初步掌握花样跳绳的各种动作方法，掌握锻炼身体的简单方法，主导参与花样跳绳的学习与创造。
- 2、在教师的引导下培养学生自主创新精神，发展学生思维灵敏等素质，培养正确的身体姿势。
- 3、培养学生学习的兴趣和积极性，以及勇敢，顽强，胜不骄、

败不馁，自觉遵守规则，体现互帮、互学、互练的团团队意识。

## 五、教学重难点

### (1) 教学重点

掌握跳绳的基本动作方法，培养学生身体素质。

### (2) 教学难点

花样跳绳组合动作的学习及学生创新能力的培养。

## 六、教学进度

### 周次 教 学 内 容

- 1、 跳小绳(基本动作方法)、游戏
- 2、 前后挽花跳、游戏
- 3、 双绳双人同心跳、游戏
- 4、 单绳双人交替跳加换位跳、游戏
- 5、 双人车轮跳、游戏
- 6 、跳大绳练习、游戏
- 7、 大小绳结合跳、游戏
- 8、 学生创编绳操或花样跳绳动作、游戏
- 9 、复习各种花样跳绳

## 10、 个人绳与多人绳展示总评

### 一、活动目的：

为丰富学生文化生活，提高学生体育运动水平，提高学生身体素质，特制定以下计划。

### 二、活动要求：

1、少年宫活动是学生的兴趣活动。因此，我们以自愿参与为首要原则，在不增加学生课业负担的前提下，让学生有充分的选择权。

2、学生应该按时参加活动，有特殊事情不能到的，必须提前跟教师请假。

3、活动时要能吃苦耐劳、持之以恒。

4、活动过程中一定要严格要求，每天按质按量完成活动任务。

### 三、活动的时间与地点：

时间：每周三下午

地点：操场

### 四、活动器材

跳绳40根

### 五、活动措施：

要把活动和思想教育结合起来，有意识地渗透品德教育，培养学员“爱祖国、爱少年宫、懂礼貌、讲文明、肯吃苦”的品质，加强跟家长、少年宫领导的联系，使学员能安心活动，

无“后顾之忧”。通过全体学员的共同努力，从难、从严、从实战出发，大运动量地进行严格活动，加强意志品质培养，争创佳绩。

六、活动的内容的安排：

时间、内容

第一周、第二周 单人跳绳无失误定量练习

第三周、第四周 单人跳绳定时定目标练习

第五周、第六周 单人定量与耐力结合练习

第七周、第八周 2分钟完整跳绳和练习

第九周、第十周 单人双摇1分钟

第十一周、第十二周 单人双摇1分钟

第十三周、第十四周 单人双摇1分钟

第十五周、第十六周 单人双摇1分钟

共2页，当前第1页12

## 跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇五

盛年不再来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。

不知不觉日历已经快翻到了20xx年。蓦然回首，酸甜苦辣应有尽有

尽有。“新生”时期，工作的千丝万缕，学生的繁琐哆嗦对于我来说



不再是力不从心。不过还是有几个“调皮大王”有时也会弄得我感到

手足无措。多得王亚龙教练以及几个助教的亲临指导啊！在他们那我

取得了不少经验，使我的业务水平能在短时间内飞速升级。我是任教

散打班的教练。本班是由126名成员组成的团体，途中有两名同学辍

学了。各种原由或许是出自我个人、又或许是出自他们自己身上吧？

吾以真心诚意对学生负责的态度，较圆满地完成了本学期的武训教育

工作以及学生们的思想工作。一下是我本学期的工作总结报告。不才

之处，还请海涵。

## 一、思想工作

思想有多远，人就能走多远。这是出自央视一个公益广告的广告

词。所以，我认为思想工作是各项工作的根本、能让学生健康成长

的。现在部份的学生性格上出现了点小叛逆。他们现正处于成长

于人生价值观的行程阶段。每个人对人生价值观的认识各有

不同的看

法。意志稍有不坚定，思想就容易出现问題。如今，班里出现的“小

## 跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇六

今年春季学期，为进一步贯彻落实中央“双减”政策精神，做好学校作业管理、课后服务、教育教学等各项工作，红河学校将“双减”作为本学期的重点工作落在实处，严控作业量、提供课后延时服务、提高综合素质，为学生提供健康快乐的成长环境。

开学初，学校第一时间着手进行“双减”政策的宣传，通过召开家长会、家委会、发放告家长书、利用班级群□qq群等方式，宣传相关政策、上级要求和本校做法，引导家长树立正确的教育观，形成良好的舆论氛围，避免盲目焦虑，从而产生“课内减负、课外增负”的问题。家校联手，共同推进“双减”政策的顺利落实。

学校各项工作的开展和落实，严格执行教育部三个通知精神，以规范的办学行为谋求学生综合素质的提升。睡眠保障方面：小学生睡眠时间达到10小时，初中生睡眠时间达到9小时；体育课程开设和体育活动安排方面：一二年级每周4课时，三至九年级每周3课时，保证学生每天在校1小时的体育活动，并且对锻炼内容、锻炼强度有明确要求；作业时间控制方面：一二年级无书面作业，三至六年级书面作业不超过60分钟，七至九年级书面作业不超过90分钟。

加强作业管理是落实“双减”政策的关键节点，学校建立作业校内公示制度，加强质量监督。通过作业清单、随机抽查、学情调研、作业设计研讨、作业展评等措施，促使教师严格控制作业总量，提高作业布置质量，鼓励布置分层、弹性和个性化作业。要求教师认真批改作业，及时做好反馈，加强

面批讲解，认真分析学情，做好答疑辅导。杜绝通过班级群变相布置书面作业，安排体育锻炼、家务劳动、阅读分享、社会实践等活动，突出素质教育内涵，让孩子全面发展健康成长。

严格控制教辅种类，坚持一科一辅的原则，禁止教师推荐或强行要求学生统一购买教辅资料行为。学校采取多种形式严查资料征订现象，一经学校发现将取消教师职务晋级、评先评优资格。

严格执行《中小学生课外读物进校园管理办法》，严守图书室、班级图书增新剔旧审查制度，及时补充更新适合学生阅读的图书。坚持向学生推荐读书清单制度，确保课外读物的育人功能。

做好课后延时服务是落实“双减”政策的有力保障。学校课后服务方面采取“作业辅导+素质拓展”模式。每天作业辅导一课时，指导学生认真完成作业，达到小学高年级学生回家基本没有书面作业的目标；素质拓展方面，学校充分发挥教师特长以及功能教室、运动场地等优势，根据学生的兴趣爱好，成立象棋、二胡、口风琴、书法、绘画、舞蹈共6个社团，为学生全面发展提供平台和支撑。特别是延时开放阅览室和电子播放室举措上收效明显，深受全校师生称赞。

今后，学校继续将课后服务体系建设与“双减”工作、五项管理、文明校园治理、创建等工作相结合，不断巩固工作成果，统筹推进基础教育质量、教育教学水平、师生服务水平、校园治理保障水平等四个提升，结合校情、学情推动学校形成课后服务特色，切实让“双减”为学生综合素质的提升护航。

## **跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇七**

性 别：男

婚姻状况：未婚政治面貌：团员民族：汉族

身高□177cm体重：67公斤最高学历：大学本科

职称：运动康复与健康毕业学校：上海体育学院

户籍：四川省成都市新津县

现所在地：四川省成都市武侯区

求职意向

意向行业：健身俱乐部会所意向职位：健身教练私人教练

到岗时间：1周以内求职状态：

职位性质：全职其他要求：提供上岗培训

教育经历

学历学校名称专业时间范围专业描述

大学本科上海体育学院运动康复学9月-6月运动康复与健康专业是新兴的体育、健康和医学交叉结合的前沿学科，经国家教育部批准在全国医学高等院校首次开设，弥补了我国健身康复人才紧缺的局面。本专业是适应社会对健康及康复的需求而设立的体育与医学交叉的新专业，主要研究运动与健康的关系。

培训经历

208月-0年0月 培训课程：私人健身教练

培训机构：上海锐星健身学院培训地点：四川成都

获得证书：健身教练国家职业资格证书

培训描述：

2013年8月-0年0月 培训课程：健美操指导员

培训机构：上海锐星健身学院培训地点：四川成都

获得证书：社会体育指导员国家职业资格证书

培训描述：

语言语种

外语语种掌握程度

英语良好

工作经历

7月-月：上海养志康复医院

公司性质：事业单位所属行业：其他行业

所在部门：康复科担任职务：康复治疗师

工作描述：

离职原因：

技能专长

熟知人体解剖学，运动解剖学，运动营养学基础，私人教练，增肌，减脂，塑形，特殊人群体适能训练，普拉提，健身球，健身操，游泳等。

## 自我评价

上海体育学院本科毕业，康复学理学学士学位，专业基础扎实，国家职业资格健身教练，热爱体育行业，热爱健身行业，阳光开朗，细心上进。

## 跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇八

通过近几年的驾驶员培训工作经验，现总结如下：

### 一、如何选择当做一名教练员这门服务行业。

通过公民生活发展和建议的不断深化和开展，根据公民的经济发展，逐步形成与发展社会主义市场经济相适应的社会主义体系，尤其是市场开放，逐步形成适应自身行业，所以我选择教练员行业。首先要对理解社会经济所决定的用善和恶标准去评价一种社会现象，就是依靠社会传统习惯，教育和人的信念的力量去调整人与人，个人与社会之间的关系的一种特殊的行为规范。

要了解做人的职业与道德，职业道德的认识，职业道德情感，职业道德意志和职业道德的信念。职业道德的价值的认识。各行各业社会中的地位性质，作用，服务对象，服务手段等方面的认识。教练员和学员之间道德培养。首先从明确认识开始培养职业道德情感，意志，信念为基础。

### 二、严格遵守驾校的各项规章制度。

学员来自四面八方，通过培养学员和招收学员的优良品德而影响社会道德，促进新型人际关系的建立和发展。教练员作为公民驾驶的知识技能传播者，对于传播交通安全知识，提高安全驾驶的防御能力起着重要作用决定杜绝学员吃拿卡要的现象，请客送礼和私收他人钱物，不吸毒、不赌博、不说脏话，要按时上下班，把学员放到第一位。做到学员就是我

服务第一上帝。

### 三、对车辆的日常维护和检修。

有句俗话说：“干什么就得直往什么”既然我选择了这个行业，我就必须认真去做，车辆就是我的工作工具，我要去爱护和保护它。

首先要把车内外的卫生打扫得干干净净，做到一日三检，出车前，和停车后检查，出车前必须检查，喇叭，水，电和雨刮器，轮胎气压。收车后检查，车门是否关好，电开关是否关闭。做到安全第一，要牢记行车第二不违规。

### 四、如何搞好培训和招收学员。

搞好培训教学质量的重要保证，安全教学原则，理论结合实际原则，精讲多练的原则，诱导性原则，循序渐进原则，巩固性原则和因人施教原则。随着教学实践经验的积累和教学客观规律的进一步认识，进一步发展和完善。安全防范重在坚持，能够思想警惕，要耐心讲解，安全认识性，思想不能麻痹，学员不能违章操作，机件失灵，建立健全各项规章制度。要精讲多练，要求教练员从学员的实际情况出发，依据学员的年龄特征和个别差异，教学必须考虑学员的个性特点和个别差异，发挥每个学员的积极性。利于争取大多数学员达到培养要求。有利于造就一批优秀的人才，对早出人才，快出人才具有深远的意义，结合培训大纲正规培训技术和要求，足够的培训学时，有计划地进行教学，从而使教学内容和进度适合学员知识和水平。是汽车驾驶教学做到规范化、统一化。这是搞好培训驾驶教学质量的一个重要因素。要统一计划、统一进度、统一规范、统一操作、统一口令、统一手势，要纠正学员不规范动作。不能任其形成习惯性动作，要调整操作时间，精心指导，要让学员都必须熟练掌握达到“会表达，能理解”的程度。以教学为重点，加强安全意识教育，保证驾驶教学任务的顺利完成。

是分不开的，是永远联系在一起的。为了驾校进一步更好地发展必须做到教练员招生服务为一体的宗旨。

五、要团结一致搞好教练员和学校领导的关系。

遇到事情要互相帮助，不要拉帮结伙，不要为一点小事记恨他人，不要看别人不顺眼，闲谈莫论人非，做该做的事，不要做不该做的事，要批评别人时，首先想想自己是不是完美无缺，做好事不能少我一人，做坏事不能多我一人的原则。

六、如何做一名优秀的教练员。

经过多年来的驾校培训，教学至今，本人仍坚持以教学质量和教学态度，教练与学员之间保持清正，不问学员吃拿卡要的原则，做到招生服务一条龙，不违反学校的规章制度，多年未出现安全事故，要做到搞好教学质量为重点，安全第一，诚信经营，要多一点耐心，多一点微笑，安全培训是驾校基础教练车要做到定期检查，定期保养。学校绝不培养马路杀手。最后感谢运输管理处和运输协会领导对我的支持和鼓励，争取明年再创明星教练员。

人，“大事讲原则，小事讲风格”，在同事和学员中有很好的公认度。同时，热爱学校、关心学员、服从学校的安排，与同事团结协作、工作尽心尽责态度端正、努力完成学校交给的各项工作任务，积极参加各项教研活动和学校每年组织的脱岗培训工作，认真上好公开课，断提高认识和业务水平，解放思想、实事求是，陶冶人生观、价值观、世界观。

教练员：年日月

## **跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇九**

通过这次的学习，学到了许多新理念、新知识、新方法，让我从中受益非浅，解决了不少之前模糊不清的概念或不懂的



东西。其中让我感触最深的是“老师的教决定了学生的学。”在听了刘老师的讲座后，让我明确了在强调以学生为主体的同时绝不是说要忽视教师的作用，教师在课堂上要起主导作用。比如：明知蹲踞式起跑是当今最好的起跑动作方法，为什么一定要先让学生来个什么自主练习，去探究最好的起跑动作，我认为这完全是为了探究而探究，没有什么意义。通过这次学习，我觉得要对今后的教育教学的方法进行重新的思考，什么样的教学内容、什么项目、什么年级的学生该采用什么样的教育教学方法，在这个教学过程中教师起到一个什么角色是我们值得探讨的。耿教授的讲座让我明白学生的主体作用要靠教师的主导作用来引导，教师的主导方向、主导的技巧对于成长中的学生起到一个主导的作用。我们应该“以学生身体练习为主要手段，以体育知识、技能为主要学习内容，以增进学生健康为目的”这是我们体育课的任务。

讲座中蔺老师提到：“现在教师评价学生时太吝啬，教师应该根据学生的特点采取多种形式的鼓励方式，以激发学生的信心和动力。”教师根据学生的发展水平要如何表扬，是有学问的。应该多表扬那些真正努力的孩子，而不是单纯通过成绩来表扬。对于如何评价我们的学生，如何评价的恰到好处？听完讲座后我作了反思，反思自己的课堂，表扬学生也很少，最多只是在学生考试成绩很好时，才会给予肯定与表扬，或者是学生的动作非常规范优美时才会表扬。总觉得作为一个体育老师教的班级多，每个班上的课也不多，只要学生能做到课堂上遵守纪律就行，至于学生心里方面关注得确实太少。有时候老师的一句话确实能影响学生，甚至影响学生的一生，人都希望得到他人的肯定，表扬与肯定能激发学生的学习兴趣，有了兴趣学生才能爱学乐学，只要学生爱学乐学教学就成功了一半。因此，在今后的教育教学中要尽可能地肯定学生的进步，而不应该简单地认为这是作为一个学生做好的，要重视学生的学习过程，有的学生可能因为先天原因，再努力再刻苦也不能很好地完成某项运动或做好某个动作，但只要学生努力了，作为老师都应该给予肯定，甚至要表扬

给全班学生听，让这样的学生树立起信心，让这些学生心理明白老师也在关注他，激发学生的学习兴趣，这也正是耿教授讲的教师的主导作用和学生的主体作用缺一不可，教师主导技巧和应用在教学中起到关键作用。

最后赵老师留给我们一句话是：“当今体育课的教案没有统一的格式，一线教师也应积极参与教案到底应该怎样写，结合自己的教学经验，提出建议和意见，做出一些东西来。”这也就意味着我们一线的体育老师们有自己的空间，但更应当结合实际动脑筋去想办法备出实际科学的课。

体育培训学习

## 跳绳培训计划 小学跳绳社团工作计划记录篇十

(一)

：面不断提高自身素质和能力，现将本年芭工作总结如下

一、注重理论知识，坚持与时俱进，学习新的道路交通安全法规和驾驶技能，不断充实自己。工作中，不仅向学生传授驾驶技能，而且对其进道德教育，使学员形成文明行车，安全礼让的驾驶观。

二、坚持质量兴校的原则，认真执行学年教学计划，理论联系实际，不断研究教学方法，改进教学手段，在年度教练员考核中取得优异成贯，并被被评为教练组长。

三、本着\_精心教练，以人为本

：每期学员的考试及格率都在百分之九十九以上，面且在学校和学员中形成很好的口碑。

(二)

担任驾校教练员工作关键就是要掌握整套驾校教练员规章流程，确保在工作当中不出现重大的违规违章责任事故。因此，在年初制定驾校教练员工作计划，意义重大。

第一，思想态度。

驾校教练员工作牵涉汽车驾驶方方面面，需要注意的、掌握的、运用的知识非常得多。广大驾校教练员需要怀着一个乐观、积极、开明的工作态度从事这项工作。思想上也认清驾校教练员对于学员今后在汽车驾驶环境当中受到影响，认清责任划分，准确开始相关驾校教练工作。

第二，工作任务。1，工作学习。本单位在练员工作培训，就

xx年开展规模定期的驾校教

xx年新工作提出的几点新要求都会培训会上一一说明。驾校教练员要认真参加培训工作会议，积极学习，并在工作当中切实落实相关工作。

2，日常工作。组织进行相关学员的报名、实训、考试工作，在工作当中遵守各环节规章制度。

3，情况汇报。每个月列罗当月工作当中出现的情况，撰写月工作报告上交所在单位部门。

第三，工作要求。

1，工作作风要求。驾校教练员必须清醒地认识自身工作的重要意义，在与学员接触实训过程当中应该切实保持清廉工作作风。

2，工作实务要求。驾校教练员工作当中必须按照单位教学安排，切实落实每一项教学任务到具体工作当中，确保学员能

够全面学习汽车驾驶。

3，考勤要求。驾校教练员工作实行单位统一考勤制度，有事缺席工作须事先请假。请假方式原则上当以单位请假专用纸张，特殊情况可以使用电话方式请假。

(三)

年度工作措施和打算

进一步提高教练员教学水平，加强内部管理，使学校各项工作都做到人性化，高效化和规范化。

一、进一步深入开

展“诚信经营、规范服务”的活动，有效推进规范化管理水平的提高

以规范化达标为载

行训练。坚持安全第一，文明行车，做好爱车例保工作，确保教学车辆的技术状态始终符合训练的要求，严禁酒后驾车，无证培训和串岗、脱岗教学，严禁超载、超速。

二、进一步加强智能化管理严格按照教学大纲

投入、低消耗、低排放、高效率、高质量”的集约型培训。在自愿的原则下加紧了油改汽的工作的落实，目前我驾校已经完成壹车教练车油改汽的工作。

四、进一步加强教

练员队伍管理和继续教育工作进一步完善教练员

100%的安全训练，教练员必须做好学员的思想工作，提高学

员的安全意识，保证学员出入平安，保证每月不少于一次安全活动。

## 五、进一步增强实

力，形成我校的办学特色和优势着重注意实力的增

件建设有机地结合起来，要形成如下五大特色和优势。1、把全心全意为学

员服务，一切从学员的利益出发，做为驾校的办学宗旨，坚信学员是驾校生存的前提条件，驾校的中心工作应该是，围绕为学员提供优质的服务来进行。并提出“快乐学车，享受学车，一切为了学员、为了学员一切，我们的服务与你的需求同步”的培训理念。在融洽、和睦、整洁、安全的学习环境里提供高效率、高质量的教学服务。

## 2、进一步完善设施

配备和服务项目，进行了库位调整，安装大功率照明灯，以满足不同层次学员的要求。

## 4、科学训练，注意

式为朋友式教学关系，使训练质量不断提高。5、校风廉政，确保

学员的利益不受侵犯，继续完善教练员廉政措施的建设，坚决杜绝吃、拿、卡、要现象。

## 六、节能减排工作将节能减排摆到更

加突出的位置，做到措施得力，责任到人。1、对每一台车辆制

尾气排放达到国家环保规定，全力保证车辆的运行良好，节能降耗。提高车辆的运行效率。

## 2、从改进驾校教学

行驶等节能环保驾驶习惯，号召学员积极参与节能减排工作。

## 七、规范化管理活

动的开展继续开展规范化管

员满意度评价和合理化建议。八、其他

1、驾校将继续拓展招生渠道，集思广益。2、继续加强驾校各

职能部的协作，把责、权、利落实到人□3□xx年驾校设

我们是否忽视了做为企业公民的另一个义务——会责任？

我们准备将企业社

经营活动中。总之，驾驶技术是

学员服务，一切从学员利益出发，努力工作，在不断的改革与创新中求得更大的发展。