

小班音乐小马 幼儿园小班艺术活动教案(汇总6篇)

计划在我们的生活中扮演着重要的角色，无论是个人生活还是工作领域。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

老年协会工作计划篇一

20xx年是我区老年人文体协会建立的第三年，也是贯彻落实《老年人权益保护法》的重要一年。根据《老年人权益保护法》“国家和社会采取措施，开展适合老年人的群众性文化、体育、娱乐活动，丰富老年人的精神文化生活”的要求，结合雨山区老年人体育协会章程有关制度和规定，特制定20xx年xx区老年人文体协会工作计划。

贯彻落实《老年人权益保护法》和《区老年人体育协会章程》，以“倡导科学健身、绿色生活方式，增强老年人身体健康，丰富业余生活，提高个人素养”为目的，充分发挥各分会作用，积极开展老年人喜闻乐见、适宜老年人的体育活动，为推动我区老年人文化体育事业作出新贡献。

1、举办雨山区首届老年(趣味)运动会。项目预定太极拳、柔力球、羽毛球、乒乓球、扑克、麻将、中国象棋等。预定为8月份，活动以分会为组织单位，设团体和个人奖，根据报名人数确定获奖名次。

2、组织老年登山、长跑健身活动。登山、长跑是老年人参与面最广的一项活动，预定为20xx年重阳节，登山地点为雨山脚下至山头，长跑地点为环绕雨山湖。以乡、镇、办街道和社区为单位，自愿报名参加，具体安排另行通知。

3、认真组织常年活动。目前老年会员参加棋牌、摄影、羽毛

球、乒乓球、太极拳等热门活动较多，成为我区老年人的热门项目，明年将采取分散与集中、活动与竞赛相结合的方式，扩大活动面，利用多种激励措施，调动会员积极性，具体方案由各分会安排。

4、打造精品，重点扶持。根据20xx年各分会活动情况□20xx年重点扶持适应老年人的羽毛球、乒乓球、柔力球等三个体育项目，上半年组建老年羽毛球、乒乓球队，下半年组建老年柔力球队，成为本协会的新亮点。

20xx年除安排好重点活动外，还要创造条件，积极组织 and 参与省、市举办的各项老年人体育活动，进一步加强区、县之间老年体育活动的交流，拟定明年组织棋牌、羽毛球、乒乓球等项目交流1-2次。通过主动推介、区县互访、友谊比赛等形式，扩大协会影响。

区老体协成立以来，区委、区政府十分关心和重视老体协工作，从组织到管理，从活动到经费都给于大力支持，会员应珍惜这一荣誉，自觉遵守协会章程和制度，主动参与各项文体活动，各分会根据会员活动情况，发现人才，充实力量，对长期拒绝参与活动者予以清退，真正把协会办成老年朋友之家。

总之，新的一年，我们要以分会为主体、活动为载体，普及与重点相结合，开展适应老年人特点和爱好的各项文体活动，为促进我区老年人体质健康、娱乐身心，增加兴趣、快乐益智搭建平台，为发展我区老年人文化体育事业做出新贡献！

老年协会工作计划篇二

以十九大精神为指导，以科学发展观为统领，全面贯彻“促进城市、发展农村、重在基层、面向全体”的“老体”工作方针和《江苏省全民健身条件》，广泛开展老年体育健身活

动，为提高老年人生活与生命质量，进一步体现改革开放成果，建设和谐、幸福、美好的新嘉善和争创体育强村而努力。

进一步做好我村老年体协网络队伍的调整充实工作。建立以支部书记为会长的老龄协会和老年人体育协会分会；以及由妇女联络员为协会小组长。根据我镇老年体协的工作要求，把发展老年体育工作列入村委会工作的议事日程，定期研究老年体育工作，切实解决老年体协工作的一些实际困难，努力创造条件，为老年人活动提供更多活动场所。加强老年体协组织网络建设是做好老年体协工作的关键和基础，把老年体育活动小组组织好、活动好，丰富老年人精神文化生活。

学健身重要意义的认识。认真领会胡锦涛在接见全国群众体育工作先进代表时的讲话：“广泛开展全民健身活动，提高全民族的健康素质，是全面建设小康社会的重要内容，是构建社会主义和谐社会的必然要求，也是功在当代、利在千秋的好事”，加强我村老年体育培训，根据上级体协要求，根据我村自身情况，进行体艺专长的培训。

老年体协是基层党组织和老年人联系和沟通的桥梁与纽带，要牢固树立为老年人健身、健康服务的意识，进一步增强使命感和责任感，与时俱进，创新克难，努力为广大老年朋友参加体育健身活动提供条件，多为老年人办好事、办实事。

继续抓好信息宣传工作，把开展老年人健身活动的先进事迹及时在村级简报中予以报道，不断扩大老年体育影响，同时要加强对老年健身活动科普知识的宣传，用科学的方法指导健身，提高健身效果。通过我村上下的共同努力，积极发挥全村的共同力量，把我村的老年体协工作打好扎实基础，确保各项工作取得更好的成效。

老年协会工作计划篇三

20xx年是我国实行“十二.五”规划的关键一年，也是中国共

产党承上启下的重要一年。协会全年将贯彻落实中共xx届六中全会推进文化大发展大繁荣的精神，继续围绕以社区文化建设为中心，以满足会员身心健康为宗旨开展各项工作。

一、抓好一年四个节庆。

二、加强文化队伍建设。

4、将原象棋队与棋牌队合并，保留象棋队；

5、组建老年羽毛球队；

6、科学安排活动场所；

7、配合社区办好邻里节。

项目负责人：黄泉铭、曾庆珍、张兆纯、钱天华、黄茅茅

三、组织特色旅游活动。

四、开展老年保健服务。

今年将根据会员需求，有针对性地安排2~3次健康知识讲座；通过福州市老年服务协会，牵头引进更多优惠医疗项目进社区，为老年人健康服务。

空巢老人必须得到全社会的特别关爱。尤其是对于生活难以自理的本协会空巢老人家庭，更需要我们结对帮扶，经常上门关心健康冷暖，遇事及时与社区保持沟通，开展多种形式的送温暖志愿服务。

除外，还要促进社区、物业尽快完成本社区居家养老服务中心的规划选址，力争该项目按市政府的要求在今年年底建成。

项目负责人：鄢继恩、曾庆珍、郭秀文

(鼓楼区洪山镇锦江社区)

老年协会工作计划篇四

站立的状态下，两腿稍微的弯曲，然后把双臂经胸前向前*举，伸直腿部，双臂摆动到侧面*举，抬头，停下，然后腿部在弯曲一次，双臂也*屈后振一次。

站立姿势不变，两手下垂，两掌交叉，掌心向腹部，然后两臂向外侧张开，张开幅度以自己适宜自然为度，速度不求快，张开手臂之后，随即收臂，使两手掌回复成交叉，时间约1分钟。

早晨起床后，洗漱完毕，略带微笑，双足与肩等宽站立，上身放松，下身部分微微下蹲，足趾轻轻抓地，双目远眺。

两掌心相对约10厘米，保持这个距离，两掌高低与裤腰带*，两掌心保持距离不变，然后以上臂带动手臂作划圆运动。先身体略向左侧划圆，顺时针20圈，逆时针划20圈，然后身体向右侧转动，继续如上述，顺逆方向划圆各20圈。

以头作笔尖，摇动头部写“长寿”两个字。然后令头部围绕这两个字划圆，先顺时针方向，再反方向，以上动作要缓慢些，时间约2分钟。

——老年人夏季健身需要注意哪些

老年协会工作计划篇五

1、继续为60—69周岁的老年人与70周岁以上的老年人办理xx省绿卡、红卡优待证。使老年人更多地享受*的优惠政策。

2、对卧床不起的危重病人与医院结对服务，落实措施，定期和不定期的上门服务。

3、为增加老年人养生保健知识，利用发挥本社区的人才资深优势，组织1—2次保健知识专题讲座，增加老年人的保健意识和预防疾病的功能。

4、继续做好日常一些工作，看望生病住院的老年人，配合社区慰问八十岁以上的老年人，派人参加为去世的老年人“送最后一程”为特困老年人解决一些力所能及的困难。

5、进行一次尊老爱幼方面的教育。

6、视情况对老年活动中心进行一次修整。

7、继续做好为老服务的“xx工程”为内容的其他各项工作。

二、积极开展老年人喜闻乐见，多种形式的各种文化体育活动

1、组织老年人进行中、短线1次旅游，以往组织旅游说明老年人对外出旅游非常感兴趣，既领略了祖国的大好山河，有亲自目睹了祖国日新月异的巨大变化；既能使老年人增加快乐，又能使社区的活动增加了频率，是活动的好项目。

2、积极组织、配合、选送项目和运动员参加xx老龄委组织的较大规模的运动会，争取有好的成绩。

3、准备在三季度在老年人中组织一次全家才艺大比拼，或“马大嫂”厨艺大比拼，增加老年人的乐趣。

4、配合社区进行一次小型运动会（或老年协会组织）。

5、老年节前后组织一次老年人游园活动。

6、继续办好越剧班、婺剧班、京剧班，“三班”活动，以满足戏剧爱好者的兴趣。

7、要关心自行组织，自行活动的各个文艺体育团队和个人，在力所能及的范围内为他们解决一些实际困难。

三、继续做好关心下一代工作

1、利用暑假期间对本社区的青少年进行一次思想品德专题讲座提高青少年思想道德素质。

2、经常和学校取得联系，组织在校青少年学生进社区，搞卫生、访贫问苦、帮助特困体弱老年人等活动。

3、有条件的话组织青少年进行一次参观访问活动。