

最新英语教研活动工作总结(优秀5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

马术俱乐部规划篇一

- 1、上班期间必须着工作服，并保持工作服整洁，女员工不得浓妆艳抹。
- 2、必须严格遵守工作时间，不迟到，不早退旷工，不经批准不得擅自调换班次。
- 3、对待客人必须温文有礼，面带笑容，使用服务型用语，不得与客人无理。
- 4、爱护公物，维持公共卫生，定时定期检查器械。
- 5、请假需提前一天请示，批准后方可生效，否则按旷工处理。（注：出休息日外，所有病假事假均为无薪假期）。
- 6、健身房健身区域禁止吸烟，嬉戏打闹。
- 7、非健身教练不得私授健身课程，对没有缴纳私教课程费用的会员开展私教课程的一律按当黑私教处理，会员私教费用由该员工承担。
- 8、非前台工作人员不得随意进入前台，不得私自收支财物。
- 9、对于工作积极，拾金不昧，提出合理化建议的员工按情节给予现金奖励。

10、工作时间不得串岗、睡岗、空岗、错岗。

11、工作人员与会员之间不得嬉戏打闹，过于接近。

以上条例违反者第一次处以罚款10元警告，第二次罚款20元，三次以上罚款50元。

马术俱乐部规划篇二

在上级有关部门的具体指导下，我社区将体育工作列入工作计划，作为社区精神文明建设的重要内容摆上议事日程，由社区主要领导任“文体活动中心”组长，确定一名社区居委会副主任专职具体抓；充分利用多种方式宣传学习《全民健身计划纲要》和《体育法》和中央8号文件精神，并邀请市体育局领导和专家、教练到社区开展体育讲座，利用社区内的宣传墙报、专栏深入持久地宣传《纲要》、《体育法》精神，使之家喻户晓，人人皆知；建立健全“社区文体活动中心”各项规章制度，确定专人管理。

积极协调资金，加大对社区体育设施的投入。同时，积极鼓励社会力量参与社区体育设施建设，促进驻区单位、学校、企业内部的体育设施积极对社会开放，为辖区居民提供无偿或低偿服务；进一步完善社区体育设施管理责任制度，实现活动场所免费开放，在个居民小区内免费安装体育健身器材。

积极组织参加全市、街道等部门举办的体育活动、比赛。通过举办社区运动会，展示-x社区人的新思维、新形象。积极开展经常性的群众喜闻乐见的体育活动，丰富群众生活，提升-x社区人气。经常开展以小型多样、适合社区居民和外来人口，尤其是老人和儿童需求的体育活动，提高社区趣味体育比赛的参与率，带动全民健身的开展。按照《全民健身计划纲要》，坚持开展经常性体育活动，满足居民群众生活需要。要创造条件举办社区体育活动(赛事)，用体育载体树立-x社区形象。

马术俱乐部规划篇三

为进一步发展全民健身事业，广泛开展全民健身运动，根据《全民健身条例》和《__省全民健身实施计划》要求，结合我市实际，制定《__市全民健身实施计划（20xx—20xx年）》。

（一）坚持群众体育与经济社会发展相适应，紧紧围绕市委、市*中心工作，促进社会文明进步和经济快速发展。

（二）坚持统筹兼顾，重在基层，鼓励各类人群参与健身活动，推进各地全民健身事业均衡发展。

（三）坚持活动与建设并举，重在建设，扎实推进全民健身公共服务体系和设施建设。

到20xx年，城乡居民体育健身意识普遍增强，参加体育锻炼人数显著增加，广大群众身体素质进一步提高，各地形成覆盖城乡的全民健身服务体系。

（一）经常参加体育锻炼人数显著增加。每周参加3次以上体育锻炼人数达到34%以上，其中16岁以上城市居民（不含在校学生）人数比例达到12%以上，城市居民达到20%以上，农村居民达到7%以上。保证在校学生每天参加体育锻炼至少1小时。提高残疾人参加体育锻炼人数比例。

（三）体育健身设施有较大发展。全民健身设施基本覆盖城乡，人均体育场地使用面积达到1.5*平方米以上。60%的社区和50%的行政村建有公共体育健身设施。逐步增加公园、绿地、广场的公共体育健身设施。推动公共体育场馆面向社会开放，实现体育资源社会共享。__市区及各地分别建成能承接高水*竞赛和大型群众体育活动的健身中心。

（五）社会体育指导员队伍进一步发展。按照总人口万分之六的目标，建成一支结构合理、覆盖城乡、服务到位的社会

健身指导员服务队伍。加大社会体育指导员培训力度，成立市、县两级社会体育指导员协会，实现社会体育指导员协会规范化和培训制度化。

马术俱乐部规划篇四

第一大职责：帮助会员熟悉并且正确的使用健身器材。第二大职责：帮助会员了解和认清自身的身体状况。

第三大职责：以专业的知识在最短时间内帮助会员达到目标。第四大职责：指导会员执行长期的健身计划，帮助会员保持良好的身材。

第五大职责：帮助会员远离“三高”食物，安排健康的日常饮食。

动力健身俱乐部健身教练及教练主管岗位职责

- 1，健身教练直接对教练主管负责，执行教练主管指令，并向教练主管汇报工作。教练主管直接向经理负责，执行经理指令，并向经理汇报工作。
- 2，熟悉所有俱乐部器械的使用操作规程，监督使用人员的操作方法，发现问题及时纠正，避免设施的不必要损耗。
- 3，能够使用规范语言和动作为客人讲解和示范，并跟进来俱乐部体验的客人，了解情况，迅速向销售人员反馈信息。
- 4，每日做好营业前一切本职岗位的准备工作，包括卫生工作。
- 5，对初学的会员，如要求指导，教练应给予规范服务，并对有私训意向的会员积极为其推荐私教服务。
- 6，推广并销售与健身有关的俱乐部内现有的系列产品。

- 7, 在会员练习时, 要特别注意安全, 并有规范的保护、抢救的工作意识。
- 8, 营业前结束后要协助店长做好查核及营业汇总工作。
- 9, 营业前结束后要对本区域内卫生和保管物品进行整理与清理工作。
- 10, 定期对场馆的设备设施进行保养及维修, 维持设备的良性运转确保正常使用, 并协助维持健身房的整洁。
- 11, 定期进行训练及学习, 保持良好的身体形象, 提高业务水准。
- 12, 会员及宾客建立良好的关系, 利用自己与客人服务关系的特殊性, 及时将客人的意见建议反馈给上级领导, 创造俱乐部良好的形象。

动力健身俱乐部健身教练的工作要求

2, 着装得体体味清新

健身教练的服装: 上身要穿工作服, 下身穿宽松的运动裤或运动短裤, 严禁穿任何紧身或过度暴露的服装。一方面由于健身教练的身材都十分健美, 穿过于显示身材的服装会给会员的心理造成压力, 甚至产生自卑感; 另一方面, 保持一个健康、严肃的穿着也可以与学员保持适当的距离感, 避免他人的遐想。健身教练的服装要每天更换, 保持整洁、干净, 衣服上最好不要有褶皱。

其次, 健身教练每天在健身房要待八九个小时, 会陪着会员做各种运动, 长时间高强度的运动免不了会大量排汗, 因此保持体味的清新也是健身教练应该注意的礼仪。

2， 接触会员把握分寸

健身教练在给会员上课时，免不了身体上的接触，要时刻把握和会员接触时的分寸。一方面要时刻面带微笑，在会员练习时不时用话语给予鼓励，另一方面不能过于热情，超过教练与会员的界限。健身教练在给异性会员上课时，要注意不与对方谈及私人问题，不打探对方生活隐私。要学会倾听而不是倾诉，不过多参与自己的主观意见。

健身教练带领学员做完器械后会为学员按摩放松肌肉，出于对会员的尊重，在可能会接触到会员皮肤时，要提前打招呼，征得对方允许；其次，在接触到对方皮肤时，健身教练要用一块干净的毛巾垫在手和会员的皮肤之间。女教练为女会员放松手臂时，按摩后会将毛巾顺着会员的胳膊滑下，让人感到亲切、柔软；当女教练为男会员放松手臂时，做完规定的放松动作后会将毛巾直接取下，并向后退一步，对会员微笑示意。

3， 善用激励疏导情绪

健身教练有时还充当心理减压师的职责。一些会员可能因为白天工作压力大，脾气有些不稳定，这时要用一些激励语言疏导情绪，如：“啊！今天好像状态不错，这个动作肯定多做2个，或多举10公斤。加油”这样的话。

4， 安全第一

健身运动充满活力的同时也少不了受伤的危险，作为健身教练应该在训练前带领学员做好充分的准备活动，将身体的各个部分都活动开，保证练器械的时候不会有肌肉的拉伤。其次在训练计划的制定上要科学合理，针对每个学员不同的生理情况和体能状况制订出符合个人特点的训练计划，对于初学者要给予更多的关注，注意他们是否适应每次训练的强度和项目。在练习过程中健身教练要随时注意学员的身体状况，

稍有不适应立即停止训练，让学员找个地方坐下休息一会，并补充一些水分。

5， 保护学员隐私

健身教练会掌握很多有关会员的私人信息，比如：地址、电话、年龄、身份等等，这些都属于会员的个人隐私，健身教练是绝对不允许将这些信息以任何方式泄露给他人的，这是健身教练一个基本的职业准则，也是取得会员信任的一个重要方面。

6， 不歧视身体有缺陷的会员

有些来健身的会员体形不是很优美，身材过胖或太瘦，出于礼貌，健身教练不能用语言或肢体动作来表达对会员身材的看法，更不能与他人议论会员的身材。应在练习过程中不断鼓励这些会员，帮助他们树立自信。对于身体有残疾的会员，健身教练应该给予更多的关爱，尤其做好协助保护工作，确保练习过程安全、有效。同时也应把握好度，不能事事插手，有些残疾人自己能做到的事情，健身教练应该让其自己完成，此时若过分殷勤会使对方反感。

7， 对自身要求高

1、 购买相关书籍或教材；

2、 制订学习计划，每天学多长时间，每周学哪些项目；

3、 抓重点。挑目前用得到的、主要的学，不重要的可先不学；

4、 记学习笔记，将书中有用的内容和问题记下来； 5、 将学习时间多放在教科书上，少花在娱乐性杂志上； 6、 多交流、多请教，不耻下问，互相学习，共同提高； 7， 理论联系实际，多在实际训练中实践、体会、总结、提高。

动力健身俱乐部教练主管岗位职责

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 直接向经理负责, 执行经理指令, 并向经理汇报工作。

负责定期调查会员对俱乐部所安排健身课程的满意度, 并及时汇报上级领导。

合理安排并协调所有教练工作班次及工作日

根据会员意见与健身计划, 协调私人教练做好课程安排。对所有新员工进行初步的专业培训。

根据俱乐部的相关规定, 协助领导管理员工及俱乐部的其他相关事宜。制定并改进俱乐部相关的工作项目。

对健身教练的各项职责进行监督, 发现问题及时给予警告, 帮助改善。

私人健身教练对练习者的帮助

1、优秀的私人教练将会通过帮练习者设置一个可行的目标, 制定安全的策略, 监控健身进度, 及时调整练习者的健身计划, 不断地鼓励和支持练习者按照系统的方法坚持科学训练。

2、提高你的整体的健康水平。在私人教练的专业的指导下, 练习者能够提高心血管健康、力量、灵活性、耐力、姿态、平衡性和协调性等健康指标。

3、私人教练能够帮助练习者在最短的时间内达到最佳的锻炼效果, 从而减少由于自己知识的缺乏造成的时间浪费。

4、增强练习者的智力、体力和精神。

马术俱乐部规划篇五

一是印发《xx县20xx年群众体育全民健身活动计划》，精心组织开展职工足球、篮球、工间操。健身跑。乒乓球。羽毛球。登山等全县性群众体育活动25次以上，组织参加市级以上比赛15次以上。二是启动全民体质监测工作，宣传推广科学健身方法。三是认真贯彻实施《xx县全民健身实施计划》
《20xx—20xx》切实做到全民健身条文化，目标化，考评化，要求各地各部门要加大对全民健身设施的投入，保证健身时间，增进全民健身意识。四是加强对县级机关，县属企事业单位，乡镇村、社区科学健身的培训和指导。五是抓好社会体育指导员和全民健身志愿服务队伍建设。六是注重传承发展民间传统体育，打造特色品牌。挖掘和弘扬了拗棒、武术、健身秧歌等全民健身项目。

一是督促落实学校每年1小时体育活动时间，协同县教育局指导开展好学生阳光体育运动和校运会。二是督促抓好布点校、传统项目体育学校的业余训练工作。三是精心做好xx县承办xx市xx市第十一老运会场地建设、运动项目备训工作，加强体育管理员、教练员、运动员等人才梯队建设，认真抓好xx市第三届运动会的选材组队、业余训练、安全管理、保障服务工作。四是坚持走体教结合之路，加强县业余体校规范化建设。

三、体育惠民，加快体育民生工程进度。

一是在县委、县*的正确领导下，加快城东体育馆和全县体育活动中心建设项目的前期准备工作。二是xx县财政、相关部门和乡镇新筛选储备上报一批体育民生项目。三是积极做好国家、省*和国家体育总局已储备项目和其它体育民生项目的申报和争取力度。四是完成开放体育设施5万人次以上。

以宣传贯彻全民健身系列法规为重要内容，多形式、多渠道、

多层次抓好体育科学健身、政策法规宣传的普及和提高。挖掘和弘扬开江体育文化和非物质文化遗产体育类项目，为文化靓县奉献力量。

以“庸懒散浮拖”专项治理工作为契机，以建设学习型、管理型队伍、技术型、服务型机关和队伍为实践载体，深入开展干部作风建设，深化群教活动，加强党风廉政建设，提升机关效能。

一是认真学习领会中央、总局和省局关于巩固和深化教育实践活动的相关文件、讲话和政策精神，提高思想认识，发挥责任主体作用，持续抓好教育实践活动整改工作，形成抓作风建设的长效机制。

二是抓好“两方案一计划”整改落实，加快整改进度；督促抓好专项治理工作，了解群众和纳税人对整改落实的满意度，向党组主要负责同志反馈情况，提出意见建议。

三是加强和改进基层党建工作，做好局党组抓基层党建工作述职评议工作，抓好基层党的组织设置、程序规范、制度落实等工作。

四是继续抓好局机关政治理论学，组织党员干部深入学习贯彻党的及十八届四中全会精神，切实加强机关党员干部思想建设；做好局党组中心组理论学的各项服务保障工作。

五是加强基层党组织和各党支部班子建设；认真落实党员管理规定，加强对局机关党员的管理。

六是认真落实机关党委（含工、青、妇）各项工作计划，做好发展党员、接转组织关系、收缴党费等机关党委日常事务工作；落实好党内关怀帮扶机制，增强党组织的向心力和凝聚力。

七是围绕国税职能和工作特点，继续深入推进局机关创先争优活动的开展；组织参加区直机关开展的文体活动及扶贫结对等公益活动。

八是落实好区直机关党建目标考核工作；继续推进全区机关党建示范单位创建工作，发挥好示范点的示范引领作用。

九是切实加强党员干部队伍作风建设，认真贯彻落实党风廉政建设各项任务，遵守各项规章制度。

十是充分发挥工会在服务全局和维护职工合法权益中的重要作用，继续做好干部职工医疗互助保障工作。协同工会开展助学、扶贫活动。积极探索机关党群工作一体化，构建新形势下党群工作新格局，组织开展丰富多彩的“1+1”等各项文体活动。加强对妇女工作的指导，组织引导女职委开展各种适合妇女特点的活动。

认真学*贯彻党的十八届三中、四中全会精神，以“庸懒散浮拖”问题专项整治活动为抓手，明确目标，团结拼搏，全面完成xx县委、*下达的各项任务。

1、继续深入学*党的十八届三中、四中全会精神，不断推进“五项”问题专项整治活动。

2、进一步加强基层组织建设。一是要做好以选配好班子为重点的基层商会建设；二是要新建立1—2个行业商会（协会）；三是做好基层会员发展和登记；四是配合县委相关部门做好民企党建。

3、继续深入开展“开江企业行”活动，为油橄榄中心、五金铸造中心、工模具技术研发中心生产基地建设的做好对接服务、协调支持工作。

4、积极加强同xx市xx区工商联及异地商会的交流合作，组织

商会开展联谊交流，促进区域经济健康发展。

5、发挥工商联在构建和谐劳动关系中的作用，积极介入劳动仲裁案件。

6、深入开展依法治县工作，为非公有制经济提供法律服务。开展企业和司法部门互助活动，送法到企业，为企业提供法律帮助。