

最新游泳活动项目 游泳协会工作计划实用 (大全5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

游泳活动项目篇一

转眼间，一个学期过去了，就这个学期以来的所得所失，我有如下一些总结。

在这个浮躁竞争的时代，我庆幸我拥有一种诗意的、平和的心境。在这种心境中，我享受着教学带给我的幸福与快乐。赴xx外国语学校考察，去杭州参加“千课万人”全国生本课堂教学观摩课活动，带学生参加温州市中小学生作文比赛，与老师们分享自己的学习体会，与孩子们一起享受读书的乐趣……收获了无须张扬，失败了不必气馁，我相信每一次经历都是一笔财富，每一次思考都能启迪成长。20xx年，站在新的节点，行走在教育的路上，我的内心会更宁静，我的身心会更投入，我的脚步会更坚实。我会在这条路上，一直这样走下去，我相信只要坚持不懈，就会向教育的理想境界靠近。

办公室的工作是忙碌的，琐碎的。我很幸运，我的工作有李老师的指点与帮助。我也时刻提醒自己要从领导指挥，热心为广大教师和学生服务，认真协助徐老师做好校办工作，少说空话，多干实事，提高服务质量，力争在服务中显示实力，在工作中形成动力，在创新中增加压力，在与人交往中凝合力。可是这一点，我做得还远远不够，希望大家鼓励我、帮助我、支持我！

游泳活动项目篇二

本年度以来，在上级主管部门的领导下，我校按照制订的游泳队工作计划，大力开展体育传统校工作，取得了可喜的成绩。

游泳队训练工作是学校工作的重要组成部分，是全面贯彻教育方针的一项重要内容。为加强对学校体育工作的领导，学校始终是以校长为体育工作领导小组组长，本年度还调整了部分领导小组成员，制定了各部门体育工作责任制，使得本年度的各项体育工作开展得有声有色。

本年度，我校在抓好游泳运动普及的同时，重视抓提高，主要采取了以下有力措施，做了以下几项工作：

1、抓计划落实。把游泳训练当作学校体育的重要组成部分列入学校体育工作计划，由校长亲自抓，体育教师具体抓，班主任配合抓，各部门相互配合，各负其责。

2、游泳年龄梯队衔接工作。学校建立了二个年龄段游泳队，由专职体育教师负责训练，每周3—4次，每次90分钟，始终如一，风雨无阻。

3、抓普及促提高。依托每周两次兴趣活动课，借助社团时间和课外活动时间，让学生参与游泳训练，在此基础上集中训练，参加各级各类比赛。

4、抓好游泳队常规训练工作。在训练中，教练组老师们团结协作，认真研讨游泳队的训练方法，采用科学先进的训练方法，不断提高队员的运动成绩。

由于上级主管部门领导的关心指导和学校领导对游泳队工作的高度重视及全体教师的共同努力下，本年度我校在xx年市中区中小学游泳比赛中获得团体总分第一名的好成绩。

成绩的取得只能说明过去，我们将进一步脚踏实地，一如既往地加强我校游泳队训练工作，争取取得更多、更好的成绩。

游泳活动项目篇三

第一节课：1，热身练习

2，介绍蛙泳的基本动作要领

3，岸上练习蛙泳手部动作

4，岸上联系蛙泳腿部动作

5，熟悉水性：1，水中行走

2，学习憋气

3，有节奏的（听哨音）憋气，换气在憋气

4，手扶岸练习漂浮 课后作业,：1，回家练习蛙泳手部动作50次

2，回家练习蛙泳腿部动作50次

3，憋气练习，第二节课：1，热身练习

2，岸上练习蛙泳手部动作

3，岸上练习蛙泳腿部动作

4，憋气练习

一次憋气完成后爆破吐气再吸气练习

5, 手扶岸漂浮练习

6, 手扶板漂浮练习

7, 脱板漂浮练习

课后作业: 1, 回家练习蛙泳手部动作50次

2, 回家练习蛙泳腿部动作50次

3, 憋气练习, 第三节课: 1, 热身练习

2, 手部动作

3, 腿部动作

第四节课:

第五节课:

4, 憋气练习

憋气完成后爆破吐气再吸气练习

5, 手扶岸漂浮练习

6, 手扶板漂浮练习7, 脱板漂浮练习

8, 手扶岸蛙泳退练习课后作业: 练习巩固, 蛙泳手部动作, 蛙泳腿部动作1, 热身练习

2, 手部动作 3, 腿部动作

4, 憋气练习

憋气完成后爆破吐气再吸气练习

5, 手扶岸蛙泳退练习6, 手扶板漂浮蛙泳腿部练习

7, 手扶板蛙泳腿两次加一次换气练习

课后作业;练习巩固, 蛙泳手部动作, 蛙泳腿部动作

1, 热身练习

2, 手部动作 3, 腿部动作

4, 憋气练习

憋气完成后爆破吐气再吸气练习

2, 手部动作

3, 腿部动作

4, 憋气练习

第七节课: 1, 热身练习

2, 手部动作

3, 腿部动作

4, 憋气练习

第八九节课:纠正巩固动作练习, 第十节课: 考核

腿部动作技巧;收, 翻, 蹬, 夹, 停, 口诀;边收边分慢收腿

向外翻脚对准水

向后弧形蹬夹腿

两腿伸直飘一会，

游泳活动项目篇四

本学期，我在校领导的关心支持和办公室同事热情帮助下，不断加强自身建设，努力提高自身修养，认真履行岗位职责，较好地完成了各项工作任务。总结起来，主要有以下三个方面：

严格遵守办公室的各项规章制度，做到不迟到，不早退，时时处处以工作为先，大局为重，遇有紧急任务，加班加点，毫无怨言。工作中，始终以^v^员的标准严格要求自己，听从领导、服从分配，对于领导和办公室安排的每一份工作，不论大小，都高度重视，总是尽职尽责、认认真真地去完成，从不计较个人得失、打折扣、讲条件。经常自省自励，开展批评与自我批评，严格约束自己的一言一行、一举一动，树立起了办公室工作人员的良好形象。

工作中虽然取得了一定成绩，但仍然存在着一些问题和不足，今后，我要一如既往地领导同志们学习，发扬优点、克服不足，与时俱进，积极进取，力争使自己的政治素质和业务水平在较短的时间内再上新台阶，以适应现代教育发展的需要，从而更好地完成领导安排的各项工作任务。下一步，重点搞好以下几方面工作：

一、抽出时间，深入调查研究，努力掌握第一手资料，为更好地为领导服务打下坚实基础。

二、进一步加强业务学习。坚持谦虚谨慎，不骄不躁的工作作风，发扬团结他人、谦虚学习的精神，虚心学习，不断提高自身素养。

三、强化服务意识，增强责任感、压力感，提高工作效率和服务质量。

游泳活动项目篇五

一、学生概况分析

一年级的学生，对于游泳这项运动充满了热情，但较少部分学生真正会游泳，绝大部分学生去过游泳馆。他们的性格特点就是活泼好动，天真烂漫，喜欢节奏较强的运动，爱接触新鲜的事物，但他们的注意力易受干扰而分散，需要时时提醒。因此，我在教学过程中常把要学习的东西结合游戏进行教学，着重提醒他们动作的重点和难点，从而提高学习和参与体育运动的积极性。

二、本学年教学任务及主要教学措施

本学年第一学期的任务：憋气、换气、自由泳腿

主要措施：

- 1、注意设计和组织好各节课的教学内容和组织形式。
- 2、结合情景教学，愉快教学的理论指导课堂，提高教学质量。
- 3、结合游戏进行思想品德教育。

内容备注

1课堂常规、安全知识

1憋气学习

2 爬行游戏

1复习憋气

2学习换气 3吹泡泡游戏

1复习憋气、换气

2学习蹬墙憋气漂行

1学习自由泳腿（陆上） 2半陆半水练习

1 水中自由泳腿练习（抬头）

1游戏：自由泳腿接力赛

1练习憋气自由泳腿

2 挑战赛：一口气完成7米憋气自由泳腿

1憋气自由泳腿接力赛

十 1考核