

# 最新太极社个人工作计划和目标 个人工作计划个人工作计划(模板6篇)

计划可以帮助我们明确目标、分析现状、确定行动步骤，并在面对变化和不确定性时进行调整和修正。通过制定计划，我们可以将时间、有限的资源分配给不同的任务，并设定合理的限制。这样，我们就能够提高工作效率。以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 太极社个人工作计划和目标篇一

### 一、建立团队：

医药专业销售需要高素质的、有成功进取心医药代表。以往的销售员仅有送货和签合同等的功能，现代医药代表是企业与医生之间的载体，公司产品形象的大使，产品使用的专业指导，企业组织中成功的细胞。

通过招聘的形式，建立一支5-10人的销售团队，进行系统的、专业的药物知识、沟通技巧的全面培训(3-5天)。以便快速的了解公司及药品情况，并迅速进入市场。以后每周进行培训，月底考核，制定详细、科学的培训考核方案。

### 二、开发市场

重点开发二、三级医院(县、市级医院)，同时普及一级医院(乡镇卫生院、社区服务站、规模大的门诊部)，以销售“区域独家代理”品种为主，确保客户享受独家销售权和区域保护政策。有利于建立和保持良好的客户关系。

1、销售目标：争取1-3个月，完成县内医疗机构的临床药品销售目标，3-6个月初步建立全市医疗机构的临床药品销售目标。逐步覆盖到全省及周边。利用多种营销手段，和院长、

药房主任、临床医生建立良好的朋友关系。实现共赢互利，对客户中的关键人物进行有效说服及定期拜访，为应用我们产品的客户提供帮助、解决问题、清除障碍，及时收集市场综合信息和竞争对手产品及市场信息。

## 2、药品提成方案初步建议：

院长：5%

药房主任：2%

以上提成均按药品供货价百分比计算。（根据具体药品价格再做进一步明细）

## 3、产品进入医院的具体方法：

(1)通过行政手段使产品进入。可以到医院的上级部门，如卫生局或政府部门进行公关，从而使他们出面使产品打进医院。

(2)召开新产品医院推广会。时间、地点确定好以后，。将该区域内大中小型医院的院长、药剂科主任、采购、财务科长和相对应科室的主任、副主任以及有关专家请到，邀请比较有名的专家教授、相应临床科室的主任在会上讲话以示权威性，进行产品的交流，发放礼品或纪念品，以达到产品进入医院的目的。

(3)通过医院临床科室主任推荐。在做医院开发工作时，若感到各环节比较困难，可先找到临床科室主任，通过公关联络，由他主动向其他部门推荐企业的产品。一般情况下，临床科室主任点名要用的药，药剂科及其他部门是会同意的。此外，医院开发工作本身也应该先从临床科室做起，先由他们提写申购单后，才能去做其他部门的工作。

(4)通过间接的人际关系使产品进入医院。对医院的各个环节

作了详细的调查后，若感觉工作较难开展，可以从侧面对各环节主要人员的家庭情况和人际网络进行了解。了解清楚医院相关人员的详细个人资料，以及与他最密切的人(朋友、孩子、亲属)，然后有选择性地去间接接触访问，通过他们间接地将产品打入医院。

(5) 试销进入。先将产品放到医院、卫生院、门诊部试销，从而逐步渗透，最终得以进入。

总之产品进入医院，成为临床用药，需要一定的程序和方法，需要销售人员充分利用天时、地利、人和的各种优势。

### 三、市场促销与维护

医院市场的促销与维护工作方向是：以建立、联络感情为主，介绍公司、产品为辅。如涉及相应科室较多，要根据自己的财力、物力、人力，抓重点科室，抓重点医生。具体方案：

#### (1) 一对一促销

由医药销售人员与某个科室主任、医生面对面的私下交流来实现的。药品销售人员事先备好工作证、产品说明书、产品样品、产品临床报告、产品宣传册、产品促销礼品等资料，这样进行交流时才会更方便。

#### (2) 一对多促销

主要是指药品销售人员与在同一个办公室里的三、五个医生交谈的形式。在此场合下必须做到应付自如，遇乱不惊，运筹帷幄，掌握谈话的主动权，整个交流过程中药品销售人员以一位学生求教的身份出现。

#### (3) 人员对科室促销

在药品刚进医院时，组织门诊、住院部相关科室的医务人员，在饭店或酒店进行座谈，以宣传新产品为由建立促销网络，可以给一定的组织费，让科室主任把门诊部坐诊医生和住院部医生通知到位，定在某一时间和地点开座谈会。为每人准备一套产品资料(产品样品一盒、说明书、产品宣传册、临床报告书、促销礼品各一份)，会议过程中，要注意保持温馨、和缓的气氛。座谈会内容可分为公司简介(主要介绍公司的发展前景)、产品知识、临床报告(侧重于谈产品作用机理、用法用量)三个方面。会议快结束后就餐并发小礼品。并要求各到会人员留下姓名、住址、电话，便于以后互相交流。

(4)定期以产品交流形式，组织院领导及其亲属参加旅游及其他观光活动。加深相互之间感情，以确保我公司的产品在医院长期稳定销售。

## 太极社个人工作计划和目标篇二

转眼我已做护士工作两年的时间了，回顾这两年来历程，心里充满着许多欣慰还有辛酸。我一直用谦和的态度对待病人，为病人减少一分的痛苦成了我的使命，所以我不愧誉为“白衣天使”的称号。经常听人说，教师是天底下最光辉的职业，现在我却要说，护士也同样。因为护士对人民的健康做出了积极贡献，从而受到了社会的尊敬。x年这新的一年，我们的护理工作也应该更上一个台阶，为此特制订x年护士个人工作计划：

### 一、加强护士在职教育，提高护理人员的综合素质

1、重点加强对新入院护士、聘用护士、低年资护士的考核，强化她们的学习意识，护理部工作计划上半年以强化基础护理知识为主，增加考核次数，直至达标。

2、加强专科技能的培训：各科制定出周期内专科理论与技能的培训与考核计划，每年组织考试、考核2—3次，理论考试

要有试卷并由护士长组织进行闭卷考试，要求讲究实效，不流于形式，为培养专科护士打下扎实的基础。

3、基本技能考核：属于规范化培训对象的护士，在年内16项基本技能必须全部达标，考核要求在实际工作中抽考。其他层次的护士计划安排操作考试一次，理论考试二次。

4、强化相关知识的学习掌握，组织进行一次规章制度的实际考核，理论考试与临床应用相结合，检查遵章守规的执行情况。

## (二)、加强人文知识的学习，提高护士的整体素养

1、组织学习医院服务礼仪文化，强化护士的现代护理文化意识，先在护士长层次内进行讨论，达成共识后在全院范围内开展提升素养活动，制定训练方案及具体的实施计划。

安排全院性的讲座和争取派出去、请进来的方式学习护士社交礼仪及职业服务礼仪。开展护士礼仪竞赛活动，医学教育网搜集整理利用“5.12”护士节期间掀起学礼仪、讲素养的活动月，组织寓教于乐的节日晚会。

## (三)、更新专业理论知识，提高专科护理技术水平。

随着护理水平与医疗技术发展不平衡的现状，各科室护士长组织学习专科知识，如遇开展新技术项目及特殊疑难病种，可通过请医生授课、检索文献资料、护理部组织护理查房及护理会诊讨论等形式更新知识和技能。同时，有计划的选送部分护士外出进修、学习，提高学术水平。

二：加强护理管理，严谨护士长工作计划，提高护士长管理水平

## (一)、年初举办一期院内护士长管理学习班，主要是更新管

理理念、管理技巧及护理服务中人文精神的培养，当今社会人群对护理的服务需求，新的一年护理工作展望以及护士长感情沟通交流等。

(二)、加强护士长目标管理考核，月考评与年终考评相结合，科室护理质量与护士长考评挂钩等管理指标。

(三)、促进护士长间及科室间的学习交流，每季组织护理质量交叉大检查，并召开护士长工作经验交流会，借鉴提高护理管理水平。

### 三、加强护理质量过程控制，确保护理工作安全、有效

(一)、继续实行护理质量二级管理体系，尤其是需开发提高护士长发现问题，解决问题的能力，同时又要发挥科室质控小组的质管作用，明确各自的质控点，增强全员参与质量管理的意识，提高护理质量。

(二)、建立检查、考评、反馈制度，设立可追溯机制，护理部人员经常深入各科室检查、督促、考评。医学教育网搜集整理考评方式以现场考评护士及查看病人、查看记录、听取医生意见，发现护理工作中的问题，提出整改措施。

(三)、进一步规范护理文书书写，从细节上抓起，加强对每份护理文书采取质控员—护士长—护理部的三级考评制度，定期进行护理记录缺陷分析与改进，增加出院病历的缺陷扣分权重，强调不合格的护理文书不归档。年终护理文书评比评出集体第一、二、三名。

(四)加强护理过程中的安全管理：

1、继续加强护理安全三级监控管理，科室和护理部每月进行护理安全隐患查摆及做好护理差错缺陷、护理投诉的归因分析，多从自身及科室的角度进行分析，分析发生的原因，应

吸取的教训，提出防范与改进措施。对同样问题反复出现的科室及个人，追究护士长管理及个人的有关责任。

2、严格执行查对制度，强调二次核对的执行到位，加强对护生的管理，明确带教老师的安全管理责任，杜绝严重差错及事故的发生。

3、强化护士长对科室硬件设施的常规检查意识，平时加强对性能及安全性的检查，及时发现问题及时维修，保持设备的完好。

#### 四、深化亲情服务，提高服务质量

(一)、在培养护士日常礼仪的基础上，进一步规范护理操作用语，护患沟通技能。培养护士树立良好的职业形象。

(二)、注重收集护理服务需求信息，护理部通过了解回访卡意见、与门诊和住院病人的交谈，发放满意度调查表等，获取病人的需求及反馈信息，及时的提出改进措施，同时对护士工作给予激励，调动她们的工作积极性。

### 太极社个人工作计划和目标篇三

为深入贯彻落实中央关于加强大学生体育增强大学生体质的意见》和《国家中长期教育改革和发展规划纲要》，推动学校体育科学发展，促进学生健康成长，根据办公厅批准并转发的《教育部、发展改革委、财政部、体育总局关于进一步加强学校体育工作的若干意见》的精神，为实现到“十二五”期末，学校体育场地设施总体达到国家标准，初步配齐体育教师，基本形成政府主导、部门协调、社会参与的学校体育推进机制和学校体育持续健康发展的保障机制，推进学校体育工作的改革与发展，特制学校体育工作三年行动计划。

坚持“健康第一”和“全面发展”的指导思想，围绕“我校大学生健康成长”的目标，使我校学生会至少两项终身受益的体育锻炼项目，以重普及、促提高为原则，坚持体制机制的完善，着眼于高校学生体育兴趣培养和体育锻炼习惯和健康生活方式的养成，促进体育教育发展，为加快实现教育现代化而努力。

近年来，我校不断完善和落实各项学校体育工作的政策措施，广泛开展阳光体育运动，有力推进了学校体育改革发展。但总体上看，学校体育仍是教育工作中的薄弱环节。今后几年内，我校还将继续深入推进学校体育改革发展，力争到“十二五”期末，学校体育场地设施总体达到国家标准，基本形成学校体育持续健康发展的保障机制，基本建成科学规范的学校体育评价机制。

(一)全面加强教育、体育“十二五”规划的执行，深化体教结合，贯彻执行《国家中长期教育改革与发展规划纲要》、《全民健身实施计划》，促进大学生全面健康发展。

1、要实施好体育课程和课外体育活动。要切实保证大学生每天一小时校园体育活动，严禁缩减大学生校园体育活动时间。要因地制宜制定并落实体育与健康课程的实施方案，在校本课程中科学的安排体育课时。要着力培养学生的体育爱好、运动兴趣和技能特长，让每个学生学会至少两项终身受益的体育锻炼项目，养成良好体育锻炼习惯和健康生活方式。要加快教师结构调整，专业匹配有学历、有能力、有特长的学校体育教师。建立健全体育教师培养体系，鼓励吸引退役优秀运动员按照有关规定从事学校体育教育工作。到20xx年要对全校体育教师进行一轮培训。保障体育教师在职务评聘、福利待遇、评优表彰等方面与其他学科教师同等待遇。对体育教师组织学生训练比赛和开展课外体育活动以及组织学生体质健康测试等，要纳入教学工作量。

2、要加大学校体育设施建设力度，在基层公共体育设施建设



中统筹规划学校体育设施建设，推动学校体育设施和器材逐步达到国家标准。大力推动公共体育场馆和运动设施向学生免费和优惠开放，学校体育场馆设施在课余和节假日应向学生优惠开放。

3、各学校每年要对所有学生进行体质健康测试，并将有关情况反馈到学生家长手中。要把学生体质健康水平作为学生综合素质评价的重要指标，将学生日常参加体育活动情况、体育运动能力以及体质健康状况等作为重要评价内容，以加强学校体育工作绩效评估。

4、要切实保障学校体育经费，合理保证学校公用经费中10%用于体育的支出，并随公用经费标准提高而逐步增加。教育督导机构要定期联合有关部门开展学校体育工作专项督导，并将督导评估结果及时向社会公示。

(二)坚持“资源共享、人才共育、特色共建、成果共创”的原则，完善大学生体育后备人才挖掘、培养和输送的工作体制和运行机制，要充分发挥高校体育俱乐部、运动队的示范带动作用，夯实学校体育工作基础。积极做好教育体制改革试点项目工作，争取河北省教育厅对我校体育教育项目建设的支持力度，推进学校体育基础设施建设的新步伐。

(三)按照“人人有项目、班班有活动”，让每位学生真正掌握2项体育技能的要求，组织开展高校阳光体育活动、体育特色学校上报工作、阳光体育示范校的评选表彰工作等，推动学校体育工作蓬勃有序开展。

(四)加强体育教师、教练员队伍的教育、培训与管理的力度，打造一支职业道德高尚、业务素质过硬、专业技能精湛的体育教师人才队伍。

(五)加大对外交流，开拓视野，选送优秀教练员(体育老师)参加省内外的考察与培训，争取参加省市级的体育比赛，为

扩大视野和提高技能搭建平台。

(六)全面促进竞技体育成绩的提高，确保每年一届的全校综合性运动会和一年一届的单项比赛制度化、规范化，并逐步提高参与面和活动质量。

### (一)加强领导，完善工作职能

一是进一步发挥好学校体育工作领导小组的作用，每年召开一次学校体育工作专题会，完善各项工作机制，布置、协调、检查学校体育工作。

二是规范学校体育工作领导小组和运动委员会的职能，定期召开由主管校长、二级学院、职能部处、有关单位人员参加的工作例会，落实领导小组的决策，解决学校体育工作推进中的具体问题。

三是加强学校体育工作督导，由学校体育工作领导小组同基础部体育教研室定期对学校实施《国家学生体质健康标准》工作进行工作督查，将督查、检查结果纳入学校评估与考核指标。

### (二)转变观念，加强对学校体育工作内涵的新认识

一是加强宣传，转变观念。围绕提高大学生学生身体健康素质目标，实行教育重心转移，即由应试教育人才培养模式转为重视素质教育的全面提高。

二是提高学校体育活动吸引力。加强课内与课外执行力度，以学校体育社团创建、体育特色项目营建及体育活动开展为首要任务，进一步激发大学生自觉参与体育活动的兴趣。

三是提高项目布局的发展力。调整与完善项目布局，拓展体育活动项目品种，为大学生体育项目的普及与身体素质的提

高提供有效组织保证，满足大学生个性化、多样化的体育课程需求。

## 太极社个人工作计划和目标篇四

为贯彻落实^v^办公厅转发教育部等部门《关于进一步加强学校体育工作若干意见的通知》(国办发20xx53号)精神，完善学校体育政策体系、实施学校体育评价制度、改善学校体育办学条件，提高全校学生体质健康水平，推进学校体育工作的改革与发展，特制定古城初级中学学校体育工作三年行动计划(20xx—20xx年)。

坚持“健康第一”和“全面发展”的指导思想，围绕“青少年健康成长”的目标，使每个学生学会至少两项终身受益的体育锻炼项目，以重普及、促提高为原则，坚持体制机制的完善，着眼青少年体育兴趣培养和体育锻炼习惯和健康生活方式的养成，促进体育艺术教育发展。

(一)全面加强教育，深化体教结合，贯彻执行阳光体育工程，促进学生全面健康发展。

1、实施好体育课程和课外体育活动。要切实保证我校学生每天一小时校园体育活动，严禁挤占体育课和学生校园体育活动时间。要因地制宜制定并落实体育与健康课程的实施方案，在地方课程和校本课程中科学安排体育课时。要着力培养学生的体育爱好、运动兴趣和技能特长，让每个学生学会至少两项终身受益的体育锻炼项目，养成良好体育锻炼习惯和健康生活方式。

2、要加大学校体育设施建设力度，在体育设施建设中统筹规划学校体育活动。

3、每年要对所有学生进行体质健康测试，并将有关情况向学生家长通报。要把学生体质健康水平作为学生综合素质评价

的重要指标，将学生日常参加体育活动情况、体育运动能力以及体质健康状况等作为重要评价内容，以加强学校体育工作绩效评估和行政问责。

(二)坚持“资源共享、人才共育、特色共建、成果共创”的原则，完善青少年体育后备人才挖掘、培养和输送的工作体制和运行机制，要充分发挥青少年体育训练点的示范、带动作用，夯实学校体育工作基础。

(三)坚持普及与提高相结合，在田径、乒乓球、篮球、羽毛球、跳绳、踢毽子等运动项目普及的基础上，扩大体育传统项目基础，吸引更多的学生参加传统项目锻炼。

(四)按照“人人有项目、班班有活动、校校有特色”，让每位学生真正掌握2项体育技能的要求，组织开展阳光体育大比赛、体育特色班级的评选表彰等，推动学校体育工作蓬勃有序开展。

(五)加强体育教师的教育、培训与管理的力度，打造一支职业道德高尚、业务素质过硬、专业技能精湛的人才队伍。

(六)加大对外交流，开拓视野，选送体育老师参加省内外的考察与培训，争取参加省市级的体育比赛，为扩大视野和提高技能搭建平台。

(七)全面促进竞技体育成绩的提高，确保每2年一届的综合性运动会和一年一届的单项比赛制度化、规范化，并逐步提高参与面和活动质量。

(八)平衡兼顾场地建设与有效利用，增加体育场地，特别是篮球和排球场地。进一步优化整合资源，探索建设多元利用，多方整合的模式。

我校以“让每一个学生在全面发展中快乐成长”的教育

目标为引领，充分认识体育对学生强身健体、陶冶情操、启迪智慧、规范行为等方面的积极作用，根据学生年龄特征，在我校积极开展“我健康我快乐”的阳光体育活动，特制定三年规划及实施计划、方案，切实提高学生身体素质，并让学生树立终身锻炼的意识和长期坚持锻炼的习惯。具体如下：

### (一)、充分利用大课间、课外活动时间

1□20xx初步完成对各年级学生跳短绳、踢毽球等技术的水平摸测，让班主任基本了解班级每位学生的跳绳等项目的的能力。制定大课间活动方案，要求班班有活动项目，人人参与。

2□20xx在体育教师和班主任共同帮助指导下对不熟练、协调能力薄弱的学生进行督促练习，让每位学生都能学会跳绳、毽球等技术，班级合格率达到95%以上(半分钟能跳10个为合格)。继续完善大课间活动方案，与大队部共同组织开展每月一次小型竞赛活动。

3□20xx对学生进行测试，了解学生练习成果。坚持实施大课间活动方案并不断完善和改进，引导学生学会跳短绳、长绳、踢毽球等技能，做到课间游戏文明、安全。

### (二)、保证每天1小时的活动时间

1、每周上好7-9年级两节(由体育老师负责认真实施)

2、做好两操，即眼保健操(上午)和广播操(班主任管理，体育老师学生会检查)让学生掌握科学用眼知识和方法，降低青少年近视率。

3、落实每天课外活动的时间、班级及内容(大队部检查体育老师巡查)注重发展学生的体育运动兴趣和特长，使每个学生都能掌握两项体育技能。

### (三)、积极开展各项竞赛活动

- 1、组织春秋两季学生运动会比赛。
- 2、组织好每月一次体育小型竞赛活动。做到人人有体育项目;班班有体育活动;学校有体育特色。
- 3、组织学生参加各级各类竞赛。

(四)、认真实施《国家学生体质健康标准》 按时组织学生测试，并及时上报数据。

## 太极社个人工作计划和目标篇五

甲方：

乙方：学员负责人（签字）

### 一、甲方职责：

- 1、本馆履行训练期间监护和安全责任
- 1、根据安全工作要求，布置安全工作任务；
- 2、研究制定安全工作计划、措施和各项培训安全制度；
- 3、组织开展学员安全教育活动，检查督促道馆各项安全工作；
- 4、全力做好道馆的培训内容的安全工作防范和安全保卫工作；
- 5、若学员在训练时间内不遵守道馆规章制度，擅自出走，教练立刻向家长联系。

### 二、乙方职责：

1、学员入学时身体健康，无心脏病、癫痫等疾病，可以做强度训练。如有特殊情况学员或家长必须入学时告知教练。否则后果由本人及家长负责。

2、自觉遵守道馆的作息时间，本道馆确保由家长按时接送到道馆内并让教练员（或工作人员）接手。

3、没有家长接送的学员，上、放学时的安全责任由家长负责，家长要经常教育孩子放学后应及时回家，不要在外逗留玩耍，不要私自旷课或外出。

4、子女生病或有急事不能训练，家长必须及时向教练请假。学员因特殊原因不能参加培训，家长应事先向教练说明（可以电话说明）。

5、学员在道馆应遵守道馆的规章制度，不迟到，不早退，不旷课，不打架斗殴，不破坏道馆物品等，违反者后果自行负责。

## 太极社个人工作计划和目标篇六

在20xx-20xx学年第二学期里，根据学校体育工作计划的精神，以安全健康为宗旨。树立“以人为本”的教育思想，以积极的态度，结合我校环境、条件、工作实际，以促进我校体育工作的进一步提高和发展，积极主动的参与学校组织的各项教育教学活动。把理论学习与教育教学有机的结合在一起，不断更新教育教学观念，改变自身的教学行为和学生的学习方式，促进学生身心发展，激发运动兴趣，培养学生终身体育的意识；以学生发展为中心，重视学生的主体地位；关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益。

结合我校工作实际，使学生掌握应有的健身锻炼技能。以促进我校体育工作的进一步提高和发展为前提，积极主动的参与学校组织的各项教育教学活动。把培养学生掌握和运用知

识的良好心理素质和能力，促进学生身心发展，做为体育与健康教育的中心环节。合理运用场地、器材、时间、空间、学生的实际，与体育课堂教学相结合，与各年级相配合，完成体育教学任务。

为了更好的发挥自身的职能作用，努力提高备《课程标准》；备教材；备目标；备重点、难点、关键；备学生；备教育技术；备教学方式；备课堂测查等各方面能力和素质。掌握体育与健康《课程标准》的总体要求和本学年的具体要求。掌握整册教材的编排体系及在学年段的地位和作用。根据体育与健康《课程标准》和教材的要求以及学生的情况全面、明确、具体的确定好教学目标。确定教材的重点、难点、关键，并制定出抓住关键、突破难点、突出重点的解决方案。

实现教育技术与体育学科的有机整合，充分利用现代信息技术手段，使抽象的知识变得具体，使复杂的知识变得简便，使呆板的知识变得灵活，便于学生对知识的理解与掌握。根据学生的实际、教材的实际、合理选择接受式学习、自助式学习、合作式学习、探究式学习等教学方式。根据“双基”（基本知识、基本技能）的要求，对学生进行测查，并根据测查的效果进行教学反思，制定整改措施。

继续深入研究每个学生的认知能力、运动类型、学生之间的协调配合能力、对课堂教学的反应状态和所生成的状态。深入进行课堂常规意识、习惯养成、体能、心理适应能力、群体观念的培养，精心设计教学方案。不断、及时、准确的调整最佳状态，以学生的养成教育为起点，开展形式多样的体育与健康课程教学活动。合理运用场地、器材、时间、空间、学生实际，充分发挥自身和多媒体的引领作用及学生之间的互动作用等教育资源作用，把学生的学与练相结合，室内与室外相结合。

以身体练习为主要手段，以增进学生健康为主要目的，创设能引导学生主动参与的良好教育环境，学习环境。对所学的



内容进行初步了解、主动感受、积极体验、熟练掌握、逐步促进、有效提高。形成系统化教学体系。以不固定的模式，采取灵活多样的教学环节，尊重学生的人格，关注个体差异，满足不同需求，培养健康安全的参与体育活动的意识，激发和培养学生对体育活动的兴趣，保护学生对体育活动的兴趣。促进运动参与。促进学生身心发展，提高学生掌握和运用知识的良好心理素质和能力。为确保学生身心发展奠定基础。

依据国家规定的课程标准，结合学校实际和学生年龄特点，依据课程标准“水平一”各领域规定的活动和内容，分析研究低年级学生的基本情况，了解任课班级学生的自然状况。熟悉每个学生的认知能力、运动类型、学生之间的协调配合能力、对课堂教学的反应状态和所生成的状态等等。

进一步进行课堂常规意识、习惯、体能、心理适应能力及同伴关系、群体观念的培养。依据该学段领域和水平目标的要求，按照学年、学期教学计划中该项教材的课时规定，提出每次课的目标要求和教学重点。进行有价值的详实跟踪调查研究。

针对以上问题的有价值的详实跟踪调查记录，结合季节、气候特点和学校实际情况，悉心备课，精心设计教学方案，以确保教学有效地实施和目标的达成，采取快速有效的方法和措施，学与练相结合、室内与室外有机结合。以身体练习为主要手段，以增进学生健康为主要目的。

发扬体育精神，形成积极进取、乐观、开朗的生活态度。尊重学生的人格，关注个体差异，满足不同需求，创设能引导学生主动参与的良好教育环境，学习环境。培养学生对体育活动的兴趣，提高学生参与体育活动的积极性。“乐中练，动中练，玩中练”。进行详实的有价值的帮助与调整。进行身体健康，心理健康和社会适应等学习领域的渗透。激发学生的运动兴趣，提高学生的身体健康，心理健康和社会适应的水平。

获得优秀和良好状态的反应与生成的效果。让学生始终沉浸在良性的环境中自觉、自主、能动地学习。让学生在课堂上就如在家中玩耍一样，开创一个亲切、和谐、灵活、宽松的课堂教学形式，使学生真正体验到体育活动的乐趣。课中除了采用指令性集体练习形式外，也采用非指令性的结伴练习形式，同时也强调学生个体自由发挥的练习形式，为学生提供发展能力的广阔时间与空间。在练习中注重鼓励学生自我发现，让学生显示个体在集体中的价值。

在完成体育课堂教学工作的同时，以积极的态度，与校领导和师生积极配合，结合我校环境、条件、工作实际，开展体育竞赛，丰富学生课余生活，提高竞赛成绩。以促进我校体育工作的进一步提高和发展，培养学生掌握和运用知识的良好心理素质和能力；促进学生身心发展，进一步形成体育与健康教育教学体系。与全组成员积极配合，带头遵守学校的各项规章制度。

努力发现相关知识的奥秘，巧妙的启发了解相关知识体系；合理的引导；科学的发挥；有效的扩展；周密的细致的延深；创新与超越相关知识体系。促进我校教育教学的新发展。共同建设更美好的校园！