

练字的计划表 练字班每日工作计划(精选5篇)

时间流逝得如此之快，前方等待着我们的新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

练字的计划表篇一

在七年级训练的基础上，硬笔字进一步强化行楷的训练，熟练掌握行楷的运笔特点，并能够选择一种风格自己喜爱的钢笔行书字帖作为自己临帖的范本，形成自己个性化的风格。毛笔则增加行书、隶书的欣赏，感受不同风格的书法的艺术魅力，能够形成自己的审美意识，在此基础上可以选择一种风格的书法、确定一本字帖作为临摹的对象，能够初步运用毛笔写行书或者隶书。

学情分析：

由种种原因，初中阶段的写字教育并不令人满意。语文的工具性、人文性和社会交际功能，首先体现在汉字的书写上，“字如其人”，从一定意义上说，写字是一个人一辈子的事，而初中阶段是一个人成长的关键时期，许多习惯的养成，能力的形成都在这一时期。但由于认识和精力上的投入的不到位。写字教学的现状很不平衡。要想搞好写字教学，必须要有一套科学的健全的评估考核机制和切实可行的教学培训体系，从当前的初中现实情况出发，把写字教学融入到正常的教育教学之中，运用多种教学手段和教学方法，激发写字兴趣，培养良好的写字习惯，改善学生的写字现状，提高写字水平。

在进行硬笔字训练的时候，以准确、规范、易认作为选择行

楷字帖的原则，要注意用心体会行楷字的用笔特点，掌握不同的偏旁的行楷的规范书写，注意行楷字的结字规律，注意笔法和字法的要求，能够结字成篇。毛笔在欣赏不同风格的行书、隶书的时候，要注意行书、隶书的运笔特点，并能在临帖时注意运用。

要在初中阶段形成一个科学、完整的写字教学系统，并能在一定时期持续进行下去，就必须要有完整的实施程序，以确保写字教学能够有序地进行。

（一）、写字教学组织管理机制，将目标细化到各年级部，各班级，各位老师，形成一个完整的写字管理体系，以确保写字教学各方面的工作健康、有序开展。

（二）、写字教学师资培训机制。要让学生写好字，提高教师自身素质是关键。培养教师是关键，要采用各种形式的培训、激励教师提高“三字”水平，掌握书写的有关知识和写字指导的一般方法。形成一批过得硬的写字教学的骨干教师。

（三）、写字教学评估考核机制。

（四）、写字教学科学训练体系。

（五）、写字教学的兴趣激励。

1. 指导硬笔的执笔与用笔方法，

2. 多做示范，教师的板书、挥毫示范、作业或作品，实际上都在有意无意地对学生起着潜移默化的影响。

3. 精神鼓励。经常进行优秀作业展，让优等生能有展示自己风采的机会，以满足青少年争强好胜的心理，激活竞争意识。

练字的计划表篇二

201__201__度是游泳运动项目三年规划的最后一年，我们要对照学校“游泳运动项目三年发展规划”，坚持以人为本，确立多种途径，狠抓运动训练，立志多出人材，贯彻“联合共建、推出品牌、做大做强、全面提高”的原则，狠抓身体训练和技术训练，培养全面型运动员。为此，特制定201__201__度游泳训练训练工作计划。

二、队伍现状

20__年是我校游泳全面丰收和一年，游泳队伍不断壮大，尖子人材有所涌现，竞赛成绩有所突破。我们有喜爱运动、管理能力强、刻苦训练和志向远大的运动员队伍；我们看到了我校游泳队的希望，也给学校运动队长期建设增加了信心。这给我们制定球队年度目标带来了自信，只要强化对运动员的管理，通过系统、正规的训练，一定能培养出优秀运动人材，取得竞赛佳绩。

三、年度竞赛

20__年度的竞赛任务：上海市中小学游泳比赛；上海市中学生游泳锦标赛；上海市青少年游泳锦标赛；上海市第九届中学生运动会游泳比赛。

四、预期目标

1、年度目标

(1)继续与区运动学校及联办三校的加强沟通，进一步搞好“联合共建”工作，形成选拔人才的良性机制。

(2)狠抓训练，强化管理。抓好“统、分、合”训练体制的研究，进一步完善训练工作。

(3) 拓展优秀运动员的准入途径和输送渠道。

(4) 形成年级游泳运动队，确保每队运动员不少于15名。

2、人才输送

年内力争向高一级运动队、体育院校和普通高校输送5~8名优秀游泳人才。

3、竞赛成绩

确保我校游泳运动队在区级比赛中稳居中学组第一的地位；努力争取在市级比赛中跻身前三名；寻求在全国性比赛中的突破点。

二、制度建设

1、优化游泳队领导小组，强化训练管理工作。成立学校校长任组长、主管副校长任副组长、校各行政部门及体育组游泳教师参加的“上海市晋元高级中学游泳项目领导小组”。

领导小组全面负责游泳队伍的教学、训练、管理和发展工作。包括目标与规划、招生工作、指挥和协调以及日常训练工作。

2、加强教练员队伍建设，开展科学训练研讨。通过与运动学校联办，聘请游泳专职教练加盟，充实教练员队伍。设想由区游泳专职教练任组长，带领教练共同研讨和负责游泳队的训练和竞赛工作。

3、齐抓共管办队伍，努力开拓新局面。由学校政教主任牵头、校团委、及班主任参与组成政教组，具体负责游泳队队员的思想品德、文化学习等工作，保证运动员思想健康，品质优良；由学校总务处主任及相关人员组成后勤组，负责运动员的住宿、膳食、卫生等后勤保障工作，兼管经费的筹措与使用；

由主教练和校办相关老师组成的对外联络组，负责对外接待和比赛安排与协调等具体工作。

三、训练工作

训练工作由主教练牵头，形成年度总体训练规划和初步训练方案；明确教研组负责制，由各教研组完善训练方案；各教练员再根据运动员特点和总体训练计划要求，确定各项训练工作上目标，制订科学的训练计划。

各校每周训练5次，每次不少于120分钟。各队均实行统一组织与管理、相对集中训练、统一训练、计划多元、水平有别的训练组织形式；并对学生的文化学习跟踪管理。

培养运动员的训练、比赛作风，抓好球队管理，形成比学赶帮的良好球队氛围。严抓训练质量，培养勇猛顽强的战斗作风。全面提高队员的身体素质，以速度、灵敏、爆发力为主。以基本技术为重点，全面提高队员的技术，对尖子队员重点培养。提高队员的战术能力和临场应战水平，重点在运动员个人能力和比赛心理的培养。

继续培养、巩固运动员和教练员的事业心，树立刻苦钻研、科学训练观念。提高速度意识，充分发挥个人技术特点，进一步提高战术运用水平，提高应变能力和控制节奏的能力。进一步发展身体综合素质，为提高训练强度和比赛层次打下扎实的基础。提高赛前、赛中的心理稳定性。

练字的计划表篇三

一、指导思想

实施素质教育，推进语文教学改革，认真贯彻语文教学的指导思想，激发学生对祖国语言的热爱。弘扬中华优秀传统文化。培养学生写字意识，形成良好的写字习惯。在写字过程中，

去躁静心，培养意志，修身养*。

二、《课标》要求达到的目标

- 1、规范书写3000个常用字。
- 2、在使用硬笔熟练地书写正楷字的基础上，学写规范、通行的行楷字，提高书写的速度。
- 3、临摹名家书法，体会书法的审美价值。

三、教学内容

- 1、规范、端正、整洁地书写常用的3000个汉字。
- 2、快速书写正楷硬笔字。（结合本校学生实际，七年级训练重点为正楷硬笔字。）
- 3、赏析并临摹名家书法。

四、形式和类型：

- 1、每天40分钟练字时间。
- 2、每单周一节的写字课集中写字，其余时间自由掌握。
- 3、校内写字课堂播放音乐。

五、具体要求：

- 1、加强指导，不能把写字课变为自习课。
- 2、合理安排练习内容。
- 3、强调学生的写字姿势，培养学生提笔即练字的写字意识，

随时纠正不良习惯。

4、进行写字比赛，奖励优秀学生和有进步的学生。

六、教学安排：

第一周：讲述书法史和名人练字故事，激发学生写字兴趣，并学习写字歌。

第三周：规范写字姿势，了解硬笔楷书的特点及其笔画书写要领。

第五周：钢笔楷书笔画的特点与写法(二)——点、点的组合、

第七周：钢笔楷书笔画的特点与写法(五)——横、竖

第九周：钢笔楷书笔画的特点与写法(六)——撇、捺、提

第十周：竞赛

第十一周：钢笔楷书笔画的特点与写法(七)——钩画、钩画、折画

第十三周：钢笔楷书笔画的特点与写法(九)——偏旁1偏旁2

第十五周：钢笔楷书偏旁的特点与写法(一)——偏旁3

第十七周：钢笔楷书偏旁的特点与写法(三)——间架结构

第*周：竞赛

写字教学工作计划篇二

一、基本情况

学生学习态度基本端正，部分学生写字基本功良好，一般学生能把字写端正、整洁，有一定的难度，且写字姿势正确，但由于中年级重视程度不同，仍有少数学生写字不够规范，因此八年级写字教学在认真指导，端正态度，正确书写，养成良好习惯，力争本班写字水平再上新的台阶。

二、教学目标：

使学生养成正确的写字姿势，掌握执笔、运笔的方法，在识字教学的基础上进一步了解汉字的笔画、偏旁、结构的特点，初步掌握汉字的书写方法，逐步做到正确、端正、整洁、行款整齐、流畅，有一定的速度，加强钢笔字书写训练，要求做到写得匀称，纸面干净，要重视培养学生的写字兴趣和审美能力，要重视培养学生认真写字和爱惜写字工具的习惯。

三、具体要求

- 1、掌握钢笔字的正确书写方法，提高写字的成功率。
- 2、掌握正确的执笔、运笔方法。
- 3、比较熟练地掌握钢笔字书写中笔画和偏旁的写法及在字中的搭配关系。
- 4、养成良好的写字的习惯，提高学生的审美能力。

四、教学重点

- 1、初步掌握汉字笔画的特点和书写技巧。
- 2、初步结构相同的字笔画变化的特点和书写技巧。

练字的计划表篇四

1. 在观察与比较的基础上，认识上下结构上宽下窄型和上窄下宽型的特点；
2. 能分析病例，通过上下对照查出病因；
3. 会写这两种类型的上下结构的字。

1课时

一、导入

2. 你觉得怎样才能写好上下结构的字呢？今天我们就来探讨这个问题。

二、新授

1、讲解上宽下窄型的写法

(1) 什么叫“上宽下窄型)？让学生回答。

(2) 出示示意图，教师讲解。

(3) 出示例字

(4) 学生观察分析上宽下窄型字的写法。

(5) 教师讲解：

(一) 上下两部件的纵向距离要相等；

(二) 上下两部件的重心要在要在竖中线上。

(三) 上部件要写得宽，下部件要写得窄。

(6) 让学生观察书上的两则病例，说说问题在哪。

(7) 出示“坚”和“膏”，让学生分析，师生点评。

(8) 学生临摹，教师巡视指导。

2、讲解“上窄下宽型”

(1) 什么叫“上窄下宽型”？让学生回答。

(2) 出示示意图，教师讲解。

(3) 出示例字

(4) 学生观察分析上窄下宽型字的写法。

(5) 教师讲解：

(一) 上下两部件的纵向距离要相等；

(二) 上下两部件的重心要在要在竖中线上。

(三) 上部件要写得窄，下部件要写得宽。

(6) 让学生观察书上的两则病例，说说问题在哪。

(7) 出示“奖”和“葬”，让学生分析，师生点评。

(8) 学生临摹，教师巡视指导。

1、写一写；

2、想一想。

练字的计划表篇五

- 1、认真完成本学期的语文教学工作任务，掌握重点，突破难点。把识字和阅读教学落实到位。
- 2、探索有效的课堂教学方法和策略，提高课堂教学效率，提高本组教师的专业理论水平和教学实践能力。
- 3、扎扎实实开展学科教研工作，积极参与课题申报、研究工作。
- 4、开展课堂常规探讨研究，积极探索解决教学中的真问题，切实提高组内教师的执教能力。
- 5、关注每一个学生的发展，为学生的发展服务，抓好提优补差工作，尝试多种评价方式，切实提高教学质量。
- 6、营造开放的、适合学生发展的和谐的教学氛围，培养学生的创新意识和实践能力，张扬他们的个性，全面提高学生的语文综合素养。