

最新设计服务费合同 设计咨询服务合同(优秀7篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、风险的评估以及市场的需求等，以确保方案的可行性和成功实施。以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇一

足球运动是一项具有竞争性和对抗性的运动项目，它能体现出学生之间的配合意识和团结协作的精神，深受广大学生的喜爱。开展学校足球运动训练对培养学生对体育运动的兴趣，促进学生身心健康，增强体质丰富学校文化生活，发展体育特长，调节紧张的学习气氛 具有重要意义。

二、训练目标

- 1、通过对学生足球技能的训练，培养学生对足球运动的兴趣。
- 2、让学生在运动实践中体会足球的配合意识。
- 3、充分利用足球运动的竞争性强的特点有效地锻炼身体，促进身心健康，培养集体主义精神。
- 4、由教练通过训练，选拔训练成绩好、纪律性强、身体素质强、勇猛顽强的战斗作风强和有团队合作的人组成学校足球队。

三、教学内容安排及课时数

本学期的练习内容主要以基本身体素质和基础足球战术为主，

在基础技术的基础上学习进攻战术防守战术，同时还要对学生的身体素质进行训练。

训练时间：为每周一到周五下午 4：00—5：00

训练地点：学校后操场

四、训练基本任务、内容、要求及手段

(一)训练方面提高队员的训练纪律和质量：1、严格组织学生纪律性。 2、严格提高学生训练质量。

(二)提高队员比赛作风： 1、养成良好的体育道德作风。 2、进一步加强勇猛顽强的战斗作风。 3、严格的训练纪律。

(三)提高队员全面身体素质，重点发展速度、灵敏、协调、爆发力等素质。 1、学习掌握急停急起的正确方法。 2、提高速度所需要的肌肉力量。 3、提高完成各种技术动作所需要的灵敏、协调能力。

(四)全面提高队员的基本技术(重点是传、接球技术)，逐步发展队员个人技术特长。 1、提高活动中的控球能力。 2、正确掌握传、接球技术。 3、提高技术运用的合理性。 4、注意发现队员特点并加以培养。

(五)提高队员的战术能力(重点是个人战术和局部战术) 1、明确个人的攻守职能以及进攻和防守的原则。 2、提高个人战术意识和局部 2 对 1、3 对 2 能力。 3、确定基本阵容，初步形成 1—2—1 防守反击的基本打法。

(六)主要训练手段 1、身体训练手段：定时、定距的高抬腿跑，后蹬跑，跨球跑，各种起动跑，加速跑，蛙跳，多级跳。 2、技术训练手段：各种个人颠、控球练习，多种连续传射练习，各种一对一攻守，2~3 人一组的跑动中传接配合，各种

人数相等、不等的传抢练习。3、战术训练手段：2对1、2对2、3对2攻守对抗，全场攻守比赛。

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇二

时光飞逝，时间在慢慢推演，又迎来了一个全新的起点，先做一份工作计划，开个好头吧。什么样的工作计划才是好的工作计划呢？下面是小编帮大家整理的训练科工作计划范文，希望对大家有所帮助。

在校领导的带领下，以“读训并重”的办学思想为指导，围绕学校规范化、制度化、正规化建设，坚持服务育人、训练育人，努力提高运动员的文化水平和思想水平，抓好训练的日常管理，提高训练质量，逐步建立良好的队风、训风，为培养优秀的体育人才、打造一流的体育后备人才基地奠定坚实的基础。

1、运动员注册和确认及头像拍照工作

根据省市有关通知，提前要求教练员准备好注册确认所需的身份证、照片等材料，在保障重点优秀运动员的基础上，争取各项目各级别报全报满。接到省体育局关于注册确认具体日期的通知后，训练科指定专人负责组织所有教练员认真填写表格、核对身份证、照片，并按项目分类装入档案袋，随后由科长带领各项目组组长到省体育局进行注册确认。

2、按省体育局的要求，组织田径、游泳、乒乓球等三个项目的运动员去太原拍骨龄。

3、组织游泳队报名参加省青少年游泳锦标赛。

4、参加省十四运决赛资格赛

(1) 加强训练的日常管理，不断完善管理制度，提高教练员和运动员训练的积极性。利用教练员例会和每周六的队会时间，加强对运动员的思想教育，杜绝夜不归宿、以大欺小、男女交往行为不检点等不良现象，逐步树立良好的训风、队风和校风。

随时关注重点项目、重点运动员的训练情况和思想动态，及时与教练员沟通交流，帮助他们解决实际困难。我们的传统优势项目分别为田径、柔道、摔跤、射击、游泳、乒乓球，这几个项目在半决赛中田径和摔跤成绩较好，其他几项的成绩不尽如人意，在赛后的项目分析会上都进行了深入细致的分析，找出了问题的原因和解决的办法，争取决赛中柔道、游泳、乒乓球的成绩有所突破。另外射箭目前的发展势头比较好，有三名运动员在省里集训，成绩提高很快。举重分别从山东和辽宁引进十几名优秀运动员，成绩也会有所突破。

(2) 做好后勤保障工作，为教练员和运动员创造良好的训练环境和条件。进入冬训后就着手统计各运动队急需的训练器材和设备，并及时上报学校领导，逐步给予解决。赛前训练阶段与后勤保卫科、科研室共同协商调整运动员食谱，保障运动员的营养供应。

(3) 参赛前和教练员签订目标责任书。

(4) 接到省体育局竞赛日程安排的通知后，及时组队，按时参赛。

(1) 定期检查教练员训练计划，使教练员的训练计划符合规范要求。

(2) 规范各项目训练大纲考核。

(3) 规范训练常规管理，完善各项规章制度。

6、配合学生科做好招生选材工作

根据学校的统一安排，配合学生科做好招生选材工作，并对入学新生进行严格选拔。

7、召开十四运资格赛总结暨总决赛冬训动员会

资格赛结束后，11月中旬训练科组织召开总决赛冬训动员会。会议邀请学校领导和市体育局领导参加，各运动队要认真分析资格赛取得的成绩和存在的不足，总决赛目标和实现目标的具体措施。

8、组织教练员及相关人员观摩全运会

全运会是全国最高水平的综合性运动会，组织教练员观摩比赛，可以开拓教练员的视野，学习各项目先进的运动技术、训练方法，感受良好的训练和比赛氛围，从而增强教练员的责任心，改善教练员和运动员的精神面貌，提高我校的整体训练水平。

1、充分利用每周二的教练员例会，加强教练员的政治和业务理论学习，提高教练员工作的积极性和主动性，在现有基础上尽量添加和改善训练设施、器材，提高整体训练水平。

2、指导教练员开好每周六的队会，加强运动员的德育和思想教育，杜绝各种不良行为，逐步树立良好的队风和训风。

3、规范训练常规管理，教练员的业绩要和教案检查、宿舍卫生队风建设挂钩。

4、配合科研室做好各项目训练大纲考核，根据科研室的训练监测数据，及时了解各运动队的训练情况，指导教练员提高训练的针对性。

- 1.教科处工作计划范文
- 2.急诊科工作计划范文
- 3.财务科工作计划范文
- 4.演讲训练稿-竞选训练稿范文
- 5.急诊科工作计划
- 6.人事科工作计划
- 7.拓展训练心得范文
- 8.拓展训练总结范文

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇三

- 1、组织学生考察周围的社会环境，自觉遵守社会行为规范，增长社会沟通能力，养成初步服务社会的意识和社会负责的态度。
 - 2、激发学生好奇心和求知欲，初步养成从事探究活动的正确态度，提高通过探究活动来解决问题的初步能力。
 - 3、使学生掌握基本的生活技能，养成生活自理的态度，初步具有认识自我的能力，养成勤奋、积极的生活习惯。
- 1、利用课间操、升旗仪式、重大节日、法制报告等方面的活动。
 - 2、教育学生热爱祖国、关心国家大事，遵守学生守则，养成良好的行为习惯，增强学生的组织观念和集体观念，增强学

生爱祖国、爱人民的感情和社会责任感。

1、根据本班学生实际情况，设计有效的教学思路，及时进行教学反思，适时调整教学思路。

2、创设民主、和谐的教学氛围，引导学生采用自主、合作、探究的形式学习方式，充分调动学生的学习积极性。

3、开发和利用各种教育资源，创造性地组织学生开展丰富多彩的活动。

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇四

光阴的迅速，一眨眼就过去了，又解锁了新的工作，何不好好地做个工作计划呢？相信许多人会觉得工作计划很难写吧，以下是小编整理的医生转岗训练工作计划，欢迎阅读与收藏。

提升基本医疗和公共卫生服务能力，对全市基层医疗卫生机构的临床执业（助理医师进行全科医生转岗培训。加强以全科医生为重点的'基层医疗卫生队伍建设。

选派有较扎实理论基础和临床诊疗技术、男50岁以下、女45岁以下的单位业务骨干。城市社区卫生服务机构、乡镇卫生院从事医疗工作的注册执业（助理医师。实行个人自愿和组织推荐相结合。

理论培训1个月，按照省卫生厅和卫生部颁布的《基层医疗卫生机构全科医生转岗培训大纲》培训共12个月。临床科室轮转10个月，社区实习1个月。省卫生厅制定实施方案，并组织实施。培训时间从xx年5月起—xx年5月完成年度全科医生转岗培训工作。

临床轮转和社区实习安排在经省卫生厅批准的全科医学临床

和社区培训基地进行。理论培训集中在南昌大学继续教育学院培训基地进行。

临床培训和社区培训按照按需、分程、个体化原则，理论培训为全科医学及相关理论。以全科医疗岗位任务需求为导向，实行一对一的老师带教制（每名老师带教2—3名学员根据培训大纲结合自己的培训需求，本着“缺什么，补什么”原则，急诊急救、内科、外科、妇产科、儿科、传染科等专业科室进行临床实践。培训方式采取集中理论学习、导师带教、个别面授、临床观摩、参与查房和病案讨论等方式，增强培训效果。

市财政根据国库集中支付规定，中央财政培训经费补助标准每人10000元。经费使用由省财政拨付各设区市。市卫生局按确定的计划和经费标准拨付理论、临床、社区培训基地。

一理论培训补助经费1640元（1个月用于培训费、教材、住宿、伙食补贴、结业综合考试考核、证书。

住宿费、生活补助费、管理费。其中带教费180元/人。月、住宿费200/人。月、生活补助费300元/人。月、管理费80元/人。月。二临床轮转补助经费7600元（10个月、每月760元用于带教费。

三社区实习补助经费760元（1个月用于带教费180元/人。月、住宿费200/人。月、生活补助费300元/人。月、管理费80元/人。月。

由省全科医学管理办公室负责组织结业考试考核，培训结束。分临床实践操作和理论两部分，临床实践操作总成绩60%理论占40%考试考核成绩合格者颁发“全科医生转岗培训证书”并可转注册全科医生执业范围。

省卫生厅已下达各市医改目标任务，一基层卫生人员全科医

生转岗培训是落实医改工作的重要组成部分。各单位主管部门要高度重视，加强对培训的组织、协调和领导，落实各项培训工作。

落实培训人员。培训人员须填写《省全科医生转岗培训申请表》附表2一式二份，二各县（市、区）卫生局要根据分配的培训计划。一份留市卫生局，一份培训报到时交理论培训基地，市卫生局资格审核盖章后，将培训人员名单于6月8号前报省全科医学教育管理办公室备案。

规范各项管理制度，三各临床、社区培训基地要加强培训管理和落实带教老师。严格按照《基层医疗卫生机构全科医生转岗培训大纲》要求，认真组织教学，保证培训质量。市卫生局将适时组织专家对培训过程进行检查和督导。

工资福利待遇按照国家有关政策执行，四各培训人员派出单位要全力支持选派的人员参加培训。培训期间。工龄连续计算。培训期间派出单位不得以任何理由要求派出人员回单位上班，不得扣发培训人员工资和福利。

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇五

坚持以课堂教学为中心，以课程改革为契机，大力营造教学研究氛围，提高教学研究和课程改革实施和管理水平，认真贯彻市教育局和校长室精神，强化教学六认真工作规范性，以人为本，切实提高教学质量，全面推进素质教育，教师、学生都能得到健康持续发展。

1、紧密团结在校长室、教导处周围，根据教导处工作计划，生动活泼地开展数学组的教科研活动。组织全体数学教师继续投入到课改实验工作中去，增强每位教师的课改实验能力和教学研究能力。

2、长计划，短安排，集中与分组活动相结合，形式不拘一格，提倡举行小型、多样、灵活的教研活动。

3、加强数学教学质量管理和监控，提高数学教学质量。组织数学组教师加强学习、落实教学六认真工作要求和课堂教学常规。

4、每位教师在课堂教学中结合自己的三级子课题研究工作深入开展数学教学评价改革工作和学校二级子课题《数学互动共享教学模式的研究及运用》，将教研与科研有机结合，使课题研究工作深入有效、持续地开展下去。

2、学习课堂教学常规，落实课堂教学常规，顺利开展开学初的教学工作。

3、学习课程标准和相关理论文章，牢固树立新课程新理念。

4、启动“青蓝工程”。

5、讨论并交流个别教学即培优补差工作。

6、张宇老师参加沈阳数学课会教。

7、全体数学教师于第二周周六参加市教育局组织的新教材培训活动。

1、继续学习课程标准和相关理论文章，数学教师参加数学教学案例与反思评比活动。

2、继续加强工作管理，确保教学质量，结合教师上展示课数学组教师进行集体磨课并结合课题研究进行活动。

3、整合课教学展示，数学组许高原老师参加，数学组开展相应的教科研活动并作好活动资料的积累。

1、继续深入学习数学课程标准，并与课题研究相结合，交流课题研究工作进展情况。

2、迎接市教育局组织的教学大赛活动。

3、迎接期中考试，每位数学教师出一份精品试卷，数学组活动时进行试卷命题方面的探讨和交流。

4、进行校级数学竞赛，为参加市级数学竞赛做充分准备。

1、继续加强数学教研工作，做好全面总结大赛工作。

2、学生素质多维评价专题研讨活动。

3、参加大赛观摩活动。

4、做课件，参加课件评比活动

5、数学教师积极撰写论文，参加市课改论文评比活动。

1、进行课题研究总结工作，每位教师认真撰写课题总结报告。

2、制定数学期末复习计划，组织期末复习、考试，做好学生素质多维评价工作。

3、教师论文汇总。

4、学期各项工作检查。精品源自高考试题

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇六

为了提高学生们的科学文化素质，营造浓厚的爱科学、学科学的氛围，丰富学生们的科学文化知识，锻炼学生们的动手动脑的能力。我校在三月的最后一周将举办高花亭小学第二届科普活动周。

总策划：何强

负责人：田曙光

成员：

王斯馨

刘双全

胡龙滨

谢海燕

张斗文

张康

xx年年3月26日3月30日

1、科学小发明、小制作比赛

参赛对象：中、高年级学生。

作品数量：各中队至少推荐3件作品。

收缴时间：3月23日下午放学前。

收缴负责人：朱春林

2、科幻画比赛

参赛对象：16年级学生。

作品要求：(1)主题不限

(2) 作品要能充分体现科技未来的幻想。

(3) 作品尺寸：

8开的纸张或其他材料上绘制，画幅横竖均可。

(4) 作品的画种及材料不限，可以包括电脑绘画。

(5) 仅限个人作品，不得抄袭。

作品数量：各中队至少推荐3幅绘画作品。

收缴时间：3月23日下午放学前。

收缴负责人：谢海燕

奖项设置：视作品的数量确定奖次。

3、观看科普电影

对象：全体学生

活动组织安排：刘双全

三年级：3月23日下午

四年级：3月26日下午

五年级：3月27日下午

六年级：3月28日下午

地点：校阶梯教室

4、科学小故事演讲比赛

对象：36年级的部分学生，各班派2名选手参赛，2名选手各选一个题材，不能相同。

上报学生名单时间：3月23日下午放学前

收缴、比赛负责人：张康

比赛时间：3月29日下午

5、外出参观

(1)组织学生去市天文台观星。

对象：46年级，每班各选派10名。

要求：参加的学生必须由家长负责接、送。

名单上报时间：3月17日下午放学前。

备注：

1、学生由家长送到科技馆门口，老师按班级集合整队。

1、如天气有变，时间将相应调整，另行通知。

2、班主任老师要全程陪同，并注意学生的安全。

(2)组织学生参观市气象台。

对象：13年级全体学生。

活动负责：田曙光及上述年级各班主任老师。

活动时间：3月26日下午

(3) 组织学生到茅岭的杨梅林参观。

对象：56年级部分学生，每班各选派3名学生参加。

活动负责：王斯馨

活动时间：3月20日

6、表彰总结会

时间：3月30日下午

地点：阶梯教室

内容：

(1) 观看活动的dv录象

(2) 科学小故事演讲

(3) 颁奖

(4) 领导讲话

场地布置：胡龙滨

张斗文

总结会主持：田曙光

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇七

足球运动是一项具有竞争性和对抗性的运动项目，它能体现出学生之间的配合意识和团结协作的精神，在我们中学深受广大学生的喜爱。开展学校足球运动训练对培养学生对体育

运动的兴趣，促进学生身心健康，增强体质丰富学校文化生活，发展体育特长，调节紧张的学习气氛具有重要意义。

二、训练目标

1、通过对学生足球技能的训练，培养学生对足球运动的兴趣。
2、让学生在运动实践中体会足球的配合意识。
3、充分利用足球运动的竞争性强的特点有效地锻炼身体，促进身心健康，培养集体主义精神。
4、由教练通过二个月的训练，选拔训练成绩好、纪律性强、身体素质强、勇猛顽强的战斗作风强和有团队合作的人组成学校足球队。

三、教学内容安排及课时数

本学期的练习内容主要以基本身体素质和基础足球战术为主，在基础技术的基础上学习进攻战术防守战术，同时还要对学生的身体素质进行训练。

训练地点：学校足球场

四、足球训练实施过程

(一) 课前准备

1、理论知识备课：学习足球技术和战术教材、资料，针对学生的不同特点制定训练计划。

2、技能备课：要根据教师自身所学分析教材，教师练习技术动作，研究教学方法，做好课前准备工作。

3、学生要求：学生必须穿运动服装，按时出勤，不迟到，上课认真练习，遵守课堂纪律，爱护器材。

(二) 课堂组织教学

- 1、准备部分：带球慢跑，活动各关节，足球基础技术练习。
- 2、基本部分：学习各种足球技战，教师讲解和示范，分组在指定场地练习，教师进行指导。
- 3、结束部分：放松，回收器材。

五、训练基本任务、内容、要求及手段

(一)训练方面提高队员的训练纪律和质量：

- 1、严格组织学生纪律性。
- 2、严格提高学生训练质量。

(二)提高队员比赛作风：

- 1、养成良好的体育道德作风。
- 2、进一步加强勇猛顽强的战斗作风。
- 3、严格的训练纪律。

(三)提高队员全面身体素质，重点发展速度、灵敏、协调、爆发力等素质。

- 1、学习掌握急停急起的正确方法。
- 2、提高速度所需要的肌肉力量。
- 3、提高完成各种技术动作所需要的灵敏、协调能力。

(四)全面提高队员的基本技术(重点是传、接球技术)，逐步发展队员个人技术特长。

- 1、提高活动中的控球能力。
- 2、正确掌握传、接球技术。
- 3、提高技术运用的合理性。
- 4、注意发现队员特点并加以培养。

(五) 提高队员的战术能力(重点是个人战术和局部战术)

- 1、明确个人的攻守职能以及进攻和防守的原则。
- 2、提高个人战术意识和局部2对1、3对2能力。
- 3、确定基本阵容，初步形成4-4-2防守反击的基本打法。

(六) 主要训练手段

- 1、身体训练手段：定时、定距的高抬腿跑，后蹬跑，跨球跑，各种起动跑，加速跑，负轻杠铃蹲跳，快速挺举，蛙跳，多级跳。
- 2、技术训练手段：各种个人颠、控球练习，多种连续传射练习，各种一对一攻守，2~3人一组的跑动中传接配合，各种人数相等、不等的传抢练习。
- 3、战术训练手段：2对1、2对2、3对2、4对4攻守对抗，半场攻守，9人攻守练习和比赛。

六、强化训练后对训练学生进行最后选拔组成校队

- 1、选拔条件：选拔训练成绩好、纪律性强、身体素质强、勇猛顽强的战斗作风和有团队合作的队员组成学校足球队。
- 2、学期结束时，由教练员选拔出20至30名队员组成学校足球队

队。

七、训练队纪律及安全的特别强调

- 1、训练队纪律要求：例行训练选手必须按时参加，由教练员进行点名纪录，无故不到者给予警告一次，超过三次者淘汰出队。
- 2、校队队员一定要提高文化学习成绩，如在学校考试(月考、中考、终考)成绩下降给予警告，如连续两次学校考试成绩下降才给予淘汰出队。
- 3、训练队员在训练过程中一定要遵守训练队的纪律，不能做出违反队规、校规和法规的事，如果发现一次清除出队。
- 4、训练队员一定要注意身体保护，出现伤痛一定要停止训练，训练中一定要注意训练安全，防止出现伤害事故。

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇八

贯彻党的xx大精神和科学普及法，坚持以科学发展观为统领，以推进素质教育为目标，以全面提高青少年科学素养为宗旨，结合全国科技周活动，培养学生的创新精神与实践能力。开展丰富多彩的校园科普系列活动，培养学生爱科学、学科学、用科学的兴趣!我校今年的科技工作的口号是：人人参与科技活动，在参与中增长科技知识，以科技知识引导我们的学习和生活。

二、整体思路：

- 1、结合新课改的要求和学校科技教育规划的制定，积极推进科技类拓展型、探究型课程的建设。以课堂为主阵地开展内容丰富、形式多样的科技普及教育，面向全体，积极推进科普活动的创新;广泛发动，形成合力，提高本校科技教育的效

率。

2、加强领导，健全学校科技教育工作机制；依托课堂，发挥课堂教育的主渠道作用。探索课堂教学与科普教育一体化、开放式的教学模式，走出去、请进来，让学生有更多的机会了解身边的、生活中的科学。在实践中了解并掌握更多的科技知识，领略科技前沿的风景。

3、充分发挥其示范和辐射作用，同时对那些开展活动较好，但尚未达到区示范组标准的科技小组要予以扶持，使其能更上一个台阶，形成多点开花的局面。创建自己的品牌教师，鼓励教师积极参加科技教育的理论和实践研究，能以先进的教育理念引领科技教育的实践。

三、具体工作：

1、开展全校性的科技普活动，结合市、县的科技比赛和大规模的科普活动，采用紧密型的管理方式，由校和班级两个层面展开。

2、搞好校内宣传活动。学校利用橱窗，定人定期更换宣传资料，结合社会热点印发科普资料对学生进行科普宣传；班主任利用午会课、班队会、快乐的十分钟等时间让学生以自主比赛、有奖问答等形式掌握和巩固科技知识；搞好日常卫生、科技知识的教育，要求每班在黑板报上专门开设一个科普栏目；与学生秋游、春游相结合，与周边社区和社会科普单位相联系，对学生进行科普教育。

3、积极参加镇、县级的科技比赛。我们将根据本校自身特点，选择性地参加镇、县级比赛项目。对于学校本来的重点项目、强项，小制作、建筑模型、航模等项目要巩固好。同时，适当选择一些其它项目进行发展、壮大。建立校内科技兴趣小组。科技小组要做到五个定，即定指导、定记录、定内容、定时间、定地点。

4、 建章立制、创造条件、营造良好氛围，定期召开科技工作会议，布置、协调相关事宜。为科技指导教师创造条件，积极支持并保障落实他们参加各类学习活动的机会。进一步加大投入，保证活动经费及活动必须设备的到位。在现有的奖励机制上，进一步加大对那些工作卓有成效，成绩显著的科技指导老师的奖励力度。

5、 用科教新理念、新思想在办学层面指导特色的建设，推动科技办学特色朝内涵、优质方向发展。注重校园科学文化的积淀，注重校本创新精神与实践能力的培养体系的构建，注重科技教育的基地建设，努力营造校园科技文化氛围。科技教育基地的建设要以点带面，推动全校的科技教育工作。结合探究性活动，开展一次科普小作文比赛，并给予必要的奖励；鼓励学生的小发明、小创造，要求各班学生把自己的小作品、小制作上交学校，学期结束时，在条件成熟的情况下开展一次学生作品的展览会。

6、 建立科技教育激励机制。科技教育工作纳入学校教师工作的考核内容，教师科技教育的实绩作为业务考核、职称评聘的依据之一，形成搞与不搞不一样，搞与搞不好不一样的评价体制，奖励优秀的科技辅导教师与爱好科技活动的学生；尤其要努力提高科技辅导教师的待遇，让他们在实践中不断提升自己的辅导水平，参加县、市级比赛，为学校争光。重视对科技教育的投入，保证必要的活动经费，不断购置更新科技器材，推动学校科技教育不断向前发展；加强对青少年科技教育的理论研究，培养一支乐于奉献的科技辅导员队伍。学校每学期有计划地安排科技辅导教师参加县活动中心的教研、培训等活动，以提高他们科技教育的专业能力。

7、 依托社区优势，建立校、家、社会三位一体的科技教育网络，建立一支有校外科技工作者组成的热心于青少年科技教育的兼职辅导员队伍，引导学生结合社会实践、自愿者活动等积极参与社区科普宣传活动。本学年，我们将组织学生进入社区，进行一次以爱护我们周边的生活环境为主题的为

社区打扫卫生的实践活动，让学生们体会生态环境对我们生活的重要性。

科普工作的推广与深入，是学校教育、教学的重要组成部分，也是构建和谐校园的必备因素，更是学校先进教育教学理念的集中体现。认真周密的计划是成功的良好开端。我们将充分调动全体师生的积极性，努力将新学期的科技工作提升一个台阶。

四、总体策略和目标：

1、认真学习、深刻认识青少年科技教育工作的宏观背景和导向。认真学习和深入贯彻国家《全民科学素质行动计划纲要》，市教委《上海市学校科普教育十一五发展规划》的文件精神，正确定位科技工作在学校工作中的地位和作用。

2、积极参加具有突击性和长期性特点的重大活动。

工作计划及行动方案 足球训练工作计划篇九

足球是一项非常有意义的活动，通过足球，锻炼身体培养合作意识和团队意识，提升勇敢拼搏和进取的精神品质。下面是小编收集整理足球训练工作计划范文，欢迎借鉴参考。

足球运动是我国体育的弱项，要想提高足球运动的整体水平，关键还是要从小抓起，增强青少年体质，培养足球运动兴趣。

一、指导思想

20xx年新学年到来之际，为开展丰富的学生课余文化生活，活跃校园文化气氛，积极开展素质教育，树立“健康第一”的生活理念，更好地贯彻学校的教育方针、培养学生对体育运动的兴趣，促进学生身心健康，增强学生体质，发展学生

体育特长，调节紧张的学习气氛，丰富学校文化生活，推动我校足球运动的开展，进一步提高足球队员的技战术的水平。特组织成立足球兴趣小组，制定20xx学校足球运动训练工作计划。

二、教学目标

- 1、通过对足球技能的学习，培养学生对足球运动的兴趣。
- 2、在运动实践中体会足球的配合意识。
- 3、充分利用足球运动的竞争性强的特点有效地锻炼身体，促进身心健康，培养集体主义精神。
- 4、进一步提高足球队员的技战术的水平，为足球运动早日成为我校的特色之一做准备。

三、教学措施

(一) 训练时间

每周一、三、下午活动课，训练时间为1个小时。

(二) 训练原则

- 1、队员应准时参加训练，不得无故缺席。
- 2、坚持在不影响学习的情况下进行训练，努力做到训练学习两不误。
- 3、队员们在训练中发扬吃苦耐劳和团结合作的精神。
- 4、有目的，有计划的针对队员身体情况提高他们的技，战术能力。

5、在训练中注重个人技术的训练，以及队员配合的训练。

6、在身体，技战术训练的同时更要注重队员心理和智力的训练。

第一阶段

一、身体训练

(一) 身体训练的目的

1、使学生热爱足球。

2、培养学生反应灵敏。并提高身体素质。

(二) 身体训练的主要内容

1、做徒手操

2、以跑为主的训练。

(1)慢跑：15米x2[]指导学生跑的动作。

(2)快跑：10米x2[]15米x2[]要求跑的动作正确。

(3)曲线跑：培养学生的灵敏。

(4)自由跳：培养学生的后蹬方法。

二、足球技术训练

(一) 技术训练的目的

1、训练学生熟悉球性。

2、让学生准确掌握技术动作要领。

(二)技术训练的主要内容

1、以带球为主，在带球中学习基本技术动作和带球方法。

2、让学生初步接受和学习传球、接球方法。

3、单一的射门训练和接球后的射门训练。

(三)守门员的训练

1、手型训练。

2、自由训练。

3、下手球和上手球接法练习。

4、踢手抛球训练。

三、足球战术训练

(一)战术训练的目的□培养接球和进攻意识。

2、培养阻击和防守方法。

(二)战术训练的主要内容

1、学习二人一组的传接球和接球后即快速推进，接球后带球过人。

2、学习基本的护球和盯人战术。

3、在小型对抗中体会什么叫“二过一”，在训练中练习“二过一”的战术。

四、游戏和比赛

(一)目的

- 1、通过游戏，提高学生参加足球训练的兴趣。
- 2、通过小型比赛，领会足球比赛方法，培养学生的对抗意识。

(二)比赛方法

- 1、一对一、二对二的传接球比赛。
- 2、三对三、五对五的有门踢球比赛。
- 3、开展“五人制”训练比赛。

第二阶段

一、身体训练

(一)身体训练的目的

- 1、培养学生的灵敏、速度和跑的能力。
- 2、让学生学习正确的快跑动作。

(二)身体训练的主要内容

- 1、学做简单的专项准备活动。
- 2、以跑为主的灵敏、速度训练，学习快速跑和正确的动作。

(1)慢跑：20米x2□30米x2□要求学生跑的动作准确。

(2) 快跑：60米、200米。

(3) 曲线跑：用曲线跑绕过障碍，培养学生侧向快速运动，达到灵敏和快速的目的。

(4) 变速跑：要求时快时慢跑。

3、跳：学习蛙跳和单足跳。

4、进行游戏比赛。

二、足球技术训练

(一) 技术训练的目的

1、继续培养学生对足球运动的兴趣。

2、提高带球能力和运球的技术。

3、用各种手段学习传接球技术。

(二) 技术训练的主要内容

1、以带球为主，学习带球的变向动作和过人技术。

2、让学生初步学会二人一组的传接球方法和学习有障碍的传接方法，体会“二过一”传接技术。

3、学习单一射门、接球射门和有阻挡、过障碍的射门技术。

4、学习移动时的传接球。

(三) 守门员的训练

1、继续训练接球手型和倒地接球的护球方法。

- 2、进行接射门练习。
- 3、巩固上手球和下手球的接球方法。
- 4、学习踢手抛球和定位球，要求踢手抛球有指定的落点。

三、足球战术训练

(一)战术训练的目的

- 1、培养接球、传球的集体进攻意识。
- 2、培养防守和站位，增强集体防守意识。
- 3、通过练习和比赛，提高比赛的实战能力，为参加校间教学比赛做准备。
- 4、接自抛球练习：脚内侧身侧、底部和头部四个部位接传球。

(二)战术训练的主要内容

- 1、学习二人一球传接球和移动传接球的方法。
- 2、学习有障碍的接球后带球过人及射门技术。
- 3、练习盯人、堵截和补位。
- 4、在训练中学习三人一组的“二过一”战术。
- 5、学掷界外球。

四、游戏和比赛

(一)目的

- 1、通过游戏和小型比赛，让学生初步理解足球比赛的规则。
- 2、通过游戏和小型比赛，让学生学习掷界外球的技巧。
- 3、提高和加强对抗意识，让学生进一步热爱足球。

(二) 游戏比赛方法

- 1、一对一、二对二、四对二传抢球游戏比赛。
- 2、有门的“五人制”比赛。
- 3、本校“七人制”比赛和校间友谊比赛。第三阶段一、身体训练

(一) 身体训练的目的

- 1、通过节奏操训练，促进学生的四肢灵敏、协调能力，提高作的准确性和节奏感。
- 2、在跑动中提高跑动作的正确性。

(二) 身体训练的主要内容

- 1、练习节奏操。可根据学生实际自编节奏操内容。
- 2、加强短跑叨米训练。
- 3、折回跑，15米x2□15米x4直线跑训练和曲线跑训
- 4、耐力跑练习：每周一次，每次跑200米——400米。
- 5、下肢韧带练习和训练结束后恢复身体的放松练习。

二、足球技术训练

(一) 技术训练的目的

- 1、通过带球和带球变化，提高带球和运球的节奏。
- 2、在传接球训练中加强一脚出球、二脚出球的准确性和分量，同时培养学生在运球时开阔视野。
- 3、通过对墙踢球和射门训练，让学生进一步掌握正确的脚法，尤其是摆动脚的方法。

(二) 技术训练的主要内容

- 1、有节奏地快速带球。
- 2、练习快速带球时的球向变化和继续带球。
- 3、开展人一球传接球活动。
- 4、对墙踢球和射门训练。重点练习摆动脚的摆腿和触球的脚型及出球的力量。
- 5、掌握一人一球的自控球动作。
- 6、学习接自抛球的七个动作，即：脚的内侧踢球、外侧踢球、底部踢球和背球、头球、胸球、腿球。

三、足球战术训练

(一) 技术训练的目的

使学生树立战术意识，初步掌握传接球和各项战术训练的基本技能。

(二) 战术训练的主要内容

- 1、学习二人一组和三人一组在跑动中交叉传接球战术。
- 2、学习个人突破战术。
- 3、学习二人一组传切射门战术。
- 4、练习沉底传中和包抄战术。
- 5、练习掷界外球战术。
- 6、学习比赛中常用的盯人防守和后插上战术。

四、游戏和比赛

(一)目的

- 1、通过小型对抗性游戏，增强学生参加比赛的欲望。
- 2、通过自行练习比赛，认识位置职责和加强配合的重要性，提高战斗力。
- 3、通过校间教学比赛，让学生认识到，只有全面地掌握和运用好技术战术才能使比赛取胜。

(二)游戏内容和比赛方法

- 1、一对一射门游戏。
- 2、四对二传。
- 3、三对一十传球(二脚出球)。
- 4、五对五足球比赛(小门)。

一、指导思想

以增强学生体质，培养青少年拼搏进取、团结协作的体育精神为宗旨，通过广泛开展校园足球活动，从而培养全面发展、特长突出的青少年足球后备人才，提高我校足球运动水平。

二、工作方针

依据体育局、教育局要从全局的高度通力合作精神；全校掀起足球热潮，充分发挥各自年级的资源优势，积极投入选拔和推选热爱足球的学生、不论大小和了解足球的程度，共同为校园足球活动的开展提供保障。

三、职责分工

(一)成立校园足球领导小组

组长：

副组长：、

组员：体育科组及各班班主任

(二)学校体育组负责竞赛组织、专业技术训练与指导。

(三)体育组利用体育课，课外活动时间和节假日，组织学生开展各种形式的校园足球活动和比赛，负责组队参加年级、班级的足球比赛活动；负责参赛运动员的报名及注册管理；负责制定校园足球活动方案与教学计划。

四、校园足球比赛组织方案

学校通过小型比赛选择优秀人才进入校足球队参加县级比赛。学校通过开展足球活动周进行各项足球技术的训练和比赛，并通过足球技术比赛来刺激队员训练的积极性，主要分为：运球过杆计时比赛，传球精准度比赛，颠球比赛和年段内的班级7对7对抗赛等一系列比赛。在足球活动周成绩优秀的部

分学生入选校足球队并参加课外足球训练。

校级年龄段：1--9年级

五、对开展校园足球活动的要求

- (一)由校长亲自负责校园足球活动；
- (二)提供完善充足的“校园足球活动”场地条件；
- (四)学校在教学中加大体育足球教学的比例；
- (五)按时组织校内班级和年级间的比赛。

六、比赛计划

每年5—6月，积极安排组织各年级进行校园足球赛，推动校园足球运动的开展。

七、对实施校园足球活动工作的要求

- 1、提高对“校园足球活动地”重要性的认识。各班要把开展此次活动作为推进足球事业、活跃学生课余生活，培养学生健康生活方式的一个重要组成部分，把活动落到实处。
- 2、加强对校园足球活动的管理和指导。要认真研究、精心设计、积极探索出符合各班实际、面向全体学生的内容与方法。要建立健全规章制度，做到组织机构责任明确、实施方案科学有效、活动内容丰富多彩，形成活动的制度化和规范化。
- 3、加强安全保护工作。在开展校园足球活动中，要高度重视安全保护工作，从活动计划的安排、文体设施的检查、活动内容的选择、活动过程的控制以及指导教师的选用等各个方面严格把关，以确保学生的身心健康和他安全。

4、加强舆论宣传，搞好评优表彰。各班级要做好校园足球活动的宣传报道。学校通过广播站及时介绍和推广开展校园足球的“小球星”和先进典型。

20xx年9月篇二：校园足球20xx20xx计划

中心小学20xx—20xx学年度校园足球工作计划

一、指导思想

- 1、以积极引导和鼓励参与足球活动的积极性为目的；
- 2、以增强学生体质，培养学生积极进取、团队体育精神为宗旨；
- 3、打造校园足球文化，发展足球后备人才。

二、工作方针

加强领导，明确分工，李校长负责全局，王校长具体主抓，班主任和体育组紧密配合，搞好校园足球活动。

三、成立校园足球领导小组

组 长：

副组长：

组 员：

四、活动内容

- 1、做好家长工作，征得家长的理解与支持；
- 2、学校代表队训练：每周二、四下午放学后(张磊负责)；

3、体育课中每周每班上一节足球活动课;4、本学期末适时举行一次班级联赛。

五、具体要求

- 2、注意安全，防止发生意外事故;
- 3、选拔足球苗子，有针对性训练;
- 4、大力宣传足球活动的开展。

六、活动经费

按上级要求学校从义保经费足额支付，另一部分向上级申请拨付。

七、奖励措施

- 1、奖励获得年级组第一名的班级;
- 2、年级组最佳射手一名;
- 3、老师组织训练活动计算工作量，纳入绩效考核之中。

20xx年9月7日篇三：端本中学校园足球活动年度计划

一、校园足球活动的指导思想

为了贯彻实施国家体育总局、教育部《关于开展全国青少年校园足球活动的通知》精神，落实《梅州市青少年校园足球活动的实施方案》相关内容，让足球活动成为学生们愉悦身心、强健体魄、培养技能、启迪智慧、团结合作的体育精神为宗旨，广泛开展校园足球活动，在青少年学生中普及足球知识和技能，形成校园足球文化，从而为社会培养全面发展、特长突出的后备人才。

二、具体活动办法

- 1、认真组建校园足球队，积极科学组织训练。
- 2、在全校大力宣传足球知识，形成良好校园足球氛围。
- 3、加大体育课中足球相关内容的教学，七、八年级每周一节专题足球课内容，九年级每两周有一节足球课内容。
- 4、每周四为校园足球活动日，固定1小时的足球活动。
- 5、编订足球教材，指导学生学习足球理论知识。
- 6、组织各年级各班级之间足球联赛。
- 7、成立各班级足球队，为选拔校队队员打基础。

三、训练计划

(1) 训练时间

周二、周三：

(2) 训练地点：学校足球场

(3) 训练基本任务、内容、要求及手段

(a)提高队员的训练、比赛作风。

训练方面：

- 1、严格组织纪律性
- 2、严格训练质量

比赛作风方面

- 1、养成良好的体育道德作风。
- 2、加强发扬勇猛顽强的战斗作风。
- 3、严格的比赛纪律。

(b)提高队员全面身体素质，重点发展速度、灵敏、协调、爆发力等素质

- 1、学习掌握跑的正确技术。
- 2、发展提高速度所需要的肌肉力量，
- 3、提高完成各种技术动作所需要的灵敏协调能力。

- 1、提高活动中控球能力。
- 2、正确掌握传球、接球技术。
- 3、提高技术运用的合理性。

4、注意发现队员特点并加以培养
(d)提高队员的战术能力(重点是个人战术和局部战术)

- 1、明确个人的攻守职能以及进攻和防守的原则。
- 2、提高个人战术意识和局部2对1、3对2能力。

1、身体训练手段：定时定距的高抬腿跑，跨球跑等。负轻杠铃蹲跳、蛙跳等。

2、技术训练手段：各种个人颠、控球练习，多种连续传射练习，各种1对1攻守，2—3人1组的跑动中传接配合，各种人数

相等、不等的传抢练习。

3、战术训练手段：2对1，2对2，3对2，4对4对抗攻守，半场攻守，5对5攻守练习和练习比赛。

四、各项经费预算

1、购置、维修足球器材、设备：1500元

2、运动员参赛服装费：1500元

3、体育老师训练补助：1000元

4、组织比赛经费：1500元

5、其他：1000元

五、总结

贡献突出的指导老师和相关人员给予相应的奖励，并设立“优秀运动员奖”、“优秀足球班主任奖”、“优秀教练员奖”等奖项。

一、指导思想

足球运动是一项具有竞争性和对抗性的运动项目，它能体现出学生之间的配合意识和团结协作的精神，深受广大学生的喜爱。开展学校足球运动训练对培养学生对体育运动的兴趣，促进学生身心健康，增强体质丰富学校文化生活，发展体育特长，调节紧张的学习气氛 具有重要意义。

二、训练目标

1、通过对学生足球技能的训练，培养学生对足球运动的兴趣。

2、让学生在运动实践中体会足球的配合意识。

3、充分利用足球运动的竞争性强的特点有效地锻炼身体，促进身心健康，培养集体主义精神。

4、由教练通过训练，选拔训练成绩好、纪律性强、身体素质强、勇猛顽强的战斗作风强和有团队合作的人组成学校足球队。

三、教学内容安排及课时数

本学期的练习内容主要以基本身体素质和基础足球战术为主，在基础技术的基础上学习进攻战术防守战术，同时还要对学生的身体素质进行训练。

训练时间：为每周一到周五下午 4：00—5：00、

训练地点：学校后操场

四、训练基本任务、内容、要求及手段

(一)训练方面提高队员的训练纪律和质量：

1、严格组织学生纪律性。 2、严格提高学生训练质量。

(二)提高队员比赛作风： 1、养成良好的体育道德作风。 2、进一步加强勇猛顽强的战斗作风。 3、严格的训练纪律。

(三)提高队员全面身体素质，重点发展速度、灵敏、协调、爆发力等素质。 1、学习掌握急停急起的正确方法。 2、提高速度所需要的肌肉力量。 3、提高完成各种技术动作所需要的灵敏、协调能力。

(四)全面提高队员的基本技术(重点是传、接球技术)，逐步发展队员个人技术特长。 1、提高活动中的控球能力。 2、

正确掌握传、接球技术。 3、提高技术运用的合理性。 4、注意发现队员特点并加以培养。

(五)提高队员的战术能力(重点是个人战术和局部战术) 1、明确个人的攻守职能以及进攻和防守的原则。 2、提高个人战术意识和局部 2 对 1、3 对 2 能力。 3、确定基本阵容,初步形成 1—2—1 防守反击的基本打法。

(六)主要训练手段 1、身体训练手段:定时、定距的高抬腿跑,后蹬跑,跨球跑,各种起动跑,加速跑,蛙跳,多级跳。 2、技术训练手段:各种个人颠、控球练习,多种连续传射练习,各种一对一攻守,2~3 人一组的跑动中传接配合,各种人数相等、不等的传抢练习。

3、战术训练手段:2 对 1、2 对 2、3 对 2 攻守对抗,全场攻守比赛。