

# 最新击剑教练员训练计划和教案(通用7篇)

计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。相信许多人会觉得计划很难写?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。

## 击剑教练员训练计划和教案篇一

通过近几年的驾驶员培训工作经验,现总结如下:

通过公民生活发展和建议的不断深化和开展,根据公民的经济发展,逐步形成与发展社会主义市场经济相适应的社会主义体系,尤其是市场开放,逐步形成适应自身行业,所以我选择教练员行业。首先要对理解社会经济所决定的用善和恶标准去评价一种社会现象,就是依靠社会传统习惯,教育和人的信念的力量去调整人与人,个人与社会之间的关系的一种特殊的行为规范。

要了解做人的职业与道德,职业道德的认识,职业道德情感,职业道德意志和职业道德的信念。职业道德的价值的认识。各行各业社会中的地位性质,作用,服务对象,服务手段等方面的认识。教练员和学员之间道德培养。首先从明确认识开始培养职业道德情感,意志,信念为基础。

学员来自四面八方,通过培养学员和招收学员的优良品德而影响社会道德,促进新型人际关系的建立和发展。教练员作为公民驾驶的知识技能传播者,对于传播交通安全知识,提高安全驾驶的防御能力起着重要作用决定杜绝学员吃拿卡要的现象,请客送礼和私收他人钱物,不吸毒、不赌博、不说脏话,要按时上下班,把学员放到第一位。做到学员就是我服务第一上帝。三、对车辆的日常维护和检修。

有句俗话说：“干什么就得直往什么”既然我选择了这个行业，我就必须认真去做，车辆就是我的工作工具，我要去爱护和保护它。首先要把车内外的卫生打扫得干干净净，做到一日三检，出车前，和停车后检查，出车前必须检查，喇叭，水，电和雨刮器，轮胎气压。收车后检查，车门是否关好，电开关是否关闭。做到安全第一，要牢记行车第二不违规。

搞好培训教学质量的重要保证，安全教学原则，理论结合实际原则，精讲多练的原则，诱导性原则，循序渐进原则，巩固性原则和因人施教原则。随着教学实践经验的积累和教学客观规律的进一步认识，进一步发展和完善。安全防范重在坚持，能够思想警惕，要耐心讲解，安全认识性，思想不能麻痹，学员不能违章操作，机件失灵，建立健全各项规章制度。要精讲多练，要求教练员从学员的实际情况出发，依据学员的年龄特征和个别差异，教学必须考虑学员的个性特点和个别差异，发挥每个学员的积极性。利于争取大多数学员达到培养要求。有利于造就一批优秀的‘人才，对早出人才，快出人才具有深远的意义，结合培训大纲正规培训技术和要求，足够的培训学时，有计划地进行教学，从而使教学内容和进度适合学员知识和水平。是汽车驾驶教学做到规范化、统一化。这是搞好培训驾驶教学质量的一个重要因素。要统一计划、统一进度、统一规范、统一操作、统一口令、统一手势，要纠正学员不规范动作。不能任其形成习惯性动作，要调整操作时间，精心指导，要让学员都必须熟练掌握达到“会表达，能理解”的程度。以教学为重点，加强安全意识教育，保证驾驶教学任务的顺利完成。

驾校的生存是关系到教练员与学员的主要因素，如果驾校没有学员学习，那就面临着学校与经济收入的来源，教练对学员的服务态度和培训质量都对招生有主要关系，所以说对学员培训质量和招收学员是分不开的，是永远联系在一起的。为了驾校进一步更好地发展必须做到教练员招生服务为一体的宗旨。

遇到事情要互相帮助，不要拉帮结伙，不要为一点小事记恨他人，不要看别人不顺眼，闲谈莫论人非，做该做的事，不要做不该做的事，要批评别人时，首先想想自己是不是完美无缺，做好事不能少我一人，做坏事不能多我一人的原则。

## 六、如何做一名优秀的教练员。

经过多年来的驾校培训，教学至今，本人仍坚持以教学质量和教学态度，教练与学员之间保持清正，不问学员吃拿卡要的原则，做到招生服务一条龙，不违反学校的规章制度，多年未出现安全事故，要做到搞好教学质量为重点，安全第一，诚信经营，要多一点耐心，多一点微笑，安全培训是驾校基础教练车要做到定期检查，定期保养。学校绝不培养马路杀手。最后感谢运输管理处和运输协会领导对我的支持和鼓励，争取明年再创明星教练员。

做为一名教练员，我深知驾校是道路交通安全的摇篮，每一个教练员都肩负着为社会培养高素质驾驶员的重任。我积极参加驾校组织的政治学习，不断加强思想修养、努力提高自己的政治觉悟和认识水平，具有良好的社会公德、高尚的职业道德，自尊、自信、自立、自强、爱岗敬业、无私奉献，始终坚持求真务实、积极进取、刻苦钻研业务。同时，特别注重专业理论知识的不断学习，坚持与时俱进，学习新的道路交通安全法规和驾驶技能，不断提高业务素质，针对工作实际，认真学习教学管理、交通安全方面的有关知识，增强自己的教学水平。在教学和教育管理方面取得了显著成绩。在工作中团结同事、善于合作、严于律己、宽厚待人，“大事讲原则，小事讲风格”，在同事和学员中有很好的公认度。同时，热爱学校、关心学员、服从学校的安排，与同事团结协作、工作尽心尽责态度端正、努力完成学校交给的各项工作任务，积极参加各项教研活动和学校每年组织的脱岗培训工作，认真上好公开课，断提高认识和业务水平，解放思想、实事求是，陶冶人生观、价值观、世界观。

## 击剑教练员训练计划和教案篇二

通过公民生活发展和建议的不断深化和开展，根据公民的经济发展，逐步形成与发展社会主义市场经济相适应的社会主义体系，尤其是市场开放，逐步形成适应自身行业，所以我选择教练员行业。首先要对理解社会经济所决定的用善和恶标准去评价一种社会现象，就是依靠社会传统习惯，教育和人的信念的力量去调整人与人，个人与社会之间的关系的一种特殊的行为规范。

要了解做人的职业与道德，职业道德的认识，职业道德情感，职业道德意志和职业道德的信念。职业道德的价值的认识。各行各业社会中的地位性质，作用，服务对象，服务手段等方面的认识。教练员和学员之间道德培养。首先从明确认识开始培养职业道德情感，意志，信念为基础。

学员来自四面八方，通过培养学员和招收学员的优良品德而影响社会道德，促进新型人际关系的建立和发展。教练员作为公民驾驶的知识技能传播者，对于传播交通安全知识，提高安全驾驶的防御能力起着重要作用决定杜绝学员吃拿卡要的现象，请客送礼和私收他人钱物，不吸毒、不赌博、不说脏话，要按时上下班，把学员放到第一位。做到学员就是我服务第一上帝。

有句俗话说：“干什么就得直往什么”既然我选择了这个行业，我就必须认真去做，车辆就是我的工作工具，我要去爱护和保护它。

首先要把车内外的卫生打扫得干干净净，做到一日三检，出车前，和停车后检查，出车前必须检查，喇叭，水，电和雨刮器，轮胎气压。收车后检查，车门是否关好，电开关是否关闭。做到安全第一，要牢记行车第二不违规。

搞好培训教学质量的重要保证，安全教学原则，理论结合实

际原则，精讲多练的原则，诱导性原则，循序渐进原则，巩固性原则和因人施教原则。随着教学实践经验的积累和教学客观规律的进一步认识，进一步发展和完善。安全防范重在坚持，能够思想警惕，要耐心讲解，安全认识性，思想不能麻痹，学员不能违章操作，机件失灵，建立健全各项规章制度。要精讲多练，要求教练员从学员的实际情况出发，依据学员的年龄特征和个别差异，教学必须考虑学员的个性特点和个别差异，发挥每个学员的积极性。利于争取大多数学员达到培养要求。有利于造就一批优秀的人才，对早出人才，快出人才具有深远的意义，结合培训大纲正规培训技术和要求，足够的培训学时，有计划地进行教学，从而使教学内容和进度适合学员知识和水平。是汽车驾驶教学做到规范化、统一化。这是搞好培训驾驶教学质量的一个重要因素。要统一计划、统一进度、统一规范、统一操作、统一口令、统一手势，要纠正学员不规范动作。不能任其形成习惯性动作，要调整操作时间，精心指导，要让学员都必须熟练掌握达到“会表达，能理解”的程度。以教学为重点，加强安全意识教育，保证驾驶教学任务的顺利完成。

是分不开的，是永远联系在一起的。为了驾校进一步更好地发展必须做到教练员招生服务为一体的宗旨。

遇到事情要互相帮助，不要拉帮结伙，不要为一点小事记恨他人，不要看别人不顺眼，闲谈莫论人非，做该做的事，不要做不该做的事，要批评别人时，首先想想自己是不是完美无缺，做好事不能少我一人，做坏事不能多我一人的原则。

经过多年来的驾校培训，教学至今，本人仍坚持以教学质量和教学态度，教练与学员之间保持清正，不问学员吃拿卡要的原则，做到招生服务一条龙，不违反学校的规章制度，多年未出现安全事故，要做到搞好教学质量为重点，安全第一，诚信经营，要多一点耐心，多一点微笑，安全培训是驾校基础教练车要做到定期检查，定期保养。学校绝不培养马路杀手。最后感谢运输管理处和运输协会领导对我的支持和鼓励，

争取明年再创明星教练员。

人，“大事讲原则，小事讲风格”，在同事和学员中有很好的公认度。同时，热爱学校、关心学员、服从学校的安排，与同事团结协作、工作尽心尽责态度端正、努力完成学校交给的各项工作任务，积极参加各项教研活动和学校每年组织的脱岗培训工作，认真上好公开课，断提高认识和业务水平，解放思想、实事求是，陶冶人生观、价值观、世界观。

## 击剑教练员训练计划和教案篇三

来xx足球队担任教练工作不知不觉已经快三个月了，从最开始的陌生到现在的逐渐熟悉，对各个队员的身体状况及足球能力、技巧也慢慢的掌握了，虽然还会有很多的需要学习，摸索的地方，但针对过去的三个月的一些感悟，做一个简单的工作总结，总结如下：

自从带领这支球队以后，虽然在各方面比较辛苦和劳累。但我觉得队员在xx队“做好人、读好书、踢好球”这一宗旨的指导下，使小队员们在各方面都有所提高，有显著的进步。对我教练来讲，就是最大的欣慰和回报。

经过三个多月的训练和比赛，在各方面有待于很好的总结。特别是在上次参加的xx市xx精英赛中，有所提高，得到了锻炼。但也看出了很多不足之处。比如：有很多队员在场上对抗中的合理冲撞能力差，不如对方。踢球没有霸气，太老实，不象对方队员拼抢很凶，动作大，比较粗野。所以往往我队队员在场上比较被动，造成传球失误多、不积极、跑动少、踢闷球。队员在场上显得非常“嫩”。加上平时的训练对自己要求不严，做技术动作不结合实战。不从实战出发，随心所欲。只要自己玩的开心，一旦到了比赛场上，给对方队员一撞一抢，什么都没了。存在着比赛中队型保持不够好，场上紧张，在对抗中传接球能力差，有效的跑动和插上不够，拼抢不足等问题。通过总结，看到了队中存在的问题，有待

于在今后的训练中要求队员每堂训练课必须努力认真，积极开动脑筋。要明确是“我要练”还是“要我练”的目的意义。

在xx队“做好人、读好书、踢好球”的宗旨指导下，自带队以来，狠抓了队内的生活作风。在各方面都有了很大的提高和改变。特别是寝室的卫生、晚上的作息制度、每天的早操等都有很大的提高。得到了校领导的一致好评。同时也得到了这次评估上海市传统足球学校评考组的一致好评。

在平时的工作中、训练中，由于自己的努力，虽然取得了一些微不足道的成绩。但离俱乐部领导对我提出的要求还差的很远。有待于在今后的工作中，在新的一年里更加努力，虚心向兄弟球队优秀教练员学习，取长补短，不断提高自己的理论水平和业务水平。在业务上要精益求精，不断钻研，处处以俱乐部的利益为重。

作为一名多年带队的教练员，自己有决心和信心在5个月里使队员的思想作风、技术水平、战术意识等各方面都有明显的提高。在队伍人员的调整中，要花一番功夫，为xx足球队作出新的贡献。

## 击剑教练员训练计划和教案篇四

盛年不再来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。

不知不觉日历已经翻到了20\_\_。蓦然回首，酸甜苦辣应有尽有。“新兵”时期，工作的千丝万缕，学生的繁琐哆嗦对于我来说不再是力不从心。不过还是有几个“调皮大王”有时也会弄得我感到手足无措。多得杨校长的亲临指导啊！在他那我取得了不少经验，使我的业务水平能在短时间内飞速升级。我是任教天鹰二队的教练。本班是由43名成员组成的小团体，途中有两名同学辍学了。个中原由或许是出自我个人、又或许是出自他们的家庭吧？吾以真心诚意对学生负责的态度，较圆满地完成了本学期的武训教育工作、生活管理工作以及学

生们的思想工作。一下是我本学期的工作总结报告。不才之处，还请海涵。

## 一、思想工作

思想有多远，人就能走多远。这是出自央视一个公益广告的广告词。所以，我认为思想工作是各项工作的根本、能让学生健康成长的保健品。现在部份的学生性格上出现了点小叛逆。他们现正处于成长于人生价值观的行程阶段。每个人对人生价值观的认识各有不同的看法。意志稍有不坚定，思想就容易出现出问题。如今，班里出现的“小问题”也少了。因为本学期我所带的学生从乳臭未干的小屁孩变成了各个都长的有板有眼的帅小伙了，所以整天就想着“干大事”慢慢地现实版的《宫心计》就开始独家上映了，同学之间的勾心斗角也随之激发。这令我倍感压力大增，时而心浮气躁。我只能及时跟进，了解情况，而后上报，找出问题的导火线，争取解决问题避免出现萌芽状态。我时常反思自己的教育和管理手段是否得当。将自己位置将到朋友甚至是兄弟的平等角度去感染他们、感化他们。想要成功，只有真心付出。得到的或许是一份理解、一个微笑、更是一股向上的动力。

## 二、生活管理工作

所谓“山中无老虎，猴子称大王”。有时我到其他教练那去窜门子，上面的猴子猴孙们就开始大闹天宫了。我上出了对策，他们立马就实施政策。对此，我也进行了有针对性的管理，更深入学生的学习与生活中，做到了解、关心、教育并且督促其养成良好的习惯。发挥教练言传身教的示范效果，发扬天鹰独树一帜的优良传统。秉承“以德育为根本，文化为基础，武术为特色，全面实施素质教育”的办学宗旨；灌输“全面发展打基础，个性发展有特长，我要成为最佳的我”的办学理念。全面贯彻落实学校的各项工作要求以及管理制度。做到坚决服从，部署到位，落实有策。着力抓好本班的各项工作，加强日常生活管理。

### 三、武术训了的教学

由于本学期我带的武术队相对来说学员比较杂。学生们对武术的认识较浅，兴趣不够浓烈。对于类似这些患有厌学症的学生，一方面我从学生那边着力了解，另一方面我也自身投入到训练中。从而激发学生们的兴趣与热情。这样的相互促进，不仅提高了武训的气氛与训练效果，也成为了我的教学动力。

### 四、努力创新、不断改进

在以后的工作中，我会更加认真地去钻研教育管理手段、训练技能与各项理论。关注学生们的思想动态，让学生们对自己的要求更加严格。同时，我也不断学习创新、刻苦钻研、努力奋斗把各项工作做得更上一层楼，使天鹰学子们一飞冲天，一鸣惊人！

## 击剑教练员训练计划和教案篇五

一个好的健身教练，可以给客人们带来更好的帮助，这也是为什么会有那么多人选择健身房的原因，因为有一个专业的健身教练在一旁指导，这样会更加有利于帮助自己塑造体形，而且还可以时刻提点自己哪些方面做得不正确，可以便于及时更改。

20xx年来，我在健身教练岗位上学习了许多，也有些许心得，现将其总结如下：

#### 1. 不断地学习

想成为一个优秀的教练，关键在于如何训练，如何成长提高自己，当教练不是一天就能成的事情，健身行业发展快，不断跟上时代的变化。才能取得成功，不断学习，培训更新新的技术，千万不能永远原地踏步。

## 2. 多接触好的环境

保持良好心态的秘诀在于，让自己身处良好的环境，人是环境的产物，努力给自己创造良好的环境3. 时间的积累很多教练刚开始的时候还不如你呢，关键是他们从业时间长，跳的时间长了有经验而已。

## 4. 关键靠自己

任何的天才，取得成功人，都是自己训练出来的。老师只是起到指引作用。

## 5. 成功秘诀

## 6. 虚心教练

不能轻浮，不要盲目自大，勇敢接受别人的意见，完善自己。

20--即将到来，我会根据15年的领悟，做好健身教练本职工作，不断向前

## 击剑教练员训练计划和教案篇六

我是20xx年开始从事机动车教练员工作的，在几年的驾驶工作中，我严格遵守道路安全相关法规和有关章程，并在教学工作中不断学习新的车辆维护、维修技术和驾驶技能，在驾驶实践中逐渐树立起“严守规章、安全第一”的观念，在当年汽车性能、驾驶条件相对较差的情况下，不惧烈日酷暑，勤勤恳恳、兢兢业业，认真完成单位交派的. 各项训练工作，几年来未出现一起安全责任事故，为单位取得经济效益做出了自己的贡献。通过几年磨练，我的驾驶技术也得到了长足的进步，现将将我个人教练工作总结如下：

工作中，不仅向学生传授驾驶技能，而且对其进行道德教育，

使学员形成文明行车，安全礼让的驾驶观。

认真执行学年教学计划，理论联系实际，不断研究教学方法，改进教学手段，在年度教练员考核中取得优异成绩，并被任命为教练组长。

把握每位学员的思想情绪，了解每位学员的要求特点，扬长避短，调动和引导每位学员的积极性，在我和学员的共同努力和配合下，不仅教学成果可喜：每期学员的考试及格率都在百分之八十五以上，而且在学校和学员中已形成很好的口碑。

积极贯彻上级有关车辆管理的政策、法令，并及时请示、汇报、研究、传达布置上级对交通安全工作的指示和要求，做好交通安全工作，每年按市车辆管理所和交通管理部门的要求进行所属车辆年检、驾驶员的年审，负责对驾驶员按时进行法纪、法规教育，并指导、监督考核驾驶员操作水平，提供单位监督驾驶员上岗审核意见，进行车辆驾驶职业道德教育和安全行车教育，增强法纪观念，确保行车安全。

随着我国汽车工业的高速发展和新技术在汽车领域的大量运用，要求驾驶员不断掌握车辆驾驶、维护、保养以及管理的新知识和新理论，以此来推动单位车辆管理工作的规范化、合理化。

在今后的工作中，我仍将坚持学习业务知识，提高解决疑难问题和车辆故障的能力，切实贯彻各项交通安全法律法规，努力提高车辆管理水平，立足本职工作，敬业爱岗。工作中，我与同事和谐相处，互相学习和促进，我爱车护车，经常对车辆进行擦洗和保养，因为我的勤劳和细心，车辆在教学工作中没有出现过任何故障。

在今后的工作中，我仍将努力学习业务知识，提高教学质量，敬业爱岗，立足本职工作，为社会和单位的发展做出自己。

## 击剑教练员训练计划和教案篇七

一学期的工作即将结束，这一学期中，在完成课堂教学的情况下，利用业余时间组织学生进行田径训练。在学校各级领导的关心和各科老师的支持下，我校田径队员从幼稚走向成熟。下面将本学期的训练工作总结如下：

本学年伊始，在校长的组织与帮助下，各学科老师的支持下，继续进行田径队的训练工作。在训练前认真制定每周的训练计划，从二~六年级中挑选运动员，并同各班班主任了解训练队中学生的学习情况，同家长取得一致认可。训练开始后，经常与领导和教师间去听取训练队的意见和建议，对提到的问题进行一一处理。如果学生学习成绩下降，就采取短时停训的办法，促使其提高学习成绩；对品质薄弱的队员，进行思想教育，勒令其改正。

田径队训练队员主要以跑为主，其中分为短跑和中长跑，还有投掷项目。在训练过程中，边找资料，边做记录。然后针对每个学生的特点进行分项，编写行之有效的训练计划。

1. 学生参加业余学习班过多与训练时间冲突。 2. 运动量安排不够适当。
3. 学校场地与比赛场地不符，学生比赛难以适应。 4. 学生比赛经验不足，心理素质和意志品质差。
5. 学生条件不错，但不愿意参加训练，得不到家长的有利支持。 以上是本学年度田径队训练工作的一个简要总结，在今后的训练工作中，要发扬优点，改进不足，为学校体育工作发挥自己的最大力量。