# 2024年田径社团活动计划表(十篇)

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-06-07

*时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!田径社团活动计划表篇一一、得到领导支持，取得学科老师配合本学年开始，在校长的组织与帮助下，各学...*

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!

**田径社团活动计划表篇一**

一、得到领导支持，取得学科老师配合

本学年开始，在校长的组织与帮助下，各学科老师的支持下，进行田径队的训练工作。在训练前认真制定了学期训练计划，从初中部和小学部各年级中挑选运动员，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。

二、抓好训练队伍建设，树立起责任感和事业心

作为一名教练首先必须明确本职工作，树立起责任感和事业心，这样才能脚踏实地地进行工作。其次要有敬业精神，不怕辛苦，但社会上对体育训练仍有偏见。特别是与某些统考科目比较起来，社会、家长、学生仍存在重视文化知识学习轻视体育的思想，这对我们开展的训练带来许多困难。而我们在训练工作中要有足够的认识训练工作重要性，而不能自轻自贱，用我们自身的言语和行为改变社会的偏见。为社会培养德、智、体、美、劳全面发展的人才，为增强学生体质做出应有的贡献，这样才无愧于我们的事业和责任。因此在训练中，还要不断充实自己，要善于积累经验，总结成败得失，勇于思考敢于创新。不断提高自身的素质。

三、认真选好体育苗子，争取家长支持

我们只是学校的业余训练，又不是运动专业队训练，学生的条件好不好并不重要，关键是能应付比赛。我觉得，不论是专业队还是业余队，选苗工作一样不可忽视。俗语说：选材的成功就等于训练成功的一半。因此选苗的工作是训练的前提，有了好苗，就有成功的希望，如果忽视了这一点，就会事倍功半。然而，这个学期在选苗工作上还做的不够，应该不辞劳苦地深入到各班，仔细观察每个学生的表现。其次选苗工作还贯穿在一年四季，无论在操场上课，课外活动等活动场所，处处留意，发现好苗去问，并作好记录，目的是观察学生各人的反应、模仿、步型、灵敏、耐力、弹跳等能力表现如何。这样选苗比较准确，人队后队伍也较稳定，运动水平也会提高得更快。业余训练单有学生自己的积极性是不够的，现在的父母非常疼爱孩子。少数家长仍有顾虑，一则怕参加训练后影响学习成绩，二则心疼孩子，怕累坏了，练坏了，坚决不准他参加训练。我们常碰到这个问题。所以要带好学校田径队，还要取得家长们的支持。

四、规范田径队管理，培养学生良好道德品质和体育风尚

一个好的班级，需要规范的管理，同样，一个好的田径队，也需要严格的管理。过去的一学期，我们制定了一系列的制度来约束运动员。如运动员训制度、奖励制度、带操制度、打扫体育室制度、定期与班主任和家长沟通制度等。通过这些制度的制定，规范了运动员的不良行为，提高了训练效果。

五、制定训练计划，从严进行训练

在训练时间上，严格要求纪律，但有为了不耽误学生的学习，我特地的做了些调整。在训练过程中我努力做好学生的思想工作，使学生能够安心训练和快乐训练。在训练内容上更重点加强素质训练和针对性的运动技能，使学生更好地提高自身的项目成绩，培养节奏感和速度等良好感觉。

六、存在不足

第一、学生参加业余学习班过多与训练时间冲突;

第二、运动量安排不够适当;

第三、学校场地与比赛场地不符，学生比赛难以适应;

第四、学生比赛经验不足，心理素质和意志品质差。

在学校领导的关心下，我们希望田径队所有队员能够在训练中刻苦拼搏、锐意进取，发扬不怕苦不怕累的精神，争取能在明年的县运会上我校的运动成绩有更大的提高，为学校争取好的荣誉。

**田径社团活动计划表篇二**

本组属校级社团，队员来自3到6年级年级，共有38名队员，其中有14名队员参加过扬中市中小学生田径运动会，整体身体素质较好，对田径运动有较高的兴趣，但专项身体素质于大赛要求相差甚远，缺乏吃苦耐劳精神，在赛场上比赛经验不足，训练中畏惧对手。

训练基本情况：

兴趣是最好的老师，兴趣是学生积极参与运动训练的源泉。针对本组队员特点，本学期认真分析每个队员个性及兴趣特长等特点，把本组分成短跑跳跃组、中长跑组和投掷组，并选出了各小组队长，为激发他们的运动兴趣，对“队长”这一岗位采用竞争机制，对训练中成绩突出、进步较大的队员可晋升至副队长甚至到队长，如果队长在训练中不守纪律，不能发挥模范带头作用就免除“队长”职务，通过这一激励机制，大大地提高了学生对田径运动的兴趣及训练积极性，使他们更深入地体会到了田径训练的乐趣。

田径运动项目较多，每个学生兴趣特长不一，因此，在训练中必须采用针对性原则，在激发学生运动兴趣的同时，努力使学生的专项身体素质得到发展，培养学生终身体育意识。朱俊烨、陈家欣两队员是三年级时进入田径队训练的，他们俩的特点是下肢爆发力好，协调性较好，训练较刻苦，因此，我确定他俩为跳跃项目，通过一段时间的针对性训练，他俩的训练成绩有了突飞猛进的提高；朱昱璇爱短跑，反应速度快，俞亚玲耐力好，训练能吃苦耐劳，适合中长跑运动，因此，在训练中，能抓住他们的特点，认真制定训练计划，在训练过程中，针对每个人的特点进行适当调整运会中，他们所报项目均获得了冠军，他们之中多人参加扬中市中心学生田径运动会取得冠军。

参与本队训练的队员，大部分对田径运动非常感兴趣，热爱田径训练，但他们还是缺乏吃苦耐劳精神，训练中偷懒，怕苦怕累，因此，在训练中，积极引导他们，不断以优秀、先进队员为榜样来激励他们，同时，对训练中出现的不良现象及时处理，提出批评，本学期以来，队员基本上都能按照计划认真训练，每节训练课都能保质保量地完成训练任务，至此，队员训练成绩快速提高的同时，训练作风、比赛作风也明显提升，在训练场敢拼敢闯，在赛场上顽强拼搏。

田径课程超市社团通过多年的努力，培养大批的运动员，运动员的运动素质得到发展，运动水平有了大大地提高，曾在扬中市中小学生田径运动会比赛上取得的七连冠优异成绩。

在今年的扬中市运动会上，我们取得了团体第一名的成绩。我们相信，只要我们持之以恒地认真训练，培养好运动员梯队，继续再创辉煌！

**田径社团活动计划表篇三**

本组属校级社团，队员来自3到6年级年级，共有38名队员，其中有14名队员参加过扬中市中小学生田径运动会，整体身体素质较好，对田径运动有较高的兴趣，但专项身体素质于大赛要求相差甚远，缺乏吃苦耐劳精神，在赛场上比赛经验不足，训练中畏惧对手。

训练基本情况：

兴趣是最好的老师，兴趣是学生积极参与运动训练的源泉。针对本组队员特点，本学期认真分析每个队员个性及兴趣特长等特点，把本组分成短跑跳跃组、中长跑组和投掷组，并选出了各小组队长，为激发他们的运动兴趣，对“队长”这一岗位采用竞争机制，对训练中成绩突出、进步较大的队员可晋升至副队长甚至到队长，如果队长在训练中不守纪律，不能发挥模范带头作用就免除“队长”职务，通过这一激励机制，大大地提高了学生对田径运动的兴趣及训练积极性，使他们更深入地体会到了田径训练的乐趣。

田径运动项目较多，每个学生兴趣特长不一，因此，在训练中必须采用针对性原则，在激发学生运动兴趣的同时，努力使学生的专项身体素质得到发展，培养学生终身体育意识。朱俊烨、陈家欣两队员是三年级时进入田径队训练的，他们俩的特点是下肢爆发力好，协调性较好，训练较刻苦，因此，我确定他俩为跳跃项目，通过一段时间的针对性训练，他俩的训练成绩有了突飞猛进的提高；朱昱璇爱短跑，反应速度快，俞亚玲耐力好，训练能吃苦耐劳，适合中长跑运动，因此，在训练中，能抓住他们的特点，认真制定训练计划，在训练过程中，针对每个人的特点进行适当调整运会中，他们所报项目均获得了冠军，他们之中多人参加扬中市中心学生田径运动会取得冠军。

参与本队训练的队员，大部分对田径运动非常感兴趣，热爱田径训练，但他们还是缺乏吃苦耐劳精神，训练中偷懒，怕苦怕累，因此，在训练中，积极引导他们，不断以优秀、先进队员为榜样来激励他们，同时，对训练中出现的不良现象及时处理，提出批评，本学期以来，队员基本上都能按照计划认真训练，每节训练课都能保质保量地完成训练任务，至此，队员训练成绩快速提高的同时，训练作风、比赛作风也明显提升，在训练场敢拼敢闯，在赛场上顽强拼搏。

田径课程超市社团通过多年的努力，培养大批的运动员，运动员的运动素质得到发展，运动水平有了大大地提高，曾在扬中市中小学生田径运动会比赛上取得的七连冠优异成绩。

在今年的扬中市运动会上，我们取得了团体第一名的成绩。我们相信，只要我们持之以恒地认真训练，培养好运动员梯队，继续再创辉煌！

**田径社团活动计划表篇四**

本学年开始，在校长的组织与帮助下，各学科老师的支持下，进行田径队的训练工作。在训练前认真制定了学期训练计划，从初中部和小学部各年级中挑选运动员，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。

作为一名教练首先必须明确本职工作，树立起责任感和事业心，这样才能脚踏实地地进行工作。其次要有敬业精神，不怕辛苦，但社会上对体育训练仍有偏见。特别是与某些统考科目比较起来，社会、家长、学生仍存在重视文化知识学习轻视体育的思想，这对我们开展的训练带来许多困难。而我们在训练工作中要有足够的.认识训练工作重要性，而不能自轻自贱，用我们自身的言语和行为改变社会的偏见。为社会培养德、智、体、美、劳全面发展的人才，为增强学生体质做出应有的贡献，这样才无愧于我们的事业和责任。因此在训练中，还要不断充实自己，要善于积累经验，总结成败得失，勇于思考敢于创新。不断提高自身的素质。

我们只是学校的业余训练，又不是运动专业队训练，学生的条件好不好并不重要，关键是能应付比赛。我觉得，不论是专业队还是业余队，选苗工作一样不可忽视。俗语说：选材的成功就等于训练成功的一半。因此选苗的工作是训练的前提，有了好苗，就有成功的希望，如果忽视了这一点，就会事倍功半。然而，这个学期在选苗工作上还做的不够，应该不辞劳苦地深入到各班，仔细观察每个学生的表现。其次选苗工作还贯穿在一年四季，无论在操场上课，课外活动等活动场所，处处留意，发现好苗去问，并作好记录，目的是观察学生各人的反应、模仿、步型、灵敏、耐力、弹跳等能力表现如何。这样选苗比较准确，人队后队伍也较稳定，运动水平也会提高得更快。业余训练单有学生自己的积极性是不够的，现在的父母非常疼爱孩子。少数家长仍有顾虑，一则怕参加训练后影响学习成绩，二则心疼孩子，怕累坏了，练坏了，坚决不准他参加训练。我们常碰到这个问题。所以要带好学校田径队，还要取得家长们的支持。

一个好的班级，需要规范的管理，同样，一个好的田径队，也需要严格的管理。过去的一学期，我们制定了一系列的制度来约束运动员。如运动员训制度、奖励制度、带操制度、打扫体育室制度、定期与班主任和家长沟通制度等。通过这些制度的制定，规范了运动员的不良行为，提高了训练效果。

在训练时间上，严格要求纪律，但有为了不耽误学生的学习，我特地的做了些调整。在训练过程中我努力做好学生的思想工作，使学生能够安心训练和快乐训练。在训练内容上更重点加强素质训练和针对性的运动技能，使学生更好地提高自身的项目成绩，培养节奏感和速度等良好感觉。

第一、学生参加业余学习班过多与训练时间冲突；

第二、运动量安排不够适当；

第三、学校场地与比赛场地不符，学生比赛难以适应；

第四、学生比赛经验不足，心理素质和意志品质差。

在学校领导的关心下，我们希望田径队所有队员能够在训练中刻苦拼搏、锐意进取，发扬不怕苦不怕累的精神，争取能在明年的县运会上我校的运动成绩有更大的提高，为学校争取好的荣誉。

**田径社团活动计划表篇五**

一个学期的俱乐部工作在忙忙碌碌中将暂时告一段落。从当初的建立到现在的正常发展阶段，期间也经历了对俱乐部活动新形式的探索和尝试的过程。

我担任俱乐部体育协会中田径足球协会的辅导老师。起初对于俱乐部兴趣课的形式总是把握不好，虽然活动的主旨是让学生自主管理，自主学习，但因为大部分小会员都是自律性比较差的学生，因此在每次的活动中我不得不花大量的时间和精力在会员的管理上。

经过多次的反复，发现问题并不完全在于学生，作为辅导老师的我也有一定的责任，因为活动方案的设计没有很好的贯彻俱乐部活动的主旨，也没有从小会员的角度出发，所以得到事倍功半的效果。在发现问题后就及时总结，并且在下次的俱乐部活动前设计好一套较完整的活动方案及内容，并能够作到根据学生的个体差异性合理的分组，还安排个别学生担当小干部帮我分担纪律的管理问题。我们分会活动时的纪律问题很快就得到明显的改善，从而使活动的大部分时间留给小会员们进行锻炼和学习，进程也相当顺利。

在经过几次试探性的让分会小干部进行自我组织和自我管理分会工作后，如今我们分会的小会员已经具备了一定的组织和管理活动的能力，并且也能够较好和较完整的完成活动任务，得到了我的认可同时也体现了他们积极向上的一面。

小会员们在近一个学期的俱乐部活动中不仅在田径方面增长了常识，提高了运动的技能，而且也在足球方面得到了基础性的训练，同时也考验了他们的自我管理能力。在田径的活动中，我安排了走、跑、跳、投互相结合互相穿插的基本练习，组织形式多样的游戏从而丰富和改善了田径活动一向的枯燥乏味的气氛，使小会员们在无穷的乐趣中快乐的锻炼，快乐的成长，提高他们对田径的兴趣。在足球活动中，我不仅要安排各种熟悉球性的练习，让会员们体验球趣，还刻意把田径的内容与足球训练的相关项目互相穿插，让小会员们在两个方面得到了锻炼和提高。

俱乐部活动不仅是学生的舞台，也是我们教师在学生面前展示才华的机会。有了这一个学期的俱乐部经验，我有信心和我们的小会员们一起把今后的俱乐部活动做的更好更精彩！

**田径社团活动计划表篇六**

一、认真拟定训练计划，从组织、思想、技术、身体素质等具体环节上从严、从难地进行训练。

二、加强训练工作

对运动队的训练，管理严格，不断要加强思想教育，加强素质训练。提倡在三从一大的训练原则的前提下，着重“三抓”的训练。

“三抓”为：

1、抓身体。抓好身体素质基础（快速跑，快速起动、弹跳力、力量和观察能力，反应与应变能力等）

2、抓技术。抓好技术基础

三、有计划的认真选材

随着六年级的队员即将毕业，田径队面临新老交替。因此，在四五年级中挑选了一批身材较高、体能条件优良、弹跳力好，对田径运动有浓厚兴趣，意志顽强，能吃苦耐劳而且文化学习认真，成绩较好的学生补充入队。由于近期天气逐渐转热，所以队员们都一个个练的很苦，但他们不怕累，有时我们要结束训练了，可他们还要对我说让他们再练会。他们的这种精神让我们的心里也特别的高兴。所以我们要把这种精神一直保持下去。

本学期的训练工作已告一段落，希望能通过本期认真、踏实训练，能够在下期的比赛中取得更大的进步。

**田径社团活动计划表篇七**

本组属校级社团，队员来自3到6年级年级，共有38名队员，其中有14名队员参加过扬中市中小学生田径运动会，整体身体素质较好，对田径运动有较高的兴趣，但专项身体素质于大赛要求相差甚远，缺乏吃苦耐劳精神，在赛场上比赛经验不足，训练中畏惧对手。

训练基本情况：

一、从兴趣出发，激发队员训练积极性。

兴趣是最好的老师，兴趣是学生积极参与运动训练的源泉。针对本组队员特点，本学期认真分析每个队员个性及兴趣特长等特点，把本组分成短跑跳跃组、中长跑组和投掷组，并选出了各小组队长，为激发他们的运动兴趣，对“队长”这一岗位采用竞争机制，对训练中成绩突出、进步较大的队员可晋升至副队长甚至到队长，如果队长在训练中不守纪律，不能发挥模范带头作用就免除“队长”职务，通过这一激励机制，大大地提高了学生对田径运动的兴趣及训练积极性，使他们更深入地体会到了田径训练的乐趣。

二、从特长入手，充分挖掘运动潜能。

田径运动项目较多，每个学生兴趣特长不一，因此，在训练中必须采用针对性原则，在激发学生运动兴趣的同时，努力使学生的专项身体素质得到发展，培养学生终身体育意识。朱俊烨、陈家欣两队员是三年级时进入田径队训练的，他们俩的特点是下肢爆发力好，协调性较好，训练较刻苦，因此，我确定他俩为跳跃项目，通过一段时间的针对性训练，他俩的训练成绩有了突飞猛进的提高;朱昱璇爱短跑，反应速度快，俞亚玲耐力好，训练能吃苦耐劳，适合中长跑运动，因此，在训练中，能抓住他们的特点，认真制定训练计划，在训练过程中，针对每个人的特点进行适当调整运会中，他们所报项目均获得了冠军，他们之中多人参加扬中市中心学生田径运动会取得冠军。

三、加强思德教育，培养良好的训练作风和比赛作风。

参与本队训练的队员，大部分对田径运动非常感兴趣，热爱田径训练，但他们还是缺乏吃苦耐劳精神，训练中偷懒，怕苦怕累，因此，在训练中，积极引导他们，不断以优秀、先进队员为榜样来激励他们，同时，对训练中出现的不良现象及时处理，提出批评，本学期以来，队员基本上都能按照计划认真训练，每节训练课都能保质保量地完成训练任务，至此，队员训练成绩快速提高的同时，训练作风、比赛作风也明显提升，在训练场敢拼敢闯，在赛场上顽强拼搏。

田径课程超市社团通过多年的努力，培养大批的运动员，运动员的运动素质得到发展，运动水平有了大大地提高，曾在扬中市中小学生田径运动会比赛上取得的七连冠优异成绩。

在今年的扬中市运动会上，我们取得了团体第一名的成绩。我们相信，只要我们持之以恒地认真训练，培养好运动员梯队，继续再创辉煌!

**田径社团活动计划表篇八**

学校体育工作是全面贯彻党的教育方针的一个重要方面,也是社会主义精神文明的重要内容。参加各部门组织的体育比赛是学校体育工作的一个组成部分。随着学校各项工作正常有序的开展,校田径社团在校领导、全体教师及各家长的关心和支持下正式成立。

二、目的任务、为丰富校园文化生活,提高学生体育运动水平,提高我校体育竞赛水平,迎接瑞安市中小学生田径运动会的举行。

三、基本情况、学校田径运动队处于初创阶段,竞技水平、基本功不相同,而且身体素质并不突出,理论知识缺乏,训练时间少,因而面临重重困难。其优点是学生积极性高,具有吃苦耐劳、敢打敢拼的精神。在校领导的重视与关怀下,上下齐心协力,定能培养一支具有较强实力的队伍。

四、社团训练要求、要求保证训练的时间，不迟到不早退，不缺席，训练时做到认真、刻苦、遵守纪律。养成不怕吃苦，具有顽强拼搏团结合作的精神。练习中熟悉掌握田径的基本知识、技术技能，以及田径规则；以身体素质训练为主，突出专项的训练，抓好突出项目。要求学生通过训练身体素质有一个全面的提高。适应比赛的要求，取得好成绩。

1、制定好本学期的每周的训练计划，并按计划的要求执行训练，达到预计目的.。

2、主要抓身体素质及技术方面的训练，同时对田径的主要比赛规则及心理训练结合起来。

3、除训练时间保证外，还要求训练的质量，强调组织纪律性，练习技术从易到难；循序渐进，因材施教。

4、训练时间的安排及选定田径社团的队长时间、每周一次,每次80分钟,每周五下午3、20分开始训练。

六、社团训练课题及内容周次

一、恢复调整训练，内容、慢跑、柔韧性练习、素质练习

二、跑的基本练习、高抬腿跑、小步跑、后蹬跑、车轮跑、加速跑（各3组）/40米；素质练习(蛙跳\\单腿跳\\仰卧起坐)

三、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上）

学习途中跑的摆臂技术、素质练习（(蛙跳、单腿跳、仰卧起坐、俯卧撑)。四、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上），学习蹲踞式起跑技术，复习途中跑的摆臂技术；60米跑/6个。

五、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上），复习蹲踞式起跑技术/30米/10个，100米跑/4个、单腿跳。

六、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上），复习起跑技术/30米/10个，100米跑/4个、单腿跳。

七、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上），复习起跑技术/30米/10个，耐力训练/800米跑/1个；素质练习、立卧撑跳起/30个；跳台阶/50个/2组。

八、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上），学习蹲踞式跳远技术（踏板起跳技术）；加速跑50米/10个，单腿跳/40米/3组。

九、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上），学习蹲踞式跳远技术（踏板起跳技术）；加速跑50米/10个，单腿跳/40米/3组。

十、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上），学习蹲踞式跳远技术（助跑起跳腾空技术）；加速跑50米/10个，单腿跳/40米/3组。

十一、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上），学习蹲踞式跳远技术（全程技术）掌握丈量步点方法；加速跑50米/10个，单腿跳/40米/3组。

十三、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上）。学习弯道跑技术；耐力练习/100米快100米慢/4圈一组/3组。

十五、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上）。复习起跑、弯道跑、途中跑技术；跑一圈150米/4组；素质练习。

十六、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上）。复习跳远技术；尝试跨越式跳高技术；速度耐力练习（60米、100米、150米、200米/2组）

十八、、准备活动、慢跑/400米、压腿等柔韧性练习、跑的基本练习（同上）。综合练习、接力跑、立定跳、高抬腿跑、跳跃障碍、摆臂练习、跳绳/3组。

十九、理论课、田径规则、比赛要求等。

**田径社团活动计划表篇九**

这一学期田径社团训练中，在完成课堂教学的情况下，利用社团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。

在学校的组织与帮助下，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，从五六年级中挑选运动员，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。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、训练次数相对较少

2、学校场地与比赛场地不符，学生比赛难以适应。

3、学生心理素质和意志品质差。

4、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社团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。

**田径社团活动计划表篇十**

本学年开始，在校长的组织与帮助下，各学科老师的支持下，进行田径队的训练工作。在训练前认真制定了学期训练计划，从初中部和小学部各年级中挑选运动员，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。

作为一名教练首先必须明确本职工作，树立起责任感和事业心，这样才能脚踏实地地进行工作。其次要有敬业精神，不怕辛苦，但社会上对体育训练仍有偏见。特别是与某些统考科目比较起来，社会、家长、学生仍存在重视文化知识学习轻视体育的思想，这对我们开展的训练带来许多困难。而我们在训练工作中要有足够的认识训练工作重要性，而不能自轻自贱，用我们自身的言语和行为改变社会的偏见。为社会培养德、智、体、美、劳全面发展的人才，为增强学生体质做出应有的贡献，这样才无愧于我们的事业和责任。因此在训练中，还要不断充实自己，要善于积累经验，总结成败得失，勇于思考敢于创新。不断提高自身的素质。

伍也较稳定，运动水平也会提高得更快。业余训练单有学生自己的积极性是不够的，现在的父母非常疼爱孩子。少数家长仍有顾虑，一则怕参加训练后影响学习成绩，二则心疼孩子，怕累坏了，练坏了，坚决不准他参加训练。我们常碰到这个问题。所以要带好学校田径队，还要取得家长们的支持。

一个好的班级，需要规范的管理，同样，一个好的田径队，也需要严格的管理。过去的一学期，我们制定了一系列的制度来约束运动员。如运动员训制度、奖励制度、带操制度、打扫体育室制度、定期与班主任和家长沟通制度等。通过这些制度的制定，规范了运动员的不良行为，提高了训练效果。

在训练时间上，严格要求纪律，但有为了不耽误学生的学习，我特地的做了些调整。在训练过程中我努力做好学生的思想工作，使学生能够安心训练和快乐训练。在训练内容上更重点加强素质训练和针对性的运动技能，使学生更好地提高自身的项目成绩，培养节奏感和速度等良好感觉。

本学年的训练工作开展得还比较顺利，和队员们努力克服着辅助器材上的不足和匮乏，基本纠正和解决了学生在训练中出现的一系列不良习惯和现象。但是，田径训练队工作任然存在不足：第一、学生参加业余学习班过多与训练时间冲突；第二、运动量安排不够适当；第三、学校场地与比赛场地不符，学生比赛难以适应；第四、学生比赛经验不足，心理素质和意志品质差。

在学校领导的关心下，我们希望田径队所有队员能够在训练中刻苦拼搏、锐意进取，发扬不怕苦不怕累的精神，争取能在明年的县运会上我校的运动成绩有更大的提高，为学校争取好的荣誉。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找