

2023年教练工作总结及工作计划表(通用7篇)

人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，一起对今后的学习做个计划吧。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。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。

教练工作总结及工作计划表篇一

20xx年阳光驾校教练工作已结束，回首我一年来的教练工作，有成长、进步，有收获，同时也存在一些不足，为了更好地保质保量地完成来年的教练工作，弥补过去的缺憾，现将各方面的工作总结如下。

在工作中我严格遵守了国家政策法令和校规，维护职业信誉，维护集体利益，提高自身能力，忠于职守；认真遵守驾校的各项管理制度，坚守工作岗位，爱岗敬业，不无故迟到、旷工、早退，无特殊情况不请假。任教以来，在总教的组织指导下认真开展教学工作，热情接待学校安排到我车上的每一位学员，对每一位学员做到公平、公正、负责、耐心讲教，特别是对一些接受能力较缓慢的学员更是做到耐心细致，因人施教，使每一位学员都能掌握到驾驶技能和安全操作规程。

为了提升自身素质和教学效率，我抽业余时间继续学习驾驶员职业道德规范，道路交通法律法规，文明驾驶相关新交规知识及紧急情况处置，并在实践中一一践行。主动和同事们探讨，解决疑难问题。能够遵章守纪、安全驾驶、文明行车、规范管理。在努力做好自己本职工作的基础上，诚实守信、真诚待人、廉洁自律、以身作则。当有学员提出再出一些问题或有反馈建议时，我都会尽全力地处理和解决，树立良好的服务意识和规范管理理念，教学期间赢得了学员的信任、支

持和尊重。

我常常拿优秀驾驶员的基本准则来要求自己 and 鞭策学员：一名优秀的驾驶员应做到“人不碰皮，车不刮漆”，谨慎小心，果断心细，有预见能力和防护措施。在整个教学过程中，我认真加强学员的管理，严格学员纪律。场地训练时，提前做好安全操作规程的宣讲以及做到及时提醒，避免意外的发生；道路驾驶时，严格遵守交通规则及安全操作规程。自己以身作则，言传身教，做到上车是师徒，下车是朋友。对学员一视同仁，营造和谐的教学氛围，让学员在轻松友好的'环境氛围中学到技能和法规。在教学中我不断的总结学习，所培训的每一批甚至每一位学员都有他自己接受学习的特点，我因人而异，针对不同的学员采用不同的指导方法，并把其中的经验日积月累做以整理，循序渐进，不断完善自己的教学方法，提高自己的技能传授水平。这些经验在后来的教学过程中得到了充分地应用，取得了良好的效果。

车辆是教学工具，自己首先带头爱护，教学中我带领学员搞好车辆的日常维护和保养工作，保持车容整洁，技术状况良好，收管好随车物品，并组织本车学员对车辆常见故障诊断、排除及车辆例行保养作业的实践指导。

一年来在校领导的大力支持下和各位同事的帮助下，我所带的学员都掌握了一定的交通法规，提升了文明驾驶的素质，拥有了较好的驾驶技能，学员已顺利毕业，其余的均在积极训练。同时，驾训以来我所在车辆的学员没有出现任何不安全事故。综上所述，虽然我在工作上取得了一定的成绩，但自己还存在很多的不足之处。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，这些都是新的课题，这就需要我不断革新理念，学习新的知识，紧跟时代步伐。

在今后的工作中，我仍坚持学习业务知识，不断提高解决疑

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。不断地向总教练学习，把自己的教学方法提升到一个新的层面，更好地服务于驾校的教学，服务于驾校的学员，再接再厉，力争在20_年的工作中取得更好的成绩，培养出更多的优秀驾驶员。

教练工作总结及工作计划表篇二

过去的20__年上半年是xx公司的起步之年，20__年下半年是公司的关键之年，也是成果初现之年，作为一名专业工程师，应紧紧围绕公司决策布置，始终把工程质量、安全生产、成本控制三项主要工作放在首位。在自己的工作岗位上力争为公司效益做出应有的贡献和成绩。

一、咬定质量管理不放 牢固树立质量就是公司的生命线责任意识

1. 充分发挥监理作用，要加强对监理人员管理，坚持每天早会制度。对关键环节、关键部位要及时下达工作指令和跟踪督办检查，同时参与全过程管理，做到对工程质量有预见性，及时发现、及时处理。

2、严把原材料进场关，对工程所有材料严格按照要求送检，杜绝弄虚作假。

3、认真熟悉图纸，领会设计意图，发现问题及时反映或处理。

4、严格审查施工单位、监理公司上报的各项施工方案，对一些工序在施工中发现的问题并及时处理，对重要工程事项要及时汇报。

5、坚持现场巡视，对施工中未按设计图纸、施工规范、操作程序、施工组织设计的问题要坚决制止，督促改正。

- 6、参加隐蔽工程的验收，审查核实具体隐蔽工程的各项记录。
- 7、参加中间验收及竣工验收，参与审查其竣工资料，确保资料的正确性和完成性。

二、警钟长鸣不懈怠 增强安全就是效益主人翁责任感

- 1、检查、督促各施工单位的安全管理体系的建立、安全措施
- 的落实。
- 2、根据安全管理要求检查督促施工单位的现场落实情况。
 - 3、每次工作例会要对安全管理、文明施工情况进行通报。
 - 4、加大安全、文明施工违规的处罚力度。
 - 5、指导、监督、检查、监理施工单位完善安全管理的各项资料。

三、成本决定成败，坚持科学管理出成绩

- 1、在领会设计意图的前提下，对能优化的施工方案要做好参
- 谋，从 施工源头降低工程成本。
- 2、认真思考，精心组织，合理调配各项施工工序，尽量控制
- 重复施工、无效施工。
- 3、在审查施工单位报送的各项施工方案时，把成本控制放在
- 重中之重，力争做到质量与成本控制的完美优化。
- 4、严格控制工程签证，不需签证的尽量不签证，确需签证的
- 能少签尽量少签，同时认真核实每项签证数据，挤干虚假水
- 分。
- 5、对各项工程材料的价格要认真审核，反复比较，同时在必

要的情况下做好市场调查，不能让公司的利益受到损失。

6、对甲方供材料做好验收、登记、核实工作，如土方回填、管桩等。

四、服从大局，配合公司的其他工作

1、不折不扣完成工程部领导安排的其他和临时性工作，主要是基础数据的提供，各项文档整理，对外联系的函件起草或一些文秘性工作。

2、加强对监理、施工单位的横向联系、沟通、协调管理工作。

3、完成公司领导安排的临时性工作，配合其它部门的工作。

4、团结一心，齐心协力完成公司安排的工程部一切工作。

教练工作总结及工作计划表篇三

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。

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。

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。

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。

20xx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！

教练工作总结及工作计划表篇四

我于20xx年xx月从大学毕业来到网大家庭——供电局工作已整整一年了。光阴似箭，一年的实习时间很快就过去了，我先后经历了严格而充实的新职工入企教育培训、省网公司集训、本局专业技术知识封闭培训后，又到线路管理所、变电管理所、电力设计咨询公司、城区供电分局四个生产部门实习，感受很深，收获颇丰。

回顾这一年的历程，在各级领导的教导和培养下，在老同志和同事们的关心和帮助下，在南网文化的熏陶下，我从一个懵懵懂懂、青涩的大学毕业生逐步成长为一名南网大家庭中的新时代员工，顺利地完成了从学生向南网职工自我角色的转变过程。在这一年的实习期里，不论在哪一个生产部门，我接触到的都是电力系统最基层的生产第一线职工，从他们身上我学习到了很多东西，不但有电力系统专业基础知识和生产现场实际操作技能，还有他们那种敬业爱岗、奋力拼搏、刻苦钻研、团结协作、优质服务、无私奉献……的南网精神，这些对我来说这简直就是一笔终身受益的宝贵财富。

第一，经过对南网方略的系统学习后，我深感南网公司是一个大型的中央企业，优秀的企业文化并将南网公司打造成为经营型、服务型、一体化、现代化的国内领先、国际著名企业战略目标的基础。自己在参加工作之前，面对我国严峻的就业形势，我认为只要参加了工作，好好干好自己的本职工作，解决温饱问题就算是一名合格的公民就行了。通过新员

工入企教育培训和对南网方略的深入学习之后，我接触到了南网优秀的企业文化，它包含了公司的宗旨、使命、战略目标、发展思路、主题形象、企业理念等都是南网公司这个世界500强企业浓缩的各项管理精华，让我的思想也得到升华，更是通过学习具体的事例和工作的经历，使我深刻的感受到南网人的责任和义务，感受到南网方针“主动承担社会责任，全力做好电力供应”的，继续深入学习践行南网文化是我今后工作的一个重要内容。

第二，我在实习期间通过与基层生产第一线电力职工的接触中，感受到他们那种敬业爱岗的精神值得我学习。敬业爱岗精神是无处不在的，它体现在线路工人翻山越岭、鏖战艳阳风雪，保障输电线路畅通；它体现在变电运行操作人员日夜监控、重复谨慎操作，确保电网安全运行；它体现在设计人员夜夜亮起的盏盏明灯，为加快电网建设步伐加班加点进行工程设计；它体现在电力客户服务中心职工扬起笑脸真诚地为千千万万的用户服务。它，是我心中燃起的小火苗，照亮我对工作的认知，激起我对工作的热情。现在我回想起xx年9月份多次跟随线路工人翻山越岭、烈日暴晒的实践，中午在山上肚子饿得咕噜噜叫，但是电力工人还在头顶烈日挥汗如雨的工作，他们没有丝毫的怨言，因为这就是电力职工最平凡的工作场面之一。那时刻我第一次被他们敬业爱岗的精神深深感动了，让我认识到什么是工作，什么是任务、什么是责任。而后其它生产部门的各个班组，我都体会到相同的感动，特别是在电力客户服务中心，面对几万户居民的电费缴纳和用电业扩工作，几名电力职工全年无节假日和双休日的倒班轮岗，常常忙了一上午连口水都忘了喝，让我体会到热爱工作、认真对待工作，其实是一件非常神圣和美好的事情，电力职工在认真工作的时候体现了一种特别美。敬业爱岗精神将是我一生受用不尽的宝贵财富，今后在任何工作岗位上都会将它发扬、继承下去。

第三，通过这一年的轮岗实习，我感受到学习将是我终生的课题。如何将自己在学校学习的理论知识运用到工作中，并

且查缺补漏，苦学不熟悉的电力专业知识，这是我一直钻研的问题。由于我是学习文科专业的，在实习期间每到一部门部门和班组我都勤奋学习其电力相关的专业技能知识，认定学习是终身的事业，“在工作中学习、在学习中工作”一直是我坚持的理念。在跟随线路工人到现场实际工作中，我学习了很多电力设施基本的知识，认识了各种电杆杆型、了解了组成线路的各个部件等等知识；在龙山变电站，我通过查看资料及观察变电人员操作，了解了变电站的组成和设备，以及“两票三制”的重要、操作的安全措施和各种危险点预防控制措施等等；在设计咨询公司，通过实际描图和晒图纸，我学会cad软件的基本操作，体会了晒图机的操作以及设计工作的整套流程；在电力客户服务中心实习的半年时间里，更是认真学习书本上电力系统的基本知识，还有用电业务受理的专业技能知识，做到面对客户能够解答大部分的基本用电疑问，已能受理用电方面的基本业务接洽工作。但是我要掌握的知识还远远不够，需要学习的知识和技能还有很多，要做好今后的工作，就需要加倍的努力，只有刻苦学习、深刻钻研、并且多实践，才能更早的“出真知”。

第四，通过一年的学习实践，我看到了电力职工团结协作精神是干好各项工作的关键。团结就是力量，这句至理名言深刻的阐述了我们工作中一种重要的精神。任何工作都离不开大家的合作，所谓“滴水不成海，独木难成林”，南方电网公司作为世界500强之一的企业，更是需要所有南网人的努力，南网方略的团队理念就言简意赅的阐述了团结协作的必要性和重要性。我们一开始实习，首先就是学习领会南网方略，感受南网文化，对于团队理念就有了初步的认识，再结合我之前在学校学生会工作和大学在著名企业实习期间的体会，更加深刻的理解团结协作的重要性。在这一年实习中，每到一部门部门和班组，我都感受到这种和谐的团结精神，特别是基层生产班组，很多工作任务都是需要很多人协作才能完成的，比如在变电站生产现场的实际倒闸操作中，变电运行人员必须进行唱票、复诵等程序正确无误后才能操作，正是这种团结协作、互相支持的精神鼓舞大家出色完成各项任务。

第五，通过这一年的实习生活，基层生产班组人员优质服务的意识和精神是我学习的榜样。由于我在电力客户服务中心实习了五个多月的时间，所以我对于供电行业优质服务的理解特别深刻。客户服务中心是电力企业面对公众的窗口，窗口服务的优劣直接影响到电力企业的形象，在实际工作中，面对各类不同的用电客户，我始终强化自己的优质服务意识，牢记“服务永无止境”的服务理念，微笑、热情，待人亲切是我工作的必修课，并且在工作中学习实践如何更好的与客户沟通，如何更加耐心的为客户解答用电疑难，如何面对情绪激动言辞不善的客户，这些都是我以前在大学期间的学习中不曾遇到的课题。记得在实习阶段中的某一天中午快下班的时候，我遇到过一位情绪变化多端的客户，她没有任何理由的拒绝与我合作完成她的用电变更申请，并且开始就用言辞激烈的语言进行人身攻击，当时我感到非常的委屈和愤慨，但是我作为供电局“窗口”形象，没有和这位客户进行争吵，继续面带微笑并谨慎言辞、态度客气的与她进行沟通。在同事和我的劝解下她的情绪逐渐好转，最终顺利完成业务办理还面带笑容的离开，在她离开后我终于流下了委屈的泪水。这样类似的事例在客户服务中心还有很多，该中心职工为电力企业的窗口形象甘当受气筒，努力实践优质服务理念，出色地完成各项工作。在实习期间，我一直努力摆正自己的角色，磨练自己的性格，无论事情大小都认真对待。南网公司“服务永无止境”的服务理念将会使我获益匪浅。

论语有句话是“学而时习之，不亦说乎”，在前进的道路上时常停下来回头看看总结经验教训，对于我是非常有益的。过去的一年是我成长的第一年，我要特别感谢各位领导和同事对我的指引和帮助，我现在在基层生产第一线班组——电力客户服务中心实习工作，我热爱我的岗位、热爱我的工作，只有扎根基层班组才能学习到电力企业的工作精髓，在今后的的工作中，我将认真总结经验，加强专业技能的学习，时刻保持积极向上的心态，努力做一名合格的、优秀的南网职工，为企业的发展贡献出自己的力量。

教练工作总结及工作计划表篇五

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。

教练工作总结及工作计划表篇六

一、原辅材料及设备的招标采购工作完成情况

原辅材料：1-12月共采购卤水440512.58吨，低汞触媒180吨，纯碱4284吨，引发剂213吨，终止剂228吨，硫酸4710.42吨，虽然仓库地方比较紧张，但全体人员都在积极配合材料的有序摆放，今年共采购电石270000吨有余，其中汝州电化采

购120xx0吨之多，经上级领导商议从10.1日起执行全部有汝州电化供货。设备方面认真积极贯彻执行公司制定的修旧利废管理制度，大力倡导修旧利废工作，鼓励帮助分厂自检自修□20xx年共完成30余项修旧利废项目，节约费用50余万元。由于全体人员的共同努力，较好的完成了公司全年生产所需的各类机器设备及物资。受公司产品市场大环境的影响，公司的流动资金紧张等因素，全部员工克服付款不及时的同时，还要积极争取客户的理解为以后采购工作做准备。及时了解行情，严把质量，大宗物资每月定时定期组织招标采购，严控大宗物品采购管理流程，高标准完成年初制定的年度采购计划。

二、 强化管理，采取措施，控制成本

1、对设备运行进行监督检查。具体做法是：每月对全公司所有分厂压力容器开展一次全面的患隐大排查，每周对分厂进行日常设备管理检查，主要包括：重要设备运行、备用切换检查，重要设备联锁检查，换热设备排污检查，运转设备温度、压力、振动、电流等重要参数全面检查，对检查不合格项下发隐患整改通知单，对隐患排查实行闭合管理。

3、增强服务意识，对分厂每月物资计划严格把关，下分厂一个个落实，及时处理解决设备运转中出现的异常情况，保证了设备的满负荷、长周期运行□ 20xx年，公司产品月产量屡创历史新高。

4、认真积极贯彻执行公司制定的修旧利废管理制度，大力倡导修旧利废工作，鼓励帮助分厂自检自修□20xx年共完成30余项修旧利废项目，节约费用50余万元。

5、在外协维修方面，通过招标、比价等程序，为公司节省了维修费用；通过对施工人员的安全培训，规范办理设备检修作业票证等措施，外协施工人员的安全意识不断提升。

6、物资采购方面，拿出了更加有力的办法和举措，重点体现在以下五个方面：(1)、完善日常生产物资计划的上报程序，严格控制各分厂和部门的物资计划，力求做到急事急办，特事特办。(2)、采购物资的比价、招标工作更加细化和规范化。降低了采购成本。(3)、物资采购及时，灵活机动，确保生产正常进行。(4)、配合财务处合理安排资金支付，缓解资金紧张的矛盾。(5)规范物资验收环节。

三、20xx年工作计划与措施

20xx年物资管理部将发扬过去好的经验做法，完善已有成效，对需要改进和创新工作提出初步设想。

2、在工作中要多跑、多对比、多总结，边学习边实践，不断提高采购业务水平；加强与供应商的沟通，及时做好跟催工作，让供货商积极配合我们的工作；遇到问题要及时采取解决措施，保证按时、按质、按量提供好生产所需的各种原辅材料。

3、要控制物品与原材料入库的数量与质量，在购进物品与原材料时发生质量、数量异常情况下，应立即采取紧急措施，并与供应商联系，和有关部门进行协商处理。加大设备管理检查力度。继续实行每周到分厂对设备运行进行全面检查，每月对全公司所有特种设备全面检查的检查模式，并实际隐患排查闭合管理。深化管理，建立健全落实各级人员管理责任制，且实落实设备包机包台目标制，加大管理考核及责任追究力度，通过真检查、真考核、真奖惩的实实在在的绩效考核举措，逐步形成各生产厂自主管理、物资管理部监督落实的良好氛围。

教练工作总结及工作计划表篇七

悄悄的又过去了半年，蓦然回首半年的点滴工作，心底更多了一份厚重和责任，激发了我在在新的一年里不断努力和进取

的信心，现做一份健身教练半年工作总结。

我在全力经营拳馆、圆满完成公司交付的经营和教学任务的同时，还积极主动的参加各种活动。

在共青团焦作市委举办的“我与焦作共奋进——寻找青春的榜样纪念五四系列活动”中被评为“青春榜样”英模称号。接康戈武老师的通知到广东顺德参加中国武术段位制系列教程陈式太极拳的拍摄工作。我既感到兴奋又感到责任的重大。后又到北京进行教程的修改和演练，务必使新段位技术能够科学、完善。

到香港参加香港陈式太极拳总会成立四周年暨第二届执委就职典礼并连任香港陈式太极拳总会副主席。香港陈式太极拳总会的影响力颇大，在弘扬和普及太极拳方面做了很多的工作。本次连任，使自己能够在今后的工作更好的传播陈氏太极拳，实现“弘扬太极、造福人类”的宏大目标。到云南昆明参加首届西南地区陈氏太极拳高级培训班任推手班教练。公司以广阔的指导思路，在昆明举办培训班以弘扬太极拳，我作为主教练之一，积极准备，在教学中认真授课，圆满完成授课任务，受到学员的一致好评和赞扬。

为了促进陈氏太极拳在当地更好的发展，扩大拳馆的影响力。倪世清举行开馆三周年的活动，应邀到合肥参加合肥陈氏太极拳馆开馆三周年活动，支持了师兄弟的发展并积极宣传我们的八月份培训班，后倪世清共8人参加了郑州八月培训班。在河南大学参加首期全国武术段位制系列教程培训班并任陈式太极拳班教练。此次的培训聚集了学院派的精英，通过培训使我积累了经验，为下一步对陈式太极拳段位技术的推广普及打下了基础。

和泰州武协主席夏平一起到新加坡参加活动并讲学。为了陈老师拳架为标准的陈氏太极拳，在新加坡的推广、普及起到了推动作用，也奠定了一定基础。参加第十一届国际陈氏太

极拳高级培训班任弟子班教练。本届培训班因为陈老师不在国内，不能亲临培训班，所以以陈斌总经理为核心的教练员队伍更应该拿出十倍的努力和汗水把此次培训班办的更好。从结果看本次培训班的举办是成功的。

应法国太极学院的邀请到法国中部、南部等地讲学，收到良好效果。此次法国讲学更多地是针对初学者，让更多的人领略、认识陈氏太极拳。让他们受益于陈氏太极拳，通过个人的努力使陈氏太极拳在法国有了更为广泛的习练基础，为进一步的推广开了个好头。

作为特邀嘉宾应邀参加由国家武术管理中心主办的中国贵州清镇国际太极拳的交流大赛并参加名家表演。陈氏太极拳在贵州的发展是相对薄弱的省市，此次大赛在很大程度上是太极拳在当地发展的良好开端，也为陈氏太极拳在西南地区的推广普及奠定了基础。

通过健身教练半年工作总结回顾20xx上半年，其中有奔波之辛苦、传拳之劳累，亦有收获之甘甜，成功之喜悦。