

# 太极拳培训活动方案设计 太极拳活动方案 (汇总10篇)

无论是个人还是组织，都需要设定明确的目标，并制定相应的方案来实现这些目标。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 太极拳培训活动方案设计篇一

为丰富校园文化生活，发展学生兴趣与特长，促进学生的全面发展，以社团活动为平台，以“丰富生活、展示个性、培养兴趣，拓宽知识、开发潜能”为宗旨，石桥二小于20xx年2月成立了海龙太极拳社团，努力使该社团成为学生愉快而有趣的生活学习的乐园。

- 1、培养学生兴趣爱好，张扬学生的个性，让学生在活动中学习知识，增长能力。
- 2、凸显学校的办学特色，塑造学校社团活动的品牌。
- 3、积极参加各级演出和比赛，为校争光。
- 4、通过多种方式吸收更多学生加入到组织中来，让每一个学生都有成长的舞台。

（一）尊重主体，实行自主选择。

（二）落实常规，健全制度

- 1、为加强常规管理，避免社团活动的随意性和盲目性，我们要坚持“六定”。一定活动课程；二定活动目标；三定活动时间；四定活动内容；五定辅导老师；六定活动地点。

2、做好准备工作，绝不打无准备的仗。正式开课前，辅导老师制定切实可行的活动计划，安排好全学期的活动内容，并提前备好一周的课，上课前一天要通知好所在社团学生准备好相关活动材料。

3、加强社员之间的交流探讨，浓厚研究气氛。努力提高兴趣活动的效果和效率。

（三）充分重视学生的个别差异，注重因材施教，在全面了解学生个性特征的基础上，充分开发他们的潜能。把社团活动作为学校实施特色教育的重要途径。

活动内容：

1. 九月开始展开集体训练，第一周向会员介绍太极拳，教习太极拳的基本功如：站姿手型、步型，其次以热身运动和体能训练为辅助练习，使得学员们的动作有所规范，体能有所提高。

2. 从第二周开始教习简化24式太极拳。

3. 准备在十一月中旬进行各种比赛，如：小组比赛、个人比赛等。

具体活动安排：

9月完成第一节套路教学（第一式至第四式）

10月完成第二节套路教学（第五式至第九式）

11月完成第三节套路教学（第十式至第十四式）

12月完成第四节套路教学(第十五式至十九式，余下待续)

## 太极拳培训活动方案设计篇二

研究生院普及太极拳活动策划书随着生活水平的不断提高，“健康第一”的思想已得到大家的认可。太极拳是我国传统体育项目，是中国传统文化的瑰宝，1978年邓小平同志曾亲笔题词“太极拳好”。它以独特的运动形式、深邃的文化底蕴、显著的`健身效果吸引着越来越多的人。

“全民健身，首选太极”，为了进一步在研究生院内普及传统保健体育项目，增强研究生的健康意识和身体素质，经院领导研究决定，在研究生中开展太极拳推广活动，具体事宜通知如下：

### 一、活动主题

弘扬中华文化。

### 二、活动内容

从20xx级研究生起，人人会打简化二十四式太极拳，使之成为学院特色健身项目，深入持久地开展。

### 三、实施步骤（分为三个阶段）

#### （一）宣传发动和组织训练阶段

#### 1、制定并下发活动方案

#### 2、集中训练：

（1）利用周三、周五早六点半至七点半在操场由学院组织进行集中训练。（各班组织报名学习的同学，分区域进行统一培训）

(2) 集中训练时间：自20xx年3月24日起。

(3) 训练内容及教练由院体育部负责。

### 3、分组训练：

除集中训练外，其它时间由各班负责人自行组织本班人员进行训练。

(一) 考核□20xx年5月下旬由学生会组织有经验的教练对全体xx级研究生同学进行太极拳考试。此次考试成绩与综合测评成绩挂钩，成绩在60分以上的同学综合测评成绩加三分。

#### (二) 训练成果展示及比赛阶段

1、训练成果展示比赛时间□20xx年5月下旬

2、训练成果展示比赛队：以各班为单位组队参赛，共计10个参赛队。

3、奖项设置：设一等奖一名；二等奖二名；三等奖三名。

4、比赛规程及评分细则另行安排。

#### (三) 深入开展及推广阶段

1、将简化二十四式太极拳锻炼，列为师生特色健身项目，由学院统一组织。

2、在广泛开展简化二十四式太极拳的基础上，对有进一步需求的师生，聘请专业教练，进行更深入的学习。

### 四、有关要求

- 1、该活动为大型集体活动，要求全院研究生无特殊情况都要参加。
- 2、各班级负责人具体负责本班人员的训练和参赛。
- 3、各班级负责人要从加强本班人员体质、培养本班人员良好运动习惯及增强本班人员凝聚力的高度，积极动员，认真组织，保证本班人员的训练时间、训练人数和训练水平。
- 4、为保证普及推广质量，学院将不定期地对各班训练情况进行检查，并就检查情况进行通报。

## 五、组织领导

为加强太极拳活动的组织领导，学院成立专项工作领导小组：

组长：王x书记

副组长：刘x

成员：贾xx董x丁xx等

研究生会体育部

20xx年3月21日

## 太极拳培训活动方案设计篇三

为贯彻落实《全民健身条例》，实施《全民健身计划》，促进我县太极拳运动的发展，提高太极拳运动水平，推广太极拳健身活动方式，将举办三期县太极拳培训班，具体方案如下：

（一）培养我县太极拳运动骨干，带动和指导太极拳运动的发展和普及。

（二）以太极拳运动作为我县全民健身的主要健身方式，促进全民健身活动的开展。

（三）通过举办太极拳运动培训班，使太极拳运动爱好者的动作更加规范化，达到健身目的。

县太极拳爱好者。

第一期□20xx年7月27日-28日；

第二期□20xx年8月24日-25日；

第三期□20xx年9月21日-22日。

体育馆

24式简化太极拳、42式太极拳

自愿报名，集中培训，分组传授。

（一）报名：各参训的人员须于7月15日前，通过传真或电子邮件向县文化广电出版体育局报名。

（二）报到：各参训人员于7月27日7：30到体育馆前报到。  
联系人：，联系手机：

（三）第二、三期培训另行通知。

（一）参训自愿，不下达硬性指标，请各单位积极组织学员参加培训。

（二）参加培训的学员，年龄不限，培训时须着太极服及太极鞋。

(三) 参加培训的学员须按规定的时间参加培训，不得随意旷训，要听从指挥。

(四) 参加培训学员的食宿、交通费自理。

## 太极拳培训活动方案设计篇四

为了确保事情或工作有序有力开展，常常需要提前制定一份优秀的方案，方案是有很强可操作性的书面计划。写方案需要注意哪些格式呢？以下是小编为大家收集的太极拳特色项目活动方案，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的`朋友。

光阴如逝，转眼之间20xx年秋季学期即将结束。这一学期里，我院体育部付出了很多。寒风飒飒中，我们不曾停止过教拳活动；大雪纷纷时馨月湖桥头上依然有我们活动的身影。当然我们也收获了很多。在寒假即将来临之际，我学院将针对本学期的教拳成果进行一次验收。所以，我学院将举行一次陈式太极拳24式的比赛活动。

### 太极拳协会陈式太极拳24式比赛

- 1、增加我院学生会和各新生班级对太极拳学习的兴趣。同时也促进他们之间的彼此交流。
- 2、检验他们平时学习太极拳的态度，及在是否坚持学习太极拳。
- 3、提高太极拳在我校的普及程度，同时，也增加全校师生对太极拳更深的认识和了解。

20xx年11月23日

## 清心广场

### 太极拳20xx级全体新生班级

#### （一）活动筹备

- 1、鼓励所有学生干部和班级积极参与。
- 2、邀请体育教学部的老师做比赛的裁判。
- 3、相关部门提前置办好比赛所需的道具（如：音箱，记分板等）
- 4、比赛当天，活动部提前布置好比赛现场。

#### （二）比赛流程

- 1、有主持人致开幕词。
- 2、介绍与嘉宾及裁判。
- 3、比赛开始，比赛选手以班级为组按序上场比赛。完了之后由裁判当场亮出比赛成绩。
- 4、比赛结束，邀请杜海赣老师为获奖者颁发奖品，同时提出批评意见。
- 5、活动结束后，活动部清理比赛现场。

#### 注意事项：

- 1、所有老成员协力维护比赛现场次序。
- 2、文明鼓掌，禁止起哄。



3、尽力保证所有人员安全。

## 太极拳培训活动方案设计篇五

书写是学生学习中必不可少的一项练习，我校语文组结合课程标准中提出的“养成正确的写字姿势和良好的写字习惯，书写规范、端正、整洁”的要求，同时为了使学生重视写字练习，大面积提高写字教学质量，培养学生“规范写字、写漂亮字”的良好习惯，提高我校学生的书写能力，德育处决定举行全校性写字比赛。

### 二、比赛形式：

比赛分为铅笔字、钢笔字两类，现场书写参赛作品。

### 三、比赛时间：

初赛□20xx年11月6日(星期三)班会课时间。

决赛□20xx年11月7日(星期四)下午。

### 四、比赛地点

初赛：各班教室

决赛：综合楼多媒体教室

### 五、比赛内容：

初赛：一年级：声母、韵母；二、三年级：抄写生字；四、五、六年级：抄写课文中的一个片段。

决赛：书写的内容由德育处比赛时统一安排；

## 六、比赛要求：

- 1、用笔要求：比赛用的笔(铅笔、钢笔)由学生自行负责，一、二年级用铅笔书写，三至六年级学生用纯蓝钢笔书写。
- 2、纸张要求：初赛时书写纸由班主任统一组织到商店领取，决赛时书写纸由德育处统一发放；一、二年级统一使用“低年级写字作品展示”专用纸，三年级以上用统一使用“中高年级写字作品展示”专用纸。
- 3、比赛时学生需自带语文课本。
- 4、写得不好的学生不准把参赛内容重写一次。
- 5、学生的姓名、班级等信息一律写在正页的正上方，无作者信息算无效作品处理。
- 6、注意字要写得工整、匀称、大小适中，没有涂改，不要写错别字，标点符号标得准确(注意，一般的一个符号占一格，但在对话中的冒号与前引号可以占用一格，省略号和破折号占两格)。
- 7、每件作品必须是参赛者本人书写的，不得由他人代笔，保证参赛作品的真实性、公平性，否则将取消参赛资格。
- 8、要认真进行选拔，并推荐上报参加决赛学生名单。严禁随意指派，否则将取消该参赛资格。
- 9、评委组务必要在规定的时间内完成工作任务；

## 七、参加决赛对象及人数

各年级学生，按班计算，每班10%的学生参加比赛，比赛分一至六年级六个组进行。

## 八、决赛负责人：

姜xx

## 九、评比要求

(1)总分(100分)：工整匀称(35分)；大小适中(35分)；没有错别字(10分)；标点符号(10分)；卷面整洁(10分)，错别字、涂改一个字扣0.5分。

(2)同一作品，由3位评委评价，取平均分。

## 十、评选及奖励办法

为了突出比赛活动的公正、公平、科学，行政组成立由吴勇、文明亮、周夕知、姜巧雅、吴娜、龙上6人组成的评委组，吴勇、文明亮、吴娜为一组负责评选一、二、三年级作品，周夕知、姜巧雅、龙上为另一组负责评选四、五、六年级作品，根据评奖标准分年级评选出10件优秀作品进行奖励，其中一等奖设2个、二等奖设3个、三等奖5个。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 太极拳培训活动方案设计篇六

馆举办12人太极拳比赛。基础医学院积极响应学院领导与号召，面向全员学生层层选拔，最后组建精英太极队伍。队员在老师和学生会的领导下，努力训练，积极进取，相互切磋，共同进步。在相关老师的指点下，我院太极拳水平得到进一步显著提高。经过汗水和时间的打磨，我院太极拳选手取得第二名的优异成绩。用名次证明了自己的实力。此次比赛，我院积极配合，老师领导给予高度重视，并请专家指导，积极弘扬了“阳光体育运动”的体育精神和体育意境，为创建和谐校园增添了浓重的人文关怀。比赛当日，我院队员积极调节心态，认真打磨细节，最后以一套整齐划一、动作规范的24式太极拳赢得场下掌声阵阵！

活动意义：此次活动全面贯彻落实了教育部、国家体育总局、共青团中央《关于开展全国亿万学生阳光体育运动的通知》的文件精神，大力弘扬了奥林匹克精神，提高了我校学生的综合素质。以健康第一为宗旨，通过12人太极拳比赛激发学生的运动兴趣，营造浓厚的群体学校的体育文化氛围，培养学生的协作能力，健身意识、集体主义精神，树立良好的道德风尚。通过此次比赛，我院学生再次树立了强烈的集体荣誉感，增强了师生友谊，引导和促进了学生的健康、全面发展。

## 太极拳培训活动方案设计篇七

2013年“快乐元旦”亲子活动方案

一、活动时间：2012年12月30日14：00——16：00

二、活动地点：美术活动室（大教室）

三、物品准备及人员分工：

- 1、会场布置人员：英语组、美术组老师。
- 2、会场布置时间：12月29日下午4：30——5：30点，30日上午10：00——12：00点。
- 3、装饰道具：彩色气球、彩带、拉花或三角旗、灯笼、窗花。  
（26日下午采购，负责人：周老师、孙老师）
- 4、主持人：郭老师。
- 5、奖项设置及奖品：
  - （1）凡参加节目表演和游戏的同学，可获“优秀奖”，奖品：小玩具（待定）；
  - （2）凡参加元旦活动的同学，均获“纪念奖”，奖品：笔记本（加盖公章）；
  - （3）活动尾声被抽中的五名同学，可获“幸运奖”，奖品：精品魔方或炫彩溜溜球（待定）。
- 6、奖品颁发人员：周老师、杨老师、顾老师、孙老师。（奖品26日下午采购，负责人：周老师、孙老师）
- 7、计时、摄影人员：赵老师。
- 8、会场秩序维持人员：全体老师。
- 9、音响师：陈老师。
- 10、道具上下场：孙老师。

#### 四、活动流程及提示

- 1、请参加元旦活动的家庭到场后到三楼办公室填写序号卡，

并记住自己的序号，游戏结束时我们将要抽取幸运奖。（负责人：孙老师）

2、为了让活动更加有序，请老师们准时带着孩子到美术活动室，我们将按下面的游戏内容序号进行，没有参加游戏的老师带好孩子在旁边观看助威，以保证游戏顺利进行。

3、最后集体拍照，留住美好时刻。（大教室美术作品墙）

五、节目、游戏安排顺序：

（一）、开场舞：英语组小朋友。（负责人：英语组老师）

（二）、正话反说

进行2次。每次5人。

（道具准备：三个字、四个字、五个字的卡片，负责人：孙老师）选几个口齿伶俐的人参加游戏，主持人要事先准备好一些词语。主持人说一个词语，要参加游戏的人反着说一遍，比如“新年好”，游戏者要立刻说出“好年新”，说错或者猛住的人即被淘汰。从三个字开始说起，第二轮四个字，第三轮五个字，以此类推，估计到五个字以上的时候游戏者就所剩无几了。

（三）、贴鼻子 活动描述及游戏规则：

进行4次，每次两组，1组1人。

（道具准备：提前画两幅头像、两只鼻子，负责人：孙老师。）

1、纸上画人头像，游戏者蒙上眼睛，原地转三圈，而后走向人头像，把“鼻子”贴到人头像的贴鼻区，“鼻子”在区内并未压线，胜利。贴在区外或压线，失败。

2、室内设2个赛区，每组1人，共4轮。计时人宣布游戏开始，击鼓者开始击鼓，击鼓停止，游戏结束。限时1分钟。

3、人头像距离起点2米，并在起点画2个并列圆圈。

（四）、三人抱成团 进行3次，第次10人。

规则：每次参与活动为10人，在乐曲中听主持人的口令“三人抱成团”，参与者在最短的时间内找到两人抱好，这样就剩一人被淘汰！主持人可按实际情况喊口令！

（五）、双龙戏珠 活动描述游戏规则：

进行4次，每次2组，每组2人。

（道具准备：两张用气球装饰的椅子，负责人：孙老师。）

1、两队一组，每队两人上场。

2、队员背靠背，夹住气球，从起点运到终点，终点放有一个椅子，到终点后围绕椅子转一圈，再返回起点继续夹气球。注意：如果在跑动过程中气球落地或因其他原因提前爆炸，要回到起点重新运气球。

3、每组以气球数量多的代表队胜出。

（六）、击鼓传花，集体共乐（游戏结束，集体拍照）（道具准备：彩色纸花，采购物品。）

花落谁家，哪个家庭就派代表表演一个节目，表演者即可得到一份礼物。与此同时，我们将请出五位嘉宾（在场家长或学生）请取五个幸运奖，可以获得幸运大奖。

XXXX学校

2012年12月23日

## 太极拳培训活动方案设计篇八

出于自身的不善表达，很多同学也往往不知道以什么方式来表达对母亲的爱，母爱是世界上最伟大的爱，也是最无私的爱。再加上现在社会的母亲早已被快捷的生活节奏打乱，也就不会在特意的注重什么母亲节不母亲节一说，因为在他们心中关系自己的儿女早已成理所当然。所以在这样的一个节日里作为儿女的我们必须以一种独特的，用心的方式去感恩自己的母亲之爱！

母爱之大无以回报——（只需一点点）

三

校内5月13日以前

各校区发动

本校小学1—4年级学生

让学生真正理解母爱的含义、了解母亲的点滴付出是多麽的不容易和多麽的无私！

本次活动分为六个环节进行：

1、（任务前准备工作）学校发动

（算算亲情账）：

2、任务进行时：

（1）各班级教师组织学生和学生朋友（老带新）一起算第一



笔账：金钱账（如何算参考上边即可）

（2）（默默奉献账）：收集第一条学生通过观察母亲给他们所做事情，并作为秘密任务安排下去，如：给母亲悄悄叠被子、洗袜子、整理卧室等等。

### 3、观看专题影片：大爱无疆

（注：影片内容可根据实际情况安排）以班或以校区为单位组织观看主题电影

《暖春》：

建议4年级以上学员观看电影并书写观后感国外片

《母性》：

均可选择，本校学生邀请伙伴一起参加达到老带新的效果；  
（也可以要求孩子在家观看并书写感想）

### 4、活动最后环节（秘密任务\_心跳加快）；

（执行时间参考活动流程时间安排）

征文对象：山月学员和前来我校参加此活动学院均可参加征文活动

征文方式：以班为单位收集（有朋友的可把文章交予山月同班教师处）

筛选方式：把文章收齐后个班教师从中选出3份不错文章交予学校再进行评分筛选打分

奖项设置：一等奖一名、二等奖三名、三等奖五名、优秀奖若干

1、（1）五一假期第一次在我校上课时运作（活动内容第一条）；

（2）（准备物品）：告知学生购买活动所需材料（参考第九项目“物品准备”安排学生即可）

活动前发动活动：告知学生此次活动属绝密活动不得和任何人说

要求：（我的每分钱）

1、购买任务材料费（任务所需材料也可通过本校团体购买）用必须从自己零花钱中节省，（语言修饰教师自己发挥，但必须达到神秘感）

2、（最好五一假期第一次和最后一次上课间安排）如果有条件建议看完活动内容第三条专题电影后紧接着安排活动内容第二条；（多提问和引导学生自我发现母亲的伟大和多么不容易与无私）

3、活动发起至5月13日：

（任务开始）秘密任务执行时间倒计时（在每班教室挂倒计时牌即可，全校通用。以增加气氛）

（此任务可分块执行以增加任务感）

5、5月13日：

6、5月13日至5月20日撰写投稿，5月21日截稿，由优秀评委打分，在5月25日前公布获奖名单，并颁发校级荣誉证书。

活动后续：客服回访此次活动家长感想及感受并告知此次活动是我们发起，因活动时间原因同时送上迟到的祝福。

1、（爱的初体现）：

母亲节贺卡（彩色16开卡纸一张作为保证书封皮可设计可爱点、32开纸张数张可根据学生设置贺卡内容）

2、（爱的表达）：

比如自己购买x束康乃馨或山月帮助学生团购，让后让学生买即可；

3、学生给母亲物品也可用其他；

1、组建策划协调组：企划部

2、各校区教学部进行安排

3、各校区课程顾问进行活动监督并配合，每天记录活动进展情况；

如果学生选择学校团购，我校可由总部一起批发购买以低价给学生即可；

奖状若干张、礼品根据经济情况而定。

补充方案：

1、此活动可根据校区实际情况自由组织，内容参考见母亲节活动方案即可；

2、学校发动组织统一到长治市潞州剧院观看：

剧院座位1040，上午半天费用4000元，已经谈好价格；关于费用问题每人2元一场可以校区分摊或者向学生收取两种方法。如加入老带新一拉一活动原定学校每人2元改为4元或5元（原因：新生不收取费用，让老生花钱邀请）

观看顺序可分为小学一部1—4年级学生，时间为上午：7点30入场，8点—9点30分；小学二部3—4年级学生，时间为上午10点—11点30分播放。（注：如加入老带新活动变为两场，学生分半参与即可）

3、如果校区选择以上方案中母亲节礼品校区组织购买可以把门票算在其中；每人2元。

## 太极拳培训活动方案设计篇九

### 2017年“快乐元旦”奖励晚会方案

一、活动时间：2017年1月1日14：00——16：00

二、活动地点：大教室

三、物品准备及人员分工：

1、会场布置人员：英语组老师。

2、会场布置时间：1月1日下午4：30——5：30点，30日上午10：00——12：00点。

3、准备项目：桌椅摆放；音箱准备；水果、瓜子等小吃排放；礼品准备；教室装潢。（30日下午采购，负责人：张老师）

4、主持人：李老师。

5、奖项设置及奖品：

（1）凡参加节目表演和游戏胜出的同学，可获小礼品或小玩具（笔和待定）；

（2）凡在学校期中考试第一名都大礼品一分，每位同学都有

奖状一张。（待定）

6、奖状颁发人员：李老师、张老师、蔺老师。

7、发小礼品颁发人员：刘老师。

8、会场秩序维持人员：全体教师。

9、音响师、照相：刘老师。

10、道具上下场：蔺老师。

#### 四、活动流程及提示

1、请参加元旦活动的家庭到场后到三楼办公室填写序号卡，并记住自己的序号，游戏结束时我们将要抽取幸运奖。（负责人：孙老师）

2、为了让活动更加有序，请老师们准时带着孩子到美术活动室，我们将按下面的游戏内容序号进行，没有参加游戏的老师带好孩子在旁边观看助威，以保证游戏顺利进行。

3、最后集体拍照，留住美好时刻。（大教室美术作品墙）

#### 五、节目、游戏安排顺序：

##### （二）、正话反说

进行2次。每次5人。

（道具准备：三个字、四个字、五个字的卡片，负责人：孙老师）选几个口齿伶俐的人参加游戏，主持人要事先准备好一些词语。主持人说一个词语，要参加游戏的人反着说一遍，比如“新年好”，游戏者要立刻说出“好年新”，说错或者猛住的人即被淘汰。从三个字开始说起，第二轮四个字，第

三轮五个字，以此类推，估计到五个字以上的时候游戏者就所剩无几了。

颁奖：进步奖，得奖者：初二班，蔺老师颁奖

### （三）蔺老师节目

颁奖：实力奖，得奖者：初一第一名，张老师颁奖

### （四）、贴鼻子 活动描述及游戏规则：

进行4次，每次两组，1组1人。

（道具准备：提前画两幅头像、两只鼻子，负责人：孙老师。）

1、纸上画人头像，游戏者蒙上眼睛，原地转三圈，而后走向人头像，把“鼻子”贴到人头像的贴鼻区，“鼻子”在区内并未压线，胜利。贴在区外或压线，失败。

2、室内设2个赛区，每组1人，共4轮。计时人宣布游戏开始，击鼓者开始击鼓，击鼓停止，游戏结束。限时1分钟。

### （五）、古筝演奏

颁奖：实力奖，得奖者：初二第一名，张老师颁奖

### （六）新年抢抢抢

游戏规则：台上置七张椅子，邀请八个人上来，放音乐，八个人伴着音乐围着椅子转，主持人喊慢时，参与游戏的人要放慢速度；主持人喊快时，参与游戏的人要加快速度；当音乐骤停时抢坐椅子，一人一椅，未坐到者淘汰；减一椅子，再次游戏，其他人继续前面的动作，直到最后剩一个凳子、一个人为止，留在最后的人为获胜者。获胜者可获得剑桥考

级培训学校提供的奖品一份。

颁奖：最具潜力奖，初二班 李老师颁奖

（七）、双龙戏珠 活动描述游戏规则：

进行4次，每次2组，每组2人。

（道具准备：两张用气球装饰的椅子，负责人：孙老师。）

1、两队一组，每队两人上场。

2、队员背靠背，夹住气球，从起点运到终点，终点放有一个椅子，到终点后围绕椅子转一圈，再返回起点继续夹气球。注意：如果在跑动过程中气球落地或因其他原因提前爆炸，要回到起点重新运气球。

3、每组以气球数量多的代表队胜出。

（八）、击鼓传花，集体共乐（游戏结束，集体拍照）（道具准备：彩色纸花，采购物品。）

花落谁家，哪个家庭就派代表表演一个节目，表演者即可得到一份礼物。与此同时，我们将请出五位嘉宾（在场家长或学生）请取五个幸运奖，可以获得幸运大奖。

环球教育学校

2016年12月23日

## 太极拳培训活动方案设计篇十

附件：5 煤矿安全培训（职业病危害防治）

专项整治方案

## 一、开展时间

自2016年8月1日起至30日结束。

## 二、整治范围 公司各生产单位。

## 三、整治内容

4. 严格落实一般从业人员先培训后上岗规定，重点是入井人员能够熟练掌握自救器的使用方法和熟悉避灾路线等应急预案相关内容； 5. 特种作业人员必须经培训考试合格持证上岗； 6. 严格执行《中华人民共和国职业病防治法》和《用人单位职业病危害防治八条规定》及其配套规章制度中有关煤矿作业场所职业病防治的相关规定。

## 五、相关要求

1. 在专项检查时，要对各生产单位主要负责人、安全生产管理人員和从业人员进行新《煤矿安全规程》知识现场考试，并对生产一线人员的学习掌握情况进行随机抽查，对其他从业人员进行自救器使用现场实际操作考试，在井下对现场人员应急避险知识掌握情况进行抽查，对现场抽考中问题严重的单位给予曝光。

2. 专项检查结束后，要认真总结梳理发现的问题，提出相应的建议和措施，下发专项检查通报，各单位要按照分级闭环管理要求认真整治存在的问题，提升管理水平。

3. 各单位要高度重视安全培训（职业病危害防治）专项整治工作，全面动员部署，认真开展自查自纠，深入推进“学规程、抓整改、促落实、保安全”活动。相关专业部门要及时协调解决专项整治中存在的问题，总结提炼和推广安全培训（职业病危害防治）好经验好做法，确保专项整治取得实效。