

# 制定年度工作计划(汇总10篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。相信许多人会觉得计划很难写？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 制定年度工作计划篇一

始终如一地热爱祖国，拥护党的领导，热爱本职工作，关心国家大事，坚持政治学习，记录政治笔记，提高觉悟和意识。注重个人道德修养，为人师表，严于律己，关心学生的学习、生活，做学生的良师益友。加强团结，与同事相处融洽，合作愉快，心往一处想，劲往一处使，组成一个团结协作的大家庭。

### 二、个人业务

作为一名教师，除了要具备良好的思想品德，高尚的道德情操；还需要具备较高水平的业务技能。本学年我将注重开拓视野，订阅专业杂志，浏览教学网页，随时记下可借鉴的教学经验、优秀案例等材料，以备参考。不断为自己充电，每天安排一定的时间扎实提高基本功，努力使自己成为能随时供给学生一杯水的自来水。

### 三、后进生转化方面：

- 1、培养后进生的自信心。只有树立起后进生的自信心，我们的转化工作才找到了起点。要用科学的方法教育后进生。
- 2、对后进生多宽容，少责备。要做到“三心”：诚心、爱心、耐心。
- 3、老师的辅导要及时，当然家庭的配合是转化后进生的外部

条件。父母在学生成长过程中的影响是很明显的，也是极为重要的。教师可通过家长学校、家长会议、家访等多种形式与家长相互交流，沟通信息。

4、在考勤制度上要严格遵守，特别是严格落实学校的规章制度和中小学教师行为规范，严格自己的行动，有事要请假，做学校教师的表率，做学生的表率。严格遵守各项针对教师的法律法规，严格落实未成年人保护法和义务教育法的有关文件规定，争取做到行动有法可依。

5、关心和爱护学生，小学生在家长心目中是未来的希望，在我们的教育培养中是祖国的未来和希冀。加强师德建设和修养的提高，争取让师德水平再上一个新的台阶。

#### 四、自我分析：

##### 1、个人优势分析：

(1)、热爱教育工作，对学生有一颗爱心，多年的教育教学工作，积累了较丰富的教育教学管理经验，能关注学生的综合全面发展。

(2)、有较高的语文教学素养，较扎实的语文教学基本功，语文教学中教学理念日益更新。

2、提升个人修养，做有品位的教师。培养自身高尚的道德情操及职业道德修养，用自己的人格魅力，深厚的人文素养，广博的知识积淀，真挚的博爱以及对学生高瞻远瞩的责任感影响教育学生，使之形成高尚的品德，正确的人生观和价值观。

3、做一名业务上、教学上都过硬的教师。”为了适应明天的需要，我们今天就应该储备能量，增长能力。”养成善于学习、乐于学习、主动学习的习惯，为自己营造一个学习的心境，

认真学习学科专业知识及系统的教育理论知识，广泛阅读教育教育的报刊、杂志及专著，提升对新课改理念的认识。使自己具有综合的科学文化素质，掌握多层次、多元化的知识结构，使自己能科学、系统的驾驭教学内容成为一个具有多元化知识结构的人。同时在教学过程中实现“教-学-研”一体化，理会生活化、情境化课堂教学的精髓。工作中要善于积累，勤于思考，做到教学中既有理论依据，又有实践创新，提高自己的科研能力，使自己的教育教学水平再上一个等级，争取机会参加区级、市级优质课评比。

4、做一名轻松快乐的受学生欢迎的老师。向身边优秀的老师学习管理经验，学习掌握教师工作必备的专业知识及工作艺术，掌握儿童心理学及生理学等系统的科学知识，提高自己的管理能力。把对学生的做人教育放在首位，树立为学生的一生负责的理念，培养人，塑造人，形成自己独有的工作风格。

5、作一名“善于反思，勤于积累”的老师。对自己的教学活动进行反思，及时积累教育教学工作中的成功与失败，总结经验、教训。

每天要做的事：

1、读书一个小时，写一篇读书笔记，写一篇日记，每天都要浏览网面一次，给有兴趣的课题回帖。

2、日常工作，备课，上课，批改作业。

3、加强基本功训练，根据自己的特长，把毛笔字作为主要练习的内容。

每周要做的事：

1、写一篇读书笔记，要有一定的思想内涵。发博客上

2、写一篇深刻的反思教学反思

3、和个别学生进行一次交谈

4、建立自己的博客，以网络为平台，倾听各种声音，和同行交流。

每月要做的事：

1、至少看完一本书，并养成做好笔记的习惯；

2、写一篇文章发给发展中心；

每期要做的事：

1、不断总结，积累经验；

3、建好自己的文字档案和电子档案。

每年要做的事：

1、至少写一篇教科研论文

2、写教学案例、随笔。要有头有尾、善始善终。

(3)、已初步养成在实践中思考的习惯，有一定的反思能力。

(4)、工作认真踏实，积累了丰富的教学经历，从而使我的课堂教学能力有了进一步的发展。

2、个人不足剖析：

(1)、工作目标不是十分清晰，工作措施不是十分具体，工作上易受情绪的波动而变化。

(2)、整个小学各年级语文教学还没能全面把握，

五、两年发展规划：

“多做”、“多想”、“多听”，在未来的二年时间中，不断改进自己的课堂教学；改善自身的坏习惯，将自己改变成一名主动学习者，使自己成为学生心目中具有亲和力、轻松、快乐的老师，并逐步将自己打造成吃苦耐劳型的教师，使自己的课堂成为诗意的课堂，是学生向往的精神家园，满足学生成长和走上社会的实际需要。

(1)、提升个人修养，做有品位的教师。用人格魅力和深厚的人文素养，广播的知识积淀影响学生，实质性成高尚的品德，正确的人生观和价值观，“多做”、“多想”、“多听”。

(2)、做一名业务上、教学上都过硬的教师，养成善于学习、乐于学习、主动学习的学习习惯，为自己打造一个具有多元化知识结构的人。善于思考，使自己的教育教学水平再上一个台阶，争取机会参加区、市级优质课评比。

(3)、做一名轻松、快乐的受欢迎的老师，向优秀班主任学经验，使自己具有一定的管理班级的能力，做到时时处处以班主任的标准严格要求自己。

(4)、做一名“善于反思、勤于积累”的老师，对自己的教学工作的失败与成功注意积累，对自己的教学活动进行反思。

在今后的教学生活中，我会以高标准严格要求自己，不断提高充实自我，踏实勤恳的走好每一步！争取在收获的季节，有着属于自己的丰硕成果！

## 制定年度工作计划篇二

二、计划拟定：

- 1、年初拟定《年度销售总体计划》；
- 2、年终拟定《年度销售总结》；
- 3、月初拟定《月销售计划表》和《月访客户计划表》；
- 4、月末拟定《月销售统计表》和《月访客户统计表》；

三、客户分类：

四、实施措施：

1、技术交流：

(2) 参加相关行业展会两次，其中展会期间安排一场大型联谊座谈会；

本年度我将严格遵守公司各项规章制度，加强业务学习，提高业务水平，努力完成销售任务、挑战已经到来，既然选择了远方，何畏风雨兼程，我相信：用心一定能赢得精彩！

## 制定年度工作计划篇三

转眼间又要进入新的一年-20xx年了，又是一个充满挑战、机遇与压力开始的一年，是辞旧迎新、再次展现自己的又一开始。也是我非常重要的一年。出来工作快3个年头，面对竞争激烈而有现实的社会，生活和工作压力驱使我要努力工作和认真学习，让自己成为一个真正有实力的管理者，为自己创造一个美好的未来。在此，我订立了本年度工作计划，以便使自己在在新的一年里有更大的进步和成绩。

一、熟悉公司新的规章制度和工程管理开展工作。公司在不断改革，订立了新的规定，作为公司一名工作人员，必须以身作责，在遵守公司规定的同时全力开展工程管理工作。

1. 明确职员工的职责和工作任务调度分派各职员工必须履行工厂员工应尽义务和《工程部管理职责》规定的职责，其工作任务可根据公司部门需要服从上级随时调配支持。

4. 工作方法改善：加强部门协作沟通，营建和谐进取的企业文化氛围，发生异常时第一时间到现场去了解问题，分析问题，解决问题，制订符合实情的工程及相关部门工作反馈改善方案和办法，建立培训计划，加强技能训练和心态教育，稳定人员流失。

5. 工程设计管理过程中要充分听取各方面的意见，发扬技术民主，对争议较大的问题，组成审查班子进行认真的论证，如还有疑义则寻求第三方的论证(客户或技术开发者)

二、明确自己的发展方向，正确认识自己，纠正自己的缺点. 认真听取他人忠恳意见. 更加勤奋的工作，刻苦的学习，努力提高文化素质和各种工作技能，充分发挥自己的能力，让自己真正走上管理道路。我也会向其它同事学习，取长补短，相互交流好的工作经验，共同进步。征取更好的工作成绩。

以上是我针对20xx年的工作计划与发展方向，希望通过自己的努力及他人的协助能够成功的达成计划并突破[]xx年取得更好的成绩，全面提高自己。

## 制定年度工作计划篇四

1]仪表、着装加强规范自身的仪表、着装，尽量是职业装，重点是端庄大方。

2、电话接听和转接，收发传真、信件和报刊：做到迅速辨别来者者地目的，问清对方姓名，再给领导、同事传达简洁准确信息，做好记录，不遗漏、延误。及时将收到的邮件送到主人手中。

3、客户的接待：基本咨询和引见，端茶送水，坚持良好的礼节礼貌并通报相关接见人员。及时打扫会客后的垃圾。

1、尽量提前二十分钟到公司打扫好前台办公区域。

2、咨询接待室的卫生清洁及桌椅摆放，并坚持整洁干净。

3、制定合理、科学的卫生轮值安排表，并督促同事们完成。

4、定期抽空让各部门用业余时间大扫除。

1、对于出差人员的出入时间事件地点的登记。力所能及的主动承接外出人员的工作。理解行政主管工作安排并协助人事文员的工作完成各种临时的指派工作，让工作有条不紊的进行。安排约会、会议室及差旅预定将事件按照标准、重轻急缓程度，排先后顺序，并及时与与会者沟通时间安排。

2、协助上级做好节假日的排班、值班等工作，确保节假日期间公司的安全保卫工作。认真、按时、高效率地做好领导交办的其它工作。进取调动人员的参与工作。

3、做好各部门服务，加强与各部门之间人员的联络与沟通，系统的、快速的传递信息，保证信息在公司内部及时准确的传递到位。做好员工服务，及时的将公司员工的信息向公司领导反馈，做好员工与领导沟通的桥梁。

## 制定年度工作计划篇五

新的一年新的开始□xx年已经到来，在新的一年里我将在以往的工作基础上，总结经验，寻找方法，再接再厉，以更加饱满的热情投身到工作中去。

一是加强各种知识的学习，注重理论结合实际，向镇、村干部学习农村工作方法，向书本学习农村理论知识，从各方面



提升自己。个性是加强农村基础知识和关于农村的各项方针政策的学习，不断充实和完善自我，拓宽自身知识层面，以更好地为新农村建设服务。二是参加各种实践，增强基层工作业务水平。多角度、多渠道与外界接触，积累基层工作经验，增强解决纠纷技巧。三是充分利用远程教育平台，及时、经常为群众带给各类信息，要不断的学习，并掌握一些先进的农业科技，构成强大的动力，切实做到“想群众所想，急群众所急”。

一是要继续做好群众工作和村委会日常事务。推进村务信息公开，贴近村民，打好群众基础，在实际工作中树立村干部良好的形象，构建和谐的民政关系，以利于各项工作的开展。二是要更好的融入到群众中去，与群众们打成一片，走进田间地头、走进弱势群体、走进工作一线。要及时了解村里各项工作的动向，多向村干部和村民们学习，多与他们沟通交流，了解村里的各种问题，以便及时的解决。三是多走访群众，了解他们存在的困难和问题，并想办法解决；并处理群众之间一些简单的矛盾纠纷，对他们动之以情，晓之以理，循循善诱。同时，还能够多向村民们学习一些农业知识，参加一些农村的实践活动。

在完成好村里各项工作之余，根据镇里的安排与部署，认真做好党委办公室的一些工作，及时传达上级的指示、决定和通知，认真做好上情下达，下情上达的工作，做好党委秘书安排的工作以及承担党委交办的其他工作。

总之新的一年，要进一步加强学习，更加严格的要求自己，提高农村工作本领，努力为群众办实事、解难事，为加快新农村建设步伐贡献自己微薄的力量。

## 制定年度工作计划篇六

为进一步做好传染病疫情预防控制工作，全面落实各项防病措施，保障我幼儿及教师的健康，特制定2020年传染病疫情

及防控工作计划。

一、做好法定传染病报告管理工作。

二、科学、规范处置传染病疫情和突发公共卫生事件。

加强与教育等部门沟通协作，落实联防联控机制。强化重点传染病防控和卫生应急管理知识培训，提高基层医疗机构防控和应急水平。积极筹办好中心卫生应急演练，提高卫生应急人员实战能力。

三、开展医疗机构消毒质量监测。

继续加强医疗机构消毒质量监测工作，提高医疗机构院感防控水平。加强医院感染管理和日常检测工作，落实各项消毒措施，保障医疗安全，保护人民群众身体健康。

四、加强应急物资储备管理。

落实卫生应急物资储备管理制度，进一步清理、充实、更新中心应急物资，建立物资消耗、领取台帐。规范应急物资管理，落实应急物资管理制度、库房安全管理制度等相关工作制度，完善物资领用记录、报废记录等工作记录，为传染病疫情防控及突发公共卫生事件应急处置提供有力物资保障。

五、强化培训演练，推进队伍建设。

在建立和完善各类卫生应急专业队伍的基础上，强化培训演练，提高疫情处置能力。开展专业知识培训，提高理论基础水平，丰富知识技能储备。强化应急演练，通过开展应急演练，全面提高应急队伍实战能力。

六、加强防病知识宣传，提高群众防病意识。

通过各种形式广泛宣传传染病防治知识，利用宣传栏、发放

宣传资料等方式宣传传染病防治知识，根据传染病特点和季节性普及传染病防治知识，提高居民的防病知识和能力。

## 制定年度工作计划篇七

20xx年我司共青团工作的总体思路是：高举中国特色社会主义伟大旗帜，以\_理论和“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，继续解放思想，坚持改革开放，推动科学发展，促进社会和谐，为夺取全面建设小康社会新胜利而奋斗。紧紧围绕企业中心工作，以党建带团建工作为契机，以增强团员意识教育为主线，以团员素质拓展工程为统揽，竭诚服务团员青年成长成才，重发展，增强精品意识；重服务，增强责任意识；重建设，增强效能意识，开拓创新，扎实推进，努力推进团的各项工作，为广州客运事业的健康发展做出了应有的贡献。

### 二、工作目标

20xx年，“新天威”共青团工作将面临更新更高的机遇和挑战，我们在公司提出的“立足当前、着眼长远，突出重点、统筹兼顾，坚持在继承中求发展中求创新，在创新中求提高，努力需求适合天河客运站的科学发展思路和办法”的工作思路，进一步提升服务质量、落实效益经营、内提素质、外树形象，推动公司经济的协调快速发展，充分发挥党的助手和后备军作用、党联系青年的桥梁纽带作用和团员青年的生力军作用，为公司的发展开好局、起好步做出积极贡献。

1、以党建带团建，弘扬五四精神。将学习践行“三个代表”重要思想，弘扬五四精神主题教育活动与学习、宣传、贯彻党的各项决议、决定，共青团员民主教育评议，与主动积极地向党组织推优、与共青团参与党风廉政建设和反斗争相结合，充分利用“五四”、“七一”、“十一”、等庆祝或纪念日，对广大团员青年进行思想教育。

(1)规范、加强共青团系统的政治学习和组织生活。结合国际国内局势，根据企业青年特点，通过政治学习和组织生活、团日活动等，规范形式、丰富内容，大力提倡团员青年的自主参与性，达到学习理论、拓展素质、研讨问题、凝聚智慧的作用。

(2)开展团员民主评议工作。按照开展增强共青团员意识主题教育活动的要求，在全体团员中开展年度团员教育民主评议活动，促进广大团员青年树理想、长动力、勤学习。

(3)进一步规范共青团员的发展、处理与团校培训工作，办好各类培训。要丰富培训内容，创新培训方法，明确培训要求，严格培训考核，充分体现团校在团员教育、团干部培养上的重要作用。

(4)主动、及时地向党组织推荐优秀共青团员作为入党积极分子。带领团员青年积极向党组织靠拢，并主动、及时地向党组织推优。

(5)搞好团的制度建设和统计工作。进一步建立、完善各项制度，明确体现制度对团的工作的规范和保障作用。细致、及时地做好团内统计工作。

(6)搞好“五四”表彰评比活动。要注重实绩，公正、公开、公平地开展好年度评比、表彰工作。

(7)进行团的建设的理论探讨。结合公司改革发展面临的新形势，积极研究探索我司共青团工作运行的有效机制。

## 2、规范有序，搞好团的内部管理。

(1)提倡团结、学习、创造、奉献，树立大局意识和形象意识，分工负责，责任落实。

(2)开展调查研究工作，探索新形势下团的工作的新方法。特别注重对基层团组织的工作调研和指导，齐心协力，发挥优势，推进团总支的工作。

(3)加强信息传播工作和档案建设。充分利用团的各类宣传阵地，认真办好团的各类刊物，及时做到信息沟通。

3、全面深化青年文明号活动和扎实推进青年志愿者这两个项目。进一步完善“青年文明号”的各项管理机制，发挥好“青年文明号”的示范作用。采取有力措施，精心组织策划，制定具体工作方案，认真部署，狠抓落实。评选“青年文明号标兵示范岗”，围绕构建社会道德体系和信用体系，开展青年文明号信用文化建设，以岗位文明为手段，以志愿服务为载体，不断深化“青年文明号”品牌活动，为构建和谐广州做出更大的贡献。要进一步弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，引导广大青年和带动社区各界积极参与助残志愿服务。继续推进并长期坚持助学、助困、扶孤等经常性、日常化、个性化的志愿服务工作，依托广州青年志愿者协会，推进我司的青年志愿者服务网络，将青年时尚和青年志愿者服务有机结合，共同开展好青年志愿活动，使有志愿服务需求的残疾人真正能够得到切实有效的服务，营造“让青年志愿服务成为青年时尚”的良好气氛。

4、联系实际，围绕重点，把xx大精神贯彻落实到各项工作中去。以党的xx大精神为指引，坚持科学发展观，围绕团建创新、志愿服务体系构建、青少年权益维护、丰富青少年精神文化生活等主题开展各项工作。要强化共青团的服务能力，扩大团组织对青年的有效覆盖，创新团的工作思路、工作方式和自身建设，使团组织更好地适应新形势、新任务的需要。

## 制定年度工作计划篇八

以^v^理论和“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻^v^和十六届三中全会精神，按照县委组织部工作部署，紧紧围

绕加强党的建设这条主线，加强党组织和党员队伍建设，不断开创组织工作新局面，为全面推进财政各项改革和完成全年各项工作任务提供坚强的组织保证和人才支持。

## 二、工作重点

1、抓思想建设。继续认真组织全体党员干部职工学习“三个代表”精神，把学习贯彻“三个代表”重要思想推向新高潮。在去年组织党员干部职工学习“三个代表”重要思想的基础上，2004年局党组、总支及各支部按照工作要点在“新”字上求突破，在“深”字上下功夫，在“突”字上见成效，把“三个代表”重要思想的学习、十六精神的贯彻牢牢定位在落实和指导实践上。通过完善党组、党员干部的学习制度，请专人宣讲、进党校培训和自学等形式，抓好、组织好学习，保证每月一次不走过场，进一步增强大家的自觉性和坚定性，并把学习理论和改进作风、提高素质结合起来，以人为本，开展创建“学习型、创新型、竞争型、服务型”财政机关活动，努力造就一支政治过硬、业务熟练，作风优良的财政干部队伍。

2、抓组织建设，深入开展党员先进性教育活动，确保党员队伍的先进性。在去年初步开展党员先进性教育的基础上，按照县委部署，党总支将组织专人对机关党员队伍的现状进行调查研究，在调查研究的基础上，根据我局党员队伍状况及工作的实际，制定出局机关党员先进性教育活动实施方案，扎实认真开展这项活动。同时加强党员管理，一方面严把“入口”，注重对建党积极分子队伍建设，严格日常管理，提高发展质量，坚持成熟一个发展一个和有计划发展的原则，实行预备党员入党前公示制；对意志衰退、不愿意参加党内活动的党员开展帮教活动，指定专人负责进行帮教；另一方面疏通“出口”，加大对不合格党员的处置力度，以保持党员队伍的纯洁性。

3、抓党员干部作风建设。党风建设是我们党一项长期而又艰

巨的工作任务，是关系到我们党和国家生死存亡的一件大事。根据本局实际，2004年着重对党员干部职工加强《中国^v^党内监督条例（试行）》和《中国^v^纪律处分条例》以及相关法律的学习，广泛宣传，认真贯彻执行，按照“八个坚持，八个反对”和“为民”、“务实”、“清廉”的要求，切实改进学风、政风、文风和生活作风，通过请纪委、监察、政法部门同志来讲座，召开党内民主生活会和继续在全局开展以“治虚、治懒、治赌”为主要内容的“三治”教育活动以及行风自查等形式，整治作风上的突出问题。还结合开展“两访”活动和建整扶贫工作，利用节假日、休息日组织党员干部职工，到联系乡、扶贫点下村入户，贯彻十三届三中全会和中央1号文件精神，宣传农村税费改革政策，解决群众最盼望解决的问题，帮助最需要帮助的困难群众，加强与群众的联系，以促进自身建设和树立^v^员的良好形象。

### 三、工作措施

1、组织党员学习《中国^v^党内监督（试行）》、《中国^v^纪律处分条例》，请县纪委领导来局进行专题辅导。

（3-4月）

2、做好建党积极分子的培养、发展和预备党员的转正工作。

（5-6月）

3、做好党员先进性教育活动前的调查研究工作，将调查结果进行分析归类，针对党员队伍的实际制定出局总支开展先进性教育活动的实施方案，“七.一”期间，组织党员开展一次走访帮扶活动。（6-7月）

4、进行法制教育，请镇综治办的同志来局授课。（8月）

5、全面开展党员先进性教育活动，请组织部的同志来局进行动员及党员先进性教育讲座。（9月）

7、抓好党费收缴工作的清理。（12月）

## 制定年度工作计划篇九

要想制订好工作计划，一般要考虑以下几方面：

一、计划要尽量全面 工作计划是指工作的具体安排。要想真正完成好工作计划，在考虑计划的时候，一定要对自己的工作生活做出全面的安排。应包括社会工作时间、为集体服务时间、锻炼时间、睡眠时间及娱乐活动时间等。这样，在工作时间内才可能精力充沛地工作。

二、安排好常规工作时间和自由工作时间 工作时间可以分为两部分：一是常规工作时间，主要用来完成当天老师布置的工作任务，消化当天所学的知识。二是自由工作时间，是指完成了老师布置的工作任务后所剩下的时间。这部分时间一般可以用来补课或提高深造。工作较差的同学，随着工作水平的提高，应经历常规工作时间逐渐减少，自由时间逐渐增加的过程。凡是体会到因为抓住了自由工作时间而给工作的全局带来好处的同学，就会努力去提高常规工作时间内的工作效率，以便增加自由工作时间，使工作的主动权越来越大。

三、长计划和短安排 长计划和短安排是指在一个比较长的时间内，应有个大致计划。由于实际的工作生活往往无法预测，所以，长计划不可能太具体，不可能把每天干什么都列出来。但是，在工作上计划要解决哪些问题，心中应当有数。应把一个在短期内无法完成的工作任务分到每周、每天去。这样，在每天工作时，就会明白今天的工作在工作全局中的地位。有了具体的短安排计划，长计划中的任务可以逐步得到实现；有了长计划，就可以在完成具体工作任务时具有明确的工作目的。

四、从实际出发来制订计划 在订计划的时候，不要脱离了工作的实际情况。主要指以下几方面： 1. 自己知识和能力



2. 每个阶段的工作时间 3. 工作上的缺欠和漏洞 4. 老师教学的实际进度 从实际出发还要注意的一点是不要平均使用力量，要抓住重点。

五、计划要留有余地计划终归不是现实，而只是一种可能性。要想把计划完成现实，还要经过一段很久的努力过程，在这个过程中自己的思想会发生变化，工作的各种条件也会发生变化，计划订得再实际，也不免出现估计不到的情况。所以，为了保证计划的实现，订计划时就不要太满、太死、太紧，要留出机动时间。

六、提高时间的利用率早晨和晚上，或者说一天工作的开头和结尾部分的时间，可以安排着重看记忆的科目，如外语等；当心情比较愉快，注意力比较集中，时间又比较长，这时候可安排比较枯燥，或自己又不太喜欢的科目；零星的时间，注意力不容易集中的时间，可以安排做习题或去工作自己最感兴趣的学科。除此以外，还要注意工作时间和体育活动要交替安排，文科和理科要交替安排，相近的工作内容不要集中在一起工作，等等。这样安排，在同样多的时间内，由于安排了合适的内容，就会收到较好的效果。

七、注重效果，不断调整 在计划执行到一个阶段之后，就应当检查一下效果如何，如效果不好，应找到原因，及时调整。

通过检查，立即采取相应的措施，及时改变计划中的不合理部分。

科学的、实际的个人工作计划，只要认真去执行，必将促进你的工作，培养你的意志，增强你的信心。请你试一试吧！

## 制定年度工作计划篇十

为了贯彻落实^v^中央7号文件精神，推动阳光体育运动的深

入开展，探索新型运动项目在我区开展的可行性和有效性，促进学生增强体质、磨练意志，提高创新能力，养成科学健身的习惯。现将市教育局、体育局等八部门下发《关于举办年市青少年无线电测向竞标赛和定向锦标赛的通知》及市教育局、体育局组织的《关于举办市无线电定向运动教练员培训的通知》转发给你们，请各校积极报名参加，现将有关事宜通知如下。

1. 区属各中小学，职校的科技辅导员，体育教师或爱好无线电测向和定向运动的老师等。

2. 各校要高度重视，严格把关，必须选派一名热衷于无线电测向和定向运动，并能在学校科普教育工作中发挥作用的优秀教师参加此次培训，经费由学校予以解决。其他爱好者可自愿报名参加，对于自愿参加培训的老师，学校要考虑给予一定的经费支持。

3. 学校要对参训老师提出严格要求，要学好、学实。培训期间不得无故缺席，确有特殊原因需直接向教育局教育科王述君老师和少科站登云老师请假。

4. 各校报名表必须与5月4日（星期三）前，通过电子文件或纸质文件报少科站老师处。报名表填报要求见附件说明。电子表格下载“光阴的故事”“体育教研”“中学”等群共享中下载。

5. 培训现场负责人

1、培训时间：年5月5——6日（周四、周五）

2、报到时间：年5月5日上午8：30，同时发放教材。9：00开始培训。

3、报到及培训地点：民族中学一楼阶梯教室。

“无线电测向、电子制作、校园定向、外场实训”等。

只收取资料成本费100元。费用含教材、光盘，培训费及证书费。

培训合格者由市无线电定向协会颁发证书，同时具有市无线电定向运动协会会员资格，享受免费参赛和部分免费参赛、活动的资格。

具有“无线电测向”和“定向运动”技术储备的学校，可按照转发的《市定向和测向竞赛规程》要求报名参加。