# 2025年小学乒乓球兴趣小组活动计划 乒乓球兴趣小组活动计划(模板12篇)

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2025-04-16

*计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？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。小学乒乓球兴趣小组活动计划篇一李强淮河西路小学20xx.8乒乓球运动是一项学生非常...*

计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？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。

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇一**

李强

淮河西路小学

20xx.8

乒乓球运动是一项学生非常喜爱的.活动，通过乒乓球活动，旨导学生树立“健康第一”的理念，以新颖活泼的体育活动为载体，培养学生合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展学生个性特长，促进学生身体，习理和社会适应能力等方面健康和诣发展，丰富校园文化生活。

建立以体育组为首的训练小组，学生自愿报名参加

1、掌握乒乓球的基本打法、发球、接发球

2、学握基本比赛规则

3、参加乒乓球比赛

4、 熟悉球性

每周四下午活动时间

乒乓球室、

第一周至第二周：熟悉球性，握拍，颠球练习，对墙推球练习。

第三周：学习准备姿势与站位。练习步伐移动

第四至第七周：发球练习，正反手发球

第八至第九周：接发球练习，推挡球

第十周至第十二周：削球，搓球练习

第十三周至第十五周：攻球，对打练习

第十六周至第十八周：比赛小常识，进行行乒乓球小比赛

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇二**

乒乓球运动是一项同学非常喜爱的活动，通过乒乓球活动，引导同学树立“健康第一”的\'理念，以新颖活泼的体育活动为载体，培养同学合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展同学个性特长，促进同学身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐的发展，丰富学校文化生活。

负责人：杨文忠、阳效恒

建立平阳中心校兴趣小组，同学自愿报名参与。

1、熟悉乒乓球球性。

2、掌握乒乓球的基本打法、发球、接发球。

3、掌握乒乓球的基本赛规则。

4、参与乒乓球竞赛。

每周三下午4：00—5：30

乒乓台场地

第一周至第二周熟悉球性，握拍、颠球练习，对墙推球练习。

第三周：学习准备姿势与站位。练习步伐移动。

第四至七周：发球练习，正反手发球。

第八至九周：接发球练习，推挡球。

第十周至第十二周：削球、搓球练习。

第十三至第十五周：攻球、对打练习。

第十六周：竞赛小常识，进行乒乓球小竞赛。

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇三**

乒乓球运动是一项学生非常喜爱的活动，通过乒乓球活动，引导学生树立“健康第一”的.理念，以新颖活泼的体育活动为载体，培养学生合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展学生个性特长，促进学生身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐的发展，丰富校园文化生活。

建立以体育组为首的训练小组，学生自愿报名参加。

1、熟悉乒乓球球性。

2、掌握乒乓球的基本打法、发球、接发球。

3、掌握乒乓球的基本比赛规则。

4、参加乒乓球比赛。

每周五下午课外活动

乒乓球室

1、熟悉球性，握拍、颠球练习，对墙推球练习。

2、学习准备姿势与站位。练习步伐移动，

3、发球练习，正反手发球

4、接发球练习，推挡球。

5、削球、搓球练习。

6、攻球、对打练习。

7、比赛小常识，进行乒乓球小比赛。

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇四**

开展兴趣小组活动是全面推进素质教育，提升学校办学层次，培养学生个性特长的一项重要举措。对拓展学生实践空间在重要的作用，让每个学生享有成功的喜悦，真正为学生的发展服务。

二、统筹安排，确定课程

本学期，我们将坚持务实有效的工作原则和方法，在原有的基础上对一些活动课程进行改革与调整，开设了篮球、乒乓球、书法、羽毛球、文艺等活动资料。这些课程项目的设置与开发将有利于促进学生发展，有利于促进我校素质教育的全面、有效地实施。

三、尊重主体，实行双选

我们将在兴趣小组实施过程中继续实行双选制度:活动前，学校根据每个教师的特点选择辅导教师，同时根据课程的开设情景，鼓励学生依据自身特长，异常是兴趣所向，选择兴趣小组。在教师的帮忙下，学会观察，学会分析，从而创造真正属于自我的个性空间。

四、落实常规，健全制度

为加强常规督促管理，避免兴趣小组的随意性和盲目性，我们坚持“六定”:必须活动课程，在全面了解教师和学生兴趣、特长的基础上，结合学校的实际，开设兴趣小组课程;二定活动目标，针对重点项目，学校将在确实可行的情景下把它作为评优和考核的重要依据;三定活动时间，兴趣小组活动列入教学计划，每周一课时(周四午时第三节)的固定活动时间;四定活动资料，每个兴趣小组活动必须严格按照计划上活动;五定辅导教师;六定活动地点，我们会确保各兴趣小组固定的活动地点。

五、科学管理，追求质量实效。

1、准时到岗，不早退。课外活动前2分钟的预备时间，教师要带领学生准备的活动器材等，及时到位。下课铃未响，学生不得提前脱离活动状态。

2、兴趣小组要切实加强安全教育，认真落实安全措施，指导教师须自始至终担任组织工作，活动巡视指导要面向全体。

3、指导教师要做好活动班组学生活动期间的常规教育和管理工作，建立点名制度，对学生的教育要加强与班主任和联系，不可随意将学生退出活动班组。专用活动室负责教师要做好活动室内物品保管、门窗关锁工作。

4、指导教师必须做好每次兴趣活动的记载工作，详细记录:时间、地点、活动人员、活动资料、活动过程等。

5、每学年结束前由各指导教师组织进行一次成果展示，教务处将邀请相关人员参观评价。评价纳入各指导教师的学年度考核。

六、注重效果，科学评价

本学期我们将对各担任兴趣小组的教师进行科学合理的评价，除采取传统抽查的方法外，我们更注重过程性评估和活动成果展示考核，同时更关注评价选择，由学生选出自我心目中的好辅导教师。

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇五**

李强

淮河西路小学

20xx.8

乒乓球运动是一项学生非常喜爱的活动，通过乒乓球活动，旨导学生树立“健康第一”的.理念，以新颖活泼的体育活动为载体，培养学生合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展学生个性特长，促进学生身体，习理和社会适应能力等方面健康和诣发展，丰富校园文化生活。

建立以体育组为首的训练小组，学生自愿报名参加

1、掌握乒乓球的基本打法、发球、接发球

2、学握基本比赛规则

3、参加乒乓球比赛

4、 熟悉球性

每周四下午活动时间

乒乓球室、

第一周至第二周：熟悉球性，握拍，颠球练习，对墙推球练习。

第三周：学习准备姿势与站位。练习步伐移动

第四至第七周：发球练习，正反手发球

第八至第九周：接发球练习，推挡球

第十周至第十二周：削球，搓球练习

第十三周至第十五周：攻球，对打练习

第十六周至第十八周：比赛小常识，进行行乒乓球小比赛

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇六**

乒乓球运动是一项同学非常喜爱的活动，通过乒乓球活动，引导同学树立“健康第一”的理念，以新颖活泼的`体育活动为载体，培养同学合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展同学个性特长，促进同学身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐的发展，丰富学校文化生活。

负责人：杨文忠、阳效恒

建立平阳中心校兴趣小组，同学自愿报名参与。

1、熟悉乒乓球球性。

2、掌握乒乓球的基本打法、发球、接发球。

3、掌握乒乓球的基本赛规则。

4、参与乒乓球竞赛。

每周三下午4：00—5：30

乒乓台场地

第一周至第二周熟悉球性，握拍、颠球练习，对墙推球练习。

第三周：学习准备姿势与站位。练习步伐移动。

第四至七周：发球练习，正反手发球。

第八至九周：接发球练习，推挡球。

第十周至第十二周：削球、搓球练习。

第十三至第十五周：攻球、对打练习。

第十六周：竞赛小常识，进行乒乓球小竞赛。

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇七**

课外美术兴趣小组，在于培养学生对美术的兴趣、爱好、增长知识、提高技能、丰富学生的课余文化生活，为今后培养美术人才起着进取推动的作用，为了给爱好美术的同学一个良好的学习环境，现将本学期美术小组的活动安排制定如下:

一、活动目的:

经过美术兴趣小组的活动，使学生的美术特长得到更好的发展，进一步了解美术的基本知识，提高学生的欣赏水平及创造本事。

二、活动要求:

1、组织学生按时参加活动，并坚持室内清洁。

2、每周二、周四午时课外活动时间进行活动，小组成员必须准时到达美术室。

3、美术小组成员应严格遵守纪律，不准在美术室大声喧哗，不准做与美术学习无关的事。

4、每次教师布置的作业，学生都应按时完成。

5、爱护美术教室内的设施和用品。

三、活动资料:

1、使学生了解一些简单的美术常识知识，(美术种类、常用工具、基本的使用方法、尝试几种儿童绘画方法)。

2、以儿童画为主，以手工制作为辅，以创作画为主进行教学。

3、给学生自我创作作品的时间和空间。

4、欣赏名人名画名作提高欣赏水平。

5、进行手工制作教学，训练学生的动手本事和造型本事。

四、采取的措施:

(1)美术教师要认真负责，把它看成是学校教育的组成部分，使小组活动开展得生动、活泼、丰富。

(2)做好组织工作

在学生自愿报名参加的基础上，要挑选各班有必须美术基础、成绩较好的学生参加。要选出有工作本事、成绩也好的学生担任组长。兴趣小组要在教师的指导下充分发挥学生的骨干力量。

(3)安排好活动时间和活动地点

根据学校的统一安排，一般情景下每周组织两次，要坚持课余活动的原则。

(4)订立必要制度，抓好思想工作

要教育学生自觉遵守学习制度，准时参加美术学习。明确学习目的，培养勤奋好学，进取进取的精神，促进学生的全面发展。在学期结束时，要举办全校性的美术作品展览会，展示学生的学习成果。

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇八**

乒乓球运动是一项同学非常喜爱的活动，通过乒乓球活动，引导同学树立“健康第一”的理念，以新颖活泼的.体育活动为载体，培养同学合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展同学个性特长，促进同学身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐的发展，丰富学校文化生活。

负责人：杨文忠、阳效恒

建立平阳中心校兴趣小组，同学自愿报名参与。

1、熟悉乒乓球球性。

2、掌握乒乓球的基本打法、发球、接发球。

3、掌握乒乓球的基本赛规则。

4、参与乒乓球竞赛。

每周三下午4：00—5：30

乒乓台场地

第一周至第二周熟悉球性，握拍、颠球练习，对墙推球练习。

第三周：学习准备姿势与站位。练习步伐移动。

第四至七周：发球练习，正反手发球。

第八至九周：接发球练习，推挡球。

第十周至第十二周：削球、搓球练习。

第十三至第十五周：攻球、对打练习。

第十六周：竞赛小常识，进行乒乓球小竞赛。

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇九**

随着社会对英语技能的要求越来越高，听、说逐渐成为学习英语的关键。所以提高学生的英语实践水平以增强学校的综合业务素质变得尤为重要。我校在英语学习方面还有很大的发展空间，同学们对英语学习的兴趣也很高，然而缺少一定的听、说英语的环境。为了给同学们构建一个英语学习和交流的平台，创造一个良好的英语学习氛围，决定成立英语兴趣小组。

培养学生学英语的兴趣和交际能力，提高英语水平，为不敢开口说英语而感到苦恼的同学提供一个自由宽松的英语交流平台。通过特色英语兴趣小组的活动，锻炼小学生的语言能力和交际能力，鼓励他们大胆开口，用丰富的多彩的游戏、对话、竞赛来提高小学生说英语的积极性，更重要的是把阶段性的英语知识加以总结，为英语语言的信息加工提供机会。

要办好英语角，教师必须根据学生的具体情况有计划有目的地进行，要依据小学生对学习英语的兴趣、年龄、学习规律等特点来开展活动。所以我觉得应该从以下几方面着手：

1、加强英语教学生活化

教学方法生活化，让生活走进英语小组，在活动中努力创设生动和真实的语言环境，找准交谈内容与生活的契合点，把自己的意图隐藏在友好的、毫无拘束的交谈氛围中，让学生身临其境地感受语言的作用，把抽象的语言形象化，运用新颖多样的方法，从视觉、听觉方面刺激学生的\'感觉器官，充分发挥他们的想象力，让所学至于所用，让生活走进英语角。教师要做到精心计划，精心准课，这样才能保证英语角活动的深度、广度和力度。

2、实现生活化的再扩展

从学生的兴趣、生活经验和认知水平出发，创新教学类型，把学习的自由与空间还给学生，使学生通过亲身参与体验实践，使自己的英语知识逐渐“沸腾”起来。鼓励学生大胆开口。活动前鼓励学生搜集有关资料，加深对英语语言的认识，活动的时候，以学生为主体，创设良好的说英语氛围。这样做，不仅活跃了活动气氛，还给学生提供了一个广阔的天空，让学生积累了丰富的知识。

3、日常生活英语化，生活再现英语

日常生活“英语化”，是指学生在教师的引导下，逐步具备在日常生活中运用英语的本领，使他们认识到英语已经进入我们的生活。通过营造氛围，让学生在日常生活中使用英语，开展英语每天一句训练活动，创设英语气息的校园环境，积极开展丰富多彩的英语校内外活动。

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇十**

本学年通过乒乓球兴趣小组让学生了解乒乓球及攻防技术动作，激发学生打乒乓球的兴趣，引导学生树立“健康第一”的\'理念，以新颖活泼的体育活动为载体，培养学生合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展学生个性特长，促进学生身体、心理和社会适应能力等方面健康和谐的发展，丰富校园文化生活。

1、培养学生的兴趣爱好，增强学生的身体素质。

2、初步学习打乒乓球的基本动作，随时纠正学生们的握拍方法。

3、进一步加强训练，让学生初步掌握打乒乓球的基本步法，并且能够在训练当中灵活运用。

4、培养学生四肢的协调性、灵活性，增进学生的四肢力量，提高学生的身体素质。

1、推挡训练

2、发球练习

3、正、反手攻球训练

4、正、反下旋球练习

5、发球抢攻

6、接发球抢攻

首先，将继续巩固已学的训练内容；其次，进一步加强正、反手攻球的训练，让学生基本掌握打乒乓球的基本步法，并结合到训练与实践当中。再次，通过一段时间的训练，教学生比赛，培养学生对学打乒乓球的兴趣，也通过比赛，锻炼学生们的心理素质，增进学生们的心理健康。

辅助训练（体能训练）

每周五中午12：30--13：10及课余时间

风雨活动室

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇十一**

李强

淮河西路小学

20xx.8

乒乓球运动是一项学生非常喜爱的活动，通过乒乓球活动，旨导学生树立“健康第一”的\'理念，以新颖活泼的体育活动为载体，培养学生合作、诚信、果敢、公平等优良品质，发展学生个性特长，促进学生身体，习理和社会适应能力等方面健康和诣发展，丰富校园文化生活。

建立以体育组为首的训练小组，学生自愿报名参加

1、掌握乒乓球的基本打法、发球、接发球

2、学握基本比赛规则

3、参加乒乓球比赛

4、 熟悉球性

每周四下午活动时间

乒乓球室、

第一周至第二周：熟悉球性，握拍，颠球练习，对墙推球练习。

第三周：学习准备姿势与站位。练习步伐移动

第四至第七周：发球练习，正反手发球

第八至第九周：接发球练习，推挡球

第十周至第十二周：削球，搓球练习

第十三周至第十五周：攻球，对打练习

第十六周至第十八周：比赛小常识，进行行乒乓球小比赛

**小学乒乓球兴趣小组活动计划篇十二**

时间过得可真快，从来都不等人，前方等待着我们的是新的机遇和挑战，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！相信大家又在为写计划犯愁了？以下是小编为大家收集的乒乓球兴趣小组活动计划，仅供参考，欢迎大家阅读。

被誉为“国球”的乒乓球运动是我国普及十分广泛的大众健身体育项目，它是一项集力量、速度、柔韧、灵敏和耐力素质为一体的球类运动，同时又是技战术完美结合的典型。本学期通过乒乓球兴趣小组让学生了解乒乓球及攻防技术动作，激发学生打乒乓球的兴趣，培养学生的协调、灵活、脑体并用、敢打敢拼的精神。

1、培养学生的兴趣爱好，增强学生的身体素质。

2、初步学习打乒乓球的基本动作，随时纠正学生们的握拍方法。

3、进一步加强训练，让学生初步掌握打乒乓球的基本步法，并且能够在训练当中灵活运用。

4、培养学生四肢的协调性、灵活性，增进学生的四肢力量，提高学生的身体素质。

训练要求

1、推挡训练

2、发球练习

3、正、反手攻球训练

4、正、反下旋球练习

5、发球抢攻

6、接发球抢攻

首先，将继续巩固已学的训练内容；其次，进一步加强正、反手攻球的训练，让学生基本掌握打乒乓球的基本步法，并结合到训练与实践当中。再次，通过一段时间的训练，教学生比赛，培养学生对学打乒乓球的兴趣，也通过比赛，锻炼学生们的心理素质，增进学生们的心理健康。

辅助训练（体能训练）

通过体能训练，培养学生们身体的灵活性、柔韧性以及反映能力和平衡能力等，发展学生们的身体素质，提高学生乒乓球的水平。

（单周二下午第三节）

乒乓球场地

李自仙

3月——4月：（基本功练习）

1、颠球10分钟/天；正手动作练习30次/6组；

基本动作练习30次/6组。

2、正手攻球练习200次/天；反手攻球练习200次/天；

动作完整、协调发球练习5分钟/天；练习比赛（擂台制2胜/3局）

3、正手攻球练习5分钟/天；反手攻球练习5分钟/天；掌握动作要领，动作完整、协调

下旋球练习10分钟/天；练习比赛（擂台制2胜/3局）（20xx年级）

熟练掌握动作要领，动作完整、协调

4月——5月：（优秀队员选拔/备战小学生乒乓球比赛）

正手发球练习5分钟/天；并步步法练习5分钟/天。

2、正手攻球练习200次/天；反手攻球练习200次/天；

动作完整、协调。发球练习5分钟/天；练习比赛（循环制2胜/3局）

3、正手攻球练习5分钟/天；反手攻球练习5分钟/天；

掌握动作要领，动作完整、协调

4、正、反下旋球练习10分钟/天；多种步法练习10分钟/天；

5、接发球抢攻

要求：熟练掌握各个动作要领，动作完整、协调

各动作结合自如，步法移动迅速、准确

熟练掌握控球能力注意回球路线变化

5月—7月：（备战小学生乒乓球比赛）

阶段性比赛及评价。（分组循环制2胜/3局）

……

（总结本学期各个队员训练情况并提出假期训练要求与目标）

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn