

创新驱动教育科技研究院

中国高校体育网

创新驱动〔2021〕02号

关于举办第九期学生体能教学训练专项培训班的 通知

各大中小院校、体育运动学校及各相关人员：

为贯彻落实《国务院办公厅关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》、《体育强国建设纲要》、《“健康中国 2030”规划纲要》，推动“学生体能教学训练专项课程”的普及，创新体育教学和科学运动理念，提高学生体质健康和运动损伤预防水平，培养专项学生体能训练指导人才，由中国留学人才发展基金会国际交流和管理中心指导，创新驱动教育科技研究院(IRIET)、中国高校体育网(CUSN)主办，中体启航(北京)体育文化发展中心承办的“第九期学生体能教学训练专项培训班”于2021年8月在青海省西宁市举行，现就培训班具体事项通知如下：

一、培训时间、地点

时间：2021年8月17日-21日

报到地点：青海省西宁市(详细路线见《报到通知》)

二、培训课程

1. 学生体能教学专项训练课程

课程模块	序号	课程名称		课时
基础理论课程	1	课程研讨		1
	2	体能的概念		1
实操训练课程	3	准备动作	肌肉动员	1
	4		动态拉伸	1
	5		动作整合	1
	6		神经激活	1
	7	上肢动作模式	上肢推动作模式	1
	8		上肢拉动作模式	1
	9	下肢动作模式	下肢推动作模式	1
	10		下肢拉动作模式	1
	11	躯干支柱力量训练	核心区训练	2
	12	运动损伤的处理	恢复与再生训练	1
	13		常见运动损伤的处理	1
结业考核	14	结业考核		1
合计				15

2. 学生体能教学模式分析与交流

课程模块	序号	课程名称	课时
经验分享	1	基础体能+选项课模式分析与交流	1
	2	体育俱乐部模式分析与交流	1
	3	其他教学模式分析与交流	1
合计			3

3. 学生体能教学评价体系

课程模块	序号	课程名称	课时
主题报告	1	教学评价体系	1.5

	2	学生体能评价发展体系	1.5
合计			3

4. 学生体能训练功能房建设

课程模块	序号	课程名称	课时
主题报告	1	学生体能训练功能房建设	1
合计			1

5. 圆桌论坛

课程模块	序号	课程名称	课时
圆桌论坛	1	学生体能现状探讨及对策交流	2
合计			2

备注：以最终日程表为准

三、培训对象

1. 学校体育学院(系、部、室)主要领导；
2. 学校体育教师、教练及其相关人员；
3. 体育教学训练相关人员。

四、培训目标

通过系统课程学习(理论+动作)，使参加培训老师能熟练掌握“学生体能教学训练”课程内容和方法；了解体能教学模式改革；明确学生体能教学评价体系；提升学生体质健康水平，有效预防运动损伤；培养专项学生体能训练指导人才。

五、培训报名

1. 报名人数：限额 100 人，额满即止；
2. 报名方式：将填写并盖章的《回执表》扫描件或图片

电邮至 IRIET2018@163.com 或微信至 13611396264。

六、培训费用与发票

1. 培训费：2800 元/人（含讲课费、场地费、工本费、认证费、器材费等）；电汇至创新驱动(北京)教育科技研究院，或现场刷卡、现金缴纳；

2. 银行转汇账户：

账户名：创新驱动(北京)教育科技研究院

开户行：中国建设银行北京铁道专业支行

账 号：11050137360000001163

3. 器材清单：筋膜球、迷你带、超级弹力带、拉力带、泡沫轴、瑞士球、瑜伽垫、平衡垫、拉力绳、跳绳、按摩棒、反应球、收纳包；

4. 食宿费：费用自理。住宿统一安排，（费用标准详见《报到通知》），现场刷卡或现金缴纳，费用由入住酒店收取，一经缴纳，概不退还；

5. 交通费：往返交通费用，回原单位报销；

6. 发票开具：培训发票（普票），由创新驱动(北京)教育科技研究院开具；住宿发票，由入住酒店开具。

七、相关要求及说明

1. 证书：考核通过，颁发《体能训练指导师（初级）认证证书》；报到时须提供，1 寸证件照 2 张（背面标注姓名+单位）；

2. 微信群：培训班报名截止后将建立微信群，所有信息

均在该群里发布；

3. 报到通知：报名截止后，微信群将发送《报到通知》，告知具体报到地点和路线及住宿标准等具体事宜；

4. 训练着装：培训人员须着运动服、运动鞋(自备)；

5. 接送站：不安排接(送)站；提前到达或延期离开请自行安排；

6. 培训资料：课件、合影照等相关资料将统一发至《回执表》所填邮箱。

八、报名联络

报名联系：李敬媛 13611396264（同微信）

陈甜甜 17343052957（同微信）

监督电话：010-83824290

电邮：IRIET2018@163.com

官方网址：www.IRIET.cn

公众号：创新驱动教育科技研究院

九、附件

附件：报名回执表

