

石嘴山市教育体育局

关于举办 2023 全市教练员 裁判员培训班的通知

各县区教体局、市直属学校：

为深入贯彻落实习近平总书记关于体育工作的重要论述，加强各学校教练员、裁判员队伍建设，提高青少年竞技体育水平，经研究决定，举办全市田径、篮球、排球、定向教练员、裁判员培训班。现将有关事宜通知如下：

一、主办单位

石嘴山市教育体育局

二、协办单位

宁夏回族自治区排球协会

石嘴山市田径协会

石嘴山市篮球协会

石嘴山市航空无线电模型运动协会

三、培训时间和地点

（一）田径

1. 培训时间：2023 年 3 月 3 日-5 日

2. 培训地点：星海中学

（二）篮球

1. 培训时间：2023年3月10日-12日

2. 培训地点：石嘴山市第一中学

（三）定向

1. 培训时间：2023年3月18日-19日

2. 培训地点：石嘴山市第十九小学

（四）排球

1. 培训时间：2023年3月23日-26日

2. 培训地点：石嘴山市第一中学

四、培训内容

（一）田径：训练法则、中长跑技术训练、耐力项目训练、投掷项目的发展演变和训练手段及方法、投掷项目的技术分析与实践演练、短跑速度训练的底层逻辑与实践指南、跳跃训练的底层逻辑与实践指南。

（二）篮球：篮球规则在临场执教中的应用、少儿篮球的训练原则与训练内容的设计方法、个人进攻技术及防守技术、防守配合、进攻配合、五人制篮球规则、教练员角色定位与职业素养、三人制及小篮球规则。

（三）定向：定向运动发展概况、中国徒步定向运动竞赛规则(2019)》、定向地图基本知识及阅读方法、OCAD11软件的使用方法、校园图的制作、线路设计、校园定向活动赛事组织、校

园定向全景教学实践。

(四)排球:教练员的职业素养与执教能力、青少年排球运动员体能训练理论与方法、排球技战术教学、训练理论与方法气排球技战术教学、训练理论与方法、气排球竞赛规则、裁判法及临场实践、理论考试。

五、培训对象

全市从事田径、篮球、排球、定向运动教学与训练的体育教师、教练员。

六、相关经费

培训讲师劳务费、培训材料费由市教体局承担,培训人员差旅费由派出单位承担。本次培训统一安排食宿,田径、定向运动培训班大武口区培训人员不安排食宿,篮球、排球培训班惠农区培训人员不安排食宿,其他县区培训人员住宿费按照每人160元/天,交通费按照相关规定由派出单位据实报销。

七、相关要求

(一)本次培训聘请国家级教练员、国家级裁判员等经验丰富的培训讲师,从科学训练方法、战术理论、比赛规则、实战指挥等方面进行授课。各学校要选派体育业务骨干和带队教练员参加培训,年龄不超过45岁。每个项目可推荐1名符合条件人员参加培训,体育传统项目学校可推荐2人参加。参加培训人员将报名信息按照各项目报名时间安排发送至项目联系人(见附件1),逾期不予受理。

(二) 参加培训学员要严格遵守培训纪律，每天按时上课，做到不迟到、不早退、不缺课，无特殊情况不得请假。

(三) 参加培训学员要加强自我约束，不得在培训学校内抽烟、吐痰发生不文明行为。集中住宿人员在培训期间不得聚众饮酒，如不遵守纪律，市教体局将培训情况通报各学校。

(四) 培训班结业采取理论考试和实践考核相结合，在培训结束后，每人撰写一篇培训心得体会，字数控制在 2500-3000 字方可结业。市教体局将为参加培训合格人员发放结业证书。

- 附件：1. 2023 年石嘴山市教练员、裁判员培训班报到安排表
2. 2023 年石嘴山市教练员、裁判员培训班报名表
3. 各项目培训日程安排表



(此件公开发布)

附件 1

2023 年石嘴山市教练员、裁判员培训班报到安排表

项目	培训日期	报到时间	报到地点	食宿安排	联系人 联系电话	报名方式
田径	3 月 3 日 -5 日	3 日上午 8: 30 报到	星海中学	足球训练基地	联系人: 菊晓彤 联系电话: 18395291882	请于 2023 年 3 月 1 日前 将报名表发送至邮箱: 791120799@qq.com
篮球	3 月 10 日 --12 日	10 日上午 8: 30 报到	石嘴山市 第一中学	惠通酒店 0952-3329999	联系人: 张杰 联系电话: 13519222292	请于 2023 年 3 月 5 日前 将报名表发至邮箱: 512761564@qq.com
排球	3 月 23 日 -26 日	23 日上午 8: 30 报到	石嘴山市 第一中学	惠通酒店 0952-3329999	联系人: 仲崇迪 联系电话: 14795080859	请于 2023 年 3 月 17 日 前将报名表发送至邮 箱: nxcva@126.com
定向 运动	3 月 18 日 -19 日	18 日上午 8: 30 报到	石嘴山市 第十九小 学	足球训练基地	联系人: 刘更生 联系电话: 13007912863	请于 2023 年 3 月 11 日 前将报名表发送邮箱: 895640452@qq.com

附件 2

2023 年石嘴山市教练员、裁判员培训班报名表

单位：（公章）

参加项目：_____

姓名	性别	民族	年龄	身份证号	工作单位	联系电话	教练员	裁判员	备注

注：需要申报国家二级裁判员证书请在“裁判员”空格中填写“√”。

附件 3

2023 石嘴山市田径教练员 裁判员培训班日程安排表

日期	授课内容	主讲人	地点
3月3日 8:30-11:30	训练应该遵循的法则及中长跑技术训练	冯辉 (国家级教练员; 陕西省高级教练员评委会主任)	星海中学 多功能厅
3月3日下午 14:30-17:30	耐力项目训练		
3月4日上午 8:30-11:30	投掷项目的发展演变和训练手段及方法	马屹 (西安体育学院教授)	星海中学 多功能厅
3月4日下午 14:30-17:30	投掷项目的技术分析及实践演练		
3月5日上午 8:30-11:30	短跑速度训练的底层逻辑与实践指南	李山 (西安体育学院教授)	石嘴山市 星海中学 多功能厅
3月5日下午 14:30-17:30	跳跃训练的底层逻辑与实践指南		

2023 石嘴山市篮球教练员 裁判员培训班日程安排表

日期	授课内容	主讲人	地点
3月10号上午 9:00-9:30	开班仪式		石嘴山一中
3月10号下午 14:00-15:30	篮球规则在临场执教中的应用	陈钢 国家级裁判员 C 级教练员	石嘴山一中
3月10号下午 15:40-17:30	少儿篮球的训练原则与训练内容的设计方法	陈泉新 中国篮协 E 级教练员	
3月11号上午 9:00-11:30	个人进攻技术及防守技术、防守配合、进攻配合	戴志东 国际篮联一级教练员	石嘴山一中
3月11号下午 14:00-17:00	五人制篮球规则	毛亮 国家级裁判员	
3月12号上午 9:00-11:30	教练员角色定位与职业素养	吴小军 宁夏大学体育学院副教授	石嘴山一中
3月12号下午 14:00-16:00	三人制及小篮球规则	赵泽旭	石嘴山一中
3月12号下午 16:00-18:00	教练员考试		

2023 石嘴山市校园定向教练员 裁判员培训班日程安排表

时间	授课内容	主讲人	地点
3月18日上午 8:30-11:30	1. 定向运动发展概况。 2. 中国徒步定向运动竞赛规则(2019)》。	房施龙 宁夏师范学院副教授, 硕士生导师	市十九小学多功能厅
3月18日下午 14:30---17:30	定向地图基本知识及阅读方法; 1. 地图比例尺 2. 图例说明 3. 检查点符号说明	刘更生 国家级裁判员	市十九小学多功能厅
3月19日上午 8:30-11:30	OCAD11软件的使用方法: 1. 校园图的制作 2. 定向线路设计	郭伟 国家级二级裁判员	市十九小学微机室
3月19日下午 14:30---17:30	1. 校园定向活动赛事组织 2. 校园定向全景教学实践	刘更生 国家级裁判员	市十九小学多功能厅、操场

2023 石嘴山市排球教练员 裁判员培训班日程安排表

时间	培训内容	授课导师	授课地点
3月23日上午 8:30-11:30	教练员的职业素养与执教能力	吴小军	会议室
3月23日下午 14:00-17:00	青少年排球运动员体能训练理论与方法	待定	体育馆
3月24日上午 8:30-11:30	排球技战术教学、训练理论与方法		体育馆 (排球场地)
3月24日下午 14:00-17:00			
3月25日上午 8:30-11:30			
3月25日下午 14:00-17:00	气排球技战术教学、训练理论与方法		
3月26日上午 8:30-11:30	气排球竞赛规则、裁判法及临场实践	柳雪娇	
3月26日下午 13:30-15:30	理论考试	柳雪娇	会议室