

中国皮划艇协会第一期公开水域皮划艇教练员培训班课程

日期	时间	内 容	主讲人	学时	地点	备注
5月30日	全天	参训人员及讲师报到、讲师会议			教室	
5月31日 第一天	8:00-8:20	开班仪式			教室	
	8:20-10:00	第一章 皮划艇的起源、发展与价值	徐水强	2	教室	
		第二章 皮划艇运动教学与练习				
	10:20-12:00	第六章 皮划艇分类与装备	林权	2	教室	
		第八章 教练等级考核要求与说明				
	13:00-14:40	基础技术教学与练习	徐水强	2	公开水域	助教武林等4人
	15:00-16:40	基础桨法练习	Paulo	2	公开水域	助教林权等4人
	18:00-19:40	第四章 安全与救援	Paulo	2	教室	翻译：林权
20:00-21:40	视频教学（1、救援；2、翻滚）	2				
6月1日 第二天	8:00-9:40	救援教学（上）	Paulo	2	泳池	助教王冰等4人
	10:00-12:00	救援教学（下）		2		
	13:00-14:40	翻滚教学（上）	李晶晶	2	泳池	助教武林等4人
	15:00-16:40	翻滚教学（下）		2		
	18:00-19:40	第三章 教练与领队的相关职责	武林	2	教室	
6月2日 第三天	8:00-9:40	水上安全行驶管理规定	苏州海事局丁阳	2	教室	
	10:00-12:00	基础技术教学与练习	徐水强	2	公开水域	助教林权等4人
	12:00-13:00	水上用餐（及其它团队协作科目）	武林	1	公开水域	助教林权等4人
	13:00-17:00	长途拉练	武林	4	公开水域	助教林权等4人
	18:00-19:40	急救理论与操作（上）	王铁军	2	教室	
	20:00-21:40	急救理论与操作（下）		2		
6月3日 第四天	8:00-9:40	第五章 辨识各类水域信息及通过技巧	刘文锋	2	教室	
	10:00-12:00	辨识各类水域实践、模拟水上安全行驶训练		2	公开水域	助教林权等4人
	12:00-13:00	其它团队协作科目	林权	1	公开水域	助教武林等4人
	13:00-14:50	基础桨法教学与练习	林权	2	公开水域	助教武林等4人
	15:10-17:00	教练与领队的相关职责实践	武林	2	公开水域	助教林权等4人
	18:00-19:40	皮划艇视频分析点评（上）	徐水强 Paulo 林权		教室	
	20:00-21:40	皮划艇视频分析点评（下）		4		
6月4日 第五天	8:30-11:30	皮划艇基本技术、基本桨法、安全与救援考核、团队协作能力考核	徐水强 Paulo 林权		公开水域	督导：许亚萍
	12:30-16:30	教练员培训班成员以教练身份开展二级培训		4	公开水域	
	18:00-19:40	理论学习及理论考核内容复习（上）		4	教室	
	20:00-21:40	理论学习及理论考核内容复习（下）				
6月5日 第六天	8:00-12:00	教练员培训班成员以教练身份开展二级培训	徐水强 Paulo 林权	4	公开水域	督导：许亚萍
	13:00-17:00	理论考核，讲师评价			教室	
		总学时		60		