

附件 1:

2019 年全国羽毛球初级教练员岗位专项培训班课程计划

10 月 13 日至 22 日 (授课天数: 8 天)

承办单位: 大连视羽

序号	课程名称	培训学时	授课形式	考核学时	建议讲师
1	羽毛球基本理论	8	理论	2	肖杰
2	竞赛特点与规则	8	理论	2	刘萍萍
3	启蒙训练的课程组织与实施	4	理论	/	金超
4	基本技战术及培养要点	4	理论	2	赵剑华
5	基本技术理论的教学	20	理论及实践	6	高峻 龚睿那
6	羽毛球运动员初级选材依据及测试方法	4	理论	/	李博
7	儿童少年生长发育的特点及羽毛球运动训练	4	理论	/	金超
8	青少年运动员心理特征与训练	4	理论	/	张凯
9	青少年运动员体能与专项训练	8	理论及实践	/	孙鹏

序号	课程名称	培训学时	授课形式	考核学时	建议讲师
10	羽毛球运动与营养	4	理论	/	林华
11	常见运动损伤及急救	4	理论	/	吕东旭
12	团队文化建设	4	理论	/	张凯
13	反兴奋剂知识要点与案例分析	4	理论	2	李佳佳
共计学时		80	/	14	