附件2：

2020年全国老年人柔力球（套路）教练员、裁判员

培训班（网络）课程安排表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **时间** | **教学内容** | **授课老师** |
| 5月25日  （周一） | 9:00-11:00 | 1.《美好生活》套路简介；  2.学习《美好生活》套路第1-3节。 | 白 榕  娄步月  全文明  牛 力  刘 红  杨金星 |
| 14:00-16:00 | 1.复习《美好生活》套路第1-3节；  2.前3节重点、难点解析，答疑。 |
| 5月26日  （周二） | 9:00-11:00 | 学习《美好生活》套路第4-6节； |
| 14:00-16:00 | 1.复习《美好生活》套路第4-6节；  2.第4-6节重点、难点解析，答疑。 |
| 5月27日  （周三） | 9:00-11:00 | 学习《美好生活》套路第7-9节； |
| 14:00-16:00 | 1.复习《美好生活》套路第7-9节；  2.第7-9节重点、难点解析，答疑。 |
| 5月28日  （周四） | 9:00-11:00 | 学习《美好生活》套路第10-12节； |
| 14:00-16:00 | 1.复习《美好生活》套路第10-12节；  2.第10-12节重点、难点解析，答疑。 |
| 5月29日  （周五） | 9:00-11:00 | 新技术及难度动作专题； |
| 14:00-16:00 | 1.柔力球课程设计、教学大纲和教案的准备；  2.《美好生活》套路之教学方法汇总。 |