

附件

2023 年上海市优秀运动队教练员培训计划表

序号	培训种类	课 程	培训 时间	承办单位	培训地点	学时	授课专家
1	系列课程	体能类： 1. 基础力量训练-基础绝非简单 2. 专项化发力训练 3. 速度能力的科学化训练与评价 4. 速度训练-从理论思考到实践检验	4-6 月	竞体中心科教处	莘庄训练基地 崇明训练基地	16	张栋、潘淳浩 苑廷刚、李庆
		信息统计类： 1. 数据分析在高水平运动员训练中的意义 2. 数据分析在不同运动专项中的应用 3. 数据分析建设与发展路径	6-7 月	竞体中心科教处	莘庄训练基地	12	罗曼·福明 (Roman Fomin)
		心理类： 1. 教练员的角色特征及其在训练竞赛中调控的作用 2. 优秀运动员心理训练理论与实践 3. 教练员、运动员赛前心理准备	7-8 月	竞体中心科教处	莘庄训练基地	12	李安民
2	科技助训	1. 上海市优秀运动队训科医一体化工作情况介绍 2. 其余课程另行通知	4-12 月	竞体中心科教处	莘庄训练基地	待定	张志明 有关专家
3	名帅谈训练	1. 教练员的执教之道 2. 坚守初心逐梦想，砥砺前行担使命	6-12 月	竞体中心科教处	莘庄训练基地	8	亨克·克拉伊霍夫 (Henk Kraaijenhof) 白远韶

序号	培训种类	课 程	培训时间	承办单位	培训地点	学时	授课专家
4	分级培训	初级、中级教练员：FMS Level 1 高级、国家级教练员：FMS Level 2	9-12 月	竞体中心科教处	莘庄训练基地	4	言鼎
5	教练员大讲堂	具体内容另行通知	6-7 月	竞体中心训练处、 科教处	各训练基地	4-8	本市优秀运动队 教练员
6	运动项目专项 培训	根据项目规律由各训练单位（中心）自行组织	全年	各训练单位 （中心）	各训练单位 （中心）	自定	自定
7	自研自习	网络课程：中国大学慕课网	9-12 月	竞体中心科教处	各训练单位 （中心）	按学 习情 况计	——
		书籍自学推荐目录： （1）《运动生理学实验及体能测试指导手册》 （2）《体育的中国化与现代化》 （3）《华为数据之道》	9-12 月	竞体中心科教处	各训练单位 （中心）	4	——