

文山州2024年气排球、游泳（女子）、飞盘教练员培训日程表

日期	时间	项目	内容	地点	参加人员	授课教师	
9月11日	08:30-10:30	气排球、游泳（女子）、飞盘	报到	文山州民族体育馆	全体参训人员	高群	
	10:30-11:30	气排球、游泳（女子）、飞盘	开班仪式	文山州民族体育馆	全体参训人员	卢娅	
	14:30-17:30	气排球	气排球竞赛组织与编排	理论大课	文山市第二小学报告厅	气排球参训人员	倪铭
		游泳（女子）	（游泳组织教学法、蛙泳、自由泳技术讲解）	文山思源实验学校报告厅	游泳参训人员	陈平	
		飞盘1班、2班	理论《极限飞盘规则与比赛》	文山市第一中学报告厅	飞盘参训人员	李其霖、龙煜桐	
	19:00-21:00	气排球	气排球教练员教学	文山州民族体育馆	气排球参训人员	全体教练员	
		游泳（女子）	理论大课（救生技能讲解）	文山思源实验学校报告厅	游泳参训人员	杨瑞	
飞盘1班、2班		实践《飞盘传接盘基础教学》	文山市第一中学足球场	飞盘参训人员	刘苒、陈俊臣		
9月12日	08:30-11:30	气排球	气排球竞赛规则解读	文山市第二小学报告厅	气排球参训人员	初立伟、李春雷	
	08:30-09:59	飞盘1班	实践《飞盘比赛的组织与实践》	文山市第一中学足球场	飞盘参训人员	陈俊臣、李其霖	
	10:00-11:30	飞盘2班					
	08:30-10:59	游泳1班	水上课、初学者教法、蛙泳技术教学法	文山盘龙体育城运蒙游泳馆	游泳参训人员	赵玲玲、刀莲英、李有刚、何生平、陈平 舒巨伟、王沁江、李友松、李荔、杨瑞、孙慧茹	
	11:00-13:29	游泳2班					
	13:30-15:59	游泳1班	水上课、蛙泳训练方法及提高技术教学	文山盘龙体育城运蒙游泳馆	游泳参训人员	赵玲玲、刀莲英、李有刚、何生平、陈平 舒巨伟、王沁江、李友松、李荔、杨瑞、孙慧茹	
	16:00-18:30	游泳2班					
	14:30-17:30	气排球	气排球记录培训	文山市第二小学报告厅	气排球参训人员	郜磊	
	14:30-15:59	飞盘1班	实践《飞盘进攻技巧及基础战术》	文山市第一中学足球场	飞盘参训人员	陈俊臣、李其霖	
	16:00-17:30	飞盘2班					
	19:00-21:00	游泳1班、2班	陆上心肺复苏练习，掌握游泳溺水急救方法	文山思源实验学校报告厅	游泳参训人员	全体游泳授课教师	
		气排球	气排球教练员训练方法及原则实践	文山州民族体育馆	气排球参训人员	初立伟、李春雷	
飞盘1班、2班		理论《极限飞盘比赛欣赏与解析》	文山市第一中学报告厅	飞盘参训人员	李其霖、龙煜桐		
9月13日	08:30-11:30	气排球	气排球裁判实践	文山州民族体育馆	气排球参训人员	全体气排球授课教师	
	08:30-09:59	飞盘1班	实践《极限飞盘防守技巧及基础战术》	文山市第一中学足球场	飞盘参训人员	刘苒、陈俊臣	
	10:00-11:30	飞盘2班					
	08:30-10:59	游泳1班	水上课、自由泳教学方法（打腿技术、划手技术）	文山盘龙体育城运蒙游泳馆	游泳参训人员	赵玲玲、刀莲英、李有刚、何生平、陈平 舒巨伟、王沁江、李友松、李荔、杨瑞、孙慧茹	
	11:00-13:29	游泳2班					
	13:30-15:59	游泳1班	水上课、自由泳训练方法	文山盘龙体育城运蒙游泳馆	游泳参训人员	赵玲玲、刀莲英、李有刚、何生平、陈平 舒巨伟、王沁江、李友松、李荔、杨瑞、孙慧茹	
	16:00-18:30	游泳2班					
	14:30-17:30	气排球	气排球教练员教学指导方法	文山州民族体育馆	气排球参训人员	全体气排球授课教师	
	14:30-15:59	飞盘1班	实践《飞盘dri11跑位练习及飞盘游戏的组织》	文山市第一中学足球场	飞盘参训人员	刘苒、陈俊臣	
	16:00-17:30	飞盘2班					
	19:00-21:00	游泳1班、2班	陆上心肺复苏实操指导	文山思源实验学校报告厅	游泳参训人员	全体游泳教师	
		气排球	气排球临场实践	文山州民族体育馆	气排球参训人员	全体气排球授课教师	
飞盘1班、2班		实践《3v3、7v7飞盘实战比赛训练》	文山市第一中学足球场	飞盘参训人员	全体飞盘授课教师		
9月14日	08:30-11:30	气排球	气排球临场实践	文山州民族体育馆	气排球参训人员	全体气排球授课教师	
	08:30-09:59	飞盘1班	实践《7v7飞盘实战比赛训练》	文山市第一中学足球场	飞盘参训人员	全体飞盘授课教师	
	10:00-11:30	飞盘2班					
	08:30-10:59	游泳1班	水上课、训练课、出发转身教学	文山盘龙体育城运蒙游泳馆	游泳参训人员	赵玲玲、刀莲英、李有刚、何生平、陈平 舒巨伟、王沁江、李友松、李荔、杨瑞、孙慧茹	
	11:00-13:29	游泳2班					
	13:30-15:00	游泳1班	考核	文山州民族体育馆	气排球参训人员	全体授课教师	
	15:00-16:30	游泳2班					
	14:30-16:30	气排球					
	16:30-17:00	飞盘1班、2班	文山州民族体育馆	飞盘参训人员			
16:30-17:00	气排球、游泳（女子）、飞盘	结业典礼	文山州民族体育馆	全体参训人员	卢娅		