

江苏省体育局文件

苏体青〔2020〕8号

省体育局关于加强全省青少年体育训练基层教练员培训工作的意见（2020—2026年）

各设区市体育局，各县（市、区）体育局（文体局、教体局），南京体育学院，各训练单位，省体育科学研究所：

各级各类体校、体育特色学校和青少年体育俱乐部的教练员承担着最为基础的青少年体育训练指导工作，在培养和选拔优秀后备人才中起到至关重要的作用。当前，随着社会治理创新和科技日新月异，竞技体育发展形势和任务以及后备人才培养模式不断变化，对基层教练员提出了新的更高的要求。但我省基层教练员还存在训练思想陈旧、执教能力跟不上形势、培训针对性应用性不强等问题，业余训练质量和效益还不够高。为贯彻落实《全国各级各类体校教练员人才教育培训规划（2018—2022）》，切实改进我省基层教练员培训工作，进一步加强我省业余训练教练员队伍建设，提高青少年业余训练质量和效益，现就加强全省青少年体育训练基层教练员（以下简称基层教练员）的培训工作提出以下意见。

一、总体要求

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的十九大和十九届二中、三中、四中全会精神，认真学习贯彻习近平总书记关于体育工作的重要论述，按照体育强国建设决策部署和体育强省建设要求，坚持以人为本、统筹规划、通专结合、省市协同、分类实施的原则，全面加强基层教练员的业务培训，建立和完善我省基层教练员培训的长效机制，切实提升全省基层教练员的专业素养和执教能力，努力提高业余训练质量和效益，努力为国家和江苏培养和输送优秀体育后备人才。

二、主要目标

到 2022 年，建立健全基层教练员培训机制，以提高基层教练员基础理论水平和执教能力为目的，实现全省基层教练员进行通识知识培训全覆盖，培训 200 名专职、专项青少年基础体能教练员，开展各运动专项业务培训。全面提升基层教练员思想道德素养和专业业务能力，使其了解青少年体育训练发展方向、执教理念和最新趋势，熟练掌握开展运动训练基础理论、基础体能和基本技术训练等专业知识。

到 2026 年，形成全省基层教练员长效学习培训机制，进一步更新基层教练员的通识知识和专项业务知识，再培训 200 名专职、专项青少年基础体能教练员。实现体育、教育和社会培训机构教练员的统筹管理，建立基层教练员业务培训与执教资格、职称晋升、岗位管理等深度融合的工作体系，打造一支具备高尚职业情操、先进训练理念、完备理论素养、出色训练教学能力的基层教

练员队伍。

三、主要任务

(一) 开展通识知识培训

基层教练员通识知识培训分为全国培训和省内培训两种形式，全国教练员通识知识培训由国家体育总局青少司委托全国体育运动学校联合会组织，每期培训 15 天左右，各市根据省体育局分配名额，有计划地选派骨干教练员参加。省内培训由省体育局根据全国教练员通识知识培训教程制定全省统一培训方案，各市自行组织培训。2020—2022 年省体育局将委托全省 13 个市级体育运动学校每年各承办一期本市教练员的通识知识培训班，每市每期培训约 100 人，培训讲师由省体育局统一选派。连续三年计划培训基层教练员 4000 人，达到业余训练教练员基本通识知识培训的全覆盖。2023—2026 年，建立线上 APP 系统，采取线上和线下、自学和集中培训相结合的方式，不断深化基层教练员的通识知识和基础体能训练理论水平和执教能力。（具体内容详见附件 1）

(二) 开展基础体能知识培训

根据国家体育总局关于青少年运动训练复合型保障团队建设和业余训练打好基础要求，结合我省青少年体育训练实际和省级青少年体育竞赛改革需要，重点加强青少年体育训练专职体能教练或专项业余教练员基础体能专业知识的系统培训。运动康复类培训依托国际运动康复大会，组织部分教练员和科医保障人员进行培训。基础体能知识培训由各市选派具备体育专项业余训练

基础的人员或专项教练员参加培训，每市 10—15 人，培训人员相对固定。2020—2022 年，每年安排 4 期集中培训，每期约 50 人，进行系统培训和知识更新。通过培训使体能教练员能够较为全面掌握青少年基础体能训练的相关知识，并能承担起本市相关项目的体能训练任务。计划分两个周期进行，为全省各地培训约 400 名专职体能教练员或具有青少年基础体能训练专业知识的专项教练员，不断提高青少年基础体能的科学训练水平，夯实业余运动员体能基础，激发和发挥运动员的成长潜能。（具体内容详见附件 2）

（三）开展专项业务培训

将根据国家体育总局制定的各项目全国青少年教学训练大纲和项目竞赛规则，邀请体育院校教授、优秀专业队教练、裁判员等组成专家授课团队，每年约安排 10 个运动项目的专业业务培训，分 2020—2022 和 2023—2026 两个周期进行，每周期覆盖 30—35 个运动项目（其中教练员人数较少的项目同类型合并举办），第一个周期安排专项训练基础业务知识和专项技能培训；第二个周期为继续培训，对专项青少年训练业务知识进行更新和提高。通过两个周期专项训练业务培训实现我省开展运动项目两轮基础培训和提高培训的全覆盖。（具体内容详见附件 3）

（四）建立健全培训专家库

专家库成员由省内体育院校基础理论课和专业课教授，省优秀运动队教练员，业余训练教练员、科研人员及训练管理干部等相关方面专家组成。培训专家需具备副高级以上职称，具备较强

基础理论知识和专业业务知识，并有丰富的实践经验。也可适当聘请国内专家担任我省业余训练教练员培训讲师。逐步建立运动训练基础理论、基础体能和专项培训项目领头人制度，成立专家组，共同研究各分项培训计划、培训教材和讲义编订、集体备课等制度。规范培训要求，统一培训标准，提高培训质量。

（五）加强线上平台建设

建立基层教练员业务知识线上培训 APP，设立专项经费，用于线上 APP 开发建立及信息资料更新及维护、专家聘请、教材和讲义编写等工作。构建线上常态化学习和集中培训相结合的教练员培训体系，丰富我省基层教练员的专业业务知识和执教能力学习的形式和内涵。

四、保障措施

（一）健全工作机制。省体育局青少年体育处具体负责全省基层教练员培训工作的整体规划和各专项业务培训计划的制定，以及培训组织、培训考核和经费安排工作。省体育局青少年训练与反兴奋剂管理中心协助做好全省基层教练员培训工作的具体实施。省体育局各运动项目管理中心积极配合做好本项目专项培训计划制定、培训课程设置、培训讲师安排、优秀运动队训练课观摩，并协助做好本项目基层教练员培训工作具体实施等相关工作。

（二）建立轮训机制。各设区市体育局要根据本地运动项目开展和教练员队伍实际，统筹做好国家体育总局和省体育局组织的各类基层教练员培训班的报名和参训组织工作，并积极做好承接培训班的各项服务保障工作；要制定配套的本市教练员培训计

划，并安排一定的工作经费，切实保障教练员培训工作的顺利进行。为保证培训的实效性和覆盖面，当年报名参加省级以上培训的教练员原则上应只能安排1次，最多不得超过2次。

(三)完善考核机制。完善基层教练员执教资格、职称晋升、体系建设、岗位管理等考核评估制度。将基层教练员培训考核情况和教练员资格注册、年度省级竞赛报名、职称晋升以及体校综合评估和高水平后备人才基地创建等工作结合起来，充分调动广大基层教练员参加培训的积极性。

- 附件：1. 基层教练员通识知识培训内容
2. 基层教练员基础体能知识培训内容
3. 基层教练员专项业务培训内容



附件 1

基层教练员通识知识培训内容

类别	模 块	课 程 设 置	集中培训	线上培训
通识知识培训	教练员执教素养	体育概论		
		教练员职业道德	√	
		教练员知识能力结构		√
		体育政策法规		√
	运动训练基础理论	青少年身心发育特征		√
		运动训练学	√	
		青少年基础力量和体能训练原理及方法	√	
		运动生理学	√	
		运动心理学	√	
		体育统计学		
		运动医学		√
		运动营养学		√
		运动生物学		√
		教育学	√	
	工具知识	学校体育学		√
		语言（口头、书面、写作、阅读）		√
		计算机（体育信息技术）		√

附件 2

基层教练员基础体能知识培训内容

类别	模块	课 程 设 置	集中培训	线上培训
基础体能知识培训	基本理论知识 (2020年)	青少年体能训练执教素养与执教理念	√	
		青少年身体发育特征与训练敏感期规律	√	
		功能解剖与青少年身体训练	√	
		青少年体能训练科学选材育才理论与实践	√	
		幼儿动作发展与早期运动兴趣培养		√
		青少年运动技术原理与分析		√
		青少年运动膳食营养理论与实践		√
	理论与实践 (2021年)	青少年运动员体能训练理论	√	
		青少年运动员体能训练之力量	√	
		青少年运动员体能训练之速度	√	
		青少年运动员体能训练之耐力	√	
		青少年运动员体能训练之动作准备与恢复再生	√	
		青少年运动员体能训练之灵敏与协调	√	
		青少年运动员体能训练之爆发力	√	
	应用与实践 (2022年)	青少年体能训练长期规划与计划实施		√
		青少年体能训练之基础体能大项类	√	
		青少年体能训练之交手对抗类	√	
		青少年体能训练之集体球类	√	
		青少年体能训练之隔网对抗类	√	
		青少年体能训练之表现唯美类	√	
		青少年运动训练伤病防治	√	
		青少年运动员常见运动损伤的防治		√

附件 3

基层教练员专项业务培训内容

类 别	模 块	课 程	集中培训	网上教学
专项业务培训	专项基础	运动项目起源与发展趋势		√
		专项技术训练理论与实践	√	
		专项战术训练理论与实践	√	
		专项体能训练理论与实践	√	
		专项竞赛规则与裁判法	√	
		专项运动技能	√	
	训练管理	专项训练计划制定与实施	√	
		训练内容与方法选择		√
		训练调控与效果评定	√	
		运动队管理		√
		运动损伤防治与康复		√
		体教融合（体教融合中教练员的角色定位）		√
	科学选材	科学选材理论与实践	√	
		专项运动能力测量与评价		√
		后备人才管理系统应用		√
	参赛管理	参赛预案和临场指挥预案的制定与实施	√	
		备战训练设计		√
		临场指挥艺术		√
	科研创新	科研创新意识与能力		√
		体育科研方法		√
		科研论文撰写		√

信息公开类别：主动公开

抄送：省教育厅，南京师范大学体育科学学院，苏州大学体育学院，
扬州大学体育学院，江苏师范大学体育学院。

江苏省体育局办公室

2020年6月8日印发
