附件1

**（一）课程安排**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 时间 | 内容 | 主讲人 |
| 10月23日 | 7:30-8:30 | 早餐 |
| 8:30-9:00 | 培训班开班仪式 | 相关领导出席并讲话 |
| 9:00-10:30 | 科学的训练与监控 | 冯连世 |
| 10:45-12:00 | 当前世界竞技运动训练科学化发展趋势和应对策略 | 陈小平 |
| 12:00-14:00 | 午餐、休息 |
| 14:00-15:30 | 高温环境下训练和比赛的应对策略 | 赵杰修 |
| 15:45-17:15 | 精英运动员体能优化策略与实践 | 闫琪 |
| 17:15-19:00 | 晚餐、休息 |
| 19:00-20:00 | 交流座谈 | 陈小平、闫琪 |
| 10月24日 | 7:30-8:30 | 早餐 |
| 8:30-10:00 | 运动员科学系统训练过程中的心理训练与赛前心理调节 | 张忠秋 |
| 10:15-11:45 | 合理营养：科学训练的保证 | 伊木清 |
| 12:00-14:00 | 午餐、休息 |
| 14:00-15:30 | 优秀运动员的注意控制 | 张力为 |
| 15:45-17:15 | 集体球类项目技战术分析与反馈 | 霍科林 |
| 17:15-19:00 | 晚餐、休息 |
| 19:00-20:00 | 交流座谈 | 张忠秋、霍科林 |
| 10月25日 | 7:30-8:30 | 早餐 |
| 8:30-11:45 | 体能康复的科学化训练的思考与实践 | 陈方灿 |
| 11:45-12:15 | 结班仪式，颁发证书 |
| 12:15-14:00 | 午餐、离会 |

附件2

**2018年全国竞技体育科学化训练高级研修班报名表**

**单位（盖章）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓名 | 性别 | 身份证号 | 工作部门 | 职务及职称 | 运动专项 | 手机号码 | 是否住宿 |
|  |  |  |  |  |  |  | □是 □否 |
|  |  |  |  |  |  |  | □是 □否 |
|  |  |  |  |  |  |  | □是 □否 |

注：1.请各单位将推荐人员进行排序，以便优先录取学员； （此表复制有效）

2.务必将联系电话填写详细。

填表人： 电话： 填报日期：