附件1： **日 程 安 排**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **日 期** | **时 间** | **内 容** | **授课人** | **单位** |
| 6月26日  （周日） | 全天 | 报 到 |  | 教练员学院  冬季中心 |
| 6月27日  （周一） | 8:30—9:00 | 开班典礼 |  | 教练员学院  冬季中心 |
| 9:00—12:00 | 自由式滑雪空中技巧项目特征与最新发展趋势 | 牛雪松 | 沈阳体育学院教授 |
| 14:30—17:30 | 自由式滑雪空中技巧青少年各年龄阶段目标任务、训练方法与负荷安排 | 纪 冬 | 沈阳体育学院教授 |
| 6月28日  （周二） | 8:30—11:30 | 自由式滑雪青少年心理特点与心理训练安排 | 张力为 | 北京体育大学教授 |
| 14:30—17:30 | 自由式滑雪空中技巧体能训练理论与方法 | 牛雪松 | 沈阳体育学院 教授 |
| 6月29日  （周三） | 8:30—11:30 | 自由式滑雪青少年竞赛规则与竞赛组织 | 邱招义 | 北京体育大学教授 |
| 14:30—17:00 | 青少年运动员训练与赛后的营养与恢复 | 曹建民 | 北京体育大学教授 |
| 17:00—17:30 | 结业仪式 |  | 教练员学院  冬季中心 |
| 6月30日  （周四） | 12:00中午 | 离会 | | |