

中国体育科学学会

体科学字（2023）53号

中国体育科学学会关于举办第十二期 体能训练师培训班的通知

有关单位、学会会员：

为充分发挥体能训练在竞技体育、大众健康等领域的积极作用，进一步提高科学化体能训练水平，打造一支为我国竞技体育与全民健康服务、与国际体能训练接轨的人才队伍，中国体育科学学会（以下简称学会）将于2024年1月举办第十二期体能训练师培训班。学会汇集了我国体能训练领域理论与实践高水平、权威性、公信力的专家进行授课，为各位学员提供满足我国竞技体育高水平体能训练需求、针对中国人体质特征的健康体能需求，与国际体能训练科学体系接轨的体能训练理论与实践优质课程。现将有关事宜通知如下：

一、培训目标

中国体育科学学会体能训练师认证体系注重运动科学和体能训练实践的高度融合，实现知识考核和能力培养相统一，强化国际体系和中国需求高度对接。通过系统的培训及严格的认证，体能训练师应掌握基础的运动科学知识及多样化的训练方法，具备独立制定体能训练计划及执行、指导、监控、评价体能训练的能力，实现体能训练的安全性、系统性和科学性。

二、教学安排

（一）线上理论课

学员报名成功后即可于线上培训平台开始理论课程学习，全部课程视频须在1月11日前完成学习。

（二）线下实践课及考核

时间：2024年1月12-14日

地点：湖南体育职业学院

三、培训对象

参与报名的人员须同时具备以下三个条件：具有体能训练、体育教育、运动训练、运动人体科学、运动医学、运动康复及相关专业专科及以上学历；持有中国体育科学学会体能训练分会会员证书（关注中国体育科学学会微信公众号，即可申请加入会员）；持有有效急救证书（CPR）。

四、培训内容

体能训练师认证培训的内容分为两大板块：体能训练的运动科学基础、体能训练的实践应用，共涉及到17个专题，总计72个学时，其中线上理论培训共计48学时，线下实操培训共计24学时，本次线上理论具体培训内容安排如下：

课程类型	课程名称
前言	体能训练基本概论
运动训练的 科学基础	体能训练的运动生理学基础
	体能训练的功能解剖学基础
	体能训练的生物学基础
	体能训练的运动营养基础

	体能训练的运动心理
体能训练的 实践应用	体能测评理论与应用
	柔韧性及运动拉伸训练理论与应用
	抗阻训练的理论与应用
	核心区训练理论与应用
	快速伸缩复合训练理论与应用
	灵敏性及多向速度训练理论与应用
	有氧耐力训练理论与应用
	体能训练中的伤害防护
	运动恢复的理论与应用
	特殊人群体能训练理论与应用
	体能训练计划制定的理论与应用
	体能教练执教之道

五、考核认证

完成全部理论和实操培训将颁发结业证书（电子版），并可参加认证考核，考核合格者将由中国体育科学学会颁发体能训练师证书，考核不合格者给予一次补考机会。

六、培训与考核认证费用及交纳方式

（一）培训与考核认证费用

培训与考核认证费用：5000 元/人（包含理论、实践、考核）

（二）线下培训期间的费用

食宿自行安排，食宿费与差旅费自理。

（三）培训与考核认证费用交纳方式

个人在线支付。个人通过缴费报名系统在线支付，电脑、手机端在线支付均含招商银行、建设银行、工商银行、平安银行、兴业银行、交通银行、浦发银行、光大银行、渤海银行。此外电脑端还可使用支付宝付款。

(四) 培训费发票

1. 学会在培训结束后 7 个工作日内统一开具培训费电子发票，发送至参训人员预留在报名系统中的电子邮箱中。

2. 一笔付款只开一张发票。

3. 培训开始后，中国体育科学学会将不再接受修改发票，请所有参训人员在报名系统内准确、详细地填写电子邮箱及相关发票信息。

七、培训报名与报到

(一) 报名

请查看下方报名网址并登录该网址，注册学员账号，按照网上报名步骤填写报名信息，添加学历证书、急救证书及会员证书扫描件，报名后等待审核，审核完成后进行缴费并等待确认，后台确认缴费成功后将显示报名成功，报名以显示报名成功为准。报名成功后请尽快扫描二维码加入培训群并开始学习，报到时间地点将在培训群内发布。

报名网址：

电脑端报名与缴费：

<http://59.108.91.245/sps/preExaminee/login.jsp>

手机端报名与缴费：

<http://59.108.91.245/sps/mv/index.html>

手机端报名和缴费二维码：



（二）报到

具体线下考培报到的时间、地点将在学员微信群中另行通知。

八、重要提示

1. 线下培训期间请严格执行举办地和举办单位的防疫规定。
2. 报名缴费完成并开始线上课程学习后将不再接受退费申请。

九、联系方式

战鹏旭 电话：010-87182546

