

国家体育总局社会体育指导中心

社体字〔2021〕155号

体育总局社体中心关于举办 2021 年中国 跳绳段位制线上培训班通知

各有关单位：

为推广《中国跳绳段位制（试行）》，引导各级跳绳教练员科学、有效进行段位内容教学训练，体育总局社体中心决定举办 2021 年中国跳绳段位制线上培训班，有关事项通知如下：

一、主办单位：

国家体育总局社会体育指导中心

二、承办单位：

全国跳绳推广委员会

三、协办单位：

上海大健石体育文化传播有限公司

四、培训时间：

（一）段位制初级培训班：2021 年 5-12 月每月的第二周，周一至周三 19:00-22:00（共计 9 个课时）为一个课程，周五晚上 19:00-20:00 考核；

（二）段位制中级培训班：2021 年 5-12 月每月的第三周，周

一至周三 19:00-22:00（共计 9 个课时）为一个课程，周五晚上 19:00-20:00 考核

（三）段位制高级培训班：2021 年 5-12 月每月的第四周，周一至周三 19:00-22:00（共计 9 个课时）为一个课程，周五晚上 19:00-20:00 考核

五、培训方式：

网络直播+录播课程+在线课后习题+视频实践打卡+在线考核。

六、培训对象：

（一）有学习、了解中国跳绳段位制教学训练方法意愿的各级教练员。初、中、高级教练员可分别对应参加段位制初、中、高级培训。

（二）全国各大、中、小学体育教师；

（三）全国高校师范、体育类热爱跳绳的大学生；

（四）全国各地年满 18 周岁的跳绳爱好者。

七、培训内容：

（一）段位制初级培训班：

1. 中国跳绳段位制段前级、段位 1-3 段速度计数方法、教学及训练方法，评分规则及分级分段标准；

2. 中国跳绳段位制段前级、段位 1-3 段花样规定套路—单个动作讲解、动作衔接要点；

3. 中国跳绳段位制段前级、段位 1-3 段花样规定套路—成套动作演示；

4. 中国跳绳段位制开展方法；

（二）段位制中级培训班：

1. 中国跳绳段位制段位 4-6 段速度计数方法、教学及训练方法，评分规则及分级分段标准；

2. 中国跳绳段位制段位 4-6 段花样规定套路—单个动作讲解、动作衔接要点；

3. 中国跳绳段位制段位 4-6 段花样规定套路—成套动作演示；

4. 中国跳绳段位制开展方法；

（三）段位制高级培训班：

1. 中国跳绳段位制段位 7-9 段速度计数方法、教学及训练方法，评分规则及分级分段标准；

2. 中国跳绳段位制段位 7-9 段花样规定套路—单个动作讲解、动作衔接要点；

3. 中国跳绳段位制段位 7-9 段花样规定套路—成套动作演示；

4. 中国跳绳段位制开展方法；

八、培训证书：

经培训和资格审核，考试合格者，将获得国家体育总局社会体育指导中心颁发的中国跳绳教练段位制内容学习结业证书。

九、培训费用：

（一）服务费：

1. 段位制初级培训班：800 元/人（含授课费、物料费、证书费）；

2. 段位制中级培训班：900 元/人（含授课费、物料费、证书费）；

3. 段位制高级培训班：1000 元/人（含授课费、物料费、证书费）。

十、培训报名：

（一）请所有学员在每次开班前三天扫描以下二维码报名并缴费，费用由上海大健石体育文化传播有限公司代收。



（二）联系方式：

1. 上海大健石体育文化传播有限公司：王智丽 13918698526

2. 全国跳绳推广委员会：戴永琴 18918965812

3. 对公转账账号：

户 名：上海大健石体育文化传播有限公司

账 号：121910540310802

开户行：招商银行上海分行大连路支行

十一、注意事项：

（一）报名缴费完成即算报名成功，一经报名成功，若由于自身原因导致不能参与培训，相关费用不退；

（二）请参加培训人员自行购买保险。

十二、未尽事宜，另行通知。

