

中国中学生体育协会

中体协[2017]50号

关于举办 2017 CSSF-NBA 校园篮球教练员

培训班的通知

中国中学生体育协会篮球分会各会员单位：

为促进中国中学生篮球运动的发展，提高校园篮球教练员的执教水平，中国中学生体育协会将于 2017 年 6 月 27 日—7 月 1 日在东北师范大学附属中学举办“2017 CSSF-NBA 校园篮球教练员培训班”。本届培训班由美国职业篮球联赛（NBA）选派高水平教练员组成培训团队。现将有关事宜通知如下：

一、培训组织单位：

- （一）主办单位：中国中学生体育协会
- （二）承办单位：吉林省教育厅
- （三）协办单位：东北师范大学附属中学

二、培训时间、地点：

- （一）报到时间：2017 年 6 月 26 日 18:00 前。
- （二）培训时间：2017 年 6 月 27 日—7 月 1 日，为期五天。
- （三）离会时间：2017 年 7 月 2 日 12:00 前。
- （四）培训地点：东北师范大学附属中学（吉林省长春市朝阳区自由大路 506 号）。

三、培训对象：

(一) 凡参加“2016-2017 中国初、高中篮球联赛”第二阶段比赛的球队教练员必须参加本次培训。

(二) 凡参加第十三届 CSBA 全国中学生篮球锦标赛的球队教练员必须参加本次培训。

(三) 中国中学生体育协会篮球分会会员学校及其他普通中学教练员均可报名参加。

四、培训内容: (见附件 1)

五、费用:

交通费自理; 食宿费每人 1800 元 (含六天), 培训费用由主办单位负责。

六、报名办法:

各教练员请将填写好的《报名表》(见附件 2), 加盖单位公章, 邮寄至东北师范大学附属中学, 并将电子版发送至邮箱 1976932352@qq.com。报名截止日期为 2017 年 6 月 10 日 (以邮戳日期为凭), 逾期不予补报。

报名同时需缴纳 500 元报名保证金, 转账户名: 长春滔博体育文化传播有限公司, 开户行: 长春南关惠民村镇银行有限责任公司, 账号: 1040170121015200008889。报到后, 保证金抵扣食宿费, 截止时间为 6 月 10 日。

邮寄地址: 吉林省长春市朝阳区自由大路 506 号东北师范大学附属中学体育组; 联系人: 李明洁, 联系电话: 18686544511。

七、报到地址及联系方式:

长白山宾馆（吉林省长春市新民大街 1448 号）；报到联系人：
刘谅，联系电话：13944075277。

八、其他事项：

（一）各教练员一律自带运动服、运动鞋（教学课需要）；

（二）凡参加培训班的教练员，请务必自行办理在此期间的人身意外伤害保险（含往返途中）；

（三）报到时需签订《安全承诺保证书》。

特此通知。

附件：1. 课程表

2. 2017 CSSF-NBA 校园篮球教练员培训班报名表



附件1:

课 程 安 排

(长春 6.27—7.1)

日 期	时 间	授课人	讲授专题	地点
6 月 26 日	全天		学 员 报 到	
6 月 27 日	9:30—11:30		传球技术训练体系 半场人盯人防守体系理论与方法 1-2-2 和 2-2-1 全场紧逼防守的训练原则及训练 方法的理论分析	On-Court 篮球场
	15:00—17:00		1-2-2 和 2-2-1 全场紧逼防守的训练方法及训练 过程实践演示 传球技术训练方法、手段 半场人盯人防守体系的训练	On-Court 篮球场
6 月 28 日	9:30—11:30		1-2-2 和 2-2-1 全场紧逼防守的训练原则及训练 方法的理论分析 进攻无球队员的移动方法与理论 半场人盯人防守体系理论与方法	On-Court 篮球场
	15:00—17:00		1-2-2 和 2-2-1 全场紧逼防守的训练方法及训练 过程实践演示 进攻无球队员的移动方式与跑位 半场人盯人防守体系的训练	On-Court 篮球场
	19:00—20:30	教研组	研讨（一）	
6 月 29 日	9:30—11:30		快攻及衔接段进攻的训练方法及理论 半场 3-2 对位联防的防守体系理论与方法 比赛最后时刻的战术打法分析	On-Court 篮球场
	15:00—17:00		快攻及衔接段的训练及方法演示 半场 3-2 对位联防的防守体系的训练 比赛最后时刻的战术训练演示	On-Court 篮球场
	19:00—20:00		自学	
6 月 30 日	9:30—11:30		青少年篮球运动员体能测试概览 Player evaluation and interpretation. 青少年篮球运动员评估和解释 Combine overview	On-Court 篮球场
	15:00—17:00		青少年篮球运动员 In-season training 赛季中 体能训练、Pre-practice warm-up 训练前热身 理论与实践青少年篮球运动员 Post-practice recovery 训练后恢复理论与实践	On-Court 篮球场
	19:00—22:00	教研组	研讨（二）	

7 月 1 日	9:30—11:30		青少年篮球运动员 In-season training 赛季中 体能训练、Pre-practice warm-up 训练前热身、 Post-practice recovery 训练后恢复实践演示 与示范	On-Court 篮球场
	15:00—17:00		带球/非带球热身；热身与伤病防护； 篮球运动体力、力量及爆发力训练； 训练后的伸拉与灵活性 Warmups with/without ball; Warmups and Injury Prevention; Basketball specific strength, power and explosion; Post workout flexibility	On-Court 篮球场
7 月 2 日	12: 00 前		学员离会	

附件2:

2017 CSSF-NBA 校园篮球教练员培训班报名表

所在学校				身高	
姓 名		性别		年 龄	
职 务				体重	
手 机			传 真		
电话（办）			邮 编		
通信地址					
电子邮箱					
单位意见 （盖章）					

年 月 日