

吉林省体育局文件

吉体科字〔2026〕4号

吉林省体育局关于举办 2026 年基层教练员 岗位培训的通知

各市（州）体育行政部门，长白山管委会体育行政部门，各县（市、区）体育行政部门：

为深入推进体育强省建设，夯实吉林省竞技体育与青少年体育发展根基，全面提升基层教练员科学训练理念、运动损伤防控常识、专业素养与执教水平，省体育局决定举办 2026 年基层教练员岗位培训班。现将有关事项通知如下：

一、主办单位

吉林省体育局

二、协办单位

吉林省体育医院

吉林省体育科学研究所

吉林省体育局夏季竞技运动保障中心

三、培训对象

全省市、县两级体校、运动队基层在岗、带队教练员，每个市州 5 人，其中，县区体校教练员不少于 3 人。

四、培训目标

掌握体能训练基础理论，更新传统训练观念；能独立制定科学训练计划；具备运动损伤预防、现场处置、赛后恢复、分层训练指导能力；强化教练员职业道德、安全意识、反兴奋剂意识与执教规范，打造专业化、规范化基层教练队伍。

五、培训时间

2026 年 8 月 11 日-13 日，为期 3 天。每日授课：8:30 - 12:00、14:00 - 17:30，研讨：19:00-20:00。

本次课开设线上同步直播通道，仅作为远程学习参考使用。线上参训学员不参与结业考核、不发放结业证书，仅线下全程参训并考核合格者颁发结业证书。

六、培训地点

理论课：吉林省体育局训练保障中心（雪立方六楼）；

技能课：夏保中心田径训练场馆。

七、培训形式

1. 理论授课：专家课堂讲解、案例分析、政策解读；
2. 实操教学：现场示范、分组练习、模拟带训；
3. 分组研讨：交流基层训练难点、经验分享、问题答疑；

八、师资配置

1. 国家级专家，服务国家队体能、康复专家；
2. 吉林省省级专业队资深体能教练、国家级教练员；
3. 省反兴奋剂中心国家级纯洁体育讲师。

九、核心培训课程（总 24 学时）

1. 常见运动损伤与应急处置；
2. 现代体能训练的前沿理念与执教素养；
3. 体能训练计划设计与周期安排；
4. 整合式训练实操；
5. 教练员职业道德、执教行为规范、安全管理要求；
6. 反兴奋剂基础知识、宣传教育与行为准则。

十、实施流程

（一）报名

各市（州）体育局组织辖区内教练员报名并填写《基层教练员培训报名表》（附件 2）统一汇总报送。

本次报名截止时间为 2026 年 7 月 31 日下午 16:00，逾期不再受理报名。

联系方式：

宋蔚 19847417186



（二）报到

参训人员于 8 月 10 日下午 14:00-17:00 到省体育局综合训练馆（雪立方）报到。报到时自带运动服、运动鞋和饮水杯。

（三）集中授课和课后安排

1. 严格执行考勤制度，不得无故缺席、迟到、早退，缺课 1/3 不发结业证；培训期间严禁外出饮酒，一经发现取消培训资格，通报派出单位。

2. 理论课做好笔记，实操课全员参与、分组演练。

（四）结业

考核合格者，颁发吉林省基层教练员岗位培训结业证书；考核不合格者不予发证。

十一、经费

1. 培训经费由省体育局负责，包含参训学员食宿、讲师授课费、场地租赁、器材耗材等；长春市内学员不安排住宿。

2. 参训学员免收培训费，往返交通由派出单位承担。
此通知。

附件： 1. 2026 年基层教练员体能培训日程表
2. 2026 年基层教练员体能培训报名表



附件 1

2026 年全省基层教练员岗位培训日程表

日期	时间	主题	主讲人
8 月 10 日 (周 一)	14: 00-15: 30	报到	
8 月 11 日 (周 二)	8: 30-9: 00	开班仪式	赵鹏 康复大学
	9: 00-12: 00	《常见运动损伤与应急处置》	
	14: 00-17: 00		
	19: 00-20: 00	分组讨论 复盘当天课程	各组组长
8 月 12 日 (周 三)	8: 30-11: 30	《现代体能训练的前沿理念与执教素养》	牛雪松 沈阳体院
	14: 00-17: 00	《体能训练计划设计与周期安排》	魏铭 沈阳体院
	19: 00-20: 00	分组讨论 复盘当天课程	各组组长
8 月 13 日 (周 四)	8: 30-11: 30	《整合式训练实操》	魏铭 沈阳体院
	14: 00-16: 00	教练员职业道德、执教行为规范、安全管理要求	张守伟 东北师范大学
	16: 00-17: 00	反兴奋剂基础知识、宣传教育与行为准则	丁俊华 省反兴奋剂中心
	19: 00-20: 00	分组讨论 复盘当天课程	各组组长
8 月 14 日 (周 五)	12: 00 以前	离会	

附件 2

2026 年全省基层教练员岗位培训报名表

单位（盖章）：

序号	姓名	民族	性别	出生年月	工作单位	学历	职称/职务	项目	联系方式
1									
2									
3									
4									
5									

填表人：

联系方式：