

# 关于举办第二届长三角教育系统 跳绳教练员（裁判员）培训班暨长三角学校 跳绳公开赛的通知

各有关单位：

为加强长三角教育系统跳绳教练员和裁判员队伍建设，提高跳绳教练员和裁判员业务水平，推动跳绳活动在长三角地区学校的开展。经研究，特举办第二届长三角教育系统跳绳教练员（裁判员）培训班暨长三角学校跳绳公开赛。现将有关具体事项通知如下：

## 一、指导单位

安徽省毽球跳绳协会

## 二、主办单位

巢湖学院工会

巢湖学院国际交流与继续教育学院

巢湖学院体育学院

## 三、承办单位

安徽排球学院（安徽省企事业单位职工体育联盟秘书处）

## 四、协办单位

安徽灵跃体育文化传播有限公司

## 五、时间、地点

时间：4月19日-21日。（4月19日下午报到，4月20日

上午至 21 日下午培训及比赛。) 地点：巢湖学院。联系人：黄丽然，联系电话：15347340225；

## 六、参加人员

### (一) 培训

- 1.长三角高校和中小学工会负责人或工作人员；
- 2.长三角高校和中小学教职工；
- 3.长三角高校体育专业在读学生；

注意:报考国家跳绳中级教练员的学员，须获得国家跳绳初级教练员证书;报考国家跳绳二级裁判员的学员，须获得国家跳绳三级裁判员证书。

### (二) 比赛

- 1.长三角学校教职工及子女（甲组及亲子组）；
- 2.长三角高校非体育专业在读学生（乙组）；
- 3.长三角高校体育专业在读学生（丙组）；

参加比赛的运动员可以不报名参加培训活动，无需缴纳培训费用。

## 七、培训内容

- (一) 运动项目现状及发展情况介绍；
- (二) 竞赛规则；
- (三) 全国跳绳初级教练员考核标准学习；
- (四) 4-12 岁教学基本原理、基本授课手段、训练设计；
- (五) 速度跳的基本技术与训练方法；

(六) 常见跳绳错误动作及纠正方法；

(七) 全国少儿跳绳示范套路培训、音乐跳绳操教学。

## 八、考核内容

(一) 理论考试

(二) 实践考试

## 九、比赛项目和组别

(一) 比赛项目

1. 一分钟单摇跳绳；

2. 30秒双摇跳绳；

3. 一分钟亲子单摇跳绳（教职工及其子女各计时一分钟）；

4. 一分钟亲子一带一跳绳。

(二) 组别

1. 长三角高校非体育专业在读学生参加甲组比赛；

2. 长三角高校体育专业在读学生参加乙组比赛；

3. 长三角学校教职工参加丙组比赛，教职工子女参加亲子组比赛。

(三) 各组别资格要求

1. 甲组：长三角地区普通本科高校非体育类专业的大学生(含研究生及专科阶段的大学生，下同)以及愿意参加甲组比赛的普通高职高专院校非体育类专业的大学生；

2. 乙组：长三角地区有体育类专业高校的体育教育专业本科生、研究生或专科生，以及愿意参加乙组比赛的社会体育指导与

管理专业和休闲体育专业学生；

3.丙组：长三角地区学校在职教职工；

4.亲子组：长三角地区学校在职教职工及其子女（需初三及以下学段在读）。

## 十、经费

（一）各培训学员和参赛运动员 2 天食宿、往返酒店及培训地点的交通由组委会统一安排，费用由学员和参赛运动员自理。入住东庵森林公园酒店（由安徽环巢湖生态发展有限公司开具住宿费发票）的食宿标准为标准间 300 元/人/天（入住 2 人），单间为 450 元/人/天（入住 1 人）（以上费用均含早中晚餐费用，参加教职工亲子组比赛的教职工及其子女统一安排入住单间大床房或标准间双床房，收费标准为单间收费标准，教职工子女不收取住宿费，不足部分由培训主办单位支出。）。学员及参赛运动员凭学生证入住合肥职业技术学院招待所，住宿标准为标准间 25 元/人/天，单间为 50 元/人/天（该费用只含住宿费，不含早中晚三餐餐费。不足部分由主办单位支付）。巢湖本地学员和运动员不安排住宿，不缴纳食宿费用。

（二）培训服务费：含培训费、培训物料、证书工本费、教材费等。

1.初级教练员培训：1000 元/人；

2.三级裁判员培训：1000 元/人；

3.中级教练员培训：1200 元/人；

4.二级裁判员培训:1200 元/人。

长三角教育系统教职工及高校在读学生可享受八折优惠（初级教练员或三级裁判员 800 元 / 人；中级教练员或二级裁判员 960 元 / 人）。

（三）请参训学员在报名时通过银行转账的形式缴纳培训费（备注单位+学员姓名+跳绳培训），账户信息如下（需要开具发票的，请注明开票单位名称和识别号。需要发票进行报销转账的可在培训结束后进行对公转账汇款。）：

账户名:安徽灵跃体育文化传播有限公司

开户银行：中国建设银行合肥濉溪路支行

公司账号：34050146450800000583

## 十一、有关要求

（一）参加培训班人员报到时请出示身份证原件、学生证原件、现有等级证书原件（报考中级或二级需要出示）和《自愿参加责任书》；

（二）签到时准备 1 寸蓝底免冠证件照片 4 张；

（三）学员自备运动鞋、运动服并自行购买保险；

（四）比赛跳绳自备，跳绳材料指定竹节绳（品牌不限）。

## 十二、报名方法及表格

各有关单位将培训学员和参赛选手报名表填好后于 4 月 12 日前将报名表电子版发 2514015274@qq.com 邮箱。完成报名的学员进 qq 群 771336524，关于活动的相关事宜将在群里通知。

### 十三、报到

报到地点：各入住宾馆大厅

报到时间：4月19日下午13点至18点

### 十四、培训证书

经培训和资格审核，考试合格的教练员裁判员，将获得国家体育总局社会体育指导中心颁发和盖章的相应等级的教练员裁判员证书。经考核合格后获得巢湖学院国际交流与继续教育学院盖章的继续教育结业证书，继续教育结业证书注明学员参加培训的天数和培训学时。

### 十五、比赛录取名次与奖励办法

(一) 1-8名为一等奖，9-16名为二等奖，17-32名为三等奖并颁发证书，前三名颁发金、银、铜牌。

(二) 旁听完本次培训全部课程并获跳绳比赛三等奖及以上运动员可获得巢湖学院国际交流与继续教育学院盖章的继续教育结业证书，继续教育结业证书注明参加培训的天数和培训学时。

(三) 获各组别一等奖运动员将获得由安徽灵跃体育文化传播有限公司奖励的专业跳绳一根。



巢湖学院工会

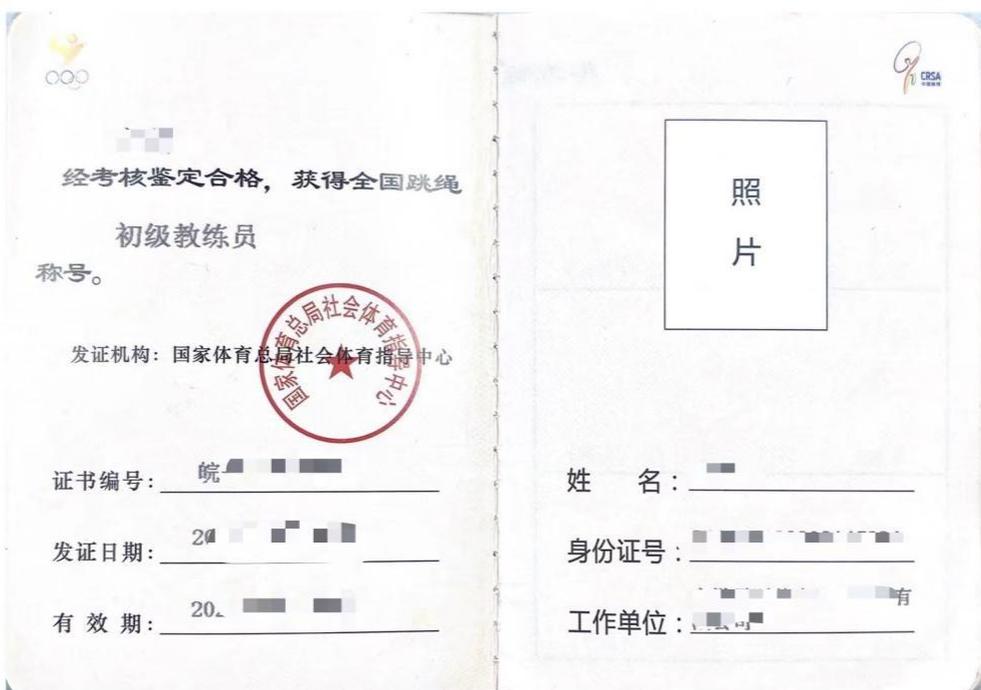
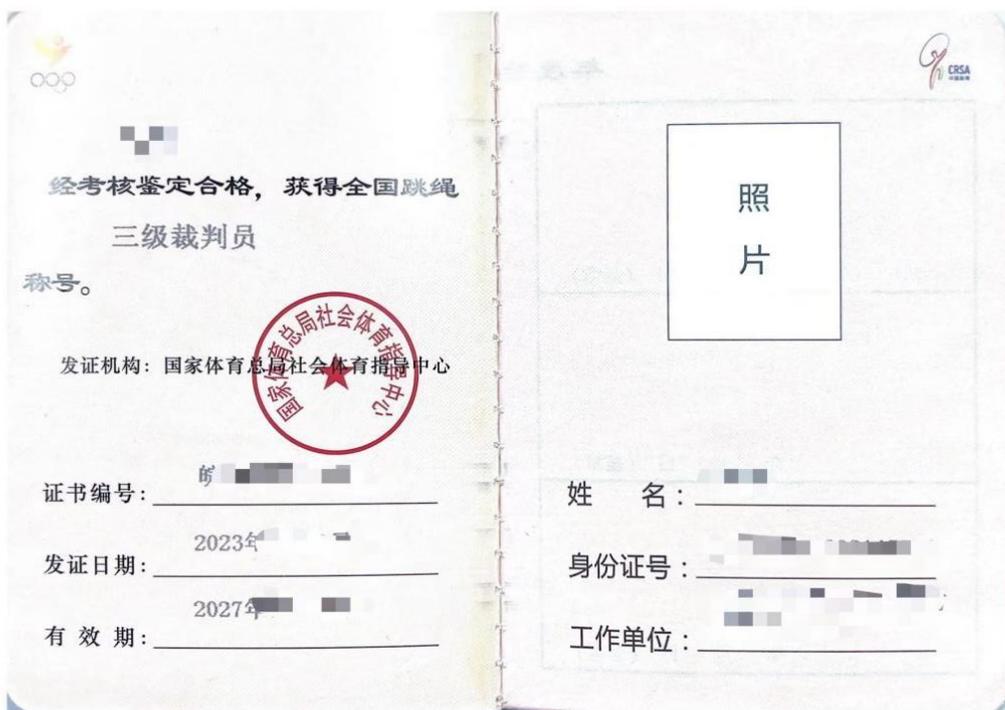


巢湖学院体育学院



巢湖学院国际交流与继续教育学院

2024年3月26日





经考核鉴定合格，获得全国跳绳

中级教练员  
称号。

发证机构：国家体育总局社会体育指导中心



证书编号： 皖 [redacted]

发证日期： 2020年07月11日

有效期： [redacted]



姓名： [redacted]

身份证号： [redacted]

工作单位： [redacted] 有限公司



巢湖学院  
CHAOHU UNIVERSITY

# 学习证书

Certificate of Participation



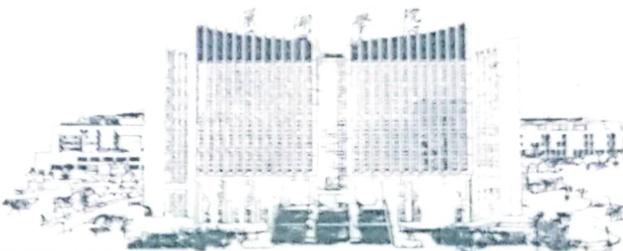
同志于2023年3月4日至2023年3月5日参加巢湖学院举办的2023年长三角教育系统跳绳教练员(裁判员)培训班,已完成16学时的课程学习,成绩合格,特发此证。

证书编号

10380202



德学并举



知行合一



「合肥●巢湖」  
东庵森林贵宾楼酒店

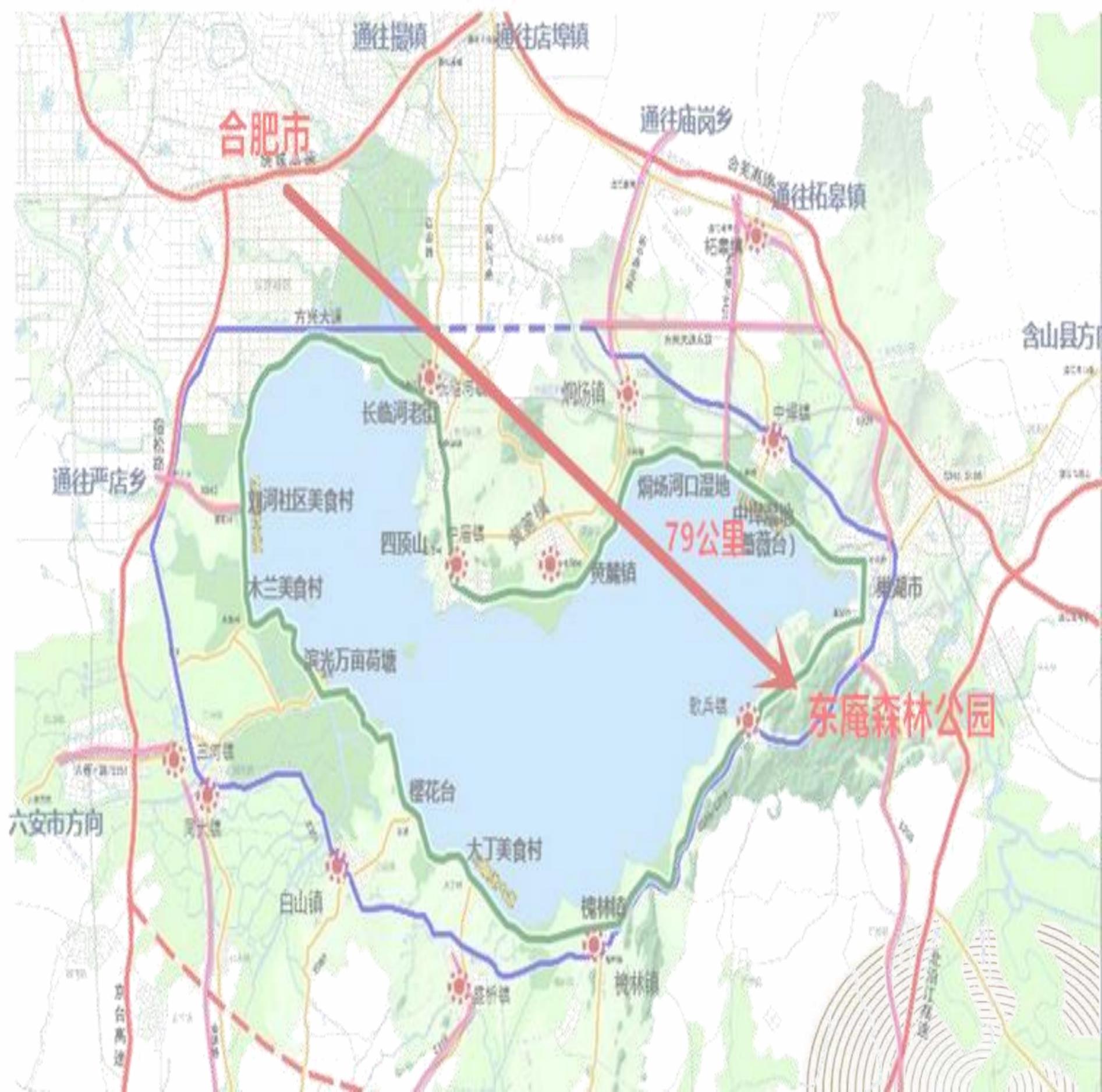
东庵森林贵宾楼酒店位于巢湖南岸，坐落于巢湖东庵森林公园半山腰，俯瞰巢湖湖景。

距离合肥市中心：79公里

芜湖市中心：82公里

马鞍山市中心：88公里

南京市中心：147公里



An aerial photograph of a mountain resort. The scene is dominated by dense, vibrant green and yellow foliage. A winding river or stream flows through the landscape. Several buildings, including a large multi-story structure and smaller pavilions, are nestled among the trees. The overall atmosphere is serene and natural.

从城市到山野，重新拾取自然的幸福  
不一样的生活，不一样的期待



酒店位于巢湖南岸，天然氧吧“东庵森林公园”内，拥有44间客房。

公园内襟山望湖，钟灵毓秀。

这里空气清新，植被丰富，生态完整，野生动物栖居悠游，生生不息。

在山野的怀抱中，淳朴的生活气息浸润日常。