

# 北京市中小学体育运动协会

---

## 关于举办2023年北京市中小学跳绳教练员、裁判员、测评员公益师资培训班的通知

各中小学、幼儿园、个人及有关单位：

为贯彻落实《全民健身计划(2021-2025年)》，促进我市跳绳运动及运动技能等级标准的普及和推广，密切结合《北京市义务教育体育与健康考核评价方案》中跳绳项目进行技术教学，推动中小学跳绳运动水平和赛事质量提高，北京市中小学体育运动协会决定举办2023年北京市中小学跳绳教练员、裁判员、测评员公益师资培训班，现将有关事项通知如下：

### 一、主办单位：

北京市中小学体育运动协会

### 二、承办单位：

北京市中小学体育运动协会跳绳推广中心

北京市中小学体育运动协会运动技能测评工作委员会

### 三、协办单位：

北京石油学院附属小学（学院路20号院东门）

京视焦点（北京）体育文化发展有限公司

### 四、支持单位：

全国跳绳推广委员会

## 五、培训时间：

2023年4月1日（星期六）8：30至16：30（第一期）

2023年4月2日（星期日）8：30至16：30（第二期）

2023年4月8日（星期六）8：30至16：30（第三期）

2023年4月9日（星期日）8：30至16：30（第四期）

## 六、培训地点：

第一、二期培训地点：北京石油学院附属小学（学院路20号院东门）

第三、四期培训地点：（待定，后续补充通知）

## 七、培训对象：

- （一）北京各中小学、幼儿园体育教师；
- （二）北京各高校、体育类院校热爱跳绳的大学生；
- （三）社会体育培训机构从业者；
- （四）年满18周岁的跳绳爱好者。

## 八、培训内容：

- （一）跳绳发展介绍，全国跳绳教练员、裁判员等级制度、考核标准介绍；
- （二）北京市中小学、全国跳绳新赛季竞赛规则解析；
- （三）结合《北京市义教体育与健康考核评价方案》，进行速度跳绳的基本技术教学，速度跳绳赛竞赛规则与视频练习；
- （四）花样跳绳规定动作的评分细则和视频练习；
- （五）中国跳绳段位花样综合套路的训练方法；
- （六）集体花样跳绳规定套路比赛的训练方法；

(七) 集体花样跳绳自编套路比赛的规则；

(八) 北京市中小学生跳绳运动技能等级标准培训。

### 九、培训证书：

参加培训人员将获得由北京市中小学体育运动协会颁发的结业证书，经过培训并且考试合格者将获得北京市中小学生运动技能等级（跳绳项目）测评员证书。

### 十、培训费用：

培训免费，交通保险费用自理，用餐自费（组委会统一管理餐标35元/人）

### 十一、报名方式：

四期培训授课内容相同，只能选报一期参加培训，重复报名视为无效！请扫描报名小程序，每期限报120人



十二、报名咨询：

联系人：李老师           联系电话：15501090055

联系人：范老师           联系电话：13126503133

十三、注意事项：

（一） 报到时间：

2023年4月1日8：00至8：30（第一期）

2023年4月2日8：00至8：30（第二期）

2023年4月8日8：00至8：30（第三期）

2023年4月9日8：00至8：30（第四期）

（二） 报到地点：

北京石油学院附属小学（学院路20号院东门）

（三） 培训时穿着运动鞋及运动服，自带跳绳，自备纸笔  
（学校不提供纸笔）；

（四） 参培人员须自行购买保险；

（五） 培训地点禁止吸烟；

（六） 按每期签到时间准时签到实名入校（学校管理严格  
）；

（七） 上下午培训期间所有学员不能离开学校。

十四、未尽事宜，另行通知。

北京市中小学体育运动协会

2023年3月27日