附件3

**2021年全国柔道项目国家一级裁判员晋级**

**国家级裁判员培训班课程表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **时间** | **培训内容** | **地点** |
| 10月13日 | 全天报道（18:00前） |
| 10月14日 | 上 午9:00-9:30 | 开班仪式 | 会议室 |
| 上 午9:30-11:30 | 国际柔联竞赛规则讲解 | 会议室 |
| 下 午14:00-17:00 | 国际柔联竞赛规则讲解 | 会议室 |
| 晚 上20:00-21:00 | 观看国际柔联的裁判技术录像 | 会议室 |
| 10月15日 | 上 午9:00-11:30 | 垫上实践讲解 | 体育馆 |
| 下 午14:00-17:00 | 口语练习 | 体育馆 |
| 晚 上20:00-21:00 | 理论考试 | 会议室 |
| 10月16日 | 上 午8:30-11:30 | 垫上技术考试 | 体育馆 |
| 下 午 | 组委会、竞委会 | 会议室 |
| 晚 上19:30-21:30 | 柔道规则考试 | 会议室 |
| 10月17日 | 上 午8:30-13:00 | 赛场实操 | 体育馆 |
| 下 午16:00-20:00 | 赛场实操 | 体育馆 |
| 10月18日 | 上 午8:30-13:00 | 赛场实操 | 体育馆 |
| 下 午16:00-20:00 | 赛场实操 | 体育馆 |
| 10月19日 | 上 午8:30-13:00 | 赛场实操 | 体育馆 |
| 下 午16:00-20:00 | 赛场实操 | 体育馆 |
| 10月20日 | 中午12：00前 | 离会 |