**课余体育训练管理制度**

为了便于管理运动队队员，加强训练，提高运动成绩，使运动队训练形成规范，制定以下制度：

教练员要求：

1、认真贯彻“健康第一”的指导思想，明确训练的目的和任务，结合本校实际情况，制定阶段、项目的训练计划。

2、各组带队教师深入了解本校学生身体素质情况，科学选才以保证校运动队的整体水平提高。

3、根据训练计划，训练前要布置好场地，备好器材。训练中要保证学生的安全。教练应以身作则，训练时必须穿运动鞋、运动服。

4、训练要做到科学合理，运动量和运动强度要适当。教练员讲解精炼，重点突出，动作示范正确。训练中对学生既要严格要求，又善于调动他们的训练积极性。

5、教练员要按时到岗不能无故不到岗，如有特殊情况，应及时与组长沟通，不擅自拖延训练课程，认真组织训练，每周按计划训练。

6、每次训练都要做好出缺勤记录，学期末根据出勤与训练成绩评出优秀运动员，以更好地提高学生训练的积极性。

7、教练员要经常与班主任、家长沟通，了解运动员学习生活情况，关注学生的思想动态，以保证在不影响正常学习的情况下提高训练质量。

选苗要求：

1、为组建阶梯式运动队要求趋向中年级进行选拔队员。

2、学生身体健康状况良好，对体育运动感兴趣，并有一定的运动技能。

3、学生思想各方面较为上进听从教练管理。

4、具备以上要求的并交有意外保险的学生。

学生训练要求：

1、学校田径运动队队员必须遵守学生守则，遵守学校规章制度，遵纪守法；

2、尊敬师长，团结同学，对人有礼貌，不骂人，不打架；

3、按规定时间进行训练，不迟到，不旷课，服从教练的安排，按质量完成训练任务。

4、训练时必须穿运动服装、运动鞋。

5、 按时到指定场地参加训练，因病、因事不能参加训练的，要向教练员请假。

6、训练中，队员互相帮助，互相学习，认真学习技术动作，领会动作要领，不断提高运动成绩；

7、队员必须爱护一切器材，训练完后按时归还，摆放整齐；

8、明确队长职责，监督队员认真完成训练任务；

9、队员必须有吃苦耐劳、顽强拼搏的精神，刻苦训练，为校争荣誉的精神；

10、不按时训练，有经常旷课，不服从教练安排及违反以上要求的队员，经教育不改都开除出队。

以上则是我组的运动队训练制度，有多方面还为尽适谊，望各位教练员多提出宝贵意见及意，共同完善该训练制度。