



未来中国高尔夫巨星从这里升起

深圳市体育运动学校

美国橡树谷高尔夫学院国际高尔夫专项训练班

招生单位：



SHEN ZHEN SPORTS SCHOOL



招生简章

深圳市体育运动学校美国橡树谷国际高尔夫专项训练班

招生简章目录

引　　言-----	1
一、国际高尔夫专项训练班简介-----	3
(一) 深圳市体育运动学校简介-----	3
(二) 美国橡树谷高尔夫学院简介-----	4
(三) 国际高尔夫专项训练班学习、训练、比赛及生活-----	5
(1) 学生学习-----	5
(2) 学生训练-----	7
(3) 学生参赛-----	8
(4) 学生生活-----	9
二、国际高尔夫专项训练班培养目标及培养升学线路图-----	11
(1) 培养目标-----	11
(2) 培养升学线路图-----	11
三、招生对象及学生毕业-----	12
四、招生报名时间及招生办法-----	12
五、收费标准-----	12
六、招生咨询-----	12





高尔夫，孩子璀璨的中国梦想！ 期盼多年，如今完整呈现。

中国青少年高尔夫进入新的纪元，以往家长忧心孩子的正常课业与高尔夫学习难以兼顾的问题，由深圳市体育运动学校美国橡树谷高尔夫学院高尔夫专项训练班得以解答，成立专项班的同时兼解决了学籍的问题，欢迎全国爱好高尔夫的青少年加入，启动中国梦想的第一步。

龙腾凤翔橡树谷 培养华人高尔夫英雄



让您的孩子站在高起点！

体校对比赛的支持是其他非体育类学校所能及的，唯有高尔夫高端竞技训练课程与为比赛孕育创造人才的体校结合，方能由初学的兴趣爱好，逐步走向专业水平，且不用担心课业学历之问题。使您的孩子在高尔夫文化中学习快乐优雅的生活，让未来充满无限可能。

一、深圳市体育运动学校美国橡树谷国际高尔夫专项训练班简介

深圳市体育运动学校“美国橡树谷高尔夫学院国际高尔夫专项训练班”（简称：国际高尔夫专项训练班），是深圳市体育运动学校与美国橡树谷高尔夫学院合作，旨在为广东省和国家队输送高尔夫后备人才，培养青少年高尔夫运动员成为未来PGA球员，或以优异的成绩推荐进入美国高校学习的专门训练班。

（一）深圳市体育运动学校简介

深圳市体育运动学校成立于1995年12月，是一所全日制中等体育专业学校。学校旨在全面贯彻落实“从小抓起”的竞技体育发展战略，实施“奥运争光计划”，发展深圳竞技体育事业，为国家、省、市、以及高校培养和输送高水平竞技体育后备人才。现有篮球、跳水、跆拳道、柔道、摔跤、射击（飞碟）、举重等竞技体育项目。新落成的深圳市体育运动学校，以超前的规划意识，精益求精的工作方式，为满足不断发展的深圳竞技体育对体育人才的需求，奠定了坚实的发展基础。

深圳市体育运动学校根据深圳市政府的计划，招收具有体育专长的学生和运动员，设置运动训练专业进行深造和培养。学校实行半天文化课学习，半天运动训练的教学方式，培养学生成为有文化的竞技体育后备人才。

与美国橡树谷高尔夫学院合作的“青少年高尔夫专项训练班”，深圳市体育运动学校负责学生文化课学习、生活管理、学籍管理，以及负责组队参加广东省运会、全运会，向省队和国家队输送青少年高尔夫后备人才等组织工作。



龙腾凤翔橡树谷

(二) 美国橡树谷高尔夫学院简介

美国橡树谷高尔夫学院成立1997年，是美国第一所致力于发展华人高尔夫运动的专业学院，旨在为华人高尔夫球员提供更好的专业训练指导和优良的训练环境。国内优秀球员如：杨红梅、张丽春、王纯、尚林艳、叶莉英、李维、钟笑龙、杨涛丽等，都曾在橡树谷高尔夫学院进行过系统的专门训练，得到了橡树谷PGA教练的专门指导。后来叶莉英成为国内第一位考取美国LPGA的球员。而著名的世界女子职业高尔夫球员曾雅妮，在青少年时期，也在美国橡树谷高尔夫学院接受了严格系统的训练。为此，2010年，美国橡树谷高尔夫学院被中国高尔夫球协会指定为中国高尔夫国家队海外唯一指定训练场地。

美国橡树谷高尔夫学院专业的教练团队，由世界著名的斯托克顿父子团队领衔，该团队指导过的学生包括泰格·伍兹(Tiger Woods)安妮卡·索伦丝坦(Annika Sorenstam)。斯托克顿父子目前的学生包括：世界巨星米克尔森(Phil Mickelson)、美国天才少女魏成美(Michelle Wie)、华人之光曾雅妮，以及众多享誉世界高坛的著名职业球员。

与深圳市体育运动学校合作的“青少年高尔夫专项训练班”，美国橡树谷高尔夫学院负责高尔夫专项技术、临场策略、运动员体能、心理水平等专业训练工作。与深圳市体育运动学校共同组队参加广东省运动会、全运会，向广东省和国家队输送青少年高尔夫后备人才。同时，负责组织学生赴美国橡树谷参加暑期高尔夫训练营，以及选拔与推荐学生参加美国AJGA、SCPGA等青少年高尔夫比赛。



(三) 国际高尔夫专项训练班学习、训练、比赛及生活

国际高尔夫专项训练班学生课程表							
时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
上午	文化课	文化课	文化课	文化课	文化课		
中午	午休	午休	午休	午休	午休		
下午	练习场 动作调整 高尔夫技巧	下场练习 实战训练	动作调整 短打调整 推杆训练	下场练习 实战训练	练习场 动作调整 高尔夫技巧		
傍晚	晚餐	晚餐	晚餐	晚餐	晚餐		
晚上	高尔夫文化课	课外活动	高尔夫文化课	课外活动	高尔夫文化课		
	功课辅导	功课辅导	功课辅导	功课辅导	功课辅导		

(1) 学生学习

专项训练班学生的学籍由深圳市体育运动学校管理，学生的文化课学习，由深圳市体育运动学校按照不同年龄，插班进入各年级，按照国家体育运动学校学生文化课学习大纲，每天上午统一授课。





高尔夫专项文化课程:

高尔夫专项训练班学生除学习体育运动学校文化大纲外，高尔夫专项训练班还为学生安排高尔夫专项文化课程，所有课程以中、英文双语教学方式授课，为学生今后走向国际打下坚实基础。

英文课程

日常生活美语 \ 高尔夫专用英文

球杆结构学

球杆概述 \ 球杆构造 \ 杆身测试 \ 球头工艺 \ 球头制作 \ 球头设计 \ 球具科研 \ 配件认识 \ 時尚流行

高尔夫原理学

飞行原理 \ 击球力学 \ 弹道分析 \ 动作原理 \ 误击原理 \ 气候风向



高尔夫场地分析

草种认识 \ 球道分析 \ 平地球场 \ 山丘球场 \ 高地球场 \ 林克斯球场 \ 沼泽地球场



高尔夫竞技心理学

竞技观念 \ 认识自我 \ 自信培养 \ 自律要求 \ 选择判断 \ 情绪控制

高尔夫文化课程

高球历史与传统 \ 特殊贡献人物 \ 高尔夫相关规则 \ 道德与礼仪规范 \ 各国文化介绍 \ 国际生活体验



(2) 学生训练

专项训练班学生高尔夫专项训练，由美国橡树谷高尔夫学院指派外籍PGA教练担任训练工作。采取集体训练与个人针对性训练相结合；技术训练与临场策略训练相匹配；体能训练与心理训练科学指导。每天下午按照训练计划，分别在深圳市体校（短切、推杆、体能）、深圳龙岗公众高尔夫球场（木杆与长铁杆和临场攻击策略）进行训练。



【学校高尔夫果岭练习场效果图】



国际高尔夫专项训练班学生文化课学习与专项训练大纲 (1)

课程类别	教学与训练	教学与训练重点	教学与训练手段
文化课程	按义务教育标准设置	以中考考试大纲为重点	课堂常规教学
	按体育中专标准设置	以高考考试大纲为重点	同上
专项技术	短杆技术训练	各种短杆挥杆技术训练	分阶段有针对性训练
	长杆技术训练	各种长杆挥杆技术训练	一般训练与个人特长相结合
	木杆技术训练	发球木杆和球道木杆训练	分阶段有针对性训练
	切球技术训练	不同距离的切球技术专门训练	分阶段有针对性训练
	特殊打法技术训练	不同情况的特殊打法训练	不同情况下的针对性训练
	推杆技术训练	推杆技术专门训练	长推与短推相结合训练
攻击策略	发球策略	不同球道发球区发球技术运用训练	结合球道形态、距离、风向等因素的专门训练
	球洞区通道策略	不同形态下的球道攻击策略训练	训练与比赛相结合，一般策略与特殊情况攻击策略相结合
	障碍区策略	长草区、沙坑以及不同位置的攻击策略训练	不同障碍区不同方法的强化训练
	球洞区策略	不同距离、坡度的推杆训练	各种距离、状态的推杆训练
一般身体素质训练	力量素质训练	一般上肢、腰腹和髋关节力量训练	绝对力量与爆发力相结合训练
	耐力素质训练	一般有氧耐力训练	一般长跑耐力训练
	柔韧性素质训练	一般上肢、肩关节、腰髋柔韧性训练	一般肌肉与韧带弹性训练
	协调性素质训练	上下肢动作节奏、频率、运动轨迹控制的基本素质训练	突出动作节奏与频率、幅度与速度的协调性训练

(3) 学生参赛

专项班的训练宗旨是培训出类拔萃的竞技型球员，多参加各种高尔夫赛事是训练的重要环节。
每位学员每学期都需要参加竞技比赛，作为学习成绩考核的依据。

国内赛事：

各类型青少年比赛、省、市级选拔赛、业余巡回赛

国际赛事：

美国AJGA青少年积分排名赛、美国SCPGA青少年巡回赛、SGA AMATEUR OPEN、

美国公开赛（男子、女子）资格赛、其他国家或地区比赛



国际高尔夫专项训练班学生文化课学习与专项训练大纲 (2)			
课程类别	教学与训练	教学与训练重点	教学与训练手段
专项身体素质训练	专项力与爆发力训练	突出上肢小肌肉群和腰腹及腰髋 专项力量和爆发力的专门训练	突出挥杆动作 爆发力的专门力量训练
	专项耐力训练	有氧状态下 肌肉抗疲劳能力的专门训练	突出上下肢肌肉抗疲劳性训练
	专项柔韧性训练	突出肩关节、髋关节肌肉韧带的拉 长性和快速收缩能力的专门训练	突出肩、髋肌肉 与韧带的转动幅度的训练
	专项协调性训练	突出肩、髋矢状轴转动的 节奏稳定性训练	突出肩髋转动节奏 与幅度的专门训练
心理素质训练	注意集中度训练	提高各种情况下的抗干扰能力	集中讲述与个人训练相结合， 一般规律与特殊情况相结合
	兴奋与抑制训练	提高大脑兴奋与抑制的聚集能力	同上
	心理意念训练	通过意念训练，排除干扰， 提高兴奋性	同上
高尔夫规则	发球区规则	有关发球区规则与裁判法	集中讲述与训练比赛相结合
	球洞区通道规则	有关球洞区通道规则与裁判法	同上
	障碍区规则	有关障碍区规则与裁判法	同上
	球洞区规则	有关球洞区规则与裁判法	同上
高尔夫礼仪	高尔夫运动 一般行为规范	高尔夫运动的精神实质与总则	集中讲述与日常训练相结合
	高尔夫球场礼仪	不同地点不同区域的自律意识 与行为规范	行为规范与自律意识教育相结 合
	高尔夫运动交往礼仪	不同地点与场合的着装、交往礼仪	强化文明意识 与自身修养教育相结合。

(4) 学生生活

专项训练班学生的生活管理由深圳市体育运动学校，按照统一的学校学生生活管理规章执行。男、女生按照不同的生活区分别有生活指导教师管理，全面照顾学生的饮食、起居、课后活动与休闲安排。学生四人一个宿舍，完善的生活设施为学生的学习、训练提供了坚实的保障，让学员与家长在训练与学习上无后顾之忧，发挥最佳学习状态。

学生在校饮食：

【国家运动员饮食标准】美味丰富、营养均衡、活力充沛

【食堂实拍图片】



【学校学生食堂】



【学生用餐】



【学生用餐】

学生在校住宿：

【国家运动员标准宿舍】 四人一间标准房宿舍：独立卫浴设备、空调、晾衣间。



【学生宿舍/4人间】



学生课余休闲活动：

在运动科学统计中证明优秀高尔夫选手大多从事多项休闲运动，为此专项班更鼓励学员多向性发挥，以其他运动达到辅助训练与休闲的双重意义。体校大力支持学生从事篮球、网球、游泳、健身等多项活动；专项班也会不定期的放映优质相关电影、举办团体旅游活动，以培养学员人际沟通、合群互助、均衡发展的教育目标。



【学校百米冰道】



【国际比赛标准篮球场】



【学校网球场】



【教练带下场练球】



【室内篮球馆】

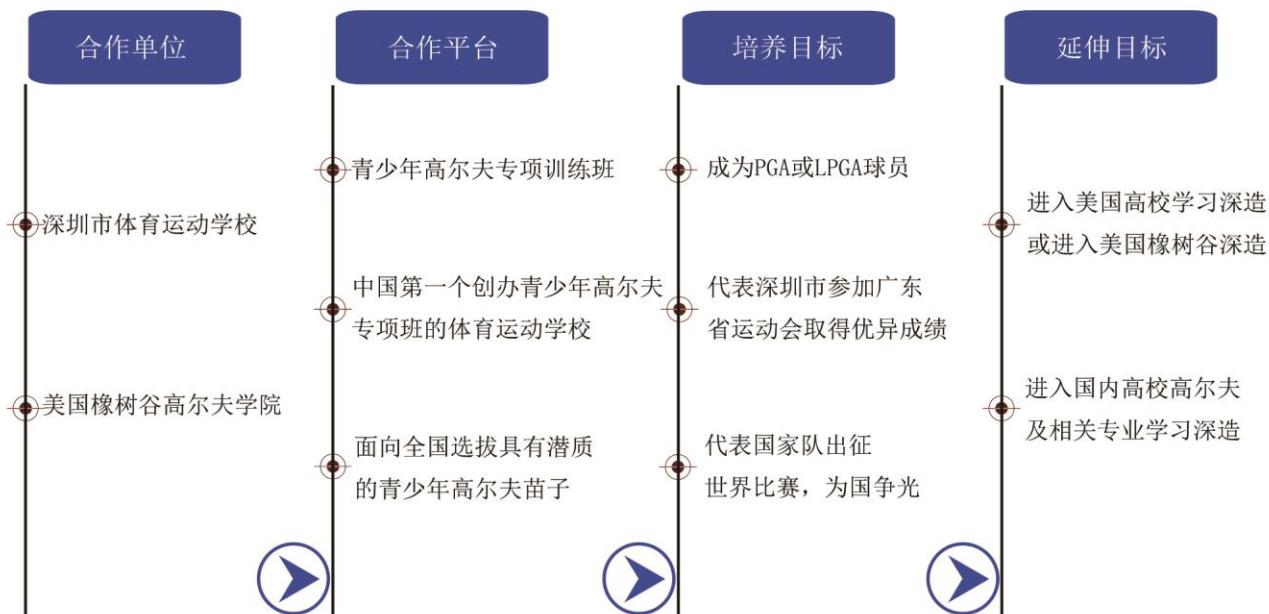


【国际先进的气压式体能训练中心】

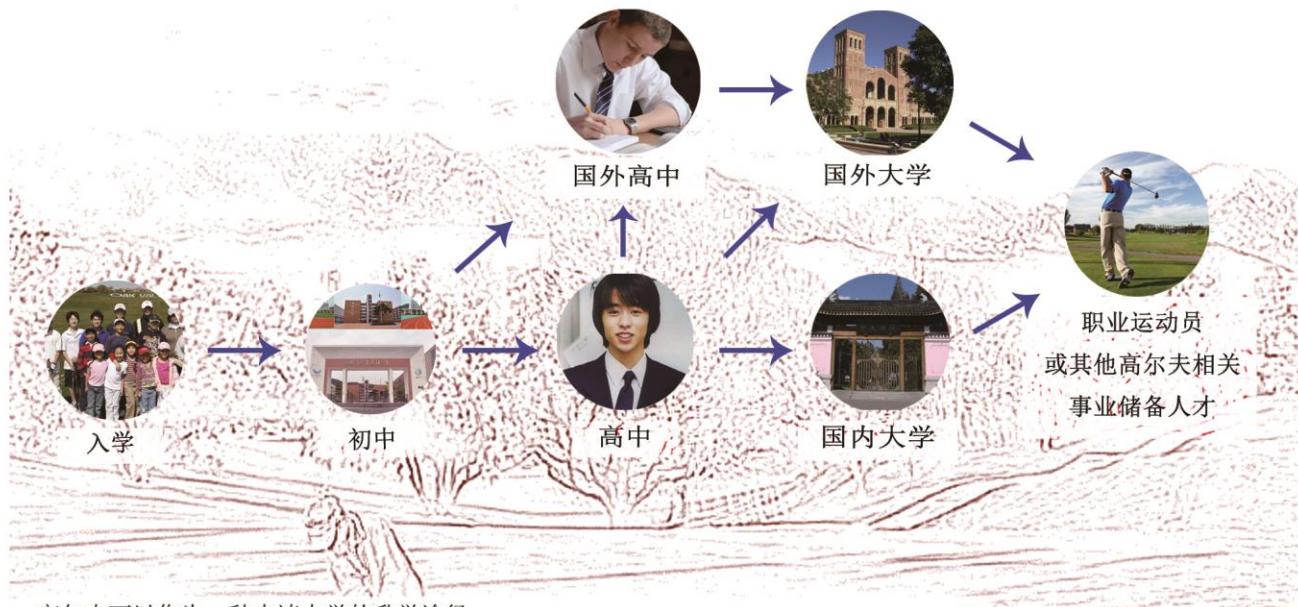


二、国际高尔夫专项训练班培养目标及培养升学线路图

(1) 培养目标



(2) 培养升学线路图



美国大学是用申请的方式进入，收取学生除了审查学生的学业成绩之外，所有的课外专长也占了非常大的一部分，而高尔夫便是一项。如果学生有着良好的高球成绩，而受到大学教练的青睐，这非常有助于顺利申请大学。美国大学联赛(NCAA)的竞赛制度非常完善，一年十几场比赛遍及全美各地，所有的费用皆由学校负责，赛事竞争激烈可比美职业比赛。所有球具、训练场地、行程、体能训练、学业皆有专人负责，学生球手只需专心地练球即可。世界知名球星如Tiger Woods, Phil Michelson, Grace Park等球星皆是在青少年时期表现杰出，而被网罗至大学校队，经历大学联赛的洗礼而转为职业球员。

三、招生对象与学生毕业

(一) 招生对象

深圳市体育运动学校美国橡树谷高尔夫学院“青少年高尔夫专项训练班”，面向全国招收13—17岁有志于高尔夫运动训练和职业高尔夫发展的青少年。每年招生15—30人，男女不限。

学生须经美国橡树谷高尔夫学院面试和测试合格者，才能进入“青少年高尔夫专项训练班”学习与训练。

(二) 学生毕业

(1) 学生按照所规定的学业毕业时，由深圳市体育运动学校颁发“深圳市体育运动技术学校毕业证书”。

(2) 学生在学习与训练期间，对于学习成绩突出，专项训练水平达到美国青少年比赛资格（AJGA或SCPGA），由美国橡树谷高尔夫学院负责推荐学生进入美国相关高校学习。

四、招生报名时间与招生办法

(一) 招生报名时间

每年6月上旬至8月31日止。

(二) 招生办法

(1) 招生采用现场报名、网络报名等方式进行，预约到校面试，面试合格者发放“深圳市体育运动学校美国橡树谷国际高尔夫专项训练班”录取通知书。

(2) 报读高尔夫专项训练班的学生须参加入学体检，合格者才给予录取。

五、收费标准

国际高尔夫专项训练班学生学费：

每人每年：贰拾贰万叁仟元人民币。

其中包括：学生学费、生活费、专项训练费、服装（校服）费、球场下场训练费、每年两场比赛费用等。

六、招生咨询

(一) 美国橡树谷高尔夫学院（中文）官方网站

www.oakvalleygolfacademy.com

(二) 现场

招生办公室：

深圳市龙岗区龙飞大道501号深圳市体育运动学校

(三) 咨询电话和邮箱地址

中国区总教练 杨子庆先生

手机：+86 158 1182 2822

邮箱：15811822822@163.com

潘宝进 先生

手机：+86 158 8975 7769

邮箱：kalepan@gmail.com





龙腾凤翔橡树谷

培养华人高尔夫英雄



深圳市体育运动学校
SHEN ZHEN SPORTS SCHOOL

深圳市体育运动学校



美国橡树谷高尔夫学院

教育咨询热线

中国区总教练 杨子庆先生

手机: +86 158 1182 2822

邮箱: 15811822822@163.com

招生热线 潘宝进 先生

手机: +86 158 8975 7769

邮箱: kalepan@gmail.com

深圳市龙岗区龙飞大道501号深圳市体育运动学校

网址: www.oakvalleygolfacademy.com