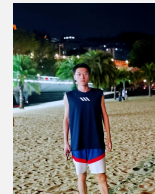




个人信息

姓名：蒋思浪 年龄：22 性别：男
毕业时间：2026 年 7 月 专业：健身指导与管理
电话：18385153264 邮箱：1742649303@qq.com



教育背景

贵州体育职业学院

健身指导与管理专业

专科

- 核心课程：运动解剖学、运动生理学、体育教学论、专项运动技术（田径/篮球/足球/羽毛球）、体育赛事组织与管理、健身指导与训练
- 荣誉奖项：2022 年 6 月，代表高中组参加汇川区第九届中小学生田径运动会，获两金一银奖牌

专业技能

- ❖ 运动技能：精通 1-2 项专项运动（如篮球国家二级运动员、田径 100 米一级裁判），熟练掌握多项大众体育项目教学与指导方法
- ❖ 教学能力：具备系统的体育教学设计能力，能独立编写教案、组织课堂教学，擅长针对不同年龄段学生制定个性化训练计划
- ❖ 其他技能：熟练使用 Office 办公软件、体育教学课件制作工具，具备基础视频剪辑能力（用于运动教学视频制作）

工作经历

思源实验中学

体育实习教师

2025 年

- ◆ 负责小学五/六年级体育课堂教学，涵盖田径、球类等项目，累计授课 80+课时，学生课堂满意度 95%以上
- ◆ 组织校运动会田径项目筹备与执行，协调裁判团队、制定赛事流程，保障 200+名学生顺利参赛

自我评价

- ✧ 本人具备扎实的体育专业知识与丰富的实践经验，热爱体育教育与运动推广事业。
- ✧ 性格开朗外向，抗压能力强，具备良好的沟通协调能力和团队协作精神。
- ✧ 多年的体育训练培养了我坚韧不拔的意志与高度的责任心，能够快速适应教学、健身、赛事运营等不同场景的工作需求。
- ✧ 始终秉持“安全第一、科学指导”的原则，致力于通过专业能力传递运动价值，助力他人实现健康目标。