《乒乓**球**》课程教学大纲

**一、课程基本信息**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **英文名称** | Table Tennis | **课程代码** | PEED0006、SPOT0162 |
| **课程性质** | 体育教育、运动训练等专业选俢课 | **授课对象** | 体育学院本科生 |
| **学 分** | 1学分 | **学 时** | 36学时 |
| **主讲教师** | 杨青、吴贝丽 | **修订日期** | 2021年9月26日 |
| **指定教材** | 杨青等主编《乒乓球教学与训练》，苏州大学出版社，2021年 | | |

**二、课程目标**

（一）**总体目标：**

通过课程教学，使学生了解乒乓球运动的基本规律，系统地掌握乒乓球运动的基本理论、基本知识、基本技能；掌握乒乓球的基本技、战术和基本理论知识及乒乓球竞赛规则和裁判法等；提高学生乒乓球运动的基本技能及理论知识，培养学生的爱国主义精神和团结协作、吃苦耐劳、顽强拼搏等优良作风，为学生进一步提高乒乓球技、战术水平奠定坚实基础。

（二）课程目标：

**课程目标1：**热爱体育教育事业，具有高度的敬业精神，能全身心投入体育教学工作中，以学生为本，立德树人，贯彻落实党的教育方针，促进学生身心健康成长，遵守和践行师德规范。本课程通过理论讲授，使学生系统掌握乒乓球运动专项理论知识及乒乓球教学的内容、方法和教学要点。使学生勃发青春奋斗的精神状态，形成持续自觉的学习状态。

**课程目标2：**能遵循学生身心发展特点和教育教学规律，充分发挥体育的基本功能，通过多途径促进学生的全面发展。通过实践练习，使学生掌握乒乓球运动中步法、发球、攻球等基本技术，了解竞赛规则，提高身体素质和专项核心能力，掌握基本练习方法与手段。能胜任基层乒乓球教学训练工作，并能将其与学科知识有效整合，准确把握体育科学体系与自身努力方向。

**课程目标3：**能够依据国家中小学《体育与健康课程标准》和“中国健康体育课程模式”，使学生掌握乒乓球运动中基本技术的教材教法，主要技术的教学步骤、教学手段、练习方法和错误纠正方法等，促进学生教学能力得到培养与提高。能够根据教学对象的身心特点和发展规律，结合实际情况，开展乒乓球教育教学和评价工作，并能够指导课外乒乓球活动。培养学生学习积极性和自觉性，教育学生从事体育事业的责任心和事业心。

（三）课程目标与毕业要求、课程内容的对应关系

**表1：课程目标与课程内容、毕业要求的对应关系表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **课程目标** | **课程子目标** | **对应课程内容** | **对应毕业要求** |
| 课程目标1 | 1.1 | 了解乒乓球球运动的起源和发展的历程进程，了解乒乓球文化和乒乓球精神。 | 2 教育情怀  4 教学能力 |
| 1.2 | 介绍我国乒乓球专业术语、五大制胜因素等相关及本理论知识。 | 2 教育情怀  4 教学能力 |
| 1.3 | 解析乒乓球运动发展与竞技体育改革等前沿问题，了解国球长盛不衰的时代特点。 | 1 师德规范  3 知识整合 |
| 课程目标2 | 2.1 | 掌握乒乓球运动基本概念，明确乒乓球技术和战术体系。 | 1 师德规范  4 教学能力 |
| 2.2 | 掌握乒乓球基本的技术，要领明确，动作流畅，具备一定的技术稳定性和连贯性。 | 2 教育情怀  4 教学能力 |
| 2.3 | 掌握乒乓球基本的战术，在比赛实践中形成一定的比赛能力。 | 4 教学能力  7 自主学习  8 沟通合作 |
| 2.4 | 掌握乒乓球训练过程、手段和身体练习原理。 | 2 教育情怀  3 知识整合  8 沟通合作 |
| 课程目标3 | 3.1 | 明确乒乓球运动与社会文化的关系，掌握乒乓球运动的功能和价值。 | 6 综合育人  7 自主学习 |
| 3.2 | 掌握乒乓球基本的技战术，动作规范，具有一定的教学指导能力。 | 6 综合育人  7 自主学习 |
| 3.3 | 围绕国内外学校乒乓球研究、竞技乒乓球研究等争议问题，鼓励学生回答。 | 6 综合育人  7 自主学习 |
| 3.4 | 围绕乒乓球技能学习过程、手段和练习等理论薄弱问题布置作业。 | 6 综合育人  7 自主学习 |

**三、教学内容**

**第一章：乒乓球运动概述（理论）**

**1. 教学目标**

使学生对乒乓球运动有大致的认识，重点了解乒乓球运动的特点，把握乒乓球运动的基本规律。

**2. 教学重难点**

（1）乒乓球运动起源和发展历程；（2）乒乓球运动的五大要素的理解。

**3. 教学内容**

（1）乒乓球运动起源和发展概况；

（2）乒乓球运动的相关器材介绍；

（3）乒乓球运动基本术语；

（4）乒乓球运动五大竞技要素。

**4. 教学方法**

讲授法：相关概念及理论框架。

**5. 教学评价**

了解乒乓球运动的基本历史及文化，要求完成相关课外作业。

1. **反手攻球部分（实践）**

**1. 教学目标**

通过学习使学生掌握乒乓球基本技术的反手攻球（推挡或拨球），并能够在定向比赛中熟练运用。

**2. 教学重难点**

（1）球性练习；（2）发球和反手攻球的技术要领。

**3. 教学内容**

（1）乒乓球握拍法、基本站位；

（2）球性练习；

（3）乒乓球发球技术；

（4）乒乓球反手攻球技术；

（5）乒乓球步法介绍。

**4. 教学方法**

（1）讲授法：相关概念及理论框架；

（2）示范法：通过练习掌握各项技术；

（3）比赛法：组织学生参加相关技术的比赛，充分掌握各项技术。

**5. 教学评价**

了解乒乓球技术的基本概念，对每项技术制定课堂考核计划。

1. **正手攻球部分（实践）**

**1. 教学目标**

通过学习使学生掌握乒乓球基本技术的正手攻球，并能够在定向比赛中熟练运用。

**2. 教学重难点**

（1）正手攻球技术要领；（2）左推右攻技术的手法步法配合。

**3. 教学内容**

（1）乒乓球正手攻球技术；

（2）左推右攻技术。

**4. 教学方法**

（1）讲授法：相关概念及理论框架；

（2）示范法：通过练习掌握各项技术；

（3）比赛法：组织学生参加相关技术的比赛，充分掌握各项技术。

**5. 教学评价**

掌握乒乓球正手技术，比赛中灵活运用正反手攻球，对每项技术制定课堂考核计划。

1. **比赛与提高部分（实践）**

**1. 教学目标**

使学生了解乒乓球旋转的概念、旋转产生的原理，并初步掌握发下旋球和搓接下旋球球的要领。帮助学生掌握乒乓球球战术的概念，并了解常用的比赛方法。

**2. 教学重难点**

（1）体会旋转球的摩擦；（2）不同比赛方法的特点。

**3. 教学内容**

（1）乒乓球产生旋转的原理及各类旋转发球介绍（上旋、下旋、侧旋及侧上侧下等）

（2）乒乓球发下旋球技术

（3）乒乓球搓球技术

（4）介绍乒乓球比赛方法（循环赛、淘汰赛），组织学生进行比赛。

**4. 教学方法**

（1）讲授法：相关概念及理论；

（2）示范法：通过练习掌握各项技术。

（3）比赛法：组织学生参加相关技术的比赛，充分掌握各项技术。

**5. 教学评价**

掌握乒乓球发、接下旋球技术，了解不同比赛方法的特点，通过参与比赛、记录成绩、口述要点等使其掌握要义。

**四、学时分配**

**表2：各章节的具体内容和学时分配表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 章节 | 章节内容 | 学时分配 |
| 第一章 | 乒乓球运动的概述（理论） | 2学时 |
| 第二章 | 反手攻球部分（实践） | 10学时 |
| 第三章 | 正手攻球部分（实践） | 16学时 |
| 第四章 | 比赛、提高与考核部分（实践） | 8学时 |
| 总计 | | 36学时 |

**五、教学进度**

**表3：教学进度表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 日期 | 章节名称 | 内容提要 | 授课时数 | 作业及要求 | 备注 |
| 1 |  | 乒乓球运动概述 | 乒乓球运动起源与发展 | 2 | 课后题按时完成 |  |
| 2-8 |  | 反手攻球部分 | 发球、反手攻球学习与考核 | 10 | 熟练掌握发球及反手攻球技术，完成反手技术考核 |  |
| 7-14 |  | 正手攻球部分 | 正手攻球、左推右攻 | 16 | 学会并能在比赛中灵活应用正反手技术。 |  |
| 15-18 |  | 比赛、提高与部分 | 介绍旋转、参与比赛、正手考核 | 8 | 积极参与课堂比赛、完成正手技术考核 |  |

**六、教材及参考书目**

1.杨青等主编《乒乓球教学与训练》，苏州大学出版社，2021

2 施之皓. 现代乒乓球运动教程：基本理论与技战术，高等教育出版社，2018.

3 国家体育总局 中国体育教练员岗位培训教材.人民体育出版社，2005.

4 刘建和. 乒乓球教学与训练，人民体育出版社，2004.

5 唐建军. 乒乓球运动教程，北京体育大学出版社，2005.

**七、教学方法**

1．讲授法：通过讲授本课程的基本概念与基本原理，帮助学生了解并掌握乒乓球运动概述、乒乓球技术、乒乓球战术、竞赛组织、教学教法等相关知识。

2．示范法：通过课堂，由教师展示技术动作及战术的示范，依据程序教学的方法步骤分解课堂教学步骤并进行设计、展示。

3.比赛法：组织学生参与课堂乒乓球不同类型的比赛

**八、考核方式及评定方法**

**（一）课程考核与课程目标的对应关系**

**表4：课程考核与课程目标的对应关系表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **课程目标** | **考核要点** | **考核方式** |
| 课程目标1 | 基本理论知识掌握与课堂讨论情况 | 课后作业和课堂表现情况，通过平时成绩体现 |
| 课程目标2 | 正手攻球和反手攻球的达标情况 | 期中和期末考试 |
| 课程目标3 | 课堂表现、课后作业及正手攻球和反手攻球的技评情况 | 课程总成绩 |

**（二）评定方法**

**1. 课程总成绩：**

平时成绩30%；

期中成绩35%（反手攻球技术）；

期末成绩35%（正手攻球技术）；

**2. 考核内容与形式：**

**（1）平时考核的内容与形式**

平时考核包括考勤情况（如迟到、旷课、早退、请假情况）、课堂表现情况（如学习积极性、准备活动或结束部分领操表现、课堂活动参与度、课后任务完成等）、技战术掌握情况（如技术学习掌握情况、努力程度、比赛中的技战术综合应用能力、竞赛规则掌握、裁判临场等）。平时成绩（30%）：学习态度1/3，教学竞赛技能1/3，裁判实践技能1/3，详见表5.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 考核内容 | 考核形式 | 占平时成绩比重 |
| 1 | 学习态度 | 迟到、旷课、早退、请假情况、学习积极性、课堂活动参与度、课后任务完成等 | 1/3 |
| 2 | 教学竞赛技能 | 准备活动或结束部分领操表现、比赛中的技战术综合应用能力等 | 1/3 |
| 3 | 裁判实践技能 | 竞赛规则掌握、裁判临场、记录单书写等 | 1/3 |

表5：《乒乓球》课程平时考核内容与形式

**（2）技术考核的内容与形式**

① 技术考试分别从技评和达标两方面进行评分，其中技评占40％，达标占60％。考核内容包括：反手推挡（拨）、正手攻球2项，分别安排在教学过程中进行。

② 技术考核成绩的组成。技术考核各个项目，分别按达标与技评比例折算后，得到单项成绩，再取2项单项成绩平均值计算技术考核成绩。

③ 技术考核方法及评定标准

考试方法：限定在左（右）半台进行，每人二次机会，成绩取最高一次。由老师指定陪考对象。反、正手攻球技术60个为满分，依次递减。（分数=0.35分\*球数/0.35/0.60）

表6：《乒乓球》课程技术达标评分标准

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 分数 | 100 | 95 | 90 | 85 | 80 | 75 | 70 | 65 | 60 |
| 数量 | 60 | 57 | 54 | 51 | 48 | 45 | 42 | 39 | 36 |

表7：技评标准：

|  |  |
| --- | --- |
| 90分以上 | 动作规范协调，挥拍过程连贯，发力集中，还原及时 |
| 80—89分 | 动作协调，挥拍连贯，但在发力还原等细节上需改进 |
| 70-79分 | 动作基本正确，节奏感稍差，无明显错误 |
| 60-69分 | 动作生疏，协调性差 |
| 59分以下 | 动作生硬，协调性差，在主要技术动作结构上有明显错误 |

**3．课程目标的考核占比与达成度分析**

**表8：课程目标的考核占比与达成度分析表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **考核占比**  **课程目标** | **平时** | **期中** | **期末** | **总评达成度** |
| 课程目标1 | 33.3% | 0% | 0% | 课程目标n达成度={0.3ｘ平时成绩+0.35ｘ期中成绩+0.35ｘ期末成绩}/课程目标总分 |
| 课程目标2 | 33.3% | 60% | 60% |
| 课程目标3 | 33.3% | 40% | 40% |

**（三）评分标准**

| **课程**  **目标** | **评分标准** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **90-100** | **80-89** | **70-79** | **60-69** | **＜60** |
| **优** | **良** | **中** | **合格** | **不合格** |
| **A** | **B** | **C** | **D** | **F** |
| **课程**  **目标1** | 能够很好地了解并学习《乒乓球》课程基本知识。课后作业完成优秀。 | 能够较好地了解并学习《乒乓球》课程基本知识。课后作业完成良好。 | 能够了解并学习《乒乓球》课程基本知识。课后作业完成一般。 | 能够勉强了解并学习《乒乓球》课程基本知识。课后作业完成较差。 | 不能够了解并学习《乒乓球》课程基本知识。完不成课后作业。 |
| **课程**  **目标2** | 无旷课，无迟到，无早退，课堂参与度积极，正手攻球和反手攻球达标在55板以上。 | 无旷课，无迟到，无早退，课堂参与度积极，正手攻球和反手攻球达标在49-54板之间。 | 考勤情况尚可，课堂参与度较为积极，正手攻球和反手攻球达标在43-48板之间。 | 考勤情况一般，课堂参与度一般，正手攻球和反手攻球达标在36-42板之间。 | 考勤情况较差，课堂参与度不积极，正手攻球和反手攻球达标在35板以下 |
| **课程**  **目标3** | 无旷课，无迟到，无早退，课堂参与度积极，基本技术技评在90分以上。 | 无旷课，无迟到，无早退，课堂参与度积极，基本技术技评在80-89分之间。 | 考勤情况尚可，课堂参与度较为积极，基本技术技评在70-79分之间。 | 考勤情况一般，课堂参与度一般，基本技术技评在60-69分之间。 | 考勤情况较差，课堂参与度不积极，基本技术技评在59分以下 |