《**运动技能强化与训练1-排球**》课程教学大纲

**一、课程基本信息**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **英文名称** |  | **课程代码** | PEED0035 |
| **课程性质** | 专业必俢课 | **授课对象** | 体育教育专业 |
| **学 分** | 2学分 | **学 时** | 72学时 |
| **主讲教师** | 靳宝铭 | **修订日期** | 2022年3月20日 |
| **指定教材** | 黄汉升等主编《球类运动—排球》，高等教育出版社，2015年6月 | | |

**二、课程目标**

（一）**总体目标：**

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，遵守和饯行师德规范。本课程通过理论讲授，使学生系统掌握排球运动专项理论知识及排球教学的内容、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。

（二）课程目标：

**课程目标1：**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，采用多手段，促进学生的全面发展。通过学生实践操作，培养学生排球教学、训练工作能力，能胜任基层排球队教学训练工作。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2：**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”，掌握江苏省《体育与健康课程标准》，根据教学对象的身体发育、心理特点和发展规律，结合学校的实际情况，开展排球教育教学和评价工作，并能够指导课外排球活动。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。

**课程目标3：**具备一定的反思能力和批判性思维，不断探究实际工作中出现的问题，通过自主学习和同行交流，解决实际问题。能关注国内外排球运动最新发展动态，提高学生对排球理论钻研精神和分析能力。使学生具有知识整合能力，具有初步从事科学研究的能力。

（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 | 了解我国体育强国、全民健身、健康中国2030等文件政策； | 具备我国现阶段社会主义政治认同、思想认同和情感认同，践行社会主义核心价值观。以正确的世界观、人生观和价值观，指导构建科学的体育育人观。以立德树人为教师的根本任务，严格遵守职业道德规范。热爱教育事业，具有强烈的投身于我国体育教育事业的信念，认同体育教师的职业价值和意义。富有爱心，尊重学生，注重学生优良品质的培养和学习行为的养成。具有人文底蕴和科学精神，开放民主，鼓励创新，成为学生的人师典范。 |
| 1.2 | 了解中国排球运动和世界排球运动发展轨迹、演进过程； |
| 1.3 | 介绍我国排球运动发展与竞技排球运动改革前沿问题； |
| 课程目标2 | 2.1 | 排球运动起源的动因，历史文化维度解释体育缘起； | 熟练掌握和运用《体育与健康》学科体系的基本知识和基本技能、中小学体育的组织形式和教学方法。具有较强的人文和科学素养，了解体育学和其他学科的互动关系，能进行跨学科知识整合与研究。能依据国家中小学《体育与健康课程标准》和“中国健康体育课程模式”的要求，准确把握江苏省《体育与健康课程标准》的发展方向，根据教学对象的身体发育、心理特点和发展规律，结合学校的实际情况，开展体育与健康的教学和评价、课外体育活动、业余训练与竞赛及相关管理工作。能顺应学校开展体育特色课程的发展，依托学校特色运动项目，不断提升自身业务水平。熟练掌握和运用现代化信息技术手段和多媒体教学方法，具有较强的教学能力研究能力。 |
| 2.2 | 掌握排球运动基本概念，明确排球战术体系，分析排球战术； |
| 2.3 | 明确排球运动与社会文化的关系，掌握排球运动功能和价值； |
| 2.4 | 掌握排球锻练过程、手段和身体练习原理； |
| 课程目标3 | 3.1 | 多学科视角呈现排球运动的科学研究现象； | 牢固树立终身学习观，不断探索学校体育的教学规律，时刻掌握国内外学校教育发展动态和改革趋势。能结合工作实际不断提高业务水平，规划未来发展蓝图，能用批判性思维审视问题，具有创新精神，具备解决现实问题的能力。能够在教学团队中间无障碍沟通，通过相互学习快速成长。在日常工作中具有团队协作精神和较强的领导能力。 |
| 3.2 | 围绕现当代排球运动关注问题，进行课堂展示、讨论与辩论； |
| 3.3 | 围绕国内外学校排球研究、竞技排球研究、等争议问题，鼓励学生回答； |
| 3.4 | 围绕排球技能学习过程、手段和练习等理论薄弱问题布置作业； |

**三、教学内容**

**一、理论部分：**（1）排球运动概述；（2）排球运动技、战术基本理论；（3）排球技术分析；（4）排球集体战术分析；（5）排球运动教学理论与方法；（6）排球运动训练理论与方法；（7）排球技、战术教学与训练；（8）排球比赛的裁判工作；（9）排球竞赛的组织、编排、场地、器材

1、观看分析录像、观摩比赛等 2、课堂讨论

**二、技术战术教学内容**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 分类 | | 重点教材 | 一般教材 | 介绍教材 |
| 发  球 | | 1. 正面上手大力发球 2. 正面上手飘球 3. 跳飘球 | 1. 侧面下手飘球 2. 正面上手发球 | 1. 发高吊球 |
| 接  发  球 | | 1. 正面垫 2. 侧垫 3. 各方向垫 4. 让垫 | 1. 挡垫 2. 勾垫 | 1. 前插垫 2. 倒地垫 |
| 传  球 | | 1. 正面传 2. 侧面传 3. 背传 4. 跳传 5. 调整传 | 1. 传快球 2. 背向二传 3. 传平拉球 | 1. 二次吊球 2. 跳起二传 |
| 扣  球 | | 1. 近网扣球 2. 远网扣球 3. 轻扣球 4. 近体快球 5. 短平快 | 1. 转体、转腕扣球 2. 调整快 | 1. 打手出界 2. 扣平拉球 |
| 拦  网 | | 1. 个人拦网技术 2. 双人拦网配合 | 1. 三人拦网 | 1. 空中补拦 |
| 防  守 | | 1. 正面低姿垫球 2. 跨步垫球 3. 跑动救球 4. 半跪垫球 | 1. 滚翻垫球 2. 单手垫球 3. 救上网球 | 1、脚击球 |
| 防  守  战  术 | 接发球 | 1. 边一三二接发球 2. 换边一三二接发球 3. 插上阵形发球 | 1、四人接发球 | 1. 三人接发球 2. 二人接发球 |
| 接扣球 | 1. 单人拦网边跟进 | 1、双人拦网边跟进防守战术 |  |
| 接拦回球 | 1、二人接拦回球阵形及变化 |  |  |
| 进攻战术 | | 1. 中一二进攻战术 | 1、边一二进攻战术 |  |

**第一章：排球运动的概述（理论）**

1.教学目标：使学生对排球运动有大致的认识，重点了解排球运动的特点，有利于大家把握排球运动规律。

2.教学重难点：排球运动起源的动因，历史文化维度解释体育缘起。

3.教学内容：1、世界排球运动发展概况；2、我国排球运动发展概况；3、排球技、战术创新和发展。

4.教学方法：讲授法：相关概念及理论框架。

5.教学评价：了解排球基本概念，为后面的学习鉴定学习基础。

**第二章：排球运动技术分析与教学训练（实践）**

1. 教学目标：通过学习使学生掌握排球基本技术，并能熟练的运用这些技术。并使学生能够主动选择技术或个人战术在串联练习和比赛中运用。

2.教学重难点：掌握排球运动基本概念，明确排球技术体系，分析排球技术；学习并掌握排球运动基本技术。

3.教学内容：1、排球技术基本理论2、排球战术基本理论3、基本技术：发球、垫球、传球、扣球、拦网。

4.教学方法：1、讲授法：相关概念及理论框架。2、演示法：通过练习掌握各项技术。3、观摩法：组织学生观摩排球比赛，充分了解各项技术。

5.教学评价：了解排球技术基本概念，对每项技术指定课堂考核计划。

**第三章：排球运动战术分析与教学训练（实践）**

1.教学目标：帮助学生掌握排球战术概念、了解排球战术的基本内容与分类；掌握同阵容配备的优点与不足；了解进攻战术形式和进攻战术打法的内容与种类。

2.教学重难点：掌握排球运动基本概念，明确排球战术体系，分析排球战术；学习并掌握排球运动基本战术。重点掌握“中一二”进攻战术形式和强攻战术打法的运用方法等。掌握5人接发球进攻战术和接扣球进攻战术。

3.教学内容：1、阵容配备、交换位置、信号联系。2、接发球及其进攻战术。3、接扣球及其进攻战术。3、接拦回球及其进攻战术。4、接处理球及其进攻战术。

4.教学方法：1、讲授法：相关概念及理论框架。2、演示法：通过练习掌握各种战术形式以及站位。3、观摩法：组织学生观摩战术配备及比赛视频。

5.教学评价：了解排球战术基本概念，初步掌握排球接发球进攻战术和接扣球进攻战术的主要教学步骤与方法。

**第四章：排球竞赛组织编排与裁判法和临场指挥工作（实践、理论）**

1.教学目标：基本掌握排球竞赛组织及其编排的主要类型、方法，最终熟练计算出排球比赛每场、每队的得分，并最终正确排列比赛名词。

2.教学重难点：以混合制编排方法举办比赛为切入点，重点学习排球竞赛的单循环制编排方法，并简单介绍淘汰制编排方法。

3.教学内容：1、排球裁判员的行为准则、基本条件。2、把握规则修改精神、正确理解执行规则。3、对主要规则的理解和判断方法。4、比赛参加者义务、权力、裁判员主要职责。

4.教学方法：1、讲授法：相关概念及理论框架。2、演示法：通过模拟比赛前的工作进行针对性学习。

5.教学评价：了解并学会排球竞赛工作安排，有目的使用不同编排方式进行模拟竞赛组织工作。

**第五章：排球运动技战术教学与训练（理论）**

1.教学目标：介绍排球教学工作，主要包括排球课的主要形式和基本结构，排球教学顺序和基本方法、排球教学文件极其制订、排球教学的评价等内容。

2.教学重难点：排球教学内容比较抽象，是本教材中的难点，但对提高学生的教学能力有很好的指导作用，尤其是后续的教学文件范例，可以帮助学生理解排球教学工作。

3.教学内容：1、排球教学的任务。2、排球技、战术教学顺序及基本方法。3、排球课的形式与结构。4、排球教学文件及其制订。5、排球教学课堂组织与管理。

4.教学方法：1、讲授法：相关概念及理论框架。2、观摩法：组织学生观看技战术教学视频。

5.教学评价：了解并学会如何教学排球技术，战术等。针对教学和训练有初步的认知。

**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 | 排球运动的概述（理论） | 2学时 |
| 第二章 | 排球运动技术分析与教学训练（实践） | 34学时 |
| 第三章 | 排球运动战术分析与教学训练（实践） | 10学时 |
| 第四章 | 排球竞赛组织编排与裁判法和临场指挥工作（实践、理论） | 10学时 |
| 第五章 | 排球运动技战术教学与训练（理论） | 8学时 |
| 第六章 | A：实践考核。B：理论考核。C：裁判实习。 | 8学时 |
| 总计 | | 72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 | 9.6-9.12 | 排球运动概述 | 排球运动起源 | 2 | 课后题按时完成 |  |
| 2-8 | 9.13-10.31 | 排球运动技术分析与教学训练 | 发、垫、传、扣、拦 | 34 | 熟练掌握五大项基本技术 |  |
| 9-11 | 11.1-11.21 | 排球运动战术分析与教学训练 | 阵容配备、四攻系统 | 10 | 学会并能在比赛中充分应用 |  |
| 12-15 | 11.22-12.12 | 排球竞赛组织编排与裁判法及临场指挥工作 | 9种编排方式“贝格尔” | 10 | 模拟参加队伍比赛编排顺利完成 |  |
| 16 | 12.13-12.19 | 排球运动技战术教学与训练 | 如何上好一堂排球课 | 8 | 模拟授课 |  |
| 17 | 12.20-12.31 | 实践考核、理论考核、裁判实习 | 考试 | 8 | 完成考试 |  |

本课程按照课程思政要求进行随堂教学。

**六、教材及参考书目**

1．黄汉升等主编《球类运动—排球》，高等教育出版社，2015年6月

**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排球运动概述、排球技术、排球战术、竞赛组织、教学教法等相关知识。

2．演示法：通过课堂，由教师展示技术动作以及沙盘讲演、模拟排球比赛及技战术在比赛中的运用，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.观摩法：组织学生现场观摩或视频观摩排球技、战术和排球比赛

**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 | 每学期讲授的排球专项理论 | 学期排球理论考核成绩 |
| 课程目标2 | 平时成绩（出勤、学习态度） | 学期平时成绩 |
| 课程目标3 | 排球垫球技术 | 对墙垫球50个 |
| 课程目标4 | 排球发球技术 | 发球要求为：3长2短共5次  男生上手、女生下手 |
| 课程目标5 | 排球传球技术 | 两人对传，隔网站立，在进攻线后，传球要有一定高度(高于网口1-1.5米)，学生自由配对。20次 |
| 课程目标6 | 排球扣球技术 | 学生端线后自垫球行进至本场限制线,自传球接自扣球过网.5次(细自垫球20分,自传球10分,扣球60分). |

**（二）评定方法**

**1．评定方法**

理论考试：30%（论文或试卷）

平时成绩：10%（考勤与提问、考察）

实践考试：60%（技术）

**2．课程目标的考核占比与达成度分析**

**表5：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 | 0% | 0% | 100% | 理论考试目标1×30%＋平时成绩目标2×10%＋（垫球目标3×80%＋技评目标6×20%＋发球目标4×80%＋技评目标6×20%）＋传球目标5×80%＋技评目标6×20%）60%/本课程考核总成绩 |
| 课程目标2 | 0% | 0% | 100% |
| 课程目标3 | 0% | 0% | 80% |
| 课程目标4 | 0% | 0% | 80% |
| 课程目标5 | 0% | 0% | 80% |
| 课程目标6 | 0% | 0% | 20% |

**（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《排球运动》课程基本知识。根据试卷分数进行评定。 | 能够一般地了解并学习《排球运动》课程基本知识。根据试卷分数进行评定。 | 能够基础地了解并学习《排球运动》课程基本知识。根据试卷分数进行评定。 | 能够了解并学习《排球运动》课程基本知识。根据试卷分数进行评定。 | 不能够了解并学习《排球运动》课程基本知识。根据试卷分数进行评定。 |
| **课程**  **目标2** | 仪表仪态得体，有一定的表达、交流、沟通能力。能够恰当地运用教学方法、手段，教学环节规范，优秀地达成教学目标。无旷课，无迟到，无早退。 | 仪表仪态得体，有一定的表达、交流、沟通能力。能够恰当地运用教学方法、手段，教学环节规范，较好地达成教学目标。无旷课，1迟到，无早退。 | 仪表仪态得体，有一定的表达、交流、沟通能力。能够恰当地运用教学方法、手段，教学环节规范，一般地达成教学目标。1旷课，1迟到，无早退。 | 仪表仪态得体，有一定的表达、交流、沟通能力。能够恰当地运用教学方法、手段，教学环节规范，达成教学目标。2旷课，1迟到，1早退。 | 仪表仪态不得体缺乏一定的表达交流沟通能力。不能够恰当地运用教学方法、手段，教学环节规范，不能达成教学目标。2旷课，2迟到，2早退。 |
| **课程**  **目标3** | 排球技术对墙垫球45个—50个 | 排球技术对墙垫球40个—44个 | 排球技术对墙垫球35个—39个 | 排球技术对墙垫球30个—34个 | 排球技术对墙垫球1个—29个 |
| **课程**  **目标4** | 排球技术发球5次 | 排球技术发球4次 | 排球技术发球3次 | 排球技术发球2次 | 排球技术发球1次 |
| **课程**  **目标5** | 排球技术两人一组传球18次—20次 | 排球技术两人一组传球16次—17次 | 排球技术两人一组传球14次—15次 | 排球技术两人一组传球12次—13次 | 排球技术两人一组传球1次—12次 |
| **课程**  **目标6** | 排球扣球技术技术评定分（自垫球20分,自传球10分,扣球60分） | 排球扣球技术技术评定分（自垫球20分,自传球10分,扣球60分） | 排球扣球技术技术评定分（自垫球20分,自传球10分,扣球60分） | 排球扣球技术技术评定分（自垫球20分,自传球10分,扣球60分） | 排球扣球技术技术评定分（自垫球20分,自传球10分,扣球60分） |

1. **教学建议**

（一）任课教师要勤于学习和钻研，努力转变教育思想和观念，树立立德树人的教学指导思想，紧紧抓住一践三学会的基本目标，在教学中应围绕课程教学目标，认真贯彻执行本教学大纲的规定与要求。课前认真备课，在教学中，对学生进行思想教育，教书育人。结合排球运动特点，培养学生热爱集体，相互帮助，讲文明、讲礼貌、讲团结，树立良好班风。

（二）树立“教师化”的教学理念，严格要求学生，细心指导学生，重视提高学生的实践能力，既教书又育人，不断提高教学质量。教师以身作则，严格课堂纪律，高标准、严要求，认真备好每一次课。

（三）学生应端正学风，严格执行各项教学规章制度，认真学习，积极思考，反复练习，在规定的时数内较好地完成学习任务。加强自主学习能力的培养，课后认真做好笔记，预习教学内容，自觉进行课后锻炼活动，完成教师布置的作业，积极参加实践活动，认真备课（教学实践），巩固所学的知识。理论联系实际，讲授重点突出、通俗易懂，语言生动、精练。

（四）学生的竞赛组织编排、裁判、记录台、教学训练实习，教师应做好有计划的组织安排，提高学生实际操作能力。