

《 极限飞盘 》教学大纲

课程名称： 极限飞盘	课程类别（必修/选修）： 专业基础选修
课程英文名称： UItimate frisbee	
总学时/周学时/学分： 32/2/2	其中实验/实践学时： 30
先修课程： 无	
后续课程支撑： 无	
授课时间： 星期一 78 节 社会体育指导与管理 2021 体育 1 班 星期二 78 节社会体育指导与管理 2021 体育 2 班 星期三 78 节社会体育指导与管理 2021 体育 3 班	授课地点： 足球场
授课对象： 社会体育指导与管理 2021 级 1、2、3 班	
开课学院： 教育学院（师范学院）体育系	
任课教师姓名/职称： 冯炎红/副教授	
答疑时间、地点与方式： 课后、上课地点、问题答疑	
课程考核方式： 开卷（ ） 闭卷（ ） 课程论文（ ） 其它（ √）	
使用教材：	
教学参考资料：	
课程简介： 《极限飞盘》课程是为社会体育指导与管理专业本科学生开设的专业选修课程，极限飞盘是一种综合了篮球的中枢脚，足球的场地，网球的跑位、橄榄球的得分、排球胜负的积分、团队、无裁判等元素的新型时尚运动，参与者健身的同时更有利于团队精神的升华，此运动的迅速发展已经成为世界运动会项目之一，形成具有时尚、趣味、娱乐、竞技、精髓于一体团队、精神的“健体、健心、健志”的新兴休闲有氧健身运动,通过专业选修课程的学习能理解专业概念和知识，专业原理的学习学会专业分析能力，学会与教学与训练、组织赛事、营销等相关知识综合运用专业技术能力，并在教学协调发展中提升素质，在教学实践中评估其专业实践能力。	

课程教学目标及对毕业要求指标点的支撑：		
极限飞盘课程教学目标	支撑毕业要求指标点	毕业要求
目标 1： 了解极限飞盘运动发展概况，使学生理解和掌握《极限飞盘》运动的概念、技术和理论知识及教学原则与训练方法	2-2 掌握社会体育相关学科的基本理论、基本知识、基本技能	毕业要求 2.熟悉党和国家有关体育事业的方针、政策、法规；掌握社会体育相关学科的基本理论、基本知识、基本技能。
目标 2 熟练掌握《极限飞盘》技术，学会解决分析教学、训练、赛事中的问题，提升良好的组织管理能力和飞盘创新能力	4-1 具有从事群众性体育活动的组织管理、咨询指导、经营开发及教学等方面的实际工作能力 7-1 具有较好的创新意识，具有在体育教育教学、社会体育指导、以及体育活动的市场推广及策划组织过程中发现问题、探索问题的意识，初步形成解决相关问题的能力	毕业要求 4.具有从事群众性体育活动的组织管理、咨询指导、经营开发及教学等方面的实际工作能力；掌握指导大众体育、养生健身、休闲娱乐体育的理论和运动技术。 毕业要求 7.具备终身学习理念，具有专业发展的自我意识，具有一定的批判性思维，不断增强创新意识。
目标 3： 在课中习得“快乐、参与、超越自我、团队”的精神，	8-1 具有团队协作意识 8-2 具有良好的人际沟通能力	毕业要求 8.具有团队协作意识和良好的人际沟通能力。

目标 4 根据课程特点，加强课程思政教育	1-2 树立科学的世界观、人生观和价值观，具有良好的思想品德、社会公德和职业道德；热爱社会体育指导与管理事业	毕业要求 1. 拥有坚定的思想政治信念，践行社会主义核心价值观。具有良好的思想道德素质和文化素养，身心健康
--------------------------------	--	---

理论教学进程表

周次	教学主题	授课教师	学时数	教学内容（重点、难点、课程思政融入点）	教学模式 线下/混合式	教学方法	作业安排	支撑 课程 目标
11	观摩 技术 战术、 比赛	冯炎红	1	重点： 总结技术、战术 难点： 技术、战术回归理论	混合式	讲授 小组 讨论	课后作业： 阅读两篇飞盘文章	目 标 1-4
			1	重点： 技术、战术、比赛案例 难点： 技术、战术、比赛创新应用 课程思政融入点： 提升专业的荣誉、责任感、技战术意识	混合式	讲授 小组 讨论	课程思政作业： 通过文献检索或网络资源查找，	目 标 1-4
合计			2					

实践教学进程表

周次	实验项目名称	授课教师	学时	教学内容（重点、难点、课程思政融入点）	项目类型	教学	支撑课
----	--------	------	----	---------------------	------	----	-----

					(验证/综合/设)	方法	程目标
1	课程要求： 组建团队、 反手传接盘	冯炎红	2	反手传接盘技术：为本学期每节课技术教学的内容 重点：极限飞盘基本技术学习 难点：技术之上的极限飞盘精神 课程思政融入点：技术标准促进互相尊重。	综合	实训	目标 1-4
2	反手传接盘 课课练： 比赛、体能	冯炎红	2	重点：传接盘技术动作 难点：传接盘控盘 课程思政融入点：提升技术互相尊重	综合	实训	目标 1-4
3	反手传接盘及应用	冯炎红	2	重点：体前变向换手传接盘、战术锁定目标练习 难点：传接盘时抬头观察 课程思政融入点：体能、技术提升互相尊重	综合	实训	目标 1-4
4	反手传接盘技术及应用	冯炎红	2	重点：传接盘在一对一进攻防战术中应用 难点：不放弃 传接盘脚步一动 课程思政融入点：大压力攻防学会不放弃	综合	实训	目标 1-4
5	反手传接盘技术及应用	冯炎红	2	重点：综合传接盘技术、进攻 难点：传接盘创造空间 课程思政融入点：团队合作有效跑动。	综合	实训	目标 1-4

6	反手传接盘技术及应用	冯炎红	2	重点：综合传接盘技术、防守 难点：传接盘速度变化 课程思政融入点：比赛受阻时不放弃	综合	实训	目标 1-4
7	反手传接盘技术及应用	冯炎红	2	重点：综合传接盘技术、三角进攻战术 难点：传接盘的三人路线、时机配合 课程思政融入点：三角进攻团队技术认知。	综合	实训	目标 1-4
8	反手传接盘技术及应用	冯炎红	2	重点：传接盘技术、区域联防应用 难点：传接盘的战术、规则的综合运用 课程思政融入点：灵活三角团队战术认知。	综合	实训	目标 1-4
9	反手传接盘技术及应用	冯炎红	2	重点：传接盘技术、得分区的战术配合 难点：熟悉战术的路线和传接盘时间 课程思政融入点：目标区团队隐蔽战术配合	综合	实训	目标 1-4
10	反手传接盘技术及应用	冯炎红	2	重点：提升传接盘技术、中场中路战术 难点：熟悉战术路线和传接盘时间 课程思政融入点：中场枢纽启动进攻	综合	实训	目标 1-4
12	模拟比赛	冯炎红	2	重点：队内技战术特点 难点：团队合作	综合	实训	目标

				课程思政融入点：赛后策略分析预定新目标			1-4
13	模拟比赛	冯炎红	2	重点：队内技战术特 难点：团队合作 课程思政融入点：赛后分析本队的优势	综合	实训	目标 1-4
14	技术模拟考试	冯炎红	2	重点：考试规则及方法 难点：考试技术熟练 课程思政融入点：得分技术分析能力	综合	考试	目标 1
15	技术考试	冯炎红	2	重点：按规则考试 难点：考后感悟反思 课程思政融入点：培养过程学习目标	综合	考试	目标 1
16	技术补测 自由比赛	冯炎红	2	重点：按规则考试 难点：考后感悟反思 课程思政融入点：鼓励学生进取。	综合	考试	目标 1-4
合计			30				

课程考核

课程目标	支撑毕业要求指标点	评价依据及成绩比例（%）				
		考试	比赛	课程思政		
目标一	2-2	技术 60%				

目标二、三、	4-1; 7-1; 8-1		10%			
目标四	1-2			30%		
总计						100

备注：1) 根据《东莞理工学院考试管理规定》第十二条规定：旷课3次（或6课时）学生不得参加该课程的期终考核。2) 各项考核标准见附件所示。

大纲编写时间：2023 年 8 月 29 日

系（部）审查意见：

已审阅，同意执行。

系（部）主任签名：



日期：2023 年 9 月 1 日

备注：

附录：各类考核评分标准表（仅供参考）

考核方法及标准													
考核形式	评价标准												权重
1、基本考试内容	一、扣分项： 2、迟到一次扣 1 分，早退一次扣 3 分，请假一次扣 2 分，旷课一次扣 5 分，课堂表现不佳酌情扣分。 3、严重违反极限飞盘精神相关条例；没有特殊原因无故不参加课上练习和不参加团队活动；故意造成他人受伤、侮辱辱骂他人、赛事中斗殴等情节严重者直接扣掉 40 分 二、取消考试资格：1、旷课超出本学期总学时 1/3 时（包括第三节）2、违反理工学院学生守则课堂常规要求 4、故意损害和丢失器械等本课成绩均不予评定。												30%
反手传接盘	4、单人左右手触碰相对应左右相距 1 米的标志物后，双人相距 10 米、1 分钟内传接盘评分标准： 100 98 95 90 85 80 75 70 65 60 50 40 30 男 40 35 34 33 30 28 26 24 22 20 16 14 12 女 38 33 32 31 28 26 24 22 20 18 14 12 10												60%
比赛	5、比赛：班内分组比赛 分组循环赛：每节课：赢一场记 3 分，平为 2，负为 1 分，违背极限飞盘精神扣 3 分。团队总分按降序排名获得相应降序分数：积分高者排先，分数相等看赢盘累积总数，盘数多者排先。 5、分数： 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 6、名次：第一 第二 第三 第四 第五 第六 第七 第八 第九 第十												10%

