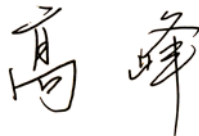


《网球》教学大纲

课程名称：网球			课程类别（必修/选修）：必修		
课程英文名称： Tennis					
总学时/周学时/学分：30/2/1			其中实验/实践学时：28		
先修课程：网球					
授课时间：1-15 周			授课地点：网球场(湖边)		
授课对象：非体育专业同学					
开课学院：教育学院（师范学院）体育系					
任课教师姓名/职称：卢妍桦/讲师					
答疑时间、地点与方式：网球场 现场及电话答疑					
课程考核方式：开卷（ ） 闭卷（ ） 课程论文（ ） 其他（√,技术考核 ）					
使用教材：网球、网球拍					
教学参考资料：					
课程简介：《网球》是一项隔着球网、用球拍击打橡胶制空心球的运动。网球起源于法国,最早流行于英国与法国二国的贵族阶层。后来 1877 年在英国伦敦温布尔敦举行了首场温布敦网球锦标赛,为现代网球史上最早的比赛。网球分为单打和双打。					
<div>课程教学目标</div> <div>一、知识目标： 1. 了解网球起源、发展与规则。</div> <div>二、能力目标： 1. 学会正反拍抽球、切球、截击、高吊球与杀球、发球等基本动作。</div> <div>三、素质目标： 1. 培养网球运动兴趣及习惯。 2. 培养学生具有主动参与、积极进取。</div>				<div>本课程与学生核心能力培养之间的关联(授课对象为理工科专业学生的课程填写此栏)：</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 1.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 2.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 3.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 4.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 5.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 6.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 7.</div> <div><input type="checkbox"/>核心能力 8.</div>	
理论教学进程表					
周次	教学主题	学时数	教学的重点、难点、课程思政融入点	教学方式	作业安排
1	课程介绍	2	网球的课程内容讲解 重点：网球的定义 难点：网球的特点 课程思政融入点：介绍李娜、李婷/孙甜甜、郑洁和张德培等大满贯冠军等奋力拼搏的经历,一改过去华人无法在网球运动上取得优异成绩的历史,为中华民族争得荣誉。	课堂讲授	欣赏网球相关视频并写下心得报告

合计:		2			
实践教学进程表					
周次	实验项目名称	学时	重点、难点、课程思政融入点	项目类型（验证/ 综合/设计）	教学方式
2	网球基本技术	2	正手拍击球(握拍法) 重点: 握拍方式 难点: 握拍的位置 课程思政融入点: 介绍正手拍各种握拍方式及优缺点	综合	实训
3	网球基本技术	2	正手拍击球(定点、移位) 重点: 击球位置 难点: 移位后击球的位置 课程思政融入点: 介绍定点及移位击球的注意事项	综合	实训
4	网球基本技术	2	反手拍击球(握拍法) 重点: 握拍方式 难点: 握拍的位置 课程思政融入点: 介绍反手拍各种握拍方式及优缺点	综合	实训
5	网球基本技术	2	反手拍击球(定点、移位) 重点: 击球位置 难点: 移位后击球的位置 课程思政融入点: 介绍定点及移位击球的注意事项	综合	实训
6	网球基本技术	2	正手拍、反手拍综合练习 重点: 击球位置 难点: 正反手拍握拍方式的转换 课程思政融入点: 提醒正反手拍转换握拍时的注意事项及流畅度	综合	实训
7	网球基本技术	2	正手拍截击(握拍法) 重点: 握拍方式 难点: 动作要小,并不动到手腕 课程思政融入点: 介绍截击的进攻以及防守	综合	实训

8	网球基本技术	2	反手拍截击(握拍法) 重点: 握拍方式 难点: 动作要小,并不动到手腕 课程思政融入点: 介绍截击的运动以及如何有效进攻与防守	综合	实训
9	网球基本技术	2	正手反手拍截击综合练习 重点: 正反手拍的握拍转换 难点: 握拍的转换 课程思政融入点: 介绍如何提高握拍转换的流畅度以及达到有效的进攻与防守	综合	实训
10	网球基本技术	2	发球练习(握拍法) 重点: 握拍方式、抛球高度位置 难点: 握拍方式 课程思政融入点: 介绍如何提高有效的力量达到发球的威力以及进攻	综合	实训
11	网球基本技术	2	发球练习 重点: 发球力量的使用、抛球 难点: 抛球位置、击球点 课程思政融入点: 介绍如何有效将球抛好	综合	实训
12	网球基本技术	2	综合练习(比赛规则讲解) 重点: 规则讲解 难点: 规则 课程思政融入点: 网球的规则讲解并介绍何谓单打双打混和双打	综合	课堂、实训
13	网球基本技术	2	分组比赛 重点: 单打双打 难点: 如何有效的得分 课程思政融入点: 利用比赛让学生从比赛中体会到在过程中如何面对克服心理的紧张及压力	综合	实训

14	网球基本技术	2	身体素质考试、练习网球考试内容	综合	实训
15	期末技术考核	2	正反拍考核 重点：正反拍 难点：正反拍的有效球 课程思政融入点：利用考核讓學生可以了解到自己的學習進度及達成目標	综合	实训
合计：		28			实训
考核方法及标准					
考核形式		评价标准			权重
出勤及課堂表現		缺勤 1/3 者不允許參加考核,遲到早退扣 2 分,曠課扣 5 分,事假 1 分。			20%
技術評定		正手拍、反手拍考核			30%
身體素質		50 米或立定跳遠			30%
運動世界校園跑		學期目標:男 60km、女 50km			20%
大纲编写时间：2020 年 2 月 15 日					
系（部）审查意见： 已审阅，同意执行					
系（部）主任签名：				日期： 2020 年 2 月 20 日	