

《羽毛球》教学大纲

课程名称：羽毛球	课程类别（必修/选修）：必修
课程英文名称：Badminton	
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	
授课时间：1-16 周	授课地点：体育馆
授课对象：2019 级社会体育指导与管理专业 1、2、3 班	
开课学院：教育学院（师范学院）	
任课教师姓名/职称：胡英姿/助理研究员（中级）	
答疑时间、地点与方式：课堂（体育馆）、课后	
课程考核方式：开卷（）闭卷（）课程论文（）其它（√）专项技术考核	
<p>使用教材：羽毛球运动理论与实践，人民体育出版社</p> <p>教学参考资料：a《羽毛球竞赛规则》，北京体育大学出版社，2020 年</p> <p style="padding-left: 40px;">b《羽毛球竞赛竞赛工作指南》，北京体育大学出版社，第二版</p>	
<p>课程简介：羽毛球运动特有的观赏性、娱乐性、锻炼性使得人们对它特别青睐。通过对各种羽毛球技术练习、游戏或比赛，达到锻炼身体、磨练意志等健身效果，同时还娱乐心情、陶冶情操，锻炼人的思维反应能力，灵活大脑。</p> <p>羽毛球专业课是体育系专业课程之一，也是体育系本科社会体育专业的必修课程，它的教学目的和任务是通过羽毛球专业课的教学，使学生较全面系统的掌握羽毛球专项理论知识，提高羽毛球的基本技能和实战水平。</p>	
<p>课程教学目标</p> <p>一、知识目标：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全面地了解羽毛球运动的理论知识和技术； 2. 理解并掌握羽毛球基本技术学习研究羽毛球的战术及打法类型； 3. 掌握本项目的教学与训练方法与手段； 4. 学习羽毛球竞赛规则，提高临场裁判工作能力，掌握羽毛球比赛的竞赛组织、编排记录知识。 	<p>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)：</p> <p><input type="checkbox"/>核心能力 1.</p> <p><input type="checkbox"/>核心能力 2.</p> <p><input type="checkbox"/>核心能力 3.</p> <p><input type="checkbox"/>核心能力 4.</p> <p><input type="checkbox"/>核心能力 5.</p>

二、能力目标： 1. 使学生在羽毛球教学的各个方面得到一定的训练和提高； 2. 具有开展课外羽毛球活动、指导业余羽毛球训练的能力； 3. 同时使学生理解羽毛球竞赛规则和裁判知识， 4. 初步具备组织羽毛球比赛和担任羽毛球裁判工作能力。 三、素质目标： 1. 注重培养学生克服困难、顽强拼搏精神及在健康快乐的锻炼中； 2. 提高灵敏、协调能力，改善心肺功能，全面提高身体素质。					□核心能力 6. □核心能力 7. □核心能力 8.		
理论教学进程表							
周次	教学主题	主讲教师	学时数	教学的重点、难点、课程思政融入点	教学模式 (线上/混合式/线下)	教学方法	作业安排
11	了解羽毛球竞赛规则	胡英姿	2	重点：讲解羽毛球（单、双打）比赛基本规则 难点：比赛规则的复杂多样性 课程思政融入点：通过学习和了解羽毛球竞赛规则，培养学生的体育精神（公正）。	线下	课堂讲授 结合实训	每人观看 2 场关于羽毛球比赛视频
合计：			2				
实践教学进程表							
周次	实验项目名称	主讲教授	学时	重点、难点、课程思政融入点	项目类型（验证/综合/设计）	教学手段	
1	认识羽毛球运动	胡英姿	2	重点：认识羽毛球运动发展历程和基本要领 难点：羽毛球运动的特点，和场	综合	实训	

				<p>地器材的使用规则。</p> <p>课程思政融入点：介绍羽毛球运动的演变过程，及各大赛事，培养学生的爱国精神。</p>		
2-4	羽毛球基本技术动作、步法教学	胡英姿	6	<p>学习羽毛球基本技术徒手动作和步法。</p> <p>重点：掌握正确技术的基本动作和基本步法</p> <p>难点：持拍手与身体的协调配合；发力要领；脚的着力点和发力点；手脚的协调配合。</p> <p>课程思政融入点：通过对正确动作的学习，达到锻炼身体的协调性及正确的运动价值，发展学生运动智力的养成。</p>	综合	实训
5-7	羽毛球单打基本技术教学	胡英姿	6	<p>学习羽毛球运动基本技术（单打）</p> <p>重点：通过之前对技术基本动作的徒手练习，采用有球练习来加深对基本动作的熟练和基本技术的认识。</p> <p>难点：有球练习时，对击球点、击球节奏、身体动作的协调性配合和发力等细节的掌握，动作与技术融会贯通。</p> <p>课程思政融入点：通过有球练习，培养学生对该运动的兴趣，并培养学生的理论与实践相结合，发</p>	综合	实训

				展学生的体育智能水平。		
8	期中技术考试	胡英姿	2	<p>期中考试。</p> <p>重点：课程考核目标之一。</p> <p>课程思政融入点：检验学生对该项目前期的掌握程度，让学生树立正确目标，并通过理论学习—实践学习等环节，从而对自我检查或批评。</p>	综合	实训
9-10	羽毛球双打基本技术教学	胡英姿	4	<p>学习双打基本技术。</p> <p>重点：学习正确的双打基本技术；并与实践相结合。</p> <p>难点：双打基本技术的握拍、站位、准备、判断、起动、击球点、击球技术等瞬时的变化</p> <p>课程思政融入点：通过进一步学习双打技术练习，来培养良好的羽毛球意识。通过封抽、杀挑等双打技术，锻炼学生在困难中寻找突破点，发挥自我主动的战术意识。</p>	综合	实训
12	期末技术考核	胡英姿	2	<p>期末技术考试</p> <p>重点：课程考核目标之一</p> <p>课程思政融入点：检验学生本学期课程的掌握程度，同时树立正确的认知目标，并通过理论学习—实践—再学习—再实践等环</p>	综合	实训

				节，从而养成自我检查和自我批评的良好习惯。		
13-16	期末班内循环赛	胡英姿	8	班内循环赛第一阶段第 1.2 轮 课程思政融入点： 期末的班内循环赛，除了检验学生本学期对该课程的熟练程度外，还具有培养学生的良好心理素质、运动意识、运动素养和运动能力等综合价值，具备培养学生终身体育锻炼的指导意义，也能培养学生积极向上、克服困难的良好品质。	综合	实训
合计：			30			
考核方法及标准						
考核形式				评价标准		权重
平时成绩				上课的考勤、课堂表现和课后作业		30%
期中技术考核				期中指定技术测试，达标考核		20%
期末技术考核				期末指定技术测试，达标考核		20%
实战				班内教学比赛		30%
总分						100%
大纲编写时间：2020 年 8 月 31 日						

系（部）审查意见：

已审阅，同意执行。

系（部）主任签名：

Handwritten signature in black ink, reading "李逸涛" (Li Yitao).

日期： 2020 年 9 月 1 日