

## 《匹克球》教学大纲

课程名称：匹克球	课程类别（必修/选修）：必修
课程英文名称：Pickleball	
总学时/周学时/学分：30/2/2023 级 1；2022 级 0.5	其中实验/实践学时：30
先修课程：	
授课时间：1-15 周	授课地点：体育馆旁匹克球球场
授课对象：2022 级 2023 级公共体育匹克球选项课学生	
开课学院：教育学院（师范学院）	
任课教师姓名/职称：高峰/讲师	
答疑时间、地点与方式：随堂答疑	
课程考核方式：开卷（）闭卷（）课程论文（）其它（实践测评）	
使用教材：	
教学参考资料：	
<p><b>课程简介：</b>本课程主要讲授匹克球运动基础理论知识（特点、发展概况、基本技术和基本战术）、四种击球方式（丁克、截击、击落地球和吊球）、匹克球竞赛和规则、大众匹克球锻炼等基本理论知识。重点学习和掌握丁克球和截击球，纠正丁克球与截击球的配合问题，介绍高压球技术、第三球技术和实用匹克球战术。通过课程学习，使学生基本掌握四种击球方法，具备参赛水平和能力，并积极参加匹克球裁判员、教练员的培训及考核，积极参加匹克球竞赛，养成终身锻炼的习惯。</p> <p>理论课以教师讲授和学生自学为主，通过提问、答疑、专题分析、作业和小课研究等教学方式，提高学生理论水平和运用理论解决实践问题的能力。加强对学生能力的培养，开展探究式教学，增加学生课堂学术活动时间，提高学生发现和分析问题的能力；通过领操、提问、正误对比和教法作业等，全面提高学生的综合素质和实践操作能力。</p>	

**课程教学目标：**

**一、知识目标**

- 1、让学生基本掌握丁克球、发球与接发球和吊球技能。
- 2、提高他们对匹克球运动的兴趣，逐步养成打匹克球的习惯，促进其身心健康。

**二、能力目标**

- 1、使学生了解匹克球运动特有的健身及怡情悦性的价值，培养学生在匹克球运动中善于学习、勤于动脑、讲究智慧。
- 2、培养学生学会匹克球比赛方法，提高自我锻炼的能力，为终身体育打下基础。

**三、素质目标**

- 1、培养学生养成匹克球运动中讲文明重礼仪的风范，发展学生善于与他人合作及形成良好人际关系的能力，并有积极进取、公平竞争的意识，提高适应不同环境的能力。
- 2、通过课程学习，培养学生良好的学风和刻苦练习的精神，加强安全教育和组织纪律教育，促进身心全面发展。充分利用课堂资源开展学术性活动激发学生探究知识的兴趣，培养专业情感，使学生能自觉自愿练习，并使匹克球这个有趣的项目伴随其一生。

**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）	教学方法
1	匹克球的特点和发展概况	高峰	2	课堂常规及体育课注意事项。  重点：匹克球运动特点、匹克球起源与发展、中国匹克球运动发展，匹克球的运动等级定义。难点：匹克球运动在国内外发展的最新动态与趋势。课程思政融	线下	实训

				入点：介绍中国匹克球运动的普及开展。、历年在国际上获取的成绩。增强学生的国家荣誉感和民族的使命感。		
2	匹克球竞赛组织、裁判方法与规则；正手击球技术动作	高峰	2	重点：匹克球竞赛组织；击球站位 难点：裁判方法与规则。匹克球的握拍方法、准备姿势与移动	综合	实训
3	反手击球的技术动作	高峰	2	重点： 匹克球的握拍方法讲解；匹克球准备姿势分析教学； 难点：匹克球的基础移动步伐（分腿垫步、小碎步）。 劳动教育融入点:通过基本技术的训练,培养同学们吃苦耐劳的拼搏精神。	综合	实训
4	匹克球的技术（发球）	高峰	2	重点：发球动作及站位 难点：发球速度与角度练习 劳动教育融入点:通过发球技术的训练,锻炼学生制定目标,努力达成目标的良好习惯。	综合	实训
5	匹克球的技术（接发球）	高峰	2	重点：接发球技术 难点：接发球的时机和站位	综合	实训
6	匹克球的技术（丁克球）、正反手击球技术小测	高峰	2	重点：握拍方式 难点：控制球的落点技术	综合	实训
7	匹克球的技术（截击球）	高峰	2	重点：迎球动作 难点：用力方法	综合	实训
8	匹克球的技术（吊球）小球技术测试	高峰	2	重点：抛球引臂 难点：手腕推压动作 课程思政融入点：介绍匹克球专业运动员的顽强拼搏	综合	实训

				精神，树立民族英雄和时代精神的代表，增强“拼搏”和民族精神的意识。		
9	匹克球的技术（正反手削球）	高峰	2	重点：正反手削球技术； 难点：削球技术要领	综合	实训
10	单、双打战术及站位	高峰	2	重点：单、双打战术 难点：战术运用及站位的变换 课程思政融入点：介绍体育比赛中的关键场合运动员的敢打敢拼精神，使学生掌握如何克服恐惧、紧张心理的办法，面对困难要丢开包袱，敢打敢拼。	综合	实训
11	单打比赛	高峰	2	重点：学生裁判实习与竞赛组织	综合	实训
12	单打比赛	高峰	2	重点：学生裁判实习与竞赛组织	综合	实训
13	单打比赛	高峰	2	重点：学生裁判实习与竞赛组织	综合	实训
14	考核	高峰	2	正反手对墙击球、网前对拉小球	综合	实训
15	考核	高峰	2	身体素质考核，补考。	综合	实训
合计：			30			

#### 考核方法及标准

考核形式	评价标准	权重
技术考核	1、正手对墙击球。每球 1 分共 10 分；2、两人一组小球击球，每一回合 1 分，共 10 分；3、单打抽签比赛，共 20 分，第一次按实际比分记录，第二次比赛胜者 10 分，输者实际比分不超 5 分。	40
身体素质	（50 米+男引体向上/女仰卧起坐）	40
运动世界校园跑	学期目标：男 60km，女 50km	20

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：

系（部）审查意见：

已审阅，同意执行

高峰

系（部）主任签名：

日期： 2024 年 3 月 6 日