



三明学院
SANMING UNIVERSITY

体育教育专业 课程教学大纲（25-26-2）

开课单位：体育与康养学院
适用年级：2022、2023 级

二〇二六年三月

目 录

一、专业核心课程

体育教育专业《体育教学论》课程教学大纲	1
体育教育专业《运动技能学习与控制》课程教学大纲	9

二、专业方向课程

1. 体育教育专业《运动训练学》课程教学大纲	15
2. 体育教育专业《体育管理学》课程教学大纲	25
3. 体育教育专业《运动处方》课程教学大纲	35
4. 体育教育专业《跆拳道》课程教学大纲	41
5. 体育教育专业《定向运动》课程教学大纲	49

三、专业选修课程

1. 体育教育专业《田径主项》课程教学大纲	56
2. 体育教育专业《排球主项》课程教学大纲	67
3. 体育教育专业《健美操主项》课程教学大纲	82
4. 体育教育专业《网球主项》课程教学大纲	93
5. 体育教育专业《篮球主项》课程教学大纲	101
6. 体育教育专业《羽毛球主项》课程教学大纲	115
7. 体育教育专业《足球主项》课程教学大纲	124

四、教师教育课程

1. 体育教育专业《体育绘图》课程教学大纲	141
-----------------------------	-----

五、实践性教学环节

1. 体育教育专业《教育见习》课程教学大纲	149
2. 体育教育专业《教育研习》课程教学大纲	157
3. 体育教育专业《毕业论文》课程教学大纲	167

体育教育专业《体育教学论》课程教学大纲

课程名称	体育教学论			课程代码	2711320010
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业必修 <input type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第6学期	学分	2	课程负责人	崔胜利
总学时	32	理论学时	32	实践学时	0
先修课程与后续课程	先修课程：学校体育学 后续课程：体育教材教法与教学技能				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	毛振明, 体育教学论, 高等教育出版社, 2017.7				
B 主要参考书籍	[1]钟启泉, 张华. 课程与教学论, 沈阳: 辽宁大学出版社, 2007.9 [2]贾齐. 体育课程与教学研究的方法论, 桂林: 广西师范大学出版社, 2014.1				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程, 同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站, 可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程PPT、教学视频、电子教材、音频、阅读资料、仿真软件、网络文献链接网址等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>《体育教学论》是体育教育专业的基础理论课程, 是由体育科学、教育科学、心理学、哲学和现代技术相结合的综合性的课程, 是研究和说明体育教学的现象、基本因素、本质以及内在规律的一门科学和学科, 是搭建体育专业学生学习与未来体育教学实践的桥梁。本课程实践性强、内容涉及面广的课程, 主要讲授体育教学中教学规律、教学原则以及学生、教师、目标、内容、过程、环境、方法、评价等八大要素和各要素间的相互关系。本课程具体任务如下:</p> <p>(1) 了解体育教学工作的基本原理、规律、方法及其在体育学科中的地位与价值。</p> <p>(2) 比较全面系统地掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能, 树立正确的体育教育观念。</p> <p>(3) 能够根据课标的要求和中小學生身心特点、运动规律进行体育设计与评价, 具备从事学校体育教学工作的基础能力。</p> <p>(4) 能够理论联系实际, 灵活运用所学知识, 能够对自己的教育实践活动进行及时反思, 正确总结经验与教训。</p> <p>(5) 能够正确理解、认识和评价教师职业的价值, 形成中小学体育教师的职业认同感。</p>				

E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观： 课程目标 1：了解体育教学的现象，构成要素及其内在规律，系统地掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能，并能够灵活运用于体育教学实践中；（支撑毕业要求 3.2） 课程目标 2：具备一定的体育教学设计能力。能够根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点对教学目标、教学内容、教学方法以及教学评价等方面进行合理的教学设计；（支撑毕业要求 4.1） 课程目标 3：具备一定自检反思能力。能够对自己的体育教学实践过程进行及时反思和做出正确的判断，并能够总结经验与教训。（支撑毕业要求 7.1）</p>			
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
	课程目标 1	3.2 掌握体育理论知识、形成完整的理论知识体系和理论素养，且能灵活、综合运用，解决问题：掌握体育基础知识，懂得体育教学、体育训练、体育竞赛等知识的内在联系并能运用这些知识解决体育实践中的问题；了解中外体育的基本脉络，具备初步的体育学史观，能够建立不同课程之间的正确联系，形成基本的体育理论系统，具备解决学生体育文化知识积累等问题。	学科素养（3） 权重：0.5 H（高支撑）	
	课程目标 2	4.1 体育教学设计能力：掌握义务教育阶段和高中阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，能够根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点从教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段等方面进行科学、合理的教学设计。	教学能力（4） 权重：0.3 M（中支撑）	
课程目标 3	7.1 自检反思能力：在教育实践过程中及时反思，对整个过程进行回顾、分析、审视，并做出正确的判断，总结成功与不足之处。	学会反思（7） 权重：0.2 L（低支撑）		
F 理论学习内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标	学时分配
	第一章 绪论 知道：了解体育教学论学科基本概况，掌握本学科的形成与发展、意义及注意事项； 领会：现代体育教学理论研究与发展概述、“体育教学全景图”及对体育教学基本要素的分析；		支撑课程目标 1	2
	第二章 体育教学目标 知道：正确理解体育目标的基本理论知识，体育目标与体育学科功能、价值的关系，以及体育教学目标的结构特征和体育教学目标评说； 领会：体育教学目标与体育学科功能、价值的关系，体		支撑课程目标 1、2、3	2

	<p>育教学目标的内部要素；</p> <p>运用：体育教学目标对体育教学的重要价值和各层次体育教学目标的制订方法；能够根据国家体育与健康课程标准合理制订不同水平阶段的体育教学目标；</p> <p>评价：能够依据体育教学基本理论和课程标准精神对制订的不同层次体育教学目标进行自检反思，总结经验和不足之处；</p>		
	<p>第三章 体育教学主体</p> <p>知道：教师主导、学生主体的概念；教师主导的内容；发挥教师主导的条件；学生主体的内容与形式；发挥学生主体的条件；</p> <p>领会：正确理解体育教学过程中教师主导作用和学生主体作用，以及两者之间的关系。</p>	支撑课程目标 2	2
	<p>第四章 体育教学过程</p> <p>知道：理解教学过程的含义与性质，以及体育教学中的五大规律和怎样在教学过程中进行优化和管理的作用。</p> <p>领会：体育教学的五大规律、体育教学过程的优化；</p> <p>运用：能够运用体育教学基本理论对体育教学过程进行优化与管理；</p>	支撑课程目标 2	2
	<p>第五章 体育教学原则</p> <p>知道：理解什么是体育教学原则和我国体育教学原则的基本特点；</p> <p>领会：体育教学特点与体育教学原则、坚持体育教学原则好的案例分析；</p>	支撑课程目标 1	2
	<p>第六章 体育教学内容</p> <p>知道：理解体育教学内容的概述、内容的特性以及层次与分类；理解什么是隐性教学和今后体育教学内容的发展与改革；</p> <p>领会：现行体育教学内容的组成、隐性体育教学内容的含义、体育教学内容改革的方向；</p>	支撑课程目标 1、2	2
	<p>第七章 体育课堂教学</p> <p>知道：掌握体育课堂组织与管理的基本方面，了解体育教学管理的基本矛盾；</p> <p>领会：体育课堂教学组织与管理的内容、运动技能学习的组织与管理；</p> <p>运用：能够根据相关理论在体育教学实践过程进行科学的组织管理；</p>	支撑课程目标 2、3	4
	<p>第八章 体育教学计划与设计</p> <p>知道：正确理解体育教学设计和教学计划；基本掌握学年和学期以及单元体育教学计划的制定；</p> <p>领会：体育教学设计的含义与意义、学年和学期体育教学计划制定的基本方法与步骤、单元体育教学计划制的案例；</p> <p>运用：能够根据相关理论制定不同层次的学年、学期、</p>	支撑课程目标 1、2、3	2

	单元、学时教学计划； 评价：能够依据体育教学基本理论对制订的不同层次学年、学期、单元、学时教学计划进行自检反思，总结经验 and 不足之处；		
	第九章 体育教学模式 知道：正确掌握什么是体育教育的模式以及体育教育模式的性质； 领会：对技能掌握式的体育教育模式（三段式模式）进行案例分析；	支撑课程 目标 1	2
	第十章 体育教育方法 知道：了解体育教育方法的历史与发展趋势，掌握它的分类和应用及其基本要求； 领会：教育方法与教育行为的区别、当前体育教育方法的发展趋势、以探究活动为主的体育教育方法； 运用：能够根据相关理论在体育教育实践中选择合理的体育教育方法；	支撑课程 目标 1、2、 3	4
	第十一章 体育教育环境 知道：了解是体育教育环境的概念及要素；掌握设计与优化体育教育环境的基本理论； 领会：良好体育教育环境的功能、体育教育的心理环境、设计与优化体育教育环境的案例；	支撑课程 目标 1	2
	第十二章 体育教育评价 知道：体育教育评价的概念、结构、内容；归纳常用的体育教育评价的方法和手段； 领会：体育教育的特点与体育教育评价、各种“教育评价”的地位和运用频数； 应用：能够将常用的体育教育评价的方法和手段运用于体育教育实践；	支撑课程 目标 1、2、 3	2
	第十三章 体育教育研究 知道：理解体育教育研究的概述和内容；掌握体育教育研究的主要方法和手段；培养高尚的爱国主义科研报国情怀； 领会：体育教育研究的内容及方法；	支撑课程 目标 3	2
	合计		32
G 实验（实训） 内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程 目标	学时 分配
	无		
	合计		
H 实践内容（含 教育实习、见 习、研习，专 业实习、毕业 论文或毕业	实践主要内容和要求	支撑课程 目标	时长 分配
	无		

设计等)								
I 教学方法与 教学方式	1. 理论课全部采用多媒体教学，应用自编或改编的多媒体课件，加上一些CD动画，改善理论课的枯燥和沉闷，吸引学生的注意力，加强授课效果。 2. 开通网络课堂，达到与学生及时沟通、交流的目的。同时重视师生互动与小组活动，组织课堂小组讨论和论文写作等活动，将课堂教学变为师生共同活动的过程。 3. 主要方式： <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input checked="" type="checkbox"/> 网络学习 <input checked="" type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input type="checkbox"/> 问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input type="checkbox"/> 实作学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input type="checkbox"/> 其它：_____（如口头训练等）							
J 教学条件 需求	（如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备需求等） 1. 时间：第5学期共16周，一周1次课，每次2学时； 2. 地点：理论课——多媒体教室；							
K 课程目标及 其考核内容、 考核方式及 评分占比	课程目标 及评分占比	考核内容	考核方式				课程 分目的 达成度	
			作业 评分 占比 (10 %)	考勤 评分 占比 (10 %)	期中 考试 评分 占比 (%)	课堂 表现 评分 占比 (10 %)	期末 考试 评分 占比 (70 %)	
	课程目标 1 (50%)	课程目标 1: 了解体育教学的现象，构成要素及其内在规律，系统地掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能，并能够灵活运用于体育教学实践中。					30	0.92
	课程目标 2 (30%)	课程目标 2: 具备一定的体育教学设计能力。能够根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点对教学目标、教学内容、教学方法以及教学评价等方面进行合理的教学设计。	10	5			20	0.86
	课程目标 3 (20%)	课程目标 3: 具备一定自检反思能力。能够对自己的体育教学实践过程进行及时反思和做出正确的判断，并能够总结经验与教训。		5		10	20	0.81
	总分		10	10		10	70	-
L 学习建议	1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过网络、图书馆自主查阅课程中涉及的学习资源，充分发挥学习能动性。 2. 研究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，尝试结合小组讨论的方式，开展相关学校体育问题的专题讨论，提高学生的学习积极性。							

M 评分量表	《体育教学论》课程目标评分量表见附表。	
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批 意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：  2026 年 3 月 4 日	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。 系主任签名：  2026 年 3 月 5 日

附表

《体育教学论》课程目标评分量表

	课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	<p>课程目标 1. 了解体育教学的现象,构成要素及其内在规律,系统地掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能,并能够灵活运用于体育教学实践中。</p>	<p>对体育教学工作的原理与价值有深入的了解,能够全面、系统地掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能,并能够灵活运用于体育实践;</p>	<p>对体育教学工作的原理与价值有较深入的了解,能够掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能,并能够正确运用于体育实践;</p>	<p>对体育教学工作的原理与价值有一定的了解,能够基本掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能,并能够运用于体育实践;</p>	<p>对体育教学工作的原理与价值有基本的了解,能够基本掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能,并能够运用于体育实践。但掌握的熟练程度和运用技能有待提高。</p>	<p>不了解体育教学工作的原与价值,未能掌握体育教学的基本理论、基本方法和基本技能,且不能够将所学知识运用于体育实践;</p>
	<p>课程目标 2. 具备一定的体育教学设计能力。能够根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点对教学目标、教学内容、教学方</p>	<p>能够熟练、准确根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点对不同层次的体育教学活动进行非常合理的设计;</p>	<p>能够比较熟练、准确根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点对不同层次的体育教学活动进行合理的设计;</p>	<p>能够正确根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点对不同层次的体育教学活动进行较合理的设计;</p>	<p>能够基本正确根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点对不同层次的体育教学活动进行基本合理的设计;</p>	<p>不能够根据不同阶段学生的身心发展特点和运动认知特点对不同层次的体育教学活动进行正确的设计;</p>

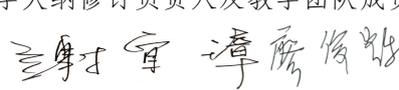
	法以及教学评价等方面进行合理的教学设计。					
	课程目标 3. 具有一定自检反思能力。能够对自己的体育教学实践过程进行及时反思和做出正确的判断,并能够总结经验与教训。	能够对自己的体育教学实践过程进行及时、深入的反思和正确判断,并能够总结经验教训。	能够对自己的体育教学实践过程进行及时、较深入的反思和正确判断,并能够总结经验教训。	能够对自己的体育教学实践过程进行正确反思和正确判断,并能够总结经验教训。	能够对自己的体育教学实践过程进行基本正确反思和基本正确判断,且能够总结经验教训。但仍需要进一步提高。	不能够对自己的体育教学实践过程进行及时、正确的反思和判断,且不能够总结经验教训。

体育教育专业《运动技能学习与控制》课程教学大纲

课程名称	运动技能学习与控制			课程代码	2711320011
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修课 <input type="checkbox"/> 通识选修课 <input checked="" type="checkbox"/> 学科专业基础课 <input type="checkbox"/> 专业方向课 <input type="checkbox"/> 专业任选课 <input type="checkbox"/> 集中实践环节				
开课学期	第6学期	学分	2	课程负责人	谢宜璋
总学时	32	理论学时	32	实践学时	0
先修课程与后续课程	先修：运动解剖学、运动生理学、体育心理学；后续：体育保健学				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	《运动技能学习与控制》高等教育出版社，任杰主编				
B 主要参考书籍	《运动技能学习与控制》高等教育出版社，王树明主编				
C 线上学习资源	本课程建立超星网络平台，同学们利用学校提供的账号密码登录课程网站，可查看教学大纲、日历、考核方法、课程ppt等教学资源				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>《运动技能学习与控制》是一门探讨人在运动活动中，有关运动技能的练习提高和控制过程中的现象与规律的学科。其目标是通过教学使学习者了解运动技能的学科发展、技能控制过程的内在机制、技能学习的效果评价、练习的组织等原理与方法，提高人类对自身行为活动特点的认识与了解，培养学习者运用运动技能学习与控制的理论与知识来解决教学和训练实践中的问题。本教材包括运动技能概述、运动技能控制和运动技能学习三个部分，主要采用行为水平分析，辅之以生物力学和神经生理学水平分析，以认知理论、信息加工理论和动力系统理论为基础。本课程授课对象为体育教育本科生，每周2学时，计划教学9周，总课时数18学时，总学分为1学分，本课程开设一学期。本课程的任务，是了解制定运动技能学习与控制的基本理论、基本知识、基本技能，掌握运动技能学习与控制的原则，并在实践中能指导学生对象进行科学的运动。</p>				
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>课程目标 1: 让动作执行者系统地掌握学科基本运动知识、运动技能及运动原理，形成完整、科学的体育学知识体系，能够明确体育学科内部各分支领域知识的逻辑关系，进而了解体育学科与交叉学科之间的关系，初步形成跨学科的综合学习能力，并能理论联系实际解决体育教学、运动训练及竞赛中的问题。帮助他们更加有效地组织教学练习，提高动作控制和动作表现的质量。（核心素养H，支撑毕业要求3.1,3.2）</p> <p>课程目标 2: 准确掌握运动技能学习与控制标准，能够针对中学生身心发展特点和运动认知规律，运用现代信息技术和学科知识进行体育课堂和课外体育活动设计；创设适宜的体育学习环境，实施有效教学并对学生实施全员化、多元化评价；课后能及时反思、总结，形成初步教研能力。具备课余训练与竞赛的组织与指导能力：能够结合理论知识，科学高效地指导运动技能学习与控制。（教学能力L，支撑毕业要求4.1）</p> <p>课程目标 3: 能够综合运用相关知识和技能，分析和解决本专业领域的复杂问题。具有积极的教育教学反思意识和发展意识，了解国际动态，关注本专业领域的全球重大问题，具有开展国际交流与合作的能力，能够传播中华优秀传统文化。能够在教育教学实践中收集信</p>				

息、发现问题、自行诊断、有意识地培养自己的评判思维，学会总结和反思，不断地自我塑造和自我完善。（学会反思M，支撑毕业要求7.1,7.2）				
课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	权重	
1	3.1 扎实的专业知识和技能：具有系统的专业理论知识、扎实的运动技能，具备提出问题、分析问题、解决问题的能力。能将专业理论知识与运动技能相结合，并在体育教学工作中运用。 3.2 跨学科学习能力：具有跨学科学习意识，了解体育学科与其他相关学科的内在联系并应用于教学和实践。具有适应社会、获取知识、掌握技能跨学科整合能力。	学科素养 (H)	0.55	
2	4.1 初具教学能力：具备体育教学的基本技能与基本理论，了解体育与健康课程改革的动态，熟悉课程标准和中学体育教材；能根据学生身心发展特点和成长规律，按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动。	教学能力 (L)	0.15	
3	7.1 具备反思的能力：具有自主学习、合作学习和终身学习的意识，能够运用批判性思维方法，对自己的学习和工作状态及时进行反思，学会分析和解决体育教育教学中的问题。 7.2 具有专业发展的意识：了解国内外基础教育改革发展动态，能够适应时代和教育发展需求，进行学习和职业生涯规划。具有创新精神和实事求是的科学态度，具有开展创新教育的潜能，能积极从事体育教育教学的理论与实践研究，具备初步科学研究能力。	反思能力 (M)	0.3	
F 理论学习 内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程 目标	学时 分配
	第一章 运动技能概述 学习目标：使学生正确理解什么是运动技能，什么不是运动技能；掌握运动技能的组成要素及其作用；能够对不同运动技能进行分类并分析它们的特点和要求；掌握运动技能的测量手段和评价方法。		课程目标1、 2、3	2
	第二章 运动认知与决策 学习目标：使学生理解运动技能控制的信息加工模型特点；掌握运动决策的含义和种类；理解影响运动决策的各个因素；了解高水平运动员的决策优势所在；理解不同类型的记忆的分类标准。 课程思政点：通过对认知与决策知识学习，了解认知与决策对成绩的影响，认识到提高运动员文化素养的重要性。		课程目标1、 2、3	2
	第三章 注意与唤醒 学习目标：使学生掌握注意的概念；理解注意的两个理论以及注意对运动技能操作的影响；掌握注意焦点、心理不应期、双重任务等理论知识在运动技能控制中的应用；全面理解唤醒水平与运动技能绩效之间的倒U关系。 课程思政点：通过对注意与唤醒知识学习，了解注意与唤醒对成绩的影响，理解竞技性运动员和训练训练型运动员出现的原因，增加运动员的心理训练内容。		课程目标1、 2、3	4
	第四章 运动技能的闭环回路控制 学习目标：使学生理解闭环回路控制模型的基本特点；掌握运动技能闭环回路控制的流程及含义；深刻理解视觉和本体感觉在运动技能闭环回路控制中的作用和机制。		课程目标1、 3	2

	<p>第五章 运动技能的开放环路控制</p> <p>学习目标：使学生理解开放环路控制模型的基本特点；掌握运动技能开放环路控制的流程及含义；深刻理解运动程序以及概括化运动程序在运动技能闭环环路控制中的作用和机制。</p>	课程目标1、3	4
	<p>第六章简单运动的控制原理</p> <p>学习目标：使学生理解运动系统的复杂性和自由度的概念；掌握速度-准确性权衡的实验依据和现实意义；能够分析竞技运动中的速度-准确性权衡的具体表现。</p>	课程目标1、3	2
	<p>第七章复杂运动的协调控制</p> <p>学习目标：使学生理解运动技能协调的含义；理解非连续性运动技能的协调控制规律；理解连续性运动技能的协调控制规律。正确理解运动程序理论与动力系统理论对运动技能协调控制的解释。</p>	课程目标1、3	2
	<p>第八章运动技能学习概述</p> <p>学习目标：使学生正确理解运动技能学习的含义，能区分学习与绩效的区别；掌握运动技能习得过程中的各种变化；初步掌握三种理论对运动技能学习的解释；正确掌握运动技能的评价方法（保持测试和迁移测试）。</p>	课程目标1、2、3	2
	<p>第九章练习的准备与安排</p> <p>学习目标：使学生理解运动技能练习前的准备要点；理解技能练习中讲解的基本要求及其背后的理论基础；理解示范的重要性以及合理示范的基本要求，引导学生做好教师示范作用。</p>	课程目标1、2、3	4
	<p>第十章 运动技能的练习</p> <p>学习目标：使学生理解运动技能练习的组织方式对学习效果的不良影响；理解集中练习与分散练习的含义和作用；掌握固定练习和变换练习的含义和作用；掌握随机练习和组块练习的含义和作用；掌握分解练习和整体联系的作用和方法，促进学生学习积极性。。</p>	课程目标1、2、3	2
	<p>第十一章追加反馈</p> <p>学习目标：使学生理解运动技能学习中反馈的作用和分类；掌握追加反馈的含义和意义；充分理解不同类型追加反馈对运动技能学习的影响。</p>	课程目标1、2、3	4
	<p>第十二章个体差异和运动能力</p> <p>学习目标：使学生理解运动能力和运动技能的区别；掌握运动技能与运动能力之间的关系；掌握基于运动能力的运动员选材和基于运动技能的运动员选材方法。</p> <p>课程思政点：正确认识个体差异，做到因材施教。</p>	课程目标1、2、3	2
H 实验内容	无		
I 教学方法 与教学方 式	本课程采用启发式教学法并以多媒体课件辅助教学，以讲课传授与技能训练为主，讲练结合，利用课中案例反复练习，通过学生自学、课堂教学及课后辅导相结合的教学方式开展教学，并以课前小测、课堂提问及课后小结等教学环节来加强互动活动，提高教学效果。		
J 教学条件	多媒体		

需求								
课程目标及评分占比	考核内容	考核方式					课程分目标的达成度	
		平时考核(30%)	技能评分占比(%)	期中考试评分占比(%)	小组活动评分占比(%)	期末考试评分占比(70%)		
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比、考核与成绩评定方法	课程目标1 (55%)	动作技能与控制基本概念、基本理论知识	16.5				38.5	
	课程目标2 (15%)	动作技能与控制基本概念、基本理论知识在教学中的运用	4.5				10.5	
	课程目标3 (30%)	动作技能与控制地位与意义、动作技能与控制规范化的基础理念与动作技能与控制与身体形态和先天能力关系知识	9				21	
	总分		30				70	-
	考核项目	评价依据与方法						
	平时考核(30)	考核方式：作业、考勤与课堂表现 通过学习通考勤、课堂随机提问、学习态度、作业完成等情况综合评分 请假或旷课超1/3课时，不予期末考试；						
期中考试								
期末考试(70%)	闭卷考试：基本概念、运动技能理论和方法的运用能力							
L 学习建议	1. 自主学习：通过超星平台自主阅读；2. 研究性学习：小组研讨							
M 评分量表	《运动技能学习与控制》课程目标评分量表							
备注	课程大纲A—M项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。							
审批意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：  2026年3月4日		系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。 系主任签名：  2026年3月5日					

附表

《运动技能学习与控制》课程目标评分量表

	课程目标	优 (X≥90)	良 (80≤X<90)	中 (70≤X<80)	及格 (60≤X<70)	不及格 (<60)
M 评分量表	<p>课程目标 1: 让动作执行者系统地掌握学科基本运动知识、运动技能及运动原理, 形成完整、科学的体育学知识体系, 能够明确体育学科内部各分支领域知识的逻辑关系, 进而了解体育学科与交叉学科之间的关系, 初步形成跨学科的综合学习能力, 并能理论联系实际解决体育教学、运动训练及竞赛中的问题。帮助他们更加有效地组织教学练习, 提高动作控制和动作表现的质量。</p>	<p>能够扎实掌握学科基本运动知识、运动技能及运动原理, 形成完整、科学的体育学知识体系, 能够明确体育学科内部各分支领域知识的逻辑关系, 进而了解体育学科与交叉学科之间的关系, 初步形成跨学科的综合学习能力, 并能理论联系实际解决体育教学、运动训练及竞赛中的问题。帮助他们更加有效地组织教学练习, 提高动作控制和动作表现的质量。</p>	<p>能够熟练的掌握学科基本运动知识、运动技能及运动原理, 形成完整、科学的体育学知识体系, 能够明确体育学科内部各分支领域知识的逻辑关系, 进而了解体育学科与交叉学科之间的关系, 初步形成跨学科的综合学习能力, 并能理论联系实际解决体育教学、运动训练及竞赛中的问题。帮助他们更加有效地组织教学练习, 提高动作控制和动作表现的质量。</p>	<p>能够基本掌握学科基本运动知识、运动技能及运动原理, 形成完整、科学的体育学知识体系, 能够明确体育学科内部各分支领域知识的逻辑关系, 进而了解体育学科与交叉学科之间的关系, 初步形成跨学科的综合学习能力, 并能理论联系实际解决体育教学、运动训练及竞赛中的问题。帮助他们更加有效地组织教学练习, 提高动作控制和动作表现的质量。</p>	<p>知晓学科基本运动知识、运动技能及运动原理, 形成完整、科学的体育学知识体系, 能够明确体育学科内部各分支领域知识的逻辑关系, 进而了解体育学科与交叉学科之间的关系, 初步形成跨学科的综合学习能力, 并能理论联系实际解决体育教学、运动训练及竞赛中的问题。帮助他们更加有效地组织教学练习, 提高动作控制和动作表现的质量。</p>	<p>未能掌握学科基本运动知识、运动技能及运动原理, 形成完整、科学的体育学知识体系, 能够明确体育学科内部各分支领域知识的逻辑关系, 进而了解体育学科与交叉学科之间的关系, 初步形成跨学科的综合学习能力, 并能理论联系实际解决体育教学、运动训练及竞赛中的问题。帮助他们更加有效地组织教学练习, 提高动作控制和动作表现的质量。</p>
	<p>课程目标 2: 准确掌握运动技能学习与控制标准, 能够针对中学生身心发展特点和运动认知规律, 运用现代信息技术和学科知识进行体育课堂和课外体育活动设计; 创设适宜的体育学习环境, 实施有效教学并对学生实施全员化、多元化评</p>	<p>扎实掌握运动技能学习与控制标准, 能够针对中学生身心发展特点和运动认知规律, 运用现代信息技术和学科知识进行体育课堂和课外体育活动设计; 创设适宜的体育学习环境, 实施有效教学并对学生实施全员化、多元化评</p>	<p>熟练掌握运动技能学习与控制标准, 能够针对中学生身心发展特点和运动认知规律, 运用现代信息技术和学科知识进行体育课堂和课外体育活动设计; 创设适宜的体育学习环境, 实施有效教学并对学生实施全员化、多</p>	<p>基本掌握运动技能学习与控制标准, 能够针对中学生身心发展特点和运动认知规律, 运用现代信息技术和学科知识进行体育课堂和课外体育活动设计; 创设适宜的体育学习环境, 实施有效教学并对学生实施全员化、多</p>	<p>知晓典型的运动技能学习与控制标准, 能够针对中学生身心发展特点和运动认知规律, 运用现代信息技术和学科知识进行体育课堂和课外体育活动设计; 创设适宜的体育学习环境, 实施有效教学并对学生实施全员化、多</p>	<p>未能掌握运动技能学习与控制标准, 能够针对中学生身心发展特点和运动认知规律, 运用现代信息技术和学科知识进行体育课堂和课外体育活动设计; 创设适宜的体育学习环境, 实施有效教学并对学生实施全员化、多</p>

化、多元化评价；课后能及时反思、总结，形成初步教研能力。	价；课后能及时反思、总结，形成初步教研能力。	元化评价；课后能及时反思、总结，形成初步教研能力。	元化评价；课后能及时反思、总结，形成初步教研能力。	多元化评价；课后能及时反思、总结，形成初步教研能力。	元化评价；课后能及时反思、总结，形成初步教研能力。
<p>课程目标 3：能够综合运用相关知识和技能，分析和解决本专业领域的复杂问题。具有积极的教育教学反思意识和发展意识，了解国际动态，关注本专业领域的全球重大问题，具有开展国际交流与合作的能力，能够传播中华优秀传统文化。能够在教育教学实践中收集信息、发现问题、自行诊断、有意识地培养自己的批判思维，学会总结和反思，不断地自我塑造和自我完善。</p>	<p>扎实掌握相关知识和技能，分析和解决本专业领域的复杂问题。具有积极的教育教学反思意识和发展意识，了解国际动态，关注本专业领域的全球重大问题，具有开展国际交流与合作的能力，能够传播中华优秀传统文化。能够在教育教学实践中收集信息、发现问题、自行诊断、有意识地培养自己的批判思维，学会总结和反思，不断地自我塑造和自我完善。</p>	<p>熟练掌握相关知识和技能，分析和解决本专业领域的复杂问题。具有积极的教育教学反思意识和发展意识，了解国际动态，关注本专业领域的全球重大问题，具有开展国际交流与合作的能力，能够传播中华优秀传统文化。能够在教育教学实践中收集信息、发现问题、自行诊断、有意识地培养自己的批判思维，学会总结和反思，不断地自我塑造和自我完善。</p>	<p>基本掌握相关知识和技能，分析和解决本专业领域的复杂问题。具有积极的教育教学反思意识和发展意识，了解国际动态，关注本专业领域的全球重大问题，具有开展国际交流与合作的能力，能够传播中华优秀传统文化。能够在教育教学实践中收集信息、发现问题、自行诊断、有意识地培养自己的批判思维，学会总结和反思，不断地自我塑造和自我完善。</p>	<p>知晓掌握相关知识和技能，分析和解决本专业领域的复杂问题。具有积极的教育教学反思意识和发展意识，了解国际动态，关注本专业领域的全球重大问题，具有开展国际交流与合作的能力，能够传播中华优秀传统文化。能够在教育教学实践中收集信息、发现问题、自行诊断、有意识地培养自己的批判思维，学会总结和反思，不断地自我塑造和自我完善。</p>	<p>未能掌握相关知识和技能，分析和解决本专业领域的复杂问题。具有积极的教育教学反思意识和发展意识，了解国际动态，关注本专业领域的全球重大问题，具有开展国际交流与合作的能力，能够传播中华优秀传统文化。能够在教育教学实践中收集信息、发现问题、自行诊断、有意识地培养自己的批判思维，学会总结和反思，不断地自我塑造和自我完善。</p>

体育教育专业《运动训练学》课程教学大纲

课程名称	《运动训练学》			课程代码	2711420012
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 6 学期	学分	2	课程负责人	刘艳秋
总学时	32	理论学时	32	实践学时	0
先修课程与后续课程	先修课程：《运动生理学》、《运动解剖学》、《田径》、《体操》、《篮球》、《排球》、《足球》等课程。 后续课程：专业主项提高课程、教育实习实训				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	田麦久，主编，（第二版）运动训练学，高等教育出版社，2017.4				
B 主要参考书籍	田麦久，主编，（第一版）运动训练学，高等教育出版社，2013.6 运动训练学 王瑞元/苏全生主编 人民体育出版社 2012.04 运动训练学 田麦久 刘大庆主编 人民体育出版社 2012.02 第1版 运动训练学 田麦久 主编 人民体育出版社 2000.08				
C 线上学习资源	1. 本课程已经建立超星平台网络课程，同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站，可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程PPT、教学视频教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>（一）课程性质： 本课程以理论课程为主要形式，是体育教育专业的选修课。</p> <p>思政内容：</p> <p>（二）课程地位： 运动训练学课程是体育学课程体系中的一门重要课程，是体育教育专业的骨干课程之一。该课程以一般训练学的理论知识为核心，由运动训练基本概念、基本原则和基本方法等知识点组成。是研究运动训练规律、有效组织训练活动的行为科学，是运动训练活动的行为的科学，是体育学理论体系中重要的核心科学之一。</p> <p>（三）课程任务： 本课程共8章，是一门高应用学科，主要任务在于：揭示运动训练活动的普遍规律，指导各专项运动训练实践，使各专项的训练活动建立在科学的训练理论基础之上，努力提高科学的训练化水平。又进一步研究如何遵循这些规律去设计和组织自己的行为，以实现提高运动员竞技能力的训练目标，进而创造出理想的运动成绩。</p>				

E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观： 课程目标 1：掌握运动训练学的基本规律和底层逻辑。（支撑毕业要求 3.1） 课程目标 2：具备指导体育训练与竞赛的基本技能与基本理论。（支撑毕业要求 4.2） 课程目标 3：认同体育教师工作的意义和专业特性，对体育教育事业具有积极的情感、端正的态度和正确的价值观。（支撑毕业要求 2.1） 课程目标 4：能够在学习过程中发现与他人的学习情况存在的问题，并做出正确的比较，具有通过对比发现问题、解决问题的能力；（支撑毕业要求 7.1）			
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	权重
	课程目标 1	3.1 具有扎实的专业知识和技能：理解中学体育教育学科核心素养内涵，具有系统的专业理论知识、扎实的运动技能，能将专业理论知识与运动技能相融合，并在体育教学工作中运用，具备一定的从事教育教学改革能力。	学科素养（H）	0.4
	课程目标 2	4.2 具备课余训练与竞赛的组织与指导能力：具备指导体育训练与竞赛的基本技能与基本理论，具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的能力，能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。	教学能力（H）	0.4
	课程目标 3	2.1 教师职业认同感：具有正确的教师观和积极的从教意愿，认同体育教师工作的意义和专业特性，对体育教育事业具有积极的情感、端正的态度和正确的价值观。	教育情怀（L）	0.1
	课程目标 4	7.1 具备反思的能力：具有自主学习、合作学习和终身学习的意识，能够运用批判性思维方法，对自己的学习和工作状态及时反思，学会分析和解决体育教育教学中的问题。	学会反思（L）	0.1
F 理论学习内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标	理论学时分配
	第一章（1） 运动训练学导言 学习目的 学习运动训练学理论、了解这门课程所讲授的内容、所思考的问题，激发学生对本门课程的学习兴趣。 （1）运动训练与运动训练学 （2）不同层级的运动训练理论体系。 （3）运动训练构成要素的理论体系。 2. 基本内容（含思政教育） （1）课程介绍，及体育课程标准解读。（教练员的价值体现思政融入）		支撑课程目标 1、2	2

	<p>(2) 运动训练学基本知识 (概述、任务、意义)</p> <p>3. 关键点 竞技体育的构成要素、训练体系、竞技能力模型</p>		
	<p>第二章 (1) 运动训练的辩证协同原则</p> <p>1. 学习目的 理解竞技能力构成、发展与表现客观规律的内涵及表现形式, 树立严格遵循客观规律组织训练活动的理念。</p> <p>2. 基本内容 (1) “八个范畴” 组合的四个原则 (2) 竞技能力构成、变化、表现的基本规律 3. 关键点掌握竞技能力变化、构成、表现的基本规律。 思政元素: 由训练原则引申的做人做事原则, 启发学生遵守基本原则的意义, 违背基本原则必付出代价。</p>	<p>支撑课程 目标 1、2、3</p>	<p>4</p>
	<p>第三章 (1) 运动员竞技能力及训练</p> <p>学习任务: 掌握体能的内涵、构成要素、分类及基本训练法</p> <p>2. 基本内容 (1) 体能训练 (2) 技能训练 思政元素: 引导学生积极向上、追求“更高、更快、更强”的体育精神。</p>	<p>支撑课程 目标 2、4</p>	<p>2</p>
	<p>第四章 运动员竞技能力及其训练</p> <p>学习目的 掌握运动员战术、心理、知识能力的概念及内涵和构成要素。提高和加强对竞技能力的认识和应用。</p> <p>2. 基本内容 (1) 战术能力的概念、构成、要素、运用。 (2) 心理能力的概念、构成、要素。 (3) 知识能力的概念、构成、要素。</p> <p>3. 关键点 运用结合专项特点和运动实例, 思考子能力的协同发展关系。</p>	<p>支撑课程 目标 1、2、3、4</p>	<p>4</p>
	<p>第五章 运动训练方法及应用</p> <p>1. 学习目的 掌握运动训练的基本方法及应用。</p> <p>2. 基本内容 (1) 训练方法的基本手段 (2) 8 种操作性训练方法的应用。 (3) 结合实例设计训练方法。</p> <p>3. 关键点 合理设计运动训练的基本方法。旨在提高理论与实践相结合的水平。</p>	<p>支撑课程 目标 1、4</p>	<p>2</p>
	<p>第六章 运动训练负荷及其设计与安排</p>	<p>支撑课程</p>	<p>2</p>

	<p>学习目的 了解负荷的构成及相互关系,掌握训练负荷设计与安排的原理和影响因素,负荷设计安排的基本原则与方法。</p> <p>2. 基本内容 (1) 负荷的概述。 (2) 负荷设计基础。 (3) 负荷的设计与安排。 (4) 负荷的评定。</p>	目标 2	
	<p>第七章运动训练过程与训练计划</p> <p>1. 学习目的 学习掌握运动训练过程的基本构架与基本流程;掌握制定训练计划的基本要点、实施要点,掌握控制与评价训练过程的关键环节与基本手段。</p> <p>2. 基本内容 (1) 训练过程的基础框架 (2) 训练计划的制定与实施。 (3) 训练过程的调控。</p> <p>3. 关键点 训练计划的实施要点,控制与评价训练过程的关键环节与基本手段。</p>	支撑课程 目标 2	2
	<p>第八章 教练员职责与教练行为</p> <p>1. 学习目的 对教练员的职责与使命有更加清晰的认识,对执教对象与执教理念有更多观察,对执教能力有系统的把握,对教练行为与对运动员的影响有更多思考,全面了解教练职业,胜任教练工作。</p> <p>2. 基本内容 (1) 教练的认识。 (2) 教练的执教。 (3) 教练的知识与能力。 (4) 教练的领导行为。</p> <p>3. 关键点 系统把握教练执教的能力。</p>	支撑课程 目标 2	2
	合计		22
G 技能(实验) 内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程 目标	实验学 时分配
	无	无	无

		合计					
H 实践内容(含教育实习、见习、研习,专业实习、毕业论文或毕业设计等)	实践主要内容和要求			支撑课程目标	实验学时分配		
	无			无	无		
I 教学方法与教学方式	4. 理论课全部采用多媒体教学,应用自编或改编的多媒体课件,改善理论课的枯燥和沉闷,吸引学生的注意力,加强授课效果。 5. 开通网络课堂,达到与学生及时沟通、交流的目的。同时重视师生互动与小组活动,组织课堂小组讨论和论文写作等活动,将课堂教学变为师生共同活动的过程。 6. 主要方式: <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input checked="" type="checkbox"/> 网络学习 <input checked="" type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input type="checkbox"/> 问题导向学 <input type="checkbox"/> 分组合作学习 <input checked="" type="checkbox"/> 专题学习 <input type="checkbox"/> 实作学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input checked="" type="checkbox"/> 其它(观看视频)						
J 教学条件要求	(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等) 1. 时间:第6学期,一周1次课,每次2学时; 2. 地点:多媒体教室						
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式				课程分目标的达成度
			平时评分占比(30%)	期中考试评分占比(%)	小组活动评分占比(%)	期末考试评分占比(70%)	
	课程目标1(50%)	1. 运动训练学的基本概念、理论体系、竞技能力的训练、训练方法应用、训练负荷设计、训练计划的实施	50		50	50	0.7
课程目标2(30%)	1. 执训能力考核、教学能力考核,具有精湛的专业技能 2. 具有较好的教学设计能力;能够掌握课堂教学技能,并灵活运用于课堂实践; 3. 课堂教学中基本重难点突出、教学方法合理、教学过程清晰;	30		30	50	0.7	

		4. 热爱学生、原意从事体育教育职业，具有良好的敬业精神和职业规范。（思政教育融入）				
	课程目标 3（10%）	1. 贯彻党的教育方针，熟悉教育法规，明确教师与学生的权利和义务。（思政教育） 2. 能够以学生为中心，有正确的人生观、体育观、教育观，吃苦耐劳，理解学高为师，身正为范。 3. 能够以教师为发展目标，热爱学生。	10	-	10	0.7
	课程目标 4（10%）	1. 通过与他人的对比，发现存在的问题，并找出解决问题的办法，不断地完善自我。	100	-	10	0.7
	总分		100	-	100	100
	考核方式	配分	评分说明			
	作业	10	本学期共 2 次课，每次 15 分，一份教案、一份教学设计，各占 15 分。评分标准：没交得 0 分，格式 5 分，教学目标 3 分、教学重难点 3 分、教学过程 15 分、教学反思与效果 4 分。			
	考勤	10				
	期中考试	0				
	小组活动	10				
	期末考试	70	纸笔测试（试卷），满分 100 分*70%=期末成绩； （1）对理论知识的评量； （2）对知识体系所掌握程度的评量；			
L 学习建议	1. 自主学习。建议学生通过预习，观摩优质一堂课视频，并通过网络、图书馆自主查阅课程中涉及的学习资源，独立规划自己的课程学习计划，充分发挥自身的学习能动性。					
M 评分量表	《运动训练学》课程目标评分量表，见附表。					
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。					
审批 意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。				

	<p>刘艳秋 马荣超</p> <p>2026年3月4日</p>	<p>系主任签名: 徐新建</p> <p>2026年3月5日</p>
--	---------------------------------	------------------------------------

附表

《运动训练学》课程目标评分量表

课程目标		优 (X≥90)	良 (80≤X<90)	中 (70≤X<80)	及格 (60≤X<70)	不及格 (<60)
M 评分量表	<p>课程目标 1 具有扎实的专业知识和技术：理解中学体育教育学科核心素养内涵，具有系统的专业理论知识、扎实的运动技能，能将专业理论知识与运动技能相融合，并在体育教学工作中运用，具备一定的从事教育教学改革能力。</p>	<p>能全面掌握运动训练学的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 对教练员的职责与使命有更加清晰的认识，对执教对象与执教理念有更多观察，对执教能力有系统的把握，对教练行为与对运动员的影响有更多思考，全面了解教练职业，胜任教练工作。</p>	<p>能良好掌握运动训练学的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 对教练员的职责与使命有更加清晰的认识，对执教对象与执教理念有更多观察，对执教能力有系统的把握，对教练行为与对运动员的影响有更多思考，全面了解教练职业，胜任教练工作。</p>	<p>能较好掌握运动训练学的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 对教练员的职责与使命有较清晰的认识，对执教对象与执教理念有更多观察，对执教能力有系统的把握，对教练行为与对运动员的影响有更多思考，较全面了解教练职业，胜任教练工作。</p>	<p>能掌握运动训练学的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 对教练员的职责与使命有基本的认识，对执教对象与执教理念有更多观察，对执教能力有系统的把握，对教练行为与对运动员的影响有思考，了解教练职业，胜任教练工作。</p>	<p>不能掌握运动训练学的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 对教练员的职责与使命没有清晰的认知，对执教对象与执教理念没有观察，不能对执教能力有系统的把握，对教练行为与对运动员的影响没有思考，不了解教练职业，胜任教练工作。</p>
	<p>具备课余训练与竞赛的组织与指导能力：具备指导体育训练与竞赛的基本技能与基本理论，</p>	<p>教态自然、服装适合，仪表大方、举止得体、尊重学生、为人师表、具备优秀的专业能力。</p>	<p>教态自然、仪表大方、举止得体、尊重学生、为人师表、只备良好专业能力。</p>	<p>教态较好、举止得体、能够尊重学生、为人师表。具备较好的专业能力。</p>	<p>教态自然、能够尊重学生、为人师表、具备合格的专业能力。</p>	<p>教态不自然，无法做到为人师表。</p>

	具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的能力，能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题					
	<p>课程目标 1： 明确学校体育教材教法在教学中的重要性，贯彻党的教育方针，熟悉教育法规，明确教师与学生的权利和义务，能够以学生为中心，有正确的人生观、体育观、教育观，吃苦耐劳，理解学高为师，身正为范，能够以教师为发展目标，热爱学生。</p>	<p>师生交流融洽、课堂气氛活跃、教学过程自然流畅、运动量适宜、学生能掌握所讲授内容、达到本次课堂教学目的要求、教学练习效果好。语言形象、生动、简炼</p>	<p>师生交流融洽、课堂气氛活跃、运动量适宜、学生能掌握所讲授内容、达到本次课堂教学目的要求、教学练习效果好。语言形象、生动、简炼。</p>	<p>师生交流融洽、课堂气氛活跃、运动量适宜、学生能掌握所讲授内容、达到本次课堂教学目的要求、教学练习效果好。语言不够形象、生动、简炼。</p>	<p>师生不足、课堂气氛不够活跃、运动量适宜、非全部学生都能掌握所讲授内容、基本达到本次课堂教学目的要求、教学练习效果不足，语言不够形象、生动、简炼。</p>	<p>师生交流较少、课堂气氛沉闷、运动量不合适、学生不能掌握所讲授内容，教学目标不达标，教学练习效果一般，语言形象不好；</p>

<p>课程目标 4. 能够在学习过程中发现与他人的学习情况存在的问题，并做出正确的比较，具有通过对比发现问题、解决问题的能力；</p>	<p>训练方案设计优秀、对不同运动员实施方法手段得当、负荷安排准确、训练过程把握准确。能灵活运用多种教学手段进行教学。场地器材选择、布置合理，安全措施得当。</p>	<p>训练方案设计良好、对不同运动员实施方法手段得当、负荷安排准确、训练过程把握准确。能运用多种教学手段进行教学。场地器材选择、能注意安全。</p>	<p>训练方案设计较好、对不同运动员实施方法手段得当、负荷安排准确、训练过程把握准确。教学手段多样。场地器材选择、布置合理，安全措施得当。</p>	<p>训练方案设计合格、对不同运动员实施方法手段较得当、负荷安排准确、训练过程把握准确。教学手段多样。场地器材选择、布置合理，安全措施得当。</p>	<p>训练方案设计不合格、对不同运动员实施方法手段不当、负荷安排不准确、训练过程把握不准确。不能运用多种教学手段进行教学。场地器布置存在安全问题。</p>
---	--	--	---	--	---

体育教育专业《体育管理学》课程教学大纲

课程名称	《体育管理学》			课程代码	2711420017
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业必修 <input type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第6学期	学分	2	课程负责人	翁锦栋
总学时	32	理论学时	22	实践学时	10
先修课程与后续课程	先修课程：体育概论、体育心理学，大学体育 后续课程：体育教学论，学校体育学，体育管理学				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	张瑞林主编，《体育管理学》，高等教育出版社，2020. 4				
B 主要参考书籍	[1] 张瑞林主编，《体育管理学案例》，高等教育出版社，2013 [2] 高雪峰 刘青等主编，《体育管理学》，人民体育出版社，2009 [3] 周三多编著，《管理学：原理与方法体育管理学》，复旦大学出版社，2018. [4] Stephen P. Robbins, Mary Coulter. 管理学（第11版）[M]. 北京：中国人民大学出版社，2012. [5] 兰邦华，人本管理：以人为本的管理艺术[M]. 广州：广州经济出版社，2000. 社，2004. [6] 单宝，周立公. 管理学：理论 过程 方法[M]. 上海：立信会计出版社，2004.				
C 线上学习资源	本课程正在建设超星平台网络课程，同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站，可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程PPT、相关教学视频、网络视频资源、教案、课件等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>《体育管理学》课程是体育院系学生理论类专业拓展课程。本课程包括体育行政管理、体育社会管理、竞技体育管理、学校体育管理、体育产业管理和体育信息管理等多项内容，是现代管理科学在体育领域的具体应用，属于应用学科。它以马克思主义为指导思想，以体育科学、管理科学、系统科学和人体科学等多学科为理论基础，运用控制论、运筹学、模式识别等多种技术科学，对体育实践进行管理，是承接理论与实践的重要桥梁。本课程的主要任务是使学生们了解当今体育管理发展的趋势，掌握现代化管理的应用能力，能够以科学的管理理论与方法来加强对体育实践的指导，提高体育管理工作的科学性，了解管理手段的艺术性，掌握科学决策的方法，去思考、分析和解决体育管理中出现的问题，具有初步的组织管理能力，提高体育专业教学、训练、行政等管理工作水平与效率。</p>				

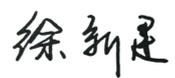
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	通过《体育管理学》课程的教学，使学生系统掌握体育管理的基本理论、基本职能和方法，理解体育管理活动的一般规律和基本原理。课程紧密结合体育强国建设和体育治理体系和治理能力现代化的时代背景，深入挖掘体育管理领域蕴含的依法行政、公平公正、科学决策、社会责任等思政元素，培养学生具备现代体育管理者的基本素养和公共精神。同时，通过案例研讨、模拟管理、赛事策划等实践环节，锻炼学生运用管理理论分析解决实际体育管理问题的能力，提升其组织协调、计划控制和决策创新的综合素养。				
	课程目标	毕业要求分解指标点		毕业要求	
	课程目标 2	<p>专业知识</p> <p>理解体育管理学是管理科学与体育科学交叉的综合性、应用性学科。系统掌握体育管理的基本概念、原理、职能（计划、组织、领导、控制、创新）与方法。了解国内外体育管理体制的演变历程、现状及发展趋势，掌握学校体育、竞技体育、群众体育及体育产业等领域管理的基本内容与规律</p>		专业知识（H）	
	课程目标 3	掌握体育管理工作的基本流程和实务技能，能够运用目标管理、过程控制、组织设计等理论指导体育实践。初步具备撰写体育管理调研报告、制定体育赛事活动方案、模拟体育组织日常管理的能力，为毕业后从事体育行政、俱乐部运营、赛事管理等实务工作打下基础。		实务能力（H）	
		关注智慧体育、体育大数据、体育社会组织改革等体育管理发展的新动态和新需求，培养学生的创新思维和变革意识。通过分析体育管理领域的成功与失败案例，提高学生运用新理念、新技术、新模式解决体育管理中实际问题的创新能力。		应用创新（M）	
课程目标 4	培养学生具备在体育组织中的沟通协调和团队协作能力，能够有效整合人力、财力、物力、信息等资源，以实现组织目标。具备发现、分析复杂体育管理问题，并综合运用多学科知识提出系统性解决方案的协作整合能力。		协作整合（L）		
F 理论学习内容	章节学习与学习要求			支撑课程目标	理论学时分配
	第一章 绪论	知道：管理科学的形成与发展、管理学的伦理学分析、体育管理学形成的影响与演变过程、我国体育管理的内容结构体系发生了哪些重要的变化、体育管理学的相关概念及性质；		支撑课程目标 2	4

<p>领会：体育管理学的概念及学习体育管理学目的与意义；</p> <p>应用：体育管理学与一般管理学的关系定位及学习方法；</p>		
<p>第二章 体育管理的基本原理</p> <p>知道：学习管理原理的意义、体育管理基本原理；</p> <p>领会：体育管理基本职能；</p> <p>应用：运用体育管理的系统原理、人本原理、责任原理、效益原理、动态原理及体育管理的几种常见方法；</p> <p>评价：通过理论联系实际完成反思、归纳、总结的过程；</p>	支撑课程 目标 2、3、4	4
<p>第三章 体育职业规划管理</p> <p>知道：体育职业生涯的概念、原理以及意义；</p> <p>领会：体育职业规划方法；</p> <p>应用：体育职业生涯决策；</p> <p>评价：体育职业生涯规划</p>	支撑课程 目标 2、3、4	4
<p>第四章 竞技体育管理</p> <p>知道：运动训练管理体制、计划管理、组织管理、管理效果评价；运动赛事管理体制、计划管理、组织管理、管理效果评价；</p> <p>领会：我国运动训练管理体制及其发展历程，运动训练管理的内容及其职能；体育赛事机构及其管理职能、体育赛事管理体制的发展与运作；</p> <p>应用：科学评价运动训练管理的方法，职业体育俱乐部组织管理运行机制；管理职能在体育赛事过程中的具体运用；田径运动会管理系统模块及工作流程；</p> <p>评价：运动训练管理职能的理解；体育赛事管理职能的理解；</p>	支撑课程 目标 2、4	4
<p>第五章 健身休闲管理</p> <p>知道：健身休闲管理的概念、主要内容、以及管理的办法；</p> <p>领会：群众体育管理的特点和群众体育管理内容与管理职能的运用；</p> <p>应用：群众体育管理内容与管理职能运用的理解；</p> <p>评价：健身休闲职业管理的内容；</p>	支撑课程 目标 2、3、4	6
<p>第六章 学校体育管理</p> <p>知道：学校体育管理的主要任务与内容；</p> <p>领会：学校体育管理体制与学校内部体育管理；</p> <p>应用：管理职能在学校体育管理过程中的运用、学校体育管理评价指标体系与制定原则和程序；</p> <p>评价：学校体育管理的主要内容、学校体育管理的热点问题分析；</p>	支撑课程 目标 3、4	6
<p>第七章 体育产业管理</p> <p>知道：我国体育产业管理体制的历史演变和现状及存在的问题、改革的原因、改革影响因素及新观点；</p>	支撑课程 目标 2、3、4	4

	<p>领会：体育产业管理体制的概念；掌握影响体育产业管理体制的因素以及体育产业管理体制类型；</p> <p>应用：分析中国体育产业管理体制改革的主要趋势和重要措施；</p> <p>评价：对体育产业管理体制的影响因素及中国体育产业管理体制改革的主要趋势的理解；</p>			
	<p>第八章体育信息管理</p> <p>知道：体育信息管理的概念、内容、管理办法；</p> <p>领会：体育信息的基本属性、体育信息管理系统；</p> <p>应用：体育信息化管理系统建立的过程、体育信息管理的职能；</p> <p>评价：体育信息化管理的主要应用、体育信息管理热点问题分析。</p>	支撑课程目标 2、3、4	4	
	合计		36	
G 实验内容	项目名称、主要内容及开设要求		支撑课程目标	实验学时分配
	无		无	无
H 实践内容(含教育实习、见习、研习,专业实习、毕业论文或毕业设计等)	实践主要内容和要求		支撑课程目标	实验学时分配
	无		无	无
I 教学方法与教学方式	<p>本课程主要通过课堂讲授着重阐述体育管理的基本原理,原则与方法,使学生了解体育管理学的研究对象与研究方法和学习体育管理学的意义;注意讲明管理的基本概念,诱导学生以系统的研究和学习方法,来正确分析研究,学习管理的原则、方法和管理活动;教学重要突出重点,注意启发学生以马克思主义为指导,正确理解体育管理中所论述的问题;强调理论联系实际,通过案例分析与调查,结合我国体育管理的现实情况,培养发现、分析和解决问题的能力,深化管理认识,发展管理理论,提高学生运用管理的基本理论和方法;注意培养学生的创新思维能力,适当的布置课堂或课后作业,做好作业的批改和讲评,并指导学生做好课前和课后复习;注意运用现代教学理论、手段与方法改进课堂教学,努力提高教学效果。</p> <p>主要方式:</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>讲授 <input checked="" type="checkbox"/>网络学习 <input type="checkbox"/>讨论或座谈 <input type="checkbox"/>问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/>分组合作学习</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>专题学习 <input type="checkbox"/>技能学习 <input type="checkbox"/>发表学习 <input type="checkbox"/>实习 <input type="checkbox"/>参观访问 <input type="checkbox"/>其它(观摩视频)</p>			
J 教学条件要求	多媒体教室,校园实践环境			
K 课程目标及其考核内容、考核方式及	课程目标及评分占比	考核内容与能力要求	考核方式	课程分目标的达成

评分占比					度	
	平时评分占比(30%)	技能评分占比(%)	期中考试评分占比(%)	期末考试评分占比(70%)		
课程目标 2 (30%)	创意管理能力：理解管理学的艺术属性，能灵活运用体育管理技能开展班级管理，并具备创意策划体育活动的的能力。	30	-	-	30	0.7
课程目标 3 (50%)	科学决策能力：掌握科学决策方法，能够系统思考、深入分析并有效解决体育管理领域的实际问题。	50	-	-	50	0.7
课程目标 4 (20%)	反思与发展能力：具备自主、合作与终身学习意识，能运用批判性思维反思学习与工作状态，解决体育教育管理问题。	20	-	-	20	0.7
总分		100	0	0	100	
考核方式	配分	评分说明				
作业、课堂表现	平时 (30%)	一、课堂表现：1. 出勤情况；2. 课堂互动与回答问题质量。 二、课程作业：1. 作业完成的认真态度；2. 对基本概念和原理的掌握程度；3. 分析问题的逻辑与深度；4. 提交的及时性。				
考勤	期中报告 (30%)	分组完成体育管理专题实践报告，如： (1) 学校/社区/俱乐部体育管理现状调研报告 (2) 小型体育赛事或群体活动策划方案				
期末考试	期末考试 (40%)	<p>纸笔测试：</p> <p>(1) 对体育管理基本理论、原理、职能的掌握程度；</p> <p>(2) 综合运用所学知识分析和解决实际管理问题的能力</p> <p>第一章 绪论</p> <p>本章定位：学科入门，奠定基础。</p> <p>核心知识点：人类管理与体育管理学的形成与发展脉络体育管理学的基本性质与学科地位</p> <p>核心概念解析：管理的概念与要素、管理学的伦理学分析学习体育管理学的意义与价值</p> <p>第二章 体育管理的基本理论</p> <p>本章定位：理论基石，掌握原理。</p> <p>核心知识点：体育管理的基本原理及其内涵，体育管理的基本职能及其相互关系</p> <p>体育管理的基本方法概述与应用场景</p>				

		<p>第三章 体育职业规划管理 本章定位：自我认知，规划未来。 核心知识点： 体育职业生涯的认知与定位 体育职业生涯决策的影响因素 体育职业生涯规划的方法与策略</p> <p>第四章 竞技体育管理 本章定位：聚焦竞技，深入实践。 核心知识点： 我国运动训练管理体制及其发展历程 运动训练管理的核心内容：计划管理、组织管理 运动训练管理职能的综合运用 运动训练管理效果的科学评价方法 职业体育俱乐部的组织管理与运行机制</p> <p>第五章 健身休闲管理 本章定位：关注大众，拓展视野。 核心知识点： 健身休闲管理的基本概念与内涵 农村体育管理与城市体育管理的模式比较 健身休闲职业管理的要点与方向</p> <p>第六章 学校体育管理 本章定位：立足校园，提升效能。 核心知识点： 学校体育管理体制与主要任务 学校体育管理的核心内容与热点问题分析 学校内部体育管理的职能运用 学校体育管理评价指标体系的构建原则与程序</p> <p>第七章 体育产业管理 本章定位：把握前沿，对接市场。 核心知识点： 体育产业的内涵界定与国内外发展概况 体育市场的概念分析与市场发展对策 体育产业管理的内涵与重点产业管理措施 体育产业管理职能的应用与实践案例</p> <p>第八章 体育信息管理 本章定位：数字赋能，智慧管理。 核心知识点： 体育信息的基本知识与基本属性 体育信息化管理系统的建立过程 体育信息化管理的主要应用场景 评分标准 (一) 优： (90 分以上) (二) 良： (80-89 分) (三) 中： (70-79 分)</p>
--	--	--

			(四) 及格: (60-69分) (五) 不及格: (60分以下)
L 学习建议	1、主动学习。建议学生通过预习教材,充分发挥自身的学习能动性,积极思考和记忆 2、重视结合实际,系统思维去理解相关知识点。 3、努力联系实践,力求学以致用、学以创新		
M 评分量表	《体育管理学》课程目标评分量表,见附表。		
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过,任课教师不能自行更改。		
审批意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名:  2026年3月4日	系主任审核意见: 课程符合课标要求,能够体现学科特色,同意审定。 系主任签名:  2026年3月5日	

附表

《体育管理学》课程目标评分量表

	课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	课程目标 1. 了解当今体育管理发展的趋势,理解体育学科与管理学学科的内在联系并应用于教学和实践。掌握现代化管理的应用能力,具有适应社会、获取知识、掌握技能、分析问题和解决问题的能力。	熟悉当今体育管理发展的趋势,理解体育学科与管理学学科的内在联系并应用于教学和实践。熟练掌握现代化管理的应用能力,具有适应社会、获取知识、掌握技能、分析问题和解决问题的能力。	能够了解当今体育管理发展的趋势,理解体育学科与管理学学科的内在联系并应用于教学和实践。掌握现代化管理的应用能力,具有适应社会、获取知识、掌握技能、分析问题和解决问题的能力。	能够初步了解当今体育管理发展的趋势,理解体育学科与管理学学科的内在联系并应用于教学和实践。初步掌握现代化管理的应用能力,具有适应社会、获取知识、掌握技能、分析问题和解决问题的能力。	能够基本了解当今体育管理发展的趋势,理解体育学科与管理学学科的内在联系并应用于教学和实践。基本掌握现代化管理的应用能力,具有适应社会、获取知识、掌握技能、分析问题和解决问题的能力。	对当今体育管理发展的趋势不了解,对现代化管理的应用能力不了解。

	<p>课程目标 2. 了解管理手段的艺术性, 能够灵活运用体育组织与管理技能开展班级管理, 有创意的组织、策划各类体育活动;</p>	<p>能够扎实了解管理手段的艺术性, 能够灵活运用体育组织与管理技能开展班级管理, 有创意的组织、策划各类体育活动;</p>	<p>能够掌握管理手段的艺术性, 能够灵活运用体育组织与管理技能开展班级管理, 有创意的组织、策划各类体育活动;</p>	<p>能够理解管理手段的艺术性, 能够灵活运用体育组织与管理技能开展班级管理, 有创意的组织、策划各类体育活动;</p>	<p>基本理解管理手段的艺术性, 能够灵活运用体育组织与管理技能开展班级管理, 有创意的组织、策划各类体育活动;</p>	<p>不能以科学的管理理论与方法来加强对体育实践的指导, 提高体育管理工作的科学性。</p>
	<p>课程目标 3. 掌握科学决策的方法, 去思考、分析和解决班级管理中出现的问题;</p>	<p>能够扎实掌握科学决策的方法, 去思考、分析和解决班级管理中出现的问题;</p>	<p>能够掌握科学决策的方法, 去思考、分析和解决班级管理中出现的问题;</p>	<p>能够理解科学决策的方法, 去思考、分析和解决班级管理中出现的问题;</p>	<p>基本掌握科学决策的方法, 去思考、分析和解决班级管理中出现的问题;</p>	<p>不了解科学决策的方法, 去思考、分析和解决班级管理中出现的问题</p>
	<p>课程目标 4. 具有自主学习、合作学习和终身学习的意识, 能够运用批判性思维方法, 对自己的学习和工作状态及时进行反思, 学会分析和解决体育教育教</p>	<p>具有较强的自主学习、合作学习和终身学习的意识, 能够运用批判性思维方法, 对自己的学习和工作状态及时进行反思, 学会分析和解决体育教育教</p>	<p>具有自主学习、合作学习和终身学习的意识, 能够运用批判性思维方法, 对自己的学习和工作状态及时进行反思, 学会分析和解决体育教育教</p>	<p>具有自主学习、合作学习和终身学习的意识, 能够运用批判性思维方法, 对自己的学习和工作状态及时进行反思。</p>	<p>基本具有自主学习、合作学习和终身学习的意识, 能够运用批判性思维方法, 对自己的学习和工作状态及时进行反思。</p>	<p>无自主学习、合作学习和终身学习的意识, 不能够运用批判性思维方法, 对自己的学习和工作状态及时进行反思, 学会分析和解决体育教育教</p>

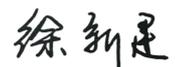
	解决体育教育教学中的问题。	学中的问题。				
--	---------------	--------	--	--	--	--

体育教育专业《运动处方》课程教学大纲

课程名称	运动处方			课程代码	2712420021
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修课 <input type="checkbox"/> 通识选修课 <input type="checkbox"/> 学科专业基础课 <input checked="" type="checkbox"/> 专业方向课 <input type="checkbox"/> 专业任选课 <input type="checkbox"/> 集中实践环节				
开课学期	第6学期	学分	2	课程负责人	郑伟
总学时	32	理论学时	26	实践学时	6
先修课程与后续课程	先修：运动解剖学、运动生理学、运动训练学；后续：实习				
适用专业	体育教育				
A 参考教材	《运动处方》高等教育出版社，王正珍主编				
B 主要参考书籍	《ACSM 运动测试与运动处方指南（第十版）》北京体育大学出版社 《运动处方》高等教育出版社，冯连世主编				
C 线上学习资源	本课程建立超星网络平台，同学们利用学校提供的账号密码登录课程网站，可查看教学大纲、日历、考核方法、课程ppt等教学资源				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	专业主干课，教会学生制定一些专业化的运动处方，以发挥其在体育医疗或健身中的作用，目前国内外均已将运动处方进一步用于代谢综合症等慢性疾病的预防，以及大众健身的科学指导，为提高国民“健康体适能”提供科学的方法和途径，是具有强烈的实用性和工具性的一门体育科学。本课程的任务，是了解制定运动处方的基本理论、基本知识、基本技能，掌握运动处方的制定原则，并在实践中能指导处方对象进行科学的运动，为今后学习体育保健等课程做准备				
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	1. 专业以培养具有良好的道德修养和文化素养、较强的实践能力和创新意识，掌握社会体育的基本理论知识和技能，能在社会体育领域中从事体育健身、休闲娱乐技能指导、科学健身咨询、群众性体育活动的组织管理和体育健身、休闲娱乐业经营管理，能够在社会体育领域从事组织管理、表演与活动的策划以及技术指导的应用型人才为目标。				
	课程目标	毕业要求分解指标点			毕业要求
	1	★掌握正确的健康观、健康的组成要素，体育锻炼的基本理论知识和技能，会使用par-q 问卷和运动前筛查问卷进行运动前筛查，基于运动前筛查的结果，结合健身者的现实情况制定运动处方；			科学素养
2	能够运用运动体育知识和技能指导群众参加体育锻炼，并具有根据实际情况调整运动处方的能力			综合育人	

	3	★具备了解和紧跟运动处方学科和运动技能发展,保持和增强自我知识和终身学习的能力	学会反思	
F 理论学习内容	章节学习与学习要求		支撑课程目标	学时分配
	★第一章运动处方的基本理论, 学习目标:学习运动处方的现状和发展趋势,说出健康的基本影响因素,为后续课程学习奠定基础 知道层次:决定运动健身效果的因素 ★领会层次:厘清运动与健康的关系,竖立正确的健康观念		★课程目标 1	2
	★第二章预防健身性运动处方制订的依据 学习目标:学习 par-q 和运动前筛查问卷 知道层次:疾病的症状 ★运用层次:健康体适能的内容和意义、测试方法和评价标准,建立正确的体育保健意识,为健康关口前移做好知识积累;		课程目标 2:	4
	第三章第一节耐力运动处方 学习目标:学习耐力的影响因素和运动处方的制定环节 知道层次:心肺功能的实验室测评方法和锻炼方式 运用层次:利用运动处方制定的 FITT-VP 原则制定心肺耐力运动处方		课程目标 1、2、3	2
	第二节力量运动处方 学习目标:学习力量的影响因素和运动处方的制定环节 知道层次:力量的实验室测评方法和锻炼方式 运用层次:利用运动处方制定的 FITT-VP 原则制定肌肉力量运动处方		课程目标 1、2	2
	第三节柔韧性运动处方 学习目标:学习柔韧性的影响因素和运动处方的制定环节 知道层次:柔韧性的实验室测评方法和锻炼方式 运用层次:利用运动处方制定的 FITT-VP 原则制定柔韧运动处方		课程目标 1、2、3	2
	第四章青少年及老年人的运动处方 学习目标:这两种特殊人群运动处方制订时的处理原则和方法。学习青少年和老年人身体素质的影响因素和运动处方的制定环节 知道层次:生长发育的规律、体质测试的方法 运用层次:利用运动处方制定的 FITT-VP 原则制定运动处方		课程目标 1、2、3	2
	第五章常见慢性病的运动处方 学习目标:让学生深入了解慢性疾病运动干预的原理,以及运动与高血压病、糖尿病、肥胖症、血脂异常、肺部疾病的关系 知道层次:慢性疾病运动干预的原理 运用层次:利用运动处方制定的 FITT-VP 原则制定柔韧运动处方		课程目标 1、2、3	10
	第六章特殊环境的运动处方 学习目标:掌握热环境、寒冷环境和高原环境条件下开展运动处方的原则和方法。		课程目标 1、2、3	4

	知道层次：特殊环境的分类 运用层次：利用运动处方制定的 FITT-VP 原则制定特殊环境运动处方							
	★第七章运动促进策略和信息化 学习目标：了解增加运动依从性的策略，并初步了解运动处方信息化管理系统的要求。 ★运用层次：培养终身体育意识，形成规律锻炼的习惯。		课程目标 1、2、3	2				
H 实验内容	耐力、力量、柔韧素质的测评 实验目的：掌握测试方法并规范操作		较强的实践能力和创新意识					6
I 教学方法与教学方式	本课程采用启发式教学法并以多媒体课件辅助教学，以讲课传授与技能训练为主，讲练结合，利用课中案例反复练习，通过学生自学、课堂教学及课后辅导相结合的教学方式开展教学，并以课前小测、课堂提问及课后小结等教学环节来加强互动活动，提高教学效果。							
J 教学条件需求	多媒体，体能训练设施、设备							
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式				课程分目标的达成度	
			出勤 (10%)	作业占比 (10%)	课堂表现占比 (30%)	期末考试 (50%)		
	课程目标 1	掌握正确的健康观、健康的组成要素	1	1	3	10		-
	课程目标 2	掌握体育锻炼的基本理论知识和技能，会使用 par-q 问卷和运动前筛查问卷进行运动前筛查	3	3	9	20		-
	课程目标 3	1. 基于运动前筛查的结果，结合健身者的现实情况制定运动处方；	3	3	9	25		-
	课程目标 4	能够运用运动体育知识和技能指导群众参加体育锻炼，并具有根据实际情况调整运动处方	2	2	6			
	课程目标 4	具备了解和紧跟运动处方学科和运动技能发展，保持和增强自我知识和终身学习的能力	1	1	3	5		-
总分			10	10	30	50		-
L 考核与成绩评定方法	考核项目	评价依据与方法						
	作业	1. 作业完成态度；2. 概念掌握；3. 解决问题的逻辑；4. 提交的及						

		时性
	阶段测试	课上课程内容掌握问答情况
	课堂表现	1. 课题回答问题情况；2. 出勤. 3. 现场运动处方制定和展示能力
	期末考试	基本概念、运动处方的运用能力
M 学习建议	1. 自主学习：通过超星平台自主阅读；2. 研究性学习：小组研讨	
N 评分量表	《运动处方》课程目标评分量表	
备注	课程大纲 A—N 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批 意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：  2026 年 3 月 4 日	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。 系主任签名：  2026 年 3 月 5 日

附表

《运动处方》课程目标评分量表

课程目标		优 (X≥90)	良 (80≤X<90)	中 (70≤X<80)	及格 (60≤X<70)	不及格 (<60)
M 评分量表	课程目标 1: 掌握正确的健康观、健康的组成要素	能够扎实掌握知晓正确的健康观、健康的组成要素	能够熟练的掌握正确的健康观、健康的组成要素	能够基本掌握正确的健康观、健康的组成要素	知晓正确的健康观、健康的组成要素	未能正确的健康观、健康的组成要素
	课程目标 2 掌握体育锻炼的基本理论知识和技能, 会使用 par-q 问卷和运动前筛查问卷进行运动前筛查	扎实掌握体育锻炼的基本理论知识和技能, 会使用 par-q 问卷和运动前筛查问卷进行运动前筛查	熟练掌握体育锻炼的基本理论知识和技能, 会使用 par-q 问卷和运动前筛查问卷进行运动前筛查	基本掌握体育锻炼的基本理论知识和技能, 会使用 par-q 问卷和运动前筛查问卷进行运动前筛查	知晓掌握体育锻炼的基本理论知识和技能, 会使用 par-q 问卷和运动前筛查问卷进行运动前筛查	未能掌握体育锻炼的基本理论知识和技能, 会使用 par-q 问卷和运动前筛查问卷进行运动前筛查
	课程目标 3: 基于运动前筛查的结果, 结合健身者的现实情况制定运动处方;	扎实掌握基于运动前筛查的结果, 结合健身者的现实情况制定运动处方;	熟练基于运动前筛查的结果, 结合健身者的现实情况制定运动处方;	基本掌握基于运动前筛查的结果, 结合健身者的现实情况制定运动处方;	知晓基于运动前筛查的结果, 结合健身者的现实情况制定运动处方;	未能掌握基于运动前筛查的结果, 结合健身者的现实情况制定运动处方;
	课程目标 4: 能够运用运动体育知识和技能指导群众参加体育锻炼, 并具有根据实际情况调整运动处方的能力	扎实的掌握运用运动体育知识和技能指导群众参加体育锻炼, 并具有根据实际情况调整运动处方的能力	能够熟练运用运动体育知识和技能指导群众参加体育锻炼, 并具有根据实际情况调整运动处方的能力	基本能够运用运动体育知识和技能指导群众参加体育锻炼, 并具有根据实际情况调整运动处方的能力	知晓运用运动体育知识和技能指导群众参加体育锻炼, 并具有根据实际情况调整运动处方的能力	不能运用运动体育知识和技能指导群众参加体育锻炼, 并具有根据实际情况调整运动处方的能力

	<p>课程目标 5: 具备了解和紧跟运动处方学科和运动技能发展, 保持和增强自我知识和终身学习的能力</p>	<p>具备较强的了解和紧跟运动处方学科和运动技能发展, 保持和增强自我知识和终身学习的能力</p>	<p>具备了解和紧跟运动处方学科和运动技能发展, 保持和增强自我知识和终身学习的能力</p>	<p>基本具备了解和紧跟运动处方学科和运动技能发展, 保持和增强自我知识和终身学习的能力</p>	<p>知晓了解和紧跟运动处方学科和运动技能发展, 保持和增强自我知识和终身学习的知识</p>	<p>不具备了解和紧跟运动处方学科和运动技能发展, 保持和增强自我知识和终身学习的能力</p>
--	--	---	--	--	--	---

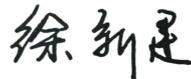
体育教育专业《跆拳道》课程教学大纲

课程名称	跆拳道			课程代码	2713410009
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 6 学期	学分	1	课程负责人	胡映
总学时	16	理论学时		实践学时	16
先修课程与后续课程	先修课程：武术普修 后续课程：《跆拳道》主项提高课				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	刘卫军，跆拳道，高等教育出版社，2004年8月。				
B 主要参考书籍	[1]朱圣庚，徐长法等，普通高校跆拳道课程教材，南开大学出版社，2011年1月。				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程，同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站，可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程PPT、教学视频、电子教材、音频、阅读资料、仿真软件、网络文献链接网址等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>本课程是体育教育专业课程体系中的专业选修课程。在学习过程，使学生了解跆拳道运动的基本规律、初步掌握跆拳道运动基本理论、基本方法和基本技能；初步具备从事中小学跆拳道课程教学能力，做到会讲、会做、会教、会写和运用各种形式和方法指导跆拳道运动；发挥跆拳道运动对促进人的身心健康和社会适应能力的积极作用，培养学生具有良好的社会交往能力。</p> <p>课的具体任务</p> <p>（一）使学生基本了解跆拳道运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位和作用。</p> <p>（二）较全面地掌握中学跆拳道课程和开展课外活动所需的基本理论知识，基本技术和战术，基本技能。</p> <p>（三）使学生能在教学与课外活动中，做到会讲、会做、会教。</p> <p>（四）掌握开展学校课外跆拳道活动与组织跆拳道比赛的一般手段与方法，初步具有组织跆拳道比赛，担任裁判工作，临时指挥和管理场地的能力。</p>				

E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观： 课程目标 1：使学生熟练和掌握跆拳道知识、基本动作和基本技法。较熟练地掌握大纲所规定跆拳道内容，能够通过跆拳道学习进行自我知识更新。具有中学跆拳道课程和课余活动所需的教学和训练能力。（支撑毕业要求 3.2） 课程目标 2：能够准确的分析教材、归纳教材重难点，掌握一定的教学基本技能，能说出运动技能的教学、示范步骤；（支撑毕业要求 4.2） 课程目标 3：理解跆拳道所蕴含的文化的价值观，领会跆拳道课程在立德树人上的引导意义，尊重学生，热爱教育；（支撑毕业要求 2.3） 课程目标 4：通过跆拳道教学及其教法作业，使学生具有独立担任中学跆拳道教学，基层单位的跆拳道竞赛的组织与裁判工作能力；（支撑毕业要求 6.2） 课程目标 5：能够在学习过程中发现与他人的学习情况存在的问题，并做出正确的比较，具有通过对比发现问题、解决问题的能力；（支撑毕业要求 7.3）</p>			
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
	课程目标 1	3.2 掌握体育理论知识、形成完整的理论知识体系和理论素养，且能灵活、综合运用，解决问题：掌握体育基础知识，懂得体育教学、体育训练、体育竞赛等知识的内在联系并能运用这些知识解决体育实践中的问题；了解中外体育的基本脉络，具备初步的体育学史观，能够建立不同课程之间的正确联系，形成基本的体育理论系统，具备解决学生体育文化知识积累等问题。	学科素养（3）	
	课程目标 2	4.2 体育课堂教学能力：备课过程中能正确进行学情分析、教材分析并设定合理的课堂教学目标；课堂教学中基本重难点突出、教学方法合理、教学过程清晰，能坚持学生的主体地位，充分调动学生的学习积极性，关注学生的学习方法和学习效果，并能给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时的教学反思。	教学能力（4）	
	课程目标 3	2.2 身心健康教育：重视体育的健康功能，在身、心两方面实施健康教育，理解体育的社会价值，塑造向往美好生活的理念。	教育情怀（2）	
	课程目标 4	6.2 综合育人知识体系：具备创设综合育人环境的能力：能够提供参与校园文化、班级文化、体育社团、竞赛组织、主题教育建设的条件，创设有助于学生发展的育人环境。	综合育人（6）	
课程目标 5	7.3 对比反思能力：在体育技能和理论学习中，通过与他人的对比，发现存在的问题，并找出解决问题的办法，不断地完善自我。	学会反思（7）		
F 理论学习内	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标	学时分配

容	无		
	合计		
G 实验(实训) 内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程 目标	学时 分配
	内容1: 跆拳道基本步法; 目的: 掌握基本的移动步法, 建立动作技能示范能力; 任务: 基本步法训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程 目标 1、2、 3	2
	内容2: 跆拳道基本拳法; 目的: 掌握基本的拳法, 建立动作技能示范能力; 任务: 基本拳法训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程 目标 1、2、 3	1
	内容3: 跆拳道基本腿法; 目的: 掌握基本的腿法, 建立动作技能示范能力; 任务: 基本腿法训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程 目标 1、2、 3	4
	内容4: 跆拳道基本挡法; 目的: 掌握基本的挡法, 建立动作技能示范能力; 任务: 基本腿法训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程 目标 1、2、 3	2
	内容5: 跆拳道专项素质练习; 目的: 发展学生身体素质, 建立动作技能示范能力; 任务: 介绍训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程 目标 1、2、 3	2
	内容6: 跆拳道品势; 目的: 掌握跆拳道品势套路, 建立动作技能示范能力; 任务: 品势训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程 目标 1、2、 3	4
	内容7: 跆拳道裁判规则与实践 主要教材: 跆拳道竞赛规则和裁判法实习。 目的: 跆拳道竞赛规则和裁判法的实践运用。 任务: 通过裁判实习, 能够熟练的运用跆拳道竞赛规则和对跆拳道竞赛进行评判。	支撑课程 目标 1、2、 4	1
	合计		
H 实践内容(含 教育实习、见 习、研习, 专 业实习、毕业 论文或毕业 设计等)	实践主要内容和要求	支撑课程 目标	时 长 分 配
	无	无	无
I 教学方法与 教学方式	7. 实践课在武术馆进行, 通过动作示范、模仿、自主练习等方式帮助学生建立动作认知, 通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学, 借助教学辅助器材和设备保证学生学习的积极性。 8. 主要方式: <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input type="checkbox"/> 网络学习 <input type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input type="checkbox"/> 问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input checked="" type="checkbox"/> 技能学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input checked="" type="checkbox"/> 其它(观摩视频)		
J 教学条件	(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备需求等) 1. 时间: 第6学期, 一周1次课, 每次2学时;		

需求	2. 地点：技能课——武术馆 3. 根据实际情况，可允许配备一课双师。主要授课内容：跆拳道最新动作规范、裁判法、竞赛训练方法。								
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式					课程分目标的达成度	
			作业评分占比(%)	实验评分占比(%)	期中考试评分占比(%)	小组活动评分占比(%)	期末考试评分占比(%)		
	课程目标1 (50%)	1. 对跆拳道技能原理知识点的掌握 2. 对跆拳道技术的掌握和综合运用				10	40		
	课程目标2 (10%)	1. 对动作技能的重难点的掌握 2. 对动作要领及讲解步骤的掌握				10		-	
	课程目标3 (10%)	1. 对跆拳道运动起源、发展的掌握 2. 对体育文化价值的理解	5				5	-	
	课程目标4 (20%)	1. 对竞赛组织知识点的掌握 2. 对跆拳道裁判工作知识的综合运用				10	10	-	
	课程目标5 (10%)	1. 不缺课，不旷课，考勤合格，学习积极性高 2. 能够通过对比发现自身问题	5			5		-	
	总分			10			35	55	-
	考核方式	配分	评分说明						
	作业	10	本学期共1次纸质作业，作业立论正确，计算、分析正确，结论合理；条理清楚，论述充分，文字通顺满分为10分，给出相应的得分。						
考勤	10	考勤请假或旷课超1/3课时，不予期末考核；旷课3次及以上考勤0分，一次旷课考勤扣5分；							
技能考核	55	技术：占50%，技术考核方法及要求： 1、技术考核方法：（支撑课程目标1、2） （1）、课程结束，由教师安排考试时间、抽签排定顺序、单独进行。 （2）、考试按10分制评分，由教研组组织有关教师进行评分。 （3）、技术考试标准： 优秀（8.6-10分）：技术动作方法正确，动作规格与要求符合，速度快、力量大，动作协调连贯，步法配							

		<p>合完美，实战意识强。</p> <p>良好（7.6-8.5分）：技术动作方法正确，动作规格与要求符合，速度较快、力量较大，动作协调连贯，步法配合较好，实战意识较强。</p> <p>及格（6.0-7.5分）：技术动作方法不完全正确，动作规格与要求不太符合，速度一般、力量一般，动作协调不太连贯，步法配合一般，实战意识一般。</p> <p>不及格（5.9分以下）：技术动作方法不正确，动作规格与要求不符合，速度力量差，动作不能连贯，步法与技法无法配合，实战意识较差。</p> <p>2、技术考核要求（支撑课程目标1、2、5）</p> <p>（1）课程结束时，按学号顺序分组进行。安排2个学时考核。</p> <p>（2）第一次技术考核不及格者，允许在一周后参加第二次考核，但从总分中扣5分。对不能参加第二次考核者，不保留第二次考核机会。</p> <p>（3）因公或病（包括女生例假）不能参加第一次考核须按规定办理请假手续，并可在一周后参加第二次考核，按正常考核对待，但只有一次机会，不能在一周后参加第二次考核者作缓考处理。</p> <p>（4）缓考和不及格的处理，按院教学管理的有关规定执行。</p>
	期中考试	无
	小组活动	35
		在课程进行过程中，通过小组或者配对的形式对跆拳道训练合作和裁判实习进行分组活动，活动的主要内容为跆拳道持靶和踢靶训练、两人模拟实战进行评分和评价。
L 学习建议	<p>1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过跆拳道视频资源，比较学习各项动作技能，充分发挥自身的学习能动性。</p> <p>2. 探究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，多观摩比赛和视频，提高对跆拳道的理解，通过翻转课堂教学法，让学生自主探究学习内容，并进行教学尝试，达到教学相长的目的。。</p>	
M 评分量表	无	
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批意见	<p>课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：</p> <p></p> <p>2026年3月4日</p>	<p>系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。</p> <p></p> <p>系主任签名： 2026年3月5日</p>

《跆拳道》课程目标评分量表

	课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	课程目标 1. 发展速度、耐力、力量、灵敏、柔韧等身体素质,促进基本能力形成;较规范掌握跆拳道的基本腿法、基本拳法、品势动作技术,学会运用跆拳道运动手段促进青少年学生身心的全面发展,具备健身、防身、修身的能力。充分理解体育强国、健康第一的理念。	熟练完成技术动作,姿势正确,方法清楚,技术动作协调,品势劲力顺达,精神贯注,节奏分明,内容从实,特点突出。	较熟练完成技术动作,姿势正确,方法清楚,技术动作协调,品势劲力较顺达,精神较贯注,节奏较分明,内容从实,特点突出。	能够完成技术动作,姿势正确,方法清楚,技术动作较协调,品势劲力较顺达,精神较贯注,节奏较分明,内容较从实,特点较突出。	能够完成套路,姿势较正确,方法较清楚,技术动作较协调,品势劲力一般,精神、节奏、内容能体现跆拳道品势的风格。	1. 姿势不正确,方法不清楚,技术动作不协调,品势劲力一般,风格不突出; 2. 遗忘次数达 3 次以上(含 3 次); 3. 在品势力演练中,若出现达 3 次以上(含 5 次)动作规格严重不符者(如步型不符合的)为不及格。

<p>课程目标 2.</p> <p>具备指导初级跆拳道训练与竞赛的基本技能与基本理论,具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的能力,能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p>	<p>具备指导跆拳道训练与竞赛的基本技能与基本理论,具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的能力,能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p>	<p>能较熟练的指导跆拳道训练与竞赛的基本技能与基本理论,具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的能力,能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p>	<p>具备正确指导跆拳道训练与竞赛的基本技能与基本理论,具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的能力,能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p>	<p>初步具备指导跆拳道训练与竞赛的基本技能与基本理论,具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的能力,能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p>	<p>不具备指导跆拳道训练与竞赛的基本技能与基本理论,具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的能力,能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p>
<p>课程目标 3.</p> <p>较系统地掌握跆拳道运动的基本理论、基本技术和技能,了解跆拳道运动规律及锻炼身体的技能和方法,了解中学体育课程中学生心理和生理规律,学会运用相关学科知识分析跆拳道教学与训练中教情、学情,能够发现跆拳道教学中的各种问题。</p>	<p>(-)技术教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 规范地掌握跆拳道动作; 2. 准确地讲解动作要领并正确示范; 3. 教学步骤正确合理。 4. 准确指出教学中易犯错误和原因及纠正方法。 5. 顺利完成跆拳道课外技术练习和体能练习。 <p>(-)理论教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能够规范地编写教案; 2. 合理有序地组织课堂教学; 3. 能够准确地评价跆拳道表演水平。 	<p>(-)技术教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 较规范地掌握跆拳道动作; 2. 较准确地讲解动作要领并正确示范; 3. 教学步骤较正确合理。 4. 较准确指出教学中易犯错误和产生原因及纠正方法。 5. 较顺利完成跆拳道课外技术练习和体能练习。 <p>(-)理论教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 较规范地编写教案; 2. 较合理有序地组织课堂教学; 3. 较准确地评价跆拳道表演水平。 	<p>(-)技术教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 较合理地掌握跆拳道动作; 2. 清晰地讲解动作要领并正确示范; 3. 教学步骤清晰合理。 4. 清晰指出教学中易犯错误和产生原因及纠正方法。 5. 清晰地完成跆拳道课外技术练习和体能练习。 <p>(-)理论教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 能合理地编写教案; 2. 能有序地组织课堂教学; 3. 能合理地评价跆拳道表演水平。 	<p>(-)技术教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 基本掌握跆拳道动作; 2. 基本讲解动作要领并正确示范; 3. 教学步骤基本合理。 4. 能指出教学中易犯错误和产生原因及纠正方法。 5. 基本完成跆拳道课外技术练习和体能练习。 <p>(-)理论教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 基本合理地编写教案; 2. 基本有序地组织课堂教学; 3. 基本合理地评价跆拳道表演水平。 	<p>(-)技术教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 不能掌握跆拳道动作; 2. 不能讲解动作要领并正确示范; 3. 教学步骤不合理。 4. 不能指出教学中易犯错误和产生原因及纠正方法。 5. 不能完成跆拳道课外技术练习和体能练习。 <p>(-)理论教学能力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 不能编写教案; 2. 不能有序地组织课堂教学; 3. 不能合理地评价跆拳道表演水平。

	<p>课程目标 4. 重视创新能力和社 会适应能力的培养, 使学生能紧密结合 课程特点,了解跆拳 道运动文化特点,具 有合作意识和团结 互助精神,热爱体育 事业,具有坚韧的意 志品质。增进组织与 管理能力,提高团队 合作能力及集体荣 誉感;提高团队合作 能力及集体荣誉感; 培养团队意识;</p>	<p>清楚的明白跆拳道相关文 化知识,学会阅读与欣赏 跆拳道视频教学与比赛, 能深刻理解跆拳道的文化 内涵。</p>	<p>较清晰地明跆拳道相关 文化知识,较规范地学会 阅读与欣赏跆拳道教学 与比赛,能较好地理解跆 拳道的文化内涵。</p>	<p>清晰地明白跆拳道相关 文化知识,较合理地学会 阅读与欣赏跆拳道教学 与比赛,能理解跆拳道的 文化内涵。</p>	<p>基本明白跆拳道相关文 化知识,基本学会阅读与 欣赏跆拳道教学与比赛, 基本能够理解跆拳道的 文化内涵。</p>	<p>不明白跆拳道相关文化 知识,不能阅读与欣赏跆 拳道教学与比赛,不能理 解跆拳道的文化内涵。</p>
--	--	--	---	--	--	--

体育教育专业《定向运动》课程教学大纲

课程名称	《定向运动》			课程代码	2713410010
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第6学期	学分	1	课程负责人	张凌阁
总学时	16	理论学时	4	实践学时	12
先修课程与后续课程	先修课程：田径 后续课程：无				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	王翔 彭光辉 梁方勇 李飞龙, 定向运动(第二版), 高等教育出版社, 2009年。				
B 主要参考书籍	[1] 《定向越野》张晓威编著, 机械工业出版社, 2019.12.01 [2] 《定向运动与野外生存》, 张惠红 陶于 李俊主编, 高等教育出版社 2020.05.01				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程, 同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站, 可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程PPT、教学视频、网络视频资源、教案、课件等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>本课程是体育教育专业选修课程之一。通过本课程教学, 使学生了解定向运动的基本知识、技能、竞赛规则、掌握识图等, 以提高学生速度、耐力素质, 培养学生独立分析解决问题的能力、创造性思维和社会适应能力; 培养学生应对挫折、压力的心理素质。为学生日后从事定向运动教学奠定基础, 为学生后续课程的顺利进行提供条件。发挥课程所承载的育人功能, 实现传授知识、培养能力和引领价值的统一。</p> <p>课的具体任务</p> <p>(一) 使学生掌握基本概念、基本知识、基本技能, 并熟练应用。</p> <p>(二) 坚持理论联系实际, 尽可能利用本地自然环境开展教学, 积极引导引导学生将主要精力放在掌握教学与训练方法的应用上。</p> <p>(三) 将培养和提高学生分析问题和解决问题的能力放在重要位置。</p> <p>(四) 培养学生独立自主解决问题的能力、逻辑思维能力、对应挫折、压力的心理素质、社会适应和生存能力。</p>				

E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观： 课程目标 1: 通过学习定向课程，使学生基本掌握定向基本知识和专业技术，对定向运动的价值有深刻了解让学生体验、热爱、积极参与定向；（支撑毕业要求 3.1） 课程目标 2: 使学生掌握定向教学的基本方法和教学过程，为今后从事教学打下基础。（支撑毕业要求 4.1） 课程目标 3: 通过学习定向课程，全面提高学生身体素质，使学生在体力与智力高度紧张下独立思考迅速果断处理突发事件，提高适应环境能力。（支撑毕业要求 6.1） 课程目标 4: 通过学习本课程、培养学生团队意识、沟通协作能力。（支撑毕业要求 8.1）</p>			
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
	课程目标 1	3.1 掌握定向运动技能基本知识技能：专业核心课程知识点，对定向的价值有深刻了解。形成体育学科核心素养。	学科素养（H）0.4	
	课程目标 2	4.1 教学能力：备课过程中能正确进行学情分析、教材分析并设定合理的课堂教学目标；课堂教学中基本重难点突出、教学方法合理、教学过程清晰，能坚持学生的主体地位，充分调动学生的学习积极性，关注学生的学习方法和学习效果，并能给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时的教学反思。	教学能力（L）0.1	
	课程目标 3	6.1 培养学生规则意识，体验运动中受挫折的经历，以提高受挫能力，努力进取。培养学生在高压情境下的抉择能力；独立思考、独立分析和解决问题能力；规则意识；。学会在大自然中挑战自我，提高自我生存能力。	综合育人（H）0.3	
课程目标 4	8.1 对相关知识掌握采用比赛形式，以提高学生沟通协作能力和团队意识。	沟通协作（M）0.2		
F 理论学习内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标	理论学时分配
	第一章 定向运动概述、定向地图 知道层次：描述定向运动的研究内容、了解地图、指北针的使用、地图颜色、符号、定向技术类型、竞赛规则； 领会层次：归纳定向运动发展简史、识读地图、及相关知识； 应用层次：灵活的运用定向运动知识形成体育意识；		支撑课程目标 1、3	2
	第二章定向运动基本技术 知道：描绘定向技能；快速准确读图、正确判定检查点、路线选择准确等技能。 领会：归纳定向运动技能的理论及练习方法；		支撑课程目标 2、4、	2

	应用：能较好的完成动作示范，并理解教学过程与方法； 评价：通过自评、互评、他评的方式完成反思、归纳、总结的过程；重点知识点总结、课程总结，反思学习过程及存在的问题，不断完提高和完善。		
	合计		4
G 技能（实验） 内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程目标	实践学时分配
	内容1：定向运动基本知识、徒步定向读图对照判定方位。 目的：发展学生身体素质，掌握指北针的使用方法、发展识图、观察、方位判断能力； 任务：介绍训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程目标1、2	2
	内容2：对照地形确定站立点、地图与实地对照。 目的：掌握指北针使用法、实地对照识别地物、地形。检查点的寻找技能，发展速度、耐力素质； 任务：讲解、示范练习及实践。	支撑课程目标1、2	2
	内容3：定向基本技能实践；快速打点、利用地物、地形及指北针辨别方位。 目的：掌握出发点、终点技能；运动中的动作和检查点上的动作；建立动作技能示范能力；利用指北针、地物、地形辨别方位。培养独立解决问题的能力 任务：基本步法训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程目标1、2、3	2
	内容4：定向运动实战训练、微型定向技能实践 目的：掌握参照物选择技术、最佳路线选择技术、检查点精确定位技术。培养团队意识、受挫调节能力和积极进取的精神。 任务：提高定向水平、发展速度、力量、耐力素质。	支撑课程目标1、2、3、4	6
	合计		16
H 实践内容（含教育实习、见习、研习，专业实习、毕业论文或毕业设计等）	实践主要内容和要求	支撑课程目标	实验学时分配
	无	无	无
I 教学方法与教学方式	<p>9. 理论课全部采用多媒体教学，应用自编或改编的多媒体课件，加上一些比赛视频，改善理论课的枯燥和沉闷，吸引学生的注意力，加强授课效果。</p> <p>10. 实践课在校园内场地进行，通过动作示范、挂图、视频展示等方式帮助学生建立动作认知，通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学，借助教学辅助器材和设备保证学生学习的积极性。</p> <p>11. 主要方式： <input checked="" type="checkbox"/>讲授 <input type="checkbox"/>网络学习 <input type="checkbox"/>讨论或座谈 <input type="checkbox"/>问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/>分组合作学习 <input type="checkbox"/>专题学习 <input checked="" type="checkbox"/>技能学习 <input type="checkbox"/>发表学习 <input type="checkbox"/>实习 <input type="checkbox"/>参观访问 <input checked="" type="checkbox"/>其它</p>		

	(观摩视频)							
J 教学条件 要求	(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等) 1. 时间：第3学期，一周1次课，每次1学时； 2. 地点：技能课——田径场、校园可利用的场地；理论课——多媒体教室 3. 根据实际情况，可允许配备一课双师，授课时间为8学时。主要授课内容：检查点定位、指北针与读图结合技术方法。							
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式					课程分目标的达成度
			作业评分占比(%)	考勤评分占比(30%)	技能评分占比(60%)	期中考试评分占比(%)	小组活动评分占比(10%)	期末考试评分占比(%)
	课程目标1(40%)	1. 对定向技能原理知识点的掌握 2. 对定向技术的掌握和综合运用		20	20	-		
	课程目标2(25%)	1. 对识图、方向判定、指北针的使用方法、路线选择、速度素质、耐力素质技能的重难点的掌握			25	-	-	
	课程目标3(10%)	1. 独立自主、独立解决问题及决策能力的水平。	-	10	-	-	-	
	课程目标4(25%)	1. 沟通协作能力和团队意识		10	15	-	-	
	总分				100	100		100
	考核方式	配分	评分说明					
	作业	随堂口头作业						
	考勤	30	考勤请假或旷课超1/3课时，不予期末考核；旷课2次及以上考勤0分，一次旷课考勤扣3分；					
技能考核	60	专项技术：占60% (1) 考核办法：设10-12个点标，直线距离约1000-2000米。 (2) 评分标准：找点正确率10分，即找点全部正确						

			<p>得 10 分，错误 1 个扣 2 分。错 4 个以上（含 4 个）0 评分；</p> <p>(3) 跑速 20 分。以全体同学实际跑速中间成绩为 16 分。每递增 1 或 2 分钟，成绩减 1 分。递减 1 或 2 分钟，成绩加 1 分，加满 20 分为止。</p> <p>(4) 统一时间，男女各 1 条线路，间隔 1 分钟，男女各出发一位。</p>
	期中考试	无	无期中考试
	小组活动	10	技能教学时分小组开展
	期末考试	无	无理论考试
L 学习建议	<p>1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过相关视频资源，比较学习各项动作技能，充分发挥自身的学习能动性。</p> <p>2. 探究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，多观摩比赛和视频，提高对定向知识的理解，通过翻转课堂教学法，让学生自主探究学习内容，并进行教学尝试，达到教学目的。</p>		
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。		
审批意见	<p>课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：</p> <p></p> <p>2026 年 3 月 4 日</p>		<p>系主任审核意见：</p> <p>课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。</p> <p></p> <p>系主任签名：徐新建</p> <p>2026 年 3 月 5 日</p>

附表

《定向运动》课程目标评分量表

课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)	
M 评分量表	课程目标 1. 了解定向、特点及在中学体育中的地位和作用,明确专业核心课程知识点,全面地掌握中学课程和开展课外活动所需的基本理论知识、基本技术;	技术评定 能够扎实地掌握定向运动的基本理论和基本技术,并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。全部技术动作正确、技能动作灵活美观、规范、轻松、自然、协调、实效性好。	技术评定 能够扎实地掌握定向运动的基本理论和基本技术,并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。主要技术阶段动作正确,次要技术阶段还存在缺点,整体动作较自然、协调,实效性好。	技术评定 能够掌握定向运动的基本理论和基本技术,并能将其运用于具体问题的分析。主要技术阶段动作不够完善或次要技术阶段存在明显缺点,整体动作不够自然,协调,具有定实效性。	技术评定 掌握大部分定向运动的基本理论和基本技术,并能将其运用于具体问题的分析。主要技术和次要技术阶段都存在缺点,动作较紧张,实效性一般。能够完成大部分技术动作,技评达标,动作完成一般。	技术评定 定向运动的基本理论和基本技术的知识储备不高,不能将其运用于具体问题的分析。主要技术和次要技术阶段都存在错误,动作紧张不协调、实效性差。动作完成度较低,技评未达标。
	课程目标 2. 能够准确的分析教材、归纳教材重难点,掌握一定的教学基本技能,能说出运动技能的教学、示范步骤;	能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范准确,教学设计完整,符合教学规律。	能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范较好,教学设计完整,有进一步改进的空间	各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握,能够实施一定的教学。动作示范较好,教学设计完整,有进一步改进的空间	各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握,能够实施一定的教学。动作示范一般,教学设计不严谨。	无法完整说出各项动作技能的动作要领、重难点。无法完整动作示范,教学设计不合格。
	课程目标 3. 理解定向价值观,领会定向课程在立德树人上的引导意义,热爱学生;	理解定向价值观,领会定向课程在立德树人上的引导意义,重视体育的健康功能,具有向往美好生活的理念,能够形成终身体育信念,能够形成终身体育	理解定向精神的价值观,领会定向课程在立德树人上的引导意义,能够形成终身体育意识与职业信念。贯彻以学生发展	理解定向精神的价值观,领会定向课程的育人功能,能够形成终身体育意识。	了解定向精神的价值观,认可定向课程的育人功能,热爱运动。	不认可定向精神的价值观,不认可定向课程的育人功能,运动参与度较低。

		意识与职业信念。	为中心的教育理念，			
课程目标 4. 能够在学习过程中发现与他人的学习情况存在的问题，并做出正确的比较，具有通过对比发现问题、解决问题的能力。	能够熟练利用课程所学知识分析和解决相关问题，善于比较反思存在的问题，并能够较好的解决学习存在的问题。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题，善于比较反思存在的问题，能够较好的解决学习存在的问题。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题，能够较好的解决学习存在的问题，自我解决问题能力较好。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题，能够较好的解决学习存在的问题，自我解决问题能力一般。	不能利用课程所学知识分析和解决问题，无法进行反思，自我解决问题能力缺失。	
课程目标 5. 在学习过程中与他人沟通、有良好的团队精神、协作意识。	能够在学习过程中，与他人有良好的沟通能力、团队精神、协作意识。	能够在学习过程中，与他人有较好的沟通能力、团队精神、协作意识。	能够在学习过程中，与他人有良好的沟通能力、团队精神、协作意识。	能够在学习过程中，与他人的稍好沟通能力、团队精神、协作意识一般。	能够在学习过程中，与他人没有的沟通能力、团队精神、协作意识。	

体育教育专业《田径主项》课程教学大纲

课程名称	《田径主项》			课程代码	271254001-2712540003
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 4-6 学期	学分	12	课程负责人	徐长安
总学时	192	理论学时	12	实践学时	180
先修课程与后续课程	先修课程：田径普修 后续课程：教育实习				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	李鸿江 主编《田径教学指导》第一版，北京体育大学出版社 2014 年。				
B 主要参考书籍	李鸿江 主编《田径》第三版，高等教育出版社 2014 年 李鸿江 主编《田径》第二版，高等教育出版社 2008 年 李鸿江 主编《田径》第一版，高等教育出版社 2006 年 刘建国 主编《田径》第一版，高等教育出版社 2006 年。 孙庆杰 主编《田径》第二版，高等教育出版社 2001 年。 《田径竞赛规则 2011》，人民体育出版社，2011 年。				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程，同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站，可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程 PPT、教学视频、网络视频资源、教案、课件等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>《田径主项》是面向体育教育专业的专业选项课程之一，是在《田径普修》课的基础上进行的。是以田径运动专项教学训练为手段，突出提高学生的专业教学能力为建设目标的选项课程。是我学校体育的重要建设内容培养专项人才的课程。在教学过程中提高专项技术、拓宽和加深各主要专项技术的教学方法、训练方法、进一步了解和掌握田径运动的知识、技能、技术、教学、训练、应用能力。注重田径运动的教学方法在实践中的应用和研究，培养学生在教学中分析问题和解决问题的能力。使之较强地从事田径教学工作。</p> <p>具体任务：</p> <p>(一) 通过学习田径主修课的教学，使学生深入了解学科性质、地位、价值。掌握这门课的研究范围、分析框架，了解田径运动发展的趋势和现代田径运动的科学研究方法和训练方法。</p> <p>(二) 使学生系统掌握并学会运用田径运动全面增强体质的各种锻炼手段与方法，来促进青少年，学生身心的全面发展，做到会讲、会做、会教。培养学生自学、自炼，独立思考问题与分析问题的能力。</p> <p>(三) 使学生较强地掌握田径教学工作、指导田径运动锻炼与训练、组织基层田径运动竞赛，管理教学等各方面的能力。</p>				

E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观： 课程目标 1: 深入了解田径运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位和作用，明确专业核心课程知识点，全面地掌握中学田径课程教学能力、训练能力、课外活动所需的基本理论知识、基本技术。（支撑毕业要求 3.1） 课程目标 2: 能够准确的分析教材、归纳教材重难点、难点，处理和解决田径教学中出现的能力。掌握较强的田径教学基本技能，能说出运动技能的教学、示范步骤；能够运用相关的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。（支撑毕业要求 4.1,4.2） 课程目标 3: 理解中国田径史，传承田径文化和“更高、更快、更强”的体育精神。领会田径课程在立德树人上的引导意义；（支撑毕业要求 2.1,6.1） 课程目标 4: 学会反思，培养终身学习的意识，学会分析和解决体育教育教学中的问题。（支撑毕业要求 7.1） 课程目标 5: 在学习过程中存在的问题，通过与人沟通，提高自身的能力；通过田径技能学习，提高协调合作意识，正确处理合作与竞争的关系。（支撑毕业要求 6.1 8.1, 8.2）</p>			
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
	课程目标 1	3.1 扎实的专业知识和技能：具有系统的专业理论知识、扎实的运动技能，具备提出问题、分析问题、解决问题的能力。能将专业理论知识与运动技能相结合，并在体育教学工作中运用。	学科素养（H）	
	课程目标 2	4.2 初具体育训练指导能力：了解指导体育训练与竞赛的基本技能与基本理论，具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的体验，能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。	教学能力（M）	
	课程目标 3	6.1 了解学生身心健康发展规律：掌握新时期中学生身心发展和养成教育规律，理解学校体育育人的功能与价值，能够有效结合体育教学进行育人活动。	综合育人（L）	
	课程目标 4	7.1 具备反思的能力：具有自主学习、合作学习和终身学习的意识，能够运用批判性思维方法，对自己的学习和工作状态及时进行反思，学会分析和解决体育教育教学中的问题。	学会反思（L）	
	课程目标 5	8.1 具有团队协作精神：理解学习共同体的作用，具有良好的团结协作和社会交往能力，能够有效发挥体育运动的优势，积极主动参加团队活动，协助其他部门保障学校工作的有序开展。	沟通协作（L）	
F 理论学习内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标	理论学时分配
	第三章 技能学习（走步式跳远、三级跳远、铁饼、400米栏） 知道层次：建立正确技术概念，掌握各项技能； 领会层次：领会技能学习规律教学规律；		支撑课程目标 1、3.4	

	应用层次：灵活的运用田径技能； 思政元素：坚持不懈、勇于奋斗、创新的精神。		
	第四章 田径运动各项技术教学方法手段、教学过程把握、教学能力提高。 知道：描述田径教学过程的基本规律，并能说出田径各项目动作要领； 领会：归纳田径技能的动作原理及练习方法； 应用：能较好的完成动作示范，并理解教学过程与方法； 评价：通过自评、互评、他评的方式完成反思、归纳、总结的过程；	支撑课程目标 1、2、4	2
	第五章 田径裁判工作 知道：田径裁判工作法、工作内容。 领会：归纳田径实施的关键要素及教学、训练方法； 应用：具有初步田径教学、训练能力； 评价：通过自评、互评、他评的方式完成反思、归纳、总结的过程； 思政元素：严格要求自己、认真执法、守法是每个人职责。	支撑课程目标 1、2、5	6
	第四章知道：田径运动训练 知道：田径运动的训练方法、手段、步骤。 领会：归纳田径实施的关键要素及训练方法； 应用：具有初步田径教学、训练能力； 评价：通过自评、互评、他评的方式完成反思、归纳、总结的过程；	支撑课程目标 1、2、3、4、5	
	第五章 田径竞赛组织与编排及裁判工作 知道：深入了解田径竞赛组织编排方法，能够具有二级裁判水平； 应用：能够参与低水平赛事的组织与管理，理解基础裁判规则； 评价：通过自评、互评、他评的方式完成反思、归纳、总结的过程； 思政元素：严格要求自己、做到细心、耐心、培养刻苦学习的精神。	支撑课程目标 1、2、5	4
	合计		12
G 技能内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程目标	实践学时分配
	内容 1: 技能学习（走步式跳远、三级跳远、铁饼） 目的：使学生提高普修阶段的技能、掌握拓展项目技术； 任务：介绍训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程目标 1、2、3	10
	内容 2: 提高田径教学能力 目的：使学生掌握田径教学规律，掌握教学方法、手	支撑课程目标 1、2、3、4	12

	段、提高教学能力 任务：讲解训练的方法、手段、示范练习及实践。							
	内容 3：田径裁判工作内容。 目的：使学生掌握二级田径裁判内容，达到二级水平能力。 任务：讲解训练的方法、手段、示范练习及实践。 思政元素：通过我国女子铅球运动员巩立姣事迹引导学生要勇敢顽强、不怕苦不怕累。		支撑课程目标 1、2、5	14				
	内容 4：田径训练 目的：使学生掌握训练方法，训练规律。 任务：提高训练水平。		支撑课程目标 1、2、4	10				
	内容 5：田径赛事编排 目的：使学生学会编排田径赛事。 任务：学习编排工作的个阶段任务		支撑课程目标 1、2、4、5	14				
	合计			76				
H 实践内容 (含教育 实习、见 习、研习, 专业实 习、毕业 论文或毕 业设计 等)	实践主要内容和要求		支撑课程 目标	实验学时 分配				
	无		无	无				
I 教学方法 与教学方 式	12. 理论课全部采用多媒体教学，应用自编或改编的多媒体课件，加上一些比赛视频，改善理论课的枯燥和沉闷，吸引学生的注意力，加强授课效果。 13. 实践课在田径场进行，通过动作示范、挂图、视频展示等方式帮助学生建立动作认知，通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学，借助教学辅助器材和设备保证学生学习的积极性。 14. 主要方式： <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input type="checkbox"/> 网络学习 <input type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input type="checkbox"/> 问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input checked="" type="checkbox"/> 技能学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input checked="" type="checkbox"/> 其它(观摩视频)							
J 教学条件 要求	(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等) 1. 时间：第 1-2 学期，第 1 学期一周 2 次课，每次 2 学时。第 2 学期一周 1 次课，每次 2 学时； 2. 地点：技能课——南区田径场；理论课——多媒体教室 3. 根据实际情况，可允许配备一课双师。							
K 课程目标 及其考核 内容、考 核方式及 评分占比	课程目 标及评 分占比	考核内容	考核方式					课程 分目 标的 达成 度
			作业评	考勤评	技能评	期中	小组	

		分占比 (10%)	分占比 (10%)	分占比 (50%)	考试 评分 占比 (%)	活动 评分 占比 (%)	试评分 占比 (30%)	
课程 目标 1 (50%)	1. 第一学期考核 对田径普修技能 的提高、新修项目 技能的掌握。		-	70	-	-	50	0.70
课程 目标 2 (20%)	1. 第二学期考核 对田径教学、训练 能力的基本知识。		50	30	-	-	25	0.70
课程 目标 3 (10%)	1. 第三学期考核 对田径裁判工作 能力。	50			-	-	25	0.70
课程 目标 4 (10%)	1. 第三学期考核 田径赛事的编排。	50	50		-	-		0.70
课程 目标 5 (10%)	分配在每个学期 综合考核							
总分		100	100	100			100	
考核方 式	配分	评分说明						
作业	20	作业：每学期 3 次作业，作业得分取 3 次得分的平均分。评分标准：根据作业完成情况，按照“优、良、及格、不及格”批阅，分数按 5 分制计算，（批阅分数对照：优-5 分，良-4 分，及格-3 分，不及格-2 分或 1 分，没交-0 分）。						
考勤	10	考勤请假或旷课超 1/3 课时，不予期末考核；旷课 3 次及以上考勤 0 分，一次旷课考勤扣 5 分；						
技能考 核	70	技术：占 50%，包括达标与技评； 达标：各项技术考核完成规定动作与次数为达标； 技评：在达标基础上予以技评，技评具体要求按技术教学规范要求 要求进行。 技术考核方法及要求 技术考核方法：（支撑课程目标 1、2） (1)、技术考试安排在学期末，由本系教学小组负责组织，教研室 相关教师参加技评，达标临考。所有考试成绩当场公布，原始成绩留 教研室备案。 (2)、技评必须在达标基础上方能予以评定技评，达标与技评任一不 合格者即为该门成绩不及格，每学期任何一项成绩不及格即不予评 定该学期田径考试成绩。 (3)、一般技术项目的教学考查由任课教师在课堂根据实际情况执行， 并作为学生掌握技能情况能力结合该学期总成绩评定。 (5)、凡技评、达标不合格者，允许第二学期给予第二次考试机会， 但对不能参加第二次考核者，不保留第二次考核机会。						

		(6)、凡无故缺考者均按不及格论，缓考和不及格的处理，按院教学管理的有关规定执行。
	期中考试	无
	小组活动	无
L 学习建议	1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过田径视频资源，比较学习各项动作技能，充分发挥自身的学习能动性。 2. 探究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，多观摩比赛和视频，提高对知识的理解，通过翻转课堂教学法，让学生自主探究学习内容，并进行教学尝试，达到教学相长的目的。	
M 评分量表	《田径主项》课程目标评分量表，见附表。	
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：  2026 年 3 月 4 日	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。 系主任签名：  2026 年 3 月 5 日

附表

《田径主项》课程目标评分量表

课程目标	优 (X≥90)	良 (80≤X<90)	中 (70≤X<80)	及格 (60≤X<70)	不及格 (<60)
课程目标 1. 了解田径运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位和作用,明确专业核心课程知识点,全面地掌握中学田径课程和开展课外活动所需的基本理论知识、基本技术;	技术评定 能够扎实地掌握田径运动的基本理论和基本技术,并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。全部技术动作正确、技能动作灵活美观、规范、轻松、自然、协调、实效性好。	技术评定 能够扎实地掌握田径运动的基本理论和基本技术,并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。主要技术阶段动作正确,次要技术阶段还存在缺点,整体动作较自然、协调,实效性好。	技术评定 能够掌握田径运动的基本理论和基本技术,并能将其运用于具体问题的分析。主要技术阶段动作不够完善或次要技术阶段存在明显缺点,整体动作不够自然,协调,具有定实效性。	技术评定 掌握大部分田径运动的基本理论和基本技术,并能将其运用于具体问题的分析。主要技术和次要技术阶段都存在缺点,动作较紧张,实效性一般。能够完成大部分技术动作,技评达标,动作完成一般。	技术评定 田径运动的基本理论和基本技术的知识储备不高,不能将其运用于具体问题的分析。主要技术和次要技术阶段都存在错误,动作紧张不协调、实效性差。动作完成度较低,技评未达标。
M 评分量表 课程目标 2. 能够准确的分析教材、归纳教材重难点,掌握一定的教学基本技能,能说出运动技能的教学、示范步骤;	能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范准确,教学设计完整,符合教学规律。	能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范较好,教学设计完整,有进一步改进的空间	各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握,能够实施一定的教学。动作示范较好,教学设计完整,有进一步改进的空间	各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握,能够实施一定的教学。动作示范一般,教学设计不严谨。	无法完整说出各项动作技能的动作要领、重难点。无法完整动作示范,教学设计不合格。
课程目标 3. 理解田径价值观,领会田径课程在立德树人上的引导意义,热爱学生;	理解田径价值观,领会田径课程在立德树人上的引导意义,重视体育的健康功能,具有向往美好生活的理念,能够形成终身体育	理解田径精神的价值观,领会田径课程在立德树人上的引导意义,能够形成终身体育意识与职业信念。贯彻以学生发展	理解田径精神的价值观,领会田径课程的育人功能,能够形成终身体育意识。	了解田径精神的价值观,认可田径课程的育人功能,热爱运动。	不认可田径精神的价值观,不认可田径课程的育人功能,运动参与度较低。

		意识与职业信念。	为中心的教育理念，			
课程目标 4. 能够在学习过程中发现与他人的学习情况存在的问题,并做出正确的比较,具有通过对比发现问题、解决问题的能力。	能够熟练利用课程所学知识分析和解决相关问题,善于比较反思存在的问题,并能够较好的解决学习存在的问题。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,善于比较反思存在的问题,能够较好的解决学习存在的问题。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,能够较好的解决学习存在的问题,自我解决问题能力较好。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,能够较好的解决学习存在的问题,自我解决问题能力一般。	不能利用课程所学知识分析和解决问题,无法进行反思,自我解决问题能力缺失。	
课程目标 5. 在学习过程中与他人沟通、有良好的团队精神、协作意识。	能够在学习过程中,与他人有良好的沟通能力、团队精神、协作意识。	能够在学习过程中,与他人有较好的沟通能力、团队精神、协作意识。	能够在学习过程中,与他人有良好的沟通能力、团队精神、协作意识。	能够在学习过程中,与他人的稍好沟通能力、团队精神、协作意识一般。	能够在学习过程中,与他人没有的沟通能力、团队精神、协作意识。	

《田径主项》课程目标评分量表

表一： 田径男子主项达标成绩评分表

项目 分数	跳远 (米)	三级跳 远(米)	铁饼 (米)
100	6.00	12.50	35
99			
98	5.95	12.40	
97			
96	5.90	12.30	
95			34
94		12.20	
93	5.85		
92		12.10	
91			
90	5.80	12.00	33
89			
88	5.75	11.90	
87			32
86	5.70	11.80	
85			
84		11.70	31
83	5.65		
82		11.60	
81			

项目 分数	跳远 (米)	三级跳 远(米)	铁饼 (米)
80	5.60	11.50	30
79			
78	5.55	11.40	
77			29
76	5.50	11.30	
75			
74		11.20	28
73	5.45		
72		11.10	
71			
70	5.40	11.00	27
69			
68	5.30	10.90	26
67			
66		10.80	25
65	5.20		
64		10.70	
63	5.10		24
62		10.60	
61			
60	5.00	10.50	23

注：1、110m 栏的栏高为 91.4cm，栏间距离为 8.50m。

2、铅球重量为 5 公斤，标枪重量为 500 克（竹制），铁饼重量为 1.5 公斤。

表二： 田径主项女子各项达标成绩评分表

项目 分数	跳远 (米)	三级跳 远(米)	铁饼 (米)
100	5.00	11.00	28
99			
98	4.95	10.90	27.50
97			
96	4.90	10.8	27
95			
94		10.70	
93	4.85		26.50
92		10.60	
91			
90	4.80	10.50	26
89			
88	4.75	10.40	25.50
87			
86	4.70	10.30	25
85			
84		10.20	
83	4.65		24.50
82		10.10	
81			

项目 分数	跳远 (米)	三级跳 远(米)	铁饼 (米)
80	4.60	10.00	24
79			
78	4.55	9.90	
77	4.50		23
76		9.80	
75	4.45		
74	4.40	9.70	22
73			
72	4.35	9.60	21.50
71			
70	4.30	9.50	21
69			
68	4.25	9.40	
67	4.20		20
66		9.30	
65	4.15		
64	4.10	9.20	19
63			
62	4.05	9.10	18.50
61			
60	4.00	9.00	18

注：1、100m 栏的栏高为 76.2cm，栏间距离为 7.50m。

2、铅球重量为 4 公斤，标枪重量为 400 克（竹制），铁饼重量为 1 公斤。

体育教育专业《排球主项》课程教学大纲

课程名称	《排球主项》			课程代码	2712540016-2712540018
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 4-6 学期	学分	12	课程负责人	徐新建
总学时	192	理论学时	12	实践学时	180
先修课程与后续课程	先修课程：排球 后续课程：气排球				
适用专业	体育教育专业、社会体育指导与管理				
A 参考教材	球类运动—排球(第三版) 黄汉升, 高等教育出版社, 2015 年。				
B 主要参考书籍	[1] 《球类运动—排球》黄汉升主编, 3 版, 高等教育出版社, 2015. 11 [2] 《排球竞赛规则》 [3] 《排球裁判法图解》 [4] 《中国排球》杂志				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程, 同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站, 可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程 PPT、教学视频、电子教材、音频、阅读资料、仿真软件、网络文献链接网址等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>排球专项选修课程是体育教育专业课程体系中的核心课程之一。在普修学习的基础上, 再经过一年半较为系统的学习过程, 使学生了解排球运动的基本规律、传承球类运动文化、掌握排球运动基本理论、基本方法和基本技能; 具备从事中小学排球课程教学能力, 做到会讲、会做、会教、会写和运用各种形式和方法指导大众进行健身活动; 发挥排球运动对促进人的身心健康和社会适应能力的积极作用, 培养学生具有良好的社会交往能力。</p> <p>课程的具体任务是:</p> <p>(一) 比较系统地掌握排球专项的基本理论知识。</p> <p>(二) 比较全面地掌握排球专项基本技术和基本战术, 并且有一定的战术意识和比赛经验。</p> <p>(三) 具有一定的教学与训练工作能力:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 根据不同对象(包括社区, 街道), 能较合理地安排教学内容, 选用教法组织教学工作。 2. 能胜任中小学运动队的训练工作。 3. 能运用所学理论分析和解决教学训练、比赛指挥中的常规问题。 <p>(四) 具有组织竞赛担任裁判和管理场地的能力。</p> <p>(五) 具有进行科学研究工作的初步能力</p>				

E 课程学习 目标及其与 毕业要求 的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观： 课程目标 1：懂得排球运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位和作用，明确专业核心基本理论知识、基本技术和基本战术，完全掌握中学排球课程、课外活动以及运动竞赛所需的排球技术、排球战术；（支撑毕业要求 3.1） 课程目标 2：能够掌握一定的排球教学技能，善于教学设计，能讲出排球技战术的动作原理，并能够准确的分解动作技能，便于教学。（支撑毕业要求 4.1） 课程目标 3：明确排球运动技能在教学中的重要性，能够以学生为中心，有正确的人生观、体育观、教育观，吃苦耐劳，理解学高为师，身正为范，能够以排球教师为发展目标，热爱学生，懂得仁爱，基本功扎实。（支撑毕业要求 1.2） 课程目标 4：具有组织或参与排球竞赛的能力，善于完成竞赛编排，有较好的裁判意识与裁判知识，初步具有相当于国家二级裁判员的执裁水平。（支撑毕业要求 6.2）</p>				
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求		
	课程目标 1	3.1 具有扎实的专业知识和技能：理解中学体育教育学科核心素养内涵，具有系统的专业理论知识、扎实的运动技能，能将专业理论知识与运动技能相融合，并在体育教学工作中运用，具备一定的从事教育教学改革能力。	学科素养（3） M		
	课程目标 2	4.1 具备专业教学能力：具备体育教学的基本技能与基本理论，了解体育与健康课程改革的动态；能根据学生身心发展特点和成长规律，按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动。在系统掌握多项运动技能的基础上形成较高水平的专项运动技能。	教学能力（4） H		
	课程目标 3	1.2 具有良好的师德规范：贯彻党的教育方针，以立德树人为己任，以“学高为师，身正为范”为标准；认同师德规范，遵守教师职业道德规范和法律法规，依法执教，立志成为“四有”体育老师。	教育情怀（2） L		
课程目标 4	6.2 具备综合育人能力：能够结合体育专业学习、德育课程、校园体育文化、体育社团活动、主题教育等方式对学生进行系统教育和积极引导。	综合育人（6） M			
F 理论学 习内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程 目标	理论学时 分配	
	第六章 排球运动原理 知道层次：描绘排球运动发展简史及相关知识； 领会层次：归纳排球运动的价值及健身功能； 应用层次：灵活的运用排球知识形成终身体育意识； 课程思政点：了解女排精神蕴含的内涵，学习中国女排在赛场上展现了祖国至上、团结协作、顽强拼搏、永不言败的精神面貌。		支撑课程目 标 1、3	第 4 学期	2

	<p>第七章 排球技术</p> <p>知道：掌握各项基本技术的动作概念和基本理论；</p> <p>领会：熟练掌握各项基本技术的动作方法；</p> <p>应用：对各项基本技术做到会讲、会示范；</p> <p>评价：在比赛中拥有运用各项基本技术的能力；</p> <p>课程思政点：学习排球技术，培养学生团结协作、勤学好学肯练的精神。</p>	支撑课程目标 2、4		1
	<p>第八章 排球战术</p> <p>知道：使学生较系统的掌握排球战术的基本理论、基本知识、基本技能；</p> <p>领会：全面提高学生的技、战术水平，是学生能在比赛中运用排球战术；</p> <p>应用：使学生提高从事排球战术教学与训练的工作能力；</p> <p>评价：通过本章学习，达到培养学生勇敢拼搏、团结协作、相互帮助的思想品质；</p> <p>课程思政点：通过对战术的讲解运用，培养学生各司其职，相互承担的精神。</p>	支撑课程目标 1、4		1
	<p>第九章 排球竞赛组织与编排</p> <p>知道：了解排球竞赛组织者的工作内容；</p> <p>应用：掌握排球竞赛编排的基本知识和基本方法；</p> <p>评价：制定一次比赛的竞赛规程；可以完成一次比赛的编排任务；</p> <p>课程思政点：通过对比赛的组织管理、裁判判罚，培养学生大局意识，担当意识。</p>	支撑课程目标 3、4	第 5 学期	2
	<p>第十章 排球竞赛规则与裁判工作</p> <p>知道：明确规则和裁判员的作用；</p> <p>领会：了解裁判员职责，熟悉裁判圆的工作方法和工作程序；</p> <p>应用：了解排球竞赛主要规则的概念；</p> <p>评价：能在比赛实践中运用排球规则进行排球裁判工作；</p> <p>能力：能科学的规划并检测排球场地。</p> <p>课程思政点：通过对比赛的组织管理、裁判判罚，培养学生大局意识，担当意识。</p>	支撑课程目标 1、3、4	第 6 学期	6
	合计			12
	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程目标	实验学时分配	
G 技能（实验）内容	<p>内容 1：排球历史、裁判工作实践、准备活动、身体素质训练、训练课；</p> <p>目的：发展学生身体素质，建立动作技能示范能力；</p> <p>任务：介绍训练的方法、手段、示范练习及实践。</p>	支撑课程目标 1、2、3		2
	<p>内容 2：正面双手传球、下手发球、素质训练。</p> <p>任务：学习正面双手传球，介绍传球的价值意义。</p> <p>方式：击固定球、传球抛接、对墙弹拨、两人一组自抛</p>	支撑课程目标 1、2、3		4

自传、双人对传、对墙传球、自传球、对传加自传练习、正面下手发球、侧面下手发球、素质练习（手指、传篮球、触点传球）		第4学期 共58学时	
内容3：正面双手传球、传球测试、上手发球、素质训练。 任务：掌握不同弧度的传球、摸地接传球、自传加摸地传球、胯下击掌传球、高低球、传落地反弹球、测试9米长传；正面上手发球、徒手挥臂、拍击球、离网距离不同的发球。	支撑课程目标1、2、3		4
内容4：正面双手垫球、准备姿势、身体素质训练 任务：垫球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。 方式：击固定球、自垫、对墙、抛垫、对垫、	支撑课程目标1、2		4
内容5：移动步法、正面双手垫球、身体素质训练 任务：掌握移动步法、自垫落地弹起球、双手摸地的垫球、到底站起的垫球、垫球前进。	支撑课程目标1、2		4
内容6：扣球基本训练、身体素质训练 任务：掌握扣球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。 形式：击固定球、对墙扣、原地起跳练习、助跑起跳摸球、一步一跳、跳起接球、四号位扣球、素质训练（挥臂）	支撑课程目标1、2		4
内容7：拦网基本训练、四号位扣球 任务：掌握拦网训练的技术方法、手段、示范练习及实践。 形式：原地、移动、四号位扣球拦网对练。 通过对拦网技术的练习，锻炼同学们直面困难，敢于挑战的精神。	支撑课程目标1、2		4
内容8：移动传球练习、勾手发球 任务：掌握左右绕弧形移动传球、网前传球、隔网对传、四人循环传球、勾手发球。	支撑课程目标1、2、5		4
内容9：移动传球训练、身体素质训练 任务：掌握侧面抛来的传球、接抛向墙上的反弹球、左右移动传球、前后移动传球、提高素质训练。	支撑课程目标1、4、5		4
内容10：环视能力训练、背传、身体素质训练 任务：掌握四角传球读数、双人移动对传、背传、三人前后传球、自传接转身背传给对方。	支撑课程目标1、4、5		4
内容11：移动传球训练、跳传基本训练 任务：体验跳传的技战术运用与乐趣、自传转身后对传。	支撑课程目标2、4		4
内容12：侧传基本训练、传球基本训练 任务：体验侧传的技战术运用与乐趣、篮筐下侧传，全场双人移动对传。	支撑课程目标3、4		4
内容13：飘球技术、垫球训练、身体素质训练 任务：体验飘球的技战术运用与乐趣、六号位垫不同速度的球、左右移动垫球练习、对墙前后垫、对垫过网、9米连续垫球测试	支撑课程目标1、2		4

内容 14: 背垫技术、发球素质训练、身体素质训练 任务: 体验背垫的技战术运用与乐趣, 自垫调整到背垫的练习、三人直线垫球、网前抛球过网后网下穿越背垫、网下穿越背垫接力、发球击准练习、素质	支撑课程目标 1、2	第 5 学期共 60 课时	4
内容 15: 移动垫球训练、跨步垫球、上手发球 任务: 左右上步移动垫球、全场垫送球、跨步垫球、对墙上手击准	支撑课程目标 1、2		4
技能期末 (一) 考试 考核内容: 接发球 10 个、传二、四号位 10 个、区域发球 10 个	2 学时		
学期四合计			60
内容 16: 跳发球技术、侧垫技术 任务: 体验跳发球的技术运用与乐趣、体验侧垫的技术运用与乐趣、三角垫球	支撑课程目标 1、2	第 5 学期共 60 课时	4
内容 17: 低姿垫球、跳飘球、接发球训练 任务: 体验低姿垫球、跳飘球的技战术运用与乐趣、接发球训练	支撑课程目标 1、2		4
内容 18: 接发球技术、扣球 任务: 体验扣球的技战术运用与乐趣、接发球综合练习、连续扣球练习	支撑课程目标 1、2		4
内容 19: 接发球、滚翻技术 任务: 掌握左右移动接发球、体验滚翻的技战术运用与乐趣、扣球	支撑课程目标 1、2		4
内容 20: 鱼跃技术、接发球、扣球 任务: 体验鱼跃的技术运用与乐趣、接发球 (救球)、扣球	支撑课程目标 1、2		4
内容 21: 扣球、单手接球 任务: 三号位扣球、调整攻、单臂接球、对墙单臂击球	支撑课程目标 1、2		4
内容 22: 接发球、拦网、防守战术 任务: 尝试接端线发球、单人 156 号位接发球、拦网 (移动拦网训练)、单兵防守	支撑课程目标 1、2		4
内容 23: 拦网训练、扣球训练、防守训练 任务: 灵活运用双人拦网训练、背快、防守弹网球	支撑课程目标 1、2		4
内容 24: 扣前快球、拦网训练、防守训练 任务: 学会扣前快球、网前移动对抗拦网、体验对墙拦网、双人隔网击掌、防守训练	支撑课程目标 1、2		4
内容 25: 单脚背快, 专位防守技术、身体素质训练 任务: 掌握单脚背快、1 号位专位防守	支撑课程目标 1、2		4
内容 26: 防守技术、短平快、前扑垫球 任务: 灵活运用 1、5 号区域的防守、短平快扣球、前扑垫球	支撑课程目标 1、2、5		4
内容 27: 专位防守、背溜、身体素质训练 任务: 灵活运用 5 号位专位防守、背溜	支撑课程目标 1、2		4
内容 28: 二传训练、时间差、身体素质训练 任务: 掌握二传基本功训练、踏跳调整后时间差扣球	支撑课程目标 1、2	4	

内容 29: 二传训练、位置差、身体素质训练 任务: 掌握插上传球、踏跳调整后位置差扣球	支撑课程目 标 1、2		4	
内容 30: 背飞、防守、二传 任务: 体验背飞扣球、全场防守、跳传	支撑课程目 标 1、2		4	
技能期末(二)考试 考核内容: 扣球 2、3、4 各 5 个球、接发球、调整攻、 背传、传快球各 5 个、飘球击准	2 学时			
学期五合计			62	
内容 31: 平拉开、二传、战术 任务: 掌握平拉开扣球、体验倒地传球练习、基本战术 讲解(位置、轮转、基本站位) 课程思政点: 通过对战术的讲解运用, 培养学生各司其 职, 相互承担的精神。	支撑课程目 标 1、2	第 6 学期 共 56 学时	2	
内容 32: 进攻战术、二传、防守 任务: 体验进攻意识、调整、进攻发起、前交叉、二次 攻、拦网与防反	支撑课程目 标 1、2、4		4	
内容 33: 防守、进攻战术、跳发球 任务: 体验防守后的进攻、假交叉、后交叉、体验跳发 球的动作技术。	支撑课程目 标 1、2		4	
内容 34: 快球掩护进攻、专位防守、立体进攻 任务: 理解快球掩护后的组合进攻、4 号位专位防守、 三点立体	支撑课程目 标 1、2、4		4	
内容 35: 立体进攻、防守训练 任务: 理解快球掩护后的组合进攻、体验二人交叉区域 的防反。	支撑课程目 标 1、2、4		4	
内容 36: 五人接发球、大强度训练、一攻串联 任务: 掌握五人接发球及组合战术	支撑课程目 标 1、2		6	
内容 37: 四人接发球、大强度训练、防反串联 任务: 掌握四人接发球及组合战术	支撑课程目 标 1、2		6	
内容 38: 三人接发球、副攻训练、防反串联 任务: 体验三人接发球及组合战术	支撑课程目 标 1、2		6	
内容 39: 二人接发球、主攻训练、扣球个人战术 任务: 体验二人接发球及组合战术	支撑课程目 标 1、2		6	
内容 40: 扣球保护、接应二传训练、防反串联 任务: 掌握扣球跟进保护, 体验接应二传的功能	支撑课程目 标 1、2		6	
内容 41: 拦网保护阵型, 自由人专位练习 任务: 掌握拦网及拦网后的保护与防反、体验自由人专 位技术	支撑课程目 标 1、3		6	
内容 42: 教学实践、裁判实践	支撑课程目 标 1、2、4		2	
技能期末(三)考试(本学期理论考试) 内容: 组合型技术考核、教学比赛考核、理论考核	2 学时			
学期六合计			58	
总计			180	

H 实践内容 (含教育实习、 见习、研 习,专业 实习、毕 业论文 或毕业 设计等)	实践主要内容和要求				支撑课程 目标	实验学时 分配			
	无				无	无			
I 教学方法与 教学方式	15. 理论课全部采用多媒体教学,应用自编或改编的多媒体课件,加上一些比赛视频,改善理论课的枯燥和沉闷,吸引学生的注意力,加强授课效果。 16. 实践课在排球馆进行,通过动作示范、挂图、视频展示等方式帮助学生建立动作认知,通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学,借助教学辅助器材和设备保证学生学习的积极性。 17. 主要方式: <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input type="checkbox"/> 网络学习 <input type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input type="checkbox"/> 问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input checked="" type="checkbox"/> 技能学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input checked="" type="checkbox"/> 其它(观摩视频)								
J 教学条 件 要求	(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等) 1. 时间:第4、5、6学期,一周2次课,每次2学时; 2. 地点:技能课——北区排球馆;理论课——多媒体教室								
K 课程目 标及其 考核内 容、考 核方 式及 评分占 比	课程目标及 评分占比	考核内容	考核方式					课程分 目标的 达成度	
			平时评 分占比 (30%)	实践评 分占比 (70%)	期中 考试 评分 占比 (%)	小组 活动 评分 占比 (%)	期末考 试评分 占比(%)		
	第四学 期	课程 目标1 (20%)	1.对排球技能原理知识的掌握 2.对排球技术掌握和综合运用 3.对排球战术掌握和综合运用	-	100	-	-	-	-
		课程 目标2 (40%)	1.对动作技能的重难点的掌握 2.对动作要领及讲解	25	-	-	-	-	-

		步骤的掌握						
	课程目标 3 (10%)	1. 排球运动对教育意义的理解 2. 对中国女排精神育人价值理解	25	-	-	-	-	-
	课程目标 4 (30%)	1. 对竞赛组织与编排知识的掌握 2. 对裁判工作知识的综合运用	50	-	-	-	-	-
	总分		30	70	-	-	-	-
课程目标及评分占比	考核内容		考核方式					课程分目标的达成度
			平时评分占比 (30%)	实践评分占比 (70%)	期中考试评分占比 (%)	小组活动评分占比 (%)	期末考试评分占比 (%)	
第五学期	课程目标 1 (20%)	1. 对排球技能原理知识点的掌握 2. 对排球技术的掌握和综合运用 3. 对排球战术的掌握和综合运用	-	100	-	-	-	-
	课程目标 2 (40%)	1. 对动作技能的重难点的掌握 2. 对动作要领及讲解步骤的掌握	25	-	-	-	-	-
	课程目标 3 (10%)	1. 排球运动对教育意义的理解 2. 对中国女排精神育人价值理解	25	-	-	-	-	-
	课程目标 4 (30%)	1. 对竞赛组织与编排知识点的掌握 2. 对排球裁判工作知识的综合运用	50	-	-	-	-	-
	总分		30	70	-	-	-	-

课程目标及评分占比		考核内容	考核方式					课程分目标的达成度
			平时评分占比(30%)	实践评分占比(40%)	期中考试评分占比(%)	小组活动评分占比(%)	期末考试评分占比(30%)	
第六学期	课程目标 1 (20%)	1. 对排球技能原理知识点的掌握 2. 对排球技术的掌握和综合运用 3. 对排球战术的掌握和综合运用	30	58	-	-	50	-
	课程目标 2 (40%)	1. 对动作技能的重难点的掌握 2. 对动作要领及讲解步骤的掌握	-	30	-	-	-	-
	课程目标 3 (10%)	1. 排球运动对教育意义的理解 2. 对中国女排精神育人价值理解	20	-	-	-	20	-
	课程目标 4 (30%)	1. 对竞赛组织与编排知识点的掌握 2. 对排球裁判工作知识的综合运用	50	12	-	-	30	-
总分			20	50	-	-	30	
考核方式		配分	评分说明					
第四学期	作业	30	<p>本学期共 2 次作业。作业得分取两次的平均分，根据作业完成情况，分数按百分制计算，没交 0 分。</p> <p>出勤：请假一次考勤扣 3 分、一次旷课考勤扣 5 分；旷课 3 次及以上考勤 0 分，请假或旷课超 1/3 课时，不予期末考核；</p> <p>课堂表现：根据学生上课参与练习的主动性和抽查练习情况评分，教师根据上课参与练习的主动性通过积极、一般、极少三个指标对准备部分和基本部分的练习态度进行主观评价，课堂表现通过抽查效果完成度给分，没有完成 50 分。</p>					
	技能考核	70	<p>技能考核内容：接发球 10 个、传二、四号位 10 个、区域发球 10 个</p> <p>1、垫球：（40 分）</p> <p>① 垫球考试方法：</p> <p>A：接发球垫球：在 1 号位接一个球后，移动到 5 号位接下一个</p>					

		<p>球。共接 10 个球。 B: 接扣球垫球: 同上 (教师在 3 号位扣球)。 达标评分方法: A: 接发球垫球: 垫至 2、3 号位之间, 半到位以上球均好球, 得 1 分, 满分为 10 分。 B: 接扣球垫球: 垫起二传能传的球即为好球, 得 1 分, 否则扣 1 分, 满分为 10 分。 ③ 技评评分方法: A: 接发球垫球: 对考生的技术动作进行技评 10-6 分。其中: 准备姿势---1 分; 手型---1 分; 垫击部位---2 分; 击球点---2 分; 协调用力---3 分, 满分为 10 分。 B: 接扣球垫球: 对考生的技术动作进行技评 10-6 分。其中: 准备姿势---1 分; 插入球下---3 分; 手型---2 分; 垫球后动作---1 分; 正确协调动作---3 分, 满分为 10 分。 2、传球: (40 分) ① 传球考试方法: A: 顺网二传球: 教师在 5 号位抛球至 2、3 号位之间, 考生从手触标志杆开始跑至 2、3 号区传球至 4 号位, 传 10 个球。 B: 调整传球: 同上: 教师在 5 号位抛球至 2、3 号位之间, 三米线前, 考生从手触标志杆开始跑至 2、3 号区传球至 4 号位, 传 10 个球。 达标评分方法: A: 传至 4 号位左右, 扣球手基本可扣到球的均为好球, 得 1 分, 否则扣 1 分。满分为 10 分。 B: 调整传球: 传到 3、4 号位之间, 有一定高度、弧度, 扣球手可上步扣球的传球, 均为好球得 1 分, 否则扣 1 分。满分为 10 分。 技评评分方法: A: 顺网二传球: 对考生的技术动作进行技评 10-6 分。其中: 准备姿势---1 分; 手型---3 分; 击球点---2 分; 击球后动作---1 分; 协调用力---3 分, 满分为 10 分。 B: 调整传球: 对考生的技术动作进行技评 10-6 分。其中: 准备姿势---1 分; 手型---2 分; 击球点---2 分; 击球后动作---1 分; 蹬腿送臂---4 分, 满分为 10 分。 3、发球 (20 分) 发球考试方法: 考生站立端线中场, 将球发到对方左右半区各发 5 个球。 达标评分方法: 每个区发 5 个球必须有 3 个球在区内, 方为达标及格。落入区内得 1 分, 满分为 10 分。 技评评分方法: 对考生的动作进行技术评分, 分别评 10-6 分。其中: 准备姿势---1 分; 抛球---2 分; 挥击动作---2 分; 击球手型---2 分; 协调动作---2 分; 击完球动作---1 分; 满分为 10 分。 注意: 发球技评必须结合发球的力量、速度进行综合评判。</p>
	<p>期中 考试</p>	<p>无</p>

	小组活动	无	无
	合计	100	
	平时	30	<p>本学期共 2 次作业。作业得分取两次的平均分，根据作业完成情况，分数按百分制计算，没交 0 分。</p> <p>出勤：请假一次考勤扣 3 分、一次旷课考勤扣 5 分；旷课 3 次及以上考勤 0 分，请假或旷课超 1/3 课时，不予期末考核；</p> <p>课堂表现：根据学生上课参与练习的主动性和抽查练习情况评分，教师根据上课参与练习的主动性通过积极、一般、极少三个指标对准备部分和基本部分的练习态度进行主观评价，课堂表现通过抽查效果完成度给分，没有完成 50 分。</p>
技能考核	70	<p>考核内容：扣球 2、3、4 各 5 个球、接发球、调整攻、背传、传快球各 5 个、飘球击准</p> <p>1、扣球：（40 分）</p> <p>扣球考试方法： A：4 号位扣球 10 个球 B：2 号位扣球 10 个球</p> <p>扣球达标评分： A：4 号位扣球：扣球必须落入场内，得 1 分。违反规则则扣 1 分，球触网过网，重扣，满分 10 分。 B：2 号位扣球：同上</p> <p>扣球技评评分方法： 4、2 号位扣球，分别进行技评 10-6 分。其中：助跑起跳---4 分（助跑 2 分，踏跳 2 分）；空中挥击---5 分（挥臂 2 分；击球点 2 分；击球的包球动作 1 分）；落地---1 分。满分均为 10 分。 注意：扣评必须结合扣球的力量、速度综合评判。</p> <p>2、垫球：（40 分）</p> <p>① 垫球考试方法： A：接发球垫球：在 1 号位接一个球后，移动到 5 号位接下一个球。共接 10 个球。 B：接扣球垫球：同上（教师在 3 号位扣球）。</p> <p>达标评分方法： A：接发球垫球：垫至 2、3 号位之间，半到位以上球均好球，得 1 分，满分为 10 分。 B：接扣球垫球：垫起二传能传的球即为好球，得 1 分，否则扣 1 分，满分为 10 分。</p> <p>③ 技评评分方法：（含重难点及动作要领） A：接发球垫球：对考生的技术动作进行技评 10-6 分。其中：准备姿势---1 分；手型---1 分；垫击部位---2 分；击球点---2 分；协调用力---3 分，满分为 10 分。 B：接扣球垫球：对考生的技术动作进行技评 10-6 分。其中：准备姿势---1 分；插入球下---3 分；手型---2 分；垫球后动作---1 分；正确协调动作---3 分，满分为 10 分。</p> <p>3、发球（20 分）</p> <p>发球考试方法：考生站立端线中场，将球发到对方左右半区各发</p>	

		<p>5 个球。</p> <p>达标评分方法：每个区发 5 个球必须有 3 个球在区内，方为达标及格。落入区内得 1 分，满分为 10 分。</p> <p>技评评分方法（含重难点及动作要领）</p> <p>：对考生的动作进行技术评分，分别评 10-6 分。其中：准备姿势---1 分；抛球---2 分；挥击动作---2 分；击球手型---2 分；协调动作---2 分；击完球动作---1 分；满分为 10 分。</p> <p>注意：发球技评必须结合发球的力量、速度进行综合评判。</p>	
	期中考试	无	
	小组活动	无	
	合计	100	
第六学期	平时	30	<p>本学期共 2 次作业。作业得分取两次的平均分，根据作业完成情况，分数按百分制计算，没交 0 分。</p> <p>出勤：请假一次考勤扣 3 分、一次旷课考勤扣 5 分；旷课 3 次及以上考勤 0 分，请假或旷课超 1/3 课时，不予期末考核；</p> <p>课堂表现：根据学生上课参与练习的主动性和抽查练习情况评分，教师根据上课参与练习的主动性通过积极、一般、极少三个指标对准备部分和基本部分的练习态度进行主观评价，课堂表现通过抽查效果完成度给分，没有完成 50 分。</p>
	技能考核	40	<p>内容：组合型技术考核、教学比赛考核、理论考核</p> <p>技术考试要求：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、课程结束时，按学号顺序分组进行。安排四个学时考核。 2、任何一项技评不及格、理论考核不及格或总评不及格，均为课程考核不及格。 3、第一次技术考核不及格者，允许在一周后参加第二次考核，但从总分中扣 5 分。对不能参加第二次考核者，不保留第二次考核的机会。 4、因公或因病（包括女生例）不能参加第一次考核者须按规定办理请假手续，并可在一周后参加第二次考核，按正常考核对待，但只有一次机会：不能在一周后参加第二次考核者作缓考处理。 5、缓考和不及格的处理，按院教学管理的有关规定执行。
	期中考试	无	无
	小组活动	无	无
	期末考试	30	<p>理论试卷，满分 100 分，折合为 30%。主要考核内容：1、第一章排球运动导论（支撑目标 3、4）</p> <p>知道层次：描述排球运动的研究内容；</p> <p>领会层次：归纳排球运动发展简史及相关知识；</p> <p>2、第二章 排球技术（支撑目标 1）</p>

		<p>知道：描绘排球准备姿势、移动、垫、传、扣、发、拦的技术动作，并能说出动作要领；</p> <p>领会：归纳排球技能的动作原理及练习方法；</p> <p>3、第三章 排球战术（支撑目标 1）</p> <p>知道：描绘排球阵容配备、交换位置、信号联系的应用，并能说出简单个人或集体战术的安排；</p> <p>领会：归纳排球战术的发起、实施的关键要素及训练方法；</p> <p>4、第七、八章 竞赛编排与裁判工作（支撑目标 3、4）</p> <p>知道：懂得 1-2 中排球竞赛组织编排方法，能具有三级裁判水平；</p> <p>应用：能够参与低水平赛事的组织与管理，理解基础裁判规则；</p>
L 学习建议	<p>1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过排球视频资源，比较学习各项动作技能，充分发挥自身的学习能动性。</p> <p>2. 探究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，多观摩比赛和视频，提高对排球知识的理解，通过翻转课堂教学法，让学生自主探究学习内容，并进行教学尝试，达到教学相长的目的。</p>	
M 评分量表	《排球（主项）》课程目标评分量表，见附表。	
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批意见	<p>课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：</p> <p>徐新建 胡鹏</p> <p>刘洪 杨璐</p> <p>2026 年 3 月 4 日</p>	<p>系主任审核意见：</p> <p>课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。</p> <p>系主任签名：徐新建</p> <p>2026 年 3 月 5 日</p>

附表

《排球（主项）》课程目标评分量表

	课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	课程目标 1. 了解更多排球运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位 and 作用，明确专业核心课程知识点，更全面地掌握中学排球课程和开展课外活动所需的基本理论知识、基本技术和基本战术；	能够扎实地掌握排球运动的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 技能动作灵活美观，动作非常标准，力量大、速度快，且球的落点准确，动作完成度高。	能够扎实地掌握排球运动的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 技能动作灵活美观，动作标准，具有一定的力量与速度，且球的准确性高，动作完成度较高。	能够掌握排球运动的基本理论和基本技术，并能将其运用于具体问题的分析。 能够完整的完成技术动作，动作基本标准，且球的落点准确，动作完成度较高	掌握大部分排球运动的基本理论和基本技术，并能将其运用于具体问题的分析。 能够完成大部分技术动作，技评达标，动作完成一般。	排球运动的基本理论和基本技术的知识储备不高，不能将其运用于具体问题的分析。 动作完成度较低，技评未达标。
	课程目标 2. 能够准确的分析教材、归纳教材重难点，掌握一定的教学基本技能，能说出运动技能的教学、示范步骤；	能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范准确，教学设计完整，符合教学规律。	能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范较好，教学设计完整，有进一步改进的空间	各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握，能够实施一定的教学。动作示范较好，教学设计完整，有进一步改进的空间	各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握，能够实施一定的教学。动作示范一般，教学设计不严谨。	无法完整说出各项动作技能的动作要领、重难点。无法完整动作示范，教学设计不合格。
	课程目标 3. 理解中国女排精神的价值观念，领会排球课程在立德树人上的引导意义，重视体育的育人功能，具有向往美	理解中国女排精神的价值观，领会排球课程在立德树人上的引导意义，重视体育的健康功能，具有向往美	理解中国女排精神的价值观，领会排球课程在立德树人上的引导意义，能够形成终身体育意识与职	理解中国女排精神的价值观，领会排球课程的育人功能，能够形成终身体育意识。	了解中国女排精神的价值观，认可排球课程的育人功能，热爱运动。	不认可中国女排精神的价值观，不认可排球课程的育人功能，运动参与度较低。

	义,热爱学生具有良好的师德师风;	好生活的理念,能够形成终身体育意识与职业信念。	业信念。贯彻以学生发展为中心的教育理念,			
课程目标 4.	具有组织排球比赛、竞赛组织与裁判工作及排球主题教育的能力	能够组织排球比赛,具有较强的竞赛组织编排能力,裁判工作水平较高,具有较好的执裁能力	能够组织排球比赛,具有较强的竞赛组织编排能力,能胜任一般裁判工作,具有较好的执裁能力	具有参与组织排球比赛的能力,具有一定的竞赛组织编排能力,能胜任一般裁判工作,能够完成辅助裁判的任务。	具有参与组织排球比赛的能力,了解竞赛组织编排手段,能胜任一般裁判工作,能够完成辅助裁判的任务。	不具有组织排球比赛的能力,无法完成竞赛组织编排,裁判水平较差,无法完成执裁任务。
课程目标 5.	能够在在学习过程中发现与他人的学习情况存在的问题,并做出正确的比较,具有通过对比发现问题、解决问题的能力。	能够熟练利用课程所学知识分析和解决相关问题,善于比较反思存在的问题,并能够较好的解决学习存在的问题。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,善于比较反思存在的问题,能够较好的解决学习存在的问题。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,能够较好的解决学习存在的问题,自我解决问题能力较好。	能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,能够较好的解决学习存在的问题,自我解决问题能力一般。	不能利用课程所学知识分析和解决问题,无法进行反思,自我解决问题能力缺失。

体育教育专业《健美操主项》课程教学大纲

课程名称	《健美操主项》			课程代码	2713520007-2713520009
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 4-6 学期	学分	12	课程负责人	陈金
总学时	192	理论学时	12	实践学时	180
先修课程与后续课程	先修课程：体操 健美操选修 后续课程：				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	匡小红， 健美操(第二版)，高等教育出版社，2019 年				
B 主要参考书籍	[1] 《健美操运动教程》马鸿韬主编，北京体育大学出版社，2022 [2] 《全国健美操大众锻炼标准第三套》 [3] 健身健美操、啦啦操竞赛规则 [4] 《全国全民健身操推广规定动作》				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程，同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站，可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程 PPT、教学视频、网络视频资源、教案、课件等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	健美操主项选修课程，是为本科体育教育本科专业学生开设的专业拓展课程，旨在进一步提高学生健美操学科素养，包括技术能力、理论水平以及掌握裁判规则等；培养学生自主学练能力、教学能力、带队训练能力、团操课程能力等；毕业后能有效开展体育与健康教育教学。				
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	课程目标				
	2 具备中学健美操课程的教学能力，具备健美操创编能力，能够承担健美操课外训练工作。具备组织校园等基层健美操比赛的能力，能够承担基层健美操比赛裁判工作。（支撑毕业要求 4.1、4.2）				
	4 在学习健美操的过程中具有的自主学习、合作学习和终身学习的意识，能够运用批判性思维方法，对学习和工作状态及时进行反思，学会分析和解决健美操教学中的问题。（支撑毕业要求 7.1）				
	课程目标	毕业要求分解指标点		毕业要求	
	课程目标 2	4.1 具备专业教学能力：掌握体育理论知识、形成完整的理论知识体系和理论素养，且能灵活、综合运用，进行健美操教学设计、实施、评价及相关教学活动。 4.2 具备课余训练与竞赛的组织与指导能力：具备指导健美操训练与竞赛的基本技能与基本理论，能够运用健美操的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。		教学能力（4）	

	课程目标 4	7.1 具备反思的能力：具有自主学习健美操的能力，具备与同伴合作学习课程内容，具备终身学习的意识，能够运用批判性思维方法，对自己的学习和工作状态及时反思，学会分析和解决教学中的问题。	学会反思（7）	
F 理论学习内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标	学时分配
	第一部 健美操教学方法 教学目的和要求：健美操教学是体育教学的重要内容之一，是在教师科学指导和学生主动参与下使学生系统地获取健美操知识、技术、技能、增进健康，提高身体素质、培养综合素质和能力的教育过程。健美操教学必须遵循体育教学的规律和原则，根据健美操教学特点，采用有效的教学方法和手段。 第一节 健美操教学概述 第二节 健美操教学方法和手段 第三节 健美操教学能力的培养 教学建议：重点使学生掌握健美操教学方法和手段等基础基础，并要求学生课后自觉提高健美操教学的能力。		支撑课程目标 2	2
	第二部分 健美操运动的科学理论基础 [2 学时] 教学目的和要求：使学生了解健美操运动的生理学基础、心理学基础以及在运动中如何预防损伤，让学生更好的深入接触健美操运动的实质。 第一节 健美操运动的生理学基础 第二节 健美操运动的心理学基础 第三节 健美操运动的损伤与预防 教学建议：根据课堂所学内容，引导学生自行预习相关的生理学 and 心理学知识，同时进一步引导学生开放思维，寻求更多的健美操运动的科学理论基础，并让学生根据自己的锻炼经历谈出自己的损伤与预防体会。		支撑课程目标 2	2
第三部分 健美操音乐与创编 [2 学时]（支撑课程目标 1） 教学目的和要求：使学生了解健美操音乐的特点，尤其是如何划分健美操音乐的旋律章节，以及如何挑选适宜的健美操音乐。使学生了解健美操创编中的重要因素、创编的目的，		支撑课程目标 2	2	

	<p>以及创编的指导思想与原则，重点掌握创编过程的阶段性。</p> <p>第一节 健美操音乐概述</p> <p>第二节 健美操常见的音乐种类</p> <p>第三节 健美操教练员应具备的音乐常识</p> <p>教学建议：结合有声资料具体讲解健美操音乐的基本常识，提高学生的乐感能力。</p> <p>第四节 健美操创编的指导思想</p> <p>第五节 健美操创编的步骤方法</p> <p>教学建议：课堂中以示例进行教学讲解与指导。</p> <p>思政点：建议学生通过小组协作集体编排，培养学生团体协作意识，互帮互助，提高集体主义观念。</p>		
	<p style="text-align: center;">第四部分 健美操的训练方法</p> <p>教学目的和要求：使学生了解健美操训练的目的与任务、影响竞技性健美操训练因素、健美操训练的特点以及训练原则，重点掌握健美操的训练内容和方法。</p> <p>教学内容：</p> <p>第一节 教练员的素质结构</p> <p>第二节 健美操基础训练</p> <p>教学建议：结合实践课，把该章节的内容贯穿于平时技术课教学中，要力求深入浅出，使学生重点掌握。</p> <p>思政点：在课堂教学过程中，教育学生作为基层教练员要以身作则，坚持自身日常锻炼，注重专业技能的提升，能够为学生做好示范。</p>	<p>支撑课程目标 2、4</p>	<p>2</p>
	<p style="text-align: center;">第五部分 健美操竞赛的组织与裁判</p> <p>教学目的和要求：通过该章学习使学生了解健美操竞赛的意义、种类及内容，清楚健美操竞赛的组织机构，并重点掌握健美操竞赛的裁判方法。</p> <p>教学内容：</p>	<p>支撑课程目标 2、4</p>	<p>2</p>

	<p>第一节 健美操竞赛的种类和内容</p> <p>第二节 健美操竞赛的组织</p> <p>第三节 健美操竞赛的裁判方法</p> <p>教学建议：课后进行模拟健美操模拟。</p> <p>思政点：教学中教育学生作为裁判员必须具有较强的责任感，在裁判工作中一定要做到公平公正。</p>		
	<p style="text-align: center;">第六部分 啦啦操比赛的组织与裁判</p> <p>教学目的和要求：通过该章学习使学生了解啦啦操比赛的种类及内容，清楚啦啦操比赛的组织机构，并重点掌握啦啦操比赛的规则裁判方法。</p> <p>教学内容：</p> <p style="padding-left: 2em;">第一节 啦啦操比赛的内容</p> <p style="padding-left: 2em;">第二节 啦啦操竞赛的组织</p> <p style="padding-left: 2em;">第三节 啦啦操的裁判方法</p> <p>教学建议：课后举行小型的啦啦操比赛，使学生充分了解健美操竞赛的裁判方法</p>	支撑课程目标 2、4	2
	合计		12
G 技能（实训） 内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程目标	学时分配
	<p>第一部分 健美操基本动作</p> <p>教学目的和要求：使学生在锻炼的基础上，牢固掌握健美操的基本步伐和基本徒手动作，为以后的提高奠定技术基础。课程内容安排在四个学期的各个阶段。</p> <p>教学内容：</p> <p>1、健美操基本步伐：无冲击类步伐·低冲击类步伐·中冲击类步伐·高冲击类步伐</p> <p>2、健美操基本徒手动作：头颈动作·肩部动作·上肢动作·胸部动作·腰部动作·髋部动作·躯干波浪动作</p> <p>3、组合动作：各种不同冲击强度的步伐与基本徒手动作的组合</p>	支撑课程目标 2、4	8
	<p>第二部分 大众锻炼等级与全民健身操推广规定动作</p> <p>教学目的和要求：在练习的基础上使学生掌握成套的大</p>	支撑课程目标 2、4	48

	<p>众等级健身操和有氧舞蹈健身操，并基本操化动作能够充分熟练运用，同时对大众健身操和有氧舞蹈健身操的编排形成一定的实践能力。</p> <p>教学内容：</p> <p>1、大众健身操等级规定动作 大众锻炼标准 1—6 级</p> <p>2、全民健身操推广规定动作</p> <p>有氧舞蹈 1—6 级 轻器械健身操 1-6 级</p> <p>教学建议：建议学生课后要坚持复习，不断巩固已学技能，为后期的学习打好基础。</p>		
	<p>第三部分 健美操创编实践</p> <p>教学目的和要求：提高学生自编操能力，一般安排在学期末准备考试前期。对学生进行分组，培养学生团队协作精神和互帮互助的思想品质。</p> <p>教学内容：</p> <p>1、健身健美操的创编</p> <p>2、健身舞蹈创编</p> <p>3、啦啦操创编</p>	支撑课程 目标 2、4	12
	<p>第四部分 健美操教学实践</p> <p>教学目的和要求：通过教学实践让学生熟悉健美操教学方法，重点培养学生教学能力。</p> <p>教学内容：健身健美操的教学方法</p> <p>教学建议：对学生进行分组，按小组进行教学实践，教师针对学生教学实践中的存在问题和不足进行点评和讲解，使学生不断改进。</p>	支撑课程 目 2、4	16
	<p>第五部分 多风格健美操</p> <p>教学目的和要求：通过练习使学生熟悉健身健美操的不同风格形式，重点培养学生表现力和协调能力。</p> <p>教学内容：</p> <p>1、健身街舞</p> <p>2、搏击操</p> <p>3、拉丁操</p> <p>4、杠铃操</p> <p>教学建议：鼓励学生在课堂学习的基础上在课余时间进行自主学习，争取掌握更多的流行健身项目。</p>	支撑课程 目标 2、4	64
	<p>第六部分啦啦操成套动作</p> <p>教学目的和要求：通过教学使学生掌握啦啦操的基本动作和成套动作，并通过安排创编实践，使学生对啦啦操的编排有一定的实践能力。</p> <p>教学内容：</p> <p>1、花球舞蹈啦啦操成套动作</p>	支撑课程 目标 2、4	32

	2、爵士舞蹈啦啦操成套动作 3、街舞啦啦操成套动作 教学建议：学生分小组在课后进行练习和队形编排，注重课堂集体和个人展示，提高学生表现力和心理素质。					
	合计			180		
H 实践内容(含教育实习、见习、研习,专业实习、毕业论文或毕业设计等)	实践主要内容和要求		支撑课程目标	时长分配		
	无					
I 教学方法与教学方式	18. 理论课全部采用多媒体教学,应用自编或改编的多媒体课件,改善理论课的枯燥和沉闷,吸引学生的注意力,加强授课效果。 19. 实践课在南区健舞楼进行,通过动作示范、视频展示等方式帮助学生建立动作认知,通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学,保证学生学习的积极性。 20. 主要方式: <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input type="checkbox"/> 网络学习 <input type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input type="checkbox"/> 问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input checked="" type="checkbox"/> 技能学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input checked="" type="checkbox"/> 其它(观摩视频)					
J 教学条件需求	如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等 1. 时间:第4-6学期,一周2次课,每次2学时; 2. 地点:技能课——健美操教室;理论课——多媒体教室 3. 根据实际情况,可允许配备一课双师,授课时间为12学时。主要授课内容:流行健美操。					
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式		课程分目标的达成度	
			平时评分占比(20%)	期中考试评分占比(30%)	期末考试评分占比(50%)	
	课程目标2(70%)	1. 健美操运动技术技能的掌握和综合运用 2. 自主学习与团队协作的能力		65	65	0.7
	课程目标4(30%)	1. 健美教学方法的掌握 2. 健美操编排的掌握		35	35	0.7
	总分		100	100	100	
	考核方式	配分	评分说明			

	考勤、课堂表现	20%	考勤占 10 分请假或旷课超 1/3 课时，不予期末考核；旷课 4 次及以上考勤 0 分，一次旷课考勤扣 5 分，一次迟到、请假扣 1 分；课堂表现占 10 分，教师根据学生课堂表现给予评分。回答一次问题加 2 分。
	期中考试	30%	期中考试包括健美操成套，健美操教学实践。 评分标准参考附表
	期末考试	50%	期末考试包括健美操成套，健美操教学实践。 评分标准参考附表
		无	
	期末考试	无	
L 学习建议	建议学生利用网络资源展开自主学习。鼓励并引导学生通过校内外健美操教学实践提高教学和编排能力。		
M 评分量表	《健美操》课程目标评分量表见附表。		
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。		
审批意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名： 陈金杨 杨芳芳 吴莲花 2026 年 3 月 4 日	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。 系主任签名：徐新建 2026 年 3 月 5 日	

附表

技能考核评分标准

规定成套动作评分标准

等级	技术要求（支撑课程目标 1）	分值
优秀	整套操熟练、规范、有力度、音乐节奏感好，动作与音乐协调一致	90-100 分
良好	整套操熟练、较规范、较有力度、音乐节奏感好，动作与音乐协调一致	80- 89 分
一般	整套操较熟练，有些动作不太规范，较有力度，音乐与动作有不协调，不合拍之处，个别规定动作有漏缺	70- 79 分

及格	整套操不太熟练，动作力度较差，音乐与动作有不合之处，有个别遗忘现象，但能独立完成，规定动作有漏缺	60- 69分
不及格	整套操不熟练，动作力度较差，音乐与动作有不合之处，遗忘现象较多，规定动作有多处漏缺	60分以下

自编套路评分标准

等级	技术要求（支撑课程目标 1、2、3）	分值
优秀	整套动作编排合理，音乐配合协调，队形变化自然流畅，动作姿态优美，舒展，节奏感强，能充分锻炼身体各部位；整套动作熟练，动作准确，有力度，动作与音乐配合协调，具有较强表现力	90- 100分
良好	整套动作编排合理，音乐配合较协调，队形变化较流畅，动作较舒展，节奏感强，能锻炼身体各部位；动作熟练，动作较准确，较有力度，有节奏感；动作与音乐配合协调，具有一定表现力	80- 89分
一般	整套动作编排基本合理，音乐配合基本协调，队形变化较自然，身体各部位锻炼效果一般；整套动作较连贯，动作较正确，与音乐配合较协调，表现力一般	70- 79分
及格	部分动作编排欠合理，队形变化及音乐的配合不够自然，身体各部位锻炼效果不够明显；动作基本正确，动作独立完成，与音乐基本协调	60- 69分
不及格	整套动作的编排及队形变化凌乱，音乐配合不协调，身体各部位锻炼效果不明显。整套动作不熟练，主要动作不正确或未完成	60分以下

教学能力考核评分标准

等级	动作技能标准（支撑课程目标 2）	分值
优秀	1.示范动作正确优美 2.能够正确运用示范面并流畅转换 3.口令清晰、手势清楚、提示及时 4.动作节奏感强、动作与音乐合拍，教学过程完全符合乐句和乐段规律 5.动作编排合理，能的综合运用各种教学方法，教学过程清晰流畅 6.能够与学员很好的交流互动，有较强的感染力和情绪调动能力。	90分 以上

良好	1.示范动作基本正确 2.基本能够正确运用示范面，并正确转换 3.口令较清晰、手势清楚，提示比较及时。 4.动作节奏感强、动作基本合拍，教学过程基本符合乐句和乐段规律，出现错误能够及时调整 5.动作编排基本合理，能运用各种教学方法，教学过程比较清晰。 6.能够与学员很好的交流互动，有一定的感染力。	75-89分
及格	1.示范动作基本正确 2.基本能够正确运用示范面，转换不够流畅 3.部分口令不够清晰、部分手势不明显，提示不够及时。 4.动作节奏感一般、动作基本合拍，教学过程不符合乐句和乐段规律 5.动作编排欠合理，教学方法使用单一，教学过程出现部分卡顿。 6.与学员交流互动较少，缺少感染力。	60-74分
不及格	1.示范动作不正确 2.不能够正确运用示范面 3.口令不清晰、手势不明显，提示不够及时。 4.动作无节奏感一般、不能合拍，教学过程完全不符合乐句和乐段规律 5.动作编排不合理，教学方法使用单一，教学过程卡顿 6.与学员没有交流互动	59分以下

附表

《健美操主项》课程目标评分量表

	课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	<p>课程目标 1</p> <p>具有扎实的专业知识和技能：熟练掌握健美操专业的基本理论、基本知识和技术技能，具备健美操专业理论知识和技术能。能够理解健美操与其舞蹈、健身等项目内在联系，并掌握相关知识与技能。</p>	<p>1. 示范动作正确优美</p> <p>2. 能够正确运用示范面并流畅转换</p> <p>3. 口令清晰、手势清楚、提示及时</p> <p>4. 动作节奏感强、动作与音乐合拍，教学过程完全符合乐句和乐段规律</p> <p>5. 动作编排合理，能的综合运用各种教学方法，教学过程清晰流畅</p> <p>6. 能够与学员很好的交流互动，有较强的感染力和情绪调动能力。</p>	<p>1. 示范动作基本正确</p> <p>2. 基本能够正确运用示范面，并正确转换</p> <p>3. 口令较清晰、手势清楚，提示比较及时。</p> <p>4. 动作节奏感强、动作基本合拍，教学过程基本符合乐句和乐段规律，出现错误能够及时调整</p> <p>5. 动作编排基本合理，能运用各种教学方法，教学过程比较清晰。</p> <p>6. 能够与学员很好的交流互动，有一定的感染力。</p>	<p>1. 示范动作基本正确</p> <p>2. 基本能够正确运用示范面，转换不够流畅</p> <p>3. 部分口令比较清晰、部分手势不明显，提示不够及时。</p> <p>4. 动作节奏感较强、动作基本合拍，教学过程不符合乐句和乐段规律</p> <p>5. 动作编排欠合理，教学方法使用单一，教学过程出现部分卡顿。</p> <p>6. 与学员交流互动不足，感染力不强。</p>	<p>1. 示范动作基本正确</p> <p>2. 基本能够正确运用示范面，转换不够流畅</p> <p>3. 部分口令不够清晰、部分手势不明显，提示不够及时。</p> <p>4. 动作节奏感一般、动作基本合拍，教学过程不符合乐句和乐段规律</p> <p>5. 动作编排欠合理，教学方法使用单一，教学过程出现部分卡顿。</p> <p>6. 与学员交流互动较少，缺少感染力</p>	<p>1. 示范动作不正确</p> <p>2. 不能够正确运用示范面</p> <p>3. 口令不清晰、手势不明显，提示不够及时。</p> <p>4. 动作无节奏感一般、不能合拍，教学过程完全不符合乐句和乐段规律</p> <p>5. 动作编排不合理，教学方法使用单一，教学过程卡顿</p> <p>6. 与学员没有交流互动</p>
	<p>课程目标 2</p> <p>具备中小学健美操课程的教学能力，具备健美操创编能力，能够承担健美操课外训练工作。</p>	<p>整套动作编排合理，音乐配合协调，队形变化自然流畅，动作姿态优美，舒展，节奏感强，能充分锻炼身体各部位；整套动作熟练，动作准确，有力度，动作与音乐配合协调，具有较强表现力。</p>	<p>整套动作编排合理，音乐配合较协调，队形变化较流畅，动作较舒展，节奏感强，能锻炼身体各部位；动作熟练，动作较准确，较有力度，有节奏感；动作与音乐配合协调，具有一定表现力。</p>	<p>整套动作编排基本合理，音乐配合基本协调，队形变化较自然，身体各部位锻炼效果一般；整套动作较连贯，动作较正确，与音乐配合较协调，表现力一般。</p>	<p>部分动作编排欠合理，队形变化及音乐的配合不够自然，身体各部位锻炼效果不够明显；动作基本正确，动作独立完成，与音乐基本协调</p>	<p>整套动作的编排及队形变化凌乱，音乐配合不协调，身体各部位锻炼效果不明显。整套动作不熟练，主要动作不正确或未完成</p>

	<p>课程目标 3：沟通与表达能力：具有较好的语言与文字表达能力。积极主动地把自己学习体育技能、理论知识分享给他人。能虚心接受他人的意见。</p> <p>团队协作能力：具有团队精神，互补互助以达到团队最大工作效率的能力。</p>	<p>能够积极主动与同学进行沟通协作，乐于分享掌握的知识与技能。课后能积极主动带领其他同学练习，在团队协作中起主导作用。</p>	<p>能够积极主动与同学进行沟通协作，能够分享掌握的知识与技能。可时间积极参与小组练习。</p>	<p>能够与同学进行沟通协作，主动性不够。能够分享掌握的知识与技能。课余时间能够参与小组练习。</p>	<p>同学进行沟通协作不足。课余时间对参加集体练习比较被动。</p>	<p>无法与同学进行沟通协作，课后不参与小组练习。</p>
--	--	--	--	---	------------------------------------	-------------------------------

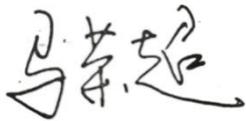
体育教育专业《网球主项》课程教学大纲

课程名称	网球主项			课程代码	2712540022-2712540024
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 4-6 学期	学分	12	课程负责人	马荣超、廖玉冰
总学时	192	理论学时	12	实践学时	180
先修课程与后续课程	先修课程：田径、体操、网球普修 后续课程：教育实习				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	《网球运动教程》陶志翔 高等教育出版社 2003 年版				
B 主要参考书籍	[1]董杰,《网球教程》,高等教育出版社,2005年3月 [2]罗贝尔特·霍希凯·海涅克,译者花勇民,《网球教学》,北京体育大学出版社,2005年10月				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程,同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站,可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程PPT、教学视频、电子教材、音频、阅读资料、仿真软件、网络文献链接网址等教学资源。				
D 课程描述(含性质、地位和任务)	《网球》课程为本科体育教育专业课程的任选课之一。旨在培养体育教育专业学生网球基本理论知识、基本技术和身体素质,具有一定网球运动实践能力,为能从事中学学校体育教学、训练等工作奠定基础。				
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	通过本课程的学习,学生具备如下知识、能力及情感态度价值观: 课程目标 1: 使学生在《网球》的学习过程中深刻领悟与理解学校体育工作对学生全面发展的重要作用、对“健康中国”、“体育强国”建设的重大意义,不断坚定体育教师的职业追求与职业理想,为未来的职业生涯奠定基础。(支撑毕业要求 2.1) 课程目标 2: 掌握网球基本知识和育人途径,理解新时期学生特点及教育需求,能结合中小学生的身心发展规律和教学环境实际,开展体育教育活动,培养学生的体育核心素养和健康有效的锻炼方式。(支撑毕业要求 3.1, 3.2) 课程目标 3: 了解网球基本理论和原理,较规范地掌握网球正手击球、反手击球、发球技术;熟悉截击球、高压球的基本技术与学练方法,基本能进行底线对拉练习,学会并运用网球训练的方法及具有能胜任中学学校体育课外训练工作的能力。(支撑毕业要求 4.1, 4.2) 课程目标 4: 善于挖掘网球运动中的思政元素(课程思政点:通过网球游戏创编实践,让学生更深刻地领会到网球游戏陶冶学生情操,培养团队精神、顽强拼搏作风、文明守纪品质和竞争合作意识的教育作用),并能够结合足球专业学习、校园足球文化、校园足球竞赛等网球主题活动对学生进行系统教育和引导。(支撑毕业要求 6.2) 课程目标 5: 建立对比反思能力:在体育技能和理论学习中,通过与他人的对比,发现存在的问题,并找出解决问题的办法,不断地完善自我。(支撑毕业要求 7.1)				

	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
	课程目标 1	2.1 教师职业认同感：具有正确的教师观和积极的从教意愿，认同体育教师工作的意义和专业特性，对体育教育事业具有积极的情感、端正的态度和正确的价值观。	教育情怀（2）	
	课程目标 2	3.1 扎实的专业知识和技能：具有系统的专业理论知识、扎实的运动技能，具备提出问题、分析问题、解决问题的能力。能将专业理论知识与运动技能相结合，并在体育教学工作中运用。 3.2 跨学科学习能力：具有跨学科学习意识，了解体育学科与其他相关学科的内在联系并应用于教学和实践。具有适应社会、获取知识、掌握技能跨学科整合能力。	学科素养（3）	
	课程目标 3	4.1 初具教学能力：具备体育教学的基本技能与基本理论，了解体育与健康课程改革的动态，熟悉课程标准和中学体育教材；能根据学生身心发展特点和成长规律，按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动。 4.2 初具体育训练指导能力：了解指导体育训练与竞赛的基本技能与基本理论，具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的体验，能够运用网球的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。	教学能力（4）	
	课程目标 4	6.1 了解学生身心健康发展规律：掌握新时期中学生身心发展和养成教育规律，理解学校体育育人的功能与价值，能够有效结合体育教学进行育人活动。	综合育人（6）	
	课程目标 5	7.1 具备反思的能力：具有自主学习、合作学习和终身学习的意识，能够运用批判性思维方法，对自己的学习和工作状态及时进行反思，学会分析和解决体育教育教学中的问题。	学会反思（7）	
		章节学习内容与学习要求	支撑课程目标	学时分配
F	理论学习内容	<p>网球概论</p> <p>第一节 网球的起源与发展(支撑课程目标 1、2)</p> <p>第二节 网球教学方法和手段(支撑课程目标 1、2)</p> <p>第三节 网球教学内容(支撑课程目标 1、2、3、5)</p> <p>第四节 网球教学能力的培养(支撑课程目标 1、2、3、5)</p> <p>知道层次：描述网球发展的内容(支撑课程目标 1、2)</p> <p>领会层次：归纳网球基本动作特点与分类(支撑课程目标 1、2、3、5)</p> <p>应用层次：将网球技能学习的艰辛历程与生活中做人做事联系应用，拼搏坚韧顽强。(支撑课程目标 1、2、4)</p>	支撑课程目标 1、2、3	12
		合计		
G		项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程目标	学时分配

技能训练 内容	<p>内容1：网球基本动作：基本步伐，球感训练(支撑课程目标1、2、3、5)</p> <p>2. 网球专项身体素质训练</p> <p>目的：发展学生网球基本功和专项身体素质，建立动作技能示范能力；</p> <p>任务：介绍训练的方法、手段、示范练习及实践</p> <p>课程思政点：通过球专项速度和力量素质学习实践，培养学生不怕苦不怕累的吃苦耐劳精神。</p>	支撑课程目标1、2、5	36
	<p>内容2：网球的基本技术：握拍法、正反手击球、发球、截击球、高压球(支撑课程目标1、2、3、5)</p> <p>目的：通过网球基本技术学习使学生掌握动作技能，建立动作技能示范能力；</p> <p>任务：介绍训练的方法、手段、示范练习及实践。</p> <p>课程思政点：通过网球的基本技术实践，让学生更深刻地领会到网球的基本技术动作陶冶学生情操，培养团队精神、顽强拼搏作风、文明守纪品质和竞争合作意识的教育作用。</p>	支撑课程目标1、2、3、4、5	108
	<p>内容3：比赛练习(支撑课程目标1、2、3、5)</p> <p>目的：通过比赛练习使学生掌握网球项目的编排原则和动作技能。通过比赛学会团结与拼搏，建立良好的社会适应与沟通；</p> <p>任务：介绍训练的方法、手段、示范练习及实践。</p> <p>课程思政点：通过网球教学比赛、裁判、教练实践，让学生更感性体会到团队合作意识、顽强拼搏作风和反思思考的意义，培养了学生善于解决问题的实践能力。</p>	支撑课程目标1、2、3、4、5	36
	合计		
H 实践内容 (含教育 实习、见 习、研习、 专业实习、 毕业论文 或毕业设 计等)	实践主要内容和要求	支撑课程 目标	时长 分配
I 教学方法 与教学方 式	<p>21. 理论课采用多媒体教学，在网球理论知识学习过程加上一些比赛视频，改善理论课的枯燥和沉闷，吸引学生的注意力，加强授课效果。</p> <p>22. 实践课在网球馆进行，通过动作示范、讲解、表演展示等方式帮助学生建立动作认知，通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学，借助教学辅助器材和设备保证学生学习的积极性。</p> <p>23. 主要方式： <input checked="" type="checkbox"/>讲授 <input checked="" type="checkbox"/>网络学习 <input type="checkbox"/>讨论或座谈 <input type="checkbox"/>问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/>分组合作学习 <input type="checkbox"/>专题学习 <input checked="" type="checkbox"/>技能学习 <input type="checkbox"/>发表学习 <input type="checkbox"/>实习 <input type="checkbox"/>参观访问 <input type="checkbox"/>其它：(如口头训练等)</p>		
J 教学条件 需求	<p>(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备需求等)</p> <p>1. 时间：第3学期，一周1次课，每次2学时；</p> <p>2. 地点：技能课——网球馆；理论课——多媒体教室</p>		

	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式					课程分目标的达成度
			作业评分占比 (%)	考勤评分占比 (%)	技术考试评分占比 (%)	平时活动评分占比 (%)	期末考试评分占比 (%)	
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标 1 (5%)	1. 是否具有正确的教师观和积极的从教意愿		5	5		5	0.70
	课程目标 2 (55%)	1. 通过网球基本动作考试,对网球知识点和专业技术技能的掌握 2. 考核网球的基本技术:正反手击球、发球、截击球、高压球,具备网球分析问题的能力。		55	55		55	0.70
	课程目标 3 (10%)	1. 通过分组练习,互相纠正错误动作,结合学生对动作技能的重难点的把握,考察具备网球教学能力。 2. 对学生准备活动领操环节考查,对网球课程示范设计及及教学能力等内容。		10	10		10	0.70
	课程目标 4 (20%)	1. 对网球系统理论的掌握的基础上建立网球教育价值的理解		20	20		20	0.70
	课程目标 5 (10%)	1. 不缺课,不旷课,考勤合格,学习积极性高 2. 分小组练习体现合作学习过程,提高团队协作精神。以组单位考核成套动作表演。		10	10		10	0.70
	总分			100	100	100	100	0.70
	L 学习建议	1. 自主学习。建议学生通过自学网球相关教学资源,拓展网球动作技能,充分发挥学习主动性。提高自学能力。 2. 探究合作学习。鼓励学生针对课程教学内容,在教师引导的基础上,通过小组合作学习教学方式,提高学生的学习兴趣,让学生自主探究学习内容,并进行教学尝试,提高集体项目的沟通合作。达到教学相长的目的。						
M 评分量表	《网球》课程目标评分量表见附表。							

备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批意见	<p>课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：</p> <p> </p> <p>2026 年 3 月 4 日</p>	<p>系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。</p> <p>系主任签名：</p> <p>2026 年 3 月 5 日</p>

附表

《网球主项》课程目标评分量表

	课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	<p>课程目标 1. 具有正确的教师观:具有正确的教师观和积极的从教意愿,教书育人的责任感和使命感,认同体育教师工作的意义和专业特性,对体育教育事业具有积极的情感、端正的态度和正确的价值观。</p>	<p>学生在《网球》的学习过程中能够深刻领悟立德树人的教育理念,自觉认真体会体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用。</p>	<p>学生在《网球》的学习过程中能够领悟立德树人的教育理念,积极体会体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用。</p>	<p>学生在《网球》的学习过程中可以领悟立德树人的教育理念,对体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用有一定体会。</p>	<p>学生在《网球》的学习过程中基本可以领悟立德树人的教育理念,对体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用有一定体会。</p>	<p>学生在《网球》的学习过程中不能领悟立德树人的教育理念,无法体会体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用。</p>
	<p>课程目标 2. 学习网球运动的理论知识一般规律、特点及在中学体育中的地位和作用,明确专业核心课程知识点,掌握网球课程和开展课外活动所需的基本理论知识、基本技术和</p>	<p>能够扎实地掌握网球运动的基本理论和基本技术,并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 技术动作规范,用力协调,动作娴熟,手型到位,击球稳定,效果好。</p>	<p>能够扎实地掌握网球运动的基本理论和基本技术,并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 技术动作规范,手型正确,技术动作比较协调,动作熟练,击球比较稳定,效果较好。</p>	<p>能够掌握网球运动的基本理论和基本技术,并能将其运用于具体问题的分析。 技术动作规范,手型基本正确,技术动作比较协调,动作比较熟练,击球相对稳定,效果可以。</p>	<p>掌握大部分网球运动的基本理论和基本技术,并能将其运用于具体问题的分析。 技术动作一般,手型基本正确,用力比较协调,基本上能完成动作,击球效果一般。</p>	<p>网球运动的基本理论和基本技术的知识储备不高,不能将其运用于具体问题的分析。 技术动作不规范,发力不协调,击球效果差。</p>

	基本战术；					
	<p>课程目标 3. 能够准确的分析教材、归纳教材重难点,掌握一定的教学基本技能,能说出运动技能的教学、示范步骤；</p>	<p>能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范准确,教学设计完整,符合教学规律。</p>	<p>能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范较好,教学设计完整,有进一步改进的空间</p>	<p>各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握,能够实施一定的教学。动作示范较好,教学设计完整,有进一步改进的空间</p>	<p>各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握,能够实施一定的教学。动作示范一般,教学设计不严谨。</p>	<p>无法完整说出各项动作技能的动作要领、重难点。无法完整动作示范,教学设计不合格。</p>
	<p>课程目标 4. 理解体育的价值观,领会网球课程在美育和立德树人上的引导意义,热爱学生；</p>	<p>理解体育精神价值观,领会网球课程在美育和立德树人的引导意义,健康功能,具有向往美好生活的理念,能够形成终身体育意识与职业信念。</p>	<p>理解了解网球课程的美学和健康精神的价值观,领会网球课程在美育和立德树人的引导意义,能够形成终身体育意识与职业信念。贯彻以学生发展为中心的教育理念,</p>	<p>理解网球课程的美学和健康精神的价值观,理解终身体育精神的价值观,能够形成终身体育意识。</p>	<p>了解网球课程的美学和健康精神的价值观,认可网球课程的美育功能,热爱运动。</p>	<p>不认可网球课程的美学价值观,不认可网球的健康教育功能,运动参与度较低。</p>

<p>课程目标 5. 能够在学习过程中发现个人与集体之间的问题,发思比较与他人的学习情况存在的问题,积极主动,良好的沟通能力,具有团结协作集体精神。</p>	<p>能够熟练利用课程所学知识分析解决集体问题,善于比较反思存在的问题,能够积极与他人沟通互动,解决学习存在的问题,具有团结协作,强烈的集体精神和荣誉感。</p>	<p>能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,善于比较反思个人存在的问题,能够积极与他人沟通互动,解决学习存在的问题,具有良好的团结协作集体精神。</p>	<p>能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,能够较好能够积极与他人沟通互动,解决学习存在的问题,具有较好的团结协作集体精神。</p>	<p>能够利用课程所学知识分析和解决相关问题,能够积极与他人沟通互动,解决学习存在的问题,具有团结协作集体精神。</p>	<p>不能与他人积极合作利用课程所学知识分析和解决问题,无法进行团结协作,集体团队精神差。</p>
--	---	---	---	--	---

体育教育专业《篮球主项》课程教学大纲

课程名称	《篮球主项》			课程代码	2712540013-2712540015
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 4-6 学期	学分	12	课程负责人	潘昊凯
总学时	192	理论学时	12	实践学时	180
先修课程与后续课程	先修课程：田径、体操 后续课程：无				
适用专业	体育教育专业、社会体育指导与管理				
A 参考教材	王家宏，《球类运动—篮球》，高等教育出版社，2015 年 12 月，第 3 版				
B 主要参考书籍	[1] 孙民治，《现代篮球高级教程》，人民体育出版社，2009 年 6 月，第 1 版 [2] 中国篮球协会，《篮球竞赛规则》，人民体育出版社，2010 年				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程，同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站，可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程 PPT、教学视频、电子教材、音频、阅读资料、仿真软件、网络文献链接网址等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>篮球专项选修课程是体育教育专业课程体系中的核心课程之一。在普修学习的基础上，再经过一年半较为系统的学习过程，使学生了解篮球运动的基本规律、传承球类运动文化、掌握篮球运动基本理论、基本方法和基本技能；具备从事中小学篮球课程教学能力，做到会讲、会做、会教、会写和运用各种形式和方法指导大众进行健身活动；发挥篮球运动对促进人的身心健康和社会适应能力的积极作用，培养学生具有良好的社会交往能力。结合篮球运动的特点，培养学生勤学苦练、顽强拼搏、团结协作的体育精神，培养学生良好的体育道德风尚、规矩意识和集体主义精神。</p> <p>课程的具体任务是：</p> <p>(一) 比较系统地掌握篮球专项的基本理论知识。</p> <p>(二) 比较全面地掌握篮球专项基本技术和基本战术，并且有一定的战术意识和比赛经验。</p> <p>(三) 具有一定的教学与训练工作能力：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 根据不同对象（包括社区，街道），能较合理地安排教学内容，选用教法组织教学工作。 2. 能胜任中小学运动队的训练工作。 3. 能运用所学理论分析和解决教学训练、比赛指挥中的常规问题。 <p>(四) 具有组织竞赛担任裁判和管理场地的能力。</p> <p>(五) 具有进行科学研究工作的初步能力</p>				

E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观：</p> <p>课程目标 1：懂得篮球运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位和作用，明确专业核心基本理论知识、基本技术和基本战术，完全掌握中学篮球课程、课外活动以及运动竞赛所需的篮球技术、篮球战术；（支撑毕业要求 3.1）</p> <p>课程目标 2：能够掌握一定的篮球教学技能，善于教学设计，能讲出篮球技战术的动作原理，并能够准确的分解动作技能，便于教学。（支撑毕业要求 4.2）</p> <p>课程目标 3：明确篮球运动技能在教学中的重要性，能够以学生为中心，有正确的人生观、体育观、教育观，吃苦耐劳，理解学高为师，身正为范，能够以篮球教师为发展目标，热爱学生，懂得仁爱，基本功扎实。（支撑毕业要求 1.3）</p> <p>课程目标 4：具有组织或参与篮球竞赛的能力，善于完成竞赛编排，有较好的裁判意识与裁判知识，初步具有相当于国家二级裁判员的执裁水平。（支撑毕业要求 6.2）</p>			
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
	课程目标 1	3.1 运动技能基本功：掌握体育学科中多项运动技术技能基本功，包括田径、体操、排球、足球、篮球等专业核心课程知识点，形成体育学科核心素养。	学科素养（3）	
	课程目标 2	4.2 体育课堂教学能力：备课过程中能正确进行学情分析、教材分析并设定合理的课堂教学目标；课堂教学中基本重难点突出、教学方法合理、教学过程清晰，能坚持学生的主体地位，充分调动学生的学习积极性，关注学生的学习方法和学习效果，并能给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时的教学反思。	教学能力（4）	
	课程目标 3	2.1 教师职业认同感：具有正确的教师观和积极的从教意愿，认同体育教师工作的意义和专业特性，对体育教育事业具有积极的情感、端正的态度和正确的价值观。	教育情怀（2）	
	课程目标 4	6.2 综合育人知识体系：具备创设综合育人环境的能力：能够提供参与校园文化、班级文化、体育社团、竞赛组织、主题教育建设的条件，创设有助于学生发展的育人环境。	综合育人（6）	
F 理论学习内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标	理论学时分配
	<p>第十一章 篮球运动原理（思政目标：学习知识并培养学生吃苦耐劳、努力奋斗的优秀精神品质）</p> <p>知道层次：描绘篮球运动发展简史及相关知识；</p> <p>领会层次：归纳篮球运动的价值及健身功能；</p> <p>应用层次：灵活的运用篮球知识形成终身体育意识；</p>		支撑课程目标 1、3	第 4 学期 2
	<p>第十二章 篮球技术（思政目标：坚持知识、能力、素质有机融合，培养学生实践能力）</p>		支撑课程目标 2、4	1

	知道：掌握各项基本技术的动作概念和基本理论； 领会：熟练掌握各项基本技术的动作方法； 应用：对各项基本技术做到会讲、会示范； 评价：在比赛中拥有运用各项基本技术的能力；			
	第十三章 篮球战术（思政目标：学习理论知识并能运用到实践当中） 知道：使学生较系统的掌握篮球战术的基本理论、基本知识、基本技能； 领会：全面提高学生的技、战术水平，是学生能在比赛中运用篮球战术； 应用：使学生提高从事篮球战术教学与训练的工作能力； 评价：通过本章学习，达到培养学生勇敢拼搏、团结协作、相互帮助的思想品质；	支撑课程目标 1、4		1
	第十四章 篮球竞赛组织与编排（思政目标：培养学生对竞赛的兴趣，提升学生的学习能力） 知道：了解篮球竞赛组织者的工作内容； 应用：掌握篮球竞赛编排的基本知识和基本方法； 评价：制定一次比赛的竞赛规程；可以完成一次比赛的编排任务；	支撑课程目标 3、4	第5学期	2
	第十五章 篮球竞赛规则与裁判工作（思政目标：对篮球运动规则精神的认识，增强学生的规则意识和顽强的拼搏精神） 知道：明确规则和裁判员的作用； 领会：了解裁判员职责，熟悉裁判圆的工作方法和工作程序； 应用：了解篮球竞赛主要规则的概念； 评价：能在比赛实践中运用篮球规则进行篮球裁判工作； 能力：能科学的规划并检测篮球场地。	支撑课程目标 1、3、4	第6学期	6
	合计			12
G 技能（实验）内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程目标	实验学时分配	
	内容1：篮球历史、裁判工作实践、准备活动、身体素质训练、训练课； 目的：发展学生身体素质，建立动作技能示范能力； 任务：介绍训练的方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程目标 1、2、3		2
	内容2：①复习移动、行进间控运球 ②复习原地跳起单手肩上投篮技术	支撑课程目标 1、2、3	第4学期	4
	内容3：①复习移动、行进间控运球②复习原地跳起单手肩上投篮技术 3. 复习传接球	支撑课程目标 1、2、3	共	4
	内容4： ①复习运球、移动②复习原地跳起单手肩上投篮技术 ③复习传接球	支撑课程目标 1、2、5	58学时	4
	内容5： 篮球基本技术分析①教学比赛②裁判技能实习	支撑课程		4

		目标 1、2	
内容 6: ①教学比赛②裁判技能实习	支撑课程 目标 1、2		4
内容 7: ①复习运球、移动②复习行进间投篮技术 ③复习传接球	支撑课程 目标 1、2		4
内容 8: ①复习防守移动②复习防守有球队员	支撑课程 目标 1、2		4
内容 9: ①复习防守有球队员②复习抢篮板球技术	支撑课程 目标 1、4		4
内容 10: ①复习防守有球队员②复习抢篮板球技术 ③复习防守无球队员	支撑课程 目标 1、4		4
内容 11: 篮球竞赛规则	支撑课程 目标 2、4		4
内容 12: ①教学比赛②裁判技能实习	支撑课程 目标 3、4		4
内容 13: ①复习技术②中距离投篮③个人攻防练习	支撑课程 目标 1、2		4
内容 14: ①综合个人技术②投篮③三攻三防 ④. 掩护配合	支撑课程 目标 1、2		4
内容 15: ①个人综合技术②投篮③3 人快攻④掩护与防守	支撑课程 目标 1、2		4
技能期末（一）考试 考核内容：接发球 10 个、传二、四号位 10 个、区域发球 10 个技术：包括达标和技评，投篮 50 分，其中成绩 40 分 （女生可原地投篮），技评 10 分；三角滑步 50 分，其中 成绩 40 分，技评 10 分。 （1）投篮 方法：以罚球线中点到篮圈中心的距离为半径，以篮圈中 点为圆点划一个半圆。被测者半圆外投篮，自投自抢， 时间为一分半钟。 要求：男生要求跳投，女生任选，不得踩线投球，如违例 投中无效。（考核必须命中 6 球以上方可计算成绩） 评分标准：个（单位） 分 值 40 38 36 34 32 30 28 26 24 命中个数 15 13 12 11 10 9 8 7 6 技评标准：（10 分） ①持球动作；②身体协调性；③手臂动作；④出手手型； ⑤节奏；⑥命中率等。 （2）三角滑步 方法：学生从标志①开始，面向前场，前滑步至②，同时 开始计时，手触②后撤步侧滑步至③，同样方法回到①重 复两次，第三次手触①停表。 要求：手必须触到标志；后撤步不许用跳换步、交叉步		2 学时	

评分标准：秒（单位） 分数 24 26 28 30 32 34 36 38 40 男生 21" 20.8" 20.4" 20" 19.6" 19.2" 18.8" 18.4" 18" 女生 23" 22.8" 22.4" 22" 21.6" 21.2" 20.8" 20.4" 20" 技评：（10分） ①身体协调性；②脚步动作；③节奏；④速度等			
学期四合计			60
内容 16：复习攻防重点技术	支撑课程目标 1、2	第 5 学 期 共 60 课 时	4
内容 17：教学比赛	支撑课程目标 1、2		4
内容 18：①复习攻守技术②复习传切、突分配合 ③复习进攻战术基本配合(掩护配合)	支撑课程目标 1、2		4
内容 19：篮球基本战术分析 ①教学比赛 ②裁判技能实习	支撑课程目标 1、2		4
内容 20：①复习攻守技术②复习掩护配合 ③复习策应配合	支撑课程目标 1、2		4
内容 21： ①复习传切、突分配合②复习掩护配合 ③复习策应配合	支撑课程目标 1、2		4
内容 22：①复习掩护与突分配合 ②复习防守战术基础配合(挤过配合,关门配和)	支撑课程目标 1、2、5		4
内容 23：①复习挤过、关门配合 ②复习防守战术基础配合(交换配合,穿过配合)	支撑课程目标 1、2		4
内容 24：篮球裁判法 ①教学比赛 ②裁判技能实习	支撑课程目标 1、2		4
内容 25： ①复习防守战术基础配合(交换配合,穿过配合) ②复习补防配合	支撑课程目标 1、2		4
内容 26：篮球裁判技能	支撑课程目标 1、2	4	
内容 27：①复习行进间进攻技术；②复习快攻战术； ③裁判技能实习。	支撑课程目标	4	

		1、2		
内容 28: ①继续复习快攻的发动与接应、推进; ②复习快攻二攻一、三攻二的配合方法③裁判技能实习		支撑课程 目标 1、2		4
内容 29: 篮球全队战术分析 ①教学比赛 ②裁判技能实习		支撑课程 目标 1、2		4
内容 30: ①复习快攻结束二攻一、三攻二的配合方法; ②复习一防二、二防三防守快攻的方法; ③教学比赛④裁判 技能实习		支撑课程 目标 1、2		4
技能期末(二)考试 考核内容: 技术: 包括达标和技评, 其中成绩 80 分, 技评 20 分。 (1) 综合技术 方法: 学生在限制区与端线交接处右侧持球, 右手运球至该 半场罚球线延长线与边线交点处, 做运球后转身换左手运球, 至中圈右侧做体前变向换右手运 球低手投篮; 自抢篮板球后, 左 手运球至该半场罚球线延长线与边线交点处, 做体前变向换 右手运球, 至中圈右侧做背后运 球换左手运球低手投篮, 中篮后重复一次。 要求: 分左、右手运球有明显区分; 按要求做左、右手投篮, 必须投中, 不中须补中; 按要求做各种变向运球。 评分标准: 秒(单位) 分数 24 26 28 30 32 34 36 38 40 男生 40" 39" 38" 37" 36" 35" 34" 33" 32" 女生 44" 43" 42" 41" 40" 39" 38" 37" 36" 技评: (10 分) ①身体协调性; ②运球; ③变向动作; ④脚步动作; ⑤手臂 动作; ⑥命中率等			2 学时	
学期五合计				62
内容 31: ①教学计划与要求; ②综合技术复习		支撑课程 目标 1、2	第 6 学 期	2
内容 32: ①复习运球; ②上篮; ③中距离投篮; ④半场 1 对 1 攻防。		支撑课程 目标 1、 2、4		4
内容 33:		支撑课程	共	4

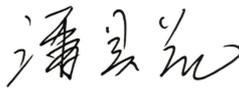
①半场综合技术练习；②跑动投篮；③半场1对1；④全场3对3快攻。	目标1、2	56学时	
内容34：①位置技术；②投篮；③突破与分球；④教学比赛，裁判实习	支撑课程目标1、2、4		4
内容35：①位置技术；②投篮；③突破分球；④全场教学比赛。	支撑课程目标1、2、4		4
内容36：①位置技术；②投篮；③传切配合；④教学比赛，裁判实习。	支撑课程目标1、2		6
内容37： ①位置技术练习；②综合投篮技术练习③抢篮板球快攻与防守④教学比赛、裁判、教练员实习。	支撑课程目标1、2		6
内容38：①复习快攻战术；②复习半场人盯人防守战术；③裁判技能实习。	支撑课程目标1、2		6
内容39：①复习全队进攻战术（进攻半场人盯人防守）；②复习全队防守战术（半场人盯人防守）；③裁判技能实习。	支撑课程目标1、2		6
内容40： ①复习全队战术(半场人盯人攻防) ②复习全队防守战术（半场人2-1-2联防）③裁判技能实习	支撑课程目标1、2		6
内容41：中学篮球训练工作 ①教学比赛②裁判技能实习	支撑课程目标1、3		6
内容42：①复习全队防守战术（2-1-2区域联防） ②复习全队进攻战术（进攻2-1-2联防）③复习全队攻防战术（教学比赛）④裁判技能实习	支撑课程目标1、2、4		2
技能期末（三）考试 内容：技术考核 1. 技术：综合运球投篮（6个球），其中技术动作80分，技评20分。 1、端线传罚球线同伴，接回传，（运）传至侧端线，接回传上篮（球1） 2、中篮后，运球至异侧篮上篮，其中必做一次变向、后转身运球（球2） 3、同a（球3） 4、同b，只是运球做二次变向、背后运球（球4） 5、同a（球5） 6、第五球中篮后，快速运球上异侧篮（球6） 评分标准：秒（单位） 分数 48 52 56 60 64 68 72 76 80 男生 60" 58.5" 57" 55.5" 54" 52.5" 51" 49.5" 48" 女生		2学时	

	66" 64.5" 63" 61.5" 60" 58.5" 57" 55.5" 54" 技评标准：（20分） ①身体协调性；②运球动作；③传接球动作；④变向动作； ⑤上篮动作；⑥命中率等。 第七学期 1. 技能考试：篮球运动技术、战术分析、教练工作、篮球运动比赛情况分析、运动队训练、篮球运动竞赛规则、裁判法等。						
	学期六合计					58	
	总计					180	
H 实践内容 (含教育实习、见习、研习,专业实习、毕业论文或毕业设计等)	实践主要内容和要求				支撑课程目标	实验学时分配	
	无				无	无	
I 教学方法与教学方式	24. 理论课全部采用多媒体教学,应用自编或改编的多媒体课件,加上一些比赛视频,改善理论课的枯燥和沉闷,吸引学生的注意力,加强授课效果。 25. 实践课在篮球馆进行,通过动作示范、挂图、视频展示等方式帮助学生建立动作认知,通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学,借助教学辅助器材和设备保证学生学习的积极性。 26. 主要方式: <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input type="checkbox"/> 网络学习 <input type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input type="checkbox"/> 问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input checked="" type="checkbox"/> 技能学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input checked="" type="checkbox"/> 其它 (观摩视频)						
J 教学条件要求	(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等) 1. 时间: 第4、5、6学期,一周2次课,每次2学时; 2. 地点: 技能课——北区篮球馆;理论课——多媒体教室						
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式				课程分目标的达成度
			作业评分占比 (20%)	技能评分占比 (50%)	期中考试评分占比 (%)	小组活动评分占比 (%)	

)			
第四学期	课程目标 1 (60%)	1. 对篮球技能原理知识的掌握 2. 对篮球技术掌握和综合运用 3. 对篮球战术掌握和综合运用	60	60	-	-	-	0.85	
	课程目标 2 (10%)	1. 篮球运动对教育意义的理解 2. 对体育精神育人价值理解	10	10	-	-	-	0.85	
	课程目标 3 (20%)	1. 对竞赛组织与编排知识的掌握 2. 对裁判工作知识的综合运用	20	20	-	-	-	0.85	
	课程目标 4 (10%)	1. 不缺课, 不旷课, 考勤合格, 学习积极性高 2. 能够通过对比发现自身问题	10	10	-	-	-	0.85	
总分			100	100	-	-	-	-	
第五学期	课程目标 1 (60%)	1. 对篮球技能原理知识点的掌握 2. 对篮球技术的掌握和综合运用 3. 对篮球战术的掌握和综合运用	60	60	-	-	-	0.85	
	课程目标 2 (10%)	1. 篮球运动对教育意义的理解 2. 对体育精神育人价值理解	10	10	-	-	-	0.85	
	课程目标 3 (20%)	1. 对竞赛组织与编排知识点的掌握 2. 对篮球裁判工作知识的综合运用	20	20	-	-	-	0.85	
	课程目标 4 (10%)	1. 不缺课, 不旷课, 考勤合格, 学习积极性高 2. 能够通过对比发现自身问题	10	10	-	-	-	0.85	
总分			100	100	-	-	-	-	
第六学期	课程目标 1 (60%)	1. 对篮球技能原理知识点的掌握 2. 对篮球技术的掌握和综合运用 3. 对篮球战术的掌握和综合运用	60	60	-	-	60	-	
	课程目标 2 (10%)	1. 篮球运动对教育意义的理解 2. 对体育精神育人价值理解	10	10	-	-	10	-	
	课程目标 3 (20%)	1. 对竞赛组织与编排知识点的掌握 2. 对篮球裁判工作知识的综合运用	20	20	-	-	20	-	
	课程目标 4 (10%)	1. 不缺课, 不旷课, 考勤合格, 学习积极性高 2. 能够通过对比发现自身问题	10	10	-	-	10	-	
总分			100	100	-	-	100	-	
考核方式	配分	评分说明							

	第四学期	作业	20	本学期共 5 次技能作业。每次 2 分，再视作业完成情况，进行评分。评分标准：没交得 0 分，有交得 1 分，再视作业完成情况在 1 到 2 分之间打分。																																																		
		技能考核	80	<p>考核内容：篮球主项课程分为 3 个学期，其中第 4.5.6 学期技能考核，没有理论考核，技能考核占比为 80%；平时 20%。</p> <p>技术：包括达标和技评，投篮 50 分，其中成绩 40 分（女生可原地投篮），技评 10 分；三角滑步 50 分，其中成绩 40 分，技评 10 分。</p> <p>（1）投篮 方法：以罚球线中点到篮圈中心的距离为半径，以篮圈中点为圆点划一个半圆。被测者在半圆外投篮，自投自抢，时间为一分半钟。 要求：男生要求跳投，女生任选，不得踩线投球，如违例投中无效。（考核必须命中 6 球以上方可计算成绩） 评分标准：个（单位）</p> <table border="1"> <tr> <td>分 值</td> <td>40</td> <td>38</td> <td>36</td> <td>34</td> <td>32</td> <td>30</td> <td>28</td> <td>26</td> <td>24</td> </tr> <tr> <td>命中个数</td> <td>15</td> <td>13</td> <td>12</td> <td>11</td> <td>10</td> <td>9</td> <td>8</td> <td>7</td> <td>6</td> </tr> </table> <p>技评标准：（10 分） ①持球动作；②身体协调性；③手臂动作；④出手手型；⑤节奏；⑥命中率等。</p> <p>（2）三角滑步 方法：学生从标志①开始，面向前场，前滑步至②，同时开始计时，手触②后撤步侧滑步至③，同样方法回到①重复两次，第三次手触①停表。 要求：手必须触到标志；后撤步不许用跳换步、交叉步 评分标准：秒（单位）</p> <table border="1"> <tr> <td>分</td> <td>24</td> <td>26</td> <td>28</td> <td>30</td> <td>32</td> <td>34</td> <td>36</td> <td>38</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>男</td> <td>21</td> <td>20.</td> <td>20.</td> <td>20</td> <td>19</td> <td>19.</td> <td>18.</td> <td>18.4</td> <td>18</td> </tr> <tr> <td>女</td> <td>23</td> <td>22.</td> <td>22.</td> <td>22</td> <td>21</td> <td>21.</td> <td>20.</td> <td>20.4</td> <td>20</td> </tr> </table> <p>技评：（10 分） ①身体协调性；②脚步动作；③节奏；④速度等</p> <p>第五学期 技术：包括达标和技评，其中成绩 80 分，技评 20 分。</p>	分 值	40	38	36	34	32	30	28	26	24	命中个数	15	13	12	11	10	9	8	7	6	分	24	26	28	30	32	34	36	38	40	男	21	20.	20.	20	19	19.	18.	18.4	18	女	23	22.	22.	22	21	21.	20.	20.4	20
		分 值	40	38	36	34	32	30	28	26	24																																											
		命中个数	15	13	12	11	10	9	8	7	6																																											
		分	24	26	28	30	32	34	36	38	40																																											
男	21	20.	20.	20	19	19.	18.	18.4	18																																													
女	23	22.	22.	22	21	21.	20.	20.4	20																																													
期中考试	无	无																																																				
小组活动	无	无																																																				
合计	100																																																					
第五学	作业	20	本学期共 5 次技能作业。每次 2 分，再视作业完成情况，进行评分。评分标准：没交得 0 分，有交得 1 分，再视作业完成情况在 1 到 2 分之间打分。																																																			

	期		考核内容：技术：包括达标和技评，其中成绩 80 分，技评 20 分。 (1) 综合技术 方法：学生在限制区与端线交接处右侧持球，右手运球至该半场罚球线延长线与边线交点处，做运球后转身换左手运球，至中圈右侧做体前变向换右手运球低手投篮；自抢篮板球后，左手运球至该半场罚球线延长线与边线交点处，做体前变向换右手运球，至中圈右侧做背后运球换左手运球低手投篮，中篮后重复一次。 要求：分左、右手运球有明显区分；按要求做左、右手投篮，必须投中，不中须补中；按要求做各种变向运球。 评分标准：秒（单位）																														
	技能考核	80	<table border="1"> <tr> <td>分数</td> <td>24</td> <td>26</td> <td>28</td> <td>30</td> <td>32</td> <td>34</td> <td>36</td> <td>38</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>男生</td> <td>40</td> <td>39</td> <td>38</td> <td>37</td> <td>36</td> <td>35</td> <td>34</td> <td>33</td> <td>32</td> </tr> <tr> <td>女生</td> <td>44</td> <td>43</td> <td>42</td> <td>41</td> <td>40</td> <td>39</td> <td>38</td> <td>37</td> <td>36</td> </tr> </table>	分数	24	26	28	30	32	34	36	38	40	男生	40	39	38	37	36	35	34	33	32	女生	44	43	42	41	40	39	38	37	36
	分数	24	26	28	30	32	34	36	38	40																							
	男生	40	39	38	37	36	35	34	33	32																							
女生	44	43	42	41	40	39	38	37	36																								
技评：（10 分） 身体协调性；②运球；③变向动作；④脚步动作；⑤手臂动作；⑥命中率等																																	
期中考试	无	无																															
小组活动	无	无																															
合计	100																																
第六学期	作业	20	本学期共 5 次技能作业。每次 2 分，再视作业完成情况，进行评分。评分标准：没交得 0 分，有交得 1 分，再视作业完成情况在 1 到 2 分之间打分。																														
	技能考核	50	内容：组合型技术考核、教学比赛考核、理论考核 技术考试要求： 11. 技术：综合运球投篮（6 个球），其中技术动作 80 分，技评 20 分。 1、端线传罚球线同伴，接回传，（运）传至侧端线，接回传上篮（球 1） 2、中篮后，运球至异侧篮上篮，其中必做一次变向、后转身运球（球 2） 3、同 a（球 3） 4、同 b，只是运球做二次变向、背后运球（球 4） 5、同 a（球 5） 6、第五球中篮后，快速运球上异侧篮（球 6） 评分标准：秒（单位）																														
			<table border="1"> <tr> <td>分</td> <td>48</td> <td>52</td> <td>56</td> <td>60</td> <td>64</td> <td>68</td> <td>72</td> <td>76</td> <td>80</td> </tr> <tr> <td>男</td> <td>60</td> <td>58.</td> <td>57</td> <td>55.</td> <td>54</td> <td>52.</td> <td>51</td> <td>49.</td> <td>48</td> </tr> <tr> <td>女</td> <td>66</td> <td>64.</td> <td>63</td> <td>61.</td> <td>60</td> <td>58.</td> <td>57</td> <td>55.</td> <td>54</td> </tr> </table>	分	48	52	56	60	64	68	72	76	80	男	60	58.	57	55.	54	52.	51	49.	48	女	66	64.	63	61.	60	58.	57	55.	54
分	48	52	56	60	64	68	72	76	80																								
男	60	58.	57	55.	54	52.	51	49.	48																								
女	66	64.	63	61.	60	58.	57	55.	54																								
			技评标准：（20 分）																														

			①身体协调性；②运球动作；③传接球动作；④变向动作；⑤上篮动作；⑥命中率等。
	期中考试	无	无
	小组活动	无	无
	期末考试	30	理论试卷，满分 100 分，折合为 30%。主要考核内容：1、第一章 篮球运动导论（支撑目标 3、4） 知道层次：描述篮球运动的研究内容； 领会层次：归纳篮球运动发展简史及相关知识； 2、第二章 篮球技术（支撑目标 1） 知道：描绘篮球准备姿势、移动、垫、传、扣、发、拦的技术动作，并能说出动作要领； 领会：归纳篮球技能的动作原理及练习方法； 3、第三章 篮球战术（支撑目标 1） 知道：描绘篮球阵容配备、交换位置、信号联系的应用，并能说出简单个人或集体战术的安排； 领会：归纳篮球战术的发起、实施的关键要素及训练方法； 第七、八章 竞赛编排与裁判工作（支撑目标 3、4） 知道：懂得 1-2 中篮球竞赛组织编排方法，能够具有三级裁判水平； 应用：能够参与低水平赛事的组织与管理，理解基础裁判规则；
L 学习建议	1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过篮球视频资源，比较学习各项动作技能，充分发挥自身的学习能动性。 2. 探究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，多观摩比赛和视频，提高对篮球知识的理解，通过翻转课堂教学法，让学生自主探究学习内容，并进行教学尝试，达到教学相长的目的。		
M 评分量表	《篮球（主项）》课程目标评分量表，见附表。		
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。		
审批意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名： 	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。  系主任签名：	2026 年 3 月 4 日 2026 年 3 月 5 日

附表

《篮球（主项）》课程目标评分量表

课程目标	优 (X≥90)	良 (80≤X<90)	中 (70≤X<80)	及格 (60≤X<70)	不及格 (<60)
课程目标 1. 了解更多篮球运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位和作用，明确专业核心课程知识点，更全面地掌握中学篮球课程和开展课外活动所需的基本理论知识、基本技术和基本战术；	能够扎实地掌握篮球运动的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 技能动作灵活美观，动作非常标准，力量大、速度快，且球的落点准确，动作完成度高。	能够扎实地掌握篮球运动的基本理论和基本技术，并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。 技能动作灵活美观，动作标准，具有一定的力量与速度，且球的准确性高，动作完成度较高。	能够掌握篮球运动的基本理论和基本技术，并能将其运用于具体问题的分析。 能够完整的完成技术动作，动作基本标准，且球的落点准确，动作完成度较高	掌握大部分篮球运动的基本理论和基本技术，并能将其运用于具体问题的分析。 能够完成大部分技术动作，技评达标，动作完成一般。	篮球运动的基本理论和基本技术的知识储备不高，不能将其运用于具体问题的分析。 动作完成度较低，技评未达标。
课程目标 2. 能够准确的分析教材、归纳教材重难点，掌握一定的教学基本技能，能说出运动技能的教学、示范步骤；	能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范准确，教学设计完整，符合教学规律。	能够扎实掌握各项动作技能的动作要领、重难点及教法。动作示范较好，教学设计完整，有进一步改进的空间	各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握，能够实施一定的教学。动作示范较好，教学设计完整，有进一步改进的空间	各项动作技能的动作要领、重难点基本掌握，能够实施一定的教学。动作示范一般，教学设计不严谨。	无法完整说出各项动作技能的动作要领、重难点。无法完整动作示范，教学设计不合格。
课程目标 3. 理解体育精神的价值观，领会篮球课程在立德树人上的引导意义，热爱运动；	理解体育精神的价值观，领会篮球课程在立德树人上的引导意义，重视体育的健康功能，具有向往美好生	理解体育精神的价值观，领会篮球课程在立德树人上的引导意义，能够形成终身体育意识与职业信	理解体育精神的价值观，领会篮球课程的育人功能，能够形成终身体育意识。	了解体育精神的价值观，认可篮球课程的育人功能，热爱运动。	不认可体育精神的价值观，不认可篮球课程的育人功能，运动参与度较低。

M
评分量表

	爱学生具有良好的师德师范；	活的理念，能够形成终身体育意识与职业信念。	念。贯彻以学生发展为中心的教育理念，			
	课程目标 4. 具有组织篮球比赛、竞赛组织与裁判工作及篮球主题教育的能力	能够组织篮球比赛，具有较强的竞赛组织编排能力，裁判工作水平较高，具有较好的执裁能力	能够组织篮球比赛，具有较强的竞赛组织编排能力，能胜任一般裁判工作，具有较好的执裁能力	具有参与组织篮球比赛的能力，具有一定的竞赛组织编排能力，能胜任一般裁判工作，能够完成辅助裁判的任务。	具有参与组织篮球比赛的能力，了解竞赛组织编排手段，能胜任一般裁判工作，能够完成辅助裁判的任务。	不具有组织篮球比赛的能力，无法完成竞赛组织编排，裁判水平较差，无法完成执裁任务。

体育教育专业《羽毛球主项》课程教学大纲

课程名称	《羽毛球主项》			课程代码	2712540019-2712540021
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第4-6学期	学分	12	课程负责人	范俊雄
总学时	192	理论学时	12	实践学时	180
先修课程与后续课程	先修课程：羽毛球普修 后续课程：无				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	《羽毛球运动理论与实践》肖杰主编，人民体育出版社，2005年11月第一版				
B 主要参考书籍	《球类运动——乒乓球、手球、垒球、羽毛球》第二版，高等教育出版社 普通高校体育选项课教材《羽毛球》，北京体育大学出版社，张勇主编				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星、慕课平台网络课程，同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站，可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程PPT、教学视频、网络视频资源、教案、课件等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务) 不超过500字	<p>羽毛球运动是深受人们喜爱而且具有较强的娱乐性和趣味性的体育运动。无论是正规比赛还是一般的健身运动，参与者都要不停的起动、移动、到位击球和回位。通过练习，可以使人的力量素质、速度素质、耐力素质、灵敏素质、柔韧素质以及快速反应能力和判断能力得到明显提高；人的心血管系统和呼吸系统也得到明显改善。在身体素质提高的同时也增强了人们顽强的意志品质，树立坚定的信念和正确的人生观。</p> <p>本课程主要通过外内教学，并穿插适当的理论知识教学向学生传授和介绍：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 羽毛球的基本知识、运动的特点、发展趋势及其在中学体育中的地位和作用。 2. 全面掌握以发球、后场击高远球、吊球、杀球和正反手网前搓球、推球、勾球等基本技术。 				
	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观：</p> <p>课程目标1：了解羽毛球运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位和作用，明确专业核心课程知识点，全面地掌握中学羽毛球课程和开展课外活动所需的基本理论知识、基本技术和基本战术；掌握羽毛球基本知识和育人途径，理解新时期学生特点及教育需求，能结合中小学生的身心发展规律和教学环境实际，开展体育教育活动，培养学生的体育核心素养和健康有效的锻炼方式。（支撑毕业要求3.1）</p> <p>课程目标2：了解羽毛球基本理论和原理，较规范地掌握羽毛球正手击球、反手击球、发球技术；基本能进行底线对拉练习，学会并运用羽毛球训练的方法及具有能胜任中学学校体育课外训练工作的能力。自身掌握羽毛球</p>				

<p>基本技术，能简单讲解并示范出基本动作和步伐（支撑毕业要求 4.1）</p> <p>课程目标 3：理解羽毛球运动的拼搏精神，领会羽毛球课程在立德树人引导意义，发挥体育教育的多功能性，进行集体主义，爱国主义的教育，培养学生集体主义，爱国主义的思想品德，树立正确的体育道德观，具有顽强勇敢，团结进取，开拓创新的精神（支持课程目标 6.1）</p> <p>课程目标 4：建立自主合作学习能力，提高团队凝聚力及集体荣誉感。（支持课程目标 8.2）</p>			
课程目标	毕业要求分解指标点		毕业要求
课程目标 1	3.1 扎实的专业知识和技能：具有系统的专业理论知识、扎实的运动技能，具备提出问题、分析问题、解决问题的能力。能将专业理论知识与运动技能相结合，并在体育教学工作中运用。		学科素养（H）
课程目标 2	4.1 初具教学能力：具备体育教学的基本技能与基本理论，了解体育与健康课程改革的动态，熟悉课程标准和中学体育教材；能根据学生身心发展特点和成长规律，按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动。		教学能力（M）
课程目标 3	6.1 了解学生身心健康发展规律：掌握新时期中学生身心发展和养成教育规律，理解学校体育育人的功能与价值，能够有效结合体育教学进行育人活动。		综合育人（M）
课程目标 4	8.2 具备沟通合作技能：掌握良好的沟通合作技能，积极参与教学研究活动，勇于承担责任，乐于分享交流实践经验，具备与学生、家长及社区的沟通交流能力。		沟通合作（L）
F 技能（实验） 内容	项目名称、主要内容及开设要求		支撑课程目标
	内容 1：握拍、接发球准备姿势、击球前准备姿势 目的：掌握羽毛球基本姿势，建立动作技能示范能力； 任务：介绍羽毛球基本姿势、示范练习及实践。思政元素：进行羽毛球器爱国主义教育		支撑课程目标 1、2、3
	内容 2：正手发球：高远球 目的：掌握正确发球、高远球方法，建立动作技能示范能力； 任务：正手发球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。思政元素：学习强国		支撑课程目标 1、2、3
	内容 3：反手发球：网前球 目的：掌握正确发球方法，建立动作技能示范能力； 任务：反手发球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。思政元素：树立学生正确的三观		支撑课程目标 1、2、3
			实验学时分配
			12
			20
			12

内容 4: 正手扣杀、接杀球 目的: 正确掌握扣杀动作 任务: 正手扣球、接杀球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程 目标 1、2、 5	20
第四学期		64
内容 5: 正手吊对角球技术、头顶吊对角球技术 目的: 熟练掌握吊球技术, 了解正手劈吊球和滑板吊球的运用 任务: 正手吊对角球、头顶吊对角球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。思政元素: 引导学生树立远大理想和爱国主义情怀	支撑课程 目标 1、2、 5	20
内容 6: 平抽平挡技术、接杀球技术 目的: 加强双打快节奏对抗能力, 增加球感。 任务: 平抽平挡、接杀球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。	支撑课程 目标 1、2、 5	12
内容 7: 网前放网和搓球技术、网前推球和扑球技术 目的: 加强网前得分手段, 创造更好的进攻机会 任务: 网前放网和搓球、网前推球和扑球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。思政元素: 进行集体主义, 爱国主义的教育, 培养学生集体主义, 爱国主义的思想品德, 树立正确的体育道德观	支撑课程 目标 1、2、 5	20
内容 8: 网前勾对角球和挑球技术 目的: 加强网前得分手段, 创造更好的进攻机会 任务: 网前勾对角球和挑球训练的技术方法、手段、示范练习及实践。进行集体主义, 思政元素: 爱国主义的教育, 培养学生集体主义, 爱国主义的思想品德, 树立正确的体育道德观	支撑课程 目标 1、2、 5	12
第五学期		64
内容 9: 后退步法、上网步法 目的: 掌握基本移动步法, 建立动作技能的示范能力 任务: 基本步法的训练方法、手段、示范练习及实践。 思政元素: 培养学生的诚实友善品格	支撑课程 目标 1、4、 5	20
内容 10: 单打基本战术 目的: 掌握单打的基本战术 任务: 单打训练方法、手段、示范练习及实践。理解羽毛球运动的拼搏精神, 领会羽毛球课程在立德树人引导意义思政元素: 培养学生的责任感和使命感	支撑课程 目标 2、4	22
内容 11: 教学比赛: 技术运用能力 目的: 体验羽毛球运动实战中的乐趣。建立自主合作学习能力思政元素: 提高团队凝聚力及集体荣誉感	支撑课程 目标 3、4	22
第六学期		64
合计		192

G 实践内容(含教育实习、见习、研习,专业实习、毕业论文或毕业设计等)	实践主要内容和要求						支撑课程目标	实验学时分配						
	无						无	无						
H 教学方法与教学方式	27. 实践课在羽毛球馆进行,通过动作示范、挂图、视频展示等方式帮助学生建立动作认知,通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学,借助教学辅助器材和设备保证学生学习的积极性。 28. 主要方式: <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input type="checkbox"/> 网络学习 <input type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input type="checkbox"/> 问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input checked="" type="checkbox"/> 技能学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input checked="" type="checkbox"/> 其它(观摩视频)													
I 教学条件要求	(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等) 1. 时间:第1学期,一周1次课,每次2学时; 2. 地点:技能课——南区羽毛球馆													
第四学期														
J 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	考核内容						考核方式			课程分目标的达成度				
							作业评分占比(%)	考勤评分占比(%)	技能评分占比(%)		期中考试评分占比(%)	小组活动评分占比(%)	期末考试评分占比(%)	
	课程目标1(80%)	1. 对动作技能的重难点的掌握 2. 对动作要领及讲解步骤的掌握										80		
	课程目标2(10%)	1. 对羽毛球精神育人价值的理解						10	5				5	
	课程目标3(10%)	1. 不缺课,不旷课,考勤合格,学习积极性高 2. 能够通过对比发现自身问题							10		-	15		
	总分						20	10				70		
第五学期														

课程目标 1 (80%)	1. 对动作技能的重难点的掌握 2. 对动作要领及讲解步骤的掌握						80	
课程目标 2 (10%)	1. 对羽毛球精神育人价值的理解	10	5				5	
课程目标 3 (10%)	1. 不缺课, 不旷课, 考勤合格, 学习积极性高 2. 能够通过对比发现自身问题		10				15	
总分		20	10				70	
第六学期								
课程目标 1 (80%)	1. 对动作技能的重难点的掌握 2. 对动作要领及讲解步骤的掌握			40			80	
课程目标 2 (10%)	1. 对羽毛球精神育人价值的理解	10	5				5	
课程目标 3 (10%)	1. 不缺课, 不旷课, 考勤合格, 学习积极性高 2. 能够通过对比发现自身问题		10				15	
总分		20	10	0	0	0	70	
考核方式	配分	评分说明						
		第四学期						
考勤作业	30	1、 考勤请假或旷课超1/3课时, 不予期末考核; 旷课3次及以上考勤0分, 一次旷课考勤扣5分;。 2、 作业5%: 安排技术动作课后练习, 下节课检查						
期末技能考核	70	1. 考核内容: 高远球和基本步伐(支撑课程目标 1、2、) 2. 考核方法: 从场地单数区或双数区开始发球, 发至对面场地的单数区或双数区的单打底线与双打底线之间。一发5球, 要求学生进行移动中高远球, 击球, 球落到指定区域。在达标的同时进行技评, 技评要求按教学要求进行。达标与技评都及格者, 方能两项合并计算作为发球一项得分。						
		第五学期						
考勤作业	30	1、 考考勤请假或旷课超1/3课时, 不予期末考核; 旷课3						

			次及以上考勤0分，一次旷课考勤扣5分；。 2、 作业5%：安排技术动作课后练习，下节课检查
	期末技能考核	70	(1) 技巧： 正手击高远球考试办法： 如图 3 由教师发球，学生站在对面场区中后场，回击直线高远球。（连续挑 10 个球） 正手、头顶吊球技术考试办法： 如图 4 由教师发球，学生站在对面场地中后场，回击直线吊球（连续挑 10 个球）
			第六学期
	考勤作业	30	1、 考考勤请假或旷课超1/3课时，不予期末考核；旷课3次及以上考勤0分，一次旷课考勤扣5分；。 2、 作业5%：安排技术动作课后练习，下节课检查
	期末考核	70	1, 羽毛球单打双打比赛 2, 期末理论考试（开卷）：选择题、是非题、创编题、记写题等。
K 学习建议	1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过羽毛球视频资源，比较学习各项动作技能，充分发挥自身的学习能动性。 2. 探究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，多观摩比赛和视频，提高对羽毛球知识的理解，通过翻转课堂教学法，让学生自主探究学习内容，并进行教学尝试，达到教学相长的目的。		
L 评分量表	《羽毛球》课程目标评分量表，见附表。		
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。		
审批意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：  2026 年 3 月 4 日	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。  系主任签名： 2026 年 3 月 5 日	

附表

《羽毛球主项》课程目标评分量表

课程目标	优 (X≥90)	良 (80≤X<90)	中 (70≤X<80)	及格 (60≤X<70)	不及格 (<60)
<p>课程目标 1.</p> <p>具有正确的教师观:具有正确的教师观和积极的从教意愿,教书育人的责任感和使命感,认同体育教师工作的意义和专业特性,对体育教育事业具有积极的情感、端正的态度和正确的价值观。</p>	<p>学生在《羽毛球》的学习过程中能够深刻领悟立德树人的教育理念,自觉认真体会体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用。</p>	<p>学生在《羽毛球》的学习过程中能够领悟立德树人的教育理念,积极体会体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用。</p>	<p>学生在《羽毛球》的学习过程中可以领悟立德树人的教育理念,对体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用有一定体会。</p>	<p>学生在《羽毛球》的学习过程中基本可以领悟立德树人的教育理念,对体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用有一定体会。</p>	<p>学生在《羽毛球》的学习过程中不能领悟立德树人的教育理念,无法体会体育在贯彻社会主义核心价值观过程中的重大作用。</p>
<p>课程目标 2.</p> <p>学习羽毛球运动的理论知识,掌握羽毛球运动的一般规律、特点及在中学体育中的地位 and 作用,明确专业核心课程知识点,掌握网球课程和开展课外活动所需的基本理论知识、基本技术</p>	<p>能够扎实地掌握羽毛球运动的基本理论和基本技术,并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。</p> <p>技术动作规范,用力协调,动作娴熟,手型到位,击球稳定,效果好。</p>	<p>能够扎实地掌握羽毛球运动的基本理论和基本技术,并能将其熟练准确地运用于具体问题的分析。</p> <p>技术动作规范,手型正确,技术动作比较协调,动作熟练,击球比较稳定,效果较好。</p>	<p>能够掌握羽毛球运动的基本理论和基本技术,并能将其运用于具体问题的分析。</p> <p>技术动作规范,手型基本正确,技术动作比较协调,动作比较熟练,击球相对稳定,效果可以。</p>	<p>掌握大部分羽毛球运动的基本理论和基本技术,并能将其运用于具体问题的分析。</p> <p>技术动作一般,手型基本正确,用力比较协调,基本上能完成动作,击球效果一般。</p>	<p>羽毛球运动的基本理论和基本技术的知识储备不高,不能将其运用于具体问题的分析。</p> <p>技术动作不规范,发力不协调,击球效果差。</p>

M
评分量表

和基本战术;					
课程目标 3. 能够准确的 分析教材、归纳教 材重难点,掌握一 定的教学基本技 能,能说出运动技 能的教学、示范步 骤;	能够扎实掌握各 项动作技能的动作要 领、重难点及教法。动 作示范准确,教学设 计完整,符合教学规律。	能够扎实掌握各 项动作技能的动作要 领、重难点及教法。动 作示范较好,教学 设计完整,有进一步 改进的空间	各项动作技能的 动作要领、重难点基 本掌握,能够实施一 定的教学。动作示范 较好,教学设计完整, 有进一步改进的空间	各项动作技能的 动作要领、重难点基 本掌握,能够实施一 定的教学。动作示范 一般,教学设计不严 谨。	无法完整说出各 项动作技能的动作要 领、重难点。无法完 整动作示范,教学设 计不合格。
课程目标 4. 理解体育的价值 观,领会羽毛球课 程在美育和立德 树人上的引导意 义,热爱学生;	理解体育精神价 值观,领会羽毛球课程 在美学和立德树人上 的引导意义,重视体育 的健康功能,具有向往 美好生活的理念,能够 形成终身体育意识与 职业信念。	理解了解羽毛球 课程的美学和健康精 神的价值观,领会羽 毛球课程在美学和立 德树人上的引导意 义,能够形成终身体 育意识与职业信念。 贯彻以学生发展为中 心的教育理念,	理解羽毛球课程 的美学和健康精神的 价值观,理解终身体 育精神的价值观,能 够形成终身体育意 识。	了解网球课程的 美学和健康精神的价 值观,认可羽毛球课 程的美育功能,热爱 运动。	不认可羽毛球课 程的美学价值观,不 认可羽毛球的健康教 育功能,运动参与度 较低。
课程目标 5. 能够在学习过程 中发现个人与集 体之间的问题,发 思比较与他人的	能够熟练利用课 程所学知识分析解决 集体问题,善于比较反 思存在的问题,能够积 极与他人沟通互动,解	能够利用课程所 学知识分析和解决相 关问题,善于比较反 思个人存在的问题,能 够积极与他人沟通	能够利用课程所 学知识分析和解决相 关问题,能够较好能 够积极与他人沟通互 动,解决学习存在的	能够利用课程所 学知识分析和解决相 关问题,能够积极与 他人沟通互动,解决 学习存在的问题,具	不能与他人积极 合作利用课程所学知 识分析和解决问题, 无法进行团结协作, 集体团队精神差。

	学习情况存在的问题，积极主动，良好的沟通能力，具有团结协作集体精神。	决学习存在的问题，具有团结协作，强烈的集体精神和荣誉感。	互动，解决学习存在的问题，具有良好的团结协作集体精神。	问题，具有较好的团结协作集体精神。	有团结协作集体精神。	
--	------------------------------------	------------------------------	-----------------------------	-------------------	------------	--

体育教育专业《足球主项》课程教学大纲

课程名称	《足球（主项）》			课程代码	2712540004-2712540006
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第4-6学期	学分	12	课程负责人	蒋雪莱
总学时	192	理论学时	12	实践学时	180
先修课程与后续课程	先修课程：足球 后续课程：无				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	北京：高等教育出版社《球类运动—足球》，蔡向阳、王崇喜，2021 第四版。				
B 主要参考书籍	[1] 王崇喜，《足球教学设计》，高等教育出版社，2009，第一版。 [2] 中国足球协会审定，《足球竞赛规则 2021/2022》，人民体育出版社，2022。 [3] 亚洲足球联合会编著，《亚洲足球教练员 C 级培训教程》，人民体育出版社，2004，第二版 [4] 国际足联编著，《国际足联室内五人制足球教练员手册》，人民体育出版社，2013。 [5] 中国足球协会审定，《室内五人制足球竞赛规则 2021/2022》，人民体育出版社，2022。				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程，同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站，可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程 PPT、教学视频、网络视频资源、教案、课件等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>本课程是体育教育专业课程体系中的专业选修提高课程之一。在普修学习的基础上，再经过三个学期较为系统的学习，使学生了解足球运动技战术的基本理论和知识，掌握足球运动基本技战术技能及其教学训练基本理论与方法，以及掌握足球运动竞赛与裁判工作的基本知识、方法与技能，具备从事中小学体育课的足球教学、指导校园足球活动、组织与管理基层足球运动竞赛以及裁判工作等各方面的能力；发挥足球运动对促进人的身心健康和社会适应能力的积极作用，培养学生团结协作、勤学苦练、永不言弃、公平竞争的品质，促进学生健全人格和良好社会交往能力的形成。课程的具体任务是：</p> <p>（一）比较系统地掌握足球运动的基本理论知识。</p> <p>（二）比较全面地掌握足球运动的基本技术和战术，并且使技战术实现一定程度的技能化发展。</p> <p>（三）具有一定的教学与训练工作能力：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 根据不同对象（包括社区，街道），能较合理地安排教学内容、选用教法、编写教案、组织教学，达到“会做、会讲、会教、会组织”的能力。 2. 能胜任中小学足球运动队的训练工作。 3. 能运用所学理论分析和解决教学训练、比赛指挥中的常规问题。 				

	<p>(四) 具有承担足球竞赛和裁判工作的能力。</p> <p>(五) 具有进行足球科学研究工作的初步能力。</p>		
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观：</p> <p>课程目标 1：具有系统的足球理论知识、较高水平的足球专项素质和运动技战术水平，具备提出问题、分析问题、解决问题的能力，能将足球专业理论知识与运动技能相结合，并在体育教学工作中运用。（支撑毕业要求 3.1）</p> <p>课程目标 2：具备系统的足球教学理论、方法与技能，能根据学生身心发展特点和成长规律，按照中学体育与健康课程标准合理进行足球教学设计、实施、评价及相关教学活动；具备一定的足球训练与竞赛理论、方法与技能，具有组织与指导课外足球活动、学校运动队训练与竞赛和校园足球竞赛活动的体验，能够运用足球教育训练理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题（课程思政点：通过足球教学比赛、裁判、教练实践，让学生更感性地体会到团队合作意识、顽强拼搏作风和反思思考的意义，培养了学生善于解决问题的实践能力）。（支撑毕业要求 4.1 和 4.2）</p> <p>课程目标 3：理解学习共同体的作用，具有良好的团结协作和社会交往能力，能够有效发挥足球运动的优势，积极主动参加团队活动，协助其他部门保障学校足球活动的有序开展。（支撑毕业要求 8.1）</p> <p>课程目标 4：善于挖掘足球运动中的思政元素（课程思政点：通过足球游戏创编实践，让学生更深刻地领会到足球游戏陶冶学生情操，培养团队精神、顽强拼搏作风、文明守纪品质和竞争合作意识的教育作用），并能够结合足球专业学习、校园足球文化、校园足球竞赛等足球主题活动对学生进行系统教育和引导。（支撑毕业要求 6.2）</p> <p>课程目标 5：具有自主学习、合作学习和终身学习的意识，能够运用批判性思维方法，对自己在足球理论与实践学习过程中的问题、状态及时进行反思，学会分析和解决足球教育教学中的问题。（支撑毕业要求 7.1）</p>		
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求
	课程目标 1	3.1 扎实的专业知识和技能：具有系统的专业理论知识、扎实的运动技能，具备提出问题、分析问题、解决问题的能力。能将专业理论知识与运动技能相结合，并在体育教学工作中运用。	学科素养（3） H（高支撑）
	课程目标 2	4.1 初具教学能力：具备体育教学的基本技能与基本理论，了解体育与健康课程改革的动态，熟悉课程标准和中学体育教材；能根据学生身心发展特点和成长规律，按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动。 4.2 初具体育训练指导能力：了解指导体育训练与竞赛的基本技能与基本理论，具有组织与指导课外体育活动、学校运动队等训练与竞赛的体验，能够运用体育教育的理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。	教学能力（4） M（中支撑）
	课程目标 3	8.1 具有团队协作精神：理解学习共同体的作用，具有良好的团结协作和社会交往能力，能够有效发挥体育运动的优势，积极主	沟通合作（8） L（低支撑）

		动参加团队活动,协助其他部门保障学校工作的有序开展。	
	课程目标 4	6.2 具备综合育人能力:能够结合体育教学、德育课程、校园体育文化、体育社团活动、主题教育等方式对学生进行系统教育和积极引导。	综合育人 (6) L(低支撑)
	课程目标 5	7.1 具备反思的能力:具有自主学习、合作学习和终身学习的意识,能够运用批判性思维方法,对自己的学习和工作状态及时进行反思,学会分析和解决体育教育教学中的问题。	学会反思 (7) L(低支撑)
	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标
F 理论学习内容	第二章 足球基本技术 知道:各项基本技术的动作概念和基本理论 领会:熟练掌握各项基本技术的动作方法 应用:对各项基本技术做到会讲、会示范 评价:知道在比赛中合理运用各项基本技术		支撑课程目标 1、2
	第三章 足球技术教学与训练 知道:足球技术教学步骤与练习方法的构成要素 领会:足球技术教学各步骤、技术练习法各构成要素在技术学习过程中的不同作用 应用:明了足球技术教学各步骤、技术练习法各构成要素的应用条件 评价:针对技术教学的实际情况能合理选择合理的教学训练方法		支撑课程目标 1、2
	第四章 足球战术理论与原则 知道:足球比赛的时空间特征、原则,足球进攻、防守、定位球战术基本理论 领会;影响足球进攻、防守、定位球战术实施效果的因素 应用:合理利用影响足球进攻、防守、定位球战术实施效果的有利因素 评价:能否在比赛中合理运用各种不同的战术		支撑课程目标 1、2
	第八章 足球战术教学与训练 知道:足球战术教学与训练的基本步骤与方法 领会:足球战术教学与训练的基本步骤在战术教学训练过程中的不同作用 应用:明了足球战术教学与训练的基本步骤的应用条件 评价:能否针对战术教学与训练的基本步骤合理选择教学训练方法		支撑课程目标 1、2
	第九章 中小学足球教学基本理论与方法 知道:制定中小学足球单元教学计划的基本要求和步骤,制定中小学足球课时教学计划的编写步骤、方法与要求 领会:中小学足球单元与课时教学计划制定的基本要求		支撑课程目标 1、2、3、5
			学时分配

	应用：中小学足球单元与课时教学计划制定的步骤与方法制定中小学足球单元与课时教学计划 评价：能否制定出与中小学体育与健康课程和教学理念相符合的足球单元与课时教学计划		
	第十一章 足球比赛的指导工作 知道：足球比赛的分析内容与指导方法 领会：足球比赛的分析与指导方法要点 应用：知道有针对性分析比赛、合理指导比赛 评价：能否在不同比赛环境条件下合理指导比赛	支撑课程 目标 1、5	1
	第十三章 足球运动常用研究方法 知道：足球科研工作的主要研究领域、常用研究方法 与足球专题论文的设计、写作 领会：足球科研论文的选题、常用研究方法运用基本要求与足球专题论文的设计、写作过程中应考虑的问题 应用：知道应用足球科研方法进行专题论文研究 评价：能否应用足球科研方法设计出专题论文的研究大纲	支撑课程 目标 1、3、 5	1
	第十四章 足球运动竞赛与裁判工作 知道：足球运动竞赛与编排方法、竞赛组织工作的主要内容 应用：足球竞赛编排的基本知识和基本方法 评价：能否完成一次比赛的编排任务	支撑课程 目标 1、3、 4	1
	第十五章 五人制足球 知道：五人制足球竞赛规则 领会：五人制足球竞赛规则精神与内涵，熟悉裁判的工作方法和工作程序 应用：五人制足球竞赛规则与裁判工作方法进行实践 评价：能否在比赛实践中运用足球竞赛规则进行裁判工作 课程思政点：通过足球裁判工作方法学习，培养学生团队合作精神和公平竞争的意识。	支撑课程 目标 1、3、 4	2
	合计		12
G 技能（实训） 内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程 目标	学时 分配
	内容 1：颠、拉、拨球，直线、变向运球，变向运球过人技术 目的：复习提高运控球水平，建立动作技能示范能力 任务：复习运控球技术，掌握在运动中、弱对抗条件下的运控球技术	支撑课程 目标 1、2	2
	内容 2：变速、假动作、穿裆、人球分过过人技术 目的：初步学习变速、假动作、穿裆、人球分过过人技术 任务：掌握变速、假动作、穿裆、人球分过过人技术的 技术方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2	6
	内容 3：脚内侧、脚背内侧、正脚背踢地滚球和高远球	支撑课程	4

<p>目的：复习提高踢地滚球和高远球水平，建立动作技能示范能力</p> <p>任务：复习脚内侧、脚背内侧、正脚背踢地滚球和高远球，掌握在运动中、弱对抗条件下的脚内侧、脚背内侧、正脚背踢地滚球和高远球的技术运用能力</p>	目标 1、2	
<p>内容 4：脚内侧和正脚背踢反弹、空中球，脚背内侧、正脚背搓踢过顶球，脚背内侧、脚内侧踢弧线球，挑球技术</p> <p>目的：初步学习脚内侧和正脚背踢反弹、空中球，脚背内侧、正脚背搓踢过顶球，脚背内侧、脚内侧踢弧线球，挑球技术</p> <p>任务：掌握所学踢球技术的技术方法、手段、示范练习及实践</p>	支撑课程 目标 1、2	6
<p>内容 5：脚内侧接地滚球和空中球、脚底接反弹球、大腿接空中球、胸部接球技术</p> <p>目的：复习提高脚内侧接地滚球和空中球、脚底接反弹球、大腿接空中球、胸部接球技术水平，建立动作技能示范能力</p> <p>任务：掌握在运动中、弱对抗条件下的脚内侧接地滚球和空中球、脚底接反弹球、大腿接空中球、胸部接球技术运用能力</p>	支撑课程 目标 1、2、 3	6
<p>内容 6：正脚背、脚背外侧、头部接空中球技术</p> <p>目的：初步学习正脚背、脚背外侧、头部接空中球技术</p> <p>任务：掌握所学接空中球技术的技术方法、手段、示范练习及实践</p>	支撑课程 目标 1、2	6
<p>内容 7：额正、侧面原地和跳起顶球技术</p> <p>目的：复习提高额正、侧面原地和跳起顶球技术水平，建立动作技能示范能力</p> <p>任务：掌握在运动中、弱对抗条件下的额正、侧面原地和跳起顶球技术运用能力</p>	支撑课程 目标 1、2	2
<p>内容 8：额正、侧面移动中选位顶球与争顶技术</p> <p>目的：初步学习额正、侧面移动中选位顶球与争顶技术</p> <p>任务：掌握所学顶球技术的技术方法、手段、示范练习及实践</p>	支撑课程 目标 1、2、 3	4
<p>内容 8：合理冲撞抢、断球技术，同侧与异侧脚、正面铲球技术</p> <p>目的：复习合理冲撞抢、断球技术，初步学习同侧与异侧脚、正面铲球技术</p> <p>任务：掌握所学抢断球、铲球技术的技术方法、手段、示范练习及实践</p> <p>课程思政点：通过足球防守技术学习，培养学生顽强拼搏作风和敢于直接身体对抗的亮剑精神。</p>	支撑课程 目标 1、2、 3	8
<p>内容 9：直传斜切、斜传直切、长传转移传切配合，直传斜插、斜传直插、斜传斜插等二过一配合</p> <p>目的：复习直传斜切、斜传直切、长传转移传切配合，直传斜插、斜传直插、斜传斜插等二过一配合局部进攻</p>	支撑课程 目标 1、2、 3	6

战术 任务：掌握所学传切配合、二过一配合局部进攻战术的战术方法、手段、示范练习及实践		
内容 10：足球专项身体素质：平衡能力、协调性、柔韧性 目的：初步学习平衡能力、协调性、柔韧性练习方法 任务：掌握所学足球专项身体素质的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2	6
技能期末考试		2
学期四合计		58
内容 11：颠、拉、拨球，直线、变向运球及运球过人技术 目的：复习提高运控球水平，建立动作技能示范能力 任务：复习运控球技术，掌握在运动中、弱对抗条件下的运控球技术	支撑课程 目标 1、2	2
内容 12：脚内侧、脚背内侧、正脚背、脚背外侧踢球技术 目的：复习提高各部位踢球水平，建立动作技能示范能力 任务：复习提高各部位踢球技术，掌握在运动中、弱对抗条件下的复习提高各部位踢球技术运用能力	支撑课程 目标 1、2	2
内容 13：接地滚球、空中球、反弹球技术 目的：复习提高身体各有效部位接地滚球、空中球、反弹球技术水平，建立动作技能示范能力 任务：掌握在运动中、弱对抗条件下的接地滚球、空中球、反弹球技术运用能力	支撑课程 目标 1、2、 3	2
内容 14：守门员上手与下手接球技术、倒地与腾空跃起侧扑接球技术，以及托击球、踢发球、抛发球技术 目的：复习守门员上手与下手接球技术，初步学习倒地与腾空跃起侧扑接球技术、托击球、踢发球、抛发球技术 任务：掌握所学守门员技术的的技术方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2	8
内容 14：射门、传球、运球突破、跑位 目的：初步学习射门、传球、运球突破、跑位等个人进攻战术 任务：掌握所学射门、传球、运球突破、跑位等个人进攻战术的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2	12
内容 15：选位、盯人、抢球、断球 目的：初步学习选位、盯人、抢球、断球等个人防守战术 任务：掌握所学选位、盯人、抢球、断球等个人进攻战术的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2	4

<p>内容 16: 直传斜切、斜传直切、长传转移传切配合, 直传斜插、斜传直插、斜传斜插等二过一配合</p> <p>目的: 复习提高直传斜切、斜传直切、长传转移传切配合, 直传斜插、斜传直插、斜传斜插等二过一配合等局部进攻战术水平, 建立局部进攻战术动作技能与实施示范能力</p> <p>任务: 提高在运动中、弱对抗条件下的传切和二过一等局部进攻战术实施能力</p>	支撑课程 目标 1、2、 3	4
<p>内容 17: 交叉掩护、保护、补位与围抢</p> <p>目的: 初步学习交叉掩护、保护、补位与围抢等局部防守战术配合</p> <p>任务: 掌握所学交叉掩护、保护、补位与围抢等局部防守战术配合的练习方法、手段、示范练习及实践</p>	支撑课程 目标 1、2、 3	4
<p>内容 18: 局部攻防战术综合练习</p> <p>目的: 初步体验局部攻防战术综合练习的方法</p> <p>任务: 掌握局部攻防战术配合实施及转换的练习方法、手段、示范练习及实践</p>	支撑课程 目标 1、2、 3	4
<p>内容 19: 足球专项身体素质: 速度、力量、灵敏性</p> <p>目的: 初步学习速度、力量、灵敏性等足球专项身体素质练习方法</p> <p>任务: 掌握所学足球专项身体素质的练习方法、手段、示范练习及实践</p> <p>课程思政点: 通过足球专项速度和力量素质学习实践, 培养学生不怕苦不怕累的吃苦耐劳精神。</p>	支撑课程 目标 1、2	6
<p>内容 20: 教学比赛、裁判、教练实践</p> <p>课程思政点: 通过足球教学比赛、裁判、教练实践, 让学生更感性地体会到团队合作意识、顽强拼搏作风和反思思考的意义, 培养了学生善于解决问题的实践能力。</p>	支撑课程 目标 1、3、 4	8
技能期末考试		2
学期五合计		58
<p>内容 21: 足球游戏</p> <p>目的: 通过足球游戏实践使学生掌握足球游戏创编的原则、步骤与方法</p> <p>任务: 使学生初步具备创编足球游戏的能力</p> <p>课程思政点: 通过足球游戏创编实践, 让学生更深刻地领会到足球游戏陶冶学生情操, 培养团队精神、顽强拼搏作风、文明守纪品质和竞争合作意识的教育作用。</p>	支撑课程 目标 1、2、 3、4	6
<p>内容 24: 局部攻防战术综合练习</p> <p>目的: 复习提高局部攻防战术实施水平, 建立局部攻防战术动作技能与实施示范能力</p> <p>任务: 提高在运动中、弱对抗条件下的局部攻防战术实施能力</p>	支撑课程 目标 1、2、 3、5	6
<p>内容 25: 边路进攻</p> <p>目的: 学习边路进攻战术的发起、推进方式</p> <p>任务: 掌握所学边路进攻战术的发起、推进的练习方法、</p>	支撑课程 目标 1、2、 3	6

	手段、示范练习及实践		
	内容 26: 中路进攻 目的: 学习中路进攻战术的配合、结束方式 任务: 掌握所学中路进攻战术的配合、结束的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2、 3	6
	内容 27: 转移进攻 目的: 学习转移进攻战术的发起和组织 任务: 掌握不同转移方向的进攻组织的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2、 3	6
	内容 28: 快速反击战术 目的: 学习不同背景下快速反击战术的发起和组织 任务: 掌握不同背景下快速反击战术的发起和组织的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2、 3	4
	内容 29: 层次进攻 目的: 学习不同场区的层次进攻战术的配合与组织 任务: 掌握不同场区的层次进攻战术的配合与组织的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2、 3	4
	内容 30: 破密集防守的进攻 目的: 学习破密集防守的进方式方法 任务: 掌握不同的破密集防守的进方式方法的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2、 3	4
	内容 31: 角球攻防战术 目的: 学习角球攻防战术的配合与组织 任务: 掌握直接角球和战术角球攻防的配合与组织的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2、 3	4
	内容 32: 任意球攻防战术 目的: 学习任意球攻防战术的配合与组织 任务: 掌握直接任意球和战术任意球球攻防的配合与组织的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2、 3	10
	内容 33: 界外球、中圈开球、点球、球门球的进攻和防守战术 目的: 了解界外球、中圈开球、点球、球门球的进攻和防守战术的常用配合方式 任务: 掌握界外球、中圈开球、点球、球门球的进攻和防守战术的常用配合方式的配合与组织的练习方法、手段、示范练习及实践	支撑课程 目标 1、2、 3	2
	内容 34: 教学比赛、裁判、教练实践	支撑课程 目标 1、3、 4	4
	技能期末考试		2
	学期六合计		64
H 实践内容(含 教育实习、见	实践主要内容和要求	支撑课程 目标	时长 分配

习、研习, 专业实习、毕业论文或毕业设计等)							
I 教学方法与教学方式	<p>1. 理论课全部采用多媒体教学, 应用自编或改编的多媒体课件, 加上一些比赛视频, 改善理论课的枯燥和沉闷, 吸引学生的注意力, 加强授课效果。</p> <p>2. 实践课在足球场进行, 通过动作示范、视频展示等方式帮助学生建立动作认知, 通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学, 借助教学辅助器材和设备保证学生学习的积极性。</p> <p>3. 主要方式:</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>讲授 <input checked="" type="checkbox"/>网络学习 <input type="checkbox"/>讨论或座谈 <input type="checkbox"/>问题导向学</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>分组合作学习 <input type="checkbox"/>专题学习 <input checked="" type="checkbox"/>技能学习 <input type="checkbox"/>发表学习</p> <p><input type="checkbox"/>实习 <input type="checkbox"/>参观访问 <input checked="" type="checkbox"/>其它: <u>视频或现场观摩</u> (如口头训练等)</p>						
J 教学条件需求	<p>(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备需求等)</p> <p>1. 时间: 第 4、5、6 学期, 一周 2 次课, 每次 2 学时;</p> <p>2. 地点: 技能课——南区足球场; 理论课——多媒体教室</p>						
K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式			课程分目标的达成度	
			技能评分占比 (60%)	综合评分 (作业、考勤、平时表现) 占比 (40%)	小组活动评分占比 (%)		期末考试评分占比 (%)
	课程目标 1 (48%)	1. 对足球技能原理知识的掌握 2. 对足球技术掌握和综合运用 3. 对足球战术掌握和综合运用 4. 对裁判工作知识与技能的综合运用	80		-	-	0.85
	课程目标 2 (32%)	1. 对动作技能的重难点的掌握 2. 对动作要领及讲解步骤的掌握	20	50	-	-	0.85
	课程目标 3 (6%)	1. 具有良好的团结协作和社会交往意识与技能 2. 主动参与合作学习、校园足球活动, 效果明显		15	-	-	0.80
	课程目标 4 (4%)	对足球运动中的思政元素挖掘与实践应用		10			0.80
课程目标 5 (10%)	1. 不缺课, 不旷课, 考勤合格, 学习积极性高		25	-	-	0.85	

	2.能够通过反思发现问题						
总分（学期四）		100	100	-	-	0.85	
课程目标及评分占比	考核内容	考核方式					课程分目标的达成度
		作业评分占比（20%）	技能评分占比（60%）	综合评分（考勤、平时表现）占比（20%）	小组活动评分占比（%）	期末考试评分占比（%）	
课程目标1（52%）	1.对足球技术原理知识的掌握 2.对足球技术掌握和综合运用 3.对足球战术掌握和综合运用 4.对裁判工作知识与技能的综合运用	20	80	-	-	0.85	
课程目标2（22%）	1.是否掌握制定中小学足球单元与课时教学计划的基本要求、步骤和方法 2.能否制定出与中小学体育与健康课程和教学理念相符合的足球单元与课时教学计划 3.对个人和局部战术配合教学要素的理解和实践运用	50	20	-	-	0.80	
课程目标3（8%）	1.具有良好的团结协作和社会交往意识与技能 2.主动参与合作学习、校园足球活动，效果明显	10		30	-	0.80	
课程目标4（4%）	对足球运动中的思政元素挖掘与实践应用			20	-	0.80	
课程目标5（14%）	1.不缺课，不旷课，考勤合格，学习积极性高 2.能够通过反思发现问题 3.对足球科研方法的掌握运用情况	20		50		0.85	
总分（学期五）		100	100	100	-	0.83	
课程目标及评分占比	考核内容	作业评分占比（%）	技能评分占比（50%）	综合评分（考勤、平时	小组活动评分占比（%）	期末考试评分占比（30	课程分目标的达成度

					表现) 占比 (20%)		%)	
课程目标 1 (57%)	1. 对足球技能原理知识的掌握 2. 对足球技术掌握和综合运用 3. 对足球战术掌握和综合运用 4. 对裁判工作知识与技能的综合运用 5. 对足球游戏创编方法的综合运用	80	-	57	0.85			
课程目标 2 (23%)	1. 对足球教学理论知识与方法的掌握运用 2. 对整体战术配合教学要素的理解和实践	20	-	43	0.80			
课程目标 3 (6%)	1. 具有良好的团结协作和社会交往意识与技能 2. 主动参与合作学习、校园足球活动, 效果明显	-	30	-	0.80			
课程目标 4 (4%)	对足球运动中的思政元素挖掘与实践应用	-	20	-	0.80			
课程目标 5 (10%)	1. 不缺课, 不旷课, 考勤合格, 学习积极性高 2. 能够通过反思发现问题		50		0.90			
总分 (学期六)		100	100	-	100	-0.84		
考核方式	配分	评分说明						
第四学期	作业	20	本学期共 1 次纸质作业, 20 分。评分标准 (百分制): 没交得 0 分, 有交得 50 分, 再视作业完成情况在 50 到 100 分之间打分, 根据作业完成情况, 按照“优、良、及格、不及格”批阅, (批阅分数对照: 优 80-100 分, 良 70-79 分, 及格 60-69 分, 不及格 50-59)。					
	考勤	10	请假或旷课超 1/3 课时, 不予期末考核; 一次旷课考勤扣 2 分, 旷课 5 次及以上考勤 0 分。					
	平时表现	10	1. 主观评价学生的团结协作、社会交往意识与技能以及主动参与合作学习、校园足球活动等情况 (6 分)。 2. 主观评价学生的思想政治与师德修养表现 (4 分)。					
	技能评分	60	1. 技能考核占比 80%, 考核内容: (1) 12 部位颠球 (达标 10%); (2) 边路下底传中 (技评 20%); (3) 接球绕杆射门 (技评 20%); (4) 30m*5 往返跑 (达标 10%); (5) 教学比赛 (技评 20%)。评分标准按照体育教育专业《足球》专修技术考试大纲规定执行。 2. 教学技能 20%, 考核内容: 自选足球技术动作讲解示范。					

			方法与要求：学生自主选择某一具备独立性、完整性、典型性的足球基本技术为考核内容。从基本技术教学完成后第二周开始利用4-5次课时间、按学生的学号顺序进行考核。每位学生考核时间限制为5分钟。考核依据学生技术动作示范的完整性、动作完成质量，以及讲解的清晰度、正确程度、结构完整性、对动作要领的理解程度进行评分。评分标准按体育教育专业《足球》专修技术考试大纲规定执行。
第五学期	作业	20	本学期共2次纸质作业，每次10分。评分标准(百分制)：没交得0分，有交得50分，再视作业完成情况在50到100分之间打分，根据作业完成情况，按照“优、良、及格、不及格”批阅，(批阅分数对照：优80-100分，良70-79分，及格60-69分，不及格50-59)。
	考勤	10	请假或旷课超1/3课时，不予期末考试；一次旷课考勤扣2分，旷课5次及以上考勤0分。
	平时表现	10	1. 主观评价学生的团结协作、社会交往意识与技能以及主动参与合作学习、校园足球活动等情况(6分)。 2. 主观评价学生的思想政治与师德修养表现(4分)。
	技能评分	60	1. 技能考核占比80%，考核内容：(1) 12部位颠球(达标10%)；(2) 边路下底传中(技评20%)；(3) 接球绕杆射门(技评20%)；(4) 12分钟跑(达标10%)；(5) 教学比赛(技评20%)。评分标准按照体育教育专业《足球》专修技术考试大纲规定执行。 2. 教学技能20%，考核内容：2人合作设计完成自选一项足球局部战术练习讲解示范。 方法与要求：学生2人合作设计完成某一具备独立性、完整性、典型性的足球局部战术练习为考核内容。从局部战术教学完成后第二周开始利用4-5次课时间、按组合中学号在前的学生顺序进行考核。每组学生考核时间限制为5分钟。考核依据学生技战术动作示范的完整性、战术动作完成质量，以及战术练习设计的合理性、战术练习讲解的清晰度、可接受性进行评分。评分标准按体育教育专业《足球》专修技术考试大纲规定执行。
第六学期	期末考试	30	期末考试(开卷)：满分100分，包含填空题、选择题、是非题、简答题、问答题等。
	考勤	10	请假或旷课超1/3课时，不予期末考试；一次旷课考勤扣2分，旷课5次及以上考勤0分。
	平时表现	10	1. 主观评价学生的团结协作、社会交往意识与技能以及主动参与合作学习、校园足球活动等情况(6分)。 2. 主观评价学生的思想政治与师德修养表现(4分)。
	技能评分	50	1. 技能考核占比80%，考核内容：(1) 12部位颠球(达标10%)；(2) 边路下底传中(技评20%)；(3) 接球绕杆射门(技评20%)；(4) 30m*5往返跑(达标10%)；(5) 教学比赛(技评20%)。评分标准按照体育教育专业《足球》专修技术考试大纲规定执行。 2. 教学技能20%，考核内容：自选足球技战术微课试讲。

			方法与要求：学生自主选择某一具备独立性、完整性、典型性的足球基本技战术为教学内容进行微课试讲考核。本学期前三周为微课试讲准备期，从第四周开始按学生的学号顺序进行考核，利用10次课的时间完成微课试讲考核。每位学生考核时间限制为10分钟。评分标准按体育教育专业《足球》专修技术考试大纲规定执行。
L 学习建议	1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过足球视频资源，比较学习各项动作技能，充分发挥自身的学习能动性。 2. 探究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，多观摩比赛和视频，提高对足球知识的理解，通过翻转课堂教学法，让学生自主探究学习内容，并进行教学尝试，达到教学相长的目的。		
M 评分量表	《足球》课程目标评分量表见附表。		
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。		
审批意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名： 蒋雪柔任友华 2026年3月4日	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。 系主任签名：徐新建 2026年3月5日	

附表

《足球（主项）》课程目标评分量表

	课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	课程目标 1. 具有系统的足球理论知识、较高水平的足球专项素质和运动技战术水平,具备提出问题、分析问题、解决问题的能力,能将足球专业理论知识与运动技能相结合,并在体育教学工作中运用。	具有全面的足球理论知识、较高水平的足球专项素质和运动技战术水平,具备提出问题、分析问题、解决问题的能力,能合理地将足球专业理论知识与运动技能相结合,并在体育教学工作中熟练运用。 技战术动作完成度高,动作熟练、规范、衔接性强,且球的运行轨迹、球速合理。	具有系统的足球理论知识、较高的足球专项素质和运动技战术水平,具备提出问题、分析问题、解决问题的能力,能合理地将足球专业理论知识与运动技能相结合,并在体育教学工作中合理运用。 技战术动作完成度高,动作熟练、规范、衔接性强,且球的运行轨迹、球速基本合理。	具有较全面的足球理论知识、扎实的足球专项素质和运动技战术水平,具备提出问题、分析问题、解决问题的能力,能将足球专业理论知识与运动技能相结合,并在体育教学工作中有效运用。 技战术动作完成度高,动作熟练、规范,但衔接性不强,且球的运行轨迹、球速不合理。	足球理论知识、足球专项素质和运动技战术水平一般,基本具备提出问题、分析问题、解决问题的能力,基本能将足球专业理论知识与运动技能相结合,并在体育教学工作中运用。 技战术动作完成度高,但动作质量一般、不规范,且球的运行轨迹、球速不合理。	足球理论知识、足球专项素质和运动技战术水平很低,基本不具备提出问题、分析问题、解决问题的能力,基本不能将足球专业理论知识与运动技能相结合,并在体育教学工作中运用。 技战术动作完成度一般,且动作质量较低、不规范。

<p>课程目标 2. 具备系统的足球教学理论、方法与技能,能根据学生身心发展特点和成长规律,按照中学体育与健康课程标准合理进行足球教学设计、实施、评价及相关教学活动;具备一定的足球训练与竞赛理论、方法与技能,具有一定的足球训练与竞赛理论、方法与技能,具有组织与指导课外足球活动、学校运动队训练与竞赛和校园足球竞赛活动的体验,能够运用足球教育训练理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p>	<p>具备全面的足球教学理论、方法与技能,能根据学生身心发展特点和成长规律,按照中学体育与健康课程标准合理进行足球教学设计、实施、评价及相关教学活动;具备一定的足球训练与竞赛理论、方法与技能,具有组织与指导课外足球活动、学校运动队训练与竞赛和校园足球竞赛活动的充分体验,能够运用足球教育训练理论合理分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p> <p>能够扎实掌握各项技战术动作的动作要领、重难点,并能进行准确规范的讲解、示范。</p>	<p>具备系统的足球教学理论、方法与技能,能根据学生身心发展特点和成长规律,按照中学体育与健康课程标准有效进行足球教学设计、实施、评价及相关教学活动;具备一定的足球训练与竞赛理论、方法与技能,具有组织与指导课外足球活动、学校运动队训练与竞赛和校园足球竞赛活动的较多体验,能够运用足球教育训练理论有效分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p> <p>能够扎实掌握各项技战术动作的动作要领、重难点,并能进行准确规范的讲解、示范。</p>	<p>具备较系统的足球教学理论、方法与技能,能根据学生身心发展特点和成长规律,按照中学体育与健康课程标准进行足球教学设计、实施、评价及相关教学活动;具备一定的足球训练与竞赛理论、方法与技能,具有组织与指导课外足球活动、学校运动队训练与竞赛和校园足球竞赛活动的必要体验,能够运用足球教育训练理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p> <p>能够掌握各项技战术动作的动作要领、重难点,并能进行准确的讲解、示范。</p>	<p>能掌握足球教学的基本理论、方法与技能,基本能按照中学体育与健康课程标准进行足球教学设计、实施、评价及相关教学活动;具备一定的足球训练与竞赛理论、方法与技能,具有组织与指导课外足球活动、学校运动队训练与竞赛和校园足球竞赛活动的体验,基本能够运用足球教育训练理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p> <p>能够掌握各项技战术动作的动作要领、重难点,并基本能进行讲解、示范。</p>	<p>掌握足球教学理论、方法与技能情况较差,基本不能按照中学体育与健康课程标准合理进行足球教学设计、实施、评价及相关教学活动;掌握足球训练与竞赛理论、方法与技能情况较差,基本没有组织与指导课外足球活动、学校运动队训练与竞赛和校园足球竞赛活动的体验,基本不能运用足球教育训练理论分析和解决课余训练与竞赛的实践问题。</p> <p>能够掌握各项技战术动作的动作要领、重难点,但基本不能进行完整地讲解、示范。</p>	
--	---	---	--	---	---	--

课程目标 3. 理解学习共同体的作用,具有良好的团结协作和社会交往能力,能够有效发挥足球运动的优势,积极主动参加团队活动,协助其他部门保障学校足球活动的有序开展。	能全面理解学习共同体的作用,具有良好的团结协作和社会交往能力,能够有效发挥足球运动的优势,积极主动参加团队活动,协助其他部门保障学校足球活动的有序开展,效果良好。	能全面理解学习共同体的作用,具有良好的团结协作和社会交往能力,能够有效发挥足球运动的优势,积极主动参加团队活动,协助其他部门保障学校足球活动的有序开展,效果较好。	能理解学习共同体的作用,具有良好的团结协作和社会交往能力,能够有效发挥足球运动的优势,积极参加团队活动,协助其他部门保障学校足球活动的有序开展,效果较好。	基本能理解学习共同体的作用,具有一定的团结协作和社会交往能力,能够有效发挥足球运动的优势,参加团队活动,协助其他部门保障学校足球活动的有序开展,效果一般。	基本不理解学习共同体的作用,缺乏团结协作和社会交往能力,基本不主动参加团队活动,缺乏协助其他部门保障学校足球活动的有序开展的能力。
课程目标 4. 善于挖掘足球运动中的思政元素,并能够结合足球专业学习、校园足球文化、校园足球竞赛等足球主题活动对学生进行系统教育和引导。	善于挖掘足球运动中的思政元素,并能够很好的结合足球专业学习、校园足球文化、校园足球竞赛等足球主题活动对学生进行卓有成效的系统教育和引导。	善于挖掘足球运动中的思政元素,并能够结合足球专业学习、校园足球文化、校园足球竞赛等足球主题活动对学生进行较有效的系统教育和引导。	能够对足球运动中的思政元素进行挖掘,并结合足球专业学习、校园足球文化、校园足球竞赛等足球主题活动对学生进行系统教育和引导,但效果一般。	能够结合足球专业学习、校园足球文化、校园足球竞赛等足球主题活动对学生进行基本的教育和引导。	基本不能结合足球专业学习、校园足球文化、校园足球竞赛等足球主题活动对学生进行教育和引导。
课程目标 5. 具有自主学习、合作学习和终身学习的意识,能够运用批判性思维方法,对自己在足球理论与实践学习过	具有良好的自主学习、合作学习和终身学习的意识,善于运用批判性思维方法,主动对自己在足球理论与实践学习过	具有良好的自主学习、合作学习和终身学习的意识,能够运用批判性思维方法,主动对自己在足球理论与实践学习过	具有自主学习、合作学习和终身学习的意识,能够运用批判性思维方法,对自己在足球理论与实践学习过程中的问题、	基本具有自主学习、合作学习和终身学习的意识,也能够运用批判性思维方法对自己在足球理论与实践学习过程中	缺乏自主学习、合作学习和终身学习的意识,也基本不会运用批判性思维方法对自己在足球理论与实践学习过程中的问

<p>理论与实践学习过程中的问题、状态及时进行反思，学会分析和解决足球教育教学中</p>	<p>程中的问题、状态及时进行反思，分析和解决足球教育教学问题效果良好。</p>	<p>程中的问题、状态及时进行反思，分析和解决足球教育教学问题效果较好。</p>	<p>状态及时进行反思，分析和解决足球教育教学问题效果一般。</p>	<p>的问题、状态进行反思，但主动性较低，分析和解决足球教育教学问题效果一般。</p>	<p>题、状态进行反思。</p>
--	--	--	------------------------------------	---	------------------

。

体育教育专业《体育绘图》课程教学大纲

课程名称	《体育绘图》			课程代码	2711520007
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input type="checkbox"/> 专业必修 <input type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input checked="" type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第6学期	学分	2	课程负责人	王佳荣
总学时	32	理论学时	16	实践学时	16
先修课程与后续课程	先修课程：无 后续课程：各专业核心课				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	雷永时主编·《体育绘图》，高等教育出版社，2010年3月第二版				
B 主要参考书籍	[1] 胡军主编·《体育绘图基本技法与应用》，西南交通大学出版社，2012年7月，第一版 [2] 贺新成,丁伟主编·《体育绘图与体育场地设计》，哈尔滨工程大学出版社，2015年4月，第一版				
C 线上学习资源	本课程已经建立超星平台网络课程,同学们依据学校提供的帐号与密码登录课程网站,可查看教学大纲、授课计划、考核方法、课程PPT、教学视频、网络视频资源、教案、课件等教学资源。				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	本课程为体育教育专业选修课.教会学生体育绘图的理论 and 技能,使学生使用绘图方式表现教学内容,通过教学,使学生掌握人体动作、场地器材和体育课组织教法简图的绘制方法,初步具备各种体育简图的绘制能力,能用体育绘图知识辅助教学丰富教学方法,提高教学质量,并为教学科研服务。				
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	1、使学生对体育绘图的概念、课程性质、学习内容整体的了解,树立正确的体育价值观,遵守体育教师职业道德规范,塑造良好的体育教师形象。使学生了解民族传统体育与体育绘图的关系。(支撑毕业要求1 师德规范 1.2 [L]) 2、加深对体育教育专业的情感认同,树立为体育教育事业奋斗终身的思想,能够结合自己的志向、兴趣和特长进行有目的的学习,完善自己的体育实践及创新能力,为日后从事体育教师专业实践与专业发展打好基础。(支撑毕业要求2 教育情怀 2.1[M]) 3、掌握体育绘图的基本知识和基本技能,理解新时期学生特点及教育需求,以学生为主体,能结合中学生的身心发展规律和教学环境实际,利用体育绘				

	图技术设计教案，开展体育教育活动。（支撑毕业要求 3.1[H]）			
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
	课程目标 1	1.2 具有良好的师德规范：贯彻党的教育方针，以立德树人为己任，以“学高为师，身正为范”为标准；认同师德规范，遵守教师职业道德规范和法律法规，依法执教，立志成为“四有”体育老师。	1. 师德规范 L	
	课程目标 2	2.1 体育教师职业认同感：具有正确的教师观和积极的从教意愿，认同体育教师工作的意义和专业特性，对体育教育事业具有积极的情感、端正的态度和正确的价值观。	2. 教育情怀 M	
	课程目标 3	3.1. 熟练掌握体育绘图基本理论、基本知识和基本技能。	3. 学科素养 H	
F 理论学习内容	章节学习内容与学习要求		支撑课程目标	理论学时分配
	<p>第十六章 概述</p> <p>知道层次：了解并正确选择绘画用具，了解基本线条的绘画的方式与种类。</p> <p>领会层次：理解体育绘图技能对于体育教师实施体育教学的重要意义，通过对传统民族体育文化绘图鉴赏：易筋经、五步拳等，介绍传统体育文化绘图的传承，激发同学们对传统民族体育的认同感。</p> <p>应用层次：灵活的运用体育绘图工具，学会基本线条的绘画。</p> <p>评价：通过问答、讨论方式完成反思、归纳、总结的过程</p>		支撑课程目标 1、2、3	2
	<p>第二章 单线条绘图指导与实践练习</p> <p>知道：单线条表现体育动作的种类；</p> <p>领会：直线、折线、曲线、椭圆在体育绘图中的使用场景。</p> <p>应用：绘图练习直线、折线、曲线、椭圆图形；</p> <p>评价：通过自评、互评、作业批改完成反思、归纳、总结的过程</p>		支撑课程目标 3	2
	<p>第三章 人体体育动作简图基本知识</p> <p>知道：人体动作的比例关系及人体各关节的运动方向与幅度；</p> <p>领会：结合人体的比例关系及动作的比例变化，掌握人体各部位的绘画步骤；绘制人体体育动作简图需形神兼备，通过示例不同体育动作绘图图形，使同学们了解掌握正确的解剖学知识和结构比例，对于绘制人体体育动作简图的意义，结合优秀运动员比赛视频和</p>		支撑课程目标 3	4

	<p>图片，引导同学们欣赏高超运动技术中人体展现的美。 应用：根据不同运动动作正确绘画人体各运动环节、各关节运动方向。 评价：通过自评、互评、作业批改完成反思、归纳、总结的过程</p>		
	<p>第四章 体育运动中人体各部位的画法 知道：结合透视特点、透视形态、表现形式等掌握人体各个部位的常见动作画法，进一步提高单线条图的表现力与绘图水平。 领会：单线图表现动作神态的方法 应用：结合所学知识，可熟练使用单线图快速画法进行绘图。 评价：通过自评、互评、作业批改完成反思、归纳、总结的过程</p>	支撑课程目标 3	4
	<p>第五章 队列队形、体育教学组织图的画法 知道：结合透视特点、透视形态、表现形式了解队列队形图、体育教学组织图的画法与应用场景，进一步提高单线条图的表现力与绘图水平。 领会：体育教学组织形式图在体育课中的应用形式，如何使用此种方式指导中学生训练或体育队形表演。举例北京奥运会、冬奥会队形表演视频，使同学们了解队形设计与变化的应用，及科学合理利用队形绘图对于队列变化的指导作用和实践作用，介绍队形变化对于训练和站位的严格要求，提升同学们严谨的治学意识。 应用：结合所学知识，可熟练应用相关图形进行绘图，并将其应用于教案设计与教学或训练指导。 评价：通过自评、互评、作业批改完成反思、归纳、总结的过程</p>	支撑课程目标 3	4
G 实验内容	项目名称、主要内容及开设要求	支撑课程目标	实验学时分配
	无	无	无
	合计		0
H 实践内容 (含教育实习、见习、研习，专业实习、毕业论文或毕业设计等)	实践主要内容和要求	支撑课程目标	实验学时分配
	绘图技能实践	支撑课程目标 3	16
I 教学方法与教学方式	<p>29. 理论课全部采用多媒体教学，应用自编或改编的多媒体课件，加上视频，图片示例，同时每节课对绘图作业进行集体评阅、讲解，改善理论课的枯燥和沉闷，吸引学生的注意力，加强授课效果。</p> <p>30. 实践课在课堂内进行，通过绘图示范、挂图、视频展示等方式帮助学生</p>		

	建立认知，通过巡回纠错、探究发现、小组讨论、自评互评的方式完成组织教学，借助讨论、答疑、作品展示加分等环节，保证学生学习的积极性。 31. 主要方式： <input checked="" type="checkbox"/> 讲授 <input type="checkbox"/> 网络学习 <input checked="" type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input checked="" type="checkbox"/> 问题导向学 <input type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input checked="" type="checkbox"/> 实作学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input type="checkbox"/> 其它 (观摩视频)							
J 教学条件 要求	(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等) 1. 时间：第1学期，一周1次课，每次2学时； 2. 地点：理论课——多媒体教室；绘图技能实践——多媒体教室 3. 根据实际情况，可允许配备一课双师，授课时间为8学时。							
K 课程目标及 其考核内 容、考核方 式及评分占 比	课程目 标及评 分占比	考核内容	考核方式					课程 分目 标的 达成 度
			作业 评分 占比 (%)	考勤 评分 占比 (%)	期中 考试 评分 占比 (%)	小组 活动 评分 占比 (%)	期末 考试 评分 占比 (%)	
	课程 目标 1 (15%)	1. 体育绘图的规范性、严谨性在体育教学中的意义	-	5	-	-	-	0.75
	课程 目标 2 (15%)	1. 体育绘图技能或相关技术在课堂教学中的应用场景	-	5	-	-	-	0.75
	课程 目标 3 (70%)	1. 体育动作简图、单线图、场地器材图、教学组织形式图绘图方法与应用	20	20	-	-	50	0.75
	总分		20	30			50	0.75
	考核方式	配分	评分说明					
	作业	30	本学期共10次作业。每次3分，最后作业得分取平均分。评分标准：没交得0分，有交得2分，再视作业完成情况在1到3分之间打分。					
考勤	20	考勤请假或旷课超1/3课时，不予期末考核；旷课3次及以上考勤0分，一次旷课考勤扣5分；						
期末考核	30	请结合运动形式绘制动作用流程图、场地图、教学形式组织图、一套体育动作单线条图(动作图不少于4个动作组合,场地图标明场地名称及比例关系)具体标准如下： (一)优(90—100分)						

			<p>1、能全面掌握和综合运用所学知识与技能按要求完成考核，图示清晰，文字说明充分。</p> <p>2、能密切联系考试题目要求，准确绘制相关图形。</p> <p>3、绘图图形比例正确、动作优美，较好的展现体育技术的要求，具有线条美感。</p> <p>(二)良(80-89分)</p> <p>1、能熟练地综合运用所学知识与技能按要求完成考核，图示清晰，文字说明充分。</p> <p>2、能联系考试题目要求，准确绘制相关图形。</p> <p>3、绘图图形比例正确、动作优美，较好的展现体育技术的要求。</p> <p>(三)中(70—79分)</p> <p>1、能较熟练运用所学知识与技能按要求完成考核，图示清晰，文字说明充分。</p> <p>2、能完成考试题目要求，准确绘制相关图形。</p> <p>3、绘图图形比例正确，较好的展现体育技术的要求。</p> <p>(四)及格(60-69分)</p> <p>1、能基本运用所学知识与技能按要求完成考核，图示清晰，文字说明充分。</p> <p>2、基本完成考试题目要求，绘制相关图形。</p> <p>3、绘图图形比例基本正确，较好的展现体育技术的要求。</p> <p>(五)不及格(60分以下)</p> <p>1、未能运用所学知识与技能按要求完成考核，图示不清晰、图形比例错误。</p> <p>2、未完成考试题目，绘制不相关图形。</p> <p>3、无法实现动作美感，表现体育技术动作不符合规范的要求。</p>
	小组活动	20	以宿舍为单位，分组讨论体育绘图的规范性、严谨性在体育教学中的意义；体育绘图技能或相关技术在课堂教学中的应用场景，并说明原因。
L 学习建议	<p>1. 自主学习。建议学生通过预习教材，并通过中国慕课等视频资源，课前进行绘图练习，充分发挥自身的学习能动性。</p> <p>2. 探究性学习。鼓励学生针对课程教学内容，多观摩网络视频资源，提高对绘图技法的理解，通过翻转课堂教学法，让学生自主探究学习内容，并进行教学尝试，达到教学相长的目的。</p>		
M 评分量表	《体育绘图》课程目标评分量表，见附表。		
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。		

<p>审批 意见</p>	<p>课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：</p> <p>王世东</p> <p>王峰 徐新建</p> <p>2026年3月4日</p>	<p>系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。</p> <p>系主任签名：徐新建</p> <p>2026年3月5日</p>
------------------	--	---

附表

《体育绘图》课程目标评分量表

		优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	课程目标 1: 使学生对体育绘图的概念、课程性质、学习内容有整体的了解,树立正确的体育价值观,遵守体育教师职业道德规范,塑造良好的体育教师形象。使学生了解民族传统体育与体育绘图的关系。	能全面掌握体育绘图的概念、课程性质,对学习内容整体的了解,树立正确的体育价值观,遵守体育教师职业道德规范,塑造良好的体育教师形象。	能熟练掌握体育绘图的概念、课程性质,对学习内容整体的了解,树立正确的体育价值观,遵守体育教师职业道德规范,塑造良好的体育教师形象。	能较熟练掌握体育绘图的概念、课程性质、对学习内容整体的了解,树立正确的体育价值观,遵守体育教师职业道德规范,塑造良好的体育教师形象。	能基本掌握体育绘图的概念、课程性质、学习内容有一定了解,树立正确的体育价值观,遵守体育教师职业道德规范,塑造良好的体育教师形象。	未能掌握体育绘图的概念、课程性质,对学习内容无法从整体进行了解,未能树立正确的体育价值观,遵守体育教师职业道德规范,塑造良好的体育教师形象。
	课程目标 2: 加深对体育教育专业的情感认同,树立为体育教育事业奋斗终身的思想,能够结合自己的志向、兴趣和特长进行有目的的学习,完善志向、兴趣和特长进行有目的的学习。	加深对体育教育专业的情感认同,树立为体育教育事业奋斗终身的思想,能够结合自己的志向、兴趣和特长进行有目的的学习,完善自己的体育实践及创新能力。	能认同体育教育专业的情感,树立为体育教育事业奋斗终身的思想,能结合自己的志向、兴趣和特长进行学习,具备体育实践及创新能力。	基本认同体育教育专业的情感,树立为体育教育事业奋斗的思想,结合自己的志向、兴趣和特长进行学习,有一定的体育实践及创新能力。	部分认同体育教育专业的情感,树立为体育教育事业奋斗的思想,结合自己的志向、兴趣和特长进行学习,有一定的体育实践及创新能力。	不认同体育教育专业的情感,未能树立为体育教育事业奋斗的思想,不能结合兴趣和特长进行学习,未能具备的体育实践能力。

	习,完善自己的体育实践及创新能力,为日后从事体育教师专业实践与专业发展打好基础。					
	<p>课程目标 3: 掌握体育绘图的基本知识和基本技能,理解新时期学生特点及教育需求,以学生为主体,能结合中学生的身心发展规律和教学环境实际,利用体育绘图技术设计教案,开展体育教育活动。</p>	<p>能全面掌握体育绘图的基本知识和基本技能,较好理解新时期学生特点及教育需求,以学生为主体,能结合中学生的身心发展规律和教学环境实际,利用体育绘图技术设计教案,较好的开展体育教育活动。</p>	<p>熟练掌握体育绘图的基本知识和基本技能,理解新时期学生特点及教育需求,以学生为主体,能结合中学生的身心发展规律和教学环境实际,利用体育绘图技术设计教案,开展体育教育活动。</p>	<p>较熟练掌握体育绘图的基本知识和基本技能,理解新时期学生特点及教育需求,以学生为主体,能结合中学生的身心发展规律和教学环境实际,利用体育绘图技术设计教案,开展体育教育活动。</p>	<p>基本掌握体育绘图的基本知识和基本技能,基本理解新时期学生特点及教育需求,以学生为主体,能结合中学生的身心发展规律和教学环境实际,利用体育绘图技术设计教案,开展体育教育活动。</p>	<p>未能掌握体育绘图的基本知识和基本技能,未能理解新时期学生特点及教育需求,以学生为主体,能结合中学生的身心发展规律和教学环境实际,利用体育绘图技术设计教案,开展体育教育活动。</p>

体育教育专业《教育见习》课程教学大纲

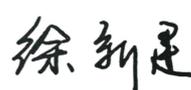
课程名称	《教育见习》			课程代码	2713605001-2713605002
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业必修 <input type="checkbox"/> 专业选修 <input checked="" type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 5、6 学期	学分	1	课程负责人	见习带队教师
总学时	2 周	理论学时		实践学时	5.6 学期各 1 周
先修课程与后续课程	后续课程：教育研习、教育见习				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	水平一-水平五人教版体育与健康教材				
B 参考书籍	水平一-水平五人教版体育与健康教材（教师用书） 罗希尧主编，《中学体育教材教法》，高等教育出版社，2001 年 7 月版。				
C 线上资源	中小学慕课平台——爱学堂，网址： http://www.aixuetang.com/				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>本课程性质与地位：教育见习是体育师范教育专业人才培养环节中的综合性、实践性必修课程，也是检验人才培养质量，促进人才培养水平提高的必要措施。其目的是通过目标明确的、系统的教育实践体验和训练，使体育师范生的教学能力、教育能力及教研能力得到初步的发展，为从事中小学体育教育教学工作和持续的专业发展奠定扎实的基础。</p> <p>课程任务：通过教育见习，使学生认识到教育工作的重要意义，增强投身教育事业的光荣感和责任感，逐步具备从事教育事业的良好品德素养。通过教学工作见习、班主任工作见习和教研见习，让学生将所学的基本理论、专业知识和基本技能综合运用于教育教学和研究的实际，培养学生独立从事学科教学的工作能力，让学生初步胜任中小学教师岗位工作。</p> <p>通过教育见习，加强我校与基础教育学校的联系，深入了解中小学实际情况，全面检验体育教育人才培养工作，不断推进体育教育改革，提高师范生培养质量。</p>				
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观：</p> <p>课程目标 1：重视师德师范养成，明确教师职业形象，能够以德服人，以理待人，以智育人；（支撑毕业要求 1.1）</p> <p>课程目标 2：掌握见习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，能够严格按照课标设计教学，并能学会分析不同水平的学生发展特点，有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段；（支撑毕业要求 4.1）</p> <p>课程目标 3：遵循德育为先的原则，能有效地把体育与德育结合起来，能组织主题班会、团队课外活动、心理疏导等活动。了解学生，做到科学管理与因材施教；（支撑毕业要求 5.1）</p>				

课程目标 4: 能够及时的进行评价反思, 对他人的学习情况、综的合表现作出合理评价与分析, 发现他人的优缺点, 思考并提出改进的措施。(支撑毕业要求 7.1)			
课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
课程目标 1	1.1 具有坚定的理想信念: 热爱祖国, 有理想信念, 践行社会主义核心价值观; 增进对新时代中国特色社会主义的思想认同、政治认同、理论认同和情感认同。	师德师风 (M)	
课程目标 2	4.1 具备专业教学能力: 具备体育教学的基本技能与基本理论, 了解体育与健康课程改革的动态; 能根据学生身心发展特点和成长规律, 按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动。在系统掌握多项运动技能的基础上形成较高水平的专项运动技能。	教学能力 (H)	
课程目标 3	5.1 掌握班级管理方法: 树立德育为先理念, 了解中学德育原理与方法。掌握班级组织、管理与建设的工作规律与基本方法。善于利用体育的团队精神、规则意识引导学生的班级生活, 在班主任工作实践中, 能对学生的德育和心理健康发展进行引导、评价和反馈。	班级指导 (M)	
课程目标 4	7.1 具备反思的能力: 具有自主学习、合作学习和终身学习的意识, 能够运用批判性思维方法, 对自己的学习和工作状态及时进行反思, 学会分析和解决体育教育教学中的问题。	学会反思 (M)	
F 教学工作见习	章节学习内容与学习要求	支撑课程目标	理论学时分配
	1、听课: 听课不少于8节, 课后评议不少于 1 次。要求见习生多听课并坚持互相听课、课后评议和参加各种教研活动。做好听课记录并认真进行课后分析, 相互学习, 取长补短, 不断改进教学, 共同提高教学质量。	支撑课程目标 4	>8
	2、教案: 设计教案不少于 16 篇。要求见习生进行说课和试讲, 见习小组成员参与、指导教师考核; 教案和试讲未经指导教师考核通过者, 不得上课。	支撑课程目标 4	>2
	合计		

<p>I 教学方法与 教学方式</p>	<p>1. 见习形式：采用集中统一见习的形式，根据专业性质、专业特点、见习要求，分散在不同见习单位，有组织地开展教育见习工作。</p> <p>2. 见习时间：2周，分两个学期开展。</p> <p>3. 见习学校：以三明学院教师专业发展学校为主，较为成熟的原教学实践基地为辅，遴选教学质量好、能提供见习生住宿、满足见习所需的中小学供见习生见习。</p> <p>4. 见习准备：见习前学生需通过国家统一组织的普通话等级考试（二级乙等为合格）及学校组织的书写技能、教师口语及现代教育技术三项技能考核；需完成学科教学论的学习并考核合格，通过备课关、编写教案关、试讲评议关，掌握基本教学技能。</p> <p>主要方式： <input type="checkbox"/>讲授 <input type="checkbox"/>网络学习 <input type="checkbox"/>讨论或座谈 <input type="checkbox"/>问题导向学 <input type="checkbox"/>分组合作学习 <input type="checkbox"/>专题学习 <input type="checkbox"/>实作学习 <input type="checkbox"/>发表学习 <input checked="" type="checkbox"/>见习 <input type="checkbox"/>参观访问 <input type="checkbox"/>其它 (口头训练)</p>							
<p>J 教学条件 要求</p>	<p>(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等)</p> <p>1. 学校统一安排见习，非特殊情况（须经学院党政联席会审批），不允许自主见习。</p> <p>2. 见习要求 体育教育专业学生必须参加集中教育见习。因故不能参加见习的，须办理请假手续，毕业前必须补修；教育见习成绩不合格者必须重修；无教育见习成绩或教育见习成绩不合格者不予毕业。 教育见习开展前，须与二级学院、见习学校签订《三明学院教育见习安全协议书》。</p>							
<p>K 课程目标及其考核内容、考核方式及评分占比</p>	<p>课程目标及评分占比</p>	<p>考核内容</p>	<p>考核方式</p>					<p>课程分目标的达成度</p>
	<p>课程目标1 (20%)</p>	<p>1. 爱岗敬业，爱护学生了解学生 2. 始终将立德树人理念贯彻到体育教育实践中</p>	<p>教学工作 (50%)</p>	<p>班主任工 作占 比 (%)</p>	<p>教研见 习占 比 (%)</p>	<p>见习 考勤 占比 (25 %)</p>	<p>反思 总结 占比 (25 %)</p>	<p>0.85</p>
	<p>课程目标2 (40%)</p>	<p>1. 掌握见习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，严格按照课标设计教学 2. 有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段。</p>	<p>80</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>-</p>		<p>0.85</p>

课程目标 3 (20%)	1. 能有效地把体育与德育结合起来, 能组织主题班会、团队课外活动、心理疏导等活动。 2. 了解学生, 做到科学管理与因材施教	-	-	-	40	40	0.85
课程目标 4 (20%)	1. 能够及时的进行评价反思, 对他人的学习情况、综合表现作出合理评价与分析 2. 发现他人的优缺点, 思考并提出改进的措施	20	-	-	20	20	0.85
总分		100	-	-	100	100	
考核方式	配分	评分说明 (百分制)					
教学工作 成绩	40	<p>1. 90 分以上</p> <p>(1) 教育见习目的明确, 态度端正, 工作认真负责。</p> <p>(2) 认真钻研教学大纲, 熟悉教材, 教学目的明确, 独立编写教案, 圆满完成教学任务。</p> <p>(3) 掌握教学原则, 教学方法灵活得当, 教学重点突出, 效果好。</p> <p>(4) 教态自然, 板书规范, 表达清楚, 组织有序。</p> <p>(5) 主动耐心辅导学生, 按时认真批改作业。</p> <p>(6) 虚心请教, 认真评议, 团结协作, 勇于进取, 有创新精神。</p> <p>2. 81-90 分</p> <p>(1) 教育见习目的明确, 态度端正, 工作认真。</p> <p>(2) 能钻研教学大纲, 熟悉教材, 教学目的较明确, 独立编写教案, 完成教学任务较好。</p> <p>(3) 熟悉教学原则, 注意改进教学方案, 教学效果较好。</p> <p>(4) 教态较自然, 板书比较规范, 表达清楚, 课堂组织较好。</p> <p>(5) 耐心辅导学生, 认真批改作业。</p> <p>(6) 认真参与评教, 虚心接受指导, 努力改进教学。</p> <p>3. 71-80 分</p> <p>(1) 教育见习目的较明确, 态度端正, 工作认真。</p> <p>(2) 能钻研教学大纲, 熟悉教材, 教学目的较明确, 能基本独立编写教案, 基本完成教学任务。</p> <p>(3) 了解教学原则, 教学方法适用, 教学效果达到基本要求。</p> <p>(4) 教态一般, 板书较工整, 表达较清楚, 组织教学符合要求。</p> <p>(5) 耐心辅导学生, 批改作业较认真。</p> <p>(6) 认真参与评教, 虚心接受指导, 努力改进教学。</p> <p>4. 61-70 分</p> <p>(1) 教育见习目的尚明确, 态度较端正, 工作比较认真, 遵守纪律。</p>					

		<p>(2) 能钻研教学大纲和教材，独立编写教案有困难，经指导和帮助能完成教学任务。</p> <p>(3) 基本了解教学原则，教学方法较呆板，教学目的和重点不够明确。</p> <p>(4) 教态不够自然，板书尚规范，表达基本清楚，组织教学有一定困难。</p> <p>(5) 能辅导学生，能完成批改作业任务。</p> <p>(6) 能参加教学评议，但分析能力较差。</p> <p>5. 60 分以下</p> <p>(1) 教育见习目的不明确，工作不够认真。</p> <p>(2) 独立工作能力差，不能独立编写教案，不能完成教学任务。</p> <p>(3) 理论脱离实际，不能合理运用教学原则和教学方法。</p> <p>(4) 教态不自然，板书不规范，表达不清楚，组织教学有困难。</p> <p>(5) 辅导学生不耐烦，批改作业不认真。</p> <p>(6) 教学评议能力较差，不善于分析自己，不能正确对待他人意见。</p> <p>6. 上述标准中有两项未达到的，降一档次。</p>	
	见习考勤	5	无故旷课 1 次以上，总评扣 10 分，2 次及以上取消成绩。
	反思总结	20	<p>1. 90 分以上 汇报课情况优秀，教法、教态得体规范，课堂效果好；教育反思有针对性，原因分析恰当，有一定理论水平，文字简洁，能体现见习收获；及时上交见习相关材料，且材料完整、规范、质量佳。</p> <p>2. 81-90 分 汇报课情况良好，教法、教态得体规范，课堂效果良好；教育反思有现实意义，能较好分析原因，能结合相关理论，文字准确，能体现见习收获；及时上交见习相关材料，且材料完整、规范、质量良好。</p> <p>3. 71-80 分 汇报课情况较好，教法、教态较为规范，课堂效果较好；教育反思较为合理，能较好分析原因，文字准确；及时上交见习相关材料，且材料完整、规范、质量中等。</p> <p>4. 61-70 分 汇报课情况一般，教法、教态较为规范，课堂效果一般；教育反思有合理之处，能分析原因，文字较为准确；及时上交见习相关材料，且材料完整、规范、质量一般。</p> <p>5. 60 分以下 汇报课情况较差，教法、教态不规范，课堂效果较差；教育反思偏离实际，原因分析不当，文字表达一般；未及时上交见习相关材料，或材料不够完整、不够规范、质量较差。</p>
L 学习建议	<p>1. 见习实践，以教代练，教学相长。。</p> <p>2. 探究性学习，总结、反思、讨论教学过程的特点，多看课，多听课，有</p>		

	效实施教学。	
M 评分量表	《教学评价》课程目标评分量表，见附表。	
备注	课程大纲 A—M 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批 意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：  2026 年 3 月 4 日	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。 系主任签名：  2026 年 3 月 5 日

附表

《教育见习》课程目标评分量表

课程目标		优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	课程目标 1: 重视师德师风养成, 明确教师职业形象, 能够以德服人, 以理待人, 以智育人;	重视师德师风养成, 明确教师职业形象, 能够以德服人, 以理待人, 以智育人;	具有良好的师德师风养成, 明确教师职业形象, 能够以德服人, 以理待人, 以智育人;	师德师风较好, 能够注意教师职业形象, 能够以德服人, 以理待人, 以智育人;	师德师风较好, 能够注意教师职业形象, 能够以德服人	师德师风不规范, 存在问题, 教师职业形象较差
	课程目标 2: 掌握见习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵, 能够严格按照课标设计教学, 并能学会分析不同水平的学生发展特点, 有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段;	掌握见习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵, 能够严格按照课标设计教学, 并能学会分析不同水平的学生发展特点, 有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段;	掌握见习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵, 能够按照课标设计教学, 理解学生发展, 有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段;	掌握见习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵, 能够按照课标设计教学, 理解学生发展, 能够完成设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段;	掌握见习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵, 能够按照课标设计教学, 教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价能基本完成;	不注重见习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵, 不能够按照课标设计教学, 不能完整的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价
	课程目标 3: 重视教学实践的体验, 在备课、授课过程中明确教法与学法的应用, 理解教学重难点的设定及解决	重视教学实践的体验, 在备课、授课过程中明确教法与学法的应用, 理解教学重难点的设定及解决	重视教法与学法的应用, 理解教学重难点的设定及解决办法, 能够在教学过程中灵活处理各种教学	有较好的教法与学法理解教学重难点的设定及解决办法, 在教学过程中处理各种教学突发状况, 基	有一定的教法与学法, 理解教学重难点的设定及解决办法, 在教学过程中处	不能理解教学重难点的设定及解决办法, 在教学过程中处理各种教学突发状况处理不当, 课堂氛围

<p>定及解决办法，能够在教学过程中灵活处理各种教学突发状况，充分调动学生的学习积极性，关注学生的学习方法和学习效果，并能给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反思。</p>	<p>办法，能够在教学过程中灵活处理各种教学突发状况，充分调动学生的学习积极性，关注学生的学习方法和学习效果，并能给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反思。</p>	<p>突发状况，基本能够调动学生的学习积极性，关注学生的学习方法和学习效果，并能给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反思。</p>	<p>本能够调动学生的学习积极性给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反思。</p>	<p>况，基本能够调动学生的学习积极性给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反思。</p>	<p>差，课堂教学结束后不能及时进行教学反思。</p>
<p>课程目标 4：能够及时的进行评价反思，对他人的学习情况、综的合表现作出合理评价与分析，发现他人的优缺点，思考并提出改进的措施。</p>	<p>能够及时的进行评价反思，对他人的学习情况、综的合表现作出合理评价与分析，发现他人的优缺点，思考并提出改进的措施</p>	<p>善于评价反思，对他人的学习情况、综的合表现作出较合理的评价与分析，发现他人的优缺点，思考并提出改进的措施</p>	<p>能够对他人的学习情况、综的合表现作出基本的评价与分析，发现他人的优缺点，思考并提出改进的措施</p>	<p>能够对他人的学习情况、综的合表现作出简单的评价与分析，发现他人的优缺点</p>	<p>不懂得如何评价与反思，不能对课程进行准确的评价分析</p>

体育教育专业《教育研习》课程教学大纲

课程名称	《教育研习》			课程代码	2713610003
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业必修 <input type="checkbox"/> 专业选修 <input checked="" type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第8学期	学分	1	课程负责人	研习带队教师
总学时	2周	理论学时		实践学时	2周
先修课程与后续课程	先续课程：教育见习、教育实习				
适用专业	体育教育专业				
A 参考教材	水平一-水平五人教版体育与健康教材				
B 参考书籍	水平一-水平五人教版体育与健康教材（教师用书） 罗希尧主编，《中学体育教材教法》，高等教育出版社，2001年7月版。				
C 线上资源	中小学慕课平台——爱学堂，网址： http://www.aixuetang.com/				
D 课程描述 (含性质、地位和任务)	<p>本课程性质与地位：教育研习是体育师范教育专业人才培养环节中的综合性、实践性必修课程，也是检验人才培养质量，促进人才培养水平提高的必要措施。其目的是通过目标明确的、系统的教育实践体验和训练，使体育师范生的教学能力、教育能力及教研能力得到初步的发展，为从事中小学体育教育教学工作和持续的专业发展奠定扎实的基础。</p> <p>课程任务：通过教育研习，使学生认识到教育工作的重要意义，增强投身教育事业的光荣感和责任感，逐步具备从事教育事业的良好品德素养。通过教学工作研习、班主任工作研习和教研研习，让学生将所学的基本理论、专业知识和基本技能综合运用用于教育教学和研究的实际，培养学生独立从事学科教学的工作能力，让学生初步胜任中小学教师岗位工作。</p> <p>通过教育研习，加强我校与基础教育学校的联系，深入了解中小学实际情况，全面检验体育教育人才培养工作，不断推进体育教育改革，提高师范生培养质量。</p>				
E 课程学习目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过本课程的学习，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观：</p> <p>课程目标 1：掌握研习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，能够严格按照课标设计教学，并能学会分析不同水平的学生发展特点，有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段；（支撑毕业要求 4.1）</p> <p>课程目标 2：通过研习能够准确把握学情分析技巧，理解学生，能从学生发展的角度开展育人工作，能够有效结合体育教学进行育人活动。（支撑毕业要求 6.1）</p> <p>课程目标 3：能够及时的进行评价反思，对他人的学习情况、综合表现作出合理评价与分析，发现他人的优缺点，思考并提出改进的措施。（支撑毕业要求 7.1）</p>				

	课程目标4: 通过研习活动, 能够获得主动沟通与自我评价的能力, 积极参与教学研究活动, 勇于承担责任, 乐于分享交流实践经验, 具备与同学、老师有效沟通交流的能力, (支撑毕业要求8.2)			
	课程目标	毕业要求分解指标点	毕业要求	
	课程目标1	4.1 初具教学能力: 具备体育教学的基本技能与基本理论, 了解体育与健康课程改革的动态, 熟悉课程标准和中学体育教材; 能根据学生身心发展特点和成长规律, 按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动。	教学能力 (H)	
	课程目标2	6.1 了解学生身心健康发展规律: 掌握新时期中学生身心发展和养成教育规律, 理解学校体育育人的功能与价值, 能够有效结合体育教学进行育人活动。	综合育人 (M)	
	课程目标3	7.1 具备反思的能力: 具有自主学习、合作学习和终身学习的意识, 能够运用批判性思维方法, 对自己的学习和工作状态及时进行反思, 学会分析和解决体育教育教学中的问题。	学会反思 (M)	
	课程目标4	8.2 具备沟通合作技能: 掌握良好的沟通合作技能, 积极参与教学研究活动, 勇于承担责任, 乐于分享交流实践经验, 具备与学生、家长及社区的沟通交流能力。	沟通合作 (M)	
F 教学工作研 习	章节学习内容与学习要求		支撑课程 目标	理论学 时分配
	小组讨论: 师德教育体验叙事并撰写师德教育案例, 班级管理案例分析并撰写班级管理案例。撰写师德教育案例和班级管理案例各1篇。		支撑课程 目标2	>8
	开展主题研讨: 体育公开课教学反思, 教育实习经验交流。每实习队至少推1-2人作为代表, 针对体育公开课教学反思、教育实习经验交流进行总结发言, 发言时间10-15分钟, 要有PPT。撰写撰写公开课教学反思总结和教育实习经验交流发言稿。		支撑课程 目标1、3	>8
	各班体育师范生应在指导教师指导下, 基于教育实习中形成的教学设计、教学视频、教学叙事、课例(案例)分析、调查报告等, 利用小组讨论法、专题研习法等方		支撑课程 目标1、4	>4

	法开展视频观摩、案例研读、讨论交流。完成不少于2000字的教育研习工作总结		
	合计		
	实践主要内容和要求	支撑课程目标	实验学时分配
H 教研实习	<p>参加学科组、实习队等组织的各类教研活动。要求实习生能主动学习、积极总结和反思,积累教学典型案例,学以致用。</p> <p>调查研究内容以实习学校的历史和现状,优秀教师先进事迹,教书育人经验、教学方法和教改经验,教学对象的心理、生理特点、学习态度与方法、知识结构、智能水平与政治思想品德状况为主。</p> <p>调查研究报告一般不少于3000字。实习生可以结合毕业论文的撰写,进行选题、调查、素材收集、完成论文初稿等工作。</p> <p>调查报告必须来自实习生本人的实地观察,或者经由教育访谈、问卷等途径获得,不得杜撰、抄袭、剽窃他人成果,否则即按教育实习成绩不及格处理。</p>	支撑课程目标1、4	>12
I 教学方法与教学方式	<p>1. 研习形式:采用集中统一研习的形式,根据专业性质、专业特点、研习要求,有组织地开展教育研习工作。</p> <p>2. 研习时间:3周,分两个学期开展(第七学期1周,第八学期2周)。</p> <p>3. 研习学校:以三明学院教师专业发展学校为主,较为成熟的原教学实践基地为辅,遴选教学质量好、能提供研习生住宿、满足研习所需的中小学供研习生研习。</p> <p>4. 研习准备:研习前学生需通过国家统一组织的普通话等级考试(二级乙等为合格)及学校组织的书写技能、教师口语及现代教育技术三项技考核;需完成学科教学论的学习并考核合格,通过备课关、编写教案关、试讲评议关,掌握基本教学技能。</p> <p>主要方式:</p> <p><input type="checkbox"/>讲授 <input type="checkbox"/>网络学习 <input type="checkbox"/>讨论或座谈 <input type="checkbox"/>问题导向学 <input type="checkbox"/>分组合作学习</p> <p><input type="checkbox"/>专题学习 <input type="checkbox"/>实作学习 <input type="checkbox"/>发表学习 <input checked="" type="checkbox"/>研习 <input type="checkbox"/>参观访问 <input type="checkbox"/>其它(口头训练)</p>		
J 教学条件要求	<p>(如时间、地点安排与“一课双师”等教师配备要求等)</p> <p>1. 学校统一安排研习,非特殊情况(须经学院党政联席会审批),不允许自主研习。</p> <p>2. 研习要求</p> <p>体育教育专业学生必须参加集中教育研习。因故不能参加研习的,须办理请假手续,毕业前必须补修;教育研习成绩不合格者必须重修;无教育研习成绩或教育研习成绩不合格者不予毕业。</p> <p>教育研习开展前,须与二级学院、研习学校签订《三明学院教育研习安全协议书》。</p>		

课程目标及评分占比	考核内容	考核方式					课程分目标的达成度
		教学工作(40%)	班主任工作占比(10%)	教研占比(%)	研考勤占比(30%)	反思总结占比(20%)	
课程目标1 (40%)	1. 爱岗敬业, 爱护学生了解学生 2. 始终将立德树人理念贯彻到体育教育实践中	30	5	-	5	-	0.8
课程目标2 (20%)	1. 掌握研习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵, 严格按照课标设计教学 2. 有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段。	5	-	-	10	5	0.8
课程目标3 (20%)	1. 能有效地把体育与德育结合起来, 能组织主题班会、团队课外活动、心理疏导等活动。 2. 了解学生, 做到科学管理与因材施教	-	5	-	10	5	0.8
课程目标4 (20%)	1. 能够及时的进行评价反思, 对他人的学习情况、综的合表现作出合理评价与分析 2. 发现他人的优缺点, 思考并提出改进的措施	5	-	-	5	10	0.8
总分		40	10	-	30	20	0.8
考核方式	配分	评分说明 (百分制)					
教学工作、班主任工作、研	50	1. 90分以上 能积极参加教研活动, 有独立、新颖见解; 调研报告选题有意义, 逻辑严谨、材料全面客观, 观点鲜明, 善于运用多种研究方法, 所提建议切实可行。 2. 81-90分 能积极参加教研活动, 能结合研习情况进行发言; 调研报告选题有意义, 文章结构合理、材料较为全面, 观点明确, 能运用多种研究方法, 所提建议切实可行。					

		<p>3. 71-80分 能积极参加教研活动，有一定思考；调研报告选题有一定针对性，文章结构较合理、材料尚为客观，有相应论点，能运用常规研究方法，所提建议主要方面尚可行。</p> <p>4. 61-70分 能完整参加教研活动；调研报告选题较一般，文章结构尚可、材料能说明一定问题，论点不明确，研究方法运用能力较弱，所提建议有一定合理之处。</p> <p>5. 60分以下 参加教研活动情况较差；调研报告选题不当，文章结构较差、材料选取不当，观点杂乱，研究方法运用不当，所提建议脱离实际。</p> <p>6. 调研报告存在弄虚作假、抄袭剽窃情况的，按作弊处理。</p>	
	研习考勤	30	无故旷课1次以上，总评扣10分，2次及以上取消成绩。
	反思总结	20	<p>1. 90分以上 汇报课情况优秀，教法、教态得体规范，课堂效果好；教育反思有针对性，原因分析恰当，有一定理论水平，文字简洁，能体现研习收获；及时上交研习相关材料，且材料完整、规范、质量佳。</p> <p>2. 81-90分 汇报课情况良好，教法、教态得体规范，课堂效果良好；教育反思有现实意义，能较好分析原因，能结合相关理论，文字准确，能体现研习收获；及时上交研习相关材料，且材料完整、规范、质量良好。</p> <p>3. 71-80分 汇报课情况较好，教法、教态较为规范，课堂效果较好；教育反思较为合理，能较好分析原因，文字准确；及时上交研习相关材料，且材料完整、规范、质量中等。</p> <p>4. 61-70分 汇报课情况一般，教法、教态较为规范，课堂效果一般；教育反思有合理之处，能分析原因，文字较为准确；及时上交研习相关材料，且材料完整、规范、质量一般。</p> <p>5. 60分以下 汇报课情况较差，教法、教态不规范，课堂效果较差；教育反思偏离实际，原因分析不当，文字表达一般；未及时上交研习相关材料，或材料不够完整、不够规范、质量较差。</p>
L 学习建议	<p>1. 研习实践，以教代练，教学相长。。</p> <p>2. 探究性学习，总结、反思、讨论教学过程的特点，多看课，多听课，有效实施教学。</p>		
M 评分量表	《教学评价》课程目标评分量表，见附表。		

备注	课程大纲A—M项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批意见	<p>课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：</p> <p>徐新建 吴莲花</p> <p>徐长安</p> <p>2025年2月15日</p>	<p>系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。</p> <p>系主任签名：徐新建</p> <p>2025年2月16日</p>

《教育研习》课程目标评分量表

课程目标		优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
M 评分量表	课程目标 1: 重视师德师风养成, 明确教师职业形象, 能够以德服人, 以理待人, 以智育人;	重视师德师风养成, 明确教师职业形象, 能够以德服人, 以理待人, 以智育人;	具有良好的师德师风养成, 明确教师职业形象, 能够以德服人, 以理待人, 以智育人;	师德师风较好, 能够注意教师职业形象, 能够以德服人, 以理待人, 以智育人;	师德师风较好, 能够注意教师职业形象, 能够以德服人	师德师风不规范, 存在问题, 教师职业形象较差
	课程目标 2: 始终贯彻党的教育方针, 了解中小学各类教育法规, 明确体育教师的权利和义务, 尊重学生, 具有正确的人生观、体育观、教育观, 争做“四有好老师”;	始终贯彻党的教育方针, 了解中小学各类教育法规, 明确体育教师的权利和义务, 尊重学生, 具有正确的人生观、体育观、教育观, 争做“四有好老师”;	贯彻党的教育方针, 了解中小学各类教育法规, 明确体育教师的权利和义务, 尊重学生, 具有正确的人生观、体育观、教育观。	了解党的教育方针和中小学各类教育法规, 懂得体育教师的权利和义务, 争做“四有好老师”;	了解党的教育方针和中小学各类教育法规, 知晓体育教师的权利和义务, 争做“四有好老师”;	了解党的教育方针, 不能明确体育教师的权利和义务。
	课程目标 3: 能够形成崇高的体育教师职业认同感, 热爱学生、热爱体育事业, 热爱教育研习, 认真学习, 能够积极正确的理解、认识和评价教师职业	能够形成崇高的体育教师职业认同感, 热爱学生、热爱体育事业, 热爱教育研习, 认真学习, 能够积极正确的理解、认识和评价教师职业	能够形成崇高的体育教师职业认同感, 热爱学生、热爱体育事业, 能够积极正确的理解、认识和评价教师职业的意义与价值	认可体育教师职业, 理解学生、热爱教育研习, 认真学习, 能够积极正确的理解、认识和评价教师职业的意义与价值	认可体育教师职业, 能够积极正确的理解、认识和评价教师职业的意义与价值	不认可体育教师职业, 不能较好的认识和评价教师职业的意义与价值

职业的意义与价值；	的意义与价值				
<p>课程目标4：掌握研习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，能够严格按照课标设计教学，并能学会分析不同水平的学生发展特点，有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段；</p>	<p>掌握研习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，能够严格按照课标设计教学，并能学会分析不同水平的学生发展特点，有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段；</p>	<p>掌握研习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，能够按照课标设计教学，理解学生发展，有针对性的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段；</p>	<p>掌握研习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，能够按照课标设计教学，理解学生发展，能够完成设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价以及教学辅助手段；</p>	<p>掌握研习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，能够按照课标设计教学，教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价能基本完成；</p>	<p>不注重研习对象阶段体育与健康课程标准的理念和内涵，不能够按照课标设计教学，不能完整的设计教学目标、教学内容、教学方法、教学重难点、教学评价</p>
<p>课程目标5：重视教学实践的体验，在备课、授课过程中明确教法与学法的应用，理解教学重难点的设定及解决办法，能够在教学过程中灵活处理各种教学突发状况，充分调动学生的学习积极性，关注学生的学习</p>	<p>重视教学实践的体验，在备课、授课过程中明确教法与学法的应用，理解教学重难点的设定及解决办法，能够在教学过程中灵活处理各种教学突发状况，充分调动学生的学习积极性，关注学生的学习</p>	<p>重视教法与学法的应用，理解教学重难点的设定及解决办法，能够在教学过程中灵活处理各种教学突发状况，基本能够调动学生的学习积极性，关注学生的学习方法和学习效果，并能给予学生及时反馈</p>	<p>有较好的教法与学法理解教学重难点的设定及解决办法，在教学过程中处理各种教学突发状况，基本能够调动学生的学习积极性给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反</p>	<p>有一定的教法与学法，理解教学重难点的设定及解决办法，在教学过程中处理各种教学突发状况，基本能够调动学生的学习积极性给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学</p>	<p>不能理解教学重难点的设定及解决办法，在教学过程中处理各种教学突发状况处理不当，课堂氛围差，课堂教学结束后不能及时进行教学反思。</p>

生的学习方法和学习效果，并能给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反思。	方法和学习效果，并能给予学生及时反馈和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反思。	和正确评价，课堂教学结束后能及时进行教学反思。	思。	反思。	
课程目标 6：遵循德育为先的原则，能有效地把体育与德育结合起来，能组织主题班会、团队课外活动、心理疏导等活动。了解学生，做到科学管理与因材施教；	遵循德育为先的原则，能有效地把体育与德育结合起来，能组织主题班会、团队课外活动、心理疏导等活动。了解学生，做到科学管理与因材施教	遵循德育为先的原则，能有效地把体育与德育结合起来，能组织主题班会、团队课外活动、心理疏导等活动。	能有效地把体育与德育结合起来，可以组织主题班会、并能与学生快乐交流，具有一定的心理疏导能力。了解学生，做到科学管理与因材施教	课堂管理中重视德育教育，可以组织主题班会、与学生沟通顺畅，班级管理合格	无法做到有效的班级管理，学生参与班级活动不积极，组织方法无法有效调动学生情绪，无法做到全生参与，与因材施教。
课程目标 7：善于处理参与校园文化、班级文化、体育社团、竞赛组织、主题教育建设的条件，创设有助于学生发展的育人环境；	善于参与校园文化、班级文化、体育社团、竞赛组织、主题教育建设的条件，创设有助于学生发展的育人环境；	能够提供校园文化、班级文化、体育社团、竞赛组织、主题教育建设的条件，创设有助于学生发展的育人环境；	懂得如何利用校园文化、班级文化等形式进行育人结合，能够从学生角度创设育人环境	理解但不能灵活运用校园文化、班级文化等形式进行育人结合，能够从学生角度创设育人环境	不懂得如何利用校园文化、班级文化等形式进行育人结合，不能能够从学生角度创设育人环境
课程目标 8：能够及时的进行评价反思，对他人的学习情况、综合表现作出合理评价与分析，发现他人的优缺点，思考并	能够及时的进行评价反思，对他人的学习情况、综合表现作出合理评价与分析，发现他人的优缺点，思考并	善于评价反思，对他人的学习情况、综合表现作出合理评价与分析，发现他人的优缺点，思考并提出改进的措施	能够对他人的学习情况、综合表现作出基本的评价与分析，发现他人的优缺点，思考并提出改进的措施	能够对他人的学习情况、综合表现作出简单的评价与分析，发现他人的优缺点	不懂得如何评价与反思，不能对课程进行准确的评价分析

	提出改进的措施。	的措施				
	课程目标 9：具有较好的语言与文字表达能力。主动地把自己学习体育技能、理论知识分享给他人，虚心接受他人的意见。	具有较好的语言与文字表达能力。积极主动地把自己学习体育技能、理论知识分享给他人。能虚心接受他人的意见	具有较好的语言表达能力。善于沟通与分享，能虚心接受他人的意见	能够有效的进行语言沟通，乐于表达自己的感受，分享自己的心得。	可以简单的进行交流与沟通，举止得当，乐于分享	被动或无法进行语言沟通，不善于主动育人沟通，不善于分享，对别人的意见，不能接受

体育教育专业《毕业论文》课程教学大纲

课程名称	《毕业论文》			课程 代码	2713660005
课程类型	<input type="checkbox"/> 通识必修 <input type="checkbox"/> 通识选修 <input checked="" type="checkbox"/> 专业必修 <input type="checkbox"/> 专业选修 <input type="checkbox"/> 教师教育必修 <input type="checkbox"/> 教师教育选修				
开课学期	第 8 学期	学分	6	课程负责人	论文指导教师
总学时	8 周	理论学时		实践学时	
先修课程与 后续课程	先修课程：体育科研方法 后续课程：无				
适用专业	体育教育专业				
线上学习资源	图书馆已经建立中国知网、万方数据库、读秀等 电子文献数据库，同学们依据学校提供的帐号与密码登录相关网站，可根据毕业论文设计需要查阅相关文献资料。				
D 毕业论文描述(含性质、地位和任务)	<p>根据《三明学院毕业论文工作实施办法》的有关精神，按照体育教育专业本科人才培养方案，组织开展毕业设计工作。通过毕业论文撰写旨在让学生把所学过体育科学研究特征和规律等基本理论、基本方法和基本技能运用到学校体育实践中去，并能够正确运用常见体育科学研究方法设计和撰写规范本科毕业论文，以培养学生独立思考问题、分析问题和解决问题的能力，提高学生探索体育真理的意识、创新意识和科学精神，以达到实现体育教育专业“应用型”人才培养目标的目的。</p> <p>(1) 比较全面系统地掌握规范本科毕业论文撰写的基本理论、基本方法和基本技能。</p> <p>(2) 掌握毕业论文设计的一般规范和常用方法，初步具备独立完成规范毕业论文设计、撰写的基本能力。</p> <p>(3) 在毕业论文撰写过程中，培养学生运用学科、跨学科的理论视角分析学校体育实践问题和解决分析解决问题的能力，提高学生的体育教学反思能力。同时，形成终身体育科研的意识和基础能力。</p>				
E 毕业论文目标及其与毕业要求的对应关系	<p>通过毕业论文撰写，学生具备如下知识、能力及情感态度价值观： 课程目标 1: 了解体育科研学术规范，树立正确的社会主义体育科研价值观。 (支撑毕业要求 1.1)</p> <p>课程目标 2: 了解本科毕业论文的规范要求，能够结合学校体育实践和专业前沿发展确定有一定价值的研究课题，并具备一定的体育教学改革能力和体育科研素养水平，独立完成毕业论文；(支撑毕业要求 3.1)</p> <p>课程目标 3: 能够根据研究课题准确检索体育学及相关学科文献资料，通过相关文献阅读、论文撰写等工作，培养学生分析和解决问题的能力；(支撑毕业要求 3.2)</p> <p>课程目标 4: 了解学校体育改革发展动态，具有创新精神和实事求是的科学态度，具备从事一线体育教育教学研究能力。(支撑毕业要求 7.2)</p>				
	课程目标	毕业要求分解指标点		毕业要求	

	课程目标 1	1.1 具有坚定的理想信念：热爱祖国，有理想信念，践行社会主义核心价值观；	师德规范（1）
	课程目标 2	3.1 了解毕业论文设计的规范和要求，掌握毕业论文设计的一般规范和常用方法，初步具备独立完成规范毕业论文、撰写的基本能力。具备终身体育教学改革意识和基础体育科研素养水平。	学科素养（3）
	课程目标 3	3.2 学科、跨学科分析和解决问题的能力：能够准确检索体育学及相关学科文献资料，通过相关文献的阅读、归纳，培养体育学科、跨学科分析和解决问题的能力。同时，形成初步的反思意识和研究能力；能够跨学科地综合分析问题，并能解决学生体育学习过程中的综合性和复杂性问题。	
	课程目标 4	7.2 能够具备自主学习的能力和终身学习的意识，了解学校体育改革发展动态，具有开展创新教育的潜能和从事体育教育教学相关理论研究的能力。	学会反思（7）
F 毕业论文内容	毕业论文工作进度与要求		支撑毕业论文设计目标
	（一）毕业论文选题：应符合专业培养要求，突出培养“应用型”体育人才特色，同时，选题要有一定的理论和实践价值，并与体育教学实践和专业前沿发展相结合，研究课题的工作量和难度要适当，使学生既能得到一定难度或强度的学科训练，又能在规定的时间内经过努力完成全部任务或得出阶段性成果。此外，选题应鼓励多元化和贯彻因材施教的原则，使学生的创造性得以充分发挥。 课程思政点： 选题过程中加深对中国式现代化的认识，增强民族自豪感和国家荣誉感，把体育科研论文选题与中国现代化的伟大进程紧密相连。		支撑课程目标 2、3、4
	（二）毕业论文评阅： 1、 审查毕业论文材料是否齐全（包括开题报告、中期检查表、论文正文等）；毕业论文是否符合《三明学院毕业论文撰写规范要求》或体育教育专业规范和标准；毕业论文需上传至“大学生论文抄袭检测系统”进行检测，文字复制比检测结果小于 20%。 2、 同行教师评阅应全面考察毕业论文的中英文摘要、正文、参考文献等，严格审查毕业论文是否符合体育教育专业撰写规范和格式要求，同时，对毕业论文的逻辑性及相关内容的关联性、一致性等进行审查。同时，及时将发现的问题反馈给学生。		支撑课程目标 1、2、3、4
	（三）毕业论文答辩：答辩内容主要包括：选题的来源、选题依据、研究意义、研究内容、研究的主要结论和创新点以及存在的不足及改进意见等。同时，认真回答答辩小组提出的问题，答辩小组应认真听取学生在答辩中的汇报和对问题的回答，依据评分标准评定成绩。		支撑课程目标 1、2、3

		合计						
G 教学方法与 教学方式	32. 理论课全部采用多媒体教学,应用自编或改编的多媒体课件,结合实例改善本课程的枯燥和沉闷,提高学生的学习兴趣和授课效果。							
	33. 开通网络课堂,与学生及时沟通、交流,重视师生互动与小组讨论和论文写作等活动。							
H 教学条件 需求	34. 主要方式: <input type="checkbox"/> 讲授 <input checked="" type="checkbox"/> 网络学习 <input checked="" type="checkbox"/> 讨论或座谈 <input checked="" type="checkbox"/> 问题导向学 <input checked="" type="checkbox"/> 分组合作学习 <input type="checkbox"/> 专题学习 <input type="checkbox"/> 实作学习 <input type="checkbox"/> 发表学习 <input type="checkbox"/> 实习 <input type="checkbox"/> 参观访问 <input type="checkbox"/> 其它: _____(如口头训练等)							
	1. 时间: 第8学期 2. 师资: 指导教师一对一指导完成;							
I 毕业目标及其考核内容、考核方式及评分占比	课程目标及评分占比	考核内容	考核方式				毕业论文分目标的达成度	
			选题评分占比(%)	同行评阅评分占比(%)	中期检查评分占比(%)	论文撰写评分占比(60%)	论文答辩评分占比(40%)	
	课程目标1(10%)	1、符合体育教育专业本科毕业论文学术道德规范和要求。 2、按时完成选题、中期检查、提交毕业论文及答辩。	-	-	-	17	-	0.65
	课程目标2(40%)	1、选题范围大小适宜,具有一定研究价值。 2、论文撰写符合格式结构规范,引文准确清楚,参考文献能够反映前沿发展动态。	-	-	-	50	25	0.65
	课程目标3(35%)	1、论文的论点正确,论据充实,论证有力。 2、论文语言结构严谨,论述层次清晰,语句文理通顺。	-	-	-	25	50	0.65
	课程目标4(15%)	1、论文具有一定的创新性和跨学科的学术视野,对一线体育教育实践和专业发展具有一定的应用价值。		-	-	8	25	0.65
总分					100	100	-	
J 学习建议	1. 自主学习。建议学生通过预习教材,并通过网络、图书馆自主查阅课程中涉及的学习资源,独立规划自己的课程学习计划,充分发挥自身的学习能动性。 2. 研究性学习。鼓励学生针对毕业论文研究课题,尝试小组讨论的教学方式,开展生生、师生之间的交流学习。							
K	《毕业论文》课程目标评分量表见附表。							

评分量表		
备注	课程大纲 A—K 项由开课学院审批通过，任课教师不能自行更改。	
审批意见	课程教学大纲修订负责人及教学团队成员签名：  2026 年 3 月 4 日	系主任审核意见： 课程符合课标要求，能够体现学科特色，同意审定。 系主任签名：  2026 年 3 月 5 日

附表

《毕业论文》课程目标评分量表

课程目标	优 ($X \geq 90$)	良 ($80 \leq X < 90$)	中 ($70 \leq X < 80$)	及格 ($60 \leq X < 70$)	不及格 (< 60)
课程目标 1. 具有坚定的理想信念:热爱祖国,有理想信念,践行社会主义核心价值观;	具有非常坚定的理想信念:热爱祖国,有理想信念,并能够很好地践行社会主义核心价值观。	具有良好的理想信念:热爱祖国,有理想信念,并能够较好地践行社会主义核心价值观。	具有较好的理想信念:热爱祖国,有理想信念,并能够较好地践行社会主义核心价值观。	具有正确坚定的理想信念:热爱祖国,有理想信念,并能够正确地践行社会主义核心价值观。	不具备坚定的理想信念:热爱祖国,有理想信念,并不能正确地践行社会主义核心价值观。
课程目标 2. 了解毕业论文设计的规范和要求,掌握毕业论文设计的一般规范和常用方法,初步具备独立完成规范毕业论文、撰写的基本能力。具备终身体育教学改革意识和基础体育科研素养水平。	能够扎实地掌握毕业论文设计的规范和要求,并能熟练掌握毕业论文设计的一般规范和常用方法,初步具备优异的独立完成规范毕业论文、撰写的基本能力。同时具备优秀的终身体育教学改革意识和基础体育科研素养水平。	能够掌握毕业论文设计的规范和要求,并能熟练掌握毕业论文设计的一般规范和常用方法,初步具备优秀的独立完成规范毕业论文、撰写的基本能力。同时具备优秀的终身体育教学改革意识和基础体育科研素养水平。	能够掌握正确的毕业论文设计的规范和要求,并能正确掌握毕业论文设计的一般规范和常用方法,初步具备一定的独立完成规范毕业论文、撰写的基本能力。同时具备一定的终身体育教学改革意识和基础体育科研素养水平。	能够基本掌握毕业论文设计的规范和要求,并能基本掌握毕业论文设计的一般规范和常用方法,初步具备基本的独立完成规范毕业论文、撰写的基本能力。同时具备基本的终身体育教学改革意识和基础体育科研素养水平。	未能掌握毕业论文设计的规范和要求,且未能掌握毕业论文设计的一般规范和常用方法,不具备基本的独立完成规范毕业论文、撰写的基本能力。同时不具备基本的终身体育教学改革意识和基础体育科研素养水平。
课程目标 3. 具备学科、跨学科分析和解决问题的能力:能够准确检索	具备出色的学科、跨学科分析和解决问题的能力:能够熟练、准确检索	具备较好的学科、跨学科分析和解决问题的能力:能够准确检索具有一	具备一定的学科、跨学科分析和解决问题的能力:能够正确检索体育	具备基本的学科、跨学科分析和解决问题的能力:能够基本正确检索体	不具备基本的学科、跨学科分析和解决问题的能力:不能够正确检索体

M
评分量表

<p>体育学及相关学科文献资料,通过相关文献的阅读、归纳,培养体育学科、跨学科分析和解决问题的能力。同时,形成初步的反思意识和研究能力;能够跨学科地综合分析问题,并能解决学生体育学习过程中的综合性和复杂性问题。</p>	<p>高质量体育学及相关学科文献资料,通过相关文献的阅读、归纳,具备突出的体育学科、跨学科分析和解决问题的能力。同时,形成初步的反思意识和研究能力;能够跨学科地综合分析问题,并能解决学生体育学习过程中的综合性和复杂性问题。</p>	<p>定质量的体育学及相关学科文献资料,通过相关文献的阅读、归纳,具备良好的体育学科、跨学科分析和解决问题的能力。同时,形成初步的反思意识和研究能力;能够跨学科地综合分析问题,并能解决学生体育学习过程中的具有一定复杂性问题。</p>	<p>学及相关学科文献资料,通过相关文献的阅读、归纳,具备一定的体育学科、跨学科分析和解决问题的能力。同时,形成初步的反思意识和研究能力;能够跨学科地综合分析问题,并能解决学生体育学习过程中的一般性问题。</p>	<p>育学及相关学科文献资料,通过相关文献的阅读、归纳,具备基本的体育学科、跨学科分析和解决问题的能力。同时,形成初步的反思意识和研究能力;能够跨学科地综合分析问题,并能解决学生体育学习过程中一般性问题。</p>	<p>育学及相关学科文献资料,不具备基本的体育学科、跨学科分析和解决问题的能力。同时,形成初步的反思意识和研究能力;不能跨学科地综合分析问题,并能解决学生体育学习过程中基本性问题。</p>
<p>课程目标 4. 能够具备自主学习的能力和终身学习的意识,了解学校体育改革发展动态,具有开展创新教育的潜能和从事体育教育教学相关理论研究的能力。</p>	<p>能够具备突出的自主学习能力和终身学习的意识,能够熟练了解学校体育改革发展动态,具有出色开展创新教育的潜能和从事体育教育教学相关理论研究的能力。</p>	<p>能够具备良好的自主学习能力和终身学习的意识,能够熟练了解学校体育改革发展动态,具有良好的开展创新教育的潜能和从事体育教育教学相关理论研究的能力。</p>	<p>能够具备较好的自主学习能力和终身学习的意识,能够正确地了解学校体育改革发展动态,具有较好的开展创新教育的潜能和从事体育教育教学相关理论研究的能力。</p>	<p>能够具备基本的自主学习能力和终身学习的意识,能够基本了解学校体育改革发展动态,具有基本的开展创新教育的潜能和从事体育教育教学相关理论研究的能力。</p>	<p>不具备基本的自主学习能力和终身学习的意识,不能了解学校体育改革发展动态,开展创新教育的潜能和从事体育教育教学相关理论研究的能力较差。</p>
<p>备注</p>	<p>第一次答辩未通过的毕业论文按要求进行第二次答辩,第二次答辩结果分为合格/不合格两个等级。</p>				