

网球课程教学标准

1.课程信息

课程代码		归属专业		适应学历	本科
课内学时/学分	32/2	开课单位	基础部	考核要求	考试

2.课程性质与任务

让学生喜爱网球运动，积极参与网球教学和课外体育活动，基本形成自觉锻炼的习惯和终身的意识，具有一定的体育文化欣赏能力。掌握网球运动基本技术和技能，提高自己的运动能力。能够科学地进行体育锻炼，掌握常见运动创伤的处置方法。每学期的专项技术技能考核达到合格标准。

3.课程目标

3.1 知识目标：

通过合理的体育与健康教学过程和科学的体育锻炼过程，使大学生掌握体育与健康的基本知识，运动技能和科学的健身方法，培养运动的兴趣和爱好，形成终身体育的意识、习惯和能力，培养竞争意识、合作精神、坚强的意志品质和良好的体育道德，增强调控情绪和抗挫折能力；养成积极乐观的生活态度和健康的行为生活方式；培养关注和参与社会体育与健康事务的能力。

3.2 能力目标：通过课堂的学习，使学生能了解运动基本知识，初步掌握网球球类的基本技术，知道如何使用各项技术，学会科学锻炼身体方法，培养学生运动能力和锻炼身体的习惯，为终身体育打好基础。

3.3 素质目标：网球课是通过学习和训练，有利于改善和提高学生的健康水平。

4.内容目标及学时

序号	教学章节(或单元、项目、任务、模块)名称	知识目标	能力目标	素质目标	学时分配		
					理论	理实一体	实践
1	网球运动的起源与发展	了解网球运动的起源与发展方向。			2		

序号	教学章节(或单元、项目、任务、模块)名称	知识目标	能力目标	素质目标	学时分配		
					理论	理实一体	实践
2	网球基本技术		初步掌握网球基本握拍, 脚步方法。			2	
3	正手击球技术		掌握网球正手技术中的一两种动作技术			6	
4	反手击球技术		能掌握网球反手技术中的一两种技术。			6	
5	发球技术		了解网球发球技术, 初步掌握发球技术。			6	
6	网球一般战术		能看懂比赛。			6	
7	网球竞赛规则		能看懂比赛。			2	
8	考核		完成考核			2	

6.课程实施要求

6.1 教学团队

6.2 教学场所 学校网球场

6.3 仪器设备 需教学用球

6.4 教材确定 本课程选用教材:新编体育局俱乐部教程

7.教学考核

7.1 健康跑占 30%

7.2 课堂表现与出勤占 30%由任课教师评定。

评分标准表(扣分)

内容	扣分因素	扣分标准 (分/次)	备注
学习态度	缺勤	2	缺勤超过5次课,不予评定成绩重修
	迟到	1	超过15分钟以缺课计
	早退	1	记录一次
	态度消极	2-5	记录一次
	着装违规	1	记录一次
	违反课堂纪律	1-3	记录一次
	团结互助较差	1-3	记录一次
	作弊	10	记录一次,另行

7.3 考核方式:

1. 技术技评达标(40%)

(1) 考核内容:

正反手击球技术;发球

(2) 评分标准:技评+达标 \div 2=得分

(3) 技评:正反后击球、发球、截击球、反弹球、高压球、挑高球、放短球。

(90-100分) 技术动作正确、击球线路清晰、击球动作流畅较高质量的完成整个技术过程。

(80-89分) 技术动作、击球线路较正确无明显错误、击球动作较流畅较好地完成整个技术过程。

(70-79分) 技术动作击球线路有部分错误、击球动作较生疏地完成整个技术过程。

(60-69分) 技术动作、击球线路有部分错误、击球技术不完整但能完成、击球。

(60分以下)技术动作击球线路大部分错误、击球技术不完整,不能完成击球过程。

(4)达标:正反手击球。教师送球,被测试者进行击球,共10次,累计6个为及格,每加一个10分,满分100分。

(5)发球达标:被测试者在发球区发球10次,累计5个发及格,每加一个10分,满分100分。

执笔人签字:

年 月 日

审核人签字:

年 月 日

专业(群)带头(负责)人审签:

年 月 日

单位主管领导审签:

年 月 日

《网球》（代码： ）课程学期授课计划

编制与执行说明					
授课专业班级	所有专业		执行班 级数	授课教师 李丽	
依据课程教学标准名称	网球				
总学时	32	选用教材名称、主编、出版社、书号等	新编大学生俱乐部教程		
总学分	2				
教学 时 数 分 配	教学周数	16			
	周学时数	2	<p>一、课程性质与要求</p> <p>1、课程性质：让学生掌握网球运动基本技术和技能，提高自己的运动能力。能够科学地进行体育锻炼。</p> <p>2、课程要求：能测试和评价自身的体质健康状况，依据网球运动的特点科学的进行体育锻炼。全机发展体能，养成良好的行为习惯，形成健康的生活方式，具有健康的体魄。</p> <p>二、课程体系</p> <p style="padding-left: 20px;">不需要专门的专业知识，身体健康、网球爱好者均可学习本课程。</p> <p>三、主要目标</p> <p style="padding-left: 20px;">3.1 知识目标：通过合理的体育与健康教学过程和科学的体育锻炼过程，使大学生掌握体育与健康的基本知识，运动技能和科学的健身方法，培养运动的兴趣和爱好，形成终身体育的意识、习惯和能力，培养竞争意识、合作精神、坚强的意志品质和良好的体育道德，增强调控情绪和抗挫折能力；养成积极乐观的生活态度和健康的行为生活方式；培养关注和参与社会体育与健康事务的能力。</p> <p style="padding-left: 20px;">3.2 能力目标：通过课堂的学习，使学生能了解运动基本知识，初步掌握网球球类的基本技术，知道如何使用各项技术，学会科学锻炼身体方法，培养学生运动能力和锻炼身体的习惯，为终身体育打好基础。</p> <p style="padding-left: 20px;">3.3 素质目标：网球课是通过学习和训练，有利于改善和提高学生的健康水平。</p> <p>四、执行课程教学标准说明按课程教学标准执行</p> <p>五、教材内容调整说明</p> <p>六、考核及成绩核定说明（参考培养方案专业教学进程表选定）</p> <p>1.考核性质：○考试，</p> <p>2.考试方式：○实操</p> <p>3.总评成绩： 期末考核占 40%，平时实践考核占 30%，考勤占 30%</p>		
	理论	讲授			
		复习			
		测验			
		合计			
		合计			4
	实践	实验			
实训		28			
合计		32			

课序	教学章节（或单元、项目、任务、模块）名称	课堂类型及学时数			课外作业
		理论	理实一体	实践	
1	网球运动的起源与发展 第 1 节 网球运动的起源与发展 第 2 节 网球运动的特点和锻炼价值 第 3 节 网球运动的注意事项		1		
	2 网球一般脚步步法		1		
2	网球基本技术 第 1 节 握拍 第 2 节 准备姿势及站位			1	
	第 3 节 步法 第 4 节 步法的教学方法			1	
3	正手击球技术 第 1 节 正手击球基本技术			1	
	6 第 2 节 底线正手平击球技术			1	
4	正手击球技术 第 1 节 底线正手上旋球技术			1	
	第 2 节 底线正手削球技术 第 3 节 正手击球技术的教学方法			1	
5	反手击球技术 第 1 节 反手击球基本技术			1	

课序	教学章节（或单元、项目、任务、模块）名称	课堂类型及学时数			课外作业
		理论	理实一体	实践	
10	第 2 节 底线反手平击球技术			1	
	第 3 节 底线双手反手击球技				
6	反手击球技术			1	
	第 1 节 底线双手反手上旋球技术				
12	第 2 节 底线反手削球技术			1	
	第 3 节 反手击球技术的教学方法				
7	反手击球技术			1	
	第 1 节 底线双手反手上旋球技术				
14	第 2 节 底线反手削球技术			1	
	第 3 节 反手击球技术的教学方法				
8	发球技术			1	
	第 1 节 发球基本技术				
16	第 2 节 下手发球技术			1	
9	发球技术			1	
	第 1 节 切削发球技术				
18	第 2 节 上旋发球技术			1	
	第 3 节 发球技术的教学方法				
10	发球技术			1	
	第 1 节 切削发球技术				
20	第 2 节 上旋发球技术			1	
	第 3 节 发球技术的教学方法				

	课序	教学章节（或单元、项目、任务、模块）名称	课堂类型及学时数			课外作业
			理论	理实一体	实践	
11	21	网球一般战术 第 1 节 单打战术			1	
	22	第 2 节 双打战术 第 3 节 单打战术的教学方法			1	
12	23	网球竞赛规则 第 1 节 网球竞赛规则一			1	
	24	第 2 节 网球竞赛规则二 第 3 节 网球竞赛规则三			1	
13	25	网球竞赛规则 第 1 节 网球竞赛规则一			1	
	26	第 2 节 网球竞赛规则二 第 3 节 网球竞赛规则三			1	
14	27	网球竞赛规则 第 1 节 网球竞赛规则一		1		
	28	第 2 节 网球竞赛规则二 第 3 节 网球竞赛规则三			1	
15	29	网球技战术 第 1 节 网球单打技战术		1		
	30	第 2 节 网球双打技术			1	
16	31	网球考核 第 1 节考核			1	
	32	第 2 节 补考			1	
合计 32				4	28	

编制人 李丽

教研室主任或专业带头人审签：：

部门领导签字：

年 月 日

