课程教学进度计划表

一、基本信息

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程名称 | 网球2 | | | | |
| 课程代码 | 2100049 | 课程序号 | 2321、2775、2753、2770 | 课程学分/学时 | 1学分/32学时 |
| 授课教师 | 秦宏连 | 教师工号 | 15756 | 专/兼职 | 兼职 |
| 上课班级 | 网球2选项班 | 班级人数 | 40 | 上课教室 | 北区网球场 |
| 答疑安排 | 周五11:45-12:45 地点: 体育馆 电话：13524285129 | | | | |
| 课程号/课程网站 |  | | | | |
| 选用教材 | 王慧 刘彬主编 《新编大学体育与健康教程》 中国纺织出版社 2023.8 | | | | |
| 参考教材与资料 | 【林恬、汪洪波主编.《新编高校体育与健康教程》.航空工业出版社，2013年版】  【白波、周文胜《网球快速入门与实战技术》成都时代出版社 2014年版】  【佩特·肖尔主编《网球》．北京体育大学出版社，2008年版】 | | | | |

二、课程教学进度安排

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 课次 | 课时 | 教学内容 | 教学方式 | 作业 |
| 1 | 2 | 1、建立新的教学班  2、简单介绍网球相关理论知识 | 讲课 | 课外查阅相关资料 |
| 2 | 2 | 1基本球性练习 2.握拍方式介绍  3.正手击球动作学习 4素质练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 3 | 2 | 1.正手击球技术的巩固与提高 2.中场原地正手击球技术练习 3.素质练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 4 | 2 | .1.双手反拍击球技术的学习 2.正手对墙练习的介绍 3.素质练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 5 | 2 | 1.网球基本步伐的学习 2.复习正反手击球技术 3.素质练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 6 | 2 | 1.复习正、反手击球技术 2.素质练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 7 | 2 | 1.正反手练习的巩固与提高  2.两人隔网对练3.素质练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 8 | 2 | 1.正、反手综合练习 2..对墙击球练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 9 | 2 | 1.正反手综合练习 2.介绍上手发球技术 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 10 | 2 | 1.学习网前截击球、高压球技术  2. 1000米（男）、800米（女）跑练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 11 | 2 | .1.学习单打、双打技、战术  2.素质练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 12 | 2 | 学习切削球技术 2 分组练习及教学比赛 3.素质练习 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 13 | 2 | 1.正反手综合练习2.复习考试内容  3. 1000米（男）/800米（女）跑考核 | 边讲边练 | 课外锻炼与复习 |
| 14 | 2 | 专项考试 | 考核 | 课外锻炼与复习 |
| 15 | 2 | 专项考试 | 考核 | 课外锻炼与复习 |
| 16 | 2 | 机动、补考 | 查漏补缺 | 课外锻炼与复习 |

三、考核方式

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 总评构成 | 占比 | 考核方式 |
| X1 | 40% | 网球专项考核 |
| X2 | 20% | 考勤、检查着装、课堂练习评价 |
| X3 | 20% | 男子1000米（女子800米）跑步评价 |
| X4 | 20% | “运动世界校园”APP完成评价 |

任课教师：秦宏连 系主任审核：  日期： 2024.9