藤球教练员培训大纲

一、课程介绍

|  |  |
| --- | --- |
| 课程名称 | 藤球教练员培训课程 |
| 项目所属部门 | 国家体育总局小球运动管理中心 |
| 学时 | 初 级 | 理论 | 10学时 | 中 级 | 理论 | 16学时 | 高 级 | 理论 | 24学时 |
| 实践 | 26学时 | 实践 | 20学时 | 实践 | 12学时 |
| 选用教材 | 藤球教练员岗位培训教程 |
| 主要参考书目 | 1《藤球运动》天津科技翻译出版公司2《藤球运动理论与实践研究》 中国农业大学出版社 |
| 编写组成员 | 张永斌、韩广成、商凯、陶铸  |
| 大纲执笔人 | 张永斌 |
| 大纲说明：普及藤球运动知识。促进中国藤球运动事业发展为目标。旨在为学生、教师以及社会各界从事藤球运动和工作的人士提供系统、全面完善的藤球运动的理论知识，为藤球运动发展需要提供理论指导和现实借鉴价值。本教材共分为五篇。第一篇藤球运动概述，第二篇藤球教学与训练，第三篇藤球运动竞赛第四篇藤球运动竞赛管理。第五篇藤球运动科学研究。在这五篇中，涵盖了藤球运动的基础理论，具体包括了藤球运动的教学、训练、竞赛、科研等实践领域。 |

二、课程目标

|  |  |
| --- | --- |
| **目标 1** **(初级)** | 培养具备胜任学校藤球教学与训练课程的师资力量。1.学习掌握藤球运动的基本概况、基本理论。2.宏观了解藤球运动的各种技术、战术。3.学习和掌握主要基本技术和战术的要领、要素和方法。4.基本掌握藤球竞赛规则和主要比赛裁判方法。 |
| **目标 2** **(中级)** | 培养具备胜任省、市、地区或高校高水平运动队的教练员。1.完善技术的动作规格，提高技术运用的方法与手段，掌握攻防实用战术。 2.掌握一定难、新技术。3.掌握错动作的诊断与纠正方法。4.在实践中可以正确把握教材与教学手段、方法，能比较科学、合理、有效地 设计和组织教学与训练活动。 |
| **目标 3** **(高级)** | 培养具备胜任具备执教各级国家队能力的教练员。1.掌握复杂战术应用的原则、方法，提高战术设计与组织实施能力。 2.掌握科学训练相关的知识，并可以运用相关知识预测与解析比赛。 3.了解和掌握藤球运动队的行政管理知识和方法。 |

三、教学部分

(一) 教学内容、形式和学时分配

教学内容及学时分配表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 等级 | 分类 | 教学内容 | 学时 |
| 初级 | 理论部分 | 1.藤球运动概述2.藤球教学训练3.藤球技术解析4.藤球战术解析5.藤球规则简介 | 11512 |
| 实践部分 | 1.藤球技术实践2.基本规则演示实践3.教学比赛与裁判实践 | 26 |
| 考核 | 无 | 0 |
| 学时合计 | 36 |
| 中级 | 理论部分 | 1.藤球技术教学与训练2.藤球战术的分类及基本内容3.训练工作计划的制定4.技术统计指标解读5.藤球教练员工作 | 41111 |
| 实践部分 | 1.技、战术实践2.基本规则演示实践3.教学比赛与裁判实践 | 20 |
| 考核 | 理论考核 | 2 |
| 实践考核 | 6 |
| 学时合计 | 36 |
| 高级 | 理论部分 | 1.技战术训练的组织与实施 2.藤球战术体系的构建 3.藤球运动员的体能特点与训练方法 4.藤球运动员的心理特点及训练手段5.教学与训练工作计划的制定 6.藤球技战术的统计与分析 7.球队的管理 | 2244222 |
| 实践部分 | 技、战术教学实践 | 12 |
| 考核 | 理论考核 | 2 |
| 实践考核 | 6 |
| 学时合计 | 36 |

（二）教学纲要

**▲** **理论部分**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 等级 | 教学内容 | 教学方法 |
| 初级 | 1.藤球运动概述1.1 藤球运动简介1.2 藤球运动的发展概况1.3 藤球运动的特点和作用2.藤球教学与训练2.1 藤球技术概念与分类2.2 藤球技术分析 3.藤球战术解析3.1 藤球战术的基本理论3.2 阵容配备及位置交换3.3 个人战术4.藤球规则简介4.1 基本规则场地与器材4.2 比赛方法4.3 藤球比赛分类 | 1.讲授法2.视频演示法 3.讨论法 |
| 中级 | 1. 藤球技术教学与训练

1.1抛球、发球、一传球、二传球、扣球、拦网1. 藤球战术的分类及基本内容

2.1 发球的个人战术2.2 一传的个人战术2.3 二传的个人战术2.4 扣球的个人战术2.5 拦网的个人战术2.6 集体的战术1. 训练工作计划的制定

3.1 年度训练计划的周期安排3.2 周训练计划3.3 一节课的训练计划1. 技术统计指标解读
2. 藤球教练员工作
 | 1.讲授法2.演示法3.讨论法 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 高级 | 1.技战术训练的组织与实施1.1 藤球技术应用原则与方法1.2 单一技术教学的组织与实施1.3 多技术串联练习的组织与实施 2.藤球战术体系的构建 2.1 进攻战术2.2 防守战术 2.3 比赛战术的实施3.藤球运动员的体能特点与训练方法 3.1 藤球运动员体能及其构成3.2 体能基本理论与方法3.3 藤球技术的动作完成与体能训练的方法选择4.藤球运动员的心理特点及训练手段4.1 藤球运动员的专项心理特征4.2 心理训练的基本理论4.3 心理训练的基本方法与手段5.教学与训练工作计划的制定 5.1 教学进度的制定5.2 周期计划的制定6.藤球技战术的统计与分析 6.1 藤球计分表的解读6.2 藤球比赛数据的收集与统计方法6.3 数据化训练意义及其实现方法7.球队的管理运动队制度、人事、信息、训练、赛事活动、后勤管理工作。 |  |

**▲** **实践部分**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 等级 | 教学内容 | 教学方法 |
| 初级 | 技术 | 1. 脚内侧 --左右脚
2. 脚背--左右脚
3. 大腿颠球--左右腿
4. 头球
 |  |
| 战术 | 战术的方法与运用 |
| 规则 | 三人藤球竞赛规章 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | 双人藤球竞赛规则四人藤球竞赛规则 |  |
| 教学比赛 与裁判实践 | 1.藤球比赛体验2.藤球技、战术实践3.基本规则与裁判工作演示4.教学比赛与裁判实践 |
| 中级 | 技术 | 对踢--相隔4米高传球--一定高度进攻--扣球拦网--腿拦网、背拦网 |  |
| 战术 | 基本防守站位的设置 |
| 规则 | 藤球运动竞赛筹备工作藤球竞赛制度、编排、与成绩计算 |
| 教学比赛 与裁判实践 | 1.技、战术实践2.基本规则与裁判工作演示3.教学比赛与裁判实践 |
| 高级 | 技术 | 1.单一技术练习的组织与实施2.多技术串联练习的组织与实施 |  |
| 战术 | 1.进攻战术的组织与实施2.防守战术的组织与实施 |
| 体能训练 | 体能训练方法与实践 |

1.成绩评定

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 级别 | 平时 | 理论 | 实践 | 合计 |
| 初级 | 30% | 30% | 40% | 100% |
| 中级 | 20% | 40% | 40% | 100% |
| 高级 | 20% | 40% | 40% | 100% |

2.考核方法

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 级别 | 初级 | 中级 | 高级 |
| 内容一 | 出勤情况、课堂表现 | 出勤情况、课堂表现 | 出勤情况、课堂表现 |
| 内容二 | 理论试卷（闭卷） | 理论试卷（闭卷） | 理论试卷（闭卷） |
| 内容三 | 1.脚内侧控制球（一次连续完成的次数）2.接球（起球的部位、高度和有效区域） |  完成一节 15 分钟教学课，以其授课质量评定分 数，教学内容随机抽取。 评分标准详见评分标准。 | 完成一节 15 分钟训练课。以其授课质量评定分 数，训练内容随机抽取类 别，自行选择授课方式。 评分标准详见评分标准。 |

技术考核内容及评分标准

一、测试内容：脚内侧控制球。

（一）测试方法：藤球一半场地内，单独以脚内侧完成连续控制球。要求：一次完成规定数量，允许其他部位调整，调整不能超过三次，调整不计次数。

（二）评分标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 评分等级 | 正确动作说明 | 分值 |
| 优秀 | 控球脚型、触球部位正确、动作协调，控球 能力强，节奏感很好。 | 18-20分 |
| 良好 | 控球脚型、触球部位基本正确、动作 比较协调，控球能力比较强，节奏感好。 | 15-17分 |
| 合格 | 控球脚型、触球部位一般、动作协调一般， 控球能力一般，节奏感一般。 | 12-14分 |
| 不合格 | 控球脚型、触球部位不够正确、动作不够协调， 控球能力较差，节奏感差。 | ＜12分 |

二、测试内容：接球

（一）测试方法： 藤球半场内任意位置接球10次，由测试者隔网抛球组织测试。

（二）评分标准

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 评分等级 | 评分标准 | 分值 |
| 优秀 | 准备姿势、接球部位、起球高度、起球区域等准确，动 作协调，控球能力强，且具有很强 的战术效果。 | 34-40分 |
| 良好 | 准备姿势、接球部位、起球高度、起球区域等比较准确， 动作比较协调，控球能力较强，具有较强的战术效果。 | 28-33分 |
| 合格 | 准备姿势、接球部位、起球高度、起球区域等技术环节 基本准确，动作比较协调，控球能力、起球效果一般， 战术效果一般。 | 24-27分 |

教学课评分标准

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 得分 | 优秀（34～40） | 良好（30～33.9） | 一般（24～29.9） | 尚需努力 （＜24） |
| 教师语 言表达 （25%） | 教师语言表述清晰，用语表达 准确；教师语言激励充分；教 师语言表述过程流畅。 | 达到优秀中的 2 项， 有 1 项 未达到。 | 达到优秀中的 1 项， 有 2 项 未达到。 | 3 项均未达到 |
| 教师技 能展示 （25%） | 教师动作示范规范且示范面和 示范地点合理；教师动作演示 时机把握较好；教师肢体语言 丰富。 | 达到优秀中的 2 项， 有 1 项 未达到。 | 达到优秀中的 1 项， 有 2 项 未达到。 | 3 项均未达到 |
| 教学 过程 （50%） | 教学方法运用恰当；教学练习 转换流畅；师生互动可以良好展 现；教学效果显著。 | 达到优秀中的 3 项， 有 1 项 未达到。 | 达到优秀中的 2 项， 有 2 项 未达到。 | 4 项均未达到 |

技战术训练方案与实践评价标准

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 得分 项目 | 优秀（34～40） | 良好（30～33.9） | 一般（24～29.9） | 尚需努力（＜24） |
| 组织与方法 40% | 组织运作形式灵 活。教学方法运 用合理。辅助教 法与手段有效。 | 达到优秀中的 2 项， 有 1 项未达 到。 | 达到优秀中的 1 项， 有 2 项未达 到。 | 3 项均未达到 |
| 技能 30% | 讲解表述生动、 清晰。训练示范 标准。训练过程 控制能力强。 | 达到优秀中的 2 项， 有 1 项未达 到。 | 达到优秀中的 1 项， 有 2 项未达 到。 | 3 项均未达到 |
| 效果 30% | 训练目标完成情 况好。学生参与 度高。技能掌握 情况好。 | 达到优秀中的 2 项， 有 1 项未达 到。 | 达到优秀中的 1 项， 有 2 项未达 到。 | 3 项均未达到 |

**附件一**

藤球教练员等级晋升办法

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 国内等级 | 对应岗位 | 晋级办法 | 执教经历 | 考核内容 | 考核方法 |
| A级 | 国家级教练员 | 执教经历认证培训 | 预备执教国家队 | 1.理论试卷 ＋全国教练员统考 2.训练示范课3.执教证明 | 集中考核、集中测试与分散考核相结合 |
| B级 | 高级教练员 | 认证培训 | 已执教或预备执教省队 或市队 | 1.理论试卷＋全国教练员统考 2.训练示范课 | 集中考核与分散考核相结合 |
| c级 | 中级教练员 | 认证培训 | 执教校队或业余俱乐部 | 1.理论试卷＋全国教练员统考 教学示范课 | 集中考核与分散考核相结合 |
| D级 | — | 执教经历 | 执教校队或业余俱乐部 | 执教证明 | 考察 |

45。