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 | 1  1  5  1  2 |
| 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 | 4  1  1  1  1 |
| 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 | 2  2  4  4  2  2  2 |
| 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。