

“羽毛球教练”微专业简章

一、招生对象及条件

1. 招生对象：本校 2023、2024、2025 级全日制本专科在校生。

2. 计划招生人数：30 人（实际修读人数不足 25 人将不开班，已缴费用全部退回）。

二、学制

一年。

三、授课方式

本微专业独立开班，周末、晚上上课，线上线下结合。

四、学分认定与证书授予

所获学分计入通识选修课程学分。学生完成微专业培养方案规定课程的修读，全部课程成绩合格，经学院审核、教务处审定后，发放学校统一制作的微专业学习证书。通过上级主管部门批准后可在中国高等教育学生信息网（学信网）备注信息。

五、招生时间安排及报名方式

第一阶段 网络报名：2026 年 9 月 10 日前，符合报名条件可自主自愿报名，每位学生限报一个微专业。

第二阶段 录取及缴纳课程费用：2026 年 9 月 14 日前，公布微专业录取名单，已录取的学生于五个工作日内缴纳微专业学习费用，缴费方式另行通知。

第三阶段 开课：2026 年国庆节后正式开课，课表另行通知。

六、招生咨询

电话：18970990081；微信：请添加招生助理微信号 18970990081，备注“姓名+拟报微专业名称”；邮箱：355752650@qq.com，来信请注明姓名、电话及拟报名微专业名称。

七、微专业课程费用

微专业按学分收费，标准为 260 元/学分，共计 4160 元，一次性收取，教材学生自行购买。修读微专业的学生可按照学校奖学金评定有关办法参评奖学金。

八、微专业介绍

羽毛球教练微专业立足全民健身发展趋势与基层体育教练人才培养需求，依托专业运动场馆、国家健将级运动员及一线资深教练师资团队，构建“理论基础—技术训练—战术设计—教学实操”一体化培养体系。微专业面向全校学生开放，重点培养兼具专项运动技能、科学教学能力与综合管理素养的复合型体育教练人才。

在国家大力推动全民健身、深化体教融合、规范社会体育指导从业人员发展的背景下，本微专业聚焦羽毛球培训行业人才需求，将羽毛球专项技术、运动生理理论、分层教学方法、课堂管理与运动防护知识有机融合，引导学生在掌握

运动技能的基础上提升教学实施、学员沟通与课程设计能力。课程内容涵盖羽毛球运动基础理论、核心技术教学、单双打战术应用、运动损伤预防康复、课堂教学管理、教练员职业素养、综合教学实训等内容，形成完整的知识体系与实践体系。

本微专业依托校内专业羽毛球实训场馆，由国家健将级运动员、多年从业一线资深教练共同承担教学任务。教学过程坚持理论与实践并重，充分依托实景场馆实训优势，通过模块化教学、分组模拟授课、一对一动作点评、完整课堂实操演练等形式，提升学生实操教学能力与职业综合素养。同时课程对接社会体育指导行业职业标准，助力学生夯实羽毛球教练从业基础，增强就业竞争力，培养能够适配体育培训机构、校园体育指导、私人教练等岗位的高素质应用型人才。

九、培养目标

羽毛球教练微专业遵循体教融合背景下技能教学、综合育人的教育理念，面向全民健身产业与社会体育指导行业发展需求，培养具备良好职业素养、扎实羽毛球专项能力与科学教学思维，掌握羽毛球运动基础理论、专项技术战术、分层教学方法，具备课堂管理、运动损伤防护、家校沟通与课程规划能力，能够适配少儿兴趣教学、青少年进阶训练、成人实战指导等场景，在体育培训机构、校园、社区体育平台开展教学工作的高素质复合型羽毛球教练人才。

十、培养要求

羽毛球教练微专业要求学生获得以下几方面的知识和能力：

1. 掌握羽毛球运动基础理论、竞赛规则、运动生理相关知识，形成适配少儿、青少年、成人不同群体的分层教学认知与学情分析能力；

2. 熟练掌握羽毛球握拍、发球、步法等全套核心技术，具备动作纠错、基础训练课程设计与实操授课能力；

3. 理解单打、双打战术逻辑，具备赛场临场指导、实战战术拆解与进阶训练方案设计能力；

4. 掌握课堂管理、学员情绪疏导、家校沟通、运动损伤预防与应急处理实操方法，独立完成完整教学流程；

5. 了解羽毛球培训行业发展现状与教练员职业规范，具备持续学习、自主开发课程、考取社会体育相关职业证书的基础能力。

十一、课程设置及学时分配表

课程名称	学分	总学时	理论学时	实践学时	考核方式
羽毛球运动基础理论	3	48	16	32	考查
羽毛球核心技术教学	3	48	0	48	考查
羽毛球战术设计与应用	3	48	16	32	考查

课程名称	学分	总学时	理论学时	实践学时	考核方式
羽毛球运动损伤与康复	2	32	16	16	考查
羽毛球教学管理实务	2	32	16	16	考查
教练员职业素养与伦理	1	16	16	0	考查
综合实训与教学实践	2	32	0	32	考查
合计	16	256	62	192	

十二、微专业课程简介

1. 羽毛球运动基础理论

《羽毛球运动基础理论》是羽毛球教练微专业的基础理论课程，是学生系统认识羽毛球运动、开展科学教学的入门课程。本课程围绕羽毛球发展历史、官方竞赛规则、运动生理基础、不同年龄段学员身心发展特点展开教学，区分少儿、青少年、成人三类教学对象的训练适配逻辑。通过课程学习，学生建立完整的羽毛球运动理论框架，掌握科学训练底层逻辑，为后续技术教学、分层课程设计奠定理论支撑。

2. 羽毛球核心技术教学

《羽毛球核心技术教学》是微专业核心实践课程。课程聚焦握拍、发球、高远球、吊球、杀球、基础步法等全部核心技术，拆解标准动作发力原理，梳理常见错误动作类型与

针对性纠正方案。课程以场馆实景训练为主，分组模拟课堂教学，反复打磨示范、讲解、纠错全套教学流程。通过课程学习，学生可独立完成零基础学员全套技术教学，具备标准化课堂实操能力。

3. 羽毛球战术设计与应用

《羽毛球战术设计与应用》面向青少年及成人进阶教学场景开设，兼顾理论分析与实战演练。课程系统讲解单打攻防战术、双打配合逻辑，结合真实比赛案例拆解临场调整思路，教授不同水平学员专属战术训练方案。学生通过赛场实战、模拟临场指挥训练，掌握根据学员水平定制战术训练内容的能力，满足进阶培训教学需求。

4. 羽毛球运动损伤与康复

《羽毛球运动损伤与康复》是教练必备实用课程，兼顾理论科普与实操处置。课程讲解羽毛球常见肩、肘、腕、膝关节损伤成因、预防训练动作，以及课堂突发扭伤、拉伤等损伤的应急处理流程，配套基础放松康复手法教学。学习后学生可在日常教学中规避运动风险，独立处理课堂运动伤害，保障教学安全。

5. 羽毛球教学管理实务

《羽毛球教学管理实务》聚焦一线教练日常运营管理工作，内容包含标准化教案撰写、学员学情跟踪评估、课堂纪律管理、少儿学员兴趣引导、家长沟通话术与矛盾协调等实

务内容。课程搭配真实培训行业案例开展情景模拟，解决执教过程中的管理、沟通难题，实现从“会打球”到“会带班”的能力提升。

6. 教练员职业素养与伦理

《教练员职业素养与伦理》为职业规范类理论课程，讲解社会体育教练员行业规范、职业礼仪、教学职业道德、青少年保护准则、行业合规经营相关要求。课程帮助学生树立正确职业价值观，规范教学言行，建立负责任、有温度的教练职业形象。

7. 综合实训与教学实践

《综合实训与教学实践》是微专业综合整合实践课程，为本专业结业综合性实训环节。课程整合前期全部理论、技术、管理知识，设置完整模拟授课任务，学生独立完成完整课时备课、示范教学、课堂管理、课后学情反馈全流程实操，由资深教练一对一讲评优化。通过综合实训，实现单一技能学习向完整独立执教能力转化，满足上岗教学全部能力要求。