

定向运动与营地教育课程教学大纲

一、课程基本信息

课程名称	定向运动与营地教育 Directional Movement & Camp Education	课程代码	520156
开课学期	第 4 学期	开课年级	2019 级
课程性质	专业方向课程	课程学分	4
教师信息	主讲教师：姚乐辉 杜聪 开课教研室：户外运动教研室		
课时信息	课程总学时：64 学时		
	理论教学：28 学时	实践：36 学时	
	考核方式：考核+考试		
先修课程	拓展运动基础；拓展运动高空项目；攀岩运动		
后续课程	拓展项目延伸与设计		
适用专业	社会体育指导与管理		

二、预期学习成果

（一）课程定位

定向运动与营地教育作为户外教育的重要核心课程，有定向运动和营地教育两部分组成。定向运动是一项利用地图和指北针到访地图上所指示的各个点标，以最短时间到达所有点标者为胜。定向运动通常设在森林，郊外和城市公园里进行，也可在大学校园里进行。营地教育以户外营地为基础，拓展其内部教育价值，发展为目的较为实行的生活方式教育，教授户外营地选址、野外生存、突发事件处理与分享防控、环境保护及垃圾分类、营地活动设计与实践等。《拓展运动基础》、《拓展运动高空项目》是本课程的延伸，同时为《拓展项目延伸与设计》等后续课程做准备。

（二）预期学习成果

通过对《定向运动与营地教育》课程的学习和训练，使学生能够：

1. 掌握户外定向及营地项目设计等操作方法，能够在户外运动及营地教学中应用。了解课程相关行业现状，掌握定向运动及营地教育的实务操作和应用能力，培养基本素质。

2. 能熟悉运用定向设备及器材、营地帐篷、医疗急救工具提高定向运动及营地活动实务工作的效率。掌握定向运动与营地教育培训和管理，能熟练运用户外教育学基础理论分析方法和工具对本专业领域环境及定向规程进行分析。

3. 熟悉定向运动规程，营地安全及环境保护等原则，并能在定向比赛及教学、自然及户外环境教育中自觉遵守。

4. 能够针对户外及营地实际问题，提出分析和评价意见，并通过团队合作和沟通交流，制订合理的改进方案。发展营地教育专业技能，能够使用书面和口头表达与业内同行和社会公众就本专业领域的现象和问题进行有效沟通和交流。

（三）对毕业要求的支撑

毕业要求	学习成果
毕业要求 3：热爱社会体育事业，乐于从事社会体育专业方面的指导和管理工作，具有职业理想和敬业精神，注重自身专业发展。掌握大众体育、养生健身、休闲娱乐及特殊人群体育的指导技术与指导方法；熟悉党和国家有关体育事业和体育产业的方针、政策、法规，掌握社会体育相关学科的基本理论、基本知识。	学习成果 1 学习成果 2
毕业要求 6. 具有从事户外运动、拓展训练等工作的基本理论和基本技能，能够掌握户外运动的专业技能，了解户外运动发展前沿，具有从事户外运动训练和管理的专业能力。	学习成果 2 学习成果 3
毕业要求 9. 富有创新精神，具有敏锐的观察力和分析问题、解决问题的能力，具备从事体育各项工作和适应社会发展的综合能力。	学习成果 4

三、教学日历

周次 (第 几 周)	讲次 (第 几 讲)	教学内容	学时分配		主要教学设计及学习要求	对应学 习成果	作业 次数
			理论课 学时	实验实 践学时			
1	1、2	讲解定向运动的起源与发展，定向运动的在中国的发展，定向运动的形式，定向运动的特征、分类，定向运动的现状、价值，定向运动与职业。	4	0	以定向运动的起源及发展阶段为讲授对象,通过分组讨论定向运动的特征及价值等内容。	成果 1-3	
2	1、2	讲解定向运动地图基本知识和阅读方法；定向运动指北针地运用；介绍检查点说明表的。	4	0	课前准备定向地图图像以幻灯片形式讲解展示,明确地图比例尺所示的含义、指北针的使用方法，最终掌握相关的教学理论。	成果 1、2	
3	1、2	实操定向运动技能进级基本方法；实地认知地形符号、图与实地对照。	0	4	讲解以地形、地图等为对象,借助现代技术，积极开展教学研究,促进学生“听、看、思、动”合而为一，使用效果好。	成果 1、2	
4	1、2	迷你定向实践、个人独立星形定向；接力定向。	0	4	讲解路线选择中的导航特征及实践，通过比赛提高学生在紧张、快速奔跑状态下的选择路线，判定方向的能力	成果 2、3	
5	1、2	重点实操专线、个人、积分、百米定向。	0	4	具体介绍专线、个人、积分、百米定向。学生互学,在教学方法与要求上重视学生的个性差异,提高教学效果。	成果 2、3	
6	1、2	介绍并进行廊式记忆、夜间定向，定向素质拓展路线设计	0	4	通过介绍廊式记忆、夜间定向,以小组为单位,对不同记忆方式进行总结讨论,分析不同记忆方式的特征及应用情境。	成果 2、3	

7	1、2	定向运专项体能训练（有氧耐力、无氧耐力、力量、速度）	0	4	进行分组练习,认识专项体能训练的重要性,理解并掌握有氧耐力,力量耐力和速度耐力,柔韧素质、灵敏性和协调性训练的原则	成果 1—3	
8	1、2	户外场地进行定向教学比赛,考察实践操作能力(定向运动策划与组织)。	0	4	以比赛的形式组织积分定向,男子限时 30 分钟,女子限时 35 分钟,无规定路线,独立完成。进一步提高识图、组织能力,加强户外运动的安全和保护环境的教	成果 2、4	
9	1、2	定向地图的绘制(以百米定向为主),设计定向路线设计	0	4	讲解绘制地图的方法,设计一条百米定向路线,男子 0.8km,女子 0.6km,独立完成,分组讨论路线设计的公平性,以及满足定向运动的要求。	成果 1—3	1
10	1、2	讲解营地教育概述,介绍营地教育的概念和特点,起源和发展,营地教育的功能等价值。	4	0	以实际案例讲解营地教育的起源和发展,使同学分组分享相关教育的特点,	成果 1、2	
11	1、2	讲解营地教育对象的身心发育特征,通过对不同年龄青少年生理心理特征梳理,了解营地项目开展的依据。	4	0	具体介绍营地教育生活方式,通过讨论营地教育对象特征逐渐梳理脉络。	成果 2、3	
12	1、2	讲述营地教育的原理与方法,将各原理通过实践将其寓于各个案例中,使学生深入理解相关理论。	4	0	课前准备各项原理的具体事例,以小组讲述为上课形式,对各组进行点评分析,最终掌握相关教学理论。	成果 2、3	
13	1、2	虚拟仿真实验(一):通过户外营地与野外生存虚拟仿真试验系统进行教学,教授学生户外营地选址等基本方法与手段。	0	4	选取户外地址,以选址原则为准,具体分析各营地建设是否科学可行。	成果 1、2	

14	1、2	营地活动的风险管理，列举并分析营地活动的风险及相关管理策略。	4	0	以实际案例对营地及户外活动可能出现的风险进行分析，对不同风险进行分级评估，考察学生的风险处理能力。	成果 3、4	
15	1、2	虚拟仿真实验（二）：通过虚拟仿真实验，讲授户外营地活动与环境保护，介绍并具体教授“无痕山野”的基本原则和一般方法。	0	4	分组讨论生活必需活动与户外自然环境的共存原则，实施户外垃圾等产物的处理方式。	成果 1、2	
16	1、2	总结各部分相关重要理论知识，将其组成内部逻辑关系较强的系统。	4	0	通过小组讨论和演讲讲述等形式，发挥各小组成员的语言表达能力，同时组成相关理论系统。	成果 1—4	
17		答疑					
18							

四、考核方式及评分标准

序号	考核方式	考核详细说明	所占比例(%)
1	课堂技能学习与实操	<p>(1) 虚拟仿真实验作为营地教育课程的实践考试内容，采用百分制，所占课程评价总成绩的 30%；</p> <p>(2) 考核要求熟练操作完成线上仿真内容的教学部分，评分标准和相关考试考核要求详见虚拟仿真实验考试系统须知与提示内容；</p> <p>(3) 考核评分体系采用扣分制，所遇题型会分为两类，A 类题目涉及危及生命安全的突发事件处理，野外用火，环境保护内容，出现单次错误则判定为考试失败，B 类题目涉及营地区域划分等内容，出现单次错误扣 2—5 分。</p>	30.0
2	课程考试	<p>1) 根据学校课程考试相关规定进行试卷设计，题型为选择、填空、简答、论述；</p> <p>2) 遵照学校期末考试安排进行考试。</p> <p>3) 评分标准详见考试试卷评分标准。</p>	50.0
3	过程考核	<p>1) 授课教师每次课进行考勤，缺课一次扣 5 分，扣完为止；</p> <p>2) 预先通过正当事由请假的不进行扣分；</p> <p>每次课堂作业完成情况和回答问题表现：当堂完成作业按照 100%计平时成绩，下次课补交按照 80%计入成绩，其它未提交或请假的情况，必须在 16 周之前进行比较，成绩均按照 50%计算，由附件及平时成绩依据进行记录评价。</p> <p>3) 每次请假同学，通过补交作业，课堂表现分均按照 50%计入。</p> <p>4) 详细考核方法见附件</p>	20.0

以上各部分内容要按所开课程实际情况设计

五、教材及参考资料

本课程使用教材

[1] 王翔等. 定向运动[M]高等教育出版社, 2005

[2] 张晓威[M]定向越野 星球地图出版社, 2003

[3] 胡允达 金明野[M]军事地形学与定向越野 武汉大学出版社, 2015

[4] 国家体育总局青少年体育司, 中国登山协会[M]营地指导员基础教程, 高等教育出版社, 2018

六、成功的建议

(一) 开展本课程学习前, 应复习体育基础理论

(二) 遇到问题多看帮助和中国知网等进行查阅, 常见问题均可获得类似解答经历;

(三) 根据每次课程的反思及错误记录, 及时进行讨论并询问老师, 避免闭门造车, 出现主观臆断的想当然。

七、学术诚信规定

(一) 平时练习和报告应自己完成, 遇到疑难问题可与老师、助教和同学讨论。雷同报告两份一律视为零分;

(二) 上课请人代课、考试请人代考, 一经发现核实, 课程成绩为零分。

八、其他

大纲制订人: 杜聪 姚乐辉 李学良 王晨航

大纲审定人: 刘振坤

教学院长: 朱文杰

制订日期: 2020.02