

“中华传统体育项目（毽球）融入学校体育 教学训练竞赛体系的创新与实践研究”成果总结报告

一、引言

地方本科院校充分发挥高校自身资源优势，以立德树人为根本，以传承中华优秀传统文化为宗旨，在传承中华传统体育项目的学校体育与校园文化建设中，从内容、载体、形式、手段上做到符合新时代特征的创新与发展，以实现其创造性转化和创新性发展为其特色发展的重要抓手之一。

2020年10月15日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》中在不断深化教学改革中强调，“推广中华传统体育项目。因地制宜开展传统体育教学、训练、竞赛活动，并融入学校体育教学、训练、竞赛机制，形成中华传统体育项目竞赛体系。”晋中学院武术与民族传统体育专业自开设以来，在深刻剖析校园体育发展的内外影响环境基础之上，推动重点项目的发展，历经10多年的实践和理论探索。实践证明，课堂教学、课余训练、课内外各类竞赛的有效结合，是分层次的、多维度的，是有效集合课内教学和课外拓展于一体的课程体系，是全方位拓展学生体育核心素养的有效形式。

二、理论思考与实践探索

自2004年晋中学院由师范高等专科学校迈进综合性本科院校的行列，借鉴传统本科院校的发展，学校立足于探求自身特色的办学和应用型人才培养之路。基于自身师资优势，将毽球作为特色项目抓起，2005年晋中学院毽球代表队正式成立，次年就在第二届全国大学生毽球锦标赛斩获4金5银的好成绩，享誉全国。竞赛成绩的取得给了团队极大的信心，毽球团队开始着力于思考探索毽球项目的校园推广、专业人才的培养、课程建设的推动、科学研究和竞赛项目开发等相关方面的建设工作。

（一）毽球课程建设与教学改革成效

2008年晋中学院民族传统体育专业获批，我们有意识、有目的地开始进行相关的探索与实践，在课程建设、教学改革创新、人才培养途径以及师资队伍建设等方面进行了比较系统的研究与实践。2009年，毽球教学科研团队成立，确立了

课程建设与创新人才培养相结合的目标，充分体现了应用性、创新性与实践性的融合统一。同时，学院毽球特色体育项目构建了“教学—训练—竞赛”三位一体的教学模式，在围绕培养毽球项目高水平运动员为案例进行理论探索与实证研究的同时，以课程建设为核心，以课外训练、竞赛为重要提升，推动学生对项目的深入学习，以期达到在高校校园有序推广中华传统体育项目的目标。

课程建设与教学改革取得了一系列的成效：

2009年，“毽球”课程评选为校级精品课程；

2009年9月，“毽球”教学团队获山西省优秀教学团队称号；

2009年11月，山西省高等教育教学改革研究项目“毽球特色的民族传统体育专业建设研究”立项，2011年结项；

2010年12月，山西日报刊登了“扬传统之帆闯世界”一文，对晋中学院毽球队以及民族传统体育专业建设所取得的成绩做了大力褒扬与宣传；

2011年9月，山西省高等教育教学改革研究项目“特色民族传统体育专业教学实训基地建设研究”立项，2015年结项；

2017年9月，山西省高等教育教学改革研究项目“特色民族传统体育专业应用型人才培养模式的研究与实践”立项，2019年结项；

2020年11月武术与民族传统体育专业获山西省高等学校省级一流本科专业建设点立项。

目前，“毽球”课程的开设涉及到大学生基本文化素质课程、体育专业核心课程和专项理论与实践课程。“三位一体”教学模式，在最大限度上对现有的教学资源进行整合，拓展了体育教学的时间和空间，提升和拓展了教师对体育教学思想的认识，加深了学生的学习体验，达到了多维度、多层次深化传统课堂育人的目标。

（二）毽球高水平运动队与实训基地建设

毽球特色项目在学校的有序开展校园高水平运动队的建设，不仅为国家毽球项目的发展提供了后备人才，同时代表学校、省、国家参加各级别竞赛，培养了学生积极进取、努力拼搏和集体荣誉感，为团队注入了奋进的精神，并打造成为晋中学院校园文化的亮点。

为了进一步推动毽球后备人才的培养，团队逐步打开校外实训基地建设的途径，目前，已经建立三个校外联合实训基地，山西祁县中学、辽宁葫芦岛显辉俱乐部、浙江临海桃渚青少年体育俱乐部，在毽球团队建设、人才培养、教学、训

练和竞赛等诸多方面，实现了资源共享，增进了供需多方诉求交流。

（三）运动员培养与竞赛成绩

从 2003 年建立训练队至今，18 年的时间里，晋中学院在毽球运动的发展与推广方面取得了令人瞩目的成绩，在全省乃至全国反响巨大。运动员培养取得了骄人的成绩。截至 2019 年，共获世界冠军 4 项，亚军 3 项；全国各项冠军 40 余项。代表性奖项有：

2012 年第九届全国大学生运动会获得男子团体冠军，完成综合赛事团体冠军零的突破；

2013 年，第七届世界毽球锦标赛，获男子单人冠军，实现世界冠军蝉联。

（四）师资队伍建设措施及成效

师资队伍建设是人才培养的基础条件。团队在教学、训练、竞赛各领域不断加强师德师风建设，健全监督奖惩机制，形成爱岗敬业、严谨治学、教书育人的良好风气；着力支持与鼓励青年教师前往国内国外一流大学进行、访学和攻读博士学位。目前团队具有博士学位 1 人，在读博士 1 人，其余全部具有硕士学位，80%以上副高职称；另外，出台切实可行的联合培养教师实施方案，强化“双师型”和“双向兼职型”教师培养；形成提升教师专业能力的长效机制。

毽球教学团队现已有国际级裁判 4 人，国家级裁判 3 人，课题组成员多次被评为优秀教练员、校级优秀教师，“三育人”先进个人等。课题组负责人郑治伟老师 2018 年获评“三晋英才”支持计划拔尖骨干人才。

（五）社会服务

团队坚持以“立足育人、突出特色、注重应用、服务社会”为出发点，2013 年承办全国教练员、裁判员培训和国际级、国家级毽球裁判员等级考试。依托中国毽球协会科研培训中心工作，承担并参与 2006 年以来毽球技术人员的国家级培训的组织与业务保障。并受邀完成山东、陕西、甘肃、宁夏、内蒙、浙江、贵州、江西、安徽等多个省市技术人员培训，为各地开展毽球项目的推广提供技术支持。

2014 年，由晋中学院发起成立中国大学生体育协会毽球分会，并担任毽球分会主席单位，为规范校园项目推广提供了平台。团队在毽球项目竞赛体系建设、项目设置与赛制建设等方面发力，努力打造中国学生毽球锦标赛的品牌，引领全国毽球赛事的规范发展，并积极发展会员单位，有序开展了毽球运动在校园中的普及、发展和推广工作，推动了毽球运动在学校体育中的发展，为毽球运动走向

世界做出应有的贡献。

2014年晋中学院成立毽球中心，立足两个国家级平台，结合团队建设，积极开展毽球校园文化建设，参与不同层次与需要的公共服务供给保障的探索。

2018年成为山西省毽球协会的主席单位，承揽了所有毽球相关省级项目社会服务。

2015年开始参与毽球项目西部行的推广活动，特别是参与2018年国家体育总局毽球、跳绳西部行（拉萨），我院派出4名毽球教学团队成员走进西藏小学，为落实国家体育总局体育援藏计划和自治区打造高原特色校园体育活动，贡献了晋中学院的力量。

国际交流方面，2013年的承担了毽球项目国际培训，并受中国毽球协会委派赴澳大利亚进行的国际推广，为项目走出国门积累了培训与交流素材与借鉴。

三、推广应用情况

（一）毽球课程在我院得到了广泛的推广

“毽球”与“花毽”课程在我院得到了广泛的开展。大学生基本文化素质课程的开展，将中华民族传统项目与学科内容自然融合，课程设计满足学生的不同学习需求，学生在课堂中充分参与课程设计、课程实施、课程评价，激发了学生学习和探究的兴趣，得到了大学生的广泛好评。

毽球专业核心课程的开展，为毽球专业人才的培养打下了良好的基础。毽球课程的改革实现基础课与进阶课程的衔接，让一部分具有兴趣和特长的学生系统学习毽球知识，基本掌握理论、技术、战术、规则和竞赛组织管理等方面的知识，推动学生参加各项毽球活动和社会活动，全面提升了学生的素质和能力。2013-2015年参与教学改革实践的董智玲同学在团队老师带领下，完成体育学院第一个省级大学生创新项目“家用微型毽球球网的设计”，获三等奖。

毽球校园文化活动迈上新的台阶，积极参与非遗进校园的文化活动，并结合毽球项目的开发，完成了学校全员参与的联赛赛制实践与应用，取得了一手的校园竞赛实践资料，同时结合校地教学合作，开展了面对地方一线体育教师的培训尝试，为晋中市培训了一批基层体育教师，得到与会学员的一致肯定。

（二）毕业生受到社会广泛好评

学生在校期间在全国各类大赛中取得优异成绩，共有5名运动员入选国家毽球队。毕业之后仍然在各地从事毽球项目教学、训练和比赛与服务工作。在备战

2021 年全运会期间，河南、辽宁、内蒙、浙江、广东、江苏等省代表队均有我院的毕业生，山西代表队 20 名备战队员有 18 名是从我校毕业的队员。在毽球训练队受训的各届毕业生考研成绩也很出色，近三年来，先后被北京师范大学、天津体育学院、西安体育学院、武汉体育学院、南京理工大学、山西大学、山西师范大学等学校录取。学生就业之后，受到用人单位的广泛好评，在不同的工作平台中继续为毽球运动的发展做出贡献。

（三）特色项目的发展受到社会各界的广泛认可

2014年，由我院发起成立中国大学生体育协会毽球分会，获选首届毽球分会主席及秘书长单位；

2018年，受总局社体中心委托，编撰了《中国毽球竞赛标准》及《毽球中长期发展规划（2018年——2027年）》；

2020年，受总局社体中心委托，完成了毽球项目“十四五”发展规划摸底调研工作；

2021年，受总局社体中心委托，编撰完成《毽球项目“十四五”发展规划》。

四、理论研究成果

1. 郑治伟. 高校毽球课程设置的研究[D]. 北京体育大学硕士论文, 2007, 10.
2. 郑治伟. 高校毽球课程资源有效开发研究[J]. 体育研究与教育, 2011, (26) 5:50-52.
3. 郑治伟. 我国毽球人才培养的现状与展望[J]. 吉林体育学院学报, 2012, (28)1: 146-148.
4. 王苗. 地方本科院校特色民族传统体育专业建设的理论研究[J]. 晋中学院学报, 2014, 06.
5. 梁利平. 落点感应器对毽球发球技战术训练效果的影响[J]. 中北大学学报(社会科学版), 2016, 4.
6. 梁利平. 拦网模拟器对毽球技战术训练效果的影响[J]. 南京体育学院学报(自然科学版), 2015, 6.
7. 马锦宗. 民族传统体育文化输出的瓶颈及破解[J]. 河北体育学院学报, 2016.
8. 马锦宗. 我国毽球赛事的开发现状与对策[J]. 体育成人教育学刊, 2016. 03.
9. 李明. 论拦网技术在毽球女子双打比赛中的运用[J]. 当代体育科技, 2018, 08.
10. 李明. 我国毽球人才培养模式研究[J]. 运动, 2017. 07.

五、成果的创新点

（一）创新教学模式，落实应用型人才培养

晋中学院毽球团队在毽球特色体育项目构建“教学—训练—竞赛”三位一体教学模式，以体育课堂教学为核心环节，课外训练、竞赛为重要提升，满足学生进一步深度参与学习项目的诉求，在毽球项目学校体育教学、训练、竞赛机制上做了全方面的实践，从学校体育整体性出发，突出学生参与主动性，项目发展的文化性。

（二）推动了中华传统体育项目竞赛体系的建立与完善

依托一流专业建设，以及中国大学生体育协会毽球分会职责目标，在实践晋中学院“教学—训练—竞赛”创新教学模式的同时，推进中华传统体育项目竞赛体系的完善，在规范赛制与竞赛项目开发方面，不断创新新时代高校传承中华优秀传统文化的理念、形式与方法，在坚持立德树人的基础上，率先在竞赛周期内明确优秀传统文化与红色基因结合的竞赛组织机制；通过基地建设在高校高水平运动队建设与中小学体育教学竞赛相衔接方面做了积极探索；通过项目运动水平“段位制”认证建设，在打通教育和体育系统高水平赛事互认通道，落实校、省、区域、全国的中华传统体育项目（毽球）竞赛体系组织与开发方面，率先迈出了实质性步伐。

（三）促进民族民间体育项目的标准化建设与国际化推广

在不断推进教学改革的过程中，深入思考了新时代毽球项目发展的使命、面临的挑战及推广路径。积极参与毽球项目标准化建设，在此过程中得到了业务主管部门的充分支持与肯定。先后完成了项目规则的修订，全国竞赛标准制定，项目发展的规划的编撰，并在推动竞赛体系建立的运动水平认证开发上积极发力，为全民高质量参与中华民族传统体育项目锻炼与造中华民族传统体育项目（毽球）的文化名片，起到了社会服务与基础研究的双重价值体现。

以毽球项目校园推广为使命、以民族体育项目传承为责任、为中华传统体育振兴而奋进，团队本着“使命 责任 奋进”的队训，不断深入参与社会不同层次公共服务供给活动的过程，就是不断满足人民群众对美好生活的需要的过程。我们坚信“文化自信，是更基础、更广泛、更深厚的自信”，不忘初心，继续为中华传统体育文化的繁荣发展奋进。