

2023 年山西省教学成果奖（高等教育本科）  
申报书附件

成果名称：地方高校传统体育课教学体系建构的探索与创新

附件目录：

1. 教学成果总结报告
2. 教学成果应用及效果证明材料

## 一、成果简介及主要解决的教学问题

### （一）问题的提出

习近平总书记指出：“中华优秀传统文化是中华民族的精神命脉，也是我们在世界文化激荡中站稳脚跟的坚实根基”。如何将中华优秀传统文化充分融入课堂教学，让优秀传统文化教育更全面、系统、可持续，科学的课程体系是基础和前提。中办、国办《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》指出“要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”。总书记还强调，“为谁培养人、培养什么人、怎样培养人”始终是教育的根本问题。课程是人才培养的核心要素，是立德树人的“主战场”。学院历来重视传统文化课程建设，教学改革实践走在同类院校前列。课程以立德树人为根本任务，以《武术与民族传统体育人才培养方案》为遵循，以体育学科核心素养培育为抓手，建构了传统体育课程的育人目标、重塑传统体育课程结构，创新传统体育教学模式，培养了立德、强身、健体、铸魂、益智、致学的传统体育人才。

### （二）成果简介

本成果在山西省中华优秀传统文化教育传承基地研究的基础上，获批省级一流专业，课程收录于国家智慧教育平台在线开放，被认定省级一流课程及课程思政示范建设课程。目前，共发表著作 3 部，论文 20 篇，课题立项 13 项，专利 2 项。

本成果聚焦地方高校传统体育教学体系建构，通过一系列的改革，

重构了传统体育课程的理论体系，拓宽了传统体育地方课程开发的指导思路，共享了传统体育课程开发的优秀经验，探寻了非遗传统体育课程实践的优化路径。具体成果如下：

**一是建构了传统体育课的育人目标体系。**本成果在科学研究的基础上，结合地方非遗特色，对传统体育进行筛选、改造、整合形成具有地方特色的传统体育以“德、技、能、知、养、行”六维育人目标。

**二是重塑传统体育课程结构。**通过调研高校中国传统体育课程的开设效果，总体上学生的认同度不高，主要原因在于课程设置、教材质量、教育教学规划和师资专业化等方面存在一定的不足。本成果主张构建以显性课程和隐性课程为主的中国传统体育课程体系，结合传统体育课程特点，重塑传统体育课程结构，将变成具有健身性、丰富趣味性、突出社会时效性的传统体育教学内容，使学生乐于接受，满足当前的社会需求，以达到“育体”“育心”和“育人”的目标。

**三是创建了“教、练、演、赛”四位一体+混合式教学的传统体育教学模式。**在通过创新传统体育教学模式，学生在教授中掌握和运用体育运动知识技术技能，在练习中领略和建立传统体育文化精神，在展演中培养和训练综合能力，在赛事竞技中激发和提升竞争、创新意识。

**四是搭建了多元化学生发展平台，助推传统体育育人目标的达成。**“下了课堂，融入社会”，“知于书，而践于行”，让“课内”教学走向“课外”，让传统体育嵌入学生生活、学习中。

### **（三）解决问题**

成果主要解决了四大教学问题：

- (1) 解决了传统体育课程培养目标不明确的问题。
- (2) 解决了传统体育课程体系不系统性、不科学的问题。
- (3) 解决了原有的教学模式不适应传统体育课教学的问题。
- (4) 解决了传统体育教学过程中预期目标达成度评价的问题。

## 二、成果解决教学问题的方法

### (1) 确立“德、技、能、知、养、行”六维育人目标。

以体育学科核心素养为传统体育课程标准、知识体系等为依据和导向，以结构化的学科知识与技能体系为重要基础和载体，通过深入挖掘、梳理优秀传统体育核心素养要素，最终确立了“德”、“技”、“能”、“知”、“养”、“行”为六维育人目标，具体的核心素养体现为：

“德”指传统体育精神、传统体育道德。

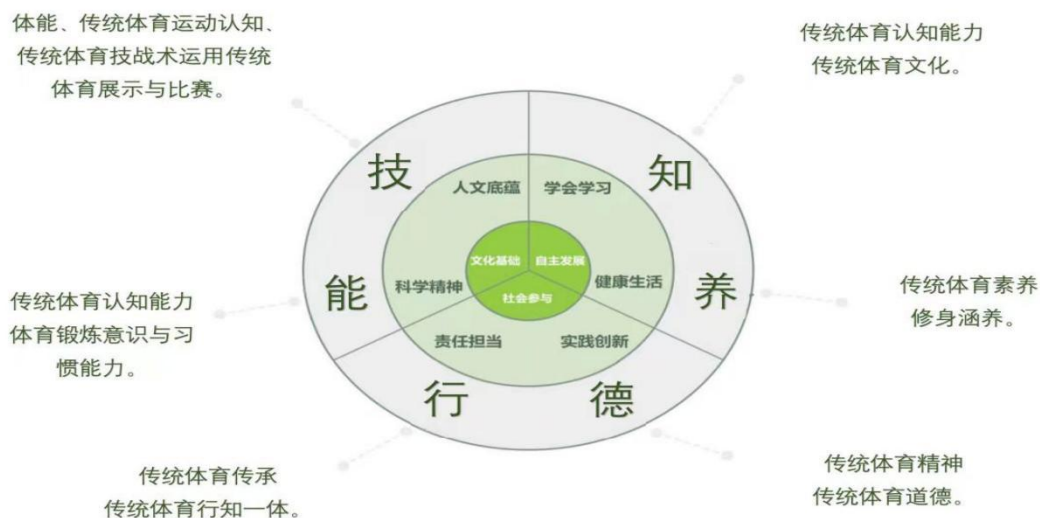
“技”指体能、传统体育运动认知、传统体育技战术运用和传统体育展示与比赛。

“能”指传统体育认知能力和体育锻炼意识与习惯能力。

“知”指对传统体育的认知和传统体育文化。

“养”指传统体育素养和修身涵养。

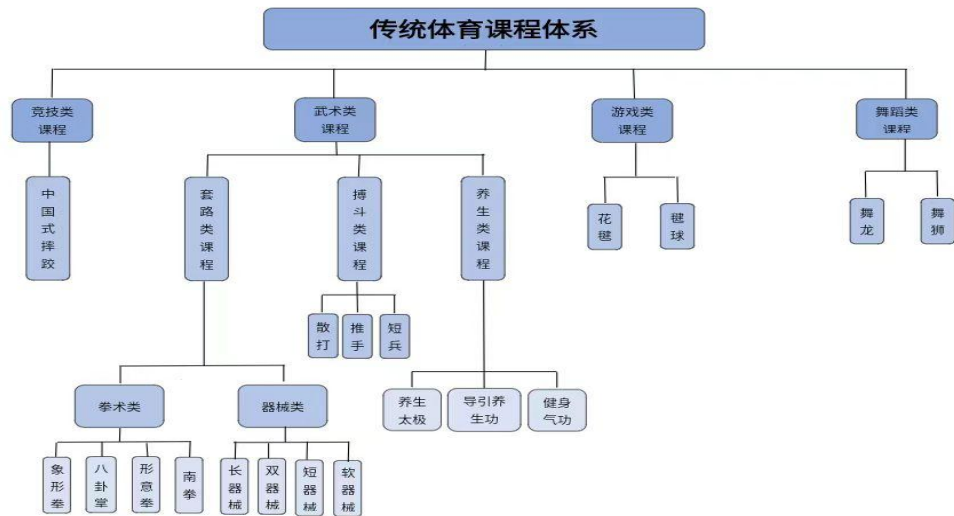
“行”指传统体育传承和传统体育的知行一体。



(2) 筛选、改造、整合传统体育课程体系，优化教学内容，实现课程培养效果的重构。

以传统体育留存资料进行梳理，将传统体育课程分为武术类、竞技类、游戏类和舞蹈类 4 大类。通过结合本校办学特色，社会和学生需求，构建了纵向深度延伸传统体育课程体系。

以健身性、趣味性，社会时效性为原则进行筛选传统体育课程内容，对课程内容进行整合、优化、精选单势动作，突出技术原理及文化内涵，整合传统体育课程资源库，从而由知向德转化，由技向养转化，由知向行转化，实现“德”“技”“能”“知”“养”“行”六维育人目标，同时探寻有效的非物质文化遗产传统体育课程开发的优化路径，实现课程培养效果的最优化。



(3) 创建了“教、练、演、赛+混合式教学”教学模式。



本成果利用信息科技这个“助力器”，注重运用现代教学手段，为传统体育文化教育提供了全新的平台和展现方式，让传统文化“活”起来，采用灵活多样的教学方式，设计好相关活动方案，将文字、声音、画面等融成一体，使教学内容立体化、情景化，对学生形成多重感官刺激，激发学生学习兴趣。

结合“教、练、演、赛”四位一体的教学模式，在教授中掌握和运用体育运动知识技术技能，在浸润学习中领略和建立传统体育文化精神，在展演中培养和训练综合能力，在赛事竞技中激发和提升竞争、

创新意识。

“教、练、演、赛+混合式教学”教学模式，营造全时空的传统体育教育环境，使其更好更深入地领略传统文化的内涵，接受人文精神熏陶，从而获取更好的学习效果。

#### （4）搭建“螺旋递进式实践教学体系”学生发展平台。

按照“基本技能训练—专业技能训练—就业创业训练—综合实践训练”的路径，实现学生能力体系“基本技能—专业技能—就业创业技能—综合能力”的螺旋上升。

### 三、成果的创新点

#### （1）育人目标创新

根据高校育人目标要求，以及我校的自身优势，对传统体育文化资源深入挖掘，形成“德”“技”“能”“知”“养”“行”六维育人目标，适应当代大学生发展需求，有利于促进新时代高校文化育人思路的开拓。

#### （2）课程体系创新

在**理论**上能够完善民族非物质文化遗产地方课程及其开发的理论体系、拓宽其现时的指导思路并展望其未来发展的取向，是内在理论价值与指导理念的集合；**实践**上则是在对传统体育课程开发优秀经验的整理与共享中、依据实践经验、文化特性和课程特色去还原与打造民族非物质文化遗产地方课程开发的联动空间、探寻其课程实践的优化路径。

本成果在教学痛点的驱动下，对传统体育内容重新构建，以优化

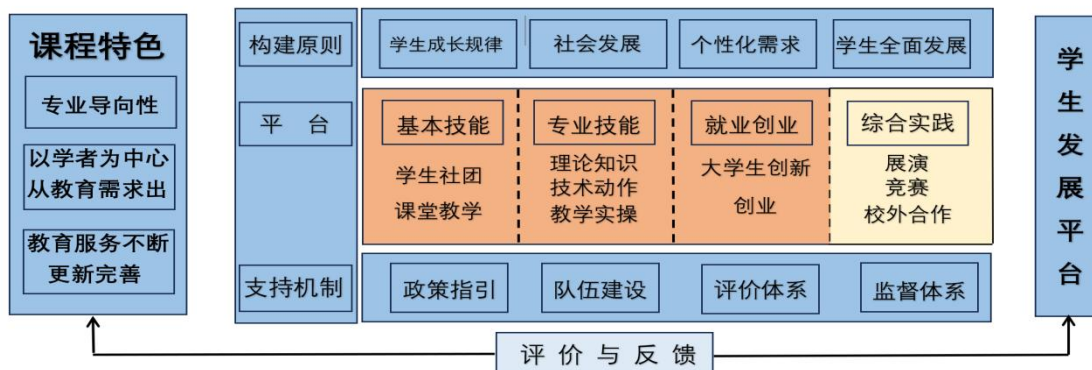
套路、精选单势动作，突出应用的原则，适应学生需求。



### (3) 教学模式创新

提出了“知识驱动，文化驱动，能力驱动，竞争驱动”四驱育人的教学理念，建立了“教、练、演、赛”与线上线下混合模式相结合双教学模式，驱动学生在教授中掌握和运用体育运动知识技术技能，在浸润学习中领略和建立传统体育文化精神，在展演中培养和训练综合能力，在赛事竞技中激发和提升竞争、创新意识。

### (4) 多维学生发展平台创新



“下了课堂，融入社会”和“知于书，而践于行”的育人理念，



一是着力构筑多元化基本训练和专业技能校内发展平台，为学生差异化、个性化发展提供施展才华的舞台。二是着力搭建学生的就业创业能力平台。三是搭建综合实训平台，开展校外合作平台，由课内延伸到课外，从而实现学生全面发展，完成预期目标的达成。

#### 四、成果的推广应用效果

##### （一）传统体育类课程建设成效及校内推广应用

本成果注重应用性人才培养，逐渐丰富学生的实践形式，成果受益人群为全院学生。

##### 1. 传统体育课程在中国大学慕课运行。

传统体育课程《形意拳—形意十二形》在中国大学 mooc 中运行三期，成功被认定为省一流课程和课程思政示范课程建设课程。

##### 2. 学生创新创业意识和能力提升。

武术与民族传统体育学生积极参加“互联网+”大赛，创新创业训练项目，获批国家级大创项目共 4 项，省级 3 项，并获得铜奖和三等奖。

##### 3. 学科竞赛硕果累累。

在全国高校体育教育专业学生基本功大赛、第二届青年运动会（中国式摔跤）、大学生舞龙舞狮锦标赛、毽球赛、山西省大中学生武术锦标赛等众多高水平比赛中，斩获世界冠军 4 项，亚军 3 项，全国各项冠军共计 60 余项。

##### 3. 推动学生社团开展公益宣讲等活动融入生活。

学生社团（中华精武协会、形意拳协会、咏春社、毽球协会）开

展公益宣讲、展演、竞赛，与兄弟院校交流，开展传统体育活动，把课上延伸到课下，满足学生个性化需求，为学生提供展示自我的舞台。

## （二）校外推广成效

### 1. 列入国家智慧教育平台。

2022年《形意拳--形意十二形》收录于国家智慧教育平台。

### 2. 服务于中小学、行业协会、行业俱乐部得到广泛认可。

团队成员和学生服务于中小学、行业协会、行业俱乐部传统体育及教育活动100余场。多次承办各级各类全国教练员、裁判员培训、国际级、国家级裁判员等级考试以及师资培训。

2018年参与国家体育总局毽球、跳绳西部行（拉萨）。

2017、2018年师生参加第一、第二期中小学武术进校园师资培训。

2018年师生参加“圆梦工程”农村未成年人体育志愿者服务志愿者培训（武术）。

2019年全国青少年武术夏令营（山西站）武术培训工作。

2023年开展“全国毽球公益推广大篷车活动”。

2023年晋中市逸夫小学进行龙狮指导并与学生参与大型传统体育展演。

2023年学生参加第十六届山西省运动会教练和执裁工作。

### 3. 对外学术交流广泛。

依托中国毽球协会科研培训中心、优秀文化传承基地，以及校级形意拳、毽球研究中心，举办了第七届全国学校龙狮运动科学

大会暨校长龙狮论；多次参加运动科学大会、非物质文化遗产大会专题报告并获得证书。

#### 4. 改革的引领示范作用引发社会广泛关注。

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）》；编撰完成《毽球项目“十四五”发展规划》。

学院“形（心）意拳”教育传承基地入选山西省“优秀传统文化艺术教育基地”。

系统研究、挖掘与梳理了山西省传统体育15项并收录于晋中国国家级文化生态保护区非遗数字博物馆。

科研中心建设国家级毽球科研培训中心、中国大学生体育协会毽球分会（分会主席单位）、中国大学生体育协会舞龙舞狮分会（分会副主席单位），定期组织开展对外交流与培训。