

2023年山西省教学成果奖 (高等教育本科)申报书

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

成果完成人姓名 闫慧 刘双恩 王颖 梁利平 王苗

成果完成单位名称 晋中学院

成果分类 11

类别代码 111

推荐序号 1505

成果网址 <http://jwc.jzxy.edu.cn/tycgsb23.html>

推荐单位名称 晋中学院 (盖章)

推荐时间 2023年8月11日

山西省教育厅

承诺书

本人申报 2023 年山西省教学成果奖（高等教育本科），郑重承诺：

1. 对填写的各项内容负责，成果申报材料真实、可靠，不存在知识产权争议，未弄虚作假、未剽窃他人成果。

2. 成果奖评审工作期间，不拉关系、不打招呼、不送礼品礼金，不得以任何形式干扰成果奖评审工作。同时，对本成果的其他完成人提醒到位，如有违反上述规定的情况，接受取消参评资格的处理。

3. 成果获奖后，不以盈利为目的开展宣传、培训、推广等相关活动。

成果第一完成人（签字）：_____



成果第一完成单位（盖章）：_____



2023年8月11日

填 写 说 明

1. 成果名称：字数（含符号）不超过 35 个汉字。

2. 成果按高等教育人才培养工作主要领域进行分类。分类和代码为：“大思政”教育-01,基础学科人才培养-02,新工科-03,新医科-04,新农科-05,新文科-06,创新创业教育-07,教育教学数字化-08,教师教育-09,教学质量评价改革-10,教学综合改革-11,其他-12。

3. 成果类别代码组成形式为：abc，其中：

ab：成果分类代码

c：成果属普通教育填 1，继续教育填 2，其他填 0。

4. 推荐序号由 4 位数字组成，前两位为推荐单位代码，按照附件 1 中各推荐单位代码填写，后二位为推荐单位推荐成果的顺序编号。

5. 申报单位需提供一个成果网址，将认为必要的视频及其他补充支撑材料放在此网址下，并保证网络畅通。

6. 成果曾获奖励情况不包括商业性的奖励。

7. 成果起止时间：起始时间指立项研究或开始研制的日期；完成时间指成果开始实施(包括试行)的日期；实践检验期应从正式实施（包括试行）教育教学方案的时间开始计算，不含研讨、论证及制定方案的时间。

8. 本申报书统一用 A4 纸双面打印，正文内容所用字型应不小于 4 号字。需签字、盖章处打印复印无效。

9. 指定附件备齐后合装成册，但不要和申请书正文表格装订在一起；首页应为附件目录，不要加其他封面。

一、成果简介（可加页）

成果曾获奖励情况	获奖时间	奖项名称	获奖等级	授奖部门
	2022年12月	国家智慧教育平台	国家级	国家教育部
	2019年9月	省级优秀传统文化艺术教育基地：形(心)意拳	省级	山西省教育厅
	2020年11月	一流专业：武术与民族传统体育	省级	山西省教育厅
	2021年9月	一流课程：《形意拳——形意十二形》	省级	山西省教育厅
	2022年5月	课程思政示范建设课程：《形意拳》	省级	山西省教育厅
	2020年11月	一流专业：武术与民族传统体育	省级	山西省教育厅
	2012年12月	著作：体育课堂教学设计原理、方法案例	未定等级	人民体育出版社
	2015年1月	参编：民族民间体育概论	未定等级	北京体育大学出版社
	2018年7月	参编：当代大学生体育教学与健身指导	未定等级	哈尔滨地图出版社
	2020年3月	专利：《一种武术学习用的平衡训练台》	未定等级	专利号：ZL 2020 2 0409663. X
	2019年12月	专利：《一种民族传统体育训练装置》	未定等级	专利号：ZL 2019 2 2302271. 3

	2009年9月	山西省优秀“毽球”教学团队	省级	山西省教育厅
	2019年12月	青年教师基本功比赛 优秀奖	校级	XX高校
	2019年6月	大学生创新创业优秀 指导教师	校级	XX高校
	2022年10月	重点基地项目：中华优秀传统体育文化创造性转化和创新性发展的内在逻辑与实践路径研究	省级	山西省教育厅
	2020年8月	哲学社科项目：形意拳传统文化教育基地传承路径与创新研究	省级	山西省教育厅
	2021年6月	教改项目：形意拳传统文化教育基地传承路径研究	省级	山西省教育厅
	2022年6月	教改项目：《形意拳——形意十二形》线上线下混合式一流课程建设与实践	省级	山西省教育厅
	2022年6月	教改项目：课程思政背	省级	山西省教育厅

		景下《形意拳 ——形意十二形课程》教学改革与实践		
2012 年		中华人民共和国第七届农民运动会毽球项目女子双人赛第一名	国家	农业部 国家体育总局
2016 年		“金元宝杯”首届亚洲毽球赛女子团体赛第一名	国际	亚洲毽球联合会
2021 年		全国大学生毽球锦标赛团体总分第一名	国家	中国大学生体育协会
2019 年 7 月		全国高校体育教育专业学生基本功大赛	第四名	教育部
2019 年 7 月		全国高校体育教育专业学生基本功大赛团体	三等奖	教育部
2019 年 7 月		全国高校体育教育专业学生基本功大赛基础理论知识与教学技能类	三等奖	教育部
2019 年 7 月		全国高校体育教育专业学生基本功大赛运	三等奖	教育部

		动技能类		
2019年7月	第二届青年运动会中国跤	冠军	国家体育总局	
2016年10月	山西省大中学生武术锦标赛(28项)	省级	山西省教育厅 山西省体育局	
2017年10月	山西省大中学生武术锦标赛(66项)	省级	山西省教育厅 山西省体育局	
2018年10月	山西省大中学生武术锦标赛(10项)	省级	山西省教育厅 山西省体育局	
2019年11月	山西省大中学生武术锦标赛(10项)	省级	山西省教育厅 山西省体育局	
2022年10月	山西省大中学生武术锦标赛(12项)	省级	山西省教育厅 山西省体育局	
2021年7月	兵器收纳架	国家级	山西省教育厅	
2021年8月	蓝色假期梦想营地	一般	山西省教育厅	
2022年10月	让形意拳外之于形心之于意——形意拳微信小程序研发推广	一般	山西省教育厅	
2019年6月	扶志扶智，文化同行——龙狮文化助力乡村振兴铜奖	校级	XX高校	
2019年6月	青少年趣味武术课程三等奖	校级	XX高校	

成果 起止时 间	起始： 2013 年 6 月 完成： 2019 年 5 月 实践检验期： 4 年
成果关 键词	传统体育 教学体系
<p>1. 成果简介及主要解决的教学问题</p> <p>成果简介：</p> <p>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”。本成果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。</p> <p>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。</p> <p>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：</p> <p>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。</p>	

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系**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。

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的教学的问题。
- (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。

2. 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

体能、传统体育运动认知、
传统体育技战术运用传统
体育展示与比赛。

传统体育认知能力
传统体育文化。

传统体育认知能力
体育锻炼意识与习
惯能力。

传统体育素养
修身涵养。

传统体育传承
传统体育行知一体。

传统体育精神
传统体育道德。



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，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”指传统体育认知能力和传统体育文化。

“养”指传统体育素养和修身涵养。

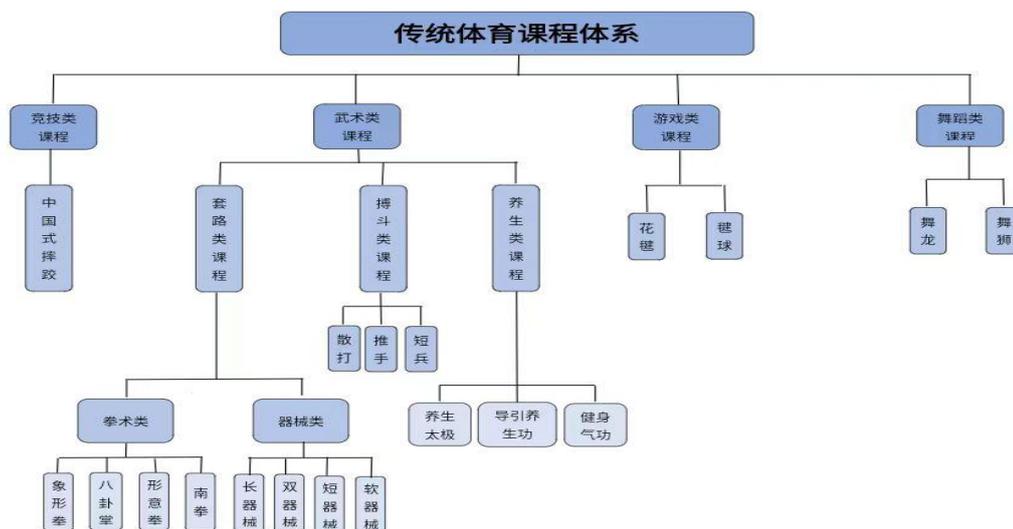
“行”指传统体育传承和传统体育行知一体。

(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。

以传统体育留存的资料进行梳理，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。

3. 成果的创新点

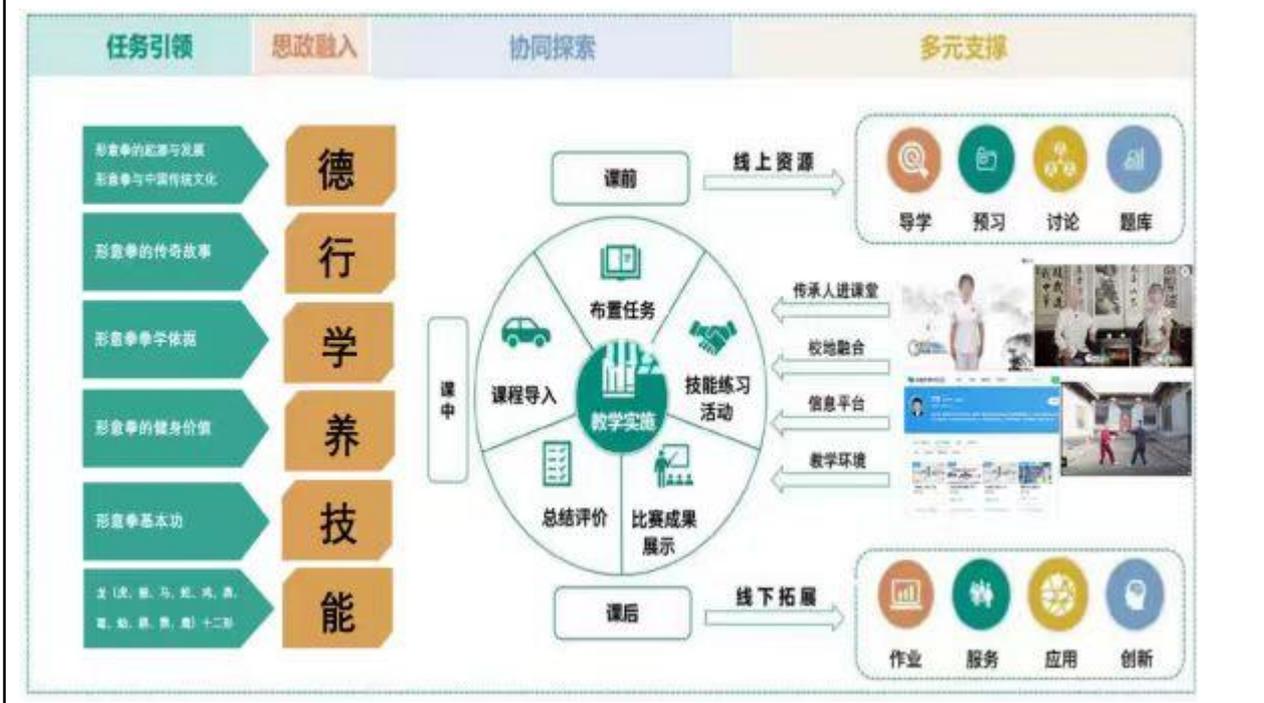
(1) 育人目标创新

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。

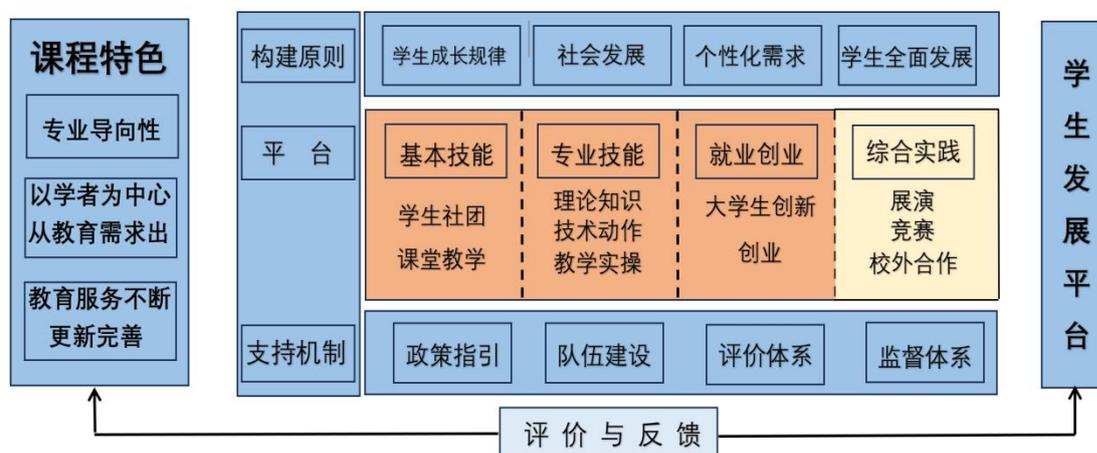
本成果在教学痛点的驱动下，对传统体育内容重新构建，以优化套路、精选单势动作，突出应用的原则，适应学生需求。



(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) 多维学生发展平台的创新



“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新创业能力平台。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。

4. 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。

二、主要完成人情况

第一完成人姓名	闫慧	性 别	女
出生年月	1979年10月	最后学历	研究生
专业技术职称	教授	现任党政职务	无
现从事工作及专长	武术与民族传统体育	是否为校领导牵头成果	否
工作单位	晋中学院		
联系电话	0351-3985600	移动电话	18103435311
电子信箱	3967777@qq.com		
通讯地址	晋中市榆次区文华街199号晋中学院		
何时何地受何种省部级及以上奖励	无		
何时何地受过何种处分	无		
主要贡献	<p>1. 开展传统体育科学研究。</p> <p>2. 积极推动民族传统体育进校园、进课堂传承教育。</p> <p>3. 承担《形(心)意拳与手搏术》、《舞龙舞狮》、《舞龙运动》、《舞狮运动》等课程。</p> <p>4. 负责《形意拳一形意十二形》省一流课程的研发、建设、推广。</p> <p>5. 2008年至今，带队多次参加全国、省武术比赛取得优异成绩，多次评为优秀教练员。</p> <p style="text-align: right;">本人签名：</p> <p style="text-align: right;">2023年8月10日</p>		

主要完成人情况（不超过 5 人，联合申报不超过 7 人）

第(2)完成人 姓名	刘双恩	性别	男
出生年月	1980 年 4 月	最后学历	硕士研究生
专业技术 职 称	副教授	现任党 政 职 务	学生党支部书记
现从事工 作及专长	学生社团工作 民族传统体育技能教学		
工作单位	晋中学院体育系		
联系电话	0351-3985600	移动电话	18103435311
电子信箱	3967777@qq.com		
通讯地址	晋中市榆次区文华街 199 号晋中学院		
何时何地受何种 省部级及以上奖励	无		
何时何地受过何种处 分	无		
主 要 贡 献	<p>为体育系学生科科长，除了党建工作外，重点工作放在如何使体育系师资更好的继承晋中学院体育传统和传播体育文化。2019 年主持了一项晋中文化生态研究中心非遗数据库项目。参与了两项省级教改项目的建设：《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》、《特色民族传统体育专业教学实训基地健身研究》。承担了《大学体育》、《舞龙运动》、《形意拳》等课程，将“形意拳一形意十二形”课程建设为山西省一流课程。</p> <p>本人签名：刘双恩 2023 年 8 月 10 日</p>		

主要完成人情况（不超过5人，联合申报不超过7人）

第(3)完成人 姓名	王颖	性别	女
出生年月	1993年12月	最后学历	硕士研究生
专业技术 职称	助教	现任党 政职务	无
现从事工 作及专长	负责武术与民族传统体育教学工作； 武术教学		
工作单位	晋中学院体育系		
联系电话	0351-3985600	移动电话	19135446569
电子信箱	1083067978@qq.com		
通讯地址	晋中市榆次区文华街199号晋中学院		
何时何地受何种 省部级及以上奖励	无		
何时何地受过何种处 分	无		
主要 贡 献	<p>作为武术与民族传统体育专业教师,2023年主持了晋中学院教改课题《课程思政下形意拳--形意十二形逆向教学研究》一项。</p> <p>主要承担《大学体育》、《民族民间体育》、《形意拳》、《中国传统养生理论与实践》等课程,参与民族传统体育教学理论实践,将“形意拳一形意十二形”课程建设为山西省一流课程。</p> <p>本人签名:王颖 2023年8月10日</p>		

主要完成人情况（不超过5人，联合申报不超过7人）

第(4)完成人 姓名	梁利平	性别	男
出生年月	1978年12月	最后学历	硕士研究生
专业技术 职称	副教授	现任党 政职务	无
现从事工 作及专长	民族传统体育--毽球		
工作单位	晋中学院体育系		
联系电话	0351-3985818	移动电话	18603540121
电子信箱	39066750@qq.com		
通讯地址	晋中市榆次区文华街199号晋中学院		
何时何地受何种 省部级及以上奖励	2021年山西省教学成果二等奖		
何时何地受过何种处 分	无		
主要 贡献	<p>1. 开展传统体育科学研究，承担毽球研究中心的管理工作。</p> <p>2. 积极推动民族传统体育进校园、进课堂传承教育。</p> <p>3. 承担《毽球》、《体能》、《花毽》等课程。</p> <p>4. 2008年至今，带队多次参加国际、全国、省毽球比赛取得优异成绩。</p> <p style="text-align: right;">本人签名： 2023年8月10日</p>		

主要完成人情况（不超过 5 人，联合申报不超过 7 人）

第(5)完成人 姓 名	王苗		性 别	女
出生年月	1981 年 3 月		最后学历	硕士研究生
专业技术 职 称	副教授		现 任 党 政 职 务	无
现从事工 作及专长	负责体育理论教学工作；武术理论教学			
工作单位	晋中学院体育系			
联系电话	0351-3985600	移动电话	18636894689	
电子信箱	522634775@qq.com			
通讯地址	晋中市榆次区文华街 199 号晋中学院			
何时何地受何种 省部级及以上奖励	2012 年中华人民共和国第九届大学生运动会山西省 代表团优秀教练员			
何时何地受过何种处分	无			
主 要 贡 献	<p>1. 担任体育系教研室主任，参与理论教研室管理、课程建设方制定体育系教学管理规定、修订人才培养方案、教学大纲等工作。</p> <p>2. 参与了两项省级教改项目的建设：《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》、《特色民族传统体育专业教学实训基地健身研究》，2019 年主持了一项晋中文化生态研究中心非遗数据库项目的研究。</p> <p>3. 承担了《体育心理学》、《体育学科教学技能训练》、《形意拳》等理论课程。</p> <p style="text-align: right;">本人签名：王苗 2023年 8 月 10日</p>			

三、主要完成单位情况

第一完成单位名称	晋中学院	主管部门	山西省教育厅
联系人	王璋	联系电话	15513274915
传真	0351-3985600	邮政编码	030619
通讯地址	晋中市榆次区文华街 199 号晋中学院教务部		
电子信箱	manicurist10@163.com		

主 要 贡 献	<p style="text-indent: 2em;">学校作为本研究成果的完成单位和应用实施单位，对该研究给予大力支持。主要贡献包括：</p> <p style="text-indent: 2em;">（1）为研究方案的设计与实施提供了大力支持，建设关于传统体育科学研究平台，为成果提供理论保障。</p> <p style="text-indent: 2em;">（2）统筹推进了传统体育课程进专业课、通识课、公共课，同时保证非遗传承人进课堂、工作坊建设、学生社团建设给予经费支持。</p> <p style="text-indent: 2em;">（3）有效推进本成果的推进工作，以及学生发展平台的建设。</p> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">  <p>单位盖章</p> <p>2023年8月11日</p> </div>
------------------	---

四、推荐单位意见

推
荐
意
见

本成果针对地方高校传统体育课程培养目标不明确、课程体系不系统性、不科学性、原有的教学模式不适应传统体育课的教学模式、传统体育教学过程中是否达成预期目标的问题，创造性地提出“德、技、能、知、养、行”六维育人目标，通过筛选、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最优化，并创建了适合传统体育的“混合式教学+教、练、演、赛”教学模式及搭建“螺旋递进式实践教学体系”学生发展平台，完善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。

该成果创新点突出，具有较高的示范推广价值，特推荐该项目参加山西省教学成果奖（高等教育本科）评审。



2023年8月11日

