

武术与民族传统体育专业人才培养方案

(专业代码: 040204k)

一、专业简介

武术与民族传统体育专业自 2008 年获教育部批准设立并启动招生以来,始终坚守“有德、练技、能创、知理、力行、养身”之教育理念,培养具备武术、传统体育养生及民族民间体育工作的高素质应用型人才,为传承与弘扬中华体育文化贡献力量。

本专业秉持立德树人宗旨,对接国家基础教育改革及“健康中国”、“文化强国”战略,响应学校“有特色、高水平、应用型大学”定位,形成了武术和毽球特色方向,2020 年获评山西省一流专业建设点,拥有本专业主干课程群校级一流教学团队,1 门省级一流课程,近 5 年承担省级校级教改项目近 20 项。历经 15 年的建设与发展,建有 1 个国家级科研中心即中国毽球协会科研培训中心,2 个校级科研研究机构(毽球、形意拳研究中心);1 个山西省优秀传统文化艺术教育基地;并成为中国毽球协会的主席单位、中国武术协会的会员单位、中国舞龙舞狮会员单位,具备有中国武术段位制的考评资质,同时专业人才培养工作取得显著进展,获得国家级、省级、校级大学生创新创业项目 30 项,学生多次在国内外各类比赛中摘得桂冠,人才培养工作深受社会各界的广泛赞誉。本专业将深耕中华传统体育文化之传承与弘扬,强化专业与学科建设并重,促进地域文化与学科专业深度融合,并推动传统与现代的和谐统一。

二、培养目标

本专业旨在培养德、智、体、美、劳全面发展,能够适应现代武术与民族传统体育发展需求,具有高度的社会责任感、较好的科学和文化素养,掌握武术与民族传统体育专项运动教学、训练、竞赛和管理的基本理论与技能方法,具备较强的武术、养生、民族民间体育基本技能和传播、推广、传承、创新中华民族传统体育文化的能力,能够在相关行政管理部门、社团组织和企事业单位等胜任民族传统体育方面工作的应用型人才。

毕业 5 年左右,预期目标:

培养目标 1: 品德高尚,热爱体育 掌握马克思主义基本理论,理解中国特色社会主义理论体系内涵,践行社会主义核心价值观,具有高尚的职业道德、高度的敬业精神;热爱体育事业,具有传承、发展民族传统体育,弘扬民族体育文化为己任的专业情怀。

培养目标 2: 知识全面,有效教学 熟练掌握体育的基础理论知识、基本技能,理解传统文化,知识全面,能有效的开展武术与民族传统体育的教学、训练、竞赛等工作。

培养目标 3: 专业扎实,传承文化 系统理解与掌握武术与民族传统体育教学、训练、竞赛、

健康指导、组织与管理等方面的基本理论知识和技能，专业扎实，具有良好的传统文化素养，致力于武术与民族传统体育的推广与传承。

培养目标 4：持续发展，创新融合 具备反思能力和批判性思维，能够运用武术与民族传统体育学的理论和技能分析和解决本专业各种实际问题；具有终身学习能力和专业发展能力；能够在团队中与其他成员协同合作；具有创新精神和较强的社会适应能力，能够将传统文化融合创新。

三、毕业要求与分解指标

（一）毕业要求

1.【品德规范】

践行社会主义核心价值观，具有高尚的品德修养、良好的人文素养，热爱武术与民族传统体育事业，具有从事武术与民族传统体育项目指导、管理、策划工作的意愿，认同工作价值和专业性，有服务地方、服务社会、发展武术与民族传统体育事业的理想信念。

2.【学科知识】

掌握武术与民族传统体育学科基本理论、基本技能和基本方法，达到“一专多能”的要求。具备武术与民族传统体育教学、训练、指导与管理等实际工作能力；获取相关的职业技能资格认证、相关段位标准及裁判等级资格；掌握基本的英语阅读和听说能力，以及熟练运用计算机进行文字、图像和信息处理的能力。

3.【创新能力】

具有逻辑思辨、创新意识和创新实践能力。具有批判精神和武术与民族传统体育行业敏感性，能够发现问题，有应对新的市场环境对武术与民族传统体育行业带来挑战的能力。

4.【应用能力】

掌握并具备武术与民族传统体育的基本教学指导能力，具备武术、毽球运动队训练与管理能力，能从事民族传统体育相关赛事表演与推广、组织策划与指导服务。

5.【信息素养】

能够运用恰当的现代信息技术工具和武术与民族传统体育专业研究工具从事民族传统体育行业相关专业实际业务，信息安全意识强。

6.【沟通表达】

具有良好的语言表达和人际沟通能力。能够通过口头和书面表达方式与民族传统体育相关行业及目标团体、社会公众进行有效沟通，具有较强的独立工作、应变和决策能力。

7.【团队合作】

理解团队协作的重要性，体验学习共同体的特点和价值，系统掌握团队协作知识与技能，积极

参加小组协作学习活动；具备良好的沟通交流能力，能流程表达自己的想法，具有相关实践经验。

8. 【国际视野】

具有国际视野和国际理解能力。了解全球不同民族体育行业的动态，尊重不同文化的差异性。

9. 【持续发展】

树立终身学习意识，能够及时了解国内外武术与民族传统体育发展动态与体育学科发展趋势；掌握基本的反思方法和技能；能够发现武术与民族传统体育行业存在问题；具有一定的创新意识；能够运用科学研究方法解决实践问题；能够结合时代需求，制定自我学习计划和职业生涯规划。

“毕业要求-培养目标”关联矩阵

| 毕业要求 | 培养目标 | | | |
|------|------|------|------|------|
| | 目标 1 | 目标 2 | 目标 3 | 目标 4 |
| 品德修养 | √ | | | |
| 学科知识 | | √ | | |
| 创新能力 | | | √ | |
| 应用能力 | | √ | | √ |
| 信息素养 | | √ | | |
| 沟通表达 | | | √ | √ |
| 团队合作 | | | | √ |
| 国际视野 | √ | | √ | |
| 持续发展 | √ | | | |

(二) 毕业要求分解指标

| 毕业要求 1:【品德修养】 | | 支撑课程 |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 指标分解点 | <p>1.1 【坚定信念】 热爱祖国，有坚定的政治信念，拥护中国共产党的领导，坚定“四个自信”，学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，践行社会主义核心价值观。</p> | 中国近现代史纲要 1、中国近现代史纲要 2、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 1、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、四史（党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史）、太极类课程、思想政治与道德修养 |
| | <p>1.2 【立德为先】 立德为先，志存高远，立志成为有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有社会责任感的体育行业从业者。</p> | 思想道德与法治、马克思主义基本原理、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2、形势与政策、中国武术导论、思想政治与道德修养 |
| | <p>1.3 【遵纪守法】 具有强烈的法律意识，遵纪守法；了解武术与民族传统体育行业法律法规并恪守职业规范。</p> | 思想道德与法治、体育社会学、军事训练 |
| 毕业要求 2:【学科知识】 | | |
| 指标分解点 | <p>2.1 【理论扎实】 掌握体育学科基本理论、基本技能和方法，融汇体育学科知识体系，掌握支撑体育学科的教育学、解剖学、生理学、心理学、社会学等学科的基础知识。</p> | 运动解剖学、体育概论、运动生理学、体育心理学、体育社会学、健康教育学、民族传统体育概论、中国武术导论、中国传统养生理论、民族民间体育、体育保健学、专项训练理论与实践 6、运动训练学、学校体育学、运动损伤与急救、体适能、教师职业道德与教育法律法规、传统体育养生学、中国文化概论 |
| | <p>2.2 【技能娴熟】 具备娴熟的武术与民族传统体育运动技能，熟练掌握武术与民族传统体育的教学管理能力或熟练掌握大众健身指导及儿童运动</p> | 职业生涯规划与就业指导*、专项训练理论与实践 1、毽球 1、体操、舞龙舞狮运动、专项训练理论与实践 |

| | | |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | 指导的能力。 | 2、毽球2、专项训练理论与实践3、专项训练理论与实践4、形意拳、专项训练理论与实践5、初级拳术、初级器械、田径、传统拳、足球、篮球、花毽、柔力球、健身秧歌 |
| 毕业要求 3:【创新能力】 | | |
| 指标分解点 | 3.1 【思维创新】 具有逻辑思辨、创新意识和创新实践能力。 | 创新创业理论*、体育社会学、民族传统体育概论、科学研究与创新创业 |
| | 3.2 【能力创新】 掌握基本的反思方法和技能,能够发现武术与民族传统体育行业存在的问题,并选择合适的研究方向解决相关问题,具有一定的创新意识。 | 创新创业理论*、中国武术导论、专项训练理论与实践5、专项训练理论与实践6、教育研究方法与教师专业发展、中医学基础、健身气功、体育健康评价与运动处方、专业见习、毕业实习、科学研究与创新创业、职业资格与技能认证 |
| 毕业要求 4:【应用能力】 | | |
| 指标分解点 | 4.1 【执业能力】 根据专业方向设置,掌握武术与民族传统体育各项目运动技能的理论原理,具有规范的武术与民族传统体育运动技术能力;具备本专业教学、训练、表演、推广等实际工作的能力。 | 专项训练理论与实践1、毽球1、体操、专项训练理论与实践2、初级拳术、初级器械、太极类课程、学校体育学、中国式摔跤、花毽、柔力球、健身秧歌、习近平总书记教育重要论述讲义、教育学 |
| | 4.2 【职业强化】 达到“一专多能”的要求,具备从事武术与民族传统体育相关活动的组织与策划、指导与服务能力,具备实践操作经验,能够独立或协作完成武术与民族传统体育相关工作。 | 专项训练理论与实践3、专项训练理论与实践4、田径、传统拳、体育教学论与课程标准解读、体育教育技能训练、现代教育技术 |
| | 4.3 【专业提升】 具有自主学习、自我发展的能力;通晓本专业项目的主要技术和技能,毕业时达到国家体育总局审批的相关段位标准及裁判等级资格。 | 专项训练理论与实践5、专项训练理论与实践6、中医学基础、健身气功、体育健康评价与运动处方、中医养生推拿、传统体育养生学、教 |

| | | |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| | | 教员基础、职业资格与技能认证 |
| 毕业要求 5:【信息素养】 | | |
| 指标分解点 | 5.1【信息技术】能够运用恰当的现代信息技术工具，用于武术与民族传统体育专业，能熟练运用计算机进行文字、图像和信息处理，熟悉自媒体平台。 | 计算机应用基础 I |
| | 5.2【信息能力】能够应用武术与民族传统体育专业研究工具从事相关专业实际业务，传播传统文化。 | 体育科学研究方法、体育教育技能训练、现代教育技术、毕业论文（设计） |
| 毕业要求 6:【沟通表达】 | | |
| 指标分解点 | 6.1【沟通能力】具备良好的沟通交流能力，善于倾听，能流畅表达自己的想法，具有良好的社会适应性，有相关实践经验。 | 毽球2、大学外语1-4、初级拳术、初级器械、太极类课程、运动训练学、运动损伤与急救、体适能、教师职业道德与教育法律法规、社会实践与社会工作 |
| | 6.2【表达能力】掌握较强的语言表达能力，能够通过口头和书面两种表达方式与同行和社会公众进行有效沟通。 | 体育科学研究方法、教练员基础、毕业论文（设计） |
| 毕业要求 7:【团队合作】 | | |
| 指标分解点 | 7.1【团队精神】理解团队协作的重要性，积极体验学习共同体的特点和价值，系统掌握团队协作知识与技能，积极参加小组协作学习活动，具有武术与民族传统体育活动互助与合作精神。 | 马克思主义基本原理、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论2、军事理论*、大学生心理健康教育、体操、舞龙舞狮运动、专项训练理论与实践6、中国式摔跤、足球、篮球 |
| | 7.2【合作意识】具有积极、主动的合作意识，懂得如何与人协作，共同完成工作任务。 | 职业生涯规划与就业指导*、舞龙舞狮运动、毽球2、运动训练学、中国式摔跤、专业见习、毕业实习 |
| 毕业要求 8:【国际视野】 | | |
| 指标分解点 | 8.1【国际视野】具有开阔的学科视野，能够发现相关领域现象、问题和机遇。具有较强的现代信 | 形势与政策、大学外语1-4、专业导论、中国文化概论 |

| | | |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | 息技术运动能力，掌握基本的英语阅读和听说能力。 | |
| | 8.2 【文化交流】 能够结合时代需求与从业要求，制定自我学习计划和职业生涯发展规划，具有在已有知识的基础上进行拓展并形成新知识的能力。 | 体育概论、民族传统体育概论、形意拳、传统拳、花毽、柔力球、健身秧歌、中国文化概论、文化艺术活动 |
| 毕业要求 9:【持续发展】 | | |
| 指标分解点 | 9.1 【身心健康】 具备健康的身体素质和健全的心理素质，养成积极乐观、竞争协作的良好个性，能够适应武术与民族传统体育专业的发展与变化。 | 大学外语1-4、职业生涯规划与就业指导*、专项训练理论与实践2、中国传统养生理论、体育保健学、足球、篮球、健身气功、传统体育养生学、社会实践与社会工作 |
| | 9.2 【终身学习】 树立终身学习意识，及时了解国内外武术与民族传统体育发展动态与体育学科发展趋势，了解新时代武术与民族传统体育工作对从业人员的需要。 | 大学生安全教育、运动生理学、体育心理学、健康教育学、专业导论、体育保健学、学校体育学、习近平总书记教育重要论述讲义、教育学、体育教学论与课程标准解读、体育教育技能训练、现代教育技术、教育研究方法与教师专业发展、劳动教育、专业见习、毕业实习 |

| 课程类别 | 毕业要求 对应关系 | 品德修养 | | | 学科知识 | | 创新能力 | | 应用能力 | | | 信息素养 | | 沟通表达 | | 团队合作 | | 国际视野 | | 持续发展 | |
|----------|--------------|------|-----|-----|------|-----|------|-----|------|-----|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|
| | | 1.1 | 1.2 | 1.3 | 2.1 | 2.2 | 3.1 | 3.2 | 4.1 | 4.2 | 4.3 | 5.1 | 5.2 | 6.1 | 6.2 | 7.1 | 7.2 | 8.1 | 8.2 | 9.1 | 9.2 |
| | 课程名称 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学科专业基础课程 | 运动解剖学 | | | | √ | | | | | | | | | | | | | | | | √ |
| | 体育概论 | | | | √ | | √ | | | | | | | | | | | √ | | | |
| | 运动生理学 | | | | √ | | | | | | | | | | | | | | | | √ |
| | 体育心理学 | | | | √ | | | | | | | | | | | | | | | √ | |
| | 体育社会学 | | | | √ | | | | | | | | | √ | | √ | | | | | |
| | 健康教育学 | | | | √ | | | | | | | | | | | | | | | | √ |
| | 体育科学研究方法 | | | | | | | | | | | | √ | | √ | | | | | | |
| 专业核心课程 | 专业导论 | | | | √ | | | | | | | | | | | | | √ | | | √ |
| | 专项训练理论与实践1 | | | | | √ | | | √ | | | | | | | | | | | | |
| | 毽球1 | | | | | √ | | | √ | | | | | | | | | | | | |
| | 体操 | | | | | √ | | | √ | | | | | | | √ | | | | | |
| | 舞龙舞狮运动 | | | | | √ | | | | | | | | | | √ | √ | | | | |
| | 民族传统体育概论 | | | | √ | | √ | | | | | | | | | | | | √ | | |
| | 专项训练理论与实践2 | | | | | √ | | | √ | | | | | | | | | | | √ | |
| 毽球2 | | | | | √ | | | | | | | | √ | | | √ | | | | | |

| 课程名称 | 对应关系 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|------|-----|-----|------|-----|-----|------|-----|------|-----|------|-----|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|--|------|
| | 毕业要求 | | | 品德修养 | | | 学科知识 | | 创新能力 | | 应用能力 | | | 信息素养 | | 沟通表达 | | 团队合作 | | 国际视野 | | 持续发展 |
| | 1.1 | 1.2 | 1.3 | 2.1 | 2.2 | 3.1 | 3.2 | 4.1 | 4.2 | 4.3 | 5.1 | 5.2 | 6.1 | 6.2 | 7.1 | 7.2 | 8.1 | 8.2 | 9.1 | 9.2 | | |
| 习近平总书记教育重要论述讲义 | | | | | | | | √ | | | | | | | | | | | | √ | | |
| 教育学 | | | | | | | | √ | | | | | | | | | | | | √ | | |
| 体育教学论与课程标准解读 | | | | √ | | | | | √ | | | | | | | | | | | √ | | |
| 体育教育技能训练 | | | | | | | | | √ | | | √ | | | | | | | | √ | | |
| 现代教育技术 | | | | | | | | | √ | | | √ | | | | | | | | √ | | |
| 教育研究方法与教师专业发展 | | | | | | | √ | | | | | | | | | | | | | √ | | |
| 中医学基础 | | | | | | | √ | | | √ | | | | | | | | | | | | |
| 健身气功 | | | | | | | √ | | | √ | | | | | | | | | | √ | | |
| 体育健康评价与运动处方 | | | | | √ | | √ | | | | | | | | | | | | | | | |
| 中医养生推拿 | | | | | | | | | | √ | | | | | | | | | | | | |
| 传统体育养生学 | | | | √ | | | | | | √ | | | | | | | | | | √ | | |
| 教练员基础 | | | | | | | | | | √ | | | | √ | | | | | | | | |
| 中国文化概论 | | | | √ | | | | | | | | | | | | | √ | √ | | | | |

| 课程类别 | 课程名称 | 毕业要求 | | | 品德修养 | | 学科知识 | | 创新能力 | | 应用能力 | | | 信息素养 | | 沟通表达 | | 团队合作 | | 国际视野 | | 持续发展 | |
|------|-----------|------|-----|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|------|--|
| | | 1.1 | 1.2 | 1.3 | 2.1 | 2.2 | 3.1 | 3.2 | 4.1 | 4.2 | 4.3 | 5.1 | 5.2 | 6.1 | 6.2 | 7.1 | 7.2 | 8.1 | 8.2 | 9.1 | 9.2 | | |
| | 军事训练 | | | √ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 劳动教育 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | √ | |
| | 专业见习 | | | | | | | | | √ | | | | | | | √ | | | | | √ | |
| | 毕业实习 | | | | | | | | | √ | | | | | | | √ | | | | | √ | |
| | 毕业论文（设计） | | | | | | | | | | | | √ | | √ | | | | | | | | |
| | 思想政治与道德修养 | √ | √ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 科学研究与创新创业 | | | | | | | √ | √ | | | | | | | | | | | | | | |
| | 社会实践与社会工作 | | | | | | | | | | | | | √ | | | | | | | | √ | |
| | 文化艺术活动 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | √ | | |
| | 职业资格与技能认证 | | | | | | | | | √ | | | √ | | | | | | | | | | |

说明：√代表课程及实践环节对毕业要求支撑。

四、专业核心课程

专业导论、专项训练理论与实践、毽球、体操、舞龙舞狮运动、民族传统体育概论、中国武术导论、中国传统养生理论与实践、形（心）意拳、民族民间体育、体育保健学。

五、主要实践教学环节

课内教学实践、专业见习、毕业实习、毕业论文（设计）、科学研究与创新创业、社会实践与社会工作、文化艺术活动、职业资格与技能认证。

六、学制、学分、学位授予类型

学制：四年，实行弹性学制 4-6 年

学分：152 学分

学位授予类型：教育学学士

七、课程体系结构与学分比例

| 课程类别 | | 课程性质 | 学分数 | 学时数 | 理论讲授 | 实验实践 | 学分比例 (%) |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------|------------|-------------|-------------|------------|------------|
| 通识教育课 | 思想政治理论课程 | 必修 | 18 | 311 | 261 | 50 | 11.8 |
| | 基本文化素质课程 | 必修 | 19 | 373 | 328 | 45 | 12.5 |
| | 通识教育选修课程 | 选修 | 8 | 128 | 128 | 0 | 5.3 |
| | 合计 | | | 45 | 812 | 717 | 95 |
| 学科专业课程 | 学科专业基础课程 | 必修 | 15 | 244 | 194 | 50 | 9.9 |
| | 专业核心课程 | 必修 | 40 | 656 | 233 | 423 | 26.3 |
| | 专业选修课程 | 选修 | 12 | 192 | 68 | 124 | 7.9 |
| | 合计 | | | 67 | 1092 | 495 | 597 |
| 职业能力教育课 | 专业方向课程 | 选修 | 10 | 160 | 114 | 46 | 6.6 |
| | 合计 | | | 10 | 160 | 114 | 46 |
| 实践环节 | 基础实践 | 必修 | 3 | 3周 | | 3周 | 1.9 |
| | 专业实践 | 必修 | 19 | 38周 | | 38周 | 12.5 |
| | 第二课堂 | 选修 | 8 | | | | 5.3 |
| | 合计 | | | 30 | | | |
| 总计 | | | 152 | 2064 | 1326 | 738 | 100 |
| <p>总学分 152，课堂教学学分 122（理论教学学分 74.8，实践教学学分 47.2），实践教学总学分 77.2（集中实践学分 30、独立设置实验、实训课教学实践学分 2、课内教学实践学分 45.2），占专业总学分 50.8%；人文社会与科学素养课程（理论+实验实践）学分 27，占比 17.8%（$\geq 10\%$）；学科专业课程（理论+实验实践）学分 96，占比 63.2%（$\geq 50\%$）；必修课程学分 114，选修课程学分 38，选修课程学分占总学分 25%；课堂教学总学时 2064，其中理论学时 1326，实践学时 738。</p> | | | | | | | |

八、课程设置及学时学分学期分配表

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|----|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| 通识教育课程 | 思想道德与法治 Ideological Morality & Rules of Law | 231610001A | 必修 | 3 | 3 | | | | | | | | 13 | 39 | 33 | 6 | √ | | |
| | 中国近现代史纲要1 Outline of Modern Chinese History 1 | 231610002A | 必修 | 2 | | 2 | | | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | √ | | |
| | 中国近现代史纲要2 Outline of Modern Chinese History 2 | 231610003A | 必修 | 1 | | 2 | | | | | | | 8 | 16 | 0 | 16 | | √ | |
| | 马克思主义基本原理 Basic Principles of Marxism | 231610004A | 必修 | 3 | | | 3 | | | | | | 16 | 48 | 42 | 6 | √ | | |
| | 毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论1 Mao Zedong Thought & Socialism with Chinese Characteristics 1 | 231610005A | 必修 | 2 | | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | √ | | 。 |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|----|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| 通识教育课程 | 毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论2 Mao Zedong Thought & Socialism with Chinese Characteristics 2 | 231610006A | 必修 | 1 | | | 2 | | | | | | 8 | 16 | 0 | 16 | | √ | |
| | 习近平新时代中国特色社会主义思想概论 Introduction to Xi Jinping Thought on Socialism with Chinese Characteristics for a New Era | 231610007A | 必修 | 3 | | | 3 | | | | | | 16 | 48 | 42 | 6 | | √ | |
| | 形势与政策 Political Situation and Policy | 231610008A - 231610015A | 必修 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 64 | 64 | 0 | | √ | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分数 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 | |
|--------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|----|-------|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 一 | 讲授 | 实践 | 考试 | | 考查 |
| 通识教育课程 | 思想政治理论课程 | 四史（党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史） Histories of the Party, NewChina,the Reform and Opening-up,and Socialist Development | 231610016A - 231610019A | 选修 | 1 | 2 | | | | | | | | 8 | 16 | 16 | 0 | | √ | 选修1学分 |
| | | 小计 | | | 18 | | | | | | | | | 311 | 261 | 50 | | | | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------|------|-----|--------|---|---|---|---|---|---|----|------|-----|-----------|----|------|----|-------|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 通识教育课程 | 大学外语1 College Foreign Language 1 | 230310001A | 必修 | 2.5 | 4 | | | | | | | | 13 | 52 | 36 | 16 | √ | | 线下+线上 |
| | 大学外语2 College Foreign Language 2 | 230310002A | 必修 | 3.5 | | 4 | | | | | | | 16 | 64 | 48 | 16 | √ | | |
| | 大学外语3 College Foreign Language 3 | 230310003A | 必修 | 2 | | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | √ | | |
| | 大学外语4 College Foreign Language 4 | 230310004A | 必修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | √ | | |
| | 计算机应用基础 I (办公软件Office) Computer Application Foundation I | 231110001A | 必修 | 2 | 3 | | | | | | | | 13 | 39 | 26 | 13 | √ | | |
| | 大学生心理健康教育 Mental Health Education | 233410001A | 必修 | 2 | 2 | | | | | | | | 13 | 32 | 26 (6) | 0 | | √ | |
| | 军事理论* Military Theory | 233610001A | 必修 | 1 | 2 | | | | | | | | 13 | 26 | 26 | 0 | | √ | |
| 大学生安全教育* Safety education for college students | 233610002A | 必修 | 1 | | 2 | | | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | | √ | | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|----|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 通识教育选修课程 | 职业生涯规划与就业指导* Career planning and Employment Guidance | 234410001A | 必修 | 1 | | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | | √ | |
| | 创新创业理论* Theory of Innovation and Entrepreneurship | 235810001A | 必修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | | √ | |
| | 小计 | | | 19 | | | | | | | | | | 373 | 328 | 45 | | | |
| | 通识教育选修课设置人文社会科学类、自然科学类、艺术类、体育类、创新创业类等，由教务部统一组织。学生可从第四学期开始选修，毕业前应修够8个学分。学生需跨学科选修不少于2学分，即文科类专业要在自然科学类选修不少于 2学分，理工科类专业要在人文社会科学类选修不少于 2学分，非艺术类专业学生需在艺术类课程选修 2学分。其中,非师范类专业学生艺术类、体育类课程必须选修2学分。 | | | | | | | | | | | | 8 | 128 | 128 | | √ | | |
| 合计 | | | | 45 | | | | | | | | | 812 | 717 | 95 | | | | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|----------|-------------------------------------------------|------------|------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|----|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| 学科专业基础课程 | 运动解剖学 Motor anatomy | 231210501B | 必修 | 3 | 4 | | | | | | | | 13 | 52 | 40 | 12 | √ | | |
| | 体育概论 Introduction to physical education | 231210503B | 必修 | 2 | | 2 | | | | | | | 16 | 32 | 24 | 8 | √ | | |
| | 运动生理学 Exercise physiology | 231210502B | 必修 | 2 | | 2 | | | | | | | 16 | 32 | 24 | 8 | √ | | |
| | 体育心理学 Sports psychology | 231210504B | 必修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 30 | 2 | √ | | |
| | 体育社会学 Sociology of Sport | 231210505B | 必修 | 2 | | | | | 4 | | | | 8 | 32 | 26 | 6 | √ | | |
| | 健康教育学 Health education | 231210506B | 必修 | 2 | | | | | | 2 | | | 16 | 32 | 24 | 8 | | √ | |
| | 体育科学研究方法 Sports scientific cresearch methods | 231210507B | 必修 | 2 | | | | | | 2 | | | 16 | 32 | 26 | 6 | | √ | |
| | 小计 | | | | 15 | | | | | | | | | 244 | 194 | 50 | | | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分数 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|--------------|---------------------------------------------------------|------------|------|-----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|--------------------------------------|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学科专业 核心课程 | 专业导论 Introduction to Leisure sports Major | 231210508B | 必修 | 0.5 | 4 | | | | | | | | 4 | 8 | 8 | 0 | | √ | |
| | 专项训练理论与实践1 Theory and practice of special training 1 | 231210509B | 必修 | 3 | 4 | | | | | | | | 13 | 52 | 8 | 44 | | √ | 专项训练理论与实践1: 套路: 基本技术 散打: 基本技术 |
| | 毽球1 Shuttlecock1 | 231210510B | 必修 | 1.5 | 2 | | | | | | | | 13 | 26 | 2 | 24 | | √ | |
| | 体操 Gymnastics | 231210511B | 必修 | 1.5 | 2 | | | | | | | | 13 | 26 | 2 | 24 | | √ | |
| | 舞龙舞狮运动 Dragon and Lion dance Sport | 231210512B | 必修 | 1.5 | | 2 | | | | | | | 16 | 32 | 4 | 28 | | √ | |
| | 民族传统体育概论 Introduction to national traditional sports | 231210513B | 必修 | 2 | | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | | √ | |
| | 专项训练理论与实践2 Theory and practice of special training 2 | 231210514B | 必修 | 4 | | 4 | | | | | | | 16 | 64 | 4 | 60 | | √ | 专项训练理论与实践2: 套路: 段位制套路 散打: 基本技术 |
| | 毽球2 Shuttlecock2 | 231210515B | 必修 | 2 | | 2 | | | | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | √ | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|--------|------------------------------------------------------------|------------|------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|------------------------------------------|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| 学科专业课程 | 中国武术导论 Introduction to Chinese martial arts | 231210516B | 必修 | 2 | | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | √ | | |
| | 专项训练理论与实践3 Theory and practice of special training 3 | 231210517B | 必修 | 4 | | | 4 | | | | | | 16 | 64 | 4 | 60 | | √ | 专项训练理论与实践3: 套路: 长拳基本技术 散打: 竞赛规程与规则 |
| | 中国传统养生理论 Chinese traditional health theory and practice | 231210518B | 必修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 30 | 2 | | √ | |
| | 专项训练理论与实践4 Theory and practice of special training 4 | 231210519B | 必修 | 4 | | | | 4 | | | | | 16 | 64 | 4 | 60 | | √ | 专项训练理论与实践4: 套路: 器械基本技术 散打: 基本战术 |
| | 形(心)意拳 Xingyi Fist | 231210520B | 必修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 5 | 27 | | √ | |
| | 民族民间体育 National folk sports | 231210521B | 必修 | 2 | | | | | 4 | | | | /8 | 32 | 32 | 0 | | √ | |
| | 专项训练理论与实践5 Theory and practice of special training5 | 231210522B | 必修 | 2 | | | | | 4 | | | | /8 | 32 | 4 | 28 | | √ | 专项训练理论与实践5: 套路: 短兵技术 散打: 竞赛管理 |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分数 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 | |
|--------|--------|--------------------------------------------------------|----------------------------|------------|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|-----|------|----|----|--------------------------------------------|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学科专业课程 | 专业核心课程 | 体育保健学 Health fitness education | 231210523B | 必修 | 2 | | | | | | 2 | | | 16 | 32 | 20 | 12 | | √ | 专项训练理论与实践6: 套路: 裁判法 散打: 技战术研究与项目管理发展 |
| | | 专项训练理论与实践6 Theory and practice of special training6 | 231210524B | | 4 | | | | | | 4 | | | 16 | 64 | 40 | 24 | √ | | |
| | | 小计 | | | 40 | | | | | | | | | 656 | 233 | 423 | | | | |
| | | 专业选修课程 | 初级拳术 Elementary boxing | 231210525B | 选修 | 2 | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | 任选12学分 |
| | | | 初级器械 Primary instrument | 231210526B | 选修 | 2 | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |
| | | | 太极类课程 Tai chi class | 231210527B | 选修 | 2 | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |
| | | | 田径 Track and field | 231210528B | 选修 | 2 | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|----------|------------------------------------|------------|------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|----|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| 学科专业选修课程 | 传统拳 Traditional boxing | 231210529B | 选修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |
| | 运动训练学 Sports training science | 231210530B | 选修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 30 | 2 | | | |
| | 学校体育学 School physical education | 231210531B | 选修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 30 | 2 | | | |
| | 中国式摔跤 Chinese Wrestling | 231210532B | 选修 | 2 | | | | | 2 | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |
| | 足球 Football | 231210533B | 选修 | 2 | | | | | 2 | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |
| | 篮球 Basketball | 231210534B | 选修 | 2 | | | | | 2 | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |
| | 花毽 Pattern kicking shuttlecock | 231210535B | 选修 | 2 | | | | | | 2 | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 | |
|----------|------------------------------------------|------------|------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|-----|------|----|----|--|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学科专业选修课程 | 柔力球 Roliball | 231210536B | 选修 | 2 | | | | | | | 2 | | 16 | 32 | 2 | 30 | | | | |
| | 健身秧歌 Healthy younger | 231210537B | 选修 | 2 | | | | | | | | 2 | 16 | 32 | 2 | 30 | | | | |
| | 运动损伤与急救 Sports injuries and first aid | 231210538B | 选修 | 2 | | | | | | | | | 2 | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |
| | 体适能 Physical fitness | 231210539B | 选修 | 2 | | | | | | | | | 2 | 16 | 32 | 2 | 30 | | | |
| | 小计 | | | | 12 | | | | | | | | | | 192 | 68 | 124 | | | |
| | 合计 | | | | 67 | | | | | | | | | | 1092 | 495 | 597 | | | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|-----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|---------|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| 职业能力教育课程 | 教师职业道德与教育法律法规 Teachers' professional ethics and educational laws and regulations | 231210504C | 选修 | 1 | | | 2 | | | | | | 8 | 16 | 16 | 0 | | √ | 任选10学分。 |
| | 习近平总书记教育重要论述 讲义 Xi Jinping Important Lecture Notes on Education | 231210505C | 选修 | 0.5 | | | | 2 | | | | | 4 | 8 | 8 | 0 | | √ | |
| | 教育学 Pedagogy | 231210506C | 选修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 30 | 2 | √ | | |
| | 体育教学论与课程标准解读 Teaching Theory and Interpretation of the New Curriculum Standards | 231210507C | 选修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 30 | 2 | √ | | |
| | 体育教育技能训练 Teaching Skills Training | 231210508C | 选修 | 1.5 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 16 | 16 | | √ | |
| | 现代教育技术 Modern Educational Technology | 231210509C | 选修 | 2 | | | | | | | | | 16 | 32 | 16 | 16 | | √ | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|-----|------|----|------|----|----|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| 职业能力教育课程 | 教育研究方法与教师专业发展 Educational Research Methods and Teacher Professional Development | 231210510C | 选修 | 1 | | | | | 2 | | | | /8 | 16 | 8 | 8 | | √ | |
| | 中医学基础 Fundamentals of Traditional Chinese Medicine | 231210512C | 选修 | 2 | | 2 | | | | | | | 16 | 32 | 26 | 6 | | √ | |
| | 健身气功 health Qi Gong | 231210513C | 选修 | 2 | | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 2 | 30 | | √ | |
| | 体育健康评价与运动处方 Physical health evaluation and exercise prescription | 231210514C | 选修 | 2 | | | 2 | | | | | | 16 | 32 | 26 | 6 | | √ | |
| | 中医推拿 TCM health tuina | 231210515C | 选修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 16 | 16 | | √ | |

| 课程类别 | 课程名称 | 课程代码 | 课程性质 | 学分数 | 各学期周学时 | | | | | | | | 教学周数 | 总学时 | 学时分配 | | 考核方式 | | 备注 |
|--------------|----------------------------------------------|------------|------|-----|--------|---|---|---|---|---|---|---|------|------|------|----|------|----|----|
| | | | | | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 七 | 八 | | | 讲授 | 实践 | 考试 | 考查 | |
| 职业能力 教育课程 | 传统体育养生学 Traditional sports health science | 231210516C | 选修 | 2 | | | | 2 | | | | | 16 | 32 | 30 | 2 | | √ | |
| | 教练员基础 Coach foundation | 231210517C | 选修 | 2 | | | | | | 2 | | | 16 | 32 | 30 | 2 | | √ | |
| | 中国文化概论 An Introduction to Chinese Culture | 231210518C | 选修 | 2 | | | | | 2 | | | | 16 | 32 | 32 | 0 | √ | | |
| | 小计 | | | | 10 | | | | | | | | | 160 | 114 | 46 | | | |
| | 合计 | | | | 10 | | | | | | | | | 160 | 114 | 46 | | | |
| 总计 | | | | 108 | | | | | | | | | 1936 | 1198 | 738 | | | | |

| 课程类别 | 实践环节名称 | 课程代码 | 学分数 | 周数 | 学期序号 | 考核方式 | 备注 | |
|--------|--------|---------------------------------------|------------|----|------|------|----|------|
| 实践教学环节 | 基础 | 军事训练 Military Training | 233610001D | 2 | 2周 | 1 | 考查 | |
| | | 劳动教育 Labor Education | 233410001D | 1 | 1周 | 1/2 | 考查 | |
| | | 小计 | 3 | | | | | |
| | 实践 | 专业实习 Professional Internship | | 4 | 8周 | | | 实习报告 |
| | | 毕业实习 Graduation Internship | | 9 | 18周 | | | 实习报告 |
| | | 毕业论文(设计) Graduation thesis(design) | | 6 | 12周 | 7-8 | 答辩 | |
| | | 小计 | 19 | | | | | |

| 课程类别 | | 实践环节名称 | 课程代码 | 学分数 | 周数 | 学期序号 | 考核方式 |
|--------|------|----------------------------------------------------------------|------------|-----|--------------------------------------------------------------------------|------|------|
| 实践教学环节 | 第二课堂 | 思想政治与道德修养 Ideology and Politics & Moral Cultivation | 233710001D | 8 | 根据《晋中学院关于加强第二课堂建设的实施意见》《晋中学院第二课堂学分认定管理办法（试行）》规定,由团委和院系制订活动方案和认定办法共同组织实施。 | | |
| | | 科学研究与创新创业 Scientific Research & Innovative Entrepreneurship | | | | | |
| | | 社会实践与社会工作 Social Practice and Social Work | | | | | |
| | | 文化艺术活动 Cultural and Artistic Activities | | | | | |
| | | 职业资格与技能认证 Vocational Qualifications & Skills Certification | | | | | |
| | | 合计 | | 30 | | | |

九、推荐阅读书目

| 序号 | 书名 | 著者 | 出版社 | 出版时间 (年) |
|----|-------------------------|------------|-----------|-------------|
| 1 | 武术概论 | 国家体育总局武术研究 | 高等教育出版社 | 2017 |
| 2 | 中国体育教练员岗位培 训教材武术(套路) | 国家体委武术研究院 | 人民出版社 | 1999 |
| 3 | 中国体育教练员岗位培 训教材武术(散打) | 国家体委武术研究院 | 人民体育出版社 | 1999 |
| 4 | 武术套路教学与训练 | 侯介华 | 北京体育大学出版社 | 2002 |
| 5 | 体育科学研究方法(第 一版) | 张力为 | 高等教育出版社 | 2002 |
| 6 | 中国武术史 | 周伟良 | 高等教育出版社 | 2003 |
| 7 | 现代教学论与体育教学 | 吴志超 | 人民体育出版社 | 2003 |
| 8 | 体育教学科学化探索 | 毛振明著 | 高等教育出版社 | 2004 |
| 9 | 解读体育文化 | 李力研著 | 中国社会出版社 | 2004 |
| 10 | 体育社会实践教程 | 李相如著 | 人民体育出版社 | 2006 |
| 11 | 体育科学研究方法 | 黄汉升 | 高等教育出版社 | 2006 |
| 12 | 中国武术史 | 邱丕相 | 高等教育出版社 | 2008 |
| 13 | 体育教育专业实习指导 与实践 | 余纯璐 | 学林出版社 | 2009 |
| 14 | 中国武术史 | 国家体委武术研究院 | 人民体育出版社 | 2011 |
| 15 | 体育学创新性实验与研 究 | 史绍蓉 | 湖南师范大学出版社 | 2012 |
| 16 | 体育教育专业综合素质 论 | 李艳翎 | 湖南师范大学出版社 | 2012 |
| 17 | 体育教学新论 | 龚正伟 | 湖南师范大学出版社 | 2012 |
| 18 | 民族传统体育概论 | 石爰桥 | 人民体育出版社 | 2014 |
| 19 | 太极推手 | 刘健 | 人民体育出版社 | 2015 |
| 20 | 中医基础理论——十三 五规划教材 | 郑洪新 | 中国中医药出版社 | 2016 |
| 21 | 早期形意拳基本功法修 炼 | 武世俊 | 人民体育出版社 | 2017 |
| 22 | 图说中国武术史话 | 周伟良 | 人民体育出版社 | 2017 |

十、培养方案修订历程

2023 版人才培养方案的修订说明：

1、明晰了人才培养目标定位为“较强的武术、养生、民族民间体育基本技能和传播、推广、传承、创新中华民族传统体育文化的能力，能够在相关行政管理部门、社团组织和企事业单位等胜任民族传统体育方面工作的应用型人才。”

2、细化了培养目标和毕业要求，加强了毕业目标的可衡量性，加大了毕业目标对培养目标的支撑。

3、优化了课程设置，加强了课程矩阵的合理性。

4、更新了推荐阅读书目，以教师教育类书籍、专业成长类书籍、专业学习类书籍为主。