

2026 级民族传统体育专业

(三年制高职 2026 年版)



编制说明

本专业人才培养方案适用于三年全日制高职民族传统体育专业（武术、舞龙舞狮方向），由洛阳文化旅游职业学院民族传统体育专业建设指导委员会组织专业教师，与嵩山少林文武学校合作企业的专家及 2026 届毕业生共同制订共同制订。从 2026 级民族传统体育专业学生开始实施。

主要编制人员一览表

序号	姓 名	所 在 单 位	职称/职务	签 名
1	王彦文	体育学院	副教授/院长	王彦文
2	朱辉	体育学院	讲师/副院长	朱辉
3	陈新梅	体育学院	副教授/专业负责人	陈新梅
4	王若霖	体育学院	助教/教师	王若霖
5	马晓红	体育学院	讲师/教务负责人	马晓红
6	席晓磊	体育学院	讲师/专业负责人	席晓磊
7	薛亦真	体育学院	助教/专业负责人	薛亦真
8	万艳红	体育学院	副教授/教师	万艳红
9	刘贺龙	嵩山少林文武学校	企业负责人	刘贺龙
10	张铁龙	嵩山少林文武学校	教练员	张铁龙
11	张新宇	体育学院	学生	张新宇

复核人：马晓红

专业负责人（签字）：陈新梅

目录

一、专业名称	2
二、入学基本要求	2
三、基本修业年限	2
四、职业面向	2
五、培养目标	4
六、培养规格	5
七、课程设置	7
八、教学进程及学时安排	15
九、基本教学条件	15
十、质量管理和毕业要求	20

2026 级民族传统体育专业人才培养方案

一、专业名称（专业代码）

专业名称：民族传统体育

专业代码：570304

二、入学基本要求

普通高级中学毕业，中等专业学校毕业或具备同等学历

三、基本修业年限

学制：三年

四、职业面向

本专业毕业生主要面向各级武术协会、武术馆校、传统体育传承基地、中小学及幼儿园、健身养生机构、文旅体融合企业、社区体育服务中心等单位，主要从事武术与民族传统体育项目教学训练、传统体育养生指导、非遗体育项目传承推广、校园武术教学、赛事组织裁判、体育文旅活动策划、基层体育管理等岗位工作，能够胜任传统体育技能传授、全民健身指导、非遗活化传承、体育文旅服务与基层体育运营等职业任务。

表 1：民族传统体育专业职业面向一览表

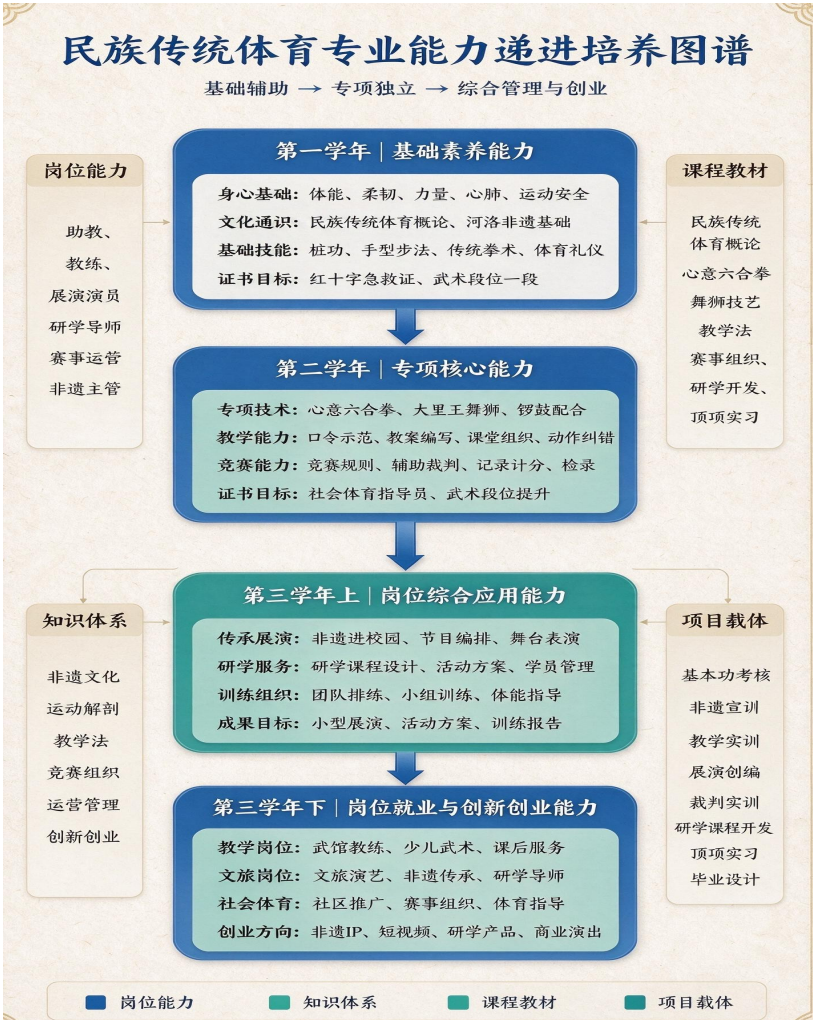
所属专业大类（代码）	教育与体育大类（57）	
所属专业类（代码）	体育类（5703）	
对应行业（代码）	体育（89）、娱乐业（90）、体育社会团体（95）	
主要职业类别（代码）	体育专业人员（2-09-07）、教育服务人员（4-13-04）	教练员（2-09-07-01）
		裁判员（2-09-07-02）
		研学旅行指导师（4-13-04-04）
主要岗位（群）或技术领域	民族传统体育项目培训、表演、社会指导……	
职业类证书	社会体育指导员（武术/太极拳/健身气功方向）、武术教练员等级证书、中国武术段位证书	

(一) 岗位能力与支撑课程分析

表 2： 民族传统体育专业岗位能力与支撑课程分析表

序号	主要岗位	典型工作任务	典型岗位能力	支撑课程	合作企业
1	武术馆校、民族传统体育俱乐部教练	1. 开展课堂教学、动作示范、安全指导 2. 组织校园民族体育活动、社团指导 3. 家校沟通与民族体育文化普及	1. 专项技术示范能力 2. 教案编写与分层教学能力 3. 活动组织与安全管理能力 4. 学生评价与沟通能力 5. 运动损伤预防处理能力	1. 中国武术导论 2. 体育教材教法 3. 武术套路 4. 舞龙舞狮 5. 散打 6. 中国式摔跤 7. 运动损伤与康复 8. 器械健身指导	中小学、教育集团、体育教研机构、武术俱乐部、少儿体育培训机构
2	民族传统体育非遗传承推广	1. 非遗项目挖掘、整理、记录 2. 非遗进校园、社区活动组织 3. 短视频、宣传材料制作 4. 对接非遗传承人开展教学 5. 非遗文化传播与活动策划	1. 民族体育文化理解能力 2. 非遗活动策划执行能力 3. 新媒体运营能力	1. 舞龙舞狮 2. AI 新媒体应用 3. 武术表演与创编 4. 体育旅游与商务	文旅景区、非遗中心、文化公司
3	民族传统体育赛事裁判、运营	1. 赛事筹备、赛程编排、场地布置 2. 现场执裁、评分、成绩记录 3. 赛事宣传、媒体对接、招商 4. 现场秩序维护与应急处理 5. 数据统计、总结归档	1. 裁判证书与规则执行能力 2. 赛事组织与策划能力 3. 新媒体宣传能力 4. 现场应急处置能力 5. 数据统计与文案能力	1. 竞赛规则与裁判法 2. AI 新媒体应用 3. 运动损伤与康复	体育赛事公司、武术协会、体育场馆
4	民族传统体育养生康养指导师	1. 体质评估与健康筛查 2. 制定太极、八段锦、五禽戏养生方案 3. 动作教学、呼吸与意念指导 4. 健康跟踪与方案调整	1. 传统养生项目教学能力 2. 体质评估与健康指导能力 3. 中老年人沟通服务能力 4. 健康知识传播能力	1. 传统体育养生理论与实践 2. 运动损伤与康复	康养中心、养老院、社区服务中心
5	武术馆校、民族传统体育俱乐部教练	1. 开展课堂教学、动作示范、安全指导 2. 组织校园民族体育活动、社团指导 3. 家校沟通与民族体育文化普及	1. 专项技术示范能力 2. 教案编写与分层教学能力 3. 活动组织与安全管理能力 4. 学生评价与沟通能力 5. 运动损伤预防处理能力	1. 中国武术导论 2. 体育教材教法 3. 武术套路 4. 舞龙舞狮 5. 散打 6. 中国式摔跤 7. 运动损伤与康复 8. 器械健身指导	中小学、教育集团、体育教研机构、武术俱乐部、少儿体育培训机构

(二) 专业能力图谱



五、培养目标

本专业以河南体育强省建设战略定位和重大需求为依托，围绕洛阳国际文化旅游名城、全民运动健身模范市的城市定位，发挥地处豫西区域体育文旅融合核心区的区域优势，本专业培养能够践行社会主义核心价值观，传承技能文明，德智体美劳全面发展，具有一定的科学文化水平，良好的人文素养、科学素养、数字素养、职业道德、创新意识，爱岗敬业的职业精神和精益求精的工匠精神，较强的就业创业能力和可持续发展的能力，掌握本专业知识和技术技能，具备职业综合素质和行动能力，面向体育、教育、演绎等行业的体育专业人员、小学体育教师、幼儿体育教师等职业群，能够从事教练员、体育教学与训练、赛事组织管理与裁判、影视表演等工作的高技能人才。

六、培养规格

本专业毕业生应在素质、知识和能力等方面达到以下要求：

（一）坚定拥护中国共产党领导和中国特色社会主义制度，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，践行社会主义核心价值观，具有坚定的理想信念、深厚的爱国情感与中华民族文化自豪感，自觉将个人职业发展融入中华优秀传统文化传承、全民健身战略、传统体育推广与校园民族体育建设大局。

（二）掌握与民族传统体育教学训练、赛事裁判、传统体育推广相关的国家法律法规、行业标准与职业规范，掌握传统体育项目安全防控、训练风险规避、民俗体育活动组织、武馆俱乐部运营等知识技能，熟悉民族传统体育文化内涵与地方民俗文体产业特色，恪守体育职业道德准则，爱岗敬业、崇德尚武、公平公正，具备较强的职业操守、社会责任感与文化传播担当精神。

（三）掌握支撑本专业学习和终身发展必备的语文、数学、英语、信息技术等通用文化基础知识，具备扎实的人文素养、科学素养与中华传统体育文化素养，拥有科学的职业发展认知与生涯规划能力，能够结合民族传统体育教学、传统项目培训、民俗赛事服务行业发展趋势，科学规划传统体育教练员、裁判员、传统体育文化推广人员的职业发展路径。

（四）具备良好的语言表达、公文写作、人际沟通与团队协作能力，拥有强烈的集体意识与协作精神，能够精准讲解武术、传统养生等运动技术、规范开展传统体育教学指导、高效对接民俗体育赛事工作，可运用基础外语开展简单传统体育科普与文化交流服务，适配民族传统体育服务岗位沟通需求。

（五）系统掌握运动解剖学、运动生理学、民族传统体育概论、传统体育养生理论、体育赛事经营与管理等专业基础理论知识，熟练掌握人体运动规律、传统项目训练原理、民俗体育赛事组织运营等方法，具备分析运动机能、优化传统项目训练方案、协调组织民族体育活动赛事的基础能力。

（六）掌握武术套路、散打、传统养生功法、舞龙舞狮、民间民俗体育等专项运动技术原理、技战术体系与分层训练方法，精通武术、健身气功、民族民间体育等专项技能，具备针对青少年、大众群体制定个性化传统项目训练、体能养生训练方案的能力，能够科学开展分层分类传统体育训练指导。

（七）掌握民族传统体育教学基本理论、教材教法与课堂组织技能，熟悉中小学传统体育进校园、社会武术培训教学流程，具备教案设计、课堂授课、技术示范、动作纠错、学情把控的教学能力，适配基层传统体育教学、少儿武术培训、传统体育进校园等教育服务岗位需求。

（八）掌握民族传统体育赛事、民俗体育活动组织、运营管理、裁判执法的核心知识与流程规范，熟悉武术、健身气功等各类传统体育项目竞赛规则，具备中小型民族传统体育赛事、民俗体育展演活动策划、场地布置、流程统筹、临场执裁、赛事保障的实操能力，适配民族传统体育裁判员岗位工作要求。

（九）掌握传统体育训练损伤预防、应急处理、中医基础康复防护知识，熟知武术、养生功法等项目训练安全管控要点，能够在日常传统体育训练、体育教学、民俗赛事展演活动中开展风险排查、伤病预防、应急处置与基础康复指导，保障训练与传统体育活动安全有序开展。

（十）掌握大众传统健身指导、传统养生功法实操、青少年武术体能训练的专业技能，熟悉不同人群传统体育健身需求与训练特点，具备大众传统健身指导、体态调理、传统体能提升训练、武术健身课程编排的专业能力，可胜任武馆教练员、传统体育社会指导员等岗位工作。

（十一）掌握民族传统体育新媒体应用、体育数据统计、线上传统体育科普等数字化技能，能够熟练运用新媒体平台开展中华传统体育文化宣传、武术训练成果展示、线上传统健身指导与学员运维，适配传统体育行业数字化传播、线上培训新业态掌上高考。

（十二）具备自主探究、持续迭代的终身学习能力，能够整合民族传统体育教学、传统项目训练、民俗赛事管理、传统健身养生等专业知识，独立分析和解决传统体育教学指导、民俗活动组织、武馆运营中的实际问题，可适配民族传统体育产业、地方文体行业动态发展与岗位能力迭代需求。

（十三）熟练掌握 1—2 项民族传统体育核心专项技能，达到行业从业基础技能标准，严格落实国家学生体质健康标准，具备健康的体魄、健全的人格与良好的心理调适能力，能够从容应对传统体育教学训练、民俗赛事服务、学员客户沟通中的各类工作场景，养成崇德尚武、文明自律、科学锻炼的良好行为习惯。

(十四) 掌握基础美育与劳动教育知识,具备良好的审美素养与传统文化修养,能够将传统武术美学、民俗美育元素融入传统体育教学、健身养生指导、民族体育赛事展演等服务场景;树立正确劳动观,尊重传统体育劳动、热爱民族传统体育事业,深耕基层传统体育服务岗位,大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神,践行技能成才、文化传承、服务育人的职业理念。

七、课程设置

本专业主要包括公共基础课程和专业课程。具体安排见表 2、表 3 和附件 1。

(一) 公共基础课程

按照国家有关规定开齐开足公共基础课程。

将思想政治理论、军事理论与军训、心理健康教育、等列为公共基础必修课程。将马克思主义理论类课程、党史国史、中华优秀传统文化、语文、数学、物理、化学、外语、国家安全教育、信息技术、艺术、职业发展与就业指导、创新创业教育等列为必修课程或限定选修课程。

思想政治理论课,共 6 门。主要课程有:毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、思想道德与法治、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、形势与政策、四史、国家安全教育。

表 3: 专业公共基础课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	课程属性	课程目标	主要教学内容	教学要求
1	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 (2 学分, 36 学时)	公共必修	引导学生拥护党的领导,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,铸牢理想信念与爱国情怀;系统掌握马克思主义中国化时代化理论成果;涵养劳模精神、劳动精神、工匠精神,契合文旅行业服务规范;提升网络信息辨别能力,筑牢意识形态安全防线;能用理论分析现实问题与职业场景。	包含马克思主义中国化时代化的历史进程和理论成果及其精髓、毛泽东思想及其历史地位、新民主主义革命理论、社会主义改造理论、社会主义建设道路初步探索的理论成果、中国特色社会主义理论体系的形成和发展、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观等专题在内的理论和实践教学内容。	教学场地采用智慧教室与课外实践场所相结合。教学中融合 AI 智慧教学、案例情境、问题链驱动、实践体验等教学方法,融入洛阳红色资源与文旅案例,依托智能平台导学,开展研学实践,落实“人工智能+教育”与职业素养培育。考核实行过程性、终结性与 AI 数据评价结合,聚焦理论应用、政治认同、职业素养与实践表现。
2	思想道德与法	公共必修	深刻把握人工智能对教育领域的深刻影响以及职业教育关键要素的职	本课程以新时代大学生理想信念教育为核心,以爱国主义教育为重点,以思想道	通过理论和实践教学,帮助学生熟悉和了解专业、行业和社会,形成崇高的

洛阳文化旅游职业学院 2026 级民族传统体育专业人才培养方案

	治（3 学分，54 学时）		业教育新方向，坚持立德树人根本任务，强化思想引领，旨在帮助大学生树立正确的世界观、人生观、价值观、道德观和法律观，提高大学生思想、政治、道德、法律素质，引导青年学生做有理想有本领有担当的时代新人。	德建设为基础，坚持以大学生全面发展为目标，以社会主义核心价值观为主线，针对学生自我成长和专业发展过程中面临的问题，开展马克思主义的世界观、人生观、价值观、道德观和法治观教育，引导学生在专业学习和实践中感悟人生，提高自身的思想道德素质和法律素养。	理想信念，树立正确的世界观、人生观、价值观，加强自我职业领域和社会生活领域中的思想品德修养，增强职业生活和社会生活中学法守法的自觉性，全面提高学生的思想道德素质和法律素质。
3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论（3 学分，54 学时）	公共必修	引导学生全面掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的理论体系、实践逻辑与重大意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，更好用党的创新理论铸魂育人，引导青年学生更加坚定地沿着科学理论指引的正确方向前进。	围绕“十个明确”“十四个坚持”的核心内容以及“两个结合”的方法论，系统阐释习近平总书记对经济、政治、文化、社会、生态文明、科教、国家安全、国防和军队、“一国两制”和祖国统一、大国外交、党的建设等方面作出的理论概括和战略指引。	通过理论教学引导学生树立对马克思主义的信仰、对中国特色社会主义的信念、对中华民族伟大复兴中国梦的信心。结合专业特色开展实践教学，精心选取红色文旅、非遗传承、乡村振兴等行业案例，引导学生树立职业目标，锤炼专业技能，担当文旅使命。
4	形势与政策（1 学分，18 学时）	公共必修	通过形势与政策教育，帮助学生全面正确地认识党和国家面临的形势和任务、复杂的世界局势，自觉拥护党的路线、方针和政策，坚定现代化建设和信心和社会责任感；学会运用理论理性剖析现实问题，以理论指导自身实践行动。	以学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想为主线，把坚定“四个自信”贯穿教学全过程，重点讲授党的理论创新最新成果、新时代坚持和发展中国特色社会主义的生动实践，引导学生正确认识世界和中国发展大势，正确认识时代责任和历史使命。	教学坚守正确政治立场，同党中央保持高度一致，严格落实教育部课程设置要求，分课堂教学与实践教学两大板块。课堂采用专题教学，聚焦社会热点答疑解惑；引导学生课外自主研讨热点，锤炼独立分析、解决现实问题的思维能力。
5	国家安全教育（1 学分，18 学时）	公共必修	全面加强学生国家安全意识，丰富国家安全知识，引导学生主动运用所学知识分析国家安全问题，强化学生的政治认同，坚定道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，提升学生维护国家安全的能力，将国家安全意识转化为自觉行动，强化责任担当。	本课程主要教学内容包括总体国家安全观的基本内涵、重点领域和重大意义，我国新时代国家安全的形势与特点，以及包括政治安全、国土安全等在内的国家安全重点领域的基本内容、重要性、面临的机遇与挑战、维护的途径与方法，总体国家安全观实践教育等。	本课程教学须以总体国家安全观为统领，将习近平新时代中国特色社会主义思想贯穿始终，以达成知识、能力与素养目标为核心。课程实施应坚持理论与实践相结合，综合采用案例研讨、情景模拟等教学方法。课程考核采用过程性评价与终结性评价相结合的方式。
6	中华优秀传统文化（文学）（4 学分，72 学时）	必修/限选	让学生深入了解中华优秀传统文化的历史渊源、核心价值观、艺术形式及社会习俗；领悟博大精深，增强文化自信，培养热爱与传承意识，提高人文素养和审美能力。	全面介绍中华优秀传统文化主要内容和特点，涵盖洛阳文化、古代文学、历史典故、哲学思想、传统艺术等领域；通过经典诵读、历史故事分析、艺术作品欣赏等活动感受文化魅力；涉及传统节日、民俗风情等。	将中华优秀传统文化里的家国情怀、道德理念与仁爱精神有机融入课堂教学，依托历史典故阐释与哲学思想解析，引领学生树立正确三观。采用讲授配合多媒体、体验教学、小组研讨与自主研学相结

洛阳文化旅游职业学院 2026 级民族传统体育专业人才培养方案

	时)				合的多元方式，建立综合评价体系。
7	大学英语 (8 学分, 144 学时)	必修	系统提升英语语言能力，培养跨文化沟通能力；着重听、说、读、写、译均衡发展，强调实际应用；掌握英语基础知识，了解英语国家文化、历史和社会习俗，为学术、国际交流和职业发展奠定基础。	通过丰富语言材料和多样教学活动，巩固拓展英语词汇、语法等基础；提高阅读理解、听力理解和口头表达能力；内容涵盖生活、文化、科技、教育等领域，拓宽国际视野，增强跨文化意识；培养自主学习能力和批判性思维。	引导学生对比中外文化差异，增强文化自信与民族认同；选取具有积极价值观的文本培养正确三观。词汇语法采用讲授与练习结合，阅读运用精读泛读结合，听说借助多媒体开展情景对话，写作通过范文分析与小组互评提升。鼓励网络自主学习，多元化考核。
8	大学生心理健康教育 (2 学分, 36 学时)	必修	增强心理健康意识，提高自我认知与自我调适能力，培养积极向上心态和健全人格；掌握心理健康基本知识和心理调适技能，提升应对压力和解决问题的能力。	介绍心理健康基本概念、标准和意义；探讨大学生常见心理问题及应对策略；涵盖情绪管理、压力应对、人际交往、自我认知等方面；通过案例分析和实践活动，学会识别和处理心理问题，增强心理适应能力。	将优秀心理品质培养融入心理调适方法讲解，引导学生树立正确人生观和价值观。理论教学与案例分析（小组讨论）结合，实践活动运用角色扮演等形式，多媒体资源增强直观性。考核突出知识掌握与运用、自我认知和心理调适水平。
9	人工智能通识课 (4 学分, 72 学时)	公共限必修 限定必修课程	本课程聚焦新一代信息技术与人工智能应用，融合系统操作、AI 智能办公、数据处理、多媒体创作、智能识别、AIGC 创作及 AI 智能体搭建等核心内容，通过理实结合的教学模式，使学生掌握人工智能基础理论与主流 AI 工具实操技能，具备智能化办公、数据处理、新媒体内容创作、基础 AI 应用开发能力，树立合规安全的 AI 应用素养，适配各行业数字化、智能化岗位基础工作需求。	本课程主要讲授新一代信息技术与人工智能基础理论、Windows 操作系统实操，重点开展 AI 辅助 WPS 文档排版、Excel 智能数据处理、PPT 智能化设计优化等办公实操教学，同时涵盖图像与人脸识别、自然语言与智能语音技术、AIGC 图文视频及数字人创作、AI 智能体搭建与应用等实操内容，全程以项目化任务驱动，实现 AI 技术与实操应用深度融合。	教学需坚持理实一体化、项目化实操教学，弱化复杂理论、侧重技能落地，结合主流 AI 工具最新功能开展教学；贴合岗位实际需求设计实训任务，融入 AI 伦理、数据安全与课程思政内容；同时要求学生熟练掌握各项实操技能，养成规范严谨的操作习惯，具备自主学习 AI 新技术、独立解决实际工作问题的能力。
10	军事理论 (国防教育) (2 学分, 36 学时)	必修	系统传授军事基础知识和国防观念；介绍军事基础知识、国防政策、军事战略，建立全面国防意识，掌握基本军事技能；培养爱国主义精神，提高国防素养。	涵盖军事思想、军事制度、军事技术等内容；深入解读我国国防政策；学习军事战略，了解战争本质和规律，提高战略思维能力。	理论讲授与案例分析结合，讲解军事思想、国防政策时通过英雄事迹和国防建设成就激发爱国热情与国家安全责任感。实践教学通过模拟演练、军事技能训练掌握基本技能，多媒体资源增强直观性。构建多元化考核体系。
11	大学生职业生涯规划	必修	帮助学生进行职业生涯规划，提供实用就业指导，增强就业竞争力；探索自身兴趣与职业方向	涵盖职业兴趣探索、职业规划方法、求职技巧、职场适应等；通过职业兴趣测试和案例分析，明确优势与兴	理论讲授与案例分析结合，实践教学运用模拟面试、小组讨论等方式。在职业兴趣探索中引导个人

洛阳文化旅游职业学院 2026 级民族传统体育专业人才培养方案

	规划和就业指导 (1 学分, 18 学时)		契合点, 掌握规划方法与求职技巧, 培养自我营销能力和职场适应能力。	趣; 系统介绍规划步骤 (目标设定、路径选择、能力提升); 涉及简历撰写、面试技巧、薪资谈判、职场礼仪、团队协作、沟通技巧等。	发展融入国家需求, 在职场素养讲解中突出职业道德与敬业精神。邀请企业人士分享经验, 拓宽视野。考核采用规划方案与面试模拟相结合。
12	大学生创新创业基础 (1 学分, 18 学时)	必修/限选	培养创新创业意识和能力, 激发兴趣和热情; 掌握创新创业基本概念、方法和策略, 了解市场动态, 掌握创业流程, 为职业发展和创业奠定基础。	涵盖创新思维训练、商业模式设计、市场分析与调研、融资与风险管理等; 通过案例分析、团队讨论、实践操作, 建立系统知识体系, 提升解决实际问题能力。	理论讲授与案例研讨结合, 实践教学运用项目式学习分组开展商业模式设计、市场调研等。通过案例引导个人创新创业与国家发展需求相结合, 强调诚信经营、合法创业, 培养职业道德与社会责任。邀请创业成功人士分享, 考核突出创新方案质量。
13	四史 (1 学分, 18 学时)	选择性必修	引导学生掌握党的百年奋斗历程与精神谱系, 理解“四史”内在逻辑; 能以唯物史观分析历史事件、抵制历史虚无主义; 可运用数字工具梳理党史脉络、创作红色作品, 甄别虚假历史信息; 坚定“四个自信”, 传承红色基因, 树立技能报国理想, 涵养技术伦理与数智职业素养。	以“中国共产党简史”为主线, 贯通“四史”教育, 设置 10 个专题模块: 建党与大革命时期、土地革命时期、全民族抗战时期、解放战争时期、新中国成立与社会主义改造、社会主义建设探索时期、改革开放新时期、中国特色社会主义推向 21 世纪、科学发展时期、中国特色社会主义进入新时代。	采用专题讲授、影视赏析、AI 互动、数字红色研学等教学方式, 每章融入专业实践任务。过程性评价占总成绩 50%, 涵盖出勤、课堂参与、线上学习及实践成果; 终结性考核占 50%, 提交具有专业特色的实践成果。引导学生树立正确历史观, 抵制历史虚无主义。
14	艺术审美 (鉴赏) (2 学分, 36 学时)	公共选修课程	本课程面向全校各专学生开展通识美育教学, 旨在普及基础艺术与审美知识, 传授通用艺术鉴赏方法。课程聚焦学生审美能力培养, 引导学生学会赏析各类艺术作品、思辨审美现象, 帮助学生树立健康正向的审美观念, 涵养人文情怀与文化自信, 完善个人综合素质与健全人格。	课程内容贴合通识教学需求, 由理论到实践循序渐进开展教学。主要涵盖艺术审美基础理论知识, 绘画、书法、建筑等视觉艺术鉴赏, 音乐、戏曲、影视等综合艺术赏析, 同时结合生活美学、红色美育开展实践拓展, 兼顾中外、传统与现代艺术, 全面夯实学生审美基础。	课程坚持通识美育、学以致用原则, 教师需简化专业理论, 采用互动案例式教学, 融入文化与思政元素。学生需积极参与课堂学习与实践, 主动积累审美经验、独立完成学习任务。教学兼顾理论与实践, 实行过程性为主的考核模式, 聚焦学生审美素养与综合能力提升。
15	劳动教育 (2 学分, 36 学时)	必修	培养勤劳、创新、合作的品质, 实践能力和社会责任感; 树立正确劳动观念, 体验劳动价值, 培养勤劳精神和团队合作意识。	组织参与多种劳动活动, 如园艺、手工艺制作、社区服务等; 学习协作、解决问题和创新思考; 强调劳动道德和伦理意义, 认识劳动是实现个人价值和社会贡献的途径。	理论讲授与案例分析结合, 实践教学运用项目驱动法分组开展园艺、手工艺制作等劳动项目。通过讲述劳动模范事迹激发崇尚劳动的情怀, 引导体会劳动创造价值, 培养艰苦奋斗精神。活动后组织分享感悟, 考核突出过程表现与成果质量。

（二）专业课程

共 18 门，合计 56 学分。主要有专业基础课程、专业核心课程和专业拓展课程。

运动解剖学、游泳、传统体育养生产理论与实践、专项训练、舞龙舞狮、民族传统体育概论、器械健身指导、散打、心意六合拳、竞赛规则与裁判法、体育教材教法、运动损伤与康复、体育新媒体应用技术、体育赛事组织与管理、体育旅游与商务、台球。主要课程介绍如下：

表 4：民族传统体育专业专业课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	课程属性	课程目标	主要教学内容	对接岗位能力	教学要求
1	运动解剖学（2 学分，36 学时）	专业核心课程	掌握人体运动系统结构与功能，为运动训练、损伤预防提供理论基础。	骨、关节、骨骼肌的结构与运动形式；心血管、呼吸系统与运动的关系；常见运动动作的解剖学分析。	健身教练、体适能教练、团操教练的基础评估与训练方案制定能力。	本课程融入科学健身、敬畏生命、严谨治学的思政理念，培养学生工匠精神与服务担当。课程聚焦人体结构与运动系统核心知识，助力学生依托理论支撑科学训练与运动损伤预防。采用理论讲授、模型观察、案例分析与课堂实操相结合的教学方式，综合课堂表现、作业、实操过程性成绩与期末理论成绩评定最终结果。
2	台球（2 学分，36 学时）	专业选修课程	使学生系统掌握台球运动的基本技术、战术与竞赛规则，具备规范的击球姿势、杆法运用及战术执行能力，能够独立完成比赛组织与裁判工作，并具备台球教学指导、体能训练设计与运动损伤预防的实践能力。	主要包括台球运动概述与发展、基本技术教学、战术组合与实战应用、竞赛规则与裁判法实践、专项体能训练方法。	可对接台球俱乐部教练、赛事裁判、休闲体育指导与场馆培训岗位，具备主流台球项目技术教学、业余赛事执裁、休闲体育课程设计与场馆教学服务的实操能力。	本课程培养学生沉着冷静、专注严谨、遵守规则的职业素养，树立文明竞技、理性博弈的体育风尚，使学生掌握台球基础击球技术、竞赛规则与实战战术，具备基础台球教学、活动组织与专项指导能力，通过示范讲解、实操练习、实战对抗、规则精讲开展教学，结合技术达标、实战表现、规则运用能力综合评分。
3	游泳（2 学分，36 学时）	专业基础课程	使学生掌握游泳的基本技能和水性安全知识，培养其水中安全意识和自信心，通过系统训练提高游泳技术，包括不同泳姿的掌握、游泳姿势的调整和呼吸方法的改进，以及提高游泳速度和耐力。	涵盖了游泳的基本技术、水性安全知识和训练方法，包括不同泳姿的学习与练习、呼吸技巧的掌握、姿势调整以及提高游泳速度和耐力的训练。	可对接游泳教练、持证救生员、校园游泳教师、水上安全指导岗位，具备多泳式标准化教学、水上救生急救、分层训练设计与基层游泳赛事辅助运营的岗位能力。	本课程强化学生安全责任意识，培养迎难而上、坚韧不拔的意志品质与应急担当精神，帮助学生掌握标准游泳姿势、水上安全知识与基础自救技能，具备游泳教学与安全指导能力，依托岸上示范、水中实操、分层教学、安全情景演练开展教学，结合游泳技能达标、安全实操、课堂表现进行综合考核。

洛阳文化旅游职业学院 2026 级民族传统体育专业人才培养方案

4	传统体育理论与实践（4 学分，72 学时）	专业核心课程	深刻挖掘传统体育养生所承载的儒释道武医哲学思想、价值追求与文化内涵。使学生了解传统体育养生的基础理论、历史沿革和现时代的发展现状；掌握传统体育养生理论、健身气功的基本内容。	课程内容包括传统体育养生概述、沿革、基础理论、“三调”理论与方法、功法功理、教学、交流比赛等。	可对接康养中心养生指导、社区传统健身指导员、中老年健康体育服务、健康管理辅助岗位，具备八段锦、太极拳等传统养生功法教学、科学养生指导、体态调理与大众康养体育服务的专业能力。	传统体育养生理论与实践以中华优秀传统文化为根基，融合中医阴阳五行、脏腑经络学说及“天人合一”哲学思想，强调通过动静结合的锻炼实现身心和谐。其理论体系注重“形神共养”，主张顺应自然规律，以调息（呼吸吐纳）、导引（肢体运动）、存思（意念调控）为核心手段，达到疏通经络、调和气血、平衡阴阳的目的。实践中需遵循个体差异原则，针对不同体质与年龄设计功法，如太极拳、八段锦、五禽戏等，强调动作舒缓连绵、意念专注内敛，配合呼吸节奏形成内外兼修的锻炼模式。
5	民族传统体育概论（2 学分，36 学时）	专业核心课程	旨在引导学生系统掌握民族传统体育的基本概念、发展历程、体系分类、文化特征与时代价值，明晰民族传统体育的传承现状与发展趋势，培养学生解读、传播和创新传统体育文化的专业能力，使其具备基础的传统体育文化解读、推广与科普能力。	民族传统体育的基本概念、发展历程、体系分类、文化特征与时代价值等	可对接民族传统体育推广专员、文旅体育策划、基层文体宣教、非遗体育传承辅助岗位，具备民族传统体育文化解读、项目科普推广、文体活动理论支撑与传统文化宣教的职业素养能力。	课程融入中华优秀传统文化教育，厚植文化自信与家国情怀，树立学生传承民族传统体育的使命担当；教学目标旨在使学生掌握民族传统体育基本概念、发展脉络、项目体系、文化内涵与当代发展路径，具备传统体育文化分析、宣传推广能力；综合运用理论讲授、案例研讨、视频赏析开展教学；采取课堂表现、小组展示等过程性考核与期末理论考核相结合的综合评价方式。
6	专项训练（16 学分，288 学时）	专业核心课程	让学生深入地了解武术内涵，掌握其运动技能，提高技术参加大学生武术竞赛，更能具备一定的防身自卫能力，考取武术段位制、武术套路教练员、裁判员、社会体育指导员证书。	课程主要内容包括武术基本功、国家规定拳术、器械、武术操等为主要教学内容。	本课程可对接武术培训机构套路教练、中小学传统体育教师、武术队训练助理、文体展演指导岗位，具备各类武术套路技术教学、动作规范纠错、套路编排训练与青少年武术素养培育的专业执教能力。	培养学生对武术“形神兼备”的理解。同时，应融入攻防技击原理与传统武德教育，帮助学生领悟武术的文化内涵与精神价值。针对青少年身心特点，采用由简至繁、循序渐进的训练模式，结合游戏化、情境化教学提升学习兴趣，避免过度追求难度导致运动损伤。
7	器械健身指导（2 学分，36 学时）	专业基础课程	掌握各类健身器械的使用方法与教学技巧，能规范指导会员完成器械训练并纠正错误动作。	自由重量、固定器械的标准动作教学；器械训练计划编排；动作纠错与安全防护；器械维护与使用规范。	健身教练的器械教学、训练指导与动作示范纠错能力。	本课程引导学生树立科学健身、安全健身理念，培育严谨负责、耐心细致的职业服务素养，让学生熟练掌握各类健身器械使用方法、训练原理与安全规范，具备大众健身指导、科学塑形训练指导的专业能力，采用实操演示、

洛阳文化旅游职业学院 2026 级民族传统体育专业人才培养方案

						一对一指导、分组练习、纠错实训的教学方式，围绕器械实操、指导示范、安全规范掌握情况进行综合考核。
8	散打（2 学分，36 学时）	专业核心课程	使学生掌握武术散打踢、打、摔、拿四大技法，竞赛规则和裁判法，培养学生参加武术散打比赛的能力，考取武术散打教练员、裁判员证书。	武术散打基本技术拳法（冲、贯、抄）；腿法（蹬、踹、鞭）以及摔法技术；竞赛规则和裁判法（武术散打竞赛规则、武术散打裁判法）。	可对接散打搏击教练、青少年防身术培训师、安保体能指导、传统搏击体育教学岗位，具备散打攻防技术教学、防身技能培训、对抗训练管控与搏击运动安全防护的专业执教能力。	课程融入崇文尚武、自强不息、尊师重道、遵纪守法的武术思政内涵，培养学生勇武刚毅、崇德向善的优良品质。教学目标是掌握散打基本招式、攻防技术、训练方法与安全防护要点，具备散打教学与基础训练指导能力。教学通过示范讲解、分组对抗练习、动作纠错、实战模拟开展教学。考核结合日常训练表现、技能熟练度、攻防实战能力与期末技术达标测试综合评价。
9	武术表演与编排（2 学分，32 学时）	专业核心课程	使学生了解和掌握武术剧目表演的基础知识和表演技能，提高表演者的基本素质，训练学生综合运用多种表演元素，组织舞台剧目行动方法，掌握剧目表演的基本技巧，独立完成剧目编排。	本课程是一门集创造性、实践性、技巧性为一体的武术表演综合课程。它通过表演基本素质训练，以行动为核心的武术基本技能练习，以及对表演规律的认识、创作步骤与创作方法的学习。	可对接文体演艺编排师、校园文艺展演指导、文旅节目编排、武术展演策划岗位，具备武术节目动作编排、队形舞台编排、展演打磨优化、文艺演出统筹与表演指导的综合能力。	课程融入传统文化创新发展、美育育人、团队协作的思政元素，培养学生创新思维与文化传播意识。教学目标是掌握武术表演编排规律、动作组合设计、舞台呈现技巧，具备独立编排与舞台表演能力。教学采用示范教学、分组编排、作品展示、点评打磨、舞台实训的方式授课。考核综合学生课堂参与、编排作品质量、表演展示效果与创新应用能力。
11	舞龙舞狮（8 学分，144 学时）	专业核心课程	通过开展舞龙舞狮运动，全面发展学生力量，协调、灵敏，柔韧等专项身体素质，提高身体健康水平；通过舞龙舞狮活动，培养学生团结一致、奋发开拓的精神	舞龙舞狮课程重点掌握舞龙项目的理论知识、动作技术、技能、套路演练技巧、团队协作及专项身体素质训练方法。	可对接民俗文体展演教练、校园龙狮社团指导、文旅活动表演策划、非遗民俗体育指导岗位，具备舞龙舞狮成套动作教学、队形编排、展演集训、民俗文体活动组织与现场指导的实操能力。	教学中需系统分解龙狮运动的基本步法、器械操控技巧及阵型变换要领，强调手眼身法步的协调配合，培养学生对节奏、力度与神态的精准把控能力。通过分组模拟演练、角色轮换体验等方式强化团队默契，融入传统礼仪教育与民俗文化解读，使学生理解舞龙舞狮的象征意义与精神内涵。
12	心意六合拳（2 学分，36 学时）	专业拓展课程	掌握心意六合拳基础拳理、基本身法与核心技法，理解非遗武术文化内涵，能够开展基础教学、展演与传承推广。	心意六合拳历史渊源与非遗文化；六合拳基础桩功、基本步法、核心单式；基础套路演练；动作攻防含义拆解；武术展演与简易教学示范。	武术教练、非遗武术展演、武术培训机构教学、文旅演艺的武术教学、展示与基础传承能力。	本课程融入中华武术文化、尚武崇德、文化自信的思政理念，培养学生非遗传承责任感与工匠精神。课程依托非遗传承人现场授课，聚焦心意六合拳基础技法与文化遗产，采用传承人示范、分组实操、对练、展演考核相结合的教学方式。综合课堂考勤、动作实操、套路展示、文化作业评定最终成绩。

洛阳文化旅游职业学院 2026 级民族传统体育专业人才培养方案

13	竞赛组织与裁判(2学分, 32学时)	专业核心课程	培养学生掌握扎实的科学文化基础和运动训练知识, 具备特定的武术、摔跤、龙狮技能、训练指导能力、竞赛组织与执裁能力。通过系统学习, 学生能够胜任比赛的辅助教练员和裁判员角色	围绕体育技能指导关键能力, 结合社会体育指导员、教练员、裁判员等工作的实际需求, 设置模块和教学单元。课程内容涵盖运动项目的专项能力训练、技战术训练、教学比赛等环节, 同时融入训练的基础知识、基本技能和职业素养。学生将学习如何制定科学合理的训练方案。	可对接民族传统体育赛事裁判、赛事组织专员、校园竞赛统筹、文体活动执行岗位, 具备武术、摔跤、龙狮等传统体育赛事的规则运用、现场执裁、赛事编排组织与活动统筹落地的实操能力。	课程融入公平公正、严谨自律、遵规守纪的职业思政准则, 培养学生客观公正的职业操守。聚焦专项所需的身体素质(力量、速度、耐力等)与专项能力(技术熟练度、战术执行力、应变能力等)的协同培育。需强化技术分解训练、战术模拟推演、实战对抗演练等实操环节, 要求学生熟练掌握专项核心技术与战术组合, 具备科学制定个人训练计划、诊断自身技术短板及应对比赛突发情况的能力。考核结合平时课堂测评、模拟执裁表现与期末理论+实操执裁考核成绩。
14	体育教材教法(2学分, 32学时)	专业基础课程	使学生系统掌握体育教材编写与教学资源开发的基本原理, 熟悉体育教学设计与实施方法, 能够科学分析学情、制定教学目标并选择适宜的教学策略, 具备体育课程创新设计、课堂组织与评价能力, 同时强化信息技术与体育教学融合应用能力及教师职业道德素养。	主要包括体育教材编制的理论框架与案例分析、体育教学设计与实施方法、体育教学方法创新与实践、现代教育技术应用、学生体育学习评价与反馈机制、教师专业发展与师德规范等内容。	幼儿园、小学等教育机构的体育教师	课程融入立德树人、以体育人的教育思政理念, 培养学生爱岗敬业、因材施教的教师职业素养。教学目标是掌握体育教学基本方法、课堂组织技巧、教案设计与课程实施流程, 具备基础体育教学授课能力。教学运用理论讲授、案例教学、模拟授课、分组研讨的教学模式。考核综合平时作业、模拟教学表现、教案设计质量与期末综合考核成绩。
15	运动损伤与康复(2学分, 32学时)	专业基础课程	掌握常见运动损伤的预防、评估与基础康复处置方法, 能为会员提供损伤防护与康复指导。	常见运动损伤的诱因与预防; 急性损伤应急处理; 慢性损伤的基础康复训练; 康复辅助工具的使用。	健身教练、游泳指导与救生员的运动损伤预防与基础康复处置能力。	课程融入以人为本、敬畏生命、严谨负责的职业思政理念, 培养学生认真细致、甘于奉献的职业品质。教学目标是掌握常见运动损伤的成因、预防、应急处理与康复训练方法, 具备运动防护与损伤康复指导能力。教学采用理论精讲、案例分析、实操演练、情景模拟的方式教学。考核结合平时课堂实操、案例分析作业与期末理论、实操综合考核结果评定。
16	体育新媒体应用技术(2学	专业基础课程	掌握新媒体工具在体育行业的应用, 能制作健身教学、宣传类新媒体	短视频拍摄与剪辑; 健身教学内容脚本设计; 社交媒体运营与健	团操教练、健身客户服务与管理岗位的活动宣传、课程推广能力。	本课程引导学生树立正确网络舆论观, 传播正能量体育文化, 培育学生创新思维、工匠精神与良好媒介素养, 让学生掌握体育短

	分, 36 学时)		内容。	身 IP 打造; 直播基础流程。		视频制作、文案编辑、新媒体运营基础技能, 具备体育文化宣传与推广能力, 采用实操教学、案例赏析、项目实训、作品创作的教学模式, 以新媒体作品成果、实操实训、平时作业完成情况综合考核成绩。
17	体育赛事组织与管理 (2 学分, 32 学时)	专业核心课程	掌握体育赛事的组织流程与管理方法, 具备基础的赛事策划与执行能力。	赛事策划流程; 赛事报名与组织; 现场管理与应急处置; 赛事宣传与推广。	游泳指导与救生员、球类教练员的赛事组织与临场管理能力。	本课程聚焦培养学生规则意识、公平公正、团队协作、敬业奉献的职业品格, 树立规范办赛、诚信办赛的职业理念, 帮助学生掌握赛事策划、组织、执行、保障全流程知识, 具备中小型体育赛事统筹组织与现场管理能力, 采用项目化教学、情景模拟、赛事实操、小组合作实训模式, 结合实操实训、赛事方案设计、课堂过程表现及期末考核综合评定成绩。
18	体育旅游与商务 (2 学分, 36 学时)	专业基础课程	了解体育商务模式与体育旅游行业特点, 具备基础的体育项目商业运营与活动策划能力。	体育产业商业模式; 体育旅游产品设计; 体育项目的市场推广; 体育商务沟通技巧。	体适能教练、健身客户服务与管理岗位的商业运营与活动策划能力。	本课程培育学生诚信经营、合规从业、服务社会的职业理念, 树立体育产业赋能社会发展的责任担当, 让学生掌握体育商务、体育旅游基础理论与运营常识, 具备基础体育项目策划、服务与运营能力, 通过理论讲授、案例分析、项目研讨、情景模拟开展教学, 依托案例分析、方案撰写、期末理论考核综合评定成绩。

八、教学进程及学时安排

附表 1: 2026 年民族传统体育专业教学进程及课程设置表

附表 2: 2026 级三年制民族传统体育专业学期教学周数分配表

九、基本教学条件

(一) 师资队伍

按照“四有好老师”“四个相统一”“四个引路人”的要求建设专业教师队伍, 将师德师风作为教师队伍建设的第一标准。

1. 队伍结构

本教研室共有 12 名教师, 由 8 位专职教师、4 位兼职教师组成, 副高级职称 1 位, 讲师 3 位, 以及初级职称教师 3 位, 省级非遗传承人 1 位。他们不仅具备丰富的实践

经验，还拥有高水平的学历背景。教研室成员致力于教学的精进，同时积极投身科研和社会服务，致力于培养高质量的民族传统体育专业人才。本专业现师生比为 1：15。

2. 专任教师

具有高校教师资格证 8 人，具有民族传统体育专业、运动训练、体育教育训练学等相关专业硕士及以上学历；均具有一定年限的相应工作经历或者实践经验，达到相应的技术技能水平；具有本专业理论和实践能力；能够落实课程思政要求，挖掘专业课程中的思政教育元素和资源。

3. 兼职教师

主要从本专业相关行业企业的高技能人才中聘任具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，承担专业课程教学、实习实训指导等专业教学任务。根据需要聘请省级非遗传承人 1 名，根据国家有关要求及学校兼职教师聘任与管理的具体实施办法进行聘任。

本教研室汇聚了多位杰出教练与学者，他们在教学领域成就卓越，更在持续不断地为各级专业运动队输送了大量顶尖人才，为民族传统体育的蓬勃发展提供了有力的人才支撑。教研室成员教学严谨，科研能力强，多次在 CN 刊物发表学术成果，并主持参与多项市级、校级及省级课题研究，展现出深厚的学术底蕴与科研实力。同时，教研室还注重实践与创新，积极组织师生参与各项专业赛事，例如在河南省高等职业教育技能大赛中获二等奖，在河南省学生武术比赛获单项第一名、第三名等优异成绩，为弘扬民族传统文化发展做出了重要贡献。

（二）教学设施

教学设施主要包括能够满足正常的课程教学、实习实训所需的专业教室、校内实训室和校外实训基地等。

1. 专业教室基本条件：

专业教室一般配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入或 Wi-Fi 环境，并实施网络安全防护措施；安装应急照明装置并保持良好状态，符合紧急疏散要求，标志明显，保持逃生通道畅通无阻。

2. 校内实训室基本要求：

（1）武术馆

武术馆配备有专用武术垫，镜子、压腿杆、散打护具、散打靶子等教学用具，场馆可用于武术、搏击、散打等相关专业活动。

（2）田径实训场

田径实训场配备起跑器、跨栏架、秒表、皮尺、跳远沙池、沙耙、铅球、标枪、跳高架、跳高杆、接力棒、白板、桌子、凳子、多媒体教学仪器等器材，用于短跑、接力跑与跨栏、跳远与跳高、铅球与标枪技术训练与教学以及田径裁判实训。

（3）游泳实训馆

游泳实训馆配备分道带、浮板、救生圈、秒表、电子记分牌、白板、桌、凳子、水上救生仿真入、多媒体教学仪器等器材，用于自由泳、蛙泳、仰泳等技术训练与教学、游泳救生技能实操、游泳裁判实操。

（4）篮球实训场

篮球实训场配备篮球架与球网、篮球、球车、记分牌秒表、白板、桌子、凳子、标志桶、推水器、多媒体教学仪器；用于篮球基本技术与战术教学，篮球技术教学与训练指导实训，竞赛实训以及篮球裁判临场实操。

（5）足球实训场

足球实训场配备足球球门、门球网、足球、秒表、记分牌、白板、三色三角小旗、桌子、凳子、雪糕筒、角标、竹竿、多媒体教学仪器等器材；用于足球基本技术与战术实训、足球技术教学与训练指导实训、竞赛实训，以及足球裁判实操。

（6）乒乓球实训室

乒乓球实训室配备乒乓球台、球架与球网、乒乓球、乒乓球拍、记分牌、白板、桌子、凳子、体育场馆标准照明灯具、多媒体教学仪器等器材；用于乒乓球基本技术实训、乒乓球技术教学与训练实训、乒乓球裁判实操。

（7）体能训练方法实训室

体能训练方法实训室配备各种组合力量练习器、卧推架、跑步机、功率自行车、动感单车、体能训练包、平衡球、力量棒、杠铃、哑铃、各级别药球、弹力带、瑞士球等器材；用于体能训练方法理论教学与实操、核心力量练习实操、上下肢力量训练实操。

（三）教学资源

1. 严格按照国家规定，禁止不合格的教材进入课堂。学院建立专业教师、行业专家和教研人员等参与的教材选用机构，完善教材选用制度，经过规范程序择优选用教材。

2025 年民族传统体育专业课程设置中，一共涉及 5 门理论课程，教材如下。当前选用教材均来自正规出版社，无境外原版教材或盗版盗印教材。教材内容符合党的教育方针，无意识形态问题或科学性错误。

表 5：民族传统体育专业专业理论课程教材一览表

序号	ISBN 号	教材名称	出版社	版次	主编	出版日期	是否国规教材
1	9787303207954	学校体育教材教法	北京师范大学出版社	第一版	张振华、毛振明	2016 年 8 月	否
2	9787040296549	中国武术导论	高等教育出版社	第一版	邱丕相	2010 年 7 月	否
3	9787040225532	民族传统体育概论	高等教育出版社	第一版	邱丕相	2008 年 6 月	否
4	9787040634327	运动损伤与康复	高等教育出版社	第二版	王国祥、王琳	2024 年 11 月	否

2. 设老城校区、伊滨校区两个图书馆，图书文献配备基本可以满足人才培养、专业建设、教科研等工作的需要，方便师生查询、借阅。专业类图书文献主要包括：中国武术概论、民族传统体育概论、中国体育史、体能训练、运动保健、健康管理的技术、标准、方法、操作规范以及实务案例类图书等。

3. 拟建设、配备与本专业有关的音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、虚拟仿真软件、数字教材等专业教学资源库，种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新，能满足教学要求。

（四）教学方法

1. 指导法：

（1）语言法：是体育教学中运用各种形式的语言指导学生学习，达到教学要求的方法。

（2）直观法：是体育教学中通过一定的直观方式，作用于人体感觉器官、引起感知的一种教学方法。

(3) 完整法: 是从动作的开始到结束, 不分部分和段落, 完整、连续地进行教学和练习的方法。

(4) 分解法: 是从掌握完整动作出发, 把完整的动作按其技术结构分成几段或按身体活动的部位分成几个部分, 逐段或按部分进行教学和练习, 最后完整地掌握动作的方法。

(5) 预防和纠正错误动作法: 是教师为了防止和纠正学生在练习中出现的动作错误所采用的方法。

2. 练习法:

(1) 游戏练习法: 是以游戏的方式组织学生进行练习的方法。

(2) 比赛练习法: 是在比赛的条件下组织学生进行练习的方法。

(3) 综合练习法: 是根据练习任务的需要, 综合运用某些练习法的特点而组成的一类练习方法。

(4) 循环练习法: 是根据练习任务的需要选定若干练习手段, 设置若干个相应的练习站(点), 学生按规定顺序、路线和练习要求, 逐站依次循环练习的方法。

(5) 重复练习法: 是根据练习任务的需要, 在相对固定的条件下反复进行练习的方法。

(6) 变换练习法: 是根据练习任务的需要, 在变换条件下进行练习的方法。

根据新计划要求, 各科新大纲和教材重视多样性、层次性和灵活性。

3. 讲解法:

讲解法是体育教学常用的方法之一, 是教师用语言向学生说明动作名称、要领和方法等的一种教学方法。教师带有启发性地讲解, 不仅能使学生获得知识, 了解动作的要领和方法, 而且还能促使学生进行思维, 培养学生认识事物、分析问题和解决问题的能力。

1. 示范法:

示范法是指教师通过具体动作范例, 使学生直接感知所要学习的动作的结构、顺序和要领的一种教学方法。由于体育教学是教师向学生教动作技术, 发展学生身体的过程, 所以示范法是体育教学的重要方法之一。教师的正确示范不仅能使学生直观地建立正确的动作概念, 而且也能引起学生学习的兴趣, 调动学生学习的积极性。

（五）教学评价

1. 专业课考核

理论课程考核包括学生对课程中理论知识的识记、理解、掌握和运用的考核，采用过程性考核和终结性考核相结合的方式。过程性考核成绩占课程总成绩的 50%，包括平时作业成绩（占 30%）和学习表现成绩（占 20%），由任课教师根据学生的平时作业完成情况、课上阶段性测试、上课与老师互动情况、学习表现记录（包括到课率记录）进行综合评定。终结性考核成绩占课程总成绩的 50%。终结性考核可采取期末无纸化（或纸质）考试。

十、质量管理和毕业要求

（一）质量管理

1. 成立专业建设指导委员会，为专业建设出谋划策，提供市场、政策及行业信息，提高专业建设的科学性和合理性。

2. 成立教学执行组织与教学督导组，对课程建设、教学方法的改革与推广、课堂教学质量管理等进行督导与评价。

3. 建立实践教学环节质量管理，制订各实践教学环节的课程标准、评价标准，制订和完善实践教学管理文件，加强校内外实训、顶岗实习的管理。

4. 成立专业调研组，负责本专业的社会需求、毕业生跟踪调查和新生素质调查等工作，为本专业的招生和就业提供支持。

（二）毕业要求

1. 根据专业人才培养方案确定的目标和培养规格，完成规定的实习实训，全部课程考核合格或修满学分，准予毕业。

2. 毕业设计：武术表演剧。要求：提交完整的剧情介绍，至少 3 人组队，时长不少于 5 分钟，音乐自备，服装符合项目特点。

3. 本专业必须获得以下至少一项相关资格证书：教练员证书、裁判员证书、中国武术段位制证书（三段及以上）、体育社会指导员证书等。（武术、散打、健身气功、舞龙舞狮项目四选一）。

附件 1

二级学院：体育学院			学时分配			学制：三年 学期及周学时数						填报人：陈新梅			负责人：王彦文	
课程模块	课程类型	课程编码	课程名称	学时分配			学期及周学时数						学分	考核方式	备注	
				总学时	理论学时	实践学时	一	二	三	四	五 实习	六 实习				
公共基础课程模块	思政课程	160001-02	形势与政策	18	12	6	0.25	0.25	0.25	0.25			1	考查		
		160004	思想道德与法治	54	36	18		3					3	考试		
		160005	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	36	24	12	2						2	考试		
		160007	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	54	45	9			3				3	考试		
			国家安全教育☆	18	8	10				1			1	考查		
	公共限定必修课程	150003	军事理论（国防教育）	36	18	18	2						2	考查		
		120237	大学生心理健康教育	36	24	12		2					2	考查		
		150033-150036	劳动教育	36	6	30	0.5	0.5	0.5	0.5			2	考查		
		150029-150030	中华优秀传统文化（文学）☆	72	44	28	2	2					4	考查		
		150007-150010	大学英语☆	144	108	36	2	2	2	2			8	考查		
		150001-150002	人工智能通识课	72	18	54	2	2					4	考查		
		150051-150052	大学生职业生涯规划 and 就业指导	18	6	12	0.5	0.5					1	考查		
		150053-150054	大学生创新创业基础	18	12	6			0.5	0.5			1	考查		
			公共必修小计	612	361	251	11.25	12.25	6.25	4.25	0	0	34			
		公共选修课程	16006	四史	18	12	6			1				1	考查	
				艺术审美（鉴赏）	36	24	12	0.5	0.5	0.5	0.5			2	考查	网络选修
				公共选修小计	54	36	18	0.5	0.5	0.5	1.5	0	0	3		
				公共基础课程合计	666	397	269	11.75	12.75	6.75	5.75	0	0	37		
		专业课程模块	专业必修课	130087	运动解剖学	36	32	4	2						2	考试
130085	游泳			36	4	32	2						2	考查		
132286	传统体育养生理论与实践（一）。			36	4	32	2						2	考查		
132261	专项训练（一）。			72	4	68	4						4	考试		
132028	民族传统体育概论。			36	32	4		2					2	考查		
132297	传统体育养生理论与实践（二）。			36	2	34		2					2	考试		
132262	专项训练（二）。			72	4	68		4					4	考查		
130073	舞龙舞狮（一）。			72	4	68		4					4	考查		
030015	心意六合拳			36	2	34		2					2	考查		
132348	器械健身指导			36	2	34			2				2	考查		
130205	散打。			36	2	34			2				2	考试		
132263	专项训练（三）。			72	4	68			4				4	考试		
130074	舞龙舞狮（二）。			72	4	68			4				4	考试		
132345	运动损伤与康复			36	32	4			2				2	考查		
132264	专项训练（四）。			68	4	64				4			4	考试		
030016	武术表演与创编。			32	2	30				2			2	考查		
030017	竞赛组织与裁判。			32	2	30				2	</					

注：16-18学时计1学分，专业核心课程后标注“*”，书院课程后标注“☆”；严格按照国家文件，学生需达到毕业标准。

附件 2

2026 级三年制民族传统体育专业学期教学周数分配表

周次 学期	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
一			★	★	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	●	☆	☆
二	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	●	☆	☆
三	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	●	☆	☆
四	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	●	☆	☆	☆	☆
五	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
六	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	○	○	○	○		

说明：

1. 教学单位依据上级文件，学校实际，专业内涵建设，科学安排每学期周教学。
2. 符号： ★--军训， ☆--社会实践， ■--理论教学， ▲--实习， △--校内实训， ○ -毕业设计， ● - 考试