

《武术剧目 I》课程教学大纲

一、课程信息

课程名称	武术剧目 I	课程代码	01220089
课程类别	专业必修课	适用专业	民族传统体育专业
先修课程	武术技能	后续课程	武术剧目 2
学时数	64 学时	开课院（系）部	武术教育系

二、课程性质与作用

（一）课程性质与作用

本课程是体育教育、运动训练、民族传统体育学的专业主干课，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，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。

（二）课程设计思路

武术剧目需要学生了解不同的武术流派风格特点与相应的历史文化。在武术表演和剧目创编中融合不同的武术元素。由于本专业的学生对少林武术有一定的基础，但是对于别的武术流派缺乏了解。因此，第一学期以积累武术表演素材为主；第二学期由素材积累向表演，剧目相关的理论知识和表演技能过度；第三学期以实践为主，以完成完整的成品剧目为目的。

三、课程目标

（一）知识目标

本课程通过对表演的理解和运用，将艺术元素融入到武术表演当中，在剧目编排的同时提高个人动作技巧和表演能力。通过对剧目的学习可以更好的了解武术文化和艺术文化，培养学生的艺术灵感和表现力。

（二）能力目标

本课程从认识自我开始，树立良好的开端，从表情、肢体、局部、整体、思维、语言不断地突破自我超越自我，使自己逐渐蜕变，进入艺术的殿堂。

（三）素质目标

通过对本课程的学习，培养学生将武术通过艺术的形式进行编排和表演，对艺术表演有初步的认识和理解，能够独立的进行创编和表演。

四、教学内容及要求

课程授课学时分配表

周次	教学内容			讲授学时	实践学时	小计
	教学项目、工作任务或教学模块	知识内容和要求	技能实训内容和要求			
1	第一章	说课 跆拳道拳基本功	掌握跆拳道拳的运动特点	2	2	4
2	第二章	跆拳道一章第一节	掌握跆拳道一章第一节	4	0	4
3	第三章	跆拳道一章第二节	掌握跆拳道一章第二节	4	0	4
4	第四章	复习跆拳道一章	掌握跆拳道一章	4	0	4
5	第五章	跆拳道二章第一节	掌握跆拳道二章第一节	4	0	4
6	第六章	跆拳道二章	掌握跆拳道二章	4	0	4
7	第七章	复习跆拳道二章	掌握跆拳道二章	4	0	4
8	第八章	跆拳道三章第一节	掌握跆拳道三章第一节	4	0	4
9	第九章	跆拳道三章第一节	掌握跆拳道三章第一节	4	0	4
10	第十章	复习跆拳道三章	掌握太极极第三章	4	0	4
11	第十一章	跆拳道三章第一节	掌握跆拳道四章第一节	4	0	4
12	第十二章	跆拳道四章第二节	掌握跆拳道四章第二节	4	0	4
13	第十三章	跆拳道四章第三节	掌握跆拳道四章第三节	4	0	4
14	第十四章	跆拳道四章第四节	掌握跆拳道四章第四节	4	0	4
15	第十五章	跆拳道四章	跆拳道四章熟练掌握	4	0	4
16	第十六章	考试	考试	4	0	4
合计				62	2	64

五、课程实施建议

（一）教材建议

1. 参考教材：

《中国武术传播论》，郭玉成，复旦大学出版社，2008。

2. 其它参考资料：

《跆拳道教程》林洪洞主编，北京广播学院出版社，2000.10。

（二）教学建议

建议采取多媒体课件教学及实践教学。

（三）教学方法与手段

注重培养学生的集体主义观念和职业道德，在课堂教学过程中，坚持技能训练和道德教育相结合，使之具有坚定的事业心，崇高的责任感，良好的思想作风。

教育学生正确的认识武术和艺术的关系，培养学生树立向生活学习，向社会学习的观念，不断深入生活，牢牢打下“生活就是艺术源泉”的烙印，在舞台上谱写精彩的人生辉煌。

坚持培养学生独立思考能力，培养集体意识和时间观念，万事从小事做起，引导学生发现问题，解决问题。

六、考核与评价

考试成绩采用百分制计分

网络课程作业完成情况计算分数，每项 25 分，共四项作业，满分 100 分。

七、有关说明

无

执笔人：张献科

审核人：朱寒潇

教研室主任（签字）：朱寒潇

院（系）部负责人（签字）：姚亚行

2021 年 3 月 12 日

《武术剧目 II》教学大纲

一、课程信息

课程名称	武术剧目 II	课程代码	01220089
课程类别	必修课	适用专业	民族传统体育专业
先修课程	陈式太极拳	后续课程	无
学时数	64 学时	开课院（系）部	武术教育系

二、课程的性质与作用

（一）课程的性质与作用

本课程是民族传统体育专业的专业课。本学期教学精选陈氏十九世嫡系传人陈小旺大师创编的《49 式陈式太极剑》的相应内容进行教学。针对我院学生的特殊性，经过学习武术剧目，对武术有更深一步的了解，也提高了武术文化的底蕴，拓宽武术知识。

（二）课程设计思路

将理论知识融入到实践当中，采用多媒体教学与实践教学相结合，传统与现代教学手段将结合，利用引导教学法、直观教学法，让学生多看、多练、多想，多悟，在实践中积累经验，在音乐中熏陶灵感，在学习中不断进步。

古人说：给一个人一条鱼，只能勉强满足他的一顿饭的需求，但是教给他一套捕鱼的方法，那就永远都能满足他一辈子的需求了。要教会学生学习方法。在本课的学法中，让学生采用“听、想、练、问、”的学习方法，发挥学生的主体地位，活跃课堂气氛，通过学生自主去尝试，互相对比，师生讨论，观察等方式培养学生的思考能力，观察能力和实践能力。

结合中国传统文化，利用当前社会流行的视频软件，引导学生自主设计剧情、设计动作、结合音乐进行剧目编排，传播中华武术和中国传统文化。

三、教学目标

（一）认知目标

使学生理解太极剑的基本技术原理和太极拳的技术特点，明确学习的目的性，掌握组合动作名称和顺序，及特点。提高学生对太极拳、剑的兴趣，并深入挖掘太极拳和太极剑中的养生和健康元素。

（二）技能目标

通过学生观察、模仿、相互交流、尝试练习，使学生领会每个动作的含义，做到路线清楚，手形、步形正确到位。初步学会太极剑合理的技术动作，使 80% 学生能独立完成动作。发展学生速度、灵敏、柔韧、协调等素质。

（三）情感目标

使学生能以积极认真的态度学习，在课堂上培养学生谦虚好学、团结协作、开拓创新的学习能力。培养崇尚武德的精神。

四、教学内容及要求

课程授课学时分配表

周次	教学内容			讲授学时	实践学时	小计
	教学模块	知识内容和要求	实践内容			
1	说课	了解课程的发展，了解课程的性质与任务。		2	2	4
2	复习并提高陈式精要十八式 1-6 式	复习掌握、提高陈式精要十八式 1-6 式	陈式精要十八式 1-6 式提高	0	4	4
3	复习并提高陈式精要十八式 7-12 式	复习掌握、提高陈式精要十八式 7-12 式	提高陈式精要十八式 7-12 式	0	4	4
4	复习并提高陈式精要十八式 13-18 式	复习掌握、提高陈式精要十八式 13-18 式	提高陈式精要十八式 13-18 式	0	4	4
5	49 式陈式太极剑太极剑起势、朝阳剑、仙人指路	学习 49 式陈式太极剑、太极剑起势、朝阳剑、仙人指路	太极剑起势、朝阳剑、仙人指路动作学习	0	4	4
6	49 式陈式太极剑青龙出水、护膝剑、闭门式	学习 49 式陈式太极剑，青龙出水、护膝剑、闭门式	青龙出水、护膝剑、闭门式动作学习	0	4	4
7	49 式陈式太极剑，青龙出水、翻身下劈剑、青龙转身、斜飞式	学习 49 式陈式太极剑，青龙出水、翻身下劈剑、青龙转身、斜飞式	青龙出水、翻身下劈剑、青龙转身、斜飞式学习	0	4	4
8	复习 49 式陈式太极剑第一段	49 式陈式太极剑第一段复习	第一段 复习	0	4	4

9	49 式陈式太极剑, 展翅点头、拨草寻蛇、金鸡独立、仙人指路	学习 49 式陈式太极剑 展翅点头、拨草寻蛇、 金鸡独立、仙人指路	展翅点头、拨草寻蛇、 金鸡独立、仙人指路动作学习	0		4
10	49 式陈式太极剑, 盖拦式、古树盘根、饿虎扑食	学习 49 式陈式太极剑 盖拦式、古树盘根、饿 虎扑食	盖拦式、古树盘根、 饿虎扑食动作学习	0	4	4
11	49 式陈式太极剑, 青龙摆尾、倒卷肱、野马跳涧、白蛇吐信	学习 49 式陈式太极剑 青龙摆尾、倒卷肱、野 马跳涧、白蛇吐信	青龙摆尾、倒卷肱、 野马跳涧、白蛇吐 信动作学习	0	4	4
12	复习 49 式陈式太极剑第二段	49 式陈式太极剑第二 段复习	第二段复习	0	4	4
13	复习 49 式陈式太极剑前两段	49 式陈式太极剑前两 段复习	前两段复习	0	4	4
14	49 式陈式太极剑 乌龙摆尾、钟魁仗剑、罗汉降龙、黑熊翻背	学习 49 式陈式太极剑, 乌龙摆尾、钟魁仗剑、 罗汉降龙、黑熊翻背	乌龙摆尾、钟魁仗 剑、罗汉降龙、黑 熊翻背动作学习	0	4	4
15	49 式陈式太极剑 燕子啄泥、白蛇吐信、斜飞式、鹰熊斗智	学习 49 式陈式太极剑 燕子啄泥、白蛇吐信、 斜飞式、鹰熊斗智	燕子啄泥、白蛇吐 信、鹰熊斗智动作 学习	0	4	4
16	复习 49 式陈式太极剑第三段	49 式陈式太极剑第三 段复习	第三段复习	0	4	4
合 计				2	62	64

五、课程实施建议

(一) 教材建议

参考教材:《49 式陈式太极剑》, 陈正雷主编, 人民体育出版社。

(二) 教学建议

建议采取理论加实践教学。

(三) 教学方法与手段

根据人体动作技能形成的规律, 结合学生的实际情况, 遵循自觉性、积极性和循序渐进原则, 主要采用:

1. 启发式教学法:

通过语言、动作激发学生的学习兴趣，启发学生积极思考，创新能力。

2. 讲解示范法：

通过精练适度的语言讲解，使学生获得正确的动作概念；以优美的示范，利于学生模仿正确技术。

3. 纠正错误法：

由于学生间的个体差异，完成练习的情况各有不同，通过纠正获得正确动作的，提高学习的信心。

4. 循序渐进法：

在教学过程中，做到由浅入深，由易到难，使学生更容易掌握动作。

5. 评价法：

通过评价发现问题，解决问题，进一步激发学生的学习兴趣。

六、考核与评价

考试成绩采用百分制计分。平时成绩(考勤 20%+课堂表现 10%)30%+专项理论(占 10%)+实践技能成绩 60%。

1. 平时成绩：占总分 30%。

2. 理论考试：占总分 10%。

3. 实践技能：占总分 60%。

七、有关说明

1. 室内练功房，地毯，镜子。

2. 多媒体教学设备一套、摄影机一台，用于观看教学材料。

3. 本大纲适用于五年制、三年制的民族传统体育专业全体学生。

执笔人：王阳阳

审核人：姚亚行

教研室主任（签字）：姜丙刚

院长（系、部主任）（签字）：姚亚行

2021 年 3 月 12 日