

《大学体育·舞龙》课程标准

一、课程基本信息

课程名称：大学体育·舞龙

课程类别：机电一体化技术专业必修

学时：32 学时

课程承担单位：军事体育部

开课专业：机电一体化技术专业

开设学期：第三学期 学分：2 学分

二、课程简介

舞龙运动课程的开展是对“全国百校龙狮进课堂”推广计划的有力支持，它对传承和弘扬中华民族传统文化，丰富校园文化生活，促进学生与社会的交流等都具有重要的作用。在新课标的思想指导下，把开展民俗传统项目——“舞龙”引入到课堂教学，本课程系统地介绍舞龙起源发展、舞龙传统文化，实践部分介绍了舞龙基本动作技术，组合动作，成套动作的编排，竞赛和组织，较好地契合课程培养的目标。通过形式多样的教学手段、丰富多彩的活动内容，全面发展身体素质、增强学生体质、培养学生坚持锻炼的习惯和终身体育意识，教育和引导学生树立正确的人生观和价值观，增强民族自信心和自豪感。

三、课程教学任务和目的

（一）发展学生的身体素质，促进其生理、心理、机能水平的提高。

(二) 掌握舞龙运动的基本知识、价值、精神与内涵，基本动作和组合动作技术。

(三) 了解舞龙的简单规则、术语，懂得舞龙运动对大学生体质的有利影响，提高对舞龙运动的兴趣。

(四) 掌握舞龙运动技能，养成良好的舞龙健身习惯。

(五) 落实立德树人，培养学生集体主义精神和团队合作、勇敢顽强、吃苦耐劳的意志品质。

四、教学基本要求

1. 掌握舞龙基本动作技术。
2. 熟练掌握基本动作要领和动作组合路线。
3. 小组合作完成套路，成为体育锻炼的一种方法。

五、课程教学内容与学时分配



六、教学环境要求及主要教学手段方法

（一）教学环境要求

体育馆、龙、辅助器材

（二）主要教学手段及教学方法

1. 根据舞龙项目的特殊性课中主要采用集体教学和分组教学、个别教学的形式因材施教，主要利用讲解示范、任务驱动、纠错法、竞赛展示的教法；学生主要以模仿、小组合作法、自主学习法。

2. 信息化手段运用

（1）借助智慧课堂、QQ群推送课前任务（图片、视频等），将难理解的舞龙动作技术问题清晰化、详细化，突出学习重点和难点，帮助学生提高学习效率；

（2）利用运动传感器解决动作配合的协调性和连贯性，借助课堂摄像抓拍和录制学生动作，解决提高学生动作的准确性；

七、课程考核评价方式及能力考核标准

课程评价采用过程性评价与终结性评价相结合、教师评价与学生评价相结合的多元评价方式，给学生以积极正面的评价。在评价内容上将平时表现、技术考核和能力考核相结合，充分调动学生学习的积极性，体现学生的综合能力水平。

（一）课程考核评价方式及成绩构成

本课程考核方式采用多元分层评价方式，线上线下成绩相结合。

成绩评定=舞龙专项考核（60%）+自主锻炼考核（20%）+平时表现（20%）

其中自主锻炼考核（20%）：（1）课前完成练习 5%（2）课后教师

根据教学内容的要求通过微信等平台布置的舞龙练习及身体素质练习,学生按照视频进行锻炼依据锻炼图片及视频记录进行打分占15%,鼓励性加分:参加舞龙社会实践或龙狮社团。

平时表现部分(20%)主要有课堂考核得出。

考试成绩占 60%		平时成绩占 40%			得分
舞龙专项考核 (60%)		平时表现 (20%)	自主锻炼考核 (20%)		
					100
					90
					80
					70
					60
					50

(二) 舞龙专项能力考核标准

项目	标 准			
	80—100	60—79	1—59	0
舞龙 套路 (达 标结 合技 评)	动作正确、熟练, 符合规格要求; 运劲顺达、连贯 圆活;意识集中、 精神饱满、神态 自然,速度适中。	动作较正确, 基本符合规 格要求;运劲 基本顺达;意 识尚集中、神 态自然,速度 略快。	动作有明显 错误,运劲 不连贯,意 识不够集 中,速度过 快。	不能有效并完 整完成全部套 路。

八、课程主要参考书

1. 吕韶军. 舞龙运动教程[M]. 北京:北京体育大学出版社, 2012
2. 王斌. 《大学体育与健康教程》. 西安电子科技大学出版社. 2018

九、其他说明