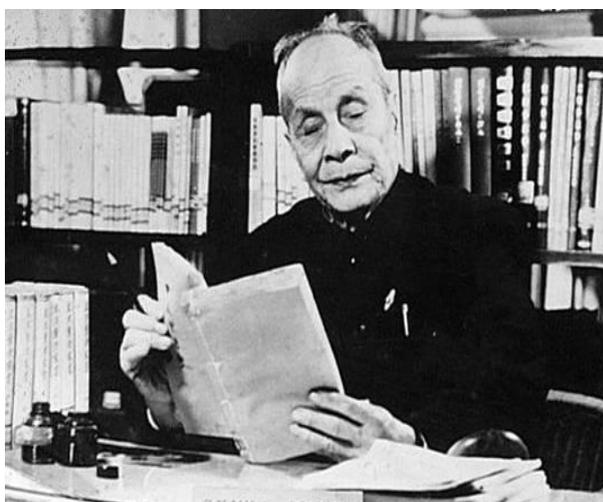


# 2020 级体育教育专业学生武术专项简介

## 1. 历史渊源

成都体育学院武术系成立至今已有50余年历史。上个世纪50年代，在我国著名武术家、中医骨伤科专家、原中国武术协会主席郑怀贤先生主持下创建，先后拥有一批全国知名的武术名家，如著名武术家王树田、一代猴王肖应鹏、绵拳名家兰素贞、旋子转体第一人郭洪海等，他们各有所长、技艺精湛。经典套路有“查拳”、“猴拳”、“八卦龙形剑”、“八卦散手刀”、“对擒拿”、“空手夺枪”、“三人对棍”等等。名家汇集的成都体育学院武术系赢得了社会广泛的赞誉，曾被前国务院副总理贺龙元帅赞誉为“成都体院两支花”之一。



郑怀贤（1897.9~1981.10）

武术系所辖民族传统体育专业（原武术专业）是我院最早建设、且最为成熟的专业之一。主要培养能从事武术、传统体育养生及民族民间体育工作的高级专门人才。2016年4月，“郑怀贤武学研究所”在成都体育学院揭牌成立，此后将进一步挖掘和弘扬以郑怀贤为代表的老一辈武术家的武学思想和技术体系。

## 2. 课程简介

专修项目课程名称为：武术专项教学理论与实践，共 432 学时。

课程教学内容有：长拳、南拳、太极拳、太极剑、刀术、棍术、剑术、枪术、传统拳术、传统器械以及基础套路和段位套路等，兼顾竞赛套路和名家经典套路，凸显校本特色（郑怀贤武学）与地域特色（峨眉武术）。



课程目标要求：熟练掌握一套拳术和一套器械，形成个人的特长项目；具备武术套路专项运动训练与教学能力、竞赛组织与裁判工作能力、分析解决问题的能力；并达到武术套路国家二级

运动员技术水平、中国武术段位四段标准和国家二级裁判员等级标准，为从事武术套路专项教学、训练、裁判、指导与管理工打下良好的基础。

### **3. 师资力量**

现有教授 2 人，副教授 6 人，讲师 4 人，助教 1 人；其中，国际级和国家级裁判 10 人。

### **4. 就业方向**

武术套路专修学生就业主要集中在：大中小学武术教师、俱乐部教练、影视武打演员及动作指导，武术教育培训机构、各地区武术协会等等。

武术学院套路系

2020 年 09 月 08 日

# 2020 级体育教育专业武术专修遴选办法

## 一、考核指标及所占分值

类别	专项素质			专项技术
测试指标	立定跳远	正踢腿	立位体前屈	拳术或器械动作组合
分值	20分	20分	20分	40分

## 二、考核方法与评分标准

### (一) 专项素质

#### 1. 立定跳远

(1) 考核方法：考生两脚原地站立起跳，不能有预跳或踩线，以身体任何部位着地最近点为测量点，每人测试 2 次，取最好成绩。

(2) 评分标准：见表 1-1，表 1-2。

表1-1 立定跳远评分表（男）

分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)
20.0	300	16.0	280	12.0	260	8.0	240
19.8	299	15.8	279	11.8	259	7.8	239
19.6	298	15.6	278	11.6	258	7.6	238
19.4	297	15.4	277	11.4	257	7.4	237
19.2	296	15.2	276	11.2	256	7.2	236
19.0	295	15.0	275	11.0	255	7.0	235
18.8	294	14.8	274	10.8	254	6.8	234
18.6	293	14.6	273	10.6	253	6.6	233
18.4	292	14.4	272	10.4	252	6.4	232
18.2	291	14.2	271	10.2	251	6.2	231
18.0	290	14.0	270	10.0	250	6.0	230
17.8	289	13.8	269	9.8	249	5.8	229
17.6	288	13.6	268	9.6	248	5.6	228
17.4	287	13.4	267	9.4	247	5.4	227
17.2	286	13.2	266	9.2	246	5.0	225

17.0	285	13.0	265	9.0	245	4.8	224
16.8	284	12.8	264	8.8	244	4.6	223
16.6	283	12.6	263	8.6	243	4.4	222
16.4	282	12.4	262	8.4	242	4.2	221
16.2	281	12.2	261	8.2	241	4.0	220

表1-2 立定跳远评分表（女）

分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)	分值	成绩 (厘米)
20.0	240	15.8	219	11.6	198	7.4	177
19.8	239	15.6	218	11.4	197	7.2	176
19.6	238	15.4	217	11.2	196	7.0	175
19.4	237	15.2	216	11.0	195	6.8	174
19.2	236	15.0	215	10.8	194	6.6	173
19.0	235	14.8	214	10.6	193	6.4	172
18.8	234	14.6	213	10.4	192	6.2	171
18.6	233	14.4	212	10.2	191	6.0	170
18.4	232	14.2	211	10.0	190	5.8	169
18.2	231	14.0	210	9.8	189	5.6	168
18.0	230	13.8	209	9.6	188	5.4	167
17.8	229	13.6	208	9.4	187	5.2	166
17.6	228	13.4	207	9.2	186	5.0	165
17.4	227	13.2	206	9.0	185	4.8	164
17.2	226	13.0	205	8.8	184	4.6	163
17.0	225	12.8	204	8.6	183	4.4	162
16.8	224	12.6	203	8.4	182	4.2	161
16.6	223	12.4	202	8.2	181	4.0	160
16.4	222	12.2	201	8.0	180	—	—
16.2	221	12.0	200	7.8	179	—	—
16.0	220	11.8	199	7.6	178	—	—

## 2. 悬垂举腿

(1) 考核方法：行进间正踢腿，连续完成 10 次正踢腿。

(2) 评分标准：分值为 20 分，实行减分制。按规格要求连续完成 10 个，每少 1 个扣 2 分，中途停顿 2 秒扣 0.2 分。

## 3. 立位体前屈

(1) 考核方法：受试者两腿伸直，两脚分开约 10 厘米，上体前屈，两臂伸直，两手向地面下按，成绩计算以静止状态为准，

保留小数点后一位数。

(2) 评分标准：男、女标准相同，见表 1-3。

表1-3 立位体前屈评分表

分值	标准
19~20	两手全手掌触到地面
17~18	两手握拳触到地面
15~16	两手指尖触到地面
13~14	两手指尖触到踝关节
11~12	两手指尖触到踝关节以上10CM
9~10	两手指尖触到踝关节以上20CM
6~8	两手指尖触到踝关节以上30CM

#### 4、拳术或器械动作组合

(1) 考核方法：考生任选一个拳种的拳术或器械动作组合进行测试，占 40 分。要求按照规定的时间在 8×14 米的场地上完成套路。完成套路时间：不少于 20 秒钟。

(2) 评分标准：参照武术动作组合评分细则执行（见表 1-4），按 10 分制打分，所打分数至多可到小数点后 1 位，然后进行换算。

表1-4 武术动作组合评分细则

等级（分值范围）	评价标准
优（10 ~ 8.6 分）	动作姿势规范、方法运用合理、技术熟练、节奏分明、协调流畅、劲力充足、风格突出。
良（8.5 ~ 7.6 分）	动作姿势较规范、方法运用较合理、技术较熟练、节奏处理较好、动作较流畅、劲力较充足、风格较突出。
中（7.5 ~ 6 分）	动作姿势基本规范、方法运用基本合理、动作流畅性、劲力、节奏、风格一般。
差（6 分以下）	动作姿势不规范、方法运用不合理、技术不熟练程、节奏、动作协调性、劲力、拳种风格特点不突出。