

附件 7

太极文化一学期研修生培养方案

一、 入学要求

有一定汉语基础，热爱太极拳和中国武术文化的外籍人士。

二、 研修时间

2017 年 09 月或 2018 年 3 月入学，为期 5 个月

三、 培养目标

本专业培养能从事太极拳比赛、教学与训练的专门人才。学习者在完成学业后，将具太极拳方面的系统知识，具有较高的太极拳套路表演、竞赛能力，具备一定的汉语交流能力，可以从事太极拳教学、训练及表演等方面的工作，并有继续从事太极拳专业更高水平深造的能力。

四、 课程结构

5 个月的太极文化研修课程共计 600 学时，课程模块和学时分配如下：

类别	课程属性	课程	内容简介	课时
学科基础	汉语语言要素	初级汉语听说	掌握汉语声韵调、音变等语音特点以及汉语普通话训练，训练学员日常交际	30
		初级汉语读写	通过快速阅读、精读等多种方式提高阅读汉语短文的能力，与阅读相结合，引入相关话题，讲授写作技巧	30
	相关学科基础	中国武术史	讲授中国武术的发展史和流变过程	10
		太极文化概论	讲授太极文化及功能价值	10
专业方向	太极拳教学	太极拳基本动作与技术	掌握太极拳的基本动作和基本技术	20
		42 式太极拳	掌握 42 式规定太极拳套路及教学训练方法	80
		杨式太极拳	掌握杨式太极拳规定规定套路及教学训练方法	80
		陈式太极拳	掌握陈式太极拳国际规定套路（第三套）及教学训练方法	80

	太极剑教学	太极剑基本动作与技术	掌握太极剑的基本动作与技术	20
		32式太极剑	掌握32式规定太极剑套路及教学训练方法	80
选修课程	武术与中医	武术基本功	中国武术基本功的练习方法	30
		健身气功	健身气功的原理与方法	30
		武术传统套路	传统武术的教学与训练	30
		中医理论	中医理论与实践	30
社会实践	示范与体验教学	观摩教学	观摩武术教学示范课，总结、掌握武术的教学与训练方法	10
		比赛与交流	组织研修班进行教学比赛和社会交流	10