



Y3706168

分类号 _____

U D C _____

学 号 MZ120180572

密 级 _____



扬州大学

YANGZHOU UNIVERSITY

硕士学位论文

(全日制专业学位)

江苏省高校舞龙舞狮运动的教学实践研究

学 院 : 体育学院

专 业 学 位 类 别 : 全日制专业硕士

专 业 学 位 领 域 : 体育教学

研 究 生 : 刘 通

校 内 指 导 教 师 : 张银行 副教授

校 外 指 导 教 师 : 沈 菁

答 辩 委 员 会 主 席 : 戴俊教授

答 辩 日 期 : 2020年6月6日



The Teaching and Practice of Dragon and Lion Dance in Colleges and Universities in Jiangsu

A dissertation submitted to
Yangzhou University
in partial fulfillment of the requirements
for the degree of
Full-time professional master

By
Tong Liu
Supervisor: Prof. Yinhang Zhang
Co-supervisor: Prof. Yinhang Zhang
Full-time professional master

June 2020

扬州大学学位论文原创性声明和版权使用授权书

学位论文原创性声明

本人声明：所呈交的学位论文是在导师指导下独立进行研究工作所取得的研究成果。除文中已经标明引用的内容外，本论文不包含其他个人或集体已经发表的研究成果。对本文的研究做出贡献的个人和集体，均已在文中以明确方式标明。本声明的法律结果由本人承担。

作者签名：

签字日期：2020年6月21日

学位论文版权使用授权书

本人完全了解学校有关保留、使用学位论文的规定，即：学校有权保留并向国家有关部门或机构送交学位论文的复印件和电子文档，允许论文被查阅和借阅。本人授权扬州大学可以将学位论文的全部或部分内容编入有关数据库进行检索，可以采用影印、缩印或扫描等复制手段保存、汇编学位论文。同时授权中国科学技术信息研究所将本学位论文收录到《中国学位论文全文数据库》，并通过网络向社会公众提供信息服务。

本学位论文属于（请在以下相应方框内打“√”）：

1、保密□，在____年解密后适用本授权书。

2、不保密☒。

作者签名： 导师签名：

签字日期：2020年6月21日 签字日期：2020年6月21日

摘 要

中国是舞龙舞狮运动的发源地，舞龙舞狮作为我国传统文化宝库中富有民族特色、历史印记、节日庆典等文化统一体的杰出代表，在新时代下的中国又给予了其学科建设、竞赛夺标、文化传承等新的使命。相对于成熟的竞技体育运动项目而言，舞龙舞狮刚刚起步，但却日现勃勃之势，泱泱之象。从“文化自信”的角度审视，传承与发展龙狮运动势在必行，而高校是龙狮运动的重要传承场域。高校舞龙舞狮的教学实践研究具有开拓龙狮文化的传播途径、丰富高校校园体育文化、推动高校学科建设、增进教学经验的交流、理论联系实践的指导等研究意义。鉴于江苏省舞龙舞狮运动近年取得的优异成绩，江苏省高校舞龙舞狮的教学实践具有一般性参照意义。

综合运用文献资料法、田野调查法、专家访谈法、问卷调查法、逻辑分析法、数理统计法等研究方法，以江苏省为案例，对我国高校舞龙舞狮运动的教学实践展开研究。**研究结果显示：**

（1）江苏省高校舞龙舞狮运动发展趋势良好，舞龙舞狮运动教学实践开展模式为运动队、社团和专业课三结合。其中，教学实践对象主要面向运动队队员。

（2）江苏省高校龙狮项目舞龙运动水平较高，其次是北狮运动，南狮运动刚刚起步。

（3）随着江苏省地方所承办的赛事增加，江苏省高校舞龙舞狮运动队伍的参赛率也逐步上升。并呈现项目多元化、注重团体总分、赛事经验丰富、参与度高和技术水平飞速增长等特点。

（4）江苏省高校舞龙舞狮运动主要以自选套路为主，主要含龙狮的基本舞法技术、身形步法、难度动作、套路编排和配乐，尤其是自选套路中的高难度动作往往代表着一支队伍的水平，这些构成了舞龙舞狮运动教学实践的重点。

基于以上研究结果，遂提出如下建议：

（1）江苏省高校舞龙舞狮运动发展应以运动队为主，运动项目应该齐头并进，以达到舞龙舞狮项目在高校中开展的项目全面性。

（2）高校应根据本校情况适当开展南狮运动，无南狮基础的高校可从南狮鼓乐入手，进而到南狮传统套路的教学实践。

（3）高校舞龙舞狮以竞技龙狮为主，高校舞龙舞狮运动队应多参加比赛，

增加赛场经验和从比赛结果获知队伍水平，为下一步教学实践提供参考。

（4）高校应该大力发展舞龙舞狮社团，挖掘当地传统龙狮形式与技术并带动普及舞龙舞狮文化。

（5）高校舞龙舞狮运动队应该注重队员选拔，项目人员分配的合理性也是竞赛决胜关键。

（6）舞龙舞狮套路应注重基本舞法技术、身形步法、难度动作、套路编排和配乐的统筹兼顾。

关键词：舞龙舞狮；高校；民族传统体育；教学实践

Abstract

China is the birthplace of the dragon and lion dance. As an outstanding representative of the cultural unity of national characteristics, historical marks and festivals in the treasure house of Chinese traditional culture, the dragon and lion dance has given China new missions of discipline construction, competition winning and cultural inheritance. Compared with the mature competitive sports, the dragon and lion dance has just started, but it is a great elephant. From the perspective of "cultural self-confidence", it is inevitable to carry forward and develop the dragon-lion movement, and universities are an important field to carry forward the dragon-lion movement. The research on the teaching and practice of dragon and lion dance in colleges and universities has the research significance of developing the transmission way of dragon and lion culture, enriching the campus sports culture, promoting the discipline construction of colleges and universities, enhancing the exchange of teaching experience, and guiding the theory to practice. In view of the outstanding achievements of dragon and lion dance in jiangsu province in recent years, the teaching and practice of dragon and lion dance in universities in jiangsu province is of general reference significance.

This paper studies the teaching and practice of dragon and lion dance in colleges and universities in China by taking jiangsu province as a case by means of literature review, field survey, expert interview, questionnaire survey, logical analysis and mathematical statistics. **The results show that:**

(1) the development trend of dragon and lion dance in colleges and universities in jiangsu province is good. The teaching practice mode of dragon and lion dance is the combination of sports teams, associations and specialized courses. Among them, the teaching practice object mainly faces the sports team member.

(2) the dragon and lion project of jiangsu university has a high level of dragon dance, followed by the northern lion movement, and the southern lion movement just started.

(3) with the increase of competitions hosted by local authorities in jiangsu province, the participation rate of dragon and lion dance teams in colleges and universities in jiangsu province also increases gradually. It also features diversified projects, emphasis on the total score of the team, rich experience in the competition, high participation and rapid growth of the technical level.

(4) the dragon dance lion dance sport in colleges and universities in jiangsu province are mainly composed of voluntary routines, mainly contain the dragon-lion dance basic technique, his footwork, difficulty movement, routine choreography and music, especially in the routine acrobatic moves often represents the level of a team, these constitute the focus of the teaching and practice the dragon dance lion dance movement.

Based on the above research results, the following Suggestions are put forward:

(1) the development of dragon and lion dance in colleges and universities in jiangsu province should be dominated by sports teams, and the sports items should go hand in hand to achieve the comprehensiveness of dragon and lion dance in colleges and universities.

(2) colleges and universities should carry out the southern lion movement appropriately according to the situation of the school. Colleges and universities without the foundation of southern lion can start from the southern lion drum music, and then to the teaching practice of traditional southern lion routine.

(3) university dragon and lion dance is mainly competitive dragon and lion dance. The university dragon and lion dance teams should take part in more competitions to increase the experience of the competition and learn the level of the team from the competition results, so as to provide reference for the next teaching practice.

(4) colleges and universities should make great efforts to develop dragon and lion dance clubs, explore the local traditional dragon and lion forms and technologies, and promote the popularization of dragon and lion dance culture.

(5) college dragon and lion dance teams should pay attention to the selection of team members, and the rationality of project personnel allocation is also the key to the

competition.

(6) dragon and lion dance routines should pay attention to the basic dance techniques, body and foot movements, difficulty movements, routine arrangement and music.

Key words :Dragon and lion dances;Colleges and universities; National traditional sports; Teaching practice

目 录

摘 要.....	I
Abstract.....	III
第1章 绪 论.....	1
1.1 选题依据.....	1
1.1.1 论文选题的职业背景.....	1
1.1.2 论文选题的应用价值.....	4
1.1.3 创新之处.....	5
1.2 研究目的.....	5
1.3 研究意义.....	6
1.3.1 开拓龙狮文化的传播途径.....	6
1.3.2 丰富高校校园体育文化.....	6
1.3.3 推动高校学科建设.....	6
1.3.4 增进教学经验的交流.....	7
1.3.5 理论联系实践的指导意义.....	7
1.4 拟解决的关键问题.....	7
第2章 文献综述.....	9
2.1 我国高校舞龙舞狮运动发展研究.....	10
2.2 我国高校舞龙舞狮运动开展研究.....	11
2.3 我国高校舞龙舞狮运动竞赛研究.....	13
2.4 我国高校舞龙舞狮运动功能与价值研究.....	14
2.5 我国高校龙狮运动课程建设研究.....	16
2.6 我国高校舞龙舞狮运动的教学实践研究.....	18
2.7 我国高校舞龙舞狮运动参考教材研究.....	19
第3章 研究对象、方法与流程.....	21
3.1 研究对象.....	21
3.2 研究方法.....	21
第4章 研究结果与分析.....	25
4.1 相关概念.....	25
(1) 舞龙运动.....	25
(2) 舞狮运动.....	26
(3) 高校体育教学.....	26

(4) 民族传统体育.....	27
4.2 江苏省高校舞龙舞狮运动教学开展情况的调查与分析.....	28
4.2.1 江苏省高校舞龙舞狮运动队伍建设情况与分析.....	28
4.2.2 江苏省高校舞龙舞狮项目开展模式调查与分析.....	32
4.3 江苏省高校舞龙舞狮运动教学成果调查与分析.....	34
4.3.1 江苏省高校舞龙舞狮运动竞赛成果调查与分析.....	34
4.3.2 江苏省高校龙狮项目社团教学实践成果调查与分析.....	38
4.4 高校舞龙舞狮运动的教学实践方法探究.....	40
4.4.1 高校舞龙舞狮运动项目选择分析.....	40
4.4.2 舞龙舞狮运动主项的教学实践方法探究.....	45
4.5 高校舞龙舞狮运动教学的组织与实施.....	48
4.5.1 高校舞龙舞狮运动教学文件的撰写.....	49
4.5.2 高校舞龙舞狮运动教学的组织.....	50
第5章 结论与建议.....	52
5.1 结论.....	52
5.2 建议.....	53
参考文献:	55
附 录.....	58
致 谢.....	86

传承性于一身的民族传统体育更是焕发着绚烂的光彩,其中舞龙舞狮运动以其庞大的群众基础从中脱颖而出。

1.1.1.2 社会主义意识形态建设力度日益提升

新时代,面对思想观念的日益多样化和西方文化的强势渗透,坚持和发展中国特色社会主义,需要不断加强社会主义意识形态建设。高校是青年的聚集地,新一代青年象征着中国旺盛的生命力,高校又是传统文化和先进思想交织的圣地,民族传统体育的兴盛,可以很大程度上增强文化自信,加强高校意识形态建设。

在高校中目前西方体育仍然作为“主要战场”,亦或者说是高校体育中的第一要义。一些奥运项目还是居于主导地位,属于我国特有的民族传统体育呈现式微之态。在习近平新时代中国特色社会主义思想领导下,增强社会主义意识形态建设成为必然。高校中发展民族传统体育能很好的实现学生的民族认同、增强民族凝聚力,助力民族复兴。跟随习近平同志“建设具有强大凝聚力和引领力的社会主义意识形态”,包括舞龙舞狮在内的民族传统体育将在高校这一思想高地绽放出新的辉煌,为实现中华民族伟大复兴贡献力量。

1.1.1.3 舞龙舞狮运动从民间走出并逐步规范化

中国是龙狮运动的发源地,舞龙舞狮作为我国传统文化宝库中富有民族特色、历史印记、节日庆典等文化统一体的杰出代表,在新时代下的中国又给予了其学科建设、竞赛夺标等新的使命。将这一民间的运动体系更加的规范化,具有竞技性质的赛场赋予了其快速发展的平台。1995年,中国龙狮运动协会正式成立,标志着舞龙舞狮作为一项正式的体育运动项目展现在世人面前。规范化是将民族传统体育引进更高平台的有利手段,舞龙舞狮的规范化教学、竞赛是引进高校的基础,高校又是龙狮项目更好发展的探索平台,两者相辅相成。

早在1992年国家体委进行的全国舞龙挖整工作,并根据挖整结果很多雏形沿用至今。工作后基本上确定了以九节龙为模式的舞龙竞赛形态,整理出“动态类”、“连接类”、“静态类”三种基本舞龙技法。1994年在福建省福州市佐海公园举行了“94佐海杯全国舞龙调赛”,这是对龙狮运动竞赛项目发展的最初的探索。通过比赛,对舞龙运动竞赛规则进行修改,1995年,原国家体委将其列入正式比赛项目,并批准成立“中国龙狮运动协会”。进而1995年,在北京颐和园

成功地举办了第一届全国舞龙比赛，龙狮项目规范的进入赛场化拉开序幕。2001年在四川双流进行了舞龙运动竞赛规则的修订，针对舞龙技术体系进行研讨，确定了“8字舞龙动作类”、“游龙动作类”、“穿腾动作类”、“翻滚动作类”、“组图造型动作类”五大类别。从2001年至今，这些分类一直作为现代教学、套路创编、赛场评分的重要依据，并在不断的优化调整。2004年中国龙狮运动协会在北京体育大学设立了龙狮运动培训基地，标志着龙狮运动市场规范化的开端。

舞龙舞狮运动的规范化是开展教学的前提条件。只有舞龙舞狮项目逐步规范，在不断调整运动规律与方式方法中，才能探索适合于舞龙舞狮运动的教学方法。本研究系在舞龙舞狮运动这一项目至今发展已经趋近于完备的状态下，进行合理的科学研究。综合江苏省龙狮项目已经发展成熟的高校，运用文献资料法与访谈法纵观其教学方法，对教学方法进行整合研究，并提出建议。

1.1.1.4 高校成为舞龙舞狮运动发展的最佳场所

高校作为传播与传承文化最正规的场所，舞龙舞狮进校园是对其科学化、规范化、多样化最有力的改造条件。1997年，北京体育大学创建我国第一个高校舞龙队，这标志着龙狮项目在高校探索并发展的开端。随后舞龙舞狮运动跟随各大比赛的涌现，在群众体育行列中高校队伍始终焕发着年轻的力量。2003年在中南大学成功举办了首届中国大学生舞龙舞狮锦标赛，拉开了我国高校舞龙舞狮运动普及的序幕。

现在全国各大高校都已经开展舞龙舞狮运动，存在形式有课程安排、运动队训练、社团组织等。在校园文化建设中，舞龙舞狮以其独特的传统与文化涵盖游刃于各种活动之中。校园大型文艺演出、各大活动开幕式以及联系校外演出活动，都为舞龙舞狮提供了强有力的平台。这也使得舞龙舞狮运动成为社会效益与经济效益双重丰收的手段，并解决一部分校园龙狮项目开展的经费问题。舞龙舞狮运动甚至成为一些高校的王牌项目，舞龙舞狮项目一度成为高校体育建设的一张名片。例如南京理工大学、湖南师范大学、湖南农业大学等等，他们起步早、技术高，教练员经验丰富，在全国乃至国际赛场上成为佼佼者，这也印证了龙狮项目在高校中开阔的市场与时机。

舞龙舞狮这项运动在高校中经过二十多年的探索与创新，随着时间的推移和龙狮项目的不断发展，教学方式与方法也在不断的改革与完善。本研究跟随龙狮

项目在高校的发展规律,按照时代发展脉络,研究出适合于现代舞龙舞狮运动教学的手段与方法,为高校龙狮项目教学发展提供理论参照。

1.1.2 论文选题的应用价值

本论文以江苏省高校舞龙舞狮教学开展现状为出发点,顺应时代的发展统筹最先进的龙狮教学模式,研究适合高校舞龙舞狮的教学方法与内容,具有以下理论与实际应用价值。

1.1.2.1 理论价值

(1) 教学的质量是决定一个项目能否在高校科学发展的关键,无论从教学的内容,抑或是教学的方式、方法,都和教学的效果息息相关。中国龙狮运动在不断的不断发展中,从民间走向高校,必定是一个教学摸索与改进的过程。在诸多关于中国龙狮运动的研究中,多以分析龙狮运动发展现状与对策研究,而对于教学体系的“硬件”研究相对较少。本研究旨在把握高校舞龙舞狮教学的方式、方法与内容,为舞龙舞狮运动在高校科学化、规范化、高水平化提供理论参照。

(2) 研究高校舞龙舞狮运动的教学,是为了龙狮项目在高校更好的发展。教学质量的提升,有利于学校龙狮运动整体水平的提高,更有效的丰富校园体育文化,并能促进高校之间教学交流。综合专家访谈以及实际操作研究,研究适用于当代大学生的龙狮运动教学方法与内容,并希望能有效的指导高校龙狮项目的开展,揭示教学质量在高校龙狮运动中的实际价值和理论意义。

(3) 教学方式、方法与内容等等与龙狮技术实际操作相互影响、相互调和。教中有练,练中有学,是教学相长的过程,在教学中发现不足并改进。

1.1.2.2 实际应用价值

(1) 研究高校舞龙舞狮运动的教学,目的在于将高校龙狮运动更加的科学化、规范化、多元化,不仅能加强龙狮运动的学科建设,更为舞龙舞狮运动教学实践提供理论参照。

(2) 本研究以高校舞龙舞狮运动的教学体系为主题,并选取龙狮发展迅速的江苏省内各大高校为例。其中以扬州大学、南京理工大学、南京工业大学、江苏师范大学、南京邮电大学、徐州工程学院、江苏理工学院、扬州工业职业技术学院、江苏建筑职业技术学院、江阴职业技术学院等十所具有代表性的舞龙舞狮

传统校为重点考察对象。对高校舞龙舞狮项目教学具有权威性专家进行访谈,对其开设的课程与训练安排,上课方式方法等进行阶段性研究。围绕高校舞龙舞狮运动如何开展?怎样开展?教学重点以及培养方向等展开讨论,试图探究出一种至多种高校龙狮运动教学体系。这对推动中国龙狮运动发展,具有重要的理论意义与学术价值,对高校更好的开展龙狮运动有一定的意义。

(3) 在国内相关研究中,高校舞龙舞狮运动发展现状与对策研究颇多,对直接地进行高校舞龙舞狮教学研究较少。通过本次研究,在发展现状与对策的基础上,希望可以给予从事高校龙狮项目的工作者以教学理论依据,并启发更多学者对于教与学的更深入探索与研究。

1.1.3 创新之处

(1) **项目发展:** 以舞龙舞狮运动的教学为主要研究方向,立足高校龙狮运动,整合传统和现代教学方法与模式开拓创新,在舞龙舞狮运动高速发展之际为项目优化提供理论参考。

(2) **立足传统:** 挖掘优秀民族传统体育宝库,以舞龙舞狮为研究点,为民族传统体育发展贡献力量。

(3) **内容创新:** 直接以教学入手,研究体系客观,经验性总结与探索性研究相结合,科学、系统地分析舞龙舞狮运动的教学现状,研究传统舞龙舞狮运动在高校中技术的保留与创新,由江苏而全国,丰富我国高校舞龙舞狮运动的教学体系。

1.2 研究目的

以江苏省高校舞龙舞狮运动教学的开展现状、开展模式、方式方法与评价等为切入点,深入探访江苏省开设舞龙舞狮运动具有代表性的高校,并观察研究其教学体系,结合现代中国龙狮运动发展方向,系统分析舞龙舞狮运动在高校中教学方面的问题,揭示适合于高校舞龙舞狮运动的教学规律,提出有关教学等方面的建议,从而推动舞龙舞狮运动在高校科学、规范、有效地开展,为中国龙狮运

动发展提供一己之力。

1.3 研究意义

1.3.1 开拓龙狮文化的传播途径

龙狮运动是一项既古老而又年轻的综合运动体系,它一方面承载着千百年来民间民俗文化,另一方面现代的竞赛化形式又使得它散发出新的魅力。作为一种集传统性、民族性、竞技性、观赏性等于一身的优秀民族传统体育项目,在高校中更好的开展是对其技术传承与发展的最佳场所,大学生的年轻力量实为传播龙狮文化的有效力量。

1.3.2 丰富高校校园体育文化

校园体育文化建设作为高校校园文化建设中必不可少的一部分,在西方体育“占领”高校体育高地的背景下,民族传统体育呈现式微状态。舞龙舞狮运动不仅是传统文化的代表之一,又是民族传统体育内容中重要的一笔。舞龙舞狮课堂的提升,势必增加民族传统体育影响力。龙狮教学中文化介绍是必不可少的一部分,舞龙舞狮项目在高校的蓬勃发展,带动了校园对于传统体育文化的高度自信,也促进了民族传统体育在高校的传承、创新与发展。

1.3.3 推动高校学科建设

舞龙舞狮运动作为地地道道的民间传统民俗活动,它逐步规范化是适应高校发展的前提条件。目前为止,诸多高校将龙狮项目作为选修课来开展,从这一层面来说龙狮项目更好的在高校发展,需要从课程入手。一些具有民族传统体育专业的高校更是将舞龙舞狮作为精品课程开设,对舞龙舞狮课程进行积极的探索,高校的体育科研队伍势必将中国龙狮运动推向科学化、规范化、竞技化、国际化的高潮。

1.3.4 增进教学经验的交流

高校舞龙舞狮运动的教学不是闭门造车，它需要高校之间的共同协作研讨，龙狮运动在高校的适应性在某一方面代表着教学的先进性。高校之间存在多元化的差异性，包括师资力量、场地设施、学生水平等，这些不平衡的差异使得舞龙舞狮教学需要因材施教、因地制宜。近年来多场国际、全国赛事在江苏省举办，为江苏省整体高校龙狮师资力量提供了宝贵的交流、学习经验，也为本研究提供现实指导依据。中国龙狮运动在技理上是统一的，在高校比赛、研讨中进行教学交流，是提升高校舞龙舞狮运动教学质量的重要手段。

1.3.5 理论联系实践的指导意义

本研究以江苏省高校舞龙舞狮运动教学的方法与内容为主要研究对象，分析高校舞龙舞狮发展现状，发现目前高校龙狮教学中存在的不足，对现有的教学理论做出合理的改进与整合。目前高校舞龙舞狮教材并不多，供适应地方参考的教材更是凤毛麟角。课程的教学离不开理论的支撑，在科学、严谨的研究态度下吸取多方面专家的教学经验，成文后必将带动江苏省高校龙狮运动实践操作的进一步发展。

1.4 拟解决的关键问题

(1) 通过调查研究结果分析江苏省高校舞龙舞狮运动的开展现状，并对其教学体系进行针对性分析，探寻出适合现阶段舞龙舞狮运动在高校中发展的教学模式。

(2) 在东西方文化差异的情况下，坚定文化自信，探寻文化规律和解决文化冲突。舞龙舞狮运动是我国的更是世界的，它需要在保证传统性的基础上走出国门，迈步向前。

(3) 研究高校开设舞龙舞狮运动课程的模式，按照各异的模式探究适宜的教学方法。以舞龙舞狮运动技术层面为重点研究对象，研究舞龙舞狮的运动规律

以及教学技巧。

（4）跟随新时代的发展，在保留以及保证舞龙舞狮运动传统性前提下，结合现代教育学新观念与新方法，对高校舞龙舞狮运动教学体系进行的大胆创新尝试，其中以解决教学的新方式方法为重点。

第2章 文献综述

我国高校舞龙舞狮运动相关研究经十几年不断发展,科研水平不断上升,目前高校《舞龙舞狮》课程建设也趋近成熟。经知网搜索“舞龙舞狮”相关文献共224条结果,搜索“舞龙舞狮运动”共195条结果,其中高校舞龙舞狮运动相关文献共100条,有关教学分析的研究共35条。支撑本研究的教材包括雷军蓉主编的《舞龙运动》(2004)^[1]和《中国舞龙运动》(2018)^[2]、吕韶钧主编的高等教育体育教材《舞龙运动教程》(2015)^[3]、段全伟主编的高等教育体育教材《舞狮运动教程》(2015)^[4]、谢小龙等主编的《舞龙舞狮教与练》(2015)^[5]、陈耀佳等编著的《民族传统体育运动系列——南狮》(2007)^[6]等。

除了舞龙舞狮运动专著另阅读了相关文化涵盖书目以丰富研究。如目前武术与民族传统体育专业适用教材,邱丕相主编的《民族传统体育概论》(2008)^[7]、石爱桥主编的《民族传统体育概论》(2014)^[8]、白晋湘主编的《民族民间体育》(2010)^[9]等。另有崔乐泉著《中国民族传统体育学》(2018)^[10]、吕峰等主编的《高校民族传统体育运动教学实践》(2013)^[11]、陈东著《江苏民俗体育文化研究》(2016)^[12]、刘轶著《我国学校民族传统体育发展路径研究——以文化软实力为视角》(2013)^[13]等。

[1] 雷军蓉.舞龙运动[M].北京:北京体育大学出版社,2004,01.

[2] 雷军蓉.中国舞龙运动[M].北京:北京体育大学出版社,2018,12.

[3] 吕韶钧.舞龙运动教程[M].北京:北京体育大学出版社,2015,01.

[4] 段全伟.舞狮运动教程[M].北京:北京体育大学出版社,2015,01.

[5] 谢小龙,肖谋文,刘飞舟.舞龙舞狮教与练[M].湖南:湖南大学出版社,2012,07.

[6] 陈耀佳,林友标.民族传统体育运动系列--南狮[M].广东:广东教育出版社,2007,11.

[7] 邱丕相.民族传统体育概论[M].北京:高等教育出版社,2008,12.

[8] 石爱桥.民族传统体育概论[M].北京:人民体育出版社,2014,10.

[9] 白晋湘.民族民间体育[M].北京:高等教育出版社,2010,07.

[10] 崔乐泉.中国民族传统体育学[M].北京:科学出版社,2018,11.

[11] 吕峰.高校民族传统体育运动教学实践[M].北京:中国书籍出版社,2013,08.

[12] 陈东.江苏民俗体育文化研究[M].北京:气象出版社,2016,09.

[13] 刘轶.我国学校民族传统体育发展路径研究--以文化软实力为视角[M].湖北:湖北人民出版社,2013,12.

2.1 我国高校舞龙舞狮运动发展研究

(1) 高校是各领域科学研究最佳场所之一, 龙狮运动的前沿研究也往往和高校密不可分。杨锋, 雷军蓉的《我国龙狮运动研究态势可视化研究》(2019)^[1]一文, 对我国龙狮运动的研究态势进行了科学、系统、规范的梳理与分析, 包括我国龙狮领域的研究领头人物、科研机构、研究主题与热点、发展战略等等。其中提到的本领域带头科研人员均为高校教师, 我国龙狮运动研究机构以少数民族聚居地的地方院校和体育院校为主。其实整篇文章都是围绕高校而谈, 这说明龙狮运动研究的主力军在高校, 这也是对于高校龙狮运动发展的肯定。但是光从文献综述方面研究, 也忽视了民间龙狮运动群体对于项目的贡献。对于如何发展龙狮运动, 提出了龙狮运动要与全民健身融合、提升龙狮文化内涵、普及民族传统体育、民俗体育与高校体育相融合等观点。这些观点通过文献可以看出, 其实都是来自于高校研究, 这也对高校龙狮运动发展策略给予了理论支撑。研究热点方面给本研究也给予了启发, 包括龙狮运动起源、发展历程、文化涵盖和套路创编等等, 都是我国龙狮运动教学研究的依据。

(2) 徐二毛, 葛国政等以南京理工大学为个案分析了高校舞龙运动的发展模式。他们在《南京理工大学舞龙运动发展模式研究》(2015)^[2]中, 对南理工(南京理工大学简称)舞龙运动的开展内容和发展历程进行分析。在舞龙课程开展方面, 学校将舞龙课作为选修课开展, 学生评价指数高。在此基础上开创性的编写教学大纲以及教材, 并较新颖、超前地制作《舞动的中国龙——龙文化与中国当代舞龙运动》网络公开课。校内具有专业从事龙狮运动的教学队伍, 且创编套路能力高、质量领先。认为龙狮赛事是检验校园舞龙队伍的有效手段, 从各大赛事领先的成绩可以看出南理工舞龙队伍具有较高水平, 这得益于其选材制度。南理工舞龙校队的产生从选修课开始, 培养院队参加校舞龙比赛, 再从院队选拔能力较足的运动员进入校队培养。这种层层选拔的模式, 给具有相关爱好, 以及能力较强的学生提供了机会, 并能让他们登上大赛, 实现自我满足。最后建立社团提升校园文化, 与社会服务建立桥梁等, 都是南理工成功开展龙狮运动的有效

[1] 杨锋,雷军蓉.我国龙狮运动研究态势可视化研究[J].吉林体育学院学报,2019,35(04):99-108.

[2] 徐二毛,葛国政,顾城.南理工舞龙运动发展研究[J].当代体育科技,2015,5(15):179-180.

手段。南理工是江苏省龙狮项目开展的最具代表性的高校之一，其发展模式以及教学体系，可以给其他高校开展龙狮运动和本研究以实例参照。

(3) 周争蔚在其博士论文《我国高校舞龙运动的发展研究》(2011)中，对我国高校舞龙教学的现状做了深入研究，认为我国高校舞龙运动正处在高速发展时期，且竞技水平处于世界领先地位。经过多年的发展，时至今日的舞龙运动成为校园体育建设不可分割的一部分，而且列如世界龙狮锦标赛、全国锦标赛以及首次进入第十三届全运会的舞龙项目比赛中，舞龙比赛各小项优胜成绩几乎为高校队伍，这也充分印证了其研究的科学性。在高校舞龙运动对策中创造性提出了多样化、社会化和国际化三大发展策略^[1]，这为同领域研究提供了理论化的指导，并为我国高校舞龙运动发展提供了有力的理论思路。

(4) 徐明胜，张飞的《江苏省高校龙狮运动的现状及发展》(2018)一文，从江苏省第十九届运动会高校部龙狮项目比赛出发，以参与度和最终成绩为考量点，具体分析了江苏省高校龙狮运动的开展现状，并对其发展提出了建议。认为目前江苏省高校龙狮发展区域分布不均匀；专业从事龙狮方面的教练员极度缺乏；开设龙狮课程的高校课程时长设置不足；缺乏龙狮文化内涵的教育和高校龙狮项目建设经费不足等问题。提出要提高高校领导和教师对于舞龙舞狮运动的认知，增加投入经费，举办省内高校龙狮项目专项教练员培训班等措施。^[2]徐明胜和张飞以省内最高赛事为个案，分析了高校龙狮发展现状与对策，为本研究提供了龙狮状态分析，并且本研究将从具体做法方面加以补充。

2.2 我国高校舞龙舞狮运动开展研究

(1) 张丹，李平等在《高校开展龙狮运动的SWOT分析》^[3](2014)中运用SWOT分析法对高校舞龙舞狮运动开展进行了多角度分析。认为龙狮在高校中开展有利于大学生身心发展、培养团队意识、优化校园文化建设等。而又存在龙狮

^[1] 周争蔚.我国高校舞龙运动的发展研究[D].北京:北京体育大学,2011:89-99.

^[2] 徐明胜,张飞.江苏省高校龙狮运动的现状及发展[J].体育科技文献通报,2018,26(04):34-37.

^[3] 张丹,李平,王辉,张丰.高校开展龙狮运动的SWOT分析[J].体育研究与教育,2014,29(05):98-101.

难度大、普通学生参与度低、龙狮项目道具要求高等不足之处。面临着优秀传统文化传承、国家政策支持等机遇,但也存在师资力量不足,学生就业难等尴尬之处。根据种种现象,张丹等提出了将龙狮文化融入校园文化、对于普通大学生相对降低龙狮技术难度、创新教学手段、“多方联合”办学等等建议,对高校龙狮运动教学进行优化改良。张丹等的SWOT分析法对于高校龙狮运动教学的运用,给本研究提供了高校开展龙狮运动的一种研究框架,并在研究中丰富学说,得出新观点。

(2)王涛在其《高职院校舞龙舞狮运动的价值研究》(2016)^[1]中不仅系统分析了龙狮运动的价值取向,对于舞龙舞狮运动的开展思路也有独特的见解。高职院校不同于本科院校,科研能力方面相对来说有所不足,新兴起的舞龙舞狮课程在开展方面存在课程设置不科学、不规范的特点。提出以选修或俱乐部的形式开展,且要依据《高职院校体育课程指导纲要》的需求,按照高职院校环境特点合理调整龙狮课程和教学目标等。从师资力量方面,面对专业教学人才少,且项目冲突等问题。认为高职院校要加强内部培养,引进科学有效的教学人才管理机制,整体提升教学队伍素质水平。最后从教材与场地方面分析了高职院校开展龙狮运动的具体问题与对策,并一再强调需要教学加以规范以及课程安排科学。王涛的研究给本研究提供了高职院校龙狮运动的开展现状与对策的理论支持,并为对于高职院校的研究提供了思路引导。

(3)王甜甜,刘祖辉等在《大学生舞龙舞狮运动现状与前瞻》(2018)中,以全国大学生舞龙舞狮锦标赛为例展开研究。结果显示我国龙狮运动呈现出地区分布特点,主要集中于华东、华南以及中原地区。参与度体育院校比普通院校要高,总体上男生高于女生。^[2]这种以比赛为研究个案的探索方式,可以直接有效的观察高校龙狮参与度和队伍水平。江苏省龙狮运动发展在全国来说排在前列,且江苏省运动会高校部与群众部都设有龙狮项目,每年的省大学生龙狮赛也如期举办。以赛事为研究对象也给本研究带来了启发,从江苏省乃至全国的龙狮赛事看江苏省各高校的参与度,进而到教学体系法研究,不乏也是研究高校龙狮运动的方法之一。

^[1] 王涛.高职院校开展舞龙舞狮运动的价值研究[J].运动,2016,145(09):118.

^[2] 王甜甜,刘祖辉,涂智星.大学生舞龙舞狮运动现状与前瞻[J].牡丹江师范学院学报,2018(03):75.

(4) 何金, 刘永风的《江苏普通高校开设舞龙舞狮体育选项课的可行性研究》(2009)一文, 对当时江苏省高校龙狮开展现状做了调查研究, 对选修课的开设进行了可行性分析。文中通过江苏省和全国龙狮发展较好的省份比较, 发现江苏省高校龙狮运动起步较晚, 但是发展速度较快。比如南京理工大学 2000 年开设龙狮课, 是我国第一所开设舞龙舞狮课程的高校, 且发展龙狮项目后比赛成绩在全国遥遥领先。从江苏省角度分析, 江苏地理位置优越且经济实力雄厚, 对高校舞龙舞狮运动的发展提供了有力保障。江苏省高校也可以以发展较好的省份作参照, 借鉴宝贵经验。提出“走出去, 引进来”策略。^[1]何金等的研究对当时江苏省龙狮状况做了科学的分析, 时至今日江苏省大多数高校都开展了龙狮课, 且运动技能水平较高。从近年来的各大赛事和江苏省承办的全国乃至国际赛事来看, 江苏省的龙狮运动水平整体上处于领先行列, 其中高校龙狮仍然占据首要地位。

2.3 我国高校舞龙舞狮运动竞赛研究

(1) 研究我国高校舞龙舞狮运动竞技龙狮的教学实践, 必先了解及分析我国龙狮运动竞赛规则以及竞技龙狮发展现状。目前全国乃至国际各级龙狮比赛通用规则为《国际舞龙南狮北狮竞赛规则、裁判法》(2011 年版^[2], 以下简称《竞赛规则》), 是由国际龙狮运动联合会审定和颁布的规范性条文。其中包含总则、舞龙、南狮、北狮和舞凤等竞赛规则、舞龙南狮北狮竞赛裁判法和附录等七个部分组成, 涵盖了目前龙狮竞赛所有常见项目以及 2003 年舞龙、舞狮增设项目(技能龙狮等)。高校龙狮训练队(指有需要时代表学校或团体比赛的队伍)的教学需要严格按照《竞赛规则》开展训练, 围绕规则以及比赛项目进行合理、科学、有效地教学, 故而参透《竞赛规则》是前提条件。在此基础上还要研究《竞赛规则》中的裁判法部分, 确保教学内容的规范性。《竞赛规则》是本研究中训练队教学实践的依据, 无论从套路创编还是动作规格等都得围绕其进行, 并规范和补

^[1] 何金, 刘永风. 江苏普通高校开设舞龙舞狮体育选项课的可行性研究[J]. 体育科技文献通报, 2009, 17(06): 26-28.

^[2] 国际龙狮运动联合会. 国际舞龙南狮北狮竞赛规则/裁判法[M]. 北京: 人民体育出版社, 2011, 09.

充了相应的教学内容。

(2) 舞龙自选套路是竞技龙狮发展的产物,高校中龙狮运动多以自选套路为重点教学对象。邵茜茜,李化凯在《龙狮竞赛规则对舞龙自选套路编创影响研究》(2019)中,将中国龙狮竞赛规则从1995年《中国舞龙竞赛规则》到目前通用的《竞赛规则》(2011版)共六个版本进行梳理,并且按照每一次修订的结果进行与自选套路结合分析。^[1]但其研究只是简单按照竞赛规则对自选套路进行阐释,并没有深入探究自选套路创编。割裂了龙狮运动创编的整体性,包括套路文化内涵、动作节奏转换、背景音乐的选择、服装道具的设计,还有各种因素之间的相互影响等等,这也是本次研究龙狮教学实践需要交代的重点。

(3) 谢春秋在其硕士论文《中国大学生舞龙舞狮赛事的发展现状与策略研究》(2014)中,透过大学生舞龙舞狮赛事分析其发展现状与对策。通过10多年的大学生龙狮运动的发展,从参就加大学生龙狮赛情况上看,参赛队伍、比赛各种条件、参赛水平都呈上升与提高趋势。但是参加大学生舞龙舞狮协会的高校分布不均,且固定参加大学生赛事的高校不多。裁判员队伍来说,总体受教育程度高,但是有舞龙舞狮运动经历的占少数,科研水平也有待提高。鼓励中国大学生舞龙舞狮赛事应该运用现有的资源,创造性的开拓宣传途径,增加宣传力度。重视青年裁判员队伍的培养,提升龙狮运动方面的科研能力等。^[2]以比赛了解高校龙狮发展状态具有一定的说服力,其主要从大学生赛事发展而谈,侧面烘托了高校龙狮运动的发展。本研究将借鉴类似考量方法,以江苏省大学生龙狮赛事为探究对象进行研究。

2.4 我国高校舞龙舞狮运动功能与价值研究

(1) 顾城的《发展高校龙狮运动对校园体育文化影响的研究》(2007)^[3]一文,围绕校园体育文化展开研究。他指出高校的龙狮队伍是人才培养的一个重

^[1] 邵茜茜,李化凯.龙狮竞赛规则对舞龙自选套路编创影响研究[J].当代体育科技,2019,9(05):221-222.

^[2] 谢春秋.中国大学生舞龙舞狮赛事的发展现状与策略研究[D].湖南:湖南师范大学,2014:30-31.

^[3] 顾城.发展高校龙狮运动对校园体育文化影响的研究[J].南京体育学院学报,2007,21(01):68-70.

要渠道之一,很多俱乐部和学校都很需要这方面的人才,这两年龙狮专业的就业形势呈现出供不应求的趋势。高校的舞龙舞狮课程促进了民族传统体育的创新与发展,龙狮课程也成为深化高校体育教学改革必须。龙狮运动的各种文艺表演亦给大学生校园文化带来生机,甚至让校园体育产业化成为可能。校园体育文化是校园文化必不可少的一部分,舞龙舞狮这项优秀的民族传统体育如何在高校开枝散叶,成为我们研究的重点之一。

(2) 舞龙舞狮运动从民间而来,目前登上高校舞台的舞龙舞狮运动,它的功能与价值又在高校中焕发出无穷的魅力。马行风与葛国政在《中国舞狮的社会特性和功能——兼论体育院校开设舞狮课的可行性》(2002)^[1]中对舞狮运动进行了以社会学为中心的探讨。从社会特性分析认为舞狮运动具有历史性、民族性、传统性、文化性与竞技性。其社会功能具有健身娱乐、教育、表演和竞赛等,通过调查研究表明体育院校开设舞狮课可行。这些结果观点是龙狮运动各个历史发展时期所具有的共性,时至今日,龙狮运动的社会功能俨然为高校所内化,种种社会功能也成为龙狮运动在高校的功能所在。而到目前不光是体育院校开设舞狮课,我国各高校龙狮课堂都开的如火如荼,这也表明了其研究的科学性与前瞻性。在本时代,高校龙狮运动所体现的功能也愈发强烈和多姿多彩,这也是本研究所要带入的研究之一。从其功能价值入手,规划整个教学体系,才能具有一定的时效性与实用性。

(3) 舞龙舞狮运动是一种行为艺术,是非物质文化载体,它的文化传播功能自古至今从未消退。曾志强,程术兵在其《地域性非物质文化遗产档案保护研究——以舞龙舞狮文化为例》(2018)^[2]的研究中,以档案学为视角,由舞龙舞狮而整个“非遗”领域。研究认为舞龙舞狮档案缺失严重、认知不足等问题,提出了相对于档案管理方面的策略。而舞龙舞狮运动又是一门技术,这一技术的传承与发展绝不是躺在档案馆那么简单,它需要在档案保护的同时继往开来。我国高校是各类文化载体传播最正规、最有效、最有力的场所之一,发展高校舞龙舞狮运动对龙狮运动这一技术档案起到丰富与保护作用。

[1] 马行风,葛国政.中国舞狮的社会特性和功能--兼论体育院校开设舞狮课的可行性[J].南京体育学院学报,2002,16(06):67-68.

[2] 曾志强,程术兵.地域性非物质文化遗产档案保护研究--以舞龙舞狮为例[J].山西档案,2018,241(05):76-78.

(4) 王涛在《高职院校开展舞龙舞狮运动的价值研究》(2016)中系统地分析了龙狮运动在高职院校开展的价值所在,认为具有娱乐性、教育性、民族性、文化传播以及社会价值等特性价值。^[1]综合各种研究结果,对龙狮运动于高校开展价值进行考量,为教学体系研究提供依据。周加兵也认为高校舞龙舞狮的发展极大地促进了民族传统体育资源的挖掘、开发与运用,高校龙狮课堂的开展也丰富了校园文化。从学生角度而言,可以强身健体,提升团队协作精神,增强民族意识和文化认同(2018)。^[2]

2.5 我国高校龙狮运动课程建设研究

(1) 葛国政在《我国高校龙狮运动课程与教学研究》(2008)^[3]中对高校龙狮课程的开展现状以及教学发展对策等方面进行了多方面的研究,葛国政教授从事舞龙舞狮教学多年,具有丰富的课程规划与教学经验。在龙狮课程开展现状方面,他指出我国普通高校龙狮课程一般以选修课形式开展,体育院校比普通高校教学质量高,但都存在龙狮实际课时不足的情况。学生对龙狮运动文化内涵学习不够,且自主编排套路能力欠缺。为此葛教授提出了一系列解决方案,包括强化龙狮课程建设、制定高校龙狮课程标准、编制科学、系统、规范的高校龙狮运动教材、高校龙狮运动的教学方法与教学评价改革创新、因地制宜发展龙狮运动等诸多方面。这为本研究提供了很好的研究思考,并在此基础上深入创新性探究与尝试性实现。

(2) 张丹在《高校舞龙舞狮课程建设与实践》(2013)^[4]中对高校舞龙舞狮课程体系做了科学地分析与总结。他认为在高校中开展龙狮运动首先要与当地文化相结合,这也体现了龙狮运动的传统性,也是提升地域文化的有效手段。然后从教学目标的设置、教学计划的安排、教学内容的设计、教学方法的实施等方面挖掘舞龙舞狮运动的教学特性。其次从教学内容安排与教学方式方法入手,按照舞龙舞狮运动规律与大学生发展条件制定科学的教学内容,将传统的教学方法与

[1] 王涛.高职院校开展舞龙舞狮运动的价值研究[J].运动,2016,145(09):117-118.

[2] 周加兵.我国高校舞龙舞狮课程建设与实践研究[J].现代教育,2018,5(27):280-281.

[3] 葛国政.我国高校龙狮运动课程与教学研究[J].哈尔滨体育学院学报,2008,26(05): 144-146.

[4] 张丹.高校舞龙舞狮课程建设与实践[J].吉林省教育学院学报,2013,29(02):41-42.

新兴的教学手段相结合,合理、有效的开展高校龙狮课堂。最后从校本教材编写角度出发,按照“以学生为本”的编写态度,注重龙狮运动的教育性、文化性与创新性。从舞龙舞狮课程整体把握,课程的建设与实践也是本研究的重点,将以此文章为参考继续探究课程规律并加以补充。

(3) 周加兵在《高校舞龙舞狮课程建设与实践研究》(2018)^[1]中对高校龙狮课程建设的必要性以及课程设置方面进行探究。其中谈到目前我国高校的龙狮课堂开设以简单的基础动作为主,并没有深入教学。指出教学不能停留在学生简单模仿上,应该引导学生更深入的了解龙狮相关知识,增加教学内涵。教学组织方面,提倡教学模式创新。例如“武”与“舞”的融合,将武术与舞蹈技术应用于舞龙舞狮之中,这样也促进了民族文化的共存。最后提到高校龙狮课堂的段位制教学,段位制教学在一定程度上对高校龙狮课堂起到了良好的规范与统一的作用。孟帅,吕琦,刁学慧,等在《浅析高校舞龙舞狮课程的优化对策》中也倡导以教学、演练、比赛三位为一体的龙狮段位制发展模式,为校内龙狮课程建设与实践水平提高提供了更多可能。^[2]教学要以课程为中心,课程建设与优化是教学研究的前提,这必将也是本研究的重点之一。

(4) 段全伟,吕韶钧,雷军蓉等根据全国赛事以及教练员培训班,以问卷调查的形式,对我国高校《舞龙舞狮》课程发展展开研究。其成果《高等院校《舞龙舞狮》课程开展现状》(2012)中分析到高校资源丰富、设施齐全,且具有适合龙狮运动发展的人力资源与场地。但是从全国高校《舞龙舞狮》课程开展来看情况并不容乐观,比如教材匮乏,目前没有统一的教材可以支撑课程,不统一的校本教材又存在着不规范的问题。绝大多数教练员对于龙狮运动技巧都是自学以及参加短期的培训,业务能力不足是教练员团队建设存在的最大问题。课程内容设置随意性大,理论知识相对较少,满足不了学生需求。建议呼吁教育各级部门和高校重视龙狮这一优秀的民族传统体育项目,从课程建设以及教师水平方面优化。制定科学、规范的教材和适合龙狮运动的教学大纲、教学内容。加强学生能力的培养,使之更好的适应社会。^[3]段全伟等的研究结果中所谈到的问题,直到

[1] 周加兵.我国高校舞龙舞狮课程建设与实践研究[J].现代教育化,2018,5(27):280-281.

[2] 孟帅,吕琦,刁学慧,等.浅析高校舞龙舞狮课程的优化对策[J].科教导刊,2016(13):71-72.

[3] 段全伟,吕韶钧,雷军蓉.高等院校<舞龙舞狮>课程开展现状[J].北京体育大学学报,2012,35(5):82-85.

现在仍然是高校龙狮课程发展中所遇到问题。本研究将以其研究为基础,分析目前状况,希望可以为解决遗留问题提供帮助。

2.6 我国高校舞龙舞狮运动的教学实践研究

(1) 教学方法多种多样,伴随着传统的经验教学法,很多新型教学方式也在如火如荼地开展,相应理论也渐渐趋近于完善。赵涛等在《ARCS 动机模型在高校舞龙舞狮选项课中的应用研究》(2017)^[1]中,运动 ARCS 动机模型对舞龙舞狮课堂进行了新思考。ARCS 即英文 Attention (注意力)、Relevance (相关性)、Confidence (自信心)、Satisfaction (满足感)的缩写。它从多角度阐释各种学科建设方法,包括体育在内。研究中对各种因素都进行了主题分析,但是由于新理论的设计并没有整体、全面的把握舞龙舞狮运动的教学规律,这也给本次研究提供了一条以 ARCS 动机模型为方法之一的教学体系补充空间。

(2) 薛浩在《PBL 教学模式应用于舞龙舞狮教学的实证研究》(2014)^[2]中从教学方法的角度分析了传统教学方法存在的问题,并从 PBL 教学模式中得到启发,对高校龙狮课堂教学模式进行新颖的尝试性探索。他提到传统的教学方法存在“一刀切”的弊端,不能体现因材施教与区别对待。PBL 教学模式有利于培养学生自主学习意识与团队精神,激发兴趣。但也存在教师理论水平要求高、学生自身技术要强、外界获取资料要多的不足。所以薛浩以传统教学法与 PBL 教学模式相结合,提出舞龙舞狮 PBL 教学模式初级、中级、高级变型,按照每一阶段的特点,制定教学方案。最后总结了实施 PBL 教学模式必须遵循从技术同化到技术平衡、从教学输出到教学互动、从角色差异到师生双主体三个转化,方能最好的运用 PBL 教学模式。薛浩的 PBL 教学模式类似于现代常用的“翻转课堂”教学模式,但是其研究从龙狮运动的技术层面而谈,立足竞技性,但是对龙狮项目的传统性把握不足,这为本研究提供了补充空间,并提供了丰富龙狮教学模式的又一思路。

[1] 赵涛,王辉,张丹,孙小舟. ARCS 动机模型在高校舞龙舞狮选项课中的应用研究[J]. 学校体育学, 2017, 32(07): 65-67.

[2] 薛浩. PBL 教学模式应用于舞龙舞狮教学的实证研究[J]. 湖北体育科技, 2014, 33(07): 648-650.

(3) 王鸣骏在《“学训结合”开创高校龙狮专项课改革的新思路——以南京工业大学为例》(2014)^[1]中,将龙狮运动发展较好的南京工业大学作为试点对象,以“学训结合”的模式对高校龙狮运动开展进行了新尝试。认为应该从学生角度出发,以学生为主体,按照学生身心发展规律制定教学内容,采用多种教学方案,通过教学与训练相结合的方法达到学训结合。这种模式给本研究也提供了新的教学方案参考,这种教学方法可以达到学生从课堂到高水平训练队循序渐进提升水平的效果,也确保了教学预期效果。

(4) 谢云辉的《多元反馈教学法在舞龙舞狮教学中的探析》(2018)将多元反馈教学法运用于高校龙狮课堂之中。在教师、学生和教材之间产生相互的反馈,并通过反馈学生可以按照教师设定的教学目标自我调节学习节奏,积极学习、有效思考,提升学习的主动性,建立起科学的多元反馈教学模式。基于龙狮课堂的内容丰富,认为反馈手段要多样。比如视觉反馈(多媒体等直观教学)、听觉反馈(龙狮背景音乐)和动觉反馈等结合教学,使学生从各种元素中均有所获。但也要求教师团队有较高的水平,能快速做出解决办法,正确、及时、有效地反馈给学生。^[2]谢云辉所主张的多元反馈教学法的应用,给本研究带来教学模式的补充,并多加考虑以学生为主体的教学体系的进一步改进。

2.7 我国高校舞龙舞狮运动参考教材研究

(1) 教材是一个学科建设以及教学的依据。我国高校舞龙舞狮运动近年来正处在飞速发展期,但是观其教材的编写似乎有所不足。雷军蓉主编了我国第一部舞龙方面的教材《舞龙运动》(2004)^[3],内容分知识篇、技法篇、教学篇、训练篇、规则篇等五大部分。但是也只做高校参考教材使用,并没有做到全国高校普及教材使用。另有后来吕韶钧主编的《舞龙运动教程》(2008 高等教育体育教材),内容涵盖面广,舞龙运动基本知识理论充足,并多次印刷出版。其中包括舞龙运

^[1] 王鸣骏,杜寿高.“学训结合”开创高校龙狮专项课改革的新思路——以南京工业大学为例[J].体育科技文献通报,2014,22(02):62-63.

^[2] 谢云辉.多元反馈教学法在舞龙舞狮教学中的探析[J].读与写杂志,2018,15(07):30.

^[3] 雷军蓉.舞龙运动[M].北京:北京体育大学出版社,2004,01.

动的形成与发展、价值功能、内容分类、教学方法、竞赛裁判、科研方法等^[1]，从内容上更加补充丰富了雷军蓉《舞龙运动》。谢小龙，肖谋文，刘飞舟主编的《舞龙舞狮教与练》（2012）^[2]从教学与训练的角度研究，内容包括舞龙、北狮和南狮，其中舞龙舞狮历史与文化涵盖面较窄，是较为综合的舞龙舞狮运动基本技术教材。

（2）竞技龙狮是高校龙狮运动的第一战场，高校参与各大赛事，给教师与学生带来展示机会。高竞技龙狮相关教材匮乏，主要围绕《国际舞龙南狮北狮竞赛规则、裁判法》（2011）^[22]安排训练内容、制定训练计划，多以教练员经验教学为主。本研究将从竞技龙狮的教学角度出发，具体研究其教学实践，使研究结果类教材化。

（3）技术是高校龙狮运动教学的重点，理论知识的普及应该统筹兼顾，其他相关龙狮文化丛书可以作为教学支持参考。中国国粹艺术读本《舞龙舞狮》（2011）和王淑清的《舞龙舞狮》（2013）介绍了我国各个地区具有地方特色的龙狮艺术，可以了解具有民族特色的龙狮舞。陈东著有《江苏省民俗体育文化研究》（2016）其中对江苏省每个地方民俗体育进行了调查研究，通过阅读发现江苏省各个地方都具有独特的龙舞和狮舞文化。这给本研究带来了新思考，各地方高校在发展主流龙狮运动的同时，应该挖掘与传承当地具有地方风貌的龙狮运动，对保护民族传统体育，提升校园文化等都具有一定的意义。

^[1] 吕韶钧.舞龙运动教程[M].北京:北京体育大学出版社,2008,01.

^[2] 谢小龙,肖谋文,刘飞舟.舞龙舞狮教与练[M].湖南:湖南大学出版社,2012,07.

第3章 研究对象、方法与流程

3.1 研究对象

以江苏省高校开展的舞龙舞狮教学体系为研究对象,包括龙狮运动在高校开展的主要模式与现状、教学成果、教学内容、教学方法、教学评价,高校龙狮运动技术具体操作等。

对已经开展龙狮课堂或者具有一定龙狮运动竞赛成绩的高校进行重点研究。主要调查对象为扬州大学、苏州大学、南京理工大学、南京工业大学、南京邮电大学、徐州工程学院、江苏理工学院、扬州工业职业技术学院、江苏建筑职业技术学院、江阴职业技术学院、徐州职业技术学院等十一所具有代表性的舞龙舞狮传统校。

3.2 研究方法

(1) **文献资料法**：在扬州大学图书馆、扬州大学体育学院期刊阅览室图书馆查阅有关舞龙舞狮运动教学的相关纸质文献,通过中国知网,万方数据库查阅电子文献,查阅教育部、国家体育总局、江苏省体育局、中国龙狮运动协会、江苏省龙狮协会等关于舞龙舞狮运动相关文件以及教育学、运动训练学、舞龙舞狮运动教学方面著作等,对相关文件资料,进行总结分析。

(2) **田野调查法**：前往扬州大学、南京理工大学、南京工业大学、江苏师范大学、南京邮电大学、徐州工程学院、江苏理工学院、扬州工业职业技术学院、江苏建筑职业技术学院、江阴职业技术学院等十所具有代表性的舞龙舞狮传统校,对其舞龙舞狮运动开展的模式以及教学体系进行现场实地探索研究。走访江苏省具有传统舞龙舞狮特色地区,挖掘舞龙舞狮传统技艺。

(3) **专家访谈法**：对相关在高校从事龙狮运动方面专家进行访谈,吸取他们的教学经验、教学方式与方法,更细致的了解江苏省高校舞龙舞狮运动的教学

体系及其发展规律。（相关专家见附录 4，访谈具体内容见附录 3）

（4）问卷调查法：根据走访以及结合论文所需设计问卷并发放，以回收问卷所包含的内容整理并总结研究结果。

①问卷的设计

合理、科学地设计所需问卷，以问卷的形式首先对江苏省各所高校的舞龙舞狮运动开展状况展开调查，全面地了解江苏省各高校的舞龙舞狮运动开展模式、教学实践方式方法。通过第一阶段的调查，得出江苏省高校舞龙舞狮运动开展情况后，对舞龙舞狮运动传统校进行研究内容所需问卷调查，以从问卷结论进一步充实研究结果。

②问卷的抽样、发放与回收

根据研究目的对所要调查研究的目前比较活跃于各大赛事的十所高校（南京理工大学、南京工业大学、南京邮电大学、扬州大学、扬州工业职业技术学院、江阴职业技术学院、徐州工程学院、徐州工业职业技术学院、江苏建筑职业技术学院、江苏理工学院），挑选每所高校相关专家（教练员）进行问卷调查。根据舞龙舞狮项目特点，在第一阶段了解到的开展情况，只针对龙狮队伍面向每所高校发放队员问卷 20 份，教练员问卷 2 份。

舞龙舞狮项目由三大方面组成，包括舞龙、南狮、北狮。目前江苏省主要以舞龙为主、北狮为辅，少数高校有南狮训练队。制定问卷时会明确队员练习项目，以达结果的精准度。

表 3-1 问卷发放与回收情况

	发放数	回收数	回收率%	有效问卷	有效回收率
队 员	200	187	93.50%	173	86.50%
教练员	22	22	100%	22	100%
总数	222	209	94.14%	195	87.83%

③问卷信效度检验

在发放问卷后一个月，运用重测信度法，通过电子邮件等方式再次发放问卷，进行 2 次问卷发放，以确保问卷的可信度。通过统计，运用 SPSS 计算出，相关系数 $R=0.85$ ，调查具有一定可信度。

为确保问卷设计的合理性，邀请校内外 5 名专家（教授 2 名，副教授 3 名）

对问卷设计的结构与内容进行评估，在提出建议后再进行修改后发放。

表 3-2 调查问卷内容评价表

专家意见	非常合适	合适	基本合适	不合适	非常不合适
人数	1	4	0	0	0
百分比	20.00%	80.00%	0.00%	0.00%	0.00%

根据表 3-2 可以看出本研究所设计问卷具有一定有效性，可用。所发问卷中问卷二的发放，其中教授 2 名副教授 6 名，增加了问卷有效度。（见表 3-3）

表 3-3 所用调查问卷涉及到的专家（教授）名录

姓名	职称	方向/裁判等级	单位
葛国政	教授	国际级	南京理工大学
王国志	教授	国际级	苏州大学
张 丹	副教授	国际级	徐州工程学院
刘 营	副教授	国际级	江苏理工大学
徐明胜	副教授	国家级	扬州工业职业技术学院
王鸣骏	副教授	国际级	南京工业大学
严 燕	副教授	国家级	南京工业大学
陈晓莺	副教授	民族传统体育学	扬州大学
张银行	副教授	民族传统体育学	扬州大学

注：裁判等级为舞龙舞狮项目裁判等级

（5）**逻辑分析法：**在对高校舞龙舞狮运动教学的研究过程中，采用类比、归纳、演绎、综合分析法，对所收集资料进行逻辑分析，以了解江苏省高校舞龙舞狮运动的教学现状和一般模式等。

（6）**经验总结法：**舞龙舞狮运动的教学是实际操作活动的不断总结提升。通过对江苏省各高校舞龙舞狮运动教学的具体情况，进行归纳与分析，总结推广先进经验，使舞龙舞狮运动在高校开展得系统化、理论化、科学化，让此教学体系上升为一种阶段性适合操作的科学经验。

（7）**探索性研究法：**结合已经研究出的现阶段结果，对高校舞龙舞狮运动的教学体系进行探索性地创新摸索。在新时代下的中国，民族传统体育项目的传承与发展需要在立足传统的基础上大胆地创新，并结合飞速发展的时代，探索新型的适合高校的舞龙舞狮运动教学体系。

(8) 数理统计法：对调查所获得的各项数据进行统计分析。

3.3 研究流程（如下图 1）

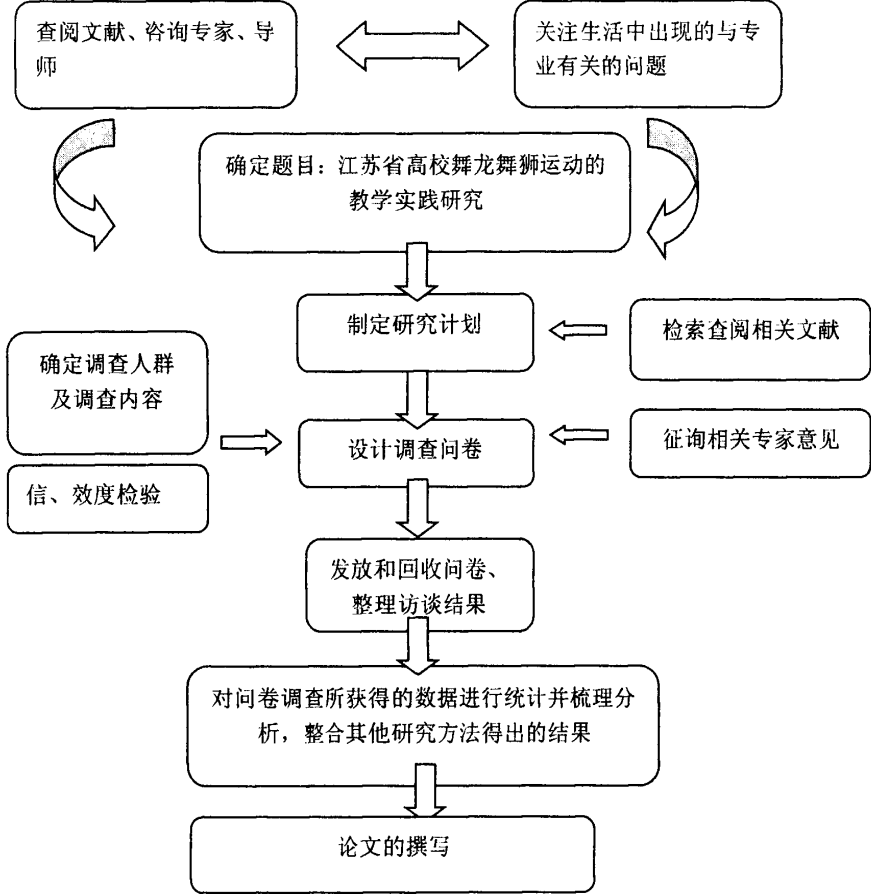


图 3-1 研究流程

第4章 研究结果与分析

4.1 相关概念

(1) 舞龙运动

“舞龙”，又称“龙舞”、“舞龙灯”，是中华民族延续千年的传统技艺。“龙”是中华民族图腾，是华夏民族的象征，更是华夏民族的根。“龙”作为一种图腾、一种象征，对其存在一直是众说纷纭，往往活跃于古代神话传说。而“舞龙”则是实实在在存在的民间传统民俗活动，他是充满智慧的古代中国人民，在实践与劳动中对“龙”的实物性创作，更表达了中国人民对于“龙”的崇拜。而舞龙运动的发展大致可以分为四个时期：萌芽期、形成期、发展期、规范期。^[1]早在原始社会，人类对于自然界不可抗拒的力量总是产生神秘感与恐惧感，他们到农耕文明的过度使得与祈求风调雨顺不可分割，这也是中国“龙文化”产生的先天条件。“商代在田中作龙求雨，也许只作了个土龙。但另一条卜辞把15个人与龙连在一起，就使人想到那一长排人，将龙形舞起来的形象。”这或许是舞龙的最初形式，在周朝这一祭祀巫舞的时期，舞龙必然是一种仪式化的姿态展现于世人眼中。舞龙运动的形成期的标志是从原来的祭祀活动到民俗活动的过度，则是汉代“百戏”中“鱼龙蔓延”化装演出活动的开始，亦是真正意义上的舞龙的开端。进入唐代，舞龙运动进入了全面发展时期，不仅形式多样，更是活跃于民间的各大传统节日和庆典活动。在之后的百年中，舞龙运动始终与民间传统民俗活动紧密相连，在“闹社火”中，舞龙往往成为活动的主角。中国舞龙运动长期以来游刃于民间各大活动与场所，现代的规范化使得它成为一项正规的民族传统体育运动项目，并具有民族传统内涵。

现代舞龙运动则是指在龙珠的引导和器乐的伴奏下，手持龙具完成各种动作，展现龙文化特征、民族风貌和体育精神的集体性民族传统体育项目。舞龙运动内容丰富包括现代竞技舞龙、民间各种具有代表性的传统舞龙、少数民族特色

^[1] 吕韶钧.舞龙运动教程[M].北京:北京体育大学出版社.2015,01:2-14.

舞龙等。现代竞技舞龙运动是现代舞龙运动的主要发展模式,作为第一战场存在,包括舞龙自选套路、规定套路、传统套路、竞速舞龙、障碍舞龙、抽签舞龙等形式。

高校所涉及到的舞龙运动多为现代竞技舞龙运动。

(2) 舞狮运动

无论是狮子还是舞狮,它都是客观存在的真实体。根据史料记载,而狮子着实为西域之产物,他代表着勇猛无谓、趋利避害,逐渐被民间吸取成为瑞兽形象加以不断神化。舞狮起源于三国时期,南北朝时开始流行,距今已传承千年。^[1]舞狮则是地地道道的民间传统民俗文化的结晶,虽与舞龙祭祀宗教的功能不同,但是随着历史的发展,舞狮同舞龙一起成为民俗文化的“兄弟”并行于世。民间的舞狮运动千姿百态,更有南北之分。北狮形态勇猛剽悍,多为双狮或多狮和引狮员之间的表演,所用道具多为高台、绣球。南狮以广东为中心,形态灵巧多变,多为单狮表演,有时与“大头佛”互动表演,其独特的桩阵和橇阵与其东南沿海的兵阵思想有着千丝万缕的联系。“采青”是南狮运动必不可少的一部分,“狮子”将悬挂于高处或置于盆中的“青”采出,古时多以青菜为主,故名采青,分为操青、惊青、食青、吐青等套路组成,是南狮运动的高潮部分。舞狮运动活跃于民间各大活动庆典,和舞龙相辅相成不可分割。但是舞狮的出场次数比舞龙要多,一是组织简单,几人即可完成,不像舞龙动辄十几人舞动;二是人民对于“龙”的尊重,一般民间群体不到重要场合不会轻易“请龙登场”。

现代舞狮运动也已经规范化,并分为南狮与北狮两种,同舞龙一样以竞技舞狮运动作为第一战场。现代北狮运动则是指在引狮员的引导下,提前安排好各种动作,在“狮头”、“狮尾”双人配合下,并合理运用规定高台,由四人双狮在鼓乐伴奏下完成各种动作的集体性运动。现代南狮运动是指在“狮头”、“狮尾”双人配合下,按照一定的运动规律,和鼓乐配合默契,通过运用桩阵、橇阵或其他器材完成采青的集体性项目。

(3) 高校体育教学

高校体育教学是在高校中按照一定计划和课程标准进行的有目的和有组织的教育过程。高校体育教学由大学教师 and 大学生共同参与,其任务是向学生传授

^[1] 谢小龙,肖谋文,刘飞舟.舞龙舞狮教与练[M].湖南:湖南大学出版社,2012,07:70-71.

体育知识、技术与技能,增强其体质,培养其道德、意志、品质等。它是学校体育实现的基本形式,是体育目标的实施途径之一。体育是任何高校必不可少的课程之一,以必修课形式存在于大学一二年级。高校体育形式丰富、种类齐全、教学体系规范,特别是体育院校的体育教学体系则是高校体育中最系统的代表。高校体育教学结构严谨,不仅具有高水平的师资力量,还得具有一定的科研能力。现代高校体育教师人才引进,一般为硕士研究生及以上文凭,这是高校教学任务顺利完成的前提,也是高校体育教学质量的提升的保证,高校的体育教学水平往往代表着我国体育教学最高水平。

(4) 民族传统体育

1997年,国务院学位委员会和原国家教委在一级学科体育学下设4个二级学科,民族传统体育名列其中。从这时开始,“民族传统体育”这一称谓,作为国家认定学科被正式确定下来。1989年,人民体育出版社出版的体育学院通用教材《体育史》认为民族传统体育是指近代以前的体育竞技娱乐活动。对我国而言,指近代体育传入前我国存在的体育模式,即1840年前,我国各族人民已经采用并流传至今的体育活动内容、社会表现方式与价值观念的总和。^[1]

周伟良在《中华民族传统体育概论高级教程》^[2]中认为中华民族传统体育是指在我国近代之前产生发展、由我国各族人民世代实践并留传或影响至今的体育。胡小明在《新时期中国体育理论的建构》^[3]中,从文化的角度对民族传统体育定义为中华民族传统体育是历史沿袭而来的中华民族体育活动,在中国人居住的地方开展的,具有中华民族传统特色的体育活动的总称。张建雄、江月兰在《民族传统体育概念相关问题辨析与界定》^[4]中提出,中华民族传统体育是指我国各民族传统体育的总称包括汉民族传统体育和少数民族传统体育。王岗在《中华民族传统体育发展的社会文化选择》^[5]中指出:中华民族传统体育实质上是指中华民族在几千年的历史发展中形成的各民族融和的体育,由于深受中国传统文化的影响,发展形成于特定的历史地理条件和文化氛围之中,形成了与西方及其他国

[1] 全国体育学院教材委员会.体育史[M].北京:人民体育出版社,1989.

[2] 周伟良.中华民族传统体育概论高级教程[M].北京:高等教育出版,2003.

[3] 胡小明.新时期中国体育理论的建构[J].成都体育学院学报,2002(4):1-5

[4] 张建雄,江月兰.民族传统体育概念相关问题辨析与界定[J].广州体育学院学报,2004(05):126-128.

[5] 王岗.中华民族传统体育发展的社会文化选择[J].北京体育大学学报,2006(07):872-876.

家显著不同的个性特征。以上学者对中华民族传统体育虽未有一个确定统一的概念,但可以看出民族传统体育包括三个方面的含义一是体育的,二是民族的,三是传统的。

因本研究之舞龙舞狮运动为民族传统体育中的一个项目,遂做“民族传统体育”概念探讨。

4.2 江苏省高校舞龙舞狮运动教学开展情况的调查与分析

4.2.1 江苏省高校舞龙舞狮运动队伍建设情况^[1]与分析

江苏省高校舞龙舞狮运动项目开展较国内其他省份更为普及,省内诸如南京理工大学、扬州大学、徐州工程学院、扬州工业职业技术学院等高校已经在全国舞龙舞狮圈中具有知名度。江苏省内高校中绝大多数都具有舞龙舞狮队伍,主要以运动队和社团形式存在,少数高校开设舞龙舞狮课程。较为成熟的有扬州大学、苏州大学、南京理工大学、南京工业大学、南京邮电大学、徐州工程学院、江苏理工学院、扬州工业职业技术学院、江苏建筑职业技术学院、江阴职业技术学院、徐州职业技术学院等。(排名不分先后)

(1) 苏州大学龙狮运动组织情况

苏州大学舞龙舞狮队成立于2014年,主要由苏州大学体育学院武术与民族传统体育系在校学生组成,承担学校的比赛、演出等一系列活动,赢得了社会各界广泛好评,在一些比赛中屡获佳绩。

苏州大学具有武术与民族传统体育专业,舞龙舞狮主要以课堂教学为主,开设有舞龙舞狮必修课,北狮运动项目比较突出。

(2) 徐州工程学院龙狮运动组织情况

徐州工程学院2007年建队,目前学校共有舞龙队22支,在册队员360余名。学校被授予中国大学生体育协会舞龙舞狮分会副主席单位和江苏省龙狮协会副主席单位,2015年学校牵头成立了徐州市舞龙舞狮运动协会,被授予徐州市舞龙舞狮运动协会主席单位。于2016年开创性的组建了国内首支非洲留学生舞龙

[1] 专家访谈获知,访谈内容见附录3,访谈名单见附录4。

队。

12年间,学校于2015年承办了第八届中国大学生舞龙舞狮锦标赛与第五届校长龙狮论坛,并举办了国家二级舞龙舞狮裁判员培训班;2017年承办了江苏省龙狮项目一线社会指导员技能再培训工作;2018年举办了首届淮海经济区舞龙舞狮争霸赛与中华龙狮文化、淮海经济区非物质文化遗产论坛;2018年6月主办了中华龙狮文化与淮海经济区非物质文化遗产论坛,共有6省9市30多位代表、专家参加研讨活动。2019年承办了全国舞龙舞狮教练员培训班(徐州站)。目前运动队已成为国内一流强队,在淮海经济区乃至全国都具有较高的影响力和美誉度。运动队的纳新制度和管理模式已经趋于成熟,人才梯队建设已经初具雏形。

徐州工程学院每年举办校舞龙舞狮大赛,每个院系选派一支队伍参加。这种高效内部的比赛形式很少,除徐州工程学院外,江苏省高校最早组建龙狮队伍的南京理工大学也是这种模式,亦是对于教学成果的检验。徐州工程学院创造性的组建了非洲留学生舞龙队,这也是中国首支留学生队伍,增加了教学实践难度,但也很大程度上发展了舞龙舞狮项目。

(3) 江苏建筑职业技术学院龙狮运动组织情况

2013年11月江苏建筑职业技术学院龙狮队成立,经过近7年艰苦的发展,在竞赛、教学以及学生社团方面形成了相对成熟的发展体系。

江苏建筑职业技术学院体育教学部于2014年9月开设舞龙选项课程,每学期至少开设五个选项班,有效推动了该校体育课程的改革,并体现出高校对丰富大学生的娱乐生活和促进校园文化建设方面的需要。

江苏建院舞龙舞狮俱乐部成立于2014年6月,挂靠体育部,为校级社团。至今为止,俱乐部注册会员高达千余人,多次获得五星级优秀社团组织及徐州市“十佳社团”并于2017年荣获江苏省高校“百优社团”称号,先后完成学校运动会、迎新晚会等演出活动50余场次。舞龙舞狮俱乐部的宗旨是团结全校龙狮运动爱好者,在规范化、科学化、竞技化的轨道上向全校推广和普及中华民族的传统体育运动,进行对内对外活动及交流,推动龙狮运动发展,弘扬“自强、忠义、崇礼”的龙狮精神。

(4) 南京工业大学龙狮运动组织情况

南京工业大学龙狮队正式成立于 2003 年，多年来深受学生的喜爱和积极参与，参加了多项国际国内比赛，取得了骄人的赛绩。校舞龙舞狮队一直活跃于校内校外的各种喜庆的舞台上。

南京工业大学龙狮队组建相对较早，龙狮项目发展的较为成熟。该校教学实践以运动队为主，而且舞龙、北狮的实践项目较为齐全。

（5）江苏理工学院龙狮运动组织情况

江苏理工学院舞龙舞狮队组建于 2007 年，舞龙队从原来的十几人到今天的一百多人，期间多次参加国家级、省级、市级舞龙舞狮比赛并且取得优异成绩。

2008 年该校开展舞龙舞狮进课堂活动，开设了舞龙舞狮选修课和舞龙舞狮公选课课程，并且相应课堂成为了最受大学生欢迎的体育课堂；2014 年该校舞龙舞狮运动协会被共青团中央学校部和全国学联秘书处评定为“全国百佳体育公益社团”；2015 年常州市舞龙舞狮运动协会被常州市民政局、体育局评为“4A 级体育社团”；2010 年至 2017 年，该校舞龙舞狮运动协会每年承办常州市舞龙舞狮比赛。舞龙队队员还经常外出指导社会队伍，普及舞龙舞狮技术和知识，为促进龙狮项目的发展做出应有的贡献。

江苏理工学院舞龙舞狮选修课开设较早，主要以舞龙为主。舞龙队经常服务于社会队伍，队员需更加提升自己的技术与理论水平，整条队伍达到了教学相长的效果。

（6）徐州工业职业技术学院龙狮运动组织情况

徐州工业职业技术学院龙狮队成立于 2013 年，在学校领导和全体师生的悉心关怀下，徐工院龙狮队发展迅速，逐渐成为学校的一种特色体育文化。《徐州日报》2015 年 6 月 12 日第 09 版 练吧 整版报道该校特色体育文化项目——舞龙舞狮。

徐州工业职业技术学院龙狮队自成立以来取得了累累硕果，多次参加全国和省市各级比赛，取得了优异成绩。徐州市举办的“世界环保日”、学校运动会开幕式、婚庆演出等活动，为徐州民族传统文化的传播贡献了自己的力量。

（7）江阴职业技术学院

2010 年 9 月江阴职业技术学院舞龙队成立，并积极投入到高校龙狮运动发展之中。该学院队员众多，女子队伍发展较好，学院多次参加省、国家级比赛并获佳绩。2016 年成立舞狮队，目前该学院龙狮项目齐全，涵盖舞龙、南狮、北

狮等内容。2019年牵头成立了江阴市舞龙舞狮运动协会。

江阴职业技术学院舞龙舞狮队项目发展齐全,涵盖舞龙、北狮、南狮和各类小项。其中,南狮队伍正在发展,已经参加了两届全国舞龙舞狮锦标赛和一次地区邀请赛,已经从小项目获得了较佳成绩。这给江苏省龙狮项目发展也带来了思考,是否能从小项目开展南狮运动?由简入繁的模式已经获得成功,南狮运动进军江苏省高校成为可能。

(8) 扬州工业职业技术学院龙狮运动组织情况

扬州工业职业技术学院于2009年将民族传统体育——舞龙运动项目引入校园。目前,舞龙已经成为该校品牌特色项目。学校获批江苏省传统文化创建基地,传承项目为舞龙。

舞龙项目建设传承10年,是该校唯一获得全国、省、市、校四级表彰的“优秀社团”称号的社团。舞龙社团累计参与学生近千人,在北京、唐山、南京等多地参加表演近百场,参加省内外比赛数十场。舞龙队在近三年共计获得省级以上比赛13次冠军(单项或团体),7次亚军。成为江苏省内唯一获得省级各类各级比赛团体或单项冠军的一支高职院校舞龙队。省运会、农运会、全民健身运动会三大综合性运动会,均获得过冠军。其中,两届省运会中囊括全部四枚金牌,并且获全国比赛冠军。

舞龙社团1人获得国家一级裁判员称号,1人被选拔为“校长助理”,3人毕业时被授予“校长奖章”。以舞龙社团为基础的舞龙项目发展模式,入选《2017年江苏省高等职业教育质量年度报告》。2017年被教育部中国大学生体育协会遴选为全国高职院校“一校一品”示范基地(全国32所),同时获全国高职院校体育示范项目一等奖(5/15个)。

扬州工业职业技术学院舞龙舞狮教学实践主要是通过社团开展,通过社团将舞龙舞狮带到学生身边,在传承龙狮文化的同时,也形成了学生对于学校体育建设的文化认同。

(9) 南京理工大学龙狮运动组织情况

南京理工大学龙狮团成立于2000年,以“演绎龙形态、传承龙文化”为宗旨,一直致力于高校龙狮运动的教学实践,逐渐形成以教学、竞赛、社团活动、社会服务等多通道、多层次、课内外、校内外一体化的龙狮运动教学开展模式。

南京理工大学是省内龙狮发展最早的高校,主要以舞龙为主,舞龙自选套路等的技术已经达到国内一流水平。该校龙狮项目齐全,涵盖舞龙、北狮、南狮三

大主项和包括技能龙狮等小项，教学实践经验丰富，也是本次研究的重点高校。

（11）扬州大学龙狮运动组织情况

扬州大学龙狮队成立于 2004 年，扬州大学体育学院设有民族传统体育专业，扬州大学舞龙队应运而生。队员全部为国家二级以上武术运动员，国际级舞龙舞狮裁判一人，国家一级舞龙舞狮裁判八人。在第十三届全国运动会上荣获“2013-2016 年度全国群众体育先进单位”，2017 年 9 月，获得江苏省体育局颁发的“2017 ‘我要上全运’ 活动最佳组织奖”。扬州大学龙狮队多次在省级、国家级、国际级比赛中荣获冠军。

4.2.2 江苏省高校舞龙舞狮项目开展模式调查与分析

表 4-1 所调查高校舞龙舞狮项目组建情况

高校名称	建队时间	教学开展形式	教学实践内容
南京理工大学	2000 年	专业课（选修）、运动队、社团	舞龙、北狮、南狮
苏州大学	2014 年	专业课（必修）、运动队	舞龙、北狮
徐州工程学院	2007 年	专业课（选修）、运动队、社团、留学生队	舞龙、北狮、南狮
江苏建筑职业技术学院	2013 年	专业课（选修）、运动队、社团	舞龙、北狮
南京工业大学	2003 年	专业课（选修）、运动队、社团	舞龙、北狮
南京邮电大学	2009 年	运动队、社团、留学生队	舞龙、北狮、南狮
江苏理工学院	2007 年	专业课（选修）、运动队、社团	舞龙
徐州工业职业技术	2013 年	运动队、社团	舞龙、北狮

术学院			
江阴职业技术学院	2010 年	运动队、社团	舞龙、北狮、南狮
扬州工业职业技术学院	2009 年	运动队、社团	舞龙、北狮
扬州大学	2004 年	专业课（必修）、运动队	舞龙、北狮

根据表 4-1 可以看出，在具有代表性的舞龙舞狮传统校中，南京理工大学建队最早，教学开展形式全面。综合调查，南京理工大学、徐州工程学院教学开展方式以及教学内容最为齐全，涵盖舞龙、北狮、南狮三大主项。目前江苏省具有武术与民族传统体育专业的高校共四所，分别是扬州大学、苏州大学、南京体育学院、江苏师范大学，并且都开设有舞龙舞狮课程，其中以扬州大学最为卓越，其次苏州大学。

表 4-2 所调查高校龙狮项目教学实践方式比例

开展方式	数目	百分比
专业课	7	63%
运动队	11	100%
社团	8	72%
留学生队伍	2	18%

根据表 4-2 在所调查的高校中，都具有龙狮训练队伍，以保障比赛任务顺利进行重点研究其教学方法。在发展龙狮运动过程中，72%的高校开设舞龙舞狮社团，这也促进了龙狮项目的发展与普及。具有舞龙舞狮专业课的高校占一半，重点研究其课程设置。南京邮电大学与徐州工程学院具有留学生队伍，这在很大程度上宣传与拓宽了龙狮项目国际发展道路，留学生作为他国高知识人才，这也是打开龙狮项目国际市场的有效手段。

由此可见，江苏省舞龙舞狮运动教学开展模式主要为运动队，教学实践对象面向运动队队员。运动队的选拔除了有民族传统体育的两所高校从专业部学生选

出外，其他高校都以社团形式存在，并从中挑选。运动队在为学校征得荣誉的同时，运动队队员也会由此获益并提升自身荣誉。

4.3 江苏省高校舞龙舞狮运动教学成果调查与分析

4.3.1 江苏省高校舞龙舞狮运动竞赛成果调查与分析

根据对江苏省高校舞龙舞狮运动的教学开展形式调查和表 4-2，可以知道江苏省高校舞龙舞狮项目的教学对象主要面对运动队。江苏省高校舞龙舞狮运动教学成果主要以竞赛成绩体现，从所参加的竞赛项目可以得出该校的教学主要内容，以获奖名次可以了解教学侧重点。

近年来江苏省舞龙舞狮运动蓬勃发展，不仅有一年一度的江苏省高校龙狮精英赛，国内各大赛事更是纷纷在苏举办。其中包括全国舞龙舞狮锦标赛、中华龙狮大赛、全国农民舞龙舞狮锦标赛等知名赛事。这给江苏省高校的龙狮队伍提供了良好的竞赛环境，更是对高校龙狮运动教学质量提升的激励。

4.3.1.1 江苏省高校舞龙舞狮运动竞赛获奖统计

调查统计顺序：（1）南京工业大学；（2）徐州工业职业技术学院；（3）扬州工业职业技术学院；（4）江苏建筑职业技术学院；（5）江阴职业技术学院；（6）苏州大学；（7）江苏理工学院；（8）徐州工程学院；（9）徐州工程学院留学生；（10）南京邮电大学；（11）南京理工大学；（12）扬州大学。（统计内容见附录五，表格编码仍按照当前章节排列）

4.3.1.2 江苏省高校舞龙舞狮项目教学实践成果（竞赛）分析

表 4-15 江苏省高校舞龙舞狮项目省级以上竞赛金牌榜

高校名称	省级	金牌数	国家级	金牌数	国际级	金牌数	比赛总计	金牌总计
南京理工大学	2	3	20	22	5	5	27	30
扬州工业职业技术学院	21	22	8	1	0	0	29	23
徐州工程学院	14	4	7	11	2	0	23	15

扬州大学	4	7	1	0	1	3	6	10
南京工业 大学	12	8	2	0	2	1	16	9
南京邮电 大学	10	5	6	4	1	0	16	9
江苏建筑 职业技术 学院	4	6	3	2	0	0	7	8
徐州工业 职业技术 学院	8	7	1	0	0	0	9	7
江阴职业 技术学院	1	1	4	2	0	0	5	3
苏州大学	2	2	1	1	0	0	3	3
江苏理工 学院	5	1	4	2	0	0	9	3
江苏省留 学生	2	0	5	3	3	0	10	3

通过表 4-15 可以看出，江苏省高校中以南京理工大学所取得的舞龙舞狮运动成绩最为卓越，南京理工大学是江苏省最先开展舞龙舞狮运动教学的高校，具有丰富的龙狮项目教学开展经验，其国家级以上比赛 27 次，共获金牌 30 次，而且多为国家级及以上赛事。从江苏省高校参加的舞龙舞狮运动获奖项目可以看出，江苏省高校龙狮项目舞龙运动水平较高，其次是北狮运动。

竞赛作为运动项目展示以及技术水平角逐的平台，随着江苏省地方所承办的赛事增加，江苏省高校舞龙舞狮运动队伍的参加率也逐步上升。除了省级赛事以外，很多高校都参加了国家级以上赛事，并取得了较好的成绩。南狮运动也在江苏省高校中起步，比如江阴职业技术学院在 2019 年全国龙狮锦标赛中技能龙狮获得了金奖，徐州工程学院的南狮队伍已经有高桩项目^[1]，南京邮电大学在 2019 年的全国龙狮锦标赛中的创意龙狮项目中增加了南狮高杆^[2]，这都是江苏省高校舞龙舞狮运动教学实践发展前行的成果。

4.3.1.3 江苏省高校舞龙舞狮运动竞赛参与的特点

^[1] 走访得知，徐州工程学院组建有南狮队，而且有高难度的高桩项目。

^[2] 笔者在 2019 年全国龙狮锦标赛中担任裁判，现场观看。

（1）项目多元化

江苏省高校舞龙舞狮运动教学内容，从参加竞赛项目综合来看，涵盖了竞技龙狮项目的所有内容。包括舞龙和北狮项目的自选套路、传统套路、规定套路。还包括技能龙狮等小项。舞龙舞狮运动竞赛项目中，技能龙狮主要面向年轻的队伍。竞速龙狮、障碍龙狮、抽签龙狮等需要队员很高的体能、技能等要求，在教学实践中熟知龙狮的运动方法后主要以身体素质为重点。高校龙狮队伍恰恰符合技能龙狮的特点，高校成为技能龙狮的主要教学实践场所。

江苏省高校中，如南京理工大学、徐州工程学院、南京邮电大学等都有南狮队伍，但只是教学实践内容的增多和校内外表演。江阴职业技术学院组建的南狮队伍率先代表学校参加了竞赛，并通过技能南狮项目获得了2019年全国龙狮锦标赛的冠军。这是项目多元化的有利之处，即可参加团体总分的角逐，又增大了项目夺冠率。

（2）注重团体总分

江苏省很多高校在比赛成绩上，团体总分的名次也占据很大的争夺地位。例如扬州大学在江苏省第十九届运动会中，北狮项目虽然没拿到金牌，但是舞龙项目的双料冠军使得团体总分位居江苏省高校第一名。在第九届江苏省龙狮精英赛中，江苏理工学院舞龙自选套路和规定套路均不是第一名，但是凭借综合分，舞龙团体获得了金奖，给该校增加了一个冠军奖牌。在舞龙舞狮比赛中都会有团体总分的评比，这也是促使高校龙狮运动教学内容多元化的原因之一。要保证团体总分的名次，需要提高高校教学实践的综合能力。

（3）赛事经验丰富

江苏省高校舞龙舞狮运动队竞赛参加度较高，随着龙狮项目的发展以及江苏省近年多次举办省级以上赛事，将江苏省高校龙狮项目发展推向高潮。南京理工大学因参加高级别赛事较多、成绩突出，亚洲室内运动会、龙狮世锦赛、龙狮全国赛纷纷夺冠，一度成为我国高校中舞龙翘楚。又比如徐州工程学院与扬州工业职业技术学院参加省级以上比赛颇多，扬州工业职业技术学院更成为江苏省内唯一获得省级各类各级比赛团体或单项冠军的一支高职院校舞龙队。舞龙舞狮比赛虽然具有一定的技术要求，但是非专业的运动员经过不断的练习也是可以达到比赛水平，这也是高校中能更好的发展舞龙舞狮运动的关键。

(4) 赛事参加度高

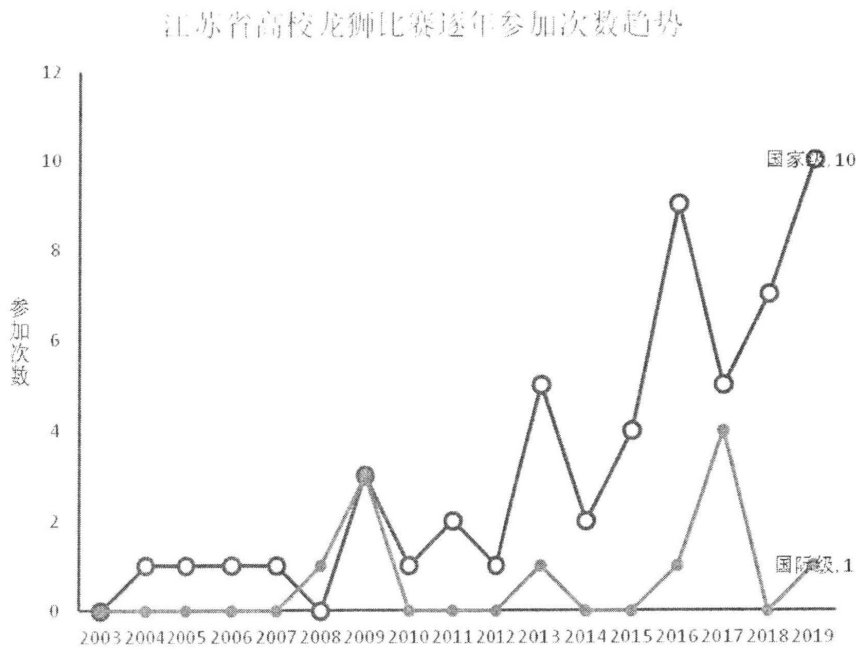


图 4-1 江苏省高校舞龙舞狮队逐年参加国家、国际级比赛次数趋势图

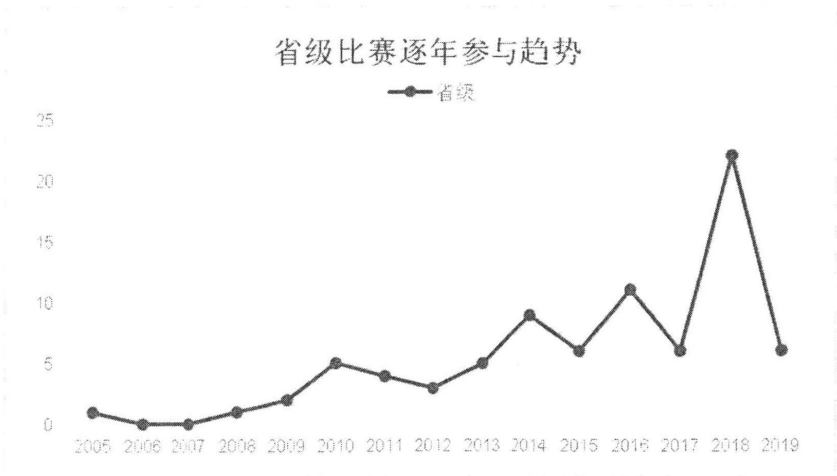


图 4-2 江苏省高校舞龙舞狮队逐年参加省级比赛次数趋势图

随着高校舞龙舞狮运动的发展,江苏省高校舞龙舞狮运动教学实践取得了较为可观的发展趋势。通过图 4-1、图 4-2,从逐年参加的省级、国家级、国际级比赛队伍量可以看出,江苏省可以参加比赛的高校队伍越来越多,总体呈现上升趋势。特别是 2018 年,江苏省第十九届运动会高校部舞龙舞狮比赛的成功举办,

所调查高校 100%参加，并且同年江苏省还举行了大学生龙狮精英赛，长三角地区舞龙大赛等精品赛事，省内高校参加众多。

(5) 技术水平逐步上升

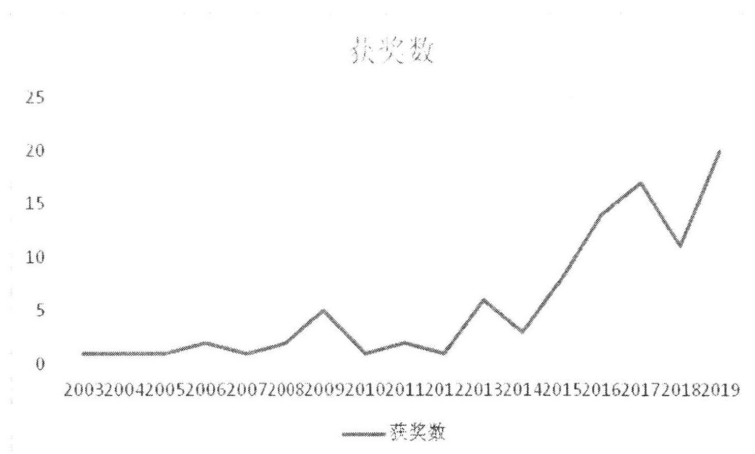


图 4-3 江苏省高校龙狮项目逐年获奖（前三名）趋势

根据图 4-3 从每所高校的获奖趋势可以看出，江苏省高校的舞龙舞狮总体技术水平呈现上升趋势。江苏省高校龙狮队伍的不断扩大，以及江苏承办的高级别赛事的增多，都是促进以及导致江苏省高校龙狮项目水平整体提升的原因。江苏省高校龙狮项目由最早的南京理工大学独树一帜，而发展成现在的“百花齐放”，国家级以上赛事获奖率明显提升，这也证明江苏省高校龙狮运动技术仍处于上升趋势。

4.3.2 江苏省高校龙狮项目社团教学实践成果调查与分析

根据表 4-2 江苏省高校中舞龙舞狮教学实践以社团形式开展的占 72%，舞龙舞狮运动社团的建设，不仅有利于增加校园体育文化的增进，更是对舞龙舞狮这一项优秀民族传统体育的宣传与实践。社团在高校中起着很重要的作用，它是学生之间兴趣相投的活动组织亦是课堂与课外教学实践的枢纽。江苏省高校中很多舞龙舞狮社团的组建成为了学校的名片，活跃于校内外活动，包括校内各大活动的开幕式和校外演出，也提升了学校在体育领域的知名度。

4.3.2.1 江苏省部分高校因舞龙舞狮社团知名度提升

江苏省高校舞龙舞狮社团的建立,增加了该校社团建设的文化以及高度,甚至成为学校精品社团。江苏省高校的舞龙舞狮社团不仅为学校提供运动队参加比赛,大多还承接校内外的各种表演,成为沟通校内校外活动的桥梁。这种模式不仅为学校、社团增加了知名度,一些具有报酬的演出,为社团增加了收益,成为购买道具以及其他开支的来源。

扬州工业职业技术学院的舞龙社团发展近千人,是该校唯一获得全国、省、市、校四级表彰的“优秀社团”称号的社团。以舞龙社团为基础的舞龙项目发展模式,入选《2017年江苏省高等职业教育质量年度报告》。2017年被教育部中国大学生体育协会遴选为全国高职院校“一校一品”示范基地(全国32所),同时获全国高职院校体育示范项目一等奖(5/15个)。

江苏理工学院舞龙舞狮社团被共青团中央学校部和全国学联秘书处评定为“全国百佳体育公益社团”;该校牵头成立的常州市舞龙舞狮运动协会被常州市民政局、体育局评为“4A级体育社团”。

江苏建筑职业技术学院2014年就成立了舞龙舞狮俱乐部,注册会员同扬州工业职业技术学院一样具有千余人,多次获得五星级优秀社团组织及徐州市“十佳社团”并于2017年荣获江苏省高校“百优社团”称号。

高校中社团多种多样,然而像舞龙舞狮社团一样具有影响力的不多。不仅为学校征得各种荣誉,而在社团内部成员也因各种荣誉而增加自豪感,这对人才培养也起到了很好的帮助,很多同学凭借舞龙舞狮获奖可以申报不同等级的奖学金。比如扬州工业职业技术学院,舞龙社团1人获得国家一级裁判员称号,1人被选拔为“校长助理”,3人毕业时被授予“校长奖章”。

4.3.2.2 部分高校牵头成立地方舞龙舞狮运动协会

江苏省目前具有地方舞龙舞狮运动协会三所,分别是徐州市舞龙舞狮运动协会、常州市舞龙舞狮运动协会、江阴市舞龙舞狮运动协会,并且全部由高校牵头成立。

常州市舞龙舞狮运动协会由江苏理工学院牵头成立,并且每年举办常州市的舞龙舞狮比赛,并且由江苏理工学院承办。2015年常州市舞龙舞狮运动协会被常州市民政局、体育局评为“4A级体育社团”,这也是江苏省高校发起地方舞龙舞狮运动协会的开端。徐州市舞龙舞狮运动协会成立于2015年,由徐州工程学

院发起并被授予徐州市舞龙舞狮运动协会主席单位。江阴市舞龙舞狮运动协会成立于 2020 年元月，由江阴市职业技术学院发起。

高校作为科学研讨的最高学府，舞龙舞狮运动从民间走向高校，在高校中开展并升华，舞龙舞狮运动技术在高校的青年力量中飞速前进，并且代表着地方舞龙舞狮（竞技类）最高水平。特别是舞龙运动，因人员需求多民间舞龙队技术往往仅存留于基本的舞龙技巧，未达到高水平要求。舞狮运动，民间群体以商演和节日庆典为主，缺乏规范和系统训练，导致并不适应赛事需求。

民间的舞龙舞狮文化浓郁，但缺乏系统的研究整理，高校恰恰是科学研究的最佳场域，能从学术角度深入挖掘整理民间舞龙舞狮文化。根据高水平技术要求以及地方龙狮文化挖掘的整合，高校发起地方舞龙舞狮运动协会成为最佳模式。

4.4 高校舞龙舞狮运动的教学实践方法探究

舞龙舞狮运动作为中华大地共同传承的民族传统体育之一，各类高校中的教学实践方法大同小异。以江苏省为例^[1]，江苏省高校舞龙舞狮运动以运动队、社团和专业课三种模式开展，其中运动队是最主要的形式。专业课多为选修，江苏省内只有苏州大学、南京体育学院、江苏师范大学、扬州大学四所具有武术与民族传统体育专业的高校具有必修课，调查范围内只有苏州大学和扬州大学，其余高校皆为选修课。经调查，选修舞龙舞狮运动课程的同学大多来自该校的舞龙舞狮社团同学，特别是运动队的同学都参加了选修课，这样除了舞龙舞狮历史与文化部分，教学内容多以竞赛内容为主。

4.4.1 高校舞龙舞狮运动项目选择分析

中国舞龙舞狮运动形式多种多样，竞技龙狮目前以高校年轻力量为主。高校在开展舞龙舞狮运动的同时，应考察当地特有的舞龙舞狮运动形式以更好的传承与保护。例如我国南部沿海地区主要以南狮为主，地方高校应以南狮为主要教学实践内容。河北、北京、湖北等地北狮技术相对较强，地方高校应以北狮为主要

^[1] 在各届大学生龙狮锦标赛中，江苏省高校获奖率最高，故江苏省龙狮教学具有一定的代表性。

教学实践内容，比如北京体育大学、武汉体育学院和河北体育学院的北狮队伍在各类比赛中，北狮项目技术高超给人印象深刻。

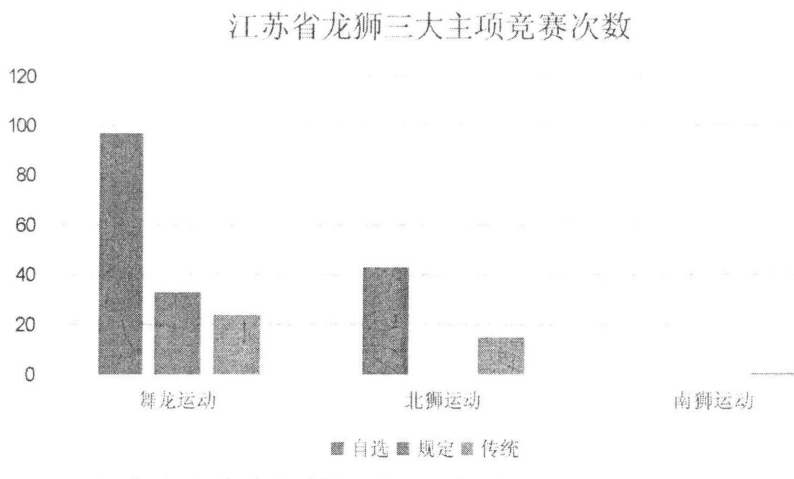


图 4-4 江苏省高校龙狮项目主项竞赛次数比较

高校舞龙舞狮项目应根据地区主流和教练员主项选择相应的内容。江苏省地区有“鱼米之乡”之称，民间多以舞龙为多，以祈求风调雨顺、物阜民丰。通过竞赛分析江苏省高校以舞龙运动为主，包括南京理工大学更是在国际赛场上以舞龙运动争金夺银。从江苏省高校中队伍的参赛起步，都是以舞龙为主，慢慢发展其他项目，目前以舞龙和北狮居多，南狮运动刚刚起步（江阴职业技术学院南狮队进入赛场）。

目前高校中舞龙舞狮运动齐头并进，在各类赛场上绝大多数高校队伍都是多样性项目参赛。如图 4-4 江苏省除了舞龙以外，北狮项目技术水平也达到较为良好的高度，例如徐州工程学院与江苏建筑学院北狮队，在全国大学生龙狮锦标赛中虽未获得金奖，但也走进了前三名行列。江阴职业技术学院在省内高校中首次将南狮项目进入赛场，并获得技能南狮冠军，这也成为江苏省高校南狮项目竞赛的开端。

4.4.1.1 根据学校运动队人员情况定位项目主项（选材）

（1）以个人兴趣为主导安排队伍

高校中社团或者选修课的开设都离不开学生的兴趣，从学生心理角度出发，舞龙舞狮会给学生带来乐趣的同时，起到身体锻炼以及获奖后荣誉感增加的作

用，实现自我认同以及对于学校所贡献的价值认同。

表 4-16 问卷学生选择（多选）舞龙舞狮运动来源

	个人兴趣	同学推荐	必修课	学校选拔
数目	167	24	20	47
百分比	96%	13%	11%	27%

根据表 4-16 可以看出 96%的同学选择舞龙舞狮运动是因为兴趣，少数是因为同学推荐和必修课，但接触后开始慢慢感兴趣的同学也很多。舞龙舞狮运动主要分为舞龙运动和舞狮运动，都需要根据队员的个人参选项目而合理安排。按照舞龙和舞狮的运动特点，有的同学喜欢舞龙技术的变化多端，抑或是喜欢舞狮的勇猛剽悍，学生选择比较感兴趣的运动项目，能达到自主学练的效果。根据学生喜欢的运动项目而分配组队，可以更好的实施教学实践活动。

(2) 结合身体形态与素质选材

依据学生自身兴趣可以安排舞龙和舞狮队伍，但是这两项运动在运动员身体形态特征和身体素质上有所差异，故而还得根据学生身体情况具体问题具体分析。舞龙运动往往模仿“龙”的欢腾、翻滚等，最为基础的技术动作为“8 字舞龙”和“游龙”。这要求舞龙运动员能将龙舞出高、飘、迅、猛的特点，所以在舞龙运动选材时往往选择身高较高、速度快的运动员。竞技舞龙运动中，目前所用为九人龙和“龙珠”一名，自选套路可有两名“龙头”运动员。“龙头”运动员要求身材魁梧、力量大，能带动整条龙队配合完成套路。“龙尾”运动员要求身材小巧且灵活、善跑，能演绎“神龙摆尾”的形态。“龙珠”运动员要求有武术或者舞蹈功底最好，或者是肢体协调性较强、善表演，可以达到“锦上添花”的套路效果。

舞狮运动从单一的“狮子”来看是两人配合完成各种象形动作，包括托举、钳腰、步形步法、狮形狮态等。舞狮往往呈现半马步姿势，狮头狮尾运动员皆俯身，这要求舞狮运动员个头小巧，狮头体重略轻，狮尾力量较好且高于狮头的运动员。北狮运动除了两头狮子以外还有一名“引狮员”，引狮员要求同龙珠一样，最好具有武术功底，配合双狮演绎勇猛剽悍、灵活多变的套路运动。南狮运动则挑选一组身体素质较优的运动员，其余运动员以鼓乐为主。

4.4.1.2 主项兼带小项的教学实践安排

高校舞龙舞狮运动主要以竞技龙狮为主，目前代表队伍水平的是舞龙和舞狮

项目自选套路的竞争。江苏省高校自选套路主要是舞龙与北狮，其中舞龙自选套路各大高校水平已经达到较高水平。江苏省高校舞龙舞狮运动教学实践应以自选套路为根本，兼带其他项目教学的实践模式。

除了自选套路以外，另外规定套路与传统套路也属于主项范围。根据江苏省高校竞赛分析，目前舞龙规定套路的实践教学很普及，北狮规定套路还未涉及。江苏省高校舞龙舞狮最高赛事省运会中共设四项比赛内容，分别是舞龙自选套路、舞龙规定套路、北狮自选套路和竞速北狮。从省运会的项目设置可以看出舞龙和北狮运动的自选套路为江苏省高校龙狮项目的第一战场，其次是小项目角逐。

表 4-17 江苏省龙狮项目参赛项目次数统计

次 数 小 项	项目				
		舞龙运动	北狮运动	南狮运动	团体角逐
自选套路		97	43	0	
规定套路		33	0	0	
传统套路		24	15	1	
竞 速		14	12	2	19
障 碍		3	2	1	
抽 签		2	0	0	
全 能		27	15	0	
总 计		200	87	4	19

根据表 4-17 舞龙与北狮项目的小项目比赛统计，其中不论舞龙还是北狮竞速项目参赛次数最多。可以从大学生身体素质分析，大学生体能较好，竞速项目要求运动员以速度为主，力量、耐力等身体素质为辅，并要求具有一定的技术水平。最主要的是道具，在道具方面障碍龙狮道具繁多且内容较多，一般高校还未具有器材，甚至有些高校为了团体总分在学校模拟练习，到达赛区才真正体验标准器材，这样看来技能龙狮成为全能赛和团体总分评比的硬性要求，关键还是在于自选、规定、传统三大项目的教学实践。在全能比赛中舞龙全能明显高于北狮全能，这也跟舞龙与北狮在江苏省开展的总体情况而定，在江苏省舞龙运动总体

上超过北狮。

4.4.1.3 发展女子队伍也是高校龙狮教学实践的重点

表 4-18 江苏省高校龙狮女子队伍省级以上获奖统计表

项 目	自选套路	规定套路	传统套路	舞龙全能
冠军次数	4	2	3	1
亚军次数	4	1	1	0
季军次数	5	0	0	0
总 计	13	3	4	1

江苏省高校中女子队伍主要以舞龙为主，而且通过表 4-18 可以看出自选套路依然是重点教学对象。传统套路因为舞龙高难度动作较少，并且每个学校都有不同的演绎方式，女子队员相对容易操作，比如传统舞龙项目荷花龙项目女子队伍较多。

女子队伍的培养也是比赛获取名次的有效手段之一。在诸多比赛中都设置有女子舞龙项目，以江苏省为例，女子队伍相对较少，在江苏省舞龙舞狮综合实力带动下，女子也具有一定水平，由此容易获取名次。经过统计，江苏省参加过女子组比赛的高校共 7 所，分别为徐州工业职业技术学院、扬州工业职业技术学院、江苏建筑职业技术学院、江阴职业技术学院、江苏理工学院、徐州工程学院、南京邮电大学。除了此七所高校以外，经了解调查的江苏省舞龙舞狮传统校其他高校也有女子舞龙队伍教学实践活动，但是没有参加比赛。

这些女子队伍在龙狮项目上也为学校争金夺银，技术也已经趋近于成熟。比赛中女子队伍报名人数较少，这也给学校和个人增加了夺取名次的机会。发展南狮项目时，必不可少的鼓乐教学实践对象也可以适当由女生队员承担。

4.4.1.4 以挖掘当地传统龙狮而传承并发展龙狮传统项目

舞龙舞狮作为民族传统体育由民间而来进入竞赛场域，由于它的民族性、传统性、传承性和竞技性让它走进高校，并登上更高的舞台，被越来越多的人所了解。高校所教授的内容多以竞技龙狮为主，在大力发展舞龙舞狮技术体系的同时，必须保证其传统性。特别是竞技龙狮运动中，另有“传统龙狮”竞赛项目，这更加要求高校挖掘当地传统龙狮技艺，传承、保护、研究和发展民族传统体育。

以竞赛内容而谈，当下龙狮竞赛中少有独特风味的龙狮项目，特别在高校中

所涉及的传统龙狮绝大多数还是离不开竞技舞龙舞狮的影子，缺乏传统性。目前为区分传统龙狮与创意龙狮，特地将此项目分开，在第十二届全国舞龙舞狮锦标赛中已经得到试点，江苏省的南京邮电大学获得了创意龙狮项目一等奖。传统龙狮项目要有传统性，特别是当地传统龙狮，并有特色而言区别创意龙狮。

在2017年的中华人民共和国全国运动会（舞龙项目）中，共设两个竞赛项目，分别是舞龙自选套路和舞龙传统套路。在全运会中，舞龙传统套路真正体现到了传统形式的舞龙，比如江苏单人龙灯舞、湖南吊龙、奉化布龙、重庆火龙等等。高校也应该重视并挖掘当地传统舞龙舞狮运动，从而丰富龙狮运动内容，增加龙狮文化涵盖。

在2018年的江苏省运动会群众部（舞龙比赛）中设有舞龙自选套路和舞龙传统套路两个项目，其中舞龙传统套路创造性的进行了人员数量的放宽。由于传统舞龙形式各异，队员数量不一，这种设置给予了传统舞龙更大展示的空间。扬中市“荷花龙舞”获得该项目金奖。另外具有特色的还有无锡“凤羽龙舞”、苏州“段龙舞”、扬州“单人龙舞”、南京“龙凤呈祥”等都是具有传统色彩的舞龙形式，这也给高校带来参考。本研究罗列江苏省部分具有代表性的地方舞龙舞狮项目，见表4-19。

表 4-19 江苏省部分传统龙狮项目

地 方	传统龙狮项目	地 方	传统龙狮项目
南京市	金陵龙灯舞	南通市	苍龙舞、罗汉龙、九狮图
无锡市	惠山凤羽龙	盐城市	恒济龙舞
徐州市	邳州北狮、沛县彩龙	扬州市	狮盘瓠、板凳龙、高跷龙
常州市	直溪巨龙	镇江市	句容二龙戏珠、扬中九狮舞
苏州市	草篮段龙 苏州舞狮	泰州市	片龙舞、仓龙舞

4.4.2 舞龙舞狮运动主项的教学实践方法探究

龙狮技术是指符合人体运动科学原理,能充分发挥运动员的潜在能力,有效地符合完成动作的合理方法。^[1]舞龙舞狮运动在高校中主要以竞赛为目的,以运动队为教学实践目标。根据赛场以及课堂教学实践需求,舞龙舞狮运动的自选套路、规定套路和传统龙狮为其运动主项,技能龙狮为辅,高校中舞龙舞狮运动体系较民间全面。南狮运动自选套路与规定套路皆为高桩,难度系数较大,在高校中只有少数高校进行了南狮的教学,目前江苏省高校正处在发展南狮运动的道路上。

从总体上看,高校舞龙舞狮运动主要以自选套路为主,自选套路中高难度动作往往代表着一条队伍的水平。自选套路包含龙狮的基本舞法技术、身形步法、难度动作、套路编排和配乐,这些为舞龙舞狮运动教学实践的重点。除南狮仍采取锣鼓形式配乐以外,目前高校中舞龙、北狮主要以剪辑的音乐为配乐方法。

(1) 舞龙舞狮基本动作教学实践

舞龙与舞狮都是通过道具演绎的龙狮形态,要求生动逼真、灵活多变,但是由于舞龙与舞狮技术表现的不同也存在个性差异。舞龙是“高度”集体性项目,自选套路为九人龙与龙珠,九个队员通过不同的动作演绎龙变幻多端的特点。舞狮是狮头与狮尾的配合演绎狮子勇猛灵活的形象,北狮为双狮和引狮员的互动,南狮为单狮和南狮鼓乐的配合。

舞龙基本动作包括有8字舞龙类、游龙类、翻滚类、组图造型类等五大动作体系,自选套路中必须包含这五种基本动作。在舞龙基本动作的教学实践中要从这五大类动作为切入点,由简单动作入手进行实践教学。为了保证龙体的流畅度,要求除组图造型动作以外的任何情况下,龙体运动轨迹顺畅、不塌肚、不打结,动作连接紧凑,无停顿、脱节现象。

舞狮基本动作包括形态动作(亮相、卧势、高举、侧滚翻、金狮直立、金狮独立转体180度、舔、啃、挠、甩尾等)和神态动作(楞相、美相、惊相、怕相、急相等),由队员通过这些基本动作来表现和模仿狮子的形态与神态。在舞狮基本动作的教学实践中,要定位狮头与狮尾队员的协调配合度,没有协调一致的精准配合,往往难以达到舞狮的整体技术表现效果。

(2) 舞龙舞狮运动员身形步法的练习

^[1] 雷军蓉.龙狮运动训练[M].北京:北京体育大学出版社,2005,04.

舞龙舞狮运动员的身形步法练习尤为重要,这是队伍动作规格与艺术表现的体现。队员的身形步法在一定程度上决定高规格、高质量的龙狮动作,比如舞龙运动中握把的身体姿势,配合步法随龙体轨迹运行协调一致,给人一种“人龙合一”的美感。比如比赛中最基本的队伍进场,队员昂首挺胸、握把有力,圆场步运用自如,龙体饱满顺畅,代表着是一支训练有素、基本功扎实的队伍。

在舞龙训练开始前可以进行队员徒手“台步”练习,包括圆场步、矮步、弧行步等,目的在于培养队员身形步法意识。在舞龙运动过程中,每个动作都需要身形步法的配合,运动员身形步法提升后,才能真正达到“舞”的效果和美感。

(3) 舞龙舞狮运动难度动作教学实践

舞龙舞狮运动从民间走向体育竞技,不可或缺的是提高其难度系数。舞龙运动高校队伍中难度较大,且创新难度越来越多,创新难度要符合龙狮的运动规律。

舞龙舞狮运动难度动作教学要遵循量力而行、循序渐进原则。高校中除体育院校外,其余同学大多为其他专业学生或者热爱体育有一定体育基础的学生。舞龙舞狮运动难度技术具有一定危险性,所以要遵循量力而行原则。舞龙舞狮任何难度都是在高度配合中完成,从基本动作入手,在熟悉掌握龙狮基本动作的基础上实践难度技术动作。

运动员心理因素也是舞龙舞狮运动难度教学的关键。面对难度较大的动作,首先要运用讲解法,讲解难度动作的技巧以及防护措施,其次运用运动训练学方法先分解后完整,最后多种难度变化训练。

舞龙舞狮运动是需要道具完成表现的技术,如何能熟练运用难度动作,要从徒手练习入手。徒手动作指不运用道具,队员相互配合完成难度的实践方法。徒手动作可以帮助同学清晰的认识难度动作并进入下一阶段练习。在徒手练习时,要注意身体必须处于“舞”的状态,才有利于接轨舞龙拿把位,舞狮带狮头、狮被的练习。

(4) 舞龙舞狮套路编排分析

舞龙舞狮除规定套路外,编排主要运用于自选套路与传统套路。自选套路在编排上应该注意多种类动作交叉进行、场地的利用度、体能的分配和艺术表现。舞龙与舞狮自古发展而来经久不衰,全国各地舞龙与舞狮运动技巧不胜枚举,这给舞龙舞狮套路编排提供了很大的空间。一套高规格、高水平的自选套路,往往

需要教练员精心编排，这就要求教练员的龙狮教学实践水平达到一定的水准。

舞龙舞狮选套路从完整度来说自要涵盖其所有基本动作，并且要多种类动作交叉进行，如果种类单一、技术重复，就容易造成视觉上的疲劳，达不到艺术表现效果。

高难度动作代表着队伍在技术方面的水平，有些队伍一味的追求难度而忽视了龙型与狮型，这并不代表技术的高超，所以舞龙舞狮基本功的扎实才是自选套路将高难度动作编入其中的关键。

在编排动作方位时，场地利用度是整套动作编排的重点。目前标准龙狮运动场地为 20×20（米）的正方形场地，最低不少于 18 米。教练员在编排套路时要根据场地来安排动作方位，什么样的动作要放在合适的角度，使得动作的变化加上角度的改变，增加了套路的多样性。

最后是体能分配原则。舞龙舞狮运动要求整套动作时间区间为 7 到 10 分钟，运动员自身运动之外还得负重道具完成整套动作，而且必须保证完整套路的不失误和完美表现。在编排时不能追求永远的快与猛，在每段完成需要体能比较大的地方适当安排运动量稍小的动作，比如舞龙中翻滚类动作后安排组图造型动作，舞狮难度动作过后安排原地神态动作。

（5）舞龙、北狮运动套路的配乐技巧

高校舞龙舞狮运动目前大多使用剪辑制作的音乐，在套路演练过程中运用音响等设备播放为配乐形式，其中南狮还是以南狮鼓乐为主。配乐的运用可以烘托舞龙舞狮的气氛，在编排中变化的音乐可以表达龙狮的不同的情感。

舞龙舞狮配乐一般采用有喜庆祥和、雄浑激昂、热闹非凡等音乐，并且在龙狮动作类型转变时加以传统锣鼓，形成现代与传统的良好结合的配乐形式，并且配乐要与舞龙舞狮动作合拍。首先要求编排完成整套动作，队员可以完整演练出整套动作之后，根据动作类型配以合适的音乐。在后期训练中，要求队员能熟练的完成整套动作以及跟音乐的完整配合。音乐与动作的配合才能体现舞龙舞狮的节奏感，无论从听觉还是视觉达到二维一体的“舞”的艺术表现。

4.5 高校舞龙舞狮运动教学的组织与实施

4.5.1 高校舞龙舞狮运动教学文件的撰写

舞龙舞狮运动教学文件的种类包括关于舞龙舞狮运动的学校体育工作计划；教学计划、教学大纲、教学进度、课时计划；竞赛工作计划、师资队伍建设计划、场馆建设使用计划、科研计划等。舞龙舞狮运动教学文件应根据学校具体情况，遵循计划性、科学性、专业性等特性，围绕舞龙舞狮运动的项目特点而制定。

（1）学校体育工作计划

学校体育工作计划是对学校具体实施体育项目的总体性规划，学校体育工作计划（舞龙舞狮运动）的制定，具体应包括以下内容。

①前言：舞龙舞狮运动的基本情况（领导、教师分工；场馆设施情况；上级要求、计划、任务等），本年度总体指导思想、目标、任务、重点工作等。

②舞龙舞狮运动教学训练工作：任务、分工、重点工作内容；制度、措施、检查（备课、看课、文件撰写要求、教学质量评估办法等）；课外舞龙舞狮活动、龙狮运动训练、骨干培训、龙狮运动竞赛、龙狮文化宣传教育等。

③舞龙舞狮运动教师培养、进修提高工作：政治思想、业务提高的措施办法；相关业务学习；自修内容与要求；公开课和检查课、专题报告等。

④舞龙舞狮运动教学研究工作：专题讨论、课题研究；教材研究与撰写、教法研究等。

⑤其他工作：总结、经费、场馆、设施建设、对外竞赛组织与安排等。

（2）本专业教学文件

对于舞龙舞狮运动专业教学文件的撰写分舞龙舞狮运动专业教学计划、年度教学计划、教学大纲、进度、课时计划等。具体内容应包括以下内容。

①制定依据：教育方针、培养目标、培养模式；本院工作计划的任务和要求；教师基本情况、学生实际情况；师资条件、基本设施条件（包括场馆、器械、经费）；本院领导到基层对舞龙舞狮运动的看法和观点等。

②步骤：认真研究龙狮运动教材内容^[1]，明确舞龙舞狮教学任务、目的，分析教材之间的内在联系；确定各项教材在多年（或全年）中的教学时效。

③安排好舞龙舞狮理论考试、技术考核项目的内容与形式。

^[1] 可参考文献综述第一部分教材篇

- ④把教学内容合理的安排到各次课中去，做到搭配合理、科学。

4.5.2 高校舞龙舞狮运动教学的组织

（1）个别教学

个别教学是指教师、教练员对一个或者几个学生进行单独辅导的方法。舞龙舞狮运动是高度集中、集体性项目，但队员水平一定存在差异，需要教师从教学实践中总结同学个性，从队员内部逐步优化。个别教学优点是能区别对待、纠正个性问题或培养典型骨干；缺点是不易全面照顾。需要做到以下几点：

- ①个别辅导前要先安排好整体的活动、形式和内容。
- ②要抓重点带一般。
- ③要认真辅导每个人，也要严明纪律、兼顾整个队伍的活动。
- ④个别辅导中的共性问题要采取灵活的方法及时提醒。
- ⑤每次辅导要使学生有所收获。

（2）分组教学

分组教学是指把数量比较多的群体分解成若干个小组进行复习、巩固、提高的一种形式和方法。由于舞狮运动可以相对分组独立，像舞狮运动就可以采用分组教学法，将同学分成若干组，形成对照与小组讨论。其优点是便于发挥骨干作用，培养互帮互学、能者为师的实践能力；能激发学生的主观能动性；便于纠正个性或共性的问题。其缺点是实践较长，不便于维持纪律。需要注意的问题如下：

- ①分组人数不宜过多。
- ②布置任务要明确、恰当、合理。
- ③要根据场馆指定练习地点，交代组织形式、练习方法；在练习时不要改变原练习方向。
- ④要合理地利用课外培训骨干（队长），充分发挥其管理、指挥、督促的作用。
- ⑤教师、教练员要有计划的进行小组指导，并时时注意观察全班、提醒个别同学或个别组，特别是技术不全面的典型学生要时时注意；根据情况要随时叫“停”，讲述共性技术问题，提出新的要求，或者典型示范表演等。

（3）集体教学

集体教学是把学生集中在一起教学的一种方法,主要运用于龙狮课堂和运动队集体训练。其优点是便于指挥、维持纪律、培养作风;有利于贯彻教育教学意图。其缺点是不易于区别对待,不易于体现专项技术风格。需要做到如下几点:

①集体教学需要注意的问题有注意加强纪律教育。

②讲解、示范、领队、指挥的位置要恰当;口令要适合。

③集体教学一般不作个别纠正。

④新技术教学时,不宜改变原练习队形队列方向,比如舞龙时龙体运动轨迹方向等。

第5章 结论与建议

5.1 结论

(1) 江苏省内高校中绝大多数都具有舞龙舞狮队伍, 主要以运动队和社团形式存在, 少数高校开设舞龙舞狮课程。较为成熟的有扬州大学、苏州大学、南京理工大学、南京工业大学、南京邮电大学、徐州工程学院、江苏理工学院、扬州工业职业技术学院、江苏建筑职业技术学院、江阴职业技术学院、徐州职业技术学院等。(排名不分先后)

(2) 江苏省舞龙舞狮运动教学实践开展模式为运动队、社团和专业课, 其中主要为运动队, 教学实践对象面向运动队队员。江苏省高校龙狮项目舞龙运动水平较高, 其次是北狮运动, 南狮运动刚刚起步。

(3) 竞赛作为运动项目展示以及技术水平角逐的平台, 随着江苏省地方所承办的赛事增加, 江苏省高校舞龙舞狮运动队伍的参加率也逐步上升。除了省级赛事以外, 很多高校都参加了国家级以上赛事, 并取得了较好的成绩。并呈现项目多元化、注重团体总分、赛事经验丰富、参与度高和技术水平飞速增长等特点。

(4) 江苏省高校舞龙舞狮社团建立良好, 增加了该校社团建设的文化以及高度, 甚至成为学校精品社团。江苏省目前具有地方舞龙舞狮运动协会三所, 分别是徐州市舞龙舞狮运动协会、常州市舞龙舞狮运动协会、江阴市舞龙舞狮运动协会, 并且全部由高校牵头成立。

(5) 根据学校运动队人员情况定位项目主项, 比如以个人兴趣为主导安排队伍、结合身体形态与素质选材。江苏省高校舞龙舞狮运动教学实践以自选套路为根本, 兼带其他项目教学的实践模式, 以挖掘当地传统龙狮而传承并发展龙狮传统项目

(6) 女子队伍的培养也是比赛获取名次的有效手段之一。在诸多比赛中都设置有女子舞龙项目, 以江苏省为例, 女子队伍相对较少, 在江苏省舞龙舞狮综合实力地带动下, 女子也具有一定水平, 由此容易获取名次。

(7) 从总体上看, 高校舞龙舞狮运动主要以自选套路为主, 自选套路中高难度动作往往代表着一条队伍的水平。自选套路包含龙狮的基本舞法技术、身形步法、难度动作、套路编排和配乐, 这些为舞龙舞狮运动教学实践的重点。

5.2 建议

通过鼓励各高校开设内容独特、健身价值高、表现形式新颖独特的民族传统体育项目教学, 并运用科学的方法和原理对所选择的项目进行系统性研究, 使该高校成为系统研究某一民族传统体育项目的学术以及技术权威, 才能使开设的项目更容易被具有现代科学意识的高校大学生所认同和接受, 激发其学习热情和兴趣, 推动民族传统体育的普及与提高。同时还要鼓励各高校积极申办民族传统体育训练基地, 培育出一批高素质高水平的教练员和运动员队伍, 带动高校相应民族传统体育项目的开展, 不断提高我国民族传统体育的教学和训练水平。具体措施可参考如下:

(1) 江苏省高校舞龙舞狮运动发展应以运动队为主, 以社团为首先开展模式实现教学实践, 其次为申请舞龙舞狮选修课, 让舞龙舞狮走进课堂, 提升舞龙舞狮运动教学实践的普识性。

(2) 高校舞龙舞狮运动项目应该齐头并进, 抓住主要教学实践项目, 其他项目共同发展, 以达到舞龙舞狮项目在高校中开展的项目全面性。高校应开展南狮运动, 从南狮鼓乐入手, 进而到南狮的传统套路教学实践, 循循渐进开展南狮自选与规定套路的实践教学。

(3) 高校中舞龙舞狮运动队应多参加比赛, 比赛经验的积累是学校队伍成熟的关键所在。例如近几年在江苏省举办的赛事丰富, 省级、国家级比赛各大高校都可参加, 且在省内资金花费较少。

(4) 高校应该大力发展舞龙舞狮社团, 普及舞龙舞狮文化, 主动吸取新力量。不仅可以为舞龙舞狮带来展示空间, 还为运动队选拔队员带来参考。高效也应积极带头成立当地舞龙舞狮运动协会, 促进龙狮运动发展。

(5) 高校舞龙舞狮运动队队员选拔应该作为开展龙狮教学实践的重点, 从运动员心理和体能等特点, 按照舞龙舞狮运动项目优先选择。

(6) 高校中缺乏女子舞龙舞狮队伍，高校舞龙舞狮运动应面向所有同学，并发展女子队伍，将舞龙舞狮真正形成规模，而不是少数人的运动。

(7) 舞龙舞狮套路应注重基本舞法技术、身形步法、难度动作、套路编排和配乐的统筹兼顾，这是舞龙舞狮运动教学实践的重点，套路的实践教学从这几方面展开。

参考文献

- [1] 习近平. 在庆祝中国共产党成立 95 周年大会上讲话[N]. 人民日报, 2016-7-02(2).
- [2] 习近平. 决胜全面建成小康社会 夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利——在中国共产党第十九次全国代表大会上的报告[N]. 人民日报, 2017-10-28(1-5).
- [3] 吕韶钧. 舞龙运动教程[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2015, 01.
- [4] 谢小龙, 肖谋文, 刘飞舟. 舞龙舞狮教与练[M]. 湖南: 湖南大学出版社, 2012, 07.
- [5] 全国体育学院教材委员会. 体育史[M]. 北京: 人民体育出版社, 1989.
- [6] 周伟良. 中华民族传统体育概论高级教程[M]. 北京: 高等教育出版, 2003.
- [7] 胡小明. 新时期中国体育理论的建构[J]. 成都体育学院学报, 2002(4): 1-5.
- [8] 张建雄, 江月兰. 民族传统体育概念相关问题辨析与界定[J]. 广州体育学院学报, 2004(05): 126-128.
- [9] 王岗. 中华民族传统体育发展的社会文化选择[J]. 北京体育大学学报, 2006(07): 872-876.
- [10] 雷军蓉. 舞龙运动[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2004, 01.
- [11] 雷军蓉. 中国舞龙运动[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2018, 12.
- [12] 段全伟. 舞狮运动教程[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2015, 01.
- [13] 陈耀佳, 林友标. 民族传统体育运动系列——南狮[M]. 广东: 广东体育出版社, 2007, 11.
- [14] 邱丕相. 民族传统体育概论[M]. 北京: 高等教育出版社, 2008, 12.
- [15] 石爱桥. 民族传统体育概论[M]. 北京: 人民体育出版社, 2014, 10.
- [16] 白晋湘. 民族民间体育[M]. 北京: 高等教育出版社, 2010, 07.
- [17] 崔乐泉. 中国民族传统体育学[M]. 北京: 科学出版社, 2018, 11.
- [18] 吕峰. 高校民族传统体育运动教学实践[M]. 北京: 中国书籍出版社, 2013, 08.

- [19] 陈东. 江苏民俗体育文化研究[M]. 北京:气象出版社, 2016, 09.
- [20] 刘轶. 我国学校民族传统体育发展路径研究——以文化软实力为视角[M]. 湖北:湖北人民出版社, 2013, 12.
- [21] 杨锋, 雷军蓉. 我国龙狮运动研究态势可视化研究[J]. 吉林体育学院学报, 2019, 35(04):99-108.
- [22] 徐二毛, 葛国政, 顾城. 南理工舞龙运动发展研究[J]. 当代体育科技, 2015, 5(15):179-180.
- [23] 周争蔚. 我国高校舞龙运动的发展研究[D]. 北京:北京体育大学, 2011:89-99.
- [24] 徐明胜, 张飞. 江苏省高校龙狮运动的现状及发展[J]. 体育科技文献通报, 2018, 26(04):34-37.
- [25] 张丹, 李平, 王辉, 张丰. 高校开展龙狮运动的 SWOT 分析[J]. 体育研究与教育, 2014, 29(05):98-101.
- [26] 王涛. 高职院校开展舞龙舞狮运动的价值研究[J]. 运动, 2016, 145(09):118.
- [27] 王世世, 刘祖辉, 冷智昂. 大学生舞龙舞狮运动现状与前景[J]. 牡丹江师

- [J]. 山西档案, 2018, 241(05): 76-78.
- [35] 王涛. 高职院校开展舞龙舞狮运动的价值研究[J]. 运动, 2016, 145(09): 117-118.
- [36] 周加兵. 我国高校舞龙舞狮课程建设与实践研究[J]. 现代教育, 2018, 5(27): 280-281.
- [37] 葛国政. 我国高校龙狮运动课程与教学研究[J]. 哈尔滨体育学院学报, 2008, 26(05): 144-146.
- [38] 张丹. 高校舞龙舞狮课程建设与实践[J]. 吉林省教育学院学报, 2013, 29(02): 41-42.
- [39] 周加兵. 我国高校舞龙舞狮课程建设与实践研究[J]. 现代教育, 2018, 5(27): 280-281.
- [40] 孟帅, 吕琦, 刁学慧, 等. 浅析高校舞龙舞狮课程的优化对策[J]. 科教导刊, 2016(13): 71-72.
- [41] 段全伟, 吕韶钧, 雷军蓉. 高等院校<舞龙舞狮>课程开展现状[J]. 北京体育大学学报, 2012, 35(5): 82-85.
- [42] 赵涛, 王辉, 张丹, 孙小舟. ARCS 动机模型在高校舞龙舞狮选项课中的应用研究[J]. 学校体育学, 2017, 32(07): 65-67.
- [43] 薛浩. PBL 教学模式应用于舞龙舞狮教学的实证研究[J]. 湖北体育科技, 2014, 33(07): 648-650.
- [44] 王鸣骏, 杜寿高. “学训结合”开创高校龙狮专项课改革的新思路——以南京工业大学为例[J]. 体育科技文献通报, 2014, 22(02): 62-63.
- [45] 谢云辉. 多元反馈教学法在舞龙舞狮教学中的探析[J]. 读与写杂志, 2018, 15(07): 30.
- [46] 雷军蓉. 龙狮运动训练[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2005, 04.
- [47] 罗斌, 朱梅[M]. 北京: 中国文联出版社, 2009, 04.

附录一

《高校舞龙舞狮项目校运动队队员调查问卷》

各高校舞龙、舞狮运动员您好！

为了了解舞龙、舞狮在江苏省高校发展的总体状况，其中涉及到高校舞龙舞狮运动员部分，设计了《高校舞龙舞狮项目校运动队队员调查问卷》问卷。望您百忙之中抽出少许时间，根据自身真实情况认真填写。对您大力支持表示衷心地感谢！

扬州大学研究生：刘 通

一、请您在填表之前填写您的个人情况（选项前的方框内打√）

姓 名：_____ 学校：_____

1、性 别： ☐男 ☐女

2、民族：☐汉族 ☐少数民族_____

3、您的年龄：_____

4、您是怎么接触到舞龙舞狮运动的？（可多选）

☐兴趣 ☐同学介绍 ☐必修课 ☐学校选拔

4、参加舞龙、舞狮训练几年？

☐1 年 ☐2 年 ☐3 年 ☐3 年以上

5、参加舞龙、舞狮培训班几次？

☐0 次 ☐1 次 ☐2 次 ☐2 次以上

6、参加舞龙、舞狮比赛几次？

☐1 次 ☐2 次 ☐3 次 ☐3 次以上 ☐0 次

7、您所练习的专项是：

☐舞龙 ☐南狮 ☐北狮

8、参加最高级别的赛事和名次：（可多选）

☐全国锦标赛 ☐世界锦标赛 ☐全国精英赛 ☐全国邀请赛 ☐国际邀请赛

☐第一名 ☐第二名 ☐第三名 ☐其他_____

9、您的运动员等级：

附录

☐健将级 ☐国家级 ☐国家一级 ☐国家二级 ☐无

10、您过去从事专业与舞龙、舞狮有关吗？

☐有 ☐无

11、您是通过什么途径掌握舞龙、舞狮技能？（可多选）

☐通过各级龙狮运动协会举办的培训班 ☐教练员的传授 ☐自学成才 ☐民间传承

☐其他_____

12、每周训练几次？

☐1-3 次 ☐4-6 次 ☐6 次以上

13、每次训练几小时？

☐1-2 小时 ☐2-3 小时 ☐3 小时以上

14、训练场地

☐室内 ☐室外 ☐室内外结合

15、每次训练安排在什么时间段？

☐上午 ☐下午 ☐中午 ☐晚上

16、每次训练时间安排对学习有影响吗？

☐很大 ☐还可以 ☐不影响

17、您对所在学校舞龙舞狮教学内容有什么建议？

感谢您的参与！

____年____月____日

附录二

《高校舞龙舞狮项目教练员调查问卷》

各高校舞龙舞狮项目教练员您好！

为了了解舞龙、舞狮在江苏省高校发展的总体状况，其中涉及到高校舞龙舞狮项目教练员部分，设计了《高校舞龙舞狮项目教练员调查问卷》问卷。望您百忙之中抽出少许时间，根据自身真实情况认真填写。对您大力支持表示衷心地感谢！

扬州大学研究生：刘 通

一、请您在填表之前填写您的个人情况（选项前的方框内打√）

姓 名：_____ 单位：_____

1、职 称：

☐助教 ☐讲师 ☐副教授 ☐教授 ☐其他

2、您的年龄：

☐25 岁—35 岁 ☐36 岁—45 岁 ☐46 岁—55 岁 ☐55 岁以上

3、性 别： ☐男 ☐女

4、民 族： ☐汉族 ☐少数民族_____

5、学历：

☐中专 ☐大专 ☐本科 ☐研究生 ☐函本 ☐自考本科

6、学位：

☐学士 ☐硕士 ☐博士

8、参加全国教练员培训几次？

☐1 次 ☐2 次 ☐3 次 ☐3 次以上

9、参加国际教练员培训几次？

☐1 次 ☐2 次 ☐3 次 ☐3 次以上

10、有无运动经历：

☐有 ☐无

11、如果您有运动经历，参加最高级别的赛事和名次是：（可多选）

☐全国锦标赛 ☐世界锦标赛 ☐全国精英赛 ☐全国邀请赛 ☐国际邀请赛

☐舞龙 ☐南狮 ☐北狮

☐第一名 ☐第二名 ☐第三名 ☐其他_____

12、你的工作与舞龙、舞狮有关吗？

☐有 ☐无

13、您是通过什么途径掌握舞龙、舞狮技能？（可多选）

☐通过社会举办的培训班 ☐体育院校民族传统体育专业毕业 ☐自学成才

☐其他_____

13、您上课所用的教材是：

☐国家统一教材 ☐本省统一教材 ☐学校自编教材 ☐无教材

14、您所在学校舞龙舞狮课程的开展形式（可多选）

☐必修课 ☐选修课 ☐俱乐部 ☐学校社团 ☐其它_____

15、目前训练器材有：

训练龙（ ）条。 ☐1-2 条 ☐3-4 条 ☐5 条以上

竞技龙（ ）条。 ☐1-2 条 ☐3-4 条 ☐5 条以上

南狮（ ）头。 ☐1-2 头 ☐3-4 头 ☐5 头以上

北狮（ ）头。 ☐1-2 头 ☐3-4 头 ☐5 头以上

16、目前购买龙、狮器具价格怎样？

☐非常高 ☐比较高 ☐一般 ☐低

17、有发表过舞龙、舞狮方面的学术论文吗？

☐没有 ☐1-2 篇 ☐3-4 篇 ☐5 篇以上

18、您是否有舞龙、舞狮方面相关的课题研究？

☐有 ☐无

19、您认为还需要加强那些知识结构？（可多选）

☐教育学 ☐训练学 ☐音乐 ☐武术 ☐舞蹈 ☐体育社会学

☐专项理论与技术

20、你认为舞龙、舞狮的基础课中应该加入下列哪些科目？（可多选）

☐运动生理学 ☐民族传统体育概论 ☐学校体育学 ☐健康教育

☐运动心理学 ☐外语 ☐计算机 ☐其它 _____

21、您认为舞龙舞狮鼓乐要改革是因为：（可多选）

☐音色不好 ☐声音太大 ☐曲目单调 ☐鼓乐器不美观 ☐携带不方便

22、你认为现在推广的南狮音乐伴奏制作改革应是：（可多选）

☐原有的鼓乐伴奏录制磁带或 CD、VCD

☐保留民族风格特点的曲目加背景音乐录制成磁带或 CD、VCD

☐民族打击乐与西洋乐相结合录制成磁带或 CD、VCD

23、您对高校舞龙舞狮运动的教学方法上有什么建议？

感谢您的参与！

____年____月____日

附录三

访谈内容提纲

- 1、您认为高校有没有必要开展舞龙舞狮运动？为什么？
- 2、您所在的高校是如何开展舞龙舞狮运动的？舞龙、南狮、北狮是否都有开展？
- 3、您认为高校在舞龙舞狮课程建设方面应该如何发展？
- 4、您认为高校在建设舞龙舞狮代表队伍方面应该采取什么措施？
- 5、您认为高校舞龙舞狮课程应该教授哪些内容？
- 6、您认为高校的舞龙舞狮教师队伍存在哪些方面的问题？有什么改进的方法？
- 7、您认为高校在舞龙舞狮的科学研究方面取得了哪些成就？下一步的舞龙舞狮研究重点应该是什么？舞龙舞狮科研体制有什么值得改进的地方？
- 8、您所在的高校舞龙舞狮运动以什么样的教学模式开展的？教学体系如何？
- 9、您认为高校中舞龙舞狮运动的竞技水平应如何提高？
- 10、您所在高校舞龙舞狮运动队的训练方式方法怎么样？
- 11、您所在高校舞龙舞狮运动队的队员如何选拔？
- 12、您认为有哪些方法可以促进高校舞龙舞狮运动教学体系的进一步发展？
- 13、您认为高校开展舞龙舞狮运动存在哪些劣势和问题？在下一步的发展中应该如何应对这些劣势以降低其影响？
- 14、您认为目前的社会环境对高校舞龙运动有哪些影响？高校应该如何应对社会环境的变化以促进舞龙的发展？

附录四

访谈专家名单

姓 名	职 称	方向/裁判等级	单 位
葛国政	教 授	舞龙舞狮国际级	南京理工大学
王国志	教 授	舞龙舞狮国际级	苏州大学
张 丹	副教授	舞龙舞狮国际级	徐州工程学院
刘 营	副教授	舞龙舞狮国际级	江苏理工大学
徐明胜	副教授	舞龙舞狮国家级	扬州工业职业技术学院
王鸣骏	副教授	舞龙舞狮国际级	南京工业大学
严 燕	副教授	舞龙舞狮国家级	南京工业大学
王 涛	讲 师	舞龙舞狮国际级	江阴职业技术学院
申 可	讲 师	舞龙舞狮国家级	江苏建筑职业技术学院
闫 文	讲 师	舞龙舞狮一级	徐州职业技术学院
周招娣	无	舞龙舞狮国际级	国家级非遗龙舞传承人
吴国强	无	舞龙舞狮国家级	省级非遗凤羽龙传承人
陈晓莺	副教授	民族传统体育学	扬州大学
张银行	副教授	民族传统体育学	扬州大学
刘晋元	讲 师	舞龙舞狮国际级	扬州大学

附录五

(1) 南京工业大学龙狮项目获奖统计

表 4-3 南京工业大学舞龙舞狮项目竞赛获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	比赛项目
2003 年 11 月	首届江西九江国际龙狮比赛	国际级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会、九江市人民政府、江西省体育局	舞龙三等奖
2005 年	江苏省大学生首届龙狮比赛	省级	江苏省学生体育协会高等学校工作委员会	北狮二等奖
				舞龙三等奖
2008 年 12 月	江苏省高校舞龙舞狮比赛	省级	江苏省学生体育协会高等学校工作委员会	舞龙第三名
2009 年	全国大学生舞龙舞狮比赛	国家级	中国大学生体育协会	舞龙第八名
2010 年 10 月	第三届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省学生体育协会、高等学校工作委员会	舞龙全能金奖
2011 年 6 月	江苏省舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	舞龙全能金奖
2014 年 5 月	江苏省十八届大学生运动会高校组龙狮比赛	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	舞龙规定套路第二名
				舞龙自选套路第四名
				北狮自选套路第三名
2013 年 5 月	江苏省舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	障碍北狮第四名
				全能银奖

2013 年 8 月	第六届全国大学生舞龙舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协会	北狮自选套路第二名
				北狮自选第六
2014 年 5 月	江苏省第十八届运动会高校部乙组舞龙舞狮比赛	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	竞速北狮第五
				龙狮团体总分第三名
				舞龙自选第二
				舞龙规定第一
2015 年 12 月	第六届江苏省大学生龙狮精英赛（甲组）	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	舞龙全能银奖
				北狮自选第五
				北狮传统第三
				北狮全能银奖
				舞龙规定第一
				舞龙全能银奖
2016 年 6 月	第七届江苏省大学生龙狮精英赛（甲组）	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	舞龙最佳龙珠奖
				北狮自选第二
				北狮传统第二
				北狮全能银奖
2016 年 9 月	江苏省第七届全民健身运动会龙腾华夏大赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	传统龙狮第一
				舞狮自选第二

				舞龙第四名
2017 年 9 月	中国江都国际龙狮邀请赛	国际级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	北狮组第一名
				北狮竞速金牌
2018 年 7 月	江苏省第十九届运动会高校部舞龙舞狮比赛（甲组）	省级	江苏省教育厅 江苏省体育局	北狮自选套路第四名 舞龙规定套路第二名 自选套路第三名 团体总分第三 竞速舞龙第一名
2019 年 5 月	江苏省第十届大学生龙狮精英赛（甲组）	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	自选套路第一名 舞龙规定第二名 北狮传统第二 北狮自选第三

（2）徐州工业职业技术学院龙狮项目获奖统计

表 4-4 徐州工业职业技术学院舞龙舞狮项目竞赛获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	比赛项目
2014 年 5 月	江苏省第十八届运动会高校部乙组舞龙舞狮比赛	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	北狮自选第一名 北狮竞速第二名 团体总分第五名
2015 年 8 月	2015 年第八届中国大学生舞龙舞狮锦标赛	省级	中国大学生体育协会	北狮自选第一名 舞龙规定第二名 北狮传统第五名

				北狮全能银奖
2015 年 12 月	第六届江苏省大学生龙狮精英赛乙组	省级	江苏省学生体育协会高等学校工作委员会	北狮·自选套路第二名
				北狮·传统北狮第二名
				舞龙自选（女子）第一名
2016 年 6 月	第七届江苏省大学生龙狮精英赛（乙组）	省级	江苏省学生体育协会高等学校工作委员会	北狮自选（男子）第一名
				北狮传统（男子）第一名
				北狮全能金奖
				体育道德风尚奖
2016 年 11 月	2016 年第九届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	北狮障碍第二名
				北狮自选第四名
2017 年 11 月	2017 年江苏省舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮运动协会	北狮自选套路银奖
				龙狮传统套路铜奖
2018 年 3 月	“和润杯”2018 年长三角地区龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心	北狮自选套路铜奖
				北狮全能金奖
2018 年 5 月	第九届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮运动协会	北狮自选套路第一名
				北狮传统套路第二名
				舞龙全能铜奖

2018 年 6 月	淮海经济区舞龙舞狮争霸赛	市级	徐州市体育局	舞龙规定套路第七名
				舞龙自选套路第八名
				北狮传统套路第一名
				北狮自选套路第四名
				北狮竞速套路第三名
				舞龙规定套路第六名
				舞龙自选第七名
				团体总分第四名
				体育道德风尚奖运动队
				北狮竞速第二名
2018 年 7 月	江苏省第十九届运动会高校部舞龙舞狮比赛	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	北狮自选套路第二名
				舞龙规定套路第四名
				舞龙自选套路第五名

（3）扬州工业职业技术学院龙狮项目获奖统计

表 4-5 扬州工业职业技术学院舞龙舞狮项目获奖统计表

竞赛时间	竞赛名称	级别	主办单位	项目名次
2009 年 6 月	江苏省舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	舞龙第五名

2009 年 10 月	江苏省“汇金杯”大学生龙狮精英赛	省级	江苏省体育局 江苏省大体协	舞龙全能银奖
2010 年 10 月	第三届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省体育局 江苏省大体协	舞龙全能银奖
2011 年 10 月	第四届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、省学生体协高校工作委员会、省龙狮运动协会	舞龙全能银奖
2012 年 6 月	第五届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、省学生体协高校工作委员会、省龙狮运动协会	舞龙全能金奖
2012 年 5 月	江苏省第七届农民运动会舞龙比赛	省级	省农业委员会、省体育局、省农民体育协会	团体第二
2012 年 9 月	江苏省第六届全民健身运动会舞龙比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、省学生体协高校工作委员会、省龙狮运动协会	一金三银一铜
2012 年 8 月	江苏省大学生百佳优秀社团	省级	共青团江苏省委、江苏省学生联合会	百佳社团
2013 年 5 月	2013 年江苏省舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	舞龙全能金奖
2013 年 9 月	2013 年中国陆家舞龙公开赛	国家级	国家体育总局社管中心、江苏省体育局、中国龙狮运动协会	舞龙全能铜奖
2014 年 5 月	2014 年江苏省第十八届运动会舞龙舞狮高校部比赛	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	舞龙两块金牌
2015 年 12 月	扬州市首届学生十佳社团	市级	共青团扬州市委员会、扬州市学生社团联合会	十佳社团
2015 年 12 月	江苏省第六届大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	舞龙规定第一
				舞龙自选第二
				团体银奖
2016 年 3 月	沂蒙红色影视基地杯中华龙狮大赛	国家级	中国龙狮运动协会 临沂市体育局 临沂市体育总会	舞龙规定三等奖
				舞龙自选三等奖
2016 年 4 月	江苏省农民运动会	省级	江苏省农业委员会	团体第一

附 录

			江苏省体育局 江苏省农民体协	竞速舞龙第一 抽签舞龙第一 障碍舞龙第二 规定舞龙第二 自选舞龙第二
2016 年 6 月	江苏省第七届大学生 龙狮精英赛	省级	第七届江苏省全民健身运动会组委会、江苏省学生体协高校工作委员会、江苏省龙狮运动协会、阜宁县人民政府	规定舞龙第一 自选舞龙第一 团体第一 传统舞龙优秀奖
2016 年 9 月	江苏省全民健身运动会暨龙腾华夏大赛	省级	江苏省全民健身运动会组委会	自选舞龙优胜奖
2016 年 11 月	第九届全国龙狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	竞速舞龙第二 传统舞龙第四 男子自选舞龙第一名 传统舞龙第二名
2017 年 5 月	江苏省第八届大学生 龙狮精英赛	省级	江苏省龙狮协会、江苏省社会体育局管理中心、江苏省学生体育协会高校学生工作委员会、喻口古镇人民政府	团体第一名 女子自选舞龙第二名 传统舞龙第三名 团体第三名
2017 年 11 月	第十届全国龙狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	规定舞龙第三 传统舞龙第三
2017 年 11 月	江苏省舞龙舞狮比赛	省级	江苏省龙狮协会、江苏省社会体育局管理中心、扬中市西来桥镇人民政府	自选舞龙第一

2018 年 3 月	长三角地区龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心	自选舞龙套路银奖 自选舞龙第一名
2018 年 5 月	江苏省大学生舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省学生体育协会、江苏省龙狮运动协会	规定舞龙第六名 舞龙全能银奖
2018 年 7 月	全国百强社团	国家级	中国青年报	百强社团 规定舞龙第一名
2018 年 7 月	江苏省第十九届运动会高校部舞龙舞狮比赛（乙组）	省级	江苏省教育厅 江苏省体育局	自选舞龙第一名 团体第一名
2018 年 10 月	长三角地区舞龙大赛	省级	江苏省社会体育管理中心	自选舞龙第三
2018 年 10 月	第十一届全国舞龙舞狮竞标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	传统舞龙第二 竞速舞龙第六
2019 年 3 月	中国龙狮大赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	自选舞龙第五
2019 年 5 月	江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社体管理中心 江苏省学生体育协会 江苏省龙狮运动协会	（男子） 规定舞龙第二 自选舞龙第一 竞速舞龙第一 （女子） 自选舞龙第一 传统舞龙第三 （男生） 传统舞龙第一 竞速舞龙第四
2019 年 11 月	第十二届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	（女子） 传统舞龙第三 自选舞龙第四

(4) 江苏建筑职业技术学院龙狮项目获奖统计

表 4-6 江苏建筑职业技术学院舞龙舞狮项目获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2014 年 5 月	江苏省第十八届运动会 高校部龙狮项目	省级	江苏省教育厅、江 苏省体育局	团体第二名
2015 年 5 月	中华龙狮大赛靖江站	国家级	国家体育总局社 会体育指导中心、 中国龙狮运动协 会	舞龙二等奖
2015 年 8 月	中国大学生第八届舞龙 舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育 协会	女子舞龙规定套路 第一名
				男子舞龙自选套路 第二名
				北狮自选套路第二 名
				舞龙自选套路第一 名
				舞龙规定套路第二 名
2015 年 12 月	江苏省第六届大学生龙 狮精英赛乙组	省级	江苏省学生体育 协会高等学校工 作委员会	北狮自选套路第一 名
				北狮传统套路第一 名
				舞龙、北狮项目全能 金牌
2018 年 5 月	江苏省第九届大学生龙 狮精英赛乙组	省级	江苏省社会体育 管理中心、江苏省 龙狮协会	舞龙全能金奖
				北狮全能银奖
2019 年 5 月	江苏省第十届大学生龙 狮精英赛乙组	省级	江苏省社会体育 管理中心、江苏省 龙狮协会	舞龙规定套路第一 名
				北狮自选套路第一 名
				北狮传统套路第二 名
2019 年 6 月	第二届淮海经济区舞龙 舞狮争霸赛	市级	徐州市体育局 、徐州市龙狮运动 协会	舞龙全能（高校组） 金奖
				北狮全能（高校组） 银奖
2019 年 8 月	第十二届中国大学生舞 龙舞狮锦标赛丙组	国家级	中国大学生体育 协会	男子舞龙规定套路 第二名

舞龙自选套路第二名

北狮自选套路第二名

男子团体第一名

(5) 江阴职业技术学院龙狮项目获奖统计

表 4-7 江阴职业技术学院舞龙舞狮项目获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2016 年 11 月	第九届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙女子自选套路第一名
2017 年 11 月	第十届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙女子组第三名
2018 年 7 月	江苏省第十九届运动会高校部舞龙舞狮比赛	省级	江苏省教育厅 江苏省体育局	北狮竞速第一名 舞龙自选第三名
2018 年 10 月	第十一届全国舞龙舞狮竞标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙女子第三名 南狮竞速第三名
2019 年 10 月	长江经济带“周市杯”舞狮邀请赛	市级	昆山市周市镇人民政府、昆山市文体广电和旅游局	南狮传统二等奖 南狮技能第一名
2019 年 11 月	第十二届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮协会、溧阳市人民政府	女子舞龙传统第二名 男子障碍舞龙第二名 南狮竞速第二名

(6) 苏州大学龙狮项目获奖统计

表 4-8 苏州大学舞龙舞狮项目获奖统计表

附 录

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2014 年 5 月	江苏省第十八届运动会 高校部舞龙舞狮项目 (甲组)	省级	江苏省教育厅、江 苏省体育局	竞速北狮 第一名
				北狮自选套路第二 名
				舞龙自选套路 第七名
				舞龙规定套路 第四名
				团体总分第二名
2015 年 2 月	第六届江苏省大学生龙 狮精英赛	省级	江苏省社会体育管 理中心、江苏省龙 狮协会	北狮第一名
2015 年 5 月	中华龙狮大赛	国家 级	国家体育总局社会 体育指导中心、中 国龙狮运动协会	北狮传统套路 第一名 自选套路第二名

(7) 江苏理工学院龙狮项目获奖统计

表 4-9 江苏理工学院舞龙舞狮项目获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2014 年 11 月	常州市舞龙比赛	市级	常州市体育总会	舞龙金奖
2014 年	全国百佳体育公益 社团评比	国家级	共青团中央学校部、全国 学联秘书处	“全国百佳体育 公益社团”
2015 年 10 月	常州市舞龙比赛	市级	常州市体育总会	舞龙金奖
2015 年 8 月	中华人民共和国第 八届大学生舞龙舞 狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协会	舞龙团体 第一名
2016 年 6 月	江苏省第七届大学 生龙狮锦标赛	省级	江苏省社体管理中心 江苏省学生体育协会 江苏省龙狮运动协会	舞龙全能银奖
2016 年 10 月	常州市舞龙比赛	市级	常州市舞龙舞狮运动协会	舞龙金奖
2016 年 6 月	江苏省第七届全民 健身运动会	省级	江苏省全民健身运动会组 委会	舞龙比赛 优胜奖

2016 年 9 月	中华人民共和国第九届大学生舞龙舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协会	舞龙自选套路第一名
2017 年 10 月	常州市舞龙比赛	市级	常州市舞龙舞狮运动协会	舞龙金奖
2017 年	常州市大学社团评比	市级	共青团常州市委员会、常州市学生社团联合会	常州市十佳百优社团
2018 年 9 月	江苏省第十九届运动会群众部舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮运动协会	舞龙自选套路第五名
2018 年 5 月	江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社体管理中心 江苏省学生体育协会 江苏省龙狮运动协会	舞龙全能金奖
2019 年 5 月	江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社体管理中心 江苏省学生体育协会 江苏省龙狮运动协会	女子舞龙自选第三名
2019 年 9 月	中华人民共和国第十一届少数民族传统体育运动会	国家级	国家民族事务委员会、国家体育总局	表演项目比赛二等奖

（8）徐州工程学院龙狮项目获奖统计

表 4-10 徐州工程学院舞龙舞狮项目获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2010 年 10 月	江苏省第三届大学生龙狮精英赛	省级	江苏省体育局 江苏省大体协	龙狮全能项目铜奖 体育道德风尚奖
2010 年 11 月	江苏省舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮运动协会	竞速舞龙第二名 北狮自选套路第三名
2011 年 6 月	江苏省舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	北狮自选套路金奖 竞速舞龙第三名
2012 年 6 月	第五届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、省学生体协 高校工作委员会、省龙狮运动协会	北狮自选套路金奖

附 录

2012 年 9 月	第六届江苏省全民健身运动会舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	抽签舞龙第三名 女子舞龙规定套路第一名 男子北狮自选套路第三名
2013 年 8 月	中华人民共和国第六届大学生舞龙舞狮锦标赛（乙组）	国家级	中国大学生体育协会	女子团体总分第三名 男女团体总分第二名 体育道德风尚奖
2013 年 9 月	江苏省传统龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮运动协会	传统龙狮同台项目银奖 女子规定舞龙第二名
2014 年 8 月	第七届中国大学生舞龙锦标赛	国家级	中国大学生体育协会	教学双龙第三名
2014 年 5 月	江苏省第十八届运动会高校部舞龙舞狮比赛	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	舞龙规定套路第八名 北狮自选套路第五名 荷花龙第一名 教学双龙第一名
2015 年 8 月	中华人民共和国第八届大学生舞龙舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协会	传统龙第二名 乙组男女团体总分第二名 优秀组织奖
2016 年 6 月	第七届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	甲组女子舞龙自选套路第二名 传统龙第一名
2016 年 8 月	中华人民共和国第九届大学生舞龙舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协会	五人龙第一名 留学生舞龙自选套路第一名

				团体总分第三名
				体育道德风尚奖
				传统龙狮优胜奖
2016 年 9 月	江苏省第七届全民健身运动会舞龙舞狮比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	北狮自选优秀奖 舞龙自选优秀奖
2017 年 5 月	第八届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	女子舞龙全能金奖
				荷花龙第一名
2017 年 7 月	中华人民共和国第十届大学生舞龙舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协会	五人龙第一名 留学生舞龙自选套路第三名 体育道德风尚奖
2017 年 9 月	中国江都国际龙狮邀请赛	国际级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙三等奖
2017 年 11 月	中国溧阳国际龙狮争霸赛	国际级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙三等奖
2018 年 3 月	长三角地区龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心	舞龙自选套路铜奖
2018 年 5 月	第九届江苏省大学生龙狮锦标赛（甲组）	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	北狮全能银奖
2018 年 6 月	淮海经济区舞龙舞狮争霸赛	市级	徐州市体育局、徐州市龙狮运动协会	舞龙团体第二名 北狮团体第二名
2018 年 7 月	中华人民共和国第十一届大学生舞龙舞狮锦标赛（甲组）	国家级	中国大学生体育协会	传统舞龙第一名 女子舞龙自选套路第二名 女子舞龙规定套路第三名

2018 年 7 月	江苏省十九届运动会 高校部舞龙舞狮比赛	省级	江苏省教育厅、江苏 省体育局	女子团体第一名
				留学生舞龙自选套 路第四名
				中国学校龙狮铜奖
				舞龙自选套路第八 名
				北狮自选套路第五 名
2019 年 5 月	第十届江苏省大学生 龙狮精英赛（甲组）	省级	江苏省社会体育管 理中心、江苏省龙狮 协会	北狮竞速第六名
				团体总分第七名
				北狮传统套路第一 名
2019 年 8 月	中华人民共和国第十 二届大学生舞龙舞狮 锦标赛（甲组）	国家级	中国大学生体育协 会	北狮自选套路第二 名
				荷花龙项目第一名
2019 年 6 月	淮海经济区舞龙舞狮 争霸赛	市级	徐州市体育局、徐州 市龙狮运动协会	北狮传统套路第二 名
				北狮自选第四名
2019 年 6 月	淮海经济区舞龙舞狮 争霸赛	市级	徐州市体育局、徐州 市龙狮运动协会	北狮团体第三名

（9）徐州工程学院留学生队伍龙狮项目获奖统计

表 4-11 徐州工程学院留学生龙狮项目获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2016 年 8 月	中华人民共和国第九届 大学生舞龙舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协 会	留学生舞龙自选 套路第一名
2017 年 7 月	中华人民共和国第十届 大学生舞龙舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协 会	留学生舞龙自选 套路第三名
2017 年 9 月	中国江都国际龙狮邀请 赛	国际级	国家体育总局社会 体育指导中心、中 国龙狮运动协会	舞龙自选套路三 等奖
2017 年 11 月	中国溧阳国际龙狮争霸 赛	国际级	国家体育总局社会 体育指导中心、中 国龙狮运动协会	舞龙自选套路三 等奖

2018 年 6 月	淮海经济区舞龙舞狮邀请赛	市级	徐州市体育局、徐州市龙狮运动协会	舞龙团体三等奖
2018 年 7 月	中华人民共和国第十一届大学生舞龙舞狮锦标赛	国际级	中国大学生体育协会	自选套路第四名
2018 年 9 月	江苏省第十九届运动会群众比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮运动协会	传统项目第八名
2018 年 10 月	长三角地区舞龙大赛	省级	江苏省社会体育管理中心	舞龙自选套路银奖
2019 年 3 月	中华龙狮大赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	自选套路第三名

(10) 南京邮电大学龙狮项目获奖统计

表 4-12 南京邮电大学舞龙舞狮项目获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2009 年 10 月	中国杭州国际龙狮邀请赛	国际级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙铜奖
2011 年 10 月	第四届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、省学生体协高校工作委员会、省龙狮运动协会	舞龙冠军
2012 年 5 月	2012 年全国龙狮精英	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙冠军
2013 年 5 月	江苏省舞龙舞狮大赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮协会	舞龙金奖
2014 年 5 月	江苏省第十八届运动会高校部龙狮比赛	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	舞龙自选银牌
2016 年 6 月	第七届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	第七届江苏省全民健身运动会组委会、江苏省学生体协高校工作委员会、江苏省龙狮运动协会、阜宁县人民政府	舞龙金奖
2016 年 7 月	第九届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙亚军
2017 年 5 月	第八届江苏省大	省级	江苏省龙狮协会、江苏	女子传统舞龙冠

附 录

学生龙狮精英赛		省社会体育局管理中 心、江苏省学生体育协 会高校学生工作委员 会、喻口古镇人民政府		军
2017 年 11 月	第十届全国舞龙 舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育 指导中心、中国龙狮运 动协会	女子传统舞龙冠 军
				男子传统舞龙第 二名
				男子竞速舞龙第 六名
2017 年 11 月	江苏省舞龙舞狮 大赛	省级	江苏省龙狮协会、江苏 省社会体育局管理中 心、扬中市西来桥镇人 民政府	女子自选舞龙第 六名
				男子北狮自选铜 奖
2018 年 03 月	“和润杯”长三角 地区龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中 心	舞龙大赛北狮银 奖
2018 年 04 月，	中国奉化龙舞桃 乡全国舞龙争霸 赛	国家级	国家体育总局社会体育 指导中心、中国龙狮运 动协会	舞龙全能铜奖
				男子舞龙规定第 四名
2018 年 07 月	江苏省第十九届 运动会高校部甲 组舞龙舞狮比赛 (甲组)	省级	江苏省教育厅 江苏省体育局	北狮自选第六名
				北狮竞速第七名
				团体总分第五名
2018 年 10 月	第十一届全国舞 龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育 指导中心、中国龙狮运 动协会	女子传统舞龙亚 军
				女子传统舞龙季 军
2019 年 3 月	中华龙狮大赛	国家级	国家体育总局社会体育 指导中心、中国龙狮运 动协会	舞龙传统套路金 奖
				女子舞龙传统第 一名
2019 年 5 月	第十届江苏省大 学生龙狮精英赛	省级	江苏省社体管理中心 江苏省学生体育协会 江苏省龙狮运动协会	女子舞龙自选第 二名
				男子舞龙规定第 三名
				男子舞龙自选第 三名

			男子北狮自选第五名
2019 年 11 月	第十二届全国舞龙舞狮锦标赛	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会、溧阳市人民政府	创意龙狮一等奖

(11) 南京理工大学龙狮项目获奖统计

表 4-13 南京理工大学舞龙舞狮项目获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2004 年 6 月	全国舞龙邀请赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙冠军
2005 年 5 月	全国舞龙舞狮精英赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙冠军
2006 年 6 月	第三届全国体育大会	国家级	国家体育总局、中华全国体育总会	舞龙金牌
2006 年 9 月	全国舞龙舞狮精英赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙冠军
2007 年 5 月	全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙金牌
2008 年 5 月	中国武进国际舞龙舞狮邀请赛	国际级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙冠军
2008 年 6 月	全国舞龙舞狮邀请赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙金牌
2009 年 4 月	全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙冠军
2009 年 5 月	首届全国青少年舞龙舞狮邀请赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙金奖
2009 年 5 月	第四届世界舞龙舞狮锦标赛	国际级	国际龙狮运动联合会	舞龙金牌
2009 年 10 月	第三届亚洲室内运动会	国际级	亚洲奥林匹克理事会	舞龙金牌
2010 年 5 月	第四届全国体育大会	国家级	国家体育总局、中华全国体育总会	舞龙金牌
2011 年 9 月	第九届全国少数民族传统体育运动会	国家级	国家民族事务委员会、国家体育总局	舞龙金奖

附 录

族传统体育运动会		国家体育总局		
2011 年 11 月	全国舞龙舞狮精英赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙金奖
2013 年 3 月	全国舞龙舞狮争霸赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙冠军
2013 年 9 月	全国舞龙公开赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙冠军
2013 年 11 月	第五届世界舞龙舞狮锦标赛		国际龙狮运动联合会	舞龙金牌
2014 年 5 月	江苏省第十八届运动会高校部舞龙舞狮比赛（甲组）	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	舞龙自选套路冠军
				舞龙规定套路冠军
				北狮自选套路季军
				竞速北狮第四名
2016 年 7 月	第九届全国大学生舞龙舞狮锦标赛	国家级	中国大学生体育协会	舞龙自选套路第一名
				北狮自选套路第一名
				舞龙传统套路第一名
2016 年 8 月	澳门武林群英会世界龙狮邀请赛	国际级	澳门特区政府体育局、澳门武术总会	舞龙自选第一名
2017 年 11 月	第十届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙传统套路第一名
2018 年 10 月	第十一届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙自选套路第一名
				北狮传统套路第一名
2018 年 11 月	中国东盟大学生文化周国际龙狮友谊赛	国家级	海口经济学院	舞龙自选套路金奖
2019 年 9 月	中华人民共和国第十一届少数民族传统体育运动会	国家级	国家民族事务委员会、国家体育总局	表演项目一等奖
2019 年 3 月	中华龙狮大赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙自选套路金奖

2019 年 11 月	第十二届全国舞龙舞狮锦标赛	国家级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙规定套路第一名 北狮传统套路第三名 竞速北狮第三名
2019 年 10 月	第五届亚洲舞龙舞狮锦标赛	国际级	亚洲龙狮运动联合会	舞龙规定套路第一名 障碍舞龙舞狮第二名

(12) 扬州大学龙狮项目获奖统计

表 4-14 扬州大学舞龙舞狮项目获奖统计表

竞赛时间	赛事名称	级别	主办单位	项目名次
2014 年 5 月	江苏省第十八届运动会高校部舞龙舞狮比赛（甲组）	省级	江苏省教育厅、江苏省体育局	北狮自选套路冠军
2017 年 7 月	中华人民共和国第十三届全国运动会（舞龙项目）	国家级	国家体育总局	舞龙传统套路亚军 舞龙自选套路季军
2017 年 9 月	中国·江都国际龙狮邀请赛	国际级	国家体育总局社会体育指导中心、中国龙狮运动协会	舞龙自选套路冠军 舞龙自选套路冠军 舞龙团体总分第一名
2018 年 5 月	第九届江苏省大学生龙狮精英赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮运动协会	舞龙自选套路冠军 舞龙团体总分第二名 北狮传统套路冠军 北狮团体总分第一名
2018 年 7 月	江苏省第十九届运动会高校部舞龙舞狮比赛（甲组）	省级	江苏省教育厅 江苏省体育局	舞龙自选套路冠军 舞龙规定套路冠军 北狮自选套路第三名

附 录

				竞速北狮第四名
				龙狮团体总分第一名
				舞龙自选套路第三名
2018 年 9 月	江苏省第十九届运动会群众部舞龙比赛	省级	江苏省社会体育管理中心、江苏省龙狮运动协会	舞龙传统套路第四名

致 谢

光阴荏苒，韶华似水。大学六年时光，在不知不觉中偷偷溜走。遥想当年离开家乡，这一路走来，虽历经坎坷，但身边的老师、同学给予的帮助给了我前进的动力。各位老师的谆谆教诲，给我的大学生活指明了方向。硕士毕业论文我认为是硕士求学阶段最后的作业，衷心感谢各位老师的无私栽培。

首先感谢学校提供那么好的学习环境，高水平教师、完备的教学场所，让我游刃于课堂，活跃与课外。在院领导的关怀下，让我感受到了家的温暖。从我刚步入大学到现在，非常感谢解小青书记与陈志艳书记一直在生活、学习等各个方面给我建议、给我帮助、给我鼓励，使我在大学生活中更加自信与奋进，并且让我在各种任务中更加踏实积极。感谢班主任李淑艳老师一直督促着我的学习，这使我在大学生活中不受外界干扰，一直以学业为准，在专业中名列前茅。

从对专业的模糊认知，到对本专业的精准了解，要非常感谢我们专业主任陈晓莺老师的无私帮助与教育。在陈老师的教诲下，让我更加热爱自己的专业，甚至让我所学的专业成为了我的生活，更让我体会到了民族传统体育的魅力，促使我在学习任何一项专业知识时，都如饥似渴永不止步。

武术文化像茫茫大海一样波澜壮阔，让人陶醉。地域武术文化像是百川，而我坐一叶扁舟，正努力向着大海的方向前行。在学习过程中，幸遇恩师张银行老师的指点，谆谆教诲如指航明灯，让我在前进的道路上不畏波涛汹涌，勇往直前。张老师扎实的理论水平一直是我学习的目标与动力，感谢张老师指点迷津，每一次对专业问题精准的教导都如醍醐灌顶，让我在武术文化之海中不断汲取养分。

感谢校外导师沈菁老师在实习阶段的无私教导，让我参与各种体育活动，进一步充实了实习内容，“增益吾所不能”。还有在南菁高级中学的良师益友，怀念在一起上课、学习的日子，更感谢蔡海春和章成二位老师在教学实践方面的教导。感谢扬州大学体育学院实习基地“一念堂”对于我实习生活上的帮助，并成为我念念不忘的又一“归宿”。

感谢同门师兄、师姐对于我的帮助，另外还有各位同学多年来相互学习、取长补短的同窗友情。

最后非常感谢舞龙舞狮运动圈中的各位老师以及朋友对于本人研究的帮助，感谢葛国政教授和周招娣老师对于技术的指导，感谢王涛、张丹、刘营、徐明胜、

致 谢

王鸣骏、吴国强、申可、闫文等老师对于本研究的支持。

临近毕业，师恩难忘。由衷感谢各位老师无私的帮助，让我有了克服困难的勇气与获取知识的能力。鹏北海，凤朝阳，又携书剑路茫茫，明年此日青云去，笑对人生百般忙。我会在下一步学习中不忘初心，继续扬帆起航！

