附件3：2019-2020年第二学期体育课选课补充说明

为进一步加强我院体育课程建设，达到国家教育部关于高校体育课的改革要求，丰富我院体育课选项内容。在学院领导的大力支持下，基础科学部积极引进体育专业人才，定于2019年-2020学年度第二学期面向2018级学生开设柔道课程，面向2019级学生开设中国跤课程。

一、课程介绍

1．柔道：以摔法和地面技为主的格斗术，于1964年第18届奥运会和1992年第25届奥运会上男女柔道分别被列为比赛项目，可以更好地发展练习者各项生理与人格特征，尤其是在力量、耐力、韧性、毅力、纪律、守信、礼貌及自信等身体和心理方面有促进作用。

2．中国跤：以摔的技术为主体，起源于徒手武术中的一门专门技术，它是中国武术中的踢、打、摔、拿四大主技之一。集武术各个门派择取的精华徒手动作，自称一门。其特点为动作漂亮，观赏性强，技术含量高，对锻炼者的速度、耐力、爆发力、柔韧性等身体素质及心理素质锻炼价值高，并具有较高的防身价值，有“三年的把式不如当年跤”的说法。

二、选修要求

因课程练习及个人身材尺码的特殊性，选修柔道的学生需自行购买柔道服，选修中国跤的学生需自行购买中国式摔跤服和中国跤鞋。

三、其它

如对课程有其它疑问，可与基础科学部体育教学中心办公室联系。

联系地址：潘安湖校区教三楼426室

联系人：毕老师

联系电话：13775977318

2019年12月23日