

# 体育教育专业人才培养方案

(专业代码: 040201)

## 一、培养目标

本专业培养能够系统掌握现代体育学科的基本知识、基本能力和基本素质,并通过教育理论课程和教学实践环节,形成良好的教师素养,具备从事中小学体育教学的应用型人才。

## 二、培养规格

本专业毕业生应获得以下几个方面的基本知识、素质和能力:

### (一) 知识要求

1. 热爱教育事业,具有良好的思想品德。
2. 较系统的掌握教育学、心理学、体育学、人类学等方面的基本理论与基本知识。
3. 掌握相关运动的基本技能,具备教学训练中所必需的讲解、示范、分析纠错、组织、制定相关文件的技术和方法。
4. 熟悉国家有关教育、体育的方针、政策和法规。
5. 具有一定的自然科学、人文科学、艺术科学等方面的知识。
6. 了解学校体育改革与发展的动态以及体育科研的发展趋势;掌握基本的科研方法。

### (二) 素质要求

1. 具有较高的思想政治素质和道德品质,具有较强的法治意识、诚信意识、团队意识和人际交往意识。
2. 具有一定的人文素质。了解人类文明史和科学发展史,了解西方文化,了解中国历史和中国传统文化,具有基本的文学、艺术和人文修养。
3. 具有较高的科学素质,包括科学思维、科学研究方法、求实创新意识。

### (三) 能力要求

1. 具有较强教学能力和个人体育运动能力。
2. 具有学校体育教学、健康教育教学、组织体育锻炼、运动训练和竞赛能力,

胜任班级管理、社会服务工作；具有较强的自学和知识更新能力。

3. 获得教师资格证、体育项目裁判员或运动员等级资格证书。
4. 具有一定的体育科研能力。
5. 具备对信息获得、处理、分析的基本能力。
6. 具有感受美、鉴赏美、表现美和创造美的情感与能力。

### **三、主要课程**

运动生理学、运动解剖学、体育概论、体育心理学、健康教育学、体育社会学、体育科学研究方法、学校体育学等专业基础课，田径、体操、武术、篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、毽球等专业主干课以及专业方向课和专业任选课。

### **四、主要实践性教学环节**

军事训练、劳动教育、职业生涯规划与就业指导、教育实习、毕业论文（设计）、思想政治与道德素养、科学研究与创新创业、社会实践与社会工作、文化艺术活动、职业资格与技能认证等。

### **五、学制、学分、学位授予类型**

学制：四年

学分：158.5 学分

学位授予类型：教育学学士

## 六、课程体系及学时学分分配比例

### (一) 学时、学分分配比例表

课程类别		课程性质	学分数	学时数	理论讲授	实验实践	学分比例 (%)
通识教育平台	思想政治理论课程	必修	16	296	251	45	10.1
	基本文化素质课程	必修	12.5	389	312	77	7.9
	通识教育选修课程	选修	8	136	136	0	5.0
	合计			<b>36.5</b>	<b>821</b>	<b>699</b>	<b>122</b>
专业教育平台	学科(专业)基础课程	必修	17.5	298	210	88	11.0
	专业核心课程	必修	37.5	634	102	532	23.7
	专业选修课程	选修	24	402	124	278	15.1
	合计			<b>79</b>	<b>1334</b>	<b>436</b>	<b>898</b>
职业能力教育平台	教师教育必修课程	必修	12	201	178	23	7.6
	教师教育选修课程	选修	2	32	16	16	1.3
	合计			<b>14</b>	<b>233</b>	<b>194</b>	<b>39</b>
集中实践教学环节	基础实践	必修	4				2.5
	专业实践	必修	17				10.7
	第二课堂	选修	8				5.1
	合计			<b>29</b>			
总计			<b>158.5</b>	<b>2388</b>	<b>1329</b>	<b>1059</b>	<b>100</b>
<p>总学分 158.5，其中课堂教学学分 129.5，集中实践教学环节学分 29。必修课学分 116.5，占专业总学分 73.5%；选修课学分 42，占专业总学分 26.5%；实践教学总学分（含独立设置实践和课内教学实践）60.1，占专业总学分 37.9%。课堂教学总学时 2388，其中理论学时 1329，实践学时 1059。</p>							

(二) 课程体系与教学计划表

课程类别	课程名称	课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配		考核形式	备注		
					1	2	3	4	5	6	7	8		讲授	实践				
思想 政治 理论 课程	思想道德修养与法律基础	1600001A	3	13	3									39	33	6	考查		
	中国近现代史纲要 1	1600002A	2	17		2								34	34	0	闭卷考试		
	中国近现代史纲要 2	1600003A	1	17		1								17	0	17	考查		
	马克思主义基本原理概论	1600004A	3	17			3							51	46	5	闭卷考试		
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 1	1600005A	4	17				4						68	68	0	开卷考试		
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2	1600006A	1	17				1						17	0	17	考查		
	形势与政策	1600007A	2		1-7 学期, 每学期安排 10 学时课程								70	70	0	考查			
	<b>小计</b>					<b>16</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>296</b>	<b>251</b>	<b>45</b>		
	通识 教育 平台	大学英语 1	0300001A	1.5	13	4									52	39	13	闭卷考试	
		大学英语 2	0300002A	2	17		4								68	51	17	闭卷考试	
		大学英语 3	0300003A	1	17			2							34	17	17	闭卷考试	
		大学英语 4	0300004A	1	17				2						34	17	17	闭卷考试	
		大学计算机 1	1100001A	1	13	3									39	26	13	闭卷考试	
		大学语文	0100001A	1	13	2									26	26	0	闭卷考试	
		军事理论	3600001A	1	9	(4)									(36)	(36)	0	考查	( ) 为 网络课程
		安全心理教育	3600002A	1	8	4									32	32	0	考查	
职业生涯规划与就业指导		4400001A	1	17			2							34	34	0	考查		
创新创业理论		5800001A	2	17					2					34	34	0	考查		
<b>小计</b>					<b>12.5</b>		<b>13</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>389</b>	<b>312</b>	<b>77</b>			
通识 教育 选修 课程	通识教育选修课设置人文社会科学类、自然科学类、艺术类、体育类、创新创业类等, 由教务处统一组织。学生可从第四学期开始选修, 毕业前应修够 8 个学分。其中, 非师范类学生艺术类课程必须选修 2 学分, 师范类学生音体美类课程必须选修 6 学分。												136	136	0	考查			
<b>合计</b>					<b>36.5</b>		<b>16</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>821</b>	<b>699</b>	<b>122</b>			

课程类别	课程名称	课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配		考核形式	备注
					1	2	3	4	5	6	7	8		讲授	实践		
学科 专业 基础 课程	运动解剖学 1	1211001B	1.5	13	2								26	20	6	闭卷考试	
	运动解剖学 2	1211002B	2	17		2							34	20	14	闭卷考试	
	体育概论	1211005B	2	17			2						34	24	10	闭卷考试	
	体育心理学	1211006B	2	17				2					34	30	4	闭卷考试	
	运动生理学 1	1211003B	2	17				2					34	20	14	闭卷考试	
	运动生理学 2	1211004B	2	17					2				34	20	14	闭卷考试	
	健康教育学	1211007B	2	17					2				34	24	10	闭卷考试	
	体育科学研究方法	1211008B	2	17					2				34	26	8	开卷考试	
	体育社会学	1211009B	2	17							2		34	26	8	开卷考试	
	<b>小计</b>			<b>17.5</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>298</b>	<b>210</b>	<b>88</b>	
专业 核心 课程	专业导论	1211010B	0.5	4	2								8	8	0	考查	
	田径 1	1211011B	3	13	4								52	6	46	考查	
	体操 1	1211012B	1.5	13	2								26	6	20	考查	
	毽球 1	1211013B	1.5	13	2								26	6	20	考查	
	田径 2	1211014B	2	17			2						34	4	30	闭卷考试	
	体操 2	1211015B	2	17			2						34	4	30	闭卷考试	
	毽球 2	1211016B	2	17			2						34	4	30	闭卷考试	
	篮球	1211017B	4	17		4							68	8	60	闭卷考试	
	排球	1211018B	2	17		2							34	4	30	闭卷考试	
	足球 1	1211019B	2	17		2							34	0	34	考查	
	网球	1211020B	1	8		2							16	2	14	考查	
	武术	1211021B	4	17			4						68	8	60	闭卷考试	
	足球 2	1211022B	2	17			2						34	4	30	闭卷考试	
	乒乓球	1211023B	1	8			2						16	2	14	考查	
	羽毛球	1211024B	1	8			2						16	2	14	考查	
	柔力球	1211025B	1	8			2						16	2	14	考查	
	健美操	1211026B	1	8			2						16	2	14	考查	
	学校体育学	1211027B	2	17				2					34	26	8	闭卷考试	
体育学科教学技能训练	1211002C	2	17					2				34	0	34	考查		
运动技能学习与控制	1211028B	2	17							2		34	4	30	考查		
<b>小计</b>			<b>37.5</b>		<b>9</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>634</b>	<b>102</b>	<b>532</b>		

专业  
教育  
平台

课程类别	课程名称		课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配		考核形式	备注	
						1	2	3	4	5	6	7	8		讲授	实践			
专业 教育 平台	专项理论与 与实践1	足、篮、排、 乒、羽、网、 田径、体操、 武术、健美操、 体育舞蹈、毽 球、柔力球	1211029B-41B	4	17				4					68	8	60	考查	任选1个项 目修读(12 学分)	
			1211042B-54B	4	17				4						68	8	60		考查
			1211055B-67B	4	17							4			68	8	60		闭卷考试
	体育保健学		1211068B	2	17							2		34	30	4	开卷考试		
	体能训练		1211069B	2	17							2		34	30	4	考查		
	运动训练学		1211070B	2	17							2		34	30	4	开卷考试		
	心意拳与手搏术*		1211071B	2	17							2		34	4	30	考查		
	啦啦操		1211072B	2	17							2		34	4	30	考查		
	跆拳道*		1211073B	2	17							2		34	4	30	考查		
	瑜伽		1211074B	2	17							2		34	4	30	考查		
	舞龙舞狮*		1211075B	2	17							2		34	4	30	考查		
	台球		1211076B	2	17							2		34	4	30	考查		
	体育法学概论		1211077B	2	8								4	32	32	0	考查		
	体育史		1211078B	2	8								4	32	32	0	考查		
	体育健康评价与运动处方		1211079B	2	8								4	32	32	0	考查		
	体育英语		1211080B	2	8								4	32	32	0	考查		
	体育绘图与游戏		1211081B	2	8								4	32	2	30	考查		
	排舞		1211082B	2	8								4	32	2	30	考查		
	越野行走*		1211083B	2	8								4	32	2	30	考查		
	体育拓展*		1211084B	2	8								4	32	2	30	考查		
轮滑		1211085B	2	8								4	32	2	30	考查			
小计			24			0	0	0	0+	0+	0	6+	6	402	124	278			
合计			79			11	17	12	6+	8+	0	8+	6	1334	436	898			

在第7、8  
学期分别  
选3门课程  
(6学分)。  
选课不得  
与专项理  
论与实践  
课程重复，  
一经选定  
不得更改。  
(\*表示融  
合课程)

课程类别	课程名称	课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配 讲授 实践	考核形式	备注		
					1	2	3	4	5	6	7	8						
职业能力 教育平台 (师范 类专业)	普通话	0100003C	1	8		2							16	16	0	普通话测试		
	三笔字	0600001C	1	8		2							16	16	0	考查		
	心理学	0400001C	3	17			3						51	48	3	闭卷考试		
	教育学	0400002C	2	17				2					34	32	2	闭卷考试		
	体育课程与教学论	1211001C	2	17					2				34	34	0	闭卷考试		
	教师职业道德与教育法律法规	0400003C	1	8				2					16	16	0	考查		
	现代教育技术	1100006C	2	17				2					34	16	18	考查		
	小计			12		0	2	3	5	2	0	0	0	201	178	23		
	班级管理学	1211003C	1	8					2				16	8	8	考查		
	体育与健康课程标准解读	1211004C	1	8					2				16	8	8	考查		
体育名师教学案例评析	1211005C	1	8					2				16	8	8	考查	任选 2学分		
小计			2		0	0	0	0	2	0	0	0	32	16	16			
合计			14		0	2	3	5	4	0	0	0	233	194	39			
课堂教学合计			129.5		27	26	22	18+	14+	0	8+	6	2388	1329	1059			
课程类别	实践环节名称	课程代码	学分数	周数	学期序号								考核方式	备注				
基础 实践	军事训练	3600001D	2	2	1								考查					
	劳动教育	3400001D	2	2	2-4								考查					
专业 实践	小计		4															
	专业实习	1211001D	1	1	6								实习报告					
	教育实习	1211002D	10	18	6								实习总结					
	毕业论文(设计)	1211003D	6	10	8								毕业答辩					
	小计		17															
集中 实践 教学 环节	思想政治与道德素养	3700001D																
	科学研究与创新创业	3700002D																
	社会实践与社会工作	3700003D	8															
	文化艺术活动	3700004D																
	职业资格与技能认证	3700005D																
小计		8																
合计		29																
总计		158.5																

根据《晋中学院关于加强第二课堂建设的实施意见》《晋中学院第二课堂学分认定管理办法(试行)》规定,由团委和学院制订活动方案和认定办法共同组织实施。

## 七、专业培养目标“能力矩阵”

目标能力 课程名称	知识			素质			能力			
	人文社会科学和自然科学的通识知识	外语、计算机操作及办公软件等知识	扎实的基础知识及专业基本理论	政治素质、身心素质、人文素养	专业体育素质	科学精神、开拓创新、创业素质	知识获取与运用能力	专业竞赛和实践活动能力	社会实践和校园文化活动能力	文献检索、论文写作能力
思想道德修养与法律基础	√			√			√			
中国近现代史纲要 1	√						√			
中国近现代史纲要 2	√						√			
马克思主义基本原理概论	√			√			√			
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 1	√			√			√			
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2	√			√			√			
形势与政策	√						√			√
大学英语 1		√								√
大学英语 2		√								√
大学英语 3		√								√
大学英语 4		√								√
大学计算机 1		√								√
大学语文	√			√						
军事理论			√	√						
安全心理教育				√				√		
职业生涯规划与就业指导						√		√		
创新创业理论							√	√		
运动解剖学 1			√					√		
运动解剖学 2			√					√		
体育概论			√	√			√			



目标能力 课程名称	知识			素质			能力			
	人文社会科学和自然科学的 通识知识	外语、计 算机操作 及办公软 件等知识	扎实的基 础知识及 专业基本 理论	政治素 质、身心 素质、人 文素养	专业 体育素 质	科学精 神、开拓 创新、创 业素质	知识获取 与运用能 力	专业竞赛 和实践活 动能力	社会实践 和校园文 化活动能 力	文献检 索、论文 写作能力
体育心理学			√	√			√			
运动生理学 1			√							
运动生理学 2			√							
健康教育学			√	√			√			
体育科学研究方法		√	√				√			√
体育社会学			√	√						√
专业导论				√						
田径 1			√		√		√			
体操 1			√		√		√			
毽球 1					√		√			
田径 2			√		√		√			
体操 2			√		√		√			
毽球 2					√		√			
篮球			√		√		√			
排球			√		√		√			
足球 1			√		√		√			
网球					√		√			
武术			√		√		√			
足球 2			√		√		√			
乒乓球					√				√	
羽毛球					√				√	
柔力球					√				√	
健美操					√				√	
学校体育学			√		√		√			

目标能力 课程名称	知识			素质			能力			
	人文社会科学和自然科学知识	外语、计算机操作及办公软件等知识	扎实的基础知识及专业基本理论	政治素质、身心素质、人文素养	体育专业素质	科学精神、开拓创新、创业素质	知识获取与运用能力	专业竞赛和实践活动能力	社会实践和校园文化活动能力	文献检索、论文写作能力
体育学科教学技能训练			√		√	√		√		√
运动技能学习与控制			√		√	√		√		√
专项理论与实践 1					√			√		
专项理论与实践 2					√			√		
专项理论与实践 3					√			√		
体育保健学			√	√						
体能训练			√	√					√	
运动训练学			√	√					√	
心意拳与手搏术			√	√					√	
啦啦操					√	√			√	
跆拳道			√	√					√	
瑜伽						√			√	
舞龙舞狮			√		√	√				
台球			√		√	√				
体育法学概论			√		√	√				
体育史			√		√	√				
体育健康评价与运动处方			√		√	√				
体育英语		√	√		√					
体育绘图与游戏			√		√				√	
排舞					√	√			√	
越野行走					√	√				
体育拓展			√	√	√					
轮滑						√				√
普通话	√			√					√	

目标能力 课程名称	知识			素质			能力			
	人文社会科学和自然科学知识	外语、计算机操作及办公软件等知识	扎实的基础知识及专业基本理论	政治素质、身心素质、人文素养	体育专业素质	科学精神、开拓创新、创业素质	知识获取与运用能力	专业竞赛和实践活动能力	社会实践和校园文化活动能力	文献检索、论文写作能力
三笔字	√			√						
心理学	√			√						
教育学	√			√			√			
体育课程与教学论			√	√				√		
教师职业道德与教育法律法规	√			√		√				
现代教育技术		√					√			√
班级管理学	√			√				√		
体育与健康课程标准解读			√	√						
体育名师教学案例评析			√	√						
军事训练	√			√						
劳动教育	√			√						
专业实习			√		√		√	√		
教育实习					√		√	√		
毕业论文（设计）		√	√			√				√
思想政治与道德素养	√			√			√			
科学研究与创新创业	√	√		√			√			√
社会实践与社会工作	√	√		√			√			√
文化艺术活动	√			√			√	√		
职业资格与技能认证				√			√			√

## 八、推荐阅读书目

序号	书名	著者	出版社	出版时间 (年)
1	现代教学论与体育教学	吴志超	人民体育出版社	2003
2	学前教育专业本科教材·学前儿童体育	许卓娅	南京师范大学出版社	2003
3	体育教学科学化探索	毛振明	高等教育出版社	2004
4	解读体育文化	李力研	中国社会科学出版社	2004
5	中国体育文化纵横谈	卢元镇	北京体育大学出版社	2005
6	民族传统体育发展的文化审视	王岗, 王铁新	北京体育大学出版社	2005
7	古今名人读书法	张明仁	商务印书馆	2006
8	从古老的游戏到体育表演	[法]乔治·维加雷洛	中国人民大学出版社	2007
9	中国哲学史大纲	胡适	商务印书馆	2009
10	教育思想的演进	爱弥儿·涂尔干	商务印书馆	2010
11	体育公共服务—内涵、目标及运行机制	樊炳有, 高军	人民体育出版社	2010
12	幼儿体育	李金泉	高等教育出版社	2010
13	体育学创新性实验与研究	史绍蓉	湖南师范大学出版社	2012
14	体育教育专业综合素质论	李艳翎	湖南师范大学出版社	2012
15	体育教学新论	龚正伟	湖南师范大学出版社	2012
16	体育哲学	马卫平	北京体育大学出版社	2013
17	性别、身体、社会——女性体育研究的理论、方法与实践	熊欢	中国社会科学出版社	2013
18	高水平竞技选手的科学训练与成功参赛	田麦久	人民体育出版社	2014
19	学校体育教育理论与方法: 马特维也夫体育教育思想	[俄]马特维也夫, 姚松平译	华东师范大学出版社	2017

# 武术与民族传统体育专业人才培养方案

(专业代码：040204K)

## 一、培养目标

本专业培养德、智、体、美全面发展，具有高度的社会责任感，较好的科学和文化素养，掌握武术与民族传统体育专项运动教学、训练、竞赛和管理的基本理论与方法；具备较强的武术、养生、民族民间体育基本技能和传播、推广、传承、创新中华民族传统体育文化的能力；能胜任民族传统体育方面工作的应用型人才。

## 二、培养规格

本专业毕业生应获得以下几个方面的基本知识、素质和能力：

### (一) 知识要求

1. 较系统的掌握民族学、心理学、体育学、社会学等方面的基本理论与基本知识。
2. 熟悉国家有关教育、体育的方针、政策和法规。
3. 掌握武术、传统体育养生、民族民间体育的基本理论、基本技术和基本技能。
4. 了解武术与民族传统体育专业改革与发展的动态以及体育科研的发展趋势；掌握基本的科研方法。

### (二) 素质要求

1. 本专业毕业生应具备较高政治素质、心理素质和身体素质，有坚定的政治立场、强烈的社会责任感；具有高尚的思想道德品质、法制观念、文化素养；具有实践创新精神和良好的团结合作意识。
2. 树立社会主义荣辱观，具有健康的体魄、健全的人格、养成良好的卫生习惯和健康的生活方式。
3. 具有一定的人文素质。了解人类文明史和科学发展史，了解中国历史和中国传统文化，具有基本的文学、艺术和人文修养。
4. 具有较高的科学素质，包括科学思维、科学研究方法、求实创新意识。

### **（三）能力要求**

1. 具备本专业相关教学、训练、指导与管理等实际工作的能力。
2. 精通专项的技术、技能，通晓本专业其他项目的主要技术与技能，即达到“一专多能”的要求。
3. 达到普通话合格标准，掌握一门外语的基础语法知识，能运用所学外语进行简单的日常会话。
4. 掌握计算机及网络基础知识和应用技能，能熟练的运用计算机进行文字处理及信息的收集、整理及分析。
5. 毕业时达到国家体育总局审批的相关段位标准及裁判等级资格。

### **三、主要课程**

本专业的主要课程包括运动生理学、运动解剖学、体育概论、体育保健学、体育科学研究方法等专业核心课程，以及由民族传统体育概论、中国武术导论、中国传统养生理论与实践、中国式摔跤等组成的专业核心课和专业任选课。

### **四、主要实践性教学环节**

专项训练与实践、专业实习、教育实习、毕业论文（设计）、科学研究与创新创业、社会实践与社会工作、文化艺术活动、职业资格与技能认证。

### **五、学制、学分、学位授予类型**

学制：四年

学分：150 学分

学位授予类型：教育学学士

## 六、课程体系及学时学分分配比例

### (一) 学时、学分分配比例表

课程类别		课程性质	学分数	学时数	理论讲授	实验实践	学分比例 (%)
通识教育平台	思想政治理论课程	必修	16	296	251	45	10.7
	基本文化素质课程	必修	12.5	389	312	77	8.3
	通识教育选修课程	选修	8	136	136	0	5.3
	合计			<b>36.5</b>	<b>821</b>	<b>699</b>	<b>122</b>
专业教育平台	学科(专业)基础课程	必修	15	254	184	70	10.0
	专业核心课程	必修	43.5	686	210	476	29.0
	专业选修课程	选修	12	212	56	156	8.0
	合计			<b>70.5</b>	<b>1152</b>	<b>450</b>	<b>702</b>
职业能力教育平台	教练员与表演模块	限选	7	118	86	32	4.7
	教师能力模块						
	健身养生模块						
	职业能力拓展课程	选修	4	68	68	0	2.7
	合计			<b>11</b>	<b>186</b>	<b>154</b>	<b>32</b>
集中实践教学环节	基础实践	必修	4				2.7
	专业实践	必修	20				13.3
	第二课堂	选修	8				5.3
	合计			<b>32</b>			
总计			<b>150</b>	<b>2159</b>	<b>1303</b>	<b>856</b>	<b>100</b>
<p>总学分 150，其中课堂教学学分 118，集中实践教学环节学分 32。必修课学分 111，占专业总学分 74.0%；选修课学分 39，占专业总学分 26.0%；实践教学总学分（含独立设置实践和课内教学实践）57.2，占专业总学分 38.1%。课堂教学总学时 2159，其中理论学时 1303，实践学时 856。</p>							

(二) 课程体系与教学计划表

课程类别	课程名称	课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配		考核形式	备注	
					1	2	3	4	5	6	7	8		讲授	实践			
思想 政治 理论 课程	思想道德修养与法律基础	1600001A	3	13	3								39	33	6	考查		
	中国近现代史纲要 1	1600002A	2	17		2							34	34	0	闭卷考试		
	中国近现代史纲要 2	1600003A	1	17		1							17	0	17	考查		
	马克思主义基本原理概论	1600004A	3	17			3						51	46	5	闭卷考试		
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 1	1600005A	4	17				4					68	68	0	开卷考试		
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2	1600006A	1	17				1					17	0	17	考查		
	形势与政策	1600007A	2			1-7 学期, 每学期安排 10 学时课程								70	70	0	考查	
	<b>小计</b>			<b>16</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>296</b>	<b>251</b>	<b>45</b>		
	通识 教育 平台	大学英语 1	0300001A	1.5	13	4								52	39	13	闭卷考试	
		大学英语 2	0300002A	2	17		4							68	51	17	闭卷考试	
大学英语 3		0300003A	1	17			2						34	17	17	闭卷考试		
大学英语 4		0300004A	1	17				2					34	17	17	闭卷考试		
大学计算机 1		1100001A	1	13	3								39	26	13	闭卷考试		
大学语文		0100001A	1	13	2								26	26	0	闭卷考试		
军事理论		3600001A	1	9	(4)								(36)	(36)	0	考查		
安全心理教育		3600002A	1	8	4								32	32	0	考查		
职业生涯规划与就业指导		4400001A	1	17			2						34	34	0	考查		
创新创业理论		5800001A	2	17					2				34	34	0	考查		
<b>小计</b>			<b>12.5</b>		<b>13</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>389</b>	<b>312</b>	<b>77</b>				
通识 教育 选修 课程	通识教育选修课设置人文社会科学类、自然科学类、艺术类、体育类、创新创业类等, 由教务处统一组织。学生可从第四学期开始选修, 毕业前应修够 8 个学分。其中, 非师范类学生艺术类专业课程必须选修 2 学分, 师范类学生音体美类课程必须选修 6 学分。												136	136	0	考查		
<b>合计</b>			<b>36.5</b>		<b>16</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>821</b>	<b>699</b>	<b>122</b>				

( ) 为  
网络课程



课程类别	课程名称	课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配		考核形式	备注	
					1	2	3	4	5	6	7	8		讲授	实践			
学科 专业 基础 课程	运动解剖	1212001B	3	13	4								52	36	16	闭卷考试		
	运动生理	1212002B	2	17		2							34	20	14	闭卷考试		
	体育概论	1212003B	2	17			2						34	24	10	闭卷考试		
	体育心理学	1212004B	2	17				2					34	24	10	闭卷考试		
	体育社会学	1212005B	2	8					4				32	26	6	闭卷考试		
	健康教育学	1212006B	2	17						2			34	28	6	闭卷考试		
	体育科学研究方法	1212007B	2	17							2		34	26	8	闭卷考试		
	小计			15		4	2	2	2	2	2	2	2	254	184	70		
	专业 核心 课程	民族传统体育概论	1212009B	2	17		2							34	30	4	考查	
		中国武术导论	1212010B	2	17			2						34	30	4	考查	
		中国传统养生理论与实践	1212011B	2	17				2					34	24	10	考查	
		民族民间体育	1212012B	2	8					4				32	14	18	考查	
		专项训练理论与实践 1	1212013B	4	13	4								52	8	44	考查	
		专项训练理论与实践 2	1212014B	4	17		4							68	8	60	考查	
		专项训练理论与实践 3	1212015B	4	17			4						68	8	60	考查	
		专项训练理论与实践 4	1212016B	4	17				4					68	8	60	考查	
		专项训练理论与实践 5	1212017B	4	8					4				32	4	28	考查	
专项训练理论与实践 6		1212018B	4	17						4			68	34	34	闭卷考试		
专业导论		1212020B	0.5	4	2								8	8	0	考查		
舞龙运动		1212021B	1.5	13	2								26	2	24	考查		
舞狮运动		1212022B	2	17		2							34	2	32	考查		
体育保健学		1212023B	2	17						2			34	20	14	考查		
形意拳		1212024B	2	17				2					34	4	30	考查		
毽球 1		1212025B	1.5	13	2								26	2	24	考查		
毽球 2		1212026B	2	17		2							34	4	30	考查		
小计			43.5		9	10	6	8	4	6	0	0	686	210	476		专项理论与 实践包括武 术套路、散 打、毽球等 项目	

专业  
教育  
平台

课程类别	课程名称	课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配 讲授 实践	考核形式	备注	
					1	2	3	4	5	6	7	8					
专业 教育 平台	初级拳术	1212027B	2	17		2							4	30	考查	任选 6 学分	
	初级器械	1212028B	2	17		2							4	30	考查		
	简化太极拳	1212029B	2	17			2						4	30	考查		
	简化太极剑	1212030B	1	8						2			0	16	考查		
	一、二类传统拳	1212031B	2	17				2					4	30	考查		
	三、四类传统拳	1212032B	2	17				2					4	30	考查		
	中国式摔跤	1212033B	2	8					4				4	28	考查		
	中医学基础	1212034B	2	17				2					26	8	开卷考试		
	运动训练	1212035B	2	17				2					30	4	闭卷考试		
	学校体育	1212036B	2	17				2					30	4	考查		
	体操	1212037B	1.5	13		2							2	24	考查		
	柔力球	1212038B	2	17						2			4	30	考查		
	足球	1212039B	1	8					2				2	14	考查		
	篮球	1212040B	1	8					2				0	16	考查		
	田径	1212041B	2	17			2						4	30	考查		
	运动损伤与急救	1212042B	2	17						2			20	14	考查		
	体适能	1212043B	1	8								2	2	14	考查		
	小计		12		0+	0+	0+	0+	0+	0+	0+	0+	56	156			
	合计		70.5		13+	12+	8+	10+	6+	8+	0	2+	450	702			
职业能力 教育平台 (非 师范专 业)	课程名称	课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配 讲授 实践	考核形式	备注	
	影视武打设计	121044B	1	8	1	2	3	4	5	6	7	8	16	14	2	考查	任选一个 模块课程 7 学分
	裁判员 与表演 模块	121045B	2	17		2							34	28	6	考查	
	表演基础理论与实践	121046B	2	17			2						34	28	6	考查	
	教练员基础	121047B	2	17				2					34	28	6	考查	
	体育教学论	121048B	2	17			2						34	20	14	考试	
	教育学	0400002C	2	17		2							34	34	0	考试	
心理学	0400001C	2	17				2					34	34	0	考查		
普通话	0100003C	1	8					2				16	16	0	考查		

课程类别	课程名称	课程代码	学分 数	教学 周数	按学期分配学时								总学 时	学时分配		考核形式	备注	
					1	2	3	4	5	6	7	8		讲授	实践			
职业能力教育平台 (非师范类专业)	武术专业英语	121049B	1	8								2		16	0	考查	任选一个 模块课程 7学分	
	健身气功	121050B	2	17		2								34	6	考查		
	体育健康评价与运动处方	121051B	2	17			2							34	6	考查		
	中医养生推拿	121052B	2	17						2				34	14	20		考查
	小计			7		0	2	2	2	1	0+	0	0+	118	86	32		
	职业能力拓展课程	教育知识与能力	121053B	2	17				2						34	34	0	考试
		对外汉语教学	121054B	2	17						2				34	34	0	考查
		体育名师教学案例评析	121055B	2	8					4					32	24	8	考查
		学科知识与教学能力	121056B	2	17							2			34	34	0	考试
	小计			4		0	0	0+	0+	0+	0+	0	0	68	68	0		
合计			11		0	2	2+	2+	1+	0+	0	0	186	154	32			
课堂教学合计			118		29+	21+	17+	19+	9+	8+	0	2+	2159	1303	856			
课程类别	实践环节名称	课程代码	学分数	周数	学期序号								考核方式	备注				
					1	2	3	4	5	6	7	8						
基础实践	军事训练	3600001D	2	2										1		考查		
	劳动教育	3400001D	2	2										2-4		考查		
小计			4															
专业实践	专业实习	1212001D	4	4							8			5		实习报告		
	教育实习	1212002D	10	10							18			7		实习报告		
	毕业论文	1212003D	6	6							10			8		毕业答辩		
	小计			20														
第二课堂	思想政治与道德素养	3700001D	8															
	科学研究与创新创业	3700002D																
	社会实践与社会工作	3700003D																
	文化艺术活动	3700004D																
	职业资格与技能认证	3700005D																
小计			8															
合计			32															
总计			150															

根据《晋中学院关于加强第二课堂建设的实施意见》《晋中学院第二课堂学分认定管理办法（试行）》规定，由团委和学院制订活动方案和认定办法共同组织实施。

## 七、专业培养目标“能力矩阵”

目标能力 课程名称	知识			素质			能力			
	人文社会科学和自然科学的通识知识	外语、计算机操作及办公软件等知识	扎实的基础知识及专业基本理论	政治素质、身心素质、人文素养	专业素质	科学精神、开拓创新、创业素质	知识获取与运用能力	专业竞赛和实践能力	社会实践和校园文化活动能力	文献检索、论文写作能力
思想道德修养与法律基础	√			√			√			
中国近现代史纲要 1	√						√			
中国近现代史纲要 2	√						√			
马克思主义基本原理概论	√			√			√			
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 1	√			√			√			
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2	√			√			√			
形势与政策	√						√			
大学英语 1		√								√
大学英语 2		√								√
大学英语 3		√								√
大学英语 4		√								√
大学计算机 1		√								√
大学语文	√			√						
军事理论			√	√						
安全心理教育				√				√		
职业生涯规划与就业指导								√	√	
创新创业理论						√		√	√	
运动解剖			√						√	
运动生理			√						√	
体育概论			√	√						

目标能力 课程名称	知识			素质			能力			
	人文社会科学和自然科学的通识知识	外语、计算机操作及办公软件等知识	扎实的基础知识及专业基本理论	政治素质、身心素质、人文素养	体育专业素质	科学精神、开拓创新、创业素质	知识获取与运用能力	专业竞赛和实践活动能力	社会实践和校园文化活动能力	文献检索、论文写作能力
体育心理学			√	√			√			
体育社会学			√							√
健康教育			√				√			
体育科学研究方法		√	√	√			√			√
民族传统体育概论	√		√				√			
中国武术导论	√		√	√						
中国传统养生理论与实践			√	√						
民族民间体育			√	√						√
专项训练理论与实践 1			√	√			√			√
专项训练理论与实践 2			√	√			√			√
专项训练理论与实践 3			√	√			√			√
专项训练理论与实践 4			√	√			√			√
专项训练理论与实践 5			√	√			√			√
专项训练理论与实践 6			√	√			√			√
专业导论				√						√
舞龙运动			√							√
舞狮运动			√	√						√
体育保健学			√	√						√
形意拳			√	√						√
毽球 1			√							√
毽球 2			√							
初级拳术			√	√						√
初级器械			√	√						√



目标能力 课程名称	知识			素质			能力			
	人文社会科学和自然科学的 通识知识	外语、计算机操作 及办公软件等知识	扎实的基 础知识及 专业基本 理论	政治素 质、身心 素质、人 文素养	专业 素质	科学精 神、开拓 创新、创 业素质	知识获取 与运用能 力	专业竞赛 和实践活 动能力	社会实践 和校园文 化活动能 力	文献检 索、论文 写作能力
武术专业英语		√			√	√	√			
健身气功			√		√	√	√			
体育健康评价与运动处方			√		√	√	√			
中医养生推拿			√		√	√	√		√	
教育知识与能力			√				√	√		
对外汉语教学	√	√								
体育名师教学案例评析			√	√				√		
学科知识与教学能力			√				√	√		
军事训练	√			√						
劳动教育	√			√						
专业实习			√		√		√	√	√	
教育实习					√		√	√	√	
毕业论文（设计）		√	√			√				√
思想政治与道德素养	√			√			√			
科学研究与创新创业	√	√		√			√			√
社会实践与社会工作	√	√		√			√			√
文化艺术活动	√			√			√		√	
职业资格与技能认证				√			√	√		

## 八、推荐阅读书目

序号	书名	著者	出版社	出版时间(年)
1	中国武术文化概论	旷文楠	四川教育出版社	1990
2	中国体育教练员岗位培训教材武术(套路)	国家体委武术研究院	人民出版社	1999
3	中国体育教练员岗位培训教材武术(散打)	国家体委武术研究院	人民体育出版社	1999
4	武术套路教学与训练	侯介华	北京体育大学出版社	2002
5	体育科学研究方法(第一版)	张力为	高等教育出版社	2002
6	中国武术史	周伟良	高等教育出版社	2003
7	现代教学论与体育教学	吴志超	人民体育出版社	2003
8	体育教学科学化探索	毛振明著	高等教育出版社	2004
9	解读体育文化	李力研著	中国社会出版社	2004
10	体育社会实践教程	李相如著	人民体育出版社	2006
11	体育科学研究方法	黄汉升	高等教育出版社	2006
12	中国武术史	邱丕相	高等教育出版社	2008
13	体育教育专业实习指导与实践	余纯璐	学林出版社	2009
14	中国武术史	国家体委武术研究院	人民体育出版社	2011
15	体育学创新性实验与研究	史绍蓉	湖南师范大学出版社	2012
16	体育教育专业综合素质论	李艳翎	湖南师范大学出版社	2012
17	体育教学新论	龚正伟	湖南师范大学出版社	2012
18	民族传统体育概论	石爱桥	人民体育出版社	2014