

## 2.1.1 武术与民族传统体育人才培养方案

### 武术与民族传统体育专业人才培养方案

(专业代码: 040204K)

#### 一、专业培养目标

本专业培养德、智、体、美、劳全面发展,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、毕业要求

本专业学生经过培养和训练后,毕业生在知识、能力、素质方面应达到以下要求:

##### (一) 知识要求 (A)

##### A1. 人文社科方面的知识

具有较高的文化素养,具有一定的文学艺术修养以及现代意识,有一定的文学、哲学、历史、经济等社会科学知识。

##### A2. 自然科学方面的知识

掌握应用型本科大学生应有的自然科学知识,对自然界发生的现象和过程的实质的规律性,有一定预见与判断,能在社会实践中合理的利用自然科学知识解决问题。

##### A3. 专业基础知识

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。

##### A4. 专业知识等

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，对专业相关领域开展实践的基础知识有较为系统的学习，具备对与身体参与健康活动的行为有基本的评价基础。

## **(二) 能力要求 (B)**

### **B1. 专业能力**

通晓武术与民族传统体育专业项目的主要技术与技能，即达到“一专多能”的要求。具备本专业相关教学、训练、指导与管理等实际工作的能力。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。

### **B2. 获取与应用知识能力**

能够利用现代化手段获取信息,自主学习、自我发展;能将专业知识与专业技能融会贯通;具有适应未来工作所需的实际操作能力;具有独立工作能力、沟通联系能力、合作协调能力;掌握计算机及网络基础知识和应用技能,具有能熟练的运用计算机进行文字处理及信息的收集、整理及分析的能力。

### **B3. 创新创业能力**

掌握一定的创新创业知识,具有高瞻远瞩的战略目光,富有创新精神和创业意识;具有坚强的意志,有迎难而上,追求成功的能力;具有自信、自强、自主、自立的创业精神,对创新创业充满信心。

### **B4. 通用与社会服务能力**

掌握一定的自然科学、人文社会科学,熟悉一门外语,能基本阅读与本专业有关的外文文献;普通话水平测试达到二级乙等以上,具有良好的语言表达能力。具备公共服务意识和公益精神,能够从事与体育有关的社会服务工作。

### **(三) 素质要求 (C)**

#### **C1. 人文素质**

热爱祖国，有坚定的政治信仰，牢固树立并践行社会主义核心价值观，具备强烈的社会责任感；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；具有弘扬中华民族体育文化精神的自觉意识。

#### **C2. 专业素质**

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；具有良高的科学思维、掌握科学研究方法、具有求实创新意识；具有良好的武术与民族传统体育专业运动素质。

#### **C3. 学习与创新素质**

有正确的就业观和较强的创新精神，能够利用现代化手段获取信息，自主学习、自我发展；能将专业知识与专业技能融会贯通；具有适应未来工作所需的实际操作能力；富有创新精神和创业意识；具有独立工作能力、沟通联系能力、合作协调能力；具备公共服务意识和公益精神，能够从事与体育有关的社会服务工作。

#### **C4. 身心素质**

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。

### **三、专业核心课程**

本专业的主要课程包括运动解剖学、运动生理学、体育概论、体育保健学、健康教育学、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、体育保健学、形意拳、毽球等核心课程。

#### 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：实行弹性学制，学习期限 4-8 年。

学分：154.5 学分

学位授予类型：教育学学士

#### 六、课程结构比例表

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	279	237	42	10.3
	基本文化素质课程	必修	18	347	289	58	11.7
	通识教育选修课程	选修	8	128	128	0	5.2
	合计			42	754	654	100
专业教育平台	学科专业基础课程	必修	13.5	218	174	44	8.7
	专业核心课程	必修	42	682	194	488	27.2
	专业选修课程	选修	12	192	16	176	7.8
	合计			67.5	1092	384	708
职业能力教育平台	教师教育平台必修课程	二选一	12	192	168	24	7.8
	健身养生平台必修课程	必修					
	职业能力拓展选修课程	选修	2	32	16	16	1.3
	合计			14	224	184	40
集中实践教学环节	基础实践	必修	3				1.9
	专业实践	必修	20				12.9
	第二课堂	选修	8				5.2
	合计			31			
总计			154.5	2070	1222	848	100
总学分 154.5，其中课堂教学学分 123.5，（含理论教学学分 102.5，独立设置实验、实训课教学学分 21），集中实践教学环节学分 31。必修课学分 124.5，占专业总学分 80.6%；选修课学分 30，占专业总学分 19.4%。实践教学总学分 84（含集中实践教学学分 31，课内教学实践学分 53），占专业总学分 54.4%。课堂教学总学时 2070，其中理论学时 1222，实验实践学时 848。							

## 七、课程设置和安排

课程类别	课程名称	课程代码	学期	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式	
								讲授	实践		
通识教育平台	思想道德与法治	1600001A	1	3	3	13	39	33	6	考试	
	中国近现代史纲要 1	1600002A	2	2	2	16	32	32	0	考试	
	中国近现代史纲要 2	1600003A	2	1	1	16	16	0	16	考查	
	马克思主义基本原理	1600004A	3	3	3	16	48	44	4	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	4	4	16	64	64	0	考试	
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2	1600006A	4	1	1	16	16	0	16	考查	
	形势与政策	1600007A	1-8	2	2/		64	64	0	考查	
	小计				16			279	237	42	
	基本文化素质课程	大学英语 1	0300001A	1	3	4	13	52	39	13	考试
		大学英语 2	0300002A	2	4	4	16	64	48	16	考试
		大学英语 3	0300003A	3	2	2	16	32	16	16	考试
		大学英语 4	0300004A	4	2	2	16	32	32	0	考试
		计算机应用基础 I	1100001A	1	2	3	13	39	26	13	考试
		军事理论*	3600001A	1	1	/4	8	32	32	0	考查
		安全心理教育*	3600002A	1	1	/4	8	32	32	0	考查
		职业生涯规划与就业指导*	4400001A	3	1	/4	8	32	32	0	考查
		创新创业理论*	5800001A	5	2	/4	8	32	32	0	考查
	小计				18			347	289	58	
	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。						128	128	0	考查
合计				42			754	654	100		
说明： 1. 大学语文课程仅在师范专业开设，其他专业不开设。 2. *为网络课程。											

课程类别	课程名称	课程代码	学期	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式	
								讲授	实践		
专业教育平台	学科专业基础课程	运动解剖学 1	1210001B	1	1.5	2	13	26	20	6	考试
		运动生理学	1210002B	2	2	2	16	32	24	8	考试
		体育概论	1210003B	3	2	2	16	32	26	6	考试
		体育心理学	1210004B	4	2	2	16	32	28	4	考试
		体育社会学	1210005B	5	2	/4	16	32	24	8	考试
		健康教育学	1210006B	6	2	2	16	32	26	6	考查
		体育科学研究方法	1210007B	6	2	2	16	32	26	6	考查
	小计					<b>13.5</b>		<b>218</b>	<b>174</b>	<b>44</b>	
	专业核心课程	专项训练理论与实践 1	1220501B	1	3	4	13	52	8	44	考查
		专业导论	1220502B	1	0.5	2	4	8	8	0	考查
		舞龙运动	1220503B	1	1.5	2	13	26	2	24	考查
		毽球 1	1220504B	1	1.5	2	13	26	2	24	考查
		体操	1220505B	1	1.5	2	13	26	2	24	考查
		民族传统体育概论	1220506B	2	2	2	16	32	30	2	考查
		专项训练理论与实践 2	1220507B	2	4	4	16	64	4	60	考查
		舞狮运动	1220508B	2	2	2	16	32	2	30	考查
		毽球 2	1220509B	2	2	2	16	32	2	30	考查
		中国武术导论	1220512B	3	2	2	16	32	30	2	考查
		专项训练理论与实践 3	1220513B	3	4	4	16	64	4	60	考查
		中国传统养生理论与实践	1220516B	4	2	2	16	32	24	8	考查
		专项训练理论与实践 4	1220517B	4	4	4	16	64	4	60	考查
		形意拳	1220518B	4	2	2	16	32	2	30	考查
		民族民间体育	1220522B	5	2	/4	16	32	14	18	考查
		专项训练理论与实践 5	1220523B	5	2	/4	16	32	4	28	考查
		体育保健学	1220527B	6	2	2	16	32	20	12	考查
	专项训练理论与实践 6	1220528B	6	4	4	16	64	32	32	考试	
	小计					<b>42</b>		<b>682</b>	<b>194</b>	<b>488</b>	
	专业选修课程	初级拳术	1220510B	2	2	2	16	32	2	30	考查
		初级器械	1220511B	2	2	2	16	32	2	30	考查
		太极类课程	1220514B	3	2	2	16	32	2	30	考查
		田径	1220515B	3	2	2	16	32	2	30	考查
		传统拳	1220519B	4	2	2	16	32	4	28	考查
		运动训练学	1220520B	4	2	2	16	32	30	2	考查
学校体育学		1220521B	4	2	2	16	32	30	2	考查	
中国式摔跤		1220524B	5	2	/4	16	32	4	28	考查	
足球		1220525B	5	1	/2	8	16	2	14	考查	
篮球		1220526B	5	1	/2	8	16	2	14	考查	
传统花键		1220529B	6	2	2	16	32	2	30	考查	
柔力球		1220530B	6	2	2	16	32	2	30	考查	

课程类别	课程名称	课程代码	学期	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式	
								讲授	实践		
	健身秧歌	1220531B	8	2	2	16	32	2	30	考查	
	运动损伤与急救	1220532B	8	2	2	16	32	2	30	考查	
	体适能	1220533B	8	2	2	16	32	2	30	考查	
	小计					<b>12</b>		<b>192</b>	<b>16</b>	<b>176</b>	
	合计					<b>67.5</b>		<b>1092</b>	<b>384</b>	<b>708</b>	

说明：  
1. 专业选修课程，任选 12 学分。  
2. “4/” 为前 8 周开设，“/4” 为后 8 周开设。

课程类别	课程名称	课程代码	学期	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式	
								讲授	实践		
职业能力教育平台	普通话	0100003C	2	1	2/	8	16	8	8	普通话测试	
	三笔字	0600001C	2	1	/2	8	16	16	0	考查	
	心理学	0400001C	3	3	3	16	48	48	0	考查	
	教师职业道德与教育法律法规	0400002C	3	1	2	8	16	16	0	考查	
	教育学	0400003C	4	2	2	16	32	32	0	考试	
	现代教育技术	0400004C	4	2	2	16	32	16	16	考查	
	体育课程与教学论	1220506C	5	2	/4	16	32	32	0	考试	
	小计				12			192	168	24	
	健身养生模块课程	中医学基础	1220501C	2	2	2	16	32	26	6	考查
		健身气功	1220502C	3	2	2	16	32	8	24	考查
		体育健康评价与运动处方	1220503C	3	2	2	16	32	26	6	考查
		中医养生推拿	1220504C	4	2	2	16	32	16	16	考查
		传统体育养生学	1220505C	4	2	2	16	32	16	16	考查
		中国文化概论	1220507C	5	2	/4	16	32	32	0	考查
	小计				12			192	124	68	
	职业能力拓展选修课程	学科知识与教学能力	1220508C	6	2	2	16	32	32	0	考查
		教育知识与能力	1220509C	6	2	2	16	32	32	0	考查
		体育名师教学案例评析	1220510C	6	2	2	16	32	24	8	考查
		裁判法	1220511C	6	2	2	16	32	16	16	考查
		教练员基础	1220512C	6	2	2	16	32	16	16	考查
	小计				2			32	16	16	
	合计				14			224	140	84	
	课堂教学合计				123.5			2070	1222	848	
	说明： 1. 职业能力教育平台，教师教育与健身养生模块课程，任选1个模块12学分。 2. 职业能力拓展选修课程，结合模块学习，任选1门课2学分。										

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	
集中实践教学环节	军事训练	3600001D	2	2周	1	考查	
	劳动教育	3400001D	1	1周	1-2	考查	
	小计			3	3周		
	专业实践	专业实习	1210001D	4	8周	5	实习报告
		毕业实习	1210002D	8	18周	7	实习报告
		毕业论文（设计）	1210003D	8	10周	8	毕业论文设计
	小计			20	36周		
	第二课堂	思想政治与道德修养	3700001D	8	8周		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。
		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							
小计			8	8周			
合计			31	47周			
总计			154.5				

### 八、各学期教学安排一览表（不含通识选修课）

第一学期（13周）								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
思想道德与法治 Ideological Morality & Rules of Law	1600001A	3	3	13	39	33	6	考试
形势与政策 Political Situation and Policy	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
大学英语1 College English 1	0300001A	3	4	13	52	39	13	考试
计算机应用基础 I Computer Application Foundation	1100001A	2	3	13	39	26	13	考试
军事理论* Military Theory	3600001A	1	/4	8	32	32	0	考查
安全心理教育* Education on Safety Psychology	3600002A	1	/4	8	32	32	0	考查
运动解剖学1 Motor anatomy 1	1210001B	1.5	2	13	26	20	6	考试
专项训练理论与实践1 Theory and practice of special training 1	1220501B	3	4	13	52	8	44	考查
专业导论 Professional introduction	1220502B	0.5	2	4	8	8	0	考查
舞龙运动 Dragon dance movement	1220503B	1.5	2	13	26	2	24	考查
毽球1 Shuttlecock 1	1220504B	1.5	2	13	26	2	24	考查
体操 Gymnastics	1220505B	1.5	2	13	26	2	24	考查
军事训练 Military Training	3600001D	2		2				考查
劳动教育 Labor Education	3400001D	1		1				考查
<b>合计</b>		<b>22.75</b>	<b>23</b>		<b>366</b>	<b>212</b>	<b>154</b>	

第二学期（16周）								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
中国近现代史纲要1 Outline of Modern Chinese History1	1600002A	2	2	16	32	32	0	考试
中国近现代史纲要2 Outline of Modern Chinese History 2	1600003A	1	1	16	16	0	16	考查
形势与政策 Political Situation and Policy	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查



第二学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
大学英语 2 College English 2	0300002A	4	4	16	64	48	16	考试
运动生理学 Exercise physiology	1210002B	2	2	16	32	24	8	考试
民族传统体育概论 Introduction to national traditional Sports	1220506B	2	2	16	32	30	2	考查
专项训练理论与实践 2 Theory and practice of special training 2	1220507B	4	4	16	64	4	60	考查
舞狮运动 Lion dance movement	1220508B	2	2	16	32	2	30	考查
毽球 2 Shuttlecock 2	1220509B	2	2	16	32	2	30	考查
初级拳术 The primary boxing	1220510B	2	2	16	32	2	30	考查
初级器械 The primary instrument	1220511B	2	2	16	32	2	30	考查
普通话 Standard Mandarine	0100003C	1	2/	8	16	8	8	普通话测试
三笔字 "Calligraphy Training—PenWriting, Brush Writing, Chalk Writing"	0600001C	1	/2	8	16	16	0	考查
中医学基础 Fundamentals of Traditional Chinese Medicine	1220501C	2	2	16	32	26	6	考查
<b>合计</b>		<b>23.25</b>	<b>23</b>		<b>376</b>	<b>176</b>	<b>200</b>	
<b>说明:</b>								
1. 初级拳术、初级器械为专业选修课, 任选 2 学分								
2. 普通话, 三笔字为教师教育模块课程, 中医学基础为健身养身模块课程, 任选 1 模块 2 学分								

第三学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
马克思主义基本原理 Basic Principles of Marxism	1600004A	3	3	16	48	44	4	考试
形势与政策 Political Situation and Policy	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
大学英语 3 College English 3	0300003A	2	2	16	32	16	16	考试
职业生涯规划与就业指导* Career Planning and Employment Guidance	4400001A	1	/4	8	32	32	0	考查
体育概论 Introduction to physical education	1210003B	2	2	16	32	26	6	考试
中国武术导论 Introduction to Chinese Martial arts	1220512B	2	2	16	32	30	2	考查

第三学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
专项训练理论与实践 3 Theory and practice of special training 3	1220513B	4	4	16	64	4	60	考查
太极类课程 Tai Chi Courses	1220514B	2	2	16	32	2	30	考查
田径 Track and field	1220515B	2	2	16	32	2	30	考查
心理学 Psychology	0400001C	3	3	16	48	48	0	考查
教师职业道德与教育法律法规 Teachers' Professional Ethics and Educational Laws and Regulations	0400002C	1	2	8	16	16	0	考查
健身气功 Health QiGong	1220502C	2	2	16	32	8	24	考查
体育健康评价与运动处方 Physical health evaluation and exercise prescription	1220503C	2	2	16	32	26	6	考查
<b>合计</b>		<b>20.25</b>	<b>20</b>		<b>344</b>	<b>196</b>	<b>148</b>	
说明: 1. 太极类课程、田径为专业选修课, 任选 2 学分 2. 心理学、教师职业道德与教育法律法规为教师教育模块课程, 健身气功 体育健康评价与运动处方便为健身养身模块课程, 任选 1 模块 4 学分								

第四学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 1 Mao Zedong Thought & Socialism with Chinese Characteristics 1	1600005A	4	4	16	64	64	0	考试
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2 Mao Zedong Thought & Socialism with Chinese Characteristics 2	1600006A	1	1	16	16	0	16	考查
形势与政策 Political Situation and Policy	1600007A	0.25			8	8	0	考查
大学英语 4 College English 4	0300004A	2	2	16	32	32	0	考试
体育心理学 Sports psychology	1210004B	2	2	16	32	28	4	考试
中国传统养生理论与实践 Chinese traditional health theory and practice	1220516B	2	2	16	32	24	8	考查
专项训练理论与实践 4 Theory and practice of special training 4	1220517B	4	4	16	64	4	60	考查

第四学期（16周）								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
形意拳 Xingyi quan	1220518B	2	2	16	32	2	30	考查
传统拳 The traditional boxing	1220519B	2	2	16	32	2	30	考查
运动训练学 Sports training science	1220520B	2	2	16	32	28	4	考查
学校体育学 School physical education	1220521B	2	2	16	32	30	2	考查
教育学 Pedagogy	0400003C	2	2	16	32	32	0	考试
现代教育技术 Modern Educational Technology	0400004C	2	2	16	32	16	16	考查
中医养生推拿 Chinese medicine health massage	1220504C	2	2	16	32	16	16	考查
传统体育养生学 Traditional physical health care	1220505C	2	2	16	32	16	16	考试
<b>合计</b>		<b>23.25</b>	<b>25</b>		<b>376</b>	<b>212</b>	<b>164</b>	
说明： 1. 传统拳、运动训练学、学校体育学为专业选修课程，任选2学分 2. 教育学、现代教育技术为教师教育模块课程，中医养生推拿、传统体育养身为健身养身模块课程，任选1模块4学分								

第五学期（16周）								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
创新创业理论* Theory of Innovation and Entrepreneurship	5800001A	2	/4	8	32	32	0	考查
形势与政策 Political Situation and Policy	1600007A	0.25			8	8	0	考查
体育社会学 Sociology of Sport	1210005B	2	/4	8	32	24	8	考试
民族民间体育 Ethnic and folk sports	1220522B	2	/4	8	32	14	18	考查
专项训练理论与实践 5 Theory and practice of special training 5	1220523B	2	/4	8	32	4	28	考查
中国式摔跤 Chinese style wrestling	1220524B	2	/4	8	32	4	28	考查
足球 Football	1220525B	1	/2	8	16	2	14	考查
篮球 Basketball	1220526B	1	/2	8	16	0	16	考查
体育课程与教学论 Physical education curriculum and teaching theory	1220506C	2	/4	8	32	32	0	考试

第五学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
中国文化概论 Introduction to Chinese culture	1220507C	2	/4	8	32	32	0	考试
专业实习 Professional practice	1210001D	4		8/				实习报告
<b>合计</b>		<b>16.25</b>	<b>20</b>		<b>200</b>	<b>118</b>	<b>82</b>	
说明: 1. 中国试摔跤、足球、篮球为专业选修课, 任选 2 学分 2. 体育课程与教学论为教师教育模块课程, 中国文化概论为健身养身模块课程, 任选 1 模块 2 学分								

第六学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
形势与政策 Political Situation and Policy	1600007A	0.25			8	8	0	考查
健康教育学 Health education	1210006B	2	2	16	32	26	6	考查
体育科学研究方法 Sports scientific research methods	1210007B	2	2	16	32	26	6	考查
体育保健学 Physical health science	1220527B	2	2	16	32	20	12	考查
专项训练理论与实践 6 Theory and practice of special training 6	1220528B	4	4	16	64	32	32	考试
传统花毽 Traditional Hua Jian	1220529B	2	2	16	32	2	30	考查
柔力球 Roli ball	1220530B	2	2	16	32	2	30	考查
学科知识与教学能力 Subject knowledge and teaching ability	1220508C	2	2	16	32	32	0	考查
教育知识与能力 Educational knowledge and ability	1220509C	2	2	16	32	32	0	考查
体育名师教学案例评析 Comments on Teaching Cases of Sports Masters	1220510C	2	2	16	32	24	8	考查
裁判员法 Referee law	1220511C	2	2	16	32	16	16	考查
教练员基础 Coach Foundation	1220512C	2	2	16	32	16	16	考查
<b>合计</b>		<b>14.25</b>	<b>14</b>		<b>232</b>	<b>146</b>	<b>86</b>	
说明: 1. 传统花毽、柔力球为专业选修课程, 任选 2 学分 2. 学科知识与教学能力、教育知识与能力、体育名师教学案例评析、裁判员法、教练员基础为职业能力拓展选修课程, 结合模块学习, 任选 1 门课 2 学分								

第七学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
形势与政策 Political Situation and Policy	1600007A	0.25			8	8	0	考查
毕业实习 Graduation practice	1210002D	8		18				实习报告
<b>合计</b>		<b>8.25</b>			<b>8</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	

第八学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
形势与政策 Political Situation and Policy	1600007A	0.25			8	8	0	考查
健身秧歌 Fitness yangge	1220531B	2	4/	8	32	2	30	考查
运动损伤与急救 Sports injury and first aid	1220532B	2	4/	8	32	20	12	考查
体适能 Physical fitness	1220533B	2	4/	8	32	2	30	考查
毕业论文(设计) Graduation Thesis (Project)	1210003D	8		10				毕业论文设计
<b>合计</b>		<b>10.25</b>			<b>40</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	
说明: 1. 健身秧歌、运动损伤与急救、体适能为专业选修课程, 任选 2 学分								

## 九、课程与毕业生能力要求的对应关系

课程名称	知识要求				能力要求				素质要求			
	A1	A2	A3	A4	B1	B2	B3	B4	C1	C2	C3	C4
思想道德与法治	√								√			
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	√								√			
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		√						√				
计算机应用基础 I		√					√					
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			√									
运动生理学			√									
体育概论			√									
体育心理学			√									
体育社会学			√									
健康教育学			√									
体育科学研究方法			√									
专业导论			√	√								
专项训练理论与实践 1				√						√		√
舞龙运动				√	√					√		√
毽球 1				√	√					√		
民族传统体育概论				√						√		
专项训练理论与实践 2				√						√		√
舞狮运动				√	√					√		√
毽球 2				√	√					√		√
中国武术导论				√	√					√		
专项训练理论与实践 3				√	√					√		√
中国传统养生理论与实践				√	√					√		
专项训练理论与实践 4				√	√					√		√
形意拳				√	√					√		√
民族民间体育				√	√					√		√
专项训练理论与实践 5				√	√					√		√
体育保健学				√	√					√		
专项训练理论与实践 6				√	√					√		√
体操				√	√					√		√

课程名称	知识要求				能力要求				素质要求			
	A1	A2	A3	A4	B1	B2	B3	B4	C1	C2	C3	C4
初级拳术					√	√				√		√
初级器械					√	√				√		√
太极类课程					√	√				√		√
田径					√							
传统拳					√	√				√		√
运动训练学				√	√							
学校体育学				√	√							
中国式摔跤				√	√					√		√
足球					√							√
篮球					√							√
传统花键					√	√				√		√
柔力球					√	√				√		√
健身秧歌					√					√		√
运动损伤与急救				√	√	√				√		
体适能				√	√							√
普通话		√			√	√						
三笔字		√			√	√						
心理学		√			√	√						
教师职业道德与教育法律法规	√	√			√	√			√			
教育学	√	√	√	√	√	√			√			
现代教育技术	√	√			√		√		√			
体育课程与教学论	√				√	√			√			
中医学基础			√	√	√	√			√	√		
健身气功			√	√	√	√			√	√		√
体育健康评价与运动处方			√	√	√	√						
中医养生推拿			√	√	√	√			√	√		
传统体育养生学			√	√	√	√			√	√		
中国文化概论			√	√	√	√			√	√		
学科知识与教学能力			√	√	√	√						
教育知识与能力			√	√	√	√			√			
体育名师教学案例评析				√	√	√						
裁判法				√	√	√						
教练员基础					√	√			√			
军事训练	√	√	√						√			√
劳动教育	√	√	√	√	√				√			√
专业实习												
毕业实习					√	√	√	√	√			
毕业论文(设计)	√	√	√	√	√	√						
思想政治与道德修养									√			
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						√	√	√	√	√		

## 十、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	中国社会科学出版社	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
19	太极推手	刘健	人民体育出版社	2015
20	中医基础理论——十三五规划教材	郑洪新	中国中医药出版社	2016
21	早期形意拳基本功法修炼	武世俊	人民体育出版社	2017
22	图说中国武术史话	周伟良	人民体育出版社	2017

## 2.1.2 体育教育专业人才培养方案

### 体育教育专业人才培养方案

(专业代码: 040201)

#### 一、培养目标

本专业立足当前中学体育与健康课程改革发展的实际情况,服务地方,培养具有高尚师德,热爱中学体育教育事业,系统掌握体育专业基础知识、中学教育教学理论,具备良好的体育教育教学能力和语言沟通能力,具有一定实践创新能力和自我发展能力,能在中学、社会教育机构或其他企事业单位中从事体育及相关基础教育领域教学、管理及研究的应用型、复合型人才。

**毕业五年后,能够达到以下目标:**

#### **目标 1: 以德为魂, 践德乐教**

自觉执行党的教育方针,践行和传播社会主义核心价值观,能适应国家体育教育发展需求,身心健康,认同教师职业,具有高尚的师德修养和立德树人的教育情怀。

#### **目标 2: 专业扎实, 提能善教**

系统掌握体育和相关领域的基础知识,基本理论和基本技能。熟练掌握体育核心素养的内涵、教学方法和策略。

#### **目标 3: 三全育人, 学生为本**

具备较强的体育教育教学能力及语言沟通交流能力,能够基于课程标准指导课堂学习和课外活动,具备较强的教育教学管理能力,能胜任班主任工作。

具有全程育人意识,理解体育学科育人价值,能够有机结合学科教学进行育人活动。掌握中学生身心发展特点和成长规律,针对性开展教学设计、教学实施和教学评价。教学工作



中能够贯彻德育为先、全方位育人的教育理念，具备综合育人的能力。

#### 目标 4：终身学习，协同发展

熟悉教育教学规律和方法，善于反思、合作、实践，能够主动投身基础教育改革并独立地进行教学研究，实现素质、能力和知识水平的不断提高。具有团队合作精神，能通过校内外教研活动开展专业交流。及时了解国内外基础教育发展的趋势和前沿动态，有较好的创新能力和社会适应能力。

## 二、毕业要求

### (一) 毕业要求指标点分解

毕业要求		指标点分解
践行师德	1. [师德规范] 践行社会主义核心价值观，增进对中国特色社会主义的思想认同、政治认同、理论认同和情感认同。贯彻党的教育方针，以立德树人为己任。遵守中小学教师职业道德规范，具有依法执教意识，立志成为有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的好老师。	1.1 学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，深入学习习近平总书记关于教育的重要论述，以及党史、新中国史、改革开放史和社会主义发展史内容，形成对中国特色社会主义的思想认同、政治认同、理论认同和情感认同，能够在教书育人实践中自觉践行社会主义核心价值观。 1.2 树立职业理想，立志成为有理想信念、理解立德树人的内涵，形成立德树人的理念，掌握立德树人途径与方法有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的好老师。 1.3 具有依法执教意识，遵守宪法、民法典、教育法、教师法、未成年人保护法等法律法规，在教育实践中能履行应尽义务，自觉维护学生与自身的合法权益。
	2. [教育情怀] 具有从教意愿，认同教师工作的意义和专业性，具有积极的情感、端正的态度、正确的价值观。具有人文底蕴和科学精神，尊重学生人格，富有爱心、责任心，工作细心、耐心，做学生锤炼品格、学习知识、创新思维、奉献祖国的	2.1 具有家国情怀，乐于从教，热爱教育事业。认同教师工作的价值在于传播知识、传播思想、传播真理，塑造灵魂、塑造生命、塑造新人；了解中学体育教师的职业特征，理解教师是学生学习的促进者与学生成长的引路人，创造条件帮助学生自主发展。 2.2 领会中学体育教育对学生发展的价值和意义，做学生锤炼品格、学习知识、创新思维、奉献祖国的引路人。公正平等地对待每一名学生，关注学生成长，

毕业要求		指标点分解
	引路人。	<p>保护学生安全，促进学生身心健康发展。</p> <p><b>2.3</b> 树立爱岗敬业精神，在体育教育实践中能够认真履行教育教学职责与班主任工作职责，积极钻研，富有爱心、责任心，工作细心、耐心。</p>
学 会 教 学	<p><b>3. [学科素养]</b> 掌握所教学科的基本知识、基本原理和基本技能，理解学科知识体系基本思想和方法。</p> <p>了解体育学科与其他学科的联系，了解体育学科与社会实践的联系，对学习科学相关知识有一定的了解。</p>	<p><b>3.1</b> 掌握教育理论的基本知识，能够遵循中学教育规律，结合中学生认知发展特点，运用教育原理和方法，分析和解决教育教学实践中的问题。</p> <p><b>3.2</b> 了解体育学科发展的历史、现状和趋势，掌握体育学科的基础知识、基本理论、体系结构与思想方法，掌握体育学科的核心素养的内涵。</p> <p><b>3.3</b> 了解信息时代对人才培养的新要求。掌握信息化教学设备、软件、平台及其他新技术的常用操作。</p> <p><b>3.4</b> 了解体育学科与其他学科的联系，了解学习科学相关知识，掌握学科教学知识与策略，能够结合社会生活实践，有效开展体育学科教学活动。</p>
	<p><b>4. [教学能力]</b> 在教育实践中，能够依据体育学科课程标准，针对中学生身心发展和学科认知特点，运用学科教学知识和信息技术，进行教学设计、实施和评价，获得教学体验，具备教学基本技能，具有初步的教学能力和一定的教学研究能力。</p>	<p><b>4.1</b> 熟悉体育学科的课程标准和教材，理解教材的编写逻辑和体系结构，能够正确处理课标与教材的关系。</p> <p><b>4.2</b> 具备钢笔字、毛笔字、粉笔字、普通话与相关学科操作等教学基本功，系统掌握导入、讲解、示范、纠错、等体育课堂教学基本技能操作要领与应用策略。能依据单元内容进行整体设计，科学合理地依据教学目标及内容设计作业，并实施体育教学。</p> <p><b>4.3</b> 准确把握中学体育教学内容，能根据体育课程标准要求和学情分析知晓体育学习的重点难点，设计教学活动，选择适当教学方法，合理安排教学过程和环节，形成教案与学案。</p> <p><b>4.4</b> 能够创设体育教学情境，建立学习内容与生活经验之间的联系，激发学习兴趣，基本掌握体育教学组织与课堂管理的形式和策略，能够科学准确地呈现和表达教学内容，控制教学时间和教学节奏，合理设置提问与讨论，注重体育的个体化差异，能进行差异化教学，引导学生的主动学习和探究学习，达成学习目标。</p>

毕业要求		指标点分解
学 会 育 人	<p><b>5. [班级指导]</b> 树立德育为先理念，了解中学德育原理与方法。掌握班级组织与建设的工作规律和基本方法。能够在班主任工作实践中，参与德育和心理健康教育等教育活动的组织与指导，获得积极体验。</p>	<p><b>5.1</b> 树立德育为先理念，了解中学德育原理与方法，以及中学生思想品德发展的规律和个性特征，能有针对性地开展德育工作。</p> <p><b>5.2</b> 基本掌握班集体建设、班级教育活动组织的方法。熟悉教育教学、中学生成长生活等相关法律法规规定，能够合理分析解决教学与管理实践相关问题。</p> <p><b>5.3</b> 熟悉校园安全、应急管理相关规定，了解中学生日常卫生保健、传染病预防、意外伤害事故处理等相关知识，掌握面临特殊事件发生时保护学生的基本方法。</p> <p><b>5.4</b> 关注学生心理健康，了解中学生身体、情感发展的特性和差异性，基本掌握心理辅导方法，能够参与心理健康教育等活动。</p>
	<p><b>6. [综合育人]</b> 了解中学生身心发展和养成教育规律。理解学科育人价值，能够有机结合学科教学进行育人活动。了解学校文化和教育活动的育人内涵和方法，参与组织主题教育和社团活动，对学生进行教育和引导。</p>	<p><b>6.1</b> 具有教书育人意识。理解体育学科课程独特的育人功能，注重体育课程教学的思想性，有机融入社会主义核心价值观、中华优秀传统文化、革命文化和社会主义先进文化教育，培养学生适应终身发展和社会发展所需的正确价值观、必备品格和关键能力。</p> <p><b>6.2</b> 理解体育学科核心素养，掌握体育课程育人方法和策略。能够在体育教育实践中，结合体育课程特点，挖掘课程思想政治教育资源，将知识学习、能力发展与品德养成相结合，合理设计育人目标、主题和内容，有机开展养成教育，进行综合素质评价，体现教书与育人的统一。</p> <p><b>6.3</b> 了解体育课外活动的组织和管理知识，掌握相关技能与方法，能组织中学生开展丰富多彩的课外体育活动。</p>
学 会 发 展	<p><b>7. [学会反思]</b> 具有终身学习与专业发展意识。了解国内外体育教育改革发展动态，能够适应时代和教育发展需求，进行学习和职业生涯规划。初步掌握反思方法和技能，具有一定创新意识，运用批判性思</p>	<p><b>7.1</b> 了解体育教师专业发展的要求，具有终身学习与自主发展的意识。根据基础教育课程改革的动态和发展情况，制定教师职业生涯规划。</p> <p><b>7.2</b> 具有反思意识和批判性思维素养，初步掌握教育教学反思的基本方法和策略，能够对体育教育教学实践活动进行有效的自我诊断，提出改进思路。</p> <p><b>7.3</b> 初步掌握体育学科研究与教育科学研究的基本</p>

毕业要求		指标点分解
	维方法，学会分析和解决教育教学问题。	方法，能用以分析、研究教育教学实践问题，并尝试提出解决问题的思路与方法，具有撰写体育教育教学研究论文的基本能力。 <b>7.4</b> 掌握专业发展所需的信息技术手段和方法，能在信息技术环境下开展自主学习。
	<b>8. [沟通合作]</b> 理解学习共同体的作用，具有团队协作精神，掌握沟通合作技能，具有小组互助和合作学习体验。	<b>8.1</b> 具有阅读理解能力、语言与文字表达能力、交流沟通能力、信息获取和处理能力。掌握沟通合作技能与方法，能够在教育实践、社会实践中与人进行有效沟通交流。 <b>8.2</b> 理解学习共同体的作用，掌握团队协作的基本策略，了解中学体育教育的团队协作类型和方法，具有小组互助、合作学习能力。

## (二) 毕业要求对培养目标的支撑

毕业要求		培养目标		目标 1:	目标 2:	目标 3:	目标 4:	目标 5:
		毕业要求	指标点	高尚师德与教育情怀	学科素养	教学和管 理能力	综合育 人能力	反思和合 作能力
践 行 师 德	1. 师德规范	1.1	H				M	
		1.2	H				M	
		1.3	H				M	
	2. 教育情怀	2.1	H				M	
		2.2	H			M		
		2.3	H				M	
学 会 教 学	3. 学科素养	3.1			H	H	M	
		3.2			H		H	
		3.3			H	H	H	
		3.4			H	M	H	M
	4. 教学能力	4.1			H	H		
		4.2			H	H		
		4.3			H	H		
		4.4			H	H		
		5.1	M			H	H	

培养目标			目标 1:	目标 2:	目标 3:	目标 4:	目标 5:	
毕业要求			高尚师德与 教育情怀	学科素养	教学和管 理能力	综合育 人能力	反思和合 作能力	
	毕业要求	指标点						
学 会 育 人	5. 班级指导	5.2			H	H		
		5.3		M	H	H		
		5.4		M	H	H		
	6. 综合育人	6.1	H				H	
		6.2		H			H	
		6.3			M		H	
学 会 发 展	7. 学会反思	7.1	M				H	
		7.2		M			H	
		7.3		H			H	
		7.4			H	M	H	
	8. 沟通合作	8.1		H	M	M	H	
		8.2		H	H	H	H	

### 三、专业核心课程

运动解剖学、运动生理学、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；教育学、心理学、体育教学论、体育教学技能训练、田径、体操、武术、篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、毽球、专项理论与实践等专业核心课程。

### 四、主要实践性教学环节

专业见习，教育实习、研习、毕业论文（设计）、体育教学技能训练、专项理论与实践。

### 五、学制、学分、学位授予类型

学制：4 年。实行弹性学制，学习期限 4-8 年。

学分：157

学位授予类型：教育学学士

## 六、课程结构比例表

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	279	237	42	10.2
	基本文化素质课程	必修	19.5	373	315	58	12.4
	通识教育选修课程	选修	8	128	128	0	5
	合计			<b>43.5</b>	<b>780</b>	<b>680</b>	<b>100</b>
专业教育平台	学科专业基础课程	必修	18	290	228	62	11.5
	专业核心课程	必修	42	680	82	598	26.8
	专业选修课程	选修	10	160	40	120	6.4
	合计			<b>70</b>	<b>1130</b>	<b>350</b>	<b>780</b>
职业能力教育平台	教师教育必修课程	必修	12.5	200	176	24	8.0
	教师教育选修课程	选修	2	32	16	16	1.3
	合计			<b>14.5</b>	<b>232</b>	<b>192</b>	<b>40</b>
集中实践教学环节	基础实践	必修	3				1.9
	专业实践	必修	18				11.5
	第二课堂	选修	8				5
	合计			<b>29</b>			
<b>总计</b>			<b>157</b>	<b>2142</b>	<b>1222</b>	<b>920</b>	<b>100</b>
<p>总学分 157，其中课堂教学学分 128（含理论教学学分 114，独立设置实验、实训课教学学分 14），集中实践教学环节学分 29。必修课学分 129，占专业总学分 82.1%。选修课学分 28，占专业总学分 17.9%。实践教学总学分 86.5（含集中实践教学学分 29、课内教学实践学分 57.5），占专业总学分 55.2%。课堂教学总学时 2142，其中理论学时 1222，实践学时 920。</p> <p>人文社会与科学素养课程学分 43.5，学科专业课程学分 70。教师教育课程学分 43.5，其中教师教育必修课程学分 12.5，师德教育类课程学分 27，信息素养类课程学分 4。</p>							

## 七、课程设置和安排

课程类别	课程名称	课程代码	学期	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式	
								讲授	实践		
通识教育平台	思想道德与法治	1600001A	1	3	3	13	39	33	6	考试	
	中国近现代史纲要 1	1600002A	2	2	2	16	32	32	0	考试	
	中国近现代史纲要 2	1600003A	2	1	1	16	16	0	16	考查	
	马克思主义基本原理	1600004A	3	3	3	16	48	44	4	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	4	4	16	64	64	0	考试	
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2	1600006A	4	1	1	16	16	0	16	考查	
	形势与政策	1600007A	1-8	2	8/学期		64	64	0	考查	
	小计				16			279	237	42	
	大学英语 1	0300001A	1	3	4	13	52	39	13	考试	
	大学英语 2	0300002A	2	4	4	16	64	48	16	考试	
	大学英语 3	0300003A	3	2	2	16	32	16	16	考试	
	大学英语 4	0300004A	4	2	2	16	32	32	0	考试	
	计算机应用基础 I	1100001A	1	2	3	13	39	26	13	考试	
	大学语文	0100001A	1	1.5	2	13	26	26	0	考试	
	军事理论*	3600001A	1	1	/4	8	32	32	0	考查	
	安全心理教育*	3600002A	1	1	/4	8	32	32	0	考查	
	职业生涯规划与就业指导*	4400001A	3	1	/4	8	32	32	0	考查	
	创新创业理论*	5800001A	5	2	/4	8	32	32	0	考查	
	小计				19.5			373	315	58	
	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。						128	128	0	考查
合计				43.5			780	680	100		
说明: 1. *为网络课程。 “4/”为前 8 周开设,“/4”为后八周开设。											

课程类别	课程名称	课程代码	学期	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式		
								讲授	实践			
专业教育平台	运动解剖学 1		1210101B	1	1.5	2	13	26	20	6	考试	
	专业导论		1210102B	1	0.5	2	4	8	8	0	考查	
	运动解剖学 2		1210103B	2	2	2	16	32	20	12	考试	
	运动生理学 1		1210104B	3	2	2	16	32	26	6	考试	
	体育概论		1210105B	3	2	2	16	32	24	8	考试	
	运动生理学 2		1210106B	4	2	2	16	32	24	8	考试	
	体育心理学		1210107B	4	2	2	16	32	30	2	考试	
	健康教育学		1210108B	5	2	2	16	32	24	8	考试	
	体育社会学		1210109B	5	2	2	16	32	26	6	考试	
	体育科学研究方法		1210110B	5	2	2	16	32	26	6	考试	
	小计					18			290	228	62	
	田径 1		1220101B	1	1.5	2	13	26	6	20	考查	
	体操 1		1220102B	1	1.5	2	13	26	6	20	考查	
	毽球 1		1220103B	1	1.5	2	13	26	6	20	考查	
	篮球 1		1220104B	1	1.5	2	13	26	6	20	考查	
	田径 2		1220105B	2	2	2	16	32	2	30	考试	
	体操 2		1220106B	2	2	2	16	32	2	30	考试	
	毽球 2		1220107B	2	2	2	16	32	2	30	考试	
	篮球 2		1220108B	2	2	2	16	32	2	30	考试	
	排球		1220109B	2	2	2	16	32	2	30	考查	
	足球 1		1220110B	2	2	2	16	32	2	30	考查	
	足球 2		1220111B	3	2	2	16	32	2	30	考试	
	武术		1220112B	3	4	4	16	64	4	60	考试	
	学校体育学		1220113B	4	2	2	16	32	26	6	考试	
	专项理论与实践 1		足、篮、排、 乒、羽、网、 田径、体操、 武术、健美 操、毽球、 柔力球、体 育舞蹈	1220114B	4	4	4	16	64	4	60	考查
	专项理论与实践 2			1220116B	5	4	4	16	64	4	60	考查
	专项理论与实践 3			1220124B	7	4	4	16	64	4	60	考试
	体育学科教学技能训练		1220117B	5	2	2	16	32	0	32	考查	
	运动技能学习与控制		1220118B	5	2	2	16	32	2	30	考查	
	小计					42			680	82	598	
	副项选修专业理论与实践 1		1220115B	4	2	2	16	32	2	30	考查	



课程类别	课程名称		课程代码	学期	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
									讲授	实践	
专业选修课程	副项选修专业理论与实践2	毽球、柔力球、体育舞蹈、啦啦操、跆拳道、	1220119B	5	2	2	16	32	2	30	考查
	体育绘图与游戏		1220120B	5	2	2	16	32	2	30	考查
	体能训练		1220121B	5	2	2	16	32	2	30	考查
	体育保健学		1220122B	5	2	2	16	32	30	2	考试
	运动训练学		1220123B	5	2	2	16	32	30	2	考试
	形(心)意拳		1220125B	7	2	2	16	32	2	30	考查
	广场舞		1220126B	7	2	2	16	32	2	30	考查
	瑜伽		1220127B	7	2	2	16	32	2	30	考查
	舞龙舞狮		1220128B	7	2	2	16	32	2	30	考查
	台球		1220129B	7	2	2	16	32	2	30	考查
	击剑		1220130B	7	2	2	16	32	2	30	考查
	体育法学概论		1220131B	8	2	4/	8	32	32	0	考查
	体育史		1220132B	8	2	4/	8	32	32	0	考查
	体育健康评价与运动处方		1220133B	8	2	4/	8	32	32	0	考查
	排舞		1220134B	8	2	4/	8	32	2	30	考查
	越野行走		1220135B	8	2	4/	8	32	2	30	考查
	体育拓展		1220136B	8	2	4/	8	32	2	30	考查
	游泳		1220137B	8	2	4/	8	32	2	30	考查
	轮滑		1220138B	8	2	4/	8	32	2	30	考查
	小计				10			160	40	120	
合计				70			1130	350	780		

说明：  
1. 专业选修课程，任选 10 学分。第 4 学期选修 2 学分，第 5 学期选修 4 学分，第 7 学期选修 2 学分，第 8 学期选修 2 学分。  
2. “4/” 为前 8 周开设，“/4” 为后八周开设。

课程类别	课程名称	课程代码	学期	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式	
								讲授	实践		
职业能力教育平台	普通话	0100003C	2	1	2/	8	16	8	8	普通话测试	
	三笔字	0600001C	2	1	/2	8	16	16	0	考查	
	心理学	0400001C	3	3	3	16	48	48	0	考试	
	教师职业道德与教育法律法规	0400002C	3	1	2	8	16	16	0	考查	
	教育学	0400003C	4	2	2	16	32	32	0	考试	
	现代教育技术	0400004C	4	2	2	16	32	16	16	考查	
	习近平总书记教育重要论述讲义	0400005C	4	0.5	2/	4	8	8	0	考查	
	体育课程与教学论	1220101C	5	2	2	16	32	32	0	考试	
	小计				12.5			200	176	24	
	教师教育选修课程	班级管理学	1220102C	5	1	2	8	16	8	8	考查
		体育与健康课程标准解读	1220103C	5	1	2	8	16	8	8	考查
		体育名师教学案例评析	1220104C	5	1	2	8	16	8	8	考查
		中小学体育教材教法	1220105C	5	1	2	8	16	8	8	考查
	小计				2			32	16	16	
	合计				14.5			232	192	40	
课堂教学合计				128			2142	1222	920		

说明：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、中小学体育教材教法为教师教育选修课程，任选 2 学分。

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	
集中实践教学环节	军事训练	3600001D	2	2周	1	考查	
	劳动教育	3400001D	1	1周	1-2	考查	
	小计			3	3周		
	基础实践	专业见习	1220101D	1	1周	2	实习报告
		教育实习	1220102D	8	18周	6	实习报告
		研习	1220103D	1	1周	6	研习报告
		毕业论文(设计)	1220104D	8	10周	8	论文(设计)
		小计			18	30周	
	第二课堂	思想政治与道德修养	3700001D	8	8周		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。
		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					
小计			8	8周			
合计			29	41周			
总计			157				

#### 八、各学期教学安排一览表(不含通识选修课)

第一学期(13周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
思想道德与法治 Ideological Morality & Rules of Law	1600001A	3	3	13	39	33	6	考试
形势与政策形势与政策 State Affairs and Policies	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
大学英语1 College English 1	0300001A	3	4	13	52	39	13	考试
计算机应用基础I Computer Application Foundation I	1100001A	2	3	13	39	26	13	考试
大学语文 College Chinese	0100001A	1.5	2	13	26	26	0	考试
军事理论* Military Theory	3600001A	1	/4	8	32	32	0	考查
安全心理教育* Safety Psychology	3600002A	1	/4	8	32	32	0	考查
运动解剖学1 Motor Anatomy 1	1210101B	1.5	2	13	26	20	6	考试
专业导论 Professional Introduction	1210102B	0.5	2	4	8	8	0	考查
田径1 Track and Field 1	1220101B	1.5	2	13	26	6	20	考查
体操1 Gymnastics 1	1220102B	1.5	2	13	26	6	20	考查
毽球1 Shuttlecock 1	1220103B	1.5	2	13	26	6	20	考查
篮球1 Basketball 1	1220104B	1.5	2	13	26	6	20	考查
军事训练 Military Training	3600001D	2		2				考查
劳动教育 Labor Education	3400001D	1		1				考查
合计		22.75	24		366	246	120	

第二学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
中国近现代史纲要 1 Outline of Modern Chinese History 1	1600002A	2	2	16	32	32	0	考试
中国近现代史纲要 2 Outline of Modern Chinese History 2	1600003A	1	1	16	16	0	16	考查
形势与政策 State Affairs and Policies	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
大学英语 2 College English 2	0300002A	4	4	16	64	48	16	考试
普通话 Standard Mandarin	0100003C	1	2/	8	16	16	0	普通话测试

第二学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
三笔字 “Calligraphy Training—Pen Writing, Brush Writing, Chalk Writing”	0600001C	1	/2	8	16	16	0	考查
运动解剖学 2 Motor Anatomy 2	1210103B	2	2	16	32	20	12	考试
田径 2 Track and Field 2	1220105B	2	2	16	32	2	30	考试
体操 2 Gymnastics 2	1220106B	2	2	16	32	2	30	考试
毽球 2 Shuttlecock 2	1220107B	2	2	16	32	2	30	考试
篮球 2 Basketball 2	1220108B	2	2	16	32	2	30	考试
排球 Volleyball	1220109B	2	2	16	32	2	30	考查
足球 1 Football 1	1220110B	2	2	16	32	2	30	考查
专业见习 Professional Practice	1220101D	1	1 周					实习报告
合计		24.25	23		376	152	224	

第三学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
马克思主义基本原理 Basic Principles of Marxism	1600004A	3	3	16	48	44	4	考试
大学英语 3 College English 3	0300003A	2	2	16	32	16	16	考试
职业生涯规划与就业指导* Career Planning and Employment Guidance	4400001A	1	/4		32	32	0	考查
形势与政策 State Affairs and Policies	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
心理学 Psychology	0400001C	3	3	16	48	48	0	考查
教师职业道德与教育法律法规 Teachers' Professional Ethics and Educational Laws and Regulations	0400002C	1	1	16	16	16	0	考查
运动生理学 1 Exercise Physiology 1	1210104B	2	2	16	32	26	6	考试
体育概论 Introduction to Physical Education	1210105B	2	2	16	32	24	8	考试
足球 2 Football 2	1220111B	2	2	16	32	2	30	考试
武术 Martial Arts	1220112B	4	4	16	64	4	60	考试
合计		20.25	23		344	220	124	

第四学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 1 Mao Zedong Thought & Socialist Theory System with Chinese Characteristics 1	1600005A	4	4	16	64	64	0	考试
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2 Mao Zedong Thought & Socialist Theory System with Chinese Characteristics 2	1600006A	1	1	16	16	0	16	考查
形势与政策 State Affairs and Policies	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
大学英语 4 College English 4	0300004A	2	2	16	32	32	0	考试
教育学 Pedagogy	0400003C	2	2	16	32	32	0	考试
现代教育技术 Modern Educational Technology	0400004C	2	2	16	32	16	16	考查
习近平总书记教育重要论述讲义 The Handouts of General Secretary Xi Jinping's Important Exposition on Education	0400005C	0.5	2/	4	8	8	0	考查
运动生理学 2 Exercise Physiology 2	1210106B	2	2	16	32	24	8	考试
体育心理学 Sports Psychology	1210107B	2	2	16	32	20	12	考试
学校体育学 School Physical Education	1220113B	2	2	16	32	26	6	考试
专项理论与实践 1 Theory and Practice of the major of sport 1	1220114B	4	4	16	64	4	60	考查
副项选修专项理论与实践 1 Minor Electives Theory and Practice 1	1220115B	2	2	16	32	0	32	考查
<b>合计</b>		<b>23.75</b>	<b>23</b>		<b>384</b>	<b>248</b>	<b>136</b>	

说明：副项选修专业理论与实践为专业选修课，任选 2 学分。

第五学期 (16 周)								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
创新创业理论* Theory of Innovation and Entrepreneurship	5800001A	2	2	16	32	32	0	考查
形势与政策 State Affairs and Policies	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
健康教育 Health Education	1210108B	2	2	16	32	24	8	考试
体育社会学 Sociology of Sport	1210109B	2	2	16	32	26	6	考试
体育科学研究方法 Scientific Research Methods of Sports	1210110B	2	2	16	32	26	6	考试
专项理论与实践 2 Theory and Practice of the major of sport 2	1220116B	4	4	16	64	4	60	考查
体育学科教学技能训练 Physical Education Teaching Skills Training	1220117B	2	2	16	32	0	32	考查
运动技能学习与控制 Motor Skill Learning and Control	1220118B	2	2	16	32	2	30	考查
副项选修专项理论与实践 2 Minor Electives Theory and Practice 2	1220119B	2	2	16	32	0	32	考查
体育绘图与游戏 Sports Drawing and Games	1220120B	2	2	16	32	2	30	考查
体能训练 Physical Training	1220121B	2	2	16	32	30	2	考查
体育保健学 Physical Health Science	1220122B	2	2	16	32	30	2	考试
运动训练学 Sports Training Science	1220123B	2	2	16	32	30	2	考试
体育课程与教学论 Physical Education Curriculum and Teaching Theory	1220101C	2	2	16	32	32	0	考试
班级管理 Class Management	1220102C	1	2	8	16	8	8	考查
体育与健康课程标准解读 Interpretation of the Standards in Physical Education and Health Curriculum	1220103C	1	2	8	16	8	8	考查
体育名师教学案例评析 Analysis of the Teaching Cases of Sports Masters	1220104C	1	2	8	16	8	8	考查
中小学体育教材教法 Physical Education Teaching Methods and Materials for Primary and Secondary Schools	1220105C	1	2	8	16	8	8	考查
<b>合计</b>		<b>24.25</b>	<b>22</b>		<b>392</b>	<b>168</b>	<b>224</b>	

说明：1. 体育绘图与游戏、体能训练、体育保健学、运动训练学为专业任选修课程，任选 2 学分  
2. 班级管理、体育与健康课程标准解读、体育名师教学案例评析、中小学体育教材教法为教师教育选修课程，任选 2 学分

第六学期（16周）								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
形势与政策 State Affairs and Policies	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
教育实习 Teaching Practice	1220102D	8		18				实习报告
研习 Research and Study	1220103D	1		1				研习报告
合计		9.25			8	8	0	

第七学期（16周）								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
形势与政策 State Affairs and Policies	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
专项理论与实践 3 Theory and Practice of the Major of Sport 3	1220124B	4	4	16	64	4	60	考试
形（心）意拳 Xingyi Fist	1220125B	2	2	16	32	2	30	考查
广场舞 Square Dancing	1220126B	2	2	16	32	2	30	考查
瑜伽 Yoga	1220127B	2	2	16	32	2	30	考查
舞龙舞狮 Dragon and Lion Dance	1220128B	2	2	16	32	2	30	考查
台球 Billiards	1220129B	2	2	16	32	2	30	考查
击剑 Fencing	1220130B	2	2	16	32	2	30	考查
合计		6.25	6		104	14	90	

说明：1. 形（心）意拳、广场舞、瑜伽、舞龙舞狮、台球、击剑、为专业选修课程，任选 2 学分

第八学期（16周）								
课程名称	课程代码	学分	周学时	教学周数	总学时	学时分配		考核方式
						讲授	实践	
形势与政策 State Affairs and Policies	1600007A	0.25	2/		8	8	0	考查
体育法学概论 Introduction to Sports Law	1220131B	2	4/	8	32	32	0	考查
体育史 Sports History	1220132B	2	4/	8	32	32	0	考查
体育健康评价与运动处方 Physical Health Evaluation and Exercise Prescription	1220133B	2	4/	8	32	32	0	考查
排舞 Line Dance	1220134B	2	4/	8	32	2	30	考查
越野行走 Cross-country Walk	1220135B	2	4/	8	32	2	30	考查
体育拓展 Sports Development	1220136B	2	4/	8	32	2	30	考查
游泳 Swimming	1220137B	2	4/	8	32	2	30	考查
轮滑 Roller Skating	1220138B	2	4/	8	32	2	30	考查
毕业论文（设计） Graduation Thesis (Project)		8		10				论文设计
合计		10.25	4		40	10	30	

说明：1. 体育法学概论、体育史、体育健康评价与运动处方、排舞、越野行走、体育拓展、游泳、轮滑等课程为专业选修课程，任选 2 学分

九、课程与毕业生能力要求的对应关系

课程名称	毕业要求		学会教学		学会育人		学会发展	
	1. 师德规范	2. 教育情怀	3. 学科素养	4. 教学能力	5. 班级指导	6. 综合育人	7. 学会反思	8. 沟通合作
思想道德与法治	H				H	H	H	
中国近现代史纲要 1	H				M	M	M	
中国近现代史纲要 2	H				M	M	M	
马克思主义基本原理	H				M	M	M	
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 1	H				M	M	M	
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2	H				M	M	M	
形势与政策	H	H			M	M	M	
大学语文			H	M		M	M	H
大学英语 1			H	M		M		M
大学英语 2			H	M		M		M
大学英语 3			H	M		M		M
大学英语 4			H	M		M		M
军事理论*	M	M					M	M
安全心理教育*					H	M		M
职业生涯规划与就业指导*				H	M	H	H	
创新创业理论*						M	H	
普通话				H	M	H		M
三笔字			H		M	H		M
心理学			H		M	H		M
教师职业道德与教育法律法规	H		H		M			
教育学	H		M	H		H		
现代教育技术			H	H	M	H		H

课程名称	毕业要求		学会教学		学会育人		学会发展	
	1. 师德规范	2. 教育情怀	3. 学科素养	4. 教学能力	5. 班级指导	6. 综合育人	7. 学会反思	8. 沟通合作
习近平总书记教育重要论述讲义	H	H				H		
运动解剖学 1			H	M		H	M	M
运动解剖学 2			H	M		H	M	M
运动生理学 1			H	M		H	M	M
运动生理学 2			H	M		H	M	M
健康教育学			H	H		M	M	
体育概论			H	M		H	M	
体育社会学			H			H	M	
体育科学研究方法			H	H		H	H	H
专业导论	H	H	M					
田径 1	M		H	H			M	
体操 1	M		H	H				M
毽球 1	M		H	H			M	
篮球 1	M		H	H			M	
体操 2	M		H	H				M
毽球 2	M		H	H			M	
田径 2	M		H	H			M	
篮球 2	M		H	H				M
排球	M		H			H		M
足球 1	M		H	H			M	
武术 1	M		H	H			M	
足球 2	M		H	H				M
学校体育学	M	M	H			M	H	
体育学科教学技能训练	M		H	H		H		H
运动技能学习与控制			H	H		M	M	H

课程名称	践行师德		学会教学		学会育人		学会发展	
	1. 师德规范	2. 教育情怀	3. 学科素养	4. 教学能力	5. 班级指导	6. 综合育人	7. 学会反思	8. 沟通合作
班级管理学	M			H	H	H		M
体育与健康课程标准解读		H	H	H		H	M	
体育名师教学案例评析	M	M	H	H		H		
中小学体育教材教法	M		H	H				
专项理论与实践 1	M	H	H	H				H
专项理论与实践 2	M	H	H	H				H
专项理论与实践 3	M	H	H	H				H
副项选修专项理论与实践 1			H	M		H	H	H
副项选修专项理论与实践 2			H	M		H	H	
体育保健学			H			M	M	
体能训练			H			M	M	
运动训练学			H			M	M	
形(心)意拳			H	H		M	M	M
瑜伽			H	H		M	M	M
广场舞			H	H		M	M	M
舞龙舞狮*			H	H		M	M	M
台球			H	H		M	M	M
体育法学概论			H			M	M	M
体育史			H			M	M	M
体育健康评价与运动处方			H	H	M	M		M
体育绘图与游戏			H	H		M		M
排舞			H	H		M		M
越野行走			H			M	M	M
体育拓展			H	H		M	H	M
轮滑			H	H		M	M	M
游泳			H	H		M	M	M

课程名称	践行师德		学会教学		学会育人		学会发展	
	1. 师德规范	2. 教育情怀	3. 学科素养	4. 教学能力	5. 班级指导	6. 综合育人	7. 学会反思	8. 沟通合作
击剑			H	H		M	M	M
军事训练	M	M				H		
劳动教育	M	M				H		
专业见习	H	M		H		H		
教育实习	H	M		H		H		
研习	H	M		H		H		
毕业论文(设计)			H			M	H	
思想政治与道德修养	M		M			M		
科学研究与创新创业			H			M		M
社会实践与社会工作			H				M	M
文化艺术活动			M			M		
职业资格与技能认证			M	H		H		

## 十、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