

社会体育指导与管理专业 人才培养方案

(2022 版)

学科门类：教育学

专业大类：体育学

专业代码：040203

授予学位：教育学学士

制定：民族传统体育教研室

审核：体育学院

审定：教务处

审批：教学指导委员会

2022 年 5 月

社会体育指导与管理专业人才培养方案

(2022 版)

一、专业代码、专业名称、修业年限、授予学位

专业代码：040203 专业名称：社会体育指导与管理

修业年限：3-7 年 授予学位：教育学学士

二、人才培养目标

培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，具有高度社会责任感、较好的科学和文化素养，具备现代教育、健康理念，系统的掌握社会体育的基本理论、基本技术、基本方法，富有创新精神和创业意识，具备一定的科学研究和创业能力，具有较强的运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广、健身产业经营与管理能力，能够胜任社会体育方面相关工作的应用型人才。

学生在毕业后 5 年左右，能够在职业和专业成就方面达到下列目标：

目标 1：具有较好的思想政治和科学文化素养，具有高度的社会责任感、良好的体育职业道德和较好的身心素质。

目标 2：能够系统掌握社会体育指导与管理的理论、技能和方法。

目标 3：具有娴熟的运动技能，具备较强的技能传授、运动防护与康复指导、健身产业经营与管理能力。

目标 4：具备较好的民族民间体育项目开发推广能力。

目标 5：有良好的本专业调查研究能力；具有创新创业意识、良好沟通合作与终身学习能力。

三、行业及职业类型描述

1. 主要行业及职业类型描述

在健身休闲及教育行业中从事健身指导、技能传授、运动防护与康复指导、民族民间体育项目传承、开发推广、健身产业经营与管理以及教学科研工作。

2. 相关行业及职业类型描述

在企事业单位、社会体育培训机构、社会体育组织、基层社区及其相关领域中组织管理和体育服务等方面工作。

四、毕业要求

1. 基础素养：具有较好的思想政治素养、人文社会科学素养、社会责任感，能够在工作实践中理解并遵守职业道德和规范，履行责任。

1.1 热爱祖国，拥护中国共产党的领导，具有良好的思想政治素质，道德品质和法制观念，熟悉新时代中国特色社会主义思想理论，践行社会主义核心价值观，具有正确的世界观、人生观和价值观。

1.2 具有人文情怀、科学素养和审美情趣；具有弘扬中华民族体育文化精神的自觉意识；具有强健的体魄、积极的人生态度和良好的心理素质。

1.3 具有较强体育服务意识和社会责任感，能在健身运动指导、运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广和社会体育经营与管理工作中自觉遵守职业道德与规范。

2. 体育与社会：能够掌握社会体育指导与管理基本理论、基本技能和基本方法，能够基于社会体育指导与管理专业相关背景知识进行合理分析运动健身指导、运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广复杂问题解决方案对社会、健康、安全、法律的影响，并理解应承担的社会责任。

2.1 系统掌握社会体育的基本理论、体育经营与管理的基本理论与方法。

2.2 了解运动健身指导、运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广行业标准、知识产权、产业政策和法律法规；了解体育与社会、政治、经济、文化等之间的关系。

2.3 能够采用适当方法初步评价健身指导、运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广复杂问题解决方案对社会、健康、安全、法律的影响，并理解应承担的社会责任。

2.4 能够将社会体育指导与管理理论与方法、运动技能原理运用到健身运动指导、运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广、健身产业经营与管理复杂问题的表述之中。

3. 健身运动指导能力：具有娴熟运动技能，能够制定运动健身指导、运动防护与康复、运动项目开发推广指导方案，并能够在设计环节中体现创新意识。

3.1 具有娴熟的运动技能，具有较好的运用健身指导手段和方法的能力。

3.2 具有运动损伤预防和康复保健能力和运动处方制定能力，具备健身健美训

练能力。

3.3 具备民族传统体育项目训练能力，能胜任民族民间体育项目推广的能力，能够针对不同人群需求设计有效的项目推广方案，并能够在设计环节中体现创新意识。

4. 经营管理能力：理解并掌握体育管理原理与体育市场营销决策方法，并能在工作实践中应用。

4.1 能够将体育管理学基本原理和市场营销技能应用于民族民间体育项目推广、大众体育赛事组织与策划和健身产业经营与管理工作中。

4.2 掌握一定的法律、政治、经济、社会等方面基础知识和社会体育工作的方针、政策和法规，并能将其运用到分析、解决民族民间体育项目推广、大众体育赛事组织与策划和健身产业经营与管理复杂问题的实践中。

5. 研究能力：能够采用合理的研究方法对社会体育指导与管理实践活动中涉及的复杂问题进行初步调查与分析。

5.1 掌握体育科学研究的基本手段和方法，能够采用合理研究方法针对健身指导、运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广、健身产业经营与管理中遇到的问题进行研究方案设计，包括研究数据统计和分析。

5.2 掌握基本的计算机实用技术，具备一定的计算机信息检索能力，具备运用计算机技术分析解决问题的能力；掌握体育统计基本技能；具有阅读本专业相关英文文献的初步能力。

5.3 掌握辩证唯物主义的基本观点和方法，能够运用社会体育指导与管理的基本理论和原理识别、表达、分析健身指导、运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广、健身产业经营与管理中的实际问题，并获得有效结论。

6. 创新创业能力：具备创新意识，具有从事本专业创业所需的基本素质和能力。

6.1 具有一定的创新意识和批判性思维，具备自主学习能力和发现、分析和解决问题的能力。

6.2 掌握创业基本理论和方法，能够基于国家体育经济政策和法律背景，运用所学知识，初步制定相关体育行业创业计划。

7. 沟通与合作能力：理解个人与团队之间的关系，具有团队协作的意识和技能，具有较强的沟通能力。

7.1 具有一定的人际交往能力，能够在团队中承担个体、团队成员以及负责人的角色。

7.2 掌握基本的礼仪规范，具有较好的文字表述能力、语言表达能力和人际沟通能力，能够运用英语就专业问题与同行进行初步的交流。

7.3 能够通过口头、报告或者文稿等形式就健身运动指导、运动防护与康复指导、民族民间体育项目推广和健身俱乐部经营管理问题表达自己的想法，并能够与业界同行进行有效的沟通和交流。

8. 终身学习能力：具有自主学习和终身学习的意识，具有不断学习和适应职业发展的能力，能够及时掌握运动健身行业发展趋势。

8.1 掌握自主学习的方法，树立终身学习的理念。

8.2 能够利用现代信息工具和资源自我充实，具有自主学习和自我发展的能力，以获得新的适应力。

表 1 培养目标与毕业要求的关系矩阵表

培养目标 毕业要求	目标 1	目标 2	目标 3	目标 4	目标 5
1.基础素养	√		√	√	√
2.体育与社会	√	√	√	√	√
3.健身运动指导能力		√	√	√	
4.经营管理能力			√	√	√
5.研究能力	√	√	√	√	√
6.创新创业能力		√	√	√	√
7.沟通与合作能力		√	√	√	√
8.终身学习能力	√	√	√	√	√

体操（一）										H											H	
体操（二）										H												H
田径（一）										H												H
田径（二）										H												H
网球										H												H
乒乓球										H												H
羽毛球										H												H
篮球										H											M	H
排球										H											M	H
足球										H											M	H
舞龙舞狮	M									H												H
柔力球	M									H												H
运动技能专选课程										H												H
业余运动队训练										H										H	M	
专业见习									H		H											
毕业实习										H		H								H		H
毕业论文（设计）												H	H							H	H	

注：1.关联强度符号：**H** 强相关（80%） **M** 中等相关（50%）；**L** 弱相关（20%） 没有关联的可以不选。

2.一门课开设几个学期的课程只标注一门课即可。

3.如果毕业要求划分点过多，可以将该表格的纸张方向换成横向。

六、非独立学分的培养模块

表 3. 劳动教育、创新创业教育实现矩阵

模块名称 \ 课时和方式	课程或环节	考核方式
劳动教育	以参加校级以上运动会，专项比赛的裁判员、运动员、志愿者，并能够完成不低于 32 个学时的相应工作。	以参加校级以上运动会，专项比赛的裁判员、运动员、志愿者，并能够完成不低于 32 个学时的相应工作。
创新创业教育	完成时长不低于 30 个学时的公共体育俱乐部助理教师及管理工作或参加第二课堂。	完成时长不低于 30 个学时的公共体育俱乐部助理教师及管理工作。

注：1. 劳动教育模块：对于未单独开始劳动教育课程的专业，需要制定 32 个学时的劳动教育模块教学大纲，明确 32 个学时融入到具体的专业课程或环节，同时制定相应的考核方式，并在学生毕业前对劳动教育进行综合评价。

2. 创新创业教育模块：各个专业开展专业教育与创新创业教育相融合，制定不少于 30 个学时的创新创业教育内容，明确创新创业教育融入到具体的专业课程和环节，同时制定相应的考核方式，并在学生毕业前对创新创业能力进行综合评价。

七、主干学科与核心课程

主干学科：教育学、体育学、社会学、管理学

核心课程：体育保健学、传统体育养身与理论、健身理论与指导、运动处方理论与实践、体能训练理论与方法、体育市场营销、社会体育导论、运动训练学、学校体育学、体操。

八、毕业资格与学位授予

（一）毕业资格

学生在规定的学习年限内修完专业人才培养方案中规定的全部课程，修满规定的最低总学分 171 学分（含通识选修课 8 学分）。准予毕业，颁发毕业证书。

（二）学位授予（备注：专科专业取消该部分）

取得毕业资格的学生，符合学校学位授予标准，经学校学位评定委员会审查通过，授予教育学学士学位，颁发学位证书。

注：1.打√表示相应课程或教学环节对毕业要求有支撑。

2.一门课开设几个学期的课程只标注一门课即可。

3.须标注专业方案中全部教学环节（各开设课程、通识必修、专业必修、专业选修、集中实践教学环节等）。

九、专业学时、学分构成比例

表 4 专业学时构成比例表

课程体系	课程类别	选/必修	学时				学时比例 (%)	教学周数合计
			讲授	实践	自学	合计		
理论教学	通识教育模块	必修	528	197	485	1210	29.37%	120
		选修	—	—	—	240	5.83%	
	专业教育模块	必修	597	239	574	1410	34.22%	
		选修	286	440	534	1260	30.58%	
	小计			1411	876	1593	4120	
集中实践教学环节	环节类别		教学周数					40
	毕业实习		18					
	毕业设计（论文）		15					
	其他实践环节		7					
总进程周数							160	
集中实践教学环节周数与总教学周数之比 (%)						25.00%		
专业总学时						4900		
含自主学时专业实践教学学时比例 (%)						34.36%		
不含自主学时专业实践教学学时比例 (%)						50.86%		

- 注：1. 各类课程（模块）学时比例=同类别课程（模块）学时÷理论教学总学时；
 2. 专业总学时=理论教学总学时+集中实践环节学分×30 学时/学分；
 3. 专业实践教学学时比例=（理论教学实践学时+集中实践教学环节学分×30）÷专业总学时。

表 5 专业学分构成比例表

课程体系	课程类别	选/必修	学分	学分比例	学分小计	合计
理论教学	通识教育模块	必修	41	29.71%	49	138
		选修	8	5.80%		
	专业教育模块	必修	47	34.06%	89	
		选修	42	30.43%		
集中实践环节	毕业实习				12	26
	毕业论文（设计）				8	
	其他实践环节				6	
专业总学分						164

- 注：1. 专业总学分=理论教学学分+集中实践环节学分；
 2. 各类课程学分比例=同类别课程学分÷理论教学学分之和。

十、课程（模块）构建

表 6 课程模块与能力培养关系表

序号	模块名称	子模块名称	能力培养	学分	课程（模块）负责人
1	思想政治理论及道德修养	思想道德与法治、中国近现代史纲要、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、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、形势与政策、“四史”教育	掌握马克思主义基本理论和基本方法，树立正确的世界观、人生观价值观和历史观，具备良好的思想政治素质、道德品质和法治观念，能够运用马克思主义基本理论和基本方法分析实际问题。	19	王培文
2	军事课		适应立德树人根本任务和强军目标要求，增强学生国防观念、国家安全意识和忧患危机意识，提高学生综合国防素质。	4	郝颖
3	公共外语本科教育模块	艺体本科专业英语教育模块	能够在绝大多数情况下满足日常生活、学习和未来工作中与自身密切相关的信息交流的需要；在运用英语语音、词汇、语法及篇章结构等语言知识时基本不出现错误，不影响整体意思的表达；能够就熟悉的主题或话题进行简单的口头和书面交流；能够借助网络资源、工具书或他人的帮助，对语言难度较低的信息进行处理和加工，表达基本达意；在与来自不同文化背景的人进行交流时，能够观察到彼此之间的主要的文化和价值观差异，并能有意识采用一定的基本交际策略；有一定的自主学习意识，能够在教师的主导下运用基本的学习策略进行自主学习。	12	刘纯
4	公共计算机教育模块	大学计算机基础	着重培养学生基本的计算机信息素养，建立信息技术服务于专业的思想意识，提升学生计算机基本操作能力，最终使学生能够采用计算思维的方式处理复杂问题。	2	彭统乾
5	就业创业能力	大学生职业生涯规划、大学生创新创业基础、大学生就业发展指导	职业规范、职业素养、职业规划能力，沟通适应能力，创新创业能力，职业道德、就业技能，终身学习能力	4	王翠英
6	大学语文	大学语文一、大学语文二	人文社会科学素养，写作与沟通能力。	4	孟伟伟
7	教育能力模	心理学、	支撑教育情怀、教学能力、综合育人三	7	金月锋

	块	教育学、 习近平总书记教育重 要论述研究、 大学生健康教育	<p>项毕业要求，能区分心理学的基本概念，解释心理现象的一般规律，具备基本的心理学理论素养，初步形成运用心理学相关理论分析、解决教育教学中的实际问题的能力。</p> <p>支撑教育情怀、教学能力、综合育人三项毕业要求。能掌握从事教育教学工作必备的教育基础理论知识，树立现代科学的教育教学观念，认识教育教学的基本规律，初步形成运用所学理论知识分析解决教育教学实际问题的能力。</p> <p>支撑践行师德、教育情怀两项毕业要求。本课程主要研究习近平总书记关于教育事业发展九个坚持的具体论述，学生进一步明确教育事业发展的根本保证、根本任务、发展战略、政治方向、根本原则、根本立场、根本动力、时代使命和依靠力量。理解并认同中国特色社会主义教育，增强建设新时代教育强国的教育情怀。</p> <p>增强健康意识，树立健康理念，具有积极、正确的健康观，养成良好的卫生习惯和文明、健康、科学的生活方式；具备对意外伤害的急救技能，具备灾难时逃生和互助互救的能力。掌握生理、心理健康方面的有关知识与技能，了解自身的心理特点，能够运用所学知识与技能调适心理问题，开发自身潜能，健全人格，促进自我成长。</p>		叶枝娟
8	社会体育基础知识、体育经营与管理能力	体育概论、 体育社会学、 社会体育导论、 学校体育学、 体育市场营销、 体育心理学、	<p>具有社会体育学科宽泛详尽的知识和理解力，能在社会体育指导与管理过程中使用这些知识和方法，并应用所学的概念、原理；具有自主学习能力、探究能力和发现、分析、解决问题能力，具有一定的批判性思维。能够将体育管理和体育市场营销技能和策略运用到健身俱乐部经营管理和大众体育赛事组织与策划之中；能够掌握相关体育企业管理构架，具有发现问题、分析问题的能力；具有较强的实践能力、创新精神和较好的人际交往能力；能够在团队中根据角色发挥作用，处理好个人与团队关系。</p>	11	王磊磊
9	健身指导运动处方制定能力	健康教育学、 健身理论与指导、 传统体育养生理论、 体能训练理论与方法、 运动训练学、 体育保健学、	<p>能够基于不同健身人群的需求和形体健美的标准制定合理的健身健美训练目标和计划，并具有对专项训练成效进行诊断或评估能力；具有示范、讲解、纠错和保护帮助能力，具有有效利用训练手段和方法的能力；具有同业界同行进行良好的沟通与交流</p>	26	庞俊华

		运动生理学、运动解剖学、运动处方理论与实践	能力，具有较强的实践能力和自我学习能力。能够有效评估健身人群身体健康状况，具有一定的健康评估诊断能力；能够根据不同人群健身需求，基于形体健美标准设计合理的膳食计划和有效的运动处方；具有良好沟通能力、较强实践能力和一定的创新能力、团队合作能力；能够利用现代信息工具进行自主学习。		
10	运动技能基础	体操、田径 篮球、足球 排球、乒乓球 网球、羽毛球	具有利用有效的训练方式、方法提高自身速度、力量、耐力、灵敏和柔韧等身体素质的能力；具有讲解、示范动作的一般能力，具备传授运动技能的初步能力；具有较强的实践能力和自主学习能力。	28	刘健欣
11	运动技能拓展	健美操、体育舞蹈、瑜伽、跆拳道、轮滑、攀岩、定向越野、射艺、武术、健身气功、散打军事体能训练	具有根据自己未来工作的特点，合理选取有助于自身拓展的项目进行锻炼的能力；能够运用合理的学习、训练方式、方法提高自身运动技能水平；具有讲解、示范初步能力，具备运动技能指导与服务能力。具有一定的实践能力、语言表达能力和自主学习能力。	24	蒋丽芳
12	专业方向提升(运动防护与康复指导、民族传统体育项目推广)	运动康复技术、运动损伤诊断、身体运动功能性诊断与训练、运动伤害防护与急救、运动损伤康复	具备应用推拿按摩等中医传统方法对运动损伤进行康复、治疗的技能；了解运动损伤的发生规律，掌握常见病以及亚健康人群的运动康复方法；具有运动伤害现场急救处理能力；具有运动损伤的治疗手段和康复训练能力。	12	孙可
		舞龙舞狮、柔力球、捶丸、高脚竞速、板鞋竞速、民族健身操、	具有根据选的项目在能在相关领域中从事民族民间体育项目开发推广的能力；能够运用合理的学习、训练方式、方法提高自身运动技能水平；具有讲解、示范能力，具备运动技能指导与服务能力。具有一定的实践能力、语言表达能力和自主学习能力。	12	
13	体育科学研究能力模块	体育科学研究与方法、毕业论文(设计)	理解体育科学的本质和规律，能够运用科学的方法对体育现象进行分析和研究，具备独立从事体育研究所需的体育测量能力和评价能力，具有数据整理和统计的能力，满足体育科研的需求，具备从事体育相关的科研能力。	10	曲晓波
14	综合实践能力提升模块	专业见习、毕业实习	能够将所学专业知运用到教学实践中，通过教育实习实践进一步提高教育技能，强化专业实用能力。通过业学科竞赛提升专业运动技能，掌握运用这些技能进行教学活动的的能力。	14	苗青

通识课程(模块)统一由开课单位负责

第一学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	开课单位	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	学科基础课	21040801	体育概论	必修	体育学院	2	60	26	4	30	15	4	18	2		2	
2	专业必修课	31041003	体操（一）	必修	体育学院	2	60	11	19	30	15	4	18	1	1	2	
3	专业选修课	32041103	田径（一）	选修	体育学院	2	60	14	16	30	15	4	18	1	1	2	其中实践部分6学时，作为劳动教育学时。
4	专业选修课	32041108	乒乓球	选修	体育学院	2	60	14	16	30	15	4	18	1	1	2	
5	专业选修课	32041104	羽毛球	选修	体育学院	2	60	14	16	30	15	4	18	1	1	2	
6	专业选修课	32041105	网球	选修	体育学院	2	60	11	19	30	15	4	18	1	1	2	
7	专业选修课	32041101	舞龙舞狮	选修	体育学院	2	60	14	16	30	15	4	18	1	1	2	任选一门记2分。
8	专业选修课	32041102	柔力球	选修	体育学院	2	60	14	16	30	15	4	18	1	1	2	
9	通识必修课	11182201	思想道德与法治	必修	马克思主义学院	3	90	36	9	45	15	4	18			3	
10	通识必修课	11182205	形势与政策	必修	马克思主义学院		8	6		2	3					2	
11	集中实践	41200001	军事技能	必修	学工部（人民武装部）	2	168		168		3	1	3		56	56	
12	通识必修课	11030401	大学生心理健康教育	必修	教师教育学院	2	60	24	6	30	15	4	18	2		2	
13	通识必修课	11060105	大学英语（一）	必修	外国语学院	4	120	30	30	60	15	4	18	2	2	4	
14	学科基础课	21050101	大学语文（一）	必修	文学院	2	60	18	12	30	15	4	18	1.2	0.8	2	
第一学期建议最低修读 29 学分，其中必修课程：17 学分，选修课程：12 学分																	

备注：1.形势与政策（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分。2.大学生创新创业实践（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分;3.“C”为专业创新创业类课程。

第二学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	开课单位	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	学科基础课	31040904	体育社会学	必修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
2	专业必修课	31041004	体操（二）	必修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
3	专业选修课	32041106	田径（二）	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	其中实践部分6学时，作为劳动教育学时。
4	专业选修课	32041110	篮球	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	其中实践部分8学时，作为劳动教育学时。
5	专业选修课	32041112	排球	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	其中实践部分6学时，作为劳动教育学时。
6	专业选修课	32041113	足球	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	其中实践部分6学时，作为劳动教育学时。
7	通识必修课	11182202	中国近现代史纲要	必修	马克思主义学院	3	90	45	9	36	18	1	18			3	
8	通识必修课	11182205	形势与政策	必修	马克思主义学院		8	6		2	3					2	
9	通识必修课	11200001	军事理论	必修	学工部（人民武装部）	2	36	36			18	1	18	2		2	
10	通识必修课	11060106	大学英语（二）	必修	外国语学院	4	120	36	36	48	18	1	18	2	2	4	
11	通识必修课	11150004	大学计算机基础	必修	软件学院	2	60	18	18	24	18	1	18	1	1	2	

12	通识必修课	11210001	大学生职业生涯规划	必修	创新创业学院	1	30	14	12	4	9	1	9			2	C
13	学科基础课	21050102	大学语文（二）	必修	文学院	2	60	18	18	24	18	1	18	1	1	2	

第二学期建议最低修读 26 学分，其中必修课程：18 学分，选修课程：8 学分

备注：1.形势与政策（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分。2.大学生创新创业实践（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分;3.“C”为专业创新创业类课程。

第三学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	学科基础课	21040802	运动解剖学	必修	体育学院	4	120	60	10	50	18	1	18	2	2	4	
2	专业必修课	31040805	体育保健学	必修	体育学院	2	60	22	14	24	18	1	18	1	1	2	
3	专业必修课	31040801	学校体育学	必修	体育学院	2	60	32	4	24	18	1	18	1	1	2	
4	专业选修课	32041304	身体运动功能性诊断与训练	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	任选1个方向,记2分.
5	专业选修课	32041309	板鞋竞速	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
6	专业选修课	32041310	高脚竞速	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
7	专业选修课	32041201	健身气功	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	任选2门,记4分,为C课程。
8	专业选修课	32041202	武术	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
9	专业选修课	32041203	定向越野	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
10	专业选修课	32041219	团队飞盘	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
11	专业选修课	32041401	运动技能专选田径(一)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	每名學生限选一门,第三学期选定,其他学期不能修改
12	专业选修课	32041405	运动技能专选体操(一)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
13	专业选修课	32041409	运动技能专选篮球(一)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
14	专业选修课	32041413	运动技能专选排球(一)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
15	专业选修课	32041217	运动技能专选足球(一)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
16	专业选修课	32041221	运动技能专选武术(一)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
17	专业选修课	32041225	运动技能专选健美操(一)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
18	专业选修课	32041329	运动技能专选乒乓球(一)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	

19	专业选修课	32041437	运动技能专选羽毛球（一）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
20	专业选修课	32041333	运动技能专选网球（一）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
21	专业选修课	32041341	运动技能专选跆拳道（一）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
22	专业必修课	31030104	心理学	必修	教师教育学院	2	60	36	0	24	18	1	18	2	0	2	
23	通识必修课	11182203	马克思主义基本原理	必修	马克思主义学院	3	90	45	9	36	18	1	18			3	
24	通识必修课	11182205	形势与政策	必修	马克思主义学院		8	8			4					2	
25	通识必修课	11060107	大学英语（三）	必修	外国语学院	2	60	18	18	24	18	1	18	1	1	2	
26	集中实践	44041501	专业见习	必修	体育学院	2											
第三学期建议最低修读 25 学分，其中必修课程：17 学分，选修课程：8 学分																	

备注：1.形势与政策（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分。2.大学生创新创业实践（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分;3.“C”为专业创新创业类课程。4.专业见习，大一暑期 4 周，记 2 学分。

第四学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	学科基础课	21040201	健康教育学	必修	体育学院	2	60	30	6	24	18	1	18	1	1	2	
2	学科基础课	21040803	运动生理学	必修	体育学院	4	120	62	10	48	18	1	18	2	2	4	
3	专业必修课	31040902	健身理论与指导	必修	体育学院	2	60	36	0	24	18	1	18	1	1	2	
4	专业必修课	31040807	运动处方理论与实践	必修	体育学院	2	60	36	0	24	18	1	18	1	1	2	
5	专业选修课	32041303	运动损伤诊断	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	任选1个方向，记2分。
6	专业选修课	32041311	民族健身操	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
7	专业选修课	32041312	捶丸	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
8	专业选修课	32041204	体育舞蹈	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	任选1门，记2分，为C课程。
9	专业选修课	32041205	跆拳道	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
10	专业选修课	32041206	攀岩	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
11	专业选修课	32041402	运动技能专选田径（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	每名學生限选一门，第三学期选定，其他学期不能修改
12	专业选修课	32041406	运动技能专选体操（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
13	专业选修课	32041407	运动技能专选篮球（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
14	专业选修课	32041414	运动技能专选排球（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
15	专业选修课	32041218	运动技能专选足球（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
16	专业选修课	32041222	运动技能专选武术（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
17	专业选修课	32041226	运动技能专选健美操（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
18	专业选修课	32041327	运动技能专选乒乓球（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	

19	专业选修课	32041438	运动技能专选羽毛球（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
20	专业选修课	32041334	运动技能专选网球（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
21	专业选修课	32041342	运动技能专选跆拳道（二）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
22	通识必修课	11182204	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	必修	马克思主义学院	3	90	45	9	36	18	1	18			3	
23	通识必修课	11182205	形势与政策	必修	马克思主义学院		8	8			4					2	
24	通识必修课	11060108	大学英语（四）	必修	外国语学院	2	60	18	18	24	18	1	18	1	1	2	
25	通识必修课	11210002	大学生创新创业基础	必修	创新创业学院	2	60	28	28	4	16	1	16			2	C, 实践部分 20 学时, 作为创新创业教育学时。
26	专业必修课	31030105	教育学	必修	教师教育学院	2	60	36		24	18	1	18	2	0	2	
27	专业必修课	31030106	习近平总书记关于教育的重要论述研究	必修	教师教育学院	1	30	18	10	2	18	1	18	1	0	1	

第四学期建议最低修读 27 学分，其中必修课程：20 学分，选修课程：7 学分

备注：1.形势与政策（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分。2.大学生创新创业实践（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分;3.“C”为专业创新创业类课程。

第五学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	学科基础课	21040901	体育心理学	必修	体育学院	1	30	10	8	12	9	10	18	2	0	2	
2	专业必修课	31040904	体能训练理论与方法	必修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
3	专业必修课	31041011	体育市场营销	必修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
4	专业必修课	31040703	社会体育导论	必修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
5	专业选修课	32041301	运动营养学	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	任选1个方向,记2分.
6	专业选修课	32041302	运动康复技术	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
7	专业选修课	32041307	舞龙舞狮	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
8	专业选修课	32041207	散打	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	任选2门,记4分,为C课程。
9	专业选修课	32041208	健美操	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
10	专业选修课	32041209	射艺	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
11	专业选修课	32041403	运动技能专选田径(三)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	每名学生限选一门,第三学期选定,其他学期不能修改
12	专业选修课	32041407	运动技能专选体操(三)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
13	专业选修课	32041408	运动技能专选篮球(三)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
14	专业选修课	32041415	运动技能专选排球(三)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
15	专业选修课	32041219	运动技能专选足球(三)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
16	专业选修课	32041223	运动技能专选武术(三)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
17	专业选修课	32041227	运动技能专选健美操(三)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
18	专业选修课	32041328	运动技能专选乒乓球(三)	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	

19	专业选修课	32041439	运动技能专选羽毛球（三）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
20	专业选修课	32041335	运动技能专选网球（三）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
21	专业选修课	32041343	运动技能专选跆拳道（三）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
22	通识必修课	11182206	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	必修	马克思主义学院	3	90	45	9	36	18	1	18			3	
23	通识必修课	11182205	形势与政策	必修	马克思主义学院		8	8			4					2	
第五学期建议最低修读 18 学分，其中必修课程：10 学分，选修课程：8 学分																	

备注：1.形势与政策（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分。2.大学生创新创业实践（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分;3.“C”为专业创新创业类课程。

第六学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	学科基础课	21041301	体育科学研究方法	必修	体育学院	2	60	32	4	24	18	1	18	1	1	2	
2	专业必修课	31040905	运动训练学	必修	体育学院	2	60	26	10	24	18	1	18	1	1	2	
3	专业必修课	31040903	传统体育养生与理论	必修	体育学院	2	60	22	14	24	18	1	18	1	1	2	
4	专业选修课	32041305	运动伤害防护与急救	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	任选1个方向， 记2分。
5	专业选修课	32041306	运动损伤康复	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
6	专业选修课	32041519	游泳	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
7	专业选修课	32041308	柔力球	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
8	专业选修课	32041210	军事体能训练	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	任选1门，记2分， 为C课程。
9	专业选修课	F32041503	气排球	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
10	专业选修课	32041211	瑜伽	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
11	专业选修课	32041212	轮滑	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
12	专业选修课	32041404	运动技能专选田径（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	每名學生限选一门， 第三学期选定，其他学期不能修改
13	专业选修课	32041408	运动技能专选体操（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
14	专业选修课	32041409	运动技能专选篮球（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
15	专业选修课	32041416	运动技能专选排球（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	

16	专业选修课	32041220	运动技能专选足球（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
17	专业选修课	32041224	运动技能专选武术（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
18	专业选修课	32041228	运动技能专选健美操（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
19	专业选修课	32041329	运动技能专选乒乓球（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
20	专业选修课	32041440	运动技能专选羽毛球（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
21	专业选修课	32041341	运动技能专选网球（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
22	专业选修课	32041344	运动技能专选跆拳道（四）	选修	体育学院	4	120	28	44	48	18	1	18			4	
23	通识必修课	11182207	“四史”教育	必修	马克思主义学院	2	60	30	6	24	18	1	18			2	
24	通识必修课	11182205	形势与政策	必修	马克思主义学院		8	8			4					2	
25	通识必修课	11210003	大学生就业发展指导	必修	创新创业学院	1	30	14	12	4	10	1	10			2	C，实践部分 10 学时，作为创新创业教育学时。
第六学期建议最低修读 17 学分，其中必修课程：9 学分，选修课程：8 学分																	

备注：1.形势与政策（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分。2.大学生创新创业实践（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分;3.“C”为专业创新创业类课程。

第七学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	毕业实习	43041503	毕业实习	必修	体育学院	12	360		360		18	1	18			20	
2	通识必修课	11182205	形势与政策	必修	马克思主义学院		8		4	4	4					2	
第七学期建议最低修读 12 学分，其中必修课程：12 学分，选修课程：0 学分						1-5 周为毕业论文开题											

备注：1.形势与政策（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分。2.大学生创新创业实践（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分;3.“C”为专业创新创业类课程。

第八学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注	
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时		
1	通识必修课	11182205	形势与政策	必修	马克思主义学院	2	8		4	4	4						2	
2	集中实践	51041402	毕业论文(设计)	必修	体育学院	8	240		240		15	1	15				16	
3	集中实践	44041504	创新创业实践	必修	体育学院	2												
通识选修课(2-6学期,共8学分)																		
第八学期建议最低修读 12 学分，其中必修课程：12 学分，选修课程：0 学分																		

备注：1.形势与政策（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分。2.大学生创新创业实践（1-8 学期），第 8 学期记 2 学分;3.“C”为专业创新创业类课程。

小学期教学安排

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注		
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时			
1	集中实践	44041501	专业见习	必修	体育学院	2	大一暑期 4 周												
2	集中实践	44041504	创新创业实践	必修	体育学院	2	1-8 学期，申请认定，记 2 学分												

专业方向提升课程汇总表

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	专业选修课	32041301	运动营养学	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	运动防护与康复指导方向模块
2	专业选修课	32041302	运动康复技术	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
3	专业选修课	32041303	运动损伤诊断	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
4	专业选修课	32041304	身体运动功能性诊断与训练	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
5	专业选修课	32041305	运动伤害防护与急救	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
6	专业选修课	32041306	运动损伤康复	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
7	专业选修课	32041307	舞龙舞狮	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	民族传统体育项目推广方向模块
8	专业选修课	32041308	柔力球	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
9	专业选修课	32041309	板鞋竞速	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
10	专业选修课	32041310	高脚竞速	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
11	专业选修课	32041311	民族健身操	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
12	专业选修课	32041312	捶丸	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	

运动技能拓展课程汇总表

序号	课程类别	课程代码	课程名称	课程属性	课程承担单位名称	课程学时、学分及分配					教学周安排			每周课内学时			备注
						学分	学时	讲授	实践	自主学习	周数	开始周	结束周	讲授	实践	周学时	
1	专业选修课	32041201	健身气功	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	运动技能 拓展(一)
2	专业选修课	32041202	武术	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
3	专业选修课	32041203	定向越野	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
4	专业选修课	32041213	专选课	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
5	专业选修课	32041204	体育舞蹈	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	运动技能 拓展(二)
6	专业选修课	32041205	跆拳道	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
7	专业选修课	32041206	攀岩	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
8	专业选修课	32041214	专选课	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	运动技能 拓展(三)
9	专业选修课	32041207	散打	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
10	专业选修课	32041208	健美操	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
11	专业选修课	32041209	射艺	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
12	专业选修课	32041215	专选课	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	运动技能 拓展(四)
13	专业选修课	32041210	军事体能训练	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
14	专业选修课	32041211	瑜伽	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
15	专业选修课	32041212	轮滑	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	
16	专业选修课	32041216	专选课	选修	体育学院	2	60	14	22	24	18	1	18	1	1	2	

