

# 体育教育专业人才培养方案

学科门类：教育学    专业代码：040201

## 一、培养目标

本专业旨在培养德、智、体、美、劳全面发展，具有较好的科学、人文素养和高度的社会责任感，遵守师德规范，以学生为本、贯彻落实立德树人的教育方针；系统掌握现代体育教学的基本理论、基本知识和基本技能；熟悉青少年心理特征及其一般发展规律，熟练掌握体育教学一般规律、基本教学技能和方法；胜任中小学《体育与健康》课程的教学、业余训练与竞赛、课余体育活动组织、班级管理和社会体育指导工作，并具有一定教学研究能力的高素质应用型体育人才。

本专业学生毕业后 5 年左右，预期达到以下目标：

1. 全面理解教师职业内涵，热爱教师职业，展现教育情怀，具有高度的敬业精神，遵守和践行师德规范。践行党的教育方针，传播社会主义核心价值观。热爱体育教育事业，具有高度的敬业精神，全身心投入学校体育工作，以学生为本，贯彻落实党的教育方针，促进学生身心健康成长。
2. 体育知识、技能扎实，人文、科学素养优良。遵循学生身心发展特点和教育教学规律，充分发挥体育的基本功能，运用多途径，采用多手段，促进学生的全面发展。
3. 准确把握《体育与健康课程标准》精神实质，熟练运用适合学生全面发展的教学模式和体育教学方法与技能；通过教学探究，在课堂教学中创新教学方法和手段，有效提高教学质量，初步形成自己的教学风格。能独立胜任课外体育活动组织、运动训练竞赛管理及社会体育指导等工作。
4. 熟练掌握团队建设的工作规律和基本方法，胜任班级或体育社团与运动队、教研室、年级组的管理和德育工作；具备反思能力和批判性思维，主动探究实际工作中出现的问题，通过自主学习和同行交流，有效解决实际问题。
5. 把握基础教育改革的发展方向，积极投身中学体育与健康教学改革，彰显良好的团队协作和教学研究能力。追求自我完善，具有终身学习意识，体育知识、技能不断更新，体育学科素养不断提升，成为骨干体育教师。

## 二、毕业要求

1. **师德规范：**能在工作岗位践行社会主义核心价值观，具备我国现阶段社会主义政治认同、思想认同和情感认同。树立正确的世界观、人生观和价值观。以立德树人为己任，立志成为有理想信

念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的体育老师。

**2. 教育情怀：**具有终身投身于我国体育教育事业的信念，认同体育教师工作的意义。尊重学生，注重学生优良品质的培养和学习行为的养成，具有创新思维，能成为学生的引路人。

**3. 学科素养：**具有一定的人文底蕴和坚持不懈的科学探索精神。掌握体育与健康学科的基本知识、基本技能。掌握中小学体育教学方法和学生学习方法。能够理清体育学与其他学科的关系并对其他学科有一定的了解。

**4. 教学能力：**能够依据国家中小学《体育与健康课程标准》，根据教学对象的身体发育、心理特点和发展规律，结合学校的实际情况，开展体育与健康教育教学和评价工作；能够指导课外体育活动、业余训练与竞赛；在全面发展的基础上，有 1-2 项运动项目技能较为突出；掌握和运用现代化信息技术手段，具备较好的教学能力和基本的教学研究能力。

**5. 班级指导：**了解中学班级管理特点，初步掌握班级管理的工作规律和基本方法，具有班级指导的能力，能够从事学校班级管理工作。

**6. 综合育人：**初步掌握学生养成教育规律，基本掌握培养学生正确发展的途径与方法。在教育实践中能够通过组织社团活动和主体教育活动，对学生进行教育。基本具备将知识学习、能力发展和品德养成有机结合的能力，注重发挥体育学科的育人功能。

**7. 自主学习：**树立终身学习的思想，熟悉教师发展与成长的途径及特征。能结合工作实际不断提高业务水平，规划未来发展的蓝图，能用批判性思维方式审视问题和事务，具备一定的创新能力和解决现实问题的能力。

**8. 沟通合作：**能够在教学组成员间无障碍沟通，通过相互学习，共同成长。在日常工作中具有较强合作能力和团队协作精神。

表 2-1 毕业要求及分解指标项

毕业要求	分解指标项
<b>毕业要求 1：</b> 能在工作岗位践行社会主义核心价值观，具备我国现阶段社会主义政治认同、思想认同和情感认同。树立正确的世界观、人生观和价值观。以立德树人为己任，立志成为有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的体育老师。	1-1 熟悉中国特色社会主义本质特征，能自觉践行社会主义核心价值观。
	1-2 掌握马克思主义理论与方法，能够辩证的认识问题和解决问题，了解人在社会发展过程中的地位、作用和责任。
	1-3 执行党的教育方针，能够遵守教师职业道德，立德树人，做学生学习和成长的“四有”好老师。
<b>毕业要求 2：</b> 具有终身投身于我国体育教育事业的信念，认同体育教师工作的意义。尊重学生，注重学生优良品质的培养和学习行为的养成，具有创新思维，能成为学生的引路人。	2-1 树立正确的世界观、人生观和价值观，具有强烈的事业心和责任感，爱教、乐教。
	2-2 了解国家政策，掌握有关法律基础知识和体育法规，具备依法执教的意识。
	2-3 尊重学生，关心、爱护学生。能扎根基层，服务地方基础体育教育事业，具有育人的使命感和责任感。

## 体育教育专业人才培养方案

<b>毕业要求 3:</b> 具有一定的人文底蕴和坚持不懈的科学探索精神。掌握体育与健康学科的基本知识、基本技能。掌握中小学体育教学方法和学生学习方法。能够理清体育学与其他学科的关系并对其他学科有一定的了解。	3-1 了解中国传统文化及中华文明特点和发展概况,具有基本的文学、艺术、科学修养,具备分析问题和解决问题能力。
	3-2 熟悉体育教育专业课程架构、知识体系,掌握基础课程的基本知识、基本理论,具备运动人体科学实验操作的基本能力,理解基本理论和相关课程对体育运动及学习的指导作用。
	3-3 掌握常规性体育运动项目的理论知识、技术、技能和教学方法,具备教学训练的能力。
	3-4 掌握必要的信息技术和计算机应用能力,熟悉文献检索方法,了解体育基础学科发展现状和趋势,掌握体育科研方法,具备文献综述和论文撰写的能力,能够用联系的观点分析和解决学校体育工作中的问题。
<b>毕业要求 4:</b> 能够依据国家中小学《体育与健康课程标准》,根据教学对象的身体发育、心理特点和发展规律,结合学校的实际情况,开展体育与健康教育教学和评价工作;能够指导课外体育活动、业余训练与竞赛;在全面发展的基础上,有 1-2 项运动项目技能较为突出;掌握和运用现代化信息技术手段,具备较好的教学能力和基本的教学研究能力。	4-1 熟悉中学体育课程标准,掌握学校体育学、体育教学论、运动技能学习与控制的基本理论,并能将其理论运用于教学当中。
	4-2 掌握教学基本技能,技术讲解准确精炼,技术动作示范规范、美观,能正确使用口哨、口令,运用保护与帮助合理,纠正错误及时。基本具备独立实施体育教学、锻炼、课外体育活动的工作能力。
	4-3 能够依据《体育与健康课程标准》制定学年、单元、课时计划,具备进行教学评价的能力,学会教学反思。
	4-4 运动项目的学习达到“一专多能”,具备业余训练、健身指导、组织竞赛的基本能力。
	4-5 掌握现代教育信息技术,具有制作课件、数据处理等基本能力。
<b>毕业要求 5:</b> 了解中学班级管理特点,初步掌握班级管理的工作规律和基本方法,具有班级指导的能力,能够从事学校班级管理工作。	5-1 树立德育为先的理念,了解中学生品德和行为习惯形成的过程,熟悉中学生交往的特点及影响因素,能合理、有效安排学生活动。
	5-2 初步掌握中学生心理健康的基本知识,学会处理中学生常见的心理和行为问题(特别是青春期生理心理问题)。
	5-3 熟悉班级、体育社团、运动队管理工作,掌握其工作的基本方法和规律,能够根据学生的身心特点开展活动。
<b>毕业要求 6:</b> 初步掌握学生养成教育规律,基本掌握培养学生正确发展的途径与方法。在教育实践中能够通过组织社团活动和主体教育活动,对学生进行教育。基本具备将知识学习、能力发展和品德养成有机结合的能力,注重发挥体育学科的育人功能。	6-1 掌握中小學生身心发展规律,具备健康教育和健康促进的基本知识和手段。
	6-2 充分认识和利用体育学科对学生健康及育人的独特功能,能够通过体育教学、体育社团、运动竞赛等活动,促进学生公平、公正、民主、合作及竞争意识的养成,培养学生勇敢顽强,吃苦耐劳、奋勇拼搏的精神。
<b>毕业要求 7:</b> 树立终身学习的思想,熟悉教师发展与成长的途径及特征。能结合工作实际不断提高业务水平,规划未来发展的蓝图,能用批判性思维方式审视问题和事务,具备一定的创新能力和解决现实问题的能力。	7-1 了解体育教师专业素养的核心内容,明确体育教育专业发展的重点,具有终身学习的意识和社会适应能力。
	7-2 了解国内外体育基础教育的发展动态,了解体育教师专业成长的路径与方法,具备制定职业发展规划能力。
	7-3 具有问题意识,具备一定的创新和批判性思维,学会分析和解决体育教学、训练和学生健康等方面的问题。
<b>毕业要求 8:</b> 能够在教学组成员间无障碍沟通,通过相互学习,共同成长。在日常工作中具有较强合作能力和团队协作精神。	8-1 具有良好的沟通与协作能力,分享经验和成果,具备较强的团队合作精神。
	8-2 具备较强的交往能力,能够适应不断变化的人际关系和工作环境。

### 三、人才培养目标实现矩阵

根据培养目标和毕业生基本要求构建课程体系，通过课程体系的实施，实现培养目标和基本要求。本专业毕业生基本要求与培养目标的对应关系如表3-1，表3-2为本专业对毕业要求进行指标分析后形成的教学环节与毕业要求的对应关系，亦即专业课程体系与毕业生基本要求的对应关系矩阵。

表3-1 毕业要求与培养目标的支撑矩阵

培养目标 毕业要求	培养目标 1	培养目标 2	培养目标 3	培养目标 4	培养目标 5
毕业要求 1	H	M	L	M	L
毕业要求 2	H	H	L	L	M
毕业要求 3	L	H	H	M	L
毕业要求 4	M	H	H	L	M
毕业要求 5	L	M	L	H	M
毕业要求 6	H	M	L	L	M
毕业要求 7	L	H	M	M	H
毕业要求 8	L	L	M	H	M

备注：毕业要求与培养目标的支撑分别用“H（高支撑度）、M（中支撑度）、L（低支撑度）”表示。其中H代表直接支撑，M代表间接支撑，L代表关联支撑。

表 3-2 毕业要求与课程支撑矩阵

课 程	毕业 要求 1	毕业 要求 2	毕业 要求 3	毕业 要求 4	毕业 要求 5	毕业 要求 6	毕业 要求 7	毕业 要求 8
思想道德修养与法律基础	H	H		M	L	M		
中国近现代史纲要	H	M				L		
马克思主义基本原理概论	H	H	L			M		
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	H	H	L			M		
形势与政策	H	H			L	M		
军事理论	M	H				H		L
大学生心理健康教育	M	H			M	M		H
大学英语			H			M	H	L
大学信息技术基础			H	M	L	L	H	L
体育教育专业导论	M	H	M	L		L	L	

## 体育教育专业人才培养方案

大学生职业生涯规划	L	H	M				L	L
创新思维		L	H	L	L	L	M	
创业意识培养			M	H		M	L	
创业基础			L	M		H		M
就业创业指导		M	L			H	L	M
教师职业道德与教育法律法规	M	H		H	L		L	M
中学生心理辅导训练	L		L	H	M	M	L	M
教育学	M	H	M	H	H	M	M	M
教育心理学	M	H	M	M	H	M		M
现代教育技术		M	H	M	L	M	M	L
体育学科教学论	H	H	L	H	L	M		L
体育教材分析与教学设计	M	H	H	H	M	M	L	L
普通话与教师口语		L		H	M	M		M
三字一画		L		H	M	L		L
基础教育课程改革专题	M	H	M		L		M	
课堂教学设计	H	H	M				L	
教师礼仪	M	H		L				M
应用文写作		M	H	H	M			L
田径			H	H		M		L
体操			H	H	L	M		L
运动解剖学			H	H		L	L	
运动生理学			H	H		L	L	
体育保健学			H	H		L	L	L
学校体育学	M	H	H	H	M	M	L	L
体育科学研究方法			H	M		M	L	
运动技能学习与控制		M	H	H		M	L	
体育心理学		M	H	H	M	M		L
体育社会学		H	H			M	L	M
体育概论		M	H	M		M	L	
健康教育学		M	H	H	L	M		L
篮球			H	H		M		M
排球			H	H		M		M

# 安康学院本科人才培养方案

武术			H	H		M		M
游泳			H	H		M		M
健美操			H	H		M		M
足球			H	H		M		M
乒乓球			H	H		M		M
羽毛球			H	H		M		M
网球			H	H		M		M
跆拳道			H	H		M		M
体育史		H	H	M		L		
定向运动			H	H		L		M
拓展运动			M	H		M	M	M
团体操创编			H		L	M		M
学前体育	M	M	M	H		M	L	
射箭射艺			M	H		L	L	
花样跳绳			M	H		L	L	
桥牌			M	H		L	L	
体育管理学		M	H	L	M	M	M	M
运动营养学			H		M	M	M	L
体育游戏			M	H	L	L	L	
运动训练学		M	H	M		L	M	
体育舞蹈			M	H		L	L	L
社区体育指导			M	H			L	L
瑜伽			M	H		L	L	
运动处方理论与应用			H	L	L	M	L	
健身健美运动			M	H			L	
体育养生			H	M	L		M	
教育实习	H	H	H	H	H	H	H	H
教育见习	H	H	M	H	M	M	H	M
体育专业试讲	H	H	H	H		M		
军事训练	H		M		M	L		L
师范生职业能力测试	L	L	M	H	H	M	H	
劳动实践	H	M		L		L		L
社会实践	M	L	M	L		H	H	H
社会体育指导实践	M		M	H		L	L	M

## 体育教育专业人才培养方案

体育教育专业学年论文	L	H	H	L		M	M	
裁判训练	L	M	H	M		L		M
裁判实践	L	M	H	M		L		M
资格证书培训		M	H	H		L		
社会体育指导见习		M	M			M	H	
体育教育专业毕业论文 (设计)	L	H	H	L	L	M	H	

备注：课程指人才培养方案中的所有课程。课程体系与毕业要求的支撑分别用“H（高支撑度）、M（中支撑度）、L（低支撑度）”表示。其中H代表直接支撑，M代表间接支撑，L代表关联支撑。

### 四、学制与学位

基本学制 4 年

毕业标准：修满课程设置与教学计划表中要求的所有课程（含集中实践教学环节），考试合格；“第二课堂成绩单”活动项目最低获得10学分；获得体育学院教学委员会认可的与专业相关的技术等级证书或职业资格证书2个。

授予学位要求：按《安康学院学士学位授予条例》执行。

### 五、主干学科和专业核心课程

#### （一）主干学科

体育学、教育学

#### （二）专业核心课程

学校体育学、体育教学论、运动技能学习与控制、体育保健学、田径、体操、篮球、武术、足球

#### （三）专业核心课程简介

序号	课程名称	学时	学分	先修课程	课程简介
1	学校体育学	32	2	体育概论 专业导论	主要内容是学校体育基本规律，学校体育工作的基本原理与方法，学校体育教学、课外体育锻炼、课外运动训练、课外运动竞赛和学校体育管理的基本理论和方法。培养学生的体育教学、组织、指导和管理能力。
2	体育教学论	32	2	学校体育学	体育教学论是学生了解体育教学各要素及其之间的关系，学习理解体育教学原则、体育教学方法、体育教学研究、课程教学的管理与组织，掌握体育教学目标，体育教学规律，体育教学的主体，包括体育教师和学生及其两者之间的关系，体育教学评价，体育教学环境的创设。达到利用教学论原理指导体育教学实践，提高学生教学能力、组织能力、指导能力和课堂管理能力。

## 安康学院本科人才培养方案

3	运动技能学习与控制	32	2	田径、体操、运动生理学	通过运动技能概述、运动技能控制和运动技能学习三部分的学习，使学生掌握运动技能学习与控制的基本理论与方法，了解动作行为学科的前沿发展与动态，培养学生运用运动技能学习与控制的理论与知识来解决教学和训练实践中的问题。
4	体育保健学	32	2	运动解剖学	主要内容是人体保健的基本规律和中国传统养生的基本理论和方法，以及人体在运动过程中的保健规律和措施。要求学生掌握常见运动创伤的预防、处理的知识和技能；培养学生科学运动的指导能力和适应能力。
5	田径	128	5		主要讲授短跑、跨栏（障碍跑）、跳高、跳远、标枪、铅球等基本知识，基本技术，基本训练方法。要求学生掌握运用田径运动全面增强体质的手段、方法，培养学生田径教学、训练能力和田径竞赛的组织、指导、管理、裁判能力。
6	体操	128	5		讲授队列队形、基本体操、技巧、单杠、双杠、支撑跳跃等基本理论知识，训练基本技术，掌握基本技能。通过对体操运动知识和技能的学习，提高学生的体育教学和训练能力，全面发展学生的身体素质。让学生掌握（中小）学校体育教师所必备的体操教学和组织小型比赛的能力。
7	篮球	48	2		主要讲授篮球运动的运动规律及其基本理论知识、技能和方法。通过学习篮球运动发展的概况、技术、战术、训练、规则、科学研究的方法以及篮球的竞赛组织和裁判方法，使学生具备中小学篮球教学和组织课外锻炼、运动队训练、竞赛裁判及场地器材管理的能力。
8	武术	64	2.5		主要讲授武术基础知识、基本动作和基本技法，培养学生成为热爱祖国、热爱体育事业，具有武术教学能力，能在中、小学学校从事武术教学，组织课外体育活动、课余体育训练和竞赛工作，并能从事社会体育指导等工作。
9	足球	48	2		主要讲授足球运动的基本知识、技术动作和战术方法，了解足球组织竞赛与裁判工作的基本方法，使学生系统的掌握足球运动的基本理论、基本技术、基本技能，具备中学足球教学能力，以及组织足球课外训练、课外竞赛、裁判等能力。

## 六、各学期教育教学活动时间安排

学 年	学 期	上课	复 习 考 试	集中性实践教学环节																工 作 能 力 分 散 实 习	机 动	合 计
				见 习 、 实 习			专 项 训 练											毕 业 论 文				
				见 习 1	见 习 2	实 习	试 讲	军 事 训 练	师 范 生 职 业 能 力 测 试	社 会 实 践	社 会 体 育 指 导 实 践	劳 动 实 践	学 年 论 文	裁 判 训 练	裁 判 实 践	资 格 证 书 培 训 1	资 格 证 书 培 训 2		社 会 体 育 指 导 见 习			
一	1	16	1				2													1	20	



## 体育教育专业人才培养方案

	2	16	1										1				1			1	20
二	3	16	1	1											1					1	20
	4	16	1							1				1						1	20
三	5	16	1		1								1							1	20
	6	14	1				2		1		1					1					20
四	7					16														4	20
	8																	12	6	1	20
合计		94	6	20				12										12	6	10	160

注：每学期教学活动总周数为 20 周；每学期集中实践环节不少于 2 周；根据实训安排可以向假期延伸。

## 七、课程结构与学分、课时要求

### （一）各类课程课时和学分统计

课程类别	课程性质	学分及比例				课时及比例			
		学分	小计	占总学 分比例	小计	学时	小计	占总学 时比例	小计
公共基础课程	必修	34	44	21.2%	27.4%	580	740	22.7%	29.0%
	选修	10		6.2%		160		6.3%	
专业大类基础课程	必修	19	19	11.8%	11.8%	336	336	13.1%	13.1%
教师教育类课程	必修	16	19	10.0%	11.8%	296	344	11.6%	13.5%
	选修	3		1.9%		48		1.9%	
专业基础课程	必修	14	48	8.7%	29.9%	320	1136	12.5%	44.4%
专业课程	必修	13.5		8.4%		368		14.4%	
	选修	20.5		12.8%		448		17.5%	
集中性实践课程	必修	30.5	30.5	19.0%	19.0%	44W			
合计		160.5		100%		2556+44W		100%	
说明	1. 教师教育课程学分 19 学分；必修 16 学分。 2. 人文社会与科学素养课程 32 学分，占总学分的 19.9%。 3. 专业必修课程（包括专业课程、专业基础课程和专业大类基础课程）46.5 分，占总学分的 29%；专业选修课程 20.5 学分，占总学分的 12.8%。 4. 课内实践（包括课内开展的实验、实训、实践）40.25 学分、集中实践环节 30.5 学分，所有实践教学学分占总学分的 44.08%。 5. 理论教学 1472 课时、92 学分，实验教学（包括课内开展的实验、实训、实践及集中性实践环节中的独立实验，不包括集中实践环节周）1084 课时、40.25 学分。 6. 所有必修课程共 1900 课时、96.5 学分，所有选修课程共 656 课时、33.5 学分。								

### （二）实践性课程学时（学分）统计

课程类别	实践学分	实践学分比例	实践课时	实践课时比例	周数
公共基础课程	12.75	7.94%	204	7.98%	/

### 安康学院本科人才培养方案

专业大类基础课程	2	1.25%	64	2.50%	/
专业基础课程	6	3.74%	192	7.51%	
专业课程	17	10.59%	736	28.79%	
教师教育类课程	2.5	1.56%	80	3.13%	/
集中性实践课程	30.5	19.00%	\	\	44W
合计	70.75	44.08%	1276	49.92%	44W

## 八、课程设置及学时分配表

课程类别	课程性质	课程代码	课程名称		学分	课 时				自主学习学时	考核类型	各学期周学时分配										
						小计	各环节课时分配					一		二		三		四				
							授课	实验	实训			实践	1	2	3	4	5	6	7	8		
公共基础课程	必修	05010001	思想道德修养与法律基础		3	48	32			16	32	考试		3								
		05010002	中国近现代史纲要		3	48	32			16	32	考试	3									
		05010003	马克思主义基本原理概论		3	48	32			16	48	考试			3							
		05010004	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论		5	80	48			32	48	考试				5						
		05010005	形势与政策		2	64	32			32	32	考查	讲座形式（1-8 学期开设）									
		15010006	军事理论		2	36	32			4	32	考查	2									
		15010007	大学生心理健康教育 1		1	16	16				16	考查	1									
		15010008	大学生心理健康教育 2		1	16	16				16	考查		1								
		06010008	大学英语 1		4	64	32		32		32	考试	4									
		06010009	大学英语 2		4	64	32		32		32	考试		4								
		02010015	大学信息技术基础		2	32	8	24			24	考试		2								
		17010801	职业发展与就业创业	体育教育专业导论		4	0.5	8	8			8	考查	0.5								
		17010001		大学生职业生涯发展规划			0.5	8	8			8			0.5							
		17010004		创新思维			0.5	8	8			8				0.5						
		17010002		创业基础			1	16	16			32					1					
		17010003		就业创业指导			1	16	16			32						1				

安康学院本科人才培养方案

课程类别	课程性质	课程代码		课程名称		学分		课 时				自主学习学时	考核类型	各学期周学时分配								
								小计	各环节课时分配					一		二		三		四		
									授课	实验	实训			实践	1	2	3	4	5	6	7	8
		17010802	业教育	创业意识培养		0.5	8	8			8						0.5					
小计					34	580	376	24	64	116	440		10.5	10.5	3.5	6	1	0.5				
选 修	限选	限选课程包括中国优秀传统文化、革命文化、社会主义先进文化，地域特色文化、生态文明教育，美育，劳动教育等四类，每类修读 1 学分，共 4 学分。																				
	小计				4	64	64															
	任选	按要求选修 6 学分。所有学生须修读创新创业类课程 2 学分；文、经、管、法、教、艺类学生须修读科技类课程 2 学分，理、工、农、医类学生须修读人文类课程 2 学分；非艺体类学生须修读艺体类课程 2 学分，艺体类学生须选择非本专业开设的不同类别课程 2 学分。修读国内外 MOOC 同类课程，考核合格取得相应证书后可置换公共任选课学分。																				
	小计				6	96	96															
	合计				44	740	536	24	64	116	440		10.5	10.5	3.5	6	1	0.5				
专业大类基础课程	必修	08020001	运动解剖学			3.5	64	48	16		64	考试	4									
		08020002	运动生理学			3.5	64	48	16		64	考试		4								
		08020003	体育保健学*			2	32	32			32	考试			2							
		08020004	体育科学研究方法			1	16	16			16	考查					1					
		08020005	体育心理学			2	32	32			32	考试			2							
		08020006	体育社会学			2	32	32			32	考试				2						
		08020007	体育概论			2	32	32			32	考试		2								
		08020008	健康教育学			1.5	32	16			16	32	考查						2			
		04020026	应用文写作			1.5	32	16		16		32	考试	2								

体育教育专业人才培养方案

课程类别	课程性质	课程代码	课程名称	学分	课 时				自主学习学时	考核类型	各学期周学时分配								
					小计	各环节课时分配					一		二		三		四		
						授课	实验	实训			实践	1	2	3	4	5	6	7	8
	合计			19	336	272	32	16	16	336		6	6	4	2	1	2		
专业基础课程	必修	08030001	田径 1*	2.5	64	16			48	64	考试	4							
		08030002	田径 2*	2.5	64	16			48	64	考试		4						
		08030003	体操 1*	2.5	64	16			48	64	考试	4							
		08030004	体操 2*	2.5	64	16			48	64	考试		4						
		08030005	学校体育学*	2	32	32				32	考试					2			
		08030006	运动技能学习与控制*	2	32	32				32	考试			2					
	合计			14	320	128			192	320		8	8	2		2			
专业课程	必修	08040001	篮球 1*	2	48	16			32	48	考试			3					
		08040002	排球 1	1	32				32	32	考试				2				
		08040003	武术 1*	2.5	64	16			48	64	考试			4					
		08040004	游泳 1	1	32				32	32	考试		2						
		08040005	健美操 1	1	32				32	32	考试				2				
		08040006	足球 1*	2	48	16			32	48	考试				3				
		08040007	乒乓球 1	1	32				32	32	考试			2					
		08040008	羽毛球 1	2	48	16			32	48	考试			3					
		08040009	网球 1	1	32				32	32	考试				2				
		小计			13.5	368	64			304	368			2	12	9			
		08050001	田径 3	3.5	96	16			80	96	考试					6			
08050002		体操 3	3.5	96	16			80	96	考试					6				
08050003		篮球 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				
08050004		排球 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				

安康学院本科人才培养方案

课程类别	课程性质	课程代码	课程名称	学分	课 时				自主学习学时	考核类型	各学期周学时分配								
					小计	各环节课时分配					一		二		三		四		
						授课	实验	实训			实践	1	2	3	4	5	6	7	8
选修	08050005	足球 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				
	08050006	武术 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				
	08050007	乒乓球 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				
	08050008	羽毛球 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				
	08050009	健美操 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				
	08050010	跆拳道 1	3.5	96	16			80	96	考试					6				
	08050011	网球 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				
	08050012	游泳 2	3.5	96	16			80	96	考试					6				
	每生选修其中两项																		
	08050013	田径 4	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050014	体操 4	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050015	篮球 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050016	排球 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050017	足球 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050018	武术 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050019	乒乓球 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050020	羽毛球 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050021	健美操 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050022	跆拳道 2	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050023	网球 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	08050024	游泳 3	3.5	96	16			80	96	考试						6			
	每生选修第五学期所选两个项目中的一项																		

体育教育专业人才培养方案

课程类别	课程性质	课程代码	课程名称	学分	课 时					自主学习学时	考核类型	各学期周学时分配							
					小计	各环节课时分配						一		二		三		四	
						授课	实验	实训	实践			1	2	3	4	5	6	7	8
		08050025	体育史	1	16	16				16	考查				1				
		08050026	定向运动	1	16	16				16	考查				1				
		08050027	拓展运动	1	16	16				16	考查				1				
		08050028	团体操创编	1	16	16				16	考查					1			
		08050029	学前体育	1	16	16				16	考查					1			
		08050030	射箭射艺	1	16	16				16	考查					1			
		每生每个学期课程三选二																	
		08050031	体育管理学	1	16	16				16	考查					1			
		08050032	运动营养学	1	16	16				16	考查					1			
		08050033	体育游戏	1	16	16				16	考查					1			
		08050034	花样跳绳	1	16	16				16	考查					1			
		08050035	运动训练学	1	16	16				16	考查						1		
		08050036	体育舞蹈	1	16	16				16	考查						1		
		08050037	社区体育指导	1	16	16				16	考查						1		
		08050038	桥牌	1	16	16				16	考查						1		
		08050039	瑜伽	1	16	16				16	考查							1	
		08050040	运动处方理论与应用	1	16	16				16	考查							1	
		08050041	健身健美运动	1	16	16				16	考查							1	
		08050042	体育养生	1	16	16				16	考查							1	
		每生每个学期课程四选二																	
		小计				20.5	448	208			240	448					4	16	8

安康学院本科人才培养方案

课程类别	课程性质		课程代码	课程名称	学分	课 时				自主学习学时	考核类型	各学期周学时分配								
						小计	各环节课时分配					一		二		三		四		
							授课	实验	实训			实践	1	2	3	4	5	6	7	8
	合计				34	816	272			544	816		14	16	18	15	19	10		
教师教育类课程	必修	05060001	教师职业道德与教育法律法规		2	32	32				32							2		
		11060005	中学生心理辅导训练		0.5	16			16		16					1				
		11060003	教育学		3	48	48				48				3					
		11060004	教育心理学		3	48	48				48					3				
		08060010	体育学科教学论		2	32	32				32							2		
		08060019	体育教材分析与教学设计		1	24	8		16		24							1		
		02060023	现代教育技术		2	48	16	32			48					3				
		04060024	普通话与教师口语		1	16	16				16		1							
		07060025	三字一画		1.5	32	16	16			48			2						
		小计			16	296	216	48	32		312		1	2	3	7	0	5		
	选修 (3学分)	08070002	基础教育课程改革专题		1	16	16				16	考查					1			
		08070005	课堂教学设计		1	16	16				16	考查				1				
		08070011	教师礼仪		1	16	16				16	考查			1					
		小计			3	48	48				48				1	1	1			
	合计				19	344	264	48	32		360		1	2	4	8	1	5		
集中性实践课程	见习必修	18080002	教育实习		8.5	16W			16W									√		
		08080001	体育教育见习 1		1	1W			1W		考查			√						
		08080002	体育教育见习 2		1	1W			1W		考查					√				
	专必	15080001	军事训练		2	2W			2W			√								



体育教育专业人才培养方案

课程类别	课程性质	课程代码	课程名称	学分	课 时					自主学习学时	考核类型	各学期周学时分配							
					小计	各环节课时分配						一		二		三		四	
						授课	实验	实训	实践			1	2	3	4	5	6	7	8
	项 训 练	20080001	师范生职业能力测试	1	1W			1W								√			
		18080001	劳动实践	1	1W			1W				(3-6 学期开设)							
		08080003	体育专业试讲	1.5	2W			2W			考查					√			
		08080004	社会实践	1	1W			1W			考查				√				
		08080005	社会体育指导实践	1	1W			1W			考查					√			
		08080006	体育教育专业学年论文	1	1W			1W			考查					√			
		08080007	裁判训练	1	1W			1W			考查		√						
		08080008	裁判实践	1	1W			1W			考查				√				
		08080009	资格证书培训 1	1	1W			1W			考查				√				
		08080010	资格证书培训 2	1	1W			1W			考查						√		
		08080011	社会体育指导见习	1	1W			1W			考查		√						
	毕 业 论 文	必修	08080012	体育教育专业毕业论文(设计)	6.5	12W			12W			考查						√	
	小计			30.5				28W	16W										
总计				160.5	2556	1472	104	112+28W	868+16W	2272		25.5	28.5	25.5	29	24	15.5		
注：带*号为核心课程，共 22.5 学分。																			

## 九、辅修专业教学计划

课程类别	课程性质	课程代码	课程名称	学分	课时				自主学习学时	考核类型	各学期周学时分配								
					小计	各环节学时分配					一		二		三		四		
						授课	实验	实训			实践	1	2	3	4	5	6	7	8
辅修课程	必修	08020001	运动解剖学	3.5	64	48	16			64	考试	4							
		08020002	运动生理学	3.5	64	48	16			64	考试		4						
		08020003	体育保健学*	2	32	32				32	考试			2					
		08020005	体育心理学	2	32	32				32	考试			2					
		08020007	体育概论	2	32	32				32	考试		2						
		08020008	健康教育学	1.5	16	16			16	32	考查						2		
		08030001	田径 1*	2.5	64	16			48	64	考试	4							
		08030003	体操 1*	2.5	64	16			48	64	考试	4							
		08030005	学校体育学*	2	32	32				32	考试					2			
		08060010	体育学科教学论*	2	32	32				32							2		
		08040001	篮球 1*	2	48	16			32	48	考试			3					
		08040002	排球 1	1	32				32	32	考试				2				
		08040003	武术 1*	2.5	64	16			48	64	考试			4					
		08040006	足球 1*	2	48	16			32	48	考试				3				
		小计			31	624	352	32	0	256	640		12	6	11	5	2	4	
	选修	08040004	游泳 1	1	32				32	32	考试		2						
		08040005	健美操 1	1	32				32	32	考试				2				
		08040009	网球 1	1	32				32	32	考试				2				
		08040007	乒乓球 1	1	32				32	32	考试			2					
		08040008	羽毛球 1	2	48	16			32	48	考试			3					
		小计			6	176	16			160	176			2	5	4			
合计				37	800	368	32		416	816		12	8	16	9	2	4		

注：1. 辅修专业课程号与表八中课程号一致；2. 辅修专业课程学分不超过本专业中专业课程学分的 50%。

## 十、课外活动项目安排简表

学年	学期	活动名称	活动内容	组织实施
第一学年	1	入学教育系列活动	1. 校院基本概况；2. 如何适应大学生活；3. 专业及课程介绍；4. 重要管理文件宣讲；5. 安全法制及校纪校规等。	学工
		读书之星活动（一）	诗歌、人物传记、文学书籍阅读；朗诵大赛。	学工
		安全教育、健康教育讲座	大学生安全防护，艾滋病、结核病等重点传染病日常防控等内容	保卫处 后勤保障处
	2	田径裁判实践	1. 组织学习最新《田径竞赛规则》、《田径竞赛裁判法》；2. 担任学校春季体育运动会裁判等工作。	学工 体育系
		安康市龙舟节训练表演	参加中国安康龙舟节开幕式节目训练、表演	学工
		读书之星活动（二）	专业书籍、哲学书籍阅读；演讲赛。	学工
		公益劳动	参加学校组织的公益劳动	学工
第二学年	3	体育专业技能大赛	参加每年一度的体育专业技能、体能大赛	学工 体育系
		辩论赛	每年一届一体育相关内容为主题的辩论赛	学工
	4	院际篮球赛裁判实践	1. 比赛场地、器材、设备的设置，使用方法。2. 组织比赛工作，进行临场、记录裁判实践。	学工 体育系
		文化艺术节	1. 校园主持人大赛；2. 校园歌手大赛；3. 体育学院庆元旦晚会。	团委
		暑期社会实践	组织指导全体学生利用暑假时间到城市、农村各行各业实习实践，体验生活。	学工 体育系
第三学年	5	三人制篮球赛	1. 以宿舍为单位组织院内学生三人制篮球赛；2. 参加比赛；3. 担任裁判。	学工
		健美操教练员实践	担任各二级学院健康活力大赛队员的选拔、训练、比赛工作。	学工 体育系
	6	教工篮球赛裁判实践	1. 比赛场地及其器材的准备。2. 竞赛组织、成绩的计算。	学工 体育系
		学长课堂	邀请优秀学长和自强之星代表演讲分享自己的经历，激励同学们自律、自强。	学工
		简历大赛	通过学习和练习撰写简历，展现自我风采，塑造精彩未来。适应求职氛围。	团委
第四学年	7	教案评比活动	人人参与教案编写，提高学生备课能力	学工 体育系

## 安康学院本科人才培养方案

学年	学期	活动名称	活动内容	组织实施
		应届毕业生创业培训	1、创业环境分析；2、组建高效创业团队；3、激发创新思维；5、企业开办准备；6 模拟经营管理等。	学工
		地方与行业问题专题讲座	在热点行业聘请在本地区最具有代表性的事业企业行业领军单位的负责人、业务骨干来校讲座。	学工
		创新创业经验分享	邀请已经毕业且在创新创业方面做出成绩的学长来校给在校学生分享成功经验。	学工
	8	毕业教育	1. 毕业季篮球赛；2. 毕业生座谈会；3. 诚信教育；4. 毕业典礼。	学工

注：1. 以上活动所有学生都必须参加，通过活动所获得证书可以按《安康学院“第二课堂成绩单”计分标准及学分计量办法（试行）》申报课外学分。2. 安全教育和健康教育第 2、3、4 学年可分别通过慕课、活动等形式学习，每学年不少于 4 学时。3. 参加学术报告和地方与行业问题专题讲座各至少 3 次，可以认定为“第二课堂成绩单”项目中符合专业人才培养特色项目 1 学分。

### 十一、“第二课堂成绩单”项目积分标准

积分模块	项目	积分标准	备注
思想成长	1. 主题性思想教育类活动（含主题团日、主题班会、升国旗、团支部活动等）、演讲比赛、知识竞赛等	每参加一次可积一分；参加相关赛事，获校级一等奖、二等奖、三等奖、优秀奖分别积 4 分、3 分、2 分、1 分；获省级、国家级奖项，在校级相应等级基础上分别增加 3 分、5 分。	
	2. 思想政治、形式政策、建功立业主题报告会、人文素质讲座等	每参加一次积 1 分。	
	3. 青马工程、团课培训、党课培训，大学生骨干培训经历等	校级青马工程、团课培训、党课培训合格积 3 分，被评为优秀加 2 分；省级、国家级大学生骨干培训合格积 6 分、10 分，被评为优秀加 5 分。	
	4. 优秀共产党员、优秀团员、三好学生、大学生自强之星、感动校园人物等荣誉	校级、省级、国家级分别积 5 分、10 分、15 分。	
	5. 见义勇为、拾金不昧等行为	每次积 3 分，受到学校、市、省级表彰分别积 10、20、30 分。	
社会实践 (该模块，实践成果需通过合格鉴定；参加多次实践，时间不得重叠)	6. 暑期社会实践及相关荣誉等	参加校级立项项目积 8 分/次，自行社会实践人员积 5 分/次。校、省级、国家级社会实践相关集体（个人）荣誉分别加 5 分、7 分、10 分。	
	7. 港澳台及国际交流	每次积 10 分。	
	8. 学校日常社会实践活动（走进企业等）	每参加一次积 1 分。	
	9. 勤工俭学	校内勤工俭学每学期积 5 分。	原则上认定校内勤工俭学实践活动，校外勤工俭学由各专业按实际情况设计积分。
	10. 机关（事业单位）挂职、实习	每次积 1 分。	挂职实习时间要求 2 周以上，以挂职实习鉴定为准。

### 安康学院本科人才培养方案

志愿公益	11. 参加公益劳动	参加校、院两级组织的公益劳动，每参加 1 次校内公益劳动积 1 分，校外公益劳动市级、省级、国家级分别积 5 分、10 分、15 分。	第一课堂中安排的劳动课程不积分。
	12. 参加志愿服务活动	参加校、院两级组织的志愿服务活动，每参加 1 次校内志愿服务积 1 分，校外志愿服务市级、省级、国家级分别积 5 分、10 分、15 分。	
	13. 西部计划志愿者	西部计划报名每人积 2 分，录取并上岗每人积 15 分。	
	14. 志愿者注册、星级志愿者	注册志愿者积 2 分；校级、省级、国家级优秀志愿者分别积 5 分、10 分、15 分。	
	15. 义务献血、干细胞捐赠等人道主义行为	义务献血每次积 10 分，干细胞捐赠等每次积 20 分。	
创新创业	16. 项目库内的校级竞赛项目	参加者积 1 分；国家级一等奖、二等奖、三等奖、优秀奖分别积 30 分、25 分、20 分、15 分；省级一等奖、二等奖、三等奖分别积 15 分、12 分、10 分；校级一等奖、二等奖、三等奖分别积 8 分、5 分、3 分。	
	17. 其他竞赛项目	参加者积 1 分；国家级一等奖、二等奖、三等奖、优秀奖分别积 25 分、20 分、15 分、10 分；省级一等奖、二等奖、三等奖分别积 15 分、10 分、5 分；校级一等奖、二等奖、三等奖分别积 10 分、5 分、2 分。	
	18. 大学生创新创业训练计划立项	国家级、省级、校立项分别积 15 分、10 分、5 分；自主创业并完成公司注册经认定积 10 分。	
	19. 专利发明	发明专利、实用新型、外观设计专利每项积 30 分、20 分、10 分。	
	20. 论文发表	公开发表论文，核心期刊积 30 分，一般期刊积 10 分。	
	21. 创新创业讲座、相关活动	参加创新创业讲座、相关活动每次积 1 分。	
	22. 创业项目入驻孵化园	校内积 10 分、校外积 20 分。	
文体活动	23. 安全教育、健康教育、文化类讲座、报告会	参加相关活动可积 1 分。	
	24. 加入校级文化艺术类团体	每年每人积 2 分。	
	25. 校园艺术文化活动及荣誉	参加校园文化活动可积 1 分；院级校园文化活动一等奖、二等奖、三等奖分别积 5 分、3 分、2 分；校、省级、国家级奖在院级相应等级积分上加 5 分、10 分、15 分。	
	26. “三走”系列活动、运动会、日常校园体育活动和相关荣誉	参加体育活动可积 1 分；院级体育活动一等奖、二等奖、三等奖分别可积 5 分、3 分、2 分；校、省级、国家级奖在院级相应等级积分上加 5 分、10 分、15 分。	

### 体育教育专业人才培养方案

经典阅读	27. 阅读通识类经典书籍	按照经典书籍名录进行阅读，根据阅读笔记或读后感确定完成情况，每完成一部积 1 分。	
	28. 阅读专业类经典书籍	由各学院出具专业经典书籍名录，根据完成情况进行积分，每完成一部的积分不超过 1 分。	
	29. 阅读类竞赛及其他活动	参加相关活动积 1 分，获得院级一等奖、二等奖、三等奖分别积 5 分、3 分、2 分；校、省级、国家级奖在院级相应等级积分上加 5 分、10 分、15 分。	
技能特长	30. 职业资格、技能培训	职业资格证书高级、中级、初级和技能培训国家级、省级、地市级分别可积 15 分、10 分、5 分。	需国家认可、人力资源和社会保障部门颁发的证书。
	31. 非本专业获得各类资格证书	非计算机专业学生计算机类证书四级、三级、二级、一级分别加 10 分、8 分、5 分、3 分；非外语类专业学生获外语类证书六级、四级分别加 10、8 分。	
其他	32. 参与校外体育竞赛组织与裁判	5 分	
	33. 在校内外担任体育项目教练	5 分	
	34. 参与体育场馆经营管理实践活动、参加校运动队训练、汽车协会场地越野赛	每参加一次积 1 分	

备注：学生至少修满 10 个“第二课堂成绩单”学分方可具备毕业条件。其中“思想成长”、“志愿公益”、“创新创业”每模块至少达到 2 个学分，其他各模块分别至少达到 1 个学分。

专业负责人: 吕弘利

教学副院长: 郭西魁

院长: 吕弘利

教务处处长: 王天德

学校教学委员会主任: 王天德