运动训练学分制培养方案

一、培养目标

体育经济与管理学院新设立的运动训练专业，旨在德、智、体、美、劳全方位培养适应现代体育发展需求的高素质专业人才。本专业深入贯彻中国共产党的教育方针，注重学生全面发展，特别强调运动技能、科学训练理论与实践、体育赛事管理等方面的教学和研究。本专业将通过丰富的课程设置和实践教学，确保学生能够在体育组织、体育产业公司、政府体育管理部门及相关领域，从事高水平的管理、研究、教育与培训、咨询等工作，为社会培养出全面而优秀的体育人才。毕业生将具备以下目标：

目标1：价值观与社会责任：坚定热爱社会主义祖国，拥护中国共产党领导，树立正确的理想、信念、人生观和价值观。培养求实创新的精神和高尚的道德品质，遵纪守法，富有强烈的社会责任感。深刻理解体育在提升国民健康、促进社会和谐及文化传承中的重要角色，积极为体育产业和体育事业的发展贡献力量。

目标2：运动技术与专业能力：本专业的首要目标是显著提高学生的运动技术水平，使学生掌握科学的训练方法和高水平的竞技技能。在此基础上，系统、坚实地掌握体育科学、运动训练、体育管理和体育经济的基础知识与基本理论。学生将熟悉体育产业的发展规律，具备设计和实施训练计划、组织和管理体育赛事、分析和解决体育训练及赛事管理问题的能力，以适应体育产业发展的需求。

目标3：科学研究与创新能力：热爱科学研究，掌握体育科学，了解管理学、经济学的研究方法，能够独立进行科学研究和创新。培育具有高效获取中外文献信息的能力，了解统计软件和数据处理方法，具备独立发现问题、提出问题、分析问题和解决问题的能力。

目标4：国际视野与信息技术应用：具有宽广的国际视野和全球意识，了解国际体育发展动态和趋势。适应体育产业信息化和数字化的发展，熟练掌握信息技术在体育经济与管理领域的应用，能够利用现代信息技术进行体育经济分析和体育赛事管理。

目标5：个人品质和心理健康：具备健康的心理状态和强健的体魄，发展良好的审美素养和艺术情趣，形成完善的人格和优秀的品质。强化创新思维与能力，勇于实践，具有自我学习和自我发展的意识，能够适应社会的持续变化，并具备终身学习的能力。

二、基本要求

1. 知识要求

1.1运动训练专业基础知识：涵盖体育概论、运动解剖学、运动生理学等领域的基础理论和知识，为学生提供对人体运动机能和运动训练科学的初步理解。

1.2运动训练专业核心知识：包括运动心理学、体育社会学、体育科学研究方法、学校体育学等，让学生深入了解运动训练过程中的心理、社会学因素及其科学研究方法。

1.3赛事活动与运动训练管理知识：重点学习赛事活动运营与管理、运动训练学、体育竞赛学，培养学生在体育赛事组织、运动员训练计划设计及执行方面的专业能力。

1.4专项运动技能与实践操作：通过一系列运动专项理论与实践课程，深入学习至少一项体育运动项

目的技术与战术，强调提升专项运动技能，增强学生的实践操作能力和竞技水平。

1.5通识教育与国际视野：除专业知识外，学生还需具备数学、计算机、外国语等通识教育知识，培养广泛的跨学科视野。同时，加强国际体育赛事和训练理念的学习，为学生提供国际化的视角和思维方式，以适应全球体育发展的趋势。

2. 能力要求

2.1运动技能提升与技术精炼能力：能够通过科学训练方法显著提高个人的运动技能和竞技水平，精炼专项运动技术，确保在高水平竞赛中展现出出色的技能和策略，初步具备教练员、裁判员的基本能力。

2.2体育科学研究与应用能力：掌握运动解剖学、运动生理学、运动心理学等体育科学的基础知识，能够将科学研究成果应用于运动训练实践中，提升训练效率和运动员健康。

2.3赛事组织与运动训练管理能力：熟悉体育赛事的组织流程和运动训练的管理策略，具备规划和实施大型体育赛事、管理运动队伍和制定训练计划的能力。

2.4跨学科协作与创新解决问题能力：能够跨越学科界限，整合管理学、经济学、社会学等领域的知识，创新性地解决运动训练和体育赛事管理中的复杂问题。

2.5国际交流与合作能力：具有开放的国际视野，能够理解不同文化背景下的体育理念和训练方法，通过英语或其他外语进行有效的国际交流与合作。

2.6终身学习与自我提升能力：培养终身学习的意识和能力，不断追求专业成长和个人发展，适应体育领域快速发展和技术进步的需要，具备不断更新知识和技能的能力。

3. 素质要求

3.1政治素养：热爱祖国，热爱人民，拥护中国共产党的领导，树立科学的世界观、人生观和价值观。具备健康向上的审美情趣和乐观积极的生活态度，为体育事业的发展和国家的体育强国梦贡献力量。

3.2公民素养：遵纪守法，乐于奉献，自觉遵守社会行为规范，积极践行社会主义核心价值观。具有良好的科学素养、公民和社会责任意识，理解体育在促进社会和谐与健康生活方式中的作用。

3.3身心素养：身心健康，精力充沛，具有适应高强度运动训练和比赛的身体素质和心理素质。注重身体锻炼和心理健康，能够有效管理压力和挑战，具备优秀的自我调节和恢复能力。

3.4职业素养：热爱运动训练事业，具有创新精神、公平竞争意识和团队合作精神。遵守职业道德，具备良好的专业态度和精神风貌，持续追求专业技能提升和个人成长，能够在竞技体育和体育教育等领域展现专业素质。

3.5国际视野：具有广阔的国际视野和全球意识，了解国际运动训练的发展趋势和先进理念。积极参与国际交流与合作，能够在多文化环境中有效沟通和协作，推广体育文化交流，为国际体育事业的发展作出贡献。

三、主要课程

核心课程：运动训练学、体育竞赛学、运动技能学习与控制、运动专项理论与实践、体育经济与管理论文写作、体能训练理论与方法课。

四、学制、学位及毕业条件

学制：基本学习年限 4 年，最长不超过 6 年。

学位：教育学学士学位。

毕业条件：学生在规定的学习年限内，完成培养方案要求的最低总学分 140 学分。具体要求如下：

类别	课程模块	学分要求
通识教育课程	通识教育选修课	6
	新生导论课	1
公共通修课程	思想政治与军事理论课	21
	外语类	10
	计算机类	4
专业教育课程	学科基础课	24
	专业核心课	32
	运动技能课	26
	专业进阶课	2
实践环节		14
总计		140

学生除了可以通过修读指导性教学计划中所列出的具体课程获得专业进阶课学分之外，还可以通过选修全校选修课获得专业拓展课学分，直至修够要求的 11 学分。修读方式及要求参见《总则》相应说明。

五、主要实验和实践性教学要求

主要实验和实践性教学要求

（一）主要实验及教学要求

1. 主要实验：运动训练专业应在运动解剖学、运动生理学、运动心理学、体育社会学等课程中开设实验课程。这些建立在强调对人体结构、生理反应、心理状态及其在社会环境中的作用等领域的实践理解和研究能力。

2. 实验要求：（1）实验教学应符合专业培养目标，依据教学大纲和专业需求制定详细的实验方案，设计实验方法，编写实验指导书和实验报告模板，确保学生能够通过实践活动深入理解理论知识。（2）实验教学分为独立实验和与课程配套的实验。独立实验应提供给学生进行深入研究的机会，而配套实验则与具体课程同步，帮助学生巩固和应用课堂学到的知识。（3）实验课前，应充分准备必要的实验器材和材料，确保安全规范操作。课中，注重培养学生的实验规程操作、实验设计、观察记录和团队合作能力；课后，重视对实验数据的分析处理、实验报告的撰写和科研素养的培养。

（二）主要实习及教学要求

1. 主要实习：运动训练专业的实习活动包括专业实习、毕业论文（设计）及参与学术与技能竞赛等。

这些活动旨在帮助学生将所学理论知识与运动训练实践紧密结合，进一步提升其运动技能、科学研究能力及综合素质。

2. 实习要求：（1）专业实习：实习时间安排为2个月，学生将在校外运动训练基地或专业体育队进行实地实习，由外部的专业教练和校内指导教师共同指导。实习期间，学生需根据预定的实习计划进行训练和学习，记录实习过程，撰写实习报告，以体现实习成果和个人成长。（2）毕业设计（论文）：毕业设计（论文）的准备和完成时间不少于8周，要求学生在指导教师的严格指导下，选取与运动训练相关的课题进行深入研究，撰写符合学术规范的毕业设计（论文）。毕业设计（论文）需通过答辩，不达标者将不能获得毕业资格。（3）参与竞赛与研究项目：鼓励学生积极参与各级别的运动技能竞赛、学术研究竞赛和创新研究项目，以提高学生的竞技水平、科研能力和创新思维。通过竞赛和项目，学生能够将所学知识和技能应用于实际问题解决中，增强实践经验和团队合作能力。

六、课程设置与指导性教学计划

运动训练专业指导性教学计划

课程结构	应修学分	课程代码	中文课程名称	英文课程名称	学分	总学时	课时分配			开课学期	修读要求	开课部门	备注	
							讲课	实验	实践					
通识教育课程	通识教育选修课	6	GE001	“语言、文学与艺术”模块	Language, Literature, and Arts								其中至少选修2学分美育类课程	
			GE002	“历史、政治与社会”模块	History, Politics, and Society									
			GE003	“生命、心理与哲学”模块	Life, Psychology, and Philosophy									
			GE004	“自然、科技与环境”模块	Nature, Science, and Environment									
			GE005	“创新、创意与创业”模块	Innovation, Creativity, and Entrepreneurship									
	新生导论课	1	1410216	运动训练导论	Introduction to Sports Training	1	16	16			1	必修	体经	
公共通修课程	思想政治与军事理论课	21	3430020	思想道德与法治	Ideology, Morality and Law	3	48	40		8	1	必修	马院	
			3430029	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	Introduction to Xi Jinping Thought on Socialism with Chinese Characteristics for a New Era	3	48	40		8	1			
			3430014	中国近现代史纲要	The Outline of Chinese Modern History	3	48	40		8	2			
			3430021	马克思主义基本原理	The Basic Principles of Marxism	3	48	40		8	3			
			3430030	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	Mao ZeDong Thought and Introduction on the Theoretical System of Socialism with Chinese Characteristics	3	48	40		8	4			
			3430018	形势与政策	Situation and Policy	2	64	64			1-8			
			2010003	军事理论	Military Theory	2	36	32		4	1			国防
			1610018	大学生心理健康	Mental Health for College Students	2	32	16		16	1-2		学生处	
			3130042	国家安全教育	National Security Education	1	16	16			1		选修	政管
			1230007	中华民族共同体概论	Introduction to the Chinese National Community	2	32	32			2			社心
	外语类	10		基础课程组	Comprehensive Courses	10					1-5	必修	外语	
				发展课程组	General & Specific Purposes Course									
				提高课程组	Advanced Courses									
	计算机类	4	0610220	计算机应用基础	Fundamentals of Computer Application	2	32	16	16		1	必修	信息	
0630224			走进人工智能	Introduction to Artificial Intelligence	2	32	24	8		1				

运动训练专业指导性教学计划

课程结构	应修学分	课程代码	中文课程名称	英文课程名称	学分	总学时	课时分配			开课学期	修读要求	开课部门	备注	
							讲课	实验	实践					
专业教育课程	学科基础课	24	1410077	体育概论	Introduction to Physical Education	3	48	48			1	必修	体经	
			1410215	运动解剖学	Sports Anatomy	3	48	40	8		1			
			1410220	运动生理学	Exercise Physiology	3	48	40	8		2			
			1410221	运动心理学	Sports Psychology	3	48	40	8		2			
			1410032	体育社会学	Sports Sociology	3	48	48			3			
			1410249	学校体育学	School Physical Education	3	48	48			4			
			1410250	体育科学研究方法	Research Methods in Sports Science	3	48	48			5			
			1410248	健康教育学	School Physical Education	3	48	48			6			
	专业核心课	32	1410217	运动专项理论与实践（1）	Specialized Theory and Practice in Sports (1)	6	96	6		90	1	必修	体经	
			1410222	运动专项理论与实践（2）	Specialized Theory and Practice in Sports (2)	6	96	6		90	2			
			1410223	运动专项理论与实践（3）	Specialized Theory and Practice in Sports (3)	4	64	6		58	3			
			1410231	体育竞赛学	Theory of Sports Competition	3	48	48			3			
			1410232	运动技能学习与控制	Motor Skills Learning and Control	2	32	32			3			
			1410251	体育经济与管理论文写作	Academic Writing of Sports Economics and Management	2	32	32			3			
			1410224	运动专项理论与实践（4）	Specialized Theory and Practice in Sports (4)	4	64	6		58	4			
			1410230	运动训练学	Theory of Sports Training	3	48	48			4			
	1410235	体能训练理论与方法	Theory and Methods of Physical Training	2	32	32			4					
	运动技能课	26	1410234	篮球	Basketball	2	32	4		28	3/4	选修	体经	运动项目类至少选修4项、8学分
			1410236	乒乓球	Table Tennis	2	32	4		28	3/4			
			1410238	田径	Athletics	2	32	4		28	3/4			
			1410240	武术	Martial Arts	2	32	4		28	3/4			
1410242			网球	Tennis	2	32	4		28	3/4				
1410244			足球	Football	2	32	4		28	3/4				
1410246			跆拳道	Taekwondo	2	32	4		28	3/4				
1410225			运动副项理论与实践	Theory and Practice of other Sports	4	64	6		58	3/4				

运动训练专业指导性教学计划

课程结构	应修学分	课程代码	中文课程名称	英文课程名称	学分	总学时	课时分配			开课学期	修读要求	开课部门	备注	
							讲课	实验	实践					
专业教育课程	运动技能课	1410226	专项体能训练	Specialized Physical Training	4	64	6		58	3/4	选修	体经	运动项目类至少选修4项、8学分	
		1410237	专项技战术分析理论与方法	Theory and Methods of Sports Event Technical and Tactical Analysis	4	64	6		58	5				
		1410241	运动专项裁判理论与实践	Theory and Practice of Sports Specific Referee	6	96	6		90	6				
	专业进阶课	2	1410044	体育管理学	Sports Management (Bilingual)	3	48	48			3	选修	体经	
			1410164	体育统计	Sports Statistics	2	32	20	12		3			
			1410167	体育营销	Sports Marketing (Bilingual)	3	48	48			4			
			1410227	运动损伤与康复	Sports Injuries and Rehabilitation	2	32	32			4			
			1410233	体育经济学概论	Introduction to Sports Economics	3	48	48			4			
			1410243	运动训练生物学监控	Sports Biomechanics	2	32	32			4			
			1410229	体育测量与评价	Measurement and Evaluation in Sports	2	32	26	6		5			
			1410050	体育与传媒	Sports and Media	2	32	32			5			
			1410201	体育设施规划与管理	Facility Design and Management	3	48	48			5			
			1410219	体育教材教法	Teaching Methods of Physical Educatin	2	32	32			5			
			1410042	体育政策与法规	Sports Policies and Regulations	2	32	32			6			
			1410083	体育赛事管理	Sports Events Management	2	32	32			6			
			1410145	体育赞助	Sports Sponsorship	2	32	32			6			
			1410207	体育产业创新创业	Innovation and Entrepreneurship in Sports Industry	2	32	32			6			
			1410228	体育英语基础	Sports English for basic	2	32	32			6			
实践环节	14		全校选修											
		1610017	军事技能	Military Skills	2	112			112	1	必修	学生处		
		1610021	职业探索与选择	Career Exploration & Decision-Making	0	32	32			1		保卫处		
		9900021	大学生安全教育	Safety Education For College Students	0.5	32	32			1		校医院		
		1710003	健康教育	Health Education	0.5	8	8			1,3				
2100612	劳动实践	Laboring Practice	2	40			40	5						

运动训练专业指导性教学计划

课程结构	应修学分	课程代码	中文课程名称	英文课程名称	学分	总学时	课时分配			开课学期	修读要求	开课部门	备注
							讲课	实验	实践				
实践环节	14	1410245	专业见习	Professional Internship	1	16			16	7	必修	体经	
		9900032	创新创业实践	Practice of Innovation and Entrepreneurship	2	80			80	8			
		9900031	毕业实习	Internship	2	80			80	8			
		9900013	毕业论文/设计	Graduation Thesis	4	64			64	8			