

# 体育教育（师范类）专业本科培养方案

## 一、专业代码及专业名称

专业代码：040201

专业名称：体育教育（Physical Education）

## 二、培养目标

本专业培养德、智、体、美全面发展的社会主义合格建设者和可靠接班人，为新疆、兵团提供持续有力的人才支持。具有较好的科学、文化素养和高度的社会责任感，具备现代教育、健康理念，系统掌握体育教育的基础理论和基本方法，具备一定的运动技能和较强的体育教育教学能力，具有创新精神和实践能力，能够在中小学校从事体育教学、课余训练、竞赛组织和健康教育的应用型人才。

## 三、毕业要求

本专业学生主要学习体育教育的基本理论、知识和技能，掌握学校体育教育工作规律，具有较强的实践能力，能够在中小学校从事体育教学、课外体育活动指导、课余训练和竞赛组织工作。

毕业生应获得以下几个方面的知识、能力和素质要求：

### 1. 知识要求

- （1）掌握教育学、心理学基础知识；具有一定的自然科学和社会科学的基本知识。
- （2）系统掌握体育学基础知识，体育教育理论与方法，理解运动技能的有关原理。
- （3）具有健康生活方式的有关知识；掌握社会体育指导、服务等方面的基本知识。

### 2. 能力要求

- （4）具有自主学习、自我发展的能力；熟悉一门外语，初步具备外语阅读与交流能力；掌握计算机应用基本技能、信息检索与获取能力。
  - （5）掌握体育学的基本理论、技能和方法；具备较强的专项运动技能，能够运用体育学的理论与技能解决本专业实际问题。
  - （6）善于思考，具有创新意识，具备初步的体育科学研究的能力。具有创业意识，初步具备创业认知能力，具有团队协作意识和沟通合作能力。
  - （7）具有公共服务意识，具备从事与体育有关的社会服务工作能力。
- ### 3. 素质要求
- （8）拥护中国共产党的领导，树立和践行社会主义核心价值观；培养“热爱祖国、无私奉献、艰苦创业、开拓进取”兵团精神；具备拼搏、进取、勇于参与的体育精神。具有科学素养、积极的人生态度、良好的心理品质和职业道德。
  - （9）了解国家有关学校体育工作的方针、政策、法规，具有体育教育职业素养和从业资格。

## 四、毕业学分要求

该专业毕业生至少修满 178.5 学分，其中必修 147 学分，选修 31.5 学分。

## 五、学制与学位

标准学制：四年

授予学位：教育学学士

## 六、专业核心知识领域或课程

体育概论、运动解剖学、运动生理学、体育心理学、体育保健学、学校体育学、体育课程与教

学论、运动技能学习与控制、球类、体操、田径、武术。

## 七、体育教育专业课程设置及教学计划表

### （一）通识教育（51.5 学分）

修读要求：通识基础必修需修满 39.5 学分（其中思想政治理论课修读 19.5 学分，自然科学修读 2 学分，大学英语修读 10 学分，信息技术修读 4.5 学分，军体修读 1 学分，创新创业修读 2.5 学分）；通识选修课需修满 12 学分（其中核心课程最低选修 10 学分，任选课最低选修 2.0 学分）。

其他说明：

1、《大学英语》，采用分类分级教学，学生需修满《大学英语》10 学分，其中甲类 A 级学生基础课程必修 6 学分，拓展课程必选 4 学分；甲类 B 级学生基础课程必修 10 学分；甲类 C 级学生基础课程必修 10 学分；乙类学生基础课程必修 10 学分。甲类 A 级采用混合式教学模式，甲类 B 级和 C 级采用网络辅助教学模式，乙类采用课堂面授为主的教学模式。

2、军体类，共计 1 学分，《军事与国防教育》（1 学分），《军事与国防教育》包含《军事训练》（2 周）和《军事与国防教育》（32 学时）课程教学。

课程类别	课程代码	课程名称	总学分	总学时(周)	学时分配			开课学期	
					课内理论	课内实践	其他		
通识基础必修	TB18000	思想道德修养与法律基础	3	48	24		24	1	
	TB18001	新疆历史与民族宗教理论政策教程	3	48	24		24	2	
	TB18002	中国近现代史纲要	2	32	24		8	3	
	TB18003	马克思主义基本原理	3	48	40		8	4	
	TB18004	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	4	64	48		16	5	
	TB18005	思想政治理论课综合实践	2	2周			2周	4暑假	
	TB22006	形势与政策教育	2	32	32			2-5	
	TB21007	大学生心理健康教育	0.5	8	8			1	
	自然科学	TB17107	数学文化	2	32	32			1
	英语	《大学英语》 10 学分，160 学时							
	信息技术	TB08001	大学计算机基础	1.5	24		8	16	1
		TB03143	多媒体技术及应用	1.5	24		16	8	2
		TB20101	信息检索与利用	1.5	24	6	10	8	4
	军体	TB03000	军事与国防教育	1	32	16		16	1
创新创业	TBC1601	创新创业基础	1.5	24	24			2-5	
	TBC2302	大学生职业发展与就业指导	1	24	10	8	6	1,3,5,7	
通识选修	核心课	模块一	文学与创作	至少选修一门课			最低选修3学分		
		模块二	文化与历史	至少选修一门课					
	模块三	创新创业教育	最低选修4学分，由创新创业教育课程模块、实践模块组成						
	模块四	第二课堂成绩单	最低选修3学分，由思想成长、工作履历、暑期“三下乡”、寒暑假社会实践立项项目、志愿公益、文体活动、技能特长等组成						
	任选课	模块二	自然科学	最低选修2学分					

(二) 专业教育 (必修107.5学分)

课程类别	课程代码	课程名称	总学分	总学时(周)	学时分配			开课学期	
					课内理论	课内实践	其他		
专业教育必修	专业基础	ZB03000	运动解剖学	3	48	40	8		1
		ZB03001	体育概论	3	48	48			1
		ZB03140	运动生理学	3	48	40	8		2
		ZB03003	体育心理学	3	48	40	8		4
		ZB03004	体育社会学	2	32	24	8		5
		ZB03031	体育科研方法	2	32	24	8		7
		ZB03032	体育保健学	3	48	32	16		4
		ZB03034	运动技能学习与控制	2	32	32			4
	专业方向	ZB03007	学校体育学	3	48	40	8		3
		ZB03008	体育课程与教学论	4	64	56	8		5
		ZB03009	体育统计学	1.5	24	16	8		6
		ZB03005	篮球	4	64	8	56		2
		ZB03006	足球	4	64	8	56		2
		ZB03012	排球	4	64	8	56		3
		ZB03013	田径(一)	3	48	8	40		1
		ZB03142	田径(二)	3	48	8	40		2
		ZB03015	田径(三)	3	48	8	40		3
		ZB03014	体操(一)	2	32	8	24		1
		ZB03017	体操(二)	2	32	8	24		2
		ZB03033	武术	4	64	8	56		3
		ZB03019	体育教学设计	2	32	24	8		5
		ZB01000	教育学	2	32	32			2
		ZB01001	心理学	2	32	32			3
		ZB01002	教师职业道德	1	16	16			4
		ZB03021-25 课程五选一							
	ZB03021	羽毛球	3	48	8	40		3	
	ZB03022	网球	3	48	8	40		3	
	ZB03023	乒乓球	3	48	8	40		3	
	ZB03024	健美操	3	48	8	40		3	
	ZB03025	跆拳道	3	48	8	40		3	
课程类别	课程代码	课程名称	总学	总学	学时分配			开课学期	
					课内	课内	其		

			分	时 (周)	理论	实践	他		
专业教育必修	专业方向	ZB03026-30 课程五选一							
		ZB03026	体育舞蹈	2	32	4	28		4
		ZB03027	拳击	2	32	4	28		4
		ZB03028	定向运动	2	32	4	28		4
		ZB03029	瑜伽	2	32	4	28		4
		ZB03030	散打	2	32	4	28		4
		从以下 10 个主修（一）—（四）课程选其中一个项目，计 16 学分							
		ZB03100	田径主修（一）	6	96	12	84		4
		ZB03101	田径主修（二）	4.5	72	8	64		5
		ZB03102	田径主修（三）	1.5	24	4	20		6
		ZB03103	田径主修（四）	4	64	8	56		7
		ZB03104	篮球主修（一）	6	96	12	84		4
		ZB03105	篮球主修（二）	4.5	72	8	64		5
		ZB03106	篮球主修（三）	1.5	24	4	20		6
		ZB03107	篮球主修（四）	4	64	8	56		7
		ZB03108	足球主修（一）	6	96	12	84		4
		ZB03109	足球主修（二）	4.5	72	8	64		5
		ZB03110	足球主修（三）	1.5	24	4	20		6
		ZB03111	足球主修（四）	4	64	8	56		7
		ZB03112	排球主修（一）	6	96	12	84		4
		ZB03113	排球主修（二）	4.5	72	8	64		5
		ZB03114	排球主修（三）	1.5	24	4	20		6
		ZB03115	排球主修（四）	4	64	8	56		7
		ZB03116	健美操主修（一）	6	96	12	84		4
		ZB03117	健美操主修（二）	4.5	72	8	64		5
		ZB03118	健美操主修（三）	1.5	24	4	20		6
		ZB03119	健美操主修（四）	4	64	8	56		7
		ZB03120	乒乓球主修（一）	6	96	12	84		4
		ZB03121	乒乓球主修（二）	4.5	72	8	64		5
		ZB03122	乒乓球主修（三）	1.5	24	4	20		6
ZB03123	乒乓球主修（四）	4	64	8	56		7		
ZB03124	武术主修（一）	6	96	12	84		4		
ZB03125	武术主修（二）	4.5	72	8	64		5		
课程类别	课程代码	课程名称	总学分	总学时 (周)	学时分配			开课学期	
					课内理论	课内实践	其他		

专业教育必修	专业方向	ZB03126	武术主修（三）	1.5	24	4	20		6	
		ZB03127	武术主修（四）	4	64	8	56		7	
		ZB03128	跆拳道主修（一）	6	96	12	84		4	
		ZB03129	跆拳道主修（二）	4.5	72	8	64		5	
		ZB03130	跆拳道主修（三）	1.5	24	4	20		6	
		ZB03131	跆拳道主修（四）	4	64	8	56		7	
		ZB03132	羽毛球主修（一）	6	96	12	84		4	
		ZB03133	羽毛球主修（二）	4.5	72	8	64		5	
		ZB03134	羽毛球主修（三）	1.5	24	4	20		6	
		ZB03135	羽毛球主修（四）	4	64	8	56		7	
		ZB03136	网球主修（一）	6	96	12	84		4	
		ZB03137	网球主修（二）	4.5	72	8	64		5	
		ZB03138	网球主修（三）	1.5	24	4	20		6	
		ZB03139	网球主修（四）	4	64	8	56		7	
	集中实践教学环节	以下为实习、课程设计（论文）、社会实践、毕业设计（论文）等环节								
		KB03000	教师综合技能强化训练	2	2周		2周		7、8	
		KB03007	裁判实习	1	2周		2周		4-7	
		KB03002	教育教学实习1（校内实习）	3	6周		6周		5	
		KB03008	教育教学实习2（校外实习）	7	12周		12周		6	
KB03004	毕业论文（设计）	8	14周		14周		8			

### (三) 个性教育（最低选修 19.5 分）

修读要求：专业选修模块中学生需修够教师教育课程 4.5 学分，并在学校体育、运动训练与竞赛、健康与休闲体育方向模块中任选择其中一个模块，修够 11 学分，在本专业其他个性课程或全校所有专业个性课程中修够 4 学分，总计 19.5 分。

课程类别	课程代码	课程名称	总学分	总学时 (周)	学时分配			开课学期		
					课内理论	课内实践	其他			
个性课程	教师教育	GX01008	中学生心理辅导	1.5	24	12	12		3	
		GX01012	班级管理 with 班主任工作技能	0.5	8	8			5	
		GX01022	教师语言与行为艺术	1.5	24	16	8		2	
		GX01023	教师专业发展	1	16	16			7	
	学校体育	GX03001	中学体育教材教法	2	32	32			7	
		GX03002	体育绘图	1	16	16			6	
		GX03003	体育游戏	2	32	8	24		5	
		GX03004	体育教学训练理论与方法	2	32	32			5	
		GX03005	义务教育体育与健康课程标准	1	16	16			6	
		GX03006	体育测量与评价	2	32	24	8		7	
		GX03007	团体操	1	16	10	6		6	
	专业选修模块	运动训练与竞赛	GX03008	运动生物力学	1	16	16			4
			GX03009	运动训练热点介绍	2	32	32			7
			GX03010	运动训练学	2	32	32			5
			GX03011	运动选材学	1	16	16			6
			GX03012	运动营养学	1	16	16			6
			GX03013	运动创伤学	1	16	12	4		6
			GX03014	推拿与按摩	2	32	8	24		7
			GX03015	运动生物化学	1	16	16			5
	健康与休闲体育	GX03016	休闲体育概论	1	16	16			6	
		GX03017	体育赛事与经营管理	2	32	24	8		7	
		GX03018	拓展训练	2	32		32		5	
		GX03019	健身指导与训练	2	32	4	28		7	
		GX03020	户外运动（登山、攀岩、垂钓）	2	32		32		5	
		GX03021	民族舞蹈	1	16	2	14		6	
		GX03022	广场舞	1	16	2	14		6	
	其他个性课程	GXQ0373	游泳	2	32	8	24		2	
		GXQ0324	轮滑	1	16		16		3	
		GXQ0325	滑冰/雪	1	16		16		3	
GXQ0326		体育市场营销	1	16	12	4		7		
GXQ0327		体育管理学	2	32	32			7		
GXQ0328		少儿趣味田径运动会	1	16	8	8		6		
GXQ0329		健康教育学	1	16	16			5		

### 八、各教学环节学分、学时分配表

各课程类别学分数及学分比例

课程类别		学分数	学分比例
通识教育	必修	39.5	22.1%
	核心选修	10	5.6%
	任意选修	2	1.1%
	小计	51.5	28.9%
专业教育	必修	107.5	60.0%
	小计	107.5	60.0%
个性教育	专业选修课程	15.5	8.7%
	其他个性课程	4	2.2%
	小计	19.5	10.9%
合计		178.5	100%

各教学环节学分数、学时数分配表

总学分	178.5	(1)	必修学分	147
			选修学分	31.5
		(2)	课内教学学分	90
			实验教学学分	58.5
			集中实践教学学分	23
			创新创业选修学分	4
			第二课堂成绩单学分	3
总学时	3360	(1)	必修课学时	2744
			选修课学时	616
		(2)	课内教学学时	1452
			实践教学学时	1908
实践总学分		88.5	实践总学分占总学分比例	49.6%

备注：“集中实践教学环节”中的学分折算为实践教学学时，按每学分 32 学时折算；通识教育核心模块三创新创业选修（4 学分）、模块四第二课堂成绩单（3 学分）折算为实践教学学时，每学分折算 32 学时，共计 224 学时。

实践总学分：是实验教学学分、集中实践教学学分、创新创业选修学分、第二课堂成绩单学分之和。