

昆明学院本科
体育教育专业人才培养方案

体育学院
2025 年 6 月

体育教育专业本科人才培养方案

一、专业简介

体育教育专业始建于 1987 年，是云南省第二所开办体育教育专业的高等院校，2008 年开始招收本科生。体育教育专业经过长期发展，在学科建设、科学研究、师资队伍、人才培养、教学改革等方面形成明显的优势，始终位于云南省本科专业综合评价 C+或 C 类前列。体育教育专业 2020 年获得省级一流本科专业建设点、2021 年获得教育部体育专业硕士学位授权点、2022 年通过教育部教育质量评估中心师范专业二级认证。本专业围绕“立足昆明、面向云南、辐射西南”的办学服务定位，坚持“发展学生、成就教师、服务社会”的办学理念，依托综合性大学的学科资源、师资力量和专业多元化平台，注重强化师范性教育，形成“重人文素质培养，重实践能力提高，重学生主体性发挥”的人才培养特色，多年来为云南省体育教育专业培养了大批专业人才。

二、培养目标

本专业贯彻和落实党和国家的教育方针、立德树人根本任务，适应国家新时代教师队伍建设和国家基础教育改革发展需求，立足昆明、面向云南、辐射西南，培养具有人文精神、体育与健康学科核心素养，具有强烈的国家认同，高尚的师德，深厚的教育情怀和坚定的从教信念；具备扎实的体育专业理论知识和运动技能、突出的教育教学能力和自我发展能力，熟练掌握与运用多种育人途径和方法，能够在中学、

教育机构等专业领域，胜任体育与健康课程教学、课外体育活动、课余体育训练与竞赛、学校体育科学研究以及教育管理工作的骨干体育教师。

根据本专业培养目标定位，毕业 5 年以上学生的发展预期：

培养目标 1：师德高尚，爱岗敬业。秉持立德树人教育理念，热爱体育教育事业，具备良好道德情操、体育与健康文化素养和促进学生身心健康、传播体育文化、弘扬体育精神的社会责任感。

培养目标 2：学识扎实，擅长教学。具备扎实的体育与健康基本理论知识及运动技能，熟练掌握和运用中学《体育与健康课程标准》和“中国健康体育课程模式”，具备良好的体育与健康教学以及课外体育、课余体育训练与竞赛的管理实践能力，能够主动钻研体育与健康课程和教学问题，融合信息技术，创新体育与健康教育教学方法和手段，提高教育教学质量。

培养目标 3：笃行仁德，综合育人。牢固树立育人为本、德育为先的理念，以学生为中心，熟知并遵循学生身心发展特点和教育教学规律，具备良好的学生管理能力，熟悉班级管理和德育工作，能够将学生的知识学习、能力发展与品德养成有机结合起来，充分发挥体育与健康学科的育人价值，运用多种育人途径和手段，促进学生全面发展。

培养目标 4：夯实专业，反思发展。具有在专业领域内终身学习和终身发展的意识，能够及时了解国内外体育教育教学改革的趋势和前沿动态，具有问题意识和自主学习能力，能够运用辩证、批判性思

维分析和解决体育教育教学中的问题，具有一定的创新意识和体育教育教学研究能力。

培养目标 5：有效沟通，合作共赢。具有团队协作精神、领导能力和良好的沟通能力，能够顺利与学生、家长、同事或同行进行交流，主动分享经验和资源，形成学习共同体，共同发展；能够策划和组织校内外体育竞赛和训练实践，指导家庭和社区有效开展体育活动。

三、毕业要求

本着“厚基础、高素质、强能力”的办学指导思想，学生能够适应基础教育改革的要求，具有良好的思想道德素质与科学人文素养，较强的终身学习能力、创新实践能力和社会适应能力，具备现代教育和体育学科的基本理论与方法，能够胜任中学体育与健康教学、课外锻炼、课外体育训练与竞赛、学校体育基础科学研究等工作。通过专业学习，毕业生应获得以下几个方面的知识、能力和素质：

（一）践行师德

毕业要求 1：师德规范。准确把握新时代中国特色社会主义思想本质特征，践行社会主义核心价值观。贯彻党和国家的教育方针、政策和法律法规，以立德树人为己任，知行合一。遵守教师职业道德规范，具有依法执教的意识和高尚的师德修养，立志成为“四有好老师”。

1.1 理想信念。践行社会主义核心价值观，树立中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，增强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。

1.2 立德树人。全面掌握党和国家的教育方针、政策，以立德树

人为己任，紧扣新时代学校体育目标，在教育实践中帮助学生确立正确的政治方向，培育发展体育与健康学科核心素养，落实德智体美劳全面培养的教育体系要求。

1.3 师德准则。为人师表，教书育人，具有依法执教意识，了解教育法律法规，遵守中学教师职业道德规范，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。

毕业要求 2：教育情怀。具有坚定的体育教师职业认同，热爱体育教育事业，树立“健康第一”的教育理念，具有积极的情感、端正的态度、正确的价值观与终身从事中学体育与健康教学的意愿。具有民族精神、积极情感、正确价值观、良好人文素养和科学精神；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、增强体质、健全人格、学习知识、创新思维、奉献祖国的引路人。

2.1 职业认同。树立坚定的教育信念，理解中学体育教育工作的意义，热爱中学体育教育事业。树立“健康第一”的教育理念，充分认识体育教育的专业性，对体育教师职业形成积极的情感、端正的态度、正确的价值观与终身从事中学体育与健康教学的意愿与情怀。

2.2 用心从教。坚持正确的学生观、体育观和价值观，掌握一定的自然和人文社会科学知识，传承中华优秀传统文化，具有人文素养和科学精神，在教育实践中能够履行教育、教学职责，工作细心、耐心。

2.3 关爱学生。尊重学生的人格和学习发展的权利，保护学生的学习自主性、独立性和选择性，关注个体差异，公正平等地对待每一

名学生，乐于为学生创造发展的条件和机会；做学生锤炼品格、增强体质、健全人格、学习知识、创新思维、奉献祖国的引路人。

（二）学会教学

毕业要求 3：学科素养。树立正确体育观，掌握较好体育技能和系统扎实的体育基本理论、知识、方法和思维方式。深入把握体育专业知识、技战术体系的历史与发展趋势，了解体育与政治、经济、文化、科技、哲学等学科的联系，掌握体育核心素养的价值内涵。立足创新学科教学思想和方法，有能力把中学体育与社会文化生活结合起来，做好体育教学、课外体育活动、课余体育训练的组织和指导者。

3.1 学科基础。树立正确体育观，掌握体育核心素养的价值内涵。较好掌握体育技能和系统扎实的体育基本理论、知识、方法和思维方式。深入把握体育专业知识、技战术体系的历史与发展趋势，了解体育与政治、经济、文化、科技、哲学等学科的联系。

3.2 学科融合。理解教师教育、健康教育、体育学科等知识的内在逻辑关系，交叉融合的意义，学会运用多学科知识和方法解决体育与健康实践中的问题。

3.3 学会运用。以中学《体育与健康课程标准》为指导，能够将专业学科知识与技能综合运用于体育教学、课外体育活动和课余体育训练与竞赛等组织管理，分析和解决实践中的问题。

毕业要求 4：教学能力。具备体育教学、训练和竞赛指导的基本技能与基本理论，能根据学生身心发展特点和成长规律，按照《体育与健康课程标准》和“中国健康体育课程模式”，合理运用信息技术

进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动，初步具备从事体育教育教学改革研究能力；具有组织与指导课外体育活动、学校运动队训练与竞赛的能力。

4.1 教学理念。熟悉《体育与健康课程标准》《〈体育与健康〉教学改革指导纲要》，掌握现代教育理念，树立以学生为中心的教学观念，了解中学生身心发展规律及运动技能形成特征，准确理解中学体育与健康课程标准的内涵和要求。

4.2 教学技能。运用学科教学理念以及教育学、心理学、体育学、信息技术等相关知识，结合中学生身心发展特点、运动技能习得规律，进行体育课堂教学的设计、实施和评价。

4.3 教学研究。能够运用体育科学研究的基本理论、方法，针对学校体育、中学体育教学等改革发展的实践问题开展研究。

（三）学会育人

毕业要求 5：班级指导。树立德育为先理念，了解中学德育原理，掌握正确的德育教育方法。掌握班级组织及建设的工作规律和基本方法，能开展班级教育活动、学生发展指导、综合素质评价、家校沟通合作等工作。在班级管理实践中，通过谈心谈话等沟通方式，积极运用德育手段教育、引导学生，参与学生心理健康教育及咨询等方面的组织和指导，获得积极体验。

5.1 德育意识。树立德育为先理念，了解中学德育原理与方法，能在体育与健康教育教学实践中有意识、有针对性地实施德育教育和心理健康教育。

5.2 班级管理。了解班级组织与建设的工作规律与基本方法，熟悉班级集体管理的策略与技能，能在班主任工作实际中分析、解决班级管理相关问题。

5.3 心理辅导。关注学生心理健康，了解学生身体、情感发展的特性和差异性，熟悉心理辅导方法，在教育见习、实习中积极参与心理健康教育等活动。

毕业要求 6：综合育人。掌握中学生身心发展特点，理解体育与健康学科的育人内涵和价值，掌握综合育人的方法和途径；能够将全程育人、以体育人理念融入到体育与健康教学实践中，将知识学习、能力发展和品德养成有机结合，培养学生的学科核心素养和健康文明的生活方式。

6.1 育人观念。具备系统的教育学、心理学学科知识体系，了解中学生身心发展规律及特点，遵循养成教育规律，理解体育与健康学科的育人内涵和价值，树立育人为本的教育理念，在教学中弘扬体育精神，开展体育与健康学科育人活动。

6.2 学科育人。理解体育学科课程独特的育人功能，发掘其育人价值，注重课程教学的思想性，能在体育课程教学中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。

6.3 活动育人。了解学校体育文化和社团活动、主题教育等的育人内涵和方法，合理设计综合育人目标、主题和内容，能够在综合性实践活动、社团活动、主题教育活动中综合育人。

（四）学会发展

毕业要求 7：学会反思。具有终身学习与专业发展意识，了解国内外基础体育教育教学改革发展的趋势和前沿动态，能够根据时代需求结合体育教师岗位特点，制定终身学习和职业发展规划。具有问题意识和创新精神，掌握对体育与健康教学问题进行批判与反思研究的方法，开展反思教育；能够运用批判性思维方法，学会分析和解决体育教学、训练、竞赛等问题。

7.1 终身学习。了解基础教育和中学体育教育改革发展动态，能适应新时代需求，进行专业学习和职业生涯规划，具有终身学习与专业发展意识。

7.2 反思能力。具有反思意识，了解教学反思与批判性思维的基本方法和策略，能运用批判性思维分析体育学科及体育教学、训练、竞赛等相关问题。

7.3 创新能力。了解国内外中学教育改革与发展的经验和做法，优化知识结构，提高专业素养。树立创新发展的意识，具有一定的体育教学改革发展创新能力，指导学生学习。

毕业要求 8：沟通合作。理解体育学习共同体的作用，具有团队协作精神，掌握沟通合作技能，能与同事合作解决体育教育教学理论与实践相关问题，能有效进行师生、同行、家校交流沟通，具有小组互助和合作学习的积极体验。

8.1 共同学习。理解体育学习共同体的涵义，认同团队协作的重要性。了解团队协作的类型、方法与基本策略，有小组互助、合作学

习的体验，能组织开展小组互助和合作学习等体育实践活动。

8.2 沟通技能。了解沟通合作的基本技能与方法，创建沟通合作体验、探究型合作的教学氛围，实现情感体验、思考体验、社会体验、分享体验的沟通合作。具有组织与协调、交流与合作、沟通与表达的知识、能力和素养。

四、培养目标与毕业要求关联矩阵

毕业要求	培养目标				
	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 【师德规范】	▲		▲		
毕业要求 2 【教育情怀】	▲		▲		
毕业要求 3 【学科素养】		▲		▲	
毕业要求 4 【教学能力】		▲		▲	
毕业要求 5 【班级指导】			▲		▲
毕业要求 6 【综合育人】	▲	▲	▲	▲	▲
毕业要求 7 【学会反思】		▲		▲	
毕业要求 8 【沟通合作】					▲

注：在对应的毕业要求与培养目标里划“▲”。

五、毕业要求与课程关联矩阵

课程类别	课程名称	师德规范			教育情怀			学科素养			教学能力			班级指导			综合育人			学会反思			沟通合作	
		1.1	1.2	1.3	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	5.3	6.1	6.2	6.3	7.1	7.2	7.3	8.1	8.2
通识教育必修课程	思想道德与法制	M		H	M																			
	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	H	H		M																			
	中国近现代史纲要	H		M														M						
	马克思主义基本原理	H		M																	M			
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	H		M																		M		
	中华民族共同体概论	H	M		M																			
	国家安全教育	H				M																		
	形势与政策	H					M													L				
	大学英语																		M			H		M
	信息科学与人工智能基础											M								M		H		
	大学语文					M													M					H
	大学生心理健康教育						H									H	M							
	创新创业教育与职业规划				M															H		M		
	军事理论及军训	M																M					M	
学	体育概论		H			M												M		M				
	运动解剖学							H		M			M							M				
	运动生理学							H		M			M							M				
	学校体育学		M			L		H		H								L						
	体育心理学							H		M	H						M							

科	课程名称	师德规范			教育情怀			学科素养			教学能力			班级指导			综合育人			学会反思			沟通合作	
		1.1	1.2	1.3	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	5.3	6.1	6.2	6.3	7.1	7.2	7.3	8.1	8.2
基础必修课程	体育社会学				M			H					M							M				
	健康教育学							H		H		M					M							
	运动技能学习与控制							H			M		H					M			L			
	体育科学研究方法					M	H						H								M			
	体操									H	H							M					M	
	田径									H	H							M			M			
	篮球								M		H							M					M	
	排球									H	H							M					M	
	足球								M		H							M					M	
	专项教学训练理论与实践 A									H		H								M				M
	专项教学训练理论与实践 B									H		H								M				M
	专项教学训练理论与实践 C									H		H								M				M
	专项教学训练理论与实践 D									H		H								M				M
教师教育必修课程	心理学						M									H	H							M
	教育学				M	H								M			H							
	教育技术信息化								M		H											M		
	班主任工作					M									H				M					H
	中学教师职业标准			H	M		M							M										
	中小学体育课程标准解读与教材教法											H	M		M							M		
	体育课程与教学论							M	M		H							M			H			

课程类别	课程名称	师德规范			教育情怀			学科素养			教学能力			班级指导			综合育人			学会反思			沟通合作	
		1.1	1.2	1.3	2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3	4.1	4.2	4.3	5.1	5.2	5.3	6.1	6.2	6.3	7.1	7.2	7.3	8.1	8.2
实践教育课程	劳动				H														M				M	
	社会主义核心价值观主题实践	H	H		M	M																		
	专业教育实践导论									M	H	M												
	普通话训练								M			M												H
	三笔字训练 1				H			M			M													
	三笔字训练 2				H			M			M													
	裁判员理论与实践 A				M					H														L
	裁判员理论与实践 B				M					H														L
	教师口语训练								M			M												H
	社会体育指导员理论与实践				M					H														L
	早操及课外训练									M		H											M	
	体育专项训练									H		M			M									M
	教育见习		M		H									M							M			
	教育实习					M					H			M	H	M								
	教育研习												M		M					M	H			
	毕业论文								H				M								H	M		

六、主干学科及专业核心课程

体育教育专业主干课程与核心课程

主干课程名称	核心课程名称
运动解剖学、运动生理学、体育心理学、体育社会学、体育概论、健康教育学、体育科学研究方法、运动训练学、体育学科课程分析与教学设计、体育学科教学案例研究与实作训练、田径、体操、篮球、排球、足球、花式跳绳、武术、瑜伽、定向运动、游泳与救护	学校体育学、体育课程与教学论、运动技能学习与控制、田径、体操、篮球、排球、足球、专项教学训练理论与实践

七、学制及毕业

（一）修业年限

基本学制 4 年，允许修业年限为 3—8 年。

（二）毕业学分要求

通识教育平台			专业教育平台				教师教育平台		合计
通识 必修课	通识 选修课	通识 实践	学科 基础课	专业 必修课	拓展 选修课	实践 教育课	教师 教育 必修课	教师 教育 选修课	
42.5	12	2	20	22	24	24.5	13	4	164

（三）学位授予

符合《昆明学院本科学生学习管理制度》规定的毕业生，授予教育学学士学位。

八、学时学分比例

课程类别			学分数与学时数							
			理论		实践		小计		合计	
			学分	学时	学分	学时	学分	学时	学分及占比	学时及占比
通识教育平台	通识教育课程	必修课程	37.5	628	5	232	42.5	860	学分 56.5 占比 32.62%	学时 1116 占比 32.48%
		选修课程	10	160	2	32	12	192		
		实践课程	0	0	2	64	2	64		
专业教育平台	学科基础课程	必修课程	18	288	2	32	20	320	学分 90.5 占比 55.18%	学时 2032 占比 59.14%
		选修课程	8	128	0	0	8	128		
	专业教育课程	必修课程	2	76	20	532	22	608		
		选修课程	0	0	16	256	16	256		
		实践课程	0	0	24.5	720	24.5	720		
教师教育平台	教师教育课程	必修课程	12	192	1	32	13	224	学分 17 占比 10.37%	学时 288 占比 8.38%
		选修课程	4	64	0	0	4	64		
总计			91.5	1536	72.5	1900	164	3436		
占总学时比例（%）			55.79	44.70	44.21	55.30	100	100		
说明：										
1. 总学时 3436；总学分 164。										
2. 通识类课程为 56.5 学分，占比 32.62%；专业类课程为 90.5 学分，占比 55.18%；教师教育类课程为 17 学分，占比 10.37%。										
3. 必修课程为 124 学分，占比 75.61%，选修课程为 40 学分，占比 24.39%。										
4. 理论教育类课程为 91.5 学分，占比 55.79%，实践教育类课程为 72.5 学分，占比 44.21%。										

九、教学进程表

(一) 通识教育

课程 模块	课程名称	学 分	学分分配		学 时	学时分配		周 学 时	教学 周数	建议 修读 学期	考核 方式
			讲 课	实 验		讲 课	实 验				
通识 必修课	思想道德与法治 Ideological Morality and Law	3	2.5	0.5	48	40	8	3	1-16	1	考试
	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	2.5	0.5	48	40	8	3	1-16	1-2	考试
	中华民族共同体概论 Overview of the Chinese Nation Community	2	2	0	32	32	0	2	1-16	1-2	考试
	国家安全教育 National Security Education	1	1	0	16	16	0	2	1-16	1-2	考试
	中国近现代史纲要 A Survey of Modern Chinese History	3	3	0	48	48	0	3	1-16	2	考试
	马克思主义基本原理 Fundamental Principles of Marxism	3	2.5	0.5	48	40	8	3	1-16	3	考试
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 Introduction to Mao Zedong Thought and Theory of Socialism with Chinese Characteristics	3	2.5	0.5	48	40	8	3	1-16	4	考试
	形势与政策 Situation and Policy	2	2	0	64	64	0	2	1-16	1-8	考试
	大学英语 College English	12	12	0	192	192	0	4	1-16	1-6	考试
	信息科学与人工智能基础 Basics of Information Science	2	1	1	48	16	32	4	1-16	1-6	考试
	大学生心理健康教育 College Mental Health Education	2	2	0	32	32	0	2	1-16	1-6	考试

	ion										
	职业发展与就业创业指导 Career. Development. and. Entrepreneurship. Guidance	2.5	2.5	0	32+38	32	38 线上	2	1-16	1-6	考查
	军事理论 Military Theory	2	2	0	36	36	0	2	1-16	1	考查
	军事技能 Military. Skills	2	0	2	168	0	168			1	考查
小计		39.5	34.5	5	812	580	232				
通识 选修课	综合类 Comprehensive Courses	2	2	0	32	32	0	2	1-16	1-6	考查
	创新创业类 Courses of Innovation and Entrepreneurship	2	2	0	32	32	0	2	1-16	1-6	考查
	公共艺术类 Courses of Public Art	2	2	0	32	32	0	2	1-16	1-6	考查
	体育健康类 Courses of Sports and Health	2	2	0	32	32	0	2	1-16	1-6	考查
	大学语文（必修） College Chinese (Compulsory Course)	2	2	0	32	32	0	2	1-16	1-6	考查
	第二课堂 Extracurricular Activities	2	0	2	32	0	32				
小计		12	10	2	192	160	32				
创新创业实践学分（2 学分） Credit Hours for Innovation and Entrepreneurship (2)		学生通过参加各级各类创新创业教育教学活动获得相应创新创业实践学分，在校期间须获得不少于 2 学分的创新创业实践学分，根据《昆明学院创新创业学分认定标准》，用于转换通识选修课学分，计入学生成绩总表。									
第二课堂学分（2 学分） Credit Hours for Extracurricular Activities(2)		根据《昆明学院“第二课堂成绩单”学分认定及实施办法》进行学分认定，计入学生成绩总表。									

(二) 学科基础

课程 模块	课程名称	学 分	学分分配		学 时	学时分配		周 学 时	教学 周数	建议 修读 学期	考核 方式
			讲课	实验		讲 课	实 验				
学科 基础 必修课	体育概论 Introduction to physical education	2	2	0	32	32	0	2	1-16	1	考试
	运动解剖学 Sports anatomy	3	2	1	48	32	16	3	1-16	1	考试
	运动生理学 Exercise physiology	3	2	1	48	32	16	3	1-16	2	考试
	*学校体育学 *School physical education	2	2	0	32	32	0	2	1-16	4	考试
	体育心理学 Sports psychology	2	2	0	32	32	0	2	1-16	5	考试
	体育社会学 Sociology of sports	2	2	0	32	32	0	2	1-16	5	考试
	健康教育学 Health education	2	2	0	32	32	0	2	1-16	6	考试
	*运动技能学习与控制 *Learning and control of sports action skills	2	2	0	32	32	0	2	1-16	5	考试
	体育科学研究方法 Research methods of sports science	2	2	0	32	32	0	2	1-16	6	考试
小计		20	18	2	320	288	32				
说明：专业核心课程用“*”标记。											

(三) 专业教育

1. 专业必修课

课程模块	课程名称	学分	学分分配		学时	学时分配		周学时	教学周数	建议修读学期	考核方式
			讲课	实验		讲课	实验				
专业必修课程	*体操 *gymnastics	4	1	3	128	16	112	4	1-16	1-2	考试
	*田径 *Track and field	4	1	3	128	16	112	4	1-16	1-2	考试
	*篮球 *basketball	2	0	2	32	4	28	2	1-16	1	考试
	*排球 *volleyball	2	0	2	32	4	28	2	1-16	2	考试
	*足球 *football	2	0	2	32	4	28	2	1-16	2	考试
	*专项教学训练理论与实践 A *Theory and Practice of Special Teaching Training A	2	0	2	64	8	56	4	1-16	3	考试
	*专项教学训练理论与实践 B *Theory and Practice of Special Teaching Training B	2	0	2	64	8	56	4	1-16	4	考试
	*专项教学训练理论与实践 C Theory and Practice of Special Teaching Training C	2	0	2	64	8	56	4	1-16	5	考试
	*专项教学训练理论与实践 D *Theory and Practice of Special Teaching Training D	2	0	2	64	8	56	4	1-16	6	考试
小计		22	2	20	608	76	532				
说明：专业核心课程用“*”标记。 专项教学训练理论与实践课程为运动技能专项提高课程，要求从“专项教学训练理论与实践 A”开始选择一个专项进行学习，其后不再重选（即专项教学训练理论与实践 B、专项教学训练理论与实践 C、专项教学训练理论与实践 D 所选项目与专项理论与实践 A 相同）。											

2. 拓展选修课

课程模块	课程名称	学分	学分分配		学时	学时分配		周学时	教学周数	建议修读学期	考核方式
			讲课	实验		讲课	实验				
专业技术选修	花式跳绳 Fancy jump rope	2	0	2	32	2	30	2	1-16	2	考查
	羽毛球 badminton	2	0	2	32	2	30	2	1-16	3	考查
	瑜伽 yoga	2	0	2	32	2	30	2	1-16	3	考查
	定向运动 Directional movement	2	0	2	32	4	28	2	1-16	3	考查
	武术 Martial arts	2	0	2	32	2	30	2	1-16	3	考查
	网球 tennis	2	0	2	32	2	30	2	1-16	4	考查
	游泳与救护 Swimming and first aid	2	0	2	32	4	28	2	1-16	4	考查
	民族传统体育 Ethnic traditional sports	2	0	2	32	2	30	2	1-16	4	考查
	副专项教学训练理论与实践 A 2sd Theory and Practice of Special Teaching Training A	2	0	2	32	2	30	2	1-16	5	考查
	乒乓球 Table tennis	2	0	2	32	2	30	2	1-16	5	考查
	操类运动 Cheerleading and aerobics	2	0	2	32	2	30	2	1-16	5	考查
	拓展训练 Outward bound	2	0	2	32	2	30	2	1-16	5	考查
	副专项教学训练理论与实践 B 2sd Theory and Practice of Special Teaching Training B	2	0	2	32	2	30	2	1-16	6	考查
	击剑 fencing	2	0	2	32	2	30	2	1-16	6	考查
	小计	16			256						
说明：此模块可任选 8 门课程，要求修满 16 学分。 副专项教学训练理论与实践 A、副专项教学训练理论与实践 B 课程为运动技能副项提高课程，要求从“副专项教学训练理论与实践 A”开始选择一个与主项不同的项目进行学习，其后不再重选（即副专项教学训练理论与实践 A、B 相同）。											
	体育统计 Sports statistics	2	2	0	32	32	0	2	1-16	3	考查
	运动损伤与康复 Sports injuries and rehabilitation	2	2	0	32	32	0	2	1-16	3	考查

体育保健学 Sports hygiene	2	2	0	32	32	0	2	1-16	3	考查
体育测量与评价 Measurement and evaluation of physical education	2	2	0	32	32	0	2	1-16	4	考查
体育管理学 Sports management	2	2	0	32	32	0	2	1-16	4	考查
体育游戏 Sports game	2	1	1	32	18	14	2	1-16	4	考查
运动训练学 Sports training science	2	2	0	32	32	0	2	1-16	5	考试
运动营养学 Nutrition in Exercise and Sport	2	2	0	32	32	0	2	1-16	5	考查
体育赛事管理 Sports event management	2	2	0	32	32	0	2	1-16	5	考查
体育教学与实作训练 Physical education teachin g and practical training	2	0.5	1.5	32	8	24	2	1-16	6	考查
人工智能与体育教学 Artificial Intelligence and Physical Education Teaching	2	2	0	32	32	0	2	1-16	6	考查
运动数据采集与分析 Motion data collection and analysis	2	2	0	32	32	0	2	1-16	6	考查
体育教育大数据案例分析 Case Analysis of Big Data in Physical Education	2	2	0	32	32	0	2	1-16	6	考查
虚拟仿真体育教学 Virtual Simulation Sports Teaching	2	2	0	32	32	0	2	1-16	6	考查
小计	8			128						
说明：此模块可任选 4 门课程，要求修满 8 学分。										
合计	24	8	16	352	128	224				

(四) 实践教育

课程模块	课程名称	教学周数	学分	总学时	周学时	建议修读学期	考核方式	备注
实践教育	劳动 labor	2	1	32	4-6 学时*6 学期	1-6	考查	
	社会主义核心价值观主题实践 Core socialist values and Thematic practice	2	1	32	4-6 学时*6 学期	1-6	考查	
	专业教育实践导论 Entrance education and training	1	0.5	16	4 学时*4 周	1	考查	
	普通话训练 Mandarin Training	2	1	32	2 学时*16 周	1	考查	
	三笔字训练 1 Calligraphy Training 1	1	0.5	16	2 学时*8 周	1	考查	
	三笔字训练 2 Calligraphy Training 2	1	0.5	16	2 学时*8 周	2	考查	
	裁判员理论与实践 A Referee Theory and Practice A	1	0.5	16	8 学时*2 周	3	考查	
	裁判员理论与实践 B Referee Theory and Practice B	1	0.5	16	8 学时*2 周	4	考查	
	教师口语训练	1	0.5	16	2 学时*8 周	4	考查	
	社会体育指导员理论与实践 Theory and practice of social sports instructors	1	0.5	16	2 学时*8 周	5	考查	
	早操及课外训练 Morning exercise and extracurricular training	6	3	48	8 学时*6 学期	1-6	考查	
	体育专项训练 Sports specific training	3	1.5	24	4 学时*6 学期	1-6	考查	
	教育见习☆ Educational probation	2	1	16	4 学时*4 学期	3-6	考查	校校共建课程
	教育实习☆ Educational Practice	18	8	288	16 学时*18 周	7	考查	校校共建课程
	教育研习☆ Educational study	1	0.5	8	8 学时*1 周	7 或 8	考查	校校共建课程
	毕业论文 Thesis	12	6	784	16 学时*12 周	8	考查	
小 计			26.5	784				
说明： 1. 实践教育课程中，《劳动》《社会主义核心价值观主题实践》计入通识教育实践学分，其他课程计入专业教育实践学分。 2. 标记“☆”为大-中学校共建课程，采用项目研修方式进行。 3. 体育专项训练学分认定规则：大一至大三学生每学期参加学院竞赛代表队，训练满 10 周（每周≥3 次），达标即获 0.25 学分，3 年累计最高 1.5 学分。								

（五）教师教育类课程

1. 教师教育必修课

课程 模块	课程名称	学 分	学分分配		学 时	学时分配		周 学 时	教 学 周 数	建 议 修 读 学 期	考 核 方 式
			讲 课	实验/ 实践		讲 课	实验/ 实践				
教师教 育必修 课	心理学 Psychology	3	3	0	48	48	0	3	1-16	2	考试
	教育学 Principles of Education	3	3	0	48	48	0	3	1-16	3	考试
	教育技术信息化 The Information of Educational Technology	2	2	0	32	32	0	2	1-16	3	考查
	班主任工作 The Work of Teachers in Charge of a Class	1	0	1	32	0	32	2	1-16	4	考试
	中小学体育课程标准解读 与教材教法☆ Interpretation of the Physical Education Curriculum Standards for Primary and Secondary Schools and Teaching Methods of Textbooks☆	2	2	0	32	32	0	2	1-16	4	考试
	*体育课程与教学论☆ *Physical education curriculum and teaching theory☆	2	2	0	32	32	0	2	1-16	6	考试
小计		13	12	1	224	192	32				
说明： 1. 专业核心课程用“*”标记。 2. 标记“☆”为大-中学校共建课程，采用项目研修方式进行。											

2. 教师教育选修课

课程模块	课程名称	学分	学分分配		学时	学时分配		周学时	教学周数	建议修读学期	考核方式
			讲课	实验		讲课	实验				
教师教育选修课	习近平总书记关于教育的重要论述研究（限选） General. Secretary. Xi. Jinping Important. discourse. on. education	1	1	0	16	16	0	2	1-8	5或6	考查
	核心素养导向的体育与健康教学设计 Core literacy oriented physical education and health teaching design	1	1	0	16	16	0	2	1-8	5	考查
	学校体育礼仪 School sports etiquette	1	1	0	16	16	0	2	1-8	5	考查
	体育教师专业发展 PE teacher professional development	1	1	0	16	16	0	2	1-8	5	考查
	中学生心理发展与教育 Psychological development and education of middle school students	1	1	0	16	16	0	2	1-8	6	考查
	教师职业道德与教育政策法规 Teacher professional ethics and educational policies and regulations	1	1	0	16	16	0	2	1-8	6	考查
	学校体育发展 School physical education development	1	1	0	16	16	0	2	1-8	6	考查
	体育教师专业综合能力提升 Physical education teacher professional comprehensive ability improvement	1	1	0	16	16	0	2	9-16	5	考查
	体育与健康有效教学模式 Effective teaching model of physical education and health	1	1	0	16	16	0	2	9-16	5	考查
	体育学科教学案例研究与实作训练☆ Physical education teaching case study and practical training☆	1	1	0	16	16	0	2	9-16	5	考查
	体育与健康课程资源开发与利用 Development and utilization of physical education and health curriculum resources	1	1	0	16	16	0	2	9-16	6	考查
	中学体育课堂教学技能训练与评价☆ Training and evaluation of PE teaching skills in middle school☆	1	1	0	16	16	0	2	9-16	6	考查

小计	4	4		64	64					
说明： 标记“☆”为大-中学校共建课程，采用项目研修方式进行。										

十、其他说明

本次培养方案的执行对象从 2025 级学生开始执行。