

吉首大学张家界学院

体育教育专业专升本人才培养方案

一、专业名称：体育教育

专业代码：040201

二、专业层次：专升本

三、入学要求

拥护中国共产党的领导，愿为社会主义现代化建设服务，品德良好，遵纪守法，须取得教育部审定核准的国民教育系列高等学校、高等教育自学考试机构颁发的专科毕业证书、本科结业证书或以上毕业证书，参加全国成人高等教育入学考试合格。

四、培养目标

本专业培养德、智、体、美、劳全面发展，掌握现代教育教学理论与方法，熟悉学校体育课程与教学、课外体育锻炼和训练竞赛等方面的基本理论与方法，具备较强的体育师范教学能力和良好的专业技能，具有较好的创新意识和实践能力，能在基础教育机构或相关单位从事体育教学、运动训练、竞赛组织和体育管理工作的应用型体育专门人才。

五、培养规格

本专业学生主要学习学校体育教育教学方面的基本理论与基本方法，接受作为体育教师所必备的运动技能的基本训练，掌握体育教学、训练、竞赛、科研的基本能力。

(一) 知识要求

1. 专业知识：掌握体育与健康教学的基本理论与方法；掌握体育锻炼、训练和竞赛的基本理论与最基本的体育科研方法。

2. 教育科学知识：熟悉国家有关教育、体育工作的方针、政策和法规，通过学习对青少年身心发展规律和教育基本原理的把握，树立科学正确的教育观；具备组织教育、教学工作的基本知识与方法。

3. 科学文化素养：具有受教育水平相适应的人文学科、社会学科、自然学科及文化艺术等方面的基本知识和文化修养。

（二）能力要求

1. 体育教育教学能力：具备从事中小学体育教学的各项技能，并能有效组织开展班级教育管理活动，获得体育教师从业资格证书。

2. 运动训练能力：具备一定的运动训练与竞赛组织策划能力与经验，专项运动技术达到一项二级或两项三级运动员水平，具备一项二级或两项三级裁判员资格。

3. 体育科学研究能力：了解学校体育改革与发展的动态以及体育科研的发展趋势；掌握基本的科研方法，并具有从事最基本的体育科学研究的能力。

4. 社会体育服务能力：能运用体育运动知识指导体育消费，以体育运动的形式进行身心健康指导、体育锻炼指导。

5. 掌握运用工具的能力：掌握一门外国语，能基本阅读与本专业有关的外文书刊；具备应用计算机处理信息的能力，并达到相应的考核要求；普通话达到二级乙等以上水平。

（三）素质要求

熟悉国家有关教育、体育工作的方针、政策和法规，热爱教育事业、具有良好的思想品德；具有健康的体魄，养成良好的卫生习惯和健康的生活方式；具有感受美、鉴赏美、表现美和创造美的情感和能力。

六、学制

最低修业年限 2.5 年，最高修业年限 5 年。

七、学习形式

非脱产学习形式（函授），采取灵活线上（含直播教学）与线下教学形式实施教学。

八、总学时、学分

总学时 1616 学时、学分 90 学分。

九、毕业要求

学生在规定的修业年限内，修完人才培养方案规定的内容，取得规定的学分，达到毕业要求，准予毕业。取得毕业资格，并达到学校规定的学士学位授予条件，授予教育学学士学位。

十、课程体系

课程体系分为公共课、专业基础课、专业课和实践教学四部分，总课时 1616 学时，其中线上学习学时 1234 学时，线下面授学时 382 学时，实验实训 472 学时。

一、教育教学活动进程安排表（见表）

二、教学实施保障

1. 教材选用

学校成立了教材建设与管理工作领导小组，校长任组长、分管教学的副校长任副组长。制定了教材建设管理办法，在教材选用方面，学校严格按照国家规定和课程标准审查教材。选用教材以立德树人为根本，体现社会主义办学方向，根据开设的课程，本专业优先选用“马工程”系列教材，国家规划教材、选用符合学生学习基础的优秀教材。

2. 师资队伍选配

本专业办学经验丰富，是学校重点建设专业，现有在职教师 18 人，其中教授 1 人，副教授 6 人。

3. 教学及实验实训条件

学校现有多媒体教室 168 间，高清录播教室 3 间，智慧教室 2 间，语音教室 8 间，公共计算机机房 8 间。体育教育专业现有解剖、生理、生化 3 个实验室（医学院共享）、体质测试室 1 间，综合性体育馆 1 座，形成了专业基础和专业综合兼有、功能完备的教学训练体系。

4. 数字化资源

学校图书馆馆藏文献总量 140 万册，其中纸质文献 115 万册，电子图书 25 万册；订购中外文报刊 242 种，共享各类网络数据库 47 个。并购买了十余种电子期刊数据库的使用权，查阅资料十分便利。

本专业建有超星泛雅、超星学习通等教师教育教学案例资源库平台 3 个。针对成人学习的特点，通过购买和组织网络课程自主开发相结合的方式，本专业自

主开发了《花样跳绳》校级一流课程，借助信息化教学平台进行教学辅助，确保本专业线上教学顺利进行。

5. 质量管理

编制符合成人学习特点的教学大纲和教学计划，抓好线上、线下教学环节，严格执行学校有关高等学历继续教育教学的相关规定，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设水平和教学质量诊断与改进，建立健全巡课、听课、评教、评学等制度，建立与企业联动的实践教学环节督导制度，严明教学纪律，强化教学组织功能，定期开展公开课、示范课等教研活动。

6. 经费保障

学校按照“科学预算、教学优先、保障到位”的原则，优先保证教学经费投入，按学费总额中用于学历继续教育办学经费的比例为70%，保障办学经费，保证专款专用。

张家界学院（吉首大学张家界学院代章）



体育教育专业专升本教学进程表

课程类别	序号	课程代码	课程名称	学分	课内学时				各学期学时分配					考核方式				
					理论课		实验实训		一	二	三	四	五	过程性考核	终结性考核			
					线上教学	线下教学	线上教学	线下教学							考试	考查		
公共基础课	1	00101004	中国近现代史纲要	3	54	18	18	18	54						√	√		
	2	00101005	马克思主义基本原理	3	54	18	18	18	54						√	√		
	3	C200101035	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3	54	18	18	18						54	√	√		
	4	C200101008	大学生心理健康教育	2	36				36									√
	5	C200101009	大学外语	6	108				54	54						√		
	小计				17	306	198	54	54	0	144	108	0	0	54			
	1	C240102012	运动技能学习与控制	4	72	72			72							√		√
	2	C240102078	运动处方理论与方法	5	90	72			18			90				√		√
	3	C240102010	体育保健学	2	36	36					36					√		√
	4	C240102097	体育课程与教学论	3	54	54					54					√		√
	5	C240102103	学习心理学	3	54	54					54					√		√
	6	C240102109	教育技术应用	3	54	54					54					√		√
	7	C240102081	社会体育学	3	54	54					54					√		√
	8	C240102100	教育政策与法规	3	54	54					54					√		√
9	C240102101	教育科研方法	3	54	54					54					√		√	
10	C240102110	中学体育教学技能训	4	72	72								72		√		√	
11	C240102085	花样跳绳	4.5	80	16			64	80						√		√	
12	C240102018	排球	4.5	80	16			64	80						√		√	
13	C240102019	体操	4.5	80	16			64	80						√		√	
14	C240102058	羽毛球	4.5	80	16			64	80						√		√	
小计				51	914	640	0	0	274	152	170	278	242	72				
1	C200103001	大学生职业生涯规划	2	36	36						36				√		√	

课程类别	序号	课程代码	课程名称	学分	课内学时					各学期学时分配					考核方式		
					总学时数	理论课		实验实训		一	二	三	四	五	过程性考核	终结性考核	
						线上教学	线下教学	线上教学	线下教学							考试	考查
业能力拓展课	2	C200103002	创业基础	2	36	36						36				√	
	小计				4	72	72	0	0	0	0	36	0				
	1	C200104001	入学教育	1	18					18						√	
	2	C200104004	毕业教育	1	18				18				18			√	
	3	C240104003	毕业实习	6	108			108								√	
	4	C240104004	毕业论文(设计)	10	180	162	18						180			√	
	小计				18	324	162	18	108	36	0	0	198				
	合计				90	1616	1072	72	162	310	278	278	324				
	百分比 (%)						66.3%	4.5%	10.0%	19.2%							

注：大学外语包括大学英语、日语。

体育教育专业课程参考教材

序号	课程名称	教材名称	编者	出版社	出版时间
1	专业导论	《体育教育专业导论》	鲁宗成	陕西师范大学出版总社有限公司	2021/8/1
2	体育概论	《体育概论（第二版）》	杨文轩	高等教育出版社	2013/8/1
3	运动解剖学	《运动解剖学（第三版）》	李世昌	高等教育出版社	2015/1/1
4	体育社会学	《社会体育学》	卢元镇	高等教育出版社	2020/4/1
5	健康教育学	《健康教育学（第二版）》	王健	高等教育出版社	2012/7/1
6	运动生理学	《运动生理学》	王步标	高等教育出版社	2011/7/1
7	体育心理学	《体育心理学（第三版）》	季浏	高等教育出版社	2016/1/1
8	体育科研方法	《体育科学研究方法（第三版）》	黄汉升	高等教育出版社	2015/12/1
9	体育统计学	《体育统计学（第三版）》	丛湖平	高等教育出版社	2023/5/26
10	运动训练学	《运动训练学》	田麦久	人民体育出版社	2011/2/1
11	体育绘图	《体育绘图》	雷咏时	高等教育出版社	2021/12/01
12	体育史	《体育史》	郝勤	人民体育出版社	2019/8/1
13	学校体育学	《学校体育学》（第3版）	潘绍伟	高等教育出版社	2015/12/1
14	教育心理学	《教育心理学》	张大均	人民教育出版社	2015/06/01
15	教育学基础	《教育学基础》	全国十二所重点师范大学	教育科学出版社	2014/12/30
16	体育游戏创编与实践	《体育游戏（第三版）》	于振峰	高等教育出版社	2016/8/1
17	德育与班级管理	《德育与班级管理（第2版）》	檀传宝	高等教育出版社	2013/1/1
18	体育保健学	《体育保健学（第六版）》	赵斌	高等教育出版社	2018/09/01
19	运动技能学习与控制	《运动技能学习与控制》	王树明	高等教育出版社	2018/3/1
20	体育产业经营管理	《体育产业经营管理》	曹可强	高等教育出版社	2017/6/1
21	运动处方理论与方法	《运动处方（第二版）》	王正珍	高等教育出版社	2018/8/1
22	户外运动	《户外运动》	胡炬波	浙江大学出版社	2023/8/1
23	教师道德与专业发展	《教师道德与专业发展》	李超	高等教育出版社	2022/9/1
24	体育课程与教学论	《体育课程与教学论》	张细谦	高等教育出版社	2021/5/1
25	学习心理学	《学习心理学》	刘儒德	高等教育出版社	2010/03/01
26	中外教育名家思想	《中外教育名家思想》	田景正	华东师范大学出版社	2016/09/01
27	教育技术应用	《教育技术应用》	马秀芳	华东师范大学出版社	2023/2/1
28	体育场地设施	《体育设施与管理》	陈融	高等教育出版社	2009/7/1
29	社会体育学	《社会体育学》	卢元镇	高等教育出版社	2020/04/01
30	教育政策与法规	《教育政策与法规》	苏艳霞	北京师范大学出版社	2016/08/01
31	教育科研方法	《教育科研方法》	赵希斌	华东师范大学出版社	2021/10/01
32	普通话与教师语言艺术	《普通话与教师语言艺术》	刘焕阳	高等教育出版社	2010/1/1
33	教育测量与统计	《教育测量与统计》	赵德成	高等教育出版社	2018/11/1
34	教师礼仪与修养	《教师礼仪与修养》	郭华	高等教育出版社	2015/08/01
35	在线课程制作	课程的影像建构(MOOC教学影片制作)	胡东雁	高等教育出版社	2015/1/1
36	教师书写技能	《教师书写技能》	胡昌华	湖南师范大学出版社	2016/6/1
37	中学体育教学技能训练	《体育教学技能微格训练》	王皋华	北京体育大学出版社	2005/6/1
38	青少年发展心理学专题	《青少年发展心理学专题》	庞丽娟	北京师范大学出版社	2013/9/1
39	中学体育教学设计	《中学体育教学设计》	张天成	西南交通大学出版社	2019/2/1
40	中学体育课程资源开发与利用	《中学体育课程资源开发与利用》	吴湘军	西南交通大学出版社	2019/1/1
41	田径	《田径运动高级教程》	李鸿江	高等教育出版社	2010/7/1
42	足球	《球类运动—足球（第三版）》	王崇喜	高等教育出版社	2014/7/1
43	篮球	《球类运动—篮球》	王家宏	高等教育出版社	2016/02/01
44	乒乓球	《乒乓球运动教程》	苏丕仁	高等教育出版社	2004/07/01
45	花样跳绳	《花样跳绳》	肖英	北京体育大学出版社	2021/11/01
46	排球	《排球》	黄汉升	高等教育出版社	2005/7/1
47	体操	《体操》	张涵劲	高等教育出版社	2015/03/01
48	羽毛球	《羽毛球运动理论与实践》	肖杰	人民体育出版社	2022/11/13