

# 吉首大学张家界学院

## 体育教育专业高起本人才培养方案

一、专业名称：体育教育

专业代码：040201

二、专业层次：高起本

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，应高级中学教育学校毕业或具有同等学力，参加全国成人高等教育入学考试合格。

四、培养目标

培养具备现代教育与体育教育学科的基本理论、知识和技能，具有较强的实践能力和创新精神，能从事学校体育教学、课外体育活动、课余体育训练与竞赛工作，并能从事学校体育科学研究、学校体育管理和社会体育指导等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方面的基本理论和基本知识，受到体育教师必备的运动技能的基本训练，具备以下几个方面要求：

（一）知识要求

- 具有扎实的大学英语、计算机基础等专业必需的基础理论知识。
- 掌握运动解剖学、运动生理学、体育保健学、学校体育学、体育教育学、体育心理学等专业基础知识。
- 具有扎实的球类、田径类、体操类、民族民间传统体育等专业理论知识。
- 掌握体育管理及体育教研、科研等方面的知识。

（二）能力要求

- 基本能力

具备较强的语言及文字表达水平，能够阅读本专业外语期刊，有一定的听、说、读、写、译能力，能熟练运用计算机进行文字和信息处理，具有对新知识、新技术的自学和继续学习能力。

## 2. 专业能力

具备本专业体育教学、运动训练、竞赛组织、体育管理和体育科研能力。

## 3. 综合能力

有较强组织和协调能力，有积极探索、开拓进取、勇于创新 and 自主创业的精神，具备良好的社会公德、职业道德以及热爱教育、严格认真、求实守纪的敬业精神。

### (三) 素质要求

1. 具备良好的思想品德、行为规范以及职业道德。
2. 具备创新、实践、创业的体育素质。
3. 具备竞争意识、合作精神、坚强毅力。
4. 具有健康的体魄、良好的体能和适应本岗位工作的身体素质和心理素质。
5. 具有良好的气质形象，较强的语言与文字表达能力及人际沟通能力。

## 六、学制

最低修业年限 5 年，最高修业年限 8 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 3006 学时、学分 167 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 3006 学时，其中线上学习学时 2286 学时，线下面授学时 720 学时，实验实训 810 课

时。

## 十一、教育教学活动进程安排表（见表）

## 十二、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）

2024 年 1 月



# 体育教育专业高起本教学进程表

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		总学时数	一	二	三	四	五	六	七	八	九	十	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													
公共基础课	1	C300101003	思想道德与法治	3	54	18	18	18	54										√		
	2	C300101004	中国近现代史纲要	3	54	18	18	18		54									√		
	3	C300101005	马克思主义基本原理	3	54	18	18	18			54								√		
	4	C300101006	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	3	54	18	18	18				54							√		
	5	C300101035	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3	54	18	18	18					54						√		
	6	C300101007	形势与政策	2	36	36	0		9	9	9								√	√	
	7	C300101008	大学生心理健康教育	2	36	36			36										√	√	
	8	C300101009	大学外语	12	216	216			54	54	54	54							√		
			小计	31	558	378	90	90	153	117	117	117	54	0	0	0	0				
专业课	1	C340102003	运动解剖学	5	90	90			90										√		
	2	C340102006	体育社会学	3	54	54				54									√		
	3	C340102005	健康教育	3	54	54				54									√		
	4	C340102004	运动生理学	5	90	90						90							√		
	5	C340102008	体育心理学	4	72	72					72								√		
	6	C340102007	体育科研方法	3	54	54					54								√		
	7	C340102009	体育统计学	3	54	54						54							√		
	8	C340102011	运动训练学	4	72	72							72						√		
	9	C340102076	体育绘图	3	54	54							54						√		
	10	C340102080	体育史	3	54	54							54						√		
	11	C340102099	学校体育学	4	72	72								72					√		
	12	C340102095	教育心理学	4	72	72											72		√		
	13	C340102096	教育学基础	4	72	72												72	√		
	14	C340102092	体育游戏创编与实践	3	54	54												54	√		
	15	C340102010	体育保健学	3	54	54									54				√		

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	六	七	八	九	十	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													总学时数
	16	C340102012	运动技能学习与控制	4	72	72														√	√
	17	C340102078	运动处方理论与方法	5	90	90											72	90		√	√
	18	C340102081	社会体育学	3	54	54													54	√	√
	19	C340102013	田径	6	108	36			108											√	√
	20	C340102017	足球	6	108	36				108										√	√
	21	C340102015	篮球	6	108	36					108									√	√
	22	C340102022	乒乓球	6	108	36						108								√	√
	23	C340102085	花样跳绳	6	108	36						108								√	√
	24	C340102018	排球	6	108	36							108							√	√
	25	C340102019	体操	6	108	36								108						√	√
	26	C340102058	羽毛球	6	108	36									108					√	√
			小计	114	2052	1476	0	0	576	90	108	180	162	252	288	324	288	252	108		√
职业能力拓展课	1	C300103001	大学生职业生涯规划	2	36	36					36									√	√
	2	C300103002	创业基础	2	36	36														√	√
实践教学环节	1	C300104001	入学教育	4	72	72	0	0	0	0	36									√	√
	2	C300104004	毕业教育	1	18				18											√	√
	3	C340104003	毕业实习	6	108			108												√	√
	4	C340104004	毕业论文(设计)	10	180	162	18													√	√
			小计	18	324	162	18	108	36	18	0	0	0	0	0	0	0	0	198		
			合计	167	3006	2088	108	198	612	261	261	297	279	306	288	324	288	252	342		
			百分比 (%)			69.5%	3.6%	6.6%	20.4%												

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