**运动训练专业培养方案**

**sports training major**

学科门类：教育学 专业代码：**040202K**

一、培养标准

本专业适应国家教育改革发展要求，立足淄博，服务全省，面向全国，培养德、智、体全面发展的具有竞技体育运动的基本理论和基本知识，具有从事专项运动训练的基本能力，并能够胜任运动训练、科研和管理等工作的高级专门人才。

学生在毕业后5年左右预期能够胜任运动训练和运动管理等工作，实现以下目标：

1.具有坚定的职业理想、强烈职业认同感和勇于奉献的精神；

2.能综合运用专业知识和技能，解决运动训练、管理、科研等问题；

3.能对运动训练活动进行持续深入的自我指向型和任务指向型反思，以问题为导向，开展相关研究；

4.综合育人能力强，引导学生生涯规划；

5.终身学习能力强，能追踪国内外运动训练的新理论、新方法和新手段，持续提高运动训练水平，实现自我发展。

二、毕业要求

本专业学生主要通过学习运动的基本知识、基本技术、基本技能，接受运动教育、现代教育技术、运动训练和运动竞赛、社会指体育导等方面的基本训练，具有较好的科学素养，初步具备运动训练和教育管理、科学研究和解决实际问题的基本能力。标准学制4年，需完成规定的课程，通过毕业论文答辩，修满152学分，授予教育学学士学位。具体要求为：

毕业要求1.

【职业道德与规范】 能够理解社会主义核心价值观的深刻内涵，掌握当代社会环境下的人文社会科学素养、社会责任感等知识，并能见诸于日常生活、学习、工作中，爱国守法，遵循运动训练规律，爱岗敬业，积极履行工作职责。

毕业要求2.

【职业情怀】 具有明确从事运动训练、教育管理、科学研究等的工作意愿，具有严谨、端正、刻苦、耐心的工作学习态度，具有一定程度的人文社会科学素养，高度认同从事职业的特殊意义和专业性需求，在工作中保持良好的心态，公平公正地对待每一位工作对象，尊重其人格和个性化差异，具有正确的三观，秉持乐善好学胸怀若谷潜心问道的态度。

毕业要求3.

【学科素养】 能较全面掌握体育学科体系，掌握学科基础理论知识； 具有扎实的专业技能；掌握体育管理及体育科研方面的相关知识；了解现代体育分支的基本知识和专业发展趋势。有比较扎实的运动基础，熟知教育学、心理学、管理学等跨学科知识，具备整合运动知识解决实际问题的能力；具备较强的语言及文字表达能力；具有掌握新知识、新技术的自学和继续学习及自主创新的能力；具备创新、实践、创业的体育素质；具备竞争意识、合作精神、坚强毅力。

毕业要求4.

【专业能力】能够以教育学、心理学、运动训练理论等为基础，遵循运动学科规律，根据工作对象的认知发展水平，以工作对象为中心，明确训练目的及要求，合理组织运动训练内容，进行有效运动训练设计；恰当利用现代信息技术，准确、生动地向工作对象传授运动知识、训练方法，使其获得良好的运动体验；会用恰当的方法对工作对象进行多元化评价，并能依据评价结果改进工作。

毕业要求5.

【活动指导】具备一定的心理学、教育学、管理学等知识，了解运动训练、体育竞赛与组织管理等的基本原理与方法，开展活动管理和评价工作。能制订活动工作计划、组织集体运动教育活动。

毕业要求6.

【综合育人】能将全程育人、立体育人理念融入到工作实践中，能有效掌握训练案例设计、参与者情感价值观察和分析、掌握灵活多样化的组织方法，充分利用主题实践活动和社团活动，引导工作对象利用逻辑思维能力处理问题，将德育与运动紧密结合，增强工作对象的民族自豪感，树立文化自信。

毕业要求7.

【职业规划】掌握反思方法与技能，根据运动训练专业发展规律，具有运动训练、竞赛组织管理等反思意识，树立终身学习理念。能够利用反思改进工作手段、针对工作现实需要与问题和国内外学科发展趋势做纵深对比，进行探索和研究，初步具备相应的研究能力；具有批判性思维与独立思考能力；能够创设工作实践情景，通过自我反思，初步具备发现自身问题、进行自我诊断、完成自我提升的能力。

毕业要求8.

【沟通合作】具有分工协作意识与团队精神，能够通过积极交流、反思分享等方式达到有效沟通；具备多渠道、多维度学习能力和国际化视野训练；理解合作学习的重要性；能够使用信息技术实现更广范围的、打破时间地域限制的合作与分享，能够与合作伙伴之间形成平等信任、自由沟通、情知相融的合作关系。

三、课程设置

（一）主干学科

体育学、教育学

（二）核心课程及主要实践性教学环节

专业基础课程：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、体育科研方法、体育竞赛学。

专业核心课程：运动技能学习与控制、体育保健学、运动训练学、运动营养学、篮球、排球、足球、田径、体操、武术、网球、乒乓球、健美操等及根据专业方向选择的基本课程。

主要实践性教学环节：专业实习，毕业论文，职业资质培训等。

专业拓展环节：体育竞赛组织与管理、社会服务等。

1. 各环节学时学分比例

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程性质 | 课程类别 | 应修学分(比例%) | 其中选修课学分(比例%) | 其中实践学分(比例%) |
| 课程教学平台 | 通识教育平台 | 33.25(21.73) |  | 1.125(0.73) |
| 学科基础平台 | 20(13.07) |  | 2.375(1.55) |
| 专业教育平台 | 27.75(18.14) |  | 0.5(0.33) |
| 实践教学平台 | 27(17.65) |  | 27(17.65) |
| 课程教学模块 | 通识教育选修模块 | 8(5.23) | 8(5.23) | 0.5(0.33) |
| 学科基础选修模块 | 9(5.88) | 9(5.88) |  |
| 专业方向选修模块 | 22(14.38) | 22(14.38) |  |
| 创新创业模块 | 6(3.92) | 6(3.92) | 2.5(1.63) |
| 合计 | 153 (100) | 45(29.41) | 34(22.22) |

四、毕业及学位要求

学制：4年

修业年限：3~6年

毕业学分要求：不少于153学分

授予学位：教育学学士学位

五、专业课程设置一览表（中英文对照）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程类别类别 | 课程代码 | 课程名称 | 学分 | 总学时 | 讲课学时 | 实验实践学时 | 开课学期 | 备注 |
| 通识教育平台 | P12001 | 马克思主义基本原理Basic Principles of Marxism | 3 | 48 | 48 |  | 3 |  |
| P12502 | 毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论Mao Zedong Thought & Outline of Theory of Socialism With Chinese Characteristics | 4 | 64 | 64 |  | 4 |
| P12229 | 思想道德修养与法律基础Moral Cultivation & Law Basics | 2.5 | 40 | 40 |  | 1 |
| P12503 | 中国近现代史纲要Outline of Chinese Modern | 2.5 | 40 | 40 |  | 2 |
| P12226 | 形势与政策ⅠSituation & Policies Ⅰ | 1 | 16 | 16 |  | 3 |
| P12227 | 形势与政策ⅡSituation & Policies Ⅱ | 1 | 16 | 16 |  | 5 |
| N12418 | 大学英语(D)ⅠCollege English (D)I | 3 | 48 | 48 |  | 1 |
| N12419 | 大学英语(D)ⅡCollege English (D)II | 3 | 48 | 48 |  | 2 |
| N12420 | 大学英语(D)ⅢCollege English (D)III | 3 | 48 | 48 |  | 3 |
| N12421 | 大学英语(D)ⅣCollege English (D)Ⅳ | 3 | 48 | 48 |  | 4 |
| E12271 | 计算机应用基础Foundation of Computer Application | 2.25 | 48 | 24 | 24 | 1 |
| X12008 | 军事理论Military Theory | 1 | 36 | 36 |  | 1 |
| M12135 | 大学语文College Chinese | 2 | 32 | 32 |  | 5 |
| X12006 | 文献检索Document Indexing | 1 | 24 | 16 | 8 | 1 |
| U12319 | 新生研讨课Freshman Seminar | 1 | 16 | 16 |  | 1 |
|  应修学分小计 | 33.25 |
| 通识教育选修模块 | 400B13 | 中国传统文化\*Chinese traditional culture | 2 | 32 | 24 | 8 | 2 |  |
| 400E13 | 大学生心理健康教育\*Psychologically Healthy Education for College Students | 1 | 32 | 16 | 16 | 1 |  |
| 400000 | 通识教育选修课程General Education Elective Courses | 5 |  |  |  |  |  |
| 应修学分小计 | 8 |
| 创新创业模块 | 400E14 | 大学生职业生涯规划\*Career Planning for College Students | 0.5 | 16 | 8 | 8 | 2 |  |
| 400E02 | 大学生就业指导\*Vocational Counsel for College | 0.5 | 8 | 8 |  | 6 |  |
| 400E15 | 大学生创业基础\*College students' entrepreneurial base | 1 | 24 | 16 | 8 | 2 |  |
| U12312 | 体育产业管理与创业Sport Industry Management & entrepreneurial | 2 | 32 | 32 |  | 6 |  |
| 400E00 | 学生大赛、论文、发明等认证学分Student Competition, Thesis, Invention and Other Certification Credits | 2 |  |  |  |  |  |
| 应修学分小计 | 6 |
| 学科基础平台 | E12346 | 信息处理技术及应用Information Processing Technology And Application | 2.5 | 56 | 24 | 32 | 2 |  |
| U12321 | 运动解剖学Sports Anatomy | 3.5 | 56 | 48 | 8 | 2 |
| U12322 | 运动生理学Athletic Physiology | 3.5 | 56 | 48 | 8 | 3 |
| U12594 | 体育竞赛学Sports Competition | 1.5 | 24 | 24 |  | 3 |
| U12318 | 体育心理学Sports Psychology | 2 | 32 | 26 | 6 | 5 |
| U12005 | 体育概论(A)Introduct to Sports | 2 | 32 | 32 |  | 1 |
| U12006 | 体育社会学(A)Sports Sociology (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 2 |  |
| U12223 | 体育科研方法 (A)Sports Science Research Methods(A) | 2 | 32 | 32 |  | 6 |  |
| U12125 | 健康教育学Health educationHealth education | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |  |
| 应修学分小计 | 20 |
| 学科基础选修模块 | U12108 | 保健按摩(A)Health Massage (A) | 1.5 | 24 | 14 | 10 | 6 | 教练员模块 |
| U12275 | 中学体育教材教法（A）Sports Teaching Material & Methods in Secondary School (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12309 | 竞技教育学Education of sports | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12311 | 体育测量与评价Sports Measurement & Evaluation | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12176 | 篮球技术技能拓展(A)＃Develop The Skills Of Basketball And New Technology(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| U12198 | 乒乓球技术技能拓展(A)＃Develop The Skills Of Table Tennis And NewTechnology(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| U12278 | 足球技术技能拓展(A)＃Develop The Skills Of Football And New Technology(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12246 | 网球技术技能拓展(A)＃Develop The Skills Of Tennis And New Technology(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12188 | 排球技术技能拓展(A)＃Develop The Skills Of Volleyball And New Technology(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| U12264 | 羽毛球(A)＃Badminton(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12263 | 瑜珈(A)＃Yoga(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12174 | 啦啦操(A)＃Cheerleading (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12211 | 手球(A)＃Handball (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| 应修学分小计 | 9（理论和技能每学期各选一门课程） |
| U12031 | 体育绘图(A)Sports Plotting (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 | 技能拓展模块 |
| U12289 | 健身锻炼方法与评定(A)Method & Assessment of Body Fitness(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| U12317 | 体育统计学Sport Statistics | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12274 | 运动员选材(A)Athlete Selection(A) | 1.5 | 24 | 20 | 4 | 6 |
| U12270 | 运动生物力学(B)Sports Biomechanics (B) | 1.5 | 24 | 20 | 4 | 5 |
| U12114 | 体育经济学(A)Sports Economics (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12033 | 体育史(A)History of Physical Education (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12244 | 团体操编排理论与实践(A)Group Callisthenics Arrangement Theory & Practice (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12152 | 安全防护与急救处理(A)Safety Denfence & First-aid (A) | 1.5 | 24 | 20 | 4 | 4 |
| U12154 | 传统拳(A)＃Tradition Boxing | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| U12155 | 定向运动(A)＃Directional Movement (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12169 | 健美运动(A)＃Bodybuilding | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12157 | 高尔夫运动（A）＃Preliminary Guide of Golf(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| 应修学分小计 | 9（理论和技能每学期各选一门课程） |
| U12221 | 体育法学(B)Law of Sports(B) | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 | 社会体育模块 |
| U12315 | 体育管理学Sports Administration | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12116 | 体育教学论(A)Sports Teaching Theory (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| M12349 | 普通话Standard spoken Chinese | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| U12145 | 齐鲁文化与当代体育(A)Qilu Culture and Contemporary Sports(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12228 | 体育游戏(A)＃Sports Game(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 4 |
| U12225 | 体育舞蹈(A)＃Dance Sport(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12158 | 花样跳绳(A)＃Fancy Rope Skipping(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| U12208 | 散打/防身术(A)＃Kick Boxing & Defense (A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12213 | 太极拳(A)＃Taijiquan(A) | 1.5 | 24 | 24 |  | 6 |
| 应修学分小计 | 9（理论和技能每学期各选一门课程） |
| 专业教育平台 | U12021 | 体育保健学(A)Health Physical Education (A) | 3 | 48 | 40 | 8 | 4 |  |
| U12595 | 运动营养学(A)Sports Nutrition (A) | 2 | 32 | 32 |  | 4 |
| U12592 | 运动技能学习与控制Motor skills learning and controlMotor skills learning and control | 1.5 | 24 | 24 |  | 5 |
| U12038 | 运动训练学(A)Athletic Training (A) | 2.5 | 40 | 40 |  | 6 |
| U12146 | 篮球(A)＃Basketball (A) | 2 | 32 | 32 |  | 1 |
| U12187 | 排球(B)＃Volleyball (B) | 2 | 32 | 32 |  | 1 |
| U12277 | 足球(B)＃Football(B) | 2 | 32 | 32 |  | 2 |
| U12147 | 田径(A)＃Track & Field (A) | 4 | 64 | 64 |  | 1 |
| U15052 | 武术＃Martial Art | 2 | 32 | 32 |  | 4 |
| U15032 | 体操＃Gymnastics | 2 | 32 | 32 |  | 3 |
| U15066 | 乒乓球(A)＃Table Tennis | 1.5 | 24 | 24 |  | 2 |
| U15044 | 网球＃Tennis | 1.5 | 24 | 24 |  | 2 |
| U15067 | 健美操＃Aerobics | 1.75 | 28 | 28 |  | 2 |
| 应修学分小计 | 27.75 |
| 专业方向选修模块 | U12239 | 田径主修理论与实践(A)Ⅰ#Theory & Practice of Track & Field Majoring (A)Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 田径方向 |
| U15042 | 田径主修理论与实践Ⅱ#Theory & Practice of Track & Field Majoring Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12241 | 田径主修理论与实践(A)Ⅲ#Theory & Practice of Track & Field Majoring (A)Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12242 | 田径主修理论与实践(A)Ⅳ#Theory & Practice of Track & Field Majoring (A)Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12180 | 篮球主修理论与实践(A)Ⅰ#Teaching Thoery & Practice of Basketball (Major) (A)Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 篮球方向 |
| U15015 | 篮球主修理论与实践Ⅱ#Teaching Thoery & Practice of Basketball (Major) Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12182 | 篮球主修理论与实践(A)Ⅲ #Teaching Thoery & Practice of Basketball (Major) (A) Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12183 | 篮球主修理论与实践(A)Ⅳ#Teaching Thoery & Practice of Basketball (Major) (A) Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12192 | 排球主修理论与实践(A)Ⅰ#Teaching Thoery & Practice of Volleyball (A)Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 排球方向 |
| U15022 | 排球主修理论与实践Ⅱ#Teaching Thoery & Practice of Volleyball Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12194 | 排球主修理论与实践(A)Ⅲ#Teaching Thoery & Practice of Volleyball (A)Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12195 | 排球主修理论与实践(A)Ⅳ#Teaching Thoery & Practice of Volleyball (A)Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12282 | 足球主修理论与实践(A)Ⅰ#Teaching Theory & Practice of Football (A)Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 足球方向 |
| U15064 | 足球主修理论与实践Ⅱ#Teaching Theory & Practice of Football Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12284 | 足球主修理论与实践(A)Ⅲ#Teaching Theory & Practice of Football (A) Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12285 | 足球主修理论与实践(A)Ⅳ#Teaching Theory & Practice of Football (A) Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12250 | 网球主修理论与实践(A)Ⅰ#Theory & Practice of Tennis Majoring (A)Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 网球方向 |
| U15049 | 网球主修理论与实践Ⅱ#Theory & Practice of Tennis Majoring Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12252 | 网球主修理论与实践(A)Ⅲ#Theory & Practice of Tennis Majoring (A) Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12253 | 网球主修理论与实践(A)Ⅳ#Theory & Practice of Tennis Majoring (A) Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12202 | 乒乓球主修理论与实践(A)Ⅰ#Teaching Thoery & Practice of Table Tennis (Major) (A)Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 乒乓球方向 |
| U15028 | 乒乓球主修理论与实践Ⅱ#Teaching Thoery & Practice of Table Tennis (Major) Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12204 | 乒乓球主修理论与实践(A)Ⅲ#Teaching Thoery & Practice of Table Tennis (Major) (A) Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12205 | 乒乓球主修理论与实践(A)Ⅳ#Teaching Thoery & Practice of Table Tennis (Major) (A) Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12164 | 健美操主修理论与实践(A)Ⅰ#Teaching Thoery & Practice of Aerobics (A)Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 健美操方向 |
| U15006 | 健美操主修理论与实践Ⅱ#Teaching Thoery & Practice of Aerobics Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12166 | 健美操主修理论与实践(A)Ⅲ#Teaching Thoery & Practice of Aerobics (A) Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12167 | 健美操主修理论与实践(A)Ⅳ#Teaching Thoery & Practice of Aerobics (A) Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12295 | 射击主修理论与实践Ⅰ#Teaching Theory & Practice of Shoot Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 射击方向 |
| U15030 | 射击主修理论与实践Ⅱ#Teaching Theory & Practice of Shoot Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12297 | 射击主修理论与实践Ⅲ#Teaching Theory & Practice of Shoot Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12298 | 射击主修理论与实践Ⅳ#Teaching Theory & Practice of Shoot Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12300 | 游泳主修理论与实践Ⅰ#Teaching Theory & Practice of Swimming Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 游泳方向 |
| U15057 | 游泳主修理论与实践Ⅱ#Teaching Theory & Practice of Swimming Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12302 | 游泳主修理论与实践Ⅲ#Teaching Theory & Practice of Swimming Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12303 | 游泳主修理论与实践Ⅳ#Teaching Theory & Practice of Swimming Ⅳ | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| U12290 | 举摔柔主修理论与实践Ⅰ#For fall soft project Ⅰ | 4 | 64 | 64 |  | 3 | 举摔柔方向 |
| U15008 | 举摔柔主修理论与实践Ⅱ#For fall soft project Ⅱ | 6 | 96 | 96 |  | 4 |
| U12292 | 举摔柔主修理论与实践Ⅲ#For fall soft project Ⅲ | 6 | 96 | 96 |  | 5 |
| U12293 | 举摔柔主修理论与实践Ⅳ#For fall soft project Ⅳ# | 6 | 96 | 96 |  | 6 |
| 应修学分小计 | 22 |
| 实践教学平台 | U11012 | 运动训练专业实习(A)Sports training professional internship (A) | 12 | +18 |  |  | 7 |  |
| X11001 | 入学教育及军训Entrance Education & Military Training | 0 | +3 |  |  | 1 |
| X11002 | 公益劳动Voluntary Labour | 0 | +2 |  |  | 1 |
| X11003 | 社会实践Social Practice | 0 | +2 |  |  | 1 |
| P11034 | 思想政治理论课实践教学The Practice of Ideological and Political TheoryCourse Teaching | 2 | +2 |  |  | 4 |
| U11009 | 职业资质培训(A)Occupation Qualification Training | 1 | +1 |  |  | 8 |
| U11006 | 运动训练专业毕业论文(A)Graduation Thesis for Sports Training (A) | 12 | +12 |  |  | 8 |
| X11004 | 毕业鉴定Graduation Education | 0 | +1 |  |  | 8 |
| 应修学分小计 |  27 |
| 总计 | 153 |
| 制定 |  | 审核 |  |
| 院长 |  |