

休闲体育专业人才培养方案

专业代码 040207T

授予学位 教育学学士

一、培养目标

培养拥护党的基本路线，德、智、体、美等全面发展，具有良好科学和人文素质，掌握休闲体育的基本理论与方法，具备休闲体育活动指导与管理、产业经营与服务、项目策划与推广、体育旅游与组织、健康指导与服务、休闲教学与研究的技能，能胜任休闲体育工作，具有完美人格和社会竞争力的休闲体育应用型人才。

二、培养规格

(一) 知识要求

1. 素养类知识

具有良好的思想道德修养；掌握一定的自然科学、社会科学和创新创业知识，熟悉一门外国语，能基本阅读与本专业有关的外文文献；熟练掌握计算机的应用知识；具有健康生活方式的有关知识。

2. 专业类知识

系统掌握休闲体育基础知识和各个分支学科的专门知识；理解运动技能的有关原理；了解休闲体育改革与发展动态以及休闲体育科研发展趋势；初步掌握体育科学研究方法，能够撰写休闲体育学术论文和研究报告。

(二) 能力要求

1. 获取与应用知识的能力

具有自主学习、自我发展的能力，能够利用现代化手段获取信息，语言文字表达能力良好。

具备较强的专项运动技能，能将专业知识与专业技能融会贯通；具有求真务实的科学态度，初步具有研究和解决休闲体育专业领域实际问题的能力；具有适应未来工作所需的操作能力和管理能力。

2. 创新创业能力

富有创新精神，具有敏锐的观察力和分析问题、解决问题的能力，基本具备从事休闲体育科学研究的能力；具有创业意识，创新精神，具备创新能力、创业能力、资源获取与整合能力；具有独立工作能力、沟通联系能力、合作协调能力。

3. 社会服务能力

具有公共服务意识和公益精神，具备社会服务的基本技能与方法，具有较强的团队精神、协作能力，能够从事休闲体育活动指导与管理、产业经营与服务、项目策划与推广、体育旅游与组织、健康指导与服务等社会服务工作。

(三) 素质要求

1. 基本素质

热爱祖国，拥护中国共产党的领导，牢固树立并践行社会主义核心价值观，具有高度的社会责任感、良好的敬业精神、较强的创新精神和实践能力；遵纪守法，诚实守信，恪守学术规范；具有人文情怀、科学素养和审美情趣；具有弘扬中华民族体育文化精神的自觉意识；具有强健的体魄、积极的人生态度和良好的心理素质。

2. 专业素质

掌握体育教育的基本理论、基本技能和基本方法，具备较强的专业技能；初步掌握体育学研究的基本手段和方法，能够运用体育学的理论和技能分析解决本专业领域各种实际问题；了解国家有关体育教育的方针、政策和法规；具有相关领域工作所需的创新精神、创业意识和从业资格。

三、修业年限及授予学位

1. 实行弹性学制。本专业基本学制 4 年，学生可在 3—6 年内完成学业。
2. 学生在规定的弹性学制内修满 152.5 学分并符合学位授予条件，授予教育学学士学位。

四、主干学科

体育学 教育学

五、核心课程

休闲体育概论、体育活动策划与管理、健康教育学、体育旅游概论、体育俱乐部经营与管理、体育社会学、运动解剖学、运动生理学、专项技术与理论。

六、课程设置及学分、学时分配

课程性质 学分 学时及 比例	合计	通识教育课程平台		学科专业基础课程平台	专业课程平台		实践教学与创新创业教育平台				
		必修	选修	必修	必修	选修	军事理论及训练	毕业实习	学年论文或课程设计	毕业论文	专项实践活动
学分	152.5 (28)	30	10	18	58.5	10	2	8	1	6	9
占总学分百分比(%)	100	19.7	6.6	11.8	38.4	6.6	1.3	5.2	0.7	3.9	5.9
学时	2384	688	160	288	1088	160					
占总学时百分比(%)	100	28.9	6.7	12.1	45.6	6.7					

注：1. 合计一栏（）中的数字是指必修课实践教学的学分数。实践教学学分（不含选修课）占总学分的 35.41%。

2. 实践教学学分包含：课程教学中实践部分和实践教学与创新创业教育平台规定部分。

七、毕业要求

修满规定学分，在知识掌握、能力培养和素质提升方面达到培养规格要求。毕业总学分为 152.5 学分，其中通识教育课程平台 40 学分，学科专业基础课程平台 18 学分，专业课程平台 68.5 学分，实践教学与创新创业教育平台 26 学分。

八、课程开设一览表

(一) 通识教育课程平台

通识教育课程平台共40学分，其中必修30学分，选修10学分。

课程性质	课程编号	课程名称	学分	周学时	总学时	学时分配		开设学期	考核方式	
						理论	实践			
必修课	180140011	思想道德修养与法律基础 Ideological Moral Cultivation & Introduction to Law	3	4	64	32	32	1	1	
	180140022	中国近现代史纲要 A Survey of Modern History of China	3	4	64	32	32	2	2	
	180140033	马克思主义基本原理概论 An Introduction to the Basic Principles of Marxism	3	4	64	32	32	3	1	
	180140043	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论（一） An Introduction to Mao Zedong Thought and the System of Theories of Socialism with Chinese Characteristics (I)	2	2	32	32		4	1	
	180140054	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论（二） An Introduction to Mao Zedong Thought and the System of Theories of Socialism with Chinese Characteristics (II)	3	4	64	32	32	5	1	
	180140061	形势与政策 Situation & Policy	2		96	64	32	1-8	2	
	230141001	大学英语预备级 College English(Sub-band)	3	4	64	48	16	1	1	
	190140011	大学英语(一) College English (I)	3	4	64	48	16	2	1	
	190140022	大学英语(二) College English (II)	3	4	64	48	16	3	1	
	190140033	大学英语(三) College English (III)	3	4	64	48	16	4	1	
	150141001	大学计算机基础 The Basic Knowledge of College Computer	2	3	48	32	16	2	2	
		合计		30		688	448	240		
	选修课	通识教育选修课	本专业属于艺体类，学生应选修模块一：文化遗产与人文素养；模块二：人类文明与社会发展；模块三：科技进步与生命教育。每个模块均不少于2学分，且通识教育选修课程总学分不少于10学分。							

注：考核方式中：“1”为考试，“2”为考查。

(二) 学科专业基础课程平台、专业课程平台

学科专业基础课程平台 18 学分。专业课程平台 68.5 学分，其中必修 58.5 学分，选修 10 学分。

课程性质	课程编号	课程名称	学分	周学时	总学时	学时分配		开设学期	考核方式	
						理论	实践			
专业类基础课程	120240011	体育概论 Introduction To physical Education	2	2	32	32		1	1	
	120240021	运动解剖学 Sports Anatomy	4	4	64	50	14	1	1	
	120240031	运动生理学 Exercise Physiology	4	4	64	50	14	2	1	
	120240071	体育科学研究方法 Research Methods of Physical Education Science	2	2	32	32		6	1	
	120240051	体育心理学 Sports Psychology	2	2	32	32		3	1	
	120240061	健康教育学 Health Education	2	2	32	32		3	1	
	120240241	体育社会学 Sports Sociology	2	2	32	32		2	1	
	合计		18		288	260	28			
	必修课	120340001	休闲体育概论 Introduction to leisure sports	2	2	32	32		2	1
		120340271	体育保健学 Sports Hygiene	2	2	32	28	4	3	1
		120340381	体育旅游概论 Introduction to sports tourism	2	2	32	32		2	1
		120340401	体育俱乐部经营与管理 Sports club operation and management	2	2	32	32		4	1
		120340101	运动技能学习与控制 Motor skills learning and control	2	2	32	32		3	1
		120240491	运动训练学 Sports Training	2	2	32	32		6	1
		120340111	田径（一） Track And Field（I）	1.5	2	32	10	22	1	2
		120340121	田径（二） Track And Field（II）	2	2	32	12	20	2	1
		120340131	体操（一） Gymnastics（I）	1.5	2	32	10	22	3	2
		120340141	体操（二） Gymnastics（II）	2	2	32	12	20	4	1
		120340151	篮球（一） Basketball（I）	1.5	2	32	10	22	3	2
120340161		篮球（二） Basketball（II）	2	2	32	12	20	4	1	
120340171		排球（一） Volleyball（I）	1.5	2	32	10	22	1	2	
120340181		排球（二） Volleyball（II）	2	2	32	12	20	2	1	
120340191	游泳（一） Swimming（I）	1.5	2	32	10	22	5	2		

		120340391	游泳（二） Swimming（II）	2	2	32	12	20	6	1
		120340201	足球（一） Football（I）	1.5	2	32	10	22	3	2
		120340211	足球（二） Football（II）	2	2	32	12	20	4	1
		120340221	武术（一） Martial Art（I）	1.5	2	32	10	22	1	2
		120340331	武术（二） Martial Art（II）	2	2	32	12	20	2	2
		120340341	体育游戏 Sports Games	1.5	2	32	8	24	6	2
		120340351	定向运动 Orienting sports	1.5	2	32	8	24	3	2
		120340251	形体健美操（一） Physical fitness（I）	1.5	2	32	10	22	3	2
		120340261	形体健美操（二） Physical fitness（II）	2	2	32	12	20	4	1
		120340371	户外运动 Outdoor Sports	1.5	2	32	8	24	4	2
		120340281	主项提高课（一） Main Item Improving（I）	3	4	64	14	50	5	2
		120340291	主项提高课（二） Main Item Improving（II）	3	4	64	14	50	6	2
		120340301	主项提高课（三） Main Item Improving（III）	2	2	32	12	20	8	1
		120340311	副项提高课（一） Vice-item Improving（I）	3	4	64	14	50	5	2
		120340321	副项提高课（二） Vice-item Improving（II）	3	4	64	14	50	6	2
		合计		59		1088	328	632		
选修课	专业课程平台	120340002	乒乓球 Table Tennis	1.5	2	32	6	26	3	1
		120340052	羽毛球 Badminton	1.5	2	32	6	26	4	1
		120340062	网球 Tennis	1.5	2	32	6	26	4	1
		120240072	体育统计学 Sports Statistics	2	2	32	32		5	2
		120340012	棒、垒球 Baseball、Softball	1.5	2	32	6	26	8	1
		120340022	瑜伽基础 Yoga basics	1.5	2	32	6	26	8	2
		120340032	体育舞蹈 Sports Dance	1.5	2	32	6	26	5	1
		120340122	体育管理学 Sports Management	2	2	32	32		2	1
		120340042	运动竞赛学 Sports Competition	2	2	32	32		5	1
		120340182	体育场馆科学化运营与管理研究 Research on scientific operation and management of sports venues	2	2	32	32		6	2
		120340162	民族传统体育 National Traditional Sports	2	2	32	32		4	1

	120340082	体育经济学 Sports Economics	2	2	32	32		6	2
	120340172	健身健美 Bodybuilding	1.5	2	32	6	26	8	2
	120340142	中国传统康复技术 Traditional Chinese rehabilitation technology	2	2	32	24	8	8	2
	120340202	气排球 Balloon Volleyball	1.5	2	32	6	26	8	2
学生在校期间应至少选修10学分。									

(三) 实践教学与创新创业教育平台

表格所包含的实践教学与创新创业教育平台合计 26 学分。

课程性质	课程编号	课程名称	学分	周数	开设学期	考核方式	备注
必修	240140011	军事理论及训练	2	2周	1	2	集中性实践教学
必修	120540441	毕业实习	8	一学期			集中性实践教学
必修	120540421	学年论文或课程设计	1		3-6	2	集中性实践教学
必修	120540431	毕业论文	6				集中性实践教学
必修	310140011	大学生职业生涯规划	0.5		2	2	专项实践活动共计9学分。其中创新创业类课程和社会实践合计7学分为必修，其余2学分学生可在志愿服务、活动参与、技能培训 and 竞赛成果中选修获得。具体计算办法参看《郑州师范学院创新创业与素质拓展学分认定管理办法》。
必修	310140031	大学生创业基础	2		3	2	
必修	310140041	大学生就业指导	0.5		6	2	
必修	120540451	社会实践	2			2	
必修	120540461	课外科技活动	2			2	
选修		志愿服务	2				
选修		活动参与	2				
选修		技能培训	2				
选修		竞赛成果	2				

九、培养要求与课程及教学活动关联矩阵

培养要求与通识教育必修课程及教学活动关联矩阵

培养要求 课程名称	知识要求		能力要求			素质要求	
	1	2	1	2	3	1	2
思想道德修养与法律基础	M					H	
中国近现代史纲要						H	
马克思主义基本原理概论	M						H
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	M					H	
形势与政策				L		H	
大学英语预备级	H		M				
大学英语	H		M				
大学计算机基础	H		M				

培养要求与学科专业基础课程及教学活动关联矩阵

培养要求 课程名称	知识要求		能力要求			素质要求	
	1	2	1	2	3	1	2
体育概论		H					M
运动解剖学		H					M
运动生理学		H					M
体育社会学		H					M
体育心理学		H					M
健康教育学		H					M
体育科学研究方法		H	M				

培养要求与专业课程及教学活动关联矩阵

培养要求 课程名称	知识要求		能力要求			素质要求	
	1	2	1	2	3	1	2
休闲体育概论		H	M				
体育旅游概论		H			M		
运动技能学习与控制		H					
田径			H				M
体操			H				M
篮球			H				M
排球			H				M
足球			H				M
武术			H				M
形体健美操			H				M
体育俱乐部经营与管理		H		M			
体育保健学		H			L		

主项提高课		M	H				M
棒、垒球			M				L
瑜伽基础			M				L
体育舞蹈			M				L
运动竞赛学			M				L
运动训练学			M				L
网球			M				L
体育经济学		M					M
户外运动		M					H
体育管理学		M				M	
体育场馆科学化运营 与管理研究						M	M
游泳			M			L	
副项提高课			M				M
民族传统体育		M					
体育游戏			M				
健身健美			M				
定向运动							M
乒乓球			M				M
羽毛球			M				M
中国传统康复技术		M	M			L	
气排球			M				L

培养要求与实践教学与创新创业教育平台课程及教学活动关联矩阵

课程名称	知识要求		能力要求			素质要求	
	1	2	1	2	3	1	2
军事理论及训练					M	H	
毕业实习					H		M
学年论文或课程设计			H				
毕业论文		M	H				M
大学生职业生涯规划			M	M	M		
大学生创业基础				M	M		
大学生就业指导		M		M	M		
社会实践					H		
课外科技活动				H	L		

注：H表示高度关联，M表示中度关联，L表示低度关联；

拟稿人 刘琪

审核人 王建永

学院院长 陶坚