专业代码: 040202K

运动训练专业培养方案 (足球方向优秀运动员)

一、课程设置

(一) 课程结构表

培养 平台	课程 性质		课程类别(模块)	修读学分	修读说明	学分分类 小计	占总学分比例 (%)
			思想政治理论类	17			
			体育概论课程	2	第二学期修读"体育概论 B"2 学分		
	通识必		军事类	2		31	21. 08%
	修		大学外语	8	第一学期修读"大学英语 C1",第二学期修读"大学英语 C2"		
			大学语文	2	第一学期修读大学语文 C-国文读写说◇2 学分		
通识			理念信念与家国情怀	≥2	至少修读"四史"课程1学分(1门课)、国家安全教育课程1学分(1门课),计2学分		
		素质	运动与健康	≥2	至少修读"大学生心理健康教育"课程(2学分)		
	通识选修	养成	艺术与审美	≥2	至少修读 2 学分	10	6.80%
		模块	劳动与创新创业	≥3	至少修读 3 学分, 其中需修读"大学生职业生涯规划"(1 学分)、 "创新创业与就业指导"(1 学分) 2 门课程		
			体育与科学技术	≥1	至少修读人工智能通识课程1学分(1门课)		
专业	专业必		学科基础	14		14	9. 52%
字	修	专业	学科类课程	21		76	51. 70%
2,	-	核心	术科类课程	55		10	01.10%

	基础素质拓展	军事技能训练	2	训练时间 2 周, 及格以上计 2 学分, 不及格者须重修。	2	1. 36%
	专业综合实践	毕业论文(设计)	4	论文选题应紧扣运动训练实际问题,通过毕业论文深化对运动 训练工作的理解,提高学术素养和解决问题的能力。要求第六 学期开题,第七学期结合教育实习完成调研工作,第八学期完 成论文撰写和答辩。	12	8. 16%
		专业实习	8	第七学期完成。要求进入体校、专业队、体育传统校、青训俱 乐部等,实习不少于 16 周。		
		创新创业实践	2	学生通过参加科研创新、创新创业训练、国际化交流、学术交流、学科竞赛等任一项实践活动所取得的成果,经学院认定后所获得学分,每项活动计2学分,不累计学分。	2	1. 36%
		毕	业要求总学生	}		147
				总学时		2652
부	毕业要求学时					2476
		176				

(二) 实践教学体系结构表

			λıЬ Т . 2⊞		坐要求 注学时		要求实践 学分
实践平台	实	践环节	一 涉及课 程门数	学时数	占总 学时 比例	学分数	占总学 分比例
必修课 程课	独立设置的实	运动项目技术类课程 (术科课)	1	1288	48.6%	53.7	36.5%
内实践	验实践课程	其他实验实践课程	/	/	/	/	/
	含有实验	19	192	7.2%	12	8.2%	
通识选修课 程课内实践		果程独立设置及 金实践课程	4	16	0.6%	1	0.7%
	基础	素质拓展	/	/	/	2	1.4%
课外实践	专业	综合实践	/	/	/	12	8.2%
	创新	创业实践	/	/	/	2	1.4%
	合	计	•	1496	56.4%	82.5	56.1 %
	集中性实践环	不节(周数)			18	3 周	

(三)运动训练专业优秀运动员课程计划表

课 程	课程	/D71	ун (п. д. Сы.	W ()	Wal				开课学	期和周	学时				学时分配	I L	期末者	考核类 型	47.32
性	类	代码	课程名称	学分	学时	大	·	大	:=	7	三	大	四	Λ. Ε.	यास्त	实验	4.14	+vk-	备注
质	别					1	2	3	4	5	6	7	8	理论	实践	- 头短	考试	考查	
		Z0011001	思想道德与法治◇	3	48		3							42	6			√	"形势与政策"
		Z0011002	中国近现代史纲要◇	3	48	3								42	6		√		课以线上线下教
		Z0011003	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论◇	3	48				3					36	12		√		学相结合的方式
		Z0011004	马克思主义基本原理◇	3	48			3						42	6		√		进行,课程教学
通识		Z0011005	习近平新时代中国特色社会主义思想概论◇	3	48		3							42	6		√		贯穿 1-8 学期。
必修		Z0011006	形势与政策◇	2	128	√	√	√	√	√	√	√	√	112	16			√	
25.110		Z0011009	大学语文 C-国文读写说◇	2	32	2								32			√		
		Z0011011	体育概论 B◇	2	32		2							28	4		√		
		Z00110142	大学英语 C1◇	4	64	4								48	16		√		
		Z00110143	大学英语 C2◇	4	64		4							48	16		√		
		Z0011015	军事理论	2	36	2								36			√		
		Z0111001*	中国共产党党史◇																·圣·思·斯· <i>拉·</i> 基·霍· <i>拉</i>
		Z0111002*	改革开放史◇	1	16	√	√							14	2		√		通识选修共需修
通识		Z0111003*	新中国史◇																读10学分,其中
选修		Z0111004*	社会主义发展史◇																劳动与创新创业
		Z0111005	国家安全教育	1	16			√	√	√	√	√	√	16			√		修读要求为大于 等于3
		Z0111006	大学生心理健康教育◇	2	32	2								30	2			√	410

1. 通识课程

课程	课程	代	课程名称	学分	学时 -				开课学期	期和周号	乡时			2	学时分配		期末書	考核类 型	备注
性质	类别	码		子分		大一		大二		J	大三	大	Д	理论	实践	实验	考试	考查	金 社
						1	2	3	4	5	6	7	8	上 生化		头视	与风	万 旦	
		详见选课清单	美育课程	2	32			√	√	√	√	√	√	32				√	
	通识	Z0111007	大学生职业生涯规划◇	1	16	2								10	6			√	
	选修	Z0111008	创新创业与就业指导◇	1	32				2					26	6			√	
		详见选课清单	劳动与创新创业课程	1	16			√	√	√	√	√	√					√	
		详见选课清单	人工智能课程	1	16			√	√	√	√	√	√	16			√		
	合计					15	14	7	5	2	2			652	104				

注:独立设置的实验实践课程用"◆"标示,含有实验实践的课程用"◇"标示。

2. 专业课程

\H 10									Ŧ	干课学期	和周学問	寸				学时分配	期末考型			备注
课程 性质	课程类别	序号	代码	课程名称	学分	学时	大	_	大	<u> </u>	大	Ξ	-	大四	理论	实践	实验	考试	考查	番 在
							1	2	3	4	5	6	7	8						
		1	S3221001	运动解剖学◇	4	64	4								52		12	√		ı
		2	S3221002	运动生理学◇	4	64		4							52		12	√		
	学科基础	3	S3221003	体育社会学	2	32			2						32			√		
		4	S3221004	运动心理学◇	2	32				2					28	4		√		
	专 业 必修 专业核心	5	S3221005	体育科研方法◇	2	32					2				20	12		√		
		1	S3222001	运动训练学	4	64			4						56	8		√		
		2	S3222002	运动选材与竞赛◇	2	32				2					28	4		√		
专业		3	S3222003	运动技能学习与控制◇	3	48			3						42	6		√		
业修		4	S3222004	运动生物力学	2	32					2				28		4	√		
	专业核心	5	S3222005	机能评定与营养	2	32					2				24		8		√	
		6	S3222006	运动损伤与康复	2	32						2			16	16			√	
		7	S3222007	学校体育学	2	32					2				32			√		
		8	S3222008	动作技术分析与诊断◆	2	32						2			16	16			√	
		9	S3222009	体能测试与评估◆	2	32					2				8	24			√	
	专项训练	1	S3223050*	足球专项训练竞赛理论与实践◆	55	1320	12	12	12	12	9	9	9	7.5	32	1288			~	
	ı	合计			90	1880	16	16	19	16	19	13	9	7.5	466	1378	36			

3. 实践环节

				周数				开证	果学期				考核	方式										
实践环节	代码	具体环节名称	学分		大	:	大	<u>=</u>	大	三	J	で四	考试	考查	备注									
					1	2	3	4	5	6	7	8	3 120	7.5										
	Z0111009	军事技能训练	2	2	√	√								√										
素质拓展实践	S3232001	毕业论文	4								√	√		√										
	S3232002	专业实习	8	16							√			√										
创新创业实践	S3233001	创新创业实践	2		√	√	√	√	√	√	√	√		√										
	合计																							

三、其他说明

经学校审定确认为优秀运动员和校代表队学生执行优秀运动员课表。 校代表队学生跟班线下授课。根据优秀运动员的具体训练竞赛任务,可 采用队读、校读、借读、网络授课等多种灵活的授课形式,确保培养方 案的实施。其中,借读参照学校《关于优秀运动员外校借读的有关规定》 执行。优秀运动员和校代表队员的专项教学训练理论与实践成绩由所在 省市、国家队或学校代表队教练员考核。专项教学训练理论与实践成绩 证明由所在运动项目管理中心或体育局盖章提交。

> 方案执笔人:苍海、鲍克、赵冰、武文强、 尚迎秋、徐刚、谢慧松、任定猛

> > 方案审核人: 苍海

专业负责人: 苍海

方案审批人: 苍海