

专业代码：040214TK

北京体育大学足球运动专业培养方案

本专业源于北京体育学院 1957 年建立的首个运动系，通过下设足球方向培养专业人才。2017 年学校成立首个独立的足球项目学院，制定了专门的人才培养方案，提出了运动员、教练员和裁判员培养目标。2024 年学校获批设立了足球运动专业。本专业面向体育强国建设战略需要，深化体育领域改革部署，全面贯彻党的教育方针，坚持“立德树人”，强化“学科融合”“体教融合”“产教融合”的培养理念，以聚焦项目发展和人才培养为己任，形成了高素养、厚基础、宽视野、擅实践的人才培养特色，构建了体育与教育、文化深度融合发展的专业人才培养新模式。本专业师资雄厚，拥有一支由专家学者、职业级教练员、国际级裁判员、留学归国博士构成的“教科训”相结合的双师型团队。依托国家体育总局运动训练重点实验室、人工智能体育实验室以及与中国足协共建的高端教练员培训基地等科研服务平台，优化配置足球教育资源，构建了“足球+”的专业课程体系。同时，与地方政府、职业俱乐部、科技企业等单位合作共建实习实训基地，实现了学历教育+职业培训“双融通”的教育教学模式，为复合型足球卓越人才培养开拓了一条新路径。

一、培养目标

（一）目标定位

本专业立足足球改革发展战略需求，适应足球人才培养需要，坚持立德树人、体教融合发展，培养具有坚定理想信念、良好社会责任、深厚人文底蕴、国际视野与创新精神，掌握先进的足球理念、扎实的体育

理论基础和全面的足球专业理论知识，具备高水平竞技能力、训练执教、竞赛执裁、行业组织与管理能力，能够在足球运动领域从事教学、训练、裁判、竞赛组织管理等工作的复合型卓越足球专业人才。

（二）目标内涵

毕业后 5 年左右在社会和专业领域发展预期：

目标 1：理想信念。理想信念坚定，自觉践行社会主义核心价值观；具有社会责任意识，能够在足球运动实践中弘扬体育精神，遵守职业道德和规范，履行责任。

目标 2：学科素养。掌握体育学科的基本原理、基本知识和基本方法；熟悉与足球运动相关的运动人体科学、体育人文社会学等跨学科知识；能够运用相关知识和现代信息技术对足球领域问题进行深入分析，并提出对策建议和解决方案。

目标 3：职业能力。精通足球教学训练、竞赛执裁、赛事组织、队伍管理等专业知识；熟悉队伍组织与管理工作，具备选拔建队、组织训练和指导比赛的执教能力；能够透彻理解比赛规则精神，具备根据比赛水平和实际情况公正执裁能力。

目标 4：综合发展。能够满足职业足球需求，具备技战术分析、体能训练等竞技服务能力；能够适应社会足球发展，具有创新创业、组织社区活动的职业发展能力；了解国际足球前沿与发展趋势，熟悉国家足球发展方针政策，具有自主学习能力，能够进行跨文化沟通与交流。

目标 5：领导能力。具有良好的规划和执行力、团队精神和沟通交流能力，能够承担个体、成员以及领导者的角色，在竞技训练、体育教

学、竞赛组织等不同类型的体育活动中，与教练员、裁判员及其他成员进行协同配合、集体合作。

二、毕业要求

（一）毕业要求项和指标点

本专业毕业生应该具有坚定的理想信念、良好的学科素养、突出的职业能力、可持续发展以及领导能力，具体毕业要求如下：

毕业要求 1：德行兼备

1.1 政治素养。了解新时代中国特色社会主义思想体系，自觉践行社会主义核心价值观，弘扬中华体育精神。

1.2 职业素养。热爱足球事业，具有职业理想、敬业精神和社会责任意识，能够在实践中遵守职业道德和规范，履行岗位职责。

1.3 行为规范。具备良好的人文素养，坚持真理，崇尚科学；诚实守信，遵纪守法；积极参加学校组织的各种劳动和社会实践活动。

毕业要求 2：基础深厚

2.1 学科知识。掌握体育学科的基本理论与基础知识，理解竞技体育知识体系的基本思想和结构，掌握执教执裁工作所需的教育学、心理学、生理学、解剖学等相关学科基本理论和方法。

2.2 专业知识。掌握运动训练学、学校体育学、运动竞赛学以及足球教学训练等专业知识。了解体育教师、运动表现分析以及足球赛事运营与管理等方向的基本理论、知识和方法。

2.3 思辨能力。初步掌握自我认知与反思的方法，具有问题意识，能够运用辩证、批判性思维方法分析足球理论与实践问题，通过科学视

角探究解决方案。

毕业要求 3：技能过硬

3.1 教练执教。应全面掌握足球教学、训练和比赛指导的基础理论知识，能够科学地开展教学、训练、比赛、选拔、测评等工作。毕业时获得亚足联/中国足协 C 级教练员等级证书，或中小学教师资格证。

3.2 裁判执裁。应全面掌握足球竞赛规则与裁判法基础理论知识；熟练掌握竞赛组织基础理论，能胜任不同裁判类型执裁工作。毕业时获得中国足协足球一级裁判员等级证书。

毕业要求 4：行业组织

4.1 队伍管理。掌握组建队伍的基本原则和方法，能够开展队伍选拔、组建、保障和参赛等组织管理工作。

4.2 赛事组织。能有效组织、策划以及开展不同类型的联赛或杯赛，具备一定的赛事组织运营能力。

4.3 竞技服务。掌握足球技战术分析、专项体能训练、足球装备管理、俱乐部运营等基本知识，毕业时获得足球技战术分析师、CSCS 体能教练、足球经纪人等至少一项资质证书。

毕业要求 5：综合提升

5.1 适应社会。通过见习、实习，了解协会、体育部门、学校、青少年俱乐部等组织机构、部门职责和 workflows，在不同岗位具备良好的沟通与协作能力。

5.2 终身学习。具有终身学习意识和学习资源获取能力，能够使用各种学习资源，主动参加在线课程、学术会议和行业研讨会等活动。

毕业要求 6：国际视野

6.1 前沿动态。了解国内外足球行业最新发展动态、理论前沿，能够经常阅读专业书籍和国内外文献，主动参加专业相关讲座，以拓宽视野和深化足球理解。

6.2 国际交流。具备一定的外语交流能力，能够在实践中通过访学、参会、培训、体育竞赛等形式与国际同行进行交流。

毕业要求 7：交流合作

7.1 沟通交流。具备表达、组织、沟通的能力，能够在教学、训练、执裁、赛事组织过程中，与不同主体（领导、同事、学生）进行有效沟通与合作。

7.2 创新创业。掌握创新创业知识，具备创新创业意识和素质，通过跨学科合作，开展足球科学研究活动，参与创新创业竞赛活动。

毕业要求 8：领导能力

8.1 自我规划。结合自身优势，合理进行职业规划，提升自我管理能力，实现个人成长和发展。

8.2 团队领导。具备良好的团队协作意识，能够在球队、俱乐部、学校中明确自身角色定位，组织和领导集体活动，实现团队目标。

（二）毕业要求与培养目标关系矩阵

培养目标 毕业要求		1.理想信念	2.学科素养	3.职业能力	4.综合发展	5.领导能力
1.德行兼备	1.1 政治素养	H	M		H	H
	1.2 职业素质	H		H	H	
	1.3 行为规范	H				H
2.基础深厚	2.1 学科知识		H	H		M
	2.2 专业知识			H		H
	2.3 思辨能力	H	H			H
3.技能过硬	3.3 教练执教		H	H		
	3.4 裁判执裁		H	H		
4.行业组织	4.1 队伍管理		M	M	H	H
	4.2 赛事组织				H	H
	4.3 竞技服务			H	H	
5.综合提升	5.1 适应社会		H	H	H	
	5.2 终身学习	H	H		H	
6.国际视野	6.1 前沿动态		H	H	M	M
	6.2 国际交流		H		H	
7.交流合作	7.1 沟通交流		M	M	H	M
	7.2 创新创业				H	H
8.领导能力	8.1 自我规划	H		M	H	H
	8.2 团队领导	H			M	H

注：H 代表高支撑，M 代表中支撑，低支撑或没有支撑无标识。

三、主干学科

体育学、教育学

四、学制与学位

学制：4 年

修业年限：4-6 年

授予学位：教育学学士

五、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（%）
通识	通识必修	思想政治理论类		17		31	20.67%
		军事理论		2	修读军事理论		
		体育素养类		2	修读体育概论 B		
		大学外语		8	修读大学外语 C		
		大学语文		2	修读大学语文 B		
	通识选修	素质养成模块（限选模块）	理想信念与家国情怀	≥2	至少修读“四史”、国家安全教育课程	14	9.33%
			运动与健康	≥2	至少修读“大学生心理健康教育”		
			艺术与审美	≥2			
			劳动与创新创业	≥3	至少修读“大学生职业生涯规划”“创新创业与就业指导”。		
		知识拓展（任选模块）	体育与人文社会	/			
			体育与科学技术	≥1	至少修读人工智能课程1 学分（1 门课）		
		能力提升（任选模块）	科研素养提升	/			
			职业能力发展				
			通用能力强化				
专业	专业必修	学科基础		16		16	10.67%
		专业核心		44.5		44.5	29.67%
	专业选修	专业限选		23.5	必须修读 3 门限选课程，4.5 学分。任选 1 个模块，修满 10 学分。同时，任选其他模块和高阶选修课程，至少修9 学分。专业选修合计 19 学分。	23.5	15.67%
		拓展选修					
		高阶选修					
实践	基础素质拓展	军事技能训练		2	详见实践环节考核说明	6	4%
		课外体育实践		1	详见实践环节考核说明		
		审美与人文教育实践		1	详见实践环节考核说明		
		劳动教育与社会服务实践		2	详见实践环节考核说明		
	专业综合实践	毕业论文		4		13	8.67%
		专业实习		8			
		专业技能实践环节		1			
	创新创业实践		2		2	1.33%	
毕业要求总学分						150	
毕业要求学时		总学时				2436	
		其中，必修课学时数				1844	
		其中，选修课学时数				592	

（二）实践教学体系结构表

实践平台	实践环节		涉及课程门数	毕业要求实践学时		毕业要求实践学分	
				学时数	占总学时比例	学分数	占总学分比例
必修课程 课内实践	独立设置的实验实践课程	运动项目技术类课程（术科课）	5	800	32.8%	33.3	22.2%
		其他实验实践课程	/	/	/	/	/
	含有实验实践的课程		9	62	2.6%	2.6	1.7%
通识选修课程课内实践	通识限选课程独立设置及含实验实践课程		5	18	0.7%	0.8	0.5%
专业选修课程课内实践	独立设置的实验实践课程	运动项目技术类课程（术科课）	6	192	7.9%	8	5.3%
		其他实验实践课程	/	/	/	/	/
	含有实验实践的课程		10	98	4%	4.1	2.7%
课外实践	基础素质拓展		/	/	/	6	4%
	专业综合实践		/	/	/	13	8.7%
	创新创业实践		/	/	/	2	1.3%
合计				1170	48%	69.8	46.5%
集中性实践环节（周数）				16 周			

(三) 课程设置与毕业要求关系矩阵

必修环节		1. 德行兼备			2. 基础深厚			3. 技能过硬		4. 行业组织			5. 综合提升		6. 国际视野		7. 文化交流		8. 领导能力	
		1.1 政治素养	1.2 职业素质	1.3 行为规范	2.1 学科知识	2.2 专业知识	2.3 思辨能力	3.1 教练执教	3.2 裁判执裁	4.1 队伍管理	4.2 竞赛组织	4.3 竞技服务	5.1 适应社会	5.2 终身学习	6.1 前沿动态	6.2 国际交流	7.1 沟通交流	7.2 创新创业	8.1 自我规划	8.2 团队领导
通识必修课程	思想道德与法治	H	H★	H★									H				M			M
	中国近现代史纲要	H												M			M			
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	H		H										M			M	H		
	马克思主义基本原理	H	H														M		M	H
	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	H★	H	M			M										M	M		H
	形势与政策	H	H										M							M
	军事理论	H				M														
	体育概论 B				H	M							H	M						M
	大学英语 C1-2													M	H	H			H	M
	大学语文 C-国文读写					H				H										H
通	四史课程	H	M	H										M						

必修环节 毕业要求		1. 德行兼备			2. 基础深厚			3. 技能过硬		4. 行业组织			5. 综合提升		6. 国际视野		7. 文化交流		8. 领导能力	
		1.1 政治素养	1.2 职业素质	1.3 行为规范	2.1 学科知识	2.2 专业知识	2.3 思辨能力	3.1 教练执教	3.2 裁判执裁	4.1 队伍管理	4.2 竞赛组织	4.3 竞技服务	5.1 适应社会	5.2 终身学习	6.1 前沿动态	6.2 国际交流	7.1 沟通交流	7.2 创新创业	8.1 自我规划	8.2 团队领导
识 限 选 课 程	国家安全教育	H	M	H															M	
	大学生心理健康教育	H		H									M						M	
	大学生职业生涯规划	H	H			H								M						
	创新创业与就业指导					H										H		H		M
	美育课程	H		H																
	人工智能课程				H	H														
	体育与人文社会			M	H								M							H
	体育与科学技术				H								M	H					H	
	科研素养提升		H	M										M				H		
	职业能力发展		H	M										M				H		H
	通用能力强化		H	M										M				H		H
学 科 基 础	运动解剖学				H			M				M		M						
	运动生理学				H			M				M		M						
	教育学				H			M				M		M						
	健康教育学		M					M		H				M			M			

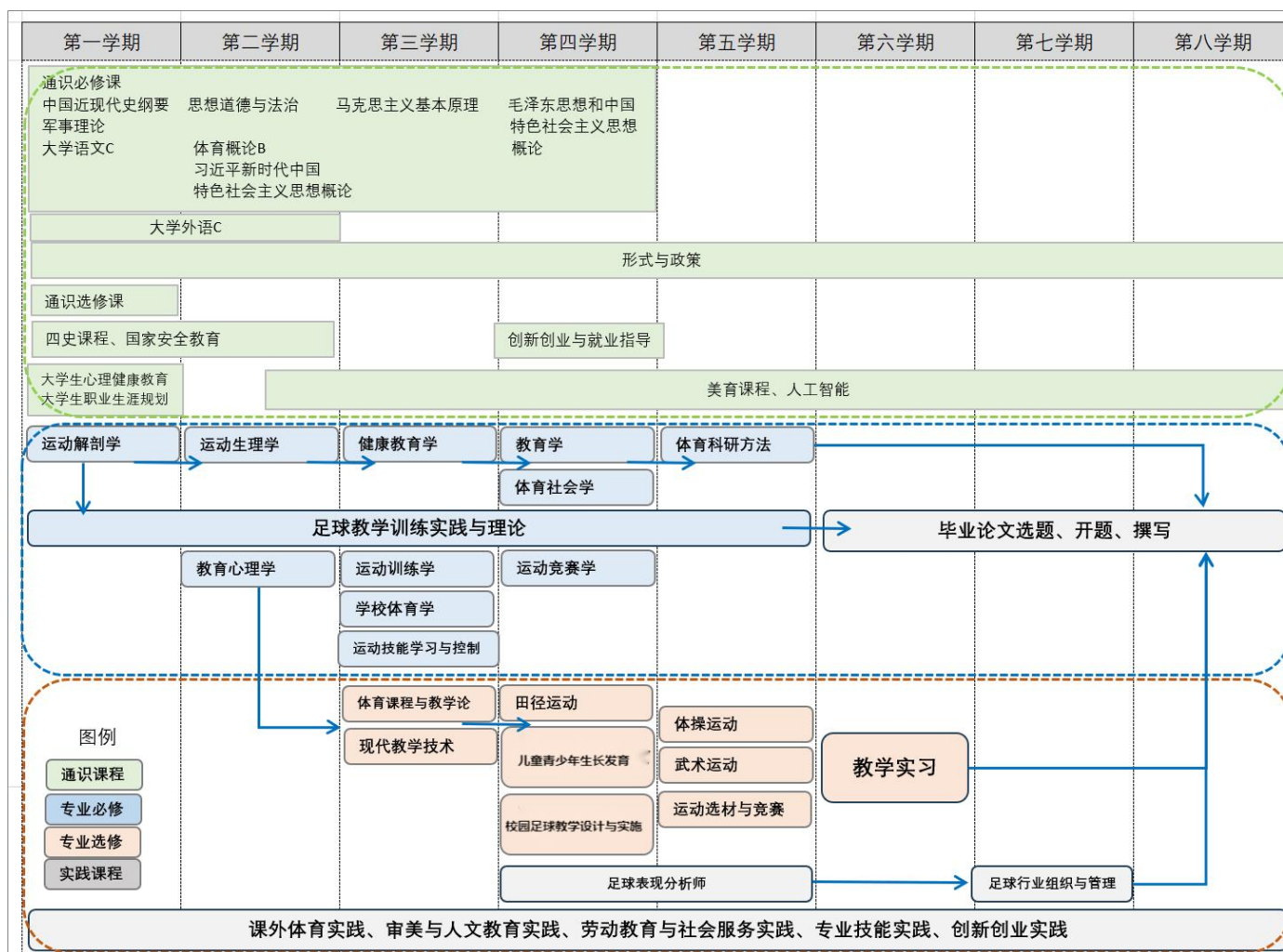
必修环节 毕业要求		1. 德行兼备			2. 基础深厚			3. 技能过硬		4. 行业组织			5. 综合提升		6. 国际视野		7. 文化交流		8. 领导能力	
		1.1 政治素养	1.2 职业素质	1.3 行为规范	2.1 学科知识	2.2 专业知识	2.3 思辨能力	3.1 教练执教	3.2 裁判执裁	4.1 队伍管理	4.2 竞赛组织	4.3 竞技服务	5.1 适应社会	5.2 终身学习	6.1 前沿动态	6.2 国际交流	7.1 沟通交流	7.2 创新创业	8.1 自我规划	8.2 团队领导
	体育科学研究方法		M		H		H							M						
	体育社会学				H									M			H			M
专业核心	运动训练学					H		M		M										
	学校体育学					H		M		M										
	运动竞赛学					H		M												
	运动技能学习与控制					H		M			H									
	教育心理学					H		M						M						
	足球教学训练实践与理论							H			H	M	M			M				
专业限选	田径					H							M				M			
	体操					H							M				M			
	武术												H	M			M			M
选修模块1	体育课程与教学论◇					H		H		H	M				H			M		
	儿童青少年生长发育					M		H		H	M				H			M		
	现代教育技术					M		H			M				M			M		
	运动选材与竞赛					M		M	M	H	M				M			M		

必修环节 毕业要求		1. 德行兼备			2. 基础深厚			3. 技能过硬		4. 行业组织			5. 综合提升		6. 国际视野		7. 文化交流		8. 领导能力	
		1.1 政治素养	1.2 职业素质	1.3 行为规范	2.1 学科知识	2.2 专业知识	2.3 思辨能力	3.1 教练执教	3.2 裁判执裁	4.1 队伍管理	4.2 竞赛组织	4.3 竞技服务	5.1 适应社会	5.2 终身学习	6.1 前沿动态	6.2 国际交流	7.1 沟通交流	7.2 创新创业	8.1 自我规划	8.2 团队领导
	校园足球教学设计与实施◇							H	M	H				M						H
选修模块2	足球比赛表现分析					H	H	H												
	足球智能监控					H		H				M								
	足球心理训练							H				M								
	足球体能测试与评估◇					M		H			M			M				M		
	机能评定与营养◇					M		H			M			M				M		
选修模块3	足球文化					M						M	H			M	M			M
	足球媒体传播		M							H		M	M		M		M			
	职业体育概论		M		M								H							M
	职业足球俱乐部		M					H		M					M					M
	运动队管理		M					H		M										M
素质拓展	军事技能训练	H		M															M	
	课外体育实践			M													M		M	H
	审美与人文教育实践		M				M							M			M			H

必修环节 毕业要求		1. 德行兼备			2. 基础深厚			3. 技能过硬		4. 行业组织			5. 综合提升		6. 国际视野		7. 文化交流		8. 领导能力	
		1.1 政治素养	1.2 职业素质	1.3 行为规范	2.1 学科知识	2.2 专业知识	2.3 思辨能力	3.1 教练执教	3.2 裁判执裁	4.1 队伍管理	4.2 竞赛组织	4.3 竞技服务	5.1 适应社会	5.2 终身学习	6.1 前沿动态	6.2 国际交流	7.1 沟通交流	7.2 创新创业	8.1 自我规划	8.2 团队领导
实践	劳动教育与社会服务实践		M	H													M		M	
专业综合实践	毕业论文		M			H	H							M				M		
	专业实习												M				H		H	
	专业综合实践环节												H	M			H	M	M	
创新创业实践环节												M	H				M	H	M	

注：H 代表高支撑，M 代表中支撑

（四）课程拓扑图



（五）课程计划表

1. 通识课程

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时								学时分配			期末考核类型		备注
						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查	
						1	2	3	4	5	6	7	8						
通识必修课程		Z0011001	思想道德与法治◇	3	48		3							42	6			√	
		Z0011002	中国近现代史纲要◇	3	48	3								42	6		√		
		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		√		
		Z0011004	马克思主义基本原理◇	3	48			3						42	6		√		
		Z0011005	习近平新时代中国特色社会主义思想概论◇	3	48		3							42	6		√		
		Z0011006	形势与政策◇	2	128	√	√	√	√	√	√	√	√	112	16			√	
		Z0011015	军事理论	2	32	2								32			√		
		Z00110111	体育概论 B	2	32		2							28	4		√		
		Z00110141	大学英语 C1	4	64	4								48	16		√		
		Z00110142	大学英语 C2	4	64		4							48	16		√		
		Z0011009	大学语文 C-国文读写	2	32	2								28	4		√		

通识选修	通识限选	Z0111001-4	四史课程◇	1	16	√	√							14	2		√	
		Z0111005	国家安全教育	1	16	√	√							14	2		√	
		Z0111006	大学生心理健康教育◇	2	32	2								30	2			√
		Z0111007	大学生职业生涯规划◇	1	16	1								10	6			√
		Z0111008	创新创业与就业指导◇	2	32				2					26	6			√
		详见选课清单	美育课程	2	32		√	√	√	√	√	√	√	32			√	
		详见选课清单	人工智能课程	1	16			√	√	√	√	√	√	16			√	
	通识任选	知识拓展 （任选模块）	体育与人文社会					√	√	√	√	√	√					√
			体育与科学技术					√	√	√	√	√	√					√
		能力提升 （任选模块）	科研素养提升					√	√	√	√	√	√					
			职业能力发展					√	√	√	√	√	√					
			通用能力强化					√	√	√	√	√	√					
合计				41	752	14	12	3	5	0	0	0	0	642	110			

2. 专业课程

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时	学时分配	期末考核类型	备注
------	------	----	------	----	----	----------	------	--------	----

						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查	
						1	2	3	4	5	6	7	8						
专业必修	学科基础	P3421001	运动解剖学◇	4	64	4								52		12	√		
		P3421002	运动生理学◇	4	64		4							52		12	√		
		P3421003	教育学	2	32				2					28	4		√		
		P3421004	健康教育学◇	2	32			2						28	4		√		
		P3421005	体育科学研究方法◇	2	32					2				20	12		√		
		P3421006	体育社会学	2	32				2					28	4		√		
	专业核心	P3422001	运动训练学	4	64			4						58	6		√		
		P3422002	学校体育学	2	32			2						32			√		
		P3422003	运动竞赛	2	32				2					32			√		
		P3422004	运动技能学习与控制◇	2	32			2						28		4	√		
		P3422005	教育心理学	2	32		2							28	4		√		
		P3423001-5	足球教学训练实践与理论 1	6.5	160	10								32	128			√	
			足球教学训练实践与理论 2	6.5	160		10							32	128			√	
			足球教学训练实践与理论 3	6.5	160			10						32	128			√	
			足球教学训练实践与理论 4	6.5	160				10					32	128			√	
			足球教学训练实践与理论 5	6.5	160					10				32	128			√	
专业选修	专业限选	P3423006	田径	1.5	32				2					24	8			√	必须修读 3 门限选 课程，共
		P3423007	体操	1.5	32					2				28	4			√	
		P3423008	武术	1.5	32					2				24	8			√	

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时								学时分配			期末考核类型		备注
						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查	
						1	2	3	4	5	6	7	8						
	校园足球指导员	P3424001	体育课程与教学论◇	2	32			2						28	4		√		4.5 学分。三个选修模块任选 1 个模块，修满 10 学分。同时，自主选修其他模块和高阶选修课程，至少选修 9 个学分。共需修读 19 学分
		P3424002	儿童青少年生长发育	2	32				2					28	4		√		
		P3424003	现代教育技术	2	32			2						24	8			√	
		P3424004	运动选材与竞赛	2	32					2				32				√	
		P3424005	校园足球教学设计与实施◇	2	32				2					24	8			√	
	足球运动表现分析师	P3425001	足球比赛表现分析◇	3	48			3						44	4			√	
		P3425002	足球智能监控◇	2	32					2				26	6			√	
		P3425003	足球心理训练◇	2	32					2				32				√	
		P3425004	足球体能测试与评估◇	2	32							2		8	24			√	
		P3425005	机能评定与营养◇	2	32							2		24		8		√	
	足球行业组织与管理	P3426001	足球文化	2	32				2					32				√	
		P3426002	足球媒体传播◇	2	32							2		28	4			√	
		P3426003	职业体育概论	2	32							2		32			√		
		P3426004	职业足球俱乐部◇	2	32					2				24	8			√	
		P3426005	运动队管理	2	32					2				24	8			√	
高阶选修	P3427001	运动训练学（进阶）	2	32							2		32				√		
	P3427004	篮球	1.5	32				2					6	26			√		

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时								学时分配			期末考核类型		备注
						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查	
						1	2	3	4	5	6	7	8						
		P3427005	排球	1.5	32					2				6	26			√	
		P3427006	健美操	1.5	32					2				6	26			√	
合计				80	1968	14	16	27	28	28		10	0	1004	928	36			

3. 实践环节

实践环节	代码	具体环节名称	学分	周数	开课学期								考核方式		备注
					大一		大二		大三		大四		考试	考查	
					1	2	3	4	5	6	7	8			
素质拓展实践	Z0111009	军事技能训练	2	2	√									√	
	P3431001	课外体育实践	1		√	√	√	√	√		√	√		√	
	P3431002	审美与人文教育实践	1		√	√	√	√	√		√	√		√	
	P3431003	劳动教育与社会服务实践	2		√	√	√	√	√		√	√		√	
专业综合实践	P3432001	毕业论文	4								√	√		√	
	P3432002	专业实习	8	16						√				√	
	P3432003	专业技能实践	1		√	√	√	√	√		√			√	
	P3433001	创新创业实践	2		√	√	√	√	√		√			√	
合计			21												

六、各学期指导性修读学分与周学时分布表

（一）各学期指导性修读学分布

课程类别	开课学期							
	大一		大二		大三		大四	
	1	2	3	4	5	6	7	8
通识必修	11	12	3	3	/	/	/	2
通识限选	3	4	/	2	/	/	/	3
通识任选	/	/	/	/	2	/	/	/
专业必修	10.5	12.5	16.5	12.5	8.5	/	/	/
专业选修	/	/	7	7.5	9	/	/	/
实践环节	/	/	/	/	/	8	10	3
合计	24.5	28.5	26.5	25	19.5	8	10	8

（二）各学期指导性修读周学时分布

课程类别	开课学期							
	大一		大二		大三		大四	
	1	2	3	4	5	6	7	8
通识必修	11	12	3	3	/	/	/	2
通识限选	3	4	/	2	/	/	/	3
通识任选	/	/	/	/	/	/	/	/
专业必修	14	16	20	16	12	/	/	/
专业选修	/	/	7	8	10	/	4	/
实践环节	/	/	/	/	/	8	10	3
合计	28	32	30	29	22	8	14	8

七、专业必修课程简介

（一）学科基础课程

1. 课程名称：运动解剖学

学分：4

学时：64

主要内容：本课程为本专业学生开设的学科基础课程。通过本课程的学习，使学生了解人体各器官系统的基本形态、结构和功能及其相互关系，重点掌握人体运动器官的结构特征、工作原理和运动规律，并初步学会对运动技术动作进行解剖学分析；同时还应掌握内脏、脉管、感官、神经和内分泌等系统的组成、功能，并了解其主要器官的基本结构特征；初步学会运用解剖学知识分析和解决体育运动实践中出现的问题。

先修课程：无

2. 课程名称：运动生理学

学分：4

学时：64

主要内容：本课程是为本专业学生开设的学科基础课。本课程主要介绍两部分内容，即基础篇和应用篇，前者主要包括绪论、骨骼肌机能、血液、循环机能、呼吸机能、物质与能量代谢、内分泌功能、感觉机能、神经系统机能，后者主要包括运动技能、有氧、无氧工作能力、身体素质、运动性疲劳、运动过程中人体机能变化规律、特殊环境与运动、运动机能的生理学评定、儿童少年生长发育与体育运动、女性的生理特点与体育运动等，这些都是本专业学生在今后参与运动训练与运动竞赛实践中必须掌握的运动科学基本理论、基本知识和基本技能。

通过本课程的教学，使学生系统掌握运动生理学基本知识，培养学生应用运动生理基本理论知识分析解决有关运动训练和体育科研中问题的基本能力，树立“科学训练”的意识，引导学生在运动训练和竞赛中从人体科学的角度看待问题，启发同学们深入研究运动专项中人体的生理特点，提高学生掌握和应用运动人体科学的综合素质。

先修课程：运动解剖学

3. 课程名称：教育学

学分：2

学时：32

主要内容：本课程是为本专业学生开设的学科基础课。本课程通过对教育现象和教育基本问题的探究，揭示了教育发展基本规律，介绍了课程与教学设计的基本程序和方法，以构建教育理论体系，形成教学基本技能。本课程既涉及教育理论研究，又注重对教学实践技能的培养。

本课程旨在通过教育学基本理论的教学，帮助学生建立“以学生发展为中心”的教育意识和教育理念，初步掌握教育学相关的基本概念和原理，熟悉各种教学理论和教学常规，了解基础教育课程改革要求，并形成初步的课程与教学设计的基本技能，从而培养学生从事体育教师行业。

4. 课程名称：健康教育学

学分：2

学时：32

主要内容：本课程包括健康教育的基本理论和操作流程，对健康教育相关或相似的概念进行辨析，深入理解健康教育的重要性和特点。掌

握健康行为改变影响因素的分析方法，合理设计、实施与评价以运动为抓手的健康教育干预项目，将所学知识应用于服务学校、职业场所和社区的体育教学，培养能够提升个体或人群健康的教育领域人才。了解学术写作、学术演讲规范，锻炼语言表达能力和学术写作能力，掌握教学基本技能。

先修课程：运动生理学

5. 课程名称：体育科学研究方法

学分：2

学时：32

主要内容：本课程是为本专业学生开设的学科基础课程。主要介绍体育科学研究的一般过程、研究设计、资料收集和分析的具体方法技术。通过课程学习，使学生了解并掌握如何将自己感兴趣的问题转化为具有一定理论和实践价值的研究课题，如何检索、管理、研读文献，如何设计出一套研究方案并实施，如何撰写规范的研究计划书和研究报告，以及如何展示自己的研究成果。

本课程的教学目标是培养学生的研究意识和科学精神，使学生具备实证科学的思维方式和研究实践能力。帮助学生初步了解体育科学研究的基本程序与规范，掌握研究的基础知识和主要方法，培养学生从事体育科学研究的基本能力。通过课程教学，努力使学生在研究方法技术操作层面达到“七会”，即会选题、会文献检索、会写文献综述、会研究设计、会写开题报告、会运用常见的体育研究方法、会报告研究成果。

6. 课程名称：体育社会学

学分：2

学时：32

主要内容：本课程主要介绍体育社会学基本理论，体育的社会结构、特点以及与社会相互关系，不同体育形态以及体育社会问题等内容。通过体育社会学课程的学习使学生了解体育社会学的基本理论，认识体育社会现象及表现形式和基本特征；引导学生运用正确的方法了解和分析体育中的各种社会现象和问题；使学生能比较全面、准确地把握体育现象的社会本质，树立正确的体育观；通过实践了解和掌握一般社会调查的方法。

（二）专业核心课程

1. 课程名称：运动训练学

学分：4

学时：64

主要内容：运动训练学是研究和阐明训练过程一般规律的学科，是竞技体育创造优异运动成绩最为重要的支撑理论之一，是本专业方向学生必须掌握的专业核心课程。通过对运动训练学理论与训练操作思路的学习，使学生能够了解竞技体育发展的基本趋势和运动训练的基本特征；能够领悟竞技体育、运动训练、运动成绩、训练原则、训练方法、竞技能力、训练计划等关键概念的基本内涵；基本掌握从事运动训练必须遵循的基本原则和应用要求；掌握运动训练方法的基本构成及其应用要点；掌握竞技能力结构以及各个竞技能力相互关系及其训练；从理论层面把握训练过程的基本结构，以及多年、全年、大周期、阶段、周、课训练计划制定的要点。本课程的教学目标是结合足球运动专业学生的专项实践特征，引导学生了解、认知和把握运动训练的基本理论与方法，并通

过实践案例分析，培养与提高学生分析和解决训练实践问题的能力。

先修课程：运动解剖学、运动生理学、运动心理学

2. 课程名称：学校体育学

学分：2

学时：32

主要内容：本课程介绍了学校体育的发展历程及其思想演变、学校体育的结构功能与目标、体育教学、课余体育、学校体育管理的基本理论和研究进展等相关内容，以构成学校体育理论体系。本课程既有很强的理论性，又有很强的实践性，是一门应用性极强的课程。

通过本课程的学习，要求学生了解学校体育的产生和发展历程，掌握学校体育思想的历史演变，理解学校体育在当代社会中的地位，认识学校体育的功能、学校体育与社会体育、竞技体育的关系，掌握学校体育教学、课余体育锻炼、课余体育训练与竞赛、学校体育课程等基本知识，初步了解我国学校体育的基本理论，树立现代体育教育理念，为今后从事学校教育工作打下基础。

先修课程：体育概论、教育学

3. 课程名称：运动竞赛学

学分：2

学时：32

主要内容：本课程是为本专业本科学生开设的专业核心课，主要介绍现代运动竞赛的构成、类别、功能与价值，运动竞赛方法的基本要素及其特点、运动竞赛组织与运行体系、竞赛规则与竞赛规程等竞赛文件、运动竞赛的管理体制等。通过本课程的学习，使学生比较全面地掌握运

动竞赛的基本理论知识，掌握主要运动竞赛方法，了解运动竞赛的管理体系以及运动竞赛的组织工作体系，培养学生分析、解决相关问题的能力。在此基础上，通过实践性教学活动，培养学生从事运动竞赛相关工作的实践能力，全面提高学生对于现代运动竞赛的认知与实践能力。

4. 课程名称：运动技能学习与控制

学分：2

学时：32

主要内容：本课程通过课堂学习和实验课程等方式，本课程要求学生能够掌握运动技能学习与控制的基本理论；了解运动技能学习与控制的主要学派及其观点；获得动作形成发展以及控制等方面的知识；并掌握运动技能学习与控制的实验技能和研究方法。通过课堂学习和实验课程等方式，本课程要求学生熟悉运动技能学习与控制理论在体育教学与运动训练中的应用；获得动作形成发展以及控制等知识的应用；具备使用运动技能学习理论指导全民健身与科学训练的能力。

先修课程：运动生理学、运动解剖学

5. 课程名称：足球教学训练实践与理论

学分：33

学时：800

主要内容：课程旨在系统培养学生的足球教学与训练能力，帮助其掌握科学的训练方法和教学策略。课程内容涵盖足球教学的基本理论、教学方法与技巧、足球战术的设计与实施、训练计划的制定与执行、体能训练与恢复、足球运动员的心理辅导、比赛分析与反馈，以及最新的足球教学与训练科技应用。通过课堂讲授、实地训练、视频分析、小组

讨论和教学实习等多样化的教学方法，使学生能够将理论知识有效应用于实践中，提升其综合教学和训练能力。教学目标包括：掌握足球教学的基本理论和方法：使学生熟悉足球教学的基础理论和方法，能够设计和实施有效的教学方案，提高教学效果。提高足球战术设计与实施能力：培养学生对足球战术的理解和设计能力，能够在实际训练中有效实施战术，提高球队的整体战斗力。制定与执行科学的训练计划：使学生掌握训练计划的制定原则和执行方法，能够根据运动员的实际情况制定个性化的训练计划。提升体能训练与恢复技能：使学生了解体能训练与恢复的基本知识，掌握科学的体能训练方法和恢复手段，提高运动员的身体素质和竞技能力。开展足球运动员的心理辅导：培养学生对足球运动员心理健康的关注，掌握基本的心理辅导技巧，能够帮助运动员应对比赛和训练中的心理挑战。进行比赛分析与反馈：学习和掌握比赛分析的方法，能够对比赛进行科学地分析与评价，并提出改进意见，提高球队的比赛水平。应用最新的足球教学与训练科技：了解并掌握最新的足球教学与训练科技，能够将其应用于实际教学和训练中，提高训练的科学性和有效性。

6. 课程名称：教育心理学

学分：2

学时：32

主要内容：本课程是为本专业本科学生开设的专业核心课，主要介绍在教育情境下学生、教师、教学内容、教授手段和教学环境之间的关系，重点强调学生学习、教育干预的效果、教学心理，以及学校组织的教学过程等内容。通过课程教学，首先了解学生学习的性质、特点及类

型以及各种学习的过程及条件；其次，掌握如何运用学生学习及其规律，去设计课程、改良教学的方法与原则。

先修课程：教育学、学校体育学

八、实践环节考核说明

（一）素质拓展实践

1. 军事技能训练（2 学分）

军事技能训练考核由学校和承训教官共同组织实施，成绩分优秀、良好、及格和不及格四个等级，根据学生参训时间、现实表现、掌握程度综合评定。

2. 课外体育实践（1 学分）

早操晨练（0.5 学分）。考核要求：本科学习期间 1-5 学期每周一、三、五（每周 3 次）结合专业特点安排早操活动和开展早操思政课。根据早操出勤情况设优秀、合格和不合格三档，合格以上可获得 0.5 学分。学期内无故缺勤超过总出勤次数的 1/4 者，无法获得学分，按不及格处理。除按学校早操管理规定处理外，需要通过社会服务和志愿服务增加同等时数的形式补充获得相应学分。

参与各级各类体育赛事、参加体育类社团和学院学生会体育活动等实践内容（0.5 学分）。考核要求：1-6 学期，至少完成 4 次，由赛事（活动）举办方认定或提交学术（活动）参与证明，完成可获得 0.5 学分，不合格可通过最后两学期赛事组织和继续参加相关活动予以补充。

3. 审美与人文教育实践（1 学分）

本科修读期间完成以下实践活动内容之一，经学院认定可获得 2 个学分。

（1）经典著作研读或者自选文学、体育、教育、艺术等经典作品，撰写读书笔记或读后感，参加读书会分享等活动，每学期至少 1 次。

（2）参观博物馆、艺术馆、展览馆、美术馆、党史教育纪念馆等，撰写读书笔记或读后感，参加研讨分享等活动，每学期至少 1 次。

（3）参加学校《冠军讲体育》《体育人文大讲堂》《体育科技大讲堂》三门课修读。

（4）参加学院、学校或有关部门、社会团体组织的艺术作品展演、文艺演出以及包括足球等项目在内的大型赛事等活动，表现良好。

4. 劳动教育（志愿服务）与社会服务实践（2 学分）

（1）日常生活（每周二、周四的宿舍文化建设日常劳动，开展宿舍文化建设评比和检查，每学期不少于 4 次，合格者可获得相应的学分，开展校园责任区劳动实践活动，足球场、田径场等劳动安排，每学期不少于 4 次，完成任务获得相应的学分。两项劳动任务互为补充，学期内完成 8 次，经学院认定可获得相应学分和校园公益劳动（如图书馆图书整理、校史馆讲解、招生/本科教学/就业咨询助理以及其他学校学院劳动实践活动学期内 8 次以上）1 学分，每学期该类劳动实践不少于 16 学时。

（2）生产劳动融入专业综合实践和创新创业实践环节开展，不单独计学分。

（3）社会实践和志愿服务劳动 1 学分，包括参与基层体育支教、全民健身推广、重要赛事志愿服务等活动，以及参加学院、学校或社会组织的其他相关活动（劳动教育活动和志愿服务活动）；

（4）参加具有一定影响的、有关部门认证的活动，第 1-6 学期（含

寒暑假），学生需完成不少于 3 次的社会服务实践，每学年至少完成 1 次，并至少提交 1 份《社会实践见闻》，经学院确认以后方可承认，计 1 学分。

（二）专业综合实践

1. 毕业论文（4 学分）

本专业学生在校期间，应在导师指导下完成毕业论文（设计），研究内容原则上应符合足球运动专业培养方向要求。第六学期完成开题，第八学期完成毕业论文（设计），并且评审通过、修改通过者，准予获得 4 学分。论文评审不通过者，不予获得学分。允许在毕业后 1 年之内对论文进行修改，修改后论文评审通过者，准予获得 4 学分。

2. 专业实习（8 学分）

本专业学生在校期间，需完成专业实习，时间不少于 16 周，共计 8 学分。实习结束后，学生需完成并提交《教育实习手册》，作为完成实习和评定成绩的重要依据。专业实习可与学生寒暑假社会实践结合起来，与教练员、裁判员培养的实践内容结合起来，统筹安排。实习成绩考核由学生本人实习材料和现实表现两部分组成。实习材料由学院指定的实习指导教师考核认定，现实表现成绩由学院指定的实习指导教师、实习单位实习工作管理人员以及学院实习工作领导小组综合认定。实习考核成绩及格以上者方可获得专业实习学分。未参加实习（包括中途离开）或实习不及格的学生不能获得专业实习学分。

3. 专业技能实践（1 学分）

学生需在本科期间完成足球执教执裁技能训练，至少获得 1 项体育相关职业资格证书或职业技能证书，包括但不限于执教方面获得中国足

协 C 级（含 C 级）以上教练员证书，并在执裁方面获得国家足球一级（含一级）以上裁判员证书，并能胜任和完成校级以上执教执裁工作任务，完成不少于 16 学时的执教执裁实践、赛事组织等活动，完成后经学院认定可获得 1 学分。

（三）创新创业实践

本专业学生在校期间，需参加创新创业实践活动，共计 2 学分。符合科研创新（参与科研项目、发表学术论文/作品、获取专利/著作权授权）、创新创业训练项目和竞赛、国际交流与实习、学科竞赛、国际国内二级以上学会的学术会议、参与学术讲座等修读要求的一项，经学院审核合格，可获得相应学分。

（1）以学校或学院为单位，以作品署名为准，参加学校及以上的有关足球研究方向的科研项目，发表有关学术论文/作品、获取专利/著作权授权；

（2）每学期至少参加 3 次及以上学校和学院组织的学术讲座和论坛。

（3）至少参与 1 次学院及以上组织的校级及以上有关足球方向的“互联网+”创新创业大赛/挑战杯/创青春中国青年创新创业大赛等创新创业类竞赛、创新创业项目；

（4）参与有关足球领域的创业活动，作为主要创始人成立公司企业，开展足球推广和服务社会活动。

（5）至少参与 1 次国际足联、亚足联等教学训练科研方面的交流活动或参加足球国际交流项目、国际学术会议等。

（6）至少代表学校参加 1 次足球专业领域的各类技能竞赛并获得成

绩。

方案执笔人：张业勤

方案审核人：任定猛

专业负责人：任定猛

方案审批人：顾春雨