

# 运动人体科学专业人才培养方案

学科门类：教育学 专业代码：040205

## 一、培养目标

本专业培养德、智、体等方面全面发展，具有科学精神、人文素养和社会责任感，具备现代教育、健康理念，掌握体育学、生物科学、基础医学和教育学专业理论知识与技能，能够在各级体育科学研究、运动训练、体育教学、健康教育管理等机构从事人体机能监控、运动健身指导、运动营养指导、运动健康管理、体育教学及科学研究等方面工作的应用型人才。

## 二、培养要求

毕业生应获得以下几方面的知识和能力：

1. 具有良好的道德品质，树立正确的世界观、人生观和价值观，具备科学精神、人文素养和社会责任感。
2. 掌握与培养目标相关的体育学、生物科学、基础医学和教育学的基本知识、基本理论和基本技能。
3. 掌握运动人体科学的理论与方法，具有人体机能监控、运动伤病的预防与处理、体质健康评价、运动健身指导、运动营养指导、健康指导与管理的基本能力。
4. 具有检索专业文献和运动科学综合实验的基本能力和跟踪本专业及相关专业学科发展动态的能力；初步具有从事运动科学教学与研究工作的实践能力。
5. 熟悉国家有关体育事业的政策和法规；掌握一定的体育技能，达到《国家学生体质健康标准》的要求，养成良好的锻炼习惯。
6. 熟悉一门外国语，能初步阅读与本专业有关的外文书刊，基本掌握计算机的应用知识。

## 三、主干学科

体育学、生物科学、基础医学。

## 四、主要课程

运动解剖学、运动生理学、运动生物化学、运动生物力学、运动心理学、运动营养学、体适能评定方法与实践、运动机能评价与监控、体质测量与评价、运动伤害防护与急救、临床医学概要、运动处方等。

## 五、主要实践性教学环节

临床医学概要实验、运动解剖学实验、运动生理学实验、运动生物化学实验、运动生物力学实验、分子生物学实验、体质测量与评价实验、体适能（运动）评定实验、运动机能评定实验、中医推拿实验等，以及社会调查（实践）、毕业实习、毕业论文、学术活动等。

## 六、修业年限

基本修业年限为4年，学习期限为3-8年。

## 七、毕业学分、授予学位

按规定要求修满160学分准予毕业，授予教育学学士学位。

## 八、课程设置

### （一）课程结构体系

表1 课程结构体系

课程类型	课程性质	总学时	理论学时	实验/实践	总学分	理论学分	实验/实践	修读学分所占比例
------	------	-----	------	-------	-----	------	-------	----------

					学时			学分	(%)
通识教育课程	通识必修课程	必修	688	446	242	43	28	15	26.88
	通识选修课程	选修	96	96		6	6		3.75
专业教育课程	专业基础课程	必修	240	202	38	15	12.5	2.5	9.38
	专业核心课程	必修	784	566	218	49	35.5	13.5	30.63
	专业选修课程	选修	512	312	200	32	18.5	13.5	13.13
实践教学模块	入学教育与军训	必修	2周						
	专业技能培训实践周	必修	6周			6		6	3.75
	专业实习	必修	18周			10		10	6.25
	毕业论文(设计)	必修	6周			6		6	3.75
创新创业教育模块		必修	64	64		4	4		2.5
第二课堂与科技创新活动		4							不计入总学分
合计			2384	1686	698	171	104.5	66.5	100
毕业要求学分		160							
必修实践环节学分占毕业要求学分比例(%)		33.13							

## (二) 课程设置表

具体课程设置见附表1。

## (三) 辅修专业课程设置表

具体课程设置见附表2。

## (四) 课程与培养要求对应关系表

具体设置见附表3。

## 九、其它说明

1. 学生在校期间，通过运动等级、裁判等级、参与科技创新、发表论文、获得各类技能证书等可获得奖励学分，此学分可充抵专业选修模块学分，各项奖励学分总和不得超过4学分。学生在校期间，做出其他贡献，可向学院申请奖励学分。具体计算要求见表2。

2. 将本专业作为第二专业、双学位，要求修满74学分，毕业论文必做，但不计学分。修读第二专业、双学位获得的课程学分可充抵通识选修课程学分。

表2 各类奖励学分

类别	名称	学分	要求
运动等级 裁判等	在校期间达到二级以上运动等级	1	
	获得二级以上裁判等级	1	

级			
科技创新	全国大学生创新创业项目	2	第一位
	校级大学生科研项目	1	第一位
发表论文	在国内核心学术期刊上每发表学术论文 1 篇, 或在国际会议或国内一级学会组织的学术会议上进行口头报告 1 次	2	第一位
	在国内二级学会组织的学术会议上进行口头报告 1 次, 或在国内非核心学术期刊上发表学术论文 1 篇	1	第一位
技能证书	全国大学英语六级证书	1	达到及格分数
	其它全国专业等级考试: 全国计算机等级考试二级证书等	1	
	国家劳动和社会保障部颁发的公共营养师、健康管理师、保健按摩师三级或高级证书	1	
	其他专业相关证书: 如社会体育指导员、中国红十字急救员、游泳救生员等	1	

附表 1:

运动人体科学专业课程设置表

课程类型	课程编号	课程名称	课程性质	学时			学分			建议修读学期	开课单位	学分要求	
				总学时	理论教学	实验实践	总学分	理论教学	实验实践				
通识教育课程	通识必修课	GG08010011	马克思主义基本原理概论	必修	48	40	8	3	2.5	0.5	3	马列	43
		GG08020011	思想道德修养与法律基础	必修	48	44	4	3	3	0	1	德育	
		GG08010021	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	必修	64	56	8	4	3.5	0.5	4	马列	
		GG08020031	中国近现代史纲要	必修	32	28	4	2	2	0	2	德育	
		GG08020021-22	形势与政策	必修	16	14	2	1	1	0	1.2	德育	
		GG06040011	大学语文	必修	48	32	16	3	2	1	1	新闻	
		GG09010011	军事理论	必修	32	32	0	2	2	0	2	军事	
		GG04040011	大学生职业发展与就业指导	必修	16	16	0	1	1	0	4	公管	
		GG06010011-13	大学外语 1-3	必修	192	144	48	12	9	3	1-3	英语	
		GG10010011-14	大学体育 1-4	必修	128	8	120	8	0	8	1-4	教务处	
		GG06030011	计算机文化基础	必修	64	32	32	4	2	2	2	计算机	
通识选修课			选修	96	96	0	6	6	0	1-8	教务处	6	
专业教育课程	专业基础课程	1703030101	教育学	必修	32	32	0	2	2	0	1	特教	15
		1703010091	运动解剖学	必修	64	54	10	4	3.5	0.5	1	人体	
		1703010141	运动生理学	必修	64	52	12	4	3	1	2	人体	
		1703040281	运动心理学	必修	48	40	8	3	2.5	0.5	3	心理	

	170402030 1	运动训练学	必修	32	24	8	2	1.5	0.5	4	休闲	
专业核心课程	170401010 1	体育概论	必修	32	28	4	2	2	0	1	社体	
	170301022 1	组织学与胚胎学	必修	32	26	6	2	1.5	0.5	1	人体	
	170301007 1	细胞生物学	必修	32	26	6	2	1.5	0.5	2	人体	
	170302035 1	中医学基础	必修	32	32	0	2	2	0	2	康复	
	170302021 1	推拿	必修	32	8	24	2	0.5	1.5	3	康复	
	170301017 1	运动生物力学	必修	48	40	8	3	2.5	0.5	3	人体	
	170301016 1	运动生物化学原理与应用	必修	64	50	14	4	3	1	3	人体	
	170301005 1	体适能评定方法与实践	必修	32	24	8	2	1.5	0.5	4	人体	
	170302030 1	运动伤害防护与急救	必修	32	24	8	2	1.5	0.5	4	康复	
	170301012 1	运动人体科学实验技术	必修	32	0	32	2	0	2	4	人体	
	170302033 1	运动营养学	必修	32	32	0	2	2	0	5	康复	
	170302013 1	临床医学概要	必修	64	48	16	4	3	1	5	康复	
	170301001 1	分子生物学	必修	32	32	0	2	2	0	5	人体	
	170301002 1	分子生物学实验	必修	16	0	16	1	0	1	5	人体	
	170302031 1	运动医务监督	必修	32	28	4	2	2	0	5	康复	
	170305007 1	体育统计与测量	必修	48	40	8	3	2.5	0.5	5	统计	
	170302026 1	运动处方	必修	32	26	6	2	1.5	0.5	6	康复	
	170301008 1	运动机能评价与监控	必修	32	24	8	2	1.5	0.5	6	人体	
	170301013 1	运动人体科学专题	必修	32	26	6	2	1.5	0.5	6	人体	
	170305008 1	体质测量与评价	必修	32	16	16	2	1	1	6	统计	

49

		170401011 1	体育科研方法	必修	32	28	4	2	2	0	6	社体		
		170301006 1	文献检索技术	必修	32	8	24	2	0.5	1.5	6	人体		
专业选修课程	专业基础选修课程	170201015 1	太极拳扇	选修	32	4	28	2	0	2	1	套路	共32学分, 选修21学分	
		170203005 1	健身气功	选修	32	4	28	2	0	2	1	养生		
		170105002 1	羽毛球	选修	32	4	28	2	0	2	2	羽网		
		170502001 1	健美操	选修	32	0	32	2	0	2	2	健美操		
		170302003 1	骨骼肌肉功能解剖学	选修	32	24	8	2	1.5	0.5	4	康复		
		170302020 1	贴扎术	选修	24	12	12	1.5	0.5	1	5	康复		
		170301019 1	运动性疾病	选修	32	32	0	2	2	0	6	人体		
		170302036 1	中医养生学	选修	32	32	0	2	2	0	3	康复		
	运动健康促进模块	170405007 1	健康管理学	选修	48	38	10	3	2.5	0.5	4	健康		
		170304020 1	心理健康评估	选修	24	16	8	1.5	1	0.5	5	心理		
		170301004 1	控体重理论与实践	选修	16	16	0	1	1	0	6	人体		
		170402022 1	休闲体育概论	选修	32	24	8	2	1.5	0.5	8	休闲		
		170301020 1	运动遗传学	选修	32	26	6	2	1.5	0.5	3	人体		
	运动训练监控模块	170301011 1	运动免疫学	选修	32	32	0	2	2	0	4	人体		
		170108003 1	体能训练理论与方法	选修	32	8	24	2	0.5	1.5	4	体能		
		170402029 1	运动选材学	选修	32	24	8	2	1.5	0.5	5	休闲		
		170301021 1	运动与违禁药物	选修	16	16	0	1	1	0	6	人体		
	创新创业教育模块	GG1001002 1	创新思维	必修	32	32	0	2	2	0	4	教务处		4
		GG1001003 1	创业基础	必修	32	32	0	2	2	0	6	教务处		

实践教学模 块	入学教育与军训		必修	2周					1	学生处	22	
	GG1001006 1-66	专业技能培训实 践周	必修	6周			6		6	1-6		教务处
	GG1001005 3	专业实习	必修	18周			10		10	7		教务处
	GG1001004 1	毕业论文（设 计）	必修	6周			6		6	8		教务处
第二课堂与科技创新活 动		4学分，不计入总学分，充抵创新创业学分。										