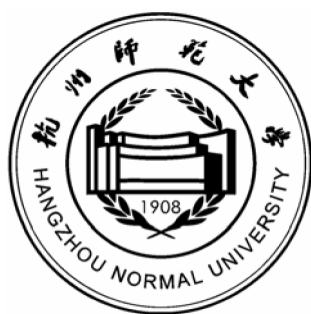


杭州师范大学

体育学类本科培养方案

(2019)



杭州师范大学教务处编印
2019 年 8 月

体育教育专业本科培养方案

一、培养目标

本专业培养政治思想坚定、方向正确、师德高尚【目标 1】、教育理念先进，专业知识扎实【目标 2】、运动技能全面、运动特长明显【目标 3】、教学技能突出【目标 4】的中学卓越体育教师。

培养从事体育教育研究、体育健康和健身锻炼指导【目标 5】、社会体育管理和服、国际视野【目标 6】等工作的应用型专门人才。

二、毕业要求

根据新时期学校体育教育教学改革形势对中小学体育教师的要求以及我院“崇德、尚技、乐学”的办学理念，通过专业学习，毕业生应获得以下几方面的知识、能力和素质：

1. 素质要求：热爱祖国，忠于党的教育事业，师德高尚；对体育教师职业有高度认同感和使命感及敬业精神；具有人文情怀、科学素养和审美情趣；具有强健的体魄、积极人生态度及良好心理品质；具备较强的运动技能、精湛教学技能；具有在学校体育等相关领域工作所需的创新精神。

2. 知识要求：具有良好的思想道德修养；掌握一定的自然、人文科学知识；掌握现代教育技术应用知识，熟悉英语；掌握体育学基础知识和教育学专业基础知识；理解运动技能相关原理，初步掌握体育科学研究方法；了解国际体育教育动态和现状。

3. 能力要求：具有获取与应用知识能力，能够做到自主学习、自我发展，利用现代化手段获取信息，语言文字表达能力良好；具有多能一专的运动能力，能将专业知识与技能融合贯通；具备出色的学校体育领域的工作能力；能够研究和解决学校体育领域及相关的实际问题；富有较好的创新精神，具有一定的实践创新意识、社会服务能力。

三、“培养目标-毕业要求”和“毕业要求-课程体系”对应矩阵

（一）“培养目标-毕业要求”对应矩阵

	目标 1	目标 2	目标 3	目标 4	目标 5	目标 6
毕业要求 1	●	●	●	●	●	●
毕业要求 2	●	●			●	
毕业要求 3	●		●	●	●	●

（二）“毕业要求-课程体系”对应矩阵

课程性质	课程名称	毕业要求		
		1	2	3
通识必修课	思政类	H	M	
	军体类	M	M	
	外语类		M	M
	创新创业类		M	M
通识选修课	经典研读与文化遗产	M		M
	创新精神与创业实务	M		M

课程性质	课程名称	毕业要求		
		1	2	3
通识选修课	国际视野与文明对话		M	M
	数理基础与科学素养	M	M	M
	信息技术与现代生活		M	
	生态环境与生命关怀		M	M
	艺术鉴赏与审美体验	M	M	M
	社会发展与公民责任	M	M	M
专业基础课	运动解剖学	H	H	H
	体育学概论	H	H	M
	运动生理学	H	H	H
	体育社会学	H	H	M
	健康教育学	H	H	M
	体育心理学	M	H	H
	体育科研方法（含体育统计）	M	H	H
	专业导论	H	H	
专业核心课	学校体育学	H	H	H
	体育保健学	M	H	H
	体育教学论	H	H	H
	运动技能学习与控制	H	H	H
	运动训练学		M	M
	田径	H	H	H
	体操	H	H	H
	篮球	H	H	H
	体能训练基础	M	M	H
	足球	H	H	H
	武术	H	H	H
	排球	H	H	H
	游泳	M	H	H
	教师职业道德与教育法规	H	H	M
教师教育必修课	心理学基础	H	H	M
	教育学基础	H	H	M
	体育学科教学法	H	H	H
	现代教育技术	M	H	M
	教师口语表达技能训练	M	M	H

课程性质	课程名称	毕业要求		
		1	2	3
教师教育 必修课	书写技能训练	M	M	H
	班主任工作技能训练	M	M	H
	体育课堂教学技能训练	H	H	H
主项和副项 选修课	田径	M	M	H
	健美操	M	M	H
	篮球	M	M	H
	排球	M	M	H
	足球	M	M	H
	网球	M	M	H
	羽毛球	M	M	H
	游泳	M	M	H
	乒乓球	M	M	H
	武术	M	M	H
	体操	M	M	H
	跆拳道	M	M	H
	啦啦操	M	M	H
	定向运动	M	M	H
	大众健美操	M	M	H
选修课	学校体育史		M	
	运动生物力学		M	
	运动营养学		M	
	运动损伤与防治		M	M
	体适能评定		M	M
	学校体育运动安全防范		M	
	体育赛事组织与管理		M	M
	体育绘图		M	M
	中小学体育游戏		M	H
	学校卫生学		M	
	中国学校体育政策研读		M	
	中小学体育教学方法研训		H	H
	中外学校体育问题研究		H	M
	中小学体育教师能力综合训练		M	H
	排舞			M

课程性质	课程名称	毕业要求		
		1	2	3
选修课	跆拳道			M
	体育舞蹈			M
	形体训练			M
	气排球			M
	太极拳			M
	棒垒球			M
	橄榄球			M
	中外教育史专题		M	
	国际教育改革动态		M	
	中外体育课程比较研究	M	M	
	中外体育教学比较研究	M	M	
教师教育选修课	教师成长案例研究		M	
	教学智慧和教学艺术		M	M
	中学生学习和心理发展专题		M	
	学生品德发展与道德教育	M	M	
	学生问题诊断与矫正		M	M
	中学生职业生涯规划		M	M
	中学德育、课程与教学专题	M	M	
	学校教育法律问题案例研究		M	
	校本课程开发		M	
非主专业选修课	体育美学		M	
	功能解剖学			M
	体育锻炼学		M	
	保健与推拿			M

四、学科基础平台课程与专业核心课程

（一）学科基础平台课程

体育学概论、运动解剖学、运动生理学、体育社会学、健康教育学、体育心理学、体育科研方法。

（二）专业核心课程

学校体育学、体育教学论、运动技能学习与控制、体育学科教学法、运动训练学、体育保健学、体育教学技能训练、田径、体操、篮球、排球、足球、武术、游泳、体能基础训练。

五、专业准入和准出标准

（一）准入课程要求

准入课程：运动解剖学、运动生理学。

学生修满上述课程学分（8），准许进入体育教育专业进行学习。

（二）准出课程要求

含学科基础平台课、专业核心课、毕业见实习、毕业论文（设计）等，须含所有专业学位课程，获得学分共 70 学分。

六、学制和学位

学制为四年。取得毕业资格，并达到学校规定的授予学士学位标准，授予教育学学士学位。

七、最低毕业学分及课内学时（含Ⅱ类学分）

本专业毕业最低学分为 166 分，其中Ⅰ类学分：通识教育必修课程 30 学分，通识教育选修课程 15 学分，学科专业类基础课程 12.5 学分，学科专业核心课程 43 学分，师范类必修课程 13 学分，专业选修课程 22.5 学分，非主专业选修课程 4 学分，师范类限选课程 4 学分，实践性环节及短学期安排 18 学分，共 160 学分；Ⅱ类学分包括：学科竞赛、科研训练（含学年论文）、专业特色实践训练活动、服务性学习、社会实践活动、学术成果、职业资格证书等，共 6 学分。

八、课程结构、课程设置及学分分配

共设置七类课程：（1）通识课，其中公共必修课 30 学分，选修课 15 学分；（2）学科基础平台课 20.5 学分；（3）专业核心课程 46 学分；（4）主修专业选修课 22.5 学分；（5）非主修专业选修课 4 学分；（6）教师教育选修课 4 学分；（7）实践类课程 24 学分。

（一）课程结构

课程结构由通识教育课程和专业课程组成。通识教育课程包括通识教育必修课程和选修课程；专业课程包括学科基础平台课程、专业核心课程、个性化专业选修课程。

表 1 课程结构比例表

课程类型	修习类型	课程 门数	学分		实践学分	
			学分数	学分比例 (%)	实践学分数	实践学分比例 (%)
通识教育课程	必修课	13	30	18.1	7	4.2
	选修课		15	9.0		
学科基础平台课程	必修课	8	20.5	12.3	5	3.0
专业核心课程	必修课	22	46	27.7	23	13.9
个性化专业课程	主修专业选修课程	48	22.5	13.6	12	7.2
	教师教育选修课程	9	4	2.4		
	非主修专业选修课程	4	4	2.4		
实践环节及短学期安排	必修课	6	18	10.8	18	10.8
Ⅱ类学分	必修		6	3.6	6	3.6
合计			166	100	71	42.8

(二) 课程设置与学分分配

表 2 通识教育课程设置与学分分配

1. 必修课程 30 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注 课外学时
			理论课	实验(训)课		
601010001	思想道德修养与法律基础 Education of Ideology and Morality and Introduction to the Law	3*	32	16	一秋	
601020001	中国近现代史纲要 Compendium of Chinese Modern History	2*	22	10	一春	
601030001	马克思主义基本原理概论 Introduction to Basic Principle of Marxism	3*	32	16	二秋	
601050001	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 Introduction to Mao Zedong Thought and Socialist Theoretical System with Chinese Characteristics	4*	64	32	二春	
601008001	形势与政策 Political Situation and Policies	2	32		三春	
761002301	军事训练 Military Training	2		两周	一秋	
761002302	国防教育 National Defense Education	2*	32		二春	
081000001	大学英语基础读写 College English Reading and Writing	3*	32	32	一秋	
081003001	大学英语基础听说 College English Listening and Speaking	2*	16	32	一秋	
	大学英语分类拓展课程 Extended Curriculum of College English	3*	48		一春	
104000001	大学生心理健康教育 Mental Health Education	1	16		一春	
761001401	大学生职业发展与就业指导 Career Planning and Employment Guidance for College Students	1	16		二秋 三秋	
076000001	大学生创业基础教育 Entrepreneurship and Basic Education of College Students	2	32		二春	

注：大学英语拓展课程含专门用途类、学术交流类、人文素养类三大类，各大类课程设置与适用专业详见《大学英语课程设计与实施说明》，要求修读 3 学分。

2. 通识选修课程 15 学分

课程 代码	课 程 类 别	课程学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注
			理论课	实验(训)课		
	经典研读与文化遗产	具体课程学分详见 《杭州师范大学通识 选修课程一览表》			春秋滚动开设	
	创新精神与创业实务				春秋滚动开设	
	国际视野与文明对话				春秋滚动开设	
	数理基础与科学素养				春秋滚动开设	
	信息技术与现代生活				春秋滚动开设	
	生态环境与生命关怀				春秋滚动开设	
	艺术鉴赏与审美体验				春秋滚动开设	
	社会发展与公民责任				春秋滚动开设	

注：1. 艺术鉴赏与审美体验类课程：要求师范生修读 4 学分，非师范生修读 2 学分（艺术类专业除外）；

2. 通识教育核心课程：要求学生修读 6 学分。

3. 建议人文社科类和自然科学类专业互选至少 2 学分课程。

表 3 专业课程设置与学分分配

1. 学科基础平台课程 20.5 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064111101	运动解剖学 Sports Anatomy	4*	40	24	一秋	√		
064101001	▲体育学概论 Sports Generality	2*	32		一秋		√	
064027101	▲运动生理学 Sports Physiology	4*	40	24	一春	√		
064114001	体育社会学 Sports Sociology	2*	32		一春		√	
064912001	健康教育学 Health Education	2*	20	12	二春		√	
064028101	▲体育心理学 Psychology of Physical Education	3*	32	16	二春		√	
064019021	体育科研方法（含体育统计） Methodology of Sports Science	3*	32	16	三春		√	
064115301	专业导论 Special Field Introduction	0.5	8		一秋			

2. 专业核心课程 46 学分

(1) 学科专业课程 33 学分

课程 代码	课 程 名 称		课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
				理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064031001	体育理论 核心课程	▲学校体育学 Theories of School Physical Education	2*	28	4	二秋		√	
064384101		体育保健学 Science of Health Care	2*	20	12	三秋		√	
064100001		运动技能学习与控制 Motor Learning and Control	2*	26	6	三秋		√	
064709101		体育教学论 Theories of Physical Education Teaching	2*	28	4	二春		√	
064021001		运动训练学 Theories Of Sport Training	2*	26	6	三春		√	
064107001	田径类 核心课程	田径 I Track and Field I	2	8	56	一秋		√	
064024002		田径 II Track and Field II	2	8	56	一春		√	

课程 代码	课 程 名 称		课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
				理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064024003	田径类 核心课程	田径III Track and Field III	1*	4	28	二秋		√	
064234301		体能训练基础 I (田径方向) Basis of Physical Training I	1	4	28	一秋		√	
064234302		体能训练基础 II (田径方向) Basis of Physical Training II	1	4	28	一春		√	
064125001	体操类 核心课程	体操 I Gymnastics I	2	8	56	一春		√	
064125002		体操 II Gymnastics II	1	4	28	二秋		√	
064125003		体操III GymnasticsIII	1*	4	28	二春		√	
064234303		体能训练基础III (体操方向) Basis of Physical Training III	1	4	28	二秋		√	
064234304		体能训练基础IV (体操方向) Basis of Physical Training IV	1	4	28	二春		√	
064109001	球类 核心课程	★篮球 Basketbal	2*	8	56	一秋		√	
064014001		足球 Football	2*	8	56	二秋		√	
064013001		排球 Volleyball	2*	8	56	一春		√	
064234305		体能训练基础 V (球类方向) Basis of Physical Training V	1	4	28	三秋		√	
064081001	武术与游泳 核心课程	武术 Wushu	2*	8	56	二秋		√	
064017001		游泳 Swimming	1*	4	28	一春		√	

(2) 教师教育必修课程 13 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
104107001	教师职业道德与教育法规 Professional Ethics of Teaching and Education Law	1	16		二秋			
104102001	心理学基础 Basics of Psychology	2*	32		二秋			
104101001	教育学基础 Basics of Pedagogy	2*	32		二春			

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064106101	体育学科教学法 Sports Discipline Teaching Method	3*	36	12	三秋		√	
024908001	现代教育技术 Modern Educational Technology	2*	16	32	二春			
014000001	教师口语表达技能训练 Skill Practice of Teachers' Oral Language	0.5	8		一春			
260010021	书写技能训练 Skills Practicing of Calligraphy	0.5	8		一春			
104103001	班主任工作技能训练 Training to be a Class Adviser	1	16		三秋			
064106001	体育课堂教学技能训练 PE Classroom Teaching Skills Training	1*	4	28	三春		√	

3. 个性化专业选修课程 30.5 学分

(1) 主修专业选修课程 (22.5 学分)

1) 运动主项选修课程 6 学分 (任选一个项目共 3 学期, 计 6 学分)

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
065008034	田径Ⅳ Track and Field IV	2	6	58	二春			
065008035	田径Ⅴ Track and Field V	2	6	58	三秋			
065008036	田径Ⅵ Track and Field VI	2	6	58	三春			
065011031	健美操Ⅰ Aerobics I	2	6	58	二春			
065011032	健美操Ⅱ Aerobics II	2	6	28	三秋			
065011033	健美操Ⅲ Aerobics III	2	6	58	三春			
065012041	篮球Ⅰ Basketball I	2	6	58	二春			
065012042	篮球Ⅱ Basketball II	2	6	58	三秋			
065012043	篮球Ⅲ Basketball III	2	6	58	三春			
065013031	排球Ⅰ Volleyball I	2	6	58	二春			
065013032	排球Ⅱ Volleyball II	2	6	58	三秋			

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
065013033	排球III Volleyball III	2	6	58	三春			
065014031	足球 I Football I	2	6	58	二春			
065014032	足球 II Football II	2	6	58	三秋			
065014033	足球III Football III	2	6	58	三春			
065017021	游泳 I Swimming I	2	6	58	二春			
065017022	游泳 II Swimming II	2	6	58	三秋			
065017023	游泳III Swimming III	2	6	58	三春			
065024051	网球 I Tennis I	2	6	58	二春			
065024052	网球 II Tennis II	2	6	58	三秋			
065024053	网球III Tennis III	2	6	58	三春			
065025041	羽毛球 I Badminton I	2	6	58	二春			
065025042	羽毛球 II Badminton II	2	6	58	三秋			
065025043	羽毛球III Badminton III	2	6	58	三春			

2) 运动副项选修课程（任选一个项目，要求不同于主项，计 2 学分）

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
065233001	田径 Track and Field	2	6	58	三春			
065234001	体操 Gymnastics	2	6	58	三春			
065235001	大众健美操 Public Aerobics	2	6	58	三春			
065236001	篮球 Basketball	2	6	58	三春			

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
065237001	排球 Volleyball	2	6	58	三春			
065238001	足球 Football	2	6	58	三春			
065239001	武术 Wushu	2	6	58	三春			
065348001	定向运动 Orienteering	2	6	58	三春			
065240001	游泳 Swimming	2	6	58	三春			
065541001	羽毛球 Badminton	2	6	58	三春			
065542001	乒乓球 Table Tennis	2	6	58	三春			
065543001	网球 Tennis	2	6	58	三春			
065244001	跆拳道 Taekwondo	2	6	58	三春			
064442301	啦啦操 Cheerleading	2	6	58	三春			

3) 拓展类选修课程（按照各模块课程选修要求，须至少修满 14.5 学分）

课程 代码	类别	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
				理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064335001	体育理论类课程 (任选 至少 8.5 学分)	学校体育史 History of School Physical Education	1	16		二春			
064023101		运动生物力学 Biomechanics of Sports	2	32		二春			
065032001		运动营养学 Exercise Nutriology	2	32		三秋			
065258001		中小学体育游戏 Sports Game	1.5	24		三秋			
065253001		体育赛事组织与管理 Sports Organization and Management	2	32		三秋			
065335001		学校体育运动安全防范 Safety Precaution of School Sports	1	16		三秋			
065274001		体适能评定 Physical Fitness Evaluation	1.5	24		三春			
065027001		学校卫生学 Science of School Hygiene	2	32		三春			

课程 代码	类别	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
				理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
065101001	体育理论类课程 (任选 至少 8.5 学分)	体育绘图 Sketch For Physical Education	1	16		三春			
065794001		运动损伤与防治 Sports injury and Prevention	1	16		三春			
065362301	运动技能拓展类课程 (任选 至少 4 学分)	气排球 Gas Volleyball	1		32	三秋			
064700201		太极拳 Taijiquan	1		32	三秋			
065377001		形体训练 Shape up Exercise	1		32	三秋			
065100301		棒垒球 Baseball and Softball	1		32	三秋			
065101301		橄榄球 Rugby	1		32	三春			
065259001		轮滑 Roller Skating	1		32	三春			
065247001		体育舞蹈 Sports Dance	1		32	三春			
065344001		跆拳道 Taekwondo	1		32	三春			
065103001	国际教育类课程 (任选 至少 2 学分)	中外教育史专题 Topics on History of Chinese and Foreign Education	0.5	8		三秋			
065104001		国际教育改革动态 The Status of International Educational Reform	0.5	8		三秋			
065105001		中外体育课程比较研究 Comparative Study of Chinese and Foreign Sports Curriculum	1	16		三春			
065106001		中外体育教学比较研究 Comparative Study of Chinese and Foreign Sports Learning	1	16		三春			
065107001	卓越教师培养类课程 (卓越班学生 必选 4 学分, 其他任选 2 学分)	中国学校体育政策研读 Policy Study of Chinese School Physical Education	1	16		三秋			
065108001		中小学体育教学法研训 Research and Training of Physical Education Teaching Method in Primary and Middle School	1	16		三秋			
065109001		中外学校体育问题研究 Research on School Physical Education of Chinese and Foreign	1	16		三春			
065110001		中小学体育教师综合能力训练 Comprehensive Ability Training of PE Teachers in Primary and Middle School	1	16		三春			

(2) 教师教育类选修课程 4 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (训)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
100000011	教师成长案例研究 Case Studies on Teachers' Development	1	16		春、秋			
100000015	教学智慧和教学艺术 Instruction Tips and Arts	1	16		春、秋			
100000022	中学生学习和心理发展专题 Topic on Middle School Students' Learning and Psychological Development	1	16		春、秋			
100000008	学生品德发展与道德教育 Students' Character Development and Moral Education	1	16		春、秋			
100000023	学生问题诊断与矫正 Students' Problem Diagnosis and Modification	1	16		春、秋			
100000024	中学生职业生涯规划 Career Plan Education for Middle School Students	1	16		春、秋			
100000025	中学德育、课程与教学专题 Moral Education, Curriculum and Teaching Education in Middle School	1	16		三春			
100000010	学校教育法律问题案例研究 Case Studies on Legal Issues of School	1	16		春、秋			
100000027	校本课程开发 Development of School-based Courses	1	16		春、秋			

(3) 非主修专业选修课程 4 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
065526031	体育美学 Sport Aesthetic	2	32		二秋			
065312001	功能解剖学 Functional Anatomy	2	32		二秋			
065251001	体育锻炼学 Science of Physical Exercise	2	24	8	二春			
065441001	保健与推拿 Health Care and Massage	2		32	二春			

建议本专业学生主要从以上课程中选修，或在其它跨专业、跨学院、跨学校课程中选修 4 学分的课程。

表 4 实践环节设置与学分分配

1. 实践环节及短学期安排 18 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064800311	教育见习 Educational Probation	1		2 周	二秋 三秋		√	
064800302	教育实习 Educational Practice	8		14 周	四秋		√	
064804341	毕业论文 Graduation Thesis	6			四秋 四春		√	
064802301	师范生技能达标与教育实习综合训练 Skill Standards of Normal School Students and Integrated Training of Educational Practice	1		1 周	三短		√	
064805301	专业技能达标 Major Skill Standards	1		1 周	二短		√	
064806301	晨锻炼达标 Moring Exercisise Standards	1			一春秋 二春秋		√	

课程标注说明：学位课程▲；全英文授课课程★；单独开设实验课程◆；考试课程*。

2. II类学分 6 学分

非收费学分，《个性化运动方案制定的模拟实训》为体育与健康学院本科生必修课程，详见具体管理办法及课程教学大纲。

休闲体育专业本科培养方案

一、培养目标（指标点分解）

培养德、智、体、美全面发展，具有现代休闲和健康生活理念，具备适应社会发展需要的休闲体育基本理论知识、基本技术、基本技能，等方面工作的应用人才。具体目标：掌握体育学、管理学、社会学、统计学、计算机技术、外语等现代科学的基本理论知识、分析方法和应用技能【目标 1】，具有休闲体育项目策划与设计、休闲体育场所经营与管理等基本素质和基本能力【目标 2】，具有归纳、整理相关数据，定量分析和研究休闲体育经营与管理、教学与科研的能力【目标 3】，具有休闲体育运动技能、懂经营、擅管理的应用能力【目标 4】，从事体育教学、体育服务和指导的能力【目标 5】，具有休闲体育项目经营、开发与组织工作的能力【目标 6】，具备较强的科学探求精神以及良好的协作精神和团队意识【目标 7】的高素质复合型应用型人才。

二、毕业要求（指标点分解）

休闲体育专业教育坚持“为区域经济社会发展第一线培养经营、管理、服务人才的应用技术型人才”这一定位，强化与巩固“培养具有创新精神和发展潜力的多样化应用型人才”的人才培养目标和独具特色的“基础扎实、专业合格、能力特长、素质优良”四位一体的人才培养规格。通过专业学习，毕业生应获得以下几方面的知识、能力和素质：

1. 学制学分要求：学生修读完规定的课程，取得相应的学分，掌握体育科研方法，具备撰写研究论文和专业报告的基本知识和能力。并完成学位论文，通过答辩。

2. 知识、能力、素质的综合要求：掌握计算机、网络技术，文献检索的基本方法，具有较强的外语能力和良好的科学研究工作能力【毕业要求 1】；系统掌握体育学基础理论知识，具备休闲体育学科专业理论和应用知识，并具有求真务实的科学态度和健康休闲的生活素养，能够运用休闲体育理论知识分析问题和解决问题【毕业要求 2】；能从事休闲体育经营与管理、教学与科研等工作【毕业要求 3】；熟悉休闲体育运动项目，系统掌握休闲体育专项运动技能，从事休闲体育指导与推广工作【毕业要求 4】；指导休闲体育、大众健身、体育旅游、体育赛事相关的运动技术和技能【毕业要求 5】；具有从事休闲体育活动的组织管理、咨询指导、经营开发及教学等方面的基本能力【毕业要求 6】；具有一定的组织管理能力、表达能力和人际交往能力以及在团队中发挥作用的能力【毕业要求 7】。

三、“培养目标-毕业要求”和“毕业要求-课程体系”对应矩阵

（一）“培养目标-毕业要求”对应矩阵

	目标 1	目标 2	目标 3	目标 4	目标 5	目标 6	目标 7	总目标
毕业要求 1	●		●		●			●
毕业要求 2	●	●			●	●		●
毕业要求 3	●	●	●	●				●
毕业要求 4	●	●		●	●			●
毕业要求 5		●		●	●		●	●
毕业要求 6	●	●		●	●		●	●
毕业要求 7	●		●		●	●	●	●

(二)“毕业要求-课程体系”对应矩阵

(以关联度标识,课程与某个毕业要求的关联度可根据该课程对相应毕业要求的支撑强度来定性估计,H:表示关联度高;M:表示关联度中;L:表示关联度低。)

课程性质	课程名称	毕业要求						
		1	2	3	4	5	6	7
通识 必修课	思政类	H						
	军体类	H						
	外语类	H						
	创新创业类	H						
通识 选修课	经典研读与文化传承	M						
	创新精神与创业实务	M						
	国际视野与文明对话	H						
	数理基础与科学素养	M						
	信息技术与现代生活	H						
	生态环境与生命关怀	M						
	艺术鉴赏与审美体验	M						
	社会发展与公民责任							H
学科 基础课	专业导论	H						
	运动解剖学	H						
	体育学概论	H						
	运动生理学	H						
	体育社会学	H						
专业核心 课程	休闲体育概论	H						
	健康教育学	M						
	体育管理学			H				
	体育心理学	H						
	体育市场营销学			H				
	体育经济学			H				
	体育旅游					H		
	体育法学			H				
	体育科研方法(含体育统计学)			H				
	健身俱乐部经营与管理		H					
	休闲体育项目策划与管理					H		
	礼仪与沟通	H						
	高尔夫				H			

课程性质	课程名称	毕业要求						
		1	2	3	4	5	6	7
专业核心课程	篮球				H			
	体能训练基础 I				H			
	体能训练基础 II				H			
	田径				H			
	网球				H			
	户外拓展				H			
	游泳				H			
	羽毛球				H			
健身俱乐部类	体育保健学			H				
	体育健身原理与方法				H			
	社会体育指导				H			
	消费心理学			H				
	瑜伽							H
	运动营养学							
	健美运动				H			
	健美操				H			
	体育操舞				H			
体育旅游类	户外求生技能与安全							
	休闲体育市场调查与预测							
	滨海体育旅游				H			
	体适能评定				H			
	棒球		H					
	橄榄球		H					
	运动防护		H					
	运动训练学		H					
体育教学与培训	学校体育学						H	
	发展心理学						H	
	体育学科教学法						H	
	足球						H	
	游泳与救生	H						
	体操							
	排球							

课程性质	课程名称	毕业要求						
		1	2	3	4	5	6	7
专项选修课程	篮球 I				H			
	篮球 II				H			
	网球 I				H			
	网球 II				H			
	高尔夫球 I				H			
	高尔夫球 II				H			
	羽毛球 I				H			
	羽毛球 II				H			

三、学科基础平台课程和专业核心课程

（一）学科基础平台课程

学科基础平台课程共 5 门，包括运动解剖学、运动生理学、体育概论、体育社会学、专业导论。

（二）专业核心课程

专业核心课程共 21 门，包括休闲体育概论、休闲体育项目策划与管理、健康教育学、体育管理学、体育心理学、体育市场营销学、体育经济学、体育旅游、体育法学、体育科研方法（含体育统计学）、健身俱乐部经营与管理、礼仪与沟通、田径、篮球、体能训练基础 I、体能训练基础 II、高尔夫、羽毛球、网球、游泳等。

其中运动生理学、休闲体育概论、体育市场营销学、体育经济学、休闲体育策划与管理是该专业的学位课程。

四、专业准入和准出标准

（一）准入课程要求

准入课程的成绩在 70 分（含）以上。

（二）准出课程要求

每门准出课程的学期成绩在 60 分（含）以上，其中学位课程按学校有关规定执行（70 分）；毕业论文在合格（含）以上，实习 I 和实习 II 成绩均在合格（含）以上；技能达标与实习综合训练合格（含）以上；专业技能达标合格（含）以上；晨锻炼达标合格（含）以上。

五、学制和学位

基本学制为四年，学生可根据自身情况在三至六年内完成学业。符合准出课程要求，修满学分并达到学校规定的有关要求，才能取得毕业资格，授予教育学学士学位。

六、最低毕业学分及课内学时（含 II 类学分）

（一）课程设置、学分安排

本专业毕业最低学分为 166 学分，其中 I 类学分：通识教育必修课程 30 学分，通识教育选修课程 15 学分，学科专业类基础课程 12.5 学分，学科专业核心课程 42 学分，专业选修课程 42.5 学分，实践性环节 18 学分，II 类学分包括：学科竞赛、科研训练（含学年论文）、专业特色实践训练活动、服务性学习、社会实践活动、学术成果、职业资格证书等，共 6 学分。

（二）学生修读学分的要求

1. 每个学生必须分别达到各类课程学分的下限才能毕业，各类课程学分不能相互替代。
2. 专业选修课程群中，健身俱乐部类至少选修 14 学分，体育旅游类至少选修 8.5 学分，体育教学与培训类至少选修 6 学分，4 学分的专业主修技能课程须任选一项，选课在 10 人以下原则上不开课。
3. 晨锻炼达标共 1 学分。一秋一春和二秋二春共 4 个学期进行晨锻炼，每个学期均达标，才能在二春末获得 1 学分。

七、专业实习

专业实习（毕业实习）原则上安排在四秋（第 7 学期）。

八、课程设置、结构及学分分配一览表

（一）课程设置：

课程设置共五类：通识教育课程，分为必修课程和选修课程；学科基础平台课程；学科专业核心课程；个性化模块专业选修课程；实践性环节。

（二）课程结构与学分分配一览表

表 1 课程结构比例表

课程类型	修习类型	课程 门数	学分		实践学分	
			学分数	学分比例 (%)	实践学分数	实践学分比例 (%)
通识教育课程	必修课	13	30	18.1	7	4.2
	选修课		15	9.0		
学科基础平台课程	必修课	5	12.5	7.5	3.5	2.1
专业核心课程	必修课	21	42	25.3	20	12.1
个性化专业课程	主修专业选修课程	52	36.5	19.8	23	13.9
	专业类创新创业课程	3	4	2.4		
	非主专业选修课程	4	2	1.2		
实践环节及短学期安排	必修课	7	18	10.8	12	7.2
Ⅱ类学分	必修		6	3.6	6	3.6
合计			166	100	71.5	43.1

(二) 课程设置与学分分配

表 2 通识教育课程设置与学分分配

1. 必修课程 30 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注 课外学时
			理论课	实验(训)课		
601010001	思想道德修养与法律基础 Education of Ideology and Morality and Introduction to the Law	3*	32	16	一秋	
601020001	中国近现代史纲要 Compendium of Chinese Modern History	2*	22	10	一春	
601030001	马克思主义基本原理概论 Introduction to Basic Principle of Marxism	3*	32	16	二秋	
601050001	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 Introduction to Mao Zedong Thought and Socialist Theoretical System with Chinese Characteristics	4*	64	32	二春	
601008001	形势与政策 Political Situation and Policies	2	32		三秋	
761002301	军事训练 Military Training	2		两周	一秋	
761002302	国防教育 National Defense Education	2*	32		二春	
081000001	大学英语基础读写 College English Reading and Writing	3*	32	32	一秋	
081003001	大学英语基础听说 College English Listening and Speaking	2*	16	32	一秋	
	大学英语分类拓展课程 Extended Curriculum of College English	3*	48		一春	
104000001	大学生心理健康教育 Mental Health Education	1	16		一春	
761001401	大学生职业发展与就业指导 Career Planning and Employment Guidance for College Students	1	16		二秋 三秋	
076000001	大学生创业基础教育 Entrepreneurship and Basic Education of College Students	2	32		二春	

注：大学英语拓展课程含专门用途类、学术交流类、人文素养类三大类，各大类课程设置与适用专业详见《大学英语课程设计与实施说明》，要求修读 3 学分。

2. 通识选修课程 15 学分

课程 代码	课 程 类 别	课程学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注
			理论课	实验(训)课		
	经典研读与文化遗产	具体课程学分详见 《杭州师范大学通识 选修课程一览表》			春秋滚动开设	
	创新精神与创业实务				春秋滚动开设	
	国际视野与文明对话				春秋滚动开设	
	数理基础与科学素养				春秋滚动开设	
	信息技术与现代生活				春秋滚动开设	
	生态环境与生命关怀				春秋滚动开设	
	艺术鉴赏与审美体验				春秋滚动开设	
	社会发展与公民责任				春秋滚动开设	

注：1. 艺术鉴赏与审美体验类课程：要求师范生修读 4 学分，非师范生修读 2 学分（艺术类专业除外）；

2. 通识教育核心课程：要求学生修读 6 学分。

3. 建议人文社科类和自然科学类专业互选至少 2 学分课程。

表 3 休闲体育专业课程设置与学分分布

1. 学科专业类基础课程 12.5 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064115301	专业导论 Special Field Introduction	0.5	8		一秋			
064111101	运动解剖学 Sports Anatomy	4*	40	24	一秋	√		
064101001	体育学概论 Sports Generality	2*	32		一秋		√	
064027101	▲运动生理学 Sports Physiology	4*	40	24	一春	√		
064114001	体育社会学 Sports Sociology	2*	32		一春		√	

2. 专业核心课程 42 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064207001	▲★休闲体育概论 Introduction of Leisure Sports	2*	28	4	二秋		√	
064912001	健康教育学 Health Education	2	32		二春		√	
064029101	体育管理学 Sports Administration	2*	28	4	二秋		√	
064028101	体育心理学 Psychology of Physical Education	3*	38	10	二秋		√	
064934001	▲体育市场营销学 Leisure Sports Marketing	3*	36	12	二春		√	
064385001	▲体育经济学 Sports Economics	2*	28	4	二春		√	
064352001	体育旅游 Sports Tourism	2	32		三秋		√	
064340001	体育法学 Laws and Regulations of Sports in China	2*	26	6	二春		√	
064019021	体育科研方法（含体育统计学） Methodology of Sports Science	3*	36	12	三秋		√	
064035001	健身俱乐部经营与管理 The Operation and Management of Sports Club	2	26	6	三秋		√	
064880101	▲休闲体育项目策划与管理 Running and Operation of Leisure sports Events	3	24	24	三秋		√	
065325001	礼仪与沟通 Etiquette and communication	2	24	8	三秋			

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064694001	高尔夫运动 Golf	2	8	56	一春		√	
064024002	羽毛球 Badminton	1	4	28	一春		√	
064109001	★篮球 Basketbal	2	8	56	一秋		√	
064234301	体能训练基础 I Basis of Physical Training I	1	4	28	一秋		√	
064234302	体能训练基础 II Basis of Physical Training II	1	4	28	一春		√	
064037101	户外拓展 Outdoor Game	2	4	28	三春		√	
065024031	网球 Tennis	1	4	28	一春		√	
064014001	田径 Track and Field	2	6	58	一秋		√	
065240001	游泳 Swimming	2	8	56	一春		√	

3.个性化专业选修课程 42.5 学分

(1) 主修专业选修课程 (36.5 学分)

1) 专业模块选修课 (32.5 学分)

课程 代码	类别	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
				理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 专业
064384101	健身俱 乐部类 (至少 选修 14 学 分)	体育保健学 Science of Health Care	3	32	16	二秋			
065612001		体育健身原理与方法 Principles and Methods of Physical Fitness	2	24	8	二秋			
065232001		社会体育指导 Social Sports Guidance	2	32		二秋			
065613001		消费心理学 Customer Psychology	2	24	8	三秋			
065032001		运动营养学 Exercise Nutriology	2	24	8	二秋			
065504001		健美运动 Body -Building	2	6	58	二秋			
064029001		健美操 Aerobics	1	4	28	二春			
065617301		体育操舞 Sports Aerobics	2		64	二春			
06526500		瑜伽 Yoga	2		64	二秋			

课程 代码	类别	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
				理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 专业
065669001	体育旅 游类 (至少 选修 8.5 学 分)	户外求生技能与安全 Outdoor survival skills and safety	2	16	16	三春			
064354001		休闲体育市场调查与预测 The Market Investigation and Prediction of Leisure Sports	2	32		三春			
065629301		滨海体育旅游 Coastal Sports Tourism	0.5		16	三春			
065631301		棒球 Baseball	0.5		16	三春			
065264001		橄榄球 Rugby	0.5		16	三春			
064021001		运动训练学 Theories of Sport Training	2	32		二春			
065643201		运动防护 Sport Protection	2	32		二春			
064356001		体适能评定 Physical Fitness Evaluation	2		32	二春			
065646001		发展心理学 Developmental Psychology	2	32		三秋			
065108101	体育教 学与培 训(至 少选 修6学 分)	体育学科教学法 Sports Discipline Teaching Method	2	20	12	三秋			
064031001		学校体育学 Theories of School Physical Education	2	32		三秋			
064694001		足球 Football	2	6	58	三秋			
064014001		游泳与救生 Swimming and Lifesaving	2	2	62	二秋			
06402500		体操 GymnasticsI	2	8	56	三秋			
064334301		排球 Volleyball	2	8	56	三秋			
065012041	专项 技能 选修 4学 分,(必 须任 选一个 专项)	篮球 I Basketball I	2	6	58	二春			
065012042		篮球 II Basketball II	2	6	58	二秋			
065024051		网球 I Tennis I	2	6	58	二春			
065024052		网球 II Tennis II	2	6	58	二秋			

课程 代码	类别	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
				理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 专业
065025041	专项 技能 选修 4 学 分, (必 须任选 一个 专项)	羽毛球 I Badminton I	2	6	58	二春			
065025042		羽毛球 II Badminton II	2	6	58	二秋			
065121311		高尔夫球 I Golf I	2	6	58	二秋			
065121322		高尔夫球 II Golf II	2	6	58	二春			

2) 专业拓展选修课程 (4 学分)

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (训)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064335001	体育史 Sports History	2	32		二春			
065611001	体育摄影 Sports Photography	2	32		三秋			
065612301	搏击 Fight with Hands	1		32	二秋			
065242001	乒乓球 Ping-Pong	1		32	二春			
065270001	排舞 Line Dance	0.5		16	二春			
065637001	棋牌 Chess	0.5		16	二春			
065049201	中小学校园体操 School Campus Gymnastics	0.5		16	二春			

以上 2 学分、1 学分课程各选一门, 0.5 学分选二门, 共 4 学分

(2) 专业类创新创业课程 (4 学分)

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 学期	备注		
			理论 课	实验 (训)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
065888301	休闲体育赛事的运营实务 Leisure Sports Speration Practice	2	10	22	三秋			
065633001	中外休闲体育比较 Comparison of Leisure Sports Between China and Foreign Countries	2	32		二春			
065887301	体育服务运营管理 Sports Service Operation Management	2	16	16	二春			

(3) 非主修专业选修课程 (2 学分)

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 专业
065642201	体能康复 Physical Rehabilitation	2	32		三秋			
065644201	运动处方 Exercise Prescription	2	24	8	三秋			
065720001	体育旅游运营与管理 Sports Tourism Operation and Management	2	32		三秋			

建议本专业学生主要从以上课程中选修，或在其它跨专业、跨学院、跨学校课程中选修 4 学分的课程。

表 4 实践环节设置与学分分配

1. 实践环节及短学期安排 18 学分

课程 代码	课 程 名 称	课程 学分	课内学时		建议修读 年级学期	备注		
			理论 课	实验 (践)课		准入 课程	准出 课程	副修 课程
064811321	专业见习 Internship Preparation	1		2 周	三春		√	
064810321	专业实习 Graduation Practice	6		16 周	三春 四秋		√	
064814321	毕业论文 Graduation Thesis	6			四秋 四春		√	
064807001	健身私教与会籍的销售技巧 Personal Fitness and Membership Sales Skills	1		1 周	一短			
064805301	专业技能达标 Major Skill Standards	1		1 周	二短		√	
064806301	晨锻炼达标 Morning Exercise Standards	1			二春		√	
064807301	职业技能达标 Job Skill Standards	1		1 周	三短		√	

课程标注说明：学位课程▲；全英文授课课程★；单独开设实验课程◆；考试课程*。

2. II类学分 6 学分

非收费学分，《个性化运动方案制定的模拟实训》为体育与健康学院本科生必修课程，详见具体管理办法及课程教学大纲。