

专业代码：040202K

运动训练专业本科培养方案

(从 2012 年起执行)

一、培养目标

本专业培养具备竞技体育基本理论、知识与突出专项技能,能够在专业和职业队、体校和学校代表队、体育俱乐部等相关部门,从事训练、教学、竞赛、管理等方面工作的复合型人才。

二、培养要求

本专业学生主要学习竞技体育方面的基本理论和基本知识,接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练,掌握从事运动训练与教学、竞赛组织与裁判等方面的基本能力。

毕业生应获得以下几方面的知识和能力:

1. 掌握从事竞技体育相关工作所需的体育学、教育学、心理学学科的基本理论、基本知识;
2. 熟练掌握某一运动项目的技术;
3. 具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力;
4. 熟悉国家有关竞技体育的方针、政策和法规;
5. 了解运动训练、竞赛和运动训练管理的理论前沿;
6. 具有初步的竞技体育领域的科学研究能力,具有一定的批判性思维;
7. 具有较好的人文科学素养、较强的社会责任感和良好的职业道德,有一定的国际视野和文化交流能力。

三、主干学科与主要课程

(一) 主干学科

体育学、教育学、心理学。

(二) 主要课程

运动训练学、运动心理学、运动训练管理学、运动选材学、运动竞赛学、运动按摩学、专项训练实践与理论等。

四、主要实践性教学环节

军事训练、毕业论文、专业实习、创新实践、社会实践等。

五、修业年限、学分和授予学位

(一) 修业年限

四年。

(二) 学分

145 学分。

(三) 授予学位

教育学学士。

六、课程设置

课程设置、类型、学时和学分分配、开课时间、课外实践安排等见表 1。

七、课外实践要求

(一) 毕业论文/设计

本专业学生在校期间应在导师指导下完成毕业论文，毕业论文评审通过、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。

(二) 专业实习

本专业学生在校期间需完成专业实习，共计 8 学分。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。

(三) 创新实践

本专业学生在校期间，应参加创新实践活动，共计 4 学分。创新实践活动包括创新创业教育和训练、科研训练实践、学术活动、赛事组织等。

(四) 社会实践

本专业学生在校期间，应参加社会实践活动。共计 4 学分。社会实践活动包括社会调查、生产劳动、志愿服务、公益活动等。

以上内容详见《运动训练专业学生课外实践活动说明》。

八、说明

(一) 课程安排

必修课安排在第一学年至第三学年完成，专业选修课安排在第一至第四学年完成，公共选修课教务处统一安排在第三、四学年完成。

其中，公共必修课《形势与政策》课程安排在第一至第四学年，共八个学期，包括《时事政治》与《职业发展和就业创业指导》两个部分的内容；学生必须参加两个部分内容的学习，通过后即可获得该课程学分。

(二) 奖励学分

1. 运动等级、运动成绩奖励

学生在校期间达到运动健将以上运动等级可获得奖励学分，其中国家运动健将 2 学分，国际运动健将 3 学分，同一单项或同类项目以通过的最高运动等级记取一次奖励学分。学生在国内外体育竞赛中获得优异成绩（名次），可按学校相关规定获得相应奖励学分。

2. 科学研究奖励

学生在校期间，以第一作者身份，在全国一级学会或二级学会组织的学术会议上每做 1 次报告，或在全国核心学术刊物上每发表 1 篇论文，奖励 2 学分。

3. 外语与计算机奖励

学生在校期间，参加国家大学英语四、六考试，四级达到 425 分以上，奖励 2 学分；六级达到 425 分以上，奖励 3 学分。同一语种以达到最高等级记取一次奖励学分。参加全国计算机水平考试，达到二级水平标准，奖励 2 学分。

学生奖励学分总和不得超过 3 学分。学生凭借获得的奖励学分，可免修相等学分的公共选修课或专业选修课程。

执 笔 人：张君、左琼、梁栋、宫超

专业负责人：张霞

竞技体育学院课外实践活动说明

一、毕业论文

本专业学生在校期间须在导师指导下完成毕业论文 1 篇。

（一）开题

第六学期实习的学生应在第七学期 1-3 周完成开题并进行开题报告，第七学期实习学生应在第六学期结束前完成开题任务（但须备案），论文工作周期要求不少于十一个月，鼓励学生充分利用假期和实习期间开展调研工作。

在开题报告环节，教研室以 3-4 名导师组成专家评审组，对学生论文的选题情况进行评议。

（二）论文撰写、中期检查和完成论文

学生应在第七学期结束前接受论文中期检查。在第八学期开学后，学生应完成论文，交指导老师审阅并根据导师意见进一步修改。

论文终稿需要符合《北京体育大学本科毕业论文写作规定》，论文要理论联系实际，论点明确，论据充分，逻辑层次清楚，文字简练通顺，结论正确、合理，字数 8000—10000 字为宜。

（三）答辩

学生应在第八学期期中参加论文答辩。答辩阶段流程可分为答辩资格审核、答辩会、论文修改、二次答辩会、评优和论文分数认定、学分认定等几个环节。

1. 答辩资格审核

答辩前，由各教研室组成专家评审组，审核论文质量是否达到答辩标准，审核通过后，方可进入答辩环节。

2. 答辩

答辩时，学生报告 5 分钟，答辩 3 分钟，答辩结束后，各答辩评审小组召开 30 分钟的短评会，对本组论文进行集中评议。最终由答辩评审组确定优秀论文每组 1-2 篇、每篇论文修改意见以及未通过答辩名单。

3. 论文修改

答辩结束后，根据答辩小组所给的修改意见，学生与指导教师协商并进行修改。

并在规定的时间提交指导教师。

4. 二次答辩

答辩未通过的学生，在规定的时间内修改论文，并提交二次答辩申请。答辩评审小组通过申请后，进行二次答辩。二次答辩未通过者，认定为本次论文不通过。

5. 纸质版、电子版论文归档

论文答辩工作结束后，指导教师提交学生论文装订版、电子版、书面版论文质量分析报告，报告包括：基本情况、所指导的学生分数分布、中期检查情况、指导论文过程中的成绩和问题。并与《教师指导手册》一起在规定时间统一提交教研室。教研室最终写出《本科生毕业论文质量评价总汇》后提交院教务办公室，院教务教师完成论文入库工作。

毕业论文的具体要求详见《北京体育大学本科毕业论文工作管理办法》。

二、专业实习

本专业学生在校期间应完成 16 周的专业实习，共计 8 个学分。

学生实习分为两个批次，即第六和第七学期。实习的形式一般有以下三种：集中编队（组）定点（实习单位）实习、分散（由实习生自找实习单位或由学院分别安排）、集中编队（组）定点实习与分散实习相结合。实习类别主要分为两大类：校内实习和校外实习。

（一）校内实习

由学院统一安排学生到学校内部各部门、单位实习，协助各部门完成日常事务性工作，培养学生基本的行政能力和写作、人际沟通等能力。在学期结束后，学生上交实习心得、实习单位评价及反馈，辅导员结合学生表现及实习单位打分，给出最终分数，成绩合格，学生获得 8 学分；

（二）校外实习

由学院统一安排学生到各省市的运动队、体育运动学校、高等院校、俱乐部等实习单位，以及申请单兵实习的各实习单位，协助各行政部门完成日常事务性工作，培养学生基本的行政能力和写作、人际沟通等能力；协助各学校对学生体育运动技能的训练和体育理论相关知识的教授。在实习结束后，学生上交相关工作的教学教案、实

习心得、实习单位评价及反馈，辅导员结合学生表现及实习单位打分，给出最终分数，成绩合格，学生获得 8 学分；

（三）实习要求

学生在进驻实习单位后，需在规定时间内向院系提交实习回执和负责人联系方式，撰写并上交实习计划，对实习工作和目标做出明确规划。在实习过程当中，针对遇到的问题，学生应及时向指导教师联系，并定期向指导教师汇报实习情况。实习八周时，学生需将实习心得体会以书面方式上交指导教师，总结阶段性实习情况以及工作中的心得。在实习当中，学生需保留好实习成果，在实习结束后以获奖证书、光盘、纸质和电子版成果以及实习工作照等形式的各类材料连同实习总结、实习单位反馈一同交给指导教师。学生上交的材料为实习成绩的重要评判标准。指导教师在汇总、整理学生材料后，上交实习指导总结，并根据各位同学实习表现，给出实习成绩，成绩合格，学生获得 8 个学分。

专业实习的具体要求详见《北京体育大学本科专业实习工作管理办法》。

三、创新实践

本专业学生在校期间需参加创新实践活动，共计 4 学分。其中创新创业训练 2 学分，科研训练 2 学分，学术活动 2 学分，赛事组织 2 学分，学生任选四项中的二项完成即可。

（一）创新创业训练

学生自主选题、自主设计实验实训、组建实验实训设备、实施实验实训、进行数据分析处理和撰写总结报告等工作，要求申报创新训练项目或创业训练项目，四年报两次以上，经过学院组织的专家评审小组评审合格，即可获得 2 学分。

（二）科研训练

专业队大学、中学、小学、体校、俱乐部 企事业单位科研训练，高水平专业运动员利用早操或节假日担任学院学生副项俱乐部的教练，不少于 48 学时，即可获得 2 学分。

（三）学术活动

学生在校期间必须参加由学院统一组织的 20 次学术活动，包括听学术讲座、听

论文报告等。参加学术活动的考勤方式以小票或出勤记录情况为准进行统计，达到要求即可获得 2 学分；

（四）赛事组织

参加本院或校级以上的各级赛事的竞赛组织或裁判工作，四年不少于 10 次，即可获得 2 学分。

四、社会实践

本专业学生在校期间需参加社会实践活动，共计 4 学分。其中社会调查 1 学分、劳动实践 1 学分，志愿服务或公益活动 2 学分。

（一）社会调查

学生在学期结束后的假期完成由学院年级统一布置的社会调查活动，要求在假期当中，学生以专业视角深入调查、搜集材料、整合分析，假期结束后以书面报告的形式上交调查结果。调查结果应有原创的文字、图片和数据等支撑。调查结果由年级收齐、学院统一评分，成绩合格获得 1 学分。学生自主参与其他社会调查，获得学院审核通过，可代替统一布置社会调查。

（二）劳动实践

在校期间每学期不少于 16 次，完成有关劳动实践任务，年级报学院审核通过，给予 1 学分；

（三）志愿者服务或公益活动

要求学生在校期间每学期不少于 16-18 小时，参与社会、学院、学校举行的重要体育比赛、赛事服务或者学院组织的志愿服务、公益活动等各类项目的服务工作，学生提交工作时间、内容及实践活动报告、有关志愿服务活动证书或证明，年级、学院审核通过，获得 2 学分。