



北京体育学院
各 学 制 教 学 计 划
(1985年修定)

教 务 处

前 言

我院从一九八一年秋季开始，在体育系和运动系本科试行学分制，经过四年初步的实践和探索，说明实行学分制，有利于因材施教，调动学生学习的积极性和主动性；有利于调动教师的积极性，提高教学质量；有利于促进新兴学科和边缘学科的建立，活跃学术气氛。在四年的教学实践中，我们一方面摸索经验，一方面修改各课教学大纲和积极多开选修课，为一九八五年全面实行学分制和修定教学计划做了准备，我们编印的这本《北京体育学院各学制教学计划》，汇集了一九八五年重新修定的教学计划和实行学分制办法等，定于今年秋季正式执行。

由于学分制对我院是一种新的教学管理制度，怎样使它更适合我们的国情和更适应我院体育专业的特点，还有待于我们在实践中继续进行探索和改进。

目 录

体育系师资专业教学计划.....	(1)
体育系体育管理专业教学计划.....	(8)
运动系教学计划.....	(13)
武术部武术、摔跤专业教学计划.....	(19)
基础理论系运动生理学、运动生物力学专业教学计划.....	(25)
教练员专修科教学计划.....	(33)
体育管理干部专修科教学计划.....	(38)
全院公共任选课程一览.....	(43)
学分制试行办法.....	(49)
培养优生试行办法.....	(53)

北京体育学院

体育系师资专业教学计划

1985年修订

一、培养目标

培养又红又专的以体育师资为主的体育专业人才。

具体要求是：

(一) 认真学习马列主义、毛泽东思想的基本原理。树立辩证唯物主义和历史唯物主义观点；拥护中国共产党，热爱社会主义，具有爱国主义和国际主义精神；具备人民教师应有的共产主义道德品质与作风，自觉维护社会主义民主与法制，忠诚党的教育事业，体育事业，服从组织分配，积极为社会主义现代化建设服务。

(二) 较全面地、系统地掌握体育师资专业的基础理论、基本技术和基本技能。掌握人体运动的机能变化规律和增强体质的科学方法，具有一定的分析问题和解决问题的能力，并在全面发展的基础上有所专长、能胜任学校体育教学、运动训练、组织竞赛、裁判工作和初步具备进行体育科学研究的能力；能初步运用一种外国语阅读本专业的外文资料。

二、学制、

四年。

三、周数分配

四年共202周，其中授课136周，教育见习2周，教育实习8周，毕业论文报告1周，期末考试，7.5周，军事训练与入学教育2周，毕业教育1周，劳动教育5周机动5.5周，假期周34（见表一）。各学期授课周数，除第七学期是10周，其余各学期均18周。

四、课程设置与学分规定

设必修课、指定选修课、任选课三类课程。

(一) 必修课：25门，104学分，总学时分配如下：

1 专选学科者共2662学时，其中学科课时1402学时，占52.67%；术科课时1260学时，占47.33%。

2 专选术科者共2790学时，其中学科课时1202学时，占43.08%；术科课时1588学时占56.92%。（见表二）

(二) 指定选修课：设五门课，共204学时，11学分。每个学生需选修6学分。

（见表二）

(三) 任选课，每个学生根据自己的爱好、志趣和能力，在全院开设的任选课程中自由选修，需修满21学分。（见全院公共任选课程一览）

五、课程提要

(一) 必修课

1. 中共党史: 讲授中国共产党领导中国人民进行新民主主义革命和社会主义革命及建设的历史。

2. 哲学: 讲授辩证唯物主义和历史唯物主义的基本原理。

3. 政治经济学: 讲授马列主义关于资本主义经济活动的基本原理和我国社会主义经济理论的基本理论与实践。

4. 体育概论: 讲授体育的本质、目的、任务、制度和手段。

5. 教育学: 讲授教育的本质、目的、制度、原则、内容、方法、形式、教师等基本理论。

6. 运动心理学: 讲授普通心理学和运动心理学的基本理论。如感觉、思维、记忆、注意、意想、个性、青少年心理特点。以及体育教学、运动训练、运动竞赛中的心理问题。

7. 中国体育史: 讲授我国古代、近代体育史。

8. 学校体育学: 讲授学校体育的地位、作用、目的、任务和体育教学的基本理论知识。

9. 运动解剖学 I: 讲授人体各器官系统的基本形态、结构、生长发育和主要功能, 以及形态和机能的关系、局部和整体的关系。重点讲授运动器官及体育锻炼对人体形态结构的影响。

10. 运动生理学 I: 包括人体正常生理和运动生理。主要讲授人体各器官系统的生理机能及其相互作用, 运动生理学的基本原理和促进人体机能发展的规律。

11. 运动医学: 包括运动医务监督、运动损伤、营养卫生三部分。

①运动医务监督: 讲授运动医务监督的意义, 心血管机能测定、评定方法, 运动性疾病, 妇女生长各时期的解剖生理特点及月经等。

②运动损伤: 讲授常见的运动损伤基本原因、预防原则、检查 and 治疗方法。

③营养卫生: 讲授各种营养素的性质、功用、需要量、来源、膳食营养的计算与安排等营养基础知识, 以及儿童少年营养特点、运动员营养特点和运动环境卫生等基础知识。

12. 运动生物化学 I: 讲授运动生物化学的基本理论, 内容以物质和能量代谢为主, 包括运动时的能源物质、供能代谢过程的特点和相互调节的关系等。

13. 运动生物力学: 讲授人体运动学、人体运动的动力学、生物力学基础、运动技术的生物力学分析、运动生物力学的研究方法和基础实验。

14. 体育统计: 讲授数理统计的一般理论与方法, 及其在体育中的运用。

15. 外国语: 开设英、日、俄、德、四国语种, 学生选学一种。

执行教育部制定的大学英语分级教学大纲, 我院本科学生应该达到大学英语第四级水平, 即从CE 1开始学习, 达到CE 4。学生水平低不能从CE 1开始学习者, 则需先学习大学英语预备级课程CEP1或CEP2, 然后才能转入学习CE 1: (CEP每学期2学分)。在两年必修和一年选修时间内, 要求最低达到CE 3。

其它语种也按上述要求和办法制定教学大纲。

16. 田径: 讲授田径运动的基本理论、基本知识、各项目的基本技术和教学方法。以短跑、中长跑、跳高、跨栏、跳远、铅球、标枪为重点学习项目, 其它为一般学习项目或介绍项目。

17 体操: 讲授体操运动的基本理论、基本知识、各项目的基本技术、体操帮助方法和教学方法。以队列队形、基本体操、技巧、单杠、双杠、跳跃为重点学习项目、其它项目介绍。

18. 艺术体操 I: 讲授艺术体操的基本理论、基本知识、和徒手操、球操、藤圈操、沙巾操的基本技术与教学方法, 其它项目介绍。

19. 篮球: 讲授篮球运动的基本理论、基本知识、基本技术、战术和教学方法。

20. 排球: 讲授排球运动的基本理论、基本知识、基本技术、战术和教学方法。

21. 足球: 讲授足球运动的基本理论、基本知识、基本技术、战术和教学方法。

22. 武术: 讲授武术运动的基本理论、基本知识、基本功和拳术、剑术、刀术等器械的基本技术和套路, 以及教学方法。

23. 游泳: 讲授游泳运动的基本理论、基本知识、蛙游和爬游的基本技术与教学方法, 以及介绍仰游、蝶游的基本技术和溺水的救护方法。等

24. 举重: 讲授举重运动的基本理论、基本知识、基本技术、基本教法和发展力量的方法。

25. 专修技术课:

专修技术课的目的, 是使学生在全面学习教学计划规定的各项运动的基础上, 有一项专长。毕业后能胜任中等以上学校某一运动项目的课外运动队训练、组织竞赛和才判等工作。

专修技术课要较全面地、较系统地讲授专修运动项目的理论、技术、战术, 教法、并经过训练和实际能力的培养, 要获得二级运动员和二级裁判员称号。

专修技术课的项目有: 田径(跑、跳、投三类中专修一类, 专类中再选一主项), 体操, 艺术体操, 篮球, 排球, 足球, 乒乓球, 手球, 游泳, 武术, 举重, 摔跤。其它项目的设置, 可视情况由系和教研室共同提请教务处决定。

26. 专选课:

专选课的任务是培养学生掌握第二专长或在原来专修技术课的基础上进一步提高。

专选课设术科和学科两类课程。学生可以继续专选原来的专修课项目, 也可以改换其它运动项目。也可以根据自己的志趣、基础, 在本计划规定的学科课程内, 专选一个学科课程, 由教研室择优录取。但是, 前两年专修课中未达到二级运动员和二级裁判员者, 只能继续专选原来的专修技术课项目。

专选课的教学计划由任课教师制订, 经教研室批准后执行。专选课在二年修完后给予总成绩。

专选学科类的课程暂设: ①运动解剖学, ②运动生物化学, ③运动训练学, ④学校体育学, ⑤体育测量与评价, ⑥体育史, ⑦教育学。

(二) 指定选修课:

1. 运动训练学: 讲授运动训练中的适应过程, 运动训练的原则和方法, 竞技能力的决定因素及其训练, 运动训练过程的结构、组织与控制, 童儿、少年、女子运动训练的特点, 以及教练员和运动员等。

2. 群众体育学: 讲授群众体育运动的发展规律, 组织管理的原则和方法, 身体锻炼原理和方法等。

3. 体疗康复: 讲授国内外康复医学概况, 体疗康复的基本内容、方法, 心肺功体能疗康复和运动器官系统体疗康复的处方制定等。

4. 体育测量与评价: 讲授体育测量的内容、方法, 体质的综合测定和评价的方法与标准, 以及训练水平、运动技术与战术、竞技状态的测定与评价等。

5. 计算机语言: 讲授计算机基本知识, BASIC 语言和程序设计, 以及计算机操作实习。

(三) 任选课: 见全院任选课程计划。

六. 说明

1. 入学教育与军事训练, 在第一学期上课前两周相互穿插进行, 由系和武装部组织实施。

2. 第五学期的一周教育见习与教育学的教学结合进行, 主要到中小学了解人民教师的光荣职责。第六学期的一周教育见习与学校体育学的教学结合进行, 主要到大中学校了解学校体育工作现状, 加深感性认识。每次教育见习, 学生都要完成一篇不少于二千字的见习报告, 做为成绩考核的主要依据。教育见习由系和教研室组织实施。

3. 教育实习主要在中学进行。要求学生在教师指导下, 独立完成体育课教学、课外辅导、运动队训练和组织竞赛, 担任裁判等学校体育工作的实习任务。通过实习全面考核学生掌握体育专业的理论、知识、技术、技能的实际水平和运用能力。教育实习不及格者, 不得毕业。

4. 科研和毕业论文是要求学生在掌握所学的基础理论、专业理论和基本科研方法的基础上, 在教师指导下进行专题研究和撰写毕业论文。以达到巩固、加深所学专业理论知识, 培养独立钻研、分析解决问题和进行体育科学研究的初步能力。毕业论文不及格者, 不得毕业。

一般情况下, 学生的科研与论文在专选学科的范围内选题, 由专选学科的教师负责指导。但体育科学研究的理论与方法, 由教学组指派具有较高水平的教师讲授。

5. 与专修技术课和专选技术课相同的普修技术课, 经任课教师同意学生可以免修技术部分, 但需要参加技术部分的考试。

6. 学生指定选修课中所修的学分, 超过规定的 6 学分以外的部分, 可计入任选课的学分内。

7. 四年中每个学生需修满 146 学分才能毕业。其中需分别修满:

必修课 104 分 (占 71.23%)

指定选修课 6 学分
任选课 21 学分 } (共占 18.49%)

教育见习 2 学分
教育实习 7 学分 } (共占 6.20%)

毕业论文 6 学分 (占 4.11%)

8. 本计划的周负重量 (包括必修课、指定选修课、任选课的学时在内) 控制在 26 学时之内。

(王公度 执笔)

表一

体育系师资专业周数分配表

学 年	学 期	授 课	教育 见习	教育 实习	论 文 报 告	期 末 考 试	入 学 教 育	军 事 训 练	毕 业 教 育	劳 动 教 育	机 动	假 期	总	计
													学 期	学 年
一	1	18				1	2					4	25	52
	2	18				1				1	1	6	27	
二	3	18				1				1	1	4	25	52
	4	18				1				1	1	6	27	
三	5	18	1			1				0.5	0.5	4	25	52
	6	18	1			1				0.5	0.5	6	27	
四	7	10		8		1				1	1	4	25	46
	8	18			1	0.5		1			0.5		21	
合 计		136	2	8	1	7.5	2	1	5	5.5	34		202	

表二

体育系师资专业课程设置与学时数

类别	序号	课程	学分	课 时					各学期上课周数与周学时数								备 注	
				总课时	各教学环节				第一、二、三、四学年									
					理论课	实验课	实践课	讨论课	作业课	1 18周	2 18周	3 18周	4 18周	5 18周	6 18周	7 10周		8 18周
必修	1	中共党史	4	72	58		10	4					4					一、跨学期课程的学分分配如下： 1.外语：每学期4学分，但CEP课程每学期2学分。 2.田径、体操：每学期2学分。 3. 专修技术课：每学期2学分。 4. 专选课：最后计总学分。 5. 科研与毕业论文：计论文总分。 二、专选课每周学时中，括
	2	哲 学	4	72	62		6	4						4				
	3	政治经济学	4	72	62		6	4								4		
	4	教育概论	1	24	20			4		4× 前6								
	5	教 育 学	4	72	54			14	4					4				
	6	运动心理学	4	72	53			10	9				4					
	7	中国体育史	3	48	42		2	4		4× 后12								
	8	学校体育学	3	54	32		10	4	8						3			
	9	运动解剖学 I	4	72	20		50	2		4								
	10	运动生理学 I	6	108	84	24					6							
选修	11	运动医学	4	72	43		19	6	4			4						
	12	运动生物化学 I	3	50	40	10										5		
	13	运动生物力学	4	72	38	16	6	6	6					4				
	14	体育统计	3	54	42		8		4						3			
	15	外 国 语	16	288	144		144			4	4	4	4	4				
	16	田 径	6	216						4	4	4						
	17	体 操 I	6	216						4	4	4						

北京体育学院 体育系体育管理专业教学计划

(一九八五年制定)

一、培养目标

培养又红又专的具有较高水平的体育管理专业人才。具体要求是：

(一) 认真学习马列主义、毛泽东思想的基本原理。树立辩证唯物主义和历史唯物主义观点；拥护中国共产党，热爱社会主义，具有爱国主义和国际主义精神；具备国家干部应有的共产主义道德品质和作风，自觉维护社会主义民主与法制，服从组织分配，积极为社会主义体育事业服务。

(二) 较全面地、系统地掌握体育管理专业的基础理论、基本知识和基本技能。了解主要运动项目的基本理论知识和技术，了解现代体育管理的科技新成果和发展动向，具备从事体育管理工作的能力和进行体育管理科学研究的基本能力，以及具备运用一种外国语阅读专业外文书刊的初步能力。

(三) 具有健全的体魄。

二、学制

四年制本科。

三、周教分配

四年共202周，其中授课136周，教育实习8周，毕业论文报告1周，期末考试10周，入学教育与军事训练1.5周，劳动教育5周，毕业教育1周，机动5.5周，假期34周(见表一)。各学期授课周数，除第八学期是10周，其余均为18周。

四、课程设置与学分规定

设必修课、指定选修课、任选课三类课程。

(一) 必修课：共设30门，2244学时，108学分。其中学科24门，1704学时(占5.94%)，87学分；术科6门，540学时(占24.06%)，21学分(见表二)。

(二) 指定选修课：共设7门，290学时，16学分。每个学生从中选修10个学分(见表二)。

(三) 任选课：在全院开设的任选课程，每个学生需修满15个学分(见全院公共任选课程一览)。

四年中，每个学生需修146学分，才能毕业。其中包括修满必修课108学分，指定选修课10学分，任选课15学分，毕业论文6学分，教育实习7学分。

五、课程内容提要

(一) 必修课：

1. 中共党史：讲授中国共产党领导中国人民进行新民主主义革命和社会主义建设的历史。
2. 哲学：讲授辩证唯物主义和历史唯物主义的基本原理。
3. 政治经济学：讲授马列主义关于资本主义经济活动的基本原理和我国社会主义

经济建设的基本理论与实践。

4. 高等数学：在高中数学第四册的基础上，再学习空间解析几何、一元及多元微积分，级数和微分方程。

5. 线性代数：主要讲授行列式、矩阵、线性方程组，线性相关，方阵的特征值和特征向量，二次型，线性空间等。

6. 概率论：主要讲授古典概率，随机变量的概率分布、数学期望、中心极限定理。

7. 体育统计：讲授数理统计的原理与方法，及其在体育中的运用。

8. 计算机基础：主要学习计算机基础知识，BASIC语言和程序设计，以及计算机操作实习。

9. 外国语：执行国家教育委员会制定的大学英语分级教学大纲。我院本科学生应达到第4级（即自CE1开始，达到CE4）。如水平低，则先学习大学英语预备课程CEP1或CEP2，然后才能转入学习CE1，在两年必修和一年选修的时间内，要求最低达到CE3。其它语种（包括日语、德语、俄语）也按上述规定制定大纲。

10. 体育概论：讲授体育的本质、目的、任务、制度和手段。

11. 运动解剖学I：讲授人体各器官系统的基本形态、结构、生长发育和主要功能，以及形态和机能的关系、局部和整体的关系。重点讲授运动器官及体育锻炼对人体形态结构的影响。

12. 运动生理学I：包括人体正常生理和运动生理。主要讲授人体各器官系统的生理机能及其相互作用，运动生理学的基本原理和促进人体机能发展的规律。

13. 运动医学：包括运动医务监督、运动损伤、营养卫生三部分。主要讲授运动医务监督的意义、方法，常见运动性疾病的基本原因、预防原则、治疗方法，以及营养性疾病、人体营养状况测定、运动员营养等。

14. 运动心理学：讲授普通心理学和运动心理学的基本理论。如感觉、思维、记忆、注意、个性、青少年心理特点和体育教学、运动训练、运动竞赛中的心理问题等。

15. 体育运动管理心理学：主要讲授运动员心理与管理，教练员心理与管理，群体心理与管理，领导心理与管理等体育运动管理心理的基本理论知识和方法。

16. 体育经济学：主要讲授体育运动在国民经济中的作用，体育运动的物质技术基础、体育资金和体育部门的经济效果与经济核算等。

17. 体育法学：主要讲授体育法的基本原理、法的产生、法的制定和法的运用等基本理论知识。

18. 中国体育管理史：讲授中国古代、近代、现代的体育管理历史。

19. 体育运动管理学：讲授体育运动管理学的基本理论、基本知识和基本方法。主要内容有体育运动管理的一般原理、计划管理、基本要素管理、业务管理、科技管理、宣传管理和领导方法等。

20. 体育经营管理学：主要讲授体育经营管理的原理、组织、经营决策与计划，生产管理，财务经营管理等基本理论知识和方法。

21. 财务管理：主要讲授财务管理的基本原理，财务制度，财务管理体制，财务计

划,收支管理,资金管理,财务监督等基本理论知识和方法。

22. 管理系统工程:讲授线性规划、整数规划、非线性规划、动态规划、图与网络方法、排队论、存贮论、对策论、决策论、模型论等管理工程的基本知识和方法。

23. 体育场地器材管理:讲授主要运动项目场地器材的规格、建设、使用、保管、维修等基本知识和方法,并适当介绍当前各类体育场地建设的发展状况。

24. 电子技术在体育管理中的运用:主要讲授体育电子仪器的基本理论知识。内容包括体育场馆的供电系统、显示和记录装置、电子显示成绩装置、闭路电视装置、灯光控制、音响设备等。

25. 田径:学习田径运动发展概况、技术分析、组织竞赛、裁判法等基本理论知识和跑、跳、投基本项目的技术。

26. 体操:学习体操运动的分类、发展概况、技术原理、组织竞赛、裁判法等基本理论知识和技巧、单杠、双杠、跳马的简单技术动作。

27. 球类:学习篮球、排球、足球运动的发展概况、技战术分析、组织竞赛、裁判法等基本理论知识和基本技术、战术。

28. 游泳:学习游泳运动的发展概况、技术分析、组织竞赛、裁判法等基本理论知识和蛙泳、爬泳技术动作,其它技术动作和溺水的基本救护方法只介绍。

29. 武术:学习武术运动的分类、发展概况、技术特点、组织竞赛、裁判法和基本理论知识,以及学习拳术和剑术、刀术等器械的基本技术与套路。

30. 举重:学习举重运动的发展概况、技术分析、组织竞赛、裁判法等基本理论知识和基本技术。

(二) 指定选修课:

1. 教育学:讲授教育的本质、目的、制度、原则、内容、方法、形式、教师等基本理论。

2. 逻辑学:讲授逻辑学的基础理论知识,内容有概念、判断、推理、证明和反驳等思维形式,以及同一律、矛盾律和排中律等思维形式结构的基本规律等。

3. 决策学:主要讲授决策概论、科学方法论基础、科学决策的结构和要素、决策模式、决策的方法和技术等。

4. 学校体育学:讲授学校体育的目的任务、教学原则、教学方法、体育课的组织结构和负荷量安排,以及学校体育的组织管理等。

5. 运动训练学:讲授运动训练中的适应过程,运动训练的原则和方法,竞技能力的决定因素及其训练,运动训练过程的结构、组织与控制,儿童、少年、女子运动训练的特点,以及教练员等。

6. 群众体育学:讲授群众体育运动的发展规律、组织管理的原则和方法、身体锻炼原理和方法等。

7. 中国体育史:讲授我国古代、近代体育史。

六、说明

1. 入学教育与军事训练在第一学期上课前一周半内相互穿插进行,由系和武装部组织实施。

2. 专业理论课中的“体育运动管理学”、“体育经营管理学”、“体育场馆器材管理”、“电子技术在体育管理中的运用”、“财务管理”，要配合讲课内容适当安排见习或参观活动，以增强学员的感性认识。

3. 教育实习是在各级体委或其它体育管理机构里，进行行政管理工作实习，也可在大型体育比赛的组织工作中实习。通过实习，全面考核学生掌握体育管理专业的理论、知识、技能的实际水平和运用能力。每个学生在实习结束时，要完成一篇不少于二千字的教育实习总结，做为实习成绩评定的主要依据之一，实习成绩不及格者，不得毕业。

4. 科研与毕业论文，要求学生在掌握所学基础理论、专业理论和基本科研方法的基础上，在专业教师指导下，进行专业的课题研究和撰写毕业论文。以达到巩固、加深所学的专业理论知识，培养独立钻研、分析解决问题和进行体育科学研究的能力。毕业论文不及格者，不得毕业。

体育科学研究的理论与方法部分，由体育运动管理学教研室指派有较高水平的教师讲授。

5. 学生在指定选修课中所修的学分，超过规定的10学分以外的部分，可计入任选课的学分内。

6. 本计划课内教学的周负担量（包括必修课、指定选修课、任选课），控制在24学时以内。

(毛元灿 王公度 藤健执笔)

体育系管理专业周数分配表 表一

学 年	学 期	授 课	教育 实习	论文 报告	期 末 考 试	入 学 教 育 与 军 事 训 练	劳 动 教 育	毕 业 教 育	机 动	假 期	总 计	
											学 期	学 年
一	1	18			1.5	1.5				4	25	52
	2	18			1.5		1		0.5	6	27	
二	3	18			1.5		1		0.5	4	25	52
	4	18			1.5		0.5		1	6	27	
三	5	18			1.5		0.5		1	4	25	52
	6	18			1		1		1	6	27	
四	7	18			1		1		1	4	25	46
	8	10	8	1	0.5			1	0.5		21	
合 计		136	8	1	10	1.5	5	1	5.5	34	202	

北京体育学院

运动系教学计划

(1985修订)

一、培养目标

培养专项教练员、师资和其他体育专业人才。

具体要求是：

(一) 认真学习马列主义、毛泽东思想的基本原理。树立辩证唯物主义和历史唯物主义观点。拥护中国共产党，热爱社会主义，集有爱国主义和实际主义精神。具有人民教师、教练员应有的品质和作风，自觉维护社会主义民主与法制，忠诚党的教育事业、体育事业。从组织分配，积极为社会主义现代化建设服务。

(二) 较系统地掌握体育运动的基础理论、基本知识、基本技能和全面地、系统地掌握所修专业项目的理论、技术、技能，具有较高的专业理论水平、技术水平和实际工作能力。能胜任所修专业项目的教学、训练、组织竞赛、裁判等工作 and 初步具备进行体育科学研究的能力；能初步运用一种外国语阅读专业外文资料。

二、学制

四年制本科

三、专业设置

设田径、体操、艺术体操、篮球、排球、足球、手球、游泳、重竞技等专业。

四、周数分配

四年共202周，其中授课135周、教育见习1周，教育实习9周，毕业论文报告1周，期末考试7.2周，入学教育与军事训练2周，毕业教育1周，劳动教育5周，机动6.5周，假期34周（见表一）。各学期授课周数，除第八学期是9周，其余均为18周。

五、课程设置与学分规定

设必修课、指定选修课、任选修三类课程。

(一) 必修课：共18门，3015学时，101学分。其中学科14门，1158学时（占38.45%），64学分；术科5门，1854学时（61.55%），37学分。（见表二）

(二) 指定选修课：共设5门，240学分，13学分，每个学生从中选修6学分（108学时）。（见表二）

(三) 任选课：每个学生从全院开设的50多门任选课程中，选修20学分。（见全院公共任课程一览）

六、课程内容提要

(一) 必修课：

1. 中共党史：讲授中国共产党领导中国人民进行新民主主义革命和社会主义革命及建设的历史。

2. 哲学：讲授辩证唯物主义和历史唯物主义的基本原理。

3. 政治经济学：讲授马列主义关于资本主义经济活动的基本原理和我国社会主义经

济建设的基本理论与实践。

4. 体育概论：讲授体育的本质、目的、任务、制度和手段。

5. 教育学：讲授教育的本质、目的、制度、原则、内容、方法、形式、教师等基本理论。

6. 运动心理学：讲授普通心理学和运动心理学的基本理论。如感觉、思维、记忆、注意、意想、个性、青少年心理特点和体育教学、运动训练、运动竞赛中的心理问题。

7. 运动训练学：讲授运动训练中的适应过程，运动训练的原则和方法，竞技能力的决定因素及其训练，运动训练过程的结构、组织与控制，儿童、少年、女子运动训练的特点，以及教练员等。

8. 运动解剖学 I：讲授人体各器官系统的基本形态、结构、生长发育和主要功能，以及形态和机能的关系、局部和整体的关系。重点讲授运动器官及体育锻炼对人体形态结构的影响。

9. 运动生理学 I：包括人体正常生理和运动生理。主要讲授人体各器官系统的生理机能及其相互作用，运动生理学的基本原理和促进人体机能发展的规律。

10. 运动医学：包括运动医务监督、运动损伤、营养卫生三部分。

①运动医务监督：讲授运动医务监督的意义，心血管机能测定、评定方法，运动性疾病，妇女生长各时期的解剖生理特点及月经等。

②运动损伤：讲授常见运动损伤的基本原因、预防原则、检查 and 治疗方法。

③营养卫生：讲授营养性疾病、人体营养状况的测定、运动员营养和运动环境卫生的基本知识。

11. 运动生物化学 I：讲授运动生物化学的基本理论，内容以物质和能量代谢为主，讲述运动时的能源物质、供能代谢过程的特点和相互调节的关系等。

12. 运动生物力学：讲授人体运动学、人体运动的动力学、生物力学基础、运动技术的生物力学分析、运动生物力学的研究方法和基础实验。

13. 体育统计：讲授数理统计的一般理论与方法，及其在体育中的运用。

14. 外国语：开设英、日、俄、德四国语种，学生选学一种。

执行教育部制定的大学英语分级教学大纲，我院本科学生应该达到大学英语第四级水平，即从CE 1 开始学习，达到CE 4。学生水平低不能从CE 1 开始学习者，则需先学习大学英语预备级课程CEP 1 或CEP 2，然后才能转入学习CE 1。（注CEP每学期2 学分）。在两年必修和一年选修时间内，要求最低达到CE 3

其他语种也按上述要求和办法制定教学大纲

15. 专修技术课：是运动系的主要专业课，该课要全面地、系统地讲授专修运动项目的理论、知识、技术、教学训练方法和培养实际工作能力。要求达到一级运动员技术水平（具体标准由教研室根据本专业实际情况在大纲中确定）和获得二级裁判员称号。使学生毕业后能胜任所修专业的教学、训练、组织竞赛和裁判等工作。

16. 普修技术课：（见表三）

开设田径、体操、艺术体操、篮球、排球、举重、游泳七门课，各专业根据不同特点学习其中四门。各课主要讲授基本理论知识、基本技术和教学方法。各课技术部分