

Guide to Specialized Courses for University Students

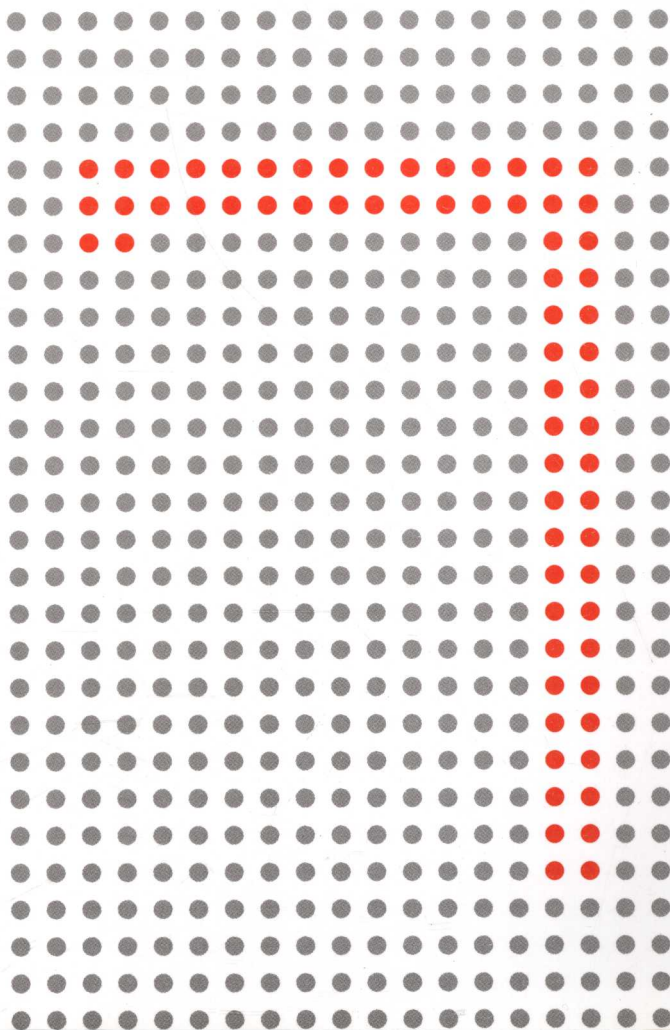
大学生专业学习指南

:: 主编 刘湘溶

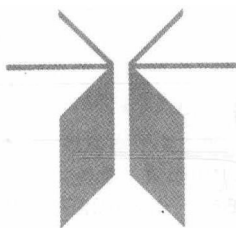
:: 本册主编 李艳翎 苏益华

分册 **17**

体育教育
社会体育
运动人体科学
运动训练



2-62



Guide to Specialized Courses for University Students

大学生专业学习指南

:: 主编 刘湘溶

:: 本册主编 李艳翎 苏益华

分册 17

体育教育
社会体育
运动人体科学
运动训练

副 主 编

易小坚 汤长发 贺 洪

本册编委 (以姓氏笔画为序)

史绍蓉 李艳翎 汤长发 苏益华
邱小梅 易小坚 周建社 金育强
房美玉 周 波 贺 洪 龚正伟
常 娟 谢 清

湖南师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生专业学习指南·分册 17(体育教育 社会体育 运动人体科学 运动训练)/刘湘溶主编. —长沙:湖南师范大学出版社,2006.8

ISBN 7-81081-607-1

I. 大... II. 刘... III. 体育—高等学校—教学参考资料 IV. G807.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 089244 号

大学生专业学习指南·分册 17

(体育教育 社会体育 运动人体科学 运动训练)

◇主 编:刘湘溶

◇本册主编:苏益华 李艳翎

◇策 划:杨小云 周玉波 黄 林

◇组 稿:黄 林

◇责任编辑:王艺文

◇责任校对:黄 晴

◇出版发行:湖南师范大学出版社

地址/长沙市岳麓山 邮编/410081

电话/0731.8853867 8872751 传真/0731.8872636

◇经销:湖南省新华书店

◇印刷:湖南望城湘江印务有限公司

◇开本:730×960 1/16

◇印张:19

◇字数:320 千字

◇版次:2006 年 8 月第 1 版 2006 年 8 月第 1 次印刷

◇印数:1—2000 册

◇书号:ISBN 7-81081-607-1/G·313

◇定价:25.00 元

序

湖南省人民政府副省长

许云松

湖南师范大学组织编写的涵盖该校 70 个本科专业的《大学生专业学习指南》丛书(共 19 本)就要付梓出版,同广大学生见面了。我认为,这是该校落实党中央、国务院作出的“高等教育的发展要全面贯彻落实科学发展观,切实把重点放在提高质量上”的战略决策和部署的重要举措,意义重大,可喜可贺。

顾名思义,《大学生专业学习指南》就是为大学专业的学习提供指导,使大学生成为独立的、自主的、高效的学习者。大家知道,大学教育与中学教育是显然不同的,对每一个由中学到大学的人来说,都有一个适应的过程,这是不可避免的。许多即将毕业或已经毕业的大学生反映,由于缺乏学习上的指导,他们的大学学习真正开始于大学二年级甚至更晚的时候。在这之前的很长一段时期内,有的学生盲目沉湎于大学的“自由”,学习漫无目的;有的学生贪多求大,不切实际的学习目标耽误了正常的学业;有的学生没有长远的学习目标,仅仅满足于考试过关,等等。因此,每当回顾大学生活时,许多人对没有把握好大学前半部分的学习而感到不满意甚至遗憾。可见,高校如何帮助大学生尽快适应大学学习生活,指导其建立适合自身特点的自主学习和发展计划,就显得十分必要。《大学生专业学习指南》这套丛书对该校 70 个本科专业的内涵、特点、历史、现状、培养目标及修读要求等进行了逐一介绍,还列出了每个专业的人才培养方案和课程体系,对每一个专业的公共必修课程、专业主干课程、实践教学要求、毕业论文(设计)要求、考研指南、专业参考书目和专业文献检索指南等作了详细介绍,内容翔实,指导性强,为大学生自主学习、自我激励和自我发展提供了全面的指导。

编写《大学生专业学习指南》也是加强专业内涵建设的一个有力举措,有利于创新型人才的培养。近年来,我国将培养创新型人才作为高等教育的首要任务。创新型人才如何培养?在我看来,专业建设特别是专业内涵建设对于创新型人才的培养有着特殊的意义。专业设置是否合理,专业建设是否有特色,既

从总体上反映了一个学校的办学实力、办学水平和办学竞争力,又从根本上决定了一个学校人才培养的规格和特色。因此,要培养创新型人才,就必须把专业建设提到学校教学工作重中之重的位置来抓。高校应该主动根据学科专业发展的最新动态和经济社会发展的现实要求,重新审视并及时修订各专业的培养目标和规格标准,精心设计学生的素质结构,创新本科专业人才培养方案、课程体系、教学内容和教学方法,突出大学生创新精神和实践能力的培养和训练,不断丰富专业建设的内涵。编写《大学生专业学习指南》丛书,正是加强本科专业内涵建设的一个有力举措。在编写本丛书的过程中,广大教师、教学管理干部特别是专业、课程负责人摆脱繁琐的日常事务,聚集在一起,讨论专业的办学定位、建设规划、办学思路、人才培养目标及人才培养规格、课程结构及体系、教学内容和教学方法等,精心设计和编绘大学生专业学习的蓝图。这幅蓝图就像生产某一种产品的“模具”,决定产品的规格、性能和质量;但它又不同于“模具”,而是在一定规格要求的前提下,充分发挥学生学习的主观能动性,为学生的发展提供多种选择。可以说,这套丛书从一个侧面集中反映了该校加强本科专业内涵建设的成果和水平。

另外,编写《大学生专业学习指南》有利于高等学校自觉接受学生、学生家长及社会的监督,是办让人民满意的大学的好举措。目前,社会对劳动者素质的要求不断提高,就业竞争日趋激烈,特别是独生和少生子女时代的到来,广大家长望子成龙、望女成凤的期望更加强烈,群众花了那么多精力和那么多财力,投入了那么多感情,把孩子送到高等学校,就是希望受到良好的教育。全社会对高等教育质量的关注程度越来越高,期望值越来越大,广大学生家长对高校人才培养质量的监督意识也越来越强,大学生的知悉权、选择权和监督权等权利意识明显增强。面对新形势,高等学校要敢于直面现实,敢于公开对社会承诺,开放办学,自觉接受社会的监督,努力办让人民满意的教育。编写《大学生专业学习指南》并公开出版,应该说是高校自觉接受广大学生及其家长监督的一种主动积极的回应。把人才培养目标、培养规格、各个教学环节的质量标准、教学质量管理等方面的情况向全社会公开,这实际上就是一种承诺,是一种敢于负责的大学精神的最直接体现。所以,我也希望湖南师范大学信守自己对社会的这一承诺,坚持一切为了学生的发展,一切为了学生的成长成才,不断深化教学改革,努力培养高素质人才。

2006年7月

目 录

体育学院本科专业设置简介	(1)
第一部分 体育教育本科专业学习指南	(3)
一、体育教育专业简介	(3)
(一) 内涵	(3)
(二) 特点	(3)
(三) 历史与发展	(4)
(四) 现状	(5)
(五) 培养目标	(5)
(六) 基本规格	(6)
(七) 学习指导	(6)
二、体育教育专业课程设置举隅	(7)
湖南师范大学体育专业课程设置表	(7)
三、体育教育专业主干课程简介	(16)
(一) 《人体解剖学》课程简介	(16)
(二) 《人体生理学》课程简介	(16)
(三) 《体育保健学》课程简介	(16)
(四) 《田径普修》课程简介	(17)
(五) 《体操普修》课程简介	(17)
(六) 《篮球普修》课程简介	(17)
(七) 《排球普修》课程简介	(17)
(八) 《足球普修》课程简介	(17)
(九) 《武术普修》课程简介	(18)
(十) 《学校体育学》课程简介	(18)
四、主要公共必修课程学习指导	(18)
(一) 思想政治理论课程学习指导	(18)

(二) 大学语文课程学习指导	(29)
(三) 大学英语课程学习指导	(41)
(四) 计算机基础及应用课程学习指导	(48)
(五) 高等数学课程学习指导	(70)
(六) 大学体育课程学习指导	(76)
五、体育教育专业实践教学	(91)
(一) 体育教育专业实验	(91)
(二) 体育教育专业实习	(92)
(三) 体育教育专业社会调查和实践	(92)
六、体育教育专业毕业论文指导	(93)
(一) 体育(教育)专业毕业论文概说	(93)
(二) 体育(教育)专业理科类论文(设计)指导	(93)
(三) 体育(教育)专业文科类论文指导	(97)
七、体育教育专业考研指南	(98)
(一) 体育教育训练学专业硕士研究生招生目录	(98)
(二) 体育教育专业考研指南	(98)
(三) 体育教育训练学专业硕士研究生培养方案	(100)
八、体育教育专业参考书目及专业文献检索指南	(103)
(一) 体育教育专业学生必读书目	(103)
(二) 体育教育专业重点书目介绍	(104)
(三) 体育教育专业文献检索指南	(105)
(四) 大学生如何利用图书馆	(109)
第二部分 社会体育本科专业学习指南	(115)
一、社会体育专业简介	(115)
(一) 内涵	(115)
(二) 特点	(115)
(三) 历史与发展	(116)
(四) 现状	(116)
(五) 培养目标	(118)
(六) 基本规格	(118)
(七) 学习指导	(118)
二、社会体育专业课程设置举隅	(119)

湖南师范大学社会体育专业课程设置表	(119)
三、社会体育专业主干课程介绍	(126)
(一)《社会学概论》课程简介	(126)
(二)《社会体育概论》课程简介	(126)
(三)《社会心理学》课程简介	(126)
(四)《体育保健学》课程简介	(126)
(五)《公共关系学》课程简介	(127)
(六)《竞技体育项目与管理》课程简介	(127)
(七)《健身娱乐项目与管理》课程简介	(127)
(八)《民族传统体育项目与管理》课程简介	(127)
四、主要公共必修课程学习指导	(128)
五、社会体育专业实践教学	(128)
(一)社会体育专业实习	(128)
(二)社会体育专业社会调查和实践	(128)
六、社会体育专业毕业论文指导	(128)
(一)社体专业毕业论文选题	(129)
(二)毕业论文资料搜集	(130)
(三)拟定论文结构纲要	(131)
(四)毕业论文格式	(132)
(五)结束语	(133)
七、湖南师范大学社会体育专业考研指南	(133)
(一)体育人文社会学硕士研究生招生专业目录	(133)
(二)体育人文社会学硕士研究生培养方案	(134)
(三)专业研究方向及简介	(135)
(四)学制与学分	(136)
(五)湖南师范大学2006年硕士研究生体育专业招生考试 形式	(136)
(六)硕士学位研究生全国统考报名须知	(136)
八、社会体育专业参考书目及专业文献检索指南	(139)
(一)社会体育专业学生必读书目	(139)
(二)社会体育专业重点书目介绍	(140)
(三)社会体育专业文献检索指南	(141)

(四) 大学生如何利用图书馆	(141)
第三部分 运动人体科学本科专业学习指南	(142)
一、运动人体科学专业简介	(142)
(一) 内涵	(142)
(二) 特点	(143)
(三) 历史与发展	(143)
(四) 现状	(144)
(五) 培养目标	(145)
(六) 培养规格	(145)
(七) 学习指导	(146)
二、运动人体科学专业课程设置举隅	(147)
湖南师范大学运动人体科学专业课程设置表	(147)
三、运动人体科学专业主干课程简介	(153)
(一) 《人体解剖学》课程简介	(153)
(二) 《人体生物学》课程简介	(154)
(三) 《体育保健学》课程简介	(154)
(四) 《康复医学》课程简介	(154)
(五) 《健康教育学》课程简介	(155)
(六) 《运动按摩与针灸学》课程简介	(155)
(七) 《运动生物化学》课程简介	(155)
四、主要公共必修课程学习指导	(156)
五、运动人体科学专业实践教学	(156)
(一) 运动人体科学专业实验	(156)
附录: 实验课程 (一) 教学大纲	(158)
实验课程 (二) 教学大纲	(165)
实验课程 (三) 教学大纲	(176)
实验课程 (四) 教学大纲	(186)
(二) 运动人体科学专业实习	(190)
(三) 运动人体科学专业社会调查和实践	(192)
六、运动人体科学专业本科毕业论文 (设计) 指导	(193)
七、运动人体科学专业考研指南	(193)
(一) 硕士研究生招生专业目录	(193)

(二) 考研指南	(193)
(三) 运动人体科学专业硕士研究生培养方案	(193)
八、运动人体科学专业参考书目及文献检索指南	(196)
(一) 运动人体科学专业学生必读书目	(196)
(二) 运动人体科学重要书目介绍	(197)
(三) 运动人体科学专业文献检索指南	(198)
(四) 大学生如何利用图书馆	(198)
第四部分 运动训练本科专业学习指南	(199)
一、运动训练专业简介	(199)
(一) 内涵	(199)
(二) 特点	(199)
(三) 历史与发展	(200)
(四) 现状	(201)
(五) 培养目标	(201)
(六) 培养规格	(202)
(七) 学习指导	(202)
二、运动训练专业课程设置举隅	(203)
湖南师范大学运动训练专业课程设置表	(203)
三、运动训练专业主干课程简介	(215)
(一) 《运动解剖学》课程简介	(215)
(二) 《运动生理学》课程简介	(215)
(三) 《运动训练学》课程简介	(216)
(四) 《体育科研方法》课程简介	(216)
(五) 《田径普修》课程简介	(216)
(六) 《体操普修》课程简介	(216)
(七) 《排球普修》课程简介	(216)
(八) 《高级田径训练理论与实践》课程简介	(217)
(九) 《高级篮球训练理论与实践》课程简介	(217)
(十) 《高级武术训练理论与实践》课程简介	(217)
四、主要公共必修课程学习指导	(217)
五、运动训练专业实践教学	(218)
(一) 运动训练专业实验	(218)

(二) 运动训练专业实习	(218)
(三) 运动训练专业社会调查和实践	(219)
六、运动训练专业本科毕业论文(设计)指导	(219)
七、运动训练专业考研指南	(219)
八、运动训练专业参考书目及专业文献检索指南	(220)
(一) 运动训练专业学生必读书目	(220)
(二) 运动训练专业重要书目介绍	(220)
(三) 运动训练专业文献检索指南	(221)
(四) 大学生如何利用图书馆	(221)

附录

一、湖南师范大学学分制实施办法	(222)
二、湖南师范大学本科学生修读辅修专业试行条例	(228)
三、湖南师范大学关于推荐优秀应届本科毕业生免试为硕士学位研究生的实施办法	(230)
四、湖南师范大学学习优秀奖条例	(231)
五、教案举隅	(233)
六、论文选登	(240)
附件一: 湖南师范大学本科毕业论文(设计)撰写规范	(276)
附件二: 湖南师范大学本科生毕业论文(设计)文本格式	(285)

体育学院本科专业设置简介

湖南师范大学是湖南省最早设立体育专业的大学,具有六十余年的体育专业办学历史,走过了四十余年的体育本科专业教育历程。21 世纪的今天,体育学院已经随着师范大学的综合性发展,由最初设置独具师范特色的体育教育专业,演变成为集体育学所有 4 个二级学科以及 4 个本科专业、5 个完整体育学二级学科硕士和一个博士学科专业(体育人文社会学)教育的体育学院。在湖南师范大学体育学院就读,你既可以领略具有六十多年发展历程的体育教育专业的风采,也能够亲身感受既具国际视野又颇具湖湘文化特色的社会体育专业教育浓浓的人文气息。

我们欢迎你到湖南师范大学体育学院来。在这里,有数十位在全国具有较大影响拥有硕士或博士学历学位的各体育学科专业的专职教授和副教授,还有一大批聘自国内外著名高校的兼职教授,当然,湖南师范大学 71 个本科(师范和非师范)专业的三千余名教师都可以成为你的良师益友。在一所集自然之神秀、汇人文之灵杰,学科门类十分齐全,国家重点建设的“211 工程”综合性师范大学就读,你才能真正感受到什么是“惟楚有材,于斯为盛”!

我们欢迎你到湖南师范大学体育学院来。在这里,体育学院三个系(体育系、运动系、体育健康与社会学系)7 个教研室(体育人文社会学教研室、运动人体科学教研室球类一教研室、球类二教研室、田径教研室、武术教研室、体操教研室)和 3 个办公室的上百位教职员将全程为你服务,置于现代化的实验大楼中、条件优越的省级“基础课示范实验室”(6 个实验分室:运动解剖实验室、运动生理实验室、运动生化实验室、运动心理实验室、生物力学实验室、体育保健实验室)将把你带进体育科学殿堂;高标准的综合体育训练馆、田径场、游泳池、田径馆、球类体操综合馆、武术房、乒乓球房、舞蹈房及篮球房等场馆设施将充分满足你专业学习和科研的需要。当然,还有一大批集教学、科研、实习于一体的专业实验点校让你与社会对接,湖南师范大学所属的所有教学科研资源也都将向你开放!

体育教育专业,你将接受具有雄厚师范学科背景,来自全师范大学各学院的著名教育专家的熏陶,体育学院代代教学科研精英历练而成的精华将无私地向你倾注,如果你在学校修满 164 个学分,将获得教育学本科毕业证书和学士学位,全国教育系统体育教师系列岗位等待你的挑选!

社会体育专业(非师范兼师范专业),你将接受除体育学院以外,包括来自公共管理学院、商学院、法学院、教育科学学院、文学院、生命科学学院等学院的名师的指点,还将到省内外独特的社会体育实习基地得到锻炼。如果你在学校修满 166 个学分,同样将获得教育学本科毕业证书和学士学位,不仅与体育相关的系列岗位等待你的挑选,你还可能成为创业者,别人需要的岗位的提供者!

运动人体科学专业(非师范兼师范专业),省内最好的运动人体科学专业(省级)示范试验室等你去创造,国内高水平的生命科学学院和全国唯一的师范性大学下的医学学院等你去交流,数个高起点和高规格的实习基地将为你的职业生涯打下良好的基础。如果你在学校修满 164 个学分,也将获得教育学本科毕业证书和学士学位,极具发展前景、与生命科学相关的各种岗位在向你招手!

运动训练专业(非师范兼师范专业),你不仅将得到著名教练的系统训练,从而在运动成绩水平上得以突飞猛进,在国内外大赛上一展风采,而且你还将接受多方面的科学与人文熏陶,鱼和熊掌可以兼得!如果你在学校修满 166 个学分,就可以获得教育学本科毕业证书和学士学位,全国的体育教练系列岗位等待你去创造奇迹,各层次体育赛事场上指挥若定的儒将一定会留下你们的身影!

在师范大学的非师范体育专业就读,我们早已经为你设计了师范专业方向的模块课程,修满这些教育类课程学分,你就同样可以和体育教育专业的学生一道参加国家举办的教师资格证书考试,获得成为人民体育教师的入门券!

在师范大学体育学院就读,我们还为本科学生设置了大量的通识教育课程,素质教育和拓展课程,本专业以外的专业岗位大门同样是向你敞开的!

在我们师范大学就读完本科,如果你还想向本科以上的学历学位冲击,母校数十个博士点和一百多个硕士点随时欢迎你报考。当然,如果你在本科学习期间学业和表现优秀,就很可能被保送直接攻读硕士或博士学位了!

由于体育学院的本科和研究生教育在逐步走向国际化,你在这里就读,也很有可能成为国际交流大学生领略世界著名高校体育院系的风采!

第一部分 体育教育本科专业学习指南

一、体育教育专业简介

(一) 内涵

体育教育专业为师范专业,是培养各级各类体育教师和体育教育管理工作的摇篮。1998年,在国家颁布的《全国普通高等学校本科专业目录》中,将体育教育专业列入教育学门类中体育学5个本科专业之首。高等体育教育本科专业由于其稳定、广泛和持续的社会需求以及其本身明确的目标指向、相对完善的理论体系和课程体系而受到社会的广泛承认。体育教育专业的地位和师范性决定了其本科阶段基本培养目标是:培养具有良好科学素养,掌握体育教育的基本理论与技能,从事体育教学、组织课外体育活动、指导学校课余运动训练及科研、管理工作专门人才的专业。该专业毕业生主要就业于省内外各大中小学校从事体育教学工作或行政管理工作,另外也可就业于各级体育事业单位、厂矿企业工会、社区体育专干、体育场馆、健身中心及与体育相关的私营企业。

本专业要求学生系统掌握体育教育的基本理论、基本知识和基本技能,掌握学校体育教育工作规律,具有较强的实践能力,在全面发展的基础上有所专长,能从事体育教学、课外体育活动、课余体育训练和竞赛工作,并能从事学校体育科学研究、学校体育管理、社会体育指导等工作。

(二) 特点

1. 师范性。体育教育专业肩负着为社会、为国家培养合格体育师资的重任,因此师范性是体育教育专业的本质特征与突出特色,同时也是体育教育专业赖以成长与发展的强大支柱。从本专业的培养目标、培养规格、教学计

划到具体的课程设置，无不深刻地反映出师范性的特点。

2. 综合性。未来社会的变化与发展，对人才提出的要求是素质的综合化、全面化。这必然要求体育教育专业在培养目标上突出多样化的特点，在培养人才方面，既重视其师范性的培养，又注重其知识、能力的综合性、多样化发展，使其能够良好地适应社会发展的需要。

（三）历史与发展

我国自1903年始便建立了体育科，作为培养体育师资的高等体育教育机构，可见体育教育专业发展历史源远流长。但由于旧中国政治、经济发展的局限及学校体育发展的滞缓，体育专业机构设置较少，新中国成立前的几十年里，毕业生总计不足一万人。

新中国成立后，在对旧有学校高等体育系科改造和调整的基础上，随着高等师资教育及体育事业的发展逐步形成了高等体育教育体系。1953年，全国普通高等学校共设专业215种，体育专业是其中一种。1963年，国家计委和教育部共同组织修订全国普通高等学校专业目录，经国务院批准颁布的《高等学校通用专业目录》共列出373种专业，其中包括体育、田径运动、体操、球类运动、游泳、冰上运动、武术、运动保健（试办专业）8种体育专业。1988年颁发的专业目录，将体育本科专业分为体育教育、运动训练、体育管理、体育生物学科、武术5个专业，并试办体育新闻、体育保健康复、运动心理、警察体育4个专业。体育教育专业开始有了正式的名称。1998年新颁布的高校专业目录中，将体育本科专业分为体育教育、运动训练、社会体育、运动人体科学、民族传统体育五种，体育教育专业位列第一，体现其重要的专业地位。

湖南师范大学体育学院，成胚胎于1939年的前湖南国立师范学院，化雏形于1956年的长沙师专体育科，壮声色于1959年的湖南体育学院，定格局于1961年的湖南师院体育系。六十多年来，体育教育专业一直伴随着体育学院的成长，如今它已是湖南省体育专业中历史最悠久、实力最强大的专业，是湖南省体育教育师资的摇篮。

体育教育专业自1938年国立师范学院建院起就成立，历经大半个世纪的建设与发展。我院体育教育专业确立了明确的办学定位，形成了“依托理论科目，强化实践环节，培养应用型体育人才”的办学思路，为国家培养了万余名体育专业人才。当前，湖湘体育学子遍布海内外，为国家和世界体育事

业贡献着他们的聪明与才智。在国内,全国或省市劳动模范、全国优秀体育教师、优秀体育管理工作、优秀教师、优秀教练员、优秀班主任、体育工作先进个人等,他们都榜上有名!正是由于其具有丰厚的底蕴和强大的服务能力,它在20世纪80年代就获得了研究生培养资格,在2001年又成为教育部的全国体育与艺术师资培养培训基地。

(四) 现状

1. 师资队伍。体育教育专业现有专兼职教师六十余名,其中教授十余名,副教授近三十名,一批教师具有硕士或博士学位,中青年骨干大多拥有或正在攻读硕士或博士学位,这是一支年龄、职称结构合理,而且特别具有敬业与奉献精神的优秀教师队伍。

2. 实验与教学训练场馆设施。目前湖南师范大学体育学院拥有的运动人体科学省级“基础课示范实验室”全方位对体育教育专业学生开放,拥有的诸如排球馆、篮球馆、室内(外)田径场、武术馆、跆拳道馆、乒乓球馆、健身房、体操房、游泳池等设施能够充分满足当前体育教育专业学生的专业教学训练需要。为适应体育学院发展而即将建成的综合体育馆,以及将采取租赁、融资等方式增设高尔夫场馆、保龄球馆等,都将为本专业学生的提供服务。可以预见,不久的将来,湖南师范大学体育学院将成为全国同类院校实验和教学训练场馆设施最为齐全的院校之一。

3. 实习基地。目前,体育学院在全省设立了集教学、科研、实习于一体的十所重点实验学校,并为实习点校培训了一批实习指导教师。当然,体育学院其他专业的实习点校也都对本专业的学生开放。目前,体育学院实习基地正在向省内外拓展,以充分满足专业人才培养和就业发展的需要。

(五) 培养目标

体育教育专业的培养目标是:培养从事学校体育教育、教学、训练与竞赛,学校体育科学研究、学校体育管理、社会体育指导等工作的多能一专的复合型体育教育人才。

本专业培养具备系统掌握体育教育的基本理论、基本知识和基本技能,掌握学校体育教育工作规律,具有较强的实践能力,在全面发展的基础上有所专长,能从事体育教学、课外体育活动、课余体育训练和竞赛工作,并能从事学校体育科学研究、学校体育管理、社会体育指导等工作。

（六）基本规格

1. 领会和掌握马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论基本原理和“三个代表”的重要思想；熟悉国家有关教育、体育工作的方针、政策和法规；热爱教育事业，具有良好的思想品德。

2. 掌握学校体育教学、健康教育教学、体育锻炼、运动训练和竞赛的基本体育理论与方法，具有创新精神、实践能力和较强的自学能力、社会适应能力。

3. 了解学校体育改革与发展的动态以及体育科研的发展趋势；掌握基本的科研方法，具有较强的体育科研的能力。

4. 掌握一门外国语和一门计算机语言，能阅读本专业的外文书刊，具有运用计算机的基本技能，达到大学英语四级等级和计算机二级等级的要求。

5. 具有健康的体魄、养成良好的卫生习惯和健康的生活方式。

6. 具有感受美、鉴赏美、表现美和创造美的情感与能力。

（七）学习指导

体育教育专业的学生应明确自己的学习目标、主要学习课程及学习任务，并努力做到以下几点：

1. 针对各课程大纲提出的要求，主动阅读与课程相关的书籍和文献，拓宽视野，夯实基础。

2. 注意利用各种信息渠道，收集与自己相关的有用信息，掌握本专业的发展动向，不断更新与调整自己的知识结构。

3. 积极参与实践，培养和发展自己的各方面能力。如自学能力、专业运动能力、示范与讲解能力、分析与纠错能力、科研能力、组织竞赛与裁判能力、课外体育训练与社会体育指导能力、社会交往与社会体育活动的组织与管理能力、创新能力等等。