

专业代码：040205

# 北京体育大学运动人体科学专业本科培养方案

(从 2012 年执行)

## 一、培养目标

本专业培养掌握体育学、生物科学、基础医学和教育学相关的基础知识、基本理论与基本技能，能在各级体育科学研究、运动训练、体育教学、健康教育与管理等机构，从事人体机能监控、运动健身指导、运动营养指导、体育教学及科学研究等方面工作的高素质复合型人才。

## 二、基本要求

本专业学生主要学习体育学、生物科学、基础医学和教育学的基础知识、基本理论和基本技能，接受运动人体科学及其相关学科的基本训练，掌握人体机能监控、运动健身指导、运动营养指导、体育教学及运动人体科学研究等方面的基本能力。

毕业生应获得以下几个方面的知识和能力：

1. 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础知识、基本理论和基本技能；
2. 掌握运动人体科学及其相关学科的基础知识、基本理论和基本技能；
3. 运动人体科学方向毕业生应掌握人体机能监控、运动营养指导、体质测量与评价、运动技术诊断与分析、运动伤病的预防与处理的方法和技术，具有从事相关工作的能力；
4. 运动健康方向毕业生应掌握常见健身方法，体质测量与评价、体力活动水平评估、健康风险评估、运动处方制订、膳食营养指导、健身运动中伤病的预防与处理的方法和技术，具有从事相关工作的能力；
5. 熟悉党和国家有关体育事业的政策和法规；
6. 具有检索和综述专业文献和跟踪本专业及相关专业、学科发展动态的能力；
7. 初步具有从事运动人体科学教学与研究工作的能力。

## 三、主干学科与主要课程

### (一) 主干学科

体育学、生物科学和基础医学。

## **(二) 主要课程**

运动科学导论、运动解剖学、运动生理学、运动生物化学、运动生物力学、体质测量与评价、体育保健学、运动与锻炼心理学等。

## **四、主要实践性教学环节**

军事训练、毕业论文、教育实习、创新实践、社会实践。

## **五、主要专业实验**

人体及运动解剖学实验、人体及运动生理学实验、生物化学及运动生物化学实验、运动生物力学实验、体质测量与评价实验、运动处方应用实验、运动技术诊断实验等。

## **六、修业年限、学分和授予学位**

### **(一) 修业年限**

四年。

### **(二) 学分**

150 学分。

### **(三) 授予学位**

教育学学士。

## **七、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。

## **八、课外实践要求**

### **(一) 毕业论文**

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) 教育实习**

本专业学生在校期间需完成教育实习。教育实习包括教学实习和专业实习两部分，共计 4 学分。实习考核成绩及格以上者方可获得教育实习学分。未参加实习（包括中途离开）或实习不及格的学生不能获得教育实习学分。

### **(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 2 学分。创新实践活动包括创新创业教育活动、学术活动、教研活动，以及发明专利等。

## **(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 2 学分。社会实践活动包括社会调查研究、志愿者服务、参加各类比赛等。

以上内容详见《运动人体科学专业学生课外实践活动说明》。

## **九、说明**

### **(一) 课程安排**

学科基础课和专业必修课安排在第一至第三学年完成，专业选修课安排在第一至第三学年完成，公共选修课由教务处统一安排第三学年至第四学年完成。

### **(二) 奖励学分**

#### **1. 运动等级、裁判等级奖励**

学生在校期间，达到二级以上运动等级可获奖励学分。其中二级 2 学分，一级 4 学分，运动健将 6 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。

学生在校期间，获得二级以上裁判等级可获奖励学分。其中二级 1 学分，一级 2 学分。同一单项或同类项目以通过的最高裁判等级记取一次奖励学分。

#### **2. 科学研究奖励**

学生在校期间，以第一作者身份，以北京体育大学为惟一作者单位：被 SCI 数据库全文收录 1 篇论文，奖励 2 学分；在国内核心学术期刊上每发表 1 篇论文，奖励 1 学分；在国际会议或全国一级学会组织的学术会议上每作 1 次口头报告，奖励 1 学分；进行 1 次墙报交流，或在二级学会组织的学术会议上每作 1 次口头报告，或在国内非核心学术期刊上每发表 1 篇论文，奖励 0.5 学分。

#### **3. 计算机水平奖励**

学生在校期间，参加全国计算机水平考试达到 3 级以上及格标准，奖励 1 学分。

#### **4. 其他情况奖励**

学生在校期间，做出其他贡献，可向学院申请奖励学分。

学生各项奖励学分总和不得超过 3 学分。学生获得的奖励学分，可依次免修相等学分的公共选修课和专业选修课。

### **(三) 体质健康标准**

学生在校期间，须达到《国家学生体质健康标准》规定的及格水平，方可毕业。