

同 济 大 学

2025 级本科培养方案



体育教学部

运动训练专业培养方案

一、历史沿革

同济大学体育见证并承载着悠久的同济历史。1907 年建校之初，德人秉持“三育并重”理念，视体育为“三育”之一，诚如时任教务长柯乐维康先生所言：“重体育并尽力提倡之”。毋庸置疑，体育文化一直与同济大学共生、共存、共发展。时至今日，为了培养更具有中国现代化内涵的新时代接班人，同济体育在不断进步与改革中已从“三育并重”转向为“三全五育”的育人格局，同时依托学校优势学科，实现了体育与人工智能、医学、物理学、生物学等学科的交叉融合，形成了具有同济特色的体育育人体系，在教学、科研、竞赛、社会服务等领域均取得了长足的进步。2006 年我部开始独立招收、培养硕士研究生；2023 年起，体育教学部正式开设运动训练专业，贯通“本研”一体化培育通道，致力培养专业基础扎实、跨学科能力强、体育素养高、运动能力强、国际视野广的综合型人才，助力我国体育人才强国建设。

二、学制与授予学位

4 年制本科。

本专业所授学位为教育学学士学位

三、基本学分要求

课程类型		学分 (如内含实践学时, 请加括号注明对应学分数)	比例 (如内含实践学时, 请加括号注明占比情况)
通识教育课程	通识必修课	20	12%
	通识选修课	8	5%
公共基础课程		19	12%
专业教育课程	专业基础课	20	12%
	专业必修课	44 (12)	27% (7%)
	专业选修课	18	11%
实践环节课程[包含教学实验、课程设计、实习 (认识实习、课程教学实习、生产实习、专业实习、毕业实习等)、企业实践、毕业设计 (论文)、军训、创新创业能力拓展项目等]		32	20%
个性化课程 (包括其他专业类的课程、跨专业交叉课程等, 由学生自主选择修读、使用和认定。各专业可向学生推荐本专业之外的个性课程修读建议)		2	1%
合计毕业学分		163	100%
备注: 专业必修课中的“专项教学训练理论与实践”是运动训练专业最为重要的核心基础课程之一, 其内容贯穿一到三年级, 是专业知识和能力培养的主轴, 因此列入了实践学分。本专业培养方案“实践环节学分占比”, 应包含“专项教学训练理论与实践”中的实践学分 (12 学分), 总实践学分共计 44 学分, 占比 27%已达标。			

四、培养目标

同济大学秉持“同济天下、崇尚科学、创新引领、追求卓越”的新时代同济文化人才培养理念，着力培养“通专基础、学术素养、创新思维、实践能力、全球视野、社会责任”综合素质、担当民族复兴大任、引领未来的社会栋梁与专业精英。以学生发展为中心，围绕“立德树人”从学科布局、教师培养、教学资源、智慧教育等方面全面建设与推进高质量教育体系，以全面形成与建设中国特色世界一流大学。

本专业立足于国家战略和社会需求，发挥学科专业特色，坚持立德树人，为学校一流大学建设做好人才培养、科学研究、社会服务、文化传承创新和国际交流合作的体育育人、体育服务工作。着力培养学生德智体美劳全面发展，综合素质上，培养学生能够熟练掌握一门外语、语言文字的表达能力、人际间的交往沟通能力；专业上，在精通一项专业运动技能的基础上，熟练掌握多项运动技能；能够胜任学校教师教学能力、教练员执教能力、社会体育指导能力、竞赛的组织与执裁能力；未来就业上，具备跨学科学习能力、继续深造能力、体育创新创业能力以及跨界发展能力。学生毕业后，可选择继续攻读研究生、创业或从事国家企事业、中小学、俱乐部、等单位的工作。

五、毕业要求

完成所有规定的课程，完成毕业所需的学分，共计 163 分。具备基础的人文写作能力、口头表达能力、外语的书写与对话能力、办公软件的使用能力、人工智能应用能力。

毕业要求指标点	毕业要求指标点内容
1 道德规范	1.1 良好的思想品德。践行社会主义核心价值观，增进对中国特色社会主义的思想认同、政治认同、理论认同和情感认同，爱岗敬业，热爱祖国、热爱人民、热爱社会主义，诚实守信、遵纪守法、尊重公德。
	1.2 社会责任感。关注国家大事，自觉维护国家利益，树立民族自尊心与自豪感，具有立足祖国大地、服务国家和社会发展的志向和精神。
	1.3 健全的人格。正确的自我意识和价值观，积极客观的自我认识、对社会具有理性认知、健康的体魄、愉快乐观的情绪体验和积极向上的人生目标。
	1.4 职业道德。理解教练员、教师的职业性质与社会责任，遵守体育职业道德和规范，并履行责任。
2 职业情怀	2.1 职业认同。热爱体育，能够阐述体育工作的重要意义，并展示其具有的职业理想和职业认同。
	2.2 体育精神。能够利用专业知识和运动技能培养对体育的兴趣，并在行动中展示体育文化、弘扬体育精神。
	2.3 言传身教。能够关爱学生、运动员，尊重学生人格，富有爱心、责任心、事业心，工作细心、耐心，做学生锤炼品格、学习知识、创新思维、奉献祖国的引路人。
3 学科知识	3.1 综合素养。具有体育人文社会科学素养，了解体育发展的历史，具有较强的人文社会科学素养。
	3.2 专业基础知识。掌握体育类专业需具备的专业基础知识，包括体育教育学、体育概论、体育社会学、健康教育学、运动解剖学、运动生理学、体育心理学、体育科研方法。
	3.3 专业核心知识。掌握运动训练专业需具备的核心知识，掌握运动训练学、动作技能学习与控制、体育竞赛学的知识并在教学训练中灵活运用。
	3.4 运动及专项运动能力。掌握大球、小球、田径、游泳、体操、武术等各项体育运动特点、基本运动技能和教法手段；全面掌握提高本专项运动技能、竞技能力的训练、教学方法与手段。
	3.5 组织与管理知识。掌握与体育相关的管理、竞赛组织及裁判知识和技能。
4 职业能力	4.1 执教资格。通过教练或体能教练或体育教师或裁判员的相关职业认证考试。
	4.2 专项水平。保持或提高入学时的运动水平，专项至少达到一级运动员水平。
5 工具使用能力	5.1 测量与评价。掌握常见运动能力与体质健康的测量与评价方法，能使用相关测量仪器和设备。
	5.2 多媒体软件。具备基本的计算机操作能力，能够熟练使用互联网、办公软件、多媒体制作工具和人工智能应用。
6 管理育人能力	6.1 活动组织。能够应用班级或运动队组织与建设的工作规律与基本方法，根据学生或运动员心理发展特点，组织集体活动。
	6.2 育人能力。能够阐述德育工作基本原理，并将德育工作应用到体育与健康教育教学、课外体育活动、训练与竞赛中。
7 终身学习	7.1 终身学习能力。具备自主学习、自我发展的能力，能够利用现代化手段获取信息，并使用新技术新知识。
	7.2 终身学习意识。能正确认识自主学习和终身学习的重要性，具有追踪新知识的意识。
8 国际视野	8.1 外语水平。能够使用英语，达到进行日常生活和工作中的听、说、读、写的水平，

	使用西班牙进行日常听、说的能力。
	8.2 国际交往。能熟练阅读本专业的外文书刊和文献，具有国际视野和跨文化交流、竞争与合作能力。
9 反思研究	9.1 分析问题。能够在课程学习、自主学习中运用批判性思维方法，独立提出问题。
	9.2 思考能力。能够在课堂教学、运动训练、科学研究中收集和分析教学训练活动信息，提出独特见解。
	9.3 解决问题。能够运用跨学科知识和科学的研究方法对体育教育教学中存在的复杂问题进行探索和研究，完成较高质量的毕业论文和课题研究。
10 交流合作	10.1 合作能力。能够与同学一起完成小组学习、专题研讨等交流与合作学习活动，能够在运动中，展现集体荣誉感和团队精神。
	10.2 社交能力。能够与领导、教师、社会相关人员进行顺畅的交流和沟通。

六、主干学科

主干学科为教育学、体育学。

七、课程体系知识结构图/矩阵图

见附表一

八、核心课程

核心课程主要有教育学、体育概论、体育社会学、健康教育学、运动解剖学、运动生理学、体育心理学、体育科研方法与人工智能、运动训练学、动作技能学习与控制、体育竞赛学、专项教学训练理论与实践、体能训练理论方法与人工智能、运动营养学等。

九、教学安排一览表

见附表二

十、有关说明

(一) 通识教育课程

1. 通识必修课

1) 体育：运动训练专业学生不修读公共体育必修课程，但体质健康测试需达到《国家学生体质健康标准》且作为毕业要求。

2) 劳育：每位学生必须修读劳育类课程《社会实践》，其中 8 学时《劳动教育》线上理论课程、24 学时线下实践环节。

2. 通识选修课

通识选修课分为人文经典与审美素养、工程能力与创新思维、社会发展与国际视野、科学探索与生命关怀四大模块。必修 8 学分。修读要求如下：

1) 在学期间至少修满 8 个通识选修课学分，建议在低年级完成修读。

2) 在学期间至少选修一门精品类通识选修课（含校级核心通识课程、同济烙印课程、长青系列课程、交叉融通课程、校级精品通识课程），建议在一年级完成。

3) 美育：每位学生必须修读美育类线上课程《大学美育》（课号 CAM0016，0.5 学分，17 学时）及 1 门美育类线下实践课程。线下实践课程可通过选读人文经典与审美素养、工程能力与创新思维、社会发展与国际视野、科学探索与生命关怀等四大通识教育课程模块中经认定的具有美学体验性质的课程，或通过认定文艺展演、艺术竞赛等多种途径完成。

4) 每位学生须修读大学生心理健康课程。可通过选读四大通识教育课程模块中经认定的“心理学”类课程，或通过认定融于新生研讨课、体美劳课程的方式完成。

5) 在 8 个通识选修课学分修满之前，每个模块最多选修两门课程。

(二) 英语课程

主要修习通用英语基础类必修课程。

(三) 信息类公共基础课程

必修大学计算机、人工智能科学与技术(人文科学试验班)、python 程序设计课程。

(四) 专业类课程

人工智能类专业课课程修读学分不少于 5 学分；

(五) 专创融合类课程：修读不少于 5 门专创融合类课程且不少于 10 学分，实践环节必修学校《创新创业实践》(课号：CIE3600) 或学部《创新创业能力拓展项目》(课号 CIE3601)，该课程不排课，学生不选课，获得学分的途径以学校或学部认定形式完成；修读 4 门专创融合类必修课程，《专项教学训练理论与实践课 1—6》(田径、游泳、羽毛球)、《运动生理学》、《运动营养学》、《体能训练理论方法与人工智能》课程列为专创融合建设课程。

(六) 必修 2 学分的个性学分。

(七) 毕业论文安排：第七学期开始毕业论文（或设计）选题和开题工作。

十一、进阶式培养方案

附表一

课程体系知识结构图

学期类别	学期一	学期二	学期三	学期四	学期五	学期六	学期七	学期八
通识必修课	四史新讲	大学生国家安全教育						
	中国近现代史纲要	思想道德与法制	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	马克思主义基本原理		习近平新时代中国特色社会主义思想概论		
	形势与政策 1	形势与政策 2	形势与政策 3	形势与政策 4				
	社会实践	军事理论						
通识选修课	1.选修一门精品类通识选修课; 2.必须修读 1 门线下美育类实践课程; 3.每个模块最多选 2 门课程; 4.大学美育 (CAM0016) 0.5 必修。							
公共基础课程	大学英语 (A) 1	大学英语 (A) 2	大学英语 (A) 3					
	高等数学 D	管理学概论						
	大学计算机	python 程序设计						
		人工智能科学与技术(人文科学试验班)						
		大学语文与写作						
专业基础课	体育概论	体育教育学	健康教育		体育科研方法与人工智能			
		体育社会学	运动生理学		体育心理学			
		运动解剖学						
专业必修课	基础西班牙语 1	基础西班牙语 2	基础西班牙语 3	运作技能学习与控制	体育竞赛学	运动损伤与康复		
				运动训练学	运动营养学			
				体能训练理论方法与人工智				

学期 类别	学期一	学期二	学期三	学期四	学期五	学期六	学期七	学期八
				能				
	专项教学 训练理论 与实践 1	专项教学 训练理论 与实践 2	专项教学 训练理论 与实践 3	专项教学 训练理论 与实践 4	专项教学 训练理论 与实践 5	专项教学 训练理论 与实践 6		
专 业 选 修 课				健康体适 能评定理 论与方法	学校体育 学	体育统计 学		
			足球（运 训）		田径（运 训）	羽毛球 （运训）		
			篮球（运 训）		游泳（运 训）	武术（运 训）		
			排球（运 训）		网球（运 训）	健美操 （运训）		
					乒乓球 （运训）			
					体育管理 学	体育经纪 人		
					体育政策 与法规	国际体育 赛事管理		
					体育产业 导论			
					体育市场 营销			
					体育竞赛 组织与管理			
					运动生物 力学	体育健康 与流行病		
					康复体能 训练	运动伤害 事故处理 与急救		
						体育与人 工智能		
实 践 课 程	军训	认识实习		赛事组织 与裁判实 践			专业实习	毕业设计 （论文）
							毕业设计 实训	
	创新创业能力拓展项目/创新创业实践							

课程编号	课程名称	考试 / 查分	学 分	学 时	上机 时数	实验 时数	各学期周学时分配/周数分配									
							一	二	三	四	五	六	七	八	九	十
DPE2302	运动生理学	试	4	64					4							
DPE3301	体育心理学	查	2	32							2					
DPE3302	体育科研方法与人工智能	查	2	32							2					
专业必修课 (必修 44 学分)																
DPE1401	基础西班牙语 1	试	2	32			2									
DPE1402	基础西班牙语 2	试	2	32				2								
DPE2401	基础西班牙语 3	试	2	32					2							
DPE2402	运动训练学	查	4	64						4						
DPE2403	动作技能学习与控制	查	2	32						2						
DPE3401	体育竞赛学	试	2	32							2					
DPE1403	专项教学训练理论与实践 1	查	4	96			6									
DPE1404	专项教学训练理论与实践 2	查	4	96				6								
DPE2404	专项教学训练理论与实践 3	查	4	96					6							
DPE2405	专项教学训练理论与实践 4	查	4	96						6						
DPE3402	专项教学训练理论与实践 5	查	4	96							6					
DPE3403	专项教学训练理论与实践 6	查	4	96								6				
DPE2406	体能训练理论方法与人工智能	试	2	32						2						
DPE3404	运动营养学	查	2	32							2					
DPE3405	运动损伤与康复	查	2	32								2				
专业选修课 (选修 18 学分)																
DPE3501	学校体育学	查	2	32							2					
DPE2501	健康体适能评定理论与方法	查	2	32						2						
DPE2502	足球 (运训类用)	查	2	32					2							
DPE2503	篮球 (运训类用)	查	2	32					2							
DPE2504	排球 (运训类用)	查	2	32					2							
DPE3502	田径 (运训类用)	查	2	32							2					
DPE3503	游泳 (运训类用)	查	2	32							2					
DPE3504	网球 (运训类用)	查	2	32							2					
DPE3505	乒乓球 (运训类用)	查	2	32							2					
DPE3506	羽毛球 (运训类用)	查	2	32								2				
DPE3507	武术 (运训类用)	查	2	32								2				
DPE3508	健美操 (运训类用)	查	2	32								2				
DPE3509	体育管理学	查	2	32							2					

课程编号	课程名称	考试 / 查	学 分	学 时	上 机 时 数	实 验 时 数	各学期周学时分配/周数分配									
							一	二	三	四	五	六	七	八	九	十
DPE3510	体育政策与法规	试	2	32						2						
DPE3511	体育统计学	查	2	32							2					
DPE3512	体育产业导论	试	2	32						2						
DPE3513	体育市场营销	试	2	32						2						
DPE3514	体育经纪人	查	2	32							2					
DPE3515	体育竞赛组织与管理	查	2	32						2						
DPE3516	国际体育赛事管理	查	2	32							2					
DPE3517	运动生物力学	查	2	32												
DPE3518	运动健康与流行病	查	2	32							2					
DPE3519	康复体能训练	试	2	32						2						
DPE3520	运动伤害事故处理与急救	试	2	32							2					
DPE3521	体育与人工智能	查	2	32							2					
四、实践环节（必修 32 学分）																
AFD1601	军训	查	2	2 周			暑期									
DPE2601	认识实习	查	2	2 周			暑期									
DPE2602	赛事组织与裁判实践	查	4	4 周				暑期								
DPE4601	专业实习	查	4	128								8				
DPE4602	毕业设计实训	查	2	32								2				
DPE4603	毕业设计（论文）	查	16	16 周									16			
CIE3600	创新创业实践	查	2				2 选 1，不选课，通过认定方式获得学分									
CIE3601	创新创业能力拓展项目	查	2													
五、个性化课程（修满 2 学分）																
建议学生基于自己的兴趣爱好以及未来职业发展规划选修其它专业课程，并修满 2 学分。																