



2025级运动训练本科培养方案

基本信息

培养方案名称：2025级运动训练本科培养方案

培养方案代码：202525021001001

年级：2025

专业：运动训练

培养方案类别：主修

大类培养：否

大类修读学期：

培养模式：

申请理由：

大类培养概述

专业概述

重庆大学体育学院历史悠久，早在1936年就创办了体育科，运动训练专业是学院秉承学校“世界一流大学”的发展目标，于2024年经教育部批准开设的4年制本科体育类专业。该专业依托学校高水平研究型综合性大学的学科优势，遵循学院“小而精的专业与学科建设”目标定位，构建新时代高层次应用型体育专业人才培养体系，实行“学业导师精准指导、专项小班精准孵化”的人才培养模式，建设特色鲜明的一流本科专业，为“体育强国”、“健康中国”培养应用研究型卓越人才。

标准学制

全日制(4年)

授予学位

本科(教育学学士)

专业培养目标及培养规格

培养目标：

培养具有较高的社会责任感、深厚的人文素养、高度的创新意识和沟通合作精神，具备高水平的竞技运动技能，系统掌握运动与健康科学、运动训练、体育教学、竞赛组织与管理、体育与人工智能及多学科交叉知识，能够在学校、专业运动队、体育企事业单位等多元场景胜任“教、训、管”的应用研究型体育卓越人才。本专业学生毕业5年及以后在社会与专业领域的预期成就：

（1）教学训练引领者：能熟练运用人工智能等技术优化体育教学和高水平运动训练，探索创新体育教学、运动训练的方法和手段，在提升基层教学训练水平中发挥引领作用。

（2）体育管理开拓者：特色化培养具有团队协作精神和领导能力的学生，进入体育企事业单位后，具备胜任群众体育、竞技体育、学校体育等体育事业发展，或体育俱乐部等体育行业发展的组织和管理能力，逐渐成长为相关管理岗位核心力量。

（3）体育科研攻坚者：特色化培养具有体育科研潜质和兴趣的学生，使其具备扎实的体育学科理论知识、积极的问题意识和创新意识、较高的科研思维和终身学习能力，通过运动训练专业本科学习后继续深造，致力于体育科学研究，成为体育教育教学、运动训练与竞赛、健康管理等相关领域体育科学研究的中坚力量。

毕业要求：

（1）[品德修养] 热爱祖国，拥护中国共产党领导，践行社会主义核心价值观，具有高度的社会责任感和积极的人生态度，遵守体育行业职业道德规范与政策法规，具备高尚的职业操守和服务社会的奉献精神。

（2）[学科知识] 系统掌握运动训练、体育教学、竞赛组织、健康管理、体育科学研究等领域的理论知识与方法。

（3）[专业技能] 具备一项高水平的专项运动技能和专项执裁能力，深刻理解该专项运动的客观规律和前沿发展动态，并熟练掌握多项运动技能。具备体育教育教学、高水平运动训练、竞赛组织与管理的专业技能。

（4）[应用能力] 能够应用学科理论知识与方法、专业运动技能，解决运动训练、体育教学、竞赛组织、健康管理、科学研究等领域中的现实问题。

（5）[国际视野] 至少掌握一门外国语，主动参与国际交流，能够了解和运用国际先进教学、训练、竞赛、科研、管理的理念与方法。

（6）[团队合作] 能够理解学习共同体的作用，具有较强的团队协作精神和沟通合作能力。

专业核心课程

专业核心课程：

毕业学分要求及学分分布

课程类别	必修学分	最低选修学分	学科类别	备注
公共基础课程	4	4	外语类	
	15	1	思政类	
	2	0	计算机类	
	2	0	军事类	
	1	0	国家安全类	
	2	0	心理类	
大类基础课程	0	0		
专业基础课程	19	0		
专业课程	26	40		
实践环节	12	0		
	2	0	思政类	
	2	0	军事类	
通识教育课程	4	4		
	0	0	计算机类	
个性化模块	0	1		
	0	7	体育类	
必修学分总计:91 最低选修学分总计: 57 培养方案学分总计:148				

课程设置一览表

课程代码	课程名称	总学分	总学时	学时分配				开课学期	备注
				理论	实验	实践	课外		
公共基础课程									
必修									
MT10101	思想道德与法治	2.0	32	32				1	
MT	形势与政策	2						1-8	
MT10200	中国近现代史纲要	3.0	48	48				2	
MT20401	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	2.0	32	32				3	
MT00002	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3.0	48	48				3	
MT20300	马克思主义基本原理	3.0	48	48				4	
MET11002	军事理论	2.0	36	36				1	

EUS10001	学业素养英语初阶（1）	2.0	26	26				1	
EUS10002	学业素养英语初阶（2）	2.0	32	32				2	
CST11023	计算思维导论	2.0	40	24	16			1	
NSE1000	国家安全教育	1.0	16	16				2	
MH00001	大学心理	2.0	32	32				3	
选修									
MT00	四史课程集	1						1-6	任选一门
EUS10022	学业素养英语（2-1）	2.0	26	26				3	在外语选修类中4选2
EAP014	体育专业英语（1）	2.0	32	32				3	在外语选修类中4选2
EUS10023	学业素养英语（2-2）	2.0	32	32				4	在外语选修类中4选2
EAP015	体育专业英语（2）	2.0	32	32				4	在外语选修类中4选2
专业基础课程									
必修									
PESS80010	运动解剖学	3.0	48	40	8			1	
PESS80012	体育社会学	2.0	32	32				1	
PESS10201	体育概论	2.0	32	32				1	
PESS20101	健康教育学	2.0	32	32				2	
PESS80011	运动生理学	4.0	64	52	12			2	
PESS50002	体育心理学	2.0	32	32				3	
PESS40007	体育科研方法	2.0	32	32				6	
PESS80013	体育统计学	2.0	32	30		2		6	
专业课程									
必修									

PESS01001	专项教学训练理论与实践(1)	2.0	32	6		26		1	
PESS01002	专项教学训练理论与实践(2)	6.0	96	6		90		2	
PESS01003	专项教学训练理论与实践(3)	6.0	96	6		90		3	
PESS50004	运动技能学习与控制	2.0	32	26		6		4	
PESS01004	专项教学训练理论与实践(4)	6.0	96	6		90		4	
PESS8888	体育竞赛学	2.0	32	24		8		5	
PESS80015	运动训练学	2.0	32	28		4		5	
选修									
PESS80016	田径运动	3.0	48	8		40		1	
PESS50009	体操运动	3.0	48	8		40		2	
PESS10488	篮球运动	2.0	32	4		28		3	
PESS40002	健康体适能	2.0	32	28		4		3	
PESS40006	足球运动	2.0	32	4		28		3	
PESS40003	体育保健学	2.0	32	26		6		3	
PESS80025	体育与人工智能概述	2.0	32	28		4		3	
PESS80026	体育赛事管理	2.0	32	28		4		4	
PESS11003	排球运动	2.0	32	4		28		4	
PESS40009	身体功能诊断	2.0	32	20		12		4	
PESS80022	运动伤害防护与急救	2.0	32	20		12		4	
PESS50008	羽毛球运动	2.0	32	4		28		5	
PESS50001	学校体育学	2.0	32	30		2		5	
PESS80023	运动训练过程监控	2.0	32	30		2		5	
PESS20460	武术运动	2.0	32	4		28		5	

PESS10454	乒乓球运动	2.0	32	4		28		5	
PESS80024	体能训练理论与方法	2.0	32	24		8		5	
PESS01005	专项教学训练理论与实践(5)	6.0	96	6		90		5	
PESS80021	中小学体育与健康课程标准	2.0	32	30		2		6	
PESS40004	体育课程与教学论	2.0	32	30		2		6	
PESS10452	网球运动	2.0	32	4		28		6	
PESS40005	健美操运动	2.0	32	4		28		6	
PESS80020	体育游戏	2.0	32	16		16		6	
PESS01006	专项教学训练理论与实践(6)	6.0	96	6		90		6	
PESS80018	跆拳道	2.0	32	4		28		6	
PESS80019	游泳运动	2.0	32	4		28		S2	
实践环节									
必修									
PESS44520	教育实习	6.0	10周			10周		7	
PESS45530	毕业设计	6.0	10周			10周		8	
MT13101	思想道德与法治实践	1.0	2周			2周		1	
MT23400	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论实践	1.0	2周			2周		3	
MET11001	军事技能	2.0	3周			3周		1	
通识教育课程									
必修									
STG00047	人工智能通识	2.0	40	24		16		2	
ES	基础素养训练	2						S1	
选修									
HG00082	文明经典A	2.0	32	32				3	二选一
HG00083	文明经典B	2.0	32	32				3	二选一

GDC	通识教育课程	2						3-8	课程集中选一门
个性化模块									
选修									
IDUE	非限制选修课程集	1						3-8	
PESS10001	新生研讨课	1.0	16	16				1	融入劳动教育课程1学时
IPC25004	体育创新实践	4.0	6周			6周		1-8	
IPC25003	本科毕业设计指导与实践	2.0	2周			2周		7	

备注

个性化学分说明：

要求：在读期间至少修读8学分非限制选修课程：至少修读1门课程（编码为IDUE的课程）创新实践：至少修读2学分，最高修读4学分。1. 学科竞赛类、创新实践项目类、科技成果类参照学校公布的标准认定。2. 专业发展类（在读期间获得）：国家职业资格证书<包括专业技术人员和技能人员职业资格>（1学分）、一级及以上裁判员证书（1学分）、教练员中级及以上证书（1学分）、运动健将及以上等级称号（2学分）3. 3周及以上短期国际交流学习可获2学分。

4. 修读的双学位课程学分可抵免主修专业个性化模块学分。

备注：

作者

作者：

支持材料

附件：