

福建省高等教育自学考试 体育教育（专升本，040201）考试计划

主考学校：集美大学

一、指导思想

高等教育自学考试是我国高等教育基本制度之一，是对社会自学者进行的以学历考试为主的高等教育国家考试，是个人自学、社会助学和国家考试三者相结合的高等教育形式，它是我国社会主义高等教育体系的重要组成部分。

本专业培养掌握义务教育阶段学校体育教育的基本理论方法、基本技术和基本技能，熟悉学校体育与健康教育工作规律和特点，具有较强的专业工作实践能力，并具备一定的学校体育科研、管理以及指导学校和社区各类体育活动能力，能够从事中小学体育教学等方面工作的复合型人才。

二、学历层次及规格

本专业为高等教育本科层次。根据高等教育自学考试的特点，注重考核应考者掌握基础知识的程度，以及应用基础知识分析问题和解决实际问题的能力。故其专业培养规格相当于全日制普通高校相应专业本科水平，但专业课程的设置更具合理。本专业考试课程为 15 门，总学分 75 学分。其中必设课程 9 门，共计 51 学分；选设课程 5 门，24 学分。考试课程相关的实践考核环节部

分不单独计入课程总门数。

凡取得本专业所规定的全部课程考试合格成绩和规定学分，思想品德经鉴定合格，毕业论文答辩达到规定要求者，发给高等教育自学考试本科毕业证书，国家承认其学历。其学业水平达到国家规定的学位标准的，按照主考学校有关申请学士学位的规定，可申请学士学位。

三、培养目标与基本要求

(一) 培养目标

本专业培养理想信念坚定，德、智、体、美、劳全面发展，具有较高的科学文化素养、职业道德水准、创新创业能力和社会责任感，适应社会和经济发展的需要，掌握扎实的教育学及义务教育阶段学校体育教育的基本理论方法、基本技术和基本技能，熟悉学校体育与健康教育工作规律和特点，具有较强的专业工作实践能力，并具备一定的学校体育科研、管理以及指导学校和社区各类体育活动能力，能够从事中小学体育教学等方面工作的应用型人才。

(二) 培养要求

本专业要求掌握体育学科教育教学的基本理论与知识，具备撰写教学设计、开展教学活动过程、讲解示范与保护以及课堂安全防控等能力。主要包括：

- 1.具备制定中小学体育工作计划、制定代表队训练计划、组织

实施代表队训练与竞赛、运动员选材和培养等相关能力；

2.掌握如何因人、因地和因时自我锻炼方法和手段的能力，具备通过体育课、早操、大课间操和课外体育活动等方法途径，发展中小学生身体素质 and 促进体质健康水平能力；

3.掌握正确处理课堂教学、课外训练和比赛中常见的一般性运动损伤并实施救护的能力，具备一定的运动保健知识、方法和手段；

4.具备一定的体育心理学基础知识和方法手段，具备针对中小学体育教学和训练过程中出现心理问题进行有效的心理干预和心理调适的能力；

5.掌握体育课程标准等学科基本知识、基本技术和基本技能，对体育课程与教学能够进行合理有效的设计实施的能力；

6.掌握一定的体育测量与评价的知识、方法和能力，具备看课评课、学生体质健康测量与评定和期末教学质量评价的能力；

7.熟悉国家义务教育阶段的各项政策法规，能够依法执教、依法管理和约束学生。

四、课程设置与学分

专业名称：		体育教育			专业代码：	040201	层次： 专升本	
主考院校：		集美大学			报考条件：	无		
序号	课程类别	课程代码	课程名称	学分	考试方式	旧计划课程代码	旧计划课程名称	备注
1	必设 1	15040	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3	笔试			
2	必设 1	15043	中国近现代史纲要	3	笔试	03708	中国近现代史纲要	
3	必设 1	15044	马克思主义基本原理	3	笔试	03709	马克思主义基本原理	
4	必设 1	13000	英语（专升本）	7	笔试	00015	英语（二）	
5	必设 1	00484	学校体育学	5	笔试	4566	体育公共关系	
6	必设 2	14641	运动生理学	6	笔试	00486	运动生理学	
7	必设 2	14297	体育心理学	5	笔试	00177	消费心理学	
8	必设 2	00500	体育科研理论与方法	8	笔试	04557	体育赞助导论	
9	必设 2	00498	体育统计学	6	笔试	04562	体育经纪人	
10	必设 2	00502	体育管理学	5	笔试	00502	体育管理学	
11	选设	00494	中学体育教学法	4	实践（能力考核）			
12	选设	00497	运动训练学	6	笔试	00497	运动训练学	
13	选设	00495	体育保健学	6	实践（能力考核）			
14	选设	04563	体育社会学	6	笔试	4563	体育社会学	
15	选设	14729	专项技术与理论（实践）	2	实践	00499	体育游戏	
	必设 3	10252	体育教育毕业论文	0	论文答辩	06999	毕业论文	
备注		1. 本专业考试课程 15 门，总学分 75 学分						

五、主要课程说明及指定教材

1、15040 习近平新时代中国特色社会主义思想概论

《习近平新时代中国特色社会主义思想概论》是全国高等教育自学考试各专业必考的课程，是为了培养和检验自考生掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的基本精神、基本内容、基本要求而设置的一门思想政治理论课，开设《习近平新时代中国特色社会主义思想概论》课程，是为了使自考生对中国共产党在新时代坚持的基本理论、基本路线、基本方略有更加透彻的理解；对运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题能力的提升，有更加切实的帮助。

指定教材：

《习近平新时代中国特色社会主义思想概论》(2023年版)，本书编写组，高等教育出版社。

2、15043 中国近现代史纲要

该课主要讲授中国近代以来抵御外来侵略、争取民族独立、推翻反动统治、实现人民解放的历史，帮助学生了解国史、国情，深刻领会历史和人民怎样选择了马克思主义，怎样选择了中国共产党，怎样选择了社会主义道路。它是一门以历史学科知识为依托的思想政治理论课，是全国高等学校四门必修的思想政治理论课之一，课程设置目的是为了提提高大学生的史学素养和政治觉悟。

指定教材：

《中国近现代史纲要》(2023年版)，本书编写组，高等教育出版社。

3、15044 马克思主义基本原理概论

该课程紧紧围绕什么是马克思主义，为什么要始终坚持马

克思主义，怎样坚持和发展马克思主义这一主题，以阐述马克思主义世界观和方法论为重点，以人类社会发展的基本规律为主线，全面讲授马克思主义的基本原理。旨在培养学生系统的思考方法、科学的理论实践观，帮助大学生树立正确的世界观、价值观，增强自身修养。

指定教材：

《马克思主义基本原理概论》(2023年版)，本书编写组，高等教育出版社。

4、13000 英语 (专升本)

该课程既是一门语言实践课程，也是拓宽知识、了解世界文化的重要素质课程，它以培养合语言应用能力为目标，使他们在学习、工作和社会交往中能够使用英语进行有效的交，并能学习和借鉴外国先进科学技术、经营方式、管理方法和优秀文化成果，同时向世界展示我国建设和发展的成就。

指定教材：英语 (二) 自学教程，张敬源主编，外语教学与研究出版社，2012年版。

5、00484 学校体育学

本课程重点介绍了学校体育的发展与演变，学校体育的结构与功能，学校体育的地位与目标，体育课程，体育教学要素、过程与原则，体育教学目标、内容与方法，体育教学设计、实施与评价，学校课外体育，体育教师职业，学校体育教研，学校体育管理。通过本课程学习，培养学生运用理论指导学校体育工作的能力，提高学生独立思考和分析与解决问题的能力，培养学生的创新精神和实践动手能力。

指定教材：《学校体育学》，唐炎主编，高等教育出版社，2020年版。

6、14641 运动生理学

本课程重点介绍了肌肉活动、肌肉活动的能量代谢、肌肉活动的神经调控等内容。通过本门课程的学习，使学生掌握运动生理学的基本理论和基础知识，并通过实验课和社会实践活动，培养学生发现问题、分析问题和解决问题的能力。使学生能够运用运动生理学的基本理论和方法，指导和评价体育教学、运动训练以及体育锻炼，并初步掌握评定人体主要身体功能的基本方法。

指定教材：《运动生理学》，乔德才/郝选明主编，高等教育出版社，2019年版。

7、14297 体育心理学

通过本课程学习，学生应掌握体育心理学的研究对象、任务、简史和开展方向；体育学习的心理学基础；运动参与的心理动力；体育锻炼心理；运动成绩的心理学方法。本课程的学习将有助于未来的（或在职的）体育教师、教练员提高运动意识，熟悉符合心理活动规律的新的教学方法，并掌握测量和提高人的“潜能”的最基本的手段和实验方法。

指定教材：体育心理学(第三版)，季浏，高等教育出版社，2016年1月版

8、00500 体育科研理论与方法

本课程重点介绍了体育科学研究的基本理论知识和体育科学研究的主要方法。包括体育科学研究导论、体育科学研究的选题、体育科学研究设计与计划、文献法、观察法、调查法、实验法、体育科学研究资料的整理与分析、体育科学论文的撰写与评价、体育科学研究者的科学素养等内容。通过本课程学习，使学生初步了解体育科研的基本程序与规范要求，掌握体

育科研的基础知识和主要的研究方法，为在校完成毕业论文和今后从事体育科研工作打下理论基础，提供科研方法指导。

指定教材：体育科研方法，张凯，高等教育出版社，2020年10月版

9、00498 体育统计学

本课程重点介绍统计数据的收集与整理、统计描述、概率分布及应用、参数估计与假设检验、方差分析、相对数与动态分析、相关与回归分析、多元线性回归分析、聚类分析、因子分析、各种方法的 SPSS 例解，以及体育统计中常见问题及解决策略等。通过本课程学习，可以帮助考生获得处理和分析体育数据的能力，建立数据驱动的统计思维模式。

指定教材：体育统计方法与实例，雷福民，高等教育出版社，2017年7月版

10、00502 体育管理学

本课程色具体内容包括：体育管理基本理论、体育职业规划管理、竞技体育管理、健身休闲管理、学校体育管理、体育产业管理、体育信息管理等章节内容。通过本课程学习，使学生全面系统地学习并基本掌握计划、组织、实施、调控体育管理工作的基本原理、基本理论与方法；使学生能学以致用，理论与实际结合，培养学生独立思考，提高分析问题和解决问题的能力。

指定教材：体育管理学，张瑞林，高等教育出版社，2020年4月版

11、00494 中学体育教学法

通过本门课程的学习，使考生掌握中学体育课程与教学的基本理论及其发展规律，为今后的体育教学、训练和科研工作

打下扎实的基础。本课程重点讲授中学体育应掌握的主要教学理论和技能，并分别对田径、体操、足球、篮球、排球、武术、健美操项目，在练习目的、练习要领、教法步骤、易犯错误及纠正方法等四个方面进行了详细介绍。

指定教材：中学体育教学设计，徐慧颖、李凤新，陕西师大出版社，2022年7月版

12、00497 运动训练学

本课程重点介绍运动训练基本原则，运动素质及其训练，运动技术及其训练，运动战术及其训练，运动训练方法手段，负荷、恢复与安排，分期、计划与实施，运动训练过程监控，重大赛事期间训练，少儿训练及其特征。通过本课程的教学，使考生了解和掌握运动训练学的基础知识，同时把运动训练学的知识运用到实践中去解决问题，并能参与教学训练工作。

指定教材：运动训练学，余银主编，高等教育出版社，2019年10月版

13、00495 体育保健学

本课程重点介绍了运动员健康与机能评估、运动医务监督、运动员体育卫生、运动性病症、实用急救和运动伤害防护技术、运动损伤的预防与康复等内容。通过本课程学习，使体育教育专业的应考者能够掌握体育保健学的基本理论、基本技能，并能将所学的理论技能运用到体育教学、运动健身、运动训练和比赛当中。

指定教材：体育保健学，胡毓诗，高等教育出版社，2019年10月版

14、04563 体育社会学

本课程重点介绍了体育社会现象的社会学分析，体育运动

的社会分层、流动与控制，社会结构中的体育运动，社会文化中的体育运动，社会进步中的体育运动，社会制度中的体育运动，社会关系与互动中的体育运动，社会生活中的体育运动，竞技体育的社会学分析，社会体育的社会学分析，体育群体与人群体育的社会学分析，体育运动的民族与问题，体育的社会问题，体育社会学研究方法。通过本课程的学习使学生掌握体育社会学的基本理论与方法，提高学生运用基础理论和知识分析问题、解决问题的能力，加深对体育运动以及体育运动与整个社会的关系的认识和理解。

指定教材：体育社会学(第四版)，卢元镇主编，高等教育出版社，2018年8月版

15、14729 专项技术与理论 (实践)

本课程重点阐述了游戏与体育游戏的理论和教学实践，包括我国学校体育游戏发展概况、少年儿童体育游戏教学的特点与策略、体育游戏的创编技法与程序、体育游戏的教学、体育游戏与心理健康、体育游戏与社会适应、篮球类游戏、排球类游戏、足球类游戏、田径类游戏、体操类游戏、武术类游戏、室内类游戏、户外类游戏等内容。通过体育游戏课程的学习，了解体育游戏的起源与发展，正确把握体育游戏的特点与作用，学会游戏的创编方法并能实施运用于教学。

指定教材：体育游戏 (第三版)，于振峰、赵宗跃、孟刚主编，高等教育出版社，2016年8月版

六、实践性环节学习考核要求

所有省考课程 (含实践环节考核) 考试大纲由主考院校负责编写，经省自考委审核后供命题、助学等环节使用。实践环节考核由主考院校提前于考试前一个月以上时间向省自考委

提出申请，经批准后在省自考委的指导下组织实施。

非在职教师且前置学历为非师范教育类专业的考生应完成不少于 8 周的体育教育实习并撰写实习总结报告。要求在规定的学习阶段内，自主选择或相关主考院校组织，参加为期八周的体育教育实习。实习内容包括体育教学、班主任工作、早操、课间操和课外活动的组织与课余体育训练等。其中要求体育课堂教学不得少于 20 节课时，组织开展班级的日常工作管理。