



湖北经济学院

本科人才培养方案汇编

(供2025级使用)

体育经济与管理学院

湖北经济学院教务处 编印

厚博經世濟民
德學

公元二千零六年丙戌仲秋
九十三史陳義經

休闲体育专业本科人才培养方案

Leisure sports

学科门类：教育学

授予学位：教育学学士

专业代码：040207T

标准学制：4 年

一、培养目标

本专业面向数字智能时代、健康中国背景下的休闲体育发展趋势，培养德、智、体、美、劳全面发展，具有深厚的科学文化素养和高度的社会责任感，具备现代教育理念和健康意识，系统掌握休闲体育的基本理论、基本技能和基本方法，具备户外运动指导与管理、休闲体育项目策划与组织、休闲体育经营与管理能力，具有较强创新精神和实践能力的“有思想有能力有担当的实践、实用、实干”复合型高素质人才。学生毕业后，能够在休闲体育及相关领域从事运动项目指导、活动组织策划、项目经营管理等工作。

二、毕业与学位授予要求

（一）毕业要求

1. 政治素养

以习近平新时代中国特色社会主义思想为根本遵循，理解并践行社会主义核心价值观，将其内化于心、外化于行，通过体育传播正能量，促进社会和谐与进步。具备强烈的国家意识、民族自豪感、社会责任感和公民意识，以饱满的热情和坚定的信念，积极投身于体育强国的建设事业中，为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献自己的力量。

2. 休闲体育基础知识

毕业生应全面、系统地掌握休闲体育专业的基本理论、基本知识和基本技能，深入理解休闲体育学、体育社会学、运动生理学等相关领域的知识体系。

3. 休闲体育运动技能

准确、规范掌握水上运动、户外运动、健身健美及其他运动项目专项动作技巧，具备良好的身体素质和心理素质以及技战术意识和团队协作能力，具备一定的专项运动技能水平。

4. 运动项目基础指导与教学

能够针对不同运动项目制定合适的基础训练计划，能够应对各种突发状况，确保参与者的安全；具备良好的沟通与表达能力将复杂的运动技能简化为易于理解的形式，帮助参与者更快地掌握技能；关注参与者的个体差异与心理状态，给予积极的鼓励和支持，激发他们的参与热情。

5. 休闲体育活动策划与组织

能够制定详细的休闲活动计划、安排活动场地和设施、招募志愿者以及进行活动宣传等方面的工作，能进行全面的风险评估，制定相应的安全预案和应对措施，确保在紧急情况下能够迅速有效地处理，以确保活动能够达到预期的目标。

6. 休闲体育经营与管理

敏锐洞察休闲体育市场趋势，精准把握消费者需求，根据区域休闲体育产业发展需求，能够制定出符合实际的运营模式并组织实施，具备良好的休闲体育经营与管理能力。

7. 休闲体育职业规范

能够严格遵循体育行业行为准则和职业道德标准，重视休闲体育活动的安全、健康、公平和有序进行，同时保障参与者的权益和福祉，制定详细的安全措施和应急预案，确保活动过程中的安全监控和紧急救援。

8. 体育创新创业

8.1 能通过学习先进的体育理念和技术，关注国内外体育市场的最新动态，以及积极参与体育交流与合作，拓宽视野，激发创新思维，应对快速变化的国内外体育市场环境。

8.2 敢于尝试新事物，勇于面对挑战，具备坚韧不拔的毅力和持之以恒的耐心，不断克服困难和挫折，注重社会责任和人文关怀，让体育事业的发展更加贴近人民群众的需求和期望。

9. 终身体育学习

能不断创新和完善终身体育学习的形式和内容，以适应时代的发展和人们的需求，推动终身体育学习理念在全社会范围内的普及和深入发展，进一步释放压力、放松心情，增强学生的社交能力，丰富人们的精神文化生活。

（二）学位授予要求

学生在规定的修业年限内，需达到毕业要求中的条件并完成 161 学分。其中，通识必修课程 38 学分，通识选修课程 9 学分，专业基础课程 18 学分，专业必修课程 22 学分，专业选修课程 41 学分，实践实验课程 33 学分（其中第二课堂素质学分 10 学分）。学生毕业体质测试成绩应达到 60 分，特殊情况可依有关文件规定免于测试。

学生通过毕业资格审查方准毕业，毕业时符合学位授予条件的，授予教育学学士学位。

三、核心课程和学位课程

本专业核心课程有：体育概论、运动解剖学、△运动生理学、体育心理学、健康教育学、△休闲体育概论、△体育俱乐部经营与管理、△体育产业经营管理、△体育旅游概论、运动训练学、运动竞赛学、△户外运动。其中，带“△”号为专业学位课程。

四、学制与学期安排

本专业实行学分制管理，基本修业年限 4 年，实行弹性学制，最多不超过 6 年。每学年分上、下两个学期，每学期按 20 周规划课程教学（含考试）周数（第 8 学期 19 周）。本专业在第二、四、六学期末安排小学期，约 6 周。全程教学共计 165 周，其中军事理论与军事训练（含专业入学教育）3 周，毕业实习 8 周，毕业论文（设计）自第 7 学期第 9 周到第 8 学期第 12 周与其他教学活动同步进行，离校教育 3 周。

五、专业与课程修读指引

1. 通识选修课程包括全球视野与当代中国、科技进步与创新创业、社会文明与法治精神、文史经典与文化遗产、文艺创作与审美体验、“四史”教育 6 个模块，在 2-7 学期开设，合计应修满 7 学分，且至少选修 3 个模块的课程，其中文艺创作与审美体验模块为必选。另外，学生完成学业必

须取得《心理健康与生命教育》通识选修课程 2 学分。

2. 专业学位课程是学生在毕业时获得学士学位的专业核心课。授予学位时，学生所有专业学位课程的平均成绩不得低于 70 分。

3. 专业必修课程和专业选修课程在 2-7 学期开设。学生修读专业选修课应取得不低于 41 学分,专业选修课程数智素养、财经素养、专业素养三个板块应修读的最低学分为 2、4、16。

4. 大学英语课程在 1-4 学期开设必修课，学生应修满 8 学分；5-7 学期由学生根据需要自主选修英语课程和训练项目。大学英语六级成绩 530 分以上，或雅思成绩 6.5 分以上，或托福成绩 79 分以上的学生，可申请基础大学英语课程免考，成绩按相应规则记录。

5. 获得全国计算机二级及以上证书的学生，可申请《信息技术基础》课程免考，成绩按相应规则记录。

6. 获得创新创业类比赛省级二等奖以上的学生，可申请《创新创业基础》课程免考，成绩按相应规则记录。

7. 学生应完成本专业规定的实践实验课程取得 33 学分，其中包含第二课堂素质学分 10 学分。学生在校学习期间必须参加社会实践活动，取得社会实践课程 2 学分方可毕业。

8. 专项训练包括《户外运动专项训练》《健身健美专项训练》和《水上运动专项训练》等三个专业方向，学生需选择一个专项在 3-5 学期进行学习。

9. 实行辅修专业、辅修学士学位和微专业修读制度，具体按学校相关文件执行。

六、周数分配表

学年 学期	第一学年		第二学年		第三学年		第四学年		合计
	第 1 学期	第 2 学期	第 3 学期	第 4 学期	第 5 学期	第 6 学期	第 7 学期	第 8 学期	
周数	20	20+2 (小学期 2 周)	20	20+2 (小学期 2 周)	20	20+2 (小学期 2 周)	20	19	165

七、学期教学进程表

学期 /周次	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
一	★	★	★	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	+	+			
二	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	+	+	*	*	
三	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	+	+			
四	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	+	+	*	*	
五	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	◇	◇	—	—	+	+			
六	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	+	+	*	*	
七	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	+	+			
八	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	●	●	●	●	●	●	●	●	▲	▲	▲	▲			

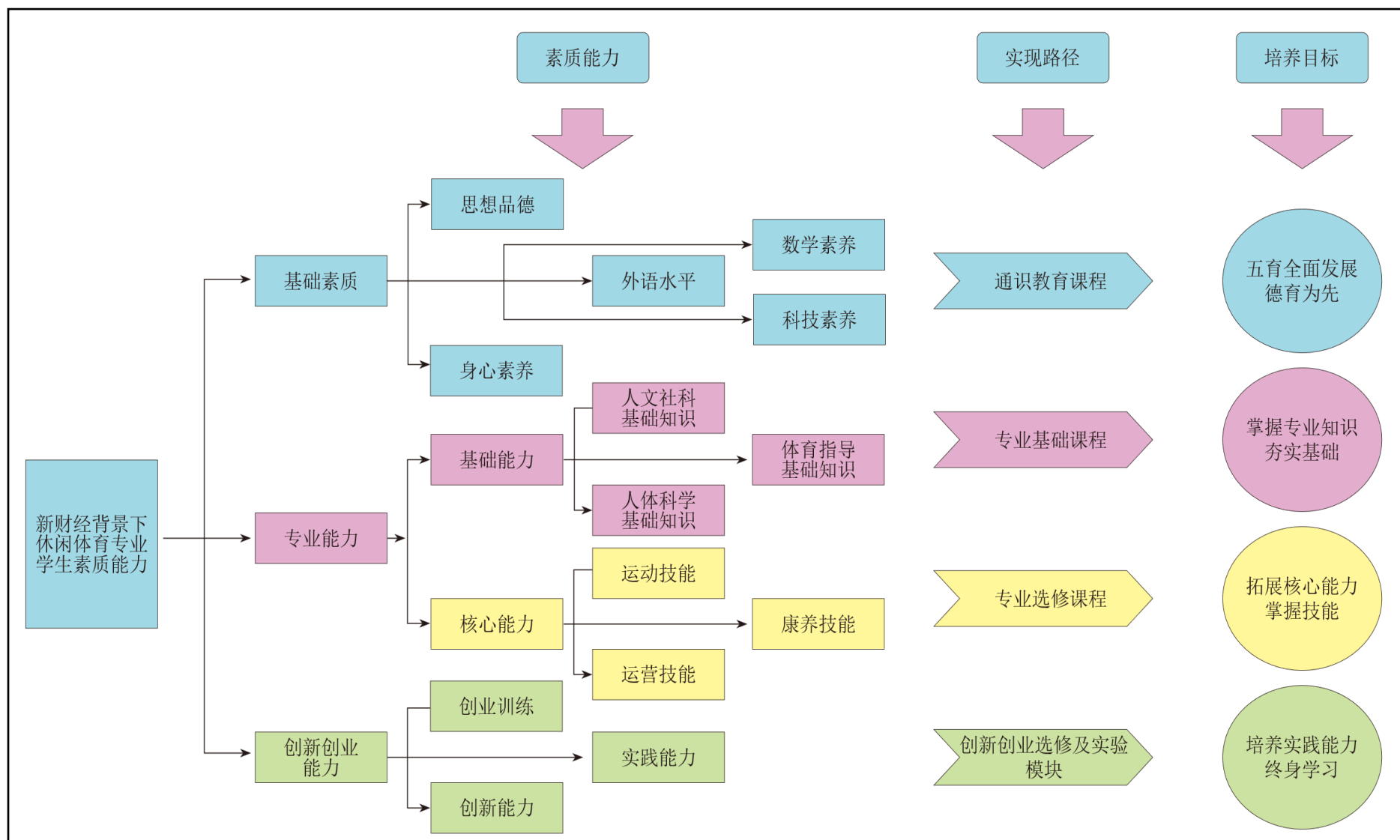
符号说明：

★军训及入学教育 一课程教学 + 复习考试 * 小学期教学安排
◇中期实训 ◎毕业实习 ●毕业论文（设计） ▲离校教育

八、学分统计表

课程类型	学分		学分占总学分比例	
	课堂教学	实践实验教学	课堂教学	实践实验教学
一、通识必修课程	35	3	21.74%	1.86%
二、通识选修课程	9	0	5.5%	0
三、专业基础课程	18	0	11.18%	0
四、专业必修课程	14.5	7.5	9%	4.66%
五、专业选修课程	18	23	11.18/%	14.29%
六、实践实验课程	0	33	0	20.50%
小计	94.5	66.5	58.69%	41.31%
合计	161		100%	

九、素质能力模型



十、课程与毕业要求对应矩阵

课程类别	课程名称	毕业要求								
		1 政治 素养	2 休闲体 育基础 知识	3 休闲体 育运动 技能	4 运动项 目基础 指导与 教学	5 休闲体 育活动 策划与 组织	6 休闲体 育经营 与管理	7 休闲体 育职业 规范	8 体育创 新创业	9 终身体 育学习
通识必修课	思想道德与法治	1H						7M		9M
	中国近现代史纲要	1H								9M
	马克思主义基本原理	1H								9M
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	1H								9M
	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	1H								9M
	信息技术基础					5H	6L		8-1H	
	人工智能（华为）/大数据管理（华为）2选1					5H	6L		8-1M	
	数学思想与应用								8-2M	
	大学语文	1M	2L							
	基础大学英语读写译（1-2）				4L		6L			9H
	基础大学英语视听说（1-2）				4L		6L			9H
	高阶综合大学英语				4L		6L			9H
	实用英语				4L		6L			9H
	生态文明建设导论	1M								9H
	国家安全教育	1H								
	就业指导							7H	8-1L	
	创新创业基础							7M	8-2H	
	形势与政策	1H			4L			7L		
	劳动教育	1H							8-2M	9H
通识选修课	心理健康与生命教育									
	全球视野与当代中国									
	科技进步与创新创业									
	社会文明与法治精神									
	文史经典与文化遗产									
	文艺创作与审美体验									
	“四史”教育									
专业基础课	体育概论		2H	3M						
	运动解剖学		2H							
	运动生理学		2H							
	体育心理学			3H						
	健康教育学			3H						
	体育社会学		2H		4L					
	体育科学研究方法		2H						8-1H	
	教育学		2M		4H					

课程类别	课程名称	毕业要求								
		1 政治 素养	2 休闲体 育基础 知识	3 休闲体 育运动 技能	4 运动项 目基础 指导与 教学	5 休闲体 育活动 策划与 组织	6 休闲体 育经营 与管理	7 休闲体 育职业 规范	8 体育创 新创业	9 终身体 育学习
专业必修课	体育俱乐部经营与管理				4L		6H			
	健身与健美			3H						
	户外运动			3H						
	体育产业经营管理						6H	7L	8-1L	
	体育旅游概论		2H			5M	6L			
	休闲体育概论		2H							
	运动训练学		2H		4L					
	体育管理学		2H				6M			
	运动竞赛学		2H			5M				
	拓展训练		2H	3H	4L			7L		
专业选修课	体育科学研究方法基础		2L	3L					8-1H	9H
	大数据导论（人文类）				4L				8-1L	9H
	大数据与商务智能（人文类）					5L	6L		8-1L	9H
	人工智能与数据分析基础（人文类）								8-2L	9H
	排球		2L	3H	4M					9M
	休闲学		2H	3M						9M
	乒乓球		2L	3H	4M					9M
	瑜伽		2L	3H	4M					9M
	篮球		2L	3H	4M					9M
	田径			3H	4M					9M
	游泳			3H	4M					9M
	羽毛球			3H	4M					9M
	健美操		2L	3H	4M					9M
	网球		2L	3H	4M					9M
	水上运动概论		2H		4L					
	龙舟			3H	4M					9M
	皮划艇			3H	4M					9M
	浆板			3H	4M					9M
	肌动力学		2H							
	骨关节功能解剖学		2H							
	筋膜链学		2H		4L					
	运动治疗学		2M		4L					
	足球		2L	3H	4M					9M
	棋牌			3H	4M					9M
	体育舞蹈		2L	3H	4M					9M
专业选修课	散打		2L	3H	4M					9L
	武术		2L	3H	4M					9L
	运动营养学		2H		4M					9H
	攀岩		2L	3H	4M					9M

课程类别	课程名称	毕业要求								
		1 政治 素养	2 休闲体 育基础 知识	3 休闲体 育运动 技能	4 运动项 目基础 指导与 教学	5 休闲体 育活动 策划与 组织	6 休闲体 育经营 与管理	7 休闲体 育职业 规范	8 体育创 新创业	9 终身体 育学习
专业选修课	定向运动		2L	3H	4M					9M
	水上运动		2L	3H	4M					9M
	气排球		2L	3H	4M					9H
	体能训练		2L	3H	4M					9L
	营地教育		2H	3L	4M	5M	6L			9M
	攀树运动		2L	3H	4L					9L
	毽球运动		2L	3H	4L					9L
	休闲体育发展前沿	1L	2H				6M	7L	8M	
	扁带运动		2M	3H						9L
	体育服务综合体概述		2M				6H			
	国际体育市场概论		2M				6H			
	体育场馆经营管理		2M				6H			
	休闲体育经营管理		2M				6H			
	体育市场调查与分析		2M				6M		8-1H	
	体育赛事运作管理		2M			5H	6M		8-1M	
实践实验课	军事理论与军事训练	1H							8L	
	休闲体育专业入学教育	1M			4H					9L
	休闲体育专业认知实习	1L	2L					7H		
	社会实践				4M			7H	8H	
	休闲体育专业中期实训				4M			7H		
	毕业实习				4M			7H		
	毕业论文（设计）		2M					7H	8H	
	体育活动组织		2L	3L		5H			8-1L	
	野外生存		2L	3H		5H				9M
	野外急救			3M		5H		7H		9M
	体育赛事实训		2M		4M	5H		7M		9L
	健康教育实践		2M		4M	5H	6L	7M		9H
	户外运动专项训练（1）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M
	健身健美专项训练（1）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M
	水上运动专项训练（1）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M
	户外运动专项训练（2）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M
	健身健美专项训练（2）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M
	水上运动专项训练（2）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M
	户外运动专项训练（3）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M
	健身健美专项训练（3）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M
	水上运动专项训练（3）		2M	3H	4H	5L	6L	7L	8M	9M

注：课程与培养要求的对应关系用H（强）、M（中）、L（弱）来表示。

十一、课程逻辑关系图



十二、推荐阅读书目

序号	书名	著（译）者	出版社	出版年	语种
1	《体育科学研究方法高级教程》	黄汉升	高等教育出版社	2023 年	中文
2	《休闲体育产业发展与体育旅游产业构建研究》	吴畏、王者	吉林出版集团股份有限公司	2023 年	中文
3	《现代休闲体育运动与产业发展研究》	董跃春	北京工业大学出版社	2023 年	中文
4	《体育服务综合体：理论与实践探索》	陈元欣	华中师范大学出版社	2021 年	中文
5	《运动训练基础》	横滨市运动医学中心	人民邮电出版社	2020 年	中文
6	《现代健康教育学》	余金明	复旦大学出版社	2020 年	中文
7	《基础营养学》	杨菊林	浙江大学出版社	2022 年	中文
8	《大学生心理健康教育》	黄希庭	华东师范大学出版社	2020 年	中文
9	《户外探索》	钱俊伟、方翔	甘肃人民出版社	2022 年	中文
10	《运动生物力学》	伍颢	高等教育出版社	2020 年	中文
11	《不止于营地》	佚名	清华大学出版社	2022 年	中文
12	《运动生理学实验及体能测试指导手册》	G.格雷戈里·哈夫	人民邮电出版社	2021 年	中文
13	《运动生理学应用指南》	鲍勃·默里	人民邮电出版社	2022 年	中文
14	《使用运动生物力学教程》	布伦丹·伯克特	人民邮电出版社	2021 年	中文
15	《人体解剖生理学》	周华	人民卫生出版社	2022 年	中文
16	《户外探索：户外运动认知及基础技能》	钱俊伟、方翔	甘肃人民出版社	2022 年	中文
17	《户外装备终极指南：露营·登山·滑雪·潜水·马术·钓鱼·骑行》	大鹏	化学工业出版社	2023 年	中文
18	《消逝的艺术：如何读懂大自然的迹象》	特里斯坦·古利	世界图书出版公司	2023 年	中文
19	《营地水上运动教程》	青少年体育司中国登山协会	高等教育出版社	2020 年	中文
20	《健身健美运动系统性训练理论与方法研究》	石玉岩	吉林大学出版社	2023 年	中文

十三、教学计划进程表

课程性质	课程类别	课程代码	课程名称（中英文）	学分	学时分布			开课学期与周学时								开课单位		
					理论	实验	实践	1	2	3	4	5	6	7	8			
通识教育课程	通识必修课程	TB3712	思想道德与法治 Ideological Morality and the Rule of Law	3	36		18	3									马院	
		TB3708	中国近现代史纲要 Survey of Modern Chinese History	3	36		18		3								马院	
		TB3713	马克思主义基本原理 Introduction to Basic Principles of Marxism	3	54					3								马院
		TB3715	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 General Introduction to Mao Zedong Thought and Socialist Theory with Chinese Characteristics	3	36		18			3								马院
		TB3716	习近平新时代中国特色社会主义思想概论 General Introduction to Xi Jinping Thought on Socialism with Chinese Characteristics for a New Era	3	36		18				3							马院
		TB5513	信息技术基础 Foundation of information technology	1	18				1									信工
		TB5514	人工智能（华为） Artificial Intelligence（Huawei）	2	36						2							信工
		TB4916	数学思想与应用 Mathematical Ideas and Applications	2	36				2									信统
		TB4311	大学语文 College Chinese	2	36					2								新闻
		TB4654 TB4655	基础大学英语读写译（艺体类）（1-2） Basic College English: Reading, Writing & Translation I – II	4	72				2	2								外语
		TB4652 TB4653	基础大学英语视听说（艺体类）（1-2） Basic College English: Viewing, Listening & Speaking I – II	2	36				1	1								外语
		TB4651	高阶综合大学英语（艺体类） Advanced Comprehensive College English	1	18						1							外语
		TB4639	实用英语 practical English	1	18							1						外语
		TB6401	生态文明建设导论 Introduction to Ecological Civilization Construction	1	18				1									低碳
		TB9999	国家安全教育 National Security Education	1	18					1								马院
		TB9998	就业指导 Career Guidance	1	18									1				学工处
		TB2204	创新创业基础 Foundation of Innovation and Entrepreneurship	2	36						2							创新创业学院
		TB3710	形势与政策 Current Affairs and Policy	2	36				√	√	√	√	√	√	√	√		马院
		TB9001	劳动教育 Labour Education	1	2		34	√	√	√	√	√	√	√	√	√		学工处
		通识必修课程小计				38	596	0	106	11	6	11	4	0	1	0	0	
	通识选修课程	TX3740	心理健康与生命教育 Mental Health and Life Education	2				必选								马院		
		全球视野与当代中国			≥7				学生需在6个模块中至少选择3个模块课程修读（其中“文艺创作与审美体验”模块为必选），已修读专业课中“四史”教育相关内容的，可不选修“四史”教育通选									
		科技进步与创新创业																
		社会文明与法治精神																
		文史经典与文化遗产																
		文艺创作与审美体验																
		“四史”教育																
		通识选修课程小计			9													

课程性质	课程类别	课程代码	课程名称（中英文）	学分	学时分布			开课学期与周学时								开课单位
					理论	实验	实践	1	2	3	4	5	6	7	8	
专业教育课程	专业基础课程	ZJ5806	体育概论 An outline of Sport Science	2	36			2								体育
		ZJ5807	运动解剖学 Sports Anatomy	3	54				3							体育
		△ZJ5803	运动生理学 Exercise Physiology	3	54					3						体育
		ZJ5808	体育心理学 Sports Psychology	2	36						2					体育
		ZJ5809	健康教育学 Health Education	2	36						2					体育
		ZJ5805	体育社会学 Sports Sociology	2	36			2								体育
		ZJ5810	体育科学研究方法 Research Method of Sport Sciences	2	36								2			体育
		ZJ1909	教育学 Pedagogy	2	36							2				财管
		专业基础课程小计		18	324	0	0	4	3	3	4	2	2	0	0	
	专业必修课程	△ZB5818	体育俱乐部经营与管理 Sports Club Management	2	36									2		体育
		ZB5814	健身与健美 Body Building	3	9		45		3							体育
		△ZB5801	户外运动 Outdoor Sports	3	18		36	3								体育
		△ZB5820	体育产业经营管理 Sports Industry Management	2	36					2						体育
		△ZB5819	体育旅游概论 Sports Tourism	2	36						2					体育
		△ZB5810	休闲体育概论 An Introduction to Leisure	2	36						2					体育
		ZB5821	运动训练学 Sports Training	2	36								2			体育
		ZB5825	体育管理学 Sport Management	2	32		4			2						体育
		ZB5822	运动竞赛学 Sports Competition	2	18		18					2				体育
		ZB5824	拓展训练 Outward Bound	2	4		32		2							体育
		专业必修课程小计		22	261	0	135	3	5	4	4	2	2	2	0	
	专业选修课程	ZX5874	体育科学研究方法基础 Fundamentals of Sports Science Research Methods	2	36							2				体育
		ZX4996	大数据导论(人文类) Introduction to Big Data (humanities)	2	36						2					信统
		ZX5825	体育市场调查与分析 The Methods of Sports Marketing Analysis	2	18		18				2					体育
		ZX4998	大数据与商务智能(人文类) Big Data and Business Intelligence (humanities)	2	36								2			信统
		ZX5595	人工智能与数据分析基础(人文类) Artificial Intelligence and Data Analysis Fundamentals (humanities)	2	36							2				信通
		数智素养		10	162	0	18	0	0	0	4	4	2	0	0	
		ZX5873	体育服务综合体概述 Sports service complex overview	2	36							2				体育
		ZX5804	国际体育市场概论 An Outline of International Sports Market	2	36				2							体育
		ZX5814	体育场馆经营管理 Stadium management	2	36							2				体育
		ZX5833	休闲体育经营管理 Leisure Sports Management	2	36							2				体育
		ZX5823	体育赛事运作管理 Sports event operation management	2	32		4				2					体育

课程性质	课程类别	课程代码	课程名称（中英文）	学分	学时分布			开课学期与周学时								开课单位
					理论	实验	实践	1	2	3	4	5	6	7	8	
专业教育课程	专业选修课程	ZX5852	休闲体育发展前沿 The Frontier of Leisure Sports Development	2	36									2		体育
		财经素养		12	212	0	4	0	2	0	2	6	0	2	0	
		ZX5808	排球 Volleyball	2	4		32					2				体育
		ZX5809	乒乓球 Table tennis	2	4		32				2					体育
		ZX5858	篮球 basketball	3	9		45				3					体育
		ZX5860	田径 Athletics	3	9		45	3								体育
		ZX5870	羽毛球 Badminton	3	9		45			3						体育
		ZX5862	网球 Tennis	2	4		32						2			体育
		ZX5841	足球 Football	2	4		32					2				体育
		ZX5810	棋牌 Chess	2	4		32			2						体育
		ZX5812	散打 Sanda	2	4		32						2			体育
		ZX5830	武术 Martial arts	2	4		32			2						体育
		ZX5847	气排球 Gas Volleyball	2	4		32						2			体育
		ZX5853	毽球运动 Shuttlecock	2	4		32					2				体育
		专业素养（传统体育项目）		27	63	0	423	3	0	7	5	6	6	0	0	
		ZX5850	休闲学 Leisure Studies	2	36				2							体育
		ZX5845	攀岩 Rock Climbing	2	4		32		2							体育
		ZX5846	定向运动 Directional Movement	2	4		32			2						体育
		ZX5854	攀树运动 Tree climbing	2	4		32							2		体育
		ZX5849	扁带运动 Slacklining	2	4		32		2							体育
		ZX5872	飞盘运动 Ultimate Frisbee	2	4		32		2							体育
		ZX5855	营地教育 Camp education	2	4		32						2			体育
		专业素养（户外运动专项）		14	60	0	192	0	8	2	0	0	2	2	0	
		ZX5859	肌动力学 Kinesiology	2	36				2							体育
		ZX5866	骨关节功能解剖学 Functional anatomy	2	36					2						体育
		ZX5865	筋膜链学 Fasciology	2	36						2					体育
		ZX5864	运动治疗学 Exercise therapeutics	2	36							2				体育
		ZX5856	体能训练 Physical training	2	4		32						2			体育
		ZX5861	健美操 Aerobics	2	4		32		2							体育
		ZX5827	体育舞蹈 Sports dancing	2	4		32					2				体育
		ZX5834	瑜伽 Yoga	2	4		32						2			体育
		ZX5840	运动营养学 sports nutrition	2	36						2					体育
		专业素养（健身健美专项）		18	196	0	128	0	4	2	4	4	4	0	0	
		ZX5848	水上运动 Aquatic Sports	2	4		32			2						体育
		ZX5863	游泳 Swimming	3	9		45		3							体育
		ZX5869	水上运动概论 Introduction to Water Sports	2	36				2							体育
		ZX5857	龙舟 Dragon Boat	2	4		32				2					体育
		ZX5868	皮划艇 Canoe/Kayak	2	4		32			2						体育
		ZX5867	桨板 Stand Up Paddle	2	4		32					2				体育
		ZX5871	垂钓运动 Fishing	2	4		32		2							体育
		专业素养（水上运动专项）		15	65	0	205	0	7	4	2	2	0	0	0	
		专业选修课程小计		41	758	0	970	3	21	15	17	22	14	4	0	

课程性质	课程类别	课程代码	课程名称（中英文）	学分	学时分布			开课学期与周学时								开课单位		
					理论	实验	实践	1	2	3	4	5	6	7	8			
实践实验课程	实践类课程	SY9995	军事理论与军事训练 Military Theory and Training	2			√	√									武装部	
		SY5844	休闲体育专业认知实习 Leisure Sports Professional Cognitive Practice	0.5					√								学院	
		SY9994	社会实践 Social Practice	2			√		√	√	√	√	√	√			团委	
		SY5845	休闲体育专业中期实训 Medium-term Training of Leisure Sports Major	1			√					√					学院	
		SY9989	毕业实习 Graduation Practice	2			√									√	学院	
		SY9983	毕业论文（设计） Graduation Thesis(Project)	4			√							√	√		学院	
		实践类课程小计			11.5													
	专业实验课	SY5842	野外急救 Wilderness First Aid	0.5			9		0.5									体育
		SY5843	体育赛事实训 Practical training for sports events	0.5			9						0.5					体育
		SY5841	体育保健实训 Health education practice	0.5			9				0.5							体育
		SY5803	体育活动组织 Sports Organization	1			18					1						体育
		SY5839	野外生存 Outdoor Survival	2			36					2						体育
		专业实验课程小计			4.5	0	0	81	0	0.5	0	0.5	3	0.5	0	0		
	专项训练课	SY5830	户外运动专项训练（1） Outdoor Sports Training（1）	2			36			2								体育
		SY5831	健身健美专项训练（1） Heath and Fitness Training（1）	2			36			2								体育
		SY5832	水上运动专项训练（1） Water Sports Training（1）	2			36			2								体育
		SY5833	户外运动专项训练（2） Outdoor Sports Training（2）	2			36				2							体育
		SY5835	健身健美专项训练（2） Heath and Fitness Training（2）	2			36				2							体育
		SY5837	水上运动专项训练（2） Water Sports Training（2）	2			36				2							体育
		SY5834	户外运动专项训练（3） Outdoor Sports Training（3）	2			36					2						体育
		SY5836	健身健美专项训练（3） Heath and Fitness Training（3）	2			36					2						体育
		SY5838	水上运动专项训练（3） Water Sports Training（3）	2			36					2						体育
		专项训练课程小计			6		0	324	0	0	6	6	6	0	0	0		
	创新创业实验课	SY9716	创业实践沙盘推演 Entrepreneurial Practice Sandtable Simulation	1		18		√										实验
		创新创业实验小计			1		18											
	第二课堂	必修7学分、选修3学分			10													学院
	实践实验小计				33		18											
	总计				161													

备注：《野外急救》《体育保健实训》和《体育赛事实训》分别在第二、四、六学期的小学期开设。

十四、休闲体育专业辅修专业/学士学位教学计划表

序号	课程代码	课程名称	学时	学分	开设学期
1	ZJ5802	体育概论 An outline of Sport Science	36	2	4
2	ZJ5805	体育社会学 Sports Sociology	36	2	4
3	ZJ5807	运动解剖学 Sports Anatomy	36	2	4
4	ZJ5803	△运动生理学 Exercise Physiology	36	2	4
5	ZJ5808	体育心理学 Sports Psychology	36	2	4
6	ZJ5809	健康教育学 Health Education	36	2	5
7	ZJ5810	体育科学研究方法 Research Method of Sport Sciences	36	2	5
8	ZB5810	△休闲体育概论 An Introduction to Leisure	36	2	5
9	ZB5820	△体育产业经营管理 Sports Industry Management	36	2	5
10	ZB5819	△体育旅游概论 Sports Tourism	36	2	5
11	ZB5806	运动训练学 Sports Training	36	2	5
12	ZB5801	△户外运动 Outdoor Sports	54	3	5
13	ZB5818	△体育俱乐部经营与管理 Sports Club Management	36	2	7
14	ZB5816	运动竞赛学 Sports Competition	36	2	6
15	ZB1012	体育管理学 Sport Management	36	2	6
16	ZB5814	健身与健美 Body Building	54	3	6
17	ZB5824	拓展训练 Outward Bound	36	2	7
18	ZX5845	攀岩 Rock Climbing	36	2	7
19	ZX5846	定向运动 Directional Movement	36	2	7
20	SY5822	野外生存 Outdoor Survival	36	2	7
毕业论文			4 学分		
总计			辅修专业必须修读 30 学分 辅修学士学位必须修满 46 学分		

注：带“△”号的为学位课程，总学分为 13 学分，为辅修专业和辅修学士学位都必须修读的课程。授予学位时，学生所有学位课程平均成绩不得低于 70 分。

十五、第二课堂素质学分设置

学分归属	素质类别	活动内容		学分	学期安排	考核方式	考核人
必修 (7 学分)	专业拓展	阅读专业推荐书目（0.25 学分/本）		1	1-7	读书报告	辅导员、班主任
		参加学术讲座或专业调研（0.25 学分/次）		1	1-7	讲座记录	辅导员、班主任
		参加专业、学院的学习交流讲座或学院举办的第二课堂活动（0.25 学分/次）			1-7	心得交流	辅导员、班主任
	学术科研	大创项目、科研立项并结项 （国家级 3 学分/项，省级 2 学分/项，校级 1 学分/项）		1	1-7	结项证明	辅导员、班主任
		公开发表学术论文（2 学分/篇）；英语四级合格 1 学分，英语六级合格 1 学分			1-7	刊物/报告	辅导员、班主任
	学科竞赛	参与学科竞赛 （学科竞赛指南内赛事）	参与校级及以上 0.25 学分/次 （多人参与的科研、比赛等项目，由项目负责人负责分配分值）	4	1-7	证明材料	辅导员、班主任
			获奖（国家级 3 学分，省级 2 学分，校级 1 学分）		1-7	证书/证明材料	辅导员、班主任
选修 (3 学分)	职业发展	体育指导员证书（1 学分/项）；教师资格证书（1 学分/项）；教练员、裁判员等资格证书（1 学分/项）；在校期间由体育总局或行业协会认定的运动等级（1 学分/项）		1	1-7	证书	辅导员、班主任
	志愿服务	根据志愿服务时长计分（0.5 学分/8 小时）		1	1-7	证明材料	辅导员
	思政素养	思想政治学习报告、讲座、知识竞赛、活动（0.25 学分/次）		1	1-7	证明材料	辅导员

十六、执笔人与审核人

姓名	学科领域	职称	工作分工
王玉锋	休闲体育	副教授	执笔
张俊	休闲体育	讲师	执笔
李鸿宜	体育人文	讲师	执笔
何夷	体育产业	讲师	执笔
兰自力	体育管理	二级教授	审核
李燕燕	体育产业	副教授	审核
孙辉	体育教育	教授	审核
胡剑波	体育教育	教授	审核
陈林祥	体育产业	教授	审核
张春合	体育管理	教授	审核