《人体运动科学研讨》课程教学大纲

**一、课程基本信息**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **英文名称** | Seminar on Human Movement Science | **课程代码** | SPRE0001 |
| **课程性质** | 专业选修课 | **授课对象** | 运动康复专业 |
| **学 分** | 3.0 | **学 时** | 54 |
| **主讲教师** | 陆阿明、王国祥等 | **修订日期** | 2022.03.23 |
| **指定教材** | 自选材料 | | |

**二、课程目标**

（一）**总体目标：**

使学生对人体运动科学的学科领域、知识体系以及主要领域的研究情况有初步了解，并对职业生涯中的实践内容和相关的知识、技能需求有更全面的认识。通过课堂学习和课后阅读，初步掌握人体运动科学的一些领域的最新进展、主要的研究方法，以及在竞技体育、全民健身等实践中的应用。同时也能为继续该领域的深造奠定基础。

（二）课程目标：

**课程目标1：**

1.1使学生了解人体运动科学的学科范畴、学科发展情况，学科与相关专业的关系，梳理正确的职业观。

1.2使学生对人体运动科学领域的基本原理和有关研究进展有一定的了解，树立继续深造的信心、激发努力学习的愿望。

**课程目标2：**

2.1使学生了解人体运动科学的职业实践领域，相关的知识和能力需求。

2.2使学生能够通过阅读参与人体运动科学领域的知识讨论。

**课程目标3：**

提升学生在运动实践中学会思考的能力。

（三）课程目标与毕业要求、课程内容的对应关系

**表1：课程目标与课程内容、毕业要求的对应关系表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **课程目标** | **课程子目标** | **对应课程内容** | **对应毕业要求** |
| 课程目标1 | 1.1 | 各章节的教学渗入 | 要求1-4 |
| 1.2 | 各章节教学渗入 | 要求1-4,6 |
| 课程目标2 | 2.1 | 第一——第四讲 | 要求1-4,6 |
| 2.2 | 所有章节教学渗入 | 要求1-4,6,8 |
| 课程目标3 |  | 所有章节教学渗入 | 要求2-9 |

**三、教学内容**

**第一讲 人体运动科学概述**

1.教学目标

了解人体运动科学的基本概念，学科概况与相关专业。

2.教学重难点

重点：学科的研究对象与主要的研究方法。

3.教学内容

一、人体运动科学概述

二、人体运动科学相关领域

三、人体运动科学的知识体系

四、人体运动科学的职业生涯

五、人体运动科学的发展历史

4.教学方法

讲授法：结合课程PPT讲授，通过结合体育运动实际进行教学。

课堂研讨：对于运动人体科学学科、运动康复专业认识与讨论。

5.教学评价

完成对课后材料阅读，要求学生开始文献阅读。

**第二讲 人体运动科学的经验**

1.教学目标

了解人体运动的主要方面，这些方面在日常生活活动、教育、健身与竞技体育中的体现。

2.教学重难点

重点：身体活动与运动的关系。

3.教学内容

一、日常生活活动中的人体运动

二、教育活动中的人体运动

三、健身运动中的人体运动

四、竞技体育中的人体运动

4.教学方法

讲授法：结合课程PPT讲授。

研讨法：结合教学内容就各个领域的人体运动进行讨论，并对运动的经验知识进行梳理。

5.教学评价

完成课堂讨论与发言。

**第三讲 人体运动科学学术研究**

1.教学目标

了解人体运动科学学术研究的主要内容、主要的理论与相应的研究方法。

2.教学重难点

重点：自然科学的有关研究设计。

3.教学内容

一、人体运动的哲学研究

二、人体运动历史研究

三、人体运动社会学研究

四、人体运动的自然科学类研究

五、人体运动的行为学研究

4.教学方法

讲授法：结合课程PPT与选题的实例进行讲授。

课堂研讨：结合自然科学类已学知识和理论，讨论知识与理论的来源路径。

5.教学评价

完成课堂的讨论与汇报。

**第四讲 人体运动科学的专业实践**

1.教学目标

对人体运动科学的专业发展的全面了解，对于运动康复专业关联的专业的知识、技能与能力的梳理学习。

2.教学重难点

运动康复专业的再认知。

3.教学内容

一、成为专业人员

二、健康与体适能职业

三、运动治疗学职业

四、体育教育等其他职业

4.教学方法

讲授法：结合课程PPT讲授。

研讨法：结合各自查阅、阅读和积累文献，以及对于该学科领域专业认知体会进行讨论。

5.教学评价

完成课堂的讨论。

**第五讲 人体运动科学前沿与进展**

1.教学目标

了解人体运动科学领域某些方面的基本原理、相关研究的方法与主要进展。

2.教学重难点

某领域的原理、研究方法。

3.教学内容

一、运动与抗衰老

二、运动与营养

三、运动的时间生物学

四、肌电测量技术的应用

五、运动康复的实践

六、运动与免疫

七、运动与肌肉功能

八、运动与认知学科

九、运动技能的学习与控制

十、生物力学的应用

4.教学方法

讲授法：结合课程PPT讲授。

研讨法：结合教学内容的应用进行讨论。

5.教学评价

完成原理的学习、开展方法学与研究进展的讨论。

**四、学时分配**

**表2：各章节的具体内容和学时分配表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 章节 | 章节内容 | 学时分配 |
| 第一讲 | 人体运动科学概述 | 3 |
| 第二讲 | 人体运动科学的经验 | 6 |
| 第三讲 | 人体运动科学的学术研究 | 9 |
| 第四讲 | 人体运动科学的专业实践 | 6 |
| 第五讲 | 人体运动科学前沿与进展 | 30 |

**五、教学进度**

**表3：教学进度表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 日期 | 章节名称 | 内容提要 | 授课时数 | 作业及要求 | 备注 |
| 1 | - | 第一讲 | 人体运动科学概述 | 3 | 作业：文献阅读  要求：通过阅读初步实现教学目标 |  |
| 2-3 |  | 第二讲 | 人体运动科学的经验 | 6 | 作业：体会与观察运动经历  要求：通过观察、体验能够实现教学目标 |  |
| 4-6 |  | 第三讲 | 人体运动科学的学术研究 | 9 | 作业：阅读各类文献  要求：通过讨论初步实现教学目标 |  |
| 7-8 |  | 第四讲 | 人体运动科学的专业实践 | 6 | 作业：观摩与体验  要求：通过讨论实现教学目标 |  |
| 9-17 |  | 第五讲 | 人体运动科学前沿与进展 | 30 | 作业：课后阅读与讨论  要求：通过阅读与讨论初步实现教学目标 |  |

**六、教材及参考书目**

1. Shirl J. Hoffman. Introduction to Kinesiology: Studying Physical Activity （4th）[M]. Human Kinetics，2016.

**七、教学方法**

1．专题化课堂讲授与小组研讨学习为主，课堂讨论与课后阅读相结合为辅。课堂教学过程中，授课教师在系统、整体把握课程性质与目标的基础上，广泛收集和整理相关专业资料，把握本学科的发展动态，适当引入国内外最新研究成果，并密切关注体育教学训练和比赛中的现实问题，培养和启发学生的专业能力。同时，适当为学生讨论提供相应资料和背景介绍，激发学生课后学习、阅读、钻研和讨论的兴趣；以小组为单位开展课堂讨论，并鼓励学生针对课程教学主题与相关论题提出自己的观点，展示自己独到的见解。

2．问题化与自主性学习相结合方式，培养学生发现问题、分析问题、解决问题的能力和探究意识。通过结合已有的学习与实践，指导学生通过网络、图书馆自主查阅课程中涉及的学习资源，自主开展学习；帮助学生独立规划自己的课程学习，自主设计、自主调节与评价学习过程，充分发挥自身的学习能动性。

3．通过课堂汇报和课堂讨论，锻炼学生应用知识的能力。培养学生独立思考能力，组织学生讨论，对所学知识在运动技术学习与训练中的应用进行消化和理解。

**八、考核方式及评定方法**

**（一）课程考核与课程目标的对应关系**

**表4：课程考核与课程目标的对应关系表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **课程目标** | **考核要点** | **考核方式** |
| 课程目标1 | 1.运动人体科学学科的认知、知识的来源与未来职业。  2. 人体运动科学领域的基本原理和有关研究进展。 | 1.课堂提问  2.课堂讨论 |
| 课程目标2 | 1.人体运动科学的职业实践领域，相关的知识和能力需求。  2.通过阅读参与人体运动科学领域的知识讨论。 | 1.课堂提问  2.课堂讨论 |
| 课程目标3 | 在运动实践中学会思考，利用各专业课所学的技术解决专业方面的问题的能力。 | 1.课堂讨论  2.作业展示  3.期末考试 |

**（二）评定方法**

**1．评定方法**

平时成绩（50%）：包含出勤、课堂表现（20%），作业与课堂讨论等环节（30%）。

期末考试（50%）：开卷考试（提前）根据自己有兴趣的领域，完成文献阅读与文献综述1篇，根据文献阅读量（50%）和综述的撰写水平（50%）评定。

**2．课程目标的考核占比与达成度分析**

**表5：课程目标的考核占比与达成度分析表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **考核占比**  **课程目标** | **平时** | **期末** | **总评达成度** |
| 课程目标1 | 60 | 20 | 分目标达成度=（0.3ｘ平时目标成绩+0.2ｘ期中目标成绩+成绩0.5ｘ期末目标成绩）/分目标总分 |
| 课程目标2 | 20 | 50 |
| 课程目标3 | 20 | 30 |

**（三）评分标准**

| **课程**  **目标** | **评分标准** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **90-100** | **80-89** | **70-79** | **60-69** | **＜60** |
| **优** | **良** | **中** | **合格** | **不合格** |
| **A** | **B** | **C** | **D** | **F** |
| **课程**  **目标1** | 上课全勤，遵守课堂纪律，能积极思考所学知识，能够回答上课提问，按时递交课堂布置的作业，完成度较好。在涉及讨论的内容中能踊跃参与，并结合实际发表自己的观点。 | 上课全勤，较好遵守课堂纪律，能积极思考所学知识，能够回答上课提问，按时递交课堂布置的作业，完成度一般。在涉及讨论的内容中能积极参与，并结合实际发表自己的观点。 | 上课全勤，遵守课堂纪律一般，能积极思考所学知识，基本能够回答上课提问，按时递交课堂布置的作业，完成度一般。在涉及讨论的内容中不能踊跃参与。 | 上课偶有缺勤（小于2次），基本能够遵守课堂纪律，上课尚能积极思考所学知识，基本能够回答上课提问，不能完全按时递交课堂布置的作业，完成度较差。讨论中不够积极。 | 上课偶有缺勤（3-5次），基本能够遵守课堂纪律，上课不能积极思考所学知识，基本不能回答上课提问，不能完全按时递交课堂布置的作业，完成度较差。讨论中不够积极。 |
| **课程**  **目标2** | 能够用所学理论方法很好地回答上课提问，完成课堂作业，在参与讨论中能正确应用所学知识。很好完成基础的选题与研究设计。 | 基本能够用所学理论方法很好地回答上课提问，完成课堂作业，在参与讨论中能正确应用所学知识。较好完成基础的选题与研究设计。 | 尚且能够用所学理论方法很好地回答上课提问，完成课堂作业，在参与讨论中能正确应用所学知识。完成基础的选题与研究设计，效果一般。 | 基本不能用所学理论方法很好地回答上课提问，完成课堂作业，在参与讨论中不能正确应用所学知识。基本不能完成基础的选题与研究设计。 | 不能用所学理论方法很好地回答上课提问，完成课堂作业，在参与讨论中不能正确应用所学知识。不能完成基础的选题与研究设计。 |
| **课程**  **目标3** | 能够用所学知识、理论参与解决体育实际问题，并具有的较好的创新表现。 | 基本能够用所学知识、理论参与解决体育实际问题，并具有一定的的创新表现。 | 尚且能够用所学知识、理论参与解决体育实际问题，但基本没有创新表现。 | 基本不能能够用所学知识、理论参与解决体育实际问题，没有创新表现。 | 不能能够用所学知识、理论参与解决体育实际问题，没有创新表现。 |