



揭阳职业技术学院

艺术与体育系

课程标准

(2025-2026 学年第一学期)

专业： 体育教育

班级： 251、252

课程： 体育概论

学时： 32

任课教师： 郑骋

揭阳职业技术学院学校体育教育教研室

《体育概论》课程标准

一、课程概述

课程中文名称：体育概论

课程类别：专科必修

适用专业：体育教育专业

课程地位：专业核心课程

总学时：32 学时

总学分：2 学分

二、课程目标

1. **知识目标：**使学生全面理解体育的基本概念、特点、本质、功能、目的、手段、科学体系、过程、文化、体制及其发展趋势，掌握我国社会主义体育的性质、目的、任务和制度。

2. **能力目标：**培养学生运用体育基础理论知识分析、辨别体育相关问题的能力，为未来的体育教学、研究及实践工作打下坚实基础。

3. **思政目标：**融入社会主义核心价值观，培养学生的爱国情怀、团队精神、公平竞争意识和健康生活方式，促进学生全面发展。

三、课程内容与学时分配

教学基本内容	讲授学时	累计学时
引论	2	2
体育概念	2	4
体育功能	4	8
体育目的	4	12

体育手段	4	16
体育科学	4	20
体育过程	4	24
体育文化	4	28
体育体制	2	30
体育发展趋势	2	32

四、教学内容与基本教学要求

第一章 引论

目的与要求：了解《体育概论》的研究对象、内容、任务及研究方法，明确课程的重要性。

讲授内容：增加体育在社会主义现代化建设中的地位和作用，培养学生的爱国情怀和体育精神。

第二章 体育概念

目的与要求：掌握体育的定义、本质及分类，理解体育与身心健康的关系。

讲授内容：结合实例讲解体育的多种属性和本质，强调体育在促进人的全面发展中的作用。

第三章 体育功能

目的与要求：理解体育的多元功能，包括自然质功能、结构质功能、系统质功能等。

讲授内容：结合社会热点和体育赛事，分析体育在经济、政治、文化等方面的作用，培养学生的综合分析能力。

第四章 体育目的

目的与要求：掌握确定体育目的的依据，理解我国体育目的与目标的关系。

讲授内容：强调体育在培养社会主义建设者和接班人中的重要作用，培养学生的责任感和使命感。

第五章 体育手段

目的与要求：掌握体育手段的基本概念、分类及运用要求。

讲授内容：结合实际运动项目，讲解运动动作的结构、要素及质量评定，培养学生的实践操作能力。

第六章 体育科学

目的与要求：了解体育科学的形成、发展及体系，认识体育科技在体育事业中的作用。

讲授内容：介绍体育科学的生物学、心理学、社会学视角，培养学生的跨学科思维。

第七章 体育过程

目的与要求：理解体育过程的本质、要素及结构与控制。

讲授内容：结合健身、娱乐、竞技等过程，分析体育过程的特点和规律，培养学生的过程管理能力。

第八章 体育文化

目的与要求：了解体育文化的本质属性、特点及其对社会的影响。

讲授内容：比较中西方体育文化，介绍奥林匹克文化，培养学生的国际视野和文化自信。

第九章 体育体制

目的与要求：掌握体育体制的基本概念、特点及作用，了解我国体育体制的现状和改革趋势。

讲授内容：结合体育体制改革实例，分析体育体制对体育事业发展的影响，培养学生的改革创新意识。

第十章 体育发展趋势

目的与要求：了解体育的发展趋势，包括休闲体育、老年人体育、体育产业等。

讲授内容：结合社会发展和人口结构变化，分析体育发展的新趋势，培养学生的前瞻性和创新能力。

五、考核办法与要求

1. **考核方式：**平时考核与学期结束后考试相结合。

2. **成绩计算：**结业总成绩中平时成绩占 30%（包括平时表现、课堂参与、作业完成情况等），课程结束考试占 70%。

六、教材与参考书

1. 教材

杨文轩,陈琦.《体育概论》.北京:高等教育出版社,2021.

2. 参考书

周西宽等.《体育学》.成都:四川教育出版社,1988年.

编写组.《体育概论》.人民教育出版社,1989年.

曹湘君主编.《体育概论》.北京:北京体育学院出版社,1985年.

杨文轩,杨霆主编.《体育概论》.高等教育出版社,2005年.