

体育部

10720011 体育（1） 1 学分 32 学时

Physical Education (1)

以增进健康和发展身体素质为主，通过田径、篮球、健美操（女）、手球、棒垒球、网球、排球、武术、健美项目的学习，学会锻炼身体的方法，发展身体素质，掌握基本技术，增强体质，培养运动兴趣，意志品质，发展运动能力，了解体育与健康的基本知识。

10720021 体育（2） 1 学分 32 学时

Physical Education (2)

通过身体素质练习和田径、排球、武术、篮球、健美操（女）、手球、棒垒球、网球、健美等项目的学习，提高身体运动能力，掌握所学项目的基本技术、练习方法、简单战术和竞赛基本规则，增强体质、培养爱好、发展特长，为高年级学习打下坚实基础。

10720031 体育（3） 1 学分 32 学时

Physical Education (3)

在一年级体育课的基础上，通过学习以“三大球”为主的多种体育项目，培养学生各自的体育兴趣。同时继续提高学生的体能及各项身体素质，培养积极主动的团队合作精神和勇敢顽强的意志品质。发展运动能力，促进学生掌握体育锻炼的基本技术。

10720041 体育（4） 1 学分 32 学时

Physical Education (4)

继续学习以“三大球”为主、包括游泳等的多种体育项目，进一步促进学生的身心健康和增强身体素质，培养良好的意志品质。使学生能掌握体育锻炼的基本技术，学会多种锻炼身体的方法，从而达到增强体质的目的，并为后继的课程学习打好基础。

10720110 体育专项（1） 0 学分 32 学时

Physical Education (1)

在二年级体育课的基础上，增加更多的轻体育运动项目学习。学习并掌握各种运动技术，全面发展身体素质。培养集体意识和团队合作精神，使学生了解科学的健身手段及自我锻炼的基本方法，增强自我体育锻炼的意识和能力，提升学生的体育素养。

10720120 体育专项（2） 0 学分 32 学时

Physical Education (2)

继续进行轻体育运动项目的学习，讲解运动与健康知识，配合实践环节对体育技能的掌握进行检验。学习自我锻炼的方法，促进身心健康，培养健全人格。使学生在运动技能、强身健体、心理素质等方面得到全面的发展和提高。达到受益终生的目的。

10720231 体疗（1）~（6） 1 学分 32 学时

Physical Therapy (1) ~ (6)

以健康保健理论知识和适宜的体育活动为主，教授一些健身的技能及太极运动中的养生之道。经过身体素质、舒缓运动、医疗恢复等体质训练内容的学习，达到增强体质、恢复生活自信心，能尽可能地提高学生的身心健康水平。

30720112 运动训练 A（2）~（8） 2 学分 160 学时

Physical Training A (2) ~ (8)

面向具有较高运动水平的学生，旨在进一步提高运动成绩。学生要较系统地学习所修项目的基本理论，基本技术和基本技能。同时，辅以战术、心理、营养、恢复和医务监督等相关提高素养的内容，以实现学生的全面发展。