

专业代码：071102

北京体育大学应用心理学专业培养方案

北京体育大学应用心理学专业成立于 2002 年，2003 年开始招生，2021 年获批国家级一流本科专业建设专业。本专业服务“体育强国”“健康中国”“教育强国”战略及社会需求，坚持立德树人，强调“厚”心理学基础，“强”体育科学特色，培养“心理+体育”的复合型人才。本专业具有完整的“本一硕一博”培养体系；专业特色突出，拥有竞技运动心理、运动健康心理及运动认知心理三个优势方向；专业师资雄厚，所有教师均为国内外知名院校心理学博士，拥有先进的教学理念和丰富的科研经验。多名教师长期服务于高水平运动队或致力于大众健身领域的实践，拥有丰富的心理学应用实践经验。

一、培养目标

（一）目标定位

本专业培养具有坚定理想信念，兼具科学精神与人文素养，具有扎实的心理学专业知识与技能，了解体育科学知识及运动项目，具备心理学基本科研能力及学习深造潜质，能够胜任运动队心理保障服务，健康相关企事业单位运动锻炼行为促进，学校心理健康教育，以及其他领域心理相关工作的高水平专门人才。

（二）目标内涵

毕业后 5 年左右在社会和专业领域发展预期：

培养目标 1：品德素质。具有正确的世界观、价值观和人生观，具有家国情怀、社会责任感和专业使命感，具有良好的心理学职业道德。

培养目标 2：科学精神。具有良好的科研道德、科研创新意识和开

阔的国际视野，立足国家战略和社会需求，创造性地开展心理学的研究与实践。

培养目标 3：知识储备。掌握扎实的心理学的知识、理论和技能，了解体育科学基础知识和运动项目，了解心理学科的国际研究前沿及发展动态。

培养目标 4：专业能力。拥有较丰富的心理学科科研或实践经验。在应用心理学尤其是运动心理领域，取得较高水平的研究成果，或针对竞技运动表现提升、大众健身促进及学校心理健康教育等应用领域提出高质量的实践解决方案。

培养目标 5：终身成长。具备终身学习的意识和能力，自觉践行终身体育，有效利用人工智能赋能心理学的科研与实践。

二、毕业要求

（一）毕业要求项和指标点

本专业学生毕业时应满足以下要求：

毕业要求 1：思想品德

1.1 具有正确的政治方向和坚定的理想信念，主动践行社会主义核心价值观。

1.2 具有家国情怀和社会责任感，品德高尚。

1.3 具有专业使命感，遵守心理学职业的伦理准则及道德规范。

毕业要求 2：专业知识及技能

2.1 系统掌握心理学的基础知识、基本理论及实践应用技能。

2.2 掌握心理测量、实验、数据处理与分析的基本方法、手段和技术。

2.3 形成心理学与体育学交叉融合的知识结构，融会贯通专业知识

与通识知识。

毕业要求 3：科学研究能力

3.1 具备发现和提出心理学研究问题，检索和利用专业文献，合理选择研究方法，探索研究问题的能力。

3.2 具备实施心理学实验，研制心理测量工具，处理与分析心理学实证研究数据的能力。

3.3 具备心理学论文写作及交流的能力。

毕业要求 4：专业实践能力

4.1 具备发现和解决心理学，尤其是体育运动领域和心理健康教育领域实践问题的能力。

4.2 初步具备将心理学与其他学科知识和现代技术融合，设计可行的解决方案的能力。

毕业要求 5：科学精神

5.1 遵守科研伦理，具备良好的科研道德。

5.2 树立科研创新意识，具备批判性思维及反思能力。

毕业要求 6：国际视野

6.1 较熟练地掌握英语，能够阅读心理学英文文献。

6.2 主动追踪及了解国际心理学科变革发展的趋势及前沿动态。

毕业要求 7：终身学习

7.1 具备终身学习的理念，合理制定个人的专业发展规划。

7.2 具备自主学习的能力，能够不断学习和适应社会发展。

7.3 初步了解人工智能时代的特征及挑战。

毕业要求 8：终身体育

8.1 了解终身体育的理念，树立终身体育的意识。

8.2 养成体育锻炼的习惯，熟练掌握 2 项运动技能。

(二) 毕业要求与培养目标关系矩阵

培养目标 毕业要求	1.品德素质	2.知识储备	3.专业能力	4.科学精神	5.终身成长
1. 思想品德	H				
2. 专业知识及技能		H	M		M
3. 科研能力		M	H		M
4. 实践能力		M	H		M
5. 科学精神			M	H	
6. 国际视野			H	M	
7. 终身学习				M	H
8. 终身体育					H

三、主干学科

心理学

四、学制与学位

学制：4 年

修业年限：4 - 6 年

授予学位：理学学士

五、课程设置

(一) 课程结构表

培养平台	课程性质	课程类别（模块）	修读学分	修读说明	学分数 类小计	占总学 分比例 (%)
通识	通识 必修	思想政治理论类	17		36	24.66
		体育素养类	7			
		军事类	2			
		大学英语 A	8			

培养平台	课程性质	课程类别（模块）	修读学分	修读说明	学分类小计	占总学分比例（%）	
		大学语文 A	2		14	9.60	
		素质养成模块	理想信念与家国情怀	≥2			至少修读“四史”课程 1 学分（1 门课）、国家安全教育课程 1 学分（1 门课），计 2 学分
			运动与健康	≥3			至少修读“大学生心理健康教育”课程（2 学分）；3-4 学期修读大学体育—运动项目限选课 2 门（每门 0.5 学分，共 1 学分）
			艺术与审美	≥2			至少修读 2 学分
			劳动与创新创业	≥3			至少修读 3 学分，其中需修读“大学生职业生涯规划”（1 学分），“创新创业与就业指导”（1 学分）2 门课程
		知识拓展	体育与人文社会	4			修读 4 学分，其中需修读体育与科学技术模块的“人工智能课程”（1 学分）
			体育与科学技术				
		能力提升	科研素养提升				
			职业能力发展				
			通用能力强化				
专业	专业必修	学科基础	13.5	75	51.37		
		专业核心	41.5				
	专业选修	专业方向	20			可在两个模块中自由选课，不受限制	
实践	基础素质拓展	军事技能训练	2	训练时间 2 周，学校统一安排	7	4.79	
		课外体育实践	2	体育俱乐部 0.5 学分，体质健康测试及北体大特色体育标准共 1 学分，出早操 0.5 学分			
		审美与人文教育实践	1	第 1-7 学期，参加文化、艺术、人文及科技活动、体育人文大讲堂及体育科技大讲堂，可获得相应学分			
		劳动教育与社会服务实践	2	日常生活和校园公益劳动，计 0.5 学分；社会实践和志愿服务劳动计 1.5 学分			
	专业综合实践	毕业论文（设计）	4	学生需完成心理学实证研究论文 1 篇，选题领域不局限于运动与锻炼心理领域；要求第 7 学期开题，第 8 学期完成论文撰写和答辩	12	8.22	

培养平台	课程性质	课程类别(模块)	修读学分	修读说明	学分数类小计	占总学分比例(%)
		专业实习	4	学生需在本专业实习实践基地完成8周的专业实习,第7学期由学院统一安排专业实习		
		科研实践(选修)	4	学生根据职业生涯规划,选择1项实践,实践采用导师负责制,第4-6学期在导师指导下完成相应实践		
		应用实践(选修)				
		创新创业实践	2	学生通过各级各类创新创业实践、专业竞赛、论文发表等,获得2学分	2	1.37
毕业要求总学分					146	
毕业要求学时	总学时				2225	
	其中,必修课学时数				1612	
	其中,选修课学时数				613	

(二) 实践教学体系结构表

实践平台	实践环节		涉及课程门数	毕业要求实践学时		毕业要求实践学分	
				学时数	占总学时比例	学分数	占总学分比例
必修课程 课内实践	独立设置的实验实践课程	运动项目技术类课程(体育课)	2	120	5.39	5	3.42
		其他实验实践课程	1	48	2.16	2	1.37
	含有实验实践的课程		18	188	8.45	7.83	5.36
通识选修 课程课内 实践	通识限选课程独立设置及含实验实践课程		6	48	2.16	2	1.37
专业选修 课程课内 实践	独立设置的实验实践课程	运动项目技术类课程(术科课)	0	0	0	0	0
		其他实验实践课程	3	38.4	1.73	1.6	1.10
	含有实验实践的课程		13	61.9	2.78	2.58	1.77
课外实践	基础素质拓展		/	/		7	4.79
	专业综合实践		/	/		12	8.22
	创新创业实践		/	/		2	1.37
合计				504.3	24.11	43.38	28.77
集中性实践环节(周数)				8周(专业实习)			

(三) 课程设置与毕业要求关系矩阵

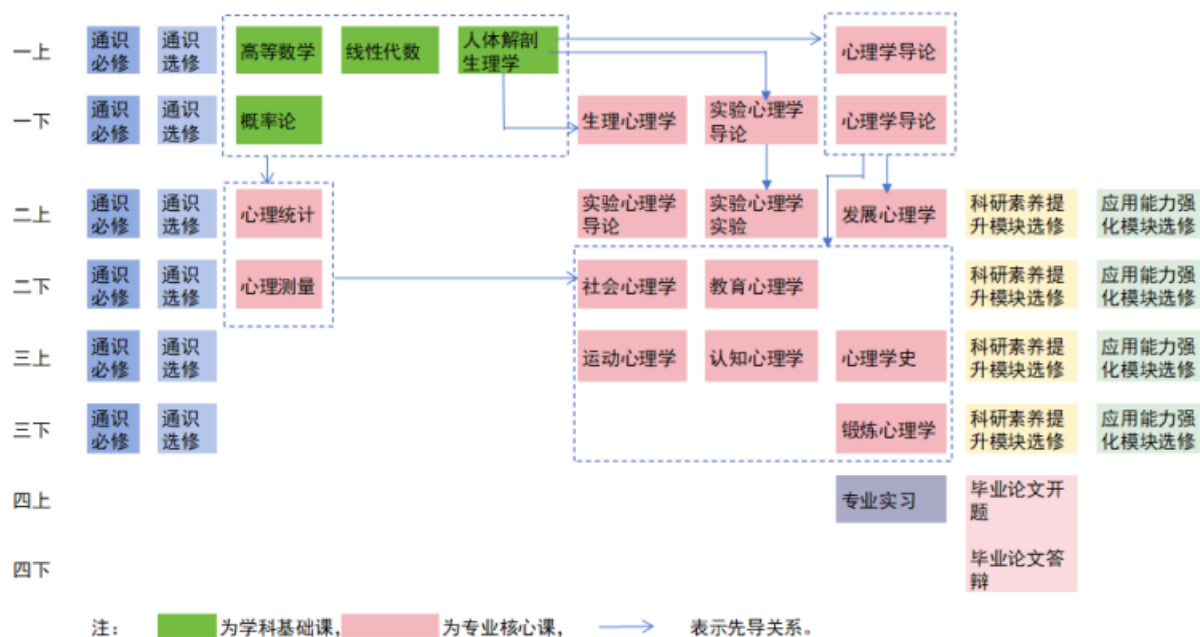
必修环节		1.思想品德			2.专业知识技能			3.科研能力			4.实践能力		5.科学精神		6.国际视野		7.终身学习			8.终身体育	
		1.1 理想信念 信念	1.2 社会 责任	1.3 职业 道德	2.1 基本 知识 技能	2.2 数据 分析 方法	2.3 交叉 学科 知识	3.1 发现 问题	3.2 研究 设计	3.3 学术 交流	4.1 解决 问题	4.2 应用 创新	5.1 遵守 科研 伦理	5.2 批判 与 反思	6.1 英文 论文 读写	6.2 追踪 学科 前沿	7.1 生涯 规划	7.2 主动 学习	7.3 适应 AI 时代	8.1 体育 锻炼 习惯	8.2 掌握 运动 技能
通识 必修 课程	思想道德与法治	H	H	H																	
	中国近现代史纲要		H																		
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	H	H																		
	马克思主义基本原理	H																			
	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	H	H																		
	大学语文 A—经典阅读与创意写作								H												
	体育概论 A						H												H	H	
	大学英语 A														H						
	形势与政策	H	H																		
	大学体育一—运动项目					H														H	H
军事理论	H	H																			
通识 限选 课程	四史课程	H	H																		
	国家安全教育	H	H																		
	大学生心理健康教育															H					
	体育限选一—运动项目					H													H	H	
	美育课程				H																
大学生职业生涯规划		H	H												H						

必修环节		毕业要求																			
		1.思想品德			2.专业知识技能			3.科研能力			4.实践能力		5.科学精神		6.国际视野		7.终身学习			8.终身体育	
		1.1 理想信念	1.2 社会责任	1.3 职业道德	2.1 基本知识技能	2.2 数据分析方法	2.3 交叉学科知识	3.1 发现问题	3.2 研究设计	3.3 学术交流	4.1 解决问题	4.2 应用创新	5.1 遵守科研伦理	5.2 批判与反思	6.1 英文论文读写	6.2 追踪学科前沿	7.1 生涯规划	7.2 主动学习	7.3 适应AI时代	8.1 体育锻炼习惯	8.2 掌握运动技能
	创新创业与就业指导																H				
	人工智能课程											H							H		
学科基础	高等数学				H																
	线性代数				H	H															
	概率论				H	H															
	人体解剖生理学				H																
专业核心	心理学导论(双语)				H						H					H					
	实验心理学导论				H							H	H		H						
	实验心理学实验				H				H		H		H	H							
	生理心理学				H																
	心理统计				H	H			H		H										
	发展心理学				H			H			H										
	心理测量				H				H		H										
	社会心理学				H						H										
	教育心理学				H						H										
	运动心理学(双语)				H			H			H					H					
	认知心理学				H			H			H										
	心理学史				H									H							
锻炼心理学				H						H					H						
专业选	心理学英文文献导读(双语)												H	H	H						
	心理学研究方法 I				H	H		H	H	H			H	H							

必修环节		1.思想品德			2.专业知识技能			3.科研能力			4.实践能力		5.科学精神		6.国际视野		7.终身学习			8.终身体育	
		1.1 理想信念	1.2 社会责任	1.3 职业道德	2.1 基本知识技能	2.2 数据分析方法	2.3 交叉学科知识	3.1 发现问题	3.2 研究设计	3.3 学术交流	4.1 解决问题	4.2 应用创新	5.1 遵守科研伦理	5.2 批判与反思	6.1 英文论文读写	6.2 追踪学科前沿	7.1 生涯规划	7.2 主动学习	7.3 适应AI时代	8.1 体育锻炼习惯	8.2 掌握运动技能
修： 科研 素养 提升 模块	心理学软件应用				H	H			H												
	高级心理统计					H						H									
	心理学论文写作与交流								H					H							
	认知神经科学研究技术				H				H												
	心理学研究方法 II				H				H		H			H							
	Python 基础及心理学研究应用					H					H									H	
	大数据基础及心理学应用					H					H									H	
专业 选修： 应用能力 提升 模块	人格心理学				H					H											
	情绪心理学				H					H											
	学校心理学				H					H											
	学校心理健康教育				H					H											
	运动处方理论与应用				H		H				H			H			H	H			
	健康心理学				H						H										
	变态心理学				H						H										
	心理测验与评估				H						H										
	体力活动流行病学				H		H				H				H						
	心理咨询与治疗				H						H										
	运动队心理保障				H						H										
	团体心理辅导				H						H										
素质 拓展	军事技能训练																				
	课外体育实践							H					H							H	H

必修环节		1.思想品德			2.专业知识技能			3.科研能力			4.实践能力		5.科学精神		6.国际视野		7.终身学习			8.终身体育	
		1.1 理想信念	1.2 社会责任	1.3 职业道德	2.1 基本知识技能	2.2 数据分析方法	2.3 交叉学科知识	3.1 发现问题	3.2 研究设计	3.3 学术交流	4.1 解决问题	4.2 应用创新	5.1 遵守科研伦理	5.2 批判与反思	6.1 英文论文读写	6.2 追踪学科前沿	7.1 生涯规划	7.2 主动学习	7.3 适应AI时代	8.1 体育锻炼习惯	8.2 掌握运动技能
实践	审美与人文教育实践						H														
	劳动教育与社会服务实践	H	H																		
专业 综合 实践	毕业论文						H	H	H			H	H		H		H				
	专业实习			H						H	H						H				
	科研实践/应用实践						H	H	H	H	H		H		H		H				
创新创业实践							H	H	H	H	H		H		H		H				

(四) 课程拓扑图



(五) 课程计划表

1. 通识课程

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时								学时分配			期末考核类型		备注	
						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查		
						1	2	3	4	5	6	7	8							
通识必修		Z0011001	思想道德与法治◇	3	48	3								42	6			√		
		Z0011002	中国近现代史纲要◇	3	48		3							42	6		√			
		Z0011003	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论◇	3	48			3						36	12		√			
		Z0011004	马克思主义基本原理◇	3	48				3					42	6		√			
		Z0011005	习近平新时代中国特色社会主义思想概论◇	3	48	3								42	6		√			
		Z0011007	大学语文 A-经典阅读与 创意写作	2	32	2								32	0		√			
		Z0011010	体育概论 A◇	2	32	2								28	4		√			
		Z00110121	大学英语 A1◇	4	64	4								48	16		√			
		Z00110122	大学英语 A2◇	4	64		4							48	16		√			
		Z0011006	形势与政策◇	2	128	√	√	√	√	√	√	√	√	112	16				√	
		详见体育方案	大学体育-运动项目 1◆ 大学体育-运动项目 2◆	2.5 2.5	60 60	4									0 0	60 60				
	Z0011015	军事理论	2	36	2								36	0						
通识选修	Z0111001- Z0111004	四史课程◇	1	16	√	√							14	2		√		通识选修除所列 11 学分课程必须修读外, 共需修读 14 学分, 共 280 学时。知		
	Z0111005	国家安全教育	1	16	√	√							16	0		√				
	Z0111006	大学生心理健康教育◇	2	32		2							30	2			√			

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时								学时分配			期末考核类型		备注
						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查	
						1	2	3	4	5	6	7	8						
	详见体育方案	体育限选-运动项目 1◆	0.5	16			√						0	16		√		识拓展和能力提升两个模块需修读 3 学分。	
		体育限选-运动项目 2◆	0.5	16				√					0	16		√			
	详见选课清单	美育课程	2	32			√	√	√	√	√	√				√			
	Z0111007	大学生职业生涯规划◇	1	16		2							10	6			√		
	Z0111008	创新创业与就业指导◇	1	32			2						26	6			√		
	详见选课清单	人工智能课程	1	16			√	√	√	√	√	√	16	0		√			
	详见选课清单	劳动与创新创业课程	1	16			√	√	√	√	√	√							
	知识拓展 (任选模块)	体育与人文社会					√	√	√	√	√	√							
		体育与科学技术					√	√	√	√	√	√							
	能力提升 (任选模块)	科研素养提升					√	√	√	√	√	√							
		职业能力发展					√	√	√	√	√	√							
		通用能力强化					√	√	√	√	√	√							
合计				50	996	20	15	5	3				620	256	120				

注：◆为独立开设的实验/实践课程；◇为含实验/实践课程，后同。

2. 专业课程

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时								学时分配			期末考核类型		备注
						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查	
						1	2	3	4	5	6	7	8						
专业必修	学科基础	B0421001	高等数学	4	64	4							64	0		√			
		B0421002	线性代数	2	32	2							32	0		√			
		B0421003	概率论	2	32		2						32	0		√			

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时								学时分配			期末考核类型		备注
						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查	
						1	2	3	4	5	6	7	8						
修	专业核心	B0421004	人体解剖生理学◇	5.5	88	6								64		24	√		
		B0422001	心理学导论(双语)	6	96	2	4								80	16		√	
		B0422002	实验心理学导论	4	64		2	2							64	0		√	
		B0422003	实验心理学实验◆	2	48			3							0		48	√	
		B0422004	生理心理学	2	32		2								32	0		√	
		B0422005	心理统计◇	4	64			4							48	16		√	
		B0422006	发展心理学◇	3	48			3							44	4		√	
		B0422007	心理测量◇	3.5	56				4						48	8		√	
		B0422008	社会心理学◇	2	32				2						28	4		√	
		B0422009	教育心理学	3	48				3						48	0		√	
		B0422010	运动心理学(双语)◇	4	64					4					48	16		√	
		B0422011	认知心理学◇	3	48					3					40	8		√	
		B0422012	心理学史	3	48					3					48	0		√	
B0422013	锻炼心理学◇	2	32						2				28	4		√			
专业选修	科研素养提升模块	B0424001	心理学英文文献导读(双语)◇	2	32			2						24	8		√		
		B0424002	心理学研究方法 I◇	2	32				2						16	16		√	
		B0424003	心理学软件应用◆	1	24				2						0	24			√
		B0424004	高级心理统计◇	1.5	24				2						14	10			√
		B0424005	心理学论文写作与交流◇	1	16					1					8	8			√

课程性质	课程类别	代码	课程名称	学分	学时	开课学期和周学时								学时分配			期末考核类型		备注
						大一		大二		大三		大四		理论	实践	实验	考试	考查	
						1	2	3	4	5	6	7	8						
应用 能力 强化 模块		B0424006	认知神经科学研究技术◆	1	24					2				0	24			√	
		B0424007	心理学研究方法 II◇	1.5	24					2				16	8			√	
		B0424008	Python 基础及心理学研究应用◇	2	32						2			24	8			√	
		B0424009	大数据基础及心理学应用◇	2	32						2			24	8			√	
		B0425001	人格心理学	2	32				2					32	0			√	
		B0425002	情绪心理学	2	32				2					32	0			√	
		B0425003	学校心理学	2	32				2					32	0			√	
		B0425004	学校心理健康教育◆	1	24				2					0	24			√	
		B0425005	运动处方理论与应用◇	2	32				2					26	6			√	
		B0425006	健康心理学	2	32					2				32	0			√	
		B0425007	变态心理学◇	3	48					3				44	4			√	
		B0425008	心理测验与评估◇	1.5	24					2				16	8			√	
		B0425009	体力活动流行病学	2	32					2				32	0			√	
		B0425010	心理咨询与治疗◇	2	32						2			24	8			√	
	B0425011	运动队心理保障◇	2	32						2			24	8			√		
	B0425012	团体心理辅导◇	2	32						2			16	16			√		
合计				92.5	1520	14	10	14	25	24	12	0	0	1184	265	72			

3. 实践环节

实践环节	代码	具体环节名称	学分	周数	开课学期								考核方式		备注
					大一		大二		大三		大四		考试	考查	
					1	2	3	4	5	6	7	8			
素质拓展实践	Z0111009	军事技能训练	2	2	√										
	B0431001	课外体育实践	2		√	√	√	√	√	√	√	√			
	B0431002	审美与人文教育实践	1		√	√	√	√	√	√	√	√			
	B0431003	劳动教育与社会服务实践	2		√	√	√	√	√	√	√	√			
专业综合实践	B0432001	毕业论文	4								√	√			
	B0432002	专业实习	4	8							√				
	B0432003	科研实践(选修)	4					√	√	√					
应用实践(选修)															
创新创业实践	B0433001	创新创业实践	2		√	√	√	√	√	√	√	√			
合计			21	10											

六、各学期指导性修读学分与周学时分布表

(一) 各学期指导性修读学分分布

课程类别	开课学期							
	大一		大二		大三		大四	
	1	2	3	4	5	6	7	8
通识必修	18.75	9.75	3.25	3.25	0.25	0.25	0.25	0.25
通识限选	1	4	3.5	2.5	0	0	0	0
通识任选	0	0	0	0	1	2	0	0
专业必修	13.5	10	11	8.5	10	2	0	0
专业选修	0	0	2	6	6	6	0	0
实践环节	2	1	1	2	2	3	7	3
合计	35.25	24.75	20.75	22.25	19.25	13.25	7.25	3.25

(二) 各学期指导性修读周学时分布

课程类别	开课学期							
	大一		大二		大三		大四	
	1	2	3	4	5	6	7	8
通识必修	20	11	3	3	0	0	0	0
通识限选	0	4	4	0	0	0	0	0
通识任选	0	0	0	0	2	2	0	0
专业必修	14	10	12	9	10	2	0	0
专业选修	0	0	2	6	6	6	0	0
实践环节	0	0	0	0	0	0	0	0
合计	34	25	21	18	18	10	0	0

七、专业必修课程简介

(一) 学科基础课程

1. 高等数学

学分：4

学时：64

主要内容：本课程主要介绍一元微积分和二元微积分及应用，包括函数与极限，导数与微分，微分中值定理及导数的应用，不定积分，定积分及二重积分等。

本课程的教学目标是使学生理解一元微积分和二元微积分的基本概念

和基本理论，掌握一元微积分和二元微积分的基本方法，培养学生的数学素质和抽象思维能力、逻辑推理能力、空间想象能力、运算能力，以及综合运用数学知识分析问题和解决问题的能力，为后续课程的学习奠定理论基础，提供计算工具。

2. 线性代数

学分：2

学时：32

主要内容：本课程主要介绍矩阵，行列式，线性方程组求解，向量的线性相关，矩阵的特征值及特征向量的基本知识、基本概念及计算方法。

本课程的教学目标使学生获得线性代数的基础知识和基本概念，掌握必要的运算技能，训练学生运用数学方法分析及解决实际问题的能力，培养学生严谨的科学思维及缜密的逻辑思维能力，为学习心理统计尤其是多元统计奠定扎实的数理基础。

3. 概率论

学分：2

学时：32

主要内容：本课程主要介绍随机事件及概率，随机变量的分布及数字特征，以及随机向量等。

本课程的教学目标是使学生掌握概率论的基本概念，基本理论及基本方法，初步掌握处理随机现象的基本思想和方法；培养学生严谨的科学思维以及应用概率论的方法解决实际问题的能力；为学生后续学习实验心理学导论、心理统计，心理测量等研究方法类课程奠定扎实的数理基础。

4. 人体解剖生理学

学分：5.5

学时：88

主要内容：本课程主要介绍包括运动系统、神经系统、感觉器官、血液循环系统、呼吸系统、消化系统、营养、代谢与体温调节、内分泌系统的结构与功能，尤其侧重介绍神经系统的结构与功能，心血管系统的结构和功能。

本课程的教学目标是使学生了解和掌握人体的基本结构、生理活动规律，了解人体调节规律及基本研究方法，掌握应用人体解剖生理学知识解决运动训练、提高竞技水平和全民健身问题的技能，为学生学习心理学、运动训练及继续深造奠定扎实的专业基础。

(二) 专业核心课程

1. 心理学导论(双语)

学分：6

学时：96

主要内容：本课程主要介绍心理现象产生及发展的一般规律，心理科学的哲学、生物学基础及研究方法等，以及感觉和知觉、意识、记忆、注意、思维、智力、动机、情绪及人格的基本概念、基本理论等。

本课程的教学目标是让学生了解心理科学的性质、现状和发展趋势，掌握心理学的基本概念、基本理论，为后续专业课程的学习奠定扎实基础，培养学生应用心理学知识和方法分析和解决实际问题的能力，同时熟悉该领域的英文术语和表达方式。

2. 实验心理学导论

学分：4

学时：64

主要内容：本课程主要介绍心理学实验的变量与设计，反应时法、心理物理法等常用实验方法，以及听觉和视觉、知觉、注意与意识、记忆、思维、情绪等的主要心理学实验。

本课程的教学目标是让学生了解实验心理学的性质、现状和发展趋势；掌握心理学实验研究的基本原则与基本过程，主要研究技术与方法；培养学生实验设计和撰写研究报告的能力，实事求是的科学精神和实验态度，严谨周密的逻辑思维能力，为独立从事心理学基础与应用研究奠定扎实的基础。

3. 实验心理学实验

学分：2

学时：48

主要内容：本课程是一门重要的实验方法与技术基础课，主要组织学生进行传统心理物理法、现代心理物理法实验，反应时实验，记忆实验，注意实验等。

本课程的教学目标是让学生掌握心理学实验的基本操作过程，心理学实验研究的基本方法，实验报告或论文的写作规范；培养学生认真求是的科研态度，良好的学术素养和实验技能，为后续独立开展心理学实验研究奠定扎实的基础。

4. 生理心理学

学分：2

学时：32

主要内容：生理心理学主要介绍脑高级功能的理论知识和心理活动的生理机制，包括感觉、知觉、注意、记忆、情绪情感、人格的生物学基础；学习的神经生物学基础，言语、思维的脑机制基础；本能与动机，运动和意志行为的生物学基础等。

本课程的教学目标是使学生掌握认知、学习、言语、情绪情感、动机、人格、运动和意志行为的生物学基础及其脑机制，培养学生应用生物心理学理论解决实际问题的能力，为相关心理学课程的学习奠定生物心理学知

识基础。

5. 心理统计

学分：4

学时：64

主要内容：本课程主要介绍应用数理统计学方法处理心理学量化研究数据的方法和技术，包括数据的收集，整理与描述，参数估计，假设检验，方差分析，相关与回归分析，计数数据分析，非参数检验的原理、方法和技术。

本课程的教学目标是使学生具备基本的心理统计思想，掌握基本的统计方法；培养学生应用统计方法分析和解决行为和社会科学中研究及实践问题的能力；提高学生的统计科学素养，为后续学习和应用多元统计奠定扎实的基础。

6. 发展心理学

学分：3

学时：48

主要内容：本课程主要介绍心理发展的基本理论，研究方法，心理发展的生物学基础与胎儿发育，婴儿心理发展，幼儿心理发展，童年期儿童心理发展，青少年心理发展，以及成年期心理发展的主要特点及相关研究。

本课程的教学目标是使学生掌握人生不同阶段的心理发展特点，发展心理学的主要研究范式与研究方法；理解有关个体发展的动力、矛盾及其主要制约因素的不同理论主张；培养学生运用心理发展的理论知识分析和解决实际问题的能力，为从事相关领域的理论与实践工作奠定良好的知识基础。

7. 心理测量

学分：3.5

学时：56

主要内容：本课程作为心理学研究的方法课和工具课，主要介绍经典测验理论，测验的信度与效度，测验的项目分析，测验常模，心理测验的编制与实施，智力因素测验，非智力因素测验，体育运动中常用的心理测验等。

本课程的教学目标是使学生掌握心理测量学的基本理论，心理测验的性质、分类，测验编制、实施的一般程序，信度、效度检验，题目分析，合成与解释测验分数的核心技能；了解常用的心理测验和运动心理测验的主要特点和适用条件，为从事心理学研究与应用打下良好的方法学基础。

8. 社会心理学

学分：2

学时：32

主要内容：本课程主要介绍社会心理学的研究对象、方法及基本理论流派，社会认知，社会互动，社会影响，群体心理等方面的基本概念和主要理论。

本课程的教学目标是使学生掌握社会心理学的基本概念和基本理论，学会运用社会心理学的理论分析体育运动中的各种社会心理问题，帮助学生正确处理各种人际关系，促进人格完善，提高社会适应能力。

9. 教育心理学

学分：3

学时：48

主要内容：本课程结合儿童青少年认知、心理社会性和道德发展的特征，系统讨论其知识掌握、技能形成、道德发展的心理学规律，以及在学校教育情境中的学与教互动过程中产生的心理现象和规律。

本课程的教学目标是使学生了解教育心理学的研究对象、任务、主要

方法以及发展趋势，掌握教育心理学的基本概念、基本理论，掌握知识、技能和品德学习与形成发展的规律，运用教育心理学知识分析和解决教育教学中遇到的各种实际问题的能力。

10. 运动心理学(双语)

学分：4

学时：64

主要内容：本课程系统讨论竞技运动中增强运动表现、保持心理健康和促进心理发展的问题，主要介绍人格、动机、应激与焦虑等个体因素，运动团体成员间的沟通与互动的团体因素，以及唤醒调节、运动表象、自信心、目标设置、集中注意力等心理技能影响运动表现的理论知识、研究成果及应用技巧。

本课程的教学目标是使学生掌握运动心理学的基本概念、理论、方法和应用原则，理解竞技运动中的心理活动规律，培养从心理学角度分析与解决竞技运动中实际问题的能力，同时熟悉该领域的英文术语和表达方式。

11. 认知心理学

学分：3

学时：48

主要内容：本课程主要介绍认知心理学的主要研究方法，信息加工、认知神经科学和生态学等基本理论取向，人类知觉、注意、记忆、表象、思维、言语等的主要理论模型及相关实证依据。

本课程的教学目标是使学生掌握人类各种心智活动的主要研究成果，相关理论主张，以及主要研究方法，为从事心智相关领域的研究及应用工作奠定心理学理论与方法学基础。

12. 心理学史

学分：3

学时：48

主要内容：本课程主要介绍心理科学产生、发展及演进的基本过程与历史脉络，以及构造主义、机能主义、行为主义、精神分析、人本主义等心理学流派的产生背景、主要观点及评价。

本课程的教学目标是使学生掌握主要心理学流派的理论观点及演进脉络，加深对心理现象的本质，心理学的研究对象、方法、内容及意义等的认识，为从事心理学研究及学习深造打下良好的心理学理论基础。

13. 锻炼心理学

学分：2

学时：32

主要内容：本课程系统讨论运动与心理健康的关系，以及运动行为的参与、坚持及退出的机制，主要介绍身体活动和（或）体育锻炼对普通参与者应激状态、情绪情感、认知功能及人格特质的积极影响，锻炼行为的理论及促进的策略。

本课程的教学目标是使学生掌握锻炼心理学的基本概念和基本理论，熟悉体育锻炼的心理效益，了解锻炼行为的影响因素以及促进锻炼行为的干预方法，具备从心理学角度分析与解决大众健身活动中实际问题的能力。

八、实践环节考核说明

（一）素质拓展实践

1 军事技能训练

军事技能训练考核由学校和承训教官共同组织实施，成绩分优秀、良好、及格和不及格四个等级，根据学生参训时间、现实表现、掌握程度综合评定。共2周，合格计2学分。

2 课外体育实践

(1) 体育俱乐部

学生在第 5 至第 8 学期根据兴趣自愿参加校团委开设的体育类俱乐部或学院自设的体育俱乐部活动，由俱乐部指导教师根据学生运动水平确定等级，报学院认定学分。等级设优秀、合格、不合格三档，合格以上可获 0.5 学分。开设俱乐部见下表。

体育俱乐部开设情况

类别	名称
体育俱乐部	足球俱乐部、篮球俱乐部、排球俱乐部、田径俱乐部、游泳俱乐部、体操俱乐部、武术俱乐部、乒乓球俱乐部、羽毛球俱乐部、网球俱乐部、拳击俱乐部、跆拳道俱乐部、空手道俱乐部、健身健美俱乐部、健身操舞俱乐部、柔道俱乐部、摔跤俱乐部、体育舞蹈俱乐部、艺术体操俱乐部等

(2) 体质健康测试及北体大体育特色标准

中国运动与健康研究院在每学年秋季学期组织体质健康测试并负责将测试成绩记入《国家学生体质健康标准》登记卡。体质健康测试满分为 100 分，根据得分评定等级：90 分及以上为优秀，75-89 分为良好，60-74 分为及格，59 分及以下为不及格。学生每学年测试等级评定为良好及以上者，方可参加每学年学校的评优或评奖；测试等级评定为不及格者，在本学年度准予补测一次，补测仍不及格，则学年等级评定为不及格。学生毕业时的总成绩和等级，按第四学年得分的 50%与第一至第三学年平均得分的 50%之和进行评定，总成绩达到 60 分方可毕业。

因病或因伤无法参加测试的学生须填写《国家学生体质健康标准暂缓/免测申请表》，经校医院审核同意后方可暂缓或免测，申请表存入学生档案。学生因残疾等确实丧失运动能力，可申请免测，仍可参加评优或评奖，毕业时体质健康测试总成绩须注明免测。

每个在籍学生毕业前必须学会游泳和健身功法。此项目如果选择上课

则在课上通过即可，如果没有选上课，学生则在第 1-8 学期利用课余时间自主开展学习。学校每学年组织一次考核，考核合格后由考核单位提交成绩。

游泳考核内容：以四种标准泳姿（蝶泳、仰泳、蛙泳、自由泳）中的任何一种泳姿连续游完 50 米即可。如学生确实因慢性病、皮肤病或心理疾病等原因不适合学习游泳，递交医院证明并经教务处确认后，可用 12 分钟跑替代，合格标准为男生 2200 米、女生 2000 米。游泳和 12 分钟跑由学校组织相关学院考核。

健身功法考核内容：熟练完成一套健身气功·八段锦即可通过，由武术学院负责组织考核。

体质健康测试及北体大体育特色标准均合格，计 1 学分。

(3) 出早操

学生在第 1 至第 5 学期须参加由学院组织的出早操活动，每周出早操次数少于 2 次，计为不合格；出早操次数 3 次计为合格，出早操次数 4 次及以上，计为优秀。合格及以上可获得 0.5 学分。

3 审美与人文教育实践

第 1-7 学期，参加学院或学校组织的艺术鉴赏、文学赏析及文化讲座等活动（每次 0.2 学分）；参加学院或学校组织的征文、摄影、绘画、歌唱等比赛活动（每次 0.5 学分）；参加学院或学校组织的文艺演出活动（每次 0.5 学分）；参加体育人文大讲堂及体育科技大讲堂(每次 0.2 学分)。

4 劳动教育与社会服务实践

日常生活（如校园/宿舍卫生、实验仪器收纳整理等）和校园公益劳动（如图书馆图书整理、校史馆讲解、招生/本科教学/就业咨询助理等）每学期不少于 16 学时，计 0.5 学分。

社会实践和志愿服务，包括参与基层体育支教、全民健身推广、重要

赛事及专业学术会议志愿服务、心理学研究被试等。社会实践报告每篇计 0.5 学分；参与志愿服务（不少于 50 小时）并提交相关证明，计 0.5 学分；心理学研究被试时长超过 4 小时，计 0.5 学分。

（二）专业综合实践

1 毕业论文

根据人才培养目标及毕业要求，本专业学生需完成毕业论文。学生需在第 6 学期末完成由学院组织的师生互选工作。学生在导师指导下，完成一篇实证研究报告，答辩通过或修改通过者获得 4 学分。毕业论文质量评价标准如下。

北京体育大学本科生毕业论文质量评价指标

评价基元	评价要素		评价内涵	分值
选题质量 20%	01	目标明确 符合要求	符合培养目标，体现学科、专业特点和教学计划中对能力知识结构的基本要求，达到毕业论文综合训练的目的	7
	02	理论意义和 实际意义	符合本学科的理论发展，解决心理学的理论与应用问题	7
	03	选题恰当	题目贴切，有较强的科学性；难易度适中；研究工作量适当	6
能力水平 45%	04	查阅文献资料能力	能独立查阅相关文献资料，归纳总结本领域的有关科学成果	5
	05	综合运用知识能力	能运用所学专业知识分析论述有关问题；能对占有资料进行分析整理并适当运用；概念清楚，能以恰当的论据对科学论点进行有说服力的论证	10
	06	研究方案的设计能力	论文的整体思路清楚；结构合理，研究方案完整有序	7
	07	研究方法和手段的运用能力	能熟练地运用本学科常规科学研究方法；能适当运用相关研究手段(如计算机，实验仪器设备等)进行资料收集、加工、整理、并辅助论文写作	10
	08	外文应用能力	能按学校规定结合论文写作阅读、翻译一定量的专业外文资料，有外文摘要和外文书目	3
	09	报告答辩能力	论文报告清楚、简练、能全面体现研究的中心内容；论文答辩简洁、明了，能回答所问问题	10
成果质量 35%	10	文题相符	论文较完整地回答了题目所设定的有关问题	5
	11	写作水平	论点鲜明；观点正确；论据充分；论证有力，条理分明；语言流畅，书写工整	13
	12	写作规范	符合科学论文的基本要求，论文中的用语、格式、图表、数据、各种资料的运用及引用都要符合学	5

评价基元	评价要素	评价内涵	分值
		科规范要求	
	13 篇幅	一般不少于 5000 字。	5
	14 成果的理论或实际价值	在理论上具有新意；应用研究对于实际工作具有一定意义	7

2 专业实习

本专业学生的专业实习为 8 周，安排在第七学期，计 4 学分。学生专业实习在实习指导教师指导下，在校内外教学、训练、科研及其它实习实践基地进行。

实习环节主要考核内容与质量标准

一级指标	二级指标	质量标准
实习准备	实习计划	内容完整，思路明确，实施方案具体，落实计划有措施
	实习大纲	实习性质、目的的要求明确，内容完整，符合教学要求，编写规范
实习情况	实习内容	专业实习内容符合教学大纲要求，与专业结合较密切
	实习日志	学生认知、规范记录专业实习日志，内容完整
	实习报告	专业实习报告源于实习日志；数据真实；图样比较清晰，有系统性；书写规范
	实习纪律	有明确的纪律要求，执行严格，遵守安全、保密和劳动保护等有关规定，学生无违纪、违法和事故发生
	时间利用	专业实习时间利用率(时间利用率=在岗学时数/计划实习学时数)为 95%
成绩评定	评定方案	有完整的评定方案和严格的评定程序，能反映毕业实习质量
	评定过程	成绩评定过程公平、公开、透明，充分结合个人实习小组、指导教师和实习单位的意见，成绩符合正态分布规律，各种项目的填写、签字齐全
实习总结	总结评价	有专业实习总结材料，实习鉴定表填写认真，实习单位评价意见真实可靠

3 科研实践和应用实践

学生根据自身职业生涯规划，从第 4 学期至第 6 学期选择并完成科研实践或应用实践环节之一，经学院认定，计 4 学分。

科研实践和应用实践实行指导教师负责制。选择科研实践的学生进入指导教师的研究团队，在教师指导下完成科研相关的任务。选择应用实践的学生在教师指导下，在运动队、大众健身部门或中小学完成应用实践。

通过师生互选，学生从第 4 学期开始科研实践或应用实践至第 6 学期

未结束。为保证工作的连续性，原则上不得中途更换指导教师，如确有必要，学生在第4学期末提出申请，经原指导教师和拟更换指导教师同意，可更换一次指导教师。

（三）创新创业实践

学生在校期间，参加本校或其他单位组织的创新创业项目实践训练，结项报告经有关单位审核通过，依据个人贡献，计0.5-2学分。其中，项目负责人计2学分，第2-3参与者计1学分，第4-5参与者计0.5学分。

学生参加省部级及以上竞赛，获得二等奖1项，排名第1的成员，计1学分，排名第2-5的成员，计0.5学分；获得一等奖或特等奖1项，排名第1的成员，计2学分，排名第2-5的成员，计1学分。学生参加校级竞赛，获得一等奖或特等奖1项，排名第1的成员，计0.5学分，排名第2-5的成员，计0.25学分。

学生以北京体育大学为唯一作者单位，在SCI、SSCI或中文核心期刊上全文发表专业相关学术论文1篇，第1作者计2学分，第2-5作者，计1学分。

学生以北京体育大学为唯一作者单位，发表国际学术会议或国内一级学会学术会议论文1篇，计1学分，第2-5作者，计0.5学分。

学生参加学校组织的国际交流项目可获2学分；到国际组织实习或任职可获2学分。

第1-7学期，参加运动心理学双周论坛，获得5次参与证明，计0.5学分，最高累计2学分。

其他特殊情况的学分认定，以学院审核评定为准。

方案执笔人：郭璐

方案审核人：毛志雄

专业负责人：迟立忠