体育普修课课程简介

课程名称（中文）：体育普修课 课程性质：通识教育必修课

（英文）：the normal PE

课程编号：32001001 开课单位：基础教学部

学 分：1 总 学 时：32

先修课程：无 适用对象：2018级全体学生

课程主要内容：

体育普修课是我校一年级学生第一学期必修（必选）课程。该课程从学生身心健康发展出发，以身体练习为主要手段，通过合理的体育教育和科学的体育锻炼过程，达到增强学生体质、增进健康和提高体育素养。

体育普修课教学内容广泛，主要包含体适能训练、篮、排、足、体操技巧和民族传统等项目，通过一学期的学习使同学们增强体育锻炼的兴趣，了解自己喜欢和适合的运动项目，为后三个学期体育课选择项目增强认知。

参考书目：

1.庄建国，《新编大学体育教程》上，北京体育大学出版社，2005.10

2.庄建国，《新编大学体育教程》下，北京体育大学出版社，2005.10

3.姚维国，《体育游戏》，人民体育出版社，2012.9