

社会体育(三年制) 专业人才培养方案

所属学院： 健康产业学院

所属教研室： 社会体育

执笔人： 杨帆

校对 人： 黄阿观

审核 人： 赵建业

编制时间： 2025年5月

社会体育专业人才培养方案

一、专业代码、入学要求与修业年限

(一) 专业代码：570301

(二) 入学要求：经全国普通高等学校招生考试，符合招生条件中等职业学校毕业、普通高级中学毕业或具备同等学力。

(三) 修业年限：学制3年，学生修业年限最长不超过5年。

二、职业面向与证书

(一) 职业面向

专业名称	专业所属 大类(代 码)	所属专业 类(代码)	本专业所 对应的行 业	主要职业 类别	主要岗位 类别(技 术领域)	职业技能 等级证书	社会认可 度高的行 业企业标 准和证书 举例
社会 体育	教育与 体育类 (57)	体育类 570301	健康服 务、教育 行业	健康销 售、体育 教师、教 练	俱乐部 管理、课 程教学、 课程服 务、课程 销售等 岗位	社会体 育指导 员、教练 证、裁判 证	社会工 作、救生 员证、社 会体育 指导员、 教师

(二) 就业岗位

主要就业面向：各类体育项目社会体育指导中心、健身俱乐部、体育运动会所、中小学等政企事业单位。

初始岗位：健身及其他文化体育场所服务人员、体育专业人员、体育教学、体育培训、社会体育指导、体育活动组织与管理等。

目标岗位(晋升岗位)：各类体育项目教练员、社会体育指导员、体育教师、公检法机关人员、相关政企单位等。

(三) 基本技能与职业资格证书

本培养方案既强调基本技能要求，同时也融入了岗位职业资格证书的要求，在学习期间，可以参加下列基本技能与职业资格证书考试：

1. 基本技能证书

序号	证书项目	发证部门	建议考证时间
1	全国计算机等级考试一级证书	教育部考试中心	第二、三、四学期考证

2. 职业资格证书

序号	证书项目	发证部门	建议考证时间
1	三级社会体育指导员	区（县）文体（旅）局	第四、五学期考证
2	全国初级教练员证	国家体育总局科教司	第四、五学期考证
3	教师资格证	区教育局	第五、六学期考证

三、培养目标

本专业培养能够践行社会主义核心价值观，传承技能文明，德智体美劳全面发展，具有一定的科学文化水平，良好的人文素养、科学素养、数字素养、职业道德、创新意识，爱岗敬业的职业精神和精益求精的工匠精神，较强的就业创业能力和可持续发展的能力，具备职业综合素质和行动能力，掌握本专业知识和技术技能，具备教育教学等能力，面向学校体育、体育健身场所服务人员等职业岗位，能够从事体育教学、体育培训、锻炼指导、社会体育活动策划和组织的高素质技术技能人才。

四、培养规格

本专业学生应在系统学习本专业知识和完成有关实习实训基础上，全面提升知识、能力、素质，掌握并实际运用岗位（群）需要的专业核心技术技能，实现德智体美劳全面发展，总体上须达到以下要求：

1. 坚定拥护中国共产党领导和我国社会主义制度，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，践行社会主义核心价值观，具有坚定的理想信念、深厚的爱国情感和中华民族自豪感；

2. 掌握与本专业对应职业活动相关的国家法律、行业规定，掌握绿色生产、环境保护、安全防护、质量管理等相关知识与技能，了解相关行业文化，具有爱岗敬业的职业精神，遵守职业道德准则和行为规范，具备社会责任感和担当精神；

3. 掌握支撑本专业学习和可持续发展必备的语文、数学、外语（英语等）、信息技术等文化基础知识，具有良好的人文素养与科学素养，具备职业生涯规划能力；

4. 具有良好的语言表达能力、文字表达能力、沟通合作能力，具有较强的集体意识和团队合作意识，学习 1 门外语并结合本专业加以运用；

5. 掌握信息技术基础知识，具有适应本行业数字化和智能化发展需求的数字技能；

6. 具有探究学习、终身学习和可持续发展的能力，具有整合知识和综合运用知识分析问题和解决问题的能力；

7. 掌握身体运动的基本知识和至少 1 项体育运动技能，达到国家大学生体质健康测试合格标准，养成良好的运动习惯、卫生习惯和行为习惯；具备一定的心理调适能力；

8. 掌握必备的美育知识，具有一定的文化修养、审美能力，形成至少 1 项艺术特长或爱好；

9. 树立正确的劳动观，尊重劳动，热爱劳动，具备与本专业职业发展相适应的劳动素养，弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，弘扬劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的时代风尚；

10. 掌握社会体育的基础理论和基础知识，具有探究学习、终身学习、分析问题和解决问题的能力。

11. 掌握大众体育健身咨询指导的基本理论知识，了解行业的发展现状与趋势，具备群众性体育活动和比赛的策划、推广、组织和管理能力

12. 掌握人体生理解剖知识，具有体质测定、体质评价、体质监测等方面的工作能力；

13. 掌握体育运动与身体健康的相关知识，具备运动损伤的预防和急救的能力；

14. 掌握运动俱乐部经营和管理知识，具备科学的制定运动处方、规范的进行体育锻炼指导的能力；

15. 掌握大众体育健身咨询指导的基本理论知识，具备群众性体育活动和比赛的策划、推广、组织和管理能力；

16. 熟练掌握体育技能教学、健身指导、群众性体育活动和比赛的组织、管理等相关知识。

五、培养模式

（一）人才培养模式综述

人才培养模式是体现培养目标的途径。它有四个方面的含义：培养目标和人才规格；为实现培养目标和人才规格的教育教学过程；达成这一过程的管理与评价制度；相配套

的教学方式和手段。专业人才培养模式改革，是学科专业主动适应社会的积极表现。

社会体育专业的办学依托各大型健身会所、酒店和体育中心，把行业的人文素养及岗位技能等引入教学与课程改革，确定人才的培养规格，甚至企业的精英参与社会体育专业人才的培养，形成以行业需要的高技能、高管理人才为特色的学校与企业合作的人才培养模式。共同建设校内外实训基地，共同进行职业岗位需求的能力培养，共同对师生进行教学效果、学习效果评价，使学生在校学习的知识与技能和健身行业的发展同步。共同培育健身行业高技能人才，实现校企互利共赢的教育模式。

依据行业发展和社会需求，构建“1124”社会体育人才培养模式，即“1个导向，1个特色，2个对接，4个循环”，突出教学对象的主体性、教学内容的职业性、教学基地的开放性、教学环境的仿真性、教学过程的实践性。

“1个导向”——以“能力培养、市场需求”为导向；

“1个特色”——突出“大专业、小专科化”人才培养特色；

“2个对接”——与“社会体育工作”、“国家职业类资格考试”相对接；

“4个循环”——坚持“课堂教学”、“实验实训”、“社会活动见习”、“岗位实习”理实一体化科学循环。

（二）人才培养模式描述

1. 遵循以“能力培养、市场需求”为导向

（1）突出以“能力培养”为导向

根据高职社会体育人才培养目标和规格要求，注重学生应用能力的培养，将能力培养贯穿于教学的全过程；重视学生实践操作能力、分析问题和解决问题能力的培养，实现教、学、做一体化。

（2）突出以“市场需求”为导向

专业建设指导委员会定期开展市场需求调研，根据岗位需求变化对课程设置、教学内容、教学标准及教学计划进行调整。针对目前蓬勃发展的行业，开设相关课程，以适应行业岗位对知识结构的需求。

2. 突出“大专业、小专科化”人才培养特色

根据社会体育专科化人才岗位需求，拓展社会体育岗位课程模块，开设有针对性就业方向班，学生可根据自己的兴趣爱好及发展方向进行选择，体现“大专业，小专科化”

的人才培养特色,增加学生选择就业岗位的灵活性和竞争力,使培养出的学生能真正“贴近社会、贴近市场、贴近岗位”。

3. 注重与“社会体育工作”、“国家职业类资格考试”对接

(1) 与“社会体育工作”相对接

根据社会体育工作、内容设计、教学内容和教学方案,采取情景设置、角色扮演、活动策划讨论、实验实训与岗位需求书写等形式开展教学,真正体现校内教学与实践工作的零距离对接。

(2) 与“国家职业类资格考试”相对接

国家职业类资格考试通过率是衡量教学质量和人才培养质量的一个重要指标,也是学生就业率高低和就业质量好坏的关键所在。为了帮助学生更好地学习和巩固专业知识,顺利通过国家职业类资格考试,专业教学应注重与“职业类资格考试”相对接。①将社会体育指导员考试大纲融入教学大纲,并贯穿于专业教学的全过程。②开发校本教材,组织编写融教学与职业类资格考试为一体的卫生专业技术资格考试指导用书——《社会体育职业类资格考试指导》。③建立系统、完善的试题库,实施“人机对话”教考分离模式。

4. 坚持“课堂教学”、“实验实训”、“社会活动见习”、“岗位实习”理实一体化科学循环

理论教学和实践教学是人才培养的两个重要环节,两者既有联系也有区别,既有分工也有协同。在教学中,应注重理论与实践的紧密结合,优化组合教学形式,采用“大理论小实践、边理论边实践、小理论大实践”的全新教学方式,坚持“课堂教学”、“实验实训”、“社会活动见习”、“岗位实习”理实一体化科学循环,实现最佳的教学效果。

六、课程设置及要求

本专业课程体系包括公共基础课程(必修、选修)、专业基础课程、专业核心课程、专业拓展课程以及集中性实践教学等五大模块。

(一) 公共基础课程

1. 必修课程:包括军事理论、入学教育、军事训练、思想道德与法治、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、形势

与政策、劳动教育、大学生职业生涯规划、大学体育、大学英语、大学语文、大学生心理健康教育、就业指导、信息技术、创新创业、国家安全教育等 17 门必修课程。

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
1	思想道德与法治	本课程以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，落实《新时代公民道德建设纲要》，使学生尽快适应大学生活，牢固树立社会主义核心价值观，形成良好的思想道德素质和法律素质，成长为全面发展的社会主义事业合格建设者和可靠接班人。	模块一：时代新人要以民族复兴为己任； 模块二：人生的青春之问； 模块三：坚定理想信念； 模块四：弘扬中国精神； 模块五：践行社会主义核心价值观； 模块六：明大德守公德严私德； 模块七：遵法学法守法用法。	在专题教学中注重实用性和针对性，贴近学生实践中常见的情境，理论联系实际，力争融知识传授、能力培育、素质提高于一体，使学生在思考中构建知识体系和发展综合能力。	48/3
2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	通过马克思主义基本原理与中国实际相结合的历史进程的讲授，使学生能够系统掌握马列主义、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系的基本原理，引导学生深刻理解中国共产党为什么能、马克思主义为什么行、中国特色社会主义为什么好，坚定“四个自信”，提高自己的综合素质，增强社会责任感与使命感。	模块一：毛泽东思想（毛泽东思想及其历史地位；新民主主义革命理论；社会主义改造理论；社会主义建设道路初步探索的理论成果）； 模块二：邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观； 模块三：习近平新时代中国特色社会主义思想（习近平新时代中国特色社会主义思想及其历史地位；坚持和发展中国特色社会主义的总任务；“五位一体”总体布局；“四个全面”战略布局；全面推进国防和军队现代化；中国特色大国外交；坚持和加强党的领导）。	以“知识、能力和素质三位一体”的教育思想为指导，贯彻“意识、信念和责任三位一体”的德育教育思想，教学中以专题讲授为主，适时结合采用问题探究、案例教学法、实践教学法等，把知识、技能和态度自然融入教学每个环节，使学生在思考中发展综合能力。	32/2
3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	引导大学生深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想产生的历史条件、核心要义、精神实质、丰富内涵、实践要求，理解和把握习近平新时代中国特色社会主义思想是马克思主义	第1讲 新时代、新思想、新飞跃； 第2讲 坚持党的全面领导； 第3讲 坚持以人民为中心； 第4讲 全面建设社会主义现代化国家； 第5讲 全面深化改革；	教学中以专题讲授为主，坚持问题导向，将理论教学与实践教学相结合，以问题探究、案例教学法、实践教学法等，把知识、技能和态度自然融入教学每个环节，使学生在思考中发展综合能	48/3

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/ 学分
		中国化理论成果的新飞跃,是全党全国人民为实现中华民族伟大复兴而奋斗的行动指南,从而深刻领悟“两个确立”的决定性意义,进一步增强“四个意识”,坚定“四个自信”,自觉做到“两个维护”。	第6讲 习近平经济思想; 第7讲 新时代中国特色社会主义政治思想; 第8讲 习近平法治思想; 第9讲 新时代中国特色社会主义文化思想; 第10讲 新时代中国特色社会主义建设思想; 第11讲 习近平生态文明思想; 第12讲 新时代坚持和发展中国特色社会主义的重要保障; 第13讲 推动构建人类命运共同体; 第14讲 全面从严治党; 第15讲 做担当时代大任的青年;	力。	
4	形势与政策	本课程运用马克思主义的立场、观点和方法对国内外热点问题做出分析,使学生较为全面系统地掌握有关形势与政策的基本概念、正确分析形势的方法,理解政策的途径及我国的基本国情、党和政府的基本治国方略,形成正确的政治观,学会用马克思主义的立场、观点和方法观察分析形势,理解和执行政策。	紧密围绕习近平新时代中国特色社会主义思想,依据教育部《高校“形势与政策”课教学要点》安排教学,根据形势发展要求和学生特点,重点讲授党在全面从严治党、我国经济社会发展、港澳台工作、国际问题等方面的理论创新最新成果和新时代中国特色社会主义的生动实践,及时回应学生关注的热点问题。	坚持“教师主导、学生主体”教学理念,根据专题内容,依托信息化教学平台,构建“课堂讲授”+“专题讲座”+“教学实践活动”三位一体的教学模式,引导学生牢固树立“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”。	16/1
5	军事理论	1. 知识目标 (1) 了解我国的国防历史和现代化国防建设的现状,增强依法建设国防的观念; (2) 掌握中国古代军事思想、毛	中国国防,包括国防动员、国防法规、国防建设、武装力量等;国家安全,包括国家安全概述、国家安全形势、国际战略形势等;军事思想,包括中国古代军事思想、毛泽东军事思想、当代中	通过军事理论课教学,让学生了解掌握军事基础知识和基本军事技能,增强国防观念、国家安全意识和忧患危机意识,弘扬爱国主义精神、传承红色基因、提高学生综合国防素质。	32/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/ 学分
		<p>泽东军事思想、邓小平和江泽民的新时期军队建设思想；</p> <p>（3）掌握军事思想的形成和发展过程，初步掌握我军军事理论的主要内容，树立科学的战争观和方法论；</p> <p>（4）了解世界军事及我国周边安全环境，增强国家安全意识；</p> <p>（5）掌握高科技军事精确制导技术、空间技术、激光技术、夜视侦察技术、电子对抗技术及指挥自动化等军事高技术方面的概况；</p> <p>（6）熟练掌握当代高技术战争的形成及其特点，明确高技术对现代战争的影响。</p> <p>2. 能力目标</p> <p>（1）通过国防法概述、国防法规、国防建设、国防动员的学习，能进行国防概念、要素、历史、法规、公民国防权利和义务、国防领导体制、国防建设成就、国防建设目标和国防政策、国防教育的宣传；</p> <p>（2）通过军事思想的学习，能进行军事思想形成与发展、体系与内容、历史地位和现实意义的宣传；</p> <p>（3）通过战略环境的学习，能进行战略环境、发展趋势、国家安全政策</p>	<p>国军事思想、习近平强军思想等；现代战争，包括新军事革命、信息化战争概述、机械化战争、信息化战争的发展趋势等；信息化装备，包括信息化装备概述、信息化作战平台、综合电子信息系统、信息化杀伤武器等。</p>		

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/ 学分
		<p>的宣传；</p> <p>(4) 通过对军事高技术的学习，能进行军事高技术的发展趋势，对现代作战的影响的宣传；</p> <p>(5) 通过对高技术与新军事改革，能进行高技术与新军事改革的根本动因、深刻影响的宣传；</p> <p>(6) 通过对信息化战争的特征与发展趋势的学习，能进行信息化战争的特征与发展趋势的宣传；</p> <p>(7) 通过对信息化战争与国防建设的学习，能进行信息化战争与国防建设的宣传。</p> <p>3. 素质目标</p> <p>(1) 培养严明的组织纪律观念；</p> <p>(2) 树立良好的职业道德观；</p> <p>(3) 培养严谨的科学态度；</p> <p>(4) 培养敬业乐业、精益求精的工作作风；</p> <p>(5) 培养学生交流、沟通能力；</p> <p>(6) 培养团队协作意识；</p> <p>(7) 能进行批评、接受批评和反思。</p>			
6	军事训练	1、增强国防意识，了解我国近代国防史和世界军事形势。了解现代武	军事训练技术教学(单个军人徒手队列动作教学、队列动作教学、紧急集	通过军事训练,使学生就学期间履行兵役义务,接受国防教育,激发爱国	112/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/ 学分
		<p>器,现代军事科学技术和现代战争的特点和发展趋势,激发学生的爱国主义热情。</p> <p>2、掌握基本的军事技能,培养良好的军人素质和作风。</p> <p>3、增强组织性和纪律性,培养吃苦耐劳和顽强拼搏的精神,促进校纪校风和校园精神文明建设。</p>	合、阅兵式、分列式训练);内务教学(军人行为规范、宿舍内务)。	热情,树立革命英雄主义精神,增强国防观念和组织性、纪律性,掌握基本的军事知识和技能,为中国人民解放军训练后备兵员和培养军官打好基础。	
7	劳动教育	<p>1. 知识目标:</p> <p>(1) 理解劳动在人类进化和人类社会产生过程中的推动作用;</p> <p>(2) 掌握合法劳动的具体要求,理解合法劳动的重要意义;</p> <p>(3) 理解专业实习实训(含实验)中劳动实践的价值意义,树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的思想观念;</p> <p>(4) 理解劳模精神的时代内涵和实践指向;</p> <p>(5) 掌握创新劳动的概念,感受创新劳动对推动人类社会进步的重要作用。</p> <p>2. 能力目标:</p> <p>(1) 明确劳动创造了人类,自觉抵制“神创造人”等的各种错误观念和迷信思想;</p> <p>(2) 培养新时代大学生的法治思维和法制意识,提高合法劳动能力</p> <p>(3) 掌握专业实习实训(含实验)劳动知识和技能,具备完成劳动实践所</p>	学习劳动精神、劳模精神、工匠精神,结合社会实践、专业实践,开展必要的劳动实践活动。	坚持以马克思主义劳动观为指导,坚持以马克思主义劳动思想中国化的最新成果—习近平总书记关于劳动问题的重要论述作为指导思想,深入贯彻落实习近平总书记在全国教育大会上的重要讲话精神,全面贯彻党的教育方针,培育和践行社会主义核心价值观。通过对劳动的基本理论学习,学生能够深刻认识人类劳动实践的创造本质,深入理解劳动实践对于立德树人的重大意义,深切感悟劳动实践对于人的自由全面发展所具有的重要推动作用,树立正确的劳动意识,形成正确的劳动观;进一步明确我国工人阶级的劳动实践在实现中华民族伟大复兴中国梦的伟大征程中所发挥的主力军作用,真正在思想意识层面切实认识和领会习近平总书记反复强调的“劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽”	32/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/ 学分
		<p>需的设计、操作和团队合作能力,养成认真负责、安全规范的劳动习惯;</p> <p>(4) 理解劳模故事,传承劳模精神,营造“劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽”的校园劳动氛围;</p> <p>(5) 充分认识到创新劳动的个体价值,感受创新劳动对劳模人物成就精彩人生的价值引领。</p> <p>3. 素质目标:</p> <p>(1) 科学认识自然界——劳动——人类社会的关系,树立正确的马克思主义劳动价值观;</p> <p>(2) 引导大学生主动学法、懂法、用法,树立正确的劳动观念,养成合法劳动的习惯,做遵纪守法好公民;</p> <p>(3) 形成爱岗敬业的劳动态度和精益求精、追求卓越的工匠精神,增强自身的职业认同感和劳动自豪感;</p> <p>(4) 通过学习和感悟劳模身上的“闪光点”,培养自己的劳动品质和职业素养;</p> <p>(5) 提升大学生劳动中的创新意识与创新能力,善于在自我职业发展中充分发挥创新劳动,创造出彩人生。</p>		<p>的深刻道理及其重大意义,从而真正树立起尊重劳动、尊重知识、尊重人才、尊重创造的意识。</p>	
8	大学生职业生涯规划	<p>1. 素质目标:树立起职业生涯发展的自主意识,树立积极正确的人生观、价值观和就业观念,把个人发展和国家需要、社会发展相结合。</p>	<p>模块一:树立职业理想、做好职业准备、提升职业素质;</p> <p>模块二:清楚认识“我是谁”、探索职业兴趣、认知职业性格、开发职业能力、</p>	<p>本课程坚持以人为本的原则,采取理论联系实际的教学方式,紧密结合社会现实,联系不同专业的特点,帮助学生树立职业理想、做好职业准备。</p>	16/1

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/ 学分
		<p>2. 知识目标: 基本了解职业发展的阶段特点; 较为清晰地认识自己的特性、职业的特性以及社会环境; 了解就业形势与政策法规。</p> <p>3. 能力目标: 掌握自我探索技能、信息搜索与管理技能、生涯决策技能、求职择业技能等, 提高自我管理技能和人际交往技能等各种通用技能。</p>	<p>澄清职业价值观;</p> <p>模块三: 认识职业环境、搭建职业目标金字塔、做好职业决策;</p> <p>模块四: 修炼情商、大学生职业生涯规划实操、职业生涯规划书的评估与修正。</p>		
9	大学英语	<p>1. 素质目标: 树立正确的理想信念和价值观, 全面提高文化素养和综合职业素养。</p> <p>2. 知识目标: 掌握一定的语言基础知识, 包括跟专业相关的基本词汇, 并了解中西方文化差异。</p> <p>3 能力目标: 掌握听说读写译的综合应用能力, 跨文化交际能力。</p>	<p>模块一: 英语听说技能训练;</p> <p>模块二: 英语阅读技能训练;</p> <p>模块三: 英语应用文写作及跟专业相关的简单材料翻译技能训练。</p>	<p>听懂日常对话, 能用英语回答简单问题。根据所听材料进行信息转述, 并能参与讨论。读懂一般性英语文章大意, 理解相关重要信息。学会套用格式进行简单的应用文写作, 并能借用工具书进行简单的英汉互译。</p>	128/8
10	大学语文	<p>1. 知识与技能目标 初步掌握最基本的公文使用情景, 并能将各类文书进行区分。</p> <p>2. 过程与方法目标 能力或方法能力: 理论联系实际。教学做三位一体</p> <p>3. 情感态度与价值观目标 (1) 具备诚实守信的职业道德; (2) 具有踏实严谨的工作作风 (3) 具有较强的竞争意识和风险</p>	<p>1. 应用写作理论知识;</p> <p>2. 社交文书;</p> <p>3. 公文;</p> <p>4. 专用文书;</p> <p>5. 职场文书。</p>	<p>培养学生掌握应用文写作中相关文种的基础理论、基本知识和基本技能, 使学生具有分析、应用一般性应用文写作的能力, 以及培养学生具备良好的公文用语使用的素质。</p>	32/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/ 学分
		意识; (4) 具有良好的创新精神和团队合作精神			
11	大学生心理健康教育	1. 素质目标: 使学生了解自身的心理特点和性格特征, 自觉加强自身心理素质的训练和优化, 形成健全的人格。 2. 知识目标: 学生了解心理学的有关理论和基本概念, 明确心理健康的标准及意义, 了解大学阶段人的心理发展特征及异常表现, 掌握自我调适的基本知识。 3 能力目标: 使学生掌握自我探索技能, 心理调适技能及心理发展技能。	模块一: 了解心理健康的基础知识; 模块二: 了解自我, 发展自我; 模块三: 提高自我心理调适能力;	课程要采用理论与体验教学相结合、讲授与训练相结合的教学方法, 如课堂讲授、案例分析、小组讨论、心理测试、团体训练、情境表演、角色扮演、体验活动等。	32/2
12	就业指导	1. 素质目标: 从明晰就业法律法规、搜集就业信息、掌握求职技巧、健全就业心理等方面引导大学生自觉提高就业能力; 2. 知识目标: 了解国家和各级政府的就业创业政策, 掌握必要的求职择业方法和技巧 3 能力目标: 提高大学生的从业能力、职业发展能力、就业能力、创业能力和毕业生自主能力, 提高职业素养, 增强就业竞争力。	模块一: 中国的就业形势与政策分析、大学生就业的基本权益; 模块二: 掌握信息 拓宽渠道, 分析和利用就业信息; 模块三: 简历与求职信的制作、求职的基本礼仪、笔试基本类型与应对技巧、面试基本类型与应对技巧; 模块四: 求职择业心理误区分析、就业心理误区的调适, 适应发展, 走向职业成功。	本课程以提升学生综合素质和就业创业能力为基本要求, 教师实行互动式、实训化教学的方式, 通过问题思考、活动引导、案例分析、情景模拟、角色扮演等行为导向的教学方法, 最终达到提高毕业生就业率和就创业质量的双重目的。	16/1
13	信息技术	1. 素质目标: 通过本课程的学习, 提高学生的信息素养, 使其具备分析问题	项目一: 了解并使用计算机; 项目二: 了解计算机新技术;	本课程采用课堂讲授与上机操作教学相结合, 要求学生通过该课程的学习,	64/4

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
		<p>与解决问题的能力,以及具备良好的沟通能力和团队精神;</p> <p>2. 知识目标: 通过本课程的学习,使学生能够学习掌握信息技术基本知识,理解 AI 的基础概念,知晓 AI 在日常生活中的典型应用场景(如智能助手、图像识别等);</p> <p>3. 能力目标: 通过本课程的学习,使学生能够在 Windows 7/Windows 10 操作系统环境下管理计算机资源、正确理解与使用计算机、在学习工作中运用办公软件,具备基本的计算机操作技能。</p>	<p>项目三: 学习操作系统知识;</p> <p>项目四: 管理计算机中的资源;</p> <p>项目五: 编辑 Word 文档;</p> <p>项目六: 排版文档;</p> <p>项目七: 制作 Excel 表格;</p> <p>项目八: 计算和分析 Excel 数据;</p> <p>项目九: 设置并放映演示文稿;</p> <p>项目十: 认识并使用计算机网络;</p> <p>项目十一: 做好计算机维护与安全。</p>	<p>能够了解计算机的相关知识,学会进制转换及编码,掌握计算机的资源管理相关操作,掌握 office 办公软件的应用并通过国家计算机一级考试。</p>	
14	创新创业	<p>1. 素质目标</p> <p>(1) 具备主动创新意识,创业潜质分析能力;</p> <p>(2) 能够进行创业机会甄别和分析;</p> <p>(3) 树立科学的创新创业观;</p> <p>(4) 激发学生的创新创业意识,提高学生的社会责任感和创业精神,促进学生创业、就业和全面发展。</p> <p>2. 知识目标</p> <p>(1) 熟悉掌握创新思维提升的基本方法;</p> <p>(2) 明确创业的基本概念、基本原理和基本方法;</p> <p>(3) 明确创业的产生与演变过程;</p>	<p>模块一: 创新思维;</p> <p>模块二: 创新方法;</p> <p>模块三: 创业机会挖掘与选择;</p> <p>模块四: 创业资源。</p> <p>模块五: 创业计划(创业计划书结构与写法、创业计划书撰写、创业计划书“微型路演)</p>	<p>培养学生的创业技能与开拓创新精神,以适应全球化、知识经济时代的挑战,并将主动创业作为未来职业生涯的一种选择,转变传统的就业观念和行为选择。实施创新创业课程的教育目的是培养“多样化”的创新型人才。“创新”首先着眼培养学生具有创新意识、创新思维,养成创新人格,锻炼创新能力;“创业”则传授给学生必要的创业知识和技能,训练其市场开发和经营能力,锻炼培养其创业心智,并努力具备企业家的综合素质。</p>	32/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
		(4) 掌握商业模式的设计; (5) 能对互联网经济趋势有较为全面的认识,主动适应互联网经济大趋势。 3. 能力目标 (1) 逐步形成创新创业者的科学思维; (2) 懂得创业过程中的财务计算与分配方式; (3) 能掌握在项目运营过程中团队组建、人脉关系积累、资金筹措的方法; (4) 通过加强社交能力,从而提升信息获取与利用,提高合作的能力。			
15	国家安全教育	通过本课程的教学,让学生了解掌握国家安全基础知识、总体国家安全观,学会分析国家安全形势的方法,增强国家安全意识和危机忧患意识,弘扬安国注意精神、传承红色基因,提高学生综合国家安全素质。激发学生为我国国防的强大和持续保障国家安全而努力学习的决心和热情,培养我国社会主义建设、军队建设、国防后备力量建设及维护国家安全的合格人才。	1. 总体国家安全观 2. 政治安全 3. 国土安全 4. 军事安全 5. 经济安全 6. 文化安全 7. 社会安全 8. 科技安全 9. 网络安全 10. 生态安全 11. 资源安全 12. 核安全 13. 海外利益安全 14. 新型领域安全	1. 针对学生不易理解和掌握的重点与难点问题,在教学过程中,采取“讲授+研讨”的方式进行。结合案例分析,提升课堂讲授的教学效果。 2. 在精讲基本理论基础,要跟踪形势变化,配以相关的视频进行教学。做到基础理论精讲、变化的形势用最新的事例和视频配合教学。	16/1
17	入学教育	本课程旨在引导新生认知职业教育、融入校园环境、明确学业规划、树立职业	1. 用心育人,安全在线 2. 青春风采,规划未来	本课程要求旨在通过系统化、规范化的安排,确保新生能够全面、深入地了解	16/1

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/ 学分
		<p>理想。通过一系列教育活动，帮助学生快速完成角色转变，了解所学专业及其行业前景，熟悉校规校纪和教学要求，掌握高效的学习方法，初步建立职业认同感和生涯规划意识，为将其培养成为高素质技术技能人才奠定坚实的思想基础。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. 陪伴心灵成长，让青春更美好 4. 坚守底线，不越红线 5. 防诈骗主题 6. 入学引航，挺膺担当 	<p>并适应大学生活，为其后续的专业学习和职业发展奠定坚实基础。课程要求内容全面、形式多样、考核严肃、组织保障。</p>	

3. 公共选修课程的说明

(1) 公共限定选修课程：本专业应选修中华优秀传统文化或四史教育、职业素养等课程，其中职业素养结合本专业学生应具备的职业素养相关内容设置选修的内容。

(2) 公共选修课程：包括美育、人文、科学三个类别的课程，学生可以从第2学期开始选修，主要通过线上自主学习的方式进行。要求学生毕业时至少要选修6学分的课程，其中必须至少包含2学分美育类课程。课程由教务处在超星学习通开设，各学院负责督促、监控学生选课、学习完成情况。

(二) 专业课程

1. 专业基础课程

本专业基础课程设置 10 门，共计 20 学分。包括：运动解剖学、运动生理学、体育教学方法指导、运动心理学、体育管理学、运动损伤与防护、体育保健学、运动训练学、体育概论、体能训练理论与方法。

2. 专业核心课程

本专业核心课程设置 8 门，共计 36 学分。包括：田径 1-2、篮球 1-2、足球 1-2、排球 1-2、武术 1-2、体质测量与评价、体育游戏、社会体育活动组织与管理。

3. 专业拓展课程

本专业专业拓展课程 8 门，共计 13 学分。包括：体育俱乐部经营与管理、休闲体育旅游、新媒体应用技术、健身气功太极拳、体育绘图、羽毛球、交际语言与社交礼仪、体育摄影。

学生毕业时应修满专业拓展课程 8 学分。

(三) 专业主要课程的主要教学内容与要求（包含专业基础课程、专业核心课程）

1. 专业基础课程

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
1	运动解剖学	<p>掌握人体解剖学的基本理论、基本知识,熟悉人体各部分的形态结构、主要功能。</p> <p>了解体育运动对人体结构的影响及意义。</p> <p>掌握与运动相关的主要肌肉名称、位置、功能及作用。</p> <p>学会对人体进行解剖分析,特别是针对体育运动中的动作和体式。</p> <p>能够运用所学知识分析体育动作,指导教学实践。</p> <p>掌握活动受限的处理思路和方法,对常出现的疼痛有一定的了解和认识。</p> <p>学习运动解剖学的基本观点和方法,并能在体育实践中加以运用。</p> <p>培养学生应用知识去解决实际问题的能力,使学生能够灵活运用所学知识,融会贯通。</p>	<p>一、运动系统</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 骨 2. 骨连接 3. 骨骼肌 4. 运动动作的解剖学分析 <p>二、内脏</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 总论 2. 消化系统 3. 呼吸系统 4. 泌尿系统 5. 生殖系统 <p>三、脉管系统</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 总论 2. 心血管系统 3. 淋巴系统 <p>四、感觉系统</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 总论 2. 视器 	<p>运动解剖学是体育教育专业的专业基础课程,其教学目标在于培养学生用辩证唯物主义的观点来观察和认识正常人体的形态结构,了解体育运动对人体形态结构的影响和发展规律。</p> <p>通过学习,学生能够为运动实践提供解剖学知识和理论,同时为学习后续理论课程如运动生理学、运动保健学等打下坚实的基础。</p> <p>通过学习,学生将能够系统地掌握运动解剖学的基本理论、基本知识及观察标本、模型和分析体育动作的基本能力,为从事体育教学和科研工作奠定坚实的基础。</p>	36/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
			3. 位听器 4. 皮肤 5. 本体感受器 五、神经系统 1. 总论 2. 中枢神经系统 3. 周围神经系统 4. 神经系统的传导通路 5. 脑和脊髓的被膜、血管及脑脊液循环		
		<p>掌握系统的运动生理学理论和方法,熟悉了解人体在运动中的机能变化规律,掌握运动对人体机能的影响规律。这包括理解运动生理学的基本概念、原理,以及骨骼肌机能、人体生理的主要过程、物质与能量代谢等核心内容。</p> <p>具备运用运动生理学的基本理论分析体育运动实践的能力。学生应能初步具备运动生理学的基本实验操作能力,能够运用所学知识解释人体运动过程中各系统的机能变化特征及机制,并能将其应用于解决体育运动实践中所遇到的问题。同时,学生还应具有运用运动生理学理论与方法指导和评价体育教学、体育锻炼和运动训练的能力。</p> <p>树立严谨认真、实事求是的态度和精神,提升生理</p>	一、绪论 二、肌肉活动 三、能量代谢 四、神经系统的调节功能 五、内分泌调节 六、免疫与运动 七、血液与运动 八、呼吸与运动 九、血液循环与运动	<p>掌握系统的运动生理学理论和方法,熟悉了解人体在运动中的机能变化规律,以及运动对人体机能的影响规律。</p> <p>具备运用运动生理学的基本理论分析体育运动实践的能力,初步具备运动生理学的基本实验操作能力。</p> <p>能够运用运动生</p>	

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
2	运动生理学	<p>学视角下的缘事析理、明辨是非能力。理解体育运动对青少年成长过程中的价值和作用,形成人体科学和体育运动融合发展的现代体育理念。此外,学生还应能够根据不同年龄、性别,不同运动项目和不同训练水平运动员的生理特点及健身需求设计运动处方,科学指导体育锻炼和运动训练,</p> <p>运动生理学的课程目标旨在全面培养学生的理论知识、应用能力和专业素养,为其未来从事体育教学、运动训练、体育科研等相关工作奠定坚实的基础。</p>	<p>十、身体素质</p> <p>十一、运动与身体机能变化</p> <p>十二、运动机能的形成</p> <p>十三、年龄、性别与运动</p> <p>十四、肥胖、体重控制与运动处方</p> <p>十五、环境与运动</p>	<p>理学理论与方法指导和评价体育教学、体育锻炼和运动训练,具有分析和解决实际问题的能力。</p> <p>树立严谨认真、实事求是的态度和精神,提升生理学视角下的缘事析理、明辨是非能力。</p> <p>运动生理学课程要求旨在帮助学生掌握运动生理学的基本理论和基础知识,培养其实践能力和创新精神,为从事体育教育、运动训练等相关工作奠定坚实的基础。</p>	36/2
		<p>通过体育教学方法指导,使学生能够积极参与各种体育活动,并基本形成自觉锻炼的习惯。同时,培养学生编制可行的个人锻炼计划的能力,以及一定的体育文化欣赏能力,从而为学生形成终身体育意识奠定基础。</p> <p>课程旨在帮助学生熟练掌握两项以上健身运动的基本方法和技能。通过科学的体育锻炼方法,提高学生的运动能力,并使其掌握常见运动创伤的处置方法。此</p>	<p>一、体育教学基本理论;</p> <p>二、体育教师和学生;</p> <p>三、体育教学设计 with 实施;</p> <p>四、体育教学方法; 体育教学模式;</p> <p>五、体育教学环境;</p> <p>六、体育教学评价;</p>	<p>体育教学方法指导的课程要求主掌握体育教学理论,学生应深入学习并掌握不同的体育教学理论,如认知学习理论、社会学习理论和构建主义</p>	

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
3	体育教学方法指导	<p>外, 还应鼓励学生积极提高运动技术水平, 发展自己的运动才能。</p> <p>体育教学方法指导课程将使 学生能够测试和评价自己的体质健康状况, 掌握有效提高身体素质和全面发展体能的知识与方法。通过合理选择人体需要的健康营养食品, 以及养成良好的行为习惯, 帮助学生形成健康的生活方式, 并具备健康的体魄。</p> <p>课程将引导学生根据自己的能力设置体育学习目标, 并通过体育活动改善心理状态、克服心理障碍。同时, 培养学生养成积极乐观的生活态度, 运用适宜的方法调节自己的情绪, 并在运动中体验运动的乐趣和成功的感 觉。</p> <p>通过体育教学方法指导, 使学生能够表现出良好的体育道德和合作精神, 正确处理竞争与合作的关系。此外, 还应培养学生形成良好的行为习惯, 并鼓励他们主动关心、积极参加社区体育事务。</p> <p>体育教学方法指导的课程目标是多维度的, 旨在全面提高学生的体育素养和综合能力。</p>	七、体育教学研究。	<p>学习理论。这些理论将帮助学生深入了解学生的学习过程, 以及如何设计有针对性的教学活动, 以促进学生有效地学习和应用。</p> <p>体育教学方法指导的课程要求旨在培养学生的体育教学理论素养、教学技巧与方法掌握能力、评估与反馈能力、实践与创新能力以及遵守教学规范与职业道德的素质。</p>	36/2
4	运动心理学	<p>掌握运动心理学的基本概念、原理和应用, 包括动机、人格、情绪等与体育运动相关的心理现象及其规律。</p> <p>了解竞技运动中的心理活动规律, 以及这些因素如何影响运动员的表现。</p> <p>培养学生从心理学角度分析与解决运动训练和竞赛中实际问题的能力。</p> <p>学生能够运用运动心理学知识, 对体育教学、训练和竞赛中的具体问题进 行心理分析, 提高教学、训练质</p>	<p>一、绪论</p> <p>二、运动动机</p> <p>三、比赛中的情绪</p> <p>四、运动中的人格</p> <p>五、运动中的注意</p> <p>六、运动员的心理韧性</p>	运动心理学课程旨在培养学生对体育运动中的心理现象和心理活动规律的理解, 掌握运动心理学的基本理论、基本知识和基本方法。通过本课程的学习, 学生	36/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
		<p>量和管理水平。</p> <p>培养学生对体育运动的热爱和积极向上的生活态度。帮助学生树立正确的体育观念，理解体育运动对心理健康的积极作用，如抗焦虑、抗抑郁等。</p> <p>运动心理学的课程目标旨在全面提高学生的知识、能力和情感态度与价值观，使其能够更好地理解和应用运动心理学知识，为未来的体育教学、训练和竞赛活动提供有力的支持。</p>	<p>七、运动心理疲劳</p> <p>八、运动技能学习</p> <p>九、心理技能训练</p> <p>十、教练员与运动员的关系</p> <p>十一、运动损伤中的心理问题</p>	能够运用所学理论和方 法从事体育教学、 课余体育训练和体育 心理学研究工作，提 高教学、训练质量和 管理水平。	
5	体育管理学	<p>学生能够全面、系统地理解体育管理的基本概念、原则和方法，掌握管理基本原理、基本职能及基本方法在体育行为中的应用要求。同时，学生还需了解体育产业现状及发展趋势，认识体育管理在其中的作用，以及体育产业管理的含义、特点和内容。</p> <p>学生应具备分析和解决体育管理中实际问题的能力，包括体育活动策划、体育赛事管理、体育场馆经营管理、健身娱乐业管理、体育彩票业管理等方面的技能。此外，学生还需掌握一定的团队协作、沟通协调和领导能力，能够在实践中运用管理理论知识来管理学校体育、运动训练、体育赛事、社会体育、体育产业等具体事务。</p> <p>培养学生对体育管理工作的兴趣和热情，树立正确的职业观念。同时，学生应形成积极向上的体育精神，注重团队协作，尊重竞争对手。此外，学生还需认识到体育管理对于提高体育运动水平和促进社会和谐的重要性，培养社会责任感。</p> <p>体育管理学的课程目标旨在培养具备扎实体育管</p>	<p>1、体育管理学与管理学的关系；</p> <p>2、管理原理的特征；</p> <p>3、体育管理学的学科性质、研究对象；</p> <p>4、研究方法、目标管理、形成因素。</p>	<p>通过学习本课 程，能够使了解 体育管理学科的性 质、研究对象，将所 学运用到体育管理 中。</p>	36/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
		理知识和技能、良好职业素养和社会责任感的体育管理人才。			
6	运动损伤与防护	使学生了解和掌握各种急慢性运动损伤的临床症状、预防方法和非手术治疗手段，以及运动损伤发生机制。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握运动损伤的发生原因、特点及预防与治疗原则；了解运动项目与运动损伤的关系； 2. 了解肌肉、骨骼、关节等运动损伤常发组织的生物学基础； 3. 了解并掌握运动损伤的一般及特殊检查方法； 4. 了解并掌握运动损伤常用急救方法。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本课程是专业基础必修课课程，教师应根据学生的学习程度、专业背景选择相应的教学内容、案例、教学情境。 2. 教学方法：任务驱动、演示法、实践指导、分组等多种教学方法。 3. 考核评价：课堂考勤 20%、过程性考核 20%、期末考试 60%。 	36/2
7		<p>深入了解运动生理解剖学的基本概念，为运动保健学的学习奠定基础。</p> <p>全面掌握运动系统、心血管系统、呼吸系统、消化系统、神经系统、内分泌系统等基本构成和作用，理解人体各系统间的相互关系和影响。</p> <p>掌握运动中人体机能变化的基本规律，了解不同运动对人体机能的影响。</p> <p>解析运动过程中出现的不同生理现象，能够科学合理地解释和应对。</p> <p>具备正确识别人体骨骼不同部位的能力，为运动保护和康复治疗提供准确依据。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1、体育保健学概述； 2、运动员健康与技能评估； 3、运动医务监督； 4、运动员体育卫生； 5、运动性病征； 6、实用急救和运动伤害防护技术； 7、运动损伤的预防与康复。 	通过学习体育保健学，使学生了解和掌握体育卫生、医务监督、运动性疾病、运动损伤以及运动按摩、医疗体育等几个部分，为就业或者自主创业打下一定的基础。	36/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
	体育保健学	能够合理运用运动生理解剖学的基本知识,指导体育教学、体育锻炼和运动训练,提高教学和训练效果,减少运动损伤。			
8	运动训练学	能够了解体育运动训练的目的意义,理解运动训练的基本原则,掌握运动训练的基本方法手段,熟悉运动训练的基本程序,开展运动训练的实际工作能力。	1、竞技运动与运动训练; 2、项目分类与项群训练、运动训练学理论体系; 3、运动训练基本原则; 4、运动素质及其训练; 5、运动战术及其训练; 6、运动训练方法手段; 7、负荷、恢复与安排; 8、分期、计划与实施; 9、运动训练过程监控; 10、重大赛事赛间训练; 11、少儿训练及其特征。	通过本课程的学习,使学生了解和掌握竞技体育与运动训练的概述、运动训练的科学研究、运动员选材、运动训练的基本原则、训练方法与手段、运动员体能、运动技术能力、运动员战术能力及其训练、动员心理能力与运动智能及其训练、多年训练过程的计划与组织等。	36/2
9	体育概论	通过体育概论的学习,学生应能够了解体育在我国政治、经济和文化中的地位和作用,认识到体育在社会发展中的价值,从而激发学生对体育事业的热情和社会责任感,特别是体育教师职业的使命感。 学生应系统掌握体育的本质、基本特征及其一般规律,这是体育人文科学的基础知识。通过学习,学生能够形成对体育的全面认识,为后续的体育学习和实践提供理论支持。 了解体育的基本现象,并运用体育的基本原理、基	一、体育概念; 二、体育功能; 三、体育目的; 四、体育过程; 五、体育手段; 六、体育科学; 七、体育文化; 八、体育体制; 九、体育发展趋势。	通过本课程的学习,使学生了解和掌握社会体育概述、当代国外大众体育的发展状况、我国社会体育发展现状、我国社会体育的未来等。	36/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
		<p>本知识和基本方法对体育领域的现象和问题进行思考和解决。这要求学生具备批判性思维和持续改进的意识习惯，能够运用所学知识分析实际问题并提出解决方案。</p> <p>体育概论的课程目标旨在通过系统的教学和实践活动，使学生全面了解体育的基本概念、理论框架和社会价值，掌握解决体育领域问题的能力，并提升职业素养和综合能力。</p>			
10	体育训练理论与方法	<p>使学生掌握体育训练的基本理论、原理和方法，了解不同运动项目的训练特点和规律。同时，通过实践操作和技能训练，使学生能够熟练运用所学的体育训练知识和技能，指导实际的体育训练活动。</p> <p>强调学生在学习过程中的主动参与和实践体验，通过案例分析、小组讨论、实践操作等多种教学方式，培养学生的问题解决能力、创新能力和团队协作能力。此外，还注重引导学生学会如何学习，掌握有效的学习方法和策略，为终身体育学习和训练打下坚实的基础。</p> <p>培养学生对体育训练的浓厚兴趣和积极态度，树立健康第一的思想观念。通过体育训练活动，培养学生的意志品质、团队合作精神和责任感。同时，引导学生形成积极向上的生活态度和价值观，促进学生的全面发展。</p> <p>鼓励学生将所学的体育训练理论与方法应用于实际训练中，通过参与校内外体育竞赛、训练活动等方式，提高学生的实践能力和应用能力。此外，还注重培养学</p>	<p>一、体能训练的概论</p> <p>二、体能训练的生理学基础</p> <p>三、体能训练的生物力学基础</p> <p>四、高水平运动员生理生化监控</p> <p>五、运动能力测试与方法</p> <p>六、体能训练原则</p> <p>七、力量训练</p> <p>八、快速收缩负荷训练</p> <p>九、速度训练</p> <p>十、灵敏训练</p> <p>十一、核心训练</p> <p>十二、热身与运动拉伸</p>	<p>体育训练理论与方法的课程要求通常涵盖以下几个方面：</p> <p>一、课程目标</p> <p>通过本课程的学习，学生能够掌握体育训练的基本理论、原则和方法。</p> <p>了解不同运动项目的训练特点和要求。</p> <p>具备制定和执行科学训练计划的能力。</p> <p>培养良好的职业素养和团队合作精神。</p>	36/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
		<p>生的创新意识和实践能力,鼓励学生在体育训练领域进行探索和创新。</p> <p>综上所述,体育训练理论与方法课程目标旨在培养学生的综合素质和能力,使学生具备扎实的体育训练理论基础和实践能力,为未来的体育事业发展和个人成长奠定坚实的基础。</p>		<p>体育训练理论与方法的课程要求旨在培养学生的专业素养和实践能力,为未来的体育事业发展奠定坚实基础。</p>	

2. 专业核心课程

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
1	田径	<p>1、使学生较好地掌握本课程中的基本理论部分,掌握技术部分中的重点内容。</p> <p>2、通过《田径》课程教学、教育实习及社会实践,使学生具备分析问题和解决问题的能力,并对技术部分的重点内容做到会讲,会做,会教,能够胜任小学体育课田径运动的教学和业余运动训练工作。</p> <p>3、通过《田径》课程教学和裁判实习,使学生具备田径运动比赛裁判工作的能力,并具有组织小学田径运动会及场地管理工作的能力。</p>	<p>1、田径运动的定义及发展;</p> <p>2、短跑 100 米蹲踞式起跑、起跑后加速跑练习;</p> <p>3、全程跑技术,改进全程跑的技术;</p> <p>4、蹲踞式跳远的一般知识,学习起跳技术;</p> <p>5、推铅球一般知识,学习原地侧向推铅球技术;</p> <p>6、跨栏跑一般知识,学习摆动腿攻栏技术;</p> <p>7、背越式跳高基本知识,学习起跳技术。</p>	<p>该课程是开设的田径运动有关方面的内容和田径课余训练而设置的。为培养学生的田径教学技能,使学生掌握基本动作技能和正确的动作示范。能组织好田径课教学,并具备田径运动的基础理论知识。</p>	108/6

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
2	篮球	通过学习，达到增进健康、增强体质、提高欣赏高水平比赛的能力目的。要求学生了解篮球运动的基本理论知识，掌握基本技术、基本技能和方法，并能运用基本战术进行比赛。	1、篮球运动概述； 2、篮球基本技术：运球、三步上篮、传球； 3、篮球基本战术； 4、篮球基本竞赛规则。	本课程主要学习篮球基础知识、基本技术、基本战术、基本规则，侧重实战体验，寓练于乐，培养学生团结合作的集体主义精神和顽强的意志品质，培养学生“终身体育”的健身理念。	108/6
3	排球	1、熟练掌握排球运动的基本知识、基本技术和基本战术，能够完成小型排球比赛的组织、编排及裁判工作。 2、通过力量、速度、耐力、灵敏、柔韧等一般身体素质的练习。 3、培养学生通过体育运动改善心理状态。 4、培养学生良好的竞争意识，勇敢顽强和集体主义精神等优良品质。	1、排球运动概述； 2、排球运动特点及对身体的锻炼价值； 3、排球技术的分类及训练方法； 4、排球战术的分类及训练方法； 5、排球基本规则和裁判法。	本课程主要学习排球基础知识、基本技术、基本战术、基本规则，侧重实战体验，寓练于乐，培养学生团结合作的集体主义精神和顽强的意志品质。	108/6
4	武术	1、能够运用理论指导实践，独立胜任武术的教学、训练、裁判和科学研究等工作。	1、武术的发展、概念与分类； 2、武术的锻炼价值与特点； 3、武术基本功训练；	通过对本课程学习，提高学生对我国传统武	108/6

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
		<p>2、能够掌握武术基本功的运动特点和运动规律。</p> <p>3、能够胜任大型活动武术表演的任务。</p>	<p>4、武术操--旭日东升；</p> <p>5、三路初级长拳训练；</p> <p>6、跳跃动作训练。</p>	<p>术文化的认识，使学生了解武术的教学特点与运动规律，掌握武术基本功的基本理论、知识和专业技术技能。培养学生对武术运动持之以恒的精神，学会运用科学手段进行武术锻炼，达到健身的目的。</p>	
5	足球	<p>熟练掌握足球运动的基本知识，使之成为自身的运动爱好和运动特长，能运用到自身的锻炼实践中，培养成终身体育的意识和习惯。</p> <p>能够利用自身所学的体育知识和体育锻炼来预防职业性疾病。</p> <p>能掌握基本的健身知识和方法，独立制订适用于自身需要健身运动处方。</p> <p>了解足球比赛的规则，提高比赛的鉴赏能力。</p>	<p>1、足球运动的发展与起源；</p> <p>2、足球竞赛规则；</p> <p>3、颠球、球性球感练习；</p> <p>4、脚背内、正、外侧运球；</p> <p>5、脚内侧传接地滚球、脚掌停球；</p> <p>6、脚内侧传接空中球、反弹球；</p> <p>7、正面拦截球、运球过人；</p> <p>8、脚背内侧传接球、一对一防守；</p> <p>9、守门员技术；</p> <p>10、进攻的摆脱与跑位。</p>	<p>本课程主要学习足球基本技术、足球基本战术、足球教学的方法，训练技巧等。</p>	108/6
6	体育测量与评价	<p>使学生全面了解体育测量与评价的基本原理、基本概念、原理、</p>	<p>1、绪论</p> <p>2、体育测量与评价的基础理论</p>	<p>了解体育测量评价学科的性质</p>	36/2

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
		<p>方法和技术。</p> <p>掌握体育测量与评价过程中常用的统计测量与评价方法。</p> <p>熟悉不同运动项目的测量标准和评价指标。</p> <p>培养学生能够独立完成基本的体育测量工作，包括测量对象的确定、测量方法的选择、测量数据的收集与整理等。</p> <p>学会应用体育测量与评价的方法来分析、解决体育中的具体问题，如身体素质的测量与评价、心肺功能的测量与评价等。</p> <p>掌握数据处理流程，能够运用统计方法对测量数据进行分析 and 解释，提出针对性的改进建议。</p>	<p>3、身体形态的测量与评价</p> <p>4、心肺功能的测量与评价</p> <p>5、身体素质的测量与评价</p> <p>6、心理健康与社会适应能力的测量与评价</p> <p>7、体质综合测量与评价</p> <p>8、身体活动测量与评价</p> <p>9、青少年运动员选材的测量与评价</p> <p>10、学校体育工作评价</p> <p>11、社会体育常用综合评价测量方法</p>	<p>质、意义、功能以及发展概况。</p> <p>通过实验和实践教学，使学生掌握体育测量与评价的一般原理和基本方法，培养学生应用体育测量与评价的理论和方法分析、解决体育具体问题的能力。同时，培养学生的耐心、细致、实事求是的工作作风。</p>	

序号	课程名称	课程目标	课程内容	课程要求	学时/学分
7	体育游戏	<p>体育游戏的课程目标旨在促进幼儿或学生身体、心理、社会等多方面的全面发展，为他们未来的成长打下坚实的基础。</p> <p>本课程注重幼儿或学生身体各方面技能的协调发展，强调在游戏过程中培养幼儿的合作意识和规则遵守能力；鼓励幼儿或学生利用常见物品创新玩法，培养他们的创造力和解决问题的能力。同时，通过体育游戏中的策略制定和决策过程，锻炼幼儿或学生的思维能力。培养幼儿或学生对体育运动的喜爱之情和良好的意志品质。</p>	<p>一、体育游戏理论概述</p> <p>游戏与体育游戏的定义</p> <p>体育游戏的产生与发展</p> <p>体育游戏的分类</p> <p>体育游戏的特点</p> <p>体育游戏的功能与作用</p> <p>体育游戏的选择原则与实施要点</p> <p>二、速度耐力类游戏</p> <p>三、李亮类游戏</p> <p>四、灵巧协调类游戏</p> <p>五、休闲拓展类游戏</p>	<p>培养学生参与体育活动的兴趣和习惯，提高学生的身体素质和运动能力。</p> <p>通过体育游戏，增强学生的团队合作意识，培养协作精神和领导力。</p> <p>提升学生的规则意识和公平竞争精神，培养良好的体育道德风尚。</p>	36/2
8	社会体育活动组织与管理	<p>1、能够针对不同特点人群进行不同的体育活动策划能力。</p> <p>2、培养学生的职业意识和职业道德。</p>	<p>1、体育活动概述；</p> <p>2、体育活动主题及活动内容选择；</p> <p>3、体育活动的资金管理—资金的来源渠道；</p> <p>4、体育活动的人力资源管理；</p> <p>5、体育活动的外部资源及其管理；</p> <p>6、体育活动的风险管理；</p> <p>7、体育活动策划的文案撰写；</p> <p>8、体育体育活动的筹备；</p> <p>9、体育活动的实施—体育活动实施概述；</p> <p>10、体育活动的收尾。</p>	<p>让学生了解我国社会体育活动组织与管理的基本常识；认识社会体育活动管理的基本理论；掌握社会体育活动组织管理的基本知识；熟悉各种形式体育活动的组织的基本程。</p>	36/2

（四）集中性实践教学

本专业实践性教学环节包括：

1. 社会实践，2 学分，2 周时间，由学生工作处统一组织，原则上在寒暑假进行。

2. 认知实习与跟岗实习：企业综合生产实训 3 周（3 学分），原则上以周为单位集中进行，包括以下项目：体育场馆运营管理实习、体育赛事组织与管理实习、社会体育指导实习、体育俱乐部运营实习、社区体育服务实习。

3. 岗位实习，原则上一般为 6 个月，设置为 28 学分，672 学时。岗位实习的组织形式为：对接真实职业场景或工作情境，在体育教培机构、体育俱乐部、体育场馆、健身机构、体育营销、小学体育教师等领域进行岗位实习。

七、教学进程总体安排

（一）教学进程安排表

社会体育专业教学计划进程表

模块名称	课程性质	序号	课程编码	课程名称	课程类型	学分	计划学时	学时分配		开课学期与周学时						考核方式	备注
								理论	实践	一		二		三			
										1	2	3	4	5	6		
公共基础课	必修	1	99091101	思想道德与法治	B	3	48	42	6	3						考试	
		2	99091102	毛泽东思想与中国特色社会主义理论体系概论	B	2	32	28	4		2					考试	
		3	99091103	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	B	3	48	42	6		3					考试	
		4	99081101	大学生职业生涯规划	A	1	16	16	0	1						考查	
		5	99081129	大学英语（一）	B	4	64	52	12	4						考试	
		6	99081130	大学英语（二）	B	4	64	52	12		4						
		7	99021101	信息技术（一）	B	3	48	24	24		3					考查	计算机一级证书
		8	99021102	信息技术（二）	B	1	16	8	8			1					
		9	99981101	军事理论	A	2	32	32	0	2						考查	
		10	99981105	军事训练	C	2	112	0	112	3周						考查	
		11	99981106	入学教育	A	1	16	16	0	1							
		12	99091104	形势与政策	A	1	16	16	0	1-5 学期，每学期 8 学时						考查	
		13	99081131	大学语文	A	2	32	32	0	2						考查	
		14	99971101	创新创业	B	2	32	16	16		2					考查	
		15	99081109	大学生心理健康教育	A	2	32	32	0		2					考查	

模块名称	课程性质	序号	课程编码	课程名称	课程类型	学分	计划学时	学时分配		开课学期与周学时						考核方式	备注
								理论	实践	一		二		三			
										1	2	3	4	5	6		
程		16	99971102	就业指导	A	1	16	16	0				1			考查	
		17	99101104	劳动教育	B	2	32	16	16	√	√	√	√			考查	
		18	99091110	国家安全教育	A	1	16	16	0	1			1			考查	
		“公共必修课程”模块小计				A8、B9、C1	37	672	456	216	14+3周	16	1	2	0	0	
	限定选修	1	99091204	中华优秀传统文化	A	1	16	16	0				1			考查	至少修读一门
			99091203	四史教育	A	1	16	16	0							考查	
		2	99971201	职业素养	A	1	16	16	0					1		考查	
		“公共限定选修课程”模块小计				A3	2	32	32	0	0	0	1	0	1	0	
	选修	1	以“99999001”起始递增	公共选修课-美育	A	2	32	32	0		√	√	√	√		考查	必修
		2		公共选修课-人文	A	2	32	32	0		√	√	√	√		考查	
		3		公共选修课-科学	A	2	32	32	0		√	√	√	√		考查	
		“公共选修课程”模块小计				A3	6	96	96	0	0	0	0	0	0	0	
	专业基础	必修	1	06262107	运动解剖学	A	2	36	36	0	2						考试
2			06262108	运动生理学	A	2	36	36	0			2				考试	
3			06262109	体育教学方法指导	B	2	36	18	18				2			考查	
4			06262110	运动心理学	A	2	36	36	0			2				考试	

模块名称	课程性质	序号	课程编码	课程名称	课程类型	学分	计划学时	学时分配		开课学期与周学时						考核方式	备注
								理论	实践	一		二		三			
										1	2	3	4	5	6		
课程		5	06262111	体育管理学	A	2	36	36	0				2			考试	
		6	06262112	运动损伤与防护	B	2	36	20	16			2				考试	
		7	06262113	体育保健学	B	2	36	20	16				2			考试	
		8	06262114	运动训练学	A	2	36	36	0				2			考试	
		9	06262115	体育概论	A	2	36	36	0	2						考试	
		10	06262116	体能训练理论与方法	B	2	36	18	18			2				考查	
		“专业基础课程”模块小计				A6、B4、	20	360	292	68	4	0	8	8	0	0	
专业核心课程	必修	1	06266101	田径-1*	B	3	54	12	42	3						考查	
		2	06266102	田径-2*	C	3	54	0	54		3					考查	
		3	06266103	篮球-1*	B	3	54	12	42	3						考查	
		4	06266104	篮球-2*	C	3	54	0	54		3					考查	
		5	06266105	排球-1*	B	3	54	12	42			3				考查	
		6	06266106	排球-2*	C	3	54	0	54				3			考查	
		7	06266107	武术 1*	B	3	54	12	42	3						考查	
		8	06266108	武术 2*	C	3	54	0	54		3					考查	
		9	06266109	足球-1*	B	3	54	12	42			3				考查	

模块名称	课程性质	序号	课程编码	课程名称	课程类型	学分	计划学时	学时分配		开课学期与周学时						考核方式	备注
								理论	实践	一		二		三			
										1	2	3	4	5	6		
		10	06266110	足球-2*	C	3	54	0	54				3			考查	
		11	06266111	体质测量与评价	B	2	36	18	18				2			考查	
		12	06266112	体育游戏	B	2	36	18	18				2			考查	
		13	06266113	社会体育活动组织与管理	B	2	36	18	18				2			考查	
		“专业核心课程”模块小计			B8、C5	36	648	114	534	9	9	10	8	0	0		
专业拓展课程	限定选修	1	06264201	体育俱乐部经营与管理	A	2	32	32	0				2			考查	
		2	06264202	休闲体育旅游	A	1	16	16	0				1			考查	
		3	06264203	新媒体应用技术	B	2	32	16	16							考查	
		4	06264204	健身气功、太极拳	C	2	32	0	32				2			考查	
		5	06264205	体育绘图	B	1	16	8	8				1			考查	
		6	06264206	羽毛球	C	2	32	0	32				2			考查	
		7	06264207	交际语言与社交礼仪	B	1	16	8	8							考查	
		8	06264208	体育摄影	B	2	32	16	16							考查	
		“专业拓展课程”模块小计				A2、B4、C2	8	128	56	72	0	0	4	4	0	0	

模块名称	课程性质	序号	课程编码	课程名称	课程类型	学分	计划学时	学时分配		开课学期与周学时						考核方式	备注
								理论	实践	一		二		三			
										1	2	3	4	5	6		
集中性实践教学	必修	1	99005104	认知实习	C	3	72	0	72					3周			
		2	99005105	跟岗实习	C	3	72	0	72					3周		考查	
		3	99005103	岗位实习	C	28	672	0	672					12周	16周		考查
		4	99005102	社会实践	C	2	48	0	48	1周				1周			考查
		“集中性实践环节”模块小计				C4	36	864	0	864	1周	0	0	0	19周	16周	
总计					A22、B25、C12	145	2800	1046	1754	27+4周	25	24	22	1+19周	16周		
占总学时比例		A类课程比例		B类课程			B类课程			C类课程比例							
		20.2%		理论部分比例			实践部分比例			46.8%							
				17.1%			15.9%										
理论课时比例：37.3%							实践课时比例：62.7%										

注：

- 原则上“计划学时”=“周学时”X“课堂教学与课内实践周数”。如未排满一学期的课程，应在备注栏中注明实际上课周数。
- 课内教学活动原则上每16-18学时或全学期安排1个周学时折算为1学分。集中实践教学原则上以周为单位进行，每周按24学时计算，折算为1学分。
- 模块比例按学分进行统计，各类课程占总学时比例按学时进行统计。

- 4) A类课程为纯理论课程，B类课程为理论+实践课程，C类课程为纯实践课程。
- 5) 《形式与政策》第1-5学期每学期开设，每学期8课时，通过讲座的形式进行，累计到最后一学期记录成绩。
- 6) 凡是有课证融通的课程必须在备注栏中注明具体考证项目及等级。
- 7) 社会实践由学生工作处统一组织，各院系配合，原则上在寒暑假进行，不计学时。

(二) 教学计划总体安排 (单位: 周) (每学期按 20 教学周计算)

学年	一		二		三		合计
	1	2	3	4	5	6	
课堂教学与课内实践	15	18	18	18			69
考试	1	1	1	1			4
入学教育与军事训练	3						3
专业集中实践					7		7
岗位实习					12	16	28
机动	1	1	1	1	1	1	6
毕业鉴定及教育						3	3
小计	20	20	20	20	20	20	120

(三) 各学期课程门数与周学时汇总表

类 别		第一学期		第二学期		第三学期		第四学期		第五学期		第六学期	
		门数	周学时	门数	周学时	门数	周学时	门数	周学时	门数	周学时	门数	周学时
公共基础课程	必修	10	14+3w	8	16	3	1	4	2	0	0	0	0
	选修	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0
专业基础课程	必修	2	4	0	0	4	8	4	8	0	0	0	0
专业核心课程	必修	3	9	3	9	4	10	3	8	0	0	0	0
专业拓展课程	选修	0	0	0	0	2	4	3	4	0	0	0	0
集中性实践环节	必修	1	1w	0	0	0	0	0	0	4	19w	1	16w
合计		16	27+4w	11	25	14	24	15	22	5	1+19w	1	16w

（四）课程结构比例

模块名称		课程门数	计划学时	占总学时比例	学分	占总学分比例
公共基础课程	必修	18	672	24%	37	25.5%
	选修	6	128	4.6%	8	5.5%
专业基础课程	必修	10	360	12.9%	20	13.8%
专业核心课程	必修	8	648	23.1%	36	24.9%
专业拓展课程	选修	8	128	4.6%	8	5.5%
集中性实践环节	必修	4	864	30.8%	36	24.8%
合计		54	2800	100%	145	100%

（五）其他说明

1. 课程教学模式

本专业采用工学交替、任务驱动、项目导向、课堂与实习地点一体化等方式进行教学模式。

2. 课程思政的融入

符合教学课程授课计划，在课程标准的规范下，遵循思想政治工作规律、教书育人规律和学生成长规律，将思政元素融入课程教学中，目的是有效提升育人水平。

通过深入挖掘各门课程蕴含的思想政治教育元素和所承载的思想政治教育功能，使专业课程与思想政治理论课程同向同行，形成协同效应。同时，注重结合行业、企业的发展动态和趋势，以及行业文化，将社会主义核心价值观、职业道德、工匠精神等融入课程教学，培养学生的职业素养和社会责任感。

3. 1+X 证书简介（没有 1+X 证书的专业可以列举其他专业资格证书）

本专业学生必须考取的计划内证书为：三级社会体育指导员；

建议学生考取的计划外证书为：全国初级教练员、二级裁判员、教师资格证等。

4. 校园专业活动开展计划

根据《中华人民共和国职业教育法》（2022 版）规定，每年 5 月的第二周为职业教育活动周，为进一步丰富本专业学生校园生活，提高学生专业技能水平，作为本专业人才培养过程中的一个环节，拟为学生开设以下专业活动，并将学生参与活动的情况计入

素质教育活动学分中。

序号	活动名称	涉及专业技能	面向群体
1	健康产业学院趣味运动会	社会体育、高尔夫球运动与管理	全体在校生

八、实施保障

主要包括师资队伍、教学设施、教学资源、教学方法、学习评价、质量管理等方面。

（一）师资队伍

1. 师资队伍结构

实现人才培养模式改革的主要推动力是教师，“双师”结构教学团队是培养高素质技能型专门人才的重要保证。建立有效的教学团队合作教学机制，推进校院之间技术和经验的交流的制度化建设，提高技术服务能力。通过校院合作的方式，以专业带头人、骨干教师、青年教师和兼职教师培养为重点，共建专兼结构的教学团队。突出教学团队的梯队建设，发扬传、帮、带作用，加强青年教师培养，形成数量充足，结构合理、德技双馨的专业教学团队。通过聘用、引进、送培等途径，优化了师资团队的素质结构。目前，专职教师7名，讲师1人，助教6人。教研室全体教师参与教学及教研活动，共同制定人才培养方案、参与专业技能课程的教学、参与编写教材、课程的建设与改革、实训基地的建设、指导学生的岗位实习等。

（二）教学设施

1. 校内实训基地

（1）现有校内实训基地情况

序号	校内实训基地（室）名称	主要设备	实训内容（服务课程或项目）	备注
1	训练场馆	塑胶田径场、篮球场、足球场、网球场、羽毛球场、乒乓球训练厅、舞蹈形体训练厅	进行各项技能训练	
2	健身房	跑步机、动感单车、瑜伽垫、拉筋机、罗马凳、平板凳、可调试腹肌板、不可调	进行有氧及无氧运动训练，对于学生体态矫正、增肌增重、减肥和维持体型等有辅助锻炼的作用，包括有抗阻	

		腹肌板、豪华多功能举重床、史密斯机、三人站综合训练器、腹背肌训练器、直臂夹胸训练器、180cm 杠铃直杆、杠铃片架、战绳、哑铃、起跑器等设备。	力训练、大肌肉群的训练方法、有氧运动及器械使用、拉伸练习，运动康复。	
--	--	---	------------------------------------	--

2. 校外实训基地建设

(1) 现有校外实训基地情况

序号	校外实训基地名称	地点	基地功能
1	厦门兴福体体育产业有限公司	厦门市同安区	实训、岗位实习、教学基地
2	少年强篮球馆	厦门市同安区	实训、校企合作
3	拓勇体艺（厦门）教育辅助服务有限公司	厦门市同安区	实训、岗位实习、教学基地

(2) 校外实训基地建设需求

社会体育专业校外实训基地能够满足专业培养目标，提供学生实践所需的各种资源和条件，确保学生能够在实践中获得必要的技能和经验。具备稳定性和优质性、能够长期为学生提供实践机会，并确保实践活动的质量和效果。符合专业特点、涵盖体育教学、健身指导、体育管理等多个方面。实现双赢原则、学校与基地单位相互支持、互惠互利、共同发展。具备多样性，有助于学生了解不同体育领域的实践要求和特点，拓宽其就业渠道和发展空间。保障安全条件实训基地具备完善的安全管理制度和设施，能够为学生提供必要的安全保障和应急处理措施等。

(三) 教学资源

建设开放共享的专业群数字化教学资源库，专业群建设“专业信息资源库”和“课程教学资源库”，依托网络教学综合平台为在校生和其他学习者的自主学习、兼职教师的远程教学、师生在线交流、企业人员和专业教师开展技术交流与合作提供开放式服务。依据专业教学标准和岗位标准，建设包括案例、素材在内的专业教学资源库。强化数字化教学资源应用，建立健全一线教师应用数字化教学资源进行教学的机制，探索建设空间课程、微课程和职业教育 MOOC（慕课），数字化教学资源被外校或社会应用。

具体建设标准如下：

专业信息资源库：与企业合作建设专业群信息资源库，包括各专业调研资源、专业解读、专业定位和人才培养模式、课程和课程体系、专业建设方案、教学环境、师资队伍、教学质量、建设成效与特色等资源。

课程教学资源库：根据专业核心能力培养的要求，与企业合作建设专业群的 2 门共享平台课程，同时各专业建设 2 门特色优质核心课程。课程根据《教育部关于国家精品开放课程建设的实施意见》的标准建设，课程资源分基本资源和拓展资源两部分建设。建设标准如下：

(1) 基本资源须按照课程概要、教学单元、教学资源，或按照课程概要、课程模块、教学单元和教学资源来组织。

(2) 拓展资源建设包括案例库、专题讲座库、素材资源库，学科专业知识检索系统、演示/虚拟/仿真实验实训（实习）系统、试题库系统、作业系统、在线自测/考试系统，课程教学、学习和交流工具及综合应用多媒体技术建设的网络课程等。

（四）教学方法

采用线上线下结合教学。对实施教学应采取的方法提出主要要求和建议：

1. 教师讲授法。主要突出章节的重点、难点，以及实际操作中容易出现的错误问题。
2. 互动教学法。安排学生就本章节相关内容讨论，并进行师生互动，这样既强化了课堂学习效果，又使学生们发现问题，分析问题、解决问题的能力得以提高。
3. 小组合作学习法。在教学中采用小组合作学习法，即共同或分工完成工作任务。目的是培养学生运用所学知识完成角色沟通合作的能力，使学生的创新精神和实践能力得到锻炼，同时可以提高学生的学习兴趣，取得好的教学效果。
4. 学生动手法。在教学过程中，通过学生之间就相关实践部分进行操作，从而使学生熟悉社会工作岗位的技能要求，创造职业氛围，提高学生的综合职业能力。在过程中不断暴露学生的问题，并进行更好的总结和指导。
5. 案例报告教学法。案例分析以学生为主，由学生进行相关的诊疗技术探讨。教师的指导重点放在引导学生寻找正确的分析思路和对关键点的多视角观察上。最后，教师对案例进行总结，对学生的分析进行归纳、拓展和升华，从而提升学习兴趣，活跃课堂气氛，培养学生分析问题、处理问题和解决问题的能力。
6. 多媒体教学法。使用多媒体教学，配合使用白板板书。充分利用多媒体的优势，用电子课件制作大量内容丰富的教案，在配以案例、习题、图片、视频等内容来辅助教学，以生动教学内容，达到较好的教学效果。

7. 综合实训法：通过综合实训，使学生充分理解所学的专业知识、操作技能，提高实践动手能力。

（五）学习评价

根据教学目标、教学方式，学习方式，采用形式多样的考核办法。考核内容应体现：能力本位的原则、实践性原则、实用性原则、针对性原则及可持续性原则。

考核方式应体现：“过程考核，结果考核，综合评价，以人为本”，强调以人为本的整体性评价观。

评价主体应体现：企业评价、社会评价、开放式评价。

1. 公共基础课

采用以学生的学习态度、思想品德，以及学生对知识的理解和掌握程度等进行综合评定。要注重平时教学过程的评定，将课堂表现、平时作业、实践环节和期末考试成绩有机结合，综合评定成绩。

2. 职业基础课与职业核心课

采用现场操作、实训报告、观察记载表格、实习总结、考勤情况、劳动态度和单位评价等综合评定成绩的考核方法。技能部分必须动手操作，现场考核，由教师、行业专家参与。形成“过程+成果”的考核评价方法。两项考核中任何一项不及格，均判为本门课程不及格。

3. 岗位实习

以企业考核为主，学院考核为辅。

（1）校企双重考核学生在工作态度和工作业绩，学生能否努力工作、努力学习作为考核学生岗位实习成绩的重要指标。企业考核占总成绩的50%，若此项成绩不合格，岗位实习总成绩不合格。

（2）学习计划目标完成情况，占总成绩的50%，以企业考核为主，学院考核为辅。

（六）质量管理

1. 学校和二级院建立了专业建设和教学质量诊断与改进机制，健全专业教学质量监控管理制度，完善课堂教学、教学评价、实习实训、毕业设计以及专业调研、人才培养方案更新、资源建设等方面质量标准建设，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达成人才培养规格。

2. 学校、二级院完善教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设水平和教学质量诊断与改进，建立健全了巡课、听课、评教、评学等制度，建立与

企业联动的实践教学环节督导制度，严明教学纪律，强化教学组织功能，定期开展公开课等教研活动。

3. 健全毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校生学业水平、毕业生就业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

4. 专业教研组织应充分利用评价分析结果有效改进专业教学，持续提高人才培养质量。

九、毕业要求

毕业要求是学生通过规定年限的学习，须修满的专业人才培养方案所规定的学时学分，完成规定的教学活动，毕业时应达到的素质、知识和能力等方面要求。毕业要求应能支撑培养目标的有效达成。

1. 毕业生须在德智体美劳五方面全面发展，不仅需完成所有课程且成绩合格，更需具备坚定的理想信念、扎实的专业素养、健康的身心素质、良好的审美情趣以及正确的劳动观念与实践能力；

2. 完成公共选修课和专业拓展课程的最低学分；

3. 毕业学分不低于如下学分：社会体育：应修满 145 学分。

4. 应取得大学生计算机一级证书以及至少一个专业技能证书，如：三级社会体育指导员证、全国初级教练员证、篮球裁判证等。

5. 完成各实践性教学环节（单列科目：如实践课、企业综合实训、岗位实习、毕业设计等）的学习，成绩合格。

十、附录

1. 厦门东海职业技术学院培养方案评审记录表

厦门东海职业技术学院培养方案评审记录表

评审时间		评审地点	
评审专业		所属二级院	
会议主持人		会议记录人	
参加会议人员：			

评审记录：（请详细记录与会专家的意见）

评审结论：