

体育运营与管理专业（健身方向）

专业代码：570311 学制：三年

一、入学要求

一般为高中阶段教育毕业生或具有同等学历者。

二、职业面向

（一）职业面向

所属专业大类（代码）	所属专业类（代码）	对应行业（代码）	主要职业类别（代码）	主要岗位类别（或技术领域）	职业资格证书或技能等级证书举例
教育与体育大类（57）	体育类（5704）	体育（89） 娱乐业（90）	健身和娱乐场所服务人员（4-13-04） 体育经纪人（4-13-05-02） 其他文化、体育和娱乐服务人员（4-13-99） 商务专业人员（2-06-07）	团操教练、健身教练、会籍、运营与管理岗位	初级健身教练国家职业资格证书、初级团操教练国家职业资格证书、红十字会CRP证书、国家体能协会NSCA-CSCS证书、职业核心能力中级证书等相应职业资格证书。

（二）职业岗位分析

本专业毕业生面向的职业领域有：团操教练、健身教练、会籍、运营与管理。

表 1 岗位群

就业范围	第一就业岗位（毕业前 3 年）	目标岗位（毕业 3-5 年）	未来发展岗位（毕业 5 年后）
团操教练	团操教练	团操教练	团操教练主管
健身教练	巡场教练、私人教练	私人教练	私人教练
会籍	会籍销售	会籍销售	会籍经理
运营与管理	前台、运营管理	运营管理人员	运营管理部门主管

根据职业能力培养目标，对体育运营与管理（健身方向）职业岗位职责及能力进行分析，结果如表 2 所示：

表 2 岗位职责及能力分析表

序号	岗位	岗位群工作任务	能力要求
1	团操教练岗位群	1、熟悉健身会所的团操排课及调、停工作流程及制度规范； 2、与市场部合作保证各类活动的运作； 3、与会员建立双向沟通渠道，协调课程的安排； 4、熟悉团操动作套路，动作技术规范。	1. 具有较强的语言表达能力； 2. 具有较强的责任心； 3. 具有一定的自我学习能力和创新能力 4. 有较强的团队管理能力； 5. 有较强沟通能力，能很好地与上级及会员沟通； 6. 对各种操课熟悉和了解，并具备 3 种以上操课的授课能力。
2	健身教练岗位群	1、与会员沟通，了解会员身体状况，为会员提供专业的指导及系统针对性的私教课程； 2、保障会员正确使用健身器材并进行专业指导； 3、负责维护场器械安全； 4、执行私教销售和上课流程； 5、熟悉健康体适能评估方法。	1. 具有较强的语言表达能力； 2. 具有较强的责任心； 3. 具有一定的自我学习能力和创新能力； 4. 具有一定的人际交往能力； 5. 具有扎实的专业基础知识； 6. 具有私人教练的专业指导能力。
3	会籍岗位	1、拓展客户渠道，扩大健身会所的社会认知度，提升入会率； 2、收集客户资源；熟悉工作流程； 3、做好客户沟通、服务、维护老顾客； 4、通过公司原有或新渠道开发新客户； 5、配合公司完成售后服务。	1. 具有较强的语言表达能力及逻辑分析能力 2. 具有较强的组织协调与团队合作能力； 3. 具有一定的自我学习能力和创新能力； 4. 具有一定的人际交往能力； 5. 热爱销售工作，性格坚韧，适应力强，具有一定的抗压、排压能力； 6. 具备市场分析及判断能力及良好的应变能力。
	运营与管理岗位群	1、接待访客及会员； 2、操作会员管理系统； 3、处理会员投诉； 4、处理突发事件； 5、检查、监督各部门工作； 6、收集、整理分析市场资料。	1. 具有较强的组织协调与团队合作； 2. 具有一定的自我学习能力和创新能力； 3. 熟悉健身俱乐部的组织机构及基础知识； 4. 具备基本行为规范和礼仪； 5. 能够从事日常运营管理； 6. 熟悉各工作岗位职责及要求； 7. 能够操作俱乐部会员管理系统； 8. 学会收集、整理分析市场资料。

三、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养适应社会主义市场经济所需要的德、智、体、美、劳全面发展，具有良好的职业道德和敬业精神，拥有较强的职业素质和职业能力，系统的掌握体育运营与管理基础理论知识及相关的专业技能，在健身俱乐部能够从事健身教练、团操教练、会籍营销及运营与管理等岗位的高素质复合型技术技能人才。

（二）培养规格

1. 素质。

具有正确的世界观、人生观、价值观。坚决拥护中国共产党领导，树立中国特色社会主义共同理想，践行社会主义核心价值观，具有深厚的爱国情感、国家认同感、中华民族自豪感；崇尚宪法、遵守法律、遵规守纪；具有社会责任感和参与意识。

求真务实，具有良好的职业道德和职业素养。崇德向善、诚实守信、爱岗敬业，具有精益求精的工匠精神；尊重劳动、热爱劳动，具有较强的实践能力；具有质量意识、绿色环保意识、安全意识、信息素养、创新精神；具有较强的集体意识和团队合作精神，能够进行有效的人际沟通和协作，与社会、自然和谐共处；具有职业生涯规划意识。

具有良好的身心素质和人文素养。具有健康的体魄和心理、健全的人格，能够掌握基本运动知识和一两项运动技能；具有感受美、表现美、鉴赏美、创造美的能力，具有一定的审美和人文素养，能够形成一两项艺术特长或爱好；掌握一定的学习方法，具有良好的生活习惯、行为习惯和自我管理能力。

2. 知识。

公共基础知识培养规格要求：

- 1) 热爱祖国，热爱人民，遵纪守法，树立正确的世界观和人生观；
- 2) 具有一定的文化艺术修养，基本的数据分析处理能力、语言文字表达和写作能力、信息收集与处理的能力及自学能力；
- 3) 健康、活泼、精力充沛、具有连续工作的能力，有事业心、责任感、法制观念；
- 4) 具备基本的英语交流能力；
- 5) 具有熟练运用、处理一般性英语技术资料的能力；
- 6) 具有计算机操作系统和常用应用软件的使用能力；

7) 具有阅读本专业外语资料的能力

专业知识培养规格要求:

- 1) 了解我国体育的方针政策与法规;
- 2) 有较强的管理运作及经营实务的能力。
- 3) 具有面向健身俱乐部工作岗位及其管理一线的高素质技能型专门人才必备的文化知识;
- 4) 了解国内外健身发展的新理论、新动向、新成果;
- 5) 掌握健身教练、团操教练的基本技能及指导方法;
- 6) 掌握体育项目开发、营销、指导与管理的基本理论与方法;
- 7) 掌握大众体育健身咨询指导、体质测评、运动康复的基本理论与方法;
- 8) 熟悉国家社会体育工作、体育产业经营开发等方面的方针、政策和法规。

3. 能力。

通用能力的培养规格要求:

- 1) 具有良好的文字表达能力;
- 2) 基础英语听、说、读、写能力;
- 3) 计算机文件文字处理能力;
- 4) 赛事组织策划能力;
- 5) 体育公司经营和管理能力;

专业技术技能的培养规格要求:

- 1) 具有基本的英语阅读、翻译和交流能力;
- 2) 具备基本的计算机应用操作能力;
- 3) 具备健身俱乐部运营与管理的基本知识, 了解健身俱乐部的基本构成及运行。
- 4) 掌握私人健身、团体健身的基本运动技术和方法, 能够用科学的方法指导不同对象及人群健身;
- 5) 掌握会籍营销的基本策略和方法, 制定营销计划;
- 6) 掌握运动防护实际操作技能与方法, 能够处理突发紧急事件;
- 7) 能够了解健身行业的现状和发展趋势。

四、课程设置及要求

(一) 公共基础课程

课程名称: 思想道德修养与法治

学分: 3

课程目标：教育学生树立崇高的人生理想和正确的世界观、人生观、价值观、道德观、法治观，培养学生良好的道德品质，增强学生的法制观念和法律意识。

主要内容：教育和引导学生树立正确的人生价值观，坚定崇高理想信念；教育和引导学生弘扬中国精神，自觉遵守道德规范；教育和引导学生树立法治意识 自觉遵纪守法。

教学要求：结合教材和教学内容，采取课题理论讲授与实践教学相结合的方式展开教学；采取案例式、情景式、讨论式、互动式、“翻转课堂”式等多种形式展开教学；利用网络资源和互联网等现代化教学手段展开教学。

课程名称：毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 **学分：**2

课程目标：教育学生系统掌握马列主义、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系的基本原理，坚定在党的领导下走中国特色社会主义道路的理想信念。

主要内容：教育和引导学生了解和基本掌握毛泽东思想的形成、发展和主要内容；了解和基本掌握中国特色社会主义理论体系的形成、发展和主要内容，坚定坚持和发展中国特色社会主义的理想和信念。

教学要求：结合教材和教学内容，采取课题理论讲授与实践教学相结合的方式展开教学；采取案例式、情景式、讨论式、互动式、“翻转课堂”式等多种形式展开教学；利用网络资源和互联网等现代化教学手段展开教学。

课程名称：习近平新时代中国特色社会主义思想概论 **学分：**3

课程目标：坚持用习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人，教育学生深入了解和掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的基本精神、基本内容、基本要求，坚持不懈地用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践。

主要内容：教育和引导学生了解和基本掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的形成条件；了解和基本掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义和主要内容；了解和基本掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的历史地位。

教学要求：结合教材和教学内容，采取课题理论讲授与实践教学相结合的方式展开教学；采取案例式、情景式、讨论式、互动式、“翻转课堂”式等多种形式展开教学；利用网络资源和互联网等现代化教学手段展开教学。

课程名称：形势与政策 **学分：**1

课程目标：教育和引导学生正确认识国内外大事、热点问题以及党和国家的路线、方针、政策。

主要内容：结合国内外发生的重大事件、热点问题以及党和国家制定的路线、方针、政策等，适时地教育和引导学生正确地认识国内外发生的重大事件、热点问题，正确地认识党和国家的路线、方针、政策，自觉维护安定团结的大好局面。

教学要求：结合国内外发生的重大事件、热点问题，采取案例式、情景式、讨论式、互动式等形式，利用网络资源和互联网等现代化教学手段，宣传党和国家的大政方针和对策，坚定必胜信念。

课程名称：中华优秀传统文化

学分：2

课程目标：通过本课程学习，学生能对中华优秀传统文化尤其是思想文化具有较为全面的初步认识，对其中所蕴含的精神正能量，能渗透到对现实生活的思考认识之中，落实到言行举止之上。

主要内容：专题一忠孝爱国；专题二修身自强；专题三民本仁爱；专题四刚正廉洁；专题五自然和合；专题六婚姻爱情；专题七革故鼎新

教学要求：区别于语文课，不同于思政课，文本字、词、句、篇不是课程重点，只是思想内容、精神能量阐发的素材基础。课堂讲解文本要求在没有知识性硬伤的前提下，直接口译、意译为学生便于理解的生活化语言。主讲教师均要求本科以上文史哲专业背景，教学经验丰富，教学风格亲切灵活，能熟练运用信息化网络素材和多媒体教学设备，有一定的教学科研能力，富于开拓进取和团结协作精神。尽可能灵活运用信息化教学手段，教学方法与时俱进。

课程名称：职业核心能力实训

学分：2

课程目标：引导学生通过理论学习、课程实训，认识职业核心能力的基本内涵及对未来职业生涯的重要性，训练与人沟通、与人合作和解决问题能力，培养基本的职业社会能力适应职业生涯的需要。

主要内容：1. 交谈讨论、当众发言、阅读、书面表达。2. 制定合作计划、完成任务、改善效果。3. 分析问题提出对策、实施计划解决问题、验证方案改进计划。

教学要求：教师运用 OPAE 五步训练法：目标—任务—准备—行动—评估，利用项目驱动教学、案例分析、角色扮演、头脑风暴法、体验学习等方法，提升学生与人交流、合作、解决问题、创新等能力水平

课程名称：陶行知教育思想

学分：1

课程目标：培养知晓陶行知教育思想并能践行的华联学子。

主要内容：了解陶行知的生平思想，认知陶行知的德育思想，认知陶行知生活教育思想，认知陶行知的创造教育思想，认知陶行知的普及教育思想，认知陶行知的师范教育思想，认知陶行知的儿童教育思想，认知陶行知的职业教育思想。认知陶行知与中外文化，阅读陶行知二十二篇代表作。

教学要求：粗通陶行知的生平及教育思想；能在工作和学生中努力践行。

课程名称：国家安全教育

学分：1

课程目标：牢固树立和全面践行总体国家安全观，增强国家安全意识，提升维护国家安全能力。

主要内容：学习和了解国家安全各重点领域的基本内涵、重要意义、面临的威胁与挑战以及维护国家安全的途径与方法。

教学要求：教育和引导学生树立国家安全底线思维，将国家安全意识转化为自觉行动，强化责任担当。

课程名称：劳动专题教育

学分：1

课程目标：教育和引导学生树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的思想观念；养成良好的劳动习惯和品质；培育积极向上的劳动精神和认真负责的劳动态度。

主要内容：教育和引导学生正确认识劳动的现象和本质，深化对劳动内涵的理解与认识；了解和掌握基本的劳动知识和技能；组织学生开展劳动实践锻炼活动，培养学生尊重劳动、热爱劳动、珍惜劳动成果的态度和品质。

教学要求：要求学生正确认识劳动的意义，领悟劳动独特价值，提高学生劳动素养，使学生树立正确的劳动观念，养成良好的劳动习惯和品质，培养尊重劳动、热爱劳动的真挚情感，锻炼学生的劳动能力。

课程名称：公共外语（英语）

学分：8

课程目标：掌握英语语言基础知识和基本技能，能够运用英语进行日常交际和进行应用文写作。要求学生掌握一定量的实用英语语言知识，即语音、常用语法、常用词汇、基本句型结构，重点训练和培养的听说能力和基本读写能力。端正学生学习态度，培养学生学习英语

的兴趣和自学习惯和能力。致力于课程思政元素与语言教学的融合,实现立德树人的根本任务,提高学生综合素质。

主要内容: 《公共外语(英语)》课程是我院各专业大一非英语专业学生必修的一门公共基础课,旨在培养学生在今后学习、工作、生活中的英语语言基础和运用。本课程遵循“以应用为目的,实用为主,够用为度”的教学思想,服务于高职高专人才培养目标,通过课堂讲授和听、说、读、写、译的综合训练,使学生掌握必备的英语基础知识,提高英语综合运用能力,为学生参加高等学校应用英语能力考试(AB级)考试创造条件,对学生职业能力和职业素质的培养起重要的支撑作用。

教学要求: 要求学生掌握一定量的实用英语语言知识,即语音、常用语法、常用词汇、基本句型结构。培养学生英语综合应用能力(听、说、读、写、译),特别是听说能力和基本读写能力,同时增强其自主学习的能力和交际的能力,为实现提升学生就业竞争力及今后的可持续发展打下良好的基础。

课程名称: 公共外语(日语)

学分: 8

课程目标: 大学日语是非日语专业大学生的一门选修课程。通过本课程的学习,学生通过与教师、同学的共同活动,逐步掌握日语知识和技能,提升外语学习兴趣,初步学会运用日语进行交际。通过学习,使学生能掌握一定量的日语词汇和短语,掌握日语动词的变化和用法,进行一定的日语寒暄,使学生能进行日常较简单的问候交际,能多角度思考问题,学习日本文化,扩展视野,丰富外语学习的内容,有意识的进行对比和自觉学习,学生能基于本课程学习的日语语言基础知识

主要内容: (一)日语发音、日语的文字与书写方法、声调与语调。掌握日语假名的正确书写方法;了解正确的发音部位及发音技巧,掌握日语的正确发音规律,包括清音、浊音、鼻浊音、半浊音、拗音、长音、促音等;能够熟练掌握标准的东京语调、声调的类型和规律。(二)日语中数字、姓氏等常用表述掌握日常生活中数字、时间、岁数、金额以及人物姓氏称谓的表达方法。(三)日语中日常会话。掌握动词的种类及基本形;熟练掌握日语基本会话寒暄语;掌握相关单词,能进行基本的会话和写作、阅读等。

教学要求: 1.能正确书写平假名、片假名和罗马字;认知1000左右的日语单词和短语;

2.发音准确,了解日语名词、动词和形容动词的用法; 3.创造尽可能多的机会让学生得到听、说、读、写的训练,可以进行日常的对话交流。4.通过本教材的学习,能够帮助学生养成良好的语言学习习惯,掌握日语的学习方法,培养学生对日本文化的兴趣,提高审美能力;培养学生健全的人格,为其毕业走上合适的工作岗位打下坚实的基础。

课程名称：公共外语（西班牙语）

学分：8 学分

课程目标：西班牙语教学是以西班牙语语言知识与应用技能、学习策略和跨文化交际为主要内容，以外语教学理论为指导，以遵循语言教学和语言习得的客观规律为前提，集多种教学模式和教学手段为一体的教学体系。西班牙英语的课程定位是培养学生的西班牙综合应用能力，特别是听说能力，使他们在今后学习、工作和社会交往中能用西班牙有效地进行交流，同时加强其自主学习能力，提高综合文化素养，以适应我国社会发展和欧洲，拉丁美洲交流的需要。此外，西班牙语 II 加设西班牙语 DELE 模块，培养学生的听说读写能力，为学生以后的职业方向增加能力和竞争力。

主要内容：这门课程知识点主要包括语音、语法、词汇和实际应用部分 1. 听力理解能力：能听懂日常西班牙语谈话，能掌握短文的中心大意，抓住要点。能运用基本的听力技巧。2. 口语表达能力：能在学习过程中用西班牙语交流，能就日常话题用西班牙语进行交谈，表达比较清楚，语音、语调基本正确。3. 阅读理解能力：能基本读懂一般性题材的西班牙语文章。能掌握阅读材料的中心大意，理解主要事实和有关细节。4. 书面表达能力：能完成一般性写作任务，能描述个人经历、观感、情感和发生的事件等。5. 推荐词汇量：掌握的词汇量应达到约 2000 个单词和 300 个词组。

教学要求：1. 正确的语音语调知识，综合运用这些知识进行听、说、读、写、译等语言活动的的能力。2. 开阔学生视野，扩大知识面，加深对世界的了解，借鉴和吸收外国文化精华。3. 扎实的语法知识、一定的词汇量和熟练的词汇运用能力。4. 提高文化素养。扎实的文化背景知识有助于促进语言综合应用能力的提高。

课程名称：公共外语（俄语）

学分：8

课程目标：高职高专大学俄语的教学目标是帮助学生打下语言基础，掌握良好的外语学习方法，增强自主学习能力，提高综合文化素养，使他们具有外语综合应用能力，特别是听说能力，能用俄语有效地进行口头和书面的信息交流，以适应社会发展、经济建设和国际交流的需要。

主要内容：学习正确的语音语调和基础语法知识，积累一定的词汇量，并通晓词汇的运用，综合这些知识进行听、说、读、写、译等语言训练。介绍俄罗斯民俗风情文化，开阔学生视野，拓宽知识面，加深对世界文化的了解，借鉴吸收外国文化精粹，有助于促进外语语言综合应用能力的提高。

教学要求：要求学生至少掌握 1000 个单词和 100 个词组，能听懂日常俄语对话，能就日常话题用俄语进行交谈，表达清楚，语音语调基本正确；能读懂一般性题材的俄语短文，

掌握其中大意，理解主要事实和有关细节；完成一般性写作任务，包括描述个人经历、感观和发生的事件等。

课程名称：大学生心理素质教育与训练

学分：2

课程目标：培养自我心理调节能力和人际沟通能力，训练自我抗逆境、耐挫折的能力，不断完善人格塑造，以适应新形势各种的挑战。

主要内容：涵盖大学生心理健康、生命教育危机干预、心理咨询、自我意识、人格塑造、需要动机、情绪调控、学习心理、人际关系、恋爱心理、抗挫折能力、网络心理、团体心理辅导。

教学要求：通过本课程的学习，使学生了解心理健康教育的价值和意义；理解心理健康的理论；掌握维护心理健康的方法和自我调适的策略，训练和提高自身心理素质。

课程名称：职业发展与就业指导

学分：2

课程目标：培养学生掌握设计自己的职业生涯规划，增强学生职业生涯规划与职业决策行为的基本知识与技巧，树立正确的就业择业创业和职业道德观念。提高学生就业创业基本素质和创新能力，培育企业家精神，实现人的自由和全面发展。

主要内容：认识职业生涯、探索自己的职业砝码、思考职业生涯决策、绘制职业生涯蓝图、开发职业素质与能力、自我觉察与调控素质拓展、自我提升的能力拓展、准备求职材料、应对招聘面试、模拟求职面试、创新创业教育与实践、创新创业项目路演等。

教学要求：大一学生内容侧重职业发展及创新创业基础理论指导，明确生涯发展任务，把握自我认识和职业关系，设定生涯目标和行动计划。大三毕业生侧重就业指导 and 创新创业实训，掌握职业心理素质调控及自我管理方法，掌握制作求职简历的方法与技巧，掌握招聘面试的应对方法和思路，了解创新创业素质的内涵及创新创业能力培养的方法。

课程名称：军事理论

学分：2

课程目标：增强大学生综合素质，促进大学生全面发展，激发大学生爱国、爱党、爱军热情，培养居安思危、崇文尚武的国防精神。

主要内容：涵盖国防概述、国防法规、国防建设、武装力量、国防动员、国家安全概述、国家安全形势、国际战略形势、军事思想概述、外国军事思想、中国古代军事思想、当代中国军事思想、新军事革命、机械化战争、信息化战争。

教学要求：通过本课程的学习，使学生掌握军事理论基础知识和基本军事技能，提高爱国主义、集体主义观念，加强组织纪律性，为中国人民解放军训练储备合格后备兵员和培养预备役军官打下坚实基础。

课程名称：办公自动化

学分：4

课程目标：熟悉操作系统应用，具有熟练的办公软件基本操作能力

主要内容：计算机基础知识，WINDOWS 操作系统应用，WORD 表格操作，图文混排，EXCEL 表格制作，简单函数计算，数据处理，图表创建；POWERPOINT 演示文稿基本制作，办公软件应用进阶邮件合并与宏的应用等。

教学要求：熟练掌握操作系统应用和办公软件(WORD、EXCEL、POWERPOINT)的基本操作，培养计算机应用操作能力。

(二) 专业课程

1、课程名称：体育概论（核心课程）

学分：4

课程目标：通过本课程的学习，使学生在宏观上、总体上对体育有概括的认识，明确体育对人类和社会的重要意义，逐步树立辩证唯物主义体育观。

主要内容：本课程主要包括：绪言；体育的本质；我国体育的目的任务；体育体制；体育手段；体育科学和国际体育。

教学要求：通过学习，使学生了解体育学的研究对象与特点及体育学在我国发展的沿革，掌握体育学的学科性质和学科体系。

2、课程名称：运动解剖学（核心课程）

学分：3

课程目标：通过本课程学习，学生掌握运动解剖的基础理论、基本知识、学会基础的实践技能，培养学生全民健康意识和职业道德意识，为学生专业和可持续发展奠定基础。

主要内容：本课程主要包括：人体有机整体的认知；运动器官功能的检查与评定；心肺功能的检查与评定；神经器官功能的检查与评定；实施手法治疗体表定位。

教学要求：运动解剖学是人体科学的一门重要基础课，作为体育经营与管理类复合型人才，必须掌握人体结构知识，才能全面了解人体生理与病理的发展过程，更好地从事体育管理工作及科学指导体育锻炼，增进人体健康。

3、课程名称：运动生理学

学分：4

课程目标：通过本课程学习，使学生具备合格的体育工作者所应该掌握的运动生理学基本理论、基础知识、基本技能，以及运用运动生理学原理和方法指导与评价体育工作实践需要的

基本方法和技能的能力；培养学生全民健康意识和职业道德意识，为学生专业和可持续发展奠定基础。

主要内容：本课程主要包括：绪论；肌肉活动；能量代谢；血液与运动；呼吸与运动；血液循环与运动；神经系统的调节功能；运动与身体机能变化。

4-1、课程名称：健美操技能与教法 I（核心课程）

学分：2

课程目标：通过健美操课的教学，向学生传授健美操的基本理论和知识，基本动作和技术，以及编排和教学能力。并发展学生的协调、力量及音乐的运用能力。

主要内容：本课程主要包括：基本步伐；基本手臂；大众健美操成套组合动作；掌握基本编排能力。

教学要求：通过健美操课的教学，掌握基本步伐要领、明确大众健美操编排特点，能够根据编排特点编排出有健身性、安全性、有效的大众健美操组合动作。

4-2、课程名称：健美操技能与教法 II（核心课程）

学分：2

课程目标：在教学过程中，培养学生正确的身体姿态、塑造健美体型、陶冶美的情操，使学生从初步认识健身健美操到熟练掌握健身健美操的同时，努力提高艺术修养和审美能力，以及编排教学能力，并让学生在今后的工作和学习中运用所学健美操知识，得到稳定工作的同时、塑造健美的体魄、感染更多人坚持健身，增进健康。

主要内容：本课程主要包括：大众健美操起源；了解当今健美操健身项目；健美操比赛规则；掌握基本编排能力；掌握基本教学能力；其他健美操项目学习。

教学要求：通过教学使学生了解当今健美操流行趋势、掌握基本健美操比赛基本规则，熟练的听出健美操音乐节奏，能够完成教学实践。

5-1、课程名称：大球技能与教法（篮球）I

学分：2

课程目标：坚持“立德树人，育人为本，健康第一”的理念，让学生必须系统地掌握体育健康知识、篮球技术、技能，并能在此基础上组织篮球教学比赛，培养终身学习意识、组织协调、互助合作、发现问题、解决问题的能力，掌握现代体育经营和管理的基本理论和方法。

主要内容：本课程主要包括：篮球运动概论；篮球规则与裁判法；篮球竞赛的组织与编排；篮球技术技能教学；篮球战术教学；篮球教学比赛和实践课。

教学要求：通过教学使学生了解篮球运动发展趋势，掌握篮球运动的特点、功能与价值；熟识篮球竞赛规则及竞赛办法，能担任篮球竞赛裁判工作。

5-2、课程名称：大球技能与教法（排球球）I

学分：2

课程目标：培养学生坚持四项原则，热爱体育事业，热爱排球运动，具备良好的道德品质和作风，积极为社会主义现代化建设服务。通过课程学习，使学生了解排球运动的发展和特点，掌握排球运动的基本技术、战术及在实践中组织能力、运用能力和欣赏能力。培养学生具备指

导大众开展排球运动的能力；同时能够运用所学进行排球竞赛的组织与编排；善于运用排球规则进行执裁。

主要内容：本课程主要包括：排球运动与健身；《排球竞赛规则》与裁判法；排球运动竞赛的组织与编排；排球技术技能教学；排球基本战术教学；排球教学比赛和实践课。

教学要求：通过本课程学习，使学生了解排球运动的基本规律，掌握排球运动的基本理论知识，基本技、战术和基本技能；掌握排球技术教学训练的原理与方法，能够熟练排球技战术的应用并承担裁判工作。

5-3、课程名称：大球技能与教法（足球）I

学分：2

课程目标：培养学生坚持四项基本原则，热爱体育事业，热爱足球运动，具备良好的道德品质和作风，积极为社会主义现代化建设服务。培养学生能够运用所学进行足球竞赛的组织与编排方法，并善于运用足球规则进行执裁。

主要内容：本课程主要包括：足球运动与健身；《足球竞赛规则》与裁判法；足球运动竞赛的组织与编排工作；基本技术；基本战术；足球竞赛裁判实习。

教学要求：使学生掌握足球运动的基本理论知识，了解足球运动的现状、特点、规律和发展趋势及目前我国足球发展的局势。能够基本掌握足球的技术、战术进行比赛。

6、课程名称：跆拳道

学分：3

课程目标：培养学生坚持四项基本原则，热爱体育事业，热爱跆拳道运动，具备良好的道德品质和作风，积极为社会主义现代化建设服务。通过本课程学习，培养学生具备指导大众开展跆拳道运动的能力；同时能够运用所学进行跆拳道竞赛的组织与编排；善于运用跆拳道规则进行执裁。

主要内容：本课程主要包括：跆拳道运动与健身；《跆拳道竞赛规则》；跆拳道运动竞赛的组织与编排工作；基本技、战术、教学实践；竞赛裁判实习。

教学要求：通过本课程学习，使学生了解跆拳道运动的基本规律，掌握跆拳道运动的基本理论知识、基本技、战术和基本技能，具备指导大众开展跆拳道运动的能力。

7、课程名称：体育课程设计与指导

学分：3

课程目标：培养学生能理论联系实际，将所学的知识应用于体育工作实践，树立服务意识和敬业精神，学会与人共处，培养良好的协作精神。

主要内容：本课程主要包括：体育与体育课程、体育教学概述、体育教学的基本规律、体育教学的内容、体育教学的方法、体育学习评价、体育教学设计与体育课堂教学、体育课实训

教学要求：通过本课程学习，使学生基本了解学校体育课的基本规律、基本原理和方法，掌握学校体育课的基本理论、基础知识和基本技能。能够撰写体育课教案，能独立完成体育课教学。

8、课程名称：武术

学分：3

课程目标：培养学生坚持四项基本原则，热爱体育事业，热爱武术运动，具备良好的道德品质和作风，积极为社会主义现代化建设服务。培养学生能够运用所学进行武术运动健身指导。

主要内容：本课程主要包括：武术运动的概述；武术运动与健身；基本技术、套路学习。

教学要求：通过本课程学习使学生了解武术运动的基本规律，掌握武术运动的基本理论知识、基本技、战术和基本技能，拥有具备指导大众开展武术运动的能力。

9、课程名称：运动处方

学分：4

课程目标：通过本课程学习，使学生具备合格的体育工作者所应该掌握的制定运动处方的基础知识、基本理论、基本技能；具备独立操作的实践动手能力，能够在大众健身、运动训练、康复体疗等运动实践中，根据需要提供运动处方制定、科学运动指导、锻炼效果评价……等方面的服务。

主要内容：本课程主要包括：绪论；运动处方概论；运动处方的制定与实施；健身运动处方。

教学要求：通过本课程学习使学生了解运动处方的发生、发展及应用趋势，理解运动处方在全民健身中的重要作用；能够运用运动处方的原理、知识对体育运动参加者的体质状况和健康水平进行评估。

10、课程名称：运动损伤与保健（核心课程）

学分：4

课程目标：本课程分为理论和实践两部分，实践部分占整个课程的百分之五十，让学生能够学以致用，为今后从事体育运营与管理及科学指导健身工作服务，从而使体育运动在促进人体生长发育、增强体质和提高健康水平及运动技术水平方面发挥应有的作用。

主要内容：本课程主要包括：体育运动与健康；体育运动的卫生要求；医务监督；体育运动与合理膳食营养；运动性病症；运动性伤害的现场急救；运动损伤；按摩；运动康复。

教学要求：通过教学使学生掌握运动损伤和体育保健学的基本理论、基本知识和基本技能，为今后从事体育运营与管理及科学指导健身工作服务。

11、课程名称：运动营养学

学分：2

课程目标：培养学生将营养学的知识应用于运动实践的能力，为学生今后从事体育教学、课余运动训练与竞赛工作提供必要的理论指导。

主要内容：本课程主要包括：运动营养基础；健身运动的合理营养；健身人群的膳食营养；儿童少年、中老年健身人群的膳食营养；常见慢性病患者锻炼期的膳食营养；运动员膳食营养；常见运动营养补充剂；运动锻炼与常用药膳；运动营养补充的误区与违禁药物、营养评价和食品安全。

教学要求：通过教学了解运动营养学的基本知识；掌握不同的健身人群膳食营养的健身计划、基本原理和方法、基础理论、基本知识、学会基础的实践技能，并能将营养学的知识应用于运动实践中。

12、课程名称：游泳与水上救护

学分：3

课程目标：掌握游泳项目中的蛙泳技术和了解自由泳技术，全面提高学生的自主学习游泳的能力，掌握水中求生能力。结合游泳教学的特点进一步培养学生的运动兴趣，磨练学生的意志，培养学生勇敢顽强的精神，提高体育意识，养成锻炼身体的习惯。

主要内容：本课程主要包括：游泳运动概述；游泳运动的几种姿势；蛙泳、自由泳基本技术动作分析；熟悉水性；蛙泳、自由泳基本技术动作教学与练习。

教学要求：了解游泳对健康的重要意义、作用以及卫生、保健知识和锻炼价值；掌握游泳的基本原理和方法以及安全预防措施，自救、互救等知识，进而熟悉水性、掌握水中的呼吸方法以及蛙泳的基本技术、技能。

13、课程名称：体育科研方法

学分：2

课程目标：培养学生必须的科学素质和基本科研能力，发现问题、提出问题、解决问题的能力，重点是养成独立思考问题的能力和解决问题的手段，开拓思维，养成严谨的治学态度。

主要内容：本课程主要包括：体育科研方法概述；体育科学研究的功能特点与发展趋势；科学选题；科学研究方法；整理资料的方法；分析资料的方法；体育科研论文的撰写、报告与评价；Spss 在数据处理中的运用；体育科学研究者应具备的素质

教学要求：本课程使学生掌握体育科研的基本知识、基本原则、主要程序、研究方法、实施技巧等，对常用的几个科研方法进行掌握并能有效应用。激发学生对科研的兴趣，并具备初步进行体育科研的能力。

14-1、课程名称：体育赛事管理实务 I、III(核心课程)

学分：6

课程目标：结合当前社会文体活动发展情况及社会岗位能力需求，扩展教学内容与方法，引入国内外研究成果和竞赛策划理念，充分运用实训教学手段，运用现代教育手段和网上资源，

增强学生获取知识、综合知识和运用知识的能力；结合教学内容，在教学过程中参透职业教育因素，培养学生职业素养。

主要内容：本课程主要包括：体育竞赛概述；田径运动概述；田径竞赛规则；田径竞赛裁判法；田径比赛裁判社会实践；

教学要求：通过本课程学习，使学生基本了解体育竞赛基本规律、基本知识和方法，掌握不同运动项目竞赛规则与裁判工作方法。能够担任主要运动项目裁判工作，并具有初步组织与管理赛事的能力。

14-2、课程名称：体育赛事管理实务 II（核心课程）

学分：3

课程目标：培养学生应用运动竞赛的理论知识 and 实践能力，为将来策划、指导、管理运动竞赛，以及如何提高和适应市场经济的体育竞赛活动和效益奠定基础。

主要内容：本课程主要包括：组织运动会的一般步骤和方法；球类项目的编排与竞赛组织；体育赛事调查报告；体育赛事策划书；观摩比赛；参与比赛策划、组织、比赛、管理。

教学要求：通过本课程的学习，使学生基本了解国内外体育竞赛的类型，掌握必须的运动竞赛学的基本理论和基本技能；懂得运动竞赛的普遍规律。

15、课程名称：健身教练 I、II、III IV

学分：10

课程目标：培养学生正确的身体姿态、塑造健美体型、陶冶美的情操，使学生从初步认识健身健美到熟练掌握健身健美方式方法的同时，努力提高艺术修养和审美能力，以及教学能力，并让学生在今后的工作和学习中运用所学健身知识，得到稳定工作的同时、塑造健美的体魄、感染更多人坚持健身，增进健康；进而为学生就业提供支撑，并为社会培养合格的健身教练。

主要内容：本课程主要包括：健身教练概述、人体运动的结构与功能基础、健康与运动营养、运动技术、运动计划、体重控制。

教学要求：通过健身健美课的教学，使学生了解健身健美的基本理论和知识，掌握健身健美的基本动作和技术以及教学能力。

16、课程名称：户外运动

学分：3

课程目标：培养学生学会自我健身的方法，养成良好的锻炼习惯，树立牢固的终身体育思想；同时掌握户外运动知识，具备一定野外作业能力和组织策划小型体育赛事的能力；形成良好的个性心理和社会服务意识。

主要内容：本课程主要包括：户外运动概述；户外运动的基本准备；户外运动进阶；生存技能；应急处置；安全保障；户外运动项目（一）；户外运动项目（二）；拓展训练概述；拓展训练模式；拓展训练过程；拓展训练项目；拓展训练的安全保障

教学要求： 通过本课程的学习，使学生基本了解户外运动与拓展训练的主要内容、方法手段，掌握开展此类运动的基本常识、组织与实施过程。

17、课程名称：体育运动俱乐部管理

学分：2

课程目标：培养学生运用俱乐部的运营与管理方式方法的能力。，使学生掌握健身俱乐部运营与管理的基础知识，开阔学生的知识面，进而为学生就业提供支撑。

主要内容：本课程主要包括：健身俱乐部综述；健身休闲俱乐部的创立；健身休闲俱乐部的产品设计；营销管理；健身休闲俱乐部服务管理；健身休闲俱乐部服务质量管理；健身休闲俱乐部人力资源开发与管理；健身休闲俱乐部设施管理；建设休闲俱乐部财务管理；建设休闲俱乐部财务管理；健身休闲俱乐部信息管理；健身休闲俱乐部的危机管理；会员管理。

教学要求：通过本课程的学习，使学生了解健身休闲俱乐部的产生与发展，掌握健身休闲俱乐部的创立方法，进而掌握健身休闲俱乐部的产品设计。

18、课程名称：体育设施与管理

学分：2

课程目标：培养学生理论结合实际和初步运用所学知识分析体育场地设施的巨大潜力，胜任体育场地设施的经营、管理和开发工作。

主要内容：本课程主要包括：体育设施概述；体育场地的构造；体育场地与器材的规格；体育场地的配套设施；体育设施的配备；体育设施的日常管理；体育设施的经营服务管理；体育设施绩效管理。

教学要求：通过本课程的教学，要求学生掌握现代体育场地设施与管理的理论，具有体育场地设施的管理、开发和运营的能力；使学生掌握体育场馆设施的运行机制，再运用科学的体育场地理论进一步指导体育场地设施的开发、管理和运营的实践活动。

19、课程名称：体能训练师

学分：2

课程目标：在教学过程中，培养学生正确的身体姿态、塑造健美体型、陶冶美的情操，使学生从初步认识体能训练到熟练掌握体能训练美方式方法，以及提高教学能力，并让学生在今后的工作和学习中运用所学体能训练知识，得到稳定工作的同时、塑造健美的体魄、感染更多人坚持健身，增进健康。

主要内容：本课程主要包括：体能训练概述；体能训练相关理论；体能测试与评估；力量训练；速度与灵敏训练；有氧与无氧训练；柔韧与拉伸训练；关节养护与功能训练；周期与负

荷安排。

教学要求：通过体能训练课的教学，使学生了解体能训练的基本理论知识，掌握基本动作和技术以及教学方法。

20、课程名称：团操编排与实践训练

学分：2

课程目标：通过教学加强学生编排理论知识建设，了解和掌握创编的原则，一套完美的团操能否成功的出现在它的大舞台，最重要的环节是创编，要求创编者要随着社会的发展不断学习不断提高编排的水平，努力将体育与艺术有机结合，并结合时代的发展，充分反映出当代人的风采风貌，创编出一些富有特色个性鲜明感染力强的团操，让创编得到更多人赏识，从而使使学生得到更好的发展。

主要内容：团操编排与实践训练课程内容包括理论与实践：理论部分：1. 确定主题选择题材；2. 音乐的选择；3. 确定表演人数；4. 动作设计；5. 设计图案图形队形变化。实践部分：1. 分小组自选音乐；2.小组进行团操编排练习；3.各小组团操竞赛。

教学要求：通过团操编排与实践训练实践教学，使学生了解其理论知识和动作技术，掌握编排的基本原则，学会因人而异的教学方法和训练手段。学会科学而巧妙并有规律地变化队形，将表演者合理地安排在团操里。

21、课程名称：跳绳技能与教法

学分：3

课程目标：在教学与练习中，培养学生跳绳运动技能与跳绳的训练方法，让学生今后从事体育工作或自身锻炼时可运用到跳绳技能；培养学生热爱体育，匠人精神，勇于创新，积极为我国跳绳运动发展做贡献，让学生在工作与生活闲时时钻研更多的运动训练方法、训练技巧、开发花样跳绳新动作。通过课程学习，使学生了解我国民族传统体育跳绳运动的发展史和运动特点，掌握跳绳运动的长、短绳，竞速花样等各项运动技术与技巧；培养学生在跳绳团体项目的运用及编排，练习中培养编排能力、运用能力和欣赏能力。让学生具备指导大众开展跳绳运动的能力。

主要内容：本课程主要包括：计数跳绳技术技能动作、教学方法；花样跳绳技能技术动作、教学方法；集体自编花样跳绳技能技术动作、教学方法；《全国跳绳运动竞赛规则》与裁判法；跳绳器材选材；跳绳的发展史。

教学要求：通过跳绳技能的教学，使学生了解其基本动作和技术以及教学方法；掌握跳绳各个项目的运动方法、训练方法、教学方法与器材选择以及跳绳比赛裁判法和注意事项。

22、课程名称：推拿按摩

学分：3

课程目标：通过推拿按摩课程的教学，向学生传授推拿按摩的基本理论知识，基本手法技术。让学生在今后的工作和学习中运用所学推拿按摩知识，增进健康。

主要内容：本课程主要包括：成人推拿；小儿推拿手法；足部推拿手法；内科疾病的推拿治疗；骨伤科疾病的推拿治疗；儿科疾病的推拿治疗。

教学要求：通过本课程的学习，使学生了解人体骨骼、肌肉的构成及经络、腧穴的知识，掌握各类推拿技术的操作方法、操作要领、主治特点及操作禁忌，能熟练完成各种常见疾病推拿技术的操作。

23、课程名称：瑜伽

学分：3

课程目标：在教学过程中，培养学生正确的身体姿态、塑造体型、陶冶美的情操，努力提高艺术修养和审美能力，以及教学能力，并让学生在今后的工作和学习中运用所学瑜伽知识，得到稳定工作的同时、塑造健美的体魄、感染更多人坚持健身，增进健康。

主要内容：本课程主要包括：瑜伽的起源；瑜伽练习方法；准备工作；瑜伽基础体式；瑜伽热身；减脂塑形综合瑜伽体式；减脂加强瑜伽体式；塑形加强瑜伽体式；排毒减压瑜伽体式。

教学要求：通过瑜伽的教学，使学生了解瑜伽的发展历史、基本理论和知识，掌握基本动作和技术。以及教学能力。

24、课程名称：少儿感觉统合理论与实践

学分：3

课程目标：通过教学加强学生理论知识建设，了解感觉统合是以感觉为基础，大脑统合为核心，行为协调为结果的心理过程。这一过程的每一步骤和环节，需要一定的身心成长和学习才能得到发展和完善的重要性。并让学生掌握实际操作和纠正感觉统合不协调的方法和手段。达到

主要内容：感觉统合课程内容包括理论与实践：理论部分：1. 感觉统合的含义；2. 与感觉统合有关的儿童问题；3. 感觉统合失调的表现；4. 感觉统合失调的成因分析；5. 感觉统合训练的作用；6. 运动对感统失调的意义；7. 体操运动对感觉统合训练的贡献。实践部分：1. 综合游戏促感统训练法；2. 轻器械运动矫正感统训练法；3. 技巧、器械矫正感统训练法。

教学要求：通过感觉统合理论与实践教学，使学生了解其理论知识，掌握训练原则、学会因人而异的教学方法和训练手段。

25、课程名称：体育产业经济学

学分：2

课程目标：通过教学使学生掌握体育产业结构、产业组织、产业关联、产业链、产业布局、产业投融资、以及产业政策与规划等基本内容，了解市场经济条件下我国体育产业的经济特点，为学生熟悉我国体育产业发展的现状提供理论上的指导。使学生充分了解基本的产业经济学规律、产业经济学分析方法和特殊的体育经济现象，具备应用产业经济学的理论与方法对发生在体育领域的经济现象进行正确分析的能力。

主要内容：体育产业经济学是一门应用产业经济学相关原理对体育经济现象进行分析的课程，它是一门应用性的课程。本课程一方面通过在体育领域中的案例来阐释产业经济学的原理，另一方面则通过应用产业经济学的相关理论，对一些体育经济现象进行解释来拓展学生认识体

育现象的视野和能力。

教学要求：通过课程的学习，较全面系统地研究体育产业间、内，以及企业在不同产业间的关系、体育产业投融资、体育产业政策与规划等一系列问题。

（三）公共课限制造修课

课程名称：生命安全教育

学分：1

课程目标：增进大学生的卫生知识,使其进一步了解健康的价值和意义,增强维护自身健康的责任感和自觉性,提高自我保健和预防疾病的能力;帮助大学生自觉选择健康的行为和生活方式,消除或减少危险因素的影响,从而促进身心健康,改进生活质量。

主要内容：涵盖健康与亚健康、营养与健康、作息与健康、体育与健康、现场救护、安全教育、常见病的防治。

教学要求：通过本课程的学习，使学生掌握有益于健康的行为生活方式；识别食物营养，并能合理搭配；辨别社会危害，学会自我保护；掌握科学地进行体育锻炼的方法；常见病的防治；现场急救基本措施与方法。

课程名称：马克思主义中国化进程与青年学生使命担当

学分：1

课程目标：教育和引导青年学生增强对实现中华民族伟大复兴的中国梦的使命担当；增强对中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信；引导青年学生自觉报效祖国，把自己的理想和聪明才智自觉融入坚持和发展中国特色社会主义事业、建设社会主义现代化强国的伟大事业中去。

主要内容：主要讲授马克思主义诞生以来的时代特点；马克思主义在中国发展与不同时代青年的责任担当；中国特色社会主义进入新时代与当代青年学生的使命担当；习近平新时代中国特色社会主义思想是马克思主义中国化最新成果，是 21 世纪马克思主义，教育和引导当代青年学生学习和践行习近平新时代中国特色社会主义思想，肩负起为实现“两个一百年”奋斗目标而奋斗的时代使命等。

教学要求：结合教材和教学内容，采取课题理论讲授与实践教学相结合的方式展开教学。主要采取案例式、情景式、讨论式、互动式、“翻转课堂”式等多种形式展开教学。同时，充分发挥和利用网络资源和互联网等现代化教学手段展开教学。

五、学分、学时安排

课程类别		课程学分比例	学分	课程学时比例	学时	学时分配	
						理论教学	实践教学
公共必修课		23%	343	21%	604	476	128
专业 课	专业群平台课 （专业基础课）	10%	14	10%	238	216	22
	专业技能课	30%	42	28%	784	108	676
	专业拓展（选修） 课	11%	15	12%	324	72	252
	专业综合技能 （含实践课）	16%	22	19%	528	0	528
通选课程		3%	4	3%	72	54	18
人文素质教育与“双创”		7%	10	9%	240	476	240
总学时（学分）			140	/	2790	926	1864
占总学时比例					/	33%	67%

六、教学进程总体安排

类别	课程代码	课程名称	课程 类型	考核 方式	学分	学时	实践学 时	学期及课堂教学周数					
								1	2	3	4	5	6
								15周	18周	18周	18周	18周	16周
公共 必修 课	000010160	思想道德修养与法治	B	试	3	48	16	3					
	000010015	形势与政策	A	查	1	18		第一至四学期					
	000010167	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	A	试	2	36			2				
	000010168	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	B	试	3	54	18		3				
	000010130（1）	公共外语（I、II）	A	试	8	136		4	4				
	000010005（6）	办公自动化（I、II）	B	试	4	68	34	2	2				
	000010141	中华优秀传统文化	A	试	2	32		2					
	000010143	职业核心能力实训	C	查	2	48	48			2			
	000010135	大学生心理素质教育与训练	B	试	2	36	4		2				
	000012127	劳动专题教育	A	查	1	16		1					
	000012128	国家安全教育	A	试	1	18			1				
	000010144	陶行知教育思想	A	试	1	18					1		
	000010050	军事理论	A	试	2	36			2				
	000010147	职业发展与就业指导	B	查	2	40	12		第二、五学期				
	小 计				34	604	128	12	16	2	2	2	0
专业 群平 台课	150111001	体育概论★	A	试	4	64		4					
	150111054	运动解剖学★	B	试	3	48	10	3					
	150110100	体育产业经济学	A	试	2	36					2		

专 业 课	（专业基础课）	150111007		运动生理学		B	试	3	54	12		3					
		150111010		体育运动俱乐部管理		A	试	2	36						2		
		小 计						14	238	22	7	3	0	2	2	0	
	专业技能课	150111041		体育赛事管理实务 I、II、III		B	查	9	156	90	3	3	3				
		150111005		体育课程设计与指导		B	查	3	54	50				3			
		150111011		推拿按摩		B	试	3	54	36					3		
		150111028(29)		健美操（I、II）★		C	查	4	96	96				2	2		
		150111020		健身教练 I、II、III、IV★		B	查	14	176	128	2	2	4	2			
		150111007		运动处方		B	查	4	72	64					4		
		150111026		游泳与水上救护		C	查	3	72	72				3			
		150111020(21)		大球技能与教法 I（篮球、足球、排球）		B	查	2	32	28	2						
		150111011		运动损伤与保健		B	试	4	72	16				4			
		小 计						43	784	520	7	5	16	11	3	0	
	专业拓展（选修）课	150111032	四选二	瑜伽		C	查	3	72	72						3	
		150020001		感觉统合		C	查	3	72	72						3	
		150002005		跆拳道		C	查	3	72	72						3	
		150002006		武术		C	查	3	72	72						3	
		150020002	二选一	跳绳技能与教法		C	查	3	72	72					3		
		150002002		户外运动		C	查	3	72	72					3		
		150020003	五选三	团操编排与实践		B	试	2	36	12				2			
		150111055		体育设施与管理		B	试	2	36	12				2			
		150111055		体育科研方法		B	试	2	36	12				2			
		150111015		体能训练师		B	试	2	36	12				2			
		150111014		运动营养学		B	试	2	36	12				2			
		小 计						15	324	252	0	0	6	3	6	0	
	专业综合技能（含实践课）	000010029		毕业综合实践报告		C	查	6	144	144							6
		000010152		顶岗实习		C	查	16	384	384							16
合计								127	2478	1606	26	24	24	18	13	22	
全校通选课程	限定选修课	000010148		马克思主义中国化进程与青年学生使命担当		A	查	1	18			1					
		000020029		生命安全教育		A	查	1	18			1					
	任意选修课程（选修课程详见另表）								2	36	18	从全校通选课中选修 2 个学分					

	合 计					4	72	18		2	0	2	0	0
人文 素质 教育 与 “双创”	必修项目					6		社会实践、课余体育锻炼各 1 学分；军事技能、职业技能考证各 2 学分						
	自选项目					4		详见实施项目安排表						
	合 计					10	240	240						
总 计						141	2790	1864	26	26	24	20	23	22

注：1. 列表中标注★号者为专业核心课程，标注△号者为书证融通课程；
2. 考核方式：试（考试），查（考查）；
3. 课程类型：A（理论课），B（理论+实践课），C（实践课）。
4. 形势与政策课自第一学期开始，安排至第四学期，学时分配（6，4，4，4），学分记入第四学期；职业生涯规划与就业指导课分别在第二、五学期开设，学时分配（20，20），学分记入第五学期。

七、职业技能考证

职业技能考证必须取得 2 个学分，从序号 1—4 中选考 1 项。

序号	职业资格证书名称	颁证单位	等级	性质	学分
1	田径裁判	广州田径协会	三级	选修	2
2	篮球裁判	广州篮球协会	三级	选修	2
3	足球裁判	中国足球协会	三级	选修	2
4	毽球裁判	广州毽球协会、广东省毽球协会	三级	选修	2
5	羽毛球裁判	广州羽毛球协会	三级	选修	2
6	游泳救生员	国家体育总局、人力资源与社会保障部	五级	选修	2
7	健身教练国家职业资格证书	国家体育总局、人力资源与社会保障部	初级	选修	2
8	红十字会 CRP 证书	红十字协会	初级	选修	2
9	广东体能协会认证证书	广东体能协会	初级	选修	2
10	社会指导员	国家体育总局	初级	选修	2
11	职业核心能力	教育部中国成人教育协会	中级	选修	2

八、实施保障

（一）师资队伍。

师资队伍整体结构合理，发展趋势良好，符合专业目标定位要求，适应学科、专业长远发展需要和教学需要。专业带头人和骨干教师要占到教师总数的一半以上，专业带头人应由具有高级职称的教师担任，要能够站在体育运营与管理专业领域发展前沿，熟悉行业企业最新技术动态，把握专业技术改革方向；骨干教师要能够根据行业企业岗位群的需要开发课程，及时更

新教学内容。生师比适宜，满足本专业教学工作的需要。双师比结构合理。聘请企业技术骨干担任兼职教师，尤其针对实践部分进行行业标准的试炼。

（二）教学设施。

实训室建设是高职学生能力培养的最重要环节，而实践课是培养学生能力的最佳途径，体育运营与管理专业的实训室（见表 4）应能提供真实的实践环境。通过实践学习，真正提高学生的技能和实战能力，使学生感受企业文化氛围，具有扎实的理论基础、很强的实践动手能力和良好的素质，这些都是他们将来在就业竞争中非常明显的竞争优势，扩大学生在毕业时的择业范围，对于学生来说具有现实意义的。

同时加强基地软环境建设，校企共同设计和开发教学、实训项目，共同编写实训指南，引进企业标准和企业文化，使校内生产性实训室更加接近企业真实工作环境，能更好地开展以企业真实项目为情境单元的“教、学、做一体化”的教学及项目实践，培养学生从初学到熟练职业能力；同时使学生在校内实训过程中受到企业文化的熏陶，培养学生的职业素质。

表 4 校内实训基地

序号	实训室名称
1	体育馆
2	篮球场
3	排球场
4	田径场
5	足球场
6	跆拳道馆
7	体质测试室
8	健身房

表 5 校外实训基地

序号	实训室名称
1	华联-广州华蒙星体育发展有限公司
2	华联-广州市动益健健身有限公司
3	华联-广东盛通体育发展有限公司
4	华联-广州华瑞健体育活动策划有限公司
5	华联-广州河美体育科技有限公司
6	华联-广州新安体育发展有限公司
7	华联-广州龙飞体育发展有限公司
8	华联-广州天哲教育科技有限公司
9	华联-广州人之本体育有限责任公司

（三）教学资源。

1. 选用国家精品课程教学资源

充分利用现有国家精品课程的一流的教学内容和一流的教学资源，开展专业课程的教学活动，将国家精品课程的建设成果有效地应用到专业课程的教学，以获得最佳的教学效果。

2. 选用优秀的高职高专规划教材

教材是实现人才培养目标的主要载体，是教学的基本依据。选用高质量的教材是培养高质量优秀人才的基本保证。近年来许多出版社在“教育部高职高专规划教材”和“21世纪高职高专教材”的组织建设中，出版了一批反映高职高专教育特色的优秀教材、精品教材。在进行教材选用时，应整体研究制定教材选用标准，使在教学中实际应用的教材能明显反映反映行业特征，并具时代性、应用性、先进性和普适性。

（四）教学方法

在教学过程中，教师依据以行动为导向的教学方法，在课程教学过程中，重点倡导“要我学”改为“我要学”的学习理念，突出“以学生为中心”，强调探究性学习、互动学习、协作学习等多种学习策略，充分运用行动导向教学法，采用任务驱动教学法、小组协作学习、角色扮演教学法、案例教学法、引导文教学法、头脑风暴法、模拟教学法、自主学习等多种教学方法，践行“学中做、做中学”，教学过程突出“以学生为中心”，从而促进学生职业能力的培养，有效地培养学生解决问题的能力及可持续发展的能力。

（五）学习评价。

专业积极推进课程教学评价体系改革，突出能力考核评价方式，建立由形式多样化的课程考核形式组成的评价体系，积极吸纳行业企业和社会参与学生的考核评价，通过多样式的考核方式，实现对学生专业技能及岗位技能的综合素质评价，激发学生自主性学习，鼓励学生的个性发展以及培养其创新意识和创造能力，更有利于培养学生的职业能力。

1. 课程考核

考核应以形成性考核为主，可以根据不同课程的特点和要求采取笔试、口试、实操、作品展示、成果汇报等多种方式进行考核；

考核要以能力考核为核心，综合考核专业知识、专业技能、方法能力、职业素质、团队合作等方面；

各门课程应根据课程的特点和要求，对采取不同方式及各个方面的考核结果，通过一定的加权系数评定课程最终成绩，具体每门课程的考核要点和权重由课程教学方案予以明确。

2. 课程评价

充分认识评价在课程建设中的重要性，根据评价目的，确定评价指标，收集教学信息，进行综合分析，进一步加强对课程考核评价的管理。在课程学习评价中，关注学生的进步和发展，突出评价的激励与反馈功能，建立新型的课程考核评价观；在课程考核评价的内容中，包含任务评价、项目评价、课程评价、职业素养评价等几方面，实现评价内容的多元化；在课程考核评价方法中，实施不同层次的分层次考核，并建立学生自评、互评和教师评价、企业评价、社会评价相结合的评价体系，评价方式多样化，实行量化考核，促进学生学习积极性和学习效果的提高；对学生的学习过程和学习效果进行综合评价，形成既注重过程评价又注重效果评价的综合考核评价体系。

（六）质量管理。

建立健全校院（系）两级的质量保障体系。以保障和提高教学质量为目标，运用系统方法，依靠必要的组织结构，统筹考虑影响教学质量的各主要因素，结合教学诊断与改进、质量年报等职业院校自主保证人才培养质量的工作，统筹管理学院各部门、各环节的教学质量管理活动，形成任务、职责、权限明确，相互协调、相互促进的质量管理有机整体。

九、毕业要求

本专业毕业必须修满 140 个学分，采用学年学分制教学。学生在校期间，须按规定参加入学教育、军训、社会实践、毕业教育、课程修读等环节方可毕业，其中公共必修课、专业群平台课（专业基础课）、专业技能课、专业综合技能（含实践课）学分必须取得，专业拓展（选修）课必须修满 15 学分，通选课必须修满 4 学分，人文素质教育与“双创” 必须修满 10 学分。

十、附录

包括：课程教学进度表、教学计划调整申请（审批）表（表格见“私立华联学院关于修订 2022 级专业人才培养方案的指导意见”）

责任人：陈新红