



艺术学院
Academy of Fine Arts

2022 级社会体育专业 人才培养方案

目 录

一、专业名称及代码	1
二、入学要求	1
三、修业年限	1
四、职业面向	1
五、培养目标与培养规格	1
六、课程设置及要求	3
(一) 课程体系构建思路	3
(二) 课程设置	6
七、教学总体安排	24
(一) 学分学时要求	24
(二) 课堂教学安排	25
八、实施保障	30
(一) 人才培养实施流程	30
(二) 人才培养实施保障	36
九、毕业要求	41
十、人才培养方案审批	41

广安职业技术学院

社会体育专业人才培养方案

一、专业名称及代码

社会体育（670403）

二、入学要求

普通高级中学毕业、中等职业学校毕业或具备同等学力

三、修业年限

三年

四、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)	主要岗位群或技术领域举例	职业资格证书或职业技能等级证书或行业企业证书举例
教育与体育 大类 (67)	体育类 (6704)	体育 (89)	健身和娱乐场所服务人员 (4-13-04)	篮球、健身、网球 社会体育指导员	篮球、健身、网球 (社会体育指导员 证书)

五、培养目标与培养规格

(一) 培养目标

本专业培养与我国社会主义现代化建设要求相适应的，在德、智、体、美、劳等方面全面发展的，具有坚定的政治理想和信念和一定的科学文化水平，良好的人文素养、职业道德和创新意识，精益求精的工匠精神，较强的就业能力和可持续发展的能力；掌握本专业知识和技术技能，面向体育行业的健身和娱乐场所服务人员等职业群，能够从事体育健身指导，体育赛事活动策划与组织、体育科学知识传播、体质监测与评价等工作的高素质技术技能人才。

(二) 培养规格

本专业毕业生应在素质、知识和能力方面达到以下要求：

1. 素质要求

(1) 坚定拥护中国共产党领导，坚持走社会主义道路，在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，践行社会主义核心价值观，牢固确立实现中华民族伟大复兴的共同理想和坚定信念，具有深厚的爱国情感和中华民族自豪感；

(2) 树立正确的人生观、世界观和价值观，践行社会主义荣辱观。崇尚宪法、遵法守纪、崇德向善、诚实守信、尊重生命、热爱劳动，履行道德准则和行为规范，具有社会责任感和社会参与意识；

(3) 具有质量意识、环保意识、安全意识、信息素养、工匠精神、创新思维；

(4) 勇于奋斗、乐观向上，具有良好的人际沟通和交往能力、较强的自我管理能力、职业生涯规划的意识，有较强的集体意识和团队合作精神；

(5) 具有健康的体魄、心理和健全的人格，掌握基本运动知识和一两项运动技能，养成良好的健身与卫生习惯，良好的行为习惯；

(6) 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。

2.知识要求

(1) 掌握必备的思想政理论、科学文化基础知识和中华优秀传统文化知识；

(2) 熟悉与本专业相关的法律法规以及环境保护、安全消防等相关知识；

(3) 掌握社会体育学、运动人体科学、教育学的基本理论知识；

(4) 掌握人体测量与评价相关的理论知识；

(5) 掌握健康运动处方、竞技运动处方、常见慢性疾病运动处方的制定原则和方法；

(6) 掌握大众体育健身咨询指导的基本理论与方法；

(7) 掌握社会体育活动和赛事策划、组织和管理的基本理论与方法；

(8) 掌握职业社会体育指导员所涉运动项目的基础理论，包括技术原理、技术规则、训练方法等。

3.能力要求

(1) 具有探究学习、终身学习、分析问题和解决问题的能力；

(2) 具有良好的语言、文字表达能力和沟通能力；

(3) 具备体育健身项目(包括社区常见运动项目)的运动技能及其健身指导能力；

(4) 具备各项运动项目的执裁能力；

(5) 能够策划、组织、实施大众社会体育活动或体育赛事；

(6) 能够对各人群或个人进行国民体质测量，并正确分析与评价其结果；

(7) 能够根据国民体质监测结果，制定切实可行的运动处方，并对运动过程中发生的运动损伤进行诊断和初步处理；

(8) 具备健身场馆的管理与营运能力。

六、课程设置及要求

(一) 课程体系构建思路

根据对健身行业和体育专项的市场调研确定工作岗位,对工作岗位及典型工作任务的分析,确定职业素质与职业能力要求,按照教育规律和职业素质与职业能力要求构建课程体系。社会体育专业企业反馈能力见图1所示,社会体育专业课程体系开发流程见图2所示,社会体育专业岗位能力分析见图3所示。

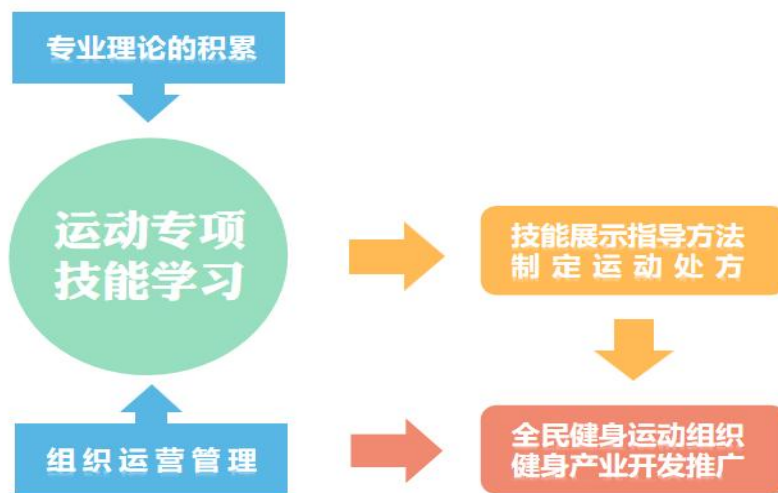


图 1 社会体育专业企业反馈能力



图 2 社会体育专业课程体系开发流程图

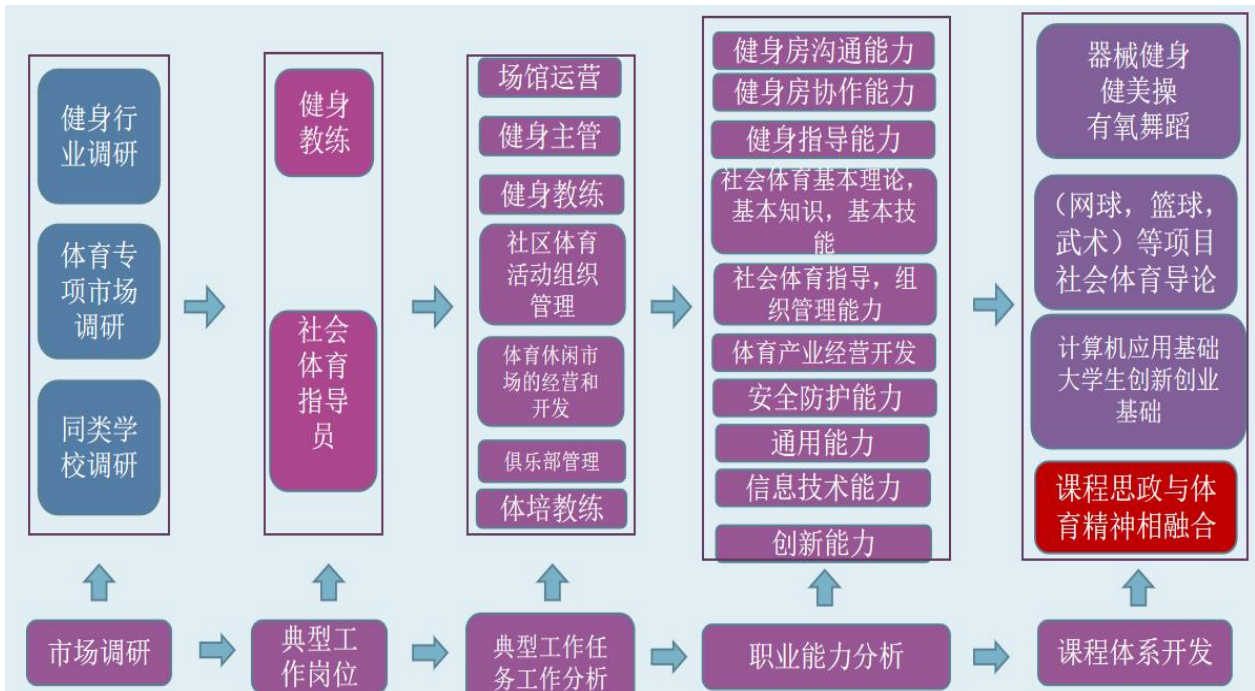


图3 专业岗位能力分析图

社会体育专业依托健身市场，以社会体育专业人才培养目标为依据，以就业为导向，突出产教融合，构建了培养学生通用能力和专业技术技能相结合的“能力本位”体系。“能力本位”体系见图4。

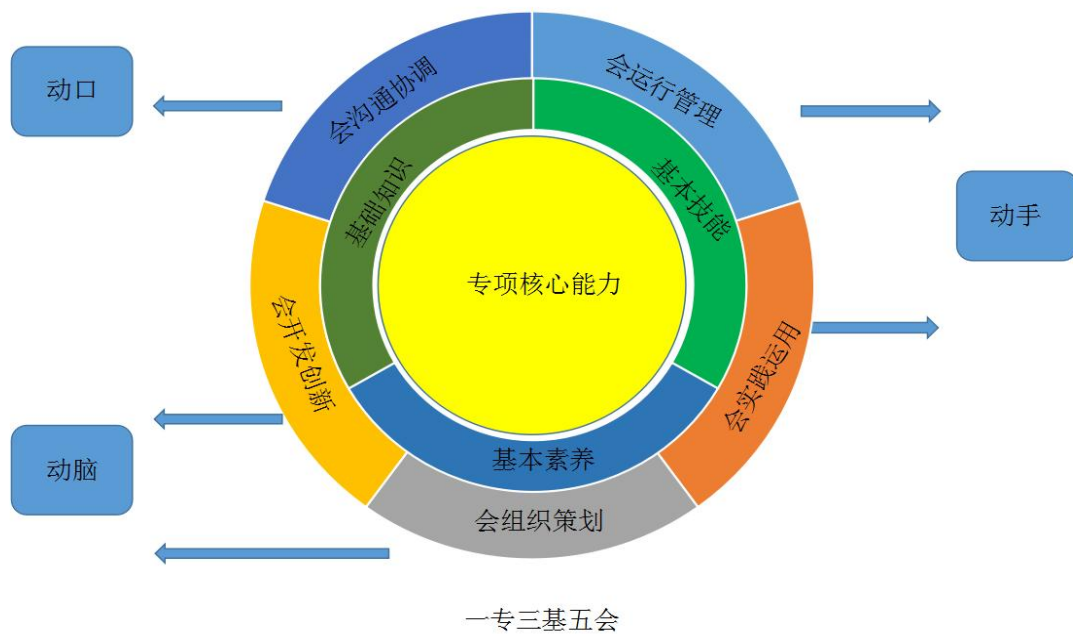


图4 “能力本位”体系图

(二) 课程设置

1. 公共基础课程

序号	课程类别	课程属性	课程名称	课程编号	学分	学时	课程目标	主要教学内容与要求	课证、课赛、课项互换说明
1	公共基础课	公共必修课	思想道德修养与法治(1)	D1100137	1.5	24	<p>知识目标: 掌握思想道德修养与法治的基本理论知识。熟悉与社会体育专业相关的职业道德、法律法规相关知识。</p> <p>能力目标: 培养学习生涯和社会体育专业职业生涯的规划设计能力; 具有良好的人际沟通和交往能力、较强的自我管理能力和较强的集体意识和团队合作精神; 提升实践中德行规范意识和能力; 具有依法行使法律权利和履行法律义务的能力</p> <p>素养目标: 帮助大学生树立正确的世界观、人生观、价值观, 培养大学生的健全人格以及良好的思想道德素质和法律素养, 培养体格健康、智格聪颖、人格健全、品格高尚、国格鲜明的新时代体育人。</p>	<p>主要教学内容: 领悟人生真谛、把握人生方向, 追求远大理想、坚定崇高信念, 继承优良传统、弘扬中国精神, 培育和践行社会主义核心价值观; 遵守道德规范、锤炼道德品格, 把正确的道德认知、自觉的道德养成和积极的道德实践紧密结合起来, 引领良好的社会风尚, 学习法治思想、养成法治思维, 自觉遵守学法守法用法, 从而具备良好的思想道德素质和法治素养。</p> <p>教学要求: 采用线上线下混合式教学, 注重理论讲授和社会体育专业实践相结合; 用好爱国主义教育资源、结合社会体育专业打造情景式教学、鼓励学生参与社会实践; 知识传授与价值引领相结合, 依托社会体育专业知识传授社会主义核心价值观, 增强本课程的亲近感、获得感, 以培育具有“学研训参赛”“五格”“五能”卓越体育工匠的人才。</p>	
2	公共基础课	公共必修课	思想道德修养与法治(2)	D1100138	1.5	24			
3	公共基础课	公共必修课	毛泽东思想与中国特色社会主义理论体系概论	D1100163	2	32		<p>主要教学内容: 把握马克思主义中国化的科学内涵, 厘清各大理论成果间的逻辑关系。毛泽东思想的主要内容, 特别要将新民主主义革命理论、社会主义改造理论讲透彻; 讲清邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观的形成和主要内容。</p> <p>教学要求: 采用线上线下混合式教学, 突出课程的理论性、实践性、时政性、实效性, 注重知识传授与价值引领。</p>	

4	公共基础课	公共必修课	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	D1100164	3	48	<p>知识目标：整体掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的理论逻辑、历史逻辑与实践逻辑，深刻理解习近平新时代中国特色社会主义思想是以习近平同志为核心的党中央坚持解放思想、实事求是、守正创新，坚持用马克思主义之“矢”去射新时代中国之“的”的重大理论创新成果。</p> <p>能力目标：注重将党的创新理论教育与大学生的成长特点和认知规律结合起来，在知行合一、学以致用上下功夫，大力弘扬理论联系实际的优良学风，更加自觉用这一思想指导解决实际问题。</p> <p>素养目标：教育引导学生在实际行动中来，把学习奋斗的具体目标同中华民族伟大复兴的伟大目标结合起来进一步增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”，增强政治认同、思想认同、理论认同、情感认同，努力成长为担当民族复兴重任的时代新人。</p>	<p>主要教学内容：突出中国特色社会主义新时代这个重点，系统讲解党的十八大以来原创性思想、变革性实践、突破性进展和标志性成果，讲深讲透“两个结合”“两个确立”“十个明确”“十个方面的历史经验”“十四个坚持”“马克思主义中国化新的飞跃”</p> <p>教学要求：以专题式讲授为主，辅以案例式、研讨式教学。</p>
5	公共基础课	公共必修课	形势与政策(1)	D1100140	0.2	8	<p>知识目标：学习马克思主义形势观和政策观、党的路线、方针和政策，熟悉马克思主义的立场、观点和方法，掌握政治、经济、文化、历史及社会等多领域的知识和信息。</p> <p>能力目标：认清国内外形势，培养学生全面、准确地理解党的路线、方针和政策的能力，运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题能力。</p> <p>素养目标：增强学生振兴中华和实现中华民族伟大复兴的信念，有坚定的政治立场，成为一个眼界开阔、有大局观、有责任感、有思想境界的、具有真才实学的体育工匠。</p>	<p>主要教学内容：依据教育部《高校“形势与政策”课教学要点》重点讲授党的理论创新最新成果，新时代中国特色社会主义的生动实践，世界和中国发展大势，及时回应学生关注的热点问题。</p> <p>教学要求：采用线上线下混合式教学，充分运用现代信息技术手段，构建与社会体育专业相结合的“课堂讲授”+“专题讲座”+“教学实践活动”三位一体的教学模式，引导学生站在建设体育强国和全民健身国家战略的高度，立大志、做大事、当新人，弘扬体育健身，做卓越体育工匠，增强课程实效性。</p>
6	公共基础课	公共必修课	形势与政策(2)	D1100142	0.2	8	<p>知识目标：学习马克思主义形势观和政策观、党的路线、方针和政策，熟悉马克思主义的立场、观点和方法，掌握政治、经济、文化、历史及社会等多领域的知识和信息。</p> <p>能力目标：认清国内外形势，培养学生全面、准确地理解党的路线、方针和政策的能力，运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题能力。</p> <p>素养目标：增强学生振兴中华和实现中华民族伟大复兴的信念，有坚定的政治立场，成为一个眼界开阔、有大局观、</p>	<p>主要教学内容：依据教育部《高校“形势与政策”课教学要点》重点讲授党的理论创新最新成果，新时代中国特色社会主义的生动实践，世界和中国发展大势，及时回应学生关注的热点问题。</p> <p>教学要求：采用线上线下混合式教学，充分运用现代信息技术手段，构建与社会体育专业相结合的“课堂讲授”+“专题讲座”+“教学实践活动”三位一体的教学模式，引导学生站在建设</p>

							有责任感、有思想境界的爱国主义大学生。	体育强国和全民健身国家战略的高度，立大志、做大事、当新人，弘扬体育健身，做卓越体育工匠，增强课程实效性。
7	公共基础课	公共必修课	形势与政策(3)	D1100143	0.2	8	<p>知识目标：学习马克思主义形势观和政策观、党的路线、方针和政策，熟悉马克思主义的立场、观点和方法，掌握政治、经济、文化、历史及社会等多领域的知识和信息。</p> <p>能力目标：认清国内外形势，培养学生全面、准确地理解党的路线、方针和政策的能力，运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题能力。</p> <p>素养目标：增强学生振兴中华和实现中华民族伟大复兴的信念，有坚定的政治立场，成为一个眼界开阔、有大局观、有责任感、有思想境界的爱国主义大学生。</p>	<p>主要教学内容：依据教育部《高校“形势与政策”课教学要点》重点讲授党的理论创新最新成果，新时代中国特色社会主义的生动实践，世界和中国发展大势，及时回应学生关注的热点问题。</p> <p>教学要求：采用线上线下混合式教学，充分运用现代信息技术手段，构建与社会体育专业相结合的“课堂讲授”+“专题讲座”+“教学实践活动”三位一体的教学模式，引导学生站在建设体育强国和全民健身国家战略的高度，立大志、做大事、当新人，弘扬体育健身，做卓越体育工匠，增强课程实效性。</p>
8	公共基础课	公共必修课	形势与政策(4)	D1100144	0.2	8	<p>知识目标：学习马克思主义形势观和政策观、党的路线、方针和政策，熟悉马克思主义的立场、观点和方法，掌握政治、经济、文化、历史及社会等多领域的知识和信息。</p> <p>能力目标：认清国内外形势，培养学生全面、准确地理解党的路线、方针和政策的能力，运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题能力。</p> <p>素养目标：增强学生振兴中华和实现中华民族伟大复兴的信念，有坚定的政治立场，成为一个眼界开阔、有大局观、有责任感、有思想境界的爱国主义大学生。</p>	<p>主要教学内容：依据教育部《高校“形势与政策”课教学要点》重点讲授党的理论创新最新成果，新时代中国特色社会主义的生动实践，世界和中国发展大势，及时回应学生关注的热点问题。</p> <p>教学要求：采用线上线下混合式教学，充分运用现代信息技术手段，构建与社会体育专业相结合的“课堂讲授”+“专题讲座”+“教学实践活动”三位一体的教学模式，引导学生站在建设体育强国和全民健身国家战略的高度，立大志、做大事、当新人，弘扬体育健身，做卓越体育工匠，增强课程实效性。</p>
9	公共基础课	公共必修课	形势与政策(5)	D1100145	0.2	8	<p>知识目标：学习马克思主义形势观和政策观、党的路线、方针和政策，熟悉马克思主义的立场、观点和方法，掌握政治、经济、文化、历史及社会等多领域的知识和信息。</p> <p>能力目标：认清国内外形势，培养学生全面、准确地理解党的路线、方针和政策的能力，运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题能力。</p> <p>素养目标：增强学生振兴中华和实现中华民族伟大复兴的信念，有坚定的政治立场，成为一个眼界开阔、有大局观、有责任感、有思想境界的爱国主义大学生。</p>	<p>主要教学内容：依据教育部《高校“形势与政策”课教学要点》重点讲授党的理论创新最新成果，新时代中国特色社会主义的生动实践，世界和中国发展大势，及时回应学生关注的热点问题。</p> <p>教学要求：采用线上线下混合式教学，充分运用现代信息技术手段，构建与社会体育专业相结合的“课堂讲授”+“专题讲座”+“教学实践活动”三位一体的教学模式，引导学生站在建设体育强国和全民健身国家战略的高度，立大志、做大事、当新人，弘扬体育健身，做卓越体育工匠，增强课程实效性。</p>

									新人，弘扬体育健身，做卓越体育工匠，增强课程实效性。
10	公共基础课	公共必修课	大学生心理健康	D1100002	1	16	<p>知识目标：使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。</p> <p>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。如学习发展技能、环境适应技能、压力管理技能、沟通技能、问题解决技能、自我管理技能、人际交往技能等。</p> <p>素养目标：能够对自己的身体条件、心理状况、行为能力等进行客观评价，正确认识自己、接纳自己，在遇到心理问题时能够进行自我调适或寻求帮助，积极探索适合自己并适应社会的生活状态。</p>	<p>主要教学内容：健全和谐的人格；认识自我学会调适；大学生学习心理；大学生的人际关系；大学生的情绪调适；大学生性心理及调适；择业就业规划人生。</p> <p>教学要求：尽量降低理论深度，力求生动形象；密切联系生活实际，用实例丰富教学，力求生动有趣。</p>	
11	公共基础课	公共必修课	信息技术	D1200043	3	48	<p>知识目标：熟练运用 Word 进行文档编辑和排版操作、Excel 表格图表操作、PowerPoint 演示文稿制作；了解数字图像处理的操作过程；了解数字视频的特点，熟悉数字视频处理的操作过程。</p> <p>能力目标：计算机软硬件系统的安装、调试、操作与维护能力。利用 Office 工具进行项目开发文档的整理、报告的演示、表格的绘制与数据的处理的能力；掌握对数字图像进行简单操作；掌握通过移动端应用程序进行视频制作、剪辑与发布等操作。</p> <p>素养目标：主要包括信息意识、计算思维、数字化创新与发展、信息社会责任四个方面。能以有效的方法和手段判断信息的可靠性、真实性、准确性和目的性；能综合利用各种信息资源、科学方法和信息技术工具解决问题；能综合利用相关数字化资源与工具，完成学习任务并具备创造性地解决问题的能力；明确在信息社会中，个体在文化修养、道德规范和行为自律等方面应尽的责任。</p>	<p>主要教学内容：依据高等职业教育专科信息技术课程标准（2021 年版），在文档处理、电子表格处理、演示文稿制作、信息检索、新一代信息技术概述、信息素养与社会责任六部分内容的基础上，突出电子教案排版（Word）设计和课堂教学 PPT 的设计与制作，拓展数字媒体方面内容。</p> <p>教学要求：通过案例式教学，使学生熟练掌握常用办公工具软件的使用。讲练结合、理实一体，全面实施课程思政，注重知识传授与价值引领同步。</p>	获得全国计算机一级及以上证书，该课程成绩评定为 80 分以上。

12	公共基础课	公共必修课	军事理论	D1100101	2	32	<p>知识目标: 掌握军事基础知识与基本军事技能。</p> <p>能力目标: 运用所学理论思考、分析解决实际问题的能力。</p> <p>素养目标: 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,加强组织纪律性,为中国人民解放军训练后备兵员和培养预备役军官打下坚实的基础。</p>	<p>主要教学内容: 中国国防、军事思想、国家安全、现代战争、信息化装备</p> <p>教学要求: 以课堂教学和教师面授为主,自主学习完成网络学习平台的全部教学视频。全面实施课程思政,注重知识传授与价值引领同步。</p>
13	公共基础课	公共必修课	军事技能	D1100110	2	48	<p>知识目标: 掌握基本军事知识和军事技能</p> <p>能力目标: 培养责任感,集体荣誉感和良好的生活习惯</p> <p>素养目标: 提高学生的政治觉悟,激发爱国热情,发扬革命英雄主义精神,培养艰苦奋斗,刻苦耐劳的坚强毅力和集体主义精神,增强国防观念和组织纪律性</p>	<p>主要教学内容: 队列训练;内务训练与考核;防卫技能与战时防护训练;射击与战术训练、战备基础与应用训练</p> <p>教学要求: 坚持按纲施训、依法治训原则,积极推广仿真训练和模拟训练。结合知识传授,全面实施课程思政,注重知识传授与价值引领同步。</p>
14	公共基础课	公共必修课	体育健康测试(1)	D1300017	1	24	<p>知识目标: 为了贯彻落实健康第一的指导思想,切实加强学校体育工作,促进学生积极参加体育锻炼,养成良好的锻炼习惯,提高体质健康水平制定。</p> <p>能力目标: 促进学生体质健康发展、激励学生积极进行身体锻炼。</p> <p>素养目标: 是学生和社会能够对影响身体健康的主要因素有一个更明确的认识和理解,引导人们去积极追求身体的健康状态,实现学校体育的目标。</p>	<p>主要教学内容: 学生身高、体重、肺活量、50米跑、立定跳远、坐位体前屈、800米跑、1000米跑、一分钟仰卧起坐、引体向上、左眼视力、右眼视力,反映与身体健康关系密切的身体成分、心血管系统功能、肌肉的力量和耐力、以及关节和肌肉的柔韧性等要素的基本状况,促进大学生积极参加体育锻炼,养成良好的锻炼习惯,提高体质健康水平制定使大学生养成体育锻炼的生活习惯,提高大学生身体素质。</p>
15	公共基础课	公共必修课	体育健康测试(2)	D1300018	0.5	12	<p>知识目标: 为了贯彻落实健康第一的指导思想,切实加强学校体育工作,促进学生积极参加体育锻炼,养成良好的锻炼习惯,提高体质健康水平制定。</p> <p>能力目标: 促进学生体质健康发展、激励学生积极进行身体锻炼。</p> <p>素养目标: 是学生和社会能够对影响身体健康的主要因素有一个更明确的认识和理解,引导人们去积极追求身体的健康状态,实现学校体育的目标。</p>	<p>主要教学内容: 学生身高、体重、肺活量、50米跑、立定跳远、坐位体前屈、800米跑、1000米跑、一分钟仰卧起坐、引体向上、左眼视力、右眼视力,反映与身体健康关系密切的身体成分、心血管系统功能、肌肉的力量和耐力、以及关节和肌肉的柔韧性等要素的基本状况,促进大学生积极参加体育锻炼,养成良好的锻炼习惯,提高体质健康水平制定使大学生养成体育锻炼的生活习惯,提高大学生身体素质。</p>
16	公共基础课	公共必修课	体育健康测试(3)	D1300019	0.5	12	<p>知识目标: 为了贯彻落实健康第一的指导思想,切实加强学校体育工作,促进学生积极参加体育锻炼,养成良好的锻炼习惯,提高体质健康水平制定。</p> <p>能力目标: 促进学生体质健康发展、激励学生积极进行身体锻炼。</p>	<p>主要教学内容: 学生身高、体重、肺活量、50米跑、立定跳远、坐位体前屈、800米跑、1000米跑、一分钟仰卧起坐、引体向上、左眼视力、右眼视力,反映与身体健康关系密切的身体成分、心血管系统功能、肌肉的力量和耐力、以及关节和肌肉的柔韧</p>

							<p>素养目标:是学生和社会能够对影响身体健康的主要因素有一个更明确的认识和理解,引导人们去积极追求身体的健康状态,实现学校体育的目标。</p>	<p>性等要素的基本状况,促进大学生积极参加体育锻炼,养成良好的锻炼习惯,提高体质健康水平制定使大学生养成体育锻炼的生活习惯,提高大学生身体素质。</p>
17	公共基础课	公共必修课	职业生涯规划与发展	D1100112	0.5	8	<p>知识目标:使学生掌握职业生涯规划的基础知识和常用方法。</p> <p>能力目标:形成职业生涯规划的能力,增强提高职业素质和职业能力的自觉性,做好适应社会、融入社会和就业、创业的准备</p> <p>素养目标:引导学生增强职业意识,形成正确的职业观,明确职业理想对人生发展的重要性。</p>	<p>主要教学内容:职业生涯规划探索、自我探索、职业社会认知、确立职业生涯规划目标、大学生职业生涯规划制定与实施</p>
18	公共基础课	公共必修课	就业指导	D1100031	0.5	8	<p>知识目标:使学生了解职业、职业素质、职业道德、职业个性、职业选择、职业理想的基本知识与要求。</p> <p>能力目标:指导学生提高职业道德实践能力,具备依法择业、依法从业能力和职业生涯规划能力。</p> <p>素养目标:培养学生树立正确的职业观,养成适应职业要求的行为习惯,激发学生提高全面素质的自觉性。</p>	<p>主要教学内容:就业形势与就业政策、就业观念、就业心态与职业道德、职业生涯规划、人才测评与自我认知、求职方法与技巧、就业基本权益保护。</p>
19	公共基础课	公共必修课	大学生创新创业基础	D1100001	1	16	<p>知识目标:熟悉掌握创新思维的基本方法;了解创业的基本概念、原理和方法;掌握创业资源整合与创业计划书撰写方法;熟悉新企业开办流程;</p> <p>能力目标:形成创新创业者的科学思维,能进行创新应用;通过加强社交能力,提升信息获取与利用能力;能够独立撰写创业计划书等创业就业文件。</p> <p>素养目标: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,树立科学的创新创业观促进学生创业、就业和全面发展。</p>	<p>主要教学内容:本专业就业发展方向及知识技能准备;职业道德及就业素质要求;职业生涯规划;就业制度与形势、政策;就业准备;求职过程及就业面试技巧;求职策略;就业权益保护;自主创业;就业签约与派遣。</p> <p>教学要求:结合知识传授,全面实施课程思政,注重知识传授与价值引领同步。</p>
20	公共基础课	公共必修课	大学英语(1)	D1200044	2	32	<p>知识目标:掌握问候及自我介绍、指路问路、健康生活、绿色环保主题相关的英语词汇及表达;掌握基础的英语语法知识如基本句型、名词的数、动词的时态、形容词的级。</p> <p>能力目标:能听懂话题相关的英文对话;能阅读主题相关的简单文本材料;能围绕话题用英语进行口头交流和书面表达;能正确使用基本的语法知识。</p> <p>素养目标:对中西方文化差异有理性、科学的认识,具有社会主义核心价值观,树立正确的世界观、人生观、价值观,树立中国文化自信,具有一定语言学习素养。</p>	<p>主要教学内容:问候及自我介绍、问路指路、健康生活、绿色环保主题相关词汇、表达及文本材料;英语基本句型、名词的数、动词的时态、形容词的级。</p> <p>教学要求:讲练结合,理实一体,线上与线下融合。结合知识传授,全面实施课程思政,注重知识传授与价值引领同步。</p>

21	公共基础课	公共必修课	大学英语(2)	D1200045	2	32	<p>知识目标:掌握求职面试、客服管理、预约接待英语词汇及表达;了解主题相关的文本材料。理解基础的英语语法知识如复合句、倒装句、强调句、省略句。</p> <p>能力目标:能理解并运用求职面试、客服管理、预约接待话题相关的英文词汇及表达;能阅读主题相关的简单文本材料;能围绕话题用英语进行口头交流和书面表达;能正确使用基本的语法知识。</p> <p>素养目标:增强语言表达自信和服务意识,提升职业素养和就业核心能力。</p>	<p>主要教学内容:结合社会体育专业,设置求职面试、客服管理、预约接待英语词汇、表达及文本材料;基础的英语语法知识如复合句、倒装句、强调句、省略句作为主要教学内容。</p> <p>教学要求:讲练结合,理实一体,线上与线下融合。结合求职面试、客服管理、预约接待等英语知识传授,全面实施课程思政,注重知识传授与职业价值引领同步。</p>	
22	公共基础课	公共限选课	普通话	D1200031	2	32	<p>知识目标:通过本课程教学,一是使学生了解普通话基本的语音知识,掌握普通话声韵调、音变等语音系统,掌握一些难点音的发音和方法,掌握普通话的语流音变的基本规律,普通话水平测试的方法和技巧,把握应试要求。二是讲授朗读、说话等口语表达的知识技巧,在训练中提高学生朗读和说话能力。</p> <p>能力目标:采用讲练相结合的学习实践模式,让学生具备一定的方言辨正能力,能发现自己普通话发音存在的问题,掌握普通话练习和提高的方法,并通过大量的训练获得普通话口语表达的基本技能、克服不良发音习惯,养成正确发音习惯,切实提高学生普通话口语水平,形成标准、流畅的普通话能力,具有运用普通话进行朗读、说话的能力,具有在实践工作中能正确、准确进行口语表达的能力。</p> <p>素养目标:通过本课程教学,不仅使学生能用标准和基本标准的普通话进行口语交际和测试,并达到国家规定的普通话等级标准,而且能切实提高学生口语表达的能力,提升学生良好的语言素质。</p>	<p>主要教学内容:普通话的含义及普通话等级考试的性质、目的、方式、等级、内容;汉语拼音方案;声母的分类和发音;难点声母边鼻、平翘等的辨正;韵母的分类和发音;难点韵母单韵母、前后鼻韵母等的发音。普通话基本语音练习。声母边鼻、平翘等的辨正;单韵母、前后鼻韵母等的发音实训。</p> <p>教学要求:在了解普通话基本语音知识的基础上,掌握标准规范的发音方法,通过大量的听读说实践训练提高普通话口语水平;了解普通话水平测试的相关要求,把握测试技巧,通过测试达到国家要求的等级标准。</p>	公共基础限选课由各专业根据专业教学标准选择性开设,专业教学标准中要求开设的课程必须开设,至少开设6学分以上。
23	公共基础课	公共限选课	演讲与口才	D1200028	2	32	<p>知识目标:了解言语交际的重要作用、基本原则、习得方法,理解言语交际必备的心理素质、思维素质、应变能力及倾听素养。</p> <p>能力目标:掌握有声语言、态势语言、社交语言、求职口才、即兴演讲、服务口才等贴近学生未来工作岗位与日常生活实践需要的言语口才基本技巧与方法。做到敢说话、愿说话,其次做到能说话,会说话。</p> <p>素养目标:在不同交际交往场合,与不同交往对象,能自信、准确、清晰、流畅、贴切的表情达意并有效达成日常交际交往目的,形成良好的言语交际意识与习惯。</p>	<p>主要教学内容:演讲口才的概述、演讲和辩论的语言主要构成要素、演讲和辩论的非语言主要构成要素、不同场合的演讲辩论运用、演讲辩论中的角色分析、演讲和辩论中的论证方法、演讲和辩论中的逻辑谬误</p> <p>教学要求:培养学生的今后步入教师行业之后和学生进行交流沟通的演讲和辩论能力,提升师范类学生的专业技能和职业素养。注重知识传授与价值引领同步。</p>	

24	公共基础课	公共限选课	大学语文	D1200018	2	32	<p>知识目标：掌握系统的汉语言文学基础知识，具有正确处理古今汉语文字材料的能力，能准确地阅读、理解现当代作品，能读懂难度适中的文言文，并能解释常见的字词和语言现象。掌握常用文体的写作知识，具备扎实的写作功底。</p> <p>能力目标：针对专升本语文考试自2023年起由四川省统一命题的新情况，围绕新考试大纲，以时间线索为纵轴，知识模块分类为横轴，展开讲授，辅以真题和模拟练习，提高应对专升本考试的能力，奠定学生未来进一步求学的基础。</p> <p>素质目标：掌握马克思主义的立场、观点和方法，具有正确的文艺观、语言文字观，学习古今中外的名家名作，尤其是学习并继承中华民族的优秀文化传统，培养高尚的思想品质和道德情操，提高大学生的语文能力和综合人文素养。</p>	<p>主要教学内容：根据四川省教育厅发布的《2024年四川普通专升本大学语文考试大纲》规定，教学内容的安排如下：</p> <p>一、中国古代文学：《诗经》、楚辞、先秦诸子散文与历史散文；秦汉、三国两晋、唐宋、元明清各代具有代表性的名家名篇。</p> <p>二、中国现当代文学：（一）现代文学：鲁、郭、巴、茅、老、曹具有代表性的作品及其思想；（二）李劫人、艾青、赵树理、孙犁、钱钟书等名家具有代表性的作品。</p> <p>三、中国当代文学：柳青《创业史》《红岩》《青春之歌》《林海雪原》及舒婷的朦胧诗等具有代表性的文学作品。</p> <p>四、外国文学：希罗史诗与悲剧、莎士比亚戏剧、雨果《巴黎圣母院》、巴尔扎克《高老头》、司汤达《红与黑》、福楼拜《包法利夫人》、狄更斯《双城记》、马克·吐温《竞选州长》、欧·亨利《麦琪的礼物》、海明威《老人与海》等具有代表性的经典文学作品。</p> <p>写作：（一）通知、函、自荐书、倡议书等常见应用文的写法；（二）记叙、说明、描述、议论、抒情等各种常见文章写作手法。</p> <p>教学要求：本课适合学力尚可，想通过学习增加语文素养，增强应对专升本语文考试能力的学生。要求学习中知识、能力、素养不可偏废，刻苦识记和融会理解、动手练习做题相结合。</p>
25	公共基础课	公共限选课	四史专题	D1100139	1	16	<p>知识目标：围绕马克思主义经典著作，了解党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史，科学把握党和国家的历史地位，是党和国家与时俱进，避免失误的保证。</p> <p>能力目标：提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力，传承中国共产党长期奋斗的伟大精神，始终坚持从实际出发、实事求是的原则，提高工作本领，勇于担当作为。</p> <p>素质目标：牢记中国特色社会主义的来历，深刻领悟中国共产党领导和中国特色社会主义的政治认同、思想认同、理论认同、情感认同，进一步激发为实现中华民族伟大复兴而奋斗的信念。</p>	<p>主要教学内容：围绕马克思主义经典著作，学习党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史。</p> <p>教学要求：发挥课堂教学主渠道作用，依据“知理想、筑健身、炼意志、强信仰、付实行”的思路，结合社会体育专业特点，理论和实践结合、线上与线下结合、讲授与读原著结合、课堂教学与社团活动结合，树立学生的大历史观，培育具有“学研训参赛”“五格”“五能”卓越体育工匠的人才。</p>

26	公共基础课	公共限选课	太极拳	D1300029	2	32	<p>知识目标: 全面了解和掌握八式太极拳及 24 式太极拳, 掌握两种拳法的学习方法, 增强对中华优秀传统文化的内涵了解, 逐步提高自身技能水平, 在今后的教学中能自如运用所学知识。</p> <p>能力目标: 能运用不同方法和风格演练太极拳, 并能密切联系实际, 在小组中进行模拟教学演练, 在小组中相互评价, 促进学生专业化成长。</p> <p>素养目标: 陶冶学生的性情与品德, 提升学生的文化自信和民族自豪感。</p>	<p>主要教学内容: 8 式简易太极拳</p>
27	公共基础课	公共任选课	计算机基础强化提升	XNGX0140	2	32	<p>知识目标: 了解计算机的概念、发展历史、特点、分类和应用。理解计算机系统组成, 理解冯·诺依曼计算机体系结构。理解计算机软件及软件系统的概念。掌握常见办公软件的使用。理解计算思维的本质和思维方式。了解数据库系统的基本概念以及了解计算机相关的新技术。</p> <p>能力目标: 掌握 Windows 系统的基本使用方法; 熟练使用办公自动化软件, 包括文字处理软件、电子表格软件、演示文稿软件解; 掌握个人信息安全防范措施, 掌握有效辨别虚假信息的方法; 掌握利用计算思维解决简单计算问题的方法; 掌握关系型数据库的基本使用。</p> <p>素养目标: 落实立德树人根本任务, 促进技术技能人才成长, 培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。培养学生信息素养与计算思维能力, 体现基础性、综合性、应用性、创新性。</p>	<p>主要教学内容: 遵照《四川省普通高校专升本招生计算机科目考试大纲》文件的指导思想, 内容包括计算机基础知识、计算机软件基础、办公自动化、网络与信息安全、程序设计、数据库与新技术。</p> <p>教学要求: 讲练结合, 理实一体, 线上与线下融合。结合信息技术知识传授, 全面实施课程思政, 注重知识传授与职业价值引领同步。</p>
28	公共基础课	公共任选课	大学语文进阶	D2100022	2	32	<p>知识目标: 掌握系统的汉语言文学基础知识, 具有正确处理古今汉语文字材料的能力, 能准确地阅读、理解现当代作品, 能读懂难度适中的文言文, 并能解释常见的字词和语言现象。掌握常用文体的写作知识, 具备扎实的写作功底。</p> <p>能力目标: 针对专升本语文考试自 2023 年起由四川省统一命题的新情况, 围绕新考试大纲, 以时间线索为纵轴, 知识模块分类为横轴, 展开讲授, 辅以真题和模拟练习, 提高应对专升本考试的能力, 奠定学生未来进一步求学的基础。</p> <p>素质目标: 掌握马克思主义的立场、观点和方法, 具有正确的文艺观、语言文字观, 学习古今中外的名家名作, 尤</p>	<p>教学内容: 中国古代文学、中国现当代文学、中国当代文学、外国文学等具有代表性的文学作品; 写作包括通知、函、自荐书、倡议书等常见应用文的写法和记叙、说明、描述、议论、抒情等各种常见文章写作手法。</p> <p>教学要求: 适合想通过学习增加语文素养, 增强应对专升本语文考试能力的学生。要求学习中知识、能力、素养不可偏废, 刻苦识记和融会理解、动手练习做题相结合。</p>

							其是学习并继承中华民族的优秀文化传统，培养高尚的思想品质和道德情操，提高大学生的语文能力和综合人文素养。	
29	公共基础课	公共任选课	大学英语进阶	D2100021	2	32	<p>知识目标：掌握并运用一定的语言基础知识；能读懂各类题材、体裁的文章，并从中获取相关信息；能完成一般性话题的中英文互译及写作任务。</p> <p>能力目标：理解主旨要意和文中具体信息；分析文章的基本结构；根据上下文猜测单词短语的意思和推断隐含的意义。在翻译写作时，能做到正确有效地运用所学语言知识，完整、清楚、连贯地传递信息或表达思想，做到语句通顺、文体规范。</p> <p>素养目标：强化学业提升意识，遵循素质教育规律，落实立德树人根本任务，促进技术技能人才成长，增强语言表达能力自信，具有一定语言学习素养，树立中国文化自信。</p>	<p>主要教学内容：遵照《四川省普通高校专升本考试要求大学英语》文件的指导思想 结合学生升本需要，设置升本英语词汇、语法学习，如掌握并运用考纲附录中列出的约 3500 个常用单词及其搭配；掌握并运用考纲附录中列出的语法项目。以及阅读技巧和大量阅读材料的理解训练还有翻译技巧的运用和实践，最后包括应用文、议论文、图表作文等文体的写作技巧和时事热点内容的挖掘。</p> <p>教学要求：讲练结合，理实一体，线上与线下融合。结合升本英语知识传授，全面实施课程思政，注重知识传授与职业价值引领同步。</p>
30	公共基础课	公共任选课	超星通识课程 1		2	32	<p>知识目标：强调共识性教育，围绕人文素质、科学思维能力、道德和价值观等方面开展。</p> <p>能力目标：使学生拓宽视野、避免偏狭，培养学生发现问题、分析问题和解决问题的能力。</p> <p>素质目标：健全学生人格，培养学生的社会责任感、培养全面发展的人才。</p>	<p>主要教学内容：主要包括提高学生的文化品位、审美情趣和文化素养等内容。</p> <p>教学要求：结合知识授课，全面实施课程思政，注重知识传授与价值引领同步。</p>
31	公共基础课	公共任选课	超星通识课程 2		2	32	<p>知识目标：强调共识性教育，围绕人文素质、科学思维能力、道德和价值观等方面开展。</p> <p>能力目标：使学生拓宽视野、避免偏狭，培养学生发现问题、分析问题和解决问题的能力。</p> <p>素质目标：健全学生人格，培养学生的社会责任感、培养全面发展的人才。</p>	<p>主要教学内容：主要包括提高学生的文化品位、审美情趣和文化素养等内容。</p> <p>教学要求：结合知识授课，全面实施课程思政，注重知识传授与价值引领同步。</p>
32	公共基础课	公共任选课	超星通识课程 3		2	32	<p>知识目标：强调共识性教育，围绕人文素质、科学思维能力、道德和价值观等方面开展。</p> <p>能力目标：使学生拓宽视野、避免偏狭，培养学生发现问题、分析问题和解决问题的能力。</p> <p>素质目标：健全学生人格，培养学生的社会责任感、培养全面发展的人才。</p>	<p>主要教学内容：主要包括提高学生的文化品位、审美情趣和文化素养等内容。</p> <p>教学要求：结合知识授课，全面实施课程思政，注重知识传授与价值引领同步。</p>
33	公共基础课	公共任选课			6	96	有专升本需求的学生可以选择大学语文进阶、大学英语进阶、计算机基础强化提升等课程，其余学生可选择超星通识课程，公共任选课总学分为 6 学分，三门课程。	

2.专业（技能）课程

序号	课程类别	课程属性	课程名称	课程编号	学分	学时	课程目标	主要教学内容与要求	课证互换
1	专业（技能）课程	专业基础课程	专业认知课	D3200936	1	16	<p>知识目标：掌握专业发展现状，了解专业发展前景与就业去向。</p> <p>能力目标：知晓专业的开设课程，能分清专业课与基础课。</p> <p>素养目标：培养学吃苦耐劳的精神，热爱祖国、热爱人民的道德情操，提高学生对专业的认识，帮助学生建立人生价值观。</p>	<p>主要教学内容：社会主义核心价值观；习近平总书记的系列讲话；专业整体情况、发展前景、开设课程、能力培养、岗位定位、就业去向。</p>	在第1学期以4次讲座的方式进行
2	专业（技能）课程	专业基础课程	运动生理学	D3100251	2	32	<p>知识目标：掌握研究人体对运动的反应和适应。进一步探讨体育运动对人体机能发展变化的影响。</p> <p>能力目标：能科学地组织体育教学，指导体育锻炼和运动训练，更好地为体育实践服务。</p> <p>素养目标：阐明体育教学和运动训练过程的生理学原理</p>	<p>主要教学内容：掌握不同年龄、性别，不同运动项目和不同训练水平运动员的生理特点，从而能科学地组织体育教学，指导体育锻炼和运动训练，更好地为体育实践服务。</p> <p>教学要求：理论讲授、案例教学、情景模拟、实践教学相结合。</p>	
3	专业（技能）课程	专业基础课程	运动训练学	D3100252	2	32	<p>知识目标：学生通过本课程的学习，了解运动训练的目的、任务，掌握运动训练的基本概念和基本内容。</p> <p>能力目标：理解运动员运动训练的基本原理与方法，掌握年度和周、课训练计划的制定方法。明确体育运动训练的基本原理和方法。</p> <p>素养目标：使学生掌握较为完整的运动训练理论知识以及具有指导运动训练的能力。</p>	<p>主要教学内容：了解运动训练的目的、任务，掌握运动训练的基本概念和基本内容，理解运动员运动训练的基本原理与方法，掌握年度和周、课训练计划的制定方法。明确体育运动训练的基本原理和方法。使学生掌握较为完整的运动训练理论知识以及具有指导运动训练的能力。</p> <p>教学要求：理论讲授、案例教学、情景模拟、实践教学相结合。</p>	
4	专业（技能）课程	专业基础课程	体育游戏	D3200690	2	32	<p>知识目标：过体育教学使学生能够系统掌握体育游戏的基本技能。</p> <p>能力目标：做到会编、会讲、会做、会教、会组织教学，会纠正错误动作。</p> <p>素养目标：能够胜任体育游戏的教学工作。</p>	<p>主要教学内容：接力性游戏、追逐性游戏、集体性游戏、专项体育游戏（田径、体操、球类）。要求；在教学中要突出实践环节，加强学生专业教学技能的培养：课的组织要科学、系统、严密、教学步骤要层次分明。</p> <p>教学要求：讲练结合，理实一体。结合知识传授，全面提升学生动手能力，注重知识传授与价值引领同步。</p>	

5	专业（技能）课程	专业基础课程	体育保健健康复学	D3100178	4	64	<p>知识目标:通过对推拿与运动损伤的学习,使学生懂得人体生命活动的基本特征和影响人体生命活动的各种因素之间相互制约的内在联系。</p> <p>能力目标:掌握推拿与运动损伤基本理论和基本知识,掌握人体在体育运动中的保健规律和措施。</p> <p>素养目标:为从事体质与健康教育工作、指导人们从事符合生理规律的运动,提供理论依据和有关的知识与技能。</p>	<p>主要教学内容:学习运动损伤的概述,运动损伤的分类。各类运动损伤原因及预防处理方法,运动损伤的物理疗法,急性损伤,新伤陈旧性损伤的处理方法。</p> <p>教学要求:讲练结合,理实一体。结合知识传授,全面提升学生动手能力,注重知识传授与价值引领同步。</p>	新开设课程
6	专业（技能）课程	专业基础课程	大众健身营养学	D3301210	2	32	<p>知识目标:了解营养学的发展,了解宏量营养素和微量营养素,理解营养素的相关概念,掌握膳食中的相关营养素的作用,按照认识规律指导学习,提高学习效率。</p> <p>能力目标:使学生理解营养素的相关概念,学生会做健身营养分析,学生具有对健身者制定营养计划的基本技能,学生会运用营养学知识对健身者进行调理。</p> <p>素养目标:能够自觉运用所学其它科目的基础知识分析、理解营养学知识点及其作用的良好习惯,能够把所学的知识和技能初步应用具体的操作中去,培养实事求是的科学态度和敢于创新的科学精神,具备用于钻研、善于合作、交流的协作意识。</p>	<p>主要教学内容:熟悉并掌握营养学基础概念、研究任务、研究内容、发展简史与学习健身人群营养学的方法和要求。</p> <p>教学要求:讲练结合,理实一体。结合知识传授,全面提升学生动手能力,注重知识传授与价值引领同步。</p>	新开设课程
7	专业（技能）课程	专业基础课程	社会体育导论	D3301211	2	32	<p>知识目标:使学生明确社会体育的目的、任务、功能,并掌握社会体育活动的原则、内容与方法。较系统的掌握社会体育管理的方法、内容。认识到社会体育在我国体育事业中的重要性。</p> <p>能力目标:利用所学社会体育理论知识解决社会体育发展中产生的存在于当前社会体育中的主要问题;运用所学知识、方法和手段指导社会体育实践活动的开展。</p> <p>素养目标:使学生具备在社会体育领域中从事群众性体育活动的组织管理、咨询指导、社会体育指导与教学、体育经营开发等方面的综合素质。</p>	<p>主要教学内容:使学生了解我国社会体育的基本概念与发展现状,对于社会体育的本质、体育人口的概念、判定标准,我国社会体育发展的前景,存在问题;社会体育活动的内容、方法和指导方法;社会体育参与的概念、形式与影响因素。</p> <p>教学要求:课堂讲授实行启发式,力求做到选择案例少而精,突出重点,并注意将培养和提高学生的分析问题和解决问题的能力放在重要位置</p>	新开设课程
8	专业（技能）课程	专业基础课程	游泳	D3200886	2	32	<p>知识目标:通过本课程教学,使学生了解游泳运动的特点和发展趋势,以及主要规则和裁判法,理解游泳的教学原则与特点。</p> <p>能力目标:掌握蛙泳技术以及实用游泳的基本知识,熟悉游泳的教学训练方法。旨在培养学生对游泳运动的兴趣与爱好,积极参与游泳运动运用所学的游泳技能。</p>	<p>主要教学内容:了解该运动项目发展趋势,掌握一定的基础理论知识和裁判知识;掌握该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	

							素养目标: 发展身体素质,增强健康;为学生日后从事学校体育教学和健身指导奠定基础。也为学生后续课程的顺利学习提供条件。		
9	专业(技能)课程	专业基础课程	田径	D3200691	4	64	知识目标: 使学生较好地掌握本课程中的基本理论部分,较好地掌握技术部分中的重点内容,对一般内容要求基本符合规定的技术规格,具备基本的教学和示范能力。 能力目标: 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,能够胜任中学体育课田径运动教学和业余田径运动训练工作。 素养目标: 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,并具有组织基层田径运动会及场地管理工作的能力。	主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,掌握一定的基础理论知识和裁判知识;掌握该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。	国家2级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书
10	专业(技能)课程	专业核心课程	健身运动	D3300884	4	64	知识目标: 通过本课程的学习,使学生了解健身运动起源、发展、作用、特点,理解并掌握健身健美运动科学的锻炼方法。 能力目标: 技术上熟知健身房内各健身器械的名称、相对应发达的身体肌肉部位,通过编写训练计划,掌握健美训练的最佳动作与锻炼方法;技能上培养其组织指导健身锻炼的能力。 素养目标: 健身运动的基本理论知识、基本技术动作练习、身体各部分肌肉的练习锻炼方法,同时,熟悉健美竞赛中规定动作的展示,能自行创编健美竞赛中自由造型的表演。	主要教学内容: 初步学会运用一些具体的方法和技术从事健身运动的指导与教学,通过学生自我实践与练习,制定训练计划,培养学生指导业余健身健美爱好者的训练能力;使学生理解健身健美竞赛规则与裁判知识,初步具备组织健身健美比赛和担任健身健美裁判工作。	健身教练国家职业资格证书、CBBA专业健身教练证书
11	专业(技能)课程	专业核心课程	网球	D3200726	4	64	知识目标: 主要学习网球运动的基本知识和基本技术,培养学生利用网球运动进行身体锻炼的兴趣与方法。 能力目标: 通过教学使学生初步了解网球竞赛规则,能组织一般性网球比赛,结合网球运动的特点进行组织性、纪律性和集体主义教育。掌握基础的技术动作方法,培养学生参与网球运动的热情,提高身体素质,增强体质。 素养目标: 掌握一定的网球指导能力,为将来从事网球相关的休闲体育行业提供职业技能。	主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,掌握一定的基础理论知识和裁判知识;掌握该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。	国家2级裁判员证书、教练员证书、省级技能比赛获奖证书

12	专业 (技能)课程	专业核心课程	乒乓球	D3200549	4	64	<p>知识目标: 熟练掌握乒乓球各项基本技术, 不断提高运动技术水平。</p> <p>能力目标: 发展自己在乒乓球方面的运动才能, 能达到国家等级运动员水平或具体代表学院参加各级比赛的水平。</p> <p>素养目标: 在技术技能考核中达到良好以上水平。</p>	<p>主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势, 掌握一定的基础理论知识和裁判知识; 掌握该运动项目技术战术, 具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	国家 2 级裁判员证书、教练员证书、省级技能比赛获奖证书
13	专业 (技能)课程	专业核心课程	武术	D3300863	2	32	<p>知识目标: 在本课程的教学过程中, 加强学生的思想教育, 使学生明确武术教学的目的。全面提高其综合素质, 为终身锻炼打下良好的基础。</p> <p>能力目标: 本课程的设置本着循序渐进、由浅入深的原则, 使学生初步掌握武术套路的基本理论、基本技术、初级套路及其防身自卫的方法。了解武术套路裁判法等的基本知识。</p> <p>素养目标: 通过本课程的学习, 体现武术的教育功能, 加深学生对祖国传统文化的了解, 领悟武术运动对其身心健康, 意志品质, 振奋民族精神, 培养优良品质等的作用。</p>	<p>主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势, 掌握一定的基础理论知识和裁判知识; 掌握该运动项目技术战术, 具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	国家 2 级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书
14	专业 (技能)课程	专业核心课程	排球	D3200546	4	64	<p>知识目标: 通过学习, 了解排球运动在奥运战略和全民健身战略中如何发挥它应有的作用; 了解排球运动的基本知识、规则、裁判法。</p> <p>能力目标: 掌握排球的基本技术、战术, 具备排球比赛的基本能力, 学会传、垫、扣、发球和拦网的基本技术动作, 学会简单的进攻、防守战术。</p> <p>素养目标: 通过多媒体欣赏一些高水平的排球比赛, 提高学生的体育欣赏能力; 了解一些常见的运动损伤及相应的康复保健知识。</p>	<p>主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势, 掌握一定的基础理论知识和裁判知识; 掌握该运动项目技术战术, 具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	国家 2 级裁判员证书、教练员证书、省级技能比赛获奖证书
15	专业 (技能)课程	专业核心课程	篮球	D3200489	4	64	<p>知识目标: 学习篮球基本理论知识、基本战术和基础技术。</p> <p>能力目标: 通过教学使学生初步了解篮球竞赛规则, 能组织一般性篮球比赛, 掌握基础的技术动作方法。</p> <p>素养目标: 、能够结合篮球运动特点和自身的身心状况, 发展职业体能, 为就业做好身体准备。</p>	<p>主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势, 掌握一定的基础理论知识和裁判知识; 掌握该运动项目技术战术, 具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	国家 2 级裁判员证书、教练员证书、省级技能比赛获奖证书
16	专业 (技能)课程	专业核心课程	足球	D3200944	4	64	<p>知识目标: 理解足球运动的基本规律, 较系统地掌握足球运动的基本理论、基本知识、基本技能。</p> <p>能力目标: 初步学会足球课程的基本理论知识、基本技术战术和基本技能。如: 足球教材、教法研究、组织足球运动竞赛、裁判能力、场地器材的使用和管理等。</p>	<p>主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势, 掌握一定的基础理论知识和裁判知识; 掌握该运动项目技术战术, 具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	国家 2 级裁判员证书、教练员证书、省级技能比赛获奖证书

							素养目标: 养成勤于思考的良好习惯,对于足球运动教学、训练、比赛、科研等有关现象产生浓厚的兴趣,并予以高度关注,能把所学理论、技战术、技能知识运用到具体活动中。		证书
17	专业(技能)课程	专业核心课程	体育舞蹈	D3200689	4	64	知识目标: 掌握体育舞蹈的基本知识、基本技术、基本技能,熟悉教学训练方法及基本程序。 能力目标: 旨在培养学生体育舞蹈专项教学能力,并为学生日后从事体育教学训练奠定基础。也为后续课程的顺利学习提供条件。 素养目标: 掌握科学的健美操训练方法与内容,提高学生的肢体协调性、柔韧性和控制能力。	主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,掌握一定的基础理论知识和裁判知识;掌握该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。	国家2级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书
18	专业(技能)课程	专业实践课程	劳动教育(1)	D1200036	1	24	知识目标: 把握劳动教育基本内涵,明确劳动教育总体目标。 能力目标: 结合专业特色,以体力劳动为主,注意手脑并用、安全适度,强化实践体验,让学生亲历劳动过程,提升育人实效性。 素养目标: 树立正确的劳动观点和劳动态度,热爱劳动和劳动人民,养成劳动习惯。	主要教学内容: 以实习实训课为主要载体开展劳动教育,包括劳动精神、劳模精神、工匠精神专题教育 教学要求: 通过劳动教育,使学生能够理解和形成马克思主义劳动观,体认劳动不分贵贱,热爱劳动,尊重普通劳动者,培养勤俭、奋斗、创新、奉献的劳动精神;具备满足生存发展需要的基本劳动能力,形成良好劳动习惯。	
19	专业(技能)课程	专业实践课程	劳动教育(2)	D1200036	1	24	知识目标: 把握劳动教育基本内涵,明确劳动教育总体目标。 能力目标: 结合专业特色,以体力劳动为主,注意手脑并用、安全适度,强化实践体验,让学生亲历劳动过程,提升育人实效性。 素养目标: 树立正确的劳动观点和劳动态度,热爱劳动和劳动人民,养成劳动习惯。	主要教学内容: 以实习实训课为主要载体开展劳动教育,包括劳动精神、劳模精神、工匠精神专题教育 教学要求: 通过劳动教育,使学生能够理解和形成马克思主义劳动观,体认劳动不分贵贱,热爱劳动,尊重普通劳动者,培养勤俭、奋斗、创新、奉献的劳动精神;具备满足生存发展需要的基本劳动能力,形成良好劳动习惯。	
20	专业(技能)课程	专业实践课程	认知实习	D3300891	1	24	知识目标: 通过本课程的学习,使学生了解健身国职业资格证和CBBA健身协会证书的作用、特点,理解并掌握资格证书考核的理论知识。 能力目标: 能够正确的完成资格考试项目的技术动作,养成健身的习惯,通过自己的努力达到考证的标准。 素养目标: 能够把理论知识与专业实践技能相结合考取“双证”	主要教学内容: 国职业资格证和CBBA健身协会证书考试所需理论知识和实践技术动作。 教学要求: 讲练结合,实践为主。通过理论知识的培训能考取证书。	在第一学期期末后第一周进行

21	专业 (技能)课程	专业实践课程	球类实训	D3301160	1	24	<p>知识目标: 掌握球类赛事编排和基础规程</p> <p>能力目标: 能够完成球类赛事的分组编排;能够掌握球类项目的基本规则并能进行基础的执裁。</p> <p>素养目标: 能够把理论知识与临场比赛情况结合起来,培养学生的专业实践能力;通过知识教学的过程培养学生爱岗敬业与团队合作的基本素质。</p>	<p>主要教学内容: 学习球类项目的分组方法和赛事编排方法,三大球,三小球的基础规则判罚。</p> <p>教学要求: 讲练结合,实践为主。通过理论知识的学习能自行编排赛事和比赛临场执裁。</p>
22	专业 (技能)课程	专业实践课程	健身实训	D3301210	1	24	<p>知识目标: : 掌握健身器械的运用和健身理论方法</p> <p>能力目标: 能够完成健身器械的使用与指导;能够制定科学合理的健身计划。</p> <p>素养目标: 能够把理论知识与临场指导情况结合起来,培养学生的专业实践能力;通过知识教学的过程培养学生爱岗敬业与团队合作的基本素质。</p>	<p>主要教学内容: 学会运用一些具体的方法和技能从事健身运动的指导与教学,通过学生自我实践与练习,制定训练计划,培养学生指导业余健身健美爱好者的训练能力;使学生理解健身健美竞赛规则与裁判知识,初步具备组织健身健美比赛和担任健身健美裁判工作的能力</p> <p>教学要求: 讲练结合,实践为主。</p>
23	专业 (技能)课程	专业实践课程	赛事编排实训	D3301121	1	24	<p>知识目标: : 掌握赛事编排和基础规程</p> <p>能力目标: 能够完成田赛和径赛的分组编排;能够掌握田赛和径赛的基本规则并能进行基础的执裁。</p> <p>素养目标: 能够把理论知识与临场执裁情况结合起来,培养学生的专业实践能力;通过知识教学的过程培养学生爱岗敬业与团队合作的基本素质。</p>	<p>主要教学内容: 学习田赛和径赛的分组方法和赛事编排方法,田赛和径赛的基础规则判罚。</p> <p>教学要求: 讲练结合,实践为主。通过理论知识的学习能自行编排赛事和比赛临场执裁。</p>
24	专业 (技能)课程	专业实践课程	顶岗实习	D3301175	24	576	<p>知识目标: 理论联系实际,将书本知识融会贯通,形成个人在某一专项某一方面的知识体系,并了解这些知识体系实际教学中的应用。</p> <p>能力目标: 具有在实践中发现问题、解决问题的能力,具有实践创新能力,具有较强的适应性和一定的社会交往能力。</p> <p>素质目标: 通过顶岗实习,可以使学生加深对本专业理论知识的理解,了解实际过程中对于专业知识对个人素质的要求,做好理论与实践的结合工作,缩短学生毕业后进入实际工作岗位的适应期,实现培养高素质应用型人才的目的。</p>	<p>主要教学内容: 体育机构管理运行的相应知识,开展体育培训所具备的专项技能,在培训中如何对学生进行心理辅导,如何进行班队的管理等。</p> <p>教学要求: 安全为重。实施课程思政,注重学生学习主动性。</p>
25	专业 (技能)课程	专业实践课程	毕业设计	D3300703	2	48	<p>知识目标: 训练专项技能,通过毕业实习,培养基本收集资料,进行健身计划,球类等项目计划的科学的创编和设计。</p> <p>能力目标: 是学生自主运用探究性学习方式,针对体育某一专项的问题进行更深入地学习、研究,从而获得并应用新的知识,培养发现和解决问题能力的课程。探究型课程由学生自主选择修习。</p>	<p>主要教学内容: 收集训练素材、毕业创作、撰写创作体会</p> <p>教学要求: 实践为主。实施课程思政,注重学生学习主动性</p>

							素质目标: 是使学生掌握专项基本知识和技能,培养学生对专项的兴趣和终身体育锻炼的理念。		
26	专业 (技能)课程	专业拓展课程	健身运动专修(1)	D4300309	4	64	知识目标: 通过本课程的学习,使学生了解健身运动起源、发展、作用、特点,理解并掌握健身健美运动科学的锻炼方法;技术上熟知健身房内各健身器械的名称、相对应发达的身体肌肉部位,通过编写训练计划,掌握健美训练的最佳动作与锻炼方法。 能力目标: 技能上培养其组织指导健身锻炼能力。主要的知识点和技能分为:健身运动的基本理论知识、基本技术动作练习、身体各部分肌肉的练习锻炼方法。 素养目标: 熟悉健美竞赛中规定动作的展示,能自行创编健美竞赛中自由造型的表演。	主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,强化基础理论知识和裁判知识;强化该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。	国家2级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书
27	专业 (技能)课程	专业拓展课程	网球专修(1)	D4300294	4	64	知识目标: 强化网球运动的基本知识和基本技术,培养学生利用网球运动进行身体锻炼的兴趣与方法。 能力目标: 通过教学使学生精通网球竞赛规则,能组织一般性网球比赛,结合网球运动的特点进行组织性、纪律性和集体主义教育。掌握基础的技术动作方法。 素养目标: 培养学生参与网球运动的热情,提高身体素质,增强体质。最后还应掌握一定的网球指导能力,为将来从事网球相关的休闲体育行业提供职业技能。	主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,强化基础理论知识和裁判知识;强化该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。	国家2级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书
28	专业 (技能)课程	专业拓展课程	健身运动专修(2)	D4300309	4	64	知识目标: 通过本课程的学习,使学生了解健身运动起源、发展、作用、特点,理解并掌握健身健美运动科学的锻炼方法;技术上熟知健身房内各健身器械的名称、相对应发达的身体肌肉部位,通过编写训练计划,掌握健美训练的最佳动作与锻炼方法。 能力目标: 技能上培养其组织指导健身锻炼能力。主要的知识点和技能分为:健身运动的基本理论知识、基本技术动作练习、身体各部分肌肉的练习锻炼方法。 素养目标: 熟悉健美竞赛中规定动作的展示,能自行创编健美	主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,强化基础理论知识和裁判知识;强化该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。	国家2级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书
29	专业 (技能)课程	专业拓展课程	网球专修(2)	D4300294	4	64	知识目标: 强化网球运动的基本知识和基本技术,培养学生利用网球运动进行身体锻炼的兴趣与方法。 能力目标: 通过教学使学生精通网球竞赛规则,能组织一般性网球比赛,结合网球运动的特点进行组织性、纪律性和集体主义教育。掌握基础的技术动作方法。 素养目标: 培养学生参与网球运动的热情,提高身体素质,增强体质。最后还应掌握一定的网球指导能力,为将来从事网球相关的休闲体育行业提供职业技能。	主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,强化基础理论知识和裁判知识;强化该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。	国家2级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书

30	专业 (技能)课程	专业拓展课程	健身运动专修(3)	D4300309	4	64	<p>知识目标: 通过本课程的学习,使学生了解健身运动起源、发展、作用、特点,理解并掌握健身健美运动科学的锻炼方法;技术上熟知健身房内各健身器械的名称、相对应发达的身体肌肉部位,通过编写训练计划,掌握健美训练的最佳动作与锻炼方法。</p> <p>能力目标: 技能上培养其组织指导健身锻炼能力。主要的知识点和技能分为:健身运动的基本理论知识、基本技术动作练习、身体各部分肌肉的练习锻炼方法。</p> <p>素养目标: 熟悉健美竞赛中规定动作的展示,能自行创编健美</p>	<p>主要教学内容:了解该运动项目发展趋势,强化基础理论知识和裁判知识;强化该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	国家2级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书
31	专业 (技能)课程	专业拓展课程	网球专修(3)	D4300294	4	64	<p>知识目标: 强化网球运动的基本知识和基本技术,培养学生利用网球运动进行身体锻炼的兴趣与方法。</p> <p>能力目标: 通过教学使学生精通网球竞赛规则,能组织一般性网球比赛,结合网球运动的特点进行组织性、纪律性和集体主义教育。掌握基础的技术动作方法。</p> <p>素养目标: 培养学生参与网球运动的热情,提高身体素质,增强体质。最后还应掌握一定的网球指导能力,为将来从事网球相关的休闲体育行业提供职业技能。</p>	<p>主要教学内容:了解该运动项目发展趋势,强化基础理论知识和裁判知识;强化该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	国家2级裁判员证书、省级技能比赛获奖证书
32	专业 (技能)课程	专业拓展课程	篮球专修(1)	D4300259	4	64	<p>知识目标: 强化篮球运动的基本知识和基本技术,培养学生利用篮球运动进行身体锻炼的兴趣与方法。</p> <p>能力目标: 通过教学使学生精通篮球竞赛规则,能组织一般性篮球比赛,结合篮球运动的特点进行组织性、纪律性和集体主义教育。掌握基础的技术动作方法。</p> <p>素养目标: 培养学生参与篮球运动的热情,提高身体素质,增强体质。最后还应掌握一定的篮球指导能力,为将来从事篮球相关的休闲体育行业提供职业技能。</p>	<p>主要教学内容:了解该运动项目发展趋势,掌握一定的基础理论知识和裁判知识;掌握该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>	

33	专业 (技能)课程	专业拓展课程	篮球专修(2)	D4300259	4	64	<p>知识目标: 强化篮球运动的基本知识和基本技术,培养学生利用篮球运动进行身体锻炼的兴趣与方法。</p> <p>能力目标: 通过教学使学生精通篮球竞赛规则,能组织一般性篮球比赛,结合篮球运动的特点进行组织性、纪律性和集体主义教育。掌握基础的技术动作方法。</p> <p>素养目标: 培养学生参与篮球运动的热情,提高身体素质,增强体质。最后还应掌握一定的篮球指导能力,为将来从事篮球相关的休闲体育行业提供职业技能。</p>	<p>主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,掌握一定的基础理论知识和裁判知识;掌握该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>
34	专业 (技能)课程	专业拓展课程	篮球专修(3)	D4300259	4	64	<p>知识目标: 强化篮球运动的基本知识和基本技术,培养学生利用篮球运动进行身体锻炼的兴趣与方法。</p> <p>能力目标: 通过教学使学生精通篮球竞赛规则,能组织一般性篮球比赛,结合篮球运动的特点进行组织性、纪律性和集体主义教育。掌握基础的技术动作方法。</p> <p>素养目标: 培养学生参与篮球运动的热情,提高身体素质,增强体质。最后还应掌握一定的篮球指导能力,为将来从事篮球相关的休闲体育行业提供职业技能。</p>	<p>主要教学内容: 了解该运动项目发展趋势,掌握一定的基础理论知识和裁判知识;掌握该运动项目技术战术,具备该运动项目的教学能力和健身指导能力。</p>

七、教学总体安排

(一) 学分学时要求

序号	课程分类	课程属性	学分	学时	理论	实践	占总课时比例
1	必修课	公共必修课	25	456	284	172	17.75%
		公共限选课	9	144	112	32	5.60%
		专业基础课	21	336	192	144	13.08%
		专业核心课	30	480	56	424	18.69%
		专业实践课	32	768	0	768	29.90%
2	选修课	公共任选课	6	96	96	0	3.73%
		专业拓展课	12	192	24	168	7.47%
3	操作学分		6	96	96	0	3.73%
合计			141	2568	860	1708	100%
理论课、实践课占总课时比例					33.48%	66.51%	100%

(二) 课堂教学安排

序号	课程属性	课程名称	课程类型 (A/B/C类)	课程编号	考核方式	学分	总学时	理论	实践	各学期学时分配(学时/周)						开课周数	开课单位	备注
										一	二	三	四	五	六			
1	公共必修课	思想道德与法治(1)	A	D1100137	试	1.5	24	20	4	2						12	马克思主义学院	
2	公共必修课	思想道德与法治(2)	A	D1100138	试	1.5	24	20	4		2					12	马克思主义学院	
3	公共必修课	毛泽东思想与中国特色社会主义理论体系概论	A	D1100163	试	2	32	28	4			2				16	马克思主义学院	
4	公共必修课	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	A	D1100164	试	3	48	40	8				3			16	马克思主义学院	
5	公共必修课	形势与政策(1)	A	D1100140	查	0.2	8	4	4	2						2	马克思主义学院	
6	公共必修课	形势与政策(2)	A	D1100141	查	0.2	8	4	4		2					2	马克思主义学院	
7	公共必修课	形势与政策(3)	A	D1100142	查	0.2	8	4	4			2				2	马克思主义学院	
8	公共必修课	形势与政策(4)	A	D1100143	查	0.2	8	4	4				2			2	马克思主义学院	
9	公共必修课	形势与政策(5)	A	D1100144	查	0.2	8	4	4					2		2	马克思主义学院	
10	公共必修课	大学生心理健康	A	D1100002	查	1	16	16	0	2						8	教务处	网络课程
11	公共必修课	信息技术	B	D1200043	查	3	48	24	24	3						16	电信学院	实行课证互换的专业开设在第3、4学

																		期	
12	公共必修课	军事理论	A	D1100101	查	2	32	32	0	2							16	马克思主义学院	网络课程
13	公共必修课	军事技能	C	D1100110	查	2	48		48	24							2	武装部	
14	公共必修课	体育健康测试(1)	B		查	1	24	0	24	3							8	学工部	
15	公共必修课	体育健康测试(2)	B		查	0.5	12	0	12			2					6	学工部	
16	公共必修课	体育健康测试(3)	B		查	0.5	12	0	12					2			6	学工部	
17	公共必修课	大学英语(1)	A	D1200044	试	2	32	32	0	2							16	师范学院	
18	公共必修课	大学英语(2)	A	D1200045	试	2	32	32	0		2						16	师范学院	
19	公共必修课	职业生涯发展与规划	A	D1100112	查	0.5	8	6	2					2			4	招就处	网络课程
20	公共必修课	就业指导	A	D1100031	查	0.5	8	6	2					2			4	招就处	网络课程
21	公共必修课	大学生创新创业基础	B	D1100001	查	1	16	8	8		2						8	招就处	
22	公共限选课	普通话	B	D1200031	查	2	32	16	16	2							16	师范学院	
23	公共限选课	演讲与口才	B	D1200028	查	2	32	16	16			2					16	师范学院	
24	公共限选课	大学语文	A	D1200018	查	2	32	32			2						16	师范学院	
25	公共限选课	中华传统文化(太极拳)	B	D1300029	查	2	32	4	28		2						16	教务处	必选, 网络课程
26	公共限选课	四史专题	A	D1100139	试	1	16	16						2			16	马克思主义学院	必选

	公共任选课	大学语文进阶	A	D2100022	查	2	32	32	0							16	师范学院	供学生选择,共选择 3门课程
	公共任选课	大学英语进阶	A	D2100021	查	2	32	32	0							16	师范学院	
	公共任选课	计算机基础强化提升	A	XNGX0140	查	2	32	32	0							16	电信学院	
	公共任选课	超星通识课程1	A		查	2	32	32	0							16	教务处	
	公共任选课	超星通识课程2	A		查	2	32	32	0							16	教务处	
	公共任选课	超星通识课程3	A		查	2	32	32	0							16	教务处	
28	专业基础课	运动生理学	A	D3100251	试	2	32	32	0			2				16	艺术学院	
29	专业基础课	运动训练学	A	D3100252	试	2	32	32	0		2					16	艺术学院	
30	专业基础课	体育游戏	B	D3200690	查	2	32	4	28					2		16	艺术学院	
31	专业基础课	体育保健康复学	B	D3100178	查	4	64	32	32				4			16	艺术学院	
32	专业基础课	大众健身营养学	A	D3301210	试	2	32	32	0			2				16	艺术学院	
33	专业基础课	社会体育导论	A	D3301211	试	2	32	32	0		2					16	艺术学院	
34	专业基础课	游泳	B	D3100238	查	2	32	4	28		4					8	艺术学院	
35	专业基础课	专业认知课	A	D3200936		1	16	16		1								第一学期以4次讲座的形式完成
36	专业基础课	田径	B	D3200691	查	4	64	8	56			2				16	艺术学院	
37	专业核心课	乒乓球	B	D3200549	查	4	64	4	60		4					16	艺术学院	课赛互换: 专业技能大赛省级三等奖以上(直接通过) 课证互换: 职业技能证书(直接通过)
38	专业核心课	健身运动(1)	B	D3300884	查	4	64	8	56	4						16	艺术学院	课赛互换: 专业技能大赛省级三等奖以上(直接通过) 课证互换: 职业技能证书(直接通过)

39	专业核心课	网球	B	D3200726	查	4	64	8	56	4					16	艺术学院	课赛互换:专业技能大赛省级三等奖以上(直接通过) 课证互换:职业技能证书(直接通过)
40	专业核心课	武术	B	D3300863	查	2	32	4	28			2			16	艺术学院	课赛互换:专业技能大赛省级三等奖以上互换该门课学分
41	专业核心课	排球	B	D3200546	查	4	64	8	56				4		16	艺术学院	课赛互换:专业技能大赛省级三等奖以上(直接通过) 课证互换:职业技能证书(直接通过)
42	专业核心课	篮球	B	D3200489	查	4	64	8	56	4					16	艺术学院	课赛互换:专业技能大赛省级三等奖以上(直接通过) 课证互换:职业技能证书(直接通过)
43	专业核心课	足球	B	D3200944	查	4	64	8	56				4		16	艺术学院	课赛互换:专业技能大赛省级三等奖以上(直接通过) 课证互换:职业技能证书(直接通过)
44	专业核心课	体育舞蹈	B	D3200689	查	4	64	8	56				4		16	艺术学院	课赛互换:专业技能大赛省级三等奖以上互换该门课学分

45	专业实践课	劳动教育(1)	C	D1200036	查	1	24	0	24		1W						二级学院	在第2学期开设
46	专业实践课	劳动教育(2)	C	D1200036	查	1	24	0	24				1W					在第4学期开设
47	专业实践课	认知实习	C	D3300891		1	24	0	24	1W								在第一学期期末后 第一周进行
48	专业实践课	球类实训	C	D3301160		1	24	0	24				1W				艺术学院	
49	专业实践课	赛事编排实训	C	D3301121		1	24	0	24		1W						艺术学院	
50	专业实践课	健身实训	C	D3301210		1	24	0	24		1W						艺术学院	
51	专业实践课	顶岗实习	C	D3301175		24	576	0	576						24			
52	专业实践课	毕业设计	C	D3300703		2	48	0	48					2				
53	专业拓展课	健身运动专修 (1)	B	D4300309	查	4	64	8	56		4					16	艺术学院	方向一(所选课程总 学分须满10分,选 定专项后不能换项)
54	专业拓展课	健身运动专修 (2)	B	D4300309	查	4	64	8	56			4				16	艺术学院	
55	专业拓展课	健身运动专修 (3)	B	D4300309	查	4	64	8	56				4			16	艺术学院	
56	专业拓展课	网球专修(1)	B	D4300294	查	4	64	8	56		4					16	艺术学院	方向二(所选课程总 学分须满10分,选 定专项后不能换项)
57	专业拓展课	网球专修(2)	B	D4300294	查	4	64	8	56			4				16	艺术学院	
58	专业拓展课	网球专修(3)	B	D4300294	查	4	64	8	56				4			16	艺术学院	
59	专业拓展课	篮球专修(1)	B	D4300259	查	4	64	8	56		4					16	艺术学院	方向三(所选课程总 学分须满10分,选 定专项后不能换项)
60	专业拓展课	篮球专修(2)	B	D4300259	查	4	64	8	56			4				16	艺术学院	
61	专业拓展课	篮球专修(3)	B	D4300259	查	4	64	8	56				4			16	艺术学院	

备注：公共任选课原则上开课学期为2、3、4学期，每期2学分。

八、实施保障

（一）人才培养模式构建

1.构建专业人才培养模式

人才培养模式就是教育者根据人才培养目标的质量标准,为受教育者设计的知识、能力和素质结构,以及实现这一结构的方式。由于社会体育的社会特征,决定了社会体育专业人才的培养过程必须是开放的,而不是封闭的。不仅要加强实践性教学环节,而且不能固于学校内,走出去和请进来的联合办学成为必然。因此,坚持“理实一体、校企合作、学做统一”是社会体育人才培养方式的正确途径。充分吸收传统的“专才型”和“通才型”中的合理成分,构建以“知识——素质——能力”为特征的“综合素质教育”的新型社会体育人才培养模式。

在知识方面,要厚基础、宽口径,加强素质教育、特别是文化素质教育,实现由单一社会体育专业的知识教育,向相邻的体育教育专业、民族传统体育专业以及文理交叉的知识教育拓展,以增强社会体育人才的社会适应性。第二、在素质方面,要由专业素质向综合素质教育转变。在坚持专业素质教育为核心的同时,开展人文素质教育、民族传统文化教育、心理素质教育、身体素质教育和开拓创新精神的培养。第三、在能力方面,要由侧重获取知识的教育向增进创造性教育转变。尤其要加强实践教学,培养学生运用知识分析、解决问题的能力,以适应在工作岗位上创造性工作的能力。

在人才培养方式上,要由“硬性配给”教育,向满足教育的“个性化”需求的“弹性选择教育”转化。在符合教学规律的前提下,为学生提供多种选择机会。在课堂教学方式上,多开展项目目标驱动教

学，打破教师“统治型”课堂方式，坚持“学中做、做中悟”，在课外自主学习方式上，鼓励学生走进社区、企事业单位、行业主管部门、全民健身协会或组织等实地调研，提交调研成果。

总之，课堂应是学校、社会“双向互动”的双课堂模式，实现共育、共享、共促进，积极培育学校、社会双向服务的育人新模式。坚持“创新来自调研、创新来自需求”的育人理念，还课堂于学生。

2. “一核、二翼、三共”育人体系

本专业根据国家社会体育专业人才培养指导标准，先“入市场、入同行”进行专业建设调研，确定本专业的培养目标，以运动专项为核心、以校内俱乐部为模拟、企业实际需求为主线，提炼出“一核、二翼、三共”人才培养模式，如图1所示：

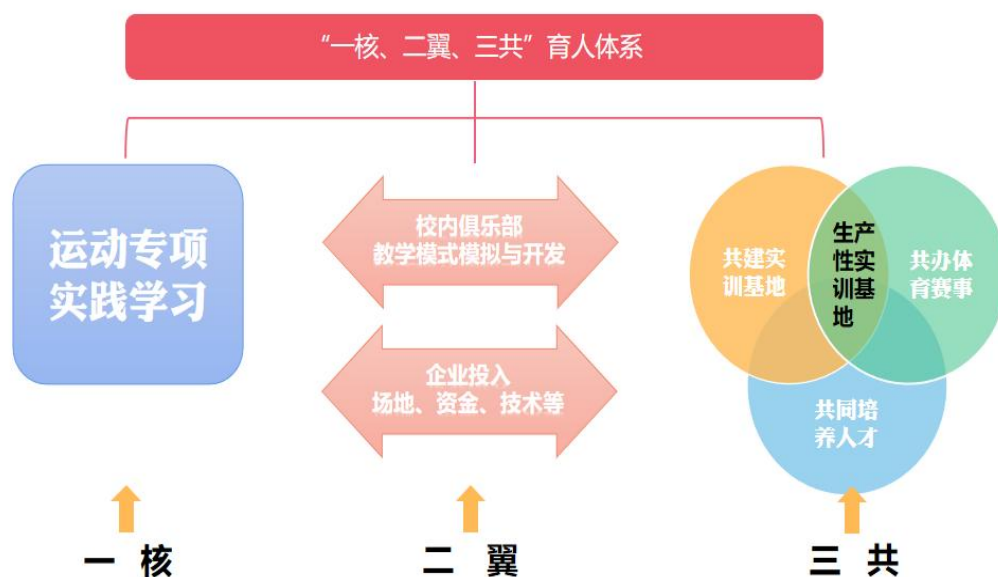


图1 “一核、二翼、三共”人才培养模式

“一核”以运动专项实践学习为核心，“二翼”，一通过校内体育专项俱乐部，对行业先进的指导模式进行模拟和开发，二企业投入场地、资金、师资、设备、技术等资源，打造整体软硬件教学环境，

共建社会体育生产性实训基地，“三共”通过课程教学、生产实训、毕业实习三个阶段，在学校与企业的结合下共建实训基地，共办体育赛事，共同培养人才。实现专业与企业岗位对接、教学过程与生产过程对接、学历证书与职业资格证书对接。

（二）人才培养实施流程

1.人才培养方案的制订

为规范人才培养方案的制定工作，教务处制定了《关于制订2022级专业人才培养方案的原则性意见》和《课程标准编制的基本要求》等文件，本专来在广泛调研的基础上，由专业负责人制定培养方案初稿，经体育教研组讨论修订、学院组织专家审定后稿，切实保障了人才培养方案的制定工作。人培方案制定流程图如图1所示：



图1 人培方案制定流程图

2.课程标准对接行业标准

本专业将严格按照《社会体育指导员国家职业标准》中对中级社

会体育指导员的标准开设“两个领域”共“三个方向”制定本专业每门课程的课程标准。以中级社会体育指导员应具备能力要求制定课程标准。

中级社会体育指导员理论知识

项 目		比重 (%)
基本要求	职业道德	10
	基础知识	40
相关知识	咨询	5
	专项理论	10
	基本技术动作	10
项 目		比重 (%)
相关知识	技术指导基本方法	10
	健身指导	10
	组织管理	5
合 计		100

中级社会体育指导员技能操作

项 目		比重 (%)	小计 (%)
职业功能	工作内容		
咨询	接待	5	15
	介绍与解答	10	
技术指导	准备场地与器材	5	30
	讲解	5	
	重点比较示范	5	
	组织练习	10	
	观察指导	5	
	保护帮助	5	20
	调整练习方法	5	

	效果评价	10	
健身指导	指导不同年龄人群健身	25	35
	指导女性特殊时期的健身	10	
合 计		100	100

第一学年主要通过思想道德修养与法律基础、大学生创新创业、计算机基础等通用课程的学习，培养学生的爱国敬业、诚信友善的思想素质，通过企业、行业专家开设企业文化、专业认知讲座，培养学生的严谨、责任、服务意识，学习运动生理学、运动训练学、社会体育导论等专业理论基础课程，使学生具备产品开发推广和制定运动处方的能力，培养相关职业素养。

第二学年主要通过对专业核心课程的学习，培养学生的吃苦耐劳精神和专项技能。在培养过程中深入企业进行《球类实训》、《健身实训》、《赛事编排实训》等实践课程，实行课程教学与实际生产相结合，调研篮球、网球、健身的企业，结合企业生产实际项目，与企业技术人员共同开发实训项目，由校内教师完成《健身运动专修》、《篮球专修》等专业核心课程的授课，共同建设校内外实训基地，提升学生岗位核心能力。

第三学年主要将学生派往体培、健身企业进行学习，由企业派遣相关的专业技术人员为学生教授专项训练指导、俱乐部运营管理等专业知识，深入企业一线，深入校企联合培养。

3.师资队伍建设

为建设一支结构合理、素质优良的师资队伍，学院首先充分挖掘现有体育教师资源，可实行外派交流、培训，提高专业理论知识和技能水平，使其能胜任本专业的教育教学工作。

因学院在编在岗教师有限，所缺专业教师需外聘。为打造“双师”

结构教学团队，实现在校和外聘教师优势互补，规范学院外聘教师的聘用与管理工作，特制定如下工作流程：

建立外聘教师信息资源库→上报相关外聘教师资料→与外聘教师做工作沟通→提交外聘教师工作量等相关材料→明确外聘教师工作内容→外聘教师提交工作材料

因外聘教师中无本专业紧缺教师，为稳定本专业紧缺教师队伍，学院可根据《广安职业技术学院高层次人才引进管理办法（暂行）》要求，向学校申请实行人事代理专业教师。

4.教学实施与改革

课程采用学以致用教学模式。在课程教学实践中，要以学生为主体，不仅要着力提高学生体育理论知识和体育技能的能力，还要重点培养学生传授体育理论知识和体育技能的能力。不能只“授之以鱼”，而“授之以渔”。使学生积极参与到学与教的过程中，真正做到边学边教（可在本班实习），才能有效提高学生的社会体育指导员的能力。另外，加大网络课程资源建设，合理运用信息化教学手段、突破学生学习时间和空间的限制，使学生可以通过网络课程自主学习。学生在校学习期间可参加学校体育比赛队、各种体育（含趣味体育）活动比赛、广安市各种体育比赛中见习，假期可到各健身中心或体育协会实习，不断提高学生的实践教学指导能力。

5.教学过程对接工作过程

本专业在教学过程中注重教学过程与岗位工作过程融合，对接岗位进行教学。实行课证及课赛互换，一种职业资格证书对应一门课程、一个技能大赛获奖证书对应一门课程，具体兑换细节如下表1。

兑换课程	兑换细则
篮球、篮球专修	篮球E级教练及以上证书（兑换成绩：E级80分，E级以上90分。兑换学分：4分）

	代表学校参加市级以上篮球比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）
网球、网球专修	网球 PTR 教练证书（兑换成绩：初级 80 分，中级以上 90 分。兑换学分：4 分） 代表学校参加市级以上网球比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）
健身运动、健身运动专修	健身国家职业资格证书、健身协会 CBBA 教练证书（兑换成绩：90 分。兑换学分：4 分） 代表学校参加市级以上健身比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）
乒乓球	乒乓球教练证书（兑换成绩：90 分。兑换学分：2 分） 代表学校参加市级以上乒乓球比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）
排球	排球教练证书（兑换成绩：90 分。兑换学分：2 分） 代表学校参加市级以上排球比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）
足球	足球教练证书（兑换成绩：90 分。兑换学分：2 分） 代表学校参加市级以上足球比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）
体育舞蹈	各舞种等级证书（兑换成绩：90 分。兑换学分：2 分） 代表学校参加市级以上操内、舞蹈类比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）
田径	田径教练证书、田径各项目等级证书（兑换成绩：90 分。兑换学分：2 分） 代表学校参加市级以上田径比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）
游泳	游泳教练证书、救生员证书（兑换成绩：90 分。兑换学分：2 分） 代表学校参加市级以上游泳比赛（兑换成绩：市级 80 分，省级 90 分。兑换学分：4 分）

6.教学组织

学校成立了教学工作指导委员会，艺术学院建有教育教学督导小组，教学组织与实施由体育教研室实施。为保障教学工作的顺利开展，学校制定了《广安职业技术学院专业教研室管理办法》《广安职业技术学院教材管理办法》《调课、代课、停课管理办法（修订）》《重修课程教学管理办法（试行）》《学分制学籍管理规定（试行）》等一系列教学规范管理制度。

7.实践教学

利用多个校外实训、实习基地提升学生的教学实践技能。为规范校内外实践教学活动，学校先后制定了《校外实践教学基地建设与管理办法(试行)》、《校外实习实训教学管理办法（试行）》、《印发校内实验实训教学管理办法（试行）》、《毕业论文（设计）文档管理要求》、《实践教学管理办法（试行）》等实践教学管理规范 and 制度。

8.教学质量监控与学生考核评价

学校建立了“1234”教学质量监控体系，通过搭建一个集信息采集、处理、反馈于一体的教学质量综合信息平台；实现对教学过程和质量标准“双向监控”；形成学校、艺术学院、教研室的“三级”教学监督机构；通过行业企业、用人单位、社会群体、领导教师对教学目标、条件、过程、效果进行“四维”评价。

对学生的考核评价主要采用形成性考核与终结性考核相结合的考核方式，根据课程的性质决定两者的比例并采用不同的考核与认证方法。专业基本技能课程由校内教师考核，形成性考核主要考核作业、课堂表现、考勤记录等方面；终结性考核以笔试、口试、答辩、总结、报告、教学技能比赛、教师资格证考取、健身教练国家职业资格证书、CBBA专业健身教练证书等形式来完成。综合实训课程由校内外指导教师共同考核，以校内教师为主，着重考核学生的实训成果、平时表现、总结报告及综合评价学生教学技能。顶岗实习由校外指导教师考核，主要考核学生在顶岗实习期间运用所学专业知识与技能解决生产实际问题的能力及其职业素质提高情况进行综合评价。

（三）人才培养实施保障

1.师资队伍

为建设一支结构合理、素质优良的师资队伍，学院制定了《广安职业技术学院专业带头人、中青年骨干教师选拔与管理办法》（修订）、《关于做好学院第三批专业带头人、中青年骨干教师申报、选拔工作的通知》、《广安职业技术学院高层次人才引进管理办法（暂行）》、《广安职业技术学院教师到行业企业实践锻炼管理办法（试行）》等师资队伍建设制度，积极推进师资队伍建设六大计划，切实保障师资队伍建设有序、高效、科学运行。

2. 师资队伍总体情况

社会体育专业已建成一支以中青年教师为骨干的师资队伍。现有专兼职教师20人，聘请广安市网球协会黄睿，武术协会曹静担任兼职教师，专任教师副教授4人，讲师12人，硕士研究生3人（含在读）。

姓名	出生年月	职称	双师资格	任教课程
蒲斌	1976.08	副教授	篮球二级裁判员 社会体育指导员	运动生理学
彭达宇	1991.08	助教	篮球 E 级教练员、儿童体适能 CISS 培训师	篮球专修
王虹	1970.03	讲师	保健按摩师	武术专修/体育游戏
彭自民	1982.04	讲师	足球二级裁判、足球 D 级教练员	足球专修/器械健身/动感单车
王世明	1987.05	助教	体育舞蹈国际级裁判	体育舞蹈专修
黄宏芮		讲师		运动训练学
张静	1979.11	讲师	健美操一级裁判员 田径二级裁判员	健美操专修/有氧舞蹈专修
赵文军	1978.11	讲师	篮球国家二级裁判	乒乓球
潘于林	1978.12	讲师	田径国家一级裁判	田径
林晓军	1979.08	讲师	国家篮球二级裁判	羽毛球

王小春	1994.09	助教	国家排球二级裁判员、田径二级裁判员、网球二级裁判员	网球专修
蒲泓静	1995.04	助教	武术段位六段、武术套路六段考评员、武术套路一级裁判员、健身气功一级裁判员、散打二级裁判员、健身气功社会体育一级指导员、	武术专修
龙伟	1997.03	助教	网球二级裁判员、社会体育指导员	网球

专业课教师一览表

3.教学设施

主要包括能够满足正常的课程教学、实习实训所需的专业教室、实训室和实训基地。

4.专业教室基本条件

一般配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入或 WiFi 环境，并具有网络安全防护措施。安装应急照明装置并保持良好状态，符合紧急疏散要求、标志明显、保持逃生通道畅通无阻。

5.校内实训教学条件

序号	实验实训室名称	主要实验实训项目	备注
1	室外篮球场	1.篮球实训 2.篮球专修实训	已建成
2	室外羽毛球场	羽毛球实训	已建成
3	室外乒乓球 室内乒乓球	乒乓球实训	已建成
4	室外排球场	排球实训	已建成
5	室外网球场	网球实训	已建成
6	300米田径场	田径实训	已建成

6.校外实习实训条件

校外实训基地一览表

序号	基地名称	建立时间	主要实习实训项目	备注
1	九思楼健身房	2016年	1.健身实训	已建成
2	华葢奥利奥健身游泳中心	2017年	1.健身房管理、游泳实训	实习基地
3	广安市芯悦美健身	2021	1.健身房管理、游泳实训	实习基地
4	广安市盈科健身	2020	1.健身房管理、游泳实训	实习基地
5	小飞侠篮球培训俱乐部	2019	1.篮球培训管理、篮球实训	实习基地
6	思源网球俱乐部	2021	1.网球培训管理、网球实训	实习基地
7	加德实验学校	2019	1.小学体育教师实训	实习基地
8	蓝雨体育	2018	1.篮球培训管理、篮球实训	实习基地

7.支持信息化教学方面的基本要求

具有利用数字化教学资源库、文献资料、常见问题解答等的信息化条件。引导鼓励教师开发并利用信息化教学资源、教学平台，创新教学方法、提升教学效果。

8.教学资源

主要包括能够满足学生专业学习、教师专业教学研究和教学实施需要的教材、场地、图书及数字化资源等。

9.教材选用基本要求

按照国家规定选用优质教材，禁止不合格的教材进入课堂。学校应建立由专业教师、行业专家和教研人员等参与的教材选用机构，完善教材选用制度，经过规范程序择优选用教材。

10.场地要求

满足专业运动训练、教学的田径、篮球、足球、排球、乒羽、网球、游泳（拟建）等标准运动实训场地。

11.图书文献配备基本要求

图书文献配备能满足人才培养、专业建设、教科研等工作的需要，方便师生查询、借阅。专业类图书文献主要包括：行业政策法规资料、有关职业标准，有关社会体育的技术、标准、教学与训练方法、教学与训练操作规范以及教学与训练实例类图书等。

12.数字教学资源配置基本要求

建设、配备与本专业有关的音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、虚拟仿真软件、数字教材等专业教学资源库，种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新、满足教学。

13.质量管理

学校和艺术学院应建立专业建设和教学过程质量监控机制，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。

学校与艺术学院应完善教学管理机制，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，建立健全巡课、听课、评教、评学等制度，建立与行业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、示范课等教研活动。

学校应建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校学业水平、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。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

专业名称		社会体育				
思想素质基本要求		操行评定合格				
身体素质基本要求		达到《国家学生体质健康标准》要求				
毕业条件之学业要求	应修总学分	140学分	其中	公共基础课	公共必修课	24 学分
					公共限选课	9 学分
					公共任选课	6 学分
				专业(技能)课	专业基础课	21 学分
					专业核心课	30 学分
					专业实践课	32 学分
					专业拓展课	12 学分
					操行学分	6 学分
备注	除学业要求之外的其他毕业条件参见本校《学籍管理规定》					

十、人才培养方案审批

专业负责人		拟定时间	
二级学院审核		审核时间	
教务处复核		复核时间	
学校专业建设与发展委员会评审		评审时间	
分管教学副校长审批		审批时间	
校长审批		审批时间	

