

# 2024 级体育教育专业人才培养方案

(2023 年 9 月最新修订)

## 一、专业名称及代码

专业名称：体育教育。

专业代码：570110K。

## 二、入学要求

高中阶段教育毕业生或具有同等学力者。

## 三、修业年限

三年。

## 四、职业面向

表 1 体育教育专业职业面向

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	职业资格证书或 技能等级证书
教育与体育 大类 (5701)	体育教育 (570110K)	中小学教师 (20803) 幼儿教育 教师 (20804)	体育教师 (20800) 教练员	中小学体育教 师、幼儿体育教 师、健身教练、 社会体育指导 员、教练员。	教师资格证、裁判 证、健身教练证、 社会体育指导员 证。

## 五、培养目标与培养规格

### (一) 培养目标

本专业培养德智体美劳全面发展，掌握扎实的科学文化基础和思想政治理论、教育 教学基础理论、体育学科知识等，具备良好的人文素养、科学素养和创新意识，较强的 课程设计与实施、班级建设与管理、数字化教育技术应用、终身学习等能力，具有工匠 精神和信息素养，能够从事小学体育教育教学等工作的高素质教育工作者。

### (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

(1) 坚定拥护中国共产党领导和我国社会主义制度，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，具有深厚的爱国情感和中华民族自豪感。

(2) 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，掌握基本运动和体能训练知识，以及健美操运动技能，养成良好的健身与卫生习惯，以及良好的行为习惯。

(6) 具有一定的审美和人文素养，能够形成 1-2 项艺术特长或爱好。

## 2. 知识

(1) 掌握教育科学、心理科学和必需的人文社会科学的基本理论、基本知识。

(2) 掌握工具应用类知识包括外国语、计算机和汉字书写规范、体育简笔画等。

(3) 掌握专业必须的运动人体科学、体育人文社会科学、体育教学与训练的基础理论、基本知识。

(4) 掌握体育各专项运动的理论知识、技术技能、竞赛的组织及裁判法。

(5) 掌握体育与健康教育教学及体育科学研究及体育管理的基础理论与方法。

(6) 掌握社区体育指导的理论与方法。

## 3. 能力

(1) 具有遵循少年儿童身心发展规律和学习特点实施教育教学，合理选择教育策略和路径的能力；

(2) 具有良好的体育专业技能和审美能力，具有组织开展小学运动竞赛和体育活动的的能力；

(3) 具有运用网络、现代教育技术对教学实践进行自我反思，探索持续改进策略的能力；

(4) 具有对体育教学实践进行自我反思，发现存在问题、分析内在原因、探索改进策略的能力；

(5) 具有为学生提供个性化指导和课程管理服务，解决学生学习过程中的技术、方法等问题的能力；

(6) 具有对小学体育教育的新技术、新模式、新方法进行应用及推广的能力；

(7) 具有适应智能化、数字化发展需求的基本数字技能，具备小学教育领域的专业信息技术能力；

(8) 掌握与本专业从事职业活动相关的国家法律、行业规定，遵守教师职业道德规范和行为准则，具有社会责任感和担当精神；

(9) 具有探究学习、终身学习和可持续发展的能力。

## 六、课程设置

包括公共基础课程和专业（技能）课程。

### （一）职业基本素质课

必修课：《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》、《军事技能（军训）》、《劳动教育》、《心理健康教育》、《计算机应用基础》、《大学生职业生涯规划》、《大学生就业与创业指导》、《现代信息技术》、《走进中华优秀传统文化》、《劳动通论》、《突发事件及自救互救》。

选修课：《大学英语》、《艺术教育》、《现场生命急救知识与技能》、《情商与智慧人生》、《国学智慧》、《有效沟通技巧》、《大学生国家安全教育》、《走近中华优秀传统文化》。

### （二）专业（技能）课程

专业课程一般包括职业能力基础课、职业能力核心课、职业能力拓展课及相关实践性教学环节。

#### （1）专业基础课程

包括：《心里学基础》、《教育学基础》、《班级管理》、《教师职业道德》、

《数字化教育技术应用》、《教师口语》、《运动解剖学》、《运动生理学》。

### (2) 专业核心课程

包括：《学校体育学》、《田径》、《体操》、《篮球》、《排球》、《足球》、《武术》、《小学体育教学法》。

序号	课程名称	主要内容及教学要求
1	田径	基本掌握田径教学的基本理论、基本知识、基本技能，掌握田径运动的健身方法，胜任中、小学教学和课余训练工作，具有组织基层田径运动会和裁判工作的能力。
2	体操	初步掌握体操、基本理论知识，掌握队列、队形练习方法，掌握技巧、单杠、双杠、跳跃等项目的基本动作和教法；掌握体操运动健身方法，胜任中小学体操、健美操课教学。
3	武术	初步掌握武术基本理论、基本知识和基本技能；掌握武术运动健身方法，胜任中小学武术课教学。
4	健美操	健美操、体育舞蹈，了解编操的基本原则与方法，具有编操和带操的能力；胜任中小学健美操课教学。
5	篮球、排球、足球	基本掌握篮球、足球、排球教学的基本理论、基本知识、基本技能，掌握足球、篮球、排球运动的健身方法，胜任中、小学教学和课余训练工作，具有组织基层篮球、足球、排球的比赛及执裁工作。
6	学校体育学	阐明学校体育工作的基本原理与方法的一门学科，主要讲授学校体育基本问题、体育课程与体育实施、课外体育、体育教师等。学完本课程后，学生能掌握开展学校体育工作的基本理论、基本知识和基本技能，以及基本具备运用这些理论、知识和技能从事学校体育工作的能力。
7	小学体育教学法	研究和揭示小学体育工作的基本规律，阐明小学体育工作的基本原理与方法的一门学科；是体育教育专业为培养各级体育师资，组织开展学校各项工作而开设的一门基础课程。

### (3) 职业能力拓展课

《网球》、《跆拳道》、《羽毛球》、《健美操》、《乒乓球》、《花样跳绳》、《田径专选》、《篮球专选》、《排球专选》、《足球专选》、《武术专选》、《羽毛球专选》、《乒乓球专选》、《健美操专选》。

### (4) 实习实训

主要包括实训、实习、社会实践、等。

◎实训在学校各位体育协会和学校周边的小学进行教学实训。培养学生的理论应用和解决问题的能力，注重理论用于实践，同时将德育、安全教育、绿色环保、健康素养等知识融入实训教学中。

◎社会实践在暑假或节假日时间进行，提高本专业在实际工作中的情况，提高学生感性认识，总结学校学习中的不足，起到查漏补缺的作用。

◎实习在中小学进行实习。

对接真是职业场景或工作情景，在校内外进行教师基本技能、学科专业基本技能、模拟教学、教育实践、毕业设计等实训。在小学、教育培训机构、社区等单位或场所进行岗位实习。

## 七、教学进程总体安排（见附录）

## 八、实施保障

### （一）师资队伍

本专业现有专、兼职教师 54 人。教授 1 人，副教授 16 人，中级职称 16 人，硕士研究生 20 人。双师型素质教师占教师总人数 70%以上，职称、年龄、学历、结构比例合理。符合高职院校生师比的要求。

本专业教师具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，承担专业课程教学、实习实训指导。

专业带头人具有正教授职称，能够较好把握健身体育教育专业的实际需求，教学设计、专业研究能力强，组织开展教科研工作能力强，。其他老师均具备较强的专业教学能力。

### （二）教学设施

教学设施满足专业需求，拥有标准田径场地 1 块，足球场地 1 块，篮球场地 12 块，室内乒乓球室 4 个，室外乒乓球 40 台，跆拳道馆 1 个，健身房 3 个，体育运动训练中心 1 个，解剖生理实验室 1 个（还需增加一些标本）、体质测试室 1 个，为专业教学及实践提供了可靠保障。本专业与周口市多所小学多家健身机构取得长期合作意向，为本专业学生专业实习、顶岗实习以及暑期实训等实践活动提供了长期、可靠的教育实践场所。

### （三）教学资源

按照国家和省关于教材选用的有关文件规定选用教材、学校图书馆有关文献和数字资源配备等能够满足日常教学需求以及学生全面培养、教科研工作、专业建设等的需要。

### （四）教学方法

#### 1. 专业理论课教学方法

专业理论课主要采用传统的课堂讲授法，在此基础上，加强提问环节（包括

教师提问和学生提问)和师生互动,多结合实践,增加案例分析。教学手段的使用应充分发挥多媒体的功效,提高学生的学习兴趣。教学组织采用课堂和课外相结合的形式,打破传统的课堂教学组织形式,根据教学内容适当组织一定学时的课外教学。充分做到理论和实践相结合。

## 2. 专业技术课教学方法

专业技术课在传统讲练法的基础上,增加提问法、激励法、探究法、领会法结合自学自练等教学方法,灵活运用。在教学手段上,除了借助传统教学工具外,充分利用多媒体进行教学。教学组织形式则根据教学内容进行灵活选择,分别有行政班教学、分组教学等。

### (五) 教学评价

对教师的评价主要是根据学校教务处、学院、教研室分别进行教学督导听课来进行。对学生的考核与评价根据课的性质区分,理论课的考核打破了传统的一张试卷决定成绩的方式,加强平时课堂提问及作业的布置考查;技术课的考核除了技术评定外,增加了各类比赛组织和裁判技能的考核,充分提高学生的实际运用能力。

### (六) 质量管理

建立健全校(院)两级,全员、全过程、全方位的的质量保障体系。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,统筹管理学校各部门、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

学生通过规定年限的学习,修满专业人才培养方案所规定的学分,达到本专业人才培养目标和培养规格的要求方可毕业。鼓励学生获取更多与专业培养目标相近的职业资格证书。

## 十、附录

按照《教育部关于职业院校专业人才培养方案制订与实施工作的指导意见》(教职成司〔2019〕13号)《关于组织做好职业院校专业人才培养方案制订与实施工作的通知》(教职成司函〔2019〕61号)的相关要求,在由行业企业专家、

教科研人员和一线教师代表组成的专业建设委员会指导下，按照学校统一部署，前后开展了行业企业调研、毕业生跟踪调研和在校生学情调研等工作，分析产业发展趋势和行业企业人才需求，明确本专业面向的职业岗位（群）所需要的知识、能力、素质，形成了专业人才培养调研报告。经过由行业企业、教研机构、校内外一线教师和学生代表等参加的论证会论证，进一步明确了专业人才培养目标与培养规格，重构课程体系、安排教学进程，更新完善了教学内容、教学方法、教学资源、教学条件保障等要求。

2023年9月，对照职业教育专业简介（2022年修订）进行了最新修订。

附录 I

体育教育教学进程安排表

课程类别	课程性质	课程编码	课程名称	学时数			学分	考核方式	按学年、学期教学进程安排 (周学时、教学周数)						备注
				总学时	理论学时	实践学时			第一学年		第二学年		第三学年		
									1	2	3	4	5	6	
									18周	18周	18周	18周	18周	18周	
职业基本素质课	必修	1210201010	思想道德与法治	48	42	6	3	1	2						根据思政理论课开设,每学期开学前,思政课实践教学计划报教务处备案
		1210201011	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	36	30	6	2	1		2					
		1210201009	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	48	42	6	3	1			2				
		1210201003 1210201006	形势与政策	32	32	0	4	2	▲	▲	▲	▲			每学期8学时
		1106201002	军事技能(军训)	112	0	112	2	2	▲						每周1学时
		1106201003	劳动教育 I	18	2	16	1	2	▲						
		1106201004	劳动教育 II	18	2	16	1	2		▲					
		1106201005	劳动教育 III	18	2	16	1	2			▲				
		1106201006	劳动教育 IV	18	2	16	1	2				▲			
		1210201004	心理健康教育	36	26	10	2	2	2						
	1106201105	大学生职业生涯规划	32	16	16	2	2	2							
	1106201106	大学生就业与创业指导	32	16	16	2	2					2			
	选修	1208201001	大学英语 1	36	36	0	2	2	2						全校限定选修
1208201002		大学英语 2	36	36	0	2	2		2					全校限定选修	
1213202011		现代信息技术	36	12	24	2	2	2						全校限定选修	
1106201170		走近中华优秀传统文化	16	16	0	1	2	▲						全校限定选修	
1106201001		军事理论	32	32	0	2	2	▲						全校限定选修	



	1106201008	大学生安全教育-综合篇	32	32	0	2	2	▲						全校限定选修
	1106201007	劳动通论	32	32	0	2	2		▲					全校限定选修
	1106204077	突发事件及自救互救	22	22	0	1	2		▲					全校限定选修
		人工智能	32	32	0	2			▲					
	1205201011	艺术教育（8选1）					2			▲				全校限定选修 具体课程名称、学时、学分参考 “各学院部各专业必修通识课一览表（2023年修订）”
	1106204084	现场生命急救知识与技能	10	10	0	1	2			▲				全校限定选修
	1106204061	情商与智慧人生	16	16	0	1	2				▲			全校限定选修
	1106204015	国学智慧	32	32	0	2	2					▲		全校限定选修
	1106204028	有效沟通技巧	20	20	0	1	2						▲	全校限定选修
	1106204108	国家安全教育	25	25	0	1	2						▲	全校限定选修
小计			913	543	370			12	6	4	4			
占比			30.12%											
职业能力 基础课	必修	1213201011	心理学基础	36	36	0	2	1	2					
		1213201009	教育学基础	36	36	0	2	1		2				
		1213202017	班级管理	36	36	0	2	1			2			
		1213202018	教师职业道德	36	36	0	2	1				2		
		1213202015	数字化教育技术应用	36	36	0	2	1			2			
		1213202016	教师口语	36	36	0	2	1				2		
		1213202010	运动解剖学	36	36	0	2	1	2					
		1213203035	运动生理学	36	36	0	2	1		2				
小计			288	288		8		4	4	4	4			

		占比	9.5%											
职业能力 核心课	必修	1213202005	学校体育学	72	72	0	3	1			4			
		1213203013	田径	72	4	68	3	1	4					
		1213203090	体操	72	4	68	3	1			4			
		1213203004	篮球	72	4	68	3	1		4				
		1213203005	排球	72	4	68	3	1	4					
		1213203091	足球	72	4	68	3	1		4				
		1213203016	武术	72	4	68	3	1	4					
		1213203095	小学体育教育	72	4	68	3	1				4		
	小计			576	100	476	24		8	12	8	4		
占比			19%											
职业能力 拓展课	必修	1213204004	网球	36	4	32	2	2				2		
		1213203015	羽毛球	36	4	32	2	2		4				
		1213203089	乒乓球	36	4	32	2	2			4			
		1213203001	健美操	36	4	32	2	2			4			
		1213204002	跆拳道	36	4	32	2	2				2		
		1213203051	花样跳绳	36	4	32	2	2				2		
		1213202007	运动心理学	36	36	0	2	2			2			
		1213202002	体育概论	36	36	0	2	2	2					
	选修	1213203037	技术专选课 1	72	4	68	2	1				4		
		1213203038	技术专选课 2	72	4	68	2	1				4		
小计			504	108	396	14		6	4	12	10			
占比			16.6 3%											
第二课堂		思想成长				4		▲	▲	▲	▲	▲	▲	
		实践实习和志愿公益						▲	▲	▲	▲	▲	▲	
		创新创业						▲	▲	▲	▲	▲	▲	
		文体活动						▲	▲	▲	▲	▲	▲	

			工作经历					▲	▲	▲	▲	▲	▲		
			技能特长					▲	▲	▲	▲	▲	▲		
毕业实习	必修	1106201100	顶岗实习 I	360		360	20						▲		
		1106201101	顶岗实习 II	360		360	20							▲	
		1106201102	毕业设计	30	30		2				0				▲
	小计			750	30	720	42								
	占比			24.7											
总计			3031	814	2217			30	26	28	22				

**注:**

1. 公共基础选修课必须选 4 门课程以上。必修课必须修完，并取得相应学分。
2. 职业核心课程考试包括理论、技能、平时成绩。
3. 第三学年的课程一般为网络通识课程。
4. 学分修完 140 分以上，方可毕业，其中毕业设计环节为必修。

## 附录 II

体育教育课程学时及比例

课程类别		学时分配			学时比例	
		总学时	理论学时	实践学时		
职业基础素质课程	必修	568	222	346	18.74%	
	选修	345	66	279	11.38%	
职业能力课程	职业能力基础课程		288	288	0	9.50%
	职业能力核心课程		576	100	476	19.00%
	职业能力拓展课程	必修	288	96	192	9.50%
		选修	216	12	204	<b>7.13%</b>
毕业实习		750	30	720	24.75%	
合计		3031	814	2217	100%	
比例分配				26.86%	73.14%	

# 体育学院健身指导与管理专业

(2023年9月最新修订)

## 一、专业名称及代码

专业名称：健身指导与管理

专业代码：570307

## 二、入学要求

高中阶段教育毕业生或具有同等学力者。

## 三、修业年限

三年。

## 四、职业面向

表1 专业及职业面向

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	职业资格或职业技能等级证书举例
教育与体育大类(67)	体育类(5703)	体育(89)	健身和娱乐场所服务人员(4-13-04)	健身教练、游泳教练、瑜伽教练、体能教练、体育场馆管理人员、水上项目安全人员	运动营养咨询与指导、中国健美协会(健身教练员、健身健美裁判员)、国家体育总局(体能指导员、健身瑜伽教练员、游泳救生员)

## 五、培养目标与培养规格

### (一) 培养目标

本专业培养德智体美劳全面发展，掌握扎实的科学文化基础和科学健身等知识，具备运动功能筛查与教学、体态评估与纠正、健身咨询与指导、运动营养咨询与指导、健身客户服务与管理等能力，具有工匠精神和信息素养，能够从事私人健身教练、团操健身教练、健身客户管理等工作的高素质技术技能人才。

### (二) 培养规格

(1) 具有对健身对象实施健康筛查与运动风险评估的能力；

- (2) 具有运动功能筛查与分析、体态评估与分析的能力；
- (3) 具有运动营养咨询与指导的能力；
- (4) 具有健身客户服务与管理，健身课程宣传与推广，健身机构日常基本运营管理及宣传与推广的能力；
- (5) 具有制订与实施健身计划的能力；
- (6) 具有开展科学健身教学与训练、咨询与指导的能力；
- (7) 具有对健身设备运行、安全检查、日常管理和维护、健身设备安全操作的能力；
- (8) 具有信息技术、数字技术等应用能力；
- (9) 具有探究学习、终身学习和可持续发展的能力。

## 六、课程设置

包括职业基本素质课程和职业能力课程。

### （一）职业基本素质课程

必修课：毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、思想道德与法治、形势与政策、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、军事技能（军训）、心理健康教育、大学生职业生涯规划、大学生就业与创业指导、劳动教育。

选修课：大学英语、现代信息技术、走近中华优秀传统文化、军事理论、大学生安全教育-综合篇、劳动通论、突发事件及自救互救、艺术教育（8选1）、现场生命急救知识与技能、情商与智慧人生、国学智慧、有效沟通技巧、大学生国家安全教育。

### （二）职业能力课程

专业课程一般包括专业（技能）基础课程、专业（技能）核心课程、专业（技能）拓展课程及相关实践性教学环节。

#### （1）职业能力基础课程

包括：运动解剖基础、运动生理基础、健身教练基础、健美操、实用运动处方、实用体育管理、健身健康概论。

#### （2）职业能力核心课程

身体运动功能训练、运动营养、运动损伤与防护、器械健身指导、团健身指导、健身俱乐部经营与管理、健美规则与裁判法、健身健美赛事指导、动感单

车、健美操。

表2 职业核心课程

序号	课程名称	主要内容及教学要求
1	身体运动功能训练	<p>内容：学习发展力量、速度、耐力、灵敏、柔韧、协调等方面的训练方法及手段。</p> <p>要求：掌握实用的体能训练方法及手段，并在实践中合理运用。</p>
2	运动营养	<p>内容：运动营养学基础；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；运动员的膳食营养等。</p> <p>要求：掌握制定原则，灵活运用。</p>
3	运动损伤与防护	<p>内容：运动损伤概述、运动损伤现代诊断技术及常用技术、常见骨折及防护、常见软组织损伤及防护。</p> <p>要求：掌握现代诊断技术及常用急救基本技术。</p>
4	器械健身指导	<p>内容：健身运动基础科学知识、健美比赛的经典动作与法则；各种精要性、敏捷类训练技术；各类器械的使用方法和训练技巧；个性化训练计划的制订与科学训练指导。</p> <p>要求：能够对客户进行全方位健身指导，满足客户个性化健身需求，达成训练效果。</p>
5	团健身指导	<p>内容：测量活动的编制与组织实施，各类测量仪器、器材的使用；人体形态、机能、素质、心理、情感、运动技术、体质的测量与评价。</p> <p>要求：能够将理论知识运用到实践中，使用测量仪器、器材完成人体的测量与评价。通过为客户解释测量和评价结果，引导客户购买健身教练服务。</p>
6	健身俱乐部经营与管理	<p>内容：健身俱乐部从业人员基础知识、日常运营管理、私人教练、健身俱乐部会员管理系统等。</p> <p>要求：熟悉并能够完成健身房工作中的工作流程</p>
7	健美规则与裁判法	<p>内容：学习健美竞赛规则和裁判法，通过视频等方式模拟执裁。</p> <p>要求：掌握健美竞赛规则，熟悉裁判法，具备一定执裁能力。</p>
8	健身健美赛事指导	<p>内容：学习并练习前展背阔肌、前展肱二头肌、侧展胸部、后展背阔肌、后展肱二头肌、侧展肱三头肌、正展腹部和大腿等比赛动作。学习如何进行赛前准备。</p> <p>要求：学会比赛造型，掌握备赛、比赛流程，了解备赛各阶段运动员训练、饮食、心理等方面的特点。</p>
9	动感单车	<p>内容：动感单车的概念、发展简史、动感单车的训练计划，以及各种骑行的动作和技巧。</p> <p>要求：全面掌握动感单车课程的内容，并灵活运用。</p>
10	健美操	<p>内容：健身操运动的特点及发展趋势；健身操运动在实践中的应用；健身操运动的技术动作及动作要领；健身操运动的创新创编。</p> <p>要求：能够灵活运用理论知识到工作实践中。</p>

### （3）职业能力拓展课程

包括：运动伤病防治与康复、体育市场营销、体育活动策划与组织、锻炼心理学等。

### （4）职业能力实践性教学课程

主要包括实训、实习、社会实践等。

①实训：对接真实职业场景或工作情境，在校内外进行健康筛查与运动风险评估，运动功能筛查和体态评估，运动营养调查、评估与指导，健身类运动项目健身计划制订与实施，健身类客户的管理与维护等实训。

③实习：在健身场所、健身俱乐部等单位或场所进行岗位实习。

②社会实践：在暑假或节假日时间进行，提高本专业在实际工作中的情况，提高学生感性认识，总结学校学习中的不足，起到查漏补缺的作用。

## 七、教学进程总体安排（见附录）

## 八、实施保障

### （一）师资队伍

本专业现有教师 17 名，其中教授 1 人，副教授 6 人，中级职称 9 人，博士研究生 1 人，硕士研究生 7 人。双师型素质教师占教师总人数 70%以上，职称、年龄、学历、结构比例合理。其中拥有健身指导资质和行业经验的教师 9 人，国家级社会体育指导员 1 人，一级社会体育指导员 7 人。

本专业教师具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，承担专业课程教学、实习实训指导。

专业带头人具有正教授职称，能够较好把握健身指导与管理专业的实际需求，教学设计、专业研究能力强，组织开展教科研工作能力强，在本区域具有一定的专业影响力。其他老师均具有一定的社会健身指导俱乐部实践经验，具备较强的专业教学能力。

### （二）教学设施

教学设施完全能够满足正常的课程教学、实习实训所需的专业教师、校内实训室和校外实训基地。

#### 1.日常教学设施



本专业拥有现代化的多媒体教室满足日常公共理论课和专业理论课教学。教室内拥有现代化的黑板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入端口，并安装了网络安全防护措施；有应急照明装置，符合紧急疏散要求，标志明显，能够保障逃生通道畅通无阻。

## 2.校内实训设施

### （1）体质监测技能实训室

实训室内拥有智慧教室、身高体重计、坐位体前屈测试仪、纵跳计、功率自行车等体质监测相关仪器设备。设备能够满足运动生理学、运动处方课程的教学与实训。

### （2）健身教练技能实训室

拥有健身教练技能实训室。配备有投影仪、白板、WIFI覆盖、跑步机、椭圆仪、固定自行车、坐姿胸椎训练器、坐姿颈前下拉训练器、史密斯综合训练器、大飞鸟综合训练器、核心综合训练器、核心训练炮筒、壶铃、健身球、健身半球等健身教练技能相关仪器设备；满足健身教练、体能训练等课程的教学与实训。

### （3）健美操及其他运动项目实训室

拥有健美操及健身气功、瑜伽、跆拳道等标准实训设施。

### （4）社会体育活动策划与组织技能实训室

拥有投影仪、白板、WIFI覆盖、沙球、药球、标志桶、标志盘、瑜伽球、绳梯等开展社会体育活动的相关仪器设备，满足社会体育活动策划与组织等课程的教学与实训。

## （三）教学资源

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

其次，拥有现代化的图书馆和现代化的智慧校园网络系统，满足师生文献资料的查阅。拥有行业政策法规资料、有关职业标准、有关健身指导与管理的技术、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。

同时，拥有与本专业相关的音视频素材、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。

#### **（四）教学方法**

本专业学生多是普通高中的毕业生，学生学习态度端正，但学习技巧和效率有待进一步提高。缺乏理论的认识与实践的结合。因此，教学方法多采用探究式教学和情景式教学。

在公共基础理论课教学中，采用探究式教学。第一步，结合教学目标和课程单元，给学生提出问题和目标。第二步，结合课程内容和现实情况进行深入分析，加强学生的思考与与现实结合的能力。第三步，引导和总结对问题认识、了解、适用的过程，提高学生学习能力。

在专业（技术）课程教学中，在技术动作要领学习传授的同时，多采用情景式教学。因为本专业学生运动项目技术学习的目的是更好的进行健身指导与管理，因此关键是能够针对不同技术水平，不同年龄的技术学习者的教学特点和规律的掌握。

#### **（五）教学评价**

对学生学习的评价，采用过程性评价与考核性评价相结合的方式。一般出勤情况占总成绩的 10%；平时成绩、表现和学习态度等占 50%；学期结束时的考核占总成绩的 40%。

#### **（六）质量管理**

##### **1.组织保障**

学校和体育学院系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管管理制度，保证课堂教学、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，保障人才培养质量。

##### **2.制度保障**

学校和体育学院完善了教学管理机制，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，建立了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、示范课等教研活动。

##### **3.校企合作机制**

学校建立了毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，能对生源情况、在校生物学

业水平、毕业生就业情况等进行分析，并能够定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

同时，专业教研组织能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

学生通过规定年限的学习，修满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以及第二课堂相应学分，达到本专业人才培养目标和培养规格的要求，并鼓励学生获取更多与专业培养目标相近的职业资格证书。

## 十一、附录

按照《教育部关于职业院校专业人才培养方案制订与实施工作的指导意见》（教职成司〔2019〕13号）《关于组织做好职业院校专业人才培养方案制订与实施工作的通知》（教职成司函〔2019〕61号）的相关要求，在由行业企业专家、教科研人员 and 一线教师代表组成的专业建设委员会指导下，按照学校统一部署，前后开展了行业企业调研、毕业生跟踪调研和在校生学情调研等工作，分析产业发展趋势和行业企业人才需求，明确本专业面向的职业岗位（群）所需要的知识、能力、素质，形成了专业人才培养调研报告。经过由行业企业、教研机构、校内外一线教师和学生代表等参加的论证会论证，进一步明确了专业人才培养目标与培养规格，重构课程体系、安排教学进程，更新完善了教学内容、教学方法、教学资源、教学条件保障等要求。

2023年9月，对照职业教育专业简介（2022年修订）进行了最新修订。

附录 I

健身指导与管理专业课程指导性教学计划与进程表

课程类别	课程性质	课程编码	课程名称	学时数			学分	考核方式	按学年、学期教学进程安排 (周学时、教学周数)						备注
				总学时	理论学时	实践学时			第一学年		第二学年		第三学年		
									1	2	3	4	5	6	
									18周	18周	18周	18周	18周	18周	
职业基本素质课	必修	1210201010	思想道德与法治	48	42	6	3	1	2						根据思政理论课开设,每学期开学前,思政课实践教学计划报教务处备案
		1210201011	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	36	30	6	2	1		2					
		1210201009	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	48	42	6	3	1			2				
		1210201003	形势与政策	32	32	0	4	2	▲	▲	▲	▲			每学期 8 学时
		1106201002	军事技能(军训)	112	0	112	2	2	▲						每周 1 学时
		1106201003	劳动教育 I	18	2	16	1	2	▲						
		1106201004	劳动教育 II	18	2	16	1	2		▲					
		1106201005	劳动教育 III	18	2	16	1	2			▲				
		1106201006	劳动教育 IV	18	2	16	1	2				▲			
		1210201004	心理健康教育	36	26	10	2	2	2						
	1106201105	大学生职业生涯规划	32	16	16	2	2	2							
	1106201106	大学生就业与创业指导	32	16	16	2	2				2				
	选修	1208201001	大学英语 1	36	36	0	2	2	2						全校限定选修
1208201002		大学英语 2	36	36	0	2	2		2					全校限定选修	
1213201008		现代信息技术	36	12	24	2	2	2						全校限定选修	
1106201170		走近中华优秀传统文化	16	16	0	1	2	▲						全校限定选修	
1106201001		军事理论	32	32	0	2	2	▲						全校限定选修	

	1106201008	大学生安全教育-综合篇	32	32	0	2	2	▲						全校限定选修
	1106201007	劳动通论	32	32	0	2	2		▲					全校限定选修
	1106204077	突发事件及自救互救	22	22	0	1	2		▲					全校限定选修
		人工智能	32	32	0	2	2		▲					全校限定选修
		艺术教育（8选1）					2			▲				全校限定选修 具体课程名称、学时、学分参考 “各学院部各专业必修通识课一览表（2023年修订）”
	1106204084	现场生命急救知识与技能	10	10	0	1	2			▲				全校限定选修
	1106204061	情商与智慧人生	16	16	0	1	2				▲			全校限定选修
	1106204015	国学智慧	32	32	0	2	2				▲			全校限定选修
	1106204028	有效沟通技巧	20	20	0	1	2					▲		全校限定选修
	1106204108	国家安全教育	25	25	0	1	2					▲		全校限定选修
小计			769	527	242	48								
占比			29%											
职业能力基础课	必修	1213202010	运动解剖基础	64	48	16	4	1	4					
		1213203036	运动生理基础	72	48	24	4	1			4			
		1213202013	实用体育管理	72	48	24	4	1			4			
		1213202014	实用运动处方	36	18	18	2	1		2				
		121320	体育概论	32	28	4	2	1	2					
	小计			276	190	86	16							
占比			10%											
职业能力核心课	必修	1213203027	器械健身指导	144	12	132	8	1	4	4				
		1213203052	健身教练基础	144	12	132	8	1			4	4		
		1213203054	体育运动功能训练	72	12	60	4	1			4			

		1213203021	动感单车	36	30	6	2	1		2					
		1213203031	健美操	72	60	12	4	1		4					
		1213203018	健身俱乐部经营与管理	72	60	12	4	1			4				
		1213203093	运动营养	72	12	60	4	1		4					
		1213204006	团健身指导	36	12	24	2	1			2				
		1213203057	健身健美赛事指导	36	6	30	2	1		2					
		1213203094	运动损伤与防护	72	60	12	4	1			4				
		小计		756	276	480	42								
		占比		29%											
职业能力 拓展课	必修	1213203056	健身俱乐部礼仪与服务	36	18	18	2	1			2				
		1213203019	瑜伽	36	18	18	2	1			2				
	小计		72	36	36	4									
	占比		3%												
第二课堂			思想成长							▲	▲	▲	▲	▲	▲
			实践实习和志愿公益							▲	▲	▲	▲	▲	▲
			创新创业							▲	▲	▲	▲	▲	▲
			文体活动							▲	▲	▲	▲	▲	▲
			工作履历							▲	▲	▲	▲	▲	▲
			技能特长							▲	▲	▲	▲	▲	▲
毕业实习	必修	1106201100	顶岗实习 I	360		360	20						▲		
		1106201101	顶岗实习 II	360		360	20							▲	
		1106201102	毕业设计	30	30		2					0		▲	
	小计		750	30	720	46									
	占比		29%												
总计				2679	1115	1564	156		20	22	30	8			本行“*”的单元格的数据均需填报

注：1.▲表示在对应学期开设课程

2.考核方式一栏中 1 代表考试，2 代表考核

附录 II

健身指导与管理专业课程学时及比例

课程类别		学时分配			学时比例	
		总学时	理论学时	实践学时		
职业基础素质课程	必修	424	206	218	16%	
	选修	345	321	24	13%	
职业能力课程	职业能力基础课程		276	190	86	10%
	职业能力核心课程		756	276	480	29%
	职业能力拓展课程	必修	72	36	36	3%
毕业实习		750	30	720	29%	
合计		2623	1059	1564		
比例分配				40%	60%	100%