



2023 级运动训练专业 人才培养方案

专业代码	770303	培养层次	中职
系（部）	基础教学部	教研室（组）	体育与健康教研室
专业建设委员会审核	经 年 月 日运动训练专业建设委员会讨论，同意提交系部党政联席会审核。 专业建设委员会主任签字：		
系（部）党政联席会审核	经 年 月 日基础教学部系党政联席会议审核，同意上报。 系（部）负责人签字： <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">年 月 日</div>		
马克思主义教学部审核	年 月 日	基础教学部 审核	年 月 日
教务处负责人审核	年 月 日	分管院领导 审核	年 月 日
院长办公会审核	经 年 月 日院长办公会审核，同意提交院党委会审定。 <div style="text-align: right;">签字：年 月 日</div>		
党委会审定	经 年 月 日院党委会审定，同意实施。 <div style="text-align: right;">签字：年 月 日</div>		



目 录

一、专业名称（专业代码）	307
二、入学要求	307
三、修业年限	307
四、职业面向	307
（一）职业面向分析	307
（二）相关竞赛分析	309
（三）相关证书分析	310
五、培养目标与培养规格	310
（一）培养目标	310
（二）培养规格	310
六、课程设置及要求	313
（一）课程体系构建	313
（一）公共基础课程设置及要求	317
（二）专业（技能）课程设置及要求	329
（三）实践性教学课程设置及要求	349
七、教学进程总体安排	353
（一）课程学分学时安排	354
（二）教学计划安排及教学进度表	354
八、实施保障	360
（一）师资队伍	360
（二）教学设施	362
（三）教学资源	363
（四）教学方法	364
（五）学习评价	365
（六）质量管理	370
九、毕业要求	372
十、编制说明	372
（一）人才培养方案编制依据	372
（二）主要编制人员（姓名、单位、职务/职称）	373
十一、附录	374



2023 级运动训练专业 人才培养方案 (中职)

一、专业名称 (专业代码)

表 1 专业名称及专业代码表

专业名称	运动训练	专业代码	770303
------	------	------	--------

二、入学要求

初中毕业或具有同等学力。

三、修业年限

三年

四、职业面向

(一) 职业面向分析

1. 职业面向

职业面向分析如表 2 所示。

表 2 职业面向一览表

所属专业 大类 (代 码) A	所属专业 类 (代码) B	对应行业 (代码) C	主要职业 类别 (代码) D	主要岗位类别 或技术领域举例 E	职业资格证书或技能 等级证书举例 F
教育与体育 大类 (77)	体育类 (7703)	教育类	教练员、裁判员	教练员、裁判员	教练员等级证、裁判 等级证、社会体育指 导员、生涯规划指导 师等级证。

2. 职业发展路径

专业毕业生职业发展路径如表 3 所示。



表 3 专业毕业生职业发展路径一览表

岗位类型	岗位名称	岗位要求
初始岗位	教练员	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具有全面的运动能力，熟练且正确地掌握运动项目和身体练习的基本技术技能。 2. 熟练制订各种教学工作计划文件，灵活运用教学方法，组织学生有序进行学习、练习或集体活动。 3. 善于对学生的思想状况、学习态度和行为举止进行深入了解、分析和判断，从实际出发，灵活运用各种思想教育方法。 4. 有各种课外体育活动的组织和指导能力。
目标岗位	裁判员	<ol style="list-style-type: none"> 1. 热爱本项活动，热爱裁判工作； 2. 有较高的职业道德修养； 3. 精通竞赛规则、裁判法； 4. 通晓技术、战术知识与方法； 5. 掌握比赛的一般规律和特点； 6. 要求自信、自强、果断、公正； 7. 具有一定的思维敏捷、反应速度； 8. 具备团结协作的合作精神； 9. 态度端正、不受他人影响执法力度跟方式。
发展岗位	社会体育指导员	<ol style="list-style-type: none"> 1. 体育指导员的規定是必須掌握社会体育指导的理论与方法，对社会体育的知识、方法能够达到较高的理性把握层次。 2. 能够承担较高水平的社会体育指导工作，社会体育指导员应能够承担较高水平的社会体育指导工作。 3. 具有一定的社会体育工作资历和指导社会体育指导员与进行科研的能力，能够进行科学研究，提高社会体育工作的水平，不但要坚持科学理论的指导，还必须主动探索社会体育的科学规律，进行一定的科学研究。

3. 典型工作任务与职业能力分析

典型工作任务与职业能力分析如表 4 所示。

表 4 典型工作任务与职业能力分析一览表

职业岗位名称	典型工作任务	职业能力要求			融通课程	
		专业能力	社会能力	方法能力		
教练员	1. 关心本队教练员业务素质的提高，指导年轻教练认真完成训练、比赛任务，促进竞技运动技术水平的提高。全面关心本队	1. 具有全面的运动能力，熟练且正确地掌握运动项目和身体练习的基本技术技能； 2. 熟练制订各种教学工作计划文件，灵活运用教	1. 应具有高尚的思想品质和崇高的精神境界； 2. 应具有现代教育思想和教育观念；	主要是培养学生具备从事职业活动所需要的工作方法和学生方法，包括制定工作计划	专业核心课程	《运动损伤与治疗》 《体育保健学》 《运动生理学》
					专业基础课程	《教练员基础》、



职业岗位名称	典型工作任务	职业能力要求			融通课程	
		专业能力	社会能力	方法能力		
	<p>运动员的成长,认真履行管理育人、服务育人、训练育人等职责;</p> <p>2.根据优秀运动队训练、比赛任务,按照竞技体育高水平运动人才成长的规律,实施所带队运动训练、比赛的周期规划,制定年度训练计划;</p> <p>3.承担省竞技体育优秀运动员的训练教学和参加国内外比赛的指导工作,实施高质量的运动员后备人才的选拔、培养和输送工作;</p> <p>4.了解本项目国内外先进技术、战术发展的动向,参与训练方法和科学选材的相关研究。</p>	<p>学方法,组织学生有序进行学习、练习或集体活动;</p> <p>3.善于对学生的思想状况、学习态度和行为举止进行深入了解、分析和判断,从实际出发,灵活运用各种思想教育方法。</p> <p>4.有各种课外体育活动的组织和指导能力;</p> <p>5.注重自身业务素质的提高,积极参加业务培训,认真完成规定的训练、比赛任务;全面关心所带运动员的成长,认真履行管理育人、服务育人、训练育人等职责;</p> <p>6.承担国家或省竞技体育高水平运动员的训练教学和参加国内外重大比赛的指导工作,根据国家奥运增光计划和省竞技体育比赛目标,指导、实施高质量运动员后备人才的选拔、培养和输送工作。</p>	<p>3应具有广博精深的文化专业知识和教育理论;</p> <p>4.应具有较强的教育科研和创新知识的能力;</p> <p>5.应具有熟练掌握和运用现代教学技术的能力;</p> <p>6.应具有良好的心理承受力和强健的体魄。</p>	<p>的步骤、解决实际问题的思路、独立学习新技术的方法、评估工作结果的方式等</p>		《健身教练》

(二) 相关竞赛分析

本专业相关的职业技能等级证书是“裁判员、教练员”,证书内容与课程的融合如表 5 所示。



表 5 专业相关竞赛分析一览表

赛项名称	组织机构	主要内容	拟融入的课程	
裁判员 教练员	教育机构大型体育赛事组织、体育产业领域等	1. 严格执行就业单位的各项规章制度。 2. 熟悉相关工作的流程。 3. 组织好相关体育赛事，做好相关裁判工作。	专业基础课程	《教练员基础》 《健身教练》
			职业技能等级考试课程	《篮球规则》、 《田径竞赛规则》

(三) 相关证书分析

本专业相关的职业技能等级证书是“裁判员、教练员”，证书内容与课程的融合如表 6 所示。

表 6 专业相关证书一览表

职业资格证书/职业技能等级证书名称	工作领域	工作任务	拟融入的课程	
裁判员(教练员)	行业内对应专业项目	行业内对应项目的执教、比赛执裁及组织	专业基础课程	《教练员基础》 《健身教练》
			职业技能等级考试课程	《篮球规则》 《田径竞赛规则》

五、培养目标与培养规格

(一) 培养目标

本专业培养能够践行社会主义核心价值观，德、智、体、美、劳全面发展，教育引导 学生热爱祖国，拥护中国共产党的领导，树立和践行社会主义核心价值观，培养具有高度 社会责任感和敬业精神，具有弘扬中华民族体育文化精神的自觉意识，具有强健的体魄、 积极的人生态度和良好的心理品质；掌握教育教学的基本理论、基本技能和基本方法，具 备较强的体育专业技能；能够运用教育教学的理论知识分析和解决体育教育教学中的各种 实际问题；获得教育和体育领域的相关从业资格；学生经过 3 年的成长，具备扎实的体育 专业知识、体育教育能力和自主发展能力，具备一定的运动能力和较强的体育教育教学能 力，能够从事相关教辅机构体育教育的工作，能胜任小学体育教育教学工作和社会体育指导 工作，培养具有创新精神和实践能力的“基础实、能力强、素质高”的复合型技术技能人 才。



（二）培养规格

本专业毕业生应在素质、知识和能力等方面达到以下要求。

1. 素质

Q1: 能够掌握基本运动知识和一两项运动技能;

Q2: 待人有亲和力, 乐观向上, 热情开朗, 善于自我调节情绪, 保持平和心态;

Q3: 热爱生活, 热爱体育工作;

Q4: 具有质量意识、绿色环保意识、安全意识、信息素养、创新精神;

Q5: 具有尊重劳动、热爱劳动, 具有较强的实践能力;

Q6: 具有精益求精的工匠精神;

Q7: 具有崇德向善、诚实守信、爱岗敬业;

Q8: 具有良好的社会公德和职业道德;

Q9: 具有社会责任感和参与意识;

Q10: 崇尚宪法、遵守法律、遵规守纪;

Q11: 具有深厚的家国情怀和民族自豪感;

Q12: 具有正确的世界观、人生观和价值观;

Q13: 具有良好的职业道德和职业素养;

Q14: 以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导, 拥护中国共产党的领导, 贯彻党的路线、方针和政策, 遵纪守法。

2. 知识

K1: 掌握体育教育的基本理论、基本知识和基本技能, 掌握学校体育教育工作规律, 具有较强的实践能力;

K2: 能运用疾病预防、安全防护与救助的基本方法和技能, 保护学生身心健康发展;

K3: 掌握青少年发展心理基础知识;

K4: 了解青少年心理发展各阶段的特点;

K5: 知道青少年学习的主要方式和特点;



- K6: 熟悉体育教学活动的目标、任务、内容和要求;
- K7: 具备体育赛事的组织与实施能力;
- K8: 掌握学校体育教育活动的內容、目标、实施方法等基本知识;
- K9: 具有制订体育活动方案和实施教育方案的初步能力;
- K10: 知晓和践行社会主义核心价值观和价值体系、具备基本的人文社科知识、国防知识;
- K11: 掌握体育锻炼的基本知识;
- K12: 具备一定的文学、美学、音乐、艺术等方面的知识;
- K13: 具备学习和职业发展方面的知识;
- K14: 掌握必备的数学和计算机应用知识。

3. 能力

- A1: 能在中等学校等从事体育教学、课外体育活动、课余体育训练和竞赛工作，并能从事学校体育科学研究、学校体育管理、社会体育指导等;
- A2: 具有较强的口语和书面表达能力，解决实际问题的能力;
- A3: 具备较好的现代化教育信息技术能力;
- A4: 具备从事专项运动训练与教学，竞赛组织与裁判等工作的基本能力;
- A5: 具备扎实的体育运动技能，掌握系统科学的运动训练能力;
- A6: 具备一定的教育研究能力和管理能力，参与体育技术技能实践的培训和开发;
- A7: 了解一般运动训练和专项运动训练班的发展动态;
- A8: 具有较强的接受新知识、新事物以及自主学习、终身学习的能力;
- A9: 具有创新创业意识和创新创业能力和管理能力;
- A10: 具有一定的体育技术技能的教授能力，有一定的体育特长;
- A11: 具有两项以上体育运动技能和良好的意志毅力，具有健全的心理、健康的身体和较强的心理承受能力及社会适应能力;
- A12: 具有良好的思想道德品质、团队合作意识和个人修养，遵纪守法;



A13: 具有站在正确的立场、应用正确的思想和观点、分析和认识社会形势和问题、抵制错误思想和思潮的能力。

六、课程设置及要求

(一) 课程体系构建

落实教育部 2019 年 13 号、61 号文件精神，全面贯彻《中共中央国务院关于全面加强新时代大中小学劳动教育的意见》以及教育部印发的《大中小学劳动教育指导纲要(试行)》、教育部关于印发《高等学校课程思政建设指导纲要》的通知(教高[2020]3号)、教育部办公厅印发《关于开展“网上重走长征路”既推动“四史”学习教育的工作方案》的通知等文件精神，明确专业培养目标和规格，制定《岗位(群)工作任务及职业能力分析报告》。

深入分析学生现实需求，全面落实大中小学思政工作总体要求，强化“中国共产党党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史”教育，明确专业知识目标、能力目标、思政目标，制定《专业人才培养质量标准》(《毕业生质量标准》)。依据《专业人才培养标准》(《毕业生质量标准》)，构建“公共基础必修课程+公共基础选修课程+专业基础课程+专业核心课程+专业选修课程+职业技能等级考试课程+教学实践课程+素质教育课程+”的课程体系，切实做到“书证融通”。

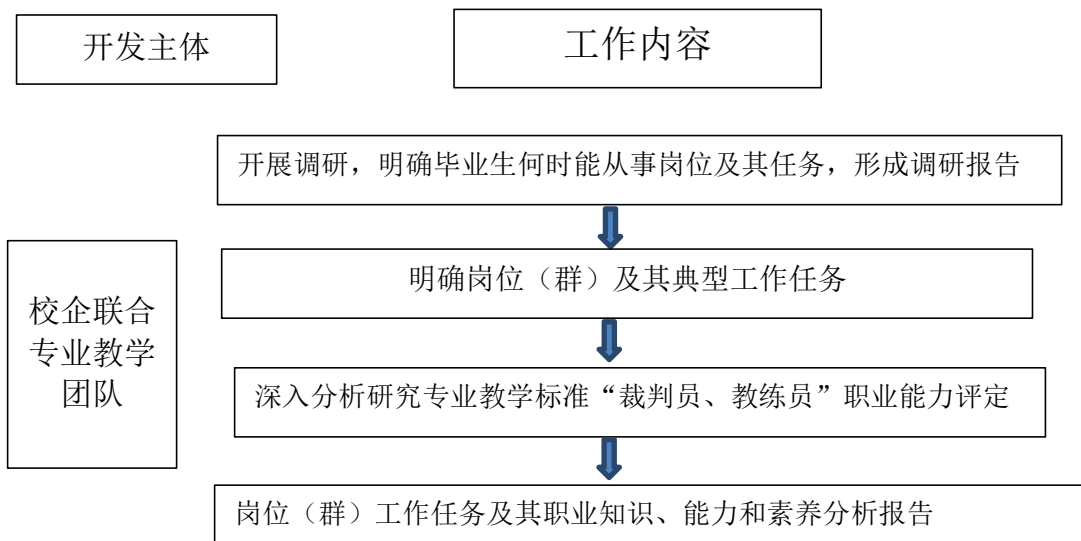


图 1 岗位（群）工作任务及职业知识、能力和素养分析报告

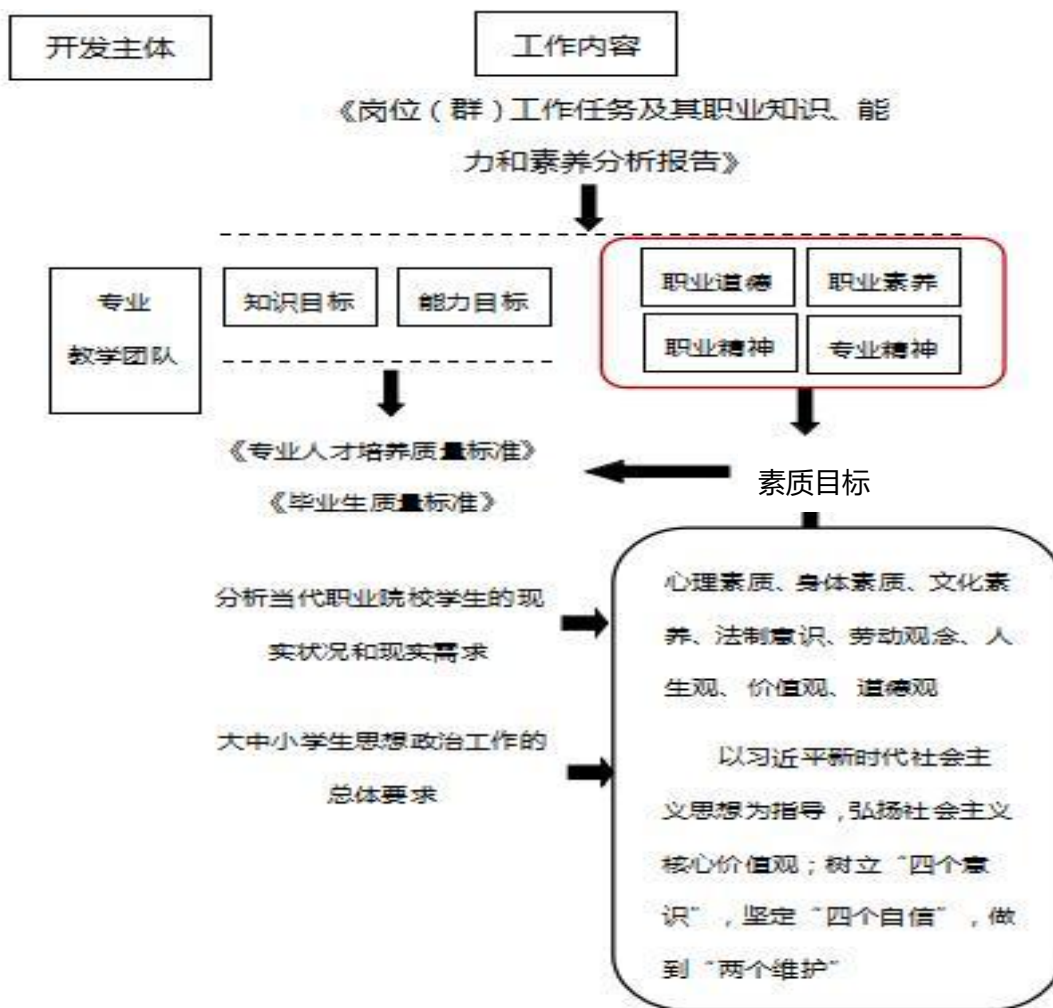


图 2 专业人才培养质量标准（毕业生质量标准）制定流程图

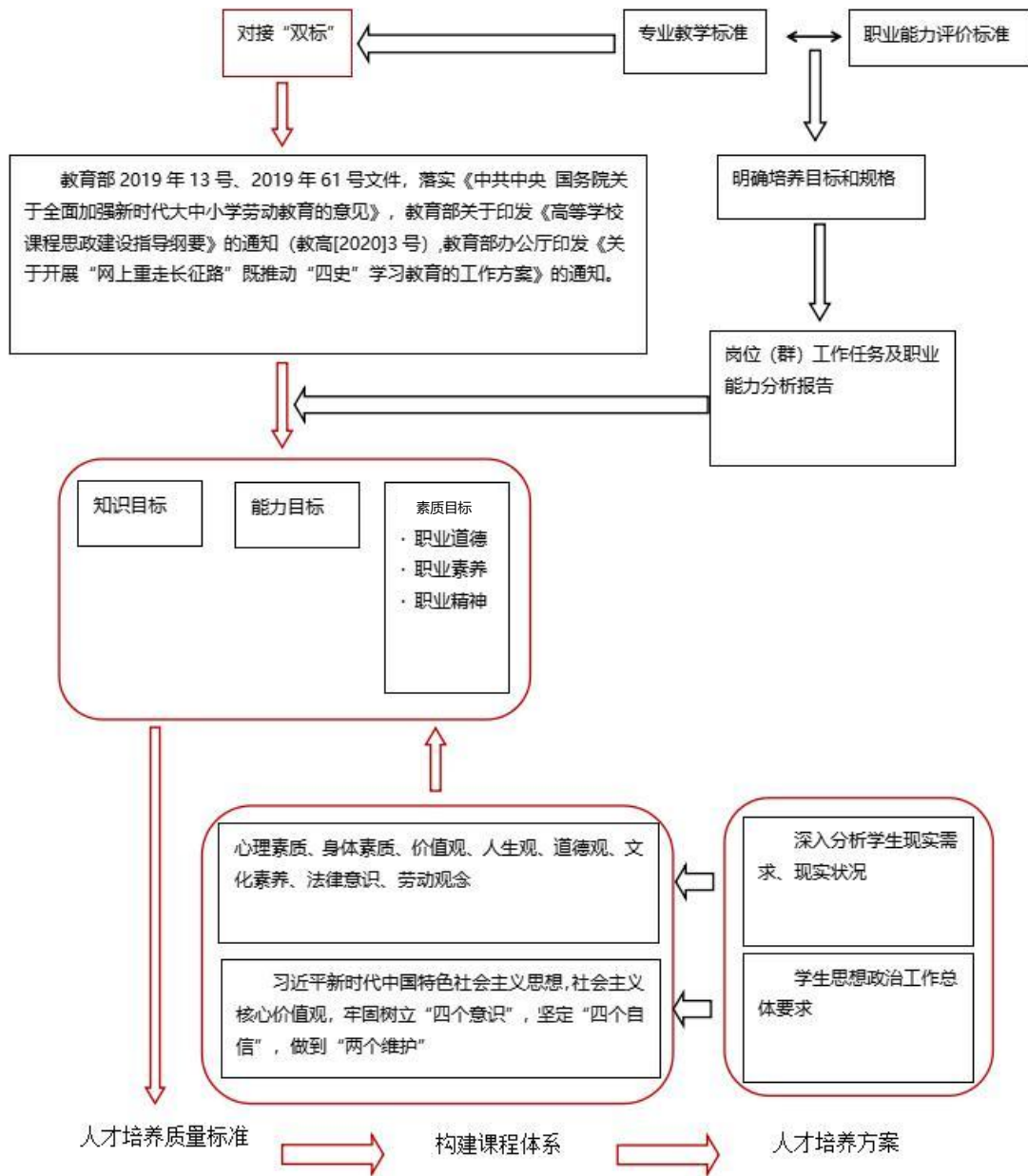


图 3 人才培养方案开发思路框架图

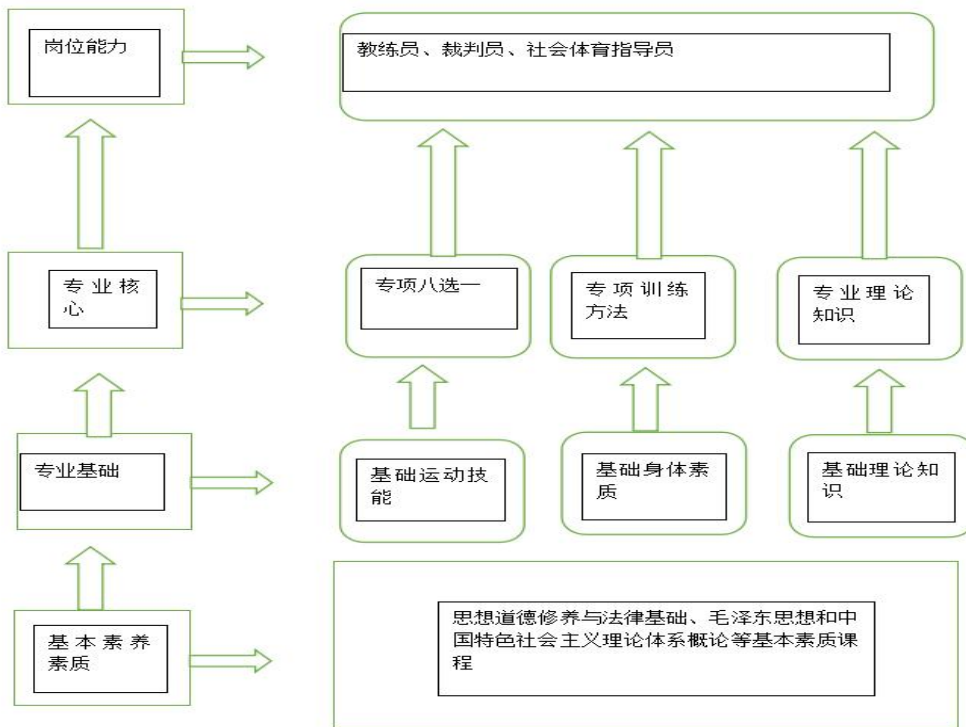


图 4 课程体系架构图



图 5 课程学习导航



(一) 公共基础课程设置及要求

1. 公共基础必修课设置及要求

公共基础必修课共设置 19 门，课程设置及要求如表 7 所示。

表 7 公共基础必修课课程设置

序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
1	中国特色社会主义	3	54	本课程围绕中国特色社会主义理论体系和习近平新时代中国特色社会主义思想的核心内容，帮助大学生不断深化对中国特色社会主义理论体系和习近平新时代中国特色社会主义思想的系统认识。培养大学生热爱祖国、热爱人民的感情以及强烈的社会责任感。培养和提高大学生运用中国特色社会主义理论体系和习近平新时代中国特色社会主义思想分析问题和解决问题的能力，帮助大学生增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”。	中国特色社会主义政治建设；中国特色社会主义经济建设；中国特色社会主义社会建设；当代中国马克思主义、21 世纪马克思主义，新时代坚持和发展中国特色社会主义，实现中华民族伟大复兴的中国梦，坚持和加强党的全面领导，坚持以人民为中心，坚持深化改革开放，推动经济高质量发展，发展社会主义民主政治，铸就中华文化新辉煌，建设天蓝地绿水清的美丽中国，中华民族伟大复兴的坚强保障，携手构建人类命运共同体	本课程围绕中国特色社会主义理论体系和习近平新时代中国特色社会主义思想的核心内容，帮助大学生不断深化对中国特色社会主义理论体系和习近平新时代中国特色社会主义思想的系统认识，帮助学生更好认识中国特色社会主义。	Q9, Q11, Q12, Q13, Q14, K10, A8, A9
2	心理健康与生涯	2	36	中等职业学校心理健康课程的总体目标是学会调适，寻求发展。学生良好心理素质的形成建立在学生良好的自我意识、学校适应、学习策略、情绪调节、人际交往和生涯规划的基础上。	1. 理解社会发展是实现人生梦想的客观环境，领会新时代为个人发展提供了广阔的舞台，确立符合时代要求德职业理想，理解职业生涯规划的重要性，懂得职业生涯规划的过程也是促进个人成长的过程；2. 全面客观地认识自我，明确正	基于社会发展对中职学生心理素养、职业生涯发展提出的新要求以及心理和谐、职业成才的培养的培养目标，阐释心理心理健康知识，引导学生树立正确的心理健康意识，掌握心理调适和职业生涯规划的方法，帮助学生正确处理生活、学	Q2, K9, A8, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
					<p>确认识自我对于专业学习和职业发展的重要性，正确认识职业理想和现实的关系，直面困难和挫折，掌握抗挫折方法，珍惜生命，热爱生活，提高耐挫力，了解尊重个体生理及心理特点差异的重要性，掌握青春期的性心理知识，养成健康向上的生活方式，掌握合理的情绪调节方法，提高情绪管理能力，做理性平和、自信乐观的人；</p> <p>3. 了解所学专业对应的职业群及演变趋势，树立正确的劳动观，培育精益求精的工匠精神，掌握提升职业素养的方法，奠定职业生涯发展基础；</p> <p>4. 理解父母、尊敬父母，感悟亲情；理解良好师生关系对个人学习、健康成长的重要性，掌握同学、同伴交往的正确方式，增强集体意识和团队意识。</p> <p>5. 端正学习态度，学会管理时间，善于利用闲暇时间，了解社会发展提出的新要求，了解调整职业生涯规划的重要性；</p> <p>6. 了解中职学生的就业优势，掌握应对职业发展中心理冲突的方法，增强职业适应性，提高职业</p>	<p>习、成长和求职就业中遇到的问题，结合知识传授，全面实施课程思政。培育自立自强、敬业乐群的心理品质和自尊自信、理性平和、积极向上的良好心态，根据社会发展需要和学生心理特点进行职业生涯指导，为职业生涯发展奠定基础。</p>	



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
					生涯规划执行力。		
3	哲学与人生	2	36	本课程的课程目标是阐明马克思主义哲学是科学的世界观和方法论，讲述辩证唯物主义和历史唯物主义基本观点及其对人生成长的意义；阐述社会生活及个人成长中进行正确价值判断和行为选择的意义；引导学生弘扬和践行社会主义核心价值观，为学生成长奠定正确的世界观、人生观和价值观基础。	立足客观实际，树立人生理想，辩证看问题，走好人生路，实践出真知，创新增才干，坚持唯物史观，在奉献中实现人生价值。	通过本部分内容的学习，学生能够了解马克思主义哲学基本原理，运用辩证唯物主义和历史唯物主义观点认识世界，结合知识传授，全面实施课程思政。坚持实践第一的观点，一切从实际出发、实事求是，学会用具体问题具体分析等方法，正确认识社会问题，分析和处理个人成长中的人生问题，在生活中做出正确的价值判断和行为选择，自觉弘扬和践行社会主义核心价值观，为形成正确的世界观、人生观和价值观奠定基础。	Q12, K12, A8, A9
4	职业道德与法治	2	36	着眼于提高中职学生的职业道德素质和法治素养，对学生进行职业道德和法治教育。帮助学生理解全面依法治国的总目标和基本要求，了解职业道德和法律规范，增强职业道德和法治意识，养成爱岗敬业、依法办事的思维方式和行为习惯。	感悟道德力量，践行职业道德基本规范，提升职业道德境界，坚持全面依法治国，维护宪法尊严，遵循法律规范。	通过本部分内容的学习，结合知识传授，全面实施课程思政。学生能够理解全面依法治国的总目标，了解我国新时代加强公民道德建设、践行职业道德的主要内容及其重要意义；能够掌握加强职业道德修养的主要方法，初步具备依法维权和有序参与公共事务的能力；能够根据社会发展需要、结合自身实际，以道德和法律的要求规范自己的言行，	Q8, K7, A8, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						做恪守道德规范、尊法学法守法用法的好公民。	
5	中国历史(1)	2	27	通过中职阶段历史课程的教学,学生能够了解中国历史的基本知识,对中国历史的延续与发展产生认知兴趣,感悟中华文明的历史价值和现实意义,认识中国历史发展的总体脉络;逐步获得基本的历史学习能力,掌握学习历史的基本方法;形成爱国主义情感,开拓观察世界的视野,为形成正确的世界观、人生观和价值观,树立科学发展观,成为具有综合素质的合格公民奠定基础。	第一单元 中华文明的起源与早起发展 第二单元 秦汉统一多民族封建国家的建立与巩固 第三单元 三国两晋南北朝的政治、经济与文化 第四单元 隋唐统一多民族封建国家的繁荣 第五单元 辽宋夏金多民族政权的并立与元朝的统一 第六单元 明清统一多民族国家进一步巩固与封建统治危机 第七单元 晚清的民族危机与救亡图存 第八单元 辛亥革命与民国初年的社会	中国历史这门课程要充分发挥历史教育的功能,面向全体学生,结合知识传授,全面实施课程思政。使学生通过努力达到课程目标的要求,掌握历史的基础知识,初步学会学习历史的方法,提高历史学习的能力,逐步形成对历史的正确认识。本门课程内容标准共分为8个单元18课,在每一课当中先以“通论”的方式概述该时段历史的基本线索及主要特征。结合知识传授,全面实施课程思政。每一课的学习内容均采用“点一线”结合的呈现方式。“点”是具体、生动的历史事实;“线”是历史发展的基本线索和时代特征。通过“点”与“点”之间的联系来理解“线”,从而使学生在掌握历史事实的基础上理解历史发展的过程。	
6	中国历史(2)	1	18	初步掌握解释和回答历史问题的方法,力求在表达自己的见解时能够言而有据、分析周全、推论得当、用词准	第九单元 中国共产党成立与新民主主义革命的兴起 第十单元 中华民族的抗日战争和人民解放运动	课程内容体现科学性、先进性与适应性相结合,凸显亮点和特色,并及时有效地把教改教研成果或学科最新发	



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				确；学会与教师、同学共同对历史问题进行探究与讨论，能够积极汲取他人的正确见解，善于与他人合作，交流学习心得和经验；从历史的角度了解中国的具体国情，认识和理解中华民族的优秀文化传统，尊重和热爱祖国的历史和文化；了解国内各民族之间的交流、互相影响与融合，增强民族平等和共同发展的观念；继承和弘扬以爱国主义为核心的民族精神，认识到国家的统一、民族的团结是中国强盛的重要保证，初步形成对国家、民族的认同感和历史责任感，树立为实现中华民族伟大复兴而奋斗的理想。	第十一单元 中华人民共和国的成立和社会主义建设道路的探索 第十二单元 改革开放和社会主义现代化建设新时期 第十三单元 中国特色社会主义进入新时代	展成果引入教学，结合知识传授，全面实施课程思政。引导学生进一步学习中国历史上的重要历史事件、重要历史现象和重要历史人物，掌握历史发展的线索和脉络，认识中国社会形态历经原始社会、奴隶社会、封建社会、半殖民地半封建社会、社会主义社会，从低级到高级的发展历程；理解历史进程中的变化与延续、继承与发展。本课程共有 5 个单元 13 课，从实际需求出发，制定具体的教学任务。注重在教学过程中结合大量的史实案例、历史故事等，激起学生学习历史的兴趣，帮助学生认识中华民族多元一体的基本国情、特点及其优势，帮助学生树立正确的民族观，增进对中华民族的认同，铸牢中华民族共同体意识。	
7	世界历史	1	27	本课程的课程目标是使学生通过进一步学习世界历史上的重要历史事件、重要历史现象和重要历史人物，掌握历史发展的线索和脉络；认识人类社会大体经历了原始社会，奴隶社会，	"多样的文明古国；中古时期的区域文明；资本主义的兴起与全球联系的建立；改变世界面貌的工业革命；马克思主义的诞生与传播；资本主义的扩展与亚非拉地区的民族独立运动；第	在世界史的教学过程中，要求按专题教学，师要聚焦重点内容、核心概念和关键问题展开教学活动。结合知识传授，全面实施课程思政。在世界古代史教学中，要着重引导学生围绕从人	



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				封建社会，资本主义制度的产生、确立和发展，社会主义制度诞生、发展并与资本主义制度相互竞争、并存的几个发展阶段。	一次世界大战和俄国十月革命；苏联的社会主义建设和资本主义世界经济危机；第二次世界大战；两极格局下的世界；冷战结束后的世界 "	类出现到先后诞生的各具特色的内容进行学习，理解文化多样性；在世界近代史教学中，要着重引导学生围绕世界各地由分散走向整体，人类社会开始步入相互联系、相互依赖的发展阶段，资本主义的历史进步性与它自身无法克服的基本矛盾和冲突，马克思主义的诞生与传播等内容进行学习；在世界现代史教学中，要着重引导学生围绕社会主义制度的建立与发展，两次世界大战与世界格局的演变，冷战结束后世界发展趋势及人类面临的机遇与挑战等内容进行学习。	
8	生态文明教育	1	16	本课程的课程目标是为贯彻落实党中央和贵州省关于加强生态文明教育的要求，使学生学习习近平生态文明思想，认识了解贵州生态文明建设成果，掌握生态环境知识与生态环境保护方法，形成生态文明素养。	文明危机、我国土地资源、水环境与大气环境基本情况；习近平生态文明思想；贵州土地、水环境与大气污染治理之道。	通过本课程的学习，使学生深刻认识习近平生态文明思想，了解贵州生态文明建设成果，树立科学发展观与生态文明观。结合知识传授，全面实施课程思政。通过教师课堂讲授与实践课程，让学生领悟生态文明价值意义，做到知行合一。	
9	语文(1)	2	72	本课程的课程目标是培养学生热爱祖国语言文字的思想感情，使学生进一步提高正确理解与	采薇、我的母亲、再别康桥、面朝大海 春暖花开、致橡树、静女、写作课、项链、荷花淀、山	以教师为主导引领学生参与教学过程，结合知识传授，全面实施课程思政。把课堂学习与	Q12, Q14, K9, A2, A8, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				运用祖国语言文字的能力，提高文化素养，以适应就业和创业的需要。指导学生学学习必需的语文基础知识，掌握日常生活和职业岗位需要的现代文阅读能力、写作能力、口语交际能力，具有初步的文学作品欣赏能力和浅易文言文阅读能力。	居秋暝、拿来主义、故都的秋、归园田居。	实践环节结合，调动学生学习的积极性，实现文本内容内化为学生的审美情操，书本知识转化为学生的实际能力。	
10	数学 (1)	2	72	本课程的课程目标是通过数学的学习，不仅有助于学生专业课程的学习，而且要掌握进一步深造所必须的重要数学知识；使学生学会用数学的思维方式去解决工作中遇到的实际问题，增进对数学的理解和兴趣；使学生具有一定分析问题、解决问题的能力；使学生能适应社会经济发展的需要。	集合、不等式、函数、三角函数。	引导学生掌握集合及其运算、不等式的性质及其应用、函数的性质及其应用、三角函数的性质及其应用。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q4, K9, A8, A9
11	英语 (1)	2	72	本课程的课程目标是通过本课程的学习，学生能具备一定的听、说、读、写能力，能进行简单的日常英语口语交流，能看懂简单英文信件、英文材料等，同时能养成良好的学习习惯，具备良好的语言文化素养，树立正确的文化价值观，增强文化自信。	问好与自我介绍、购物与祝贺、校园生活等相关主题的英文词汇、例句、对话和短文、英语词类和时态的用法。	学生一般应掌握基本的英语语音和语法知识，在听、说、读、写、译等方面受过初步的训练。结合知识传授，全面实施课程思政。教学中要讲练结合，传授知识的同时，全面实施课程思政，提高学生文化素养，以适应社会发展和经济建设的需要。	Q4, K9, A2, A8, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
12	语文 (2)	2	72	学生通过阅读与欣赏、表达与交流及语文综合实践活动,在语言理解与运用、思维发展与提升、审美发现与鉴赏、文化传承与参与几个方面都获得持续发展,自觉弘扬社会主义核心价值观,坚定文化自信,树立正确的人生理想,涵养职业精神,为适应个人终身发展和社会发展需要提供支撑。	将进酒、雨霖铃、念奴娇赤壁怀古、计划、合欢树、雨巷、雷雨、窦娥冤、课本剧综合活动、荷塘月色、边城、林黛玉进贾府、口语交际-演讲、通知、师说。	坚持立德树人,发挥语文课程独特的育人功能。整体把握语文学科核心素养,合理设计教学活动。结合知识传授,全面实施课程思政。以学生发展为本,根据学生认知特点和能力水平组织教学。体现职业教育特点,加强实践与应用。	Q5, Q6, Q7, K9, A8, A9
13	数学 (2)	2	72	本课程的目标是培养学生的计算能力、观察能力、空间想象能力、分析与解决问题能力和数学思维能力。引导学生养成良好的逻辑思维和实事求是的科学态度。	数列、平面向量、直线和圆的方程、立体几何、概率与统计初步。	获得必需的数学基础知识,增强学好数学的主动性和自信心,养成理性思维,学会将数学理论知识运用于实际生活中。结合知识传授,全面实施课程思政。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。	Q13, K9, A2, A8, A9
14	英语 (2)	2	72	本课程的课程目标是旨在提升学生以语言能力为重点,涵盖态度、知识、技能、策略与文化的课程核心素养,上述要素相互作用、相互融合,形成动态发展的关系。提供贴近学生日常生活和职业场景的学习内容,围绕语言意义开展语言实践活动,以实	用英语表达自己的愿望、简单介绍自己的家庭情况、掌握一定的阅读技巧、学会翻译并列句并正确使用连词、能简单的完成阅读理解练习。	掌握一定的英语语言知识;具备必需的英语听、说、读、写能力;发挥主体作用,形成有效的英语学习策略;了解文化差异,能在不同的生活和工作情境中使用英语进行有效交流。结合知识传授,全面实施课程思政。	Q13, K9, A2, A8, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				现增强学生视听、口语、阅读和写作能力的基本目标。			
15	信息技术	4	108	本课程的课程目标是培养学生能正确使用各种办公设备，能根据行业要求制作办公中各类型文件；使学生掌握常用的工具软件和信息化办公技术，了解大数据、人工智能、区块链等新兴信息技术，具备支撑专业学习的能力，能在日常生活、学习和工作中综合运用信息技术解决问题；能在工作环境中具备科学严谨的工作作风、团结协作完成任务的能力。	计算机基础知识、操作系统与多媒体技术、文档处理软件 Word2016、数据处理软件 Excel2016、演示文稿制作软件 PowerPoint2016	通过本课程的学习引导学生掌握计算机基础知识与工作原理、了解计算机操作系统与多媒体技术、会创建并使用文档处理软件、会创建并使用数据处理软件、会创建并使用演示文稿制作软件。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q13, K9, A3, A8, A9
16	安全教育	2	36	本课程的课程目标是从以人为本的基础出发，本着维护良好的教育教学秩序和对学生高度负责的精神，按照“安全第一，预防为主”的方针和“安全重于泰山”的基本要求，充分认识抓好中职生安全教育工作的重要意义，在思想上、制度上、组织上给予高度重视，使学生能适应社会发展的需要；能在工作环境中具备科学严谨的工作作风、团结协作完成任务的能力。	珍惜青春，拒绝暴力、防盗防抢，提高警惕、诈骗陷阱，切勿上当、远离诱惑，健康上网、学防身术，防性侵害、醉酒伤身，酗酒丧志、远离赌博，珍爱自己、抵制毒品，远离毒害、灾害无情，防救有方、食物安全，预防疾病、顶岗实习，安全第一、珍惜生命，安全出行之。	通过本课程的学习，引导学生了解国家安全意识教育是大学生思想政治教育的重要组成部分，提高防范意识，增强自我保护，避免社会不良风气的倾注。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q9, Q10, Q11, Q12, K3, K5, K7, A8, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
17	音乐鉴赏与实践	1	18	本课程的课程目标是培养学生鉴赏音乐美的能力，树立正确的审美观念，寓思想品德教育于音乐之中，陶冶情操，提高音乐修养，促进学生全面发展。	音乐鉴赏基础、中国民歌、中国艺术歌曲、中国民族器乐、中国戏曲与曲艺、中国歌剧、流行歌曲、舞蹈音乐。	培养学生音乐欣赏能力、理解音乐语言、掌握音乐的基本规律，学会如何欣赏不同类型的音乐作品，为以后继续学习音乐课程打下了良好基础。结合知识传授，全面实施课程思政。教学中理论和实践有机融合，全面实施课程思政，陶冶情操，提高学生自身修养。	
18	美术鉴赏与实践	1	18	本课程的课程目标主要是培养学生审美能力，引导学生对美术进行赏析，陶冶学生情操，增强学生视觉感受力和审美判断力。	美术初探、绘画、书法、雕塑、建筑、工艺与设计。	通过理论讲授和作品欣赏，使学生了解美术的概念和特点，认识美术分类和各自的特点，结合知识传授，全面实施课程思政。使学生初步掌握各类美术的基本知识和特点。	
19	茶叶基础知识（茶艺）	1	18	了解茶文化知识及各类茶识别和冲泡技巧，能正确运用茶文化知识，提高综合素质，增强职业变化的适应能力及继续学习能力。	茶文化知识、茶基础知识、茶艺表演。	能够认识各类茶的功效、名品、鉴赏以及购买和保存方法；掌握冲泡用具的使用以及茶叶冲泡的程序、手法和服务礼仪，提高学生综合人文素养；讲练结合，知识传授同时，全面实施课程思政，注重知识传授与价值引领同步。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q6, K12, A8, A9
小计		35	880				

2. 公共基础选修设置及要求



公共基础选修共设置 5 门，课程设置及要求如表 8 所示。

表 8 公共基础选修课程设置

序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
1	历史上的著名工匠	1	18	本课程通过学习古今中外著名工匠的生平事迹和主要成就，著名工匠身上蕴涵的工匠精神，以及工匠精神在技艺传承、行业发展和社会进步等方面发挥的作用。培养学生敬业专注、精益求精、开拓创新的精神。	古代社会与工匠培养；工业革命与近代职业教育的兴起；中国职业教育的兴起与近代民族工业的发展；世界职业教育的发展与现代化进程；现代中国职业教育的发展与中国社会主义现代化建设	本课程要求教师将中国历史上主要行业的著名工匠及其事迹介绍清晰，结合知识传授，全面实施课程思政。让学生知道他们生活的时代及其主要成就，教师在教学的过程中，要使学生认识到职业教育的重要性及其对社会发展的积极作用；要引导学生学习著名工匠的事迹，传承工匠精神，特别是要学习中华人民共和国成立以来各个时期在基层和一线作出突出贡献的先进人物和先进集体。	
2	普通话	2	36	通过《普通话》的学习，教育学生热爱祖国语言，掌握普通话语音基本理论和普通话声、韵、调、音变的发音要领，具备较强的方音辨别能力和自我语音辨正能力，能用标准或比较标准的普通话进行职场口语交际。	语言文字的相关法律法规、普通话水平测试简介、语音概述、普通话声母、普通话韵母、普通话声调、普通话变音。	教学过程中，理论教学要精讲，练习要充足，让学生在大量的练习过程中掌握语言的运用技能。结合知识传授，全面实施课程思政。以国家普通话水平测试大纲为标准，介绍普通话水平测试的有关知识，提高学生对普通话水平测试的认识。从交流、交际以及就业成才的需求出发，让掌握标准的普通话成为学生的内心需求和自觉的行动。以训练方法为突破口，使	Q2, K8, K12, A8, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						学生了解正音方法，从而通过自我训练掌握正确的发音方法。从正确的普通话发音习惯养成出发，建立标准发音的理念，坚持通过大量的听读训练提高学生的普通话水平。	
3	语文 (3 职业模块)	3	54	学生通过阅读与欣赏、表达与交流及语文综合实践等活动，在语言理解与运用、思维发展与提升、审美发现与鉴赏、文化传承与参与几个方面都获得持续发展，自觉弘扬社会主义核心价值观，坚定文化自信，树立正确的人生理想，涵养职业精神，为适应个人终身发展和社会发展需要提供支撑。	劳模精神工匠精神作品研读、职场应用写作与交流、微写作、科普作品选读。	结合知识传授，全面实施课程思政。阅读有关劳动模范、大国工匠等典型人物的作品，如传记、回忆录、新闻等，了解文体的基本特点，掌握阅读方法；在文本阅读中，领悟人物的思想品质和精神风貌，理解劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的时代风尚，培育劳动精神，弘扬劳模精神、工匠精神。	
4	职业素养	2	36	本课程的课程目标是根据企业用人标准，对学生进行职业素养的认知教育，让学生明白自己应该具备的职业素养。	修订我的学业计划、常说谢谢、感恩的心、中国梦、爱国情、在团队中成长、在协作中进步、户外拓展训练、弘扬工匠精神。	培养学生职业责任心、守时负责、诚实正直、能够适应环境变化的能力；培养学生自我学习和自我发展的能力、与人交流和合作的精神。结合知识传授，全面实施课程思政。以课堂教学为主，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。	Q8, Q9, Q10, Q11, Q12, Q13, Q14, K12, A8, A9
5	就业	2	36	本课程的课程目标	创新概述、创新思	掌握创业的基础知	Q6, K12, A8,



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
	创新创业教育			是教授学生创业知识、锻炼创业能力、培育创新意识、培养创业精神等，为今后的就业打下坚实的基础。	维、创业、创业精神与人生发展、创业者与创业团队、创业机会与创业风险。	识，熟悉创业的基本流程和方法，了解创业的相关法律和政策，激发学生的创业意识，促进学生创业就业和全面发展。全面实施课程思政，知识传授与价值引领同步，引导学生知行合一。	A9
小计		10	180				

(二) 专业(技能)课程设置及要求

3. 专业基础课程设置及要求

专业基础课程共设置 13 门，课程设置及要求如表 9 所示。

表 9 专业基础课程课程设置

序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
1	运动解剖基础	2	36	通过学习使学生对正常人体的形态结构及功能有一个系统性的认识及基本的了解，掌握体育运动影响人体形态结构及功能的有关知识，掌握对体育运动动作进行解剖学分析的方法，将所学知识应用到体育实践和日常生活中去，为体育教学和运动训练活动及提高自身健康水平提供形态学的理论基础，并为后续课程的学习奠定基础。	第一章 解剖体位的介绍（解剖体位、解剖平面、解剖学术语） 第二章 运动系统中结缔组织介绍（结缔组织） 第三章 人体骨骼介绍（骨的分类、颅骨、躯干骨、上肢骨、下肢骨） 第四章 骨骼肌（上肢肌、下肢肌、躯干肌、头颅肌）	通过本课程的学习，提高学生对人体构建的认识，肌肉、骨骼、肌纤维等的认知。结合知识传授，全面实施课程思政。通过模拟教学实践，让学生理论结合实践从而提升动作发力点的掌握。在合适的时候给学生介绍肌肉的发力点、运动员的发力、技术动作等，培养学生学习的恒心和毅力，加强他们的思想道德教育。	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
2	运动生理基础	2	36	通过学习使学生掌握身体活动对机体各个系统和器官功能的影响以及基本	第一章 肌肉活动 第二章 能量代谢 第三章 神经系统的调节功能	通过本课程的学习，使学生掌握运动生理学的基本理论和基础知识，并	Q1, K1, K6, K8, K12, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9,



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				机理，注重掌握不同人群的生理特点以及身体活动的影响。它将为开展体育运动，科学训练，促进全民健身事业的发展提供科学依据。	第四章 内分泌调节 第五章 免疫与运动 第六章 血液与运动 第七章 呼吸与运动 第八章 血液循环与运动	通过实验课和社会实践活动，培养学生发现问题、分析问题和解决问题的能力。结合知识传授，全面实施课程思政。使学生能够运用运动生理学的基本理论和方法，指导和评价体育教学、运动训练以及体育锻炼，并初步掌握评定人体主要身体功能的基本方法。	A10, A11, A12
3	体育概论	2	36	《体育概论》是体育专业一门重要的必修课程，课程的教学目标是：在师生共同努力下，通过合理有效的教学过程，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、社会和我国社会主义建设事业的重要意义，逐步树立辩证唯物主义体育观，为学习体育专业其它各门课程打下初步的认识基础。课程目标通过下列的课程任务实现：	体育”名词的由来及概念；体育的分类；中外体育概念的比较概述；体育与人类、社会发展的关系 体育与人的身心发展 体育与物质文明建设 体育与精神文明建设 现代体育的发展趋势和未来体育我国体育的目的和任务 体育目的任务的一般概述 我国社会主义体育的目的和任务 我国体育发展战略简述 “ 体育的功能 体育的健身、娱乐功能 体育的政治、经济功能 体育的个体社会化功能 我国体育的体制 我国体育的组织领	知道——是指对这门学科和教学现象的认知。 理解——指对这门学科涉及到的概念、原理、策略与技术的说明和解释，能提示所涉及的体育现象进行研究和分析。 掌握——指运用已理解的概念和原理说明、解释、类推同类体育事件和现象。 学会——能从宏观上、整体上综合研究体育的基本特征和发展规律的学科，或能识别操作中的一般差错。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A8, A9, A10, A11, A12, A13



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
					<p>导体制 体育干部培养体制 几项基本体育制度和措施 体育的基本手段——身体运动 身体运动技术结构 身体运动的构成要素 身体运动的分类及运用</p>		
4	专项训练（八选一）（2）	2	36	通过课程课程学习，使学生掌握篮球、足球、排球、羽毛球、网球、乒乓球、田径、健美操等课程的技术动作及理论知识。	<p>篮球、足球、排球、羽毛球、网球、乒乓球、田径、健美操</p>	<p>通过本课程的学习，使学生掌握必要的专项技能，基本技能技术、各专项的科学锻炼方法，建立正确的体育观念，增强现代体育意识，了解锻炼身体的科学方法和原理，养成自觉锻炼身体的良好习惯，树立终身体育的思想。结合知识传授，全面实施课程思政。</p>	<p>Q1, K1, K5, K7, K8, K10, K13, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12</p>
5	专项训练（八选一）（3）	2	36	通过课程课程学习，使学生掌握篮球、足球、排球、羽毛球、网球、乒乓球、田径、健美操等课程的技术动作及理论知识。	<p>篮球、足球、排球、羽毛球、网球、乒乓球、田径、健美操</p>	<p>通过本课程的学习，使学生掌握必要的专项技能，基本技能技术、各专项的科学锻炼方法，建立正确的体育观念，增强现代体育意识，了解锻炼身体的科学方法和原理，养成自觉锻炼身体的良好习惯，树立终身体育的思想。结合知识传授，全面实施课程思政。</p>	<p>Q1, K1, K7, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12</p>
6	专项运动	2	36	通过课程课程学习，使学生掌握篮	<p>篮球、足球、排球、羽毛球、网球、乒</p>	<p>通过本课程的学习，使学生掌握必</p>	<p>Q1, K1, K9, A1, A3, A4, A5</p>



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
	训练 (八选一) (4)			球、足球、排球、羽毛球、网球、乒乓球、田径、健美操等课程的技术动作及理论知识。	乒乓球、田径、健美操	要的专项技能，基本技能技术、各专项的科学锻炼方法，建立正确的体育观念，增强现代体育意识，了解锻炼身体的科学方法和原理，养成自觉锻炼身体的良好习惯，树立终身体育的思想。结合知识传授，全面实施课程思政。	, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
7	田径 (1)	2	36	在基础引导课的基础上全新认识田径的基本理论、基本技术、基本战术，掌握田径运动知识和规则，能够欣赏并能参与田径比赛，着重提高学生田径的终身体育意识，增强职业保健意识。	田径课程是以走、跑、跳、投等多种身体练习为基本手段，以竞技性、健身性、实用性练习项目为主要内容，以发展人的基本运动能力和生存生活能力、促进身心健康全面发展为主要目标的专业性体育实践课程。	通过学习该课程，可以使学生掌握田径运动的基础知识、基本技术、具有基本技能和健身的能力，全面提高学生的身体素质；基本掌握田径专项类项目的训练理论和方法，掌握田径教学、训练中练习负荷的安排方法，培养学生从事田径运动训练的能力和进行田径教学、训练的组织能力；养成进行体育锻炼的习惯；能胜任田径运动会组织、编排和裁判工作，为社会服务。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A8, A9, A10, A11, A12
8	体育管理 学	2	36	中职体育运动训练专业学生毕业后就业方向多为学校、企业部门、社区体育指导，主要担任健身教练、销售代表、各球类的教练员及裁判员、商务	中职体育运动训练专业学生毕业后就业方向多为学校、企业部门、社区体育指导，主要担任健身教练、销售代表、各球类的教练员及裁判员、商务	通过运动训练专业学习，使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识，接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练，了解运动训练的专项教	Q1, K1, K6, K8, K11, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				代表、储蓄干部、研发部工作人员、店长、区域经理等岗位，另外，可以考虑做个体育知识类博主，利用互联网平台发展自己的个人事业。	代表、储蓄干部、研发部工作人员、店长、区域经理等岗位，另外，可以考虑做个体育知识类博主，利用互联网平台发展自己的个人事业。	学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能：能熟练掌握1-2项运动项目的技术及训练、教学方法；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	
9	社会体育基础	2	36	中职体育运动训练专业学生毕业后就业方向多为学校、企业部门、社区体育指导，主要担任健身教练、销售代表、各球类的教练员及裁判员、商务代表、储蓄干部、研发部工作人员、店长、区域经理等岗位，另外，可以考虑做个体育知识类博主，利用互联网平台发展自己的个人事业。	田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目。	通过运动训练专业学习，使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识，接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练，了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理	Q1, K1, K6, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						论与方法，具备运动训练的专业技能：能熟练掌握1-2项运动项目的技术及训练、教学方法；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	
10	运动生物学	2	36	运动生物力学课程在教学计划中被确定为一门限选课，教学目标是使学生初步掌握人体和器械在竞技体育和健身运动中的基本运动规律和力学原理，能应用生物力学的原理和方法对简单的武术动作分析其合理性，为今后从事体育教学、训练、社会体育指导等工作打好基础。	第一章 绪论 第二章 人体运动时骨、关节和肌肉的生物学 第三章 人体运动的生物力学特征 第四章 人体运动动作的生物力学 第五章 运动生物力学的测量评价	通过课程学习使学生初步掌握体育运动技术动作实验的基本操作，验证课堂教学中所学习的基本理论、知识，加强学生实际工作的能力。通过实验培养、运用辩证唯物主义的思想、观点、方法，分析问题和解决问题的能力以及严谨的科学态度和实事求是的工作作风，为今后从事体育教学、指导运动训练、组织竞赛，以及开展科学研究奠定初步基础。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
11	运动	2	36	过学习使学生在具	第一章 运动选材	通过课程学习使学	Q1, K1, K11,



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
	选材			备《运动解剖学》和《运动生理学》知识的基础上,通过本课程的学习能比较系统地掌握选材方法、选材模式、选材技巧、思维模式和学习方法。运用选材学的理论和方法,为今后从事运动选材及其研究打下必要的理论基础。	概述 第二章 遗传选材 第三章 年龄选材 第四章 身体形态选材 第五章 运动素质选材 第六章 运动生理生化机能选材 第七章 运动心理选材 第八章 运动技术选材	生掌握运动员科学选材的基础理论,体能类运动项目选材的基本要求,技能类运动项目选材的基本要求。结合知识传授,全面实施课程思政。	A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
12	基础体操	2	36	通过教学使学生更好了解体能运动基本机能,初步掌握体能运动的基础知识,基础技术、基本的动作。结合体能运动的特点,在教学过程中培养学生的集体主义精神和团队协作、顽强拼搏和竞争意识。	第一章 体能运动理论、技术、动作模式、使用器材方法 第二章 体能运动跑、跳、投基本动作练习和动作的定型 第三章 体能运动模式耐力、爆发力、灵敏、速度、柔韧性、力量等 第四章 专项素质和整体水平实践 第五章 体能运动动作模式、动作要领和实践考核	通过本课程的学习,使学生掌握体能训练的基本理论和基础知识,并通过实践课程操作,培养学生发现问题、分析问题和解决问题的能力。使学生能够运用运动体适能训练的方法,指导和评价体育教学、运动训练以及体育锻炼,并初步掌握评定人体主要身体功能的基本方法。结合知识传授,全面实施课程思政。	Q1, K1, K8, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
13	教练员基础	2	36	通过课程课程学习,使学生掌握篮球、足球、排球、羽毛球、网球、舞龙舞狮、太极拳、八段锦等课程的技术动作、理论知识、裁判规则、训练方式等。	第一章 教练员执教理念与职业道德。 第二章 教练员沟通技能与运动行为规范教育。 第三章 儿童青少年运动员生长发育与身体素质敏感期及其训练。 第四章 青少年心理发展规律及心理调节控制。	通过课程学习使学生掌握基本的教练员基础知识,能根据运动员的比赛任务、训练时间,按照竞技体育高水平运动人才的规律,制定本项目运动训练、比赛的周期计划和年度训练计划。结合知识传授,全面实施课程思政。	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
					第五章 青少年运动员教学训练计划的制定与实施。 第六章 青少年竞技参赛的特点及组织。		
小计		26	468				

4. 专业核心课程设置及要求

专业核心课程共设置 8 门，课程设置及要求如表 10 所示。

表 10 专业核心课程课程设置

序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
1	运动训练基础	2	36	通过本课程教学，使学生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，旨在培养学生开展运动训练的实际工作能力，并为学生日后从事体育教学训练和健身指导奠定基础，也为学生后续的学习发展提供条件。	第一章 竞技体育与运动训练 第二章 运动训练的科学研究 第一章 运动员选材 第四章 运动训练的基本原则 第五章 训练方法与手段 第六章 运动员体能及其训练 第七章 运动员技术能力及其训练 第八章 运动员战术能力及其训练 第九章 运动员心理能力与运动智能及其训练 第十章 多年训练过程的计划与组织	运动训练学是研究运动训练规律的科学，是在运动训练实践过程中不断总结新经验、解决新问题，并归纳而上升为理论的学科，它吸收和反映了国内外运动训练基本理论及相关学科新的研究成果。本学科旨在引导学生学会总结和归纳运动训练的基本规律。学生通过学习，应了解运动训练的过程、规律、并能将其运用到训练实践中。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
2	民族传统体育	2	36	通过课程课程学习，使学生掌握板鞋竞速、高脚马、舞龙舞狮、太极拳、八段锦等课程的技术动作及理论知识。	板鞋竞速、高脚马、舞龙舞狮、太极拳、八段锦等课程	通过本课程的学习，使学生掌握必要的专项技能，基本技能技术、各专项的科学锻炼方法，建立正确的体育观念，增强现代体育意识，了解锻	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						炼身体的科学方法和原理，养成自觉锻炼身体的良好习惯，树立终身体育的思想。结合知识传授，全面实施课程思政。	
3	专项训练（八选一）（1）	2	36	通过课程课程学习，使学生掌握篮球、足球、排球、羽毛球、网球、乒乓球、田径、健美操等课程的技术动作及理论知识。	篮球、足球、排球、羽毛球、网球、乒乓球、田径、健美操	通过本课程的学习，使学生掌握必要的专项技能，基本技能技术、各专项的科学锻炼方法，建立正确的体育观念，增强现代体育意识，了解锻炼身体的科学方法和原理，养成自觉锻炼身体的良好习惯，树立终身体育的思想。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
4	运动竞赛学	2	36	专业认知实习目的主要在于通过在教练员、裁判员等工作岗位上磨炼锻炼，为顺利走向社会奠定基础。同时也能够为毕业后走向工作岗位积累有用的经验	田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目。	通过本课程的学习，使学生掌握必要的专项技能，基本技能技术、各专项的科学锻炼方法，建立正确的体育观念，增强现代体育意识，了解锻炼身体的科学方法和原理，养成自觉锻炼身体的良好习惯，树立终身体育的思想。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q1, K1, K9, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
5	运动损伤防护	2	36	通过课程学习使学生了解运动损伤的概念与分类，了解常见运动损伤的病因、病理；熟练运用运动学原理解释运	第一章体育与健康概念 第二章体育锻炼对人格各器官系统的作用 第三章体育锻炼与	通过本课程的学习，使学生掌握基本的运动损伤知识，能处理简单的运动损伤，正确的判断简单的损伤及	Q1, K1, K10, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				动损伤的基本成因及预防;掌握运动损伤现代诊断技术及辅助检查、掌握常见运动损伤处理方法:运用传统康复与现代康复相结合对运动损伤进行治疗:掌握运动康复锻炼方法。	体能 第四章体育锻炼与常见疾防治 第五章运动损伤预防与健康 第六章体育锻炼与环境 养身与保健	紧急处理的方法,不断学习初步掌握医学常识。结合知识传授,全面实施课程思政。	
6	体育赛事组织与管理	2	36	通过本课程学习,使学生掌握体育赛事管理的基本理论、知识和应用技能及方法。在具体的教学任务上,通过体育赛事管理的教学,使学生了解和认识体育赛事各环节管理的一般理论和知识,掌握现代体育赛事管理的基本方法。培养学生对体育赛事工作的兴趣。	第一章 体育赛事概述 第二章 体育赛事的组织实施与管理 第三章 体育赛事的利益相关者 第四章 体育赛事的项目选择及事前评估 第五章 体育赛事的选择与申办 第六章 体育赛事的计划 第七章 体育赛事的竞赛管理 第八章 体育赛事的财务管理 第九章 体育赛事的市场营销 第十章 体育赛事的评估 第十一章 体育赛事的志愿者管理 第十二章 常见体育赛事的竞赛编排方法 第十三章 体育赛事的后勤管理 第十四章 体育赛事收尾与评	通过本门课的教学,使学生了解举办体育竞赛的意义,竞赛的筹备,组织管理,竞赛过程的一般规律,掌握常见或主要的比赛项目编排组织方法,提高学生的组织竞赛工作的能力,以适应将来工作的需要。结合知识传授,全面实施课程思政。	Q1, K1, K7, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, A10, A11, A12
7	基础体能	2	36	通过教学使学生更好了解体能运动基本机能,初步掌握体能运动的基础知	第一章 体能运动理论、技术、动作模式、使用器材方法	通过本课程的学习,使学生掌握体能训练的基本理论和基础知识,并	Q1, K1, K12, A1, A3, A4, A5, A6, A9, A10



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				识, 基础技术、基本的动作。结合体能运动的特点, 在教学过程中培养学生的集体主义精神和团队协作、顽强拼搏和竞争意识。	第二章 体能运动跑、跳、投基本动作练习和动作的定型 第三章 体能运动模式耐力、爆发力、灵敏、速度、柔韧性、力量等 第四章 专项素质和整体水平实践 第五章 体能运动动作模式、动作要领和实践考核	通过实践课程操作, 培养学生发现问题、分析问题和解决问题的能力。使学生能够运用运动体适能训练的方法, 指导和评价体育教学、运动训练以及体育锻炼, 并初步掌握评定人体主要身体功能的基本方法。结合知识传授, 全面实施课程思政。	
8	运动心理基础	2	36	通过本课程的学习, 使学生较全面系统地掌握《运动心理学》的基本理论、基础知识及有关的科学研究的方法, 并具有运用运动心理学理论、方法帮助运动员、教练员进行心理调控的能力。	第一章运动中的目标定向与目标设置 第二章运动兴趣和动机 第三章运动归因 第四章体育活动与第五章心理健康 第六章唤醒、焦虑、心境状态与运动表现 第七章心理技能训练 第八章动作技能的学习 第九章体育教学效果的心理学优化 第十章体育教学中学生的个体差异 第十一章运动损伤的心理致因与康复	通过课程学习, 使学生了解运动心理的变化过程及在体育训练、竞赛中的作用, 从而初步学会自我心理调节和提高竞技应变能力。同时, 本科目也是运动员由少年到青年的成长过程中, 逐步走向成熟的必不可少的专业基础课程。结合知识传授, 全面实施课程思政。	Q1, K1, K7, K11, A1, A3, A4, A5, A6, A9, A10
小计		16	288				

5. 专业选修（拓展）课程设置及要求

专业选修（拓展）课程共设置 10 门, 课程设置及要求如表 11 所示。

表 11 专业选修（拓展）课程课程设置

序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
1	体育	2	36	学会运用体育调查	体育调查、评估,	通过运动训练专业	Q1, K1, K8, A



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
	调查与测评			与测评。对运动训练、效果等作出判断、得出结果。	对田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目。	学习,使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识,接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练,了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势,系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识,掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法,具备运动训练的专业技能:能熟练掌握1-2项运动项目的技术及训练、教学方法;具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力;具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法,并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授,全面实施课程思政。	1, A3, A4, A5, A6, A9
2	膳食营养	2	36	让学生掌握人体所需的各种营养素几代谢的基本理论、理解合理营养的卫生要求与膳食要求;掌握不同生理与病理情况的营养情况。合理膳食的科学方法,运用到	蛋白质的生理功能、了解氮平衡、氨基酸、理解必需氨基酸、食物蛋白营养价值的评价、理解食物来源与供给量。	通过让学生掌握人体所需的各种营养素几代谢的基本理论、理解合理营养的卫生要求与膳食要求;掌握不同生理与病理情况的营养情况。合理膳食的科学方法,运用	Q1, K1, K12, A1, A3, A4, A5, A6, A10



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				日常训练和生活中。		到日常训练和生活中。掌握基本的方法结合知识传授，全面实施课程思政。	
3	健身俱乐部管理	2	36	掌握运营模式，能与时俱进。根据不同地方的特点，不同的需求，进行调整运营方式，合理利用资源。	当代健身俱乐部的运营模式。健身方法以及器材管理。购买布置。装修选址。	通过掌握运营模式，能与时俱进。根据不同地方的特点。不同的需求。进行调整运营方式。合理利用资源。运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q1, K1, K7, A1, A3, A4, A5, A6
4	体育产业与经营	2	36	掌握运营模式，能与时俱进。根据不同地方的特点，不同的需求，进行调整运营方式。合理利用资源。	对田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目的赛事运作与经营、服装等行业链的打造与运营。	通过体育产业与经营了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能：能熟练掌握 1-2 项运动项目的技术及训练、教学方法；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育	Q1, K1, K10, A1, A3, A4, A5, A6, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的运营方法，并且有从事体育科学运营的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	
5	体育舞蹈	2	36	<p>中职体育运动训练通过了解体育舞蹈的起源、发展、竞赛、创编、欣赏等理论知识的学习。使学生在技术之前对体育舞蹈基础理论有较深刻的认识。通过华尔兹组合练习，达到提高学生的心肺功能的目的。为四肢的协调能力奠定基础。培养学生体验欢快、乐观、自信情感。在健身锻炼的同时，在美的艺术中陶冶情操，获得艺术的享受。体验自主学习、合作学习的学习氛围，在舞蹈的动作练习中加强人际交流和有益感，从而提高学生审美能力和艺术修养，促使学生在德、智、体、美、劳诸方面得到全面发展。</p>	<p>华尔兹。拉手舞。主要活动内容。做例行的姿势，坐撑、起立、踏步、压腿、开胯、背击、芭蕾七位手纵劈叉、横劈叉、下桥平转。基本舞步、音乐欣赏，抱握姿势，原地基本步，左足病患部、右足病患部、左足病患部与右足病患部基本的左转，基本的右转，腹部侧行至追步。</p>	<p>通过让学生学习体育舞蹈，使学生在技术之前对体育舞蹈基础理论有较深刻的认识。通过华尔兹组合练习，达到提高学生的心肺功能的目的。为四肢的协调能力奠定基础。培养学生体验欢快、乐观、自信情感。在健身锻炼的同时，在美的艺术中陶冶情操，获得艺术的享受。体验自主学习、合作学习的学习氛围，在舞蹈的动作练习中加强人际交流和有益感，从而提高学生审美能力和艺术修养，促使学生在德、智、体、美、劳诸方面得到全面发展。结合知识传授，全面实施课程思政。</p>	Q1, K1, K9, A1, A3, A4, A5, A6, A9, A11
6	体育保健学	2	36	<p>体育保健学是研究人体在体育运动过程中保健规律、措施的一门应用科学。通过教学让学生掌握体育保健学的基本理论、基本知识和基本技能，</p>	<p>健康的概念，健康的分类，影响健康的因素。最是运动对个体健康的影响。缺乏运动对个体健康的影响。环境与人体健康的关系。环境污染对人</p>	<p>育训练奠定基础，能运用现代医学保健知识，科学的指导教学和健身，以达到促进身体发育，增进身心健康，增强体质，防治运动性伤病的目的。</p>	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A7, A9, A12



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				为今后从事体育教学、健康教育和体育训练奠定基础，能运用现代医学保健知识，科学的指导教学和健身，以达到促进身体发育，增进身心健康，增强体质，防治运动性伤病的目的。	体健康的危害。热环境、冷环境、高原环境、运动、建筑设备卫生。	具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	
7	体育人文	2	36	让学生了解体育文化，懂得体育艺术，欣赏体育艺术作品。了解体育媒体、体育哲学、运动伦理学、运动美学、运动人类学。体育社会学、体育产业、体育历史。	体育艺术。体育艺术作品、体育媒体、运动伦理、运动美学、运动人类学。社会学、体育文化、体育教育、体育产业。体育活动的起源，现代体育运动的发展。体育运动的演变。	通过让学生了解体育文化，懂得体育艺术，欣赏体育艺术作品。了解体育媒体、体育哲学、运动伦理学、运动美学、运动人类学。体育社会学。体育产业、体育历史。了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能：能熟练掌握 1-2 项运动项目的技术及训练、教学方法；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从	Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						事体育科学研究的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	
8	健身教练	2	36	<p>中职体育运动训练专业学生毕业后就业方向多为学校、企业部门、社区体育指导，主要担任健身教练、销售代表、各球类的教练员及裁判员、商务代表、储蓄干部、研发部工作人员、店长、区域经理等岗位，另外，可以考虑做个体育知识类博主，利用互联网平台发展自己的个人事业。</p>	<p>田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目。</p>	<p>通过运动训练专业学习,使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识,接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练,了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势,系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识,掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法,具备运动训练的专业技能:能熟练掌握1-2项运动项目的技术及训练、教学方法;具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力;具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法,并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授,全面实施课程思政。</p>	<p>Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A9, A11</p>
9	花样跳绳	1	18	<p>让学生积极加入到体育活动中来,并大胆的向同学展示</p>	<p>左右甩绳并脚跳、双脚交换跳、开合跳、弓步跳、滑雪</p>	<p>通过花样跳绳接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训</p>	<p>Q1, K1, K11, A1, A3, A4, A5, A6, A9, A1</p>



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				自己的动作，相信我能行，告别我不行，使学生掌握一些用跳绳练习的方法。并了解跳绳的特点、对身体的作用以及注意事项。通过跳绳发展学生的身体素质，增强体能，促进身体正常发育和发展，在学习中充分展现自我，增强自信心和意志品质，体验到成功的喜悦，享受到体育的快乐。	跳、基本交叉跳、勾脚点地跳。弹体。脚尖跳。细腿跳，侧点跳，提膝跳、踏步跳，左右侧摆只要跳，左右中摆跳	练，了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	1
10	体适能	1	18	体适能主要是指人体各个器官所具备的能力，在身体素质方面，包括速度、力量、敏捷、柔韧、协调、耐力等等。为了提高能力，利用跑、跳、走、投掷等运动技能，达到提高提示能的目的。	上体正直，自然的走和跑。能向指定方向走和跑，能在指定范围内四散跑、追逐跑，能步行一公里。连续跑约半分钟，能就轻松自然的双脚同时向前跳，向上跳，能从 25 厘米高处自然地跳下。能双手用力将球向上。向前向后抛，能单手自然的将沙包等轻雾投向前方。平行线中间走。攀登架、转椅等大型体育活动器械	通过体适能训练专业学习，使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识，接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练，了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身	Q1, K1, K7, A1, A4, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	
小计		18	324				

6. 职业技能等级考试课程设置及要求

职业技能等级考试课程共设置 4 门，课程设置及要求如表 12 所示。

表 12 职业技能等级考试课程课程设置

序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
1	社会体育指导员	2	36	<p>中职体育运动训练专业学生毕业后就业方向多为学校、企业部门、社区体育指导，主要担任健身教练、销售代表、各球类的教练员及裁判员、商务代表、储蓄干部、研发部工作人员、店长、区域经理等岗位，另外，可以考虑做个体育知识类博主，利用互联网平台发展自己的个人事业。</p> <p>田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目。</p>	<p>田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目。</p>	<p>通过运动训练专业学习，使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识，接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练，了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能：能熟练掌握 1-2 项运动项目的技术及训练、教学方法；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训</p>	<p>Q1, K1, A1, A3, A5, A7, A9, A10, A12</p>



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						<p>练与体有教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。</p>	
2	竞赛规则(1)	2	36	<p>中职体育运动训练专业学生毕业后就业方向多为学校、企业部门、社区体育指导，主要担任健身教练、销售代表、各球类的教练员及裁判员、商务代表、储蓄干部、研发部工作人员、店长、区域经理等岗位，另外，可以考虑做个体育知识类博主，利用互联网平台发展自己的个人事业。</p>	<p>田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目。</p>	<p>通过运动训练专业学习，使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识，接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练，了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能：能熟练掌握1-2项运动项目的技术及训练、教学方法；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训练与体有教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知</p>	<p>Q1, K1, A1, A4, A6, A9, A11, A12</p>



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
						识传授，全面实施课程思政。	
3	竞赛规则（2）	2	36	<p>中职体育运动训练专业学生毕业后就业方向多为学校、企业部门、社区体育指导，主要担任健身教练、销售代表、各球类的教练员及裁判员、商务代表、储蓄干部、研发部工作人员、店长、区域经理等岗位，另外，可以考虑做个体育知识类博主，利用互联网平台发展自己的个人事业。</p>	<p>田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体育等体育基础项目。</p>	<p>通过运动训练专业学习，使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识，接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练，了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能：能熟练掌握1-2项运动项目的技术及训练、教学方法；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。</p>	<p>Q1, K1, A1, A3, A4, A5, A6, A10, A11</p>
4	竞赛规则（3）	2	36	<p>中职体育运动训练专业学生毕业后就业方向多为学校、企业部门、社区体育指导，主要担任</p>	<p>田径、武术、网球、羽毛球、足球、篮球、排球、乒乓球、健美操、啦啦操、体育舞蹈、传统体</p>	<p>通过运动训练专业学习，使学生学习竞技体育方面的基本理论和基本知识，接受运动训练、</p>	<p>Q1, K1, A1, A3, A4, A8, A12</p>



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				健身教练、销售代表、各球类的教练员及裁判员、商务代表、储蓄干部、研发部工作人员、店长、区域经理等岗位，另外，可以考虑做个体育知识类博主，利用互联网平台发展自己的个人事业。	育等体育基础项目。	竞赛和教学方面的基本训练，了解运动训练的专项教学、训练的发展动态以及体育科研的发展趋势，系统地掌握运动训练与体育教学的基本理论知识，掌握专项运动训练、教学、竞赛、管理的基本理论与方法，具备运动训练的专业技能：能熟练掌握1-2项运动项目的技术及训练、教学方法；具有从事专项运动训练与教学、赛事组织与裁判、体育管理的基本能力和实际工作能力；具有指导专项运动训练与体育教学实践、运动健身指导、组织体育竞赛和承担裁判工作的能力。掌握基本的科研方法，并且有从事体育科学研究的初步能力。结合知识传授，全面实施课程思政。	
小计		8	144				

(三) 实践性教学课程设置及要求

7. 公共基础设置及要求

公共基础共设置 3 门，课程设置及要求如表 13 所示。

表 13 公共基础课程设置

序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
1	军训	4	72	本课程以国防教育	内务条令、纪律条	掌握基本的军事技	Q9, K3, A5, A



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				为主线，进行军事技能培训，使学生掌握基本军事理论与技能，强化爱国主义、集体主义观念，加强组织纪律性，促进中职学生综合素质的提高	令、队列条令、阅兵	能和军事素质，增强国防观念、国家安全意识和忧患危机意识，增强履行国防义务的意识 and 能力。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。	6, A10
2	素质教育（三个蔚然成风）	6	108	本课程以立德树人为根本，以品德提升、人文修养、身心素质为重点，以提高学生综合素质和能力为目标，构建覆盖课堂教学和校园文化活动的素质教育体系，把学生培养成具有高尚的道德情操、高品位的文化修养、健康体魄以及健全人格的人。使学生学会做人，学会生活，学会健体，为学生学业成就与事业成功奠定坚实基础	经典诵读：内容包括经典古诗词、现代经典作品、习近平总书记重要讲话精神、时事政治等； 体育锻炼：以“运动世界 APP 环校园跑”为载体，实行课外定向健身跑； 培养精益求精的习惯：包括生活习惯、劳动习惯、卫生习惯、礼貌习惯、言谈举止习惯等。	本课程持续深化学院三个蔚然成风，培养学生爱学习、强健康、有礼貌的高尚品质。通过经典诵读使学生了解、熟悉中华优秀传统文化，丰富文化底蕴，激发广大学生对优秀文化和祖国语言文字的学习和热爱。通过体育锻炼，发挥学生参与课外体育锻炼的积极能动性，促进学生身心健康发展、强健学生体魄。通过精益求精的习惯的培养，完善学生的行为习惯，提高学生自身修养，实现学生的可持续发展。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q3, K2, K4, K5, K6, K7, A9
3	劳动教育	1	16	本课程的课程目标是准确把握社会主义建设者和接班人的劳动精神面貌、劳动价值取向和劳动技能水平的培养要求，全面提高学生劳动素养，帮助	劳动与劳动教育、中职生劳动价值观、劳动情感与态度、劳动科学与能力、劳动实践、劳动与全面发展。	理解劳动是人类发展和社会进步的根本力量，树立劳动最光荣的思想观念。掌握基本的劳动知识和技能，能够自觉自愿、认真负责、安全规范、	Q3, K2, K3, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
				学生树立正确的劳动观念。掌握基本的劳动知识和技能，培育积极的劳动精神。		坚持不懈地参与劳动，形成诚实守信、吃苦耐劳的品质。珍惜劳动成果，养成良好的消费习惯，杜绝浪费。全面实施课程思政，将劳动教育，融入专业教学实践（实训）各个环节中知识传授与价值引领同步，引导学生知行合一。结合知识传授，全面实施课程思政。	
小计		11	196				

8. 专业实践设置及要求

专业实践共设置 5 门，课程设置及要求如表 14 所示。

表 14 专业实践课程设置

序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
1	入学教育	2	36	通过入学教育，使新生正确认识自己，实事求是地规划自己的职业生涯，并且踏实地践行自己职业生涯各个时期的目标，从而快速地实现自己的人生目标。让学生遵守学校的法律法规、规章制度，学会相处、求知、生活，养成良好的学习和生活习惯。通过该课程的学习，使学生尽快适应中专生活。	规划自己的职业生涯，认识自己职业生涯各个时期的目标，学校的法律法规、规章制度等。	新生正确认识自己，实事求是地规划自己的职业生涯，并且踏实地践行自己职业生涯各个时期的目标，从而快速地实现自己的人生目标。让学生遵守学校的法律法规、规章制度，学会相处、求知、生活，养成良好的学习和生活习惯。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q11, K3, A9
2	专业认知实习/社	4	72	使学生了解运动训练专业的工作内容、工作环境和职业发展，提高学生	参观体育场馆、训练基地等运动训练场所，了解各类运动项目的训练过程	在实习和社会实践过程中，要确保学生的安全；根据实际情况和地区特	Q10, K5, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
	会 实 践			的职业认知和实践能力。培养学生具有社会责任感、创新精神和实践能力，提高学生的综合素质。	和组织管理；邀请行业专家进行讲座，介绍运动训练专业的发展趋势、就业方向 and 职业素养要求；安排学生参与运动训练相关的实践活动，如协助教练进行训练计划制定、运动员选拔等；组织学生参与社区、学校等体育活动的策划和组织，提高学生的组织协调能力；安排学生参与志愿服务活动，如青少年体育培训、全民健身指导等，培养学生的社会责任感；鼓励学生结合专业特点，开展课题研究或创新实践，提高学生的创新能力和实践能力。	色，合理设计实习和社会实践内容；注重实习和社会实践的过程管理，指导学生进行反思和总结。结合知识传授，全面实施课程思政。	
3	岗 位 实 习 (跟 岗)	20	360	提高学生对运动训练专业岗位的认知，了解岗位职责、工作内容和工作环境；培养学生具备运动训练相关岗位的基本技能和职业素养；提高学生的实践能力、沟通能力和团队协作能力。	运动训练岗位认知：介绍运动训练专业相关岗位的职责、工作内容、工作环境和发展前景等；运动训练基本技能：根据实习岗位的需要，教授运动训练基本技能，如训练计划制定、运动技术指导、运动员选拔等；职业素养培训：进行职业道德、职业心理、职业形象等方面的教育，提高学生的职业素养；实践操作：安排学生在实习岗位上进行实际操作，锻炼学生的实践能力；	学生在指导教师的带领下，参与实习单位的实际工作，了解职场文化和工作流程；确保学生在实习过程中的安全；根据实习单位的特点和岗位要求，合理安排实习内容；注重实习过程管理，指导学生进行反思和总结。结合知识传授，全面实施课程思政。	Q13, K2, A9



序号	课程名称	学分	学时	课程目标	主要教学内容	教学要求	支撑的培养规格
4	岗位实习(顶岗)	20	360	提高学生对运动训练专业岗位的认识,深入了解岗位职责、工作内容和工作环境培养学生具备运动训练相关岗位的专业技能和职业素养,提高学生的实践能力和创新能力;培养学生具备良好的沟通能力和团队协作能力,提高学生的职业竞争力;培养学生具有自我学习和自我提升的能力,为未来的职业发展奠定基础。	运动训练岗位认知:介绍运动训练专业相关岗位的职责、工作内容、工作环境和发展前景等;运动训练专业技能:教授运动训练专业技能,如训练计划制定、运动技术指导、运动员选拔等;职业素养培训:进行职业道德、职业心理、职业形象等方面的教育,提高学生的职业素养实践操作:安排学生在实习岗位上进行实际操作,锻炼学生的实践能力和创新能力;顶岗实习:学生在实习单位独立完成工作任务,了解职场文化和工作流程。	确保学生在实习过程中的安全根据实习单位的特点和岗位要求,合理安排实习内容;注重实习过程管理,指导学生进行反思和总结。结合知识传授,全面实施课程思政。	Q13, K4, K6, A9
5	毕业教育	2	36	通过系列就业教育讲座、会议,对学生进行职前培训、职业道德培训、礼仪培训,培养学生爱岗敬业精神,帮助学生适应身份转变。	系列就业教育讲座、会议,对学生进行职前培训、职业道德培训、礼仪培训等。	培养学生爱岗敬业精神,帮助学生适应身份转变。结合知识传授,全面实施课程思政。	Q13, K4, A9
小计		48	864				

(三) 时序课周学时分配

时序课周学时分配如表 15 所示。

表 15 时序课周学时分配表

学期	公共基础课		专业(技能)课程				合计周学时
	必修	选修	专业基础课程	专业核心课程	专业(拓展)选修课	职业技能等级考试课程	
1	14	0.5	10	4	4	2	34.5
2	12	0.5	6	4	4	2	28.5



学期	公共基础课		专业（技能）课程				合计周学时
	必修	选修	专业基础课程	专业核心课程	专业（拓展）选修课	职业技能等级考试课程	
3	2	4.5	6	4	8	2	26.5
4	2	4.5	4	4	6	2	22.5
5	岗位实习（跟岗）、岗位实习（顶岗）						
6							

七、教学进程总体安排

（一）课程学分学时安排

课程学分学时安排表 16 所示。

表 16 课程学分学时安排表

课程类别		学时结构		学分结构		实践学时	实践教学比例	开课学期
		学时	比例	学分	比例			
必修课	1. 公共基础必修课	594	19.3%	33	19.3%	36	1.2%	1-4
	3. 专业基础课程	468	15.2%	26	15.2%	296	9.7%	1-4
	4. 专业核心课程	288	9.4%	16	9.4%	176	5.7%	1-4
	6. 职业技能等级考试课程	144	4.7%	8	4.7%	72	2.3%	1-4
	7. 公共基础	196	6.4%	11	6.4%	196	6.4%	1-4
	8. 专业实践	864	28.1%	48	28.1%	792	25.8%	1-6
	小计	2554	83.1%	144	83.1%	1584	51.5%	1-6
选修课	2. 公共基础选修	196	6.4%	11	6.4%	0	0.00%	3-4
	5. 专业选修（拓展）课程	324	10.5%	18	10.5%	252	8.2%	1-4
	小计	520	16.9%	29	16.9%	252	8.2%	1-4
公共基础课（1+2）		790	38.1%	44	25.7%	36	1.2%	1-4
合计（=小计 1+小计 2）		3074	100.00%	171	100.00%	1820	59.7%	1-6

（二）教学计划安排及教学进度表

教学计划安排及教学进度表 17 所示。



表 17 教学计划安排及教学进度表

课程类别	课程性质	课程序号	课程名称	课程编码	课程类型 (时序课/周序课)	学分	应修学时			考核方式	学期课程安排							
							总学时数	学时分配			第一学年		第二学年		第三学年			
								理论学时	课内实践		自修学时	一	二	三	四	五	六	
												20W	20W	20W	20W	20W	20W	
公共基础课程	公共基础必修模块		开学第一课	C180101		1	18	18			考查							
			“立德树人”系列讲座			2	36	36			考查							
		1	中国特色社会主义	Z180160	时序课	3	54	54			考查	3						
		2	心理健康与职业生涯	Z180161	时序课	2	36	36			考查		2					
		3	哲学与人生	Z180163	时序课	2	36	36			考查			2				
		4	职业道德与法治	Z180162	时序课	2	36	36			考查				2			
		5	历史	Z180164	时序课	4	72	36		36	考查		2					
		7	语文（1）	Z180105	时序课	2	36	36			考试	2						
		8	数学（1）	Z180106	时序课	2	36	36			考试	2						
		9	英语（1）	Z180107	时序课	2	36	36			考试	2						
		10	语文（2）	Z180108	时序课	2	36	36			考试		2					
		11	数学（2）	Z180109	时序课	2	36	36			考试		2					
		12	英语（2）	Z180110	时序课	2	36	36			考试		2					
		13	信息技术	Z180111	时序课	4	72	36	36		考查	4						



课程类别	课程性质	课程序号	课程名称	课程编码	课程类型(时序课/周序课)	学分	应修学时			考核方式	学期课程安排						
							总学时数	学时分配			第一学年		第二学年		第三学年		
								理论学时	课内实践		自修学时	一	二	三	四	五	六
											20W	20W	20W	20W	20W	20W	
		14	安全教育	Z180116	时序课	2	36	36			考查	2					
		15	公共艺术	Z180117	时序课	1	18	18			考查		1				
		16	茶叶基础知识(茶艺)	Z180118	时序课	1	18	18			考查		1				
		17	现代礼仪	Z180140	时序课	2	36	36			考查	2					
	小计 1:		小计课时及占比		594	19.3%	33	594	558	36	36		15	12	2	2	
	公共基础选修课模块	18	生态文明教育	Z180165	周序课	1	16	16			考查			8W			
		19	中华优秀传统文化	C0902C	时序课	2	36	36			考查	开设 4 学期晨读 (每学期 0.5 学分)					
		20	普通话	Z180204	时序课	2	36	36			考查			2			
		21	美学	Z180205	时序课	2	36	36			考查			2			
		22	职业素养	Z180202	时序课	2	36	36			考查				2		
		23	就业创业创新教育	Z180206	时序课	2	36	36			考查				2		
	小计 2:		小计课时及占比		196	6.4%	11	196	196	0	0		0	0	5	2	
	专业(技能)	专业基础课程	24	运动解剖基础	Z180119	时序课	2	36	18	18		考试	2				
25			运动生理基础	Z180120	时序课	2	36	18	18		考试		2				



课程类别	课程性质	课程序号	课程名称	课程编码	课程类型(时序课/周序课)	学分	应修学时			考核方式	学期课程安排								
							总学时数	学时分配			第一学年		第二学年		第三学年				
								理论学时	课内实践		自修学时	一	二	三	四	五	六		
												20W	20W	20W	20W	20W	20W		
课	模块	26	体育概论	Z180121	时序课	2	36	36		考试	2								
		27	专项运动训练(八选一)2	Z180122	时序课	2	36	2	34		考试		2						
		28	专项运动训练(八选一)3	Z180123	时序课	2	36	2	34		考试			2					
		29	专项运动训练(八选一)4	Z180124	时序课	2	36	2	34		考试				2				
		30	田径1	Z180125	时序课	2	36	2	34		考试	2							
		31	体育管理学	Z180126	时序课	2	36	18	18		考试		2						
		32	社会体育基础	Z180127	时序课	2	36	18	18		考试			2					
		33	运动生物力学	Z180128	时序课	2	36	18	18		考试				2				
		34	运动选材	Z180129	时序课	2	36	18	18		考试			2					
		35	基础体操	Z180130	时序课	2	36	2	34		考试	2							
		36	教练员基础	Z180131	时序课	2	36	18	18		考试	2							
		小计3:		小计课时及占比		468	15.2%	26	468	172	296	0	0	10	6	6	4	0	0
		专业核心课程模块(6-8)	37	运动训练基础	Z180132	时序课	2	36	18	18		考试	2						
			38	民族传统体育	Z180133	时序课	2	36	18	18		考试			2				
39	专项运动训练(八选一)1		Z180134	时序课	2	36	2	34		考试	2								
40	运动竞赛学		Z180135	时序课	2	36	18	18		考试				2					
41	运动损伤与防护		Z180136	时序课	2	36	18	18		考试		2							



课程类别	课程性质	课程序号	课程名称	课程编码	课程类型(时序课/周序课)	学分	应修学时			考核方式	学期课程安排						
							总学时数	学时分配			第一学年		第二学年		第三学年		
								理论学时	课内实践		自修学时	一	二	三	四	五	六
												20W	20W	20W	20W	20W	20W
门)	42	体育赛事组织与管理	Z180137	时序课	2	36	18	18		考试			2				
	43	基础体能	Z180138	时序课	2	36	18	18		考试			2				
	44	运动心理基础	Z180139	时序课	2	36	2	34		考试		2					
小计 4:			288	9.4%	16	288	112	176									
专业选修(拓展)课程模块	45	创新实践与人文素养					研究学分、技能学分、实践学分、人文素养学分等, 根据学院《学生创新实践及人文素养学分管理办法(试行)》进行兑换										
	46	体育调查与测评	Z180207	时序课	2	36	18	18		考查			2				
	47	膳食与营养	Z180208	时序课	2	36	18	18		考查	2						
	48	健身俱乐部管理	Z180209	时序课	2	36		36		考查			2				
	49	体育产业与经营	Z180210		2	36		36		考查			2				
	50	体育舞蹈	Z180211	时序课	2	36	18	18		考查			2				
	51	体育保健学	Z180212	时序课	2	36		36		考查			2				
	52	体育人文学	Z180213	时序课	2	36		36		考查		2					
	53	健身教练	Z180214	时序课	2	36	18	18		考查	2						
	54	花样跳绳	Z180215	时序课	1	18		18		考查		9W					
	55	体适能	Z180216	时序课	1	18		18		考查		9W					
小计 5:			324	10.5%	18	324	72	252									
职业技能等级	56	社会体育指导员	Z180301	时序课	2	36	18	18		考查			2				
	57	竞赛规则 1	Z180302	时序课	2	36	18	18		考查	2						
	58	竞赛规则 2	Z180303	时序课	2	36	18	18		考查		2					



课程类别	课程性质	课程序号	课程名称	课程编码	课程类型(时序课/周序课)	学分	应修学时			考核方式	学期课程安排						
							总学时数	学时分配			第一学年		第二学年		第三学年		
								理论学时	课内实践		自修学时	一	二	三	四	五	六
											20W	20W	20W	20W	20W	20W	
	考试课程	59	竞赛规则 3	Z180304	时序课	2	36	18	18		考查			2			
小计 6:				144	4.7%	8	144	72	72								
实践性教学课程	公共基础	1	军训	Z0901	周序课	4	72		72			2W					
		2	素质教育(三个蔚然成风)	C0902	周序课	6	108		108		考查	开设 4 学期【其中经典诵读和精益求精的习惯每学期 0.5 学分,体育锻炼(校园跑)学期 1 学分】					
		3	劳动教育	Z0802	时序课	1	16		16		考查	融入专业教学实践(实训)中					
	小计 7:				196	6.4%	11	196	0	196							
	专业实践	1	入学教育	Z0801	周序课	2	36	36					2W				
		2	专业课认知实习/社会实践	Z0803	周序课	4	72	0	72				1W	1W	1W	1W	
		3	跟岗实习	Z0804	周序课	20	360	0	360							20W	
		4	顶岗实习	Z0805	周序课	20	360	0	360								20W
		5	毕业教育	Z0806	周序课	2	36	36							2W		
		6	创新实践及人文素养	Z0807	周序课			研究学分、技能学分、实践学分、人文素养学分等,根据学院《学生创新实践及人文素养学分管理办法(试行)》进行兑换									
小计 8:		小计课时及占比		864	28.1%	48	864	72	792			0	0	0	0	0	
合计		课时及占比		3074	100.0%	171	3074	1254	1820	36		25	18	13	8		



八、实施保障

(一) 师资队伍

1. 师资队伍结构

本专业教师共有在编教师 17 人，双师素质教师占专业教师的比例约为 88%，专职教师队伍中高级职称人数 1 人，中级职称占比 58.82%，研究生学历占比 52.94%。

2. 专任教师

专任教师应具有高校教师资格、本专业领域有关证书和本专业职业资格或技能等级证书；有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心；具有篮球、网球等相关专业本科及以上学历；具有扎实的本专业相关理论功底和实践能力；具有较强信息化教学能力，能够开展课程教学改革和科学研究；有每 5 年累计不少于 6 个月的企业实践经历。

3. 专业带头人

专业带头人应非常了解运动训练专业的发展方向，具有较高的科研能力，具有组织课程开发的能力。具有副高以上职称。负责专业改革项目、课程开发项目、技术应用科研项目能广泛联系行业企业，了解行业企业对本专业人才的需求实际，教学设计、专业研究能力强，组织开展教科研工作能力强，在本区域或本领域具有一定的专业影响力。本专业的专业带头人简介如表 18 所示。

表 18 专业带头人简介

姓名	谢用民	性别	男	专业技术职务	高级讲师	第一学历	本科
		出生年月	1966.01	行政职位	副院长	最后学历	本科
第一学历和最后学历毕业时间、学校、专业		1990.07	贵州师范大学	体育教育			
主要从事工作与研究方向		体育教学及行政管理，运动训练专业研究。					
本人近三年的主要工作成就							



行政管理，近三年完成各类招生计划，毕业生年终毕业去向落实率超过 96%，位于全省高职院校前列；马克思主义教学部思政建设；基础教学部圆满完成每年的田径运动会、体育月工作，体育教研室获得嘉奖，完成每年的体育评估工作。2022 年 9 月 29 日，在由黔南州教育局、卫健局等部门组成的“无烟学校”评估检查组对我院进行的评估检查中，我院取得了 93 分的优异成绩。2022 年 11 月，我院获得了“无烟学校”荣誉称号。“无烟学校”建设作为校园精神文明建设的有力抓手，营造了无烟、健康、卫生、文明的校园环境，促进学院教育教学工作和谐、健康发展。2022 年 3 月，根据《省委政法委省公安厅 省教育厅关于授予贵阳市第四实验小学等 94 所学校“省级安全文明校园”的通报》黔教函〔 2022 〕 27 号文件，我院获得了“省级安全文明校园”荣誉称号。提升了我院安全管理水平，进一步实现了“安全基础扎实、安全管理到位、安全感大幅提升、安全文化素养明显提高”的目标，促进了学院各项事业科学发展，同时为维护全省教育系统安全稳定作出了重要贡献。为确保全力做好学院应对新型冠状病毒肺炎疫情防控工作，进一步强化组织领导，加大联防联控力度，学院成立了书记院长任组长、分管院长任副组长的疫情防控工作领导小组，领导小组下设八个工作组，后勤保障组主要落实完成了学院校门口出入管理、食品卫生、宿舍防控、医疗服务、场所消杀、核酸检测、防疫物资储备、重点风险人员排查管控、饮水水管控、应急处置、日常巡查等各项工作，从严从紧做实做细以“坚决阻断疫情进校园、确保师生不被感染”为目标，有力保障了师生生命安全和身体健康。

最具代表性的 教学科研成果	序号	成果名称	等级及签发单位、时间			本人署名位次	
	1	专著: 传统体育文化与产业发展研究	中国财富出版社			主编	
目前承担的主要 教学科研项目	序号	项目名称	项目来源	起讫时间	经费	本人承担工作	
	1	终生体育理念下高职院校加强太极文化建设力度对学生核心素养培养成效的研究	省教育厅	2019.09-2022.12	无	负责人	
目前承担的主要 教学工作	序号	课程名称	授课对象	人数	学时	课程性质	授课时间
	1	行政管理					

4. 兼职教师

聘请深度合作 2 个行业中具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，具有中级及以上相关专业职称，能承担专业课程教学、实习实训指导和学生职业发展规划指导等教学任务。



（二）教学设施

教学设施应满足本专业人才培养实施需要，其中实训室面积、设施等应达到国家发布的有关专业实训教学条件建设标准（仪器设备配备规范）要求。信息化条件保障应能满足专业建设、教学管理、信息化教学和学生自主学习需要。

1. 专业教室基本条件

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 Wi-Fi 环境，并设施网络安全防护措施。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。

2. 校内实训室基本要求

实施本人才培养方案的必要的校内实践教学条件能够达到运动训练专业人才培养方案的培养目标，取得较好的教学效果；实施本人才培养方案时应该提供必要的实践教学条件（详见表 19），应完善各种管理制度，完善各实训实验项目操作书，保证校内实训基地正常、有效运行。

表 19 校内实训室基本要求一览表

序号	实训室名称	占地面积、设备配置（名称及台套数）	功能（实习实训项目）
1	篮球馆	室内篮球馆一个、室外场地两个	篮球、羽毛球教学等项目训练
2	田径场	标准 400 米	田径项目训练
3	足球场	标准场地	足球项目训练
4	网球场	一块	网球项目训练

3. 校外实训基地基本要求

选择能与本专业人才培养目标对接的企业开展校企合作，保障专业实践教学、顶岗实习等教学活动的实施，提供专任教师企业实践和挂职锻炼岗位，兼职教师承担教学任务等。生产实际实训设施齐备，实训岗位、实训指导教师确定，实训管理及实施规章制度齐全。



表 20 校外实训室配置与要求表

序号	实习基地名称	实习形式	实习实训内容	容量	备注
1	黔南州百业体育公司	认知实习	专业实践教学、岗位实习	30	
2	匀动体育公司	岗位实习（跟岗）	专业实践教学、岗位实习；专任教师企业实践和挂职锻炼	30	
3	黔顺体育	岗位实习（顶岗）	专业实践教学、岗位实习；专任教师企业实践和挂职锻炼	30	

4. 学生实习基地基本要求

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. 支持信息化教学方面的基本要求

具有可利用的数字化教学资源库、文献资料、常见问题解答等信息化条件；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，引导学生利用信息化教学条件自主学习，提升教学效果。

（三）教学资源

1. 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。

根据当前我国教育教学改革和教育信息化发展的新形势、新任务和新要求，选取技术较为新颖的立体教材和符合由自己院校主编出版的符合学生特点的理实一体化教材。

2. 图书文献配备基本要求

贵州经贸职业学院图书馆创建于 1964 年，新馆竣工于 2016 年，馆舍总面积为 16227 平方米。现有馆藏纸质图书余万册，各类纸质报刊 900 余种、随书光盘 1500 张。近年来我



馆藏图书已向重点专业、特色专业和综合性基础类图书倾斜，并逐步形成旅游、经济、英语、机电类的藏书体系。

图书馆工作以图书借阅、电子阅览和参考咨询为主。全馆现有各种类型的阅览室 5 个（流通阅览室、期报刊阅览室、过刊阅览室、综合阅览室、电子阅览室），自习室 1 个，自习区域 6 处，共有阅览座位 1000 多个（其中电子阅览室座位 100 个）。

图书馆工作实现了自动化管理，阅览条件好，借书方便快捷，咨询服务周到。阅览室每周开放时间达 90 个小时，假期也保证一定的开放时间，网上资源全天 24 小时开放。学前教育类书籍 2000 余册，供本分院师生借阅，流通率达到 90%。

3. 数字教学资源配置基本要求

教师通过使用该平台，将各专业课程的优秀教案、课件、视频等资料，上传到平台上，并制作对应的习题。一方面，教师们可以在平台上进行交流，整合教学资源，相互之间取长补短，提高教学质量。另一方面，同学们可以进入平台对应的课程，学习对应的教学资源，以此提升自己的专业技能水平。等专业教学资源库，应种类丰富，形式多样、使用便捷、动态更新，能满足教学要求。

（四）教学方法

结合本专业人才培养特点和专业能力素质要求，梳理每一门课程蕴含的思想政治教育元素，充分发挥专业课程承载的思想政治教育功能，推动专业课教学与思想政治理论课教学紧密结合、同向同行，实现思想政治教育与技术技能培养的有机统一。

1. 项目化教学

教学内容紧紧围绕职业岗位进行选取和重新序化，课程内容的教学载体是真实的项目，以项目中的任务驱动教学和实训。项目教学法能够充分调动学生学习积极性，培养学生的学习兴趣。

2. 理实一体化

提出实施教学应该采取的方法指导建议，指导教师依据专业培养目标、课程教学要求、学生能力与教学资源，采用适当的教学方法，以达成预期教学目标。倡导因材施教、因需



施教，鼓励创新教学方法和策略，采用理实一体化教学、案例教学、项目教学等方法，坚持学中做、做中学。

课堂教学中采用精讲、案例、讨论、练习等多种教学形式，将课程教学延伸到实践环节之中。根据教学内容、教学环境、教学对象采用相应的教学方法。例如，对一些理论性很强的难点内容，如运动解剖学，采用精讲教学形式。对一些实践性很强的重点内容，采用案例教学形式。对一些容易混淆难以理解的内容，采用对比、讨论教学形式。对有些难点内容，如各类训练课程实施指导的要求，采用精讲、案例、讨论、练习等多种教学形式。

3. 信息化教学

(1) 广泛采用多媒体技术

多媒体设备充足，完全满足教学需要，采用投影、幻灯片等方式教学，把课程集成为集声音、视频为一体的教学资源，将抽象理论以图片、动画等形式生动化、形象化，以增强感染力，使教学效果更加明显。

(2) 网络课堂和现代通讯技术的应用

为方便学生自主学习，课程组为课程建设了课程网站，开辟了课程网络课堂。此外，还利用 E-mail、QQ、手机、电话等多种通讯途径为学生提供答疑辅导。

4. 以技能大赛为抓手

结合教育工作实际及教师队伍状况，以专业技能提高为目标，促进教育教学质量的提高，为学生及老师提供分享、交流、进步的平台，促进 运动训练 业素养和专业发展。

(五) 学习评价

1. 评价思路

课程采用“多元+过程”评价，以学生为中心，以能力为本位，紧密联系职业岗位要求，理论与实践相结合；探索增值评价，强化过程性评价，过程性评价和结果性评价相结合。目的是客观公正全面评价学生在本课程学习过程中知识、技能和态度，体现职业教育的职教特色。



2. 评价形式评价主体多元化。

由指导教师（学校和企业兼职）、辅导员、学生（自评，互评不少于 2 人）组成多元主体进行评价。过程性评价借助信息化手段、基于学习过程进行，每完成一个项目任务都进行评价（小组或个人），给出项目成绩。并在过程性评价中注重对学生的增值评价。每一项任务在过程性评价中权重参照其占学期总课时百分比。每一项目若不达标可给予一次补考。

学生自评、互评以课堂纪律情况、活动参与情况、作业情况、团队协作能力、职业素养为主要内容。课程最终成绩中过程性评价分值占比不低于 60 %。

3. 评价内容

评价内容多元化，考试课程包括过程性评价和理论考试，考查课程包括过程性评价和终结性评价。理论考试以期末考试为准，主要考核基础知识与分析理解能力；终结性评价以考核课程重点知识为主；过程性评价评价内容有：

- （1）课堂纪律：如出勤（迟到、早退、缺席），活动参与等。
- （2）作业笔记：如课后作业情况，资料查阅收集，笔记情况
- （3）职业素养：如安全意识，规范操作，爱护公物，环保意识劳动意识等。
- （4）项目评价：如动手操作能力，项目完成质量情况。

4. 职业技能鉴定考评

通过相应专业课的考试，可获得相应职业资格鉴定中相应内容学习学时，参加相关部门组织的职业技能鉴定理论和实操考核，通过技能鉴定机构考试合格后，可获取相应的职业资格证书。

5. 创新实践与人文素养评价方式

研究学分、技能学分、实践学分、人文素养学分认定范围及其标准分别见表 21、22、23、24。



表 21 研究学分项目和分值

项目	获奖等级或内容		学分	单项积分限额	
获得科研奖励	国家级	一等奖	6	最高 6 学分	
		二等奖	4		
	省级	一等奖	4		
		二等奖	3		
		三等奖	2		
	院级	一等奖	2		
		二等奖	1		
		三等奖	0.5		
	完成科研项目	科研项目经过鉴定或结项	国家级		第一名
第二至五名				4	
第六至十名				3	
省级			第一名	4	
			第二至五名	3	
院级			第一名	2	
		第二至五名	1		
发表学术论文或文学作品		核心刊物	第一作者或独著	6	最高 6 学分
	第二作者		4		
	第三至第五作者		2		
	一般 CN 刊物正式报刊	第一作者或独著	4		
		第二作者	2		
		第三至第五作者	1		
		独著	6	最高 6 学分	
参加者 (2 万字以上)	2				
获得专利	创造发明 实用新型	第一名	6	最高 6 学分	
		第二至第五名	4、3、2、1		



项目	获奖等级或内容	学分	单项积分限额
	外观设计		

表 22 技能学分项目和分值

项目	获奖等级或内容	学分	单项积分限额	
技能竞赛	国家级	一等奖	6	最高 6 学分
		二等奖	4	
		三等奖	3	
		优秀奖	2	
	省级	一等奖	5	
		二等奖	3	
		三等奖	2	
		优秀奖	1	
	院级	一等奖	3	
		二等奖	2	
		三等奖	1	
		优秀奖	0.5	
文化艺术体育比赛	国家级	第一名	6	最高 6 学分
		第二至六名	5	
		其他参赛获奖者	3	
	省级	第一名	5	
		第二至五名	4	
		其他参赛获奖者		
	校级或校际	第一名	2	
		第二至六名	1	
技能考核	通过全国计算机二级等级考试；通过全国大学英语四级考试	6	最高 6 学分	
	普通话口语测试二级甲等以上	4		



项目	获奖等级或内容	学分	单项积分限额	
	专业技术资格证书	6		
	国家职业资格技能鉴定 或 1+X 职业技能等级证书	获高级证书		6
		获中级证书		4
		获初级证书		2

表 23 实践学分项目和分值

项目	获奖等级或内容	学分	单项积分限额	
社会实践	受表彰者	国家级	6	最高 6 学分
		省级	4	
		院级	2	
	参与者	部分级别	1	
社团活动	院级以上获奖	国家级	6	最高 6 学分 (注: 学院举办读书征文比赛、知识竞赛、演讲比赛、辩论赛、书画大赛等)
		省级	4	
	院级获奖	一等奖	3	
		二等奖	2	
		三等奖	1	
学术活动	参加全国性学术会议, 并有学术论文交流	6	最高 6 学分	
	到境外进行访学活动, 并完成访学报告者	6		
创新创业活动	受表彰者	国家级	6	最高 6 学分
		省级	5	
		校级	3	

说明: 假期社会实践学分, 每学年 6 月底由各系负责安排组织, 9 月初各系负责收集认定, 实践学分认定由各系学分认证小组负责, 认定形式主要是调研报告、实习报告、实践报告等。

表 24 人文素养学分项目和分值

序号	项目	学分	单项积分限额
1	管理类	1	最高 4 学分
2	艺术类	1	



序号	项目	学分	单项积分限额
3	电竞类	1	
4	公文写作类	1	
5	语言类	1	
6	传统文化	1	
7	其他	1	

说明：人文素养每一个类别的课程，每学期 1 学分，两年共计 4 学分。

6. 认识实习考核

本专业实习成绩根据学生在专业实习过程中的实训情况，比如考勤、劳动纪律、服从管理、实习表现等给予成绩评定。实习成绩由三部分构成：实训表现（30 分）、实训报告（10 分）、实训考核（60 分），共计 100 分。

（1）课程成绩评定：过程性评价占 60%，终结性评价占 40%。终结性评价可采用闭卷考试、开卷考试、口试、技能操作等考核方式。过程性评价主要以学生考勤、分组实践参与、平时作业、课堂提问等为主要评分标准。

（2）考试课程成绩采用百分制评定：60 分为及格，100 分为满分。

（3）考查课程成绩的评定采用百分制评定：60 分为及格，100 分为满分。

7. 岗位实习考核

（1）本专业岗位实习考核成绩实行等级制，分优秀、良好、合格和不合格四个等级。

（2）岗位实习考核主要分为综合评定学生实习期间的职业道德和职业能力两方面的状况。职业道德按照本专业学生在企业对实习的认识、实际表现、遵纪守法情况和劳动态度等情况评定；职业能力按学生的实习报告和业务考核情况评定。岗位实习考核评定工作由校内实习指导教师会同实习单位选派的实习指导教师共同完成。

（六）质量管理

1. 推进内部质量保证体系建设



促进教学单位在学校、专业、教师、课程、学生不同层面建立相对独立，又互相关联的自我质量保证机制，强化统筹决策、质量生成、资源建设、服务保障、质量监控各个层级管理系统间的互相依存关系，形成全要素、网络化的内部质量保证体系。

2. 加强教学质量监控体系建设

(1) 实施“六合一”检查。在教学过程管理中，通过人才培养方案、课程标准、教学计划、学期授课计划、教案和教学日志“六合一”来检查、控制和指导各教学环节。

(2) 坚持听课制度。主要是由教学管理部门、系主任及教研室成员等组成听课小组，进行听课、对教师开展开课资格认定，评课等活动。主要目的是对青年教师、新聘帮助青年教师提高教学业务，丰富教学手段，纠正不规范的表述和手势习惯，较快地适应岗位，熟悉业务，进入角色。

(3) 坚持督导制度。以抽查听课、看课、评课等形式，“督”和“导”教师的教学过程，通过意见反馈，肯定成绩，指出不足，以提高教师教学质量。

(4) 坚持教学检查制度。一是对执行教学文件、落实学校规章制度情况进行检查；二是由教务处提出教学检查意见，对教师阶段教学工作各环节情况进行检查；三是由各系部自行检查。

(5) 实施学生评教制度。让学生对教师的教学态度、业务水平、教学方法、教育手段、育人方法、教学效果等方面进行评教。评教结果作为教学进程调节、教学内容调整和教师聘用的重要依据。

3. 建立教学诊断与改进体系

构建教学工作自主诊断、持续改进的工作制度和运行机制，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。力争通过努力，围绕提高人才培养质量，建立和完善上级统筹规划、学校自主诊改、利益相关方有效参与、主管（办）部门协同改进的常态化周期性教学工作诊改制度与运行机制。搭建人才培养工作状态数据管理系统，为学校教学工作自主诊改提供数据服务，为利益相关方



参与诊改提供数据参考，为教育学校抽样复核与科学决策提供数据支持，为人才培养工作质量报告提供数据基础。引导学校以提高人才培养质量为核心，逐步建立完善内部质量保证制度体系。

九、毕业要求

本专业的毕业要求如表 25 所示。

表 25 毕业要求

指标	具体内容			
思想道德素养要求	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。崇尚宪法、尊法守纪、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。操行分考核符合学院规定的及格等级。			
课程	达到素质、知识、能力要求，完成规定的教学环节外，所修课程考核合格。			
学分要求	本专业学生必须修满 172 学分，方准予毕业。其中必修课学分必须全部获取，素质拓展课程须修满 8 学分。其中公共选修课学生毕业时至少应修满 10 个学分，专业选修课毕业时至少应修满 18 个学分。			
岗位实习	参加半年的岗位实习（跟岗）及岗位实习（顶岗）且考核合格。			
证书要求	序号	职业资格名称	颁证单位	等级
	1	教练员	中国篮球协会 其他具备资质机构	初/中级
	2	裁判员	黔南州篮球协会 其他具备资质机构	初/中级
	3	社会体育指导员	黔南州体育局	三级、 二级
符合学院学生学籍管理规定				

十、编制说明

（一）人才培养方案编制依据

本方案是根据国务院《国家职业教育改革实施方案》、中共中央办公厅 国务院办公厅



《关于深化教育体制机制改革的意见》、国务院《关于加快发展现代职业教育的决定》、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》、教育部《关于组织做好职业院校专业人才培养方案制定与实施工作的通知》、教育部等八部门印发《职业学校学生实习管理规定》等文件精神，以及学院人才培养方案制定的相关文件精神进行编制的。通过前期市场调研，依据专业人才的社会需求、专业岗位需求、岗位能力和素质要求、学生就业去向等，经过学院、系（部）专题研讨，并邀请校外专家共同论证，编制完成在能力素质培养、课程体系等方面符合市场需求的人才培养方案。

（二）主要编制人员（姓名、单位、职务/职称）

专业负责人：

谢用民 贵州经贸职业技术学院 副院长

参编人员：

校外专业领衔人：邱勇 贵州大学 副教授

唐兰涛 贵州经贸职业技术学院 副教授

赵旭 贵州经贸职业技术学院 副教授

潘祖和 贵州经贸职业技术学院 教研室主任

张燕琪 贵州经贸职业技术学院 讲师

袁佳彬 贵州经贸职业技术学院 讲师

朱子卿 贵州经贸职业技术学院 讲师

蔡成 贵州经贸职业技术学院 讲师

广家丽 贵州经贸职业技术学院 讲师

毕瑞传 贵州经贸职业技术学院 讲师

陆平 贵州经贸职业技术学院 助教

罗文豪 贵州经贸职业技术学院 助教

周世同 贵州经贸职业技术学院 助教

