

**2023级高职****人才培养方案**

**（体育学院）**

**2023年9月**

**目 录**

2023级社会体育专业人才培养封面 1

编制说明 2

2023级社会体育专业人才培养方案 3

2023级体育保健与康复人才培养方案封面 13

编制说明 14

2023级体育保健与康复人才培养方案 15

2023级体育艺术表演专业人才培养方案封面 26

编制说明 27

2023级体育艺术表演专业人才培养方案 28



2023级社会体育专业高职

人才培养方案

（专业代码：570301）

执笔人: 苏 燕

专业教师代表： 吴非凡

行业企业代表： 林毅辉

学生代表： 邱钰婷

专业带头人： 秦 丹

指导人： 胡小春

2023 年 4 月 10 日

**编 制 说 明**

本专业人才培养方案适用于三年制高职全日制专业，由厦门安防科技职业学院社会体育专业教学团队和厦门市田径协会、福建省跳绳协会等合作企业共同制订，并经学校审订、批准实施。主要编制人如下。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 单位 | 职称/职务 | 备注 |
| 1 | 秦丹 | 厦门安防科技职业学院 | 主任 |  |
| 2 | 袁孟萌 | 厦门安防科技职业学院 | 副主任 |  |
| 3 | 揭文涛 | 厦门安防科技职业学院 | 秘书 |  |
| 4 | 杨帆 | 厦门市田径协会 | 副会长 |  |
| 5 | 陈君 | 厦门市田径协会 | 委员 |  |
| 6 | 庄婉娜 | 福建省跳绳协会 | 会长 |  |
| 7 | 蓝佳伟 | 厦门安防科技职业学院 | 委员 |  |
| 8 | 苏燕 | 厦门安防科技职业学院 | 委员 |  |

厦门安防科技职业学院

2023级社会体育专业人才培养方案

一、专业名称及代码

社会体育专业(代码：570301)

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、职业面向体育

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 所属  专业大类  （代码） | 所属  专业类  （代码） | 对应  行业  （代码） | 主要职业类  别(代码) | 主要岗位类 别及技术领  域举例 | 职业资格或 职员业等级  证书举例 |
| 教育与体育大  类（57） | 体育类  （5704） | 体育  （89） | 健身和娱乐 场所服务人  员  4-13-04 | 社会体育指 导员（网球、 跆拳道、羽  毛球等 47  个） | 社会体育指  导员  各项目教练  员 |

五、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养理想信念坚定，德、智、体、美、劳全面发展，具有一定的科学文化水平，良好的人文素养、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，具有较为扎实的社会体育基本知识、 理论和技能，适应社会主义市场经济发展需要，能够基本胜任体育娱乐、体育休闲、体育康复、体育产业的营销与管理和体育健身指导工作，有可持续发展潜力第一线的高素质技能型人才。本专业与电子竞技运动与管理专业、体育艺术表演专业、体育保健与康复专业构建面向体育产业（或行业）的体育产业服务专业群。

（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、全

球视野和市场洞察力；

（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

（1）掌握必备的思想政治理论、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、文明生产等相关知

识；

（3）掌握体育产业与市场营销、场馆管理、的基本理论知识；

（4）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；

（5）了解社会体育指导员国家职业标准相关职业标准中级或以上水平，应获得社

会体育指导员国家职业标准或相关职业标准中级职业资格证书；

（6）掌握社会体育活动和赛事策划、组织和管理的基本理论方法；

（7）掌握职业社会体育指导员所涉及运动项目的基础理论，包括技术原理、技术

规则、训练方法。

3.能力

（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、试试大宗社会体育活动或体育赛事；

（6）能够对个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；

（8）过程中发生的运动损伤进行诊断和初步处理；

（9）具有健身产管的管理与运营能力。

六、课程设置及学时安排

主要包括公共课程和专业课程。

1. 公共基础课程

根据党和国家有关文件规定，我校统一将思想道德与法治、中华优秀传统文化、体 育、军事理论与军训、大学生职业发展与就业指导、心理健康教育劳动教育、计算机应 用基础等列入公共基础必修课；将应用文写作、高等数学、公共外语、美育、职业素养

等列入选修课。

2. 专业课程

（1）职业基础课程

职业基础课程主要包括体育保健学、体育概论、体育产业与市场营销、运动解剖学、体育管理学、场馆管理、运动生理学等课程。其中体育概论、体育管理学、体育产业与

市场营销是共享课程。

（2）职业技术技能课

职业技术技能课包括田径、健美操、跆拳道、篮球、排球、足球、瑜伽等课程，其

中跆拳道、篮球、健美操、搏击为核心课程。

（3）专业拓展课

专业拓展课包括体能训练、竞赛裁判法、体育休闲等课程。其中体能训练、竞赛裁

判法为互选课程。

3. 专业核心课程和主要教学内容与要求

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 职业技术技能课程 | 主要教学内容与要求 |
| 1 | 搏击 | 内容：通过教学使学生全面了解搏击运 动，搏击运动竞赛规则。要求：掌握搏击运  动基本技术、战术、练习方法。 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2 | 健美操 | 内容：通过教学使学生全面了解健美操 运动以及基本理论，健美操运动竞赛与裁判 法。要求：掌握健美操运动基本动作、步法、  大众健美操套路动作。 |
| 3 | 跆拳道 | 内容：通过教学、使学生全面了解跆拳 道运动，培养学生对跆拳道的兴趣和爱好。 要求：掌握该项目的基本技术、战术与练习 方法，了解跆拳道比赛的规则和裁判方法。 使学生具有一定的教学训练能力和组织比赛 的能力。培养学生的个性特色，锻炼学生的  心理质素。 |
| 4 | 篮球 | 内容：通过教学、使学生全面了解篮球 运动，篮球运动竞赛规则，竞赛组织与编排。 要求：掌握篮球运动一定的理论知识与基本  技战术、规则、裁判法等。 |
| 5 | 体能训练 | 内容：通过教学、使学生全面了解体能 训练的方法，手段、原则。要求：掌握体能  训练理论知识与基本技术等。 |

4. 实践教学要求

实践教学主要包括实验、实训、实习、毕业设计、社会实践等。实训可在校内实验 实训室、校外实训基地等开展完成；社会实践、岗位实习、跟岗实习由学校统一组织，在福建英剑教育集团等企业完成，实训实习主要包括结合课程内容进行专项技能训练阶段。通过机构实习、挂职锻炼、课堂模拟等环节，训练学生掌握课程要求的各项技能专业综合实训、毕业设计（论文）与岗位实习等。实训实习既是实践性教学，也是专业课教学的重要内容，实践过程中理论与实践相结合，实现理论与实践一体化教学。实习实

训期间严格执 行《职业学校学生实习管理规定》要求，规范实践教学行为。

5. 其他要求

结合本专业实际，开设安全教育、社会责任、绿色环保、管理等。人文素养、科学

素养方面的选修课程、拓展课程或专题讲座（活动），并将有关内容融入到专业课程教学中；将创新创业教育融入到专业课 程教学和有关实践性教学环节中； 自主开设竞赛 裁判法、体育休闲等特色课程；课余时间组织开展 德育活动、志愿服务活动和其他实

践活动。

七、教学进程总体安排

详情见附件《厦门安防科技职业学院 2023 级社会体育专业课程教学进程表》。

八、实施保障

主要包括师资队伍、教学设施、教学资源、教学方法、学习评价、质量管理等方面。

（一）师资队伍

1.队伍结构

学生数与本专业任教教师比例不高于 25：1，双视素质教师占专业教师比例一般不

低于 60%，专任教师队伍要考虑职称、年龄、形成合力的梯队结构。

2.专任教师

专任教师应具有高效教师资格；有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心；具有社会体育、运动训练、体育教育、运动医学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；具有较强的信息化教学能力，能够开阵课程教

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

专业带头人原则上应具有副高及以上职称，能够较好地把握国内外社会体育行业、 专业发展，能广泛联系兴业企业，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。

4.兼职教师

兼职教师主要从本专业相关的行业企业聘任，具备良好的思想政治素质、职业道德 和工匠劲射，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，能承担专业坑成教学、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

1.专业教室

专业教室一般配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入或 Wi-Fi 环境，并实施网络完全防护措施；安装应急照明装置保持良好状态，符合紧急

疏散要求，标志明显，保持逃生通道畅通无阻。

2.校内室训室

（1）形体教室。

形体教室应配备投影仪设备、白板、Wi-Fi 覆盖、把杆、镜墙、海绵垫、音响组合架、多媒体教学系统、实木地板、瑜伽球、瑜伽垫、用于健美操、瑜伽等课程的教学与

实训，以及其他专业群共享。

（2）体能训练馆实训室。

体能训练馆实训室应配备投影仪设备、白板、Wi-Fi 覆盖、跑步机、椭圆仪、固定自行车、坐姿推胸训练器、坐姿劲前下拉训练器、史密斯机综合训练器、大飞鸟综合训

练器、用于健身教练、体能训练等课程的教学与实训，以及其他专业群共享。

（3）综合训练馆

其他项目技能实训室应包括篮球实训室、跆拳道实训室、排球实训室、足球实训室、乒乓球实训室、用于、跆拳道、排球、篮球、等运动项目课程的教学与实训，以及其他

专业群共享。

（4）社会体育活动策划与组织技能实训室

社会会体育活动策划与组织技能实训室应配备投影仪设备，白板，Wi-Fi 覆盖、沙球、药球、标志桶、标志盘、瑜伽球、梯绳等开展社会活动相关仪器设备；用于社会体

育活动策划与组织等课程的教学与实训。以及其他专业群共享。

3.校外实训基地

具有稳定的校外实训基地；能够开展进行体制监测与评价、运动处方制定、体育活动健身指导、体育赛事活动动策划与组织等实训活动，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。

4.学生实习基地

具有稳定的校外实习基地；能提供社会体育指导员等相关实习岗位，能涵盖当前相 关产业发展的主流技术，可接纳一定规模的学生实习；能够配备相应数量的知道教师对 学生实习进行指导和管理；有保证实习生日常工作、学习、生活的规章制度，有安全、

保险保障。

（三）教学资源

1.教材选用

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。

2.图书文献配备

图书文献配备能满足人才培养、专业建设、教科研等工作需要，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。

3、数字资源配备

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，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

1.理论教学体系：

该专业所设置的课程是根据高职办学方针，以素质为基础，以能力培养为中心，针

对社会体育专业所对应的岗位需求，结合我国社工[教育](http://www.studa.net/jiaoyu/)实际和我省人才需求情况，[参考](http://www.studa.net/)

国内外相同专业的课程设置情况，在有关专家和家政工作者的参与论证下安排设置的，

课程设置和教学内容体现了针对性、适应性、规范性。

2.实践教学体系

该专业实践教学改革注重教学环节中的实践特点。课堂教学中以模拟小组、实训教 学等形式消化课堂知识，训练学生能力。还安排该专业的学生到相应的机构兼任助理工 作，进行实地训练。实习实践课时约占总学时的 40%，并安排了以下四个环节的实践训

练。

（1）认识实习环节。通过实地参观，让学生了解本专业所对应的岗位，该岗位所

从事的工作的内容以及对工作人员能力和素质的要求。

（2）专项素质和能力训练环节。这一阶段为结合课程内容进行专项技能训练阶段。主要是通过机构实习、实训室实习、挂职锻炼、课堂模拟等环节，训练学生掌握课程要

求的各项技能。

（3）综合能力训练环节。这一阶段为结合专业课程的学习，综合以前所学内容和

已具备的各种能力，对学生进行解决实际问题的综合能力训练。

（4）毕业实践训练环节。学生在这一阶段结合所学和所掌握的知识和技能，在体育培训机构中经过一定时间的训练，在教师和实际工作人员的具体指导下，解决与专业

有关的 1～2 个具体问题，完成学习期间最后一个教学环节的训练。

围绕人才培养目标，遵循高职高专教育的规律，为突出学生动手能力和创新意识、创新精神、创新能力的培养，特别强调学生在校学习与实际工作的一致性，有针对性地

设计创新了以下行动导向的教学模式：

1.任务驱动模式：设计创新“过程和形成性课程考核标准 ”，通过课程考核标准，明确学生课程学习的任务，其中：要求学生完成并提交课程学习计划；情景知识测试要求学生在每个情景教学完成后，利用 45 分钟完成知识测试；情景实作要求学生在每个情景课程实训教学完成后，必须通过实作考核；情景素质要求学生遵守教学纪律，按时

完成学习任务，增强互助协作和创新精神。

2.项目导向模式：以学院承接的横向项目为载体，通过“师带徒 ”、教师指导学生 的形式，以学生为主体，利用专业实训和岗位实习，从具体工作过程入手，系统培养学

生完成工作任务的知识及应用、职业能力、职业素质和等。

3.课堂与实习地点一体化模式：通过“校内（课程介绍+知识讲授+课程实训）+校外（专业实训+岗位实习）”的教学组织与安排，将企业岗位实际工作情境浓缩进课堂，将课堂教学延伸到企业，知识讲授与校内实训基地现场实训教学结合开展，校内知识、能力、素质培养与校外实训基地综合能力和职业素质提升相结合，注重培养学生的创新意识、创新精神、创新能力，设计创新课堂与实习地点一体化教学模式。

4.针对行业和岗位的生产过程（典型工作任务），设计创新专业核心课程的学习情境教学内容（学习行动领域），每个学习情境或子学习情境采用“知识讲授+具有真实情境的课程实训 ”的模式交替进行，落实构建“做中教 ”、“做中学 ”、“教学做 ”一

体、“理实 ”一体的工学交替模式。

（五）学习评价

1.课程考核

课程考核主要是针对纯理论型课程进行的考核，主要是一种终结性的考核，注重学

生对知识的掌握与理解。评价考核模式：课程总评成绩＝期末知识测试×60％＋平时作业、考勤、课堂纪律等×40％。

2.技能考核

具备较强的实践工作能力，获得各运动项目教练员或裁判员初级及以上证书、健康

管理师、运动营养师等职业技能等级之一证书。

（六）质量管理

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

改进，达成人才培养规格。

2.学校、二级院系不断完善教学管理机制，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.学校建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校生学业水平、

毕业生就业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

4.专业教研组织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

学生通过三年的高职学习，完成了规定的教学活动，修满专业人才培养方案规定的 所有课程，获得 153 学分，方可毕业。毕业时、掌握社会体育方面的基础理论和基本知 识，具备体育休闲娱乐活动策划和组织的基本能力；注重专业实践技能培养，具备较强 的实践工作能力，获得各运动项目教练员或裁判员初级及以上证书、健康管理师、运动

营养师等职业技能等级之一证书。

十、附录

厦门安防科技职业学院 社会体育专业课程教学进程表

厦门安防科技职业学院2023级社会体育专业课程教学进程表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程  分类 | | 序号 | 课程名称 | 学分 | 课程编码 | 计划学时数 | | |  | 学期分配及周学时数 | | | | | | 考核形式 | |
| 合计 | 理论 | 实践 | 学期顺序 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 考试 | 考查 |
| 教学周数 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 18 |  |  |
| 公共课 | 职 业 素 养 与 基 础 知 识 | 1 | 思想道德与法治 | 3 | 6100011 | 48 | 45 | 3 |  | 3 |  |  |  |  |  | √ |  |
| 2 | 毛泽东思想和中国特色社会 主义理论体系概论 | 2 | 6100021 | 32 | 30 | 2 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 3 | 应用英语 | 2 | 5100081 | 32 | 32 | 0 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 4 | 计算机应用基础 | 4 | 2100011 | 64 | 0 | 64 |  | 2 | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 5 | 应用文写作 | 2 | 5100071 | 32 | 16 | 16 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 6 | 形势与政策 | 1 | 6100041 | 16 | 16 | 0 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  | √ |
| 7 | 大学生职业生涯规划 | 2 | 6100051 | 32 | 18 | 14 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 8 | 大学生创新创业教育 | 2 | 6100081-2 | 32 | 20 | 12 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 9 | 大学生就业与创业指导 | 2 | 6100061 | 32 | 24 | 8 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 10 | 大学生心理健康教育 | 2 | 6100071 | 32 | 24 | 8 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 11 | 军事理论 | 2 | 6100031 | 32 | 32 | 0 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 12 | 习近平新时代中国特色社会 主义思想概论 | 3 | 6100091 | 48 | 32 | 16 |  | 2 | 1 |  |  |  |  | √ |  |
| 13 | 大学生职业素质修炼 | 7 | 61000071-4 | 112 | 20 | 92 |  | 2 | 2 | 2 | 1 |  |  |  | √ |
| 小计(学时百分比20%) | | 34 |  | 544 | 309 | 235 |  | 16 | 14 | 3 | 4 |  |  |  |  |
| 专 业 课 | 职 业 基 础 课 | 14 | 体育保健学 | 4 | 5219031 | 64 | 64 | 0 |  |  |  |  | 2 | 2 |  | √ |  |
| 15 | 体育概论 | 2 | 5219091 | 32 | 32 | 0 |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |  |
| 16 | 体育产业与市场营销 | 4 | 5219071 | 64 | 64 | 0 |  |  |  |  | 2 | 2 |  | √ |  |
| 17 | 运动解剖学 | 4 | 5219111 | 64 | 64 | 0 |  | 4 |  |  |  |  |  | √ |  |
| 18 | 体育管理学 | 4 | 5219041 | 64 | 64 | 0 |  |  |  |  | 2 | 2 |  | √ |  |
| 19 | 场馆管理 | 4 | 5219101 | 64 | 64 | 0 |  |  |  | 2 |  | 2 |  | √ |  |
| 20 | 运动生理学 | 4 | 5219121 | 64 | 64 | 0 |  |  | 4 |  |  |  |  | √ |  |
| 21 | 运动心理学 | 4 | 8219001 | 64 | 64 | 0 |  |  |  | 4 |  |  |  | √ |  |
| 小计(学时百分比17.6%) | | 30 |  | 480 | 480 | 0 |  | 6 | 4 | 6 | 6 | 8 |  |  |  |
| 职 业 技 术 技 能 课 | 22 | 田径 | 6 | 5319011 | 96 | 6 | 90 |  |  |  | 2 | 2 | 2 |  |  | √ |
| 23 | 健美操 | 6 | 5319061 | 96 | 6 | 90 |  |  |  | 2 | 2 | 2 |  |  | √ |
| 24 | 搏击 | 4 | 5319041 | 64 | 8 | 56 |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  | √ |
| 25 | 篮球 | 6 | 5319021 | 96 | 6 | 90 |  |  |  | 2 | 2 | 2 |  |  | √ |
| 26 | 足球 | 4 | 5319081 | 64 | 0 | 64 |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  | √ |
| 27 | 跆拳道 | 6 | 5319121 | 96 | 6 | 90 |  | 2 | 2 |  |  | 2 |  |  | √ |
| 28 | 体能训练 | 6 | 5219161 | 96 | 4 | 92 |  | 2 | 2 |  |  | 2 |  |  | √ |
| 小计(学时百分比22.4%) | | 38 |  | 608 | 36 | 572 |  | 4 | 4 | 10 | 10 | 10 |  |  |  |
| 选修课 | 公 共 选 修 课 | 29 | 四史（四史课任选一门） | 2 | 91000111 | 32 | 32 | 0 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 30 | 美育课（音乐、美术） | 2 | 6100088 | 32 | 32 | 0 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 31 | 劳动教育（含劳动精神） | 2 | 91000112 | 32 | 32 | 0 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 32 | 四育课（安全、法治、劳动 、职业素养） | 5 | 9100011 | 80 | 80 | 0 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  | √ |
| 小计(学时百分比6.5%) | | 11 |  | 176 | 176 | 0 |  | 1 | 3 | 3 | 3 |  |  |  |  |
| 专 业 选 修 课( 任 选 一 模 块) | 专业模块1 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 33 | 羽毛球 | 2 | 5319091 | 32 | 0 | 32 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 34 | 瑜伽 | 2 | 5319151 | 32 | 0 | 32 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 35 | 竞赛裁判法 | 2 | 5419021 | 32 | 0 | 32 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 专业模块2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 36 | 网球 | 2 | 5319111 | 32 | 0 | 32 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 37 | 体育休闲 | 2 | 5419031 | 32 | 0 | 32 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 38 | 排球 | 2 | 5319071 | 32 | 0 | 32 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 小计(学时百分比3.5%) | | 6 |  | 96 | 0 | 96 |  |  | 2 | 4 | 2 |  |  |  |  |
| 选修课小计(学时百分比10% ） | | | | 17 |  | 272 | 176 | 96 |  | 1 | 5 | 7 | 5 |  |  |  |  |
| 综 合 实 践 课 | 实 习 实 训 课 | 39 | 军事技能训练 | 2 | 6100032 | 48 | 0 | 48 |  | 2w |  |  |  |  |  |  | √ |
| 40 | 社会体育活动策划与组 织实训 | 2 | 8519001 | 48 | 0 | 48 |  |  | 2w |  |  |  |  |  | √ |
| 41 | 健身教练、体能训练实 训 | 2 | 8519002 | 48 | 0 | 48 |  |  |  | 2w |  |  |  |  | √ |
| 42 | 运动处方制定、体育活 动健身指导实训 | 2 | 8519003 | 48 | 0 | 48 |  |  |  |  | 2w |  |  |  | √ |
| 43 | 社会体育专业综合实训 | 2 | 8519004 | 48 | 0 | 48 |  |  |  |  |  | 2w |  |  | √ |
| 44 | 岗位实习 | 24 | 5519031 | 576 | 0 | 576 |  |  |  |  |  |  | 24w |  | √ |
| 实习时数合计(学时百分比30%） | | | 34 |  | 816 | 0 | 816 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 学分/学时总计(实践总课时63.2%) | | | | 153 |  | 2720 | 1001 | 1719 |  | 27 | 27 | 26 | 25 | 18 |  |  |  |
| 备注：本教学进程表为教学周18周，准备周和考试周各一周未在其中，一学期合计20周。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |



2023 级体育保健与康复专业高职

人才培养方案

（专业代码：570301）

执笔人: 苏 燕

专业教师代表： 吴非凡

行业企业代表： 林毅辉

学生代表： 邱钰婷

专业带头人： 秦 丹

指导人： 胡小春

2023 年 4 月 10 日

**编 制 说 明**

本专业人才培养方案适用于三年制高职全日制专业，由厦门安防科技职业学院体育保健与康复专业教学团队和福建省跳绳协会、厦门市田径协会等合作企业共同制订，并经学校审订、批准实施。主要编制人如下。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 单位 | 职称/职务 | 备注 |
| 1 | 秦丹 | 厦门安防科技职业学院 | 主任 |  |
| 2 | 袁孟萌 | 厦门安防科技职业学院 | 副主任 |  |
| 3 | 揭文涛 | 厦门安防科技职业学院 | 秘书 |  |
| 4 | 杨帆 | 厦门市田径协会 | 副会长 |  |
| 5 | 陈君 | 厦门市田径协会 | 委员 |  |
| 6 | 庄婉娜 | 福建省跳绳协会 | 会长 |  |
| 7 | 蓝佳伟 | 厦门安防科技职业学院 | 委员 |  |
| 8 | 陈荣 | 厦门安防科技职业学院 | 委员 |  |

厦门安防科技职业学院

2023级体育保健与康复专业人才培养方案

一、专业名称及代码

体育保健与康复（570306）

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、基本修业年限

三年

四、职业面向体育

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 所属专业大类  （代码） | 所属专业类  （代码） | 对应行业  （代码） | 主要职业类  别(代码) | 主要岗位类 别及技术领  域举例 | 职业资格或 职员业等级  证书举例 |
| 教育与体育大  类（57） | 体育类  （5703） | 体育  （89） | 体育专业人 员（2-09-07） 健身和娱乐 场所服务人 员（4-13-04） 健康咨询服  务人员  （4-14-02） 保健服务人 员（4-10-04） 医疗辅助服  务人员  （4-14-01） | 运动康复  师、体能康 复师、运动 防护师、保 健调理师、  健康管理师 | 社会体育指  导员证书  (游泳、滑 雪、潜水、 攀岩）、保 健调理师、  健康管理师 |

五、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养理想信念坚定，德、智、体、美、劳全面发展，具有一定的科学文化水

平，良好的人文素养、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、卫生等行业的体育专业人 员、健身和娱乐场所服务人员、健康咨询服务人员、保健服务人员、医疗辅助服务人员 等职业群，能够从事运动康复、体能康复、运动保健、传统保健康复、健康指导与管理 等工作的高素质技术技能人才。 本专业与电子竞技运动与管理专业、体育艺术表演专

业、社会体育专业构建面向体育产业（或行业）的体育产业服务专业群。

（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

（1）掌握必备的思想政治理论、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）掌握运动人体科学、中医学、康复医学、营养学的基础理论和基本知识；

（4）掌握运动康复技术、中医传统疗法、物理因子治疗技术的基本知识与方法；

（5）掌握运动伤病的防护、急救及康复的基本知识与方法；

（6）掌握人体体质测量与评定、运动处方的基本知识与方法。

3.能力

（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）能够对常见疾病及损伤进行运动康复训练；

（4）能够运用推拿、拔罐等中医传统疗法对常见疾病及运动损伤进行康复治疗；

（5）能够合理运用理疗仪器对常见疾病及运动损伤进行康复治疗；

（6）能够评估常见急慢性运动伤病并进行现场急救、处理；

（7）能够实施拉伸、贴扎、护具使用等运动防护技术；

（8）能够评估人体体质健康并制订运动处方和运动健康管理方案；

（9）能够指导不同人群进行科学健身和预防运动伤病。

六、课程设置及学时安排

主要包括公共基础课程和专业课程。

1. 公共基础课程

根据党和国家有关文件规定，将思想道德与法治、中华优秀传统文化、军事理论与 军训、大学生职业发展与就业指导、心理健康教育等列入公共基础必修课；并将党史国 史、劳动教育、大学语文、高等数学、公共外语、信息技术、创新创业教育、健康教育、 美育、职业养等列入必修课或选修课。学校应根据自己的实际情况开设具有本校特色的

校本课程。

2. 专业课程

一般包括专业基础课程、专业核心课程、专业拓展课程，并涵盖有关实践性教学环

节。学校自主确定课程名称，但应包括以下主要教学内容：

（1）专业基础课程

一般设置 6～8 门。包括运动解剖学、运动生理学、体育概论论、 运动营养学、

运动心理学、体育保健学要等。其中体育概论、体育保健学、运动心理学是共享课程。

（2）专业核心课程

一般设置 6～8 门。包括康复评定技术、运动康复技术、太极拳、运动伤病防护与 急救、瑜伽、体质测量与评定、运动处方等。其中运动康复技术、太极拳、瑜伽为核心

课程。

（3）专业拓展课程

包括体育运动技术、体能训练、导引养生功、中医养生、健康管理、康复心理、人

体姿态矫正、市场营销等。学校可结合自身优势特色进行选择和调整。

3. 专业核心课程主要教学内容与要求

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 职业技术技能课程 | 主要教学内容与要求 |
| 1 | 康复评定技术 | 内容：包括康复评定概念、评定原理、评定方 法与程序；运动功能评定技术：包括肌 力评定、 肌张力评定、关节活动度评定、平衡与协调功能评 定、反射检查、步态分析；感觉与知觉功能评定；  日常生活活动能力的评定；神经电生理评定。 |
| 2 | 运动康复技术 | 内容：包括运动康复基本知识、常用器材和设 备等；关节活动范围训练技术；关节松 动术；肌 肉力量康复训练；平衡与协调功能训练；本体感觉  神经肌肉易化技术；心肺功能训练。 |
| 3 | 太极拳 | 内容：24 式陈式太极拳，把攻防技击动作演 化为柔缓均匀的动作，练习太极拳与养生方法相  似，有较好的医疗保健价值。 |
| 4 | 瑜伽 | 内容：物理因子治疗基本理论：包括物理因子 治疗概念、 物理因子分类、治疗原理等；低、中、 高频电疗法 的治疗原理、适应征、禁忌证及治疗 技术；红外线、 紫外线等光疗法；超声波疗法； 磁疗法；传导热热疗法；冷疗法；水疗法；冲击波  疗法；压力疗法。 |
| 5 | 体质测量与评定 | 内容：体质评定的基本理论：包括体质的概念、 影响因素 等；体形态的测量与评定；人体机能的 测量与评定；身体素质的测量与评定；身体成分的  测量与评定； 营养的测量与评定。 |
| 6 | 运动处方 | 内容：包括运动处方的概念、制订、实施和评 价；预防健身性运动处方；康复治疗性运动处方；  竞技训练运动处方。 |

4. 实践性教学环节

主要包括实训、实习、毕业设计、社会实践等。在校内外进行运动康复技术、中医 传统疗法、运动伤病防护与急救、理疗技术、体质测量与评定等各项专业实训及体能康 复、健康指导等综合实训。由学校组织在体育保健与康复企业进行社会实践和实习。实 训实习既是实践性教学，也是专业课教学的重要内容，应注重理论与实践一体化教学。

应严格执行《职业学校学生实习管理规定》，保证实习教学质量。

5. 其它要求

学校应结合实际，开设安全教育、社会责任、绿色环保、管理等方面的选修课程、 拓展课程或专题讲座（活动），并将有关内容融入到专业课程教学中；将创新创业教育 融入到专业课程教学和有关实践性教学环节中；自主开设其他特色课程；组织开展德育

活动、志愿服务活动和其他实践活动。

七、教学进程总体安排

详见附录《厦门安防科技职业学院2023级体育保健与康复专业课程教学进程表》。

八、实施保障

主要包括师资队伍、教学设施、教学资源、教学方法、学习评价、质量管理等方面。

（一）师资队伍

1.队伍结构

学生数与本专业专任教师数比例不高于 25:1，双师素质教师占专业教师比一般不

低于 60%，专任教师队伍要考虑职称、年龄，形成合理的梯队结构。

2.专任教师

具有高校教师资格和本专业领域有关证书；有理想信念、道德情操、扎实学识、仁 爱之心；具有体育学、医学相关等相关专业本科及以上学历；具有扎实的本专业理论功 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；每 5 年

累计不少于 6 个月的企业实践经历。

3.专业带头人

原则上应具有副高及以上职称，能够较好地把握国内外体育保健与康复行业、专业 发展，能广泛联系行业企业，了解行业企业对体育保健与康复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。

4.兼职教师

主要从体育保健与康复相关企业聘任，具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠 精神，具有扎实的体育保健与康复相关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

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。

1.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。

2.校内实训室基本要求

（1）体能康复实训室：多媒体计算机、投影设备、白板、人体骨骼、肌肉、关节 和各系统标本及模型、体质监测仪器、康复评定仪器、肢体训练器械、理疗仪器、治疗 床等。用于运动解剖、运动生理、临床医学概论、骨科学概要、康复评定技术、运动康 复技术、物理因子疗法、体质测量与评定、运动处方、体能训练、人体姿态矫正等课程

的教学与实训。

（2）中医传统保健康复实训室：多媒体计算机、投影设备、白板、人体经络腧穴 模型、推拿床每 2 人 1 张、电针仪、玻璃火罐、艾条、艾灸盒等器材。用于中医基础理

论、经络与腧穴、中医传统疗法、中医养生等课程的教学与实训。

（3）运动保健实训室：多媒体计算机、投影设备、白板、心肺复苏模拟人、人体 模型、治疗床、急救器材、运动护具、肌效内贴等器材。用于运动伤病防护与急救、骨

科学概要、临床医学概论等课程的教学与实训。

3.校外实训基地基本要求

具有稳定的校外实训基地。能够提供开展运动康复、体能康复、运动保健、传统保 健康复、健康指导与管理等实训活动，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。

4.学生实习基地基本要求

具有稳定的校外实习基地。能提供运动康复师、体能康复师、运动防护师、保健调 理师、健康管理师等相关实习岗位，能涵盖当前体育保健相关产业发展的主流技术，可 接纳一定规模的学生实习；能够配备相应数量的指导教师对学生实习进行指导和管理；

有保证实习生日常工作、学习、生活的规章制度，有安全、保险保障。

5.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。

（三）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、图书

及数字化资源等。

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。

2．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，有关体能康复、

运动保健、健康指导与管理的技术、标准、方法、操作规范以及实务案例类图书等。

3．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。

（四）教学方法

1.理论教学体系

该专业所设置的课程是根据高职办学方针，以素质为基础，以能力培养为中心，针

体育保健与康复专业所对应的岗位需求，[结合我国社工教育](http://www.studa.net/jiaoyu/)实际和我省人才需求情况，

[参考](http://www.studa.net/)国内外相同专业的课程设置情况，在有关专家和家政工作者的参与论证下安排设置

的，课程设置和教学内容体现了针对性、适应性、规范性。

2.实践教学体系

该专业实践教学改革注重教学环节中的实践特点。课堂教学中以模拟小组、实训教 学等形式消化课堂知识，训练学生能力。还安排该专业的学生到相应的机构兼任助理工 作，进行实地训练。实习实践课时约占总学时的 40%，并安排了以下四个环节的实践训

练。

（1）认识实习环节。通过实地参观，让学生了解本专业所对应的岗位，该岗位所

从事的工作的内容以及对工作人员能力和素质的要求。

（2）专项素质和能力训练环节。这一阶段为结合课程内容进行专项技能训练阶段。 主要是通过机构实习、实训室实习、挂职锻炼、课堂模拟等环节，训练学生掌握课程要

求的各项技能。

（3）综合能力训练环节。这一阶段为结合专业课程的学习，综合以前所学内容和

已具备的各种能力，对学生进行解决实际问题的综合能力训练。

（4）毕业实践训练环节。学生在这一阶段结合所学和所掌握的知识和技能，在体 育培训机构中经过一定时间的训练，在教师和实际工作人员的具体指导下，解决与专业

有关的 1～2 个具体问题，完成学习期间最后一个教学环节的训练。

围绕人才培养目标，遵循高职高专教育的规律，为突出学生动手能力和创新意识、 创新精神、创新能力的培养，特别强调学生在校学习与实际工作的一致性，有针对性地

设计创新了以下行动导向的教学模式：

1.任务驱动模式：设计创新“过程和形成性课程考核标准 ”，通过课程考核标准， 明确学生课程学习的任务，其中：要求学生完成并提交课程学习计划；情景知识测试要 求学生在每个情景教学完成后，利用 45 分钟完成知识测试；情景实作要求学生在每个 情景课程实训教学完成后，必须通过实作考核；情景素质要求学生遵守教学纪律，按时

完成学习任务，增强互助协作和创新精神。

2.项目导向模式：以学院承接的横向项目为载体，通过“师带徒 ”、教师指导学生 的形式，以学生为主体，利用专业实训和岗位实习，从具体工作过程入手，系统培养学

生完成工作任务的知识及应用、职业能力、职业素质和等。

3.课堂与实习地点一体化模式：通过“校内（课程介绍+知识讲授+课程实训）+校 外（专业实训+岗位实习）”的教学组织与安排，将企业岗位实际工作情境浓缩进课堂，

将课堂教学延伸到企业，知识讲授与校内实训基地现场实训教学结合开展，校内知识、能力、素质培养与校外实训基地综合能力和职业素质提升相结合，注重培养学生的创新

意识、创新精神、创新能力，设计创新课堂与实习地点一体化教学模式。

4.针对行业和岗位的生产过程（典型工作任务），设计创新专业核心课程的学习情 境教学内容（学习行动领域），每个学习情境或子学习情境采用“知识讲授+具有真实 情境的课程实训 ”的模式交替进行，落实构建“做中教 ”、“做中学 ”、“教学做 ”一

体、“理实 ”一体的工学交替模式。

（五）学习评价

1.课程考核

课程考核主要是针对纯理论型课程进行的考核，主要是一种终结性的考核，注重学

生对知识的掌握与理解。评价考核模式：

课程总评成绩＝期末知识测试×60％＋平时作业、考勤、课堂纪律等×40％。

2.技能考核

具备较强的实践工作能力，获得社会体育指导员证书、各运动项目教练员证书、裁

判员证书、运动营养师、健康管理师等职业技能等级之一证书，方可毕业。

（六）质量管理

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

改进，达成人才培养规格。

2.学校、二级院系不断完善教学管理机制，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.学校建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校生学业水平、

毕业生就业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

4.专业教研组织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、毕业标准

学生通过三年的高职学习，完成了规定的教学活动，修满专业人才培养方案规定的 所有课程，获得 153 学分，毕业时掌握体育保健与康复方面的基础理论和基本知识；注 重专业实践技能培养，具备较强的实践工作能力，获得社会体育指导员证书、各运动项 目教练员证书、裁判员证书、运动营养师、健康管理师等职业技能等级之一证书，方可

毕业。

十、附录

厦门安防科技职业学院 2023 级体育保健与康复专业课程教学进程表

厦门安防科技职业学院2023级体育保健与康复专业课程教学进程表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程  分类 | | 序号 | 课程名称 | 学分 | 课程编码 | 计划学时数 | | |  | 学期分配及周学时数 | | | | | | 考核形式 | |
| 合计 | 理论 | 实践 | 学期顺序 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 考试 | 考查 |
| 教学周数 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 18 |  |  |
| 公 共 课 | 职 业 素 养 与 基 础 知 识 | 1 | 思想道德与法治 | 3 | 6100011 | 48 | 45 | 3 |  | 3 |  |  |  |  |  | √ |  |
| 2 | 毛泽东思想和中国特色社会 主义理论体系概论 | 2 | 6100021 | 32 | 30 | 2 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 3 | 应用英语 | 2 | 5100081 | 32 | 32 | 0 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 4 | 计算机应用基础 | 4 | 2100011 | 64 | 0 | 64 |  | 2 | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 5 | 应用文写作 | 2 | 5100071 | 32 | 16 | 16 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 6 | 形势与政策 | 1 | 6100041 | 16 | 16 | 0 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  | √ |
| 7 | 大学生职业生涯规划 | 2 | 6100051 | 32 | 18 | 14 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 8 | 大学生创新创业教育 | 2 | 6100081-2 | 32 | 20 | 12 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 9 | 大学生就业与创业指导 | 2 | 6100061 | 32 | 24 | 8 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 10 | 大学生心理健康教育 | 2 | 6100071 | 32 | 24 | 8 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 11 | 军事理论 | 2 | 6100031 | 32 | 32 | 0 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 12 | 习近平新时代中国特色社会 主义思想概论 | 3 | 6100091 | 48 | 32 | 16 |  | 2 | 1 |  |  |  |  | √ |  |
| 13 | 大学生职业素质修炼 | 7 | 61000071-4 | 112 | 20 | 92 |  | 2 | 2 | 2 | 1 |  |  |  | √ |
| 小计(学时百分比20%) | | 34 |  | 544 | 309 | 235 |  | 16 | 14 | 3 | 4 |  |  |  |  |
| 专 业 课 | 职 业 基 础 课 | 14 | 运动营养学 | 4 | 8237011 | 64 | 64 | 0 |  | 2 | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 15 | 运动伤病防护与急救 | 8 | 8337031 | 128 | 8 | 120 |  |  |  | 4 |  | 4 |  |  | √ |
| 16 | 体育保健学 | 4 | 8219011 | 64 | 32 | 32 |  |  |  | 2 | 2 |  |  | √ |  |
| 17 | 临床医学概论 | 4 | 8237031 | 64 | 64 | 0 |  |  |  | 2 |  | 2 |  | √ |  |
| 18 | 骨科学概要 | 4 | 8237051 | 64 | 4 | 60 |  |  |  |  | 2 | 2 |  | √ |  |
| 19 | 运动解剖学 | 4 | 8219041 | 64 | 64 | 0 |  | 4 |  |  |  |  |  | √ |  |
| 20 | 运动生理学 | 4 | 8219071 | 64 | 64 | 0 |  |  | 4 |  |  |  |  | √ |  |
| 小计(学时百分比18.8%) | | 32 |  | 512 | 300 | 212 |  | 6 | 6 | 8 | 4 | 8 |  |  |  |
| 职 业 技 术 技 能 课 | 21 | 康复评定技术 | 4 | 8337011 | 64 | 64 | 0 |  |  | 2 | 2 |  |  |  | √ |  |
| 22 | 运动康复技术 | 8 | 8337021 | 128 | 128 | 0 |  |  |  | 2 | 2 | 4 |  | √ |  |
| 23 | 太极拳 | 4 | 8237061 | 64 | 0 | 64 |  |  |  | 2 | 2 |  |  | √ |  |
| 24 | 体质测量与评定 | 8 | 8337041 | 128 | 8 | 120 |  | 4 |  |  |  | 4 |  | √ |  |
| 25 | 运动处方 | 4 | 8337051 | 64 | 0 | 64 |  |  | 2 | 2 |  |  |  | √ |  |
| 26 | 瑜伽 | 4 | 5319151 | 64 | 4 | 60 |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  | √ |
| 27 | 按摩学 | 4 | 8337081 | 64 | 2 | 62 |  |  |  |  | 4 |  |  |  | √ |
| 小计(学时百分比21.2%) | | 36 |  | 576 | 206 | 370 |  | 4 | 4 | 10 | 10 | 8 |  |  |  |
| 选 修 课 | 公 共 选 修 课 | 28 | 四史（四史课任选一门） | 2 | 91000111 | 32 | 32 | 0 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 29 | 美育课（音乐、美术） | 2 | 6100088 | 32 | 32 | 0 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 30 | 劳动教育（含劳动精神） | 2 | 91000112 | 32 | 32 | 0 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 31 | 四育课（安全、法治、劳动 、职业素养） | 5 | 9100011 | 80 | 80 | 0 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  | √ |
| 小计(学时百分比6.5%) | | 11 |  | 176 | 176 | 0 |  | 1 | 3 | 3 | 3 |  |  |  |  |
| 专 业 选 修 课( 任 选 一 模 块) | 专业模块1 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 32 | 篮球 | 2 | 8319041 | 32 | 0 | 32 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 33 | 跆拳道 | 2 | 8319101 | 32 | 0 | 32 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 34 | 田径 | 2 | 8319011 | 32 | 0 | 32 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 专业模块2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 35 | 体能训练 | 2 | 8319121 | 32 | 0 | 32 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 36 | 乒乓球 | 2 | 8319081 | 32 | 0 | 32 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 37 | 足球 | 2 | 8319061 | 32 | 0 | 32 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 小计(学时百分比3.5%) | | 6 |  | 96 | 0 | 96 |  | 2 |  | 2 | 4 |  |  |  |  |
| 选修课小计(学时百分比10%) | | | | 17 |  | 272 | 176 | 96 |  | 3 | 3 | 5 | 7 |  |  |  |  |
| 综 合 实 践 课 | 实 习 实 训 课 | 38 | 军事技能训练 | 2 | 6100032 | 48 | 0 | 48 |  | 2w |  |  |  |  |  |  | √ |
| 39 | 运动处方制定、体育活 动健身实训 | 2 | 8537011 | 48 | 0 | 48 |  |  | 2w |  |  |  |  |  | √ |
| 40 | 健康咨询服务实训 | 2 | 8537021 | 48 | 0 | 48 |  |  |  | 2w |  |  |  |  | √ |
| 41 | 体育保健教学实训 | 2 | 8537031 | 48 | 0 | 48 |  |  |  |  | 2w |  |  |  | √ |
| 42 | 体育保健专业综合实训 | 2 | 8534004 | 48 | 0 | 48 |  |  |  |  |  | 2w |  |  | √ |
| 43 | 岗位实习 | 24 | 5519031 | 576 | 0 | 576 |  |  |  |  |  |  | 24w |  | √ |
| 实习时数合计(学时百分比30%) | | | 34 |  | 816 | 0 | 816 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 学分/学时总计(实践总课时63.6%) | | | | 153 |  | 2720 | 991 | 1729 |  | 29 | 27 | 26 | 25 | 16 |  | 349 |  |

备注：本教学进程表为教学周18周，准备周和考试周各一周未在其中，一学期合计20周。



2023级体育艺术表演专业高职

人才培养方案

（专业代码：570316）

执笔人: 秦 丹

专业教师代表： 姚雯崟

行业企业代表： 许福哲

学生代表： 周兆熙

专业带头人： 秦 丹

指导人： 胡小春

2023 年 4 月 4 日

**编 制 说 明**

本专业人才培养方案适用于三年制高职全日制专业，由厦门安防科技职业学院XXXX专业教学团队和XXX公司、XXX公司、XX公司等合作企业共同制订，并经学校审订、批准实施。主要编制人如下。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 姓名 | 单位 | 职称/职务 | 备注 |
| 1 | 秦丹 | 厦门安防科技职业学院 | 主任 |  |
| 2 | 袁孟萌 | 厦门安防科技职业学院 | 副主任 |  |
| 3 | 揭文涛 | 厦门安防科技职业学院 | 秘书 |  |
| 4 | 杨帆 | 厦门市田径协会 | 副会长 |  |
| 5 | 陈君 | 厦门市田径协会 | 委员 |  |
| 6 | 庄婉娜 | 福建省跳绳协会 | 会长 |  |
| 7 | 蓝佳伟 | 厦门安防科技职业学院 | 委员 |  |
| 8 | 姚雯崟 | 厦门安防科技职业学院 | 委员 |  |

厦门安防科技职业学院

2023级体育艺术表演专业人才培养方案

一、专业名称及代码

体育艺术表演专业(代码：570316)

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) | 主要岗位类 别及技术领  域举例 | 职业资格或 职员业等级  证书举例 |
| 教育与体  育大类  （5703） | 体育艺术表  演专业  （570316） | 体育业  （91）  娱乐业  （92） | 健身娱乐场 所服务人员  （4-33） | 教育培训机  构从业人  员、幼儿、 小学教育教  师 | 社会体育指  导员  各项目教练 员、裁判员  认证 |

五、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养理想信念坚定，德、智、体、美、劳全面发展，具有一定的科学文化水平，良好的人文素养、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，面向体育教育与服务等职业群，能够从事体育培训、体育服务、体育场馆运营与管理等工作的高素质技术技能人才。本专业与社会体育业、电子竞技运营与管理专业构建面向体育行业（或行业）的体育（专业群

名称）专业群。

（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、全

球视野和市场洞察力；

（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

（1）掌握必备的思想政治理论、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、文明生产等相关知

识；

（3）掌握艺术表演的基本理论、基本技能；系统掌握体育运动项目表演的基本理

论知识、基本技能。

（4）掌握体育艺术类课程的教育教学方法；掌握音乐、创编、幼儿身心健康相关

知识；了解我国体育工作方针，政策和法规；了解体育表演领域的相关发展动态。

3.能力

（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）具备团队合作能力；

（4）本专业必能够熟练使用办公软件、音乐编辑软件、视频编辑软件等工具；

（5）具备较高的专项运动能力和表演能力；

（6）具有运动训练指导、运动竞赛组织、体育教学的基本能力；

（7）具有初步的体育科学研究能力。

六、课程设置及学时安排

主要包括公共课程和专业课程。

1. 公共基础课程

根据党和国家有关文件规定，我校统一将思想道德与法治、中华优秀传统文化、军事理论与军训、大学生职业发展与就业指导、心理健康教育劳动教育、计算机应用基础等列入公共基础必修课；将应用文写作、高等数学、公共外语、美育、职业素养等列入

选修课。

2. 专业课程

（1）职业基础课程

职业基础课程主要包括 体育艺术概论、舞蹈编导、音乐的选择与编配、运动解剖学、运动训练学、体育保健学等课程，其中运动解剖学、运动训练学、体育保健学是体

育专业群共享课程。

（2）职业技术技能课

职业技术技能课包括形体训练、啦啦操、中国舞、民间舞、拉丁舞、摩登舞、街舞、健美操、芭蕾舞、瑜伽、体能训练等课程。其中健美操、街舞、拉丁舞、中国舞、瑜伽、

为核心课程。

（3）专业拓展课

专业拓展课包括表演艺术概论、教育学、化妆艺术造型、体育管理学等课程，其中

教育学、体育管理学是群互选课程。

3. 专业核心课程和主要教学内容与要求

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 序号 | 职业技术技能课程 | 主要教学内容与要求 |
| 1 | 健美操 | 健美操的基本理论和知识，基本动作和 技术，发展学生的协调、力量及对音乐的运 用能力。在教学过程中，培养学生正确的身 体姿态，塑造健美体型，陶冶美的情操，使 学生初步掌握健美健身的同时，努力提高艺 术修养和审美能力，使之在以后的学习和工 作中会运用健美操的锻炼方法去塑造健美的  体魄，增进健康。 |
| 2 | 拉丁舞 | 拉丁舞的基本理论和知识，基本动作和 技术，发展学生的协调、力量及对音乐的运 用能力。伦巴、恰恰、牛仔舞的个人组合及  基本配合。 |
| 3 | 中国舞 | 中国舞的基本理论和知识，基本动作和 技术，发展学生的协调、力量及对音乐的运 用能力。让学生逐步学会和掌握不同音乐风  格、动作风格的表演和创编。 |
| 4 | 瑜伽 | 瑜伽运动概述、瑜伽的基本体式动作、 呼吸与冥想的方法。让学生掌握瑜伽运动的 练习方法和训练手段，并掌握瑜伽的教学方  法。 |
| 5 | 啦啦操 | 啦啦操的基本理论和知识，基本动作和 技术，培养学生的团队配合精神、掌握啦啦 操动作创编的基本原则和方法，掌握啦啦操  训练的方法和手段，及对音乐的运用能力。 |

4. 实践教学要求

实践教学主要包括实验、实训、实习、毕业设计、社会实践等。实训可在校内实验实训室、校外实训基地等开展完成；社会实践、岗位实习、跟岗实习由学校统一组织，在体育教育培训企业开展完成，实训实习主要包括中国舞、街舞、拉丁舞、幼儿教学，健美操、啦啦操、瑜伽多层次教学等专业综合实训、毕业设计（论文）与岗位实习等。实训实习既是实践性教学，也是专业课教学的重要内容，实践过程中理论与实践相结合，实现理论与实践一体化教学。实习实训期间严格执行《职业学校学生实习管理规定》要求，规范实践教学行为。

5. 其它要求

结合本专业实际，开设安全教育、社会责任、绿色环保、管理等人文素养、科学素 养方面的选修课程、拓展课程或专题讲座（活动），并将有关内容融入到专业课程教学中；将创新创业教育融入到专业课程教学和有关实践性教学环节中；自主开设化妆艺术造型等特色课程；课余时间组织开展 德育活动、志愿服务活动和其他实践活动。

七、教学进程总体安排

详情见附件《厦门安防科技职业学院 2023 级体育艺术表演专业课程教学进程表》。

八、实施保障

主要包括师资队伍、教学设施、教学资源、教学方法、学习评价、质量管理等方面。

（一）师资队伍

1.队伍结构

学生数与本专业专任教师数比例不高于 25:1，双师素质教师占专业教师比不低于

60%，专任教师队伍要考虑职称、年龄，形成合理的梯队结构。

2.专任教师

专任教师应具有高效教师资格；有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之 心；具有体育艺术表演、舞蹈、音乐、体育教育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；具有较强的信息化教学能力，能够开阵课程教学改

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

专业带头人原则上应具有副高及以上职称，能够较好地把握国内外社会体育行业、 专业发展，能广泛联系兴业企业，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。

4.兼职教师

兼职教师主要从本专业相关的行业企业聘任，具备良好的思想政治素质、职业道德 和工匠劲射，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

1.专业教室

专业教室一般配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入或 Wi-Fi 环境，并实施网络完全防护措施；安装应急照明装置保持良好状态，符合紧急

疏散要求，标志明显，保持逃生通道畅通无阻。

2.校内室训室

形体教室应配备投影仪设备、白板、Wi-Fi 覆盖、把杆、镜墙、海绵垫、音响组合 架、多媒体教学系统、实木地板、瑜伽球、瑜伽垫、用于健美操、瑜伽等课程的教学与

实训，以及其他专业群共享。

（1）体能训练馆实训室

体能训练馆实训室应配备投影仪设备、白板、Wi-Fi 覆盖、跑步机、椭圆仪、固定 自行车、坐姿推胸训练器、坐姿劲前下拉训练器、史密斯机综合训练器、大飞鸟综合训

练器、用于健身教练、体能训练等课程的教学与实训，以及其他专业群共享。

（2）综合训练馆

其他项目技能实训室应包括健美操、啦啦操、等运动项目课程的教学与实训，以及

其他专业群共享。

3.校外实训基地

具有稳定的校外实训基地；能够开展进行舞蹈教学、节目创编、体育演出活动策划 与组织等实训活动，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。

4.学生实习基地

具有稳定的校外实习基地；能提供社会体育指导员等相关实习岗位，能涵盖当前相 关产业发展的主流技术，可接纳一定规模的学生实习；能够配备相应数量的知道教师对 学生实习进行指导和管理；有保证实习生日常工作、学习、生活的规章制度，有安全、

保险保障。

（三）教学资源

1.教材选用

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，完善教材选用支墩，经过规范程序择优选

用教材。

2.图书文献配备

图书文献配备能满足人才培养、专业建设、教科研等工作需要，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。

3.数字资源配备

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，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

1.理论教学体系

该专业所设置的课程是根据高职办学方针，以素质为基础，以能力培养为中心，针

对舞蹈表演专业所对应的岗位需求，结合我国社工[教育](http://www.studa.net/jiaoyu/)实际和我省人才需求情况，[参考](http://www.studa.net/)

国内外相同专业的课程设置情况，在有关专家和家政工作者的参与论证下安排设置的， 课程设置和教学内容体现了针对性、适应性、规范性。课程内容重点放在舞蹈基础，表

演知识和能力舞蹈编创的培养上。

2.实践教学体系

该专业实践教学改革注重教学环节中的实践特点。课堂教学中以模拟小组、实训教 学等形式消化课堂知识，训练学生能力。还安排该专业的学生到相应的机构兼任助理工 作，进行实地训练。实习实践课时约占总学时的 40%，并安排了以下四个环节的实践训

练。

（1）认识实习环节。通过实地参观，让学生了解本专业所对应的岗位，该岗位所

从事的工作的内容以及对工作人员能力和素质的要求。

（2）专项素质和能力训练环节。这一阶段为结合课程内容进行专项技能训练阶段。 主要是通过机构实习、实训室实习、挂职锻炼、课堂模拟等环节，训练学生掌握课程要

求的各项技能。

（3）综合能力训练环节。这一阶段为结合专业课程的学习，综合以前所学内容和

已具备的各种能力，对学生进行解决实际问题的综合能力训练。

（4）毕业实践训练环节。学生在这一阶段结合所学和所掌握的知识和技能，在舞 蹈教育培训机构中经过一定时间的训练，在教师和实际工作人员的具体指导下，解决与

专业有关的 1～2 个具体问题，完成学习期间最后一个教学环节的训练。

围绕人才培养目标，遵循高职高专教育的规律，为突出学生动手能力和创新意识、 创新精神、创新能力的培养，特别强调学生在校学习与实际工作的一致性，有针对性地

设计创新了以下行动导向的教学模式：

1.任务驱动模式：设计创新“过程和形成性课程考核标准 ”，通过课程考核标准， 明确学生课程学习的任务，其中：要求学生完成并提交课程学习计划；情景知识测试要 求学生在每个情景教学完成后，利用 45 分钟完成知识测试；情景实作要求学生在每个 情景课程实训教学完成后，必须通过实作考核；情景素质要求学生遵守教学纪律，按时

完成学习任务，增强互助协作和创新精神。

2.项目导向模式：以学院承接的横向项目为载体，通过“师带徒 ”、教师指导学生 的形式，以学生为主体，利用专业实训和岗位实习，从具体工作过程入手，系统培养学

生完成工作任务的知识及应用、职业能力、职业素质和等。

3.课堂与实习地点一体化模式：通过“校内（课程介绍+知识讲授+课程实训）+校 外（专业实训+岗位实习）”的教学组织与安排，将企业岗位实际工作情境浓缩进课堂， 将课堂教学延伸到企业，知识讲授与校内实训基地现场实训教学结合开展，校内知识、 能力、素质培养与校外实训基地综合能力和职业素质提升相结合，注重培养学生的创新

意识、创新精神、创新能力，设计创新课堂与实习地点一体化教学模式。

（五）学习评价

1.课程考核

课程考核主要是针对纯理论型课程进行的考核，主要是一种终结性的考核，注重学

生对知识的掌握与理解。评价考核模式：

课程总评成绩＝期末知识测试×60％＋平时作业、考勤、课堂纪律等×40％。

2.技能考试项目及要求

获得舞蹈专业教师等级证书、体育各项目运动员证书、教练员证书、幼儿教育类等

职业技能等级证书之一方可毕业。

（六）质量管理

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

改进，达成人才培养规格。

2.学校、二级院系不断完善教学管理机制，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.学校建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校生学业水平、

毕业生就业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

4.专业教研组织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

学生通过三年的高职学习，完成了规定的教学活动，修满专业人才培养方案规定的 所有课程，在校期间必须修满 153 学分方可毕业。毕业时具备人文素质、能力素质、行 为素质、掌握体育运动项目表演的基本理论知识，具备体育运动项目表演的基本技能， 获得舞蹈专业教师等级证书、体育各项目运动员证书、教练员证书、幼儿教育类等职业

技能等级证书之一方可毕业。

十、附录：厦门安防科技职业学院2023体育艺术表演专业课程教学进程表。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程  分类 | | 序号 | 课程名称 | 学分 | 课程编码 | 计划学时数 | | |  | 学期分配及周学时数 | | | | | | 考核形式 | |
| 合计 | 理论 | 实践 | 学期顺序 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 六 | 考试 | 考查 |
| 教学周数 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 16+2 | 18 |  |  |
| 公 共 课 | 职 业 素 养 与 基 础 知 识 | 1 | 思想道德与法治 | 3 | 6100011 | 48 | 45 | 3 |  | 3 |  |  |  |  |  | √ |  |
| 2 | 毛泽东思想和中国特色社会 主义理论体系概论 | 2 | 6100021 | 32 | 30 | 2 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 3 | 应用英语 | 2 | 5100081 | 32 | 32 | 0 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 4 | 计算机应用基础 | 4 | 2100011 | 64 | 0 | 64 |  | 2 | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 5 | 应用文写作 | 2 | 5100071 | 32 | 16 | 16 |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |  |
| 6 | 形势与政策 | 1 | 6100041 | 16 | 16 | 0 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  | √ |
| 7 | 大学生职业生涯规划 | 2 | 6100051 | 32 | 18 | 14 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 8 | 大学生创新创业教育 | 2 | 6100081-2 | 32 | 20 | 12 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 9 | 大学生就业与创业指导 | 2 | 6100061 | 32 | 24 | 8 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 10 | 大学生心理健康教育 | 2 | 6100071 | 32 | 24 | 8 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 11 | 军事理论 | 2 | 6100031 | 32 | 32 | 0 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | √ |
| 12 | 习近平新时代中国特色社会 主义思想概论 | 3 | 6100091 | 48 | 32 | 16 |  | 2 | 1 |  |  |  |  | √ |  |
| 13 | 大学生职业素质修炼 | 7 | 61000071-4 | 112 | 20 | 92 |  | 2 | 2 | 2 | 1 |  |  |  | √ |
| 小计（学时百分比20%) | | 34 |  | 544 | 309 | 235 |  | 16 | 14 | 3 | 4 |  |  |  |  |
| 专 业 课 | 职 业 基 础 课 | 14 | 体育艺术概论 | 2 | 8234011 | 32 | 32 | 0 |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |  |
| 15 | 音乐选择与创编 | 4 | 8234021 | 64 | 32 | 32 |  |  |  | 2 |  | 2 |  |  | √ |
| 16 | 舞蹈创编 | 4 | 8234031 | 64 | 32 | 32 |  |  |  | 2 |  | 2 |  |  | √ |
| 17 | 体育保健学 | 2 | 5219031 | 32 | 16 | 16 |  |  |  |  | 2 |  |  | √ |  |
| 18 | 表演化妆造型艺术 | 4 | 8234041 | 64 | 4 | 60 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  | √ |
| 19 | 教育学 | 4 | 8234051 | 64 | 64 | 0 |  |  |  | 2 | 2 |  |  | √ |  |
| 20 | 运动解剖学 | 4 | 5219111 | 64 | 64 | 0 |  | 4 |  |  |  |  |  | √ |  |
| 小计（学时百分比14.1%) | | 24 |  | 384 | 244 | 140 |  | 6 | 0 | 6 | 6 | 6 |  |  |  |
| 职 业 技 术 技 能 课 | 21 | 形体训练 | 8 | 5319031 | 128 | 8 | 120 |  | 2 | 2 | 2 | 2 |  |  |  | √ |
| 22 | 啦啦操 | 8 | 8334021 | 128 | 8 | 120 |  |  |  | 2 | 2 | 4 |  |  | √ |
| 23 | 拉丁舞 | 4 | 8334031 | 64 | 4 | 60 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  | √ |
| 24 | 摩登舞 | 4 | 8334041 | 64 | 4 | 60 |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  | √ |
| 25 | 瑜伽 | 4 | 5319151 | 64 | 4 | 60 |  | 2 | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 26 | 民间舞 | 4 | 8334061 | 64 | 4 | 60 |  | 2 | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 27 | 中国舞 | 4 | 8334071 | 64 | 4 | 60 |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  | √ |
| 28 | 健美操 | 8 | 5319061 | 128 | 8 | 120 |  |  |  | 2 | 2 | 4 |  |  | √ |
| 小计（学时百分比25.9%） | | 44 |  | 704 | 44 | 660 |  | 6 | 8 | 10 | 10 | 10 |  |  |  |
| 选 修 课 | 公 共 选 修 课 | 29 | 四史（四史课任选一门） | 2 | 91000111 | 32 | 32 | 0 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 30 | 美育课（音乐、美术） | 2 | 6100088 | 32 | 32 | 0 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 31 | 劳动教育（含劳动精神） | 2 | 91000112 | 32 | 32 | 0 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 32 | 四育课（安全、法治、劳动 、职业素养） | 5 | 9100011 | 80 | 80 | 0 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  | √ |
| 小计（学时百分比6.5%） | | 11 |  | 176 | 176 | 0 |  | 1 | 3 | 3 | 3 |  |  |  |  |
| 专 业 选 修 课( 任 选 一 模 块) | 专业模块1 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 33 | 体育产业与市场营销 | 2 | 5219071 | 32 | 0 | 32 |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |  |
| 34 | 街舞 | 2 | 8334051 | 32 | 0 | 32 |  |  |  |  | 2 |  |  |  | √ |
| 35 | 人力资源开发与管理 | 2 | 8225061 | 32 | 0 | 32 |  |  |  |  | 2 |  |  | √ |  |
| 专业模块2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 36 | 体能训练 | 2 | 8319121 | 32 | 0 | 32 |  |  | 2 |  |  |  |  |  | √ |
| 37 | 芭蕾舞 | 2 | 8334091 | 32 | 0 | 32 |  |  |  | 2 |  |  |  |  | √ |
| 38 | 场馆管理 | 2 | 5219101 | 32 | 0 | 32 |  |  |  |  | 2 |  |  | √ |  |
| 小计（学时百分比3.5%） | | 6 |  | 96 | 0 | 96 |  | 0 | 2 | 2 | 4 |  |  |  |  |
| 选修课小计(学时百分比10%） | | | | 17 |  | 272 | 176 | 96 |  | 1 | 5 | 5 | 7 |  |  |  |  |
| 综 合 实 践 课 | 实 习 实 训 课 | 39 | 军事技能训练 | 2 | 6100032 | 48 | 0 | 48 |  | 2w |  |  |  |  |  |  | √ |
| 40 | 中国舞教学实训 | 2 | 8534001 | 48 | 0 | 48 |  |  | 2w |  |  |  |  |  | √ |
| 41 | 国标舞教学实训 | 2 | 8534002 | 48 | 0 | 48 |  |  |  | 2w |  |  |  |  | √ |
| 42 | 瑜伽教学实训 | 2 | 8534003 | 48 | 0 | 48 |  |  |  |  | 2w |  |  |  | √ |
| 43 | 体育艺术专业综合实训 | 2 | 8534004 | 48 | 0 | 48 |  |  |  |  |  | 2w |  |  | √ |
| 44 | 岗位实习 | 24 | 5519031 | 576 | 0 | 576 |  |  |  |  |  |  | 24W |  | √ |
| 实习时数合计（学时百分比30%） | | | 34 |  | 816 | 0 | 816 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 学分/学时总计（实践总课时71.6%） | | | | 153 |  | 2720 | 773 | 1947 |  | 29 | 27 | 24 | 27 | 16 |  | 360 |  |
| 备注：本教学进程表为教学周18周，准备周和考试周各一周未在其中，一学期合计20周。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |