健身指导与管理专业人才培养方案

## 一、专业名称及代码

健身指导与管理（670410）

## 二、招生对象及学制

普通高级中学、中等职业学校毕业具有体育特长的毕业生；优秀运动队的优秀运动员。

学制三年。

## 三、培养目标

## （一）人才培养目标定位

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，较强的就业创业能力和可持续发展的能力；掌握健身专业知识和技术技能，面向各健身俱乐部、健身工作室、健身房及社区企事业单位等职业群，能够从事健身指导、体能指导、健身咨询、健身服务与管理、体育科学健身知识传播等工作的具有良好职业素养的高素质技术技能人才。

## （二）规格要求

1.基本素质

（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）具有健康的体魄、心理和健全的人格；养成良好的健身与卫生习惯，良好的行为习惯。

2.职业素质

（1）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；

（2）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；

（3）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；

（4）恪守职业道德，具有高度的责任心和服务意识，诚实守信。

3.专业知识、技能

（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）具备有氧健身操、瑜伽、普拉提等健身操中两种以上操种技术与健身指导技能以及动作创编以及音乐选编能力；

（3）具备各种健身器械的性能、操作方法、器械塑形、体适能改善的专业理论与技能的能力；

（4）熟练掌握健身技能指导、健身场馆的管理与营运、健康管理等相关知识。

4.综合职业能力

（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）具有从事运动健身与体育活动的指导、组织、策划、咨询的能力；

（4）具备科学、规范的进行体育运动、活动的能力；

（5）具备运动损伤的预防和急救的能力。

## （三）职业资格证书技能证书

1.国家职业资格健身教练（初级）证书；

2.国家职业资格游泳救生员（初级）证书；

## （四）职业（或就业）面向

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 就业职业领域 | 就业岗位群 | 主要就业岗位群 | 次要就业岗位群 |
| 体育；商务服务业 | 健身和娱乐场所服务人员；其他文化、体育和娱乐服务人员；体育专业人员 | 健身教练团操教练 | 会籍销售；前台客服 |

## （五）毕业生的质量标准

1.学业成绩

学生在校期间完成教学计划所规定的课程，获得不低于141学分。

2.职业技能

该专业学生应获得国家职业资格健身教练（初级）证书和国家职业资格游泳救生员（初级）证书。

3.职业态度

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；恪守职业道德，具有高度的责任心和服务意识，诚实守信；具有团队合作意识、诚信、能够吃苦、工作踏实、敬业等精神。

4.人文素养

善沟通，懂交流技巧；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；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。

5.其他证书

该专业学生应获得红十字会急救员（初级）证书、运动项目裁判员（二级）证书和普通话等级证书。

6.该专业学生在校期间必须完成毕业设计和毕业实习，成绩合格。

## 四、人才培养模式

根据健身行业就业岗位群需求，结合健身行业工作实际，分析工作任务及职业能力和对应的学习课程，构建以专业能力培养为核心的健身指导与管理专业课程体系。以职业素质养成和专业能力培养为主线，以素质教育和专业技能教育课程为平台，通过“校内理论学习、校内实训、跟岗实习”三个教学环节，培养健身行业相关职业岗位所需要的“专业基本技能”和“职业基本技能”的职业能力。

## 五、课程体系

## （一）课程体系构建

根据“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”和“内蒙古体育职业学院关于专业人才培养方案制订与实施工作的意见”对健身指导与管理专业课程进行整合，将原来自成系统的各门课程或教学环节中的有关内容，通过新的组合方式进行合并，相关学科对接整合、使相关内容不重叠、整体性强，形成与培养目标相一致的新型课程体系。

## （二）公共基础必修课程

1.入学教育与军事理论和训练

通过本课程的学习，使大学生掌握一些基本军事技能和军事理论，增强国防观念和国家安全意识；加强组织性、纪律性，弘扬爱国主义、[集体主义](https://baike.baidu.com/item/%E9%9B%86%E4%BD%93%E4%B8%BB%E4%B9%89/1925139)和[革命英雄主义](https://baike.baidu.com/item/%E9%9D%A9%E5%91%BD%E8%8B%B1%E9%9B%84%E4%B8%BB%E4%B9%89)精神；培养艰苦奋斗的作风，提高学生的综合素质；为中国人民解放军培养后备兵训练员和预备役军官、为国家培养社会主义事业的建设者和接班人打好基础。

2.大学生职业生涯规划与就业指导

本课程结合当前的就业形势和高职高专学生的成长特点，围绕学生关注的就业问题，做了科学实用的阐述，旨在实现职业指导教育全程化，将职业理想、道德、态度、能力教育贯穿于大学生活的全过程。一方面从新生入学起就向学生提出个人职业发展的问题，通过采取各种教学方式，帮助学生进行实践体验，使其形成对自我和环境的合理认知，确立恰当的职业观，制定长短期相结合的职业发展目标和行动计划；另一方面，帮助即将进入职场的学生调整就业心态，学会收集和分析就业信息，制作简历，掌握基本的面试技巧，建立就业权益保护意识，形成更为合理的职业期待，提高职场适应能力。

3.思想道德修养与法律基础

本课程主要包括思想道德修养教育、法律知识教育，是对大学生进行思想政治教育、弘扬社会主义核心价值观的主渠道和主阵地。课程以马克思主义为指导，以习近平新时代中国特色社会主义思想为价值取向，对学生进行人生观、价值观、道德观、法制观和廉洁修身方面的教育。通过本课程的学习，坚定大学生中国特色社会主义理想信念，增强“四个自信”，提高学生在学习、交往、心理调适、恋爱、职业规划、实践道德和法律规范等方面的能力，为其它课程的学习和走向社会打下良好的思想基础并提供强大的精神动力。

4.形势与政策

本课程是理论武装时效性、释疑解惑针对性、教育引导综合性都很强的一门高校思想政治理论课，是帮助大学生正确认识新时代国内外形势，深刻领会党的十八大以来党和国家事业取得的历史性成就、发生的历史性变革、面临的历史性机遇和挑战的核心课程，是第一时间推动党的理论创新成果进教材进课堂进学生头脑，引导大学生准确理解党的基本理论、基本路线、基本方略的重要渠道。

5.毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论

该课程是是高校思想政治理论课的核心课程。以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，通过对马克思主义中国化理论成果即毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系内容的学习、掌握和运用，坚定大学生中国特色社会主义的理想、信念，增强“四个自信”，巩固校园意识形态主战场，为大学生的健康成长提供强有力的思想保障和方向指引，体现了中国特色社会主义大学的本质特征。

6.民族理论与民族政策

本课程系统地讲授马克思主义的民族理论和党的民族政策，通过这门课的学习，使学生树立无产阶级的民族观，了解党的民族政策，正确认识和处理我国在革命和建设中的民族问题.民族关系等问题，做好民族工作，从而自觉地维护祖国的统一，加强民族团结，促进各民族团结和共同繁荣，为加速祖国社会主义现代化贡献力量。

7.外语（英语或日语）

大学英语（或日语）是学生必须掌握的重要工具。通过教学，提高学生应用英语进行听、说、读、写、译的综合能力，使学生能熟练地阅读较为难度中等的文章，并借助工具书翻译英文资料，在涉外交际的日常活动和业务活动中进行简单的口语和书面交流，培养自学能力，为今后进一步学习打下基础。

8.现代信息技术

《信息技术》课程是面向全校高职学生开设的一门公共必修基础课程。秉承“学生为本”的教学理念，以培养学生计算机应用能力为导向，开设了针对不同专业的《信息技术》课程。适用于运动训练系各专业的《信息技术》课程内容主要由4大模块组成：计算机基础知识；操作系统；计算机网络基础知识；office办公软件三大模块Word、Excel、PowerPoint的使用。

通过本课程的学习，使学生能够掌握必备的计算机信息处理知识和操作技能，熟练操作和使用文字处理、电子表格、幻灯片等办公软件，具备利用网络获取信息和自主学习能力，为今后专业学习和走向工作岗位奠定良好基础，助力于培养具有综合职业能力和全面素质的应用型、技能型人才。

9.大学生心理健康教育

本课程根据大学生的生理、心理发展特点，有目的、有计划地培养学生良好的心理素质，培养学生掌握一定的心理调适技能、人际交往技能、挫折应对技能等，拥有健康的心理，更好地开展日常的学习和生活。本课程主要通过理论讲授、实践训练、心理体验等培养学生拥有健康的心理状态；围绕立德树人这一根本任务，将育德与育心相结合、相统一；使学生明确心理健康的标准及意义，增强自我心理保健意识和心理危机预防意识，掌握并应用心理健康知识，切实提高心理素质，激发学生积极行为，培养学生成为身心健康的人才。

10.应用文写作

本课程旨在通过相关教学使学生会写一般应用文，尤其写好科技类应用文。具体教学目标如下：掌握应用写作必备知识；掌握计划、总结、会议记录、规章制度这些文体的写作；切实掌握实习报告、实验报告、考察报告、可行性研究报告这些文体的写作方法。了解网络资讯编辑、学术论文参考文献有关规定、出版物上数字、文字用法的规定、出版物统一法定计量单位规定。切实掌握网络资讯编辑、学术论文参考文献有关规定、出版物上数字、文字用法的规定、出版物统一法定计量单位的规定。了解文件排版打印常用知识、印前制作常用知识、文件模版利用知识、汉字与排版问题解疑这些概念。满足日常工作的需要。

11.大学体育

本课程项目有篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球、健美操、太极拳、保健按摩、女子防身术等选项课。通过本课程的学习使学生掌握一定的体育基本知识、技术、技能以及科学锻炼身体的理论和方法，培养学生合作精神、锻炼学生的意志品质。

12.创新创业教育

通过本课程的学习（课堂教学和实践活动），使学生掌握开展创业活动所需要的基本知识，认知创业的基本内涵和创业活动的特殊性，辨证地认识和分析创业者、创业机会、创业资源、创业计划和创业项目；使学生具备必要的创业能力，掌握创业资源整合与创业计划撰写的方法，熟悉新企业的开办流程与管理，提高创办和管理企业的综合素质和能力；使学生树立科学的创业观；主动适应国家经济社会发展和人的全面发展需求，正确理解创业与职业生涯发展的关系，自觉遵循创业规律，积极投身创业实践。

## (三)公共基础限定选修课课程

1.党史国史

通过对党史和国史的学习，要使当代大学生了解我们党和国家事业的来龙去脉，。更加坚定马克思主义在中国的指导地位、中国共产党的核心领导作用、中国走社会主义道路、实行改革开放，是历史的选择、人民的选择，从而进一步激励全党全国各族人民在以党中央领导下，坚定不移沿着中国特色社会主义道路奋勇前进，为实现中华民族伟大复兴的[中国梦](https://baike.baidu.com/item/%E4%B8%AD%E5%9B%BD%E6%A2%A6/60483)不懈奋斗。

2.中华优秀传统文化

中华传统文化，是中华文明成果根本的创造力，是民族历史上道德传承、各种文化思想、精神观念形态的总体。坚持中华优秀传统文化教育与培育和践行社会主义核心价值观、时代精神教育和革命传统教育以及意识形态教育相结合，实行文化育人。认真领悟植根于实践的中华优秀传统文化思想精髓，深入挖掘温润而隽永的中华优秀传统文化人文精神要旨，坚持把中华优秀传统文化融入大学教育教学全过程，努力培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

通过本课程的开设，培养学生坚守核心价值观之根；厚植爱国主义情怀之魂；拓展大学人文精神之用；筑牢校园文化之体。

3.艺术与审美

艺术与审美，建立体现高职高专院校艺术教育特色和教学体系，建立艺术学教学体系，旨在培养复合型人才和营造校园的艺术氛围,提高文化素质教育的水平和品位。遵循艺术教育规律教学，建立完善的具有高职高专院校特色的艺术教育课体系，实质性地提高高职高专院校学生艺术修养和内涵。拟构建多元文化传承的艺术通识课程体系中，是以不同文化的艺术作品，阐释不同文化的价值观，体验不同文化的审美观，是一种全新开放式教育理念的课程。

通过本课程的教学，使学生熟练掌握艺术表现的各种基本要素，理论知识经常联系实践活动,培养学生“艺术感知力”和“艺术鉴赏”。在学习中不但加强艺术知识和技能训练，同时要加强学生的“师能”培养训练。

4.职业素养

职业素养是指职业内在的规范和要求，是在职业过程中表现出来的综合品质，包含职业道德、职业技能、职业行为、职业作风和职业意识等方面。结合体育专业特点，让学生了解体育职业规范和要求，为今后从事体育行业工作打下坚实的基础。

5.普通话

本课程面向学院高职学生开设，属于公共选修课程。通过学习，使学生热爱祖国语言，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，能用标准或比较标准的普通话进行朗读、说话及其它口语交际，能顺利地通过测试并达到理想的等级标准：掌握通用的普通话口语表达和行业普通话口语表达的基本技能，具备一定的交际和职业口语素养。

本课程以国家普通话水平测试大纲为标准，从交流、交际以及就业成才的需求出发，以学生训练为主，教师精讲为辅，借助多媒体教学资源，采取听说读练一体化教学模式，课堂课外训练相结合，提高学生普通话口语水平。

6.健康教育

本课程按照科学发展观的要求，全面贯彻党的教育方针，以培养青少年的健康意识，提高学生的健康素质作为根本的出发点，培养学生的健康意识与公共卫生意识，掌握必要的健康知识和技能（如传染病的预防与控制），促进学生保持有益于健康的行为和生活方式，减少或消除影响健康的危险因素，为一生的健康莫定坚实的基础。

健康教育内容包括五个领域：健康行为与生活方式、疾病预防、心理健康、生长发育与青春期保健、安全应急与避险。注重实用性和实效性，坚持健康教育理论知识和学生生活实际相结合原则。做到突出重点、循序渐进，不断强化和促进健康知识的掌握、健康技能的提高、健康意识的形成、健康行为和生活方式的建立。

7.大学生安全教育

安全无小事，安全第一。对学生提高自身保护能力和掌握基本的自救措施均具有重要的指导作用，同时对进一步推进学校[安全文化建设](https://baike.baidu.com/item/%E5%AE%89%E5%85%A8%E6%96%87%E5%8C%96%E5%BB%BA%E8%AE%BE/3654161)，营造有序的校园安全学习环境以及对学生今后一生具有重要意义。

8.劳动教育

劳动教育是促进青年学生全面发展的重要内容，也是学院实现“立德树人”根本任务的重要途径。习近平总书记在全国教育大会上强调，“要在学生中弘扬劳动精神，教育引导学生崇尚劳动、尊重劳动，懂得劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的道理，长大后能够辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动。”学院作为体育教育育人基地，承担着向国家建设发展输送体育专业人才的重要任务，劳动教育是大学生成人成才的基础，在学生中营造崇尚劳动的风尚，是促进他们德、智、体、美、劳全面发展的重要手段，具有积极向上的意义。

## （四）专业基础课程

1.运动人体科学

本门课程是以人体解剖学、生理学和体育保健学等多种人体科学学科的理论和方法按照基础理论必需、够用的原则，学习必要的人体运动解剖学知识、人体生理学知识及人体保健学知识；帮助学生掌握运动人体科学基础知识、基本方法和基本技能，为学习专业课程奠定基础。

参考教材：

《运动人体科学基础》，乔德才，高等教育出版社；

《运动人体科学实验原理与方法》，李洁、段活俊，人民体育出版社。

2.运动学基础

通过本课程的学习，可以了解关节运动与骨骼肌收缩运动的力学原理、运动中能量的供应方式、运动时的血液循环和呼吸功能的调节以及神经系统对运动控制的知识；学会对人体日常生活活动的运动分析，理解运动训练的基本原理与制动对机体带来的不良影响；掌握与熟悉运动学的基本原理，为学习专业课程奠定基础。

参考教材：

《运动学基础》，尹宪明、井兰香，人民卫生出版社

《肌肉骨骼系统基础生物力学》，邝适存主译，人民卫生出版社

《运动学》，刘克敏、敖丽娟，华夏出版社

3.运动技能学习与控制

本课程是一门专门讲述人类运动技能学习和控制中的理论和实践规律，结合了认知心理和行为控制理论，阐述影响运动技能习得和控制的因素，介绍提高运动技能学习效果和控制效果理论知识，指导体育运动中运动技能教学和训练实践的课程。

通过学习本课程，学生可以了解到运动技能的种类特点、技能控制过程的信息加工机制、技能学习的效果评价、练习的组织等基础理论知识和科研实践方法。培养学生对运动项目的理解，拓宽学生知识面，加深理论功底，提高实践能力。

参考教材：

《运动技能学》，章建成、任杰，北京：高等教育出版社

《运动技能学习与控制》，王树明，北京：高等教育出版社

4.体育产业经营与管理

本课程从专业人才培养目标和体育经济发展的社会需要出发，以体育服务业各业态为主体，通过对体育产业的分析和对其发展趋势的预测，使学生了解体育服务业各业态经营管理发展历程、基本状况及发展规律，掌握体育服务业各业态经营管理的过程和特点，尤其是掌握体育服务业经营管理流程、策划与设计、投资与运营、风险管理等，提高学习者对体育服务业各业态经营管理的实际操作能力，从而能够独立地开展体育服务业的经营管理活动。

参考教材：

《体育产业经营管理》，曹可强、席玉宝，高等教育出版

《体育产业概论》，杨铁黎，高等教育出版

5.服务营销

本课程以“顺应趋势、引领市场、贴心服务、关注需求、共创价值”这一企业长青和个人成功的领先之道为主线，以服务经济和数字经济为背景，探索和分享了服务创造价值（体验）、传播价值（体验）、交付价值（体验）和分享价值（体验）的科学与艺术。深刻解析服务的内涵与根本特征，透视了服务营销理论与实践，揭示服务营销与管理中的核心问题及关键流程，旨在强化和夯实服务营销的理论与实践应用水平。

参考教材：

《服务营销》，王永贵，清华大学出版社，2019

《营销管理》第14版，【美】菲利普·科特勒、凯文·凯勒著，王永贵等译，上海人民出版社

《市场营销学》第12版，【美】加里·阿姆斯特朗、菲利普·科特勒著，赵占波、王紫薇等译，机械工业出版社

6.运动营养学

本门课程是运用营养学的基本原理和方法研究人体在体育运动过程中的营养需要及其与运动能力、机能适应和恢复之间关系的一门科学。通过该课程学习，使学生掌握运动营养学的基本概念、理论、方法，掌握不同人群运动过程中的营养特点，学会应用运动营养学的理论知识分析解决运动实践中的问题。

参考教材：

《运动营养学》，张蕴琨、金其贯，高等教育出版社

## （五）专业技能课程

1.健美操

通过本课程的学习，帮助学生熟练掌握健美操的基本动作技术，了解到不同风格健美操的特点；在掌握不同风格的动作技术，体会不同风格的音乐特点的同时，能结合不同音乐风格，搭配符合音乐风格的健美操动作，并进行简单的音乐制作；在锻炼柔韧性、协调性、力量、耐力、灵敏性等身体素质的同时，逐步提升自身形象气质，在运动中展现身体之美和运动之美；在理论学习的同时，掌握实践的能力，不仅学会自己跳，更要学会教别人跳。

参考教材：

《健美操》自编教材

2.体能训练

通过本课程的学习，帮助学生熟练掌握体能相关的基础理论知识；系统学习和掌握体能基本训练方法；掌握体能训练计划制定流程；增强体能，提高动作示范水平；在理论学习的同时，掌握实践的能力，帮助学生在体育教学、运动训练和健身指导等情景中实施与体能训练有关的知识和方法。

参考教材：

《体能训练》自编教材

3.运动处方

通过本课程的学习，帮助学生学会弄懂运动处方的主要概念，同时深刻把握运动处方作为一种基本技能来指导人们体育健身或体育康复的全过程，以取得科学的运动效果。帮助学生在体育教学、运动训练和健身指导等情景中正确的制定与实施具有针对性的运动处方。

参考教材：

《ACSM运动测试与运动处方指南（第十版）》，美国运动医学学会，王正珍译，北京体育大学出版社

4.体育专项训练（1、2）

通过专项训练课程，帮助学生熟练掌握一项运动项目技能，掌握竞赛规则与裁判法。熟悉该运动项目的基本常识，及运发展趋势，获得该运动项目的二级裁判员等级。

5.健身俱乐部财务管理

通过讲述健身俱乐部财务管理的基础知识和基本方法，让学生以俱乐部为对象，能有效组织和处理俱乐部经营过程中的财务活动和财务关系，重点培养进行营运资金管理、实施产品定价、有效控制成本、组织部门预算、进行财务分析的能力。

参考教材：

《健身俱乐部财务管理》自编教材

6.健身俱乐部运营管理

本课程专注于健身俱乐部日程运营与管理，帮助学生了解健身俱乐部如何通过有效的运营管理为客户提供优质服务。

参考教材：

《健身俱乐部经营与管理》，金宇晴、张林，中国劳动社会保障出版社出版

7.客户关系管理

该课程从理论、技术以及实施三个方面对客户关系管理理论和实践内容进行介绍。理论方面，介绍客户需求分析、客户满意及忠诚的获取和评价，强调企业的一切活动应从客户需求出发，在客户生命周期全过程获取客户价值；技术方面，提倡展现数据的力量，从收集客户信息，到对信息的整理，分析，深度挖掘，进而衍生出相应的客户知识及商业智能，指导企业的经营活动；实施方面，以企业文化重塑为基础，进行营销、销售、服务的业务流程重组，进而实施整体战略。掌握客户关系管理知识，就掌握了企业经营管理的核心，为就业创业打下了坚实基础。

参考教材：

《客户关系管理（第3版）》，汤兵勇、孙天慧，高等教育出版社

《客户关系管理——客户关系的建立与维护(第4版)》，苏朝辉，清华大学出版社

## （六）职业技能课程（含集中生产实习课程）

本专业参照国家相关职业资格认证及能力认证的标准开设了游泳、运动急救、体育专项训练、健身教练课程和认知实习（1-3）课程。

## （七）专业选修课

本课程作为着眼于学生综合素质的教育和培养，以专业拓展、职业精神、职业技能为一体的育人目标，主要开设瑜伽、普拉提、民族舞、crossfit训练实践课程和商务沟通与谈判、网络营销与管理、社会体育指导员、视频短片制作理论结合实践的课程供学生选修。

## （八）教学进程表

见附件。

## 六、教学组织与安排

## （一）专业教学模式

专业基础课程采用启发式授课，采用演示、推理和案例教学法，讲解理论知识。

专业核心课程以课程标准为依据，依托校内实训条件，采用任务驱动法、项目教学法、情景教学法、案例教学法等多元化的混合式教学方法，注重“做中学、做中教”，由注重教向注重学转变，变被动学习为主动学习，提高学生学习兴趣，达到提高学生学习效率和效果的目的。

## （二）教学时间安排、教学计划安排

见附见。

## 七、专业师资要求

## （一）专业带头人

专业带头人要求具有高级职称，有丰富的教学经验和专业实践能力，在行业内有一定的影响力，专业带头人主要任务是带领专业教学团队制定专业发展规划和实施方案，指导专业建设，面向行业实际需求，开展相关培训和技术服务项目。

## （二）专任教师与兼职教师配备要求

1.专任教师：要求具有高校教师资格；具有高尚的师德，爱岗敬业，遵纪守法；具有运动人体科学或体育相关专业本科及以上学历，扎实的专业相关理论功底和实践能力；具有信息化教学能力，能够开展课程教学改革和科学研究；每五年累计不少于6个月的企业实践经历。

2.兼职教师：需具有本专业中级及以上技术职称，从事健身指导工作5年以上。其主要任务是参与专业建设、课程改革和人才培养方案的制定工作，承担校内外实训实习指导工作，与专任教师合作开展技术服务项目。

## 八、教学条件

为保障人才培养方案的顺利实施，需具备必要的校内外实践教学条件，能满足“教、学、做、训”一体化教学和综合实训要求。

## （一）校内实践教学条件

专业基础课实训室有运动人体科学实训室；满足运动项目开展运动场、馆。

专业核心课仿真实训室有体能训练室、团操训练室、急救综合训练室、健康评估室、综合实训室及模拟健身房实训室。

## （二）校外实践教学条件

校外实训基地应满足健身指导与管理专业核心课程的实践教学及认识实习、跟岗实习和跟岗实习任务；具有完善的教学管理、安全管理、考核评价等学生实习管理机制；具备正规资质的健身房、俱乐部、体育馆等，满足学生实习需求。

## 九、机制与制度保障

为确保人才培养方案的顺利实施，学院建立了完善的教学管理组织机构，制定了相应的教学管理制度，建立了完善的教学质量评价与监控体系，以保障人才培养方案的实施质量。

## （一）教学组织管理系统

院长全面负责学院的教学工作。分管教学的副院长协助院长主持教学日常工作。学院教学的重大改革举措和重要政策措施等，由院长办公会议讨论决定。学院实行院、系两级管理。教务处是学院教学管理的主要职能部门，系组织是学院教学管理机构的基本单位。为加强学院的教学管理工作，成立了学院学术委员会，在院长带领下，研究和决定学院教学管理工作的重大问题。为加强专业建设各专业成立了专业建设指导委员会，对各专业人才培养模式、人才培养方案、教材建设、教学改革工作进行研究、咨询和指导。

## （二）教学管理制度建设

学院建立并严格执行了教学组织管理、教学运行管理、师资队伍建设、教学质量与评价和教学基本建设管理制度，确保了人才培养工作的顺利进行。

1.教学运行管理制度

学院制定了一系列制度，并在教学运行中严格执行，确保教学工作的顺利进行。

2.教师队伍建设制度

学院制定了教师管理相关制度保障教师队伍建设工作，提高专业教师的整体素质，确保人才培养质量。

3.建立毕业生跟踪调查制度

各专业每年到用人单位开展人才培养工作调研。通过问卷调查、与毕业生座谈、与用人单位管理人员座谈等形式，征求用人单位对毕业生职业道德、团队意识、岗位工作能力、知识技能对岗位的适应性等意见。根据调查结果，制定（修订）专业人才培养方案，改进教学工作。

## （三）跟岗实习的管理

1.建立跟岗实习组织机构，完善学生跟岗实习管理制度

为加强学生跟岗实习管理，学院成立了由院长任组长的学生实习工作领导小组，实习工作领导小组负责统筹、协调、指导全院各系的跟岗实习工作。各系成立由系主任任组长，各专业建设负责人、骨干教师组成的学生跟岗实习工作小组。

2.加强学生跟岗实习的过程管理

跟岗实习前各专业根据课程标准的要求，与实习单位共同编制各专业学生跟岗实习大纲，明确实习目标和内容。学生到实习单位跟岗实习前，学院、实习单位、学生签订三方跟岗实习协议，明确各自责任、权利和义务。对集中实习的学生实行班主任和带教老师共同管理，对分散实习的学生指定教师进行跟踪管理。

## （四）教学质量评价与监控体系

1.构建三级教学质量组织系统

建立学院、系、教研室构成的三级监控组织。学院学术工作委员会作为全院教学质量工作的决策机构，日常工作由教务处负责，形成学院学术委员会负责，学院教学督导组、各系协调配合，各系管理人员及学生信息员参与的质量评价与监控组织系统。

2.建立教学质量评价体系

根据工学结合人才培养模式的需要构建相适应的教学质量标准体系教学和评价体系，大力推行教学评价主体多元化、评价形式多样化、评价手段现代化、评价方式网络化。积极开展教师评教、学生评教、教师评学、教学督导评教等教学评价活动，以保证教学评价符合新的教学模式的需要。

3.建立教学质量监控体系

一是建立日常教学检查制度。二是建立各级人员听课制度。三是建立学生教学信息员制度。四是建立教师教学工作考核制度。五是建立学生评教制度。六是建立主讲教师、新开课和开新课教师的资格审核制度。实行教学事故责任追究制度，对各级教学事故的相关责任人，严格按照相关规定处理。

4.建立教学质量信息反馈与调控体系

教学质量信息反馈与调控体系包括常规教学检查反馈调控、教师课程教学质量评价反馈调控、学生教学信息反馈调控和人才培养质量反馈调控（掌握用人单位对毕业生的整体评价以及社会对学院人才培养的意见和建议；及时调整人才培养方案，使学院各专业人才培养方案与社会需求保持动态的适应性）。

通过建立行业参与的教学质量评价与监控体系，及时发现教学和管理的问题，对学院人才培养中出现的问题及时作出预警，确保学院人才培养质量。

## （五）校企合作机制建设

制定和完善校企合作人才共育、师资队伍与合作培训、校企合作科技开发制度，为校企合作提供制度保障。以制度为保障校企建立合作协商的工作运行机制，促进校企深度合作，为校企合作专业建设、课程建设、双师素质专兼结合的师资队伍建设、实训基地建设等提供了保障。

## 附件：教学计划表

## 附件

## 教学计划表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课程类别** | **序号** | **课程代码** | **课程名称** | **课程性质** | **学分** | **教学课时** | **开设学期** | **教学进程(学期、教学活动周数课堂教学周数、平均周学时）** | **课程考核** | **开课部门** | **备注** |
| **课程类型(A/B/C)** | **是否理实一体** | **总计** | **理论** | **实践** | **1学期** | **2学期** | **3学期** | **4学期** | **5学期** | **6学期** |
| **20** | **20** | **20** | **20** | **20** | **20** |
| **16** | **18** | **18** | **18** | **19** | **15** |
| 公共基础课 | 公共必修课 | 1 |  | 入学教育与军事理论和训练 | B | √ | 2 | 68 | 8 | 60 | 1 | 2W |  |  |  |  |  | 考查 | 学生处 | 16学时/学分 |
| 2 |  | 大学生职业生涯规划与就业指导 | A |  | 2 | 32 | 32 | 0 | 1-4 |  |  |  |  |  |  | 考查 | 基础教育系 | 讲座，不计入周学时平均值，根据实际情况保证总学时，8学时/学期。 |
| 3 |  | 思想道德修养与法律基础 | B | √ | 4 | 64 | 56 | 8 | 1 | 4.00 |  |  |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 16学时/学分 |
| 4 |  | 形势与政策 | A |  | 2 | 32 | 32 | 0 | 1-4 |  |  |  |  |  |  | 考查 | 基础教育系 | 讲座，不计入周学时平均值，根据实际情况保证总学时，8学时/学期。 |
| 5 |  | 毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 | B | √ | 4 | 72 | 64 | 8 | 2 |  | 4.00 |  |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 6 |  | 民族理论与民族政策 | B | √ | 2 | 36 | 32 | 4 | 3 |  |  | 2.00 |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 7 |  | 英语/日语 | B | √ | 4 | 68 | 54 | 14 | 1-2 | 2.00 | 2.00 |  |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 第一学期32学时2学分，第二学期36学时2学分。 |
| 8 |  | 现代信息技术 | B | √ | 4 | 72 | 8 | 64 | 2-3 |  | 2.00 | 2.00 |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 9 |  | 大学生心理健康教育 | B | √ | 2 | 36 | 24 | 12 | 3 |  |  | 2.00 |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 10 |  | 应用文写作 | B | √ | 2 | 32 | 24 | 8 | 1 | 2.00 |  |  |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 16学时/学分 |
| 11 |  | 大学体育 | B | √ | 4 | 68 | 4 | 64 | 1-2 | 2.00 | 2.00 |  |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 第一学期32学时2学分，第二学期36学时2学分。 |
| 12 |  | 创新创业基础 | A | 　 | 2 | 32 | 32 | 0 | 1-4 | 　 | 　 | 　 | 　 | 　 | 　 | 考查 | 基础教育系 | 讲座，不计入周学时平均值，根据实际情况保证总学时，8学时/学期。 |
| 13 | . | 劳动教育 | B | √ | 1 | 16 | 0 | 16 | 1-4 | 　 | 　 | 　 | 　 | 　 | 　 | 考查 | 基础教育系 | 讲座，不计入周学时平均值，根据实际情况保证总学时，4学时/学期。 |
| **小计** | **35** | **628** |  |  |  | **10.00** | **10.00** | **6.00** | **0.00** | **0.00** | **0.00** |  |  |
| 公共选修课（8选6） | 1 |  | 党史国史 | A |  | 1 | 18 | 18 | 0 | 3 |  |  | 1.00 |  |  |  | 考查 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 2 |  | 中华优秀传统文化 | A |  | 1 | 18 | 18 | 0 | 2 |  | 1.00 |  |  |  |  | 考查 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 3 |  | 艺术与审美 | A |  | 1 | 18 | 18 | 0 | 4 |  |  |  | 1.00 |  |  | 考查 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 4 |  | 职业素养 | A |  | 1 | 18 | 18 | 0 | 4 |  |  |  | 1.00 |  |  | 考查 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 5 |  | 普通话 | A |  | 1 | 18 | 18 | 0 | 4 |  |  |  | 1.00 |  |  | 考试 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 6 |  | 健康教育 | A |  | 1 | 18 | 18 | 0 | 2 |  | 1.00 |  |  |  |  | 考试 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| 7 |  | 大学生安全教育 | B | √ | 1 | 16 | 16 | 0 | 1 | 1.00 |  |  |  |  |  | 考查 | 基础教育系 | 16学时/学分 |
| 8 |  | 体育欣赏 | A |  | 1 | 16 | 16 | 0 | 1 | 1.00 |  |  |  |  |  | 考查 | 基础教育系 | 18学时/学分 |
| **小计** | **6** | **108** |  |  |  | **2.00** | **2.00** | **1.00** | **3.00** | **0.00** | **0.00** |  |  |
| **公共基础课累计、占总学时比例** | **40** | **736** |  |  |  | **12.00** | **12.00** | **7.00** | **3.00** | **0.00** | **0.00** | **26%** |  |
| 专业（技能）课 | 专业必修课 | 1 |  | 运动人体科学 | B | √ | 4 | 64 | 52 | 12 | 1 | 4.00 |  |  |  |  |  | 考试 | 运动训练系 |  |
| 2 |  | 健美操 | B | √ | 4 | 64 | 12 | 52 | 1 | 4.00 |  |  |  |  |  | 考查 | 运动训练系 |  |
| 3 |  | 体育产业经营与管理 | A |  | 2 | 32 | 32 | 0 | 1 | 2 |  |  |  |  |  | 考试 | 体育管理系 |  |
| 4 |  | 运动学基础 | B | √ | 2 | 36 | 30 | 6 | 2 |  | 2 |  |  |  |  | 考试 | 运动训练系 |  |
| 5 |  | 体育专项训练1 | B | √ | 4 | 64 | 12 | 52 | 2 |  | 4 |  |  |  |  | 考查 | 运动训练系 |  |
| 6 |  | 体育专项训练2 | B | √ | 4 | 64 | 12 | 52 | 3 |  |  | 4 |  |  |  | 考查 | 运动训练系 | 考证 |
| 7 |  | 健身俱乐部财务管理 | B | √ | 2 | 36 | 30 | 6 | 2 |  | 2 |  |  |  |  | 考试 | 体育管理系 |  |
| 8 |  | 服务营销 | B | √ | 2 | 36 | 36 | 0 | 2 |  | 2 |  |  |  |  | 考试 | 体育管理系 |  |
| 9 |  | 运动营养学 | A |  | 2 | 36 | 36 | 0 | 3 |  |  | 2 |  |  |  | 考试 | 运动训练系 |  |
| 10 |  | 健身俱乐部运营管理 | B | √ | 4 | 64 | 50 | 14 | 3 |  |  | 4 |  |  |  | 考试 | 体育管理系 |  |
| 11 |  | 运动处方 | B | √ | 2 | 64 | 50 | 14 | 3 |  |  | 4 |  |  |  | 考试 | 运动训练系 |  |
| 12 |  | 客户关系管理 | B | √ | 2 | 36 | 30 | 6 | 3 |  |  | 2 |  |  |  | 考试 | 体育管理系 |  |
| 13 |  | 体能训练 | B | √ | 2 | 36 | 6 | 30 | 4 |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 运动训练系 |  |
|  |  | 运动技能学习与控制 | A |  | 2 | 36 | 36 | 0 | 4 |  |  |  | 2 |  |  | 考试 | 运动训练系 |  |
| 15 |  | 运动急救 | B | √ | 2 | 36 | 6 | 30 | 4 |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 运动训练系 | 考证 |
| 16 |  | 健身教练 | B | √ | 4 | 64 | 52 | 12 | 4 |  |  |  | 4 |  |  | 考试 | 运动训练系 | 考证 |
| 17 |  | 游泳 | B | √ | 4 | 64 | 14 | 50 | 4 |  |  |  | 4 |  |  | 考查 | 运动训练系 | 考证 |
| 18 |  | 认知实习1 | C |  | 1 | 30 | 0 | 60 |  |  | 1W |  |  |  |  | 考查 | 运动训练系 |  |
| 19 |  | 认知实习2 | C |  | 1 | 30 | 0 | 60 |  |  |  | 1W |  |  |  | 考查 | 运动训练系 |  |
| 20 |  | 认知实习3 | C |  | 1 | 30 | 0 | 60 |  |  |  |  | 1W |  |  | 考查 | 运动训练系 |  |
| 21 |  | 毕业设计 | C |  | 2 | 60 | 0 | 60 |  |  |  |  |  |  | 2W | 考查 | 运动训练系 |  |
| 22 |  | 顶岗实习 | C |  | 32 | 960 | 0 | 960 |  |  |  |  |  | 19W | 13W | 考查 | 运动训练系 |  |
| **小计** | **85** | **1942** |  |  |  | **10.00** | **10** | **16.00** | **14** | **0.00** | **0.00** |  |  |
| 专业选修课（8选4） | 1 |  | 商务沟通与谈判 | B | √ | 2 | 32 | 24 | 8 | 2 |  | 2 |  |  |  |  | 考查 | 体育管理系 | B类和C类选修课分别为4选3 |
| 2 |  | 网络营销与管理 | B | √ | 2 | 32 | 24 | 8 | 3 |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育管理系 |
| 3 |  | 社会体育指导员 | B | √ | 2 | 32 | 24 | 8 | 4 |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 运动训练系 |
| 4 |  | 视频短片制作 | B | √ | 2 | 32 | 16 | 16 | 4 |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育管理系 |
| 5 |  | 瑜伽 | C |  | 2 | 32 | 0 | 32 | 2 |  | 0.00 |  |  |  |  | 考查 | 运动训练系 |
| 6 |  | 普拉提 | C |  | 2 | 32 | 0 | 32 | 3 |  |  | 0.00 |  |  |  | 考查 | 运动训练系 |
| 7 |  | 民族舞 | C |  | 2 | 32 | 0 | 32 | 4 |  |  |  | 0.00 |  |  | 考查 | 运动训练系 |
| 8 |  | crossfit训练 | C |  | 2 | 32 | 0 | 32 | 4 |  |  |  | 0.00 |  |  | 考查 | 运动训练系 |
| **小计** | **8** | **128** |  |  |  | **0** | **2** | **2** | **4** | **0.00** | **0.00** |  |  |
| **专业（技能）课累计、占总学时比例** | **93** | **2070** |  |  | **0** | **10** | **12** | **18** | **18** | **0.00** | **0.00** | **74%** |  |
| 军训 | 2W |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 考试 | 1W | 1W | 1W | 1W |  |  |  |  |  |
| 毕业鉴定 |  |  |  |  |  | 2W |  |  |  |
| **平均周学时** | **22** | **24** | **25** | **21** | **0.00** | **0.00** |  |  |  |
| **学分总计、学时总计** | **133** | **2806** | **—** |  |
| **选修课程：学分总计、学时总计、占总学时比例** | **14** | **236** | **9%** |  |
| **实践性教学：学时总计、占总学时比例** | **—** | **1952** | **70%** |  |
| 注： | 1.课堂教学周=教学活动周数（不小于20周）-实践教学周数；2.平均周学时仅为校核各学期周学时均衡度，为自动生成，不必填写；3.W表示C类课程、军训训练、劳动安全教育、考试、毕业鉴定等的周数；4.√表示不计入周学时平均值，根据实际情况保证总学时，通常为讲座类课程；5.顶岗实习可在5,6学期分段安排，累计不少于6个月（26周）；6.绿色区域为自动生成区域，复制单元格或者选行复制实现公式复制；7.选修课中明确各项工作和学分的转换。 |