

湖南体育职业学院 民族传统体育 专业

人才培养方案审核表

专业所在部门	运动系	专业名称	民族传统体育	专业带头人	马锐
执笔人	马锐		制定时间	2020年7月	
参与制定人员情况	姓名	职称	工作单位	承担的任务	备注
	马锐	讲师	湖南体育职业学院	培养目标、培养规格、课程设计、实施保障	
	刘险峰	高级教练	湖南体育职业学院	教学进程总体安排、附录等	
	郭文溯		湖南省宝宝功夫文化传播有限公司	课程设计、毕业要求等	
专业建设委员会意见	负责人 签字（盖章）： 同意 马锐 2020年7月16日				
系（院）审核意见	负责人 签字（盖章）： 同意 郭世彬 2020年7月16日				
教务处审核意见	同意。 负责人 签字（盖章）： 杨晓燕 2020年7月17日				
学术委员会意见	同意 负责人 签字（盖章）： 谭荣良 2020年7月20日				
党委会意见	同意 院领导 签字（盖章）： 谭荣良 2020年7月24日				



湖南體育職業學院

民族传统体育专业人才培养方案

(2020级)

运动系

2020年7月16日

目 录

一、专业基本信息	1
(一) 专业名称	1
(二) 专业代码	1
(三) 隶属专业群	1
二、入学要求	1
三、学制与学历	1
(一) 学制	1
(二) 学历	1
四、职业面向	1
五、培养目标与培养规格	2
(一) 培养目标	2
(二) 培养规格	2
六、课程设置及要求	3
(一) 公共基础课程	4
(二) 专业(技能)课程	4
七、教学进程及安排	39
(一) 教学计划表	39
(二) 教学学时分配	42
八、实施保障与质量管理	42
(一) 师资队伍	42
(二) 教学设施	44
(三) 教学资源	46
(四) 教学方法	46
(五) 学习评价	47
(六) 质量管理	48
九、毕业要求	49
(一) 课程学分要求	49
(二) 培养目标与培养规格要求	49
(三) 毕业设计(论文)与专业技能考核要求	49
(四) 证书要求	49
十、附录	49
(一) 教学进程安排表	41
(二) 专业人才培养方案修订组织机构	51
(三) 人才培养方案变更审批表	52

湖南体育职业学院

2020 级民族传统体育专业人才培养方案

一、专业基本信息

(一) 专业名称

民族传统体育

(二) 专业代码

670406

(三) 隶属专业群

运动训练与教育专业群

二、入学要求

高中阶段教育毕业生、中等职业学校毕业生或具有同等学力者。

三、学制与学历

(一) 学制

标准学制三年，弹性学制为 3-5 年。

(二) 学历

大专。

四、职业面向

表 1 职业面向表

所属专业大类 (代码)	所属专业类 (代码)	对应行业 (代码)	主要职业类别 (代码)	主要岗位群 或技术领域举例	职业资格证书和职业 技能等级证书举例
教育与体育大 类 (67)	体育类 (6704)	体育 (89) 教育 (83)	体育专业人员 (2-09-07)	武术套路、散打教练员 武术套路、散打裁判员	职业技能等级证书： 教练员等级证书、裁 判员等级证书、段位 证书

五、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养新时代理想信念坚定，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；掌握训练教学指导、赛事组织、临场执裁的知识和技术技能，面向体育、教育等行业，能够从事民族传统体育运动项目训练、比赛与指导的教练员以及活动与赛事组织管理、策划、推广的裁判员等工作的高素质复合型技术技能人才。未来 3-5 年能够担任武术套路、散打、健身气功等运动项目总教练和馆长等工作。

（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）具有深厚的爱国情感和中华民族自豪感，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；

（2）具有社会责任感和社会参与意识，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；

（3）具有质量意识、环保意识、安全意识、信息素养、工匠精神和创新思维；

（4）具有民族传统体育专业应有的集体意识和团队合作精神，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；

（5）具有民族传统体育专业应有的健康的体魄、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；

(6) 具有民族传统体育专业应有的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、专业技术标准等相关知识。

(3) 掌握民族传统体育专业相关的运动人体科学、运动训练学、运动防护、运动竞赛学等基础理论知识；

(4) 掌握民族传统体育、体育教学的基本知识；

(5) 掌握本专业运动项目专项基本技战术原理及基本理论知识；

(6) 了解本专业运动项目专项裁判法知识，掌握裁判规则；

(7) 了解本专业运动项目发展趋势及行业需求；

(8) 了解民族传统体育专业其它相关专业拓展知识。

3. 能力

(1) 具有好学勤学善学的学习能力；审问慎思明辨的思维能力；爱劳精技笃行的践行能力；竞争合作立人的竞合能力；乐业精业敬业的创业能力。

(2) 具备武术套路、散打等专项运动技能并能运用到实践当中；

(3) 具备制定本专业运动项目训练计划的能力；

(4) 具备对本专业运动项目的训练指导、教学和管理能力；

(5) 具备体育活动组织指导和体育赛事组织与管理能力；

(6) 具备基本的运动损伤预防与处理能力；

(7) 具备临场执裁能力。

六、课程设置及要求

主要包括公共基础课程和专业（技能）课程。

(一) 公共基础课程

1. 公共基础必修课程

主要有思想道德修养与法律基础、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、形势与政策、大学生心理健康教育、大学英语、应用文写作、普通话、社交与礼仪、计算机应用基础、劳动教育、大学生职业生涯规划、大学生就业指导、创业基础、军事理论、军事技能、入学教育、大学生安全教育、体育文化等 18 门课程，共 38.5 学分。

表 2 公共基础必修课程设置表

课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
思想道德修养与法律基础	I 素质目标 (1) 具有正确的人生观； (2) 具有崇高的理想信念； (3) 具有爱国主义精神和改革创新精神； (4) 具有价值观自信； (5) 具有高尚道德品格； (6) 具有法治素养。 II 知识目标 (1) 了解人生观、道德观、法治观的基本理论，理想信念、中国精神、社会主义核心价值观的内涵及意义，社会主义法律的本质特征和运行机制； (2) 熟悉新时代爱国主义的基本要求，社会主义道德的核心和原则，社会各个领域的基本道德规范，中国特色社会主义法律体系、法治体系、法治道路的精髓，公民的法律权利和义务； (3) 掌握解决人生问题的科学方法，做忠诚爱国者的途径，道德修养的正确方法；培养法治思维的途径。 III 能力目标 (1) 能用正确的人生观指导和约束自己言行； (2) 能坚定理想信念并自觉践行； (4) 能自觉弘扬中国精神，坚持理性爱国和改革创新； (5) 能自觉弘扬和践行社会主义核心价值观	1、新时代大学生的历史使命 2、树立正确的人生观 3、坚定理想信念 4、弘扬中国精神 5、践行社会主义核心价值观 6、明大德守公德严私德 7、遵法学法守法用法	本课程采用讲授法、案例分析法、分组讨论法、专题教学法、项目教学法等教学方法进行教学，引导学生树立正确的人生观、崇高的理想信念；培养学生的法治素养、高尚道德品格、爱国主义精神。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是学习平时成绩占20%，实践项目考核成绩占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试成绩。

	观； (6) 能自觉遵守社会各领域道德规范，加强道德修养； (7) 能用法治思维分析、解决问题，依法行使权利和履行义务。		
大学生职业生涯规划	I 素质目标 (1) 具备社会责任感、自主学习意识、自我管理能力、自我剖析思维； (2) 树立正确的就业观和价值观、职业观。 II 知识目标 (1) 了解当前就业形势； (2) 熟悉职业生涯规划相关理论； (3) 掌握基本的劳动力市场信息、相关的职业分类知识。 III 能力目标 (1) 能够运用职业生涯规划理论进行自我认知、确定生涯目标、进行职业决策； (2) 能够提高各种通用技能，认识自己的特性、职业的特性以及社会环境； (3) 能够掌握信息搜索与管理技能、生涯决策技能。	1、认识当前就业形势 2、生涯规划的基本概念与理论 3、自我认知 4、社会认知 5、职业生涯决策 6、职业能力提升	本课程采用案例分析、职业人物访谈、团体生涯辅导、情景模拟、职业素质测评、活动体验、问题导向、优秀人物报告等教学方法，使学生进行初步的职业定位，对未来职业进行合理规划，拓展学生思路，为各专业实现其人才培养目标，达到未来工作岗位素质要求，为企业、社会、国家培养合格的劳动者。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是平时成绩（考勤、课堂纪律）占20%；实践成绩（课堂参与、随堂作业、课后作业）占30%；终结性考核占50%，主要包括撰写职业规划书和演说以及职业生涯规划大赛（参

			赛学生可以比赛成绩计为期末成绩)。
军事理论	I 素质目标 (1) 激发学生的爱国热情,增强学生国防意识; (2) 增强学生忧患意识,激发学习科学技术的热情; (3) 弘扬爱国主义精神、传承红色基因。 II 知识目标 (1) 了解我国的国防历史和现代化国防建设的现状; (2) 了解中国古代军事思想、毛泽东军事思想、习近平等领导人新时期军队建设思想; (3) 初步掌握我军军事理论的主要内容、世界军事及我国的周边安全环境; (4) 掌握当代高技术战争的形成及其特点,明确高技术对现代战争的影响。 III 能力目标 (1) 培养学生认识国防、理解国防、投身国防的素养与能力;(2) 增强依法建设国防的观念; (3) 能够正确分析地缘政治格局; (4) 树立科学的战争观和方法论; (5) 培养对高科技未来发展方向分析和判断的能力。	1、中国国防 2、国家安全 3、军事思想 4、现代战争 5、信息化装备	本课程以线上线下相结合的方式,采用讲授法、案例教学法等教学方法进行教学,使学生树立正确的国防观,激发学生的爱国热情,增强学生国防意识。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式,其中过程性评价占50%(出勤、任务点学习、课堂参与、章节测试)占30%;终结性考核占50%(期末综合测试)。

军事技能	I 素质目标 (1) 增强国防观念、国家安全意识和忧患危机的意识; (2) 弘扬爱国主义精神、传承红色基因; (3) 树立打赢信息化战争的信心,激发学生努力拼搏,学习高科技、报效祖国。 II 知识目标 (1) 了解战斗班组攻防的基本动作和战术原则; (2) 了解轻武器的战斗性能; (3) 了解战备规定、紧急集合、徒步行军、野外生存的基本要求、方法和注意事项。 (4) 熟悉卫生、救护基本要领; (5) 掌握队列动作的基本要领与三大条令的主要内容; III 能力目标 (1) 能够运用单兵战术基础动作用于战斗; (2) 能够学会射击基本动作用于射击; (3) 能够运用战场自救互救的技能; (4) 能够运用识图用图、电磁频谱监测的基本技能。	1、共同条令教育与训练 2、射击与战术训练 3、防卫技能与战时防护训练 4、战备基础与应用训练	本课程主要以实践教学为主,通过集中训练、分组练习等,全面提升综合军事素质与军事技能,激发学生献身国防事业。 本课程的考核由学校和承训教官共同组织实施,成绩分优秀、良好、及格和不及格四个等级。根据学生参训时间(占30%)、现实表现(占20%)、掌握程度(占50%)综合评定。
入学教育	I 素质目标 (1) 具备规矩意识,能够做到遵纪守法,自觉遵守各项校纪校规; (2) 具有对所专业的认同感,热爱专业,建立稳固的专业思想; (3) 具有安全意识; (4) 具备热爱学校,尊敬师长,团结友爱的品质; (5) 具有珍爱生命,积极乐观,身心健康的状态。 II 知识目标 (1) 了解学院发展历史、系部状况及各项校纪校规; (2) 了解专业培养目标、职业面向与培养规格; (3) 掌握确保身心健康、人身与财产安全的基本知识。 III 能力目标 (1) 能够做好自我管理,建立良好的人际关系,尽快适应大学生活; (2) 能够对照专业培养规格,不断提升自我完善的能力;	1、学院发展历史与各系部状况 2、各项校纪校规教育 3、专业教育 4、安全教育 5、生命健康与心理健康教育	本课程主要采用实地参观、开展讲座、观看影片、组织宣讲会等形式进行教学,初步培养学生对学校 and 专业的认同感。 本课程考核方式以考查为主,考查学生对学院历史、专业、学生管理制度等方面的了解程度。

	(3) 能够珍惜关爱生命, 确保身心健康及自身人身与财产安全。		
劳动教育	I 素质目标 (1) 具备正确的劳动意识, 树立热爱劳动和生活的观念; (2) 具有良好的劳动习惯和品质; (3) 具备积极向上的劳动精神和认真负责的劳动态度; (4) 具有职业意识、职业认同、社会责任感以及创新创业精神。 II 知识目标 (1) 正确理解劳动的意义和价值、劳模精神和工匠精神; (2) 掌握基本的劳动知识和技能; (3) 掌握适应时代发展所需要的技术素养。 III 能力目标 (1) 正确使用常见劳动工具, 增强体力、智力和创造力; (2) 具备完成一定劳动任务所需要的设计、操作能力及团队合作能力; (3) 具备初步的技术创新意识和劳模精神、工匠精神的践行能力; (4) 具备自立、自强的主体意识和积极的生活态度。	1、日常生活劳动 学生宿舍日常卫生 教学楼卫生清扫 图书馆卫生保洁 图书资料整理 公共区卫生清扫 保洁 实训室工具维护与保洁 2、生产性劳动 校内外志愿者服务活动 各专业实践活动 3、服务性劳动 社区公益实践活动 4、劳动教育	本课程通过理论学习与实践教学相结合的方式, 通过劳动教育理论课程的学习, 结合专业特点安排日常生活劳动、生产性劳动以及服务型劳动的实践活动, 培养学生的劳动精神、劳模精神、工匠精神和创新精神, 提升职业道德和劳动技能。 本课程以过程考核为主, 教师根据学生学习和劳动情况进行等级评定, 评定等级分为优秀、良好、合格、不合格。

大学生安全教育	I 素质目标 (1) 具备正确的三观，爱国爱校，遵纪守法的意识； (2) 具备安全防范意识； (3) 具备面对互联网下新型安全问题的分辨能力； (4) 具备面临突发事件应急处置能力。 II 知识目标 (1) 了解当前国家安全和高校安全预防政治问题及案件工作面临的严峻形势； (2) 了解人身伤害造成的严重后果、重视人身安全； (3) 了解大学生被骗的常见类型和网络诈骗的主要手段； (4) 了解大学生激情犯罪、涉赌涉毒的主要特征； (5) 熟悉各类生活常识、网络不良信息、诈骗等不良信息带来的严重伤害； (6) 熟悉发生交通事故的根本原因和现实危害； (7) 掌握大学生侵财犯罪和奸情犯罪的主要类型以及主要原因； (8) 掌握个别学生容易上当受骗的原因和一般的防止财务被骗的方法； (9) 掌握远离交通事故的防范措施和发生交通事故的应急处置方法。 III 能力目标 (1) 能够认清网络不良信息、诈骗等不良信息带来的严重伤害； (2) 能够认清发生火灾事故的严重危害，高度关注消防安全； (3) 能够认清发生侵财犯罪和奸情犯罪的严重危害，采取积极有效措施，防止相关犯罪的发生； (4) 能够面对突发、危急情况时的冷静思考、快速反应和妥善处置能力，确保自身安全； (5) 能够运用相关法律法规进行自我保护。	1、国家安全和邪教组织 2、人身安全 3、财产安全 4、网络犯罪、诈骗、非法传销 5、消防安全 6、交通安全 7、激情犯罪、涉赌涉毒 8、预防侵财犯罪、防止奸情犯罪	本课程主要以“案例教学”为主要教学手段，通过集中授课、分组讨论等方式进行教学。使学生树立生命至上、安全第一的意识和正确的安全观，培养学生的爱国热情和社会主义核心价值观，使其遵纪守法，诚实劳动、主动担当、积极承担安全责任。 本课程的考核评价采用过程性评价与终结性评价相结合的形式，其中过程性评价占50%，主要是平时成绩占20%，实践成绩（课堂参与、随堂作业、课后作业）占30%；终结性考核占50%，主要是完成结课作业。
---------	--	--	--

形势与政策	I 素质目标 (1) 具备开阔的视野和理性分析能力； (2) 具备正确的国情观、世情观和党情观； (3) 具备爱国主义热情、民族自信心和社会责任感。 II 知识目标 (1) 了解马克思主义的形势与政策观、形势与政策的方法论、形势发展变化的规律、政策的产生和发展、政策的本质和特征等基础知识； (2) 熟悉党的最新路线方针政策的基本内容； (3) 掌握分析形势与政策的方法论和中国特色社会主义进程中不断完善的政策体系。 III 能力目标 (1) 能够用马克思主义方法论分析形势和理解政策； (2) 能够深入思考、理性分析和准确判断国内外重大事件、敏感问题、社会热点、难点、疑点问题。	1、党和国家推出的重大战略决策 2、当代国际、国内形势的热点、焦点问题 3、当前大学生就业创业形势	本课程主要采用专题教学的形式，采用案例分析法、分组讨论法、项目教学法等教学方法。通过党的最新路线、方针政策的解读，提高学生理性分析能力，树立正确的国情观、世情观和党情观，培养学生爱国主义热情、民族自信心和社会责任感。 本课程以学生根据专题教学内容撰写一篇学习心得体会的形式进行考核，教师根据学生完成质量进行等级评定，评定等级分为优秀、良好、合格、不合格。
大学生心理健康教育	I 素质目标 (1) 具备心理保健意识和心理危机预防意识； (2) 具备培养良好自我意识、情绪与情感状态、意志品质和人格特征的思维； (3) 具备较高的心理素质。 II 知识目标 (1) 了解健康心理学的基本概念和基本理论； (2) 熟悉大学阶段人的心理发展特征及异常表现； (3) 掌握自我调适的基本知识、大学生常见的心理危机及其干预知识。 III 能力目标 (1) 能够提升自我探索技能； (2) 能够提升心理调适技能； (3) 能够提升心理发展技能。	1、大学生心理健康概述 2、大学生自我意识与培养 3、大学生心理适应与压力应对 4、大学生情绪管理与调试 5、大学生人格发展与心理健康 6、大学生学习心理与自我完善 7、大学生人际交往 8、大学生恋爱心理与性心理 9、大学生生命教育与危机干预	本课程采用讲授法、案例教学法、分组讨论法、角色扮演法、团体辅导训练法、心理测验法等方法进行教学，促进学生身心健康发展。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的形式，其中过程性评价占50%，主要是平时成绩占20%，实践成绩（课堂参与、随堂作业、课后作业）占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试卷面成绩。

大学 英语	I 素质目标 (1) 具备英语文化和批判性思维; (2) 具备跨文化交际意识; (3) 具备国际视野和职场沟通核心素养; (4) 具备推介中国传统文化的意识; (5) 具备体育行业英语应用意识。 II 知识目标 (1) 掌握2000个左右单词以及由这些词构成的常用词组; (2) 掌握基本的语法知识,掌握描述大学生活、身体状况、业余生活的句型; (3) 了解中西方文化的差异,熟悉介绍爱好、介绍假日、介绍科技、介绍体育专业的句型; (4) 了解信息社会下的新词汇、新工作; (5) 掌握简单的翻译技巧; (6) 掌握填写注册表、写贺卡(名片、便条、信件、简历)等日常生活交流的表达方式。 III 能力目标 (1) 提高在语篇水平上运用语法知识的能力; (2) 能听懂题材熟悉、句子结构比较简单、基本上没有生词语速为每分钟80-100词的简单会话、谈话; (3) 能读懂500词数的篇章,并进行分析和概括; (4) 能在半小时内写出80-100词的一般性话题短文; (5) 能进行简单的英语语言交际与沟通; (6) 能对体育项目的场地、装备、规则、赛事进行简单交流; (7) 能借助词典翻译简单的英文句子。	Reading and Writing Topics: (1)Going to College; (2)Learning a Lesson from Unusual Stories; (3)Science and Technology (4)I Love This Game; (5)Celebration of Holidays; (6)New Jobs Today; (7)Gender Differences. Modules: (1)Leading-in; (2)Exploring; (3)Reading; (4)Translating; (5)Writing. Listening and Speaking Topics: (1)Greetings and introductions; (2)Personal Information; (3)Thanks and Responses; (4)Asking for and Giving advice; (5)Offering Help; (6)Agreeing and Disagreeing; (7)Asking the Way and Directions; (8)Taking Leave; (9)Making apologies; (10)Asking for and Giving permission. Modules: (1)Telling Apart;	本课程采用讨论法、讲授法、任务驱动法、自主学习法和实践练习等教学方法,提高学生英语应用能力。利用U校园和学习通平台等信息化教学手段,创设日常情境对话,结合体育项目场景进行教学。对比西方文化,弘扬中华民族包容、优秀、儒家文化和社会主义核心价值观,培养学生思辨能力,教会学生如何学习、如何做人、如何做事,提升学生的民族自信和文化自信。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式,其中过程性评价占50%,主要是平时成绩占20%,实践成绩(课堂参与、随堂作业、课后作业)占30%;终结性考核占50%,主要是期末考试卷面成绩。
----------	--	---	--

		(2)Testing Your Ears; (3)Opening Your Mouth; (4)Talking Together; (5)Enjoying Yourself. Sports English Topics: (1)Soccer (2)Basketball (3)Golf (4)Table tennis (5)Tennis (6)Volleyball	
计算机应用基础	I 素质目标 (1)具备认真负责的工作态度和严谨细致和的工作作风; (2)具备自主学习意识; (3)具备团队、协作精神; (4)具备诚实守信意识和职业道德; (5)具备创新意识; (6)具备信息化处理工作的意识和能力。 II 知识目标 (1)了解计算机基础知识; (2)熟悉Windows7操作系统的基本操作; (3)掌握 Word 2010、Excel2010、PowerPoint 2010的使用; (4)熟练掌握因特网基础的简单应用; (5)熟悉多媒体应用。 III 能力目标 (1)能够掌握计算机的发展史及其基本组成,可以完成计算机的组装、了解计算机病毒的基本常识,掌握微型计算机的基本操作和常用中英文输入方法。 (2)能够熟练的应用 Windows7 操作系统和常用应用程序。可以使用 Internet 进行上网,熟练应用电子邮件。 (3)可以使用 Word 文字处理软件应对日常的文字办公,完成对基本的文档的处理,海报的编辑,毕业论文的书写,简章,简报等文字的编辑处理工作。 (4)可以熟练理解 Excel 电子表格的基本概	1、计算机基础知识 2、计算机网络基础与Internet的应用 3、文字处理软件 Word 2010 4、电子表格软件 Excel 2010 5、演示文稿软件 PowerPoint 2010 6、高职计算机应用能力考试模拟	本课程主要采用任务驱动教学法、案例教学法、项目教学法、实践教学等教学方法,并配合必要的实践教案,培养学生的信息素养和计算机应用能力。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式,其中过程性评价占50%,主要是平时成绩占20%,实践成绩(课堂参与、随堂作业、课后作业)占30%;终结性考核占50%,主要是期末考试卷面成绩。

	念与基本功能，熟练掌握 Excel 电子表格的基本操作方法，熟练完成日常办公的表格任务。 (5) 可以熟练理解 PowerPoint 幻灯片的基本概念与基本功能，按照 PowerPoint 幻灯片的基本操作方法，制作符合要求的幻灯片。		
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	I 素质目标 (1) 具备理论思维习惯； (2) 增强中国特色社会主义的道路自信、理论自信、制度自信、文化自信； (3) 厚植爱国主义情怀，把爱国情、强国志、报国行自觉融入坚持和发展中国特色社会主义、建设社会主义现代化强国、实现中华民族伟大复兴奋斗之中。 II 知识目标 (1) 准确把握马克思主义中国化进程中的理论成果； (2) 深刻认识中国共产党领导人民进行的革命、建设、改革的历史进程、历史变革、历史成就； (3) 透彻理解中国共产党在新时代坚持的基本理论、基本路线、基本方略。 III 能力目标 能够运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题。	1、毛泽东思想 2、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观 3、习近平新时代中国特色社会主义思想	本课程主要采用讲授法、提问法、分组讨论法、活动体验法、任务驱动法、案例教学法和专题式教学法等教学方法。增强学生的中国特色社会主义的道路自信、理论自信、制度自信、文化自信；厚植爱国主义情怀，把爱国情、强国志、报国行自觉融入坚持和发展中国特色社会主义、建设社会主义现代化强国、实现中华民族伟大复兴奋斗之中。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是平时成绩占20%，实践成绩（课堂参与、随堂作业、课后作业）占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试卷面成绩。
普通话	I 素质目标 (1) 具备不怕困难、坚定信心的乐观精神； (2) 具备丰富细腻的审美情趣； (3) 具备稳定的心理素质及良好的人际交流礼仪修养； (4) 具备深厚的爱国情怀，热爱并积极推广普通话。 II 知识目标 (1) 了解普通话水平测试的有关要求，熟悉应试技巧； (2) 掌握普通话声、韵、调及语流音变的基本原理和发音要领； (3) 掌握普通话朗读和命题说话的基本理论知识及相关技巧。 III 能力目标	1、普通话水平测试简介 2、普通话声母、韵母、声调、语流音变的辩证发音 3、测试用作品朗读训练 4、说话训练	本课程通过分层教学与合作学习、语音图示与示范—模仿等方法，结合专业特点，选择训练内容，强化训练效果，使学生热爱并积极推广普通话。充分挖掘、弘扬教学内容中的中华优秀传统文化、红色革命文化和社会主义先进文化，使学生树立民族自信和文化自信，培养爱国情怀。 本课程采取过程性评价（50%）和终结性评价（50%）相结合的考核方式形式，其中，过程性评价=常规考核

	(1) 能够结合方言进行声、韵、调及语流音变的辨正练习，具备一定的方音辨正能力； (2) 能够使用准确或较准确的普通话朗读一般作品和进行口语交际； (3) 能够达到人才培养方案规定的普通话等级标准。		(10%)+职业能力训练项目考核(40%)；终结性评价以湖南省普通话测试中心组织的普通话水平测试成绩为准。
社交与礼仪	I 素质目标 (1) 具备知礼、懂礼、守礼等良好的思想品质； (2) 具备良好的职业素养； (3) 具备中国传统文化自信。 II 知识目标 (1) 了解礼仪的基本概念、特点与原则； (2) 熟悉中国传统礼仪习俗； (3) 掌握学习、生活与工作中必要的社交礼仪知识； (4) 掌握一定的言谈技巧与求职就业相关知识。 III 能力目标 (1) 能够运用相关的礼仪知识塑造良好的个人形象、表现规范的言谈举止； (2) 能够运用相关的礼仪知识的进行得体的接待、拜访； (3) 能够在求职择业时准备得体的着装和相关佐证材料，并在面试过程中得体的表达。	1、礼仪概述 2、仪容仪表礼仪 3、举止礼仪 4、交往礼仪 5、待客与拜访礼仪 6、宴请礼仪 7、职场礼仪 8、中国传统礼仪习俗	本课程以培养学生的个人修养为出发点，以学生的生活、学习、工作中的人际交往活动为主线，充分利用网络优质教学资源，采用讲授法、演示法、情境模拟法、案例教学法等教学方法，将中华民族自古以来的自谦、敬人、守信、正直、诚实等优良品德融入课堂教学，重视学生的礼仪知识的实际应用，最终影响学生内在改变。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中平时成绩占40%，终结性考核占60%，具体为实践考核占30%；理论考核占30%。
应用文写作	I 素质目标 (1) 具备理论指导实践的科学态度； (2) 具备规范的良好习惯和严谨细致的处事态度； (3) 具备合作、法治、竞争、平等意识。 II 知识目标 (1) 了解计划、总结、调查报告等20余种常见应用文的概念、作用及特点； (2) 熟悉常见应用文的写作要求； (3) 掌握20余种常见应用文的写作方法与技巧。 III 能力目标 (1) 能够运用常用应用文的基本知识阅读、分析常用应用文章； (2) 能够运用常见应用文的写作方法与技巧写出基本规范的相应文种的文章；	1、应用写作概述 2、办公用文书 3、求职文书 4、学业文书 5、礼仪用文书 6、诉讼用文书 7、经济用文书 8、策划用文书	本课程采用讲授法、讨论法、情境模拟法、案例教学法等教学方法，融入求真、务实、敬业、积极进取、公平公正等思政元素，最终达到培养学生的自主学习、信息分析、解决问题的能力和思维创新的目的。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占60%，具体为：考勤占10%、课堂表现占20%、课后实训占30%；终结性考核期末考试占40%。

	(3) 能够运用文献查阅、网络查找等方法收集处理写作所需信息; (4) 能够运用多种思维方法发现问题、分析问题和解决问题。		
创业基础	I 素质目标 (1) 具备创新创业意识; (2) 具备善于思考、勇于探索的精神; (3) 具备敢于承担风险、敢于挑战自我的进取精神; (4) 具备善于合作, 诚实守信, 回报社会的责任感。 II 知识目标 (1) 了解当业创业形势和创业政策; (2) 了解创新创业的基本内涵、创业活动特殊性; (3) 熟悉创业素质、创业流程的相关知识。 III 能力目标 (1) 培养创新思维、锻炼创新能力; (2) 具有科学的创新思维能力, 懂得创业过程中的财务计算能力和分析能力, 提高解决问题能力和自我管理能力和自我管理能力。 (3) 具有识别机会、快速行动、善于解决问题的能力。	1、创新思维 2、创业者的素质和能力 3、创业团队的组建与开发 4、创业机会的识别与开发 5、创业资源的整合 6、创业计划书及商业模式概论 7、企业创办及管理 8、项目路演	本课程采取翻转课堂方式, 通过讲授法、案例教学法和任务驱动法等教学方法, 掌握就业创业知识, 提高就业创业实践能力, 培养学生诚实守信、团结协作的优良品质和立足体育、服务社会的责任感。 本课程的考核评价采用过程性评价与终结性评价相结合的形式, 其中过程性评价占50%, 主要是平时成绩占20%, 实践成绩(课堂提问、课堂讨论、实践作业)占30%; 终结性考核占50%, 主要是创业计划书撰写及路演考核。

大学生就业指导	I 素质目标 (1) 具备积极主动、善于学习、善于思考的态度； (2) 具备良好的就业心理素质； (3) 具备正确的人生观、价值观、世界观； (4) 树立科学的择业观、就业观。 II 知识目标 (1) 了解当前就业形势和就业政策； (2) 了解就业、择业过程中的法律知识； (3) 熟悉就业流程及规定； (4) 掌握简历书写知识、求职面试知识及技巧。 III 能力目标 (1) 掌握就业心理问题自我调适的方法和技巧； (2) 掌握求职技巧及书写能力； (3) 提高人际交往能力、沟通能力、团队合作等能力； (4) 具有运用相关法律知识维护自己就业权益的能力。 (5) 培养学生积极适应职业角色、社会环境，提升社会适应能力。	1、择业准备 2、简历制作 3、求职技巧指导 4、就业权益维护 5、适应职场	本课程主要采取讲授法、案例教学法和任务驱动法等教学方法，提高就业竞争力。在教学中融入中华优秀传统文化教育、职业素养教育、社会主义核心价值观教育等，让学生有职业认同感、遵守礼仪道德、树立正确的人生观、价值观、世界观和科学的择业观、就业观。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是平时成绩占20%，实践成绩（课堂提问、课堂讨论、实践作业）占30%；终结性考核占50%，主要是简历撰写、模拟面试考核。
体育文化（校本课程）	I 素质目标 (1) 具有正确的体育文化观，形成弘扬和发展体育文化的自觉性和责任感； (2) 具有热爱体育事业，爱岗敬业的道德品质； (3) 具有感悟和领会中华传统体育文化的博大精深的精神； (4) 具有中华民族文化自信和文化自觉； (5) 具有爱国主义道德情感。 II 知识目标 (1) 了解体育文化的内涵及属性； (2) 认识和掌握体育文化的发展演进历程及功能价值； (3) 认识和理解中西方体育文化模式的差异； (4) 认识和掌握不同体育文化类型和表现形式的划分依据及特点； (5) 理解体育文化交流与传播的意义，认识体育文化交流与传播的方式及冲突； (6) 认识和理解体育文化与其他文化的相互影响和联系；	1、体育文化概述 2、体育文化的产生与发展 3、体育文化的价值 4、体育文化模式 5、体育文化的基本类型 6、体育文化的表现形式 7、体育文化的交流与传播 8、体育文化与人文社会 9、体育文化与自然地理环境 10、体育文化遗产的传承与保护 11、体育文化与现代文化	本门课程通过讲授法、案例教学法，讨论法等教学方法，提升学生对体育文化内涵的理解，积极引导和保护中国体育文化遗产的意义，培养学生的体育文化素养，激励学生弘扬中国传统民族体育文化。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%；终结性考核占50%，为线上考试。

	(7)了解和掌握中国体育文化遗产传承与保护的意义和策略； (8)认识和掌握体育文化现代化的发展态势和现实路径。 III 能力目标 (1)能够提升对体育作为文化的敏感度，具有一定认知、介绍体育的文化背景和文化内涵的意识和能力； (2)能够利用体育文化相关知识观察、分析、判断体育实践中存在的问题，并提出一定合理化建议； (3)能够领会和吸收中华体育文化的精髓，积极关注并参与中华体育文化遗产的传承和推广； (4)能够在体育服务与实践中自觉探索和开发符合当代体育文化发展趋势的体育文化项目和活动。		
--	--	--	--

2.公共基础选修课程

主要有党史国史、文学欣赏、演讲与口才、书法鉴赏、中国历史地理概况、中华国学、孙子兵法中的思维智慧、艺术鉴赏、新媒体概述、走进故宫、文化差异与跨文化交际、西方文明史导论、古希腊文明、舞蹈鉴赏等课程，任选3门课程，共6学分。

表3 公共基础选修课程设置表

表3 公共基础选修课程设置表

课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
党史国史	I 素质目标 (1) 树牢“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”； (2) 具备辩证唯物主义历史观； (3) 坚定理想信念，担当历史使命。 II 知识目标 (1) 了解党史新中国史的重大事件、重要会议、重要文件、重要人物； (2) 熟悉中国近代以来170多年的斗争史、我们党98年的奋斗史、新中国70年的发展史； (3) 掌握党的理想信念、初心使命、历史成就、奋斗经验。 III 能力目标 能够历史地、科学地、辩证地分析历史事件和历史人物，汲取历史经验和教训，把握历史规律。	1、鸦片战争 2、五四运动 3、中国共产党成立 4、井冈山的艰苦斗争 5、遵义会议与四渡赤水 6、红军过草地 7、红军会师陕北 8、人民战争的凯歌 9、开国大典 10、中国改革的起点 11、中国梦	本课程采用专题教学法，根据不同的教学内容辅之以案例分析法、分组讨论法、项目教学法等教学方法，培养学生的辩证唯物主义历史观，激发学生坚定理想信念，担当历史使命，牢固树立“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占60%；终结性评价占40%，主要为学习心得或小论文撰写。
文学欣赏	I 素质目标 (1) 具备自觉传承优秀文化的意识，培养热爱祖国语言文字的情感； (2) 具备诗歌热爱之情，有诗歌欣赏能力；具备自主学习、合作探究能力； (3) 具备领悟优秀文化，形成良好人文素养的能力；(4) 具备准确欣赏戏剧、影视文学的能力，增强文化认同和文化自信。 II 知识目标 (1) 了解文学欣赏的概念、特点、规律； (2) 掌握并学会运用欣赏文学作品常用的方法； (3) 学会理解文学作品所表达的思想感情，学会领会主旨、分析所蕴含的哲理。 III 能力目标 (1) 能够运用欣赏文学作品常用的方法去深入赏析文学作品，理解内涵主旨、哲理情感； (2) 能够掌握诗歌常用手法，具有诗歌欣赏能力； (3) 能够掌握散文常用手法，具有散文欣赏能力；	1、文学欣赏概论 2、中国古典诗歌欣赏 3、中外现当代诗歌欣赏 4、中外现当代小说欣赏 5、中国古代散文欣赏 6、中外散文佳作赏析 7、中国戏曲欣赏 8、中国话剧、歌剧欣赏 9、外国戏剧欣赏 10、品味戏剧文学中的百态人生	本课程采用讲授法、讨论法、表演法等教学方法，取得思想启迪、道德熏陶、文学修养、审美陶冶、写作借鉴等人文教育方面的综合效应。通过学习鉴赏中国优秀文学作品，增进学生的文化自信。通过深入赏析中外相关佳作加强社会主义核心价值观教育、德育、美育及感恩、节俭等行为养成教育，全面提升学生的文学素养和文化修养。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占40%（包括考勤、小组活动和作业）；终结性评价占60%。

	(4) 能够分析小说的人物形象、主题、结构、语言和表现手法； (5) 能够分析鉴赏戏剧冲突、人物、语言；能够批判地分析影视文学作品。		
演讲与口才	I 素质目标 (1) 掌握口才表达规范，具有较好的口头和书面表达能力； (2) 提升学生综合素养和职业核心能力，提高职业发展潜力，为以后人生发展助力添彩；培养活泼外向、善于表达的性格，增强交际的自信心； (3) 具备自觉传承优秀文化的意识，培养热爱祖国语言文字的情感。 II 知识目标 (1) 掌握语音训练内容、演讲的身体语言、常用的口才训练方法； (2) 掌握各种情景下的表达技巧、演讲应用技巧、辩论应用技巧； (3) 掌握在生活中如何待人接物，掌握生活中常用的沟通表达技巧； (4) 理解求职交谈要点和相关技巧。 III 能力目标 (1) 能在演讲时熟练运用一些肢体语言，能够用一些方法训练自己的口才； (2) 能熟练掌握表达技巧，能够在实际生活中用相应技巧进行演讲和辩论； (3) 能在生活中熟练的待人接物，能够在生活中熟练的沟通表达； (4) 能够在求职面试中有良好表现，能够进行简单的营销和谈判活动； (5) 能够运用欣赏文学作品常用的方法去深入赏析文学作品，理解内涵主旨、哲理情感。	1、演讲与口才概论 2、心理素质训练 3、朗读技巧训练 4、口才技巧训练	本课程以理论教学为基础，重点加强实践教学，以学生听、读、说、评、练为核心，提高学生的演讲与口才水平，以应对现代社会生活、工作中的交际、求职、应聘与自我推销。培养学生的言语表达能力，加强自信教育、合作教育，并通过主题演讲、辩论来提升思想修养水平，引领树立正确的三观，从而加强社会主义核心价值观教育、德育、美育等，通过语言讲述并传递真善美。 本课程考核采取过程性评价与相结合的考核方式，其中过程性评价占40%（包括考勤、学习态度 and 作业），终结性评价占60%。

中国历史地理概况	I 素质目标 增强文化自信，激发爱国主义。 II 知识目标 了解中国历史时期的疆域、政区、人口、民族、经济、文化、地貌、水文、气候、植被等方面的基本状况。 III 能力目标 (1) 理解历史规律和人与自然的关系； (2) 能够在历史地图的基础上，解析历史地理与当今地理的关系； (3) 能够确立历史空间概念和人地关系概念，结合本身的学科背景和运用前景，促进学生未来发展。	1、中国的疆域 2、历代政区 3、首都的变迁 4、城市与交通 5、长城运河 6、人口 7、民族 8、农业 9、文化 10、沧海桑田 11、人间几度凉热	本课程是智慧树平台的网络课程，主要采用讲授法、案例教学法等教学方法进行教学，增强学生的文化自信，激发爱国主义。 本课程考核采取过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，过程性评价占60%（包括学习进度5%、学习行为25%、章节测试10%；见面课20%）；期末考试成绩40%。
中华国学	I 素质目标 (1) 提高人文素养，完善道德修养，提升精神境界； (2) 培养道德意识，增强民族自信心和爱国情怀。 II 知识目标 (1) 了解先贤哲人的思想和古代社会的道德体系； (2) 掌握中国文化的基本知识。 III 能力目标 培养学生分析问题的能力。	1、《易经》与易学 2、阴阳五行学说 3、法家学说 4、先秦儒学 5、诸子学说 6、儒家经学 7、老子道学 8、庄子道学 9、道家学说 10、佛教禅学 11、唯识学	本课程是智慧树平台的网络课程，主要采用讲授法、案例教学法等教学方法进行教学，提高学生的人文素养，完善道德修养，提升精神境界；培养道德意识，增强民族自信心和爱国情怀。 本课程考核采取过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，过程性评价占60%（包括学习进度5%、学习行为25%、章节测试10%；见面课20%）；期末考试成绩40%。
孙子兵法中的思维智慧	I 素质目标 培养学生创新思维与竞争意识，提高道德教养和人文素质。 II 知识目标 了解孙子兵法中的理论思想及应用。 III 能力目标 能够建立正确的世界观和人生观，学习分析问题的方法论。	1、对战争问题的整体概述和战略指导思想 2、攻守、奇正与虚实 3、《孙子兵法》的战争心理学思想 4、《孙子兵法》中的军事地理 5、《孙子兵法》中的用间思想	本课程是智慧树平台的网络课程，主要采用讲授法、案例教学法等教学方法进行教学，培养学生创新思维与竞争意识，提高道德教养和人文素质。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，过程性评价占60%（包括学习进度5%、学习行为25%、章节测试10%；见面课20%）；期末考试成绩40%。

艺术鉴赏	I 素质目标 培养广泛的兴趣爱好，逐步养成鉴赏的良好习惯，为今后比赛或教学奠定基础。 II 知识目标 (1) 掌握感悟艺术作品要表达的情感真谛的方法； (2) 掌握共情的能力。 III 能力目标 (1) 具备欣赏各类音乐、影视剧和艺术作品的能力； (2) 具备通过对作品的分析，准确把握音乐节奏，理解作品的情感。	1、美术作品鉴赏 2、音乐作品鉴赏 3、舞蹈作品鉴赏 4、戏剧作品鉴赏 5、影视作品鉴赏	本课程主要采用讲授法、案例教学、讨论法等教学方法达成教学目标，提升学生的艺术素养和欣赏各类音乐、影视剧和艺术作品的的能力。 本课程考核采取过程性评价与终结性评价相结合的方法，其中过程性评价占60%（小组活动和作业），终结性评价占40%。
新媒体概述	I 素质目标 (1) 具备营销思维； (2) 具备互联网思维； (3) 具备新媒体思维。 II 知识目标 了解新媒体，熟悉新媒体，学会使用新媒体。 III 能力目标 能够结合所学体育专业，具备使用新媒体的能力。	1、新媒体概述 2、微信营销与运营 3、微博营销与运营 4、抖音营销与运营	本课程利用超星学习通平台开展混合式教学，采用项目驱动法、讲授法、案例教学法、情境模拟法等教学手段帮助学生了解新媒体，并能够运用新媒体开展营销活动，培养学生的营销思维、互联网思维和新媒体思维。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占60%（小组活动和作业），终结性评价占40%。
书法鉴赏	I 素质目标 (1) 树立正确的审美观念，具备创新精神与审美意识； (2) 具备高雅的审美品位与审美情趣； (3) 增强爱国主义精神与民族自豪感。 II 知识目标 (1) 了解书法鉴赏的基本理论与方法； (2) 了解不同书法形式的特点与技巧。 III 能力目标 (1) 具备一定的艺术观察力、艺术分析力； (2) 具备一定的艺术想象力、艺术表现力； (3) 提升学生审美鉴赏能力与评价能力。	1、书法鉴赏简介 2、甲骨文的欣赏 3、浑厚典雅的金文 4、散氏盘 5、石鼓文 6、篆书的演变 7、两汉隶书的兴盛 8、唐楷的繁荣 9、柳公权玄秘塔碑文与简单注释 10、书法欣赏总论 11、行书 12、草书 13、魏碑	本课程主要以理论讲解与实践操作为主，帮助学生了解书法鉴赏的要求与方法，能够在实际操作中提升自身审美能力，培养高雅的审美品位与审美情趣，增强爱国主义精神与民族自豪感。 本课程考核采取过程性评价与终结性评价相结合的方法，其中过程性评价占60%（上课表现和作业），终结性评价占40%。

走进故宫	I 素质目标 (1) 探索先贤智慧，感知文物生命； (2) 培育民族自豪，建立文化自信； (3) 留住历史根脉，传承中华文明。 II 知识目标 (1) 了解故宫历史； (2) 了解故宫宝藏和故宫图书； (3) 了解故宫文物修复。 III 能力目标 通过多视角整合的故宫解读，带同学们理解故宫的内涵和研究的意义。	1、故宫是一个文化整体 2、辉煌的紫禁城 3、故宫永藏 4、我想和你说说画 5、鼎力中国—关于青铜器的那些事 6、瓷器人生—清宫瓷器藏品 7、皇家藏书与图书馆 8、清宫档案 国家记忆 9、清官藏传佛教的故事 10、逛逛故宫文物医院 11、清廷西洋科技的历史变迁 12、故宫文物南迁记忆	本课程是智慧树平台的网络课程，主要采用讲授法、案例教学法等教学方法进行教学。培育学生的民族自豪感，建立文化自信。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，过程性评价占60%（包括学习进度5%、学习行为25%、章节测试10%；见面课20%）；期末考试成绩40%。
文化差异与跨文化交际	I 素质目标 (1) 培养学生的跨文化交际意识； (2) 具有国际视野。 II 知识目标 掌握一定的沟通技巧、社交礼仪和跨文化交际原则及策略，丰富学生的人文素养，提升学生的文化修养与品味。 III 能力目标 (1) 具备跨文化沟通能力与交际能力； (2) 具备跨文化交际能力。	1、中西方文化交流 2、中西方文化差异 3、交际与跨文化交际 4、语言交际差异 5、非语言交际差异 6、跨文化交际障碍 7、跨文化交际实践 8、跨文化交际之旅 9、跨文化交际经验分享	本课程是智慧树平台的网络课程，主要采用讲授法、案例教学法等教学方法进行教学，培养学生的跨文化交际意识和国际视野。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，过程性评价占60%（包括学习进度5%、学习行为25%、章节测试10%；见面课20%）；期末考试成绩40%。
西方文明史导论	I 素质目标 提升人文精神。 II 知识目标 了解西方文明发展的各个阶段和发展过程。 III 能力目标 (1) 能够用中国人眼光分析、透视西方文明各个阶段的特点和发展过程； (2) 能够全球化角度探讨文明的整合问题。	1、希腊文化的意境与希腊文化 2、古代希腊的英雄主义 3、罗马文明的兴衰 4、罗马文化的元素 5、中世纪的欧洲贵族 6、为什么欧洲最早进入近代社会 7、西方的传统：基督教 8、宗教改革与德国的近代化 9、文明的启示 10、文艺复兴-欧洲由衰及兴的转折点 11、全球文化研究中的几个问题	本课程是智慧树平台的网络课程，主要采用讲授法、案例教学法等教学方法进行教学。通过对比中西方文明，激发学生的民族自豪感和文化自信。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，过程性评价占60%（包括学习进度5%、学习行为25%、章节测试10%；见面课20%）；期末考试成绩40%。

古希腊文明	I 素质目标 (1) 激发学生对于古代文明的探索兴趣； (2) 激发好学求知、创新创造的热情，追求自由思想的学术境界。 II 知识目标 (1) 准确了解和认识古希腊文明的灿烂成就； (2) 了解古希腊文明对现代西方文明的影响； (3) 学习古希腊文明中所蕴含的“希腊精神”。 III 能力目标 能够对西方文明有更深刻的认识。	1、希腊的神话传说与爱琴文明 2、古风时代-城邦文明的奠基 3、古典时代-城邦文明的兴盛 4、希腊化时代的文明	本课程是智慧树平台的网络课程，主要采用讲授法、案例教学法等教学方法进行教学。通过对比古希腊文明和中华五千年文明，激发学生的民族自豪感和文化自信。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，过程性评价占60%（包括学习进度5%、学习行为25%、章节测试10%；见面课20%）；期末考试成绩40%。
舞蹈鉴赏	I 素质目标 (1) 具备学生独立评析的本领； (2) 具备团队协助、团队互助等意识； (3) 具备创新精神和吃苦耐劳的学习态度。 II 知识目标 了解舞蹈的形成与发展，熟悉其舞蹈艺术特征、种类，熟练掌握各类风格舞蹈作品的赏析。 III 能力目标 (1) 能够理解和掌握舞蹈鉴赏需具备的理论知识； (2) 掌握一定的鉴赏技巧，能够适度的完成舞蹈作品的鉴赏； (3) 能够具备基本的评析能力，能解释该舞蹈的特性与风格。	1、舞蹈的形成与发展 2、舞蹈艺术特征 3、舞蹈的种类 4、舞蹈作品鉴赏	本课程主要采用讲授法、榜样示范法、情境教学法、案例教学法和练习法等教学方法，提高学生的舞蹈鉴赏水平。培养学生的审美能力、团队协作意识、创新精神和吃苦耐劳的意志品质。 本课程采用过程性评价与终结性相结合的考核方式，其中过程性评价占60%（小组活动和作品），终结性评价占40%。

（二）专业（技能）课程

1. 专业基础课程

主要有体能训练理论与方法、运动训练学、运动损伤与防护、运动人体科学基础、运动竞赛学、中国武术史和新媒体运营共6门课程,共14学分。

表 4 专业基础课程设置表

课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
运动人体科学基础	I 素质目标 (1) 具备团队合作意识与沟通交流意识; (2) 具备自主学习意识; (3) 具备主动发现问题、解决问题的思维。 II 知识目标 (1) 了解及认识正常人体的形态结构及其生理功能;了解常见运动性病症的原因及机理;了解常见运动损伤的原因及征象; (2) 熟悉体育锻炼或运动训练的生理学原理;熟悉常见运动损伤的处理原则; (3) 掌握体育运动对身体主要器官系统形态结构和生理功能的影响和机理。 III 能力目标 (1) 能够对体育技术动作和常用的身体练习进行简单的分析; (2) 能够合理运用相关原理及方法,进行或指导体育锻炼、运动训练实践; (3) 能够对常见运动性病症采取有效的处理措施; (4) 能够对运动损伤的危急情况进行初步的判断,及时地采取相应的现场急救措施。	1、人体的结构基础 2、运动与骨 3、运动与骨连接 4、运动与骨骼肌 5、运动与能量代谢 6、运动与氧运输系统 7、身体素质测定 8、常见运动性病症 9、常见运动性伤害的现场急救	本课程贯彻"课程思政"的教学模式,在不断提高教学质量的同时,日渐推动思政教育进程,引导学生养成良好的学习习惯,培养学生自立创新、顽强拼搏、团结协作精神,培养学生敬畏生命的价值观,激发学生的爱国热情,提升职业道德素质,从而为体育事业的发展培养合格的高素质专业技术人才奠定良好基础。 本课程教学方法采用讲授法、举例法、提问法、实验法、任务驱动法、案例教学法、角色扮演法、实践法等教学方法;课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式,其中过程性评价占 50%,主要是学习平时成绩占 20%,实践项目考核成绩占 30%;终结性考核占 50%,主要是期末考试成绩。
运动训练学	I 素质目标 (1) 加强体育专业思想教育; (2) 培养学生认真学习,积极向上的精神品质; (3) 培养学生团结合作的意识。 II 知识目标 (1) 了解运动训练的目的、任务,掌握运动训练的基本概念和基本内容,理解运动员运动训练的基本原理与方法,掌握年度和周、课训练计划的制订方法; (2) 明确体育运动训练的基本原理与方法; (3) 使学生掌握较为完整的训练理论知	1、竞技体育与运动训练 2、项群训练理论 3、运动成绩与竞技能力 4、运动训练的基本原则 5、运动训练方法与手段 6、运动员体能及其训练 7、运动员技术能力及其训练 8、运动员技战术能力及其训练 9、运动员心理能力与运动智能及其训练 10、运动员多年训练的计划	课程思政:在教学组织过程中充分发挥学生主体地位,提高学生学习的兴趣,掌握运动训练的原则、方法,并结合实际应用,做到一切从实际出发,提高训练效果。有效性, 课程采用“讲授+实操”的教学手段进行,根据授课内容的不同,灵活实施教学方式(自学、讨论、课后思考题等)。 本课程采用过程性评

	识以及具有指导运动训练的能力。 III 能力目标 (1) 掌握各科目训练方法与技巧； (2) 具有一定的组织教学、专业操作训练的能力及人员管理和活动组织能力； (3) 提高发现和解决问题的能力，培养学员较强的“四会”（会讲、会做、会教、会做思想工作）教学能力。	与组织 11、运动员年度训练的计划和组织 12、周课的训练计划与组织 13、运动员队伍的管理	价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占 50%，主要是学习平时成绩占 20%，实践项目考核成绩占 30%；终结性考核占 50%，主要是期末考试成绩。
运 动 损 伤 与 防 护	I 素质目标 (1) 具备自主学习的意识； (2) 具备团队合作的意识； (3) 与人沟通交流的素养。 II 知识目标 (1) 了解运动损伤防护模式以及实施过程； (2) 熟悉运动损伤预防的基本知识； (3) 掌握运动损伤的康复知识与技术原理； (4) 了解常见运动损伤的相关的病理知。 III 能力目标 (1) 能够熟练地展示运动前的热身和整理放松技术； (2) 能够熟练地展示一般康复训练技术及其应用； (3) 能够针对常见的运动损伤设计合理且全面的防护方案。	1、运动防护模式与实施过程 2、运动损伤及其处理原则与方法 3、热身与整理活动技术 4、运动护具与贴扎的知识与使用方法 5、运动损伤的康复知识与技术 6、常见运动损伤的防护	课程思政要求：培养学生将思想政治教育要素充分体现在课堂教学组织和方法中，充分调动学生的学习主动性和积极性，用多样化的教学方法提高运动损伤与防护教学的应用性，趣味性，和有效性，对学生起到教育，陶冶，感染，影响作用。培养学生的爱国，拼搏，将压力转变为动力等体现体育精神的思政元素。 教学方法：本课程是理论和实操相结合的课程。以学生为主体，在教学方法上，实训课教学方法要采用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法等教学方法。理论课教学方法要采用讲授法、情景教学法、讨论法等教学方法。 考核要求：本课程考核方式要采用综合性考核，从平时表现、理论、技能、实践操作 4 个方面综合考核，其中平时课堂表现及课后作业 20%；考勤 10%，运动损伤与防护理论考核 40%；技能考核 30%。

运动 竞赛 学	I 素质目标 (1) 具备公平、公正的规则意识； (2) 具备缜密的思维； (3) 具备认真细致的工匠精神。 II 知识目标 (1) 了解运动竞赛的基本概念； (2) 熟悉运动竞赛常用赛制； (3) 掌握小型赛事规程制定和竞赛组织、编排的方法。 III 能力目标 (1) 能够在工作、交流中正确使用运动竞赛专业术语； (2) 能够依据实际需求，为小型赛事选择适当的赛制； (3) 能够为小型赛事制定相应的竞赛规程，完成竞赛编排并组织实施。	1、运动竞赛基本概念 2、运动竞赛的规程 3、运动竞赛常用赛制 4、运动竞赛的编排 5、小型赛事策划、组织实践	本课程是一门理论与实践并重的课程，教学方法主要采用讲授法、案例教学法、任务驱动法和项目教学法等。应在保证学生能够制定方案的前提下，强调在院系活动、模拟赛事等真实或模拟条件下的实施效果。 本课程以体育强国精神以及规则意识为德育主线，在知识传授、能力培养的同时，弘扬社会主义核心价值观，传播体育精神中蕴含的爱国、爱党、拼搏、积极向上的正能量。同时也通过课堂内外实践活动培养学生在竞赛组织工作中的遵守规则、认真细致等职业品质。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占 50%，主要是学习平时成绩占 20%，主要是通过学习通平台对学习过程记录的综合考评；实践项目考核成绩占 30%，主要是 3 次实践考核作业综合成绩；终结性考核占 50%，主要是期末考试成绩。
体能 训练 理论 与方 法	I 素质目标 (1) 具备高尚的审美情趣和良好的职业道德； (2) 具备主动性学习的素养； (3) 具备的团队协作的精神。 II 知识目标 (1) 了解如何提升个人身体素质； (2) 熟悉体能训练营养元素补充； (3) 掌握体能训练的基本概念。 III 能力目标 (1) 能够运用运动素质训练的基本原理及方法； (2) 能够具备基础的体能训练教学能力。	1、体能训练概念及现状 2、有氧与无氧的训练生理适应 3、阻力运动与年龄、性别差异 4、最大化运动表现的营养策略 5、测试选择与管理的原则 6、有氧计划设计 7、阻力计划设计 8、速度与灵敏性设计 9、柔韧与准备活动设计 10、移动式举重与器械训练技巧 11、替代模式与非传统操作方法的运动技巧	本课程注重理论与实践相结合，建议采用讲授法、问答法、分组讨论法、典型案例分析法等方法进行授课。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占 50%，主要是学习平时成绩占 20%，实践项目考核成绩占 30%；终结性考核占 50%，主要是期末考试成绩。

2. 专业核心课程

主要有武术套路、散打、健身气功、民族传统体育概论、民族民间体育、青少年体适能等 8 门课程,共 52 学分。

表 5 专业核心课程设置表

课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
武术套路	I 素质目标 (1) 具备爱国主义情怀、良好的团队合作意识、安全意识、竞争意识、规则意识、团队意识; (2) 具备武术套路教学与训练的创新思维; (3) 具备一切为了队员,为了队员一切的武术套路教练员职业道德素养; (4) 具备认真观察、善于思考、互帮互助新的良好品质; (5) 具有爱国主义情怀。 (6) 具备公平公正、敢于担当的武术套路裁判员职业道德素养。 II 知识目标 (1) 了解武术发展和武术文化知识,熟悉武术套路的基本技术、基本战术、基本理论知识、专项素质训练理论方法; (2) 熟悉武术套路裁判法知识和赛事编排相关知识; (3) 掌握武术套路教学与训练组织、教法、学法相关知识。 III 能力目标 (1) 具备武术套路技战术运用能力,做为队员能够参加区县级及以上武术套路比赛; (2) 具备武术套路临场执裁能力和赛事组织编排能力,能够从事武术套路临场执裁工作; (3) 具备武术套路训练组织、指导教学、指导比赛的能力,能够从事武术套路教学与训练工作; (4) 具备自主学习能力,能独立完成武术套路训练计划的撰写。	1、武术理论常识 2、武术基础技能 3、武术基础拳术 4、自选类拳术(器械) 5、传统类拳术 6、专项身体素质	本课程是理论和实训相结合的课程。以学生为主体,在教学方法上,实训课教学方法要采用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法、比赛法等教学方法。理论课教学方法要采用讲授法、情景教学法、讨论法、任务驱动法等教学方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式,其中过程性评价占 50%,主要是学习平时成绩占 20%,实践项目考核成绩占 30%;终结性考核占 50%,主要是期末考试成绩。
散打	I 素质目标 (1) 具备爱国主义情怀、良好的团队合作意识、安全意识、竞争意识、规则意识、团	1、散打基本理论知识 2、散打拳法、腿法、摔法基本技术	本课程是理论和实训相结合的课程。以学生为主体,在教学方法上,实训课教学方

	队意识； (2) 具备散打教学与训练的创新思维； (3) 具备一切为了队员，为了队员一切的散打教练员职业道德素养； (4) 具备认真观察、善于思考、互帮互助新的良好品质； (5) 具有爱国主义情怀； (6) 具备公平公正、敢于担当的散打裁判员职业道德素养。 II 知识目标 (1) 了解武术发展和武术文化知识，熟悉散打的基本技术、基本战术、基本理论知识、专项素质训练理论方法； (2) 熟悉散打裁判法知识和赛事编排相关知识； (3) 掌握散打教学与训练组织、教法、学法相关知识。 III 能力目标 (1) 具备散打技战术运用能力，做为队员能够参加区县级及以上散打比赛； (2) 具备散打临场执裁能力和赛事组织编排能力，能够从事散打临场执裁工作； (3) 具备散打训练组织、指导教学、指导比赛的能力，能够从事散打教学与训练工作； (4) 具备自主学习能力，能独立完成散打训练计划的撰写。	3、散打拳腿摔组合技术 4、散打专项身体素质 5、散打进攻与防守战术 6、散打竞赛规则 7、散打竞赛裁判法 8、散打教学与训练指导	法要采用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法、比赛法等教学方法。理论课教学方法要采用讲授法、情景教学法、讨论法、任务驱动法等教学方法。 考核要求：本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占 50%，主要是学习平时成绩占 20%，实践项目考核成绩占 30%；终结性考核占 50%，主要是期末考试成绩。
健身气功	I 素质目标 (1) 具备良好的团队合作意识、安全意识、环保意识； (2) 具备健身气功八段锦创新思维； (3) 具备动静相兼、身心俱健、德为健康之根的意识。 II 知识目标 (1) 了解民族传统体育的特点和独特健身效果，继承和弘扬传统健身气功理论和方法。 (2) 熟悉八段锦的功法源流、功法特点、习练要领； (3) 掌握八段锦的基本手型、步型、基本功法动作； III 能力目标 (1) 具备健身气功八段锦的教学能力，能够从事一般的业余教学工作； (2) 具备一定的鉴赏能力，能够从事健身气功相关比赛的记录工作。	1、了解八段锦的功法源流、功法特点、习练要领 2、学习八段锦的呼吸方式、手型与步型 3、学习八段锦的动作要领	实践课教学以学生为主体，运用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法等教学方法。理论课教学以学生为主体，通过案例教学、信息化教学手段，运用讲授法、情景教学法、讨论法、等教学方法。 考核要求：本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占 50%，主要是学习平时成绩占 20%，实践项目考核成绩占 30%；终结性考核占 50%，主要是期末考试成绩。

民族传统体育概论	I 素质目标 (1) 具备分辨民族体育和现代体育两者体育项目、功能的能力； (2) 具备民族传统体育项目技术动作创新思维； (3) 具备对传统体育文化、体育项目资料的挖掘和整理能力； II 知识目标 (1) 了解民族传统体育的起源、基本概念、发展历程、历史发展； (2) 了解我国民族传统体育的思想基础、本质特征和历史演变的规律； (3) 掌握不同民族传统体育项目的技术动作，例如：龙舟、舞龙舞狮、枪花炮、陀螺、木球等。 III 能力目标 (1) 具备一定理解能力，能够通过民族传统体育理论知识的学习，理解不同的民族风俗特点、体育项目、体育项目的发展等； (2) 具备一定的鉴赏能力，能够通过少数民族传统体育项目分析当地民族特点、风俗习惯、项目特色等；	1、研究民族传统体育的必要性 2、民族传统体育的起源和发展历程 3、民族传统体育的内容与分类 4、民族传统体育的特点、价值和功能	以学生为主体，通过案例教学、信息化教学手段，运用讲授法、情景教学法、讨论法、等教学方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占 50%，主要是学习平时成绩占 20%，实践项目考核成绩占 30%；终结性考核占 50%，主要是期末考试成绩。
民族民间体育	I 素质目标 (1) 培养学生吃苦耐劳的意志品质和团结协作精神； (2) 培养学生处事公平公正、敢于担当的作风； (3) 培养学生认真学习、积极向上的精神品质，提高对民族传统体育文化的传承实践能力； (4) 培养学生传承与弘扬民族传统体育文化意识，树立正确的民族民间体育文化科学发展观； (5) 培养学生锻炼兴趣和习惯，提高自身力量、耐力、协调、灵敏等身体素质，达到强健身心的目的。 II 知识目标 (1) 掌握民族民间体育的基本技战术、基本理论知识和专项素质训练理论方法； (2) 掌握民族民间体育项目的裁判法知识和赛事编排相关知识； (3) 掌握民族民间体育项目的教学与训练组织、教法、学法相关知识。 III 能力目标 (1) 具备民族民间体育项目的技战术运用能力，能进行实践演练或竞赛的能力；	1、我国民族传统体育的形成与发展 2、民族传统体育项目组成与分类 3、民族传统体育的运动特点与锻炼价值 4、民族传统体育项目竞赛规则及裁判知识 5、科学锻炼的知识和方法 6、各项目的基础知识的基本技术 7、各项目的专项身体素质 8、各项目竞赛规则 9、各项目裁判法与竞赛组织管理	实训课教学以学生为主体，通过项目导向、实践操作等教学手段，运用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法等教学方法。理论课教学以学生为主体，通过案例教学、信息化教学手段，运用讲授法、情景教学法、讨论法、任务驱动法等教学方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占 50%，主要是学习平时成绩占 20%，实践项目考核成绩占 30%；终结性考核占 50%，主要是期末考试成绩。

	(2) 至少熟练掌握 3-4 个民族传统体育项目,并能进行训练组织、指导教学、指导比赛的能力; (3) 具备有临场执裁能力和赛事组织编排能力; (4) 培养学生专项技能学习能力和适应能力,能灵活运用民族民间体育的养生及健身方法。		
--	---	--	--

3. 专业拓展课程

主要有体育教学与训练、新媒体运营实务等 2 门课程,共 4 学分。

表 6 专业拓展课程设置表

课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
体育教学与训练	I 素质目标 (1) 培养学生热爱体育教学与训练工作,具备教师职业道德素养; (2) 具备自主学习意识; (3) 具备主动发现问题、解决问题的思维。 II 知识目标 (1) 通过学习,使学生能了解体育教学与训练相关方法知识; (2) 熟悉体育教学的原理、理论和方法; (3) 掌握体育教学与训练组织、教法、学法相关知识以及具备体育教学的能力; III 能力目标 (1) 学生能够掌握体育教学基本规律和体育教学方法指导体育教学实践,提高教学技能; (2) 通过学生的个人教学展示、分组成果展示,提高学习的积极性和与课堂教学把控能力; (3) 通过实践学习,使学生具备组织课堂教学与训练能力。	1、体育教学目标 2、体育教学主体 3、体育教学内容 4、体育教学设计 5、体育教学环境 6、体育教学方法 7、体育教学评价	本课程是运动训练专业的专业拓展课,担负起传授体育教学原理、理论,培养体育教学与训练人才的重任。教师应根据学生的教学背景、专业背景选择适应的教学内容、案例和教学情境。将价值导向与知识传授相融合,在知识传授、能力培养中,弘扬社会主义核心价值观,传播爱党、爱国、积极向上的正能量,培养科学精神、工匠精神等,将正确的价值引领贯穿课程标准、教学、设计、备课授课、教学评价等教育教学全过程,指明立德树人为教育之本。 由于本课程注重理论与实践相结合,主要采用讲授法、问答法、分组讨论法、典型案例分析法等方法进行授课。 为了更全面考核学生的学习情况,课程考核包括学习过程考核、实践考核和期末考试三部分,具体考核成绩评定办法如下:学习过程考核成绩:30%;实践考核成绩:30%;期末考试成绩:40%。

新媒体运营实务	I 素质目标 （1）具备不断提升自己新媒体运营能力课程意识； （2）具备对新媒体运营相关活动的探索意识； （3）具备互联网的探索及创新精神； （4）具备分析问题和解决问题的能力；	1、内容及考核方式：公众号运营主要采取项目教学法、任务驱动法设计课程框架；在课堂设计上，还采用讲授法、小组讨论法、案例教学法等教学方法。本课程采用过程性评价占 50%，主要是学习平时成绩占 20%，由平时课堂表现和考核完成理论配合课堂教学案例与实战训练进行学习，提高学生在消化完理论知识的能力；终结性考核占 50%，以策划并开展营销与运营活动进行，监测活动运营项目的能力。		
	II 知识目标 （1）了解新媒体运营概念； （2）了解用户运营具体工作内容； （3）了解产品运营概念、运营策略等概念，掌握产品运营基本方法； （4）了解内容运营的概念，掌握内容运营的方法； （5）了解活动运营的概念，掌握活动策划的具体方法。	2、思政建设要求： 塑造学生鲜明国格和传承体育文化为德育主线，确立了“让社会主义体育好故事成为常态”的课程思政建设方向和重点。围绕“培育人”这一立德树根本问题，教学团队从课程特点、学生现状以及社会岗位需求等方面，以“发什么声、怎么发声”开展。后置家国情怀和社会主义核心价值观，为党发声、为国发声、为民发声，依托体育专业、融合专业特色，发扬新媒体职业精神，讲好中国体育训结合，培养“格能型”卓越体育工匠。		
	III 能力目标 （1）能够独立进行新媒体运营策划及效果评估工作； （2）能够针对遇到的问题做出一定的应对措施； （3）能够有效的开展新媒体运营相关活动。			

4. 专业实训课程

主要有认知实习、跟岗实习、顶岗实习、毕业设计等4门课程,共27学分。

表 7 专业实训课程设置表

课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
认知实习	I 素质目标 (1) 具备质量意识、环保意识、安全意识; (2) 具备较强的集体意识和团队合作精神; (3) 具备自我管理能力、职业生涯规划的意识。 II 知识目标 (1) 了解认知岗位的职责; (2) 熟悉认知岗位必备知识。 III 能力目标 (1) 能够达到认知实习合格的要求; (2) 能够良好的完成认知实习的工作任务; (3) 能够按时、按量完成认知实习。	1. 认知教练员岗位的工作职责; 2. 配合主教练完成课程教学; 3. 认知教练员岗位的工作职责。	通过任务驱动法、案例分析法和现场观摩等方法,使学生可以快速的了解认知实习的工作任务,熟悉认知实习的岗位知识。 本课程以考察为主,教师根据学生表现进行等级评定,评定等级分为优秀、良好、合格、不合格。
跟岗实习	I 素质目标 (1) 具备质量意识、环保意识、安全意识; (2) 具备较强的集体意识和团队合作精神; (3) 具备自我管理能力、职业生涯规划的意识。 II 知识目标 (1) 熟悉跟岗岗位的职责; (2) 掌握跟岗岗位所需知识。 III 能力目标 (1) 能够达到跟岗实习合格的要求; (2) 能够良好的完成跟岗实习的工作任务; (3) 能够按时、按量完成跟岗实习。	1. 武术套路教练员岗位跟岗实习; 2. 散打教练员岗位跟岗实习; 3. 健身气功教练员岗位跟岗实习; 4. 民族民间传统体育教练员岗位跟岗实习;	跟岗实习是学生顶岗实习的前置课程,是实习就业的预演,是学生踏入工作岗位的跟岗实践。将立德树人融入到全过程,引导学生了解职业道德和遵守教师行为准则。 通过任务驱动法、案例分析法等方法,使学生可以快速的适应跟岗实习的工作任务,达到跟岗实习的岗位要求。 本课程以考察为主,教师根据学生表现进行等级评定,评定等级分为优秀、良好、合格、不合格。
顶岗实习	I 素质目标 (1) 具备质量意识、环保意识、安全意识; (2) 具备较强的集体意识和团队合作精神; (3) 具备自我管理能力、职业生涯规划的意识。 II 知识目标 (1) 掌握顶岗岗位的职责; (2) 掌握顶岗岗位的知识。 III 能力目标 (1) 能够达到顶岗实习合格的要求; (2) 能够良好的完成顶岗实习的工作任务; (3) 能够按时、按量完成顶岗实习。	1. 武术套路教练员岗位顶岗实习; 2. 散打教练员岗位顶岗实习; 3. 健身气功教练员岗位顶岗实习; 4. 民族民间传统体育教练员岗位顶岗实习;	顶岗实习是学生就业奠定基础,是学生步入社会岗位重要的一环,是就业岗位检验专业技能的综合实践。将立德树人融入到全过程,引导学生热爱党的教育事业、了解职业道德和遵守教师行为准则。 通过任务驱动法、案例分析法等方法,使学生可以快速的适应顶岗实习的工作任务,达到顶岗实习的岗位

			要求。 本课程以考察为主，教师根据学生表现进行等级评定，评定等级分为优秀、良好、合格、不合格。
毕业 设计	I 素质目标 (1) 具备较强的逻辑思维和语言表达能力； (2) 具备和谐共处、认真负责的工作态度； (3) 具备独立思考、科学创新的工匠精神。 II 知识目标 (1) 了解毕业设计课程的重要意义； (2) 熟悉毕业设计的选题范围、文本格式； (3) 掌握毕业设计作品的主题思想。 III 能力目标 (1) 能够达到毕业设计的合格要求； (2) 能够良好的表达毕业设计的主题思想； (3) 能够按时、按量完成毕业设计任务。	在相关专项题库抽选毕业设计题目，完成任务书、毕业设计作品，顺利完成答辩。 专项题库有： 武术套路毕业设计题库 散打毕业设计题库 健身气功毕业设计题库	毕业设计是检验学生专业课程学习的综合考核。在指导的全过程践行立德树人，引导学生践行精益求精的工匠精神。 通过启发式教学、任务驱动教学、案例分析教学等方法，使学生可以较好的理解毕业设计的目的与意义，让学生主动的进入毕业设计创作，并完成毕业设计任务。 本课程考核包括学习过程考核和结果考核2部分，具体考核成绩评定办法如下：学习过程考核成绩（课堂及网上指导的考勤）20%，毕业设计任务书成绩（选题质量5%，任务书规范性5%，任务书逻辑性5%，任务书可操作性5%）20%，作品考核成绩60%。

5. 专业选修课程

主要有体育市场营销、学校体育学、教育学、体育保健学、企业人力资源管理等 5 门专业理论选修课程，任选 2 门，修满 4 学分。

主要有羽毛球、啦啦操、篮球、足球、排球、跆拳道、舞龙舞狮等 7 门专业技能选修课程，任选 1 门，修满 6 学分。共计 180 学时，10 学分。

表 8 专业选修课程设置表

课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
体 育 市 场 营 销	I 素质目标 (1) 养成严肃、认真的科学态度和良好的自主学习习惯； (2) 培养严谨的科学思维习惯； (3) 具有协作和团队精神； (4) 具有一定的创新意识； (4) 具有一定的法律意识。 II 知识目标 (1) 掌握体育市场营销基本理论及相关概念； (2) 熟悉体育市场营销基本过程；掌握体育市场营销战略三要素（STP）；掌握体育市场营销4Ps策略的知识，形成营销组合策略方案； (3) 了解体育市场营销实践中体育服务营销、体育赞助营销相关策略，了解体育服务营销、体育赞助营销过程中的新领域和新概念。 能力目标 (1) 能分析体育企业的体育市场营销环境，分析和解释体育市场营销环境的影响因素，并制定相应对策； (2) 能对体育企业进行市场细分、目标市场选择和市场定位，会针对体育企业实力和市场进行市场定位分析； (3) 能识别体育市场竞争者，会针对不同的竞争者采取不同的体育市场产品策略；能对不同的体育产品采取不同的体育市场营销策略； (4) 能分析影响体育市场定价的因素，掌握体育市场价格制定与调整； (5) 能分析体育市场销售渠道的类型、主要影响因素，会进行体育市场渠道设计与管理； (6) 能分析研究体育市场促销组合策略，进行促销策略的选择； (7) 能实施体育市场营销实践中体育服务营销、体育赞助营销相关策略。 III	1、市场营销概论：市场和市场营销概述、目标市场的选择及定位、市场培育与开发 2、体育市场营销概述：体育市场营销学简介、体育市场营销中的经营观念、体育市场经营的环境 3、体育市场分析：体育市场的概念及内涵、体育市场需求与消费研究 4、体育市场产品策略：体育产品整体概念；体育产品组合决策；体育产品生命周期；体育新产品开发；体育品牌策略； 5、体育市场定价策略：影响体育企业定价的因素、定价方法、价格策略 6、体育市场渠道策略：体育市场营销渠道的功能与类型、体育市场中间商、体育市场营销渠道的选择与管理 7、体育市场促销策略：体育市场促销概述、人员推销策略、广告策略、公共关系策略 8、体育服务营销策略：体育服务营销概述、体育服务的有形展示、体育服务营销实施、体育服务营销策略 9、体育赞助营销策略：体育赞助营销概述、体育赞助营销的实施	教师应该根据学生的学习程度和专业背景，利用理论讲授、案例教学、情景教学等方式教授体育市场营销的基本原理、策略与方法，引导学生对体育市场营销知识进行系统化的了解、理解和应用，并在体育营销实践中不断提升专业能力与职业素养。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是学习平时成绩占20%，实践项目考核成绩占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试成绩。

学校体育学	I 素质目标 (1) 热爱教育事业,贯彻党和国家教育方针政策,遵守教育法律法规,依法执教,具有良好的职业道德修养,教书育人、为人师表; (2) 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) 具有一定的人文素养、科学素养、良好的教育教学素养和良好的学习习惯;具有在小学教育中注重学生兴趣培养和心灵培育,因材施教,促进学生全面发展的意识。 II 知识目标 (1) 了解学校体育发展历程和学校体育的管理体制; (2) 掌握体育教师的标准与资格制度;体育教师的教育和发展;学生的身心特点等知识; (3) 掌握体育课堂教学设计概念和内容,体育课堂教学目标、体育课堂教学方法、过程与原则、教学实施、教学常规及教学组织等知识; (4) 掌握体育教学工作评价的内涵、类型及方法,掌握教学质量及学生学习评价的要求; (5) 掌握课余体育锻炼的组织及方法、小学体育竞赛的组织要求。 III 能力目标 (1) 具备能结合小学生个体与集体的学习实际制定教育教学计划的能力; (2) 具备能遵循少年儿童身心发展规律和学习特点实施体育教学和无生教学的能力,初步具备从事小学体育工作的科研能力; (3) 具备按照新课程标准分析评价学生的能力; (4) 具备组织小学学校运动竞赛和体育活动的的能力。	1. 学校体育学总论 2. 体育教学基础理论 3. 体育实践教学 4. 课外体育活动	本课程主要采用讲解示范法、分组讨论法、任务驱动法、案例分析法、演示法和探究学习等教学方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式,其中过程性评价占50%,主要是学习平时成绩占20%,实践项目考核成绩占30%;终结性考核占50%,主要是期末考试成绩。
教育学	I 素质目标 (1) 具备对教育工作的正确认识,对教育事业的事业心和责任感,坚定的教育信念; (2) 具备科学的教育观、学生观、教师观和良好的教育教学素养,教书育人、为人师表; (3) 具备参与基础教育教学改革意识,研究教育教学的兴趣; (4) 具备良好的学习习惯、创新意识、团结协作和互帮互助的精神; (5) 具备在小学教育中注重学生兴趣培养和心灵培育,因材施教,促进学生全面发展的意识。 II 知识目标	1. 教育与教育学 2. 教育的规律 3. 教育目的与学制 4. 教育内容 5. 教育途径 6. 教育主体	本课程主要是讲授法、情景教学法、小组合作法、案例教学法、实习作业法、发现法等方法使学生获得教育感性经验,采用线上线下相结合的教学组织形式,理论联系实际,培养学生运用教育理论分析和解决实际问题的能力。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式,其中过程性评价占

	了解教育的发展和教育的功能、教育评价等知识； (2) 熟悉教师应具备的专业素养和职业理念； (3) 掌握教育学的基本概念、原理、规律、教育教学工作的基本原则、方法等知识。 III 能力目标 (1) 能够运用教育学相关理论分析和解决小学教育教学实践中出现的问题； (2) 能够运用科学的教育观、学生观、教师观指导教育教学实践； (3) 能够运用基本的教育理论进行教学设计和说课，具有一定的教育实践操作能力； (4) 能够运用基础的教育研究方法研究教育问题。		50%，主要是学习平时成绩占20%，实践项目考核成绩占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试成绩。
体育保健学	I 素质目标 (1) 具备实事求是的教育素质和健全个性人格； (2) 具备良好的团队合作意识、吃苦耐劳的品质、积极向上的精神。 (3) 具备在小学教育中对学生兴趣培养和心灵培育，具备因材施教，促进学生全面发展的意识。 II 知识目标 (1) 掌握基本概念如健康、运动性疲劳等； (2) 掌握基本手法的理论部分，如体格检查的顺序和要领，按摩手法的禁忌和要领等； (3) 掌握常见运动损伤的症状和处理原则等。 III 能力目标 (1) 能够对运动参加者进行医务监督； (2) 能够尽量避免和预防运动损伤； (3) 能够对运动损伤或运动性病症进行及时有效地处理。	1. 体育保健学的概念、内容、重要性、学习要求、考核方式；健康概述、体育运动对健康的影响；运动环境卫生、不同人群的体育卫生要求； 2. 医务监督概述、体育教学的医务监督、运动训练的医务监督； 3. 营养学基础知识、体育运动的膳食营养、儿童青少年体育运动的膳食营养、运动员的膳食营养； 4. 肌肉痉挛、运动性腹痛、运动性低血糖症、运动性低血糖症、运动性中暑； 5. 急救概述、急救包扎方法、出血的急救、心肺复苏； 6. 运动损伤概述、软组织损伤的处理原则与方法、不同项目损伤的发病规律及预防措施、常见运动损伤的预防及处理。	本课程主要采用启发式教学，混合式教学法，模块化教学，团体训练及角色扮演等方式方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是学习平时成绩占20%，实践项目考核成绩占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试成绩。

篮球	I 思政目标 (1) 具备爱国主义情怀、良好的团队合作意识、安全意识、竞争意识、规则意识、团队意识； (2) 具备篮球教学与训练的创新思维； (3) 具备一切为了队员，为了队员一切的篮球教练员职业道德素养； (4) 具备公平公正、敢于担当的篮球裁判员职业道德素养。 II 知识目标 (1) 了解篮球运动发展和篮球运动文化知识，熟悉篮球运动的基本技术、基本战术、基本理论知识、专项素质训练理论方法； (2) 熟悉篮球裁判法知识和赛事编排相关知识； (3) 掌握篮球教学与训练组织、教法、学法相关知识。 III 能力目标 (1) 具备篮球技战术运用能力，做为球员能够参加区县级及以上篮球比赛； (2) 具备自主学习能力，能独立完成篮球训练计划的撰写。	1、篮球基础理论知识 2、篮球进攻与防守技术 3、篮球进攻与防守战术 4、篮球专项身体素质 5、篮球规则 6、篮球裁判法 7、篮球临场执裁与记录台工作 8、篮球赛事策划 9、篮球教学与训练指导	本课程是理论和实训相结合的的课程。以学生为主体，在教学方法上，实训课教学方法要采用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法、比赛法等教学方法。理论课教学方法要采用讲授法、情景教学法、讨论法、任务驱动法等教学方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是学习平时成绩占20%，实践项目考核成绩占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试成绩。
足球	I 素质目标 (1) 具备良好的团队合作意识、吃苦耐劳的品质、积极向上的精神； (2) 具备处事公平公正、敢于担当的素养； (3) 具备认真学习、积极向上的精神品质，提高学生职业素养； (4) 具备足球教练员的职业道德素养。 II 知识目标 (1) 了解足球运动的基本技术、基本战术、基本理论知识、专项素质训练理论方法； (2) 熟悉足球裁判法知识和赛事编排相关知识； (3) 掌握足球教学与训练组织、教法、学法相关知识。 III 能力目标 (1) 能够具有足球技战术运用能力，能够参加区县级及以上足球比赛的能力； (2) 能够培养学生社会适应能力，能够正确处理竞争与合作的辩证关系。	1、足球基础理论知识 2、足球进攻与防守技术 3、足球进攻与防守战术 4、足球专项身体素质 5、足球规则 6、足球裁判法 7、足球第四官员相关工作 8、足球赛事策划 9、足球教学与训练指导	本课程是理论和实训相结合的的课程。以学生为主体，在教学方法上，实训课教学方法要采用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法等教学方法。理论课教学方法要采用讲授法、情景教学法、讨论法、任务驱动法等教学方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是学习平时成绩占20%，实践项目考核成绩占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试成绩。
羽毛球	I 素质目标 (1) 具备良好的团队合作意识、吃苦耐劳的品质、积极向上的精神； (2) 具备处事公平公正、敢于担当的作风； (3) 具备认真学习、积极向上的精神品质，提	1、羽毛球运动概述 2、羽毛球技术及其教学训练 3、羽毛球战术及其教学训练	本课程是理论和实训相结合的的课程。以学生为主体，在教学方法上，实训课教学方法要采用示范法、讲

	高学生职业素养； (4) 具备羽毛球教练员、裁判员的职业道德素养。 II 知识目标 (1) 了解并强化学生掌握羽毛球运动的基本理论知识和基本技术、基本战术、专项素质训练的理论方法； (2) 熟悉羽毛球竞赛规则和裁判法以及竞赛组织与编排的相关知识； (3) 掌握羽毛球教学与训练组织、教法、学法的相关知识。 III 能力目标 (1) 能够全面的运用羽毛基本技战术，拥有较强的比赛实战能力，形成羽毛球项目运动技能方面的专项特长； (2) 能够进行羽毛球训练组织、指导教学、指导比赛。	4、羽毛球专项身体素质训练 5、羽毛球竞赛规则和裁判法 6、羽毛球竞赛编排与组织 7、羽毛球临场执裁实践 8、羽毛球教学、训练及比赛指导	解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法等教学方法。理论课教学方法要采用讲授法、情景教学法、讨论法、任务驱动法等教学方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是学习平时成绩占20%，实践项目考核成绩占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试成绩。
跆拳道	I 素质目标 (1) 培养学生具有良好的团队合作意识、吃苦耐劳的品质、积极向上的精神； (2) 培养学生处事公平公正、敢于担当的作风； (3) 培养学生认真学习、积极向上的精神品质，提高学生职业素养； (4) 培养学生跆拳道教练员职业道德素养。 II 知识目标 (1) 掌握跆拳道运动的基本技术、基本战术、基本理论知识、专项素质训练理论方法； (2) 了解跆拳道判法知识和赛事编排相关知识；熟悉跆拳道教学与训练组织、教法、学法相关知识。 III 能力目标 (1) 具备跆拳道技战术运用能力，能参加级及以上跆拳道比赛的能力； (2) 具备跆拳道训练组织、指导教学、指导比赛的能力，能胜任跆拳道教学、训练指导工作。	1、跆拳道基础理论知识 2、竞技跆拳道基本技术 3、竞技跆拳道基本技战术 4、跆拳道裁判 5、跆拳道品势 6、跆拳道特技	本课程是理论和实训相结合的的课程。以学生为主体，在教学方法上，实训课教学方法要采用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、纠错法、演示法等教学方法。理论课教学方法要采用讲授法、情景教学法、讨论法、任务驱动法等教学方法。 本课程采用过程性评价与终结性评价相结合的考核方式，其中过程性评价占50%，主要是学习平时成绩占20%，实践项目考核成绩占30%；终结性考核占50%，主要是期末考试成绩。

七、教学进程及安排

(一) 教学计划表

1. 公共基础课程教学计划表

表 9 公共必修课程教学计划表

课程类型	课程性质	课程编码	课程名称	考核形式	开设学期	总学时	总学分	理论学时	实践学时	各学期周数和周学时					
										一	二	三	四	五	六
										20	20	20	20	20	20
公共基础课程	必修课	4230001002	思想道德修养与法律基础	※	1	48	3	32	16	4					
		4230001007	大学生职业生涯规划	※	1	18	1	12	6	1					
		4230001169	军事理论	※	1	36	2	36	0	2					
		4230001116	军事技能		1	112	2	0	112	*					
		4230001182	劳动教育		1	16	1	16	0	1					
		4230001170	入学教育		1	28	1	14	14	*					
		4230001117	大学生安全教育	※	1	18	1	18	0	1					
		4230001005	形势与政策		1-6	48	1	48	0	*	*	*	*	*	*
		4230001006	大学生心理健康教育	※	1、2	36	2	24	12	1	1				
		4230001A07	大学英语	※	1、2	108	6	60	48	4	2				
		4230001001	计算机应用基础	※	1、2	72	4	36	36	2	2				
		4230001003	毛泽东思想和中国特色社会主义理论概论	※	2	64	4	48	16		4				
		4230001047	普通话	※	2	28	1.5	12	16		2				
		4230001039	社交与礼仪	※	3	36	2	24	12			2			
		4230001004	应用文写作	※	3	36	2	24	12			2			
		4230002050	创业基础	※	4	32	2	22	10				2		
		4230002051	大学生就业指导	※	5	18	1	12	6					1	
		4230002052	体育文化（校本课程）	※	5	36	2	24	12					2	
		小计：16 门				790	38.5	462	328	16	11	4	2	3	
公共基础课程	任选课	4230000073	文学欣赏	※	2	36	2	24	12		2				
		4230002055	演讲与口才	※	3	36	2	24	12			2			
		4230000138	艺术鉴赏	※	4	36	2	24	12				2		
		4230002054	新媒体概述	※	4	36	2	24	12				2		
		4230000118	书法鉴赏	※	4	36	2	24	12				2		
		4230000119	舞蹈鉴赏	※	5	36	2	24	12					2	
		4230000201	中国历史地理概况	※	3	36	2	24	12			2			
		4230000202	走进故宫	※	4	36	2	24	12				2		
		4230000203	中华国学	※	3	36	2	24	12			2			
公共	任选	4230000204	文化差异与跨文化交际	※	4	36	2	24	12				2		
		4230000205	孙子兵法中的思维智慧	※	3	36	2	24	12			2			

课程类型	课程性质	课程编码	课程名称	考核形式	开设学期	总学时	总学分	理论学时	实践学时	各学期周数和周学时					
										一	二	三	四	五	六
										20	20	20	20	20	20
基础课	基础课	4230000206	西方文明史导论	※	4	36	2	24	12				2		
		4230000207	古希腊文明	※	4	36	2	24	12				2		
		4230000208	党史国史	※	5	36	2	24	12					2	
		任选 3 门				108	6	72	36						

注：“※”为考核课程，其余为考查课程；*为集中开设。理论课理论学时与实践学时一般为2:1；形势与政策为每学期8课时，第六学期纳入毕业教育中开展。劳动教育实践活动安排在课余时间进行。

《大学体育》课程融入专业课教学中。具体体现在专业核心课程-专项技能课程和专业技能选修课程中。

2. 专业（技能）课程教学计划表

表 10 专业必修课程教学计划表

课程类型	课程性质	课程编码	课程名称	考核形式	开设学期	总学时	总学分	理论学时	实践学时	各学期周数和周学时					
										一	二	三	四	五	六
										20	20	20	20	20	20
专业基础课程	必修课	3020012A72	体能训练理论与方法	※	1	36	2	8	28	2					
		3020012095	运动训练学	※	2	36	2	24	12		2				
		3020042148	运动竞赛学	※	2	36	2	26	10			2			
		3020042150	运动损伤与防护	※	3	36	2	26	10			2			
		3020042125	运动人体科学基础	※	3、4	72	4	52	20			2	2		
		3020042877	中国武术史	※	4	36	2	26	10				2		
		小计：6 门				252	14	162	90	2	2	6	4		
专业核心课程	必修课	3020042501	● 武术套路基本功	※	1-3	280	16	16	264	8	4	4			
		3020042502	● 散打	※	1-4	140	8	12	128	2	2	2	2		
		3020042503	● 武术套路拳术	※	2-4	140	8	12	128		4	2	2		
		3020042504	健身气功	※	2	36	2	4	32		2				
		3020042876	民族传统体育概论	※	3	36	2	26	10			2			
		3020042505	武术套路器械	※	2-4	180	10	8	172			2	6	2	
		3080042197	民族民间体育	※	3、4	72	4	24	48			2	2		
		3020042506	青少年体适能	※	4	36	2	8	28				2		
		小计：8 门				920	52	110	810	10	12	14	14	2	
专业拓展课程	必修课	3050012363	新媒体运营实务		3	36	2	18	18			2			
		3080042A19	体育教学与训练	※	4	28	2	16	12					2	
		小计：2 门				64	4	34	30			2		2	
专业实训课程	必修课	3100056A18	认知实习		1	14	0.5	0	14	*					
		3100056B18	跟岗实习		4	42	1.5	0	42				*		
		3100056012	顶岗实习		5、6	480	24	0	480					6 个月	
		3100056013	毕业设计	※	5、6	28	1	0	28					*	*
		小计：4 门				564	27	0	564					150	330

注：“※”为考核课程，其余为考查课程；*为集中开设；“●”为职业资格或职业技能等级证书相关课程。

表 11 专业选修课程教学计划表

课程 类型	课程 性质	课程 编码	课程 名称	考 核 形 式	开 设 学 期	总 学 时	总 学 分	理 论 学 时	实 践 学 时	各学期周数和周学时					
										一	二	三	四	五	六
										20	20	20	20	20	20
专业 选修 课	理论 选修 课程	3050014A03	体育市场营销	※	4	36	2	26	10				2		
		4230000078	学校体育学	※	4	36	2	26	10				2		
		4230000094	教育学	※	4	36	2	26	10				2		
		3040012054	体育保健学	※	4	36	2	26	10				2		
		3050012362	企业人力资源管理	※	5	36	2	26	10					2	
		任选 2 门				72	4	48	24				2	2	
	技能 选修 课程	4230000090	羽毛球	※	4-5	108	6	30	78				4	2	
		4230000114	啦啦操	※	4-5	108	6	30	78				4	2	
		4230000038	篮球	※	4-5	108	6	30	78				4	2	
		4230000099	足球	※	4-5	108	6	30	78				4	2	
		4230000089	舞龙舞狮	※	4-5	108	6	30	78				4	2	
		4230000045	排球	※	4-5	108	6	30	78				4	2	
		4230000052	跆拳道	※	4-5	108	6	30	78				4	2	
		任选 1 门				108	6	30	78				4	2	
		小计				180	10	78	102				6	4	

注：“※”为考核课程，其余为考查课程。

4. 集中实践教学环节教学计划表

表 12 集中实践环节教学计划安排表

类别	项目名称	考核形式	开课 学期	总 学 时	学期/教学周数/学时数						备注
					一	二	三	四	五	六	
					20	20	20	20	20	20	
专业实训 课程	认知实习	考查	1	14	14						
	跟岗实习	考查	4-5	42				14	28		
	顶岗实习	考查	5-6	480					130	350	
	毕业设计	毕业设计考核	5-6	28					20	8	
综合素质 养成	军事技能	考查	1	112	112						
	入学教育	考查	1	28	28						
	劳动教育	考查	1	16	16						
小计				720	170	0	0	14	178	358	

注：劳动教育实践活动安排在课余时间进行。

(二) 教学学时分配

总课时为 2878 学时，理论教学总学时 922 学时，实践教学总学时 1956 学时，总学分 151.5 分。

表 13 教学总学时分配表

序号	课程类型		课程性质	课程门数	教学课时				实践学时比例 (%)	占总学时比例 (%)
					总学分	理论课	实践课	总学时		
1	公共基础课程	公共基础必修课程	必修课	16	38.5	462	328	790	42.5	27.4
2		公共基础选修课程	任选课	3	6	72	36	108	33.3	3.8
3	专业（技能）课程	专业基础课程	必修课	6	14	162	90	252	35.7	8.7
4		专业核心课程	必修课	8	52	110	810	920	88.0	32.0
5		专业拓展课程	必修课	2	4	34	30	64	46.9	2.2
6		专业实训课程	必修课	4	27	0	564	564	100	19.6
7		专业选修课程	任选课	3	10	82	98	180	54.4	6.3
总 计				42	151.5	922	1956	2878	68.2	100
总学时数为 2878，其中：										
（1）理论教学学时数为 922，占总学时比例为 32.0%；										
（2）实践性教学学时数为 1956，占总学时比例为 68.0%；										
（3）公共基础课程学时数为 898，占总学时比例为 31.2%；										
（4）选修课程学时数为 288，占总学时比例为 10.01%。										

八、实施保障与质量管理

(一) 师资队伍

1. 队伍结构要求

学生数与本专业专任教师数比例是 24:1，双师素质教师占专业教师比不低于 70%，专任教师队伍考虑职称、年龄，形成合理的梯队结构。

2. 专任教师要求

具有高校教师资格和本专业领域有关证书；有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心；具有体育教育、民族传统体育项目、体育管理、运动防护、运动心理等相关学科的本科及以上学历；具有扎实

的武术套路、散打、健身气功及民族传统体育专业理论功底和实践能力；具有较强的信息化教学能力，能够开展课程教学改革和科学研究；每5年累计不少于6个月的学校带队训练管理或者体育俱乐部、体育公司等部门实践经历。

3. 专业带头人要求

具有副高及以上职称或同时具备中级职称和研究生学历，政治意识、服务意识、责任意识强，在本省民族传统体育专业领域有一定影响力。能够较好地把握国内外体育行业、民族传统体育专业发展，能广泛联系国内体育行业企业，了解体育行业企业对民族传统体育人才的需求实际，教学设计、民族传统体育专业研究能力、体育科研能力强，组织开展教科研工作能力强。

4. 兼职教师要求

主要从民族传统体育行业企业聘任，具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，具备具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，在相应民族传统体育项目教练员岗位、裁判员岗位或者教师岗位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。

表 14 专业教学团队结构配置与要求

生师比	24:1				
专兼职比	3:1				
双师比	70%				
年龄	20-30 岁 (%)	30-40 岁 (%)	40-50 岁 (%)	50-60 岁 (%)	
	35%	30%	20%	15%	
学历学位	本科 (%)	硕士 (%)	博士 (%)		
	30%	60%	10%		
职称	实习 (%)	助教 (同等职称) (%)	讲师 (同等职称) (%)	副教授 (同等职称) (%)	教授 (同等职称) (%)
	0	20%	40%	30%	10%

(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

2 间智慧教室，配备电子白板或纳米黑板、激光投影设备、多媒体计算机、高清摄像设备与音响设备，互联网接入或 WiFi 环境，并具有网络安全防护措施。高清网络中控可对教室所有设备进行统一管理，一键上课，一键下课，并且可远程操作教室设备；配备可视化综合管理平台，可实现远程教学监控观摩、查看教室动态、进行设备管理与教学转播等功能。理论课精品录播室一间，配备教师场景/跟踪双目摄像机、学生场景/跟踪双目摄像机、板书场景摄像机、导播控制电脑、监听耳机、导播控制台等设备。教学场所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. 校内实训基地基本要求

学生人均教学科研仪器设备不低于 3000 元（《普通高等学校基本办学条件指标（试行）的通知》教发〔2004〕2 号文）。校内实训基地（室）场所及设备、器材种类和数量应能满足专业理论课程实训、普修项目、专项与辅项、专业拓展项目技术教学与实训及专业技能综合实训的需要。

表 15 校内实训基地（室）配置与要求

序号	实验实训 基地（室）名称	功能 （实训实习项目）	面积、设备名称及台套数 要求	容量（一次性 容纳人数
1	运动解剖实验室	搭建人体骨架；展示关节的各种运动形式；展示肌肉的锻炼方法。	50 m ² ，人体骨骼模型、人体肌肉模型、各人体组织器官模型等。	50
2	运动生理实验室	安静状态和运动后血压和脉搏的变化；肌肉力量的测量；血乳酸和血糖的测量。	50 m ² ，尿液分析仪、血乳酸测定仪、掌上血糖测定仪、血压计等	50
3	运动心理实验室	身心症状测评；心理适应性和适应能力测量；自卑心理测量。	50 m ² ，动觉方位辨别仪 3 台、速度知觉测试仪 3 台、时间知觉测试仪 3 台、学习迁移测试仪 3 台、空间知觉测试仪 3 台、注意分配实验仪 3 台、深度知觉	50

序号	实验实训 基地（室）名称	功能 （实训实习项目）	面积、设备名称及台套数 要求	容量（一次性 容纳人数
			仪 1 台、动作稳定器 3 台、 反应时运动时测试仪 1 台、 注意力集中能力测试仪等 3 台	
4	运动康复实训室	常见运动损伤的预防与急救； 常见运动性伤病的诊断与处 理。	120 m ² ，急救模型 2 个，运 动康复设备 10 台	50
5	运动营养实训室	人体营养的评估，运动营养处 方的制订。	50 m ² ，人体成分分析仪， 营养评估表，运动营养制 订软件系统	50
6	国民体质监测实 训室	身高体重；身体成分测定；坐 位体前屈；纵跳；闭目单足； 肺活量；台阶试验，等	50 m ² ；国民体质检测仪系 统、国民体质管理系统、 身体成份分析仪，等	50
7	武术馆	武术教学、比赛、执裁	1000 m ² ，海绵垫 2 床、武 术垫 6 床	200
8	散打馆	散打教学、比赛、执裁	1000 m ² ，40 套护具、40 脚靶等	200
9	田径场	田径教学、比赛、执裁	2 片 400m 塑胶操场等	200

3. 学生实习基、实训教学基地基本要求

按 200 名学生的规模，立足长沙市区，重点辐射邵阳和衡阳、常德等地区，按照专业所需，结合实际情况，运动系按照互补性原则、示范性原则和稳定性原则，通过严格的遴选，分批建成了 20 多个实习、实训基地。真正体现了层次多、地域广的特点，能提供教练员、裁判员、运动员等相关实习岗位，能涵盖当前体育产业发展的主流技术。每个基地配备了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。

表 16 学生实习基地表（部分）

序号	基地名称	实习实训项目
1	湖南省宝宝功夫传播有限公司	武术认知实习、跟岗实习、顶岗实习
2	功夫雪狼文化传播有限公司	武术认知实习、跟岗实习、顶岗实习
3	武林盟文化传播有限公司	散打认知实习、跟岗实习、顶岗实习
4	“壹比壹”新引擎教育集团	武术认知实习、跟岗实习、顶岗实习
5	湖南金鹰飞翔体育发展有限公司	武术认知实习、跟岗实习、顶岗实习

5. 支持信息化教学方面的基本要求

本专业需具备理论课录播室 1 个，民族传统体育项目实践课录播室

1 个；依托学习通教学平台，建设民族传统体育专业教学资源库，创新教学方法、提升教学效果；开通中国知网，方便文献资料、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。完善教材选用制度，经过规范程序择优选用教材。本专业教材选用按照规划教材、职业教育规定教材、校本教材三级模式选用教材。

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。本专业需要专业类图书主要包括：行业政策法规资料、有关职业标准，有关民族传统体育的技术、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. 数字资源配备基本要求

建设民族传统体育专业教学资源库。配备、配齐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

积极推行“学知识、研技术、训技能、赛素养、接产业”五环相扣人才培养模式。

1. 理论课教学方法要求

能运用现代信息化教学方法，以学生为主体，通过案例教学、信息化教学手段，运用讲授法、情景教学法、讨论法、任务驱动法等教学方法，激发学生学习的积极性和主动性。教师在教学过程中尽量将知识点融入到案例中，让学生通过自主学习、分组讨论的形式完成教学任务。

2. 实践（实训）课教学方法要求

能采用小组分班授课方法，以学生为主体，通过项目导向、实践操作等教学手段，运用示范法、讲解法、小组合作学习法、讨论法、演示法等教学方法，激发学生学习的积极性和主动性。教师在教学过程中设定教学目标，制定教学任务单，通过任务驱动的方式指导学生完成学习任务。让学生具备教中做、做中学的能力，强调动作技术或战术的实际运用能力。

（五）学习评价

加强对教学过程的质量监控，改革教学评价的标准和方法。对教师教学、学生学习评价的方式方法提出建议。对学生的学业考核评价内容兼顾认知、技能、情感等方面，体现评价标准、评价主体、评价方式、评价过程的多元化，如观察、口试、笔试、顶岗操作、职业技能大赛、职业资格鉴定等评价、评定方式。

学生课程成绩一般采用“过程性评价+终结性评价”的方式进行，根据各类课程特点设定各自占比。

教师教学评价由学生、同行、专家评价等组成。

表 17 学生学习评价表

一级指标	二级指标	三级指标	成绩评定方式				成绩			
			自评	他评	师评	用人单位评	优秀	良好	合格	不合格
职业道德素养	师德规范	践行社会主义核心价值观								
		遵守教练员职业道德规范								
		遵守裁判员职业道德规范								
	体育情怀	从事教练员意愿								
		坚持以队员为中心，态度端正								
		尊重队员人格								
		富有爱心、责任心								
专业知识学习	平时表现	参与课堂学习活动								
		按时早操情况								
		参与班级活动情况								
		参与社会实践活动								

	期末成绩	作业完成情况									
		卷面成绩									
		实践能力成绩									
专业能力	教练员	运动技能									
		训练计划撰写									
		课堂组训									
	裁判员	裁判理论									
		现场执裁									
		现场记录									
实践能力提升	实训	实训能力水平									
		技能展示水平									
		技能测试达标									
	实习	认知实习									
		跟岗实习									
		顶岗实习									
可持续发展能力	学习能力	训练队伍管理能力									
		自主训练能力									
		体育教育能力									
		训练指导能力									
		环境创设能力									
	合作交流能力	语言表达能力									
		人际交往能力									
		团结协作能力									
		社会适应能力									
	解决问题能力	理论与实践相结合的能力									
		解决实际工作问题能力									
	创新能力	提出问题能力									
		探究问题能力									
		创新思维能力									

（六）质量管理

1. 建立教学质量评价与监测机制

本着“知识和能力”与“态度和习惯”两者并重的教学理念，建立教学质量评价与监测机制。监控内容包含两个方面，一是教学过程的监控，包括备课、课堂教学、课后作业、质量分析几个环节。二是教学效果的监控，包括基础知识、基本技能、实践操作等方面。监测方式，采用集中检查与日常检查相结合、普遍检查和随机抽查相结合、检查与指导相结合、自检与互查、线上与线下相结合的方式，对学生学习和教师

教学的全过程进行监测。

2. 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. 民族传统体育专业建设委员会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

学生在规定年限内，遵守国家法律法规和校纪校规，无纪律处分或已解除，符合学院学籍管理、学生管理等其他制度规定的毕业要求，德、智、体、美、劳全面发展，同时达到以下要求，准予毕业。

（一）课程学分要求

本专业毕业生需修完规定的所有课程（含实践教学环节），完成公共基础课程（44.5 学分）、专业（技能）课程（107 学分）的课程学习，成绩合格，达 151.5 学分，其中含集中实践教学 31 学分。专业必修课程、顶岗实习、劳动教育、毕业设计为不可替代学分。

（二）培养目标与培养规格要求

达到本专业人才培养目标和培养规格相应的职业素养、知识、能力的要求。

（三）毕业设计 with 专业技能考核要求

毕业设计考核与专业技能考核均为合格。

（四）证书要求

1. 原则上至少取得一个或以上与本专业相关的职业资格证书或职业技能登记证书。

2. 取得人文素质测试证书如普通话证书或大学英语等级证书或湖南省高职计算机应用能力考试证书等。

十、附录

(一) 教学进程安排表

表 18 教学进程安排表
专业名称 民族传统体育 (2020 级)

学年	学期	教学进程周次																				课堂教学周数	开学准备周数	实践教学周数						机动周数	考试周数	学期教学总周数	寒暑假周数
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			军训	入学、安全、劳动教育	认知实习	跟岗实习	顶岗实习	毕业设计				
第一学年	一	○	#	#	↑	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	⊙	14	1	2	1	1					1	20	5
	二	○	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	⊙	18	1								1	20	7
第二学年	三	○	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	⊙	18	1								1	20	5
	四	○	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	⊙	17	1				1				1	20	7
第三学年	五	○	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	※	⊙	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	10	1				1	6.5	0.5		1	20	5
	六	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	&	0	0					17.5	0.5	2	0	20	-
总计																						77	5	2	1	1	2	24	1	2	5	120	29
说明		1.三年 6 学期总周数共 120 周。 2.认知实习原则上在专业课开始时安排;跟岗实习根据专业教学进度安排;顶岗实习一般为 6 个月。 3.○开学准备 ↑入学、安全、劳动教育 #军训 ※课堂教学 ⊙考试 △认知实习 ▲跟岗实习 ◇顶岗实习 ■毕业设计 &机动 …放假																															

（二）专业人才培养方案修订组织机构

2020 级民族传统体育专业人才培养方案修订组织机构

建设单位：湖南体育职业学院运动系

系主任：郭世彬

专业带头人：马锐

主要撰写人：马锐

参与编写人员：

校内教师：刘险峰 蒋洪波 刘 飞 夏 东 孙丽娜 伍 瑛
乐宏辉 高远平

企业、行业专家：

游亮东（湖南省武术协会秘书长；湖南省武术队总教练）

曹庆荣（湖南农业大学体育学院院长）

马景卫（中南林业科技大学；国家级裁判员）

陆 辉（深圳市武林盟文化传播有限公司 董事长）

郭文溯（湖南省宝宝功夫文化传播有限公司 董事长）

优秀毕业生：何建钦 汪 淼

(三) 教学计划变更审批表

湖南体育职业学院 民族传统体育 专业

教学计划变更审批表

专业所在部门		变更时间		变更年级	
调整课程名称					
变更内容	变更前		变更后		
调整原因 (可另附变更 论证报告)					
系(院)意见	负责人 签字(盖章): 年 月 日				
教务处意见	负责人 签字(盖章): 年 月 日				
主管院领导 意见	院领导 签字(盖章): 年 月 日				
学术委员会 意见	负责人 签字(盖章): 年 月 日				

说明: 1. 此表一式两份, 其中教务处一份, 提出变更的系部(院)保存一份。

2. 教学培养方案一经制定签发必须保持相对稳定, 确需变更的须在前一学期的前十周申报。