

社会体育专业 专科人才培养方案

一、专业基本信息

专业名称：社会体育

专业代码：570301

入学要求：中等职业学校毕业、普通高级中学毕业或具备同等学力

基本修业年限：三年

二、职业面向

表 1 社会体育专业职业面向一览表

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	职业资格证书或技 能等级证书举例
教育与体 育类（57）	体育类 （5703）	教育 （11001）	中小学体育 教师	中小学体育教师	教师资格证
教育与体 育类（57）	体育类 （5703）	球类场馆 （11307）	球类场馆一 般工作人员	场馆工作人员	场馆管理员证
教育与体 育类（57）	体育类 （5703）	休闲娱乐 场所	健身、健美、 形体教练	健身、健美、形 体教练	健身教练
教育与体 育类（57）	体育类 （5703）	职业运动 （1501）	职业体 （1150110）	裁判人员	裁判资格等级证书

三、培养目标

本专业坚定拥护中国共产党领导和中国特色社会主义制度，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，践行社会主义核心价值观，立足郑州、面向河南、辐射全国，适应新时代健康中国战略和区域经济社会发展需求，培养德智体美劳全面发展，具有较高科学文化素养和高度社会责任感，具备健全人格、创新精神、创业意识、国际视野及科学素养，系统掌握社会体育指导与管理的基本理论、基本知识和基本技能，具有在社会体育活动中进行健身咨询指导、运动技术指导、赛事组织策划

体育经营管理、体育产业运营的基本能力，能够从事社会体育工作、推进社会进步和文明发展、“懂理论、会技能、善指导、能管理”的应用型体育人才。

四、人才培养规格

（一）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、诚实守信、崇德向善、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. 具有安全意识、质量意识、节能环保和绿色施工意识、信息素养、工匠精神和创新思维及终身学习意识；

4. 勇于奋斗、乐观向上，具有自我管理能力、职业生涯规划意识，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，能够形成一到两项特色体育特长或爱好。

（二）知识

1. 熟练掌握社会体育学科的健身指导理论和方法，具备从事社会体育活动咨询、组织管理、健身指导等能力，成长为社会体育指导与管理方面的骨干力量。

2. 熟知先进的社会体育指导与管理理念，能遵循不同群体身心发展规律，熟练运用健身指导的相关知识和技能，解决健身指导过程中遇到的理论与实践问题。

3. 掌握健身俱乐部经营与管理、社区体育组织的指导方法，具有规则意识和团队协作能力，能够充分发挥社会体育的育人功能，做到综合

育人。

4. 具有良好的沟通能力和敏锐的问题意识，能够紧跟社会健身需求及国内外大众健身发展趋势，进行自主学习，表现出较强的反思能力和研究能力，成为具有一定的咨询、指导、管理、策划能力的社会体育工作者。

（三）能力

1. 具有从事业余体育训练和竞赛工作的能力。

2. 具有较强的裁判实践能力和竞赛的组织编排能力。

3. 具有从事群众性体育活动的组织管理、咨询指导、经营开发等方面的基本能力。

表 2 社会体育专业岗位能力分析及支撑课程体系

岗位能力	能力描述	知识结构	课程设置
社会体育指导员	1. 能够运用先进的教育思想、管理理念和信息技术，熟悉不同人群的认知、心理情感与行为表现，具备一定的信息整合与综合设计能力，进行运动处方制定和活动策划。 2. 熟练掌握社会体育组织管理、健身指导、社会调查基本技能，具备利用相关知识和技能分析指导实践中的问题能力。	具备系统扎实的社会体育指导与管理基础知识、专业知识和专业技能，丰富跨专业知识，培养跨领域知识融通能力和实践能力，掌握本专业的研究思路和研究方法，了解本专业相关学科的历史、现状和前沿动态，了解国内外相关政策法规和惯例。	体育概论，社会体育学，体育管理学

岗位能力	能力描述	知识结构	课程设置
小学教师	能够进行小学体育教学和课外活动辅导的能力。	1. 掌握基本的小学体育课堂教学法 2. 课外辅导的知识 3. 课外训练的知识能力	中小学体育教学法、中小学体育基础训练、教育学、普通心理学、运动训练学
行业协会、企业单位的行政工作	行业协会、企业单位从事基本的赛事策划组织宣传工作。	具有较强的沟通表达能力，能够使用准确规范的语言文字，逻辑清晰地表达个人观点，能够与同行和社会公众进行有效沟通，具有一定的宣传和推广能力。	体育概论、体育管理学、体育赛事策划

五、课程结构比例

表 3 社会体育专业课程结构比例表

课程	课程要求	学时	占总学时比例	学分	占总学分比例
公共基础课	必修	528	21%	31	24.8%
	选修	64	2.5%	4	3.2%
专业基础课	必修	352	14%	22	17.6%
专业核心课	必修	224	8.9%	14	11.2%
专业课	必修	288	11.4%	18	14.4%
	选修	224	8.9%	14	11.2%
集中实践教学环节	必修	900	35.8%	26	20.8%
合计		2516	100%	125	100%

表 4 社会体育专业实践教学学时表

实践教学类别	学时	比例 (%)	备注
课内实践	168	9.8%	
独立开设的实践课	640	37.5%	
集中实践教学环节	900	52.7%	
合计	1708	100%	

实践教学学时占总学时的比例为 67.9 %。

表 5 社会体育专业必修、选修学时表

总学时	必修学时	占总学时比例	选修学时	占总学时比例	合计
2516	2228	88.5%	288	11.5%	100%

六、课程设置及授课进程（见附表）

（一）公共基础必修课程设置及要求

包括思想政治理论课、体育、心理健康、创新创业教育、职业发展与就业指导、语文、数学、外语、信息技术等公共基础必修课程。

表 6.1 《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》课程主要教学内容与要求

课程名称： 毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论		学分： 2	学时： 32 理论： 32 实践： 0
课程目标	课程目标 1. 深刻认识中国化时代化马克思主义既一脉相承又与时俱进的理论品质，系统把握马克思主义中国化时代化理论成果所蕴含的马克思主义立场、观点和方法。 课程目标2. 帮助学生树立马克思主义科学信仰，领悟中国化时代化的马克思主义为什么“行”，引导其自觉投身于中国特色社会主义伟大实践，为实现中华民族伟大复兴作出应有贡献。		
主要内容	第一单元 马克思主义中国化时代化的历史进程与理论成果（1）马克思主义中国化时代化的提出；（2）马克思主义中国化时代化的内涵；（3）马克思主义中国化时代化的历史进程；（4）马克思主义中国化时代化理论成果及其关系；（5）学习本课程的要求和方法 第二单元 毛泽东思想及其历史地位（1）毛泽东思想形成发展的历史条件；（2）毛泽东思想形成发展的过程；（3）毛泽东思想的主要内容；（4）毛泽东思想活的灵魂；（5）毛泽东思想的历史地位；（6）科学评价毛泽东及毛泽东思想 第三单元 新民主主义革命理论（1）近代中国国情和中国革命的时代特征；（2）新民主主义革命理论的实践基础；（3）新民主主义革命的总路线；（4）新民主主义革命的基本纲领；（5）新民主主义革命的道路；（6）新民主主义革命的三大法宝；（7）新民主主义革命理论的意义 第四单元 社会主义改造理论（1）新民主主义社会是一个过渡性的社会；（2）党在过渡时期的总路线及其理论依据；（3）适合中国特点的社会主义改造道路；（4）社会主义改造的历史经验和教训；（5）社会主义基本制度在中国的确立 第五单元 社会主义建设道路初步探索的理论成果；（1）以苏联的经验教训为鉴戒；（2）初步探索的重要理论成果；（3）初步探索的意义和经验教训 第六单元 中国特色社会主义理论体系的形成发展（1）中国特色社会主义理论体系形成发展的社会历史条件；（2）中国特色社会主义理论体系形成		

	发展过程 第七单元 邓小平理论（1）邓小平理论首要的基本的理论问题和精髓；（2）邓小平理论的主要内容；（3）邓小平理论的历史地位 第八单元 “三个代表”重要思想（1）“三个代表”重要思想的核心观点；（2）“三个代表”重要思想的主要内容；（3）“三个代表”重要思想的历史地位 第九单元 科学发展观（1）科学发展观的科学内涵；（2）科学发展观的主要内容；（3）科学发展观的历史地位
教学要求	1. 了解马克思主义中国化理论成果的深刻内涵和精神实质，学习和掌握中国特色社会主义基本理论。 2. 坚定建设中国特色社会主义的理想信念，提高学生运用马克思主义的基本立场、观点和方法来分析、认识 and 解决社会现实问题，提升学生独立思考和勇于创新的能力。

表 6.2 《思想道德与法治》课程主要教学内容与要求

课程名称： 思想道德与法治		学分： 3	学时： 48 理论： 40 实践： 8
课程目标	课程目标 1. 通过课程教学，使学生掌握思想道德知识和法律知识。 课程目标 2. 培养大学生的思想道德素质和法律素质，强化责任担当，树立集体主义精神和社会责任感，主动服务国家发展大局，成为德法兼修、全面发展的社会主义建设者和接班人。		
主要内容	1. 理论教学 第一单元 担当复兴大任 成就时代新人（1）我们处在中国特色社会主义新时代；（2）新时代呼唤担当民族复兴大任的时代新人；（3）不断提升思想道德素质和法治素养 第二单元 领悟人生真谛 把握人生方向（1）人生观是对人生的总看法；（2）正确的人生观；（3）创造有意义的人生 第三单元 追求远大理想 坚定崇高信念（1）理想信念的内涵及重要性；（2）坚定信仰信念信心；（3）在实现中国梦的实践中放飞青春梦想 第四单元 继承优良传统 弘扬中国精神（1）中国精神是兴国强国之魂；（2）做新时代的忠诚爱国者；（3）让改革创新成为青春远航的动力 第五单元 明确价值要求 践行价值准则（1）全体人民共同的价值追求；（2）社会主义核心价值观的显著特征；（3）积极践行社会主义核心价值观 第六单元 遵守道德遵循 锤炼道德品格（1）社会主义道德的核心与原则；（2）吸收借鉴优秀道德成果；（3）投身崇德向善的道德实践 第七单元 学习法治思想 提升法治修养（1）社会主义法律的特征和运行；（2）坚持全面依法治国；（3）维护宪法权威；（4）自觉尊法学法守法用法 2. 实践教学 根据教学安排，学生在教师的组织下开展共四次实践活动（如分小组演讲、课下自主调研等），形成实践报告并提交。		

教学要求	1. 指引学生把握人生方向、坚定崇高信念，弘扬中国精神，自觉践行社会主义核心价值观。 2. 遵守道德规范、锤炼道德品格，引领良好的社会风尚。 3. 学习法制思想、养成法制思维，自觉尊法学法守法用法，从而具备优秀的思想道德素质和法治素养。
-------------	--

表 6.3 《形势与政策》课程主要教学内容与要求

课程名称： 形势与政策	学分： 1	学时： 16 理论： 16 实践： 0
课程目标	课程目标 1. 初步了解世界和中国发展大势，正确认识中国特色和国际比较，更具体、深入地理解党的基本路线、重大方针和政策，认清“两个大局”之下的形势和任务。 课程目标2. 系统分析我国经济建设、政治建设、文化建设、社会建设、生态文明建设的重大成就，深刻体会中国特色社会主义现代化建设的“新阶段、新理念、新格局”，深刻认识世情、国情、党情，深刻领会习近平新时代中国特色社会主义思想。 课程目标3. 深入思考中国共产党带领全国人民在共同建设中国特色社会主义过程中彰显的优良传统，思考个人理想与人民福祉的关系，思考个人事业与国家需要的关系，思考“小我”与“大我”的关系。	
主要内容	第一讲 决胜“十四五” 奋发向前行 第二讲 纪念抗战胜利 坚定民族信念 第三讲 正确认识中国经济热点问题 第四讲 阔步迈向农业强国 第五讲 聚焦建设更高水平平安中国 第六讲 践行多边主义 完善全球治理 第七讲 携手周边国家 共创美好未来	
教学要求	本课程是理论武装实效性、释疑解惑针对性、教育引导综合性很强的一门高校思政课。教学以讲授为主，充分利用现代教育技术，采取灵活多样的教学方式，尤其是丰富网络教学资源，逐步实现教学资源共享及云端教学方式。	

表 6.4 《习近平新时代中国特色社会主义思想概论》课程主要教学内容与要求

课程名称： 习近平新时代中国特色社会主义思想概论	学分： 3	学时： 48 理论： 40 实践： 8
课程目标	课程目标 1. 通过本课程的学习，使学生掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的基本精神、基本内容、基本要求，坚持不懈用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践。 课程目标2. 帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观，使其不断积蓄人文底蕴、科学精神职业素养、社会责任感和积极的人生态度，积极践行社会主义核心价值观，成为实现中华民族伟大复兴的合格建设者和新时代中国特色社会主义伟大事业合格的接班人。	

主要内容	1. 理论教学 第一单元 导论：马克思主义中国化时代化新的飞跃（1）习近平新时代中国特色社会主义思想创立的时代背景；（2）习近平新时代中国特色社会主义思想是“两个结合”的重大成果；（3）习近平新时代中国特色社会主义思想是完整的科学体系；（4）习近平新时代中国特色社会主义思想的历史地位；（5）深刻领悟“两个确立”的决定性意义；（6）学好用好习近平新时代中国特色社会主义思想 第二单元 新时代坚持和发展中国特色社会主义（1）方向决定道路，道路决定命运；（2）中国特色社会主义进入新时代；（3）新时代坚持和发展中国特色社会主义要一以贯之 第三单元 以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴（1）中华民族伟大复兴近代以来最伟大的梦想；（2）中国式现代化是强国建设、民族复兴的唯一正确道路；（3）推进中国式现代化行稳致远 第四单元 坚持党的全面领导（1）中国共产党领导是中国特色社会主义最本质的特征；（2）坚持党对一切工作的领导；（3）健全和完善党的领导制度体系 第五单元 坚持以人民为中心（1）江山就是人民，人民就是江山；（2）坚持人民至上；（3）全面落实以人民为中心的发展思想 第六单元 全面深化改革开放（1）改革开放是决定当代中国命运的关键一招；（2）统筹推进各领域各方面改革开放；（3）将改革开放进行到底 第七单元 推动高质量发展（1）完整、准确、全面贯彻新发展理念；（2）坚持和完善社会主义基本经济制度；（3）加快构建新发展格局；（4）建设现代化经济体系 第八单元 社会主义现代化建设的教育、科技、人才战略（1）全面建设社会主义现代化国家的基础性、战略性支撑；（2）加快建设教育强国；（3）加快建设科技强国；（4）加快建设人才强国 第九单元 发展全过程人民民主（1）坚定中国特色社会主义政治制度自信；（2）全过程人民民主是社会主义民主政治的本质属性；（3）健全人民当家作主的制度体系；（4）巩固和发展新时代爱国统一战线 第十单元 全面依法治国（1）坚持中国特色社会主义法治道路；（2）建设中国特色社会主义法治体系；（3）加快建设法治中国 第十一单元 建设社会主义文化强国（1）文化是民族生存和发展的重要力量；（2）建设具有强大凝聚力和引领力的社会主义意识形态；（3）以社会主义核心价值观引领文化建设；（4）铸就社会主义文化新辉煌 第十二单元 以保障和改善民生为重点加强社会建设（1）让人民生活幸福是“国之大者”；（2）不断提高人民生活品质；（3）在共建共治共享中推进社会治理现代化 第十三单元 建设社会主义生态文明（1）坚持人与自然和谐共生；（2）建设美丽中国；（3）共谋全球生态文明建设之路 第十四单元 维护和塑造国家安全（1）坚持总体国家安全观；（2）构建统筹各领域安全的新安全格局；（3）开创新时代国家安全工作新局面 第十五单元 建设巩固国防和强大人民军队（1）强国必须强军，军强才能国安；（2）实现党在新时代的强军目标；（3）加快推进国防和军队现代化 第十六单元 坚持“一国两制”和推进祖国统一（1）全面准确理解和贯彻
------	--

	“一国两制”方针；（2）保持香港、澳门长期繁荣稳定；（3）推进祖国完全统一 第十七单元 中国特色大国外交和推动构建人类命运共同体（1）新时代中国外交在大变局中开创新局；（2）全面推进中国特色大国外交；（3）推动构建人类命运共同体 第十八单元 全面从严治党（1）全面从严治党是新时代党的建设的鲜明主题；（2）以政治建设为统领深入推进党的建设；（3）坚定不移推进反腐败斗争；（4）建设长期执政的马克思主义政党 2. 实践教学 根据教学安排，学生在教师的组织下开展共四次实践活动（如分小组演讲、课下自主调研等），形成实践报告并提交。
教学要求	1. 帮助大学生树立对马克思主义的信仰、对中国特色社会主义的信念、对中华民族伟大复兴中国梦的信心，知行合一、锤炼品格。 2. 帮助大学生深入地理解习近平新时代中国特色社会主义思想的理论体系、内在逻辑、精神实质和重大意义。 3. 帮助大学生不断提高科学思维能力，增强分析问题、解决问题的实践本领。

表 6.5 《综合英语 I》课程主要教学内容与要求

课程名称：综合英语 I		学分：2	学时：32 理论：32 实践：0
课程目标	课程目标 1：培养学生的英语应用能力。帮助学生掌握基本语法和句型，全面提升英语听、说、读、写、译的能力，使学生能够在日常生活和职场情境中熟练运用英语进行有效沟通。 课程目标2：增强跨文化交际意识和交际能力。让学生了解不同文化背景下的交际习惯和文化差异，增强跨文化交际意识，提升跨文化交际能力，能够在国际交流中尊重并适应不同文化，避免文化误解。 课程目标 3：发展自主学习能力。借助配套的数字学习资源和在线学习平台，鼓励学生运用恰当的学习策略，根据自身兴趣、升学、就业等需求，选择合适的学习资源进行自主学习，培养自主学习能力和终身学习习惯。 课程目标4：提升学生的人文素养和综合文化素质。引导学生了解中华优秀传统文化，增强民族自信心和自豪感，培养学生的中国情怀和国际视野。提高综合文化素养，使他们在生活、学习、社会交往和未来工作中能够有效地使用英语，满足国家、社会、学校和个人发展的需要。		
主要内容	第一单元 People: Section A: People and Issues: barbecue party （1）Background Information: Student exchange: normally a program in which middle school students study abroad at their institution's partner institutions Barbecue: usually a form of social gathering at which meats, fish, or fowl, along with vegetables, are roasted over a wood or charcoal fire （2）Text Structure Analysis: Question and Answer style （3）Language Points: exchange partner barbecue next-door neighbor limp; Unfriendly formal short period formally ask sb. For help shake hands 第二单元 Places: Section A: People and Issues: you are here		

	(1) Background Information: Youth hostel: Youth hostel is a kind of supervised shelter providing inexpensive overnight accommodation, particularly for young people. Hostels range from simple accommodations in a farm house to hotels able to house several hundred guests for days at a time. They are located in many parts of the world, usually in scenic areas. People who lodge in youth hostels often cook their own meals, make their own beds, and do other light work. In return they receive temporary accommodation at much cheaper price. Tourist information office: A tourist information office may also be called as visitor center, visitor information center or information center. It provides visitors or travelers with necessary information about the area's attractions, lodgings, maps, and other items relevant to tourism. Often, these centers or tourist information offices are operated at the airport, railway station or other port of entry. (2) Text Structure Analysis: problem-process-end (3) Language Points: convert surprise roundabout upside down instead of turning be easy for sb. To do sth. Ask sb. For directions 第三单元 Shopping: Section A: People and Issues: How they make you buy (1) Background Information: Consumerism: a belief that encourages the purchase of goods and services in ever-greater amounts Impulse purchase: impulse buying, an unplanned decision to buy a product or service, made just before a purchase (2) Text Structure Analysis: propose a problem-list the facts (3) Language Points: expert purchase sorted pre-packed special offer bargain after all display canned bottled frozen captive electrical essential impulse item profit processed profitable at eye level insurance 第四单元 Relationships: Section A: People and Issues: Different countries different families-which is better? (1) Background Information: One-Child Policy: Officially the Family Planning Policy, it is the population control policy of the People's Republic of China (2) Text Structure Analysis: comparison and contrast (3) Language Points: campaign delegate do away with sibling give birth to 第五单元 Entertainment: Section A: People and Issues: Home entertainment in the USA (1) Background Information: MySpace: MySpace (stylized as MySpace, previously stylized as MySpace) is an extremely popular social networking web site that was launched in August 2003. It is owned by Specific Media LLC and pop music singer and actor Justin Timberlake. Its headquarter is in Beverly Hills, California. In June 2012, MySpace had 25 million unique U.S. visitors. MySpace had a significant influence on pop culture and music.
--	---

	(2) Text Structure Analysis: Question-Answer (3) Language Points: tend passive entertain leisure occupy make up socialize account engage vary individual in comparison
教学要求	1. 英语语言能力和综合应用能力 语言知识掌握：要求学生掌握各单元（涵盖人际交往、场所、购物、人际关系、娱乐五大主题）的基本词汇、重点词汇及短语，构建与日常生活和基础场景相关的英语词汇体系。 语言技能训练：聚焦不同场景下的实用语言技能，包括介绍与问候、问路指路及识别路标、购物表达、家庭成员表述、课外活动方式讨论，提升学生在具体情境中的英语沟通应用能力。 语法能力夯实：分单元明确语法重点，依次围绕名词（Nouns）、数字（Numbers）、形容词（Adjectives）、副词（Adverbs）、动词（Verbs）展开专项学习与巩固，帮助学生构建系统的基础语法框架。 写作技能突破：针对不同写作难点进行专项训练，包括填写含个人信息的表格、将混乱句子按合理顺序重写、撰写引导式摘要、自主撰写与回复邮件、撰写引导式致编辑信件，逐步提升学生的英语书面表达与实用写作能力。 2. 文化与背景认知 融入各主题相关的背景知识教学，涵盖学生交换项目、烧烤社交文化、青年旅舍特点、游客信息中心功能、消费主义、冲动消费、中国独生子女政策、MySpace 社交平台等内容，帮助学生了解相关文化现象与背景信息，为语言学习提供情境支撑，间接培养跨文化认知与理解能力。 3. 文本分析 引导学生学习各单元 Section A 文本的结构特点，如问答式、问题 - 过程 - 结果式、提出问题 - 列举事实式、比较对比式，提升学生对不同体裁文本的分析与理解能力。

表 6.6 《综合英语 II》课程主要教学内容与要求

课程名称：综合英语 II		学分：2	学时：32 理论：32 实践：0
课程目标	课程目标 1：在不同职场情景中，对学生进行听、说、读、写、译等语言基本技能的综合训练，帮助学生掌握语言基础知识，培养扎实的语言基本功，提高其在不同职场综合应用语言的能力。 课程目标 2：在教学中融入社会主义核心价值观和职业素养等元素，引导学生树立正确的“三观”，培养学生热爱职业、爱岗敬业的精神，以及与人沟通和交流的职业素养。 课程目标 3：注重培养学生的跨文化意识，提升学生应用跨文化的能力，使学生能够在国际职场环境中更好地进行交流和合作。 课程目标 4：提升学生独立思考、提出问题与解决问题等自主学习能力和批判思维能力，让学生能够根据自身兴趣、升学、就业等需要，运用恰当的英语学习策略，选择合适的学习资源，进行终身学习。		
主要内容	第一单元 Company Section A : Is Volvo Swedish, American or Chinese? (1) Background Information: Volvo and Geely (2) Text Structure Analysis: question-answer		

	(3)Language points:machinery,withstand,ultimate,anniversary,jointly 第二单元 The Office Section A : Is Volvo Swedish, American or Chinese? (1) Background Information:Volvo and Geely (2) Text Structure Analysis: question- answer (3)Language Points:machinery,withstand,ultimate,anniversary,jointly 第三单元 Manufacturing Section A: The Pros and Cons of an Assembly Line (1) Background Information:Ford Motor Company, Assembly Line (2) Text Structure Analysis: discussion (3) Language Points:pros and cons,take pride in, according to, eliminate,prone 第四单元 Environment Section A: News from the Future (1)Background Information: United Nations Environment Programme,Cyclone (2) Text Structure Analysis: discussion (3) Language Points:pros and cons,take pride in, according to, eliminate,prone 第五单元 Business Meal Section A: Chinese Cuisine (1) Background Information:Chinese cuisine, Silk route (2) Text Structure Analysis: introduction (3) Language Points:treasure, selection,precise,characteristic
教学要求	1. 英语语言能力和综合应用能力 词汇与短语：要求学生掌握各单元（公司认知、办公室场景、制造业、环境、商务餐饮）的重点词汇及短语，涵盖商务沟通、办公场景、生产技术、环保、餐饮文化等领域，构建贴合职业与商务场景的词汇体系（如“machinery”“etiquette”“pros and cons”“cyclone”“cuisine”等）。 语法重点突破：分单元聚焦不同语法难点，包括时态与语态（tenses and voices）、名词性从句（nominal clauses）、定语从句与同位语从句（attributive clause, appositive clauses）、状语从句（adverbial clauses）、直接引语与间接引语（direct and indirect speech），通过专项学习夯实语法基础，支撑语言输出。 文本理解：掌握不同文本结构（问答式、讨论式、对比式、介绍式）的分析方法，提升对商务相关文本的解读能力； 写作突破：攻克撰写摘要（Writing a summary）、书面描述流程（describing a process in writing）、撰写正式邀请函等难点，提升实用书面表达能力。 2. 商务与职场沟通技能 公司场景：掌握寒暄、接待访客、自我介绍及公司介绍； 办公室场景：了解办公设备，掌握办公礼仪，应对办公问题，描述人员与工作； 制造业场景：分析标签信息，讨论流水线利弊，描述生产流程； 环保场景：识别污染与再生品，掌握节能方法，解读警示标识； 商务餐饮场景：谈论餐食与场合，匹配中西菜品名，看懂菜单点餐，撰写正式邀请函。 3. 文化与背景认知 融入各单元主题相关的背景知识教学，涵盖企业发展（沃尔沃与吉利）、西方办公商务礼仪（Western Office and Business Etiquette）、制造业历史（福特汽车与流水线）、环保组织（联合国环境规划署）、中西方餐饮文化（中国菜系、丝绸之路）等内容。通过背景补充，帮助学生理解语言背后的文化逻辑与行业常识，为商务 / 职场场景下的英语应用提供情境支撑，间接培养跨文

	化沟通与行业认知能力。
--	-------------

表 6.7 《英语听说 I》课程主要教学内容与要求

课程名称：《英语听说 I》		学分：2	学时：32 理论：32 实践：0
课程目标	课程目标 1. 帮助学生掌握基础的英语语音、语调知识，能够准确辨别常见的英语发音，提升发音的准确性和流畅度。 课程目标2. 培养学生在日常话题，如校园生活、自我介绍、兴趣爱好等方面的听力理解能力，能够听懂简单的对话和短文，并获取关键信息。 课程目标3. 引导学生学会运用基础的英语交际用语进行口头表达，在模拟日常场景中能够进行简单的交流，增强口语表达的自信。		
主要内容	Unit 1 Campus Life: 包含入学注册、宿舍生活、校园问路等场景的听力材料；涉及 freshman brochure、schedule 等重点词汇；学习 small talk 的交际技巧和不同文化的问候方式，开展介绍大学生活的小组项目。 Unit 2 A New Way of Study: 围绕学习安排、与导师沟通、学术诚信准则及图书馆使用的听力内容；重点掌握 integrity、reference 等词汇；学习积极倾听与回应的交际功能，进行设计学习时间表的小组合作。 Unit 3 People Around Us: 关于小组合作、处理队员冲突和难缠室友的听力材料；掌握 I' m not sure whether that' s fair 等句型；学习重音和停顿等交际技巧，完成小组调查项目。 Unit 4 Colourful Activities on Campus: 加入社团、娱乐活动、节日相关的视听材料；涉及 Bungee jumping 等词汇；学习 clarification 的交际技巧，开展周末计划的小组项目。 Unit 5 Leading a Healthy Life: 运动、均衡饮食、健康问题的视听内容；掌握 portion 等词汇；学习反义疑问句的语调，进行烹饪菜品介绍的小组项目。		
教学要求	1. 知识掌握：每单元结束后，能默写本单元80%以上的重点词汇和短语；准确翻译5个核心句型，如关于入学注册的相关表达。 2. 技能运用：课堂上能根据播放的听力材料，在3分钟内完成至少60%的理解题；小组角色扮演中，能运用所学句型完成指定场景的对话，对话时长不少于2分钟。 3. 学习任务：按时完成每单元的课后作业，包括听力练习和口语录音，作业准确率不低于70%；积极参与小组项目，在项目展示中能清晰表达观点，展示时长不少于3分钟。 4. 方法要求：养成每天听15分钟英语材料（如教材配套录音、VOA慢速英语）的习惯，每周提交一次小管家听说打卡练习；课堂上主动参与讨论，每节课至少发言1次。		

表 6.8 《英语听说 II》课程主要教学内容与要求

课程名称：《英语听说 II》	学分：2	学时：32 理论：32 实践：0
----------------	------	------------------

课程目标	课程目标 1. 进一步提升学生的听力技巧，如预测听力内容、抓住细节信息、推断隐含意义等，能够应对更复杂的听力材料。 课程目标2. 拓展学生的口语表达能力，使其能够就社会热点、文化差异、职业发展等稍具深度的话题进行讨论和交流，表达观点清晰、有条理。 课程目标3. 增强学生对英语国家文化背景知识的了解，提升跨文化交际意识，在交流中能够恰当运用文化知识，避免文化误解。
主要内容	Unit 1 Taking the First Step: 寻找实习机会、写简历、参加招聘会的视听材料；涉及 internship、CV 等词汇；学习问间接问题的交际技巧，开展创建理想实习的小组项目。 Unit 2 Preparing for a Job Interview: 面试礼仪、面试建议、小组面试的听力内容；掌握 interview etiquette 等词汇；学习礼貌打断他人的交际功能，进行面试小贴士的小组合作。 Unit 3 Getting Ready for Work: 公司结构、办公室安全准则、办公礼仪的听力材料；掌握 This can cause...; You should/shouldn't... 等句型；学习句子重音的交际技巧，设计英语安全提示语的小组项目。 Unit 4 Dealing with Different Tasks (1): 会议准备、订酒店、处理紧急问题的视听材料；涉及 check - in 等词汇；学习礼貌提建议的交际技巧，开展组织访客参观的小组项目。 Unit 6 Working as a Team: 计划小组项目、处理团队冲突，安排团建活动的听力内容；掌握 campaign, compromise 等词汇；复习提建议常用句型，如 Can/Could you...? 及 Do... 等表达形式；学习自信沟通的交际技巧，进行应用程序推广的小组项目。
教学要求	1. 知识掌握：每单元结束后，能默写本单元 85% 以上的职场相关重点词汇（如 internship、recruitment、etiquette 等）和短语；准确运用 30 个核心句型完成情景对话翻译，如面试应答、会议安排等表达。 2. 技能运用：课堂上能在 4 分钟内完成职场场景听力材料（如面试对话、工作安排通知）的理解题，准确率不低于 70%；小组模拟职场场景（如招聘会交流、团队项目讨论）中，能连贯使用所学句型完成 3 分钟以上对话，语言逻辑清晰。 3. 学习任务：按时完成每单元课后作业（包括简历撰写练习、面试问答录音等），作业达标率不低于 75%；积极参与小组项目（如设计面试小贴士、组织模拟会议），项目展示中能结合跨文化知识提出合理建议，展示时长不少于 3 分钟。 4. 方法要求：每周听 20 分钟职场相关英语材料（如 BBC 职场英语、教材配套职场对话录音），提交 1 份听力笔记；课堂上主动参与职场情景演练，每单元至少完成 1 次角色扮演，表现符合职场交际规范。

表 6.9 《大学语文》课程主要教学内容与要求

课程名称：《大学语文》	学分：2	学时：32 理论：32 实践：0
课程目标	课程目标 1：培养和提高大学生语文知识、文化知识、写作能力、鉴赏能力，提高大学生的基本人文素养，以适应日常交流及专业学习的需要。 课程目标2：帮助学生正确运用规范的现代汉语进行交流，使学生通过学习中国文学名家名作，继承民族优秀的文化传统。	

	课程目标3：理解语文学科的人文性和基础性特点，适应当代人文科学与自然科学日益交叉渗透的发展趋势，成长为全面发展的高质量人才。 课程目标4：通过对文学作品的分析，培养良好的人文修养和审美情趣，提高为人处世、团队协作的能力，树立正确的世界观、人生观和价值观。 课程目标5：扩展个人知识面和视野，辩证看待文化革新与优秀传统文化传承的关系，进行批判性吸收，培养创新意识。
主要内容	第一单元 绪论（1）高中语文与大学语文；（2）本课程的目的任务、学习方法；（3）课程学习要求 第二单元 中外神话（1）中国古代神话的发展与特点；（2）中国神话选讲；（3）欧洲神话的发展与特点；（4）神话的变形 第三单元 如何学习语言（1）语言艺术概说；（2）名家选讲 第四单元 记录文化的文字（1）汉字的产生与发展；（2）汉字的特点。 第五单元 中外典籍（1）典籍概说；（2）中外重要典籍常识介绍；（3）选择一部典籍进行深入探究、讨论（课外调查研究作业，课堂讨论交流） 第六单元 文学艺术（1）文学的产生与发展；（2）文学的审美特征； 第七单元 礼仪文化（1）礼仪概说；（2）礼仪相关作品选讲 第八单元 表演艺术（1）戏剧与戏曲概说；（2）戏剧与戏曲作品选讲 第九单元 文化与传播（1）文化的传播与交流；（2）文化的比较与解读 第十单元 学生作业讲评（1）作业点评与交流；（2）总结学到的经验。
教学要求	1. 了解本课程的基本框架，明确本课程的学习意义。 2. 了解神话概念，中外神话的产生与发展、特点，神话在今天的现实意义。 3. 了解语言的特点和功用，掌握不同语言形式的特点，培养学生热爱母语热爱祖国的情感。 4. 了解文学掌握文字的特点及功用，培养学生热爱文字、研究汉字的热情。 5. 了解中外典籍在人类文化发展中的重要意义，掌握中外重要典籍常识，探究典籍的思想及其影响。 6. 了解文学审美特征，体会文学作品表达的感情，提升自身文学修养。 7. 了解礼仪的故事，将文学作品中蕴含的礼仪文化与现实生活联系起来，帮助学生提升自身修养。 8. 掌握戏剧与戏曲特征，体会戏曲作品表达感情，提升自身艺术欣赏品味。 9. 了解不同文化的传播与交流融合，解读中外文化交流史上的名作。 10. 选取比较具备代表性作业进行点评，让学生在点评中明白自己的不足。

表 6.10 《大学生创业基础》课程主要教学内容与要求

课程名称： 大学生创业基础	学分： 16	学时： 16 理论： 16 实践： 0
课程目标	课程目标 1. 了解创业的基本概念、创业精神的内涵及其与创业能力的关系，熟悉创业教育的重要意义，掌握创业机会识别与评价的基本方法，理解创业资源的内涵与整合策略，明确企业社会责任的内涵及承担策略。 课程目标2. 能够运用创新创业思维识别并科学评价创业机会，掌握创业团队组建与管理的常见方法，具备电商创业平台选择与运营的基本能力，能够完成模拟商战操作和资源整合体验，具备直播创业策划、实操与路演的实践能力。 课程目标3. 树立理性、科学的创业观，强化团队协作意识与社会责任感，	

	培养“互联网+”创新创业思维，具备将创业活动与社会发展相结合的意识，提升创业综合素质与可持续发展能力。
主要内容	第一单元 创业概述（1）课程介绍与考核方式；（2）创业定义与要素；（3）创业教育的意义与创业精神 第二单元 创业团队（1）创业者的定义、能力结构与动机；（2）创业团队的概念、组建与管理 第三单元 模拟商战/创业资源（1）模拟商战系统操作与资源整合体验；（2）创业资源的内涵、种类与获取途径 第四单元 创业机会（1）创业机会的来源、类型与特征；（2）创业机会识别与评价方法 第五单元 企业社会责任（1）企业社会责任的概念和内涵；（2）企业社会责任的承担策略与 ISO26000 体系 第六单元 直播创业入门（1）直播创业的形式；（2）直播开播前准备、直播中要点与播后工作 第七单元 直播实操（1）直播全流程实战解析；（2）主播核心能力实训练习；（3）直播合规与违禁词解读 第八单元 模拟直播路演（1）模拟直播带货；（2）主播工作体验
教学要求	1. 理解创业精神在当今时代的价值，能够结合互联网经济背景分析创业对策。 2. 掌握创业团队的 5P 要素，能够进行角色分配并分析优秀团队的组建策略。 3. 能够通过模拟商战系统操作，感受市场机会捕捉和资源整合利用，提升创造性解决问题的能力。 4. 能够识别创业机会的类型与风险，运用科学方法进行机会评价与风险应对。 5. 掌握企业社会责任的承担策略，能够运用 ISO26000 体系分析企业社会责任策略。 6. 具备直播创业策划与实操能力，能完成直播间搭建、脚本策划、产品讲解与互动控场。 7. 掌握直播合规要求，能识别并规避常见违禁词，树立合规直播、诚信经营的理念。 8. 通过模拟直播路演实训，全面体验直播带货流程，提升团队协作与现场沟通能力。

表 6.11 《大学生职业发展》课程主要教学内容与要求

课程名称：	大学生职业发展	学分：1	学时：16 理论：16 实践：0
课程目标	课程目标 1: 能够全面地认识自己的兴趣性格能力价值观等情况；能够理解职业世界发展的特点和趋势，并把握目标职业的最新信息；掌握基本的职业生涯决策制定行动计划和评估修正的方法。 课程目标2: 能够开展基本的自我探索职业探索活动，具备生涯决策与自我规划管理相关能力；能够在团队合作中，提升人际交往沟通表达解决问题等通用职业技能。 课程目标3: 正确认识职业规划的重要意义，提升职业规划与学业规划的主动性与积极性，能够将个人发展与社会需求相结合，把个人成长发展积极		

	融入国家建设，从而树立正确的成才观和求职择业观。
主要内容	第一章 大学生职业发展概述（1）课程介绍；（2）认识大学；（3）职业生涯规划概述；（4）职业生涯规划基本步骤。 第二章 自我探索-职业兴趣和性格（1）自我认知概述；（2）兴趣与职业；（3）性格与职业。 第三章 自我探索-职业能力和价值观（1）能力的概念与分类；（2）职业能力的形成与培养；（3）价值观与职业价值观的澄清；（4）树立正确的职业价值观。 第四章 初探职业世界（1）探索职业世界的目的与意义；（2）职业世界探索的维度、方法与任务（3）认识职业新世界。 第五章 职业决策与行动计划制定（1）职业决策概述；（2）职业决策的基本方法；（3）职业决策方法的运用。 第六章 时间管理与学业规划（1）时间管理之四象限法则；（2）目标管理之 SMART 原则；（3）学业管理。 第七章 职业生涯规划书（1）职业生涯规划书的内容；（2）职业生涯规划书的评估修正。 第八章 职业情景体验（1）以小组为单位准备职业情景剧；（2）小组进行互评评价；（4）评选班级优秀成果。
教学要求	1. 助力学生转变观念适应大学生活，建立职业生涯规划意识并理解其重要性，同时掌握自我认知的理论方法与评估工具，明晰自身特质及其与职业发展的关联，初步形成正确职业理想。 2. 引导学生了解职业世界探索的意义，掌握职业信息搜集方法与科学决策方法，结合自身实际选定职业目标方向，融入国家情怀并制定行动计划，树立积极探索心态。 3. 帮助学生理解学业、时间及目标管理的内涵，掌握相关管理方法，结合自身规划大学生活，建立积极的管理意识与行动自觉。 4. 使学生掌握职业生涯规划书的核心模块、撰写要求并能实际制作实施，同时学会搜集整理职场信息并演绎，明确职场环境特点及信息与真实职场的差异，提升实践评价能力。

表 6.12 《大学生就业技能指导》课程主要教学内容与要求

课程名称： 大学生就业技能指导	学分：1	学时：16 理论：16 实践：0
课程目标	课程目标 1. 树立积极正确的人生观、价值观和就业观念，把个人发展和国家需要、社会发展相结合，确立职业的概念和意识，愿意为个人的生涯发展和社会发展主动付出积极的努力。 课程目标2. 较为清晰地认识自己的特性、职业的特性以及社会环境；了解就业形势与政策法规；掌握基本的劳动力市场信息、相关的职业分类知识以及创业的基本知识。 课程目标3. 掌握自我探索技能、信息搜索与管理技能、生涯决策技能、求职技能等，还应该通过课程提高学生的各种通用技能，比如沟通技能、问题解决技能、自我管理技能和人际交往技能等。	

主要内容	第一章 就业形势与就业准备（1）国家就业形势分析；（2）大学生毕业去处分析；（3）了解各地人才流动政策；（4）做好就业准备 第二章 择业定位（1）择业定位的要素和方法；（2）择业定位的过程；（3）择业目标与简历； 第三章 求职信息与简历制作（1）求职信息的收集；（2）准备求职材料；（3）简历的制作； 第四章 面试准备和面试礼仪（1）谙熟面试本质；（2）礼仪概述；（3）求职礼仪； 第五章 半结构化面试（1）了解笔试；（2）了解面试；（3）面试的自我介绍；（4）半结构化面试； 第六章 职业新世界（1）新兴职业的兴起；（2）新兴职业的介绍；（3）树立科学多元就业观念； 第七章 就业心理调适（1）转换职场角色；（2）适应职场环境；（3）就业过程中常见的心理问题及原因；（4）大学生就业心理调适的方法；（5）实现职业发展； 第八章 就业权益与就业流程（1）就业协议书和劳动合同；（2）离校就业报到事项；（3）就业权益与法律保护
教学要求	1. 国家就业有利形分析；如何做好就业准备。 2. 正确认知自我（兴趣、性格、能力、价值观）；客观认识外界环境，合理进行择业定位。 3. 了解求职材料的内容；求职简历的制作方法。 4. 做好面试前准备；面试礼仪和技巧。 5. 掌握自我介绍及结构化面试应对技巧。 6. 了解新兴职业，并掌握与自身的匹配原则。 7. 熟悉常见的就业心理问题及原因，掌握大学生就业心理调适的方法。 8. 明白就业协议书的填写要求，劳动合同的基本内容，人事代理的程序，高校毕业生确保就业权益的方法。

表 6.13 《大学生心理健康教育》课程主要教学内容与要求

课程名称：大学生心理健康教育		学分：	学时：32 理论：32 实践：
课程目标	课程目标 1：了解心理学的有关理论，明确心理健康的标准及意义，了解大学阶段人的心理发展特征及异常表现，掌握自我调适的基本知识。 课程目标2：掌握自我探索、心理调适及发展技能。如学习发展、环境适应、压力管理、问题解决、自我管理、人际交往技能等。 课程目标3：树立心理健康发展的自主意识，在遇到心理问题时能够进行自我调适或寻求帮助，积极探索适合自己并适合社会的生活状态。		
主要内容	第一单元：心理健康与心理咨询：心理健康；心理咨询 第二单元：大学生自我意识：自我意识的概念、内容、结构；自我意识的形成与发展；大学生自我意识常见偏差；大学生自我意识的提升 第三单元：大学生人格与心理健康：人格相关概念的介绍；健康人格的主要表现；当代大学生的人格特点；人格偏差主要类型及其表现；大学生健全人格培养的途径和方法 第四单元：大学生学习心理：学习的意义和特点；学习的动机与兴趣；学		

	习策略；大学生学习中常见问题及大学生常用学习技巧 第五单元：大学生人际关系：人际关系的含义、理论、功能和影响因素；大学生人际交往的特点与问题；人际交往的技巧与人际问题的调适方法 第六单元：大学生恋爱及性心理：爱情的本质；大学生恋爱心理发展的规律特点和存在的问题；性心理的发展和大学生性心理的特点；大学生性心理问题及调适的方法；爱的教育 第七单元：大学生情绪调节与挫折应对：情绪及大学生的情绪特征；大学生常见情绪困扰及应对方法；压力、挫折及其对大学生的影响；压力与挫折的应对 第八单元：大学生生命教育生命的相关概念：大学生生命教育意义；心理危机及其干预的相关概念；危机干预主要步骤方法
教学要求	1. 了解并掌握心理健康的自我保健方法，正确认识心理咨询 2. 了解自我意识，理解自我意识的偏差，健全自我意识的标准和塑造 3. 了解经典人格理论，辨析人格的概念和特点，学习完善人格的方法 4. 了解学习的意义及特点，理解学习的动机，掌握学习和记忆的策略 5. 了解人际关系的基本理论和大学生人际交往的特点，掌握基本的人际交往技巧与人际问题的调适方法 6. 了解恋爱心理及性心理发展的规律，掌握恋爱问题的处理方法和性心理问题调适方法 7. 了解情绪，理解大学生常见的情绪困扰，掌握识别、探索和管理情绪的方法 8. 了解压力和挫折，掌握压力和挫折的应对方法，尊重生命、热爱生命，识别心理危机信号，掌握初步的危机干预方法

表 6.14 《劳动通论》课程主要教学内容与要求

课程名称：《劳动通论》		学分：1	学时：16 理论：16 实践：0
课程目标	课程目标 1. 树立正确的劳动观念。正确理解劳动是人类发展和社会进步的根本力量，牢固树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的思想观念。 课程目标2. 具有必备的劳动能力。掌握基本的劳动知识和技能，增强智力和创造力，能够理论联系实际，在劳动过程中具体应用。 课程目标3. 具备全面的劳动素养。继承中华民族勤俭节约、敬业奉献的优良传统，弘扬开拓创新、砥砺奋进的时代精神，提高在劳动实践中科学、合理处理问题的能力，健康生活，健康工作。		
主要内容	专题一劳动概论 （1）劳动的内涵与意义；（2）马克思主义劳动观和新时代劳动观。专题二劳动精神、劳模精神、工匠精神与劳动教育 （1）劳动精神、劳模精神、工匠精神的内涵；（2）劳动教育的价值与意义。 专题三马克思劳动价值论与劳动中常见的经济现象 （1）马克思劳动价值论；（2）劳动力供给与需求；（3）劳动与人力资本投资。专题四劳动中的管理科学 （1）劳动与工作效率管理；（2）劳动与激励管理；（3）劳动调查研究。专题五劳动者社会化与社会保障 （1）劳动者社会化的相关概念；（2）职业与职业流动；（3）劳动社会保障。专题六劳动中的法律问题 （1）劳动法律制度与公平就业；（2）劳动与劳动基准法；（3）劳动		

	与劳动合同法；（4）劳动与劳动争议处理法律制度。专题七劳动者的心理健康（1）劳动的心理过程；（2）劳动效率与心理效应；（3）劳动的生物节律；（4）劳动与压力管理。专题八劳动安全与应急处置（1）安全与危险；（2）劳动安全与职业健康；（3）安全应急逃生；（4）劳动安全事故责任。
教学要求	1. 理解劳动的内涵和意义，了解劳动精神、劳模精神、工匠精神的内涵。 2. 掌握马克思主义劳动观、习近平新时代劳动思想，通过对劳动教育内容的学习，形成正确的劳动价值观，培植新时代劳动精神。 3. 掌握劳动与哲学、教育、经济、管理、社会、法律、心理、安全等八个通用劳动科学知识专题的重点内容，拓展对通用劳动科学知识的认知，能够运用科学理论分析劳动中的实际问题，提升运用工具解决问题的能力。

表 6.15 《人工智能通识》课程主要教学内容与要求

课程名称： 人工智能通识		学分：2	学时：32 理论：16 实践：16
课程目标	课程目标 1. 掌握计算机、多媒体、网络及人工智能基础知识，构建数字化技术知识框架。 课程目标2. 熟练操作基础办公软件与 AI 大模型工具，实现创作与分析的独立实践。 课程目标3. 具备运用数字化工具解决实际问题的能力，培养在专业领域中使用计算机技术的基本素养。		
主要内容	第一单元 信息技术基础（1）计算机概述；（2）计算机系统组成；（3）多媒体技术 第二单元 网络安全（1）计算机网络技术；（2）Internet 概述；（3）互联网新技术；（4）网络安全 第三单元 人工智能概述（1）人工智能的定义与特征；（2）人工智能的起源与早期研究；（3）人工智能发展的关键事件与代表性成果；（4）人工智能的主要技术；（5）人工智能未来主要发展趋势 第四单元 人工智能要素（1）数据科学；（2）算法概述；（3）算力概述 第五单元 人工智能应用（1）自然语言处理；（2）计算机视觉；（3）智能驾驶 第六单元 大模型和生成式人工智能（1）大模型和生成式人工智能概述；（2）大模型和生成式人工智能的核心技术；（3）大模型和生成式人工智能具体应用；（4）提示词工程的基本概念与发展背景；（5）提示词设计中的关键原则与技巧；（6）提示词的调试与优化方法 第七单元 人工智能伦理与道德（1）人工智能伦理的概念；（2）人工智能带来的安全问题；（3）人工智能引发的就业挑战；（4）人工智能带来的责权划分问题；（5）人机关系问题		
教学要求	1. 理解计算机、多媒体、网络和人工智能相关的一些基础知识。 2. 熟练掌握基础的办公软件和AI 大模型等应用技术，能独立使用计算机和大模型工具开展创作与分析。 3. 具备一定的综合运用数字化工具解决实际问题的能力，在未来的学习、科研、工作过程中提供坚实的技术支撑与创新能力保障。 4. 能够批判性地评估AI 生成内容的可靠性和局限性，理解AI 技术的潜在		

	偏见和风险。
--	--------

（二）专业（技能）课程设置及要求

包括专业核心课程、专业课、专业技能课及有关实践性教学环节。

专业核心课：社会体育导论、体育管理学、体育市场营销、篮球足球、健身理论与指导、羽毛球

表 7.1 《体育概论》课程主要教学内容与要求

课程名称： 体育概论		学分： 2	学时： 32 理论： 32 实践： 0
课程目标	课程目标 1. 通过教学活动，使学生在坚定理想信念、厚植爱国主义情怀、加强品德修养、增长知识见识、培养奋斗精神、增强综合素质等方面得到提升。实现通过体育理论知识的学习与体育锻炼和体育竞赛相结合，发挥学生主导作用，激发学生学习兴趣，达到享受乐趣，增强体质，健全人格，锤炼意志的目的； 课程目标2. 能够正确理解体育的基本概念、本质属性和目的任务；掌握社会主义制度下体育的结构、功能与作用，手段与途径；全面了解体育科学的形成和发展、体育科学体系、我国体育文化的演变和奥林匹克文化在我国的传播过程；了解构成体育过程的基本要素，以及体育过程与健身过程、竞技过程和娱乐过程的关系；了解中外体育的管理体制、我国体育体制改革趋势及未来体育的发展趋势； 课程目标3. 能够从整体的视角认识体育这一特殊的社会文化现象，而非单纯就体育论体育，要将体育置于政治、经济、文化、教育和社会发展的大系统中加以研究和认识；要正确理解体育的本质和特征，能从体育的各种现象中探索其发展规律； 课程目标4. 具备正确的体育思想、体育观念和体育意识，热爱社会主义体育事业，明确自己作为体育专业学生的职责和任务；能够运用正确的认识论和方法论，系统地、全面地、深入地分析、解决体育问题。能够将理论知识应用到实际过程中去，促进学生理论水平和实践能力全面提高，为将来从事体育教学、训练、社会体育指导及体育科学研究工作等打下坚实的基础。		
主要内容	绪论 讲解体育概论的研究对象、体育概论的建立、发展和学科基础。 第一章 体育概念 讲解体育概念有利于提高分析体育实践问题的能力。 第二章 体育功能 学习理解体育功能的流动性、变化性、层次性，使学生掌握体育功能的概念以及体育功能的分类。 第三章 体育目的 学习并使学生明确体育目的的依据以及目标的基本途径。 第四章 体育手段 使学生明确身体练习的基本理论和要素并能结合实际情况灵活运用。 第五章 体育科学 掌握体育科学的属性与分类体系。 第六章 体育过程 掌握体育过程的本质、特点，了解体育过程的结构与控		

	制，理清体育过程与相关过程的区别和联系。 第七章 体育文化 通过教学使学生了解体育文化的概念和功能、通过教学使学生理清中西方体育文化的区别、通过教学使学生了解奥林匹克文化的内涵。 第八章 体育体制 通过教学使学生了解体育体制的含义以及体育体制与社会发展之间的关系、通过教学使学生了解不同类型体育体制的主要特征、通过教学使学生了解我国体育体制的形成与演进过程。 第九章 体育发展趋势 通过教学使学生能从全局上把握体育的发展趋势、深刻领会体育对增进人类健康发挥着独特的作用、理解体育对有效促进人的现代化所发挥的不可替代的积极作用。
教学要求	1. 掌握体育的基本知识与理论框架。要求学生系统了解和掌握体育的本质、起源、发展历程、基本概念、术语以及体育的内部结构。 2. 培养分析与思考体育现象的能力。引导学生运用所学理论，独立思考和当前社会中的各种体育现象、热点问题和未来趋势，提升批判性思维和逻辑分析能力。 3. 树立正确的体育价值观与职业素养。通过课程学习，使学生深刻理解体育的功能与价值（如健身功能、教育功能、社交功能、经济功能等），内化体育精神，并培养对体育事业的认同感、责任感和职业道德。 4. 具备理论联系实际的应用能力。将抽象的理论知识与具体的体育实践、社会生活和个人体验相结合，能够运用理论解释实践，并能将实践中的问题提升到理论层面进行反思。

表 7.2 《健康教育学》课程主要教学内容与要求

课程名称：《健康教育学》		学分：2	学时：32 理论：32 实践：0
课程目标	课程目标 1. 通过本课程的学习，使学生树立现代的健康意识，增强防病意识和自我保健意识，掌握维护健康的知识和方法，提升健康素养，养成文明、健康的生活方式，防止疾病的发生，提高心理适应能力和生活质量，促进学生身心全面健康； 课程目标2. 引导学生将本课程和医学、心理学及运动训练学等相关课程进行有机联系，掌握疾病预防的能力，提高心理适应能力，提升科学训练的健康理念，促进学生健康知识并形成健康的行为； 课程目标 3. 通过心理健康学习，掌握正确应对学业、人际关系等方面的不良情绪和心理压力必需的相关技能，具有表达能力、倾听能力、理解能力和协调能力，知道人际交往与沟通的基本礼节、一般要求和方式方法； 课程目标 4. 使学生树立服务社会的理念，向社会、家庭和其他个人传授健康知识，增强学生在维护和促进全民健康方面的社会责任感和示范引领作用，具备一定的诊断健康问题、组织健康教育的能力。		
主要内容	第一单元 健康教育：讲解健康、健康教育、健康促进的概念，健康自我管理的步骤、原则和方法，培养自己作为健康教育者应具备的能力。 第二单元 健康促进：高校学生面临的主要健康问题和影响因素；健康促进的内涵和基本原则。		

	第三单元 健康行为：掌握有害健康行为的病因及预防策略，掌握烟草、毒品危害，掌握酗酒、滥用镇静催眠药等成瘾性药物的危害及防范。 第四单元 健康体能：健康体能的定义，健康体能的组成部分，健康体能的训练原则 第五单元 心理健康：心理健康与身体健康的关系；自我心理调适与技能，促进积极情绪与缓解不良情绪的基本方法；维护良好人际关系与有效交流的方法；珍爱生命。 第六单元 饮食健康：饮食与健康的关系，七大营养素，健康饮食的核心，平衡膳食的要求，中国居民平衡膳食的基本要求，中国居民平衡膳食宝塔的使用方法。 第七单元 健康睡眠：讲解睡眠的生理学基础和生理功能，睡眠的结构和调控，睡眠节律，失眠症、嗜睡症睡眠呼吸暂停低通气综合征的诊断、症状、体征和治疗。 第八单元 性健康：性道德；堕胎危害；艾滋病的传播、流行与控制，艾滋病的高危行为和预防措施。 第九单元 合理用药：讲解药物与机体的关系，常见用药的误区，不合理用药的危害，合理用药的原则。 第十单元 体重控制：肥胖的评价方法和评价标准，肥胖产生的原因，肥胖的治疗和预防。 第十一单元 疾病预防：掌握常见传染病（如流感、病毒性肝炎等）的预防方法；掌握慢性非传染性疾病的基本知识、预防原则和常规措施；了解抗生素滥用对健康的危害。 第十二单元 环境与健康：人与环境的关系，大气、水体、土壤污染对健康的影响。 第十三单元 个人卫生与保健：生活护理、体育卫生、体育环境、准备活动、整理活动的概念。 第十四单元 生命教育：生命教育的基本概念、生命教育的基本理论。具备珍爱生命的意识，掌握生命救助的方法。
教学要求	1. 树立现代健康意识，理解并掌握健康的概念、内涵及相关知识，明确影响健康的各类因素，构建系统的健康知识体系。 2. 提升学生自我保健能力，能运用所学知识和技能维护自身健康，同时培养学生向社会传播健康知识、组织健康教育活动的的能力，具备一定的健康问题诊断和干预能力。 3. 引导学生养成文明、健康的生活方式，纠正不良卫生习惯和生活行为；增强学生维护全民健康的社会责任感，树立正确的健康价值观、环保理念和生命观，促进学生身心健康和全面发展，符合社会体育指导与管理专业人才培养对健康素养的要求。

表 7.3 《体育社会学》课程主要教学内容与要求

课程名称： 体育社会学	学分： 2	学时： 32 理论： 32 实践： 0
课程目标	课程目标 1. 能够在教学过程中认真对学生进行思想品德教育，在课程教学中有机融入课程思政元素，实现专业教育和思政教育的有机融合。以身作则，教书育人，在教学过程中发挥主导作用，激发学生学习兴趣； 课程目标2. 能够深刻理解体育社会学在中国经历了引进恢复、组织加强与学科独立发展等阶段。改革开放以来，体育社会学在许多领域都展开了研究，为体育改革与发展提供了理论基础，教学要使学生深刻理解体育在现代社会中起到的不可替代作用； 课程目标3. 能够使学生了解体育社会学的基本理论知识，掌握体育与其他社会现象之间的关系、体育的社会结构、体育的社会过程等知识点，培养学生运用社会学知识分析解决体育社会实践问题的能力； 课程目标4. 能够使学生将理论知识应用到实际过程中去，促进学生理论水平和实践能力全面提高，为将来从事体育教学、训练、社会体育指导及体育科学研究工作等打下坚实的基础。	
主要内容	第一章 体育社会现象的社会学分析：讲解有关体育社会现象的几个基本命题包括体育是社会大系统中的一个子系统，体育是社会文化的重要组成部分，体育是社会的缩影和聚焦，体育必须紧随社会的发展与时俱进。 第二章 体育运动的社会分层、流动与控制：学习掌握社会分层和社会流动的概念，认识社会分工是社会分层的终极根源。 第三章 社会结构中的体育运动：学习体育与各社会要素之间的关系以及互动机制。 第四章 社会文化中的体育运动：了解文化的各种定义，综合把握文化的内涵、特征、结构和功能。 第五章 社会进步中的体育运动：掌握体育社会问题的一般特征和对体育社会问题研究的理论。 第六章 社会制度中的体育运动：掌握不同社会制度下体育运动的异同。 第七章 社会关系与互动中的体育运动：理解体育运动作为人类独特的社会文化活动，与人类社会会发生密切联系，是促进个体社会化的重要途径。 第八章 社会生活中的体育运动：了解现代社会健康隐患、理解亚健康人群面临的身体健康危害，掌握休闲体育的理论价值与实践意义。 第九章 竞技体育的社会学分析：学习了解我国竞技体育体制，分析我国竞技体育体制运行中存在的问题。 第十章 社会体育的社会学分析：学习社会体育活动是现代社会公民的一项基本权利，为解决日益严重的国家健康安全问题，社会体育要做出应有的贡献。 第十一章 体育群体与人群体育的社会学分析：学习了解我国目前所处社会现状，掌握我国社会进入老龄化的基本态势，客观分析老龄化社会带来的社会问题。 第十二章 体育运动中与民族与宗教问题：学习理解竞技体育对树立民族形象，强化民族意识，增强民族凝聚力的积极作用。 第十三章 体育的社会问题：学习掌握体育的社会问题基本特点，分析我国	

	目前所面临的体育的社会问题。 第十四章 体育社会学研究方法：掌握体育社会学的研究对象和基本问题，了解体育社会学的研究领域。
教学要求	1、使学生从宏观上了解体育的社会功能。 2、从微观中知晓体育在社会发展过程中的作用，掌握体育与人的相互关系。 3、引导学生以实事求是的科学态度发现并探讨体育实践中的实质性问题，培养学生鉴别是非、分析实际问题的能力，为后续课程学习打下良好基础。

表 7.4 《田径》课程主要教学内容与要求

课程名称：《田径》		学分：4	学时：74 理论：57 实践：8
课程目标	课程目标 1：发展学生的力量、速度、耐力、柔韧和协调等身体素质。 课程目标 2：掌握跑与投掷的基本技术和技能，掌握大众从事田径科学健身指导技能。 课程目标 3：提高学生的力量、速度、柔韧和协调等身体素质，使学生田径项目运动能力得到提高，培养学生参加体育运动的兴趣，提高学生的健康水平，为其它运动项目的技术教学奠定良好的身体基础。 课程目标4：培养学生吃苦耐劳、艰苦奋斗的品质、团结协作和遵纪守法的精神、增强从事社会体育指导与管理工作的事业心和责任感等思想品质。		
主要内容	第一单元 田径运动导论：概述田径运动的定义、发展及其“运动之母”的基础地位，阐述其对全面提高身体素质的价值，并介绍其分类体系，为后续学习奠定基础。 第二单元 田径运动技术原理：讲解走、跑、跳、投等人体基本运动形式的生物力学原理，重点分析速度、力量、动量等关键要素如何影响运动表现，为技术学习提供理论支撑。 第三单元 跑类项目：分析短跑、中长跑、跨栏跑的技术环节，包括起跑、加速、途中跑和冲刺，并简述不同项目的能量供应特点与基本战术要求。 第四单元 跳跃类项目：介绍跳远、跳高等项目的技术共性，即如何通过助跑、起跳、腾空和落地四个阶段，将水平速度转化为垂直高度或远度。 第五单元 投掷类项目：阐述铅球、标枪等项目的投掷原理，重点说明通过滑步或旋转预加速，并结合最后用力技术，实现力作用于器械的最佳效果。 第六单元 田径教学与训练法：简述田径教学的基本原则与步骤，并介绍发展速度、力量等专项素质的常用训练方法与计划制定要点。 第七单元 田径竞赛与裁判法：概括田径竞赛的组织流程、各项目比赛的基本规则和裁判员的核心职责，旨在培养赛事组织与执裁的基本能力。		
教学要求	1. 理解学科定位与基础工具 要求学生明确田径作为运动基础的重要地位，理解其对全面提高身体素质的核心价值。掌握跑、跳、投等基本技术术语，并能运用解剖学术语准确描述动作要领，奠定科学训练基础。 2. 掌握核心知识体系		

	熟悉运动系统中骨、关节和肌肉的结构功能，理解不同项目技术动作的力学原理。了解呼吸、循环等系统对田径运动的供能与调控作用，建立人体运动科学认知框架。 3. 具备基础应用能力 能识别主要运动结构，分析典型技术动作的关节运动与肌肉工作特性。运用生物力学原理判断动作合理性，为技术改进提供依据。 4. 能结合田径实践应用 能用所学知识指导训练计划制定，设计专项素质训练方法。分析常见损伤成因并提出预防措施，根据不同人群特点科学适配训练内容。
--	---

表 7.5 《体能训练》课程主要教学内容与要求

课程名称： 体能训练		学分：32	学时：32 实践：32
课程目标	课程目标 1. 在教学过程中认真对学生进行思想品德教育，有机融入课程思政元素，弘扬爱国主义精神与奥林匹克体育精神，实现专业教育与思政教育的融合。 课程目标2. 使学生掌握体能训练的基本概念、分类、价值与原则，了解其发展趋势，建立科学的训练观念； 课程目标3. 掌握六大基础动作模式，学会测评与改善关节功能及核心控制能力，具备基础力量与功能性训练的设计与实施能力 课程目标4. 掌握综合体能训练与专项体能训练的基本方法，能根据不同人群需求设计合理的训练方案，提升运动表现与指导能力； 课程目标5. 培养学生具备初步的科学研究意识与创新能力，了解体能训练领域的前沿动态，为从事社会体育指导、训练与管理等工作奠定基础。		
主要内容	第一单元 体能训练概述：介绍体能训练的概念、分类、价值与原则，了解其发展趋势与意义。 第二单元 关节功能与核心控制：讲解核心稳定性的概念与作用，掌握关节灵活性与稳定性的测评与训练方法。 第三单元 基础动作模式：介绍六大基础动作模式（屈髋、双腿蹲、单腿蹲、上肢推、上肢拉、旋转），掌握其解剖学与生物力学基础。 第四单元 基础力量与功能性训练：讲解基础力量训练方法（如深蹲、卧推、硬拉等）与功能性训练（如爆发力、敏捷性训练等）。 第五单元 综合体能训练：介绍力量、速度、耐力、灵敏、柔韧等素质的整合训练方法，提升综合运动表现。 第六单元 专项体能训练：结合具体运动项目（如篮球、网球等），讲解专项体能训练的设计与实施方法。		
教学要求	1. 理解体能训练的基本概念与原则，能明确其在体育实践中的应用价值，掌握基础术语与训练方法。 2. 掌握六大基础动作模式与核心控制技术，具备关节功能测评与训练方案设计的能力。 3. 具备基础力量与功能性训练的实践能力，能根据不同人群需求设计合理的训练计划。 4. 能结合专项运动特点，设计并实施综合与专项体能训练方案，具备初步的教学与指导能力。		

表 7.6 《排球》课程主要教学内容与要求

课程名称：《排球》		学分：2	学时：32 理论：0 实践：32
课程目标	课程目标 1：鼓励学生大胆实践，养成良好的锻炼身体习惯，培养终身体育意识。通过排球运动促进身体锻炼，提高力量、速度、耐力、灵敏等身体素质发展。培养学生吃苦耐劳和团队合作精神，通过体育活动改善心理状态，养成积极乐观的生活态度。 课程目标2：掌握排球运动的基本动作技术和基本技战术能力。掌握科学的体育锻炼方式，学会编制个人体育锻炼计划的能力。掌握有效提高身体素质、全面发展体能的知识与方法，培养终身体育锻炼的能力。 课程目标3：掌握排球运动的基本技术和基本练习方法。了解排球的比赛规则和基本比赛战术。		
主要内容	实训项目 1：排球运动基本知识。（1）排球运动的概念、起源与发展；排球运动的传播与交流及发展趋势。（2）排球运动的锻炼指导 实训项目2：排球运动技战术特点与应用。（1）掌握排球五大基本技术：垫、传、扣、拦、发；（2）了解排球基本战术形式与特点，掌握排球基本轮转规则；（3）基于前两项内容之上，将技战术熟练应用于比赛。 实训项目 3：排球脚步、基本技术训练。（1）排球移动步伐基本功训练；（2）排球基础技术训练：垫球动作、传球动作、扣球动作、拦网动作、发球动作；（3）排球的特点、各项基本技术练习及方法应用。 实训项目4：排球各项技术动作学习（1）掌握排球移动步伐的技术及特点；（2）掌握排球五大技术基础，并可以结合移动步伐运用自如；（3）能够熟练讲授所学排球技术的名称、动作特点、动作要领。 实训项目 5：排球裁判法（1）排球裁判员应该具备的素质和职业道德；（2）裁判员的哨音、手势和站位；（3）排球比赛的记录工作；		
教学要求	1. 了解中国国情及国内外形势，领会习近平新时代中国特色社会主义思想，增进中国特色社会主义“四个认同”，做到爱国、敬业、诚信、友善。贯彻落实全民健身计划及政策，理解立德树人在社会体育中的重要地位，并将其深入贯彻到健身指导职业生涯中，致力传播先进健康理念。 2. 工作尽职尽责，具有牢固的社区体育工作意愿、坚实的责任担当、深厚的职业情怀和高尚的品质，争当提升全民健康素养的时代新人。 3. 掌握社会体育指导与管理基础知识、基本技术与基本指导方法，理解社会体育学科知识体系基本思想和方法。 4. 理解体育学科与教育学、心理学、生理学、社会学等其他学科的基本知识与方法，了解体育学科与社会实践的基本联系。能够综合运用所学理论和方法，分析社会体育指导、管理、营销、训练等领域的实际问题。		

表 7.7 《乒乓球》课程主要教学内容与要求

课程名称：《乒乓球》		学分：4	学时：74 理论：8 实践：57
课程目标	课程目标 1. 掌握基本技能：学生能够熟练掌握乒乓球的基础技能，包括正确的握拍、发球、接发球、搓球和弧圈球等，这些技能需要在课程中反复练习并达到一定标准。		

	课程目标 2. 提高实战能力：通过模拟比赛场景的训练，学生能够提高在实战中的应对能力，包括反应速度、移动步法和策略运用等。 课程目标 3. 增强身体素质：通过课程中的体能训练，学生能够在力量、速度、耐力和灵活性等方面有所提高，这些身体素质的提升将有助于他们在比赛中更好地发挥。 课程目标4. 培养战术意识：学生将学习并理解各种战术策略，如何根据对手的情况调整自己的打法，如何在比赛中运用不同的战术来取得优势等。 课程目标 5. 提升心理素养：学生将通过课程中的心理训练，提高自信心、抗挫能力和情绪调节能力，这将有助于他们在比赛中保持冷静，更好地应对挑战。
主要内容	第一章： 体育课程思政理论与体验：新时代学校体育教育的目标；构建德、智、体、美、劳培养体系，要遵循六个下功夫。 第二章： 乒乓球运动的发展状况：乒乓球运动概况； 中国乒乓球的发展状况；乒乓球运动特点及意义；乒乓球运动场地器材 第三章： 乒乓球单打基本技术：1) 基本站位和基本姿势。2) 基本步法：发球技术；接发球技术；推挡技术；攻球技术；搓球技术： 第四章： 乒乓球双打基本技术：双打握拍、发球及接发球；双打的基本击球技战术 第五章： 乒乓球身体素质及训练方法：身体素质训练作用及意义；身体素质训练的原则；身体素质训练的内容和方法 第六章： 乒乓球运动基本规则与裁判法： 比赛基本规则；裁判方法
教学要求	1. 学生将全面掌握乒乓球运动的各项技能和知识，提高运动水平。 2. 为将来从事社会体育指导与管理工作或参与乒乓球比赛打下坚实的基础。 3. 为学生提供丰富的实践机会，帮助学生将所学知识运用到实际运动中，真正做到学以致用。

表 7.8 《网球》课程主要教学内容与要求

课程名称： 网球	学分： 2	学时： 32 理论： 0 实践： 32
课程目标	课程目标 1. 掌握网球的基本技能：学生能够准确而流畅地进行网球正反手击球、发球，接发球等基本技能，并能在实践中展现高效的运动执行能力。 课程目标2. 理解和应用网球的战术策略：学生能够理解并运用不同的网球战术策略，如进攻、防守、快攻等，以提升个人和团队在比赛中的竞争力，并能在实践中灵活运用。 课程目标3. 培养合作意识和团队精神：学生能够积极与队友合作，培养团队合作意识，并能在网球比赛和实践中展现出团队合作的重要性，促进团队的协作和沟通能力。 课程目标4. 培养竞争意识和意志品质：学生能够通过参与网球比赛和实践，培养自己的竞争意识和意志品质，形成积极向上、勇于挑战的心态，并能在比赛中保持专注、坚持不懈，取得个人成绩的提升。 课程目标5. 培养身体健康和运动习惯：学生能够意识到网球运动对身体健康的重要性，通过课程的学习和实践，养成每天锻炼的良好习惯，并能理解和应用科学的训练方法和规律， 以保持良好的身体素质和健康状态。	

主要内容	第一章 网球运动基本理论：网球运动发展历程、网球运动的特征、网球运动击球要素、网球运动击球的预备知识。 第二章 网球运动基本技术和战术：网球打法类型的分类与特点、单打战术、双打战术、网球基本技术、基本步法。 第三章 高水平网球训练指导：网球训练计划的制定、高水平网球球员的心理调控、网球教练员。 第四章 高水平网球训练实施：单打训练手段及运用、双打训练手段及运用、高水平球员体能训练、参赛过程中的训练实施。 第五章 少儿网球教育：少儿网球教育概述、少儿网球技能培育指导、少儿网球技能培育实施。 第六章 学校网球教学：学校网球教学准备、网球基本技术的练习、网球基本技术易犯错误及纠正方法。 第七章 大众网球推广：网球运动常识、大众网球参赛指导、网球陪练、大众网球营销。 第八章 网球运动科学研究：网球运动科学研究概述、网球运动科学研究的应用。 第九章 网球竞赛与裁判法：网球竞赛组织概述、网球竞赛的抽签与编排、网球临场裁判方法。
教学要求	1. 掌握核心技术与规则 学生应掌握网球的正手、反手（双手或单手）、发球、截击等基本技术动作要领。了解并能在实践中运用单打与双打的基本比赛规则、计分方法和赛场礼仪。 2. 发展专项身体素质 通过课程训练，增强学生的上下肢力量、身体协调性、灵敏性和移动步法。重点提升与网球项目相关的速度、耐力和反应能力，以满足比赛的基本体能需求。 3. 培养战术意识与实战能力 学习基本的单打和双打战术策略，如线路选择、发球上网、底线相持等。能够将所学技术和战术应用于教学比赛和实战练习中，具备初步的比赛分析和应变能力。 4. 树立体育精神与安全意识 遵守课堂纪律，尊重对手、同伴和裁判，培养公平竞争、顽强拼搏的体育道德。充分做好热身和放松活动，了解预防运动损伤的基本知识，确保安全参与课程所有环节。 5. 养成终身锻炼习惯 通过课程学习，培养对网球运动的兴趣和欣赏能力。 鼓励学生将网球作为一项终身受益的体育锻炼方式，积极参与课外活动，保持健康生活。

表 7.9 《健美操》课程主要教学内容与要求

课程名称：健美操	学分：2	学时：32 理论：0 实践：32
课程目标	课程目标 1. 通过教学活动进行的思想品德教育，培养学生热爱祖国、努力学习、积极进取、顽强奋进的精神与品质，并具有深厚的职业情怀和高尚	

	的品质； 课程目标2. 通过教学讲授使学生掌握健美操的基本理论、基本知识，掌握健美操活动组织、管理的基本理论及方法； 课程目标3. 通过教学活动使学生掌握大众体育健身健美操咨询指导的基本理论与方法，具备社区体育指导员指导健美操运动的能力； 课程目标4. 通过学习使学生熟悉国家有关健美操方面的方针、政策和法规，了解健美操发展的趋势和健美操的发展动态。使学生了解和掌握健美操运动中科学研究的基本方法和基本程序，具有初步研究的基本能力。
主要内容	实训项目 1 健美操基本知识：健美操运动概述，健美操的组织教学。。 实训项目2 健美操术语：健美操术语种类，健美操术语的运用。 实训项目3 健美操基础训练：健美操身体能力训练：体能训练的原则、力量素质训练、柔韧素质训练、耐力素质训练。 实训项目4 健美操套路实践：全民健身操舞的分类、编排特点及规定套路；第二类风格健美操基础动作，鉴赏健美操套路。 实训项目5 创编指导：健美操造型创编原则分类、范例；健美操编排场地空间层次的运用。
教学要求	1. 理解学科定位与基础工具，能明确课程对体育实践的意义。 2. 掌握健美操基础技能，涵盖健美操基本站姿、基本姿态（站姿、坐姿、走姿）、核心步伐（如并步、弓步、开合跳、弹踢腿）、上肢配合动作（如臂屈伸、绕环、推掌），以及心率监测、热身与放松流程设计，夯实技术与安全基础。 3. 具备套路学习的能力，选取 3-4 套不同功能的经典健美操套路（难度由低到高进阶），包括套路动作分解教学、节奏与力度把控训练，以及多人配合时的队形衔接（如纵队变横队、圆形穿插）练习，提升完整表演与协作能力。 4. 提升实践应用能力，包含健美操教学模拟（分组开展基础步伐教学）、健身方案设计（如针对中老年群体的低强度健美操方案）、基础套路创编（结合指定音乐设计动作与强度递进），强化技能的实际应用。

表 7.10 《运动生理学》课程主要教学内容与要求

课程名称：《运动生理学》	学分：4	学时：74 理论：57 实践：8
课程目标	课程目标 1. 在教学过程中认真对学生进行思想品德教育,在课程教学中有机融入课程思政元素，实现专业教育和思政教育的有机融合。以身作则，教书育人，在教学过程中发挥主导作用，激发学生学习兴趣； 课程目标 2. 掌握正常人体功能活动的基本规律以及这些功能在体育锻炼过程中产生的反应和适应性变化； 课程目标 3. 掌握体育锻炼和运动训练的基本生理学原理，特别是青少年的生理功能特征及其与体育锻炼的关系，为科学地从事体育教学和青少年业余训练提供理论依据； 课程目标4. 初步掌握评定人体功能能力的基本科学方法，并能初步应用这些方法；	

	课程目标 5. 掌握学科前沿发展动态，初步具备具有科学研究的能力。
主要内容	第一单元 绪论：阐述运动生理学的定义、研究对象与任务，结合邓树勋版本学科体系，明确其在体育科学中的定位，介绍学科研究方法（如实验法、观察法）及发展趋势； 第二单元 肌肉活动：讲解骨骼肌的结构与生理特性，分析肌肉收缩的分子机制（肌丝滑行理论）、收缩形式（向心、离心等长收缩），结合案例说明运动中肌肉工作的协同规律； 第三单元 能量代谢：介绍能量代谢的基本概念与衡量指标，详解糖、脂肪、蛋白质在运动中的供能特点，分析不同强度运动下能量供应模式及影响能量代谢的因素； 第四单元 神经系统的调节功能：阐述神经系统的组成与功能，讲解神经元的结构与兴奋传导机制，分析中枢神经系统对运动的调控（如运动中枢分级调节、姿势反射）； 第五单元 内分泌调节：介绍内分泌系统的组成与激素作用原理，详解主要内分泌腺（如甲状腺、肾上腺、胰岛）的功能，分析运动对内分泌系统的影响及激素对运动的调节作用； 第六单元 免疫与运动：讲解免疫系统的组成与免疫功能（非特异性免疫、特异性免疫），分析不同运动强度（适度、过度）对免疫功能的影响，探讨运动与免疫平衡的调控策略； 第七单元 血液与运动：介绍血液的组成与理化特性，讲解血液的运输、缓冲等功能，分析运动时血液成分、血量及血液循环的变化，说明血液对运动的适应机制； 第八单元 呼吸与运动：阐述呼吸系统的组成与呼吸运动调节机制，分析运动时肺通气、气体交换（肺换气、组织换气）的变化规律，探讨运动性呼吸功能适应与呼吸疲劳预防； 第九单元 血液循环与运动：讲解心脏的结构与泵血功能、血管生理特性，分析运动时心血管系统的调节（神经、体液调节）与适应，介绍运动中心率、血压等指标的监控应用； 第十单元 消化、吸收与排泄：介绍消化系统的组成与消化吸收机制、泌尿系统的组成与排泄功能，分析运动对消化吸收及排泄功能的影响，提出运动中消化系统保护建议； 第十一单元 身体素质：分别阐述力量、速度、耐力、灵敏、柔韧素质的生理基础，结合训练实例说明各素质的发展机制与科学评价方法； 第十二单元 运动与身体机能变化：分析运动前（赛前状态）、运动中（进入工作状态、稳定状态、疲劳）、运动后（恢复过程）人体机能的动态变化规律，讲解疲劳产生的生理机制与恢复手段； 第十三单元 运动技能的形成：阐述运动技能的概念与分类，分析运动技能形成的生理过程（泛化、分化、巩固、自动化阶段），探讨影响运动技能学习与迁移的因素； 第十四单元 年龄、性别与运动：对比不同年龄阶段（儿童青少年、成年人、老年人）人体生理机能特点及运动适应差异，分析男女性别在生理机能与运动能力上的区别，提出适配的运动建议； 第十五单元 肥胖、体重控制与运动处方：讲解肥胖的生理机制与健康危害，分析运动对体重控制的作用原理，介绍运动处方的制定原则（强度、时间、频率、类型）及针对肥胖人群的运动方案设计；

	第十六单元 环境与运动：探讨高温、低温、高原、缺氧、污染等特殊环境对人体机能的影响，分析机体在特殊环境下的适应机制，提出不同环境下运动的安全防护措施。
教学要求	1. 理解学科定位与研究方法，明确邓树勋版本《运动生理学》的知识框架，掌握运动生理学核心术语，能规范表述生理现象； 2. 扎实掌握各单元核心知识，如肌肉收缩机制、能量供能规律、神经 - 内分泌调节路径等，厘清各系统在运动中的生理关联； 3. 具备基础实践能力，能操作简单生理检测设备（如心率监测仪、肺功能仪），分析常见运动场景下的人体机能变化，解释运动现象的生理本质； 4. 能结合实践需求，运用理论解决实际问题，如为不同年龄、性别人群设计基础运动方案，为肥胖人群制定简易运动处方； 5. 关注特殊环境与运动安全，能识别运动中可能出现的生理风险（如高原反应、运动性疲劳），提出初步防护与应对措施，适配体育实践中的多样化需求。

表 7.11 《运动解剖学》课程主要教学内容与要求

课程名称：《运动解剖学》		学分：4	学时：74 理论：57 实践：8
课程目标	课程目标 1. 在教学过程中认真对学生进行思想品德教育，在课程教学中有机融入课程思政元素，实现专业教育和思政教育的有机融合。 课程目标 2. 通过学习本课程使学生获得系统地正常人体各器官形态结构的知识； 课程目标 3. 掌握与体育运动联系最为密切的运动系统各器官形态结构的特点、关节的机械运动规律、运动的主要肌群，以及发展肌肉力量和柔韧性等素质的基本原理； 课程目标 4. 探讨体育运动对人体各器官的影响和对外部特征的影响。重视运动技术的解剖学分析方法，为分析人体动作，发展力量和柔韧性等运动训练制订合理的方案； 课程目标 5. 使学生从中获得相应的运动常识，丰富知识面，提高其综合素质，开拓创造性思维。为将来从事体育教学、训练、社会体育指导及体育科学研究工作等打下坚实的基础。		
主要内容	第一单元 绪论：介绍运动解剖学概述、明确学科定位。 第二单元 人体组成的结构基础：讲解细胞概念，介绍人体基本组织的特征与功能。 第三单元 运动系统：介绍人体骨骼、关节、肌肉的功能特点结合实例分析各体育项目动作的解剖学原理。 第四单元 消化系统：介绍消化系统组成与功能，说明运动对消化系统的影响。 第五单元 呼吸系统：讲解呼吸系统组成，介绍呼吸道、肺的结构与功能，分析运动时呼吸调节机制及运动对呼吸系统的作用。 第六单元 泌尿系统：介绍泌尿系统组成，说明运动对泌尿系统的影响。 第七单元 生殖系统：介绍男女生殖系统组成，阐述生殖器官的形态、结构与功能，分析运动对生殖系统的影响。 第八单元 脉管系统：讲解心血管系统、淋巴系统组成，介绍心脏、血管、		

	淋巴管的结构与功能，分析运动对脉管系统的影响。 第九单元 神经系统：介绍神经系统组成，阐述中枢、周围神经系统及神经传导通路的结构、功能，分析神经系统对运动的调节。 第十单元 感觉器官：介绍视器、前庭蜗器等感觉器官组成，阐述其结构、功能及与运动的关系，分析运动对感觉器官的影响。 第十一单元 内分泌系统：介绍内分泌系统组成，阐述内分泌腺的结构、功能，说明激素对运动的调节作用及运动对内分泌系统的影响。
教学要求	1. 理解学科定位与基础工具，能明确课程对体育实践的意义，掌握解剖学姿势、方位术语等基础表述方法。 2. 掌握核心知识，知晓人体结构层次，熟悉运动系统（骨、关节、肌肉）及调控/内脏系统与运动的关联。 3. 具备基础能力，能识别运动相关结构，分析简单动作的关节运动与肌肉工作情况。 4. 能结合实践，用知识指导训练设计、预防损伤，适配不同人群运动需求。

表 7.12 《社会体育导论》课程主要教学内容与要求

课程名称：《社会体育导论》		学分：2	学时：32 理论：32 实践：0
课程目标	课程目标 1. 了解社会体育学科的基本分类，对专业的本质问题进行适当的客观描述，注重社会体育的专业适应性，学生要建立起学科的重要概念体系； 课程目标 2. 掌握社会体育学科形成原因，对社会体育、地位与功能、原则、内容和方法等，以及分布规律及发展趋势； 课程目标 3. 理解社会体育对体育学科客观表述的和社会发展中的性质、地位、作用与功能性。以便解决对体育发展中的布局等各种问题，促使对学科认知组合的不断合理化。 课程目标 4. 培养学生分析社会体育问题的能力，强化服务大众健康的职业素养，理解其对社会和谐与个体发展的促进作用。		
主要内容	绪论：介绍建立社会体育学科的必要性，研究对象与教材体系、发展前景、社会体育学科方法论；社会体育学科的研究方法等。 第一单元 社会体育概述：介绍社会体育的概念体系、产生与发展；国外大众体育的发展简况；我国社会体育的未来。 第二单元 社会体育与社会进步：讲解社会体育的概念体系、产生与发展；国外大众体育的发展简况；我国社会体育的未来。 第三单元 我国社会体育的目的与任务以及地位与功能：介绍我国社会体育的目的与任务；社会体育地位与功能。 第四单元 社会体育参与：讲解社会体育参与的概念、特点、意义、形式；影响社会体育参与的基本因素；体育人口；非体育人口。 第五单元 影响社会体育发展的因素：影响社会体育发展的宏观因素、中观因素、微观因素。 第六单元 社会体育活动的原则、内容、方法：介绍社会体育活动的原则、内容、练习方法；社会体育活动的指导方法。 第七单元 社会体育活动的分类指导：讲解社会体育的人群分类；社会体育的社会组织分类。		

	第八单元 社会体育管理的内容：讲解社会体育人员管理；社会体育财务管理；社会体育物资管理；社会体育信息管理；社会体育社会问题处理。 第九单元 社会体育管理的方法：介绍社会体育管理的法律方法、经济方法、计划方法、行政方法；社会体育的社团管理、标准化管理。 第十单元 社会体育机构：介绍体育行政机构、社会团体、企业
教学要求	1. 掌握学科定位与核心价值，明确课程对社会体育实践的指导意义能清晰界定社会体育的学科属性、研究范畴与发展脉络，掌握社会体育的基本概念。掌握核心知识体系，构建社会体育领域的系统认知框架。 2. 知晓社会体育的学科体系构成，理解各分支学科与社会体育实践的内在联系；熟悉社会体育的参与主体、运行机制及发展规律等。 3. 具备基础实践能力，能开展社会体育基础服务与需求分析，能独立识别并分析不同场景的社会体育服务需求，能初步判断不同人群的运动适宜性，推荐符合其需求的体育项目与活动形式。 4. 能运用社会体育相关理论，针对社区、学校、企业等不同场景的体育需求，进行社会体育服务。

表 7.13 《体育管理学》课程主要教学内容与要求

课程名称： 体育管理学	学分： 2	学时： 32 理论： 32 实践： 0
课程目标	课程目标 1. 教学过程中对学生进行思想品德教育，在课程教学中有机融入课程思政元素，实现专业教育和思政教育的有机融合。以身作则，教书育人，在教学过程中发挥主导作用，激发学生的学习兴趣； 课程目标2. 学生掌握体育管理的基本理论知识，包括体育管理系统、基本原理、职能和方法、体育管理体制等，并能在管理的实践中加以运用，认识体育管理的基本规律。 课程目标3. 理论联系实际，学生掌握各类体育工作（主要指学校体育、社会体育、运动训练、运动竞赛、体育产业等）的管理方法，并能够运用到实践当中解决现实中的问题。 课程目标4. 学生初步具有在学校体育管理、运动训练、体育赛事、健身俱乐部等相关工作中具有一定的组织、策划、管理能力。 课程目标5. 具有良好的沟通能力和敏锐的问题意识，能够紧跟社会健身需求及国内外大众健身发展趋势，进行自主学习，表现出较强的反思能力和一定的科学研究能力。	
主要内容	第一单元 绪论：学习体育管理学的意义，了解在学科中的地位。 第二单元 体育管理基本原理：体育管理原理的变革与发展， 第三单元 体育管理职能与方法：体育管理职能的基本内容：计划、组织、领导、控制、创新； 第四单元 体育战略管理：体育战略管理的变革与发展。 第五单元 体育组织管理、标准化及绩效管理：体育绩效管理的概念、基本内容及应用。 第六单元 学校体育管理：学校体育管理的内容，学校体育管理评价。 第七单元 运动训练与体育赛事管理：运动训练梯队管理；体育赛事管理概述。 第八单元 群众体育管理：城市体育管理。	

	第九单元 体育产业管理：体育产业管理的职能。 第十单元 体育信息管理：体育信息管理的内容。
教学要求	1. 理解学科定位与基础工具，能明确课程对体育实践的意义，掌握体育管理学的内涵。 2. 掌握体育管理学的核心知识，确保理论体系完整。 3. 具备实践应用能力，包含体育赛事活动管理（赛事策划等）、社会体育管理（社会体育机构运营及会员管理）、体育产业经营管理等，强化理论与实践结合。 4. 提升问题分析与解决能力，如选取国内外典型体育管理案例（大型体育赛事运营等），引导学生通过案例拆解、讨论，提升分析解决问题的能力

表 7.14 《体育市场营销》课程主要教学内容与要求

课程名称： 体育市场营销		学分： 2	学时： 32 理论： 24 实践： 8
课程目标	课程目标 1. 能够在教学过程中认真对学生进行思想品德教育，在课程教学中有机融入课程思政元素，实现专业教育和思政教育的有机融合。以身作则，教书育人，在教学过程中发挥主导作用，激发学生学习兴趣； 课程目标2. 《体育市场营销》是一门理论性和实践性较强的应用科学，其核心是研究动态市场上体育市场营销问题课程中的方法和原理都具有可操作性； 课程目标3. 在教学中应按照专业培养目标的要求，重点讲授本课程的基本理论、基本方法，并注重学生基本技能的训练和培养解决实际问题的能力。课程目标4. 能够使使学生将理论知识应用到实际过程中去，促进学生理论水平和实践能力全面提高，为将来从事体育教学、训练、社会体育指导及体育科学研究工作等打下坚实的基础。		
主要内容	第一章 体育市场概论：体育市场概述；体育市场细分；体育目标市场选择及定位；体育市场法 第二章 体育市场营销概论：体育市场营销概述；体育市场营销战略与策略；体育市场营销组织与管理 第三章 体育消费者心理与购买行为：体育消费者心理；体育消费者购买行为与决策；体育消费者对服务质量的量度模型 第四章 体育市场营销环境分析：体育市场营销环境概述；体育市场营销宏观环境；体育市场营销微观环境 第五章 体育产品和品牌管理：体育产品及营销策略；体育新产品的开发及管理；体育产品的品牌管理 第六章 体育市场价格管理：体育市场价格概述；影响体育市场价格决策的因素；体育市场定价策略；体育市场价格调整与改变 第七章 体育市场营销渠道管理：体育市场营销渠道概述；体育市场营销渠道结构与组织；体育市场营销渠道的选择与管理 第八章 体育市场整合营销传播：体育市场整合营销传播概述；体育市场人员推销策略；体育广告策略；体育公共关系策略 第九章 体育用品营销：体育用品概述；体育用品销售网络建设；体育用品		

	的网络营销；体育用品的跨国营销 第十章 体育彩票营销：体育彩票营销概述；体育彩票营销管理 第十一章 体育明星营销：体育明星营销概述；体育明星营销的产品方法 第十二章 体育赞助营销：体育赞助概述；体育赞助营销的策划与实施 第十三章 体育旅游营销：体育旅游概述；体育旅游市场开发、营销策略
教学要求	1. 明确学科服务体育产业的定位，掌握市场调研方法、营销术语等基础工具，确保专业表述准确。 2. 知晓体育市场特征，熟悉产品、价格、渠道、推广等营销要素及体育 IP、赛事运营的关联，夯实知识基础。 3. 能分析体育消费需求，拆解典型体育营销案例的策略逻辑，具备基础研判能力。 4. 可运用知识制定体育产品推广方案、策划小型赛事营销活动，并适配不同受众需求，实现实践落地。

表 7.15 《篮球》课程主要教学内容与要求

课程名称：《篮球》		学分：4	学时：74 理论：57 实践：8
课程目标	课程目标 1. 通过教学活动进行思想品德教育，使学生具备牢固的中国特色社会主义认同感；具有坚实的责任担当、深厚的职业情怀和高尚的品质，致力传播先进健康理念，争当提升全民健康素养的时代新人。 课程目标 2. 通过教学活动使学生初步掌握篮球理论和方法，了解基本的篮球技术、战术，培养学生参加篮球活动的运动能力。从事篮球活动咨询、赛事组织管理、训练指导等能力。 课程目标 3. 通过教学活动使学生了解先进的篮球理念，基本具备遵循不同群体身心发展规律，熟练运用篮球的相关知识和技能，解决篮球活动过程中遇到的理论与实践问题。 课程目标 4. 通过教学活动使学生初步掌握篮球的指导方法，了解篮球的发展趋势和动态，使学生了解和掌握篮球运动中科学研究的基本方法和基本程序，具有初步研究的基本能力。		
主要内容	第一章 篮球运动概述：主要介绍篮球运动的起源与发展 第二章 移动技术：移动技术是篮球比赛中队员为了改变位置、方向、速度和高度所采用的各种脚步动作的总称。该章节会详细讲解滑步、交叉步、侧身跑、变向跑、急停等基本移动技术的动作要领、用途和练习方法。 第三章 传接球技术：传接球是篮球运动中队员之间相互配合的关键技术。章节内容包括传接球的概念、分类和要求。 第四章 投篮技术：投篮的动作结构，讲解原地单手肩上投篮、行进间单手低手投篮、跳起单手肩上投篮等的动作要领、技术特点和适用情况 第五章 运球技术：运球的基本姿势、手型和用力方法，介绍高运球、低运球、变向运球、背后运球、胯下运球等运球技术的动作要领和运用时机。 第六章 持球突破技术：交叉步突破、同侧步突破等持球突破技术的分类、动作方法、技术要领和运用时机，还会讲解行进间突破和转身突破等相关技术 第七章 防守技术：防守的基本姿势、脚步移动、防守持球队员和防守无球队员的技术方法，并介绍防守技术的训练方法和防守策略 第八章 抢篮板球技术：抢篮板球的动作方法，包括抢占位置、起跳动作、空中抢球动作和落地动作等		

	第九章 攻守战术基础配合：进攻战术基础配合，如传切配合、突分配合、掩护配合、策应配合等，以及防守战术基础配合，如关门配合、夹击配合、补防配合、交换防守配合等的概念、动作方法、战术要求和运用时机 第十章 快攻与防守快攻：快攻的组成、发动时机、组织形式和推进方法，以及防守快攻的策略和方法，包括堵截快攻的第一传和接应、防守快攻的推进、防快攻的结束阶段等。 第十一章 篮球比赛裁判工作（篮球比赛主要规则）：讲解走步、两次运球、携带球等违例行为的判罚标准，以及侵人犯规、技术犯规、违反体育道德犯规等犯规行为的定义和处罚方法。
教学要求	1. 能明确篮球课程在高校体育教学中的育人价值与实践意义，掌握篮球运动的基础表述方法，熟悉篮球器材的规范使用与场地安全检查要点。 2. 知晓篮球运动的技术体系及战术逻辑，熟悉篮球比赛规则与不同竞技场景的战术适配原理，理解篮球运动的生理基础与心理调控的关联。 3. 能准确识别篮球技术动作的关键结构，分析简单比赛场景中的技术运用合理性，独立完成基础技术的规范练习，具备初步的比赛组织能力。 4. 用篮球技术知识指导个性化训练设计，运用规则与安全知识预防运动损伤，根据不同人群需求适配教学内容，能参与篮球赛事的组织与裁判辅助工作，将团队协作理念融入实践，提升比赛中的配合意识与沟通效率。

表 7.16 《足球》课程主要教学内容与要求

课程名称：《足球》		学分：2	学时：32 理论：0 实践：32
课程目标	课程目标 1. 通过足球教学活动进行思想品德教育，培养学生热爱祖国、努力学习、积极进取、顽强奋进的精神与品质； 课程目标 2. 通过课堂教学使学生了解足球运动的历史发展，足球技术、战术、规则等方面的基本理论知识，培养学生建立基本的足球理论基础； 课程目标 3. 通过课堂实践教学和练习向学生传授足球的基本技术、战术和技能，培养学生具备简单的足球技术和战术技巧；		
主要内容	第一单元 足球运动概述 1. 教学内容 足球运动的起源，现代足球运动的发展。 第二单元 足球基本技术教学与训练 1. 教学内容 球性、运球、踢球、接球、头顶球、抢球与断球、掷界外球、守门员基本技术动作。 第三单元 足球基本战术教学与训练（2 学时） 1. 教学内容 个人进攻战术；个人防守战术；局部进攻、防守战术；		

教学要求	1. 核心知识掌握：了解足球运动的发展历程，掌握足球基本技术动作的结构、基本战术构成，熟悉足球竞赛规则。 2. 基础运动技能掌握：运球、踢球、接球三大有球基本技术动作在非对抗情境下能够做到规范性、准确。 3. 实践应用能力：在五人制比赛中能根据场上形势选择合理技术动作，能执行基本的个人、局部进攻、防守战术。 4. 足球鉴赏能力：能够利用所学知识提升自身足球理解能力，具备一定的足球比赛阅读、分析、评价能力。
------	--

表 7.17 《健身理论与指导》课程主要教学内容与要求

课程名称：《健身理论与指导》	学分：2	学时：32 理论：24 实践：8
课程目标	课程目标 1. 通过教学活动进行思想品德教育，培养学生热爱祖国、努力学习、积极进取、顽强奋进的精神与品质。贯彻落实全民健身计划及政策，理解立德树人在社会体育中的重要地位。	
	课程目标2. 了解职业社会体育指导员健身教练的概念、职责；熟悉健身教练的必备素质和职业规范，为将来就业做好职业规划。 课程目标3. 掌握健身指导员需要的运动人体科学知识、健康体适能概论及测评和运动计划的制定等专业理论知识。 课程目标4. 掌握健身指导的专业知识、技术和技能，能够对大众人群的健身运动进行科学的指导，具备初级健身教练指导能力。	
主要内容	（一）理论教学 第一单元 健身教练的职业概述（2 学时） 1. 教学内容 （1）健身教练的简介（2）健身教练的必备素质和职业规范（3）健身教练的职业发展及规划 第二单元 体适能概论（2 学时）1. 教学内容（1）健康概述（2）体适能概念与分类（3）健康体适能要素 第三单元 运动技术与运动计划制定（2 学时）1. 教学内容（1）抗阻训练的基本技术（2）伸展练习的作用与分类（3）健身运动计划的概述（4）抗阻训练计划（5）伸展练习计划（7）有氧运动计划 第四单元 健康体适能测试与评估（2 学时）1. 教学内容（1）健康体适能测试的目的及测试流程（2）健康问卷调查（3）健康体适能测评方法（4）分组测试实践建立健康档案 实践教学实训项目 1：热身准备—动态伸展练习技术（4 学时）（1）实训内容健身科学流程及注意事项常用动态伸展练习动作技术：行进间抱膝行走、侧弓步拉伸、交叉弓步拉伸、行进间屈膝提踵、弓步俯身转体、弓步直立转体、弓步走、相扑式深蹲、燕式平衡、手足爬行。 实训项目2：抗阻训练技术（10 学时）（1）实训内容胸部肌肉抗阻训练背部肌肉抗阻训练肩部肌肉抗阻训练手臂肌肉抗阻训练腹部肌肉抗阻训练下肢肌肉抗阻训练 实训项目 3：主动伸展练习技术（7 学时）（1）实训内容胸大肌、背阔肌、斜方肌上部、斜方肌中下部、腹直肌、竖脊肌三角肌前部、三角肌后部、肱二头肌、肱三头肌、股二头肌、股四头肌、臀大肌、腓肠肌、髂腰肌。 实训项目4：有氧训练技术（4 学时）（1）实训内容常见有氧器械训练技术：跑步机、台阶器、椭圆机、固定自行车、划船器。其他有氧运动练习	

	技术： 室外步行和跑步、跳绳、踏板。
教学要求	1. 明确学科连接理论与实践的定位，掌握解剖术语、训练符号等基础工具，确保表述规范。 2. 知晓人体结构层次，熟悉运动系统（骨、关节、肌肉）及调控 / 内脏系统与运动的关联，筑牢知识根基。 3. 能识别运动相关结构，分析常见动作的关节运动与肌肉工作，具备基础判断能力。 4. 可运用知识设计训练、预防损伤，并适配新手、中老年等不同人群的运动需求，落地实践价值。

表 7.18 《羽毛球》课程主要教学内容与要求

课程名称： 《羽毛球》	学分： 1	学时： 32 理论： 30 实践： 2
课程目标	课程目标 1. 知识与技能目标：掌握羽毛球基本理论知识与技术，具备初级教学能力。 课程目标2. 身体素质目标：通过课程提高各项身体素质，掌握以羽毛球运动提升身体素质的方法。 课程目标3. 体育人文素养目标：培养对羽毛球运动的热爱、文化理解与鉴赏能力，增强体育人文精神和社会责任感。 课程目标4. 掌握羽毛球竞赛组织流程，熟练掌握裁判规则与方法并具备实践能力。	
主要内容	实训项目 1：羽毛球运动概述： 羽毛球运动发展概况、中国羽毛球运动的发展历程、场地大小及各项数据、所用器材名称及专业术语、竞赛基本规则、裁判法的应用。 实训项目2： 羽毛球技术、战术学习：基本握拍法、基本发球技术、基本击球技术、场上移动方法、场上综合技术应用、单打基本战术、单打基本战术。 实训项目3： 羽毛球专项身体素质：协调素质的练习、柔韧素质的练习、耐力素质的练习、力量素质的练习、速度和灵敏性练习。	
教学要求	1. 明确定位与基础：理解课程对技能提升、素质发展及体育素养的意义；掌握专业术语、场地规则与器材标准。 2. 掌握核心知识体系：知晓运动发展脉络；系统掌握握拍、发球、击球、步法等核心技术及单打战术；理解专项体能训练方法。 3. 具备基础应用能力：能规范演示技术动作；初步分析动作合理性；识别竞赛规则与裁判流程。 4. 提升实践应用能力：能组织基础教学训练；具备执裁小型比赛能力；运用知识预防损伤并适配不同训练需求。	

表 7.20 《飞盘》课程主要教学内容与要求

课程名称： 《飞盘》	学分： 2	学时： 32 理论： 0 实践： 32
课程目标	课程目标 1. 提升心理素养：学生将通过课程中的心理训练，提高自信心、抗挫能力和情绪调节能力，这将有助于他们在比赛中保持冷静，更好地应对挑战。 课程目标2. 掌握基本技能：学生能够熟练掌握极限飞盘的基础技能，包括正确的持盘、掷盘、接盘等，这些技能需要在课程中反复练习并达到一定标准。 课程目标3. 提高实战能力：通过模拟比赛场景的训练，学生能够提高在实战中的应对能力，包括反应速度、掷盘的和策略运用等。 课程目标4. 增强身体素质：通过课程中的体能训练，学生能够在力量、速度、耐力和灵活性等方面有所提高，减少运动损伤，这些身体素质的提升将有助于他们在比赛中更好地发挥。 课程目标5. 培养战术意识：学生将学习并理解各种战术策略，如何根据对手的情况调整自己的打法，如何在比赛中运用不同的战术来取得优势等。	
主要内容	一、飞盘基本技术：构建个人运动基础 1. 握盘与发力技术：握盘方式：详细讲解正握、反握、指节握三种基础握法，结合不同手型调整握点，确保发力稳定。 2. 传盘技术：基础传盘：重点训练平飞传盘、弧线传盘、仰角传盘三种核心传法，每种传法搭配“固定目标练习”和“动态目标练习”，要求传盘准确率不低于 80%。 3. 接盘技术：区分双手接盘、单手接盘，强调“视线追踪飞盘——提前预判落点—手臂缓冲卸力”的动作流程，避免“接盘时手型僵硬导致飞盘弹出”。 二、飞盘基础配合：培养团队协作逻辑 1. 1v1 基础配合，个人攻防衔接：进攻端配合：训练“传盘人”与“接盘人”的节奏配合，防守端配合：学习“防守传盘人”与“防守接盘人”的协作，通过“1v1 防守限制传接”提升防守强度。 2. 3v3 小组配合，局部空间利用：传接路线设计：讲解“三角传接”“纵向推进”两种基础战术，要求小组在无防守干扰下，30 秒内完成从后场到	
	前场的推进；加入防守后，训练“通过传接摆脱局部防守” 三、飞盘其他比赛形式：拓展赛事认知边界 除主流的“极限飞盘”外，课程还将介绍多种飞盘比赛形式，具体包括：团队飞盘、掷远飞盘、飞盘高尔夫。 四、飞盘专项身体素质练习：强化运动支撑能力 1. 爆发力训练：提升传接与跑位速度 2. 耐力训练：适应长时间比赛需求 3. 灵活性与协调性训练：提升动作衔接流畅度 4. 平衡感与核心稳定性训练：减少运动损伤风险	
教学要求	(1) 飞盘运动技能训练方法的合理运用 (2) 能够科学合理地制定飞盘训练计划 (3) 做到全面身体训练与专项身体训练相结合 (4) 全面发展速度、力量、耐力、灵敏、柔韧素质	

表 7.21 《荷球》课程主要教学内容与要求

课程名称： 《荷球》		学分： 2	学时： 32 理论： 4 实践： 28
课程目标	课程目标 1. 践行社会主义核心价值观，具备牢固的中国特色社会主义认同感；具有牢固的社会体育工作意愿、坚实的责任担当、深厚的职业情怀和高尚的品质，致力传播先进健康理念，争当提升全民健康素养的时代新人。 课程目标2. 通过教学活动使学生初步掌握荷球理论和方法，了解基本的荷球技术、战术，培养学生参加荷球活动的运动能力。从事荷球活动咨询、赛事组织管理、训练指导等能力。 课程目标3. 通过教学活动使学生了解先进的荷球理念，基本具备遵循不同群体身心发展规律，熟练运用荷球的相关知识和技能，解决荷球活动过程中遇到的理论与实践问题。 课程目标4. 通过教学活动使学生初步掌握荷球的指导方法，了解荷球的发展趋势和动态，使学生了解和掌握荷球运动中科学研究的基本方法和基本程序，具有初步研究的基本能力。		
主要内容	第一单元： 荷球运动发展历程 第二单元： 荷球运动的特征与规则 实训项目 1：传接球技术 实训项目2：投篮技术 实训项目3：荷球攻防战术		
教学要求	（1）了解荷球运动的起源；荷球运动在中国的发展历程。 （2）了解荷球运动的基本特征、文化内涵及其社会价值；掌握荷球比赛的主要规则。 （3）了解传球和接球的原则与要求；掌握传球和接球技术；了解传球和接球的内容与方法。 （4）了解投篮技术的动作结构和要领；掌握原地投篮和后撤投篮技术；了解多种投篮技术的练习方法。 （5）掌握各种抢篮下球动作方法要领；掌握抢篮下球技术方法、训练及教学设计。 （7）掌握荷球防守的分类和防守要领；掌握防守方法、训练及教学设计。		
	（8）理解进攻和防守战术的不同形式、特点，安排与设计；荷球技、战术和教学训练与竞赛理论向实践过程的转化；技术和战术对抗运用能力的培养与提高。		

表 7.22 《定向越野》课程主要教学内容与要求

课程名称： 定向越野	学分： 2	学时： 32 理论： 0 实践： 32
课程目标	课程目标 1. 思政教育目标：培养学生热爱祖国、努力学习、积极进取、顽强奋进的精神与品质；在技能传授、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。 课程目标2. 掌握基本技能：掌握定向运动的基础知识和基本技能，掌握快速读图能力，专注力和快速选择最优路线的能力，以便在比赛中能够准确、迅速地找到检查点。 课程目标3. 提高实战能力：培养野外识图用图的技能，进行自主训练的能力，初步掌握组织与策划野外定向训练的能力，能够熟练运用定向运动技能进行科学锻炼，具备完成定向运动比赛的能力。 课程目标4. 增强身体素质：通过定向运动教学，全面提高学生的身体素质，特别是耐力素质；增进学生的体质健康水平，提高学生的运动能力。	
主要内容	1. 定向越野概述：定向越野的定义、形式、特征和分类。定向越野运动的价值。 2. 地图和指北针：地图的基本特征和内容，等高线与地形起伏的关系。定向越野地图的特点及其在制作和使用上的特殊要求。定向越野地图的阅读方法。指北针的类型、结构和使用方法。 3. 定向越野技能：定向越野活动的组织形式和一般流程。读图的基本要素，简化地图的方法。使用指北针进行距离判断、路线选择、重新定位、概略定向和精准定向的技巧。比赛路线设计的目的、基本原则和工作程序。根据不同水平的比赛设计出符合参赛者能力和比赛需求的路线。 4. 定向越野体能训练：体能训练的阶段性和周期性特点，体能训练的基本原则。有氧和无氧耐力训练的一般方法，控制训练强度的方法。定向运动员有氧耐力和无氧耐力的训练方法。	
教学要求	1. 思政教育目标：培养学生热爱祖国、努力学习、积极进取、顽强奋进的精神与品质。在技能传授、能力培育和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。 2. 掌握基本技能：掌握定向运动的基础知识和基本技能，包括快速读图能力、专注力和快速选择最优路线的能力。能够准确、迅速地找到检查点，完成定向越野比赛。 3. 提高实战能力：培养野外识图用图的技能，进行自主训练的能力。初步掌握组织与策划野外定向训练的能力，能够熟练运用定向运动技能进行科学锻炼。具备完成定向运动比赛的能力。 4. 增强身体素质：全面提高学生的身体素质，特别是耐力素质。增进学生的体质健康水平，提高学生的运动能力。	

表 7.23 《排舞》课程主要教学内容与要求

课程名称：排舞		学分：2	学时：32 理论：0 实践：32
课程目标	课程目标 1. 通过教学活动进行的思想品德教育，培养学生爱党爱国主义精神、努力学习、积极进取、顽强奋进的奥林匹克体育精神与品质，培养学生具有深厚的职业情怀和高尚的品质； 课程目标2. 通过教学讲授使学生了解舞台、平滑类等丰富多彩和风格各异的排舞套路组合，掌握排舞的动作原则，培养正确的身体姿态；培养学生参加排舞活动的运动能力；培养学生的节奏感，韵律感和表现力； 课程目标3. 通过教学活动使学生掌握大众体育健身排舞咨询指导的基本理论与方法，具备社区体育指导员指导排舞运动的能力； 课程目标4. 通过学习使学生熟悉国家有关排舞运动相关的方针、政策和法规，了解排舞运动发展的趋势和动态。使学生了解和掌握排舞运动中科学研究的基本方法和基本程序，具有初步科学研究的基本能力。		
主要内容	实训项目 1 排舞运动基本知识：排舞运动的教学组织及推广。 实训项目2 排舞运动术语、舞谱及曲目：排舞运动场地的基本方位、运动方向术语，动作之间相互关系术语，排舞基本名词术语。 实训项目3 排舞基本功训练：排舞舞步基本功训练。 实训项目4 舞曲目实践：不同风格排舞的创编意境、舞步特点；舞台类风格排舞的特点、常用基本舞步、舞序、舞谱和方向等，排舞运动鉴赏；排舞曲目的舞序、舞步名称，排舞曲目展示。 实训项目5 排舞创编指导：排舞曲目编排中动作、过渡链接、队形、风格等级排舞造型创编范例。		
教学要求	1. 理解学科定位与基础工具，能明确课程对体育实践的意义。 2. 掌握排舞基础技能，涵盖排舞基本站姿、舞步（如藤步、开关步等），音乐节奏识别（如4/4 拍、2/4 拍节奏把控），以及单人、双人、多人排舞的基础配合技巧，夯实技术基础。 3. 具备套路学习的能力，选取 3-5 套不同风格的经典排舞套路（难度由低到高进阶），包括套路动作分解教学、连贯演绎训练，以及队形变化（如直线、圆形、八字形）的配合练习，提升完整表演能力。 4. 提升实践应用能力，包含排舞教学模拟（分组开展基础动作教学）、小型排舞活动策划（如制定社区排舞推广方案）、简单套路创编（根据指定音乐设计8-17 拍动作与队形），强化技能的实际应用。		

	业实习实训基地	播有限公司		
5	社会体育指导与管理专业实习实训基地	郑州立格文化传播有限公司	教学实践	120 人
6	社会体育指导与管理专业实习实训基地	新郑市龙湖镇小乔小学大学生校外实践教育基地	教学实践	120
7	社会体育指导与管理专业实习实训基地	河南门徒健身服务有限公司大学生校外实践教育基地	教学实践	120 人
8	社会体育指导与管理专业实习实训基地	北京爱尚心嘉镜体育文化发展公司大学生校外实践教育基地	教学实践	120 人
9	社会体育指导与管理专业实习实训基地	郑州贝体体育科技有限公司	教学实践	120 人
10	社会体育指导与管理专业实习实训基地	郑州世嘉新都会健身服务有限公司	教学实践	120 人
11	社会体育指导与管理专业实习实训基地	河南智行探索体育文化有限公司	教学实践	120 人
12	社会体育指导与管理专业实习实训基地	升达健身房	教学实践	120 人

（三）教学资源

1. 教材选用：按照国家规定选用优质教材，禁止不合格教材进课堂，所有课程优先从国家和省级两级规划教材目录中选用教材。校本教材严格执行学校《教师自编教材建设管理规定》，其立项、编写及使用，均需学校教材建设委员会审核确定。

2. 图书配备：本专业图书文献5000 余册，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：中国知网、万方视频、书香建院、汇雅电子图书、超星学术视频、读秀、超星发现、商业百科、乐学、乐听、乐考、微课堂教育视频资源服务平台、高等教育应用资源服务平台。

3. 数字资源：本专业配备了音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、虚拟仿真软件、数字教材等数字资源，种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新、能够满足教学需要。

（四）教学方法

社会体育教学，采取三严政策，一、严管，二、严教，三、严考。学生管理方面，课堂管理，晚自习管理，运动训练管理都有严格的考勤和管理制度，保证教学和训练的高质量。学生的考勤、上课和训练的态度跟期末考核和对外竞赛挂钩。教师依据专业培养目标、课程教学要求、学生能力与教学资源，采用适当的教学方法，以达成预期教学目标。倡导因材施教，鼓励创新教学方法和策略，采用理实一体化教学、案例教学、项目教学等方法，坚持学中做、做中学。

（五）学习评价

对学生的评价包括学习态度、课堂学习情况、师生互动情况、学生对知识掌握情况、课下练习情况进行综合评价。课堂上要求学生统一着装，上下课向老师问好。专业课要求学生认真学习专业技术，掌握技术要点和难点，老师通过课堂教学掌握学生的学习情况，并提出要求。课下学生要认真练习老师布置的教学任务，反复练习。对社会体育专业技术评价采用了过程性考核成绩、期末成绩、技能成绩的综合评分机制，根据学生的成绩评定优良中差，这样的模式，激发学生的学习积极性，提高专业能力。

（六）质量管理

实行科学有效的教学质量监控，建立以提高人才培养质量为目标，以各级教学管理与监控机构为依托，以各种检查、督导、评价、反馈、调控为方式，奖惩激励机制为保障的教学质量监控体系。体育学院建立了校、院、教研室三级教学管理组织构成的监控组织系统，形成了督导员评价、管理人员评价、同行评价和学生评价的教学质量评价体系和监控体系。统筹考虑影响教学质量的各主要因素，结合教学诊断与改进、质量年报等自主保证人才培养质量的工作，统筹管理学校各部门、各环

节的教学质量管理活动，形成任务、职责、权限明确且相互协调、相互促进的质量管理有机整体。充分发挥教学工作指导委员会、教材建设指导委员会、教学督导委员会等作用，实行从院长、教研室主任、到教师的教学质量监控管理责任制，通过层层把关，严抓教学质量，保障专业的高质量发展。

八、毕业最低学分要求

本专业须修满培养计划中规定课程 136 学分，其中选修课需修满规定的最低学分方准予毕业。

九、相关问题的说明

无

十、方案执笔人与审核人

1. 方案执笔人：李英豪
2. 方案审核人：张王利

社会体育专业专科课程设置及授课进程表

课程类别	课程名称	课程代码	总学时	学时分配		周学时	学分	学分分配		学期学时分配 (周学时)						考核方式	开课单位
				理论	实践			理论	实践	1	2	3	4	5	6		
公共基础课	必修	思想道德与法治	21141133	48	40	8	3	3	2.5	0.5	3					1	马院
		毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系	21140732	32	32		2	2	2.0			2				1	马院
		形势与政策 I	21111231	8	8		0.5	0.5	0.5		0.5					2	马院
		形势与政策 II	21111131	8	8		0.5	0.5	0.5			0.5				2	马院
		习近平新时代中国特色社会主义思想概论	21111433	48	40	8	3	3	2.5	0.5			3			1	马院
		综合英语 I	06101132	32	32		2	2	2.0		2					1	基础
		综合英语 II	06101232	32	32		2	2	2.0		2					1	基础
		英语听说 I	06102132	32	32		2	2	2.0		2					2	基础
		英语听说 II	06102232	32	32		2	2	2.0		2					2	基础
		人工智能通识	05100132	32	16	16	2	2	1.0	1.0		2				2	信工
		大学语文	07100332	32	32		2	2	2.0		2					2	文法
		大学生职业发展	19101431	16	16		1	1	1.0		1					2	双创
		大学生创业基础	19101931	16	16		1	1	1.0				1			2	双创
		大学生就业技能指导	19101831	16	16		1	1	1.0					1		2	双创
		大学生心理健康教育	20180231	32	32		2	1	1.0		2					2	心理
		劳动通论	20180131	16	16		1	1	1.0		1					2	学发
		军事理论	21210731	32	32		2	1	1.0		2					2	马院
		小计		464	432	32		27	25.0	2.0	15.5	8	1.5	4	0	0	
	选修	限定选修4学分，包含党史国史、中华优秀传统文化、国家安全教育、健康教育、美育课程、职业素养等课程															
		小计（至少选修4学分）		64	64	0		31	4.0								
	合计			528	496	32	33	31	29.0	2.0	15.5	8	1.5	4	0	0	
专业基础课	必修	体育概论	10160012	32	32			2	2.0		2					1	体育
		健康教育学	10160112	32	32			2	2.0				2			1	体育
		体育社会学	10160212	32	32			2	2.0			2				1	体育
		田径	10167512	32		32		2		2.0	2					1	体育
		体能训练	10160512	32		32		2		2.0		2				1	体育
		排球	10160612	32		32		2		2.0			2			1	体育
		乒乓球	10160712	32		32		2		2.0			2			1	体育
		网球	10160812	32		32		2		2.0			2			1	体育
		健美操	10160912	32		32		2		2.0				2		1	体育
		运动生理学	10161012	32	24	8		2	1.5	0.5		2				1	体育
		运动解剖学	10161112	32	24	8		2	1.5	0.5	2					1	体育
		合计		352	144	208		22	9.0	13.0	6	4	8	4			
专业核心课	必修	社会体育导论	10161212	32	32			2	2.0		2					1	体育
		体育管理学	10161312	32	32			2	2.0					2		1	体育
		体育市场营销	10161412	32	24	8		2	2.0					2		1	体育
		篮球	10166912	32		32		2		2.0		2				1	体育
		足球	10167012	32		32		2		2.0			2			1	体育
		健身理论与指导	10161712	32		32		2		2.0			2			1	体育
		羽毛球	10161812	32		32		2		2.0		2				1	体育
		合计		224	88	136		14	6.0	8.0	2	4	4	4			

课程类别		课程名称	课程代码	总学时	学时分配		周学时	学分	学分分配		学期学时分配 (周学时)						考核方式	开课单位
					理论	实践			理论	实践	1	2	3	4	5	6		
专业 课	必修	运动专项一 (篮、排、足、荷、健身健美)	10161914	64	8	56		4	0.5	3.5			4				1	体育
		运动专项二 (乒、羽、网)	10162014	64	8	56		4	0.5	3.5				4			1	体育
		高尔夫	10162112	32		32		2		2.0			2				1	体育
		飞盘	10167612	32		32		2		2.0				2			1	体育
		荷球	10163612	32		32		2		2.0	2						1	体育
		定向越野	10162412	32		32		2		2.0		2					1	体育
		排舞	10163512	32		32		2		2.0		2					1	体育
		小计			288	16	272		18	1.0	17.0	2	4	6	6	0		
	选修	轮滑	10162711	16		16		1		1.0		1					2	体育
		花样跳绳	10162811	16		16		1		1.0					1		2	体育
		武术	10162911	16		16		1		1.0				1			2	体育
		散打	10163011	16		16		1		1.0					1		2	体育
		太极拳	10163111	16		16		1		1.0			1				2	体育
		野外生存	10163211	16		16		1		1.0				1			2	体育
		舞龙舞狮	10167111	16		16		1				1					2	体育
		体育舞蹈	10163311	16		16		1		1.0		1					2	体育
		跆拳道	10163411	16		16		1		1.0				1			2	体育
		匹克球	10167211	16		16		1		1.0			1				2	体育
		瑜伽	10162511	16		16		1		1.0			1				2	体育
		基础体操	10162611	16		16		2		1.0					1		2	体育
		素质拓展	10163611	16		16		1		1.0					1		2	体育
		体育俱乐部经营与管	理10161512	32	32			2	2.0					2			2	体育
		教育学	10161612	32	32			2	2.0					2			2	体育
		学校体育学	10160312	32	32			2	2.0				2				2	体育
		小计（至少选修14学分）			224	96	128		14	6.0	8.0	0	2	4	6	2		
		合计																
集中 实践 教学 环节	必修	劳动实践	29100331	80		80		1		1.0	第1学年						2	学发
		入学教育	10117711	20		20		1		1.0	1W						2	各院
		军事训练	29100231	60		60		1		1.0	3W						2	学务
		社会服务与实践	10159511	40		40		2		2.0	1W	1W					2	各院
		专业认知	10108311	60		60		3		3.0	1W	1W	1W				2	体育
		专业调研	10146411	60		60		3		3.0		1W				1	2	体育
		专业实习	10146512	40		40		2		2.0				1W	1W		2	体育
		职业资格认证	10146611	40		40		1		1.0			1W		1W		2	体育
		岗位实习	1015141B	500		500		12		12.0					6个月		2	各院
	合计			900	0	900	0	26	0.0	26.0	0	0	0	0	0	0		
总计			2516	840	###		125	51.0	74.0	25.5	22	23.5	24	2				

备注： 1.考核分为考试和考查两种，1为考试，2为考查；
2.选修课学时（学分）小计按最低选修学时（学分）统计；
3.“周学时” 一列不小计、不合计，空着即可；
4.校企共建课程名称前标注★， 证照培训课程前