



# 社会体育专业 2024 级人才培养方案

社会文化系

专业负责人（签字）：吴正耀

## 一、专业名称及代码

专业名称：社会体育

专业代码：570301

## 二、入学要求

高中阶段教育毕业生、中等职业学校毕业或具有同等学力。

## 三、修业年限

三年

## 四、职业面向

所属专业大类 (代码)	所属专业类 (代码)	对应行业 (代码)	主要职业类别 (代码)	主要岗位群 或技术领域 举例	职业资格(职业技能等 级)证书举例
教育与体育 大类 (67)	体育类 (89)	1、健身运 动 2、体育舞 蹈 (89)	1、健身运动 2、体育舞蹈 (4-13-04)	1、健身教练 2、社会体育 指导 3、体育娱乐 场所服务人 员	1、社会体育指导员 2、跳绳教练员等级证书 3、气排球教练员等级证 书

## 五、培养目标和培养规格

### (一) 培养目标

本专业将贯彻落实习近平中国特色社会主义思想理论贯穿学生的教育过程。培养政治坚定、德技并修、全面发展，适应社会经济和体育产业发展需求，掌握社会体育基本理论知识、体育健身等运动项目的技能和锻炼方法，具有积极向上、吃苦耐劳、敬业爱岗、不断创新等方面的专业素养，主要面对群众体育领域中从事群众体育的健身知识咨询、健身技术指导、产业经营开发、组织管理及教学科研等方面工作的应用型技术人才。

## （二）培养规格

分类	规格要求
知识目标	<p>(1)、掌握习近平中国特色社会主义思想理论、科学文化基础知识和体育的法律法规。</p> <p>(2)、掌握社会体育的基础理论和知识，具有健身知识咨询、答疑等理论知识储备。</p> <p>(3)、掌握武术、健身舞蹈、健美操等项目的基础技能、训练方法与手段。</p> <p>(4)、了解社会体育领域的理论前沿、发展趋势和群众性体育活动的社会需求。</p> <p>(5)、具备开展社会体育现状调查、健身指导等方面科学研究的基本能力。</p>
技能目标	<p>(1)、具有较强的组织协调能力和沟通能力、人际交往、团队合作能力和创新能力。</p> <p>(2)、具有群众性健身体育活动各运动项目技术的传授、指导、训练能力。</p> <p>(3)、初步具备群众性文体表演节目的创作和组织实施的能力。</p> <p>(4)、使学生运动技能达到一个较高水平，为今后的社会体育工作奠定坚实基础。</p> <p>(5)、获得从事社会体育工作的《社会体育指导员》资格证书。</p> <p>(6)、拓展能力。拓展掌握艺术体操、形态机能训练等技能指导训练和教学能力。</p>
素质目标	<p>(1)、深刻领会党中央、国务院关于教育工作的方针、政策和法律法规。</p> <p>(2)、忠诚党的教育事业，热爱社会体育的本职工作。</p> <p>(3)、具备良好的思想品质、坚强意志和职业道德。</p> <p>(4)、具有体育教育的创新精神和与时俱进的时代意识。</p> <p>(5)、具有良好的心理素质，严密的组织纪律性和自律能力。</p>

## 六、课程设置及要求

### （一）公共基础课程

分为必修课程和选修课程两类。

#### 1. 必修课程

《习近平新时代中国特色社会主义思想概论》《思想道德与法治》  
《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》《“四史”教育》  
《军事理论》《军事技能》《大学语文》《大学英语》《体育与健康》  
《大学生心理健康教育》《大学生职业生涯规划与创业基础》  
《大学生就业与创业指导》《信息技术基础》《劳动教育》

## 2. 选修课程

每个学生选修不少于6学分，由教务处统筹，安排在第2至4学期开课，每个学期2学分。围绕人文素养、科学素养、信息素养、艺术素养（美育课程）、健康素养、等五个模块建构课程体系。

### （二）专业基础课程

《体育概论》《社会体育学》《学校体育学》  
《体育保健学》《体能训练理论与方法》《体育市场营销》

### （三）专业核心课程

《篮球》《气排球》《武术》《羽毛球》《健美操》《健身舞蹈》《体育赛事策划与管理》《文体表演创作与编辑（武术套路、武术散打）》

### （四）专业拓展课

《乒乓球》《体态动作训练》《艺术体操》《跳绳》《田径》《篮球技战术训练》《运动心理学》

### （五）综合实践课程

《社会实践》《创新创业实践指导》《毕业设计（论文）》《实习》  
《军事理论》《军事技能》

## 七、课程结构比例表

课程性质	课程类型	学分	总学时	理论学时	实践学时	占总学时比例
公共基础课程	必修	37	592	402	190	23.2.0%
	选修	6	96	64	32	3.8%
专业基础课程		12	192	180	12	7.5%
专业核心课程		48	768	40	728	30.0%
专业拓展课	必修	4	64	4	60	2.5%
	选修	4	160	4	156	6.3%
实践课程		21	682	6	676	26.7%
合计		132	2554	700	1854	
理论实践占比				27.4%	72.6%	

## 八、教学进度总体安排

课程类别	课程编码	课程名称	学分	学时			考核类别	各学期学时安排						
				总学时	理论	实践		第一学年		第二学年		第三学年		
								一	二	三	四	五	六	
								16	16	16	16	16	16	
公共基础课(必修课程)	A7000114	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3	48	42	6	考试				48			
	A7000101	思想道德与法治	2+1	32	24	8	考试	32						
	A7000102	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	2	32	24	8	考试			32				
	A7000103	形势与政策	6	96	96	0	考查	16	16	16	16	16	16	16
	A7000115	“四史”教育	2	32	32	0	考试			32				
	A7000104	大学英语	4	64	48	16	考试	32	32					
	A7000105	信息技术基础	3+1	64	16	48	考试		16	32				
	A7000106	大学语文	2	32	24	8	考试	32						
	A7000107	体育与健康	4	64	8	56	考试	32	32					
	A7000109	军事理论	2	32	32	0	考查	32						
	A7000110	大学生职业生涯规划与创业基础	1	16	16	0	考查	16						
	A7000111	大学生心理健康教育	2	32	16	16	考试	32						
	A7000112	大学生就业与创业指导	1	16	8	8	考查				16			
	A7000117	劳动教育	1	16	16	0	考查	4	4	4	4			
小计			37	592	402	190		232	120	120	88	16	16	
专业基础课	A3017101	体育概论	2	32	30	2	考试	32						
	A3017102	社会体育学	2	32	30	2	考试		32					
	A3017103	学校体育学	2	32	30	2	考试			32				

课程类别	课程编码	课程名称	学分	学时			考核类别	各学期学时安排					
				总学时	理论	实践		第一学年		第二学年		第三学年	
								一	二	三	四	五	六
								16	16	16	16	16	16
专业基础课	A3017104	体育保健学	2	32	30	2	考试				32		
	A3017105	体能训练理论与方法	2	32	30	2	考试	32					
	A3017106	体育市场营销	2	32	30	2	考试		32				
	小计			12	192	180	12		64	64	32	32	0
专业核心课	A5017107	运动专项训练-健美操	8	128	8	120	考试	32	32	32	32		
	A5017108	运动专项训练-健身舞蹈	8	128	8	120	考试	32	32	32	32		
	A5017109	运动专项训练-武术	12	192	8	184	考试	64	64	32	32		
	A5017110	运动专项训练-篮球	8	128	4	124	考试	64	64				
	A5017111	运动专项训练-气排球	4	64	4	60	考试			32	32		
	A5017112	运动专项训练-羽毛球	4	64	4	60	考试	32	32				
	A5017113	体育赛事策划与管理	2	32	2	30	考试			32			
	A5017114	文体表演创作与编辑-武术	2	32	2	30	考试				32		
	小计			48	768	40	728		224	224	160	160	0
专业拓展课	A6017115	跳绳	2	32	2	30	考试			32			
	A6017116	乒乓球	2	32	2	30	考试		32				
	A6017117	艺术体操	2	32	2	30	考试			32			
	A6017118	体态动作训练	2	32	2	30	考试				32		
	A6017118	篮球技战术训练	2	32	2	30	考试	32					
	A6017119	田径基础训练	2	32	2	30	考试	32					
	A6017120	运动心理学	2	32	2	30	考试		32				
	小计（以上课程选修8学分）			8	224	14	210		64	64	64	32	0

课程类别	课程编码	课程名称	学分	学时			考核类别	各学期学时安排						
				总学时	理论	实践		第一学年		第二学年		第三学年		
								一	二	三	四	五	六	
								16	16	16	16	16	16	
公共基础课(选修课程)	A8000101	经典导读(共产党宣言)	1	16	16	0	考查			16				
	A8000102	中华优秀传统文化	1	16	16	0	考查		16					
	A8000103	大学英语能力提升	4	64	32	32	考查			32	32			
	A8000104	经典导读(通用能力)	1	16	16	0	考查				16			
	A8000106	德育	4	64	16	48	考查		16	16	16	16		
小计(以上课程选修6学分)			6	96	64	32		0	16	32	32	16	0	
综合实践课	A9000102	社会实践	2	60	0	60	考查				60			
	A9000101	军事训练	2	112	6	106	考查	112						
	A9000103	实习	16	480	0	480	考查					240	240	
	A9000105	创新创业实践指导	1	30	0	30	考查				30			
	小计			21	682	6	676		112	0	0	90	240	240
总计			132	2554	700	1854		600	456	376	450	304	256	

## 九、实施保障

### (一) 师资队伍

本专业拥有一支整体专业素质高、结构合理的师资队伍。现有任课教师 7 名，专任教师 3 名，《篮球》、《乒乓球》等课程外聘教师 2 名，《体育概论》、《社会体育学》、《学校体育学》、《体育保健学》、《武术》、课程兼职教师 2 名。其中教授职称 1 名，副教授 1 名，助教 5 名。

### (二) 教学设施

## 1. 校内实训基地

种类	设施 (实训基地名称)	实训功能	实训项目
校内实训 室	健美操实训室	教学、训练	健美操
	健身舞蹈实训室	教学、训练	健身舞蹈
	武术实训室	教学、训练	武术
	羽毛球实训室	教学、训练	羽毛球

## 2. 校外实习实训基地

- (1) \*\*\* 社会体育指导员实习实训基地
- (2) \*\*\* 跳绳教练员实习实训基地
- (3) \*\*\* 气排球教练员实习实训基地

### (三) 教学资源

#### 1. 教材选用

教材选用的基本要求

(1) 教材是培养高质量优秀人才的基本保证，要选用高等教育出版社（国家级出版社）等出版的高职高专规划专业教材，保证教材的质量。

(2) 选用教材能充分利用国家精品课程中一流教学内容和优质教学资源，使教材具有时代性、科学性和实践性。

(3) 选用教材能体现国家精品课程最新教学研究成果，符合学生的接受能力，具有较好教学效果，达到提高学生的专业水平的教学目标。

(4) 教材在编写形式上要将专业理论知识和技能与社会需求有机融合，有效提升学生从事社会体育职业的就业能力。



## 2. 图书文献资料

### 图书文献配备基本要求

(1) 院图书馆要有一定册数的体育专业的书籍，订阅一定数量的体育专业期刊和学报。

(2) 图书文献、资料的配备能满足专业人才培养、专业建设、教科研等工作的需要。

(3) 图书文献、资料要不断更新和充实，为师生的体育资料查询、借阅提供便利。

## 3. 数字资源

### 数字教学资源配置基本要求

(1) 利用网络信息资源平台，了解世界体育运动及社会体育的发展趋势，加强本专业的课程建设。

(2) 不断完善本专业的教学课件、教学资料库、考试题库等建设，配备与本专业有关的音视频素材。

(3) 配备国际奥林匹克运动会等世界性的比赛录像、音视频素材等教学素材，满足教学、训练需要。

### (四) 教学方法

#### 1、教师讲解法。

教学中教师以简明、清晰的语言，向学生传授教学目标、动作要领及教学的重点和难点，使学生更好的学习和掌握体育动作技术、技能等。

#### 2、示范法。

教师自身以准确、优美的动作示范，使学生了解所学体育动作的技术表象、特征、要点等，对促进学生掌握动作技术要领、形成正确的动力定型起着重要作用。

### 3、小组合作学习法。

在教学中采用小组合作学习法，即共同或分工完成工作任务。目的是培养学生的沟通、合作的能力，锻炼学生的创新和实践能力，同时提高学生的学习兴趣，取得好的教学效果。

### 4、教学游戏法。

教学中以游戏的方式组织学生进行练习。能激发学生学习兴趣，调动参与的积极性。使学生的个性得到拓展和升华，从而培养学生独立思考、判断和解决问题的能力。

### 5、教学竞赛法。

教学中以分组形式组织学生进行比赛。教学目的是激发学生竞争意识、培养学生顽强拼、团结协作的团队精神、检验教学效果和提高学生运动技术水平。

### 6、多媒体教学法。

使用多媒体教学，配合使用黑板板书。充分利用多媒体的优势，制作大量内容丰富、凸显体育特点的电子教学课件，再配以图片、视频等内容进行教学，提高教学效果和教学质量。

## （五）学习评价

根据教学目标、教学方式，采用平常与期末考试相结合的考核办法，对学生进行综合评定成绩。

1、采用以学生的平时学习态度、思想品德、课堂表现以及作业完成情况进行评定成绩。占学期总成绩的 30%。

2、根据学生对期末试卷知识的理解和掌握程度等评定成绩，占学期总成绩的 70%。

## **（六）质量管理**

1. 院教务处和社会文化系教学部门要建立社会体育专业课程建设和教学质量诊断与改进机制，健全专业教学质量监控管理制度，完善课堂教学、教学评价、实习实训、毕业设计以及专业调研、人才培养方案更新、资源建设等方面质量标准建设，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达成人才培养规格。

2. 院教务处和社会文化系教学部门要完善教学管理机制，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. 社会文化系要建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校生学业水平、毕业生就业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

4. 社会文化系和社会体育专业教学组要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。

## 十、毕业要求

本专业学生必须修完本人才培养方案规定的内容（包括必修部分和选修部分），并同时达到以下条件方可毕业：

项目	具体要求	备注
总学分	学分 132	
成绩要求	按计划修满本专业所有规定课程，成绩合格者	
职业技能证书	至少获得一种职业资格证书或行业职业证书。	
综合素质	品德测评合格	