



盐城工业职业技术学院
Yancheng Polytechnic College

体育学院
2024 级人才培养方案

2024 年 7 月

盐城工业职业技术学院

社会体育专业人才培养方案

专业带头人：申永权

审核人：李大伟

院长：施兴成

制定时间：2024 年 7 月 10 日

一、专业名称及代码

社会体育（570301）

二、入学要求

应届高中毕业生、中职毕业生或具有同等学力者

三、修业年限

三年制专科、基本修业年限 3 年。

四、职业面向

表 4.1 社会体育专业主要就业岗位及资格证书

所属专业大类（代码）	教育与体育大类（57）
所属专业类（代码）	体育类（5703）
对应行业（代码）	商务服务业（72）、体育（89）、娱乐业（90）、体育社会团体（95）
主要职业类别（代码）	体育专业人员（2-09-07），其他文学艺术、体育专业人员（2-09-99），体育健身和娱乐场所服务人员（4-14-05），其他健康、体育和休闲服务人员（4-14-99）
主要岗位（群）或技术领域	社会体育指导员、社会体育活动组织管理人员、国民体质监测服务人员
职业类证书	社会体育指导员、游泳救生员

职业技能等级证书：

普通话考核二级乙等以上水平；全国计算机等级考试一级证书；国家各运动项目教练员、裁判员等级证书；运动营养师证；体适能教练证；游泳救生员证等。

五、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养能够践行社会主义核心价值观，传承技能文明，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、科学素养、数字素养、职业

道德、创新意识、爱岗敬业的职业精神和顽强拼搏的体育精神，较强的就业创业能力和可持续发展的能力，掌握本专业知识和技术技能，具备职业综合素质和行动能力，面向商务服务业、体育、娱乐业、体育社会团体行业的社会体育指导员、社会体育活动组织管理人员、国民体质监测服务人员等岗位（群），能够从事全民健身体育项目指导与培训、社会体育活动的组织管理、国民体质监测服务等工作的高技能人才。

（二）培养规格

本专业学生应在系统学习本专业知识和完成有关实习实训基础上，全面提升知识、能力、素质，掌握并实际运用岗位（群）需要的专业核心技术技能，实现德智体美劳全面发展，总体上须达到以下要求：

（1）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，具有坚定的理想信念、深厚的爱国情感和中华民族自豪感；

（2）掌握与本专业对应职业活动相关的国家法律、行业规定，掌握环境保护、安全防护、质量管理等相关知识与技能，了解相关行业文化，具有爱岗敬业的职业精神，遵守职业道德准则和行为规范，具备社会责任感和担当精神；

（3）掌握支撑本专业学习和可持续发展必备的语文、数学、外语（英语等）、信息技术等文化基础知识，具有良好的人文素养与科学素养，具备职业生涯规划能力；

（4）具有良好的语言表达能力、文字表达能力、沟通合作能力，具有较强的集体意识和团队合作意识，学习 1 门外语并结合本专业加以运用；

（5）掌握社会体育指导、运动人体科学等方面的专业基础理论知识；

（6）具有全民健身锻炼指导、体育项目培训的能力；

（7）掌握社会体育活动的组织方法，具有全民健身活动的组织与管理能力；

（8）掌握体质监测数据采集技术技能，具备体质监测和体质健康评价的能力；

（9）掌握信息技术基础知识，具有适应本行业数字化和智能化发展需求的数字技能；

（10）具有探究学习、终身学习和可持续发展的能力，具有整合知识和综合运用知识分析问题和解决问题的能力；

（11）掌握身体运动的基本知识和至少 1 项体育运动技能，达到国家大学生体质健康测试合格标准，养成良好的运动习惯、卫生习惯和行为习惯；具备一定的心理调适能力；

（12）掌握必备的美育知识，具有一定的文化修养、审美能力，形成至少 1 项艺术特长或爱好；

(13) 树立正确的劳动观，尊重劳动，热爱劳动，具备与本专业职业发展相适应的劳动素养，弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，弘扬劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的时代风尚。

六、课程设置及要求

(一) 公共基础课程

表 6.1 公共基础课程设置表

序号	课程名称	教学目标	教学内容
1	思想道德与法治	1. 通过本课程教学,学生能够系统把握理解马克思主义的人生观、价值观、道德观和法治观的主要内容。 2. 能够运用马克思主义的基本观点、立场和方法正确分析判断各种社会问题和思想问题。 3. 自觉践行社会主义核心价值观和社会主义道德观,树立人民价值立场,不断提高思想道德素质和法治素养。 4. 坚持理论联系实际,做到知行合一,有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗,成为具有“五实”特质的高素质技术技能人才,成为新时代的好青年。	1. 坚持问题导向对教材内容进行梳理,构建“人生观—价值观—道德观—法治观”4大篇章7个专题20讲理论内容和3次实践内容。 2. 每个专题遵循由“抽象到具体、由理论到实践、由思想到行为”的逻辑进路,对大学生系统开展马克思主义的人生观、价值观、道德观和法治观教育。将党的最新文献精神融入教学,重点突出习近平总书记对青年大学生的殷切期望和要求,重点突出习近平法治思想。 3. 教学中实现守正和创新的结合、理论和实践的结合、教学内容与专业文化和地方文化的结合。
2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	1. 通过本课程教学,学生能够系统把握毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观的形成发展、丰富内容、主要特征和价值意义。 2. 帮助学生全面了解中国共产党带领全国人民夺取新民主主义革命伟大胜利、完成社会主义革命和推进社会主义建设、进行改革开放和社会主义现代化建设以及四十多年改革开放取得的伟大成就和宝贵经验。 3. 全面了解马克思主义中国化理论成果之间的“一脉相承又与时俱进”关系,深刻理解“中国共产党为什么能、马克思主义为什么行、中国特色社会主义为什么好”,推动马克思主义中国化理论成果进教材、进课堂、进学生头脑。	1. 毛泽东思想是马克思主义中国化的第一次历史性飞跃,实事求是、群众路线、独立自主是毛泽东思想活的灵魂,是贯穿各个组成部分的立场、观点、方法,为党和人民事业发展提供了思想指南和科学指引。 2. 中国共产党领导和开展“真理标准问题”大讨论,从新的实践和时代特征出发坚持和发展马克思主义,形成了中国特色社会主义理论体系,实现了马克思主义中国化新的飞跃。 3. 改革开放和社会主义现代化建设的伟大成就举世瞩目,实现了经济总量跃居世界第二的历史性突破,实现了人民生活奔向全面小康的历史性跨越,推进了中华民族从站起来到富起来的伟大飞跃。
3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	1. 全面了解习近平新时代中国特色社会主义思想是对马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观的继承和发展,是马克思主义中国化时代化的最新成果,是党和人民实践经验和集体智慧的结晶,是中国特色社会主义理论体系的重	1. 习近平新时代中国特色社会主义思想是当代中国马克思主义、二十一世纪马克思主义,是中华文化和中国精神的时代精华,实现了马克思主义中国化时代化新的飞跃。 2. 通过系统讲授习近平新时代中国特色社会主义思想的时代背景、核心

		要组成部分,是全党全国人民实现中华民族伟大复兴而奋斗的行动指南,必须长期坚持并不断发展。 2. 全面把握习近平新时代中国特色社会主义思想的时代背景、核心要义、精神实质、丰富内涵、实践要求、历史地位,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。 3. 系统理解中国共产党人如何运用习近平新时代中国特色社会主义思想的世界观和方法论来解决中国共产党在治国理政中基本问题和现实问题,有力推动中国特色社会主义伟大事业,全面推进中华民族伟大复兴进程。 4. 引导青年大学生增强政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识,坚定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,坚决做到维护习近平总书记党中央的核心、全党的核心地位,坚决做到维护党中央权威和集中统一领导,树立共产主义远大理想和中国特色社会主义共同理想,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和实现中华民族伟大复兴的奋斗之中。	要义、精神实质、丰富内涵、实践要求、历史地位,结合习近平新时代中国特色社会主义思想在中华大地的生动实践,全面解读党在新时代的基本理论、基本路线、基本方略,帮助学生全面了解习近平新时代中国特色社会主义思想蕴含的“人民至上、崇高信仰、历史自觉、问题导向、斗争精神、天下情怀”理论品格和思想风范,深刻把握贯穿其中的马克思主义立场观点方法,增进青年大学生的政治认同、理论认同、思想认同、价值认同和情感认同,从而全面认识习近平新时代中国特色社会主义思想的时代意义、理论意义、实践意义、世界意义,深刻领会“两个确立”的决定性意义,进一步增强“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”,努力成长为担当民族复兴大任的时代新人。
4	形势与政策	通过讲授党的理论创新最新成果、新时代坚持和发展中国特色社会主义的生动实践、马克思主义形势观政策观、党的路线方针政策、基本国情、国内外形势及其热点难点问题,帮助学生准确理解习近平新时代中国特色社会主义思想、当代中国马克思主义、21 世纪马克思主义,深刻领会党和国家事业取得的历史性成就、面临的历史性机遇和挑战,引导大学生正确认识世界和中国发展大势、正确认识中国特色和国际比较、正确认识时代责任和历史使命、正确认识远大抱负和脚踏实地,知行合一,真正成为中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人。	根据教育部办公厅印发的《高校“形势与政策”课教学要点》准确把握教学内容,深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想及习近平总书记最新重要讲话精神,全面学习宣传贯彻党的十九届六中全会精神和党的二十大精神,深入阐释党的百年奋斗重大成就和历史经验,深入阐释我国沉着应对百年变局和突发情况,深入阐释“十四五”时期的发展成果和发展态势,学深悟透党的创新理论。引导学生全面理解准确把握“两个大局”的战略思维,学习运用习近平新时代中国特色社会主义思想的世界观和方法论,弘扬伟大建党精神,坚定走好中国道路,奋进新征程、建功新时代,为中华民族伟大复兴贡献青春智慧和力量。

5	英语	通过本课程教学,使学生掌握一定量的英语词汇和必要的英语基础知识与技能,具备一定的听、说、读、写、译能力,能在日常活动和业务活动中进行简单的口头和书面交流;同时掌握有效的学习方法,增强自主学习能力,提高综合文化素养和跨文化交际意识,培养批判性思维能力,为他们提升就业竞争力及今后的可持续发展打下良好的基础。	语言知识学习模块、语言能力学习模块、应用文写作模块及一般性话题的命题作文学习模块。以上三个教学模块主要通过实用英语听说、阅读、写作和翻译环节来实施。
6	大学生心理健康教育	通过本课程教学,实践训练等,使学生明确心理健康的标准及意义,增强自我心理保健意识和心理危机预防意识,掌握并应用心理健康知识,培养自我认知能力、人际沟通能力、自我调节能力,切实提高心理素质,促进学生全面发展。	大学生心理健康导论、大学生心理咨询、大学生心理困惑及异常心理、认识发展完善自我、大学期间生涯规划及能力发展、学习心理、人际沟通的技巧和方法、识别调节情绪、压力管理与挫折应对、性心理及恋爱心理、人格发展与心理健康、生命教育与心理危机应对等。
7	军事理论	通过军训理论课教学,使大学生掌握军事基础知识,促进大学生更好的掌握基本的国防建设观念、军事思想理论、战略战术理论以及军事高技术和信息化战争发展现状,达到增强大学生国防观念、国家安全意识、忧患危机意识,强化大学生爱国主义、集体主义观念的目的。	以课堂教学形式,教授中国国防历史、现代国防建设、军事思想、国家战略环境、军事高技术、信息化战争等知识。
8	军事技能	以国防教育为主线,通过军事技能训练,让大学生掌握基本的军事实战技能,增强组织纪律观念,培养大学生顽强拼搏和集体主义的精神,养成良好的军人素养,进大学生综合素质的提高。	军事内务条令、军事纪律条令、军事队列条令、消防应急逃生技能、急救技能等。
9	国家安全教育	使学生系统掌握总体国家安全观的内涵和精神实质,理解中国特色国家安全体系,树立国家安全底线思维,将国家安全意识转化为自觉行动,强化责任担当。	国家安全各重点领域的基本内涵、重要性、面临的威胁与挑战、维护的途径与方法。
10	大学生职业生涯规划	激发大学生树立职业生涯规划的自主意识、正确的就业观,促使大学生理性地规划自身未来的发展,并努力在学习过程中自觉地提高就业能力和生涯管理能力。	职业规划概述、自我认知、职业认知、职业规划步骤、规划路径、评估与调整。
11	大学生就业创业指导	使学生了解就业形势,熟悉就业政策,提高就业竞争意识和依法维权意识,熟悉职业规范,形成正确的择业和就业观,养成良好的职业道德。	专业就业形势认知、大学生择业心理调适、求职准备、就业政策与就业权益保护。
12	信息技术	使学生掌握常用的工具软件和信息化办公技术,了解大数据、人工智能、区块链等新兴信息技术,具备支撑专业学习的能力,能在日常生活、学习和工作中综合运用信息技术解决问题;使学生拥有团队意识和职业精神,具备独立思	基础模块(必修):文档处理、电子表格处理、演示文稿制作、信息检索、新一代信息技术概述、信息素养与社会责任。 拓展模块(选修):信息安全、项目管理、机器人流程自动化、程序设计

		考和主动探究能力,为学生职业能力的持续发展奠定基础。	基础、大数据、人工智能、云计算、现代通信技术、物联网、数字媒体、虚拟现实、区块链。可根据专业需求进行选修。
13	应用语文	通过本课程的学习,加强学生的人文素质,使学生具备良好的文学、文字素养和提升口语表达、应用写作、沟通交流、日常礼仪等职业通用能力,为学生就业和适应实际工作打下坚实的基础。	文学经典阅读与欣赏、应用写作、职业沟通、社交礼仪等。
14	劳动教育	本课程旨在帮助学生理解和形成马克思主义劳动观,牢固树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的观念,体会劳动创造美好生活,学会尊重普通劳动者,培养勤俭、奋斗、创新、奉献的劳动精神,培育积极向上的劳动精神和认真负责的劳动态度。从而能够主动结合国家和个人实际,树立远大职业理想,做好个人职业规划,实现个人价值和社会价值的有机统一。	树立学生正确的劳动观点,使他们懂得劳动的伟大意义。了解人类的历史首先是生产发展的历史,是劳动人民创造的历史;懂得辛勤的劳动是建设社会主义和共产主义的根本保证;劳动是公民的神圣义务和权利;轻视体力劳动和体力劳动者,是数千年来剥削阶级思想残余;懂得把脑力劳动同体力劳动相结合的重要意义。培养学生热爱劳动和劳动人民的情感。养成劳动的习惯,形成以劳动为荣,以懒惰为耻的品质。抵制好逸恶劳、贪图享受、不劳而获、奢侈浪费等恶习的影响。
15	创新创业基础	通过课程教学,使学生掌握创业的基础知识和基本理论,熟悉创业的基本流程和基本方法,激发学生的创业意识,提高学生的社会责任感、创新精神和创业能力,促进学生创业就业和全面发展。	创新创业概述、创业团队、创新思维、创业机会、商业模式和商业计划书

(二) 素质拓展课程

表 6.2 素质拓展课程设置表

序号	课程名称	教学目标	教学内容
1	中国共产党历史	通过课程教学,增强学生使命担当,以党的光辉历程、科学理论、伟大精神,鼓舞和引导学生把爱国情、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的奋斗之中。	中国共产党的创建和投身大革命的洪流、掀起土地革命风暴、全民族抗日战争的中流砥柱、夺取新民主主义革命的全国性胜利、中华人民共和国的成立和社会主义制度的建立、社会主义建设的探索和曲折发展、伟大历史转折和中国特色社会主义的开创、把中国特色社会主义全面推向 21 世纪、在新的形势下坚持和发展中国特色社会主义、中国特色社会主义进入新时代。
2	舞蹈鉴赏	通过本课程教学,提高学生艺术鉴赏力、感知力,同时通过舞蹈作品的赏析及解读,了解掌握其中的风格特征、情感表达、提升学生的综合艺术修养。	中国民族民间舞、中国古典舞、芭蕾舞、现代舞、流行舞蹈、外国民间舞、歌舞剧等概况及赏析

(三) 专业课程
1、专业基础课程

表 6.3.1 专业基础课程设置表

序号	课程名称	教学目标	教学内容
1	运动解剖生理学	1.掌握运动解剖学基本知识。 2.掌握正常人体生命活动的基本规律。 3.掌握体育活动影响下人体功能的反应与适应规律。 4.运用课程理论与方法指导和评价体育活动的的能力。	人体的基本构筑；运动系统的构成；内脏系统的构成；脉管系统的构成；感觉器的分类与特点；神经系统的组织构成；内分泌系统的构成。 运动生理学的研究对象、目的和任务；生命的基本特征；人体生理机能的调节；骨骼肌的生理特征；血液的功能与生理特征；循环机能的工作原理与特征；运动中的呼吸特点；物质与能量代谢；肾脏功能；内分泌机能；感觉与神经机能；有氧、无氧工作能力；身体素质的分类与特点；运动中人体机能变化规律。
2	运动心理学	1.掌握运动心理学的发展进程与研究方法。 2.掌握心理活动的基本规律及在体育运动中的具体表现。 3.掌握运动员心理调控的基本理论与方法。	运动心理学概述；认知与体育运动；情感、意志与体育运动；个性与体育运动；青少年学生和运动员的心理特点；运动技能形成过程的心理学分析；运动训练心理；运动竞赛心理；运动员的心理技能训练；体育运动中的社会心理学问题；运动心理学的研究方法 与 科研论文撰写规范。
3	体育管理学	1.掌握体育管理的基本理论和方法。 2.掌握体育管理工作内容与原则。 3.掌握体育管理的基本规律。 4.具备一定体育管理的计划、组织和协调能力。	体育管理学概述；体育管理原理；体育管理职能与方法；体育战略管理；体育组织管理；体育标准化管理；体育绩效管理；学校体育管理；运动训练与体育赛事管理；群众体育管理；体育产业管理；体育信息管理。
4	运动损伤与防护	1.认识运动损伤发生的规律。 2.了解运动损伤防护的方法。 3.掌握运动损伤的治疗方法和急救技术。 4.能够独立使用各种治疗方法和康复技术促进损伤恢复，提高运动水平。	运动损伤概论；运动损伤的检查与诊断；运动损伤的处理和治疗；运动损伤的预防和康复锻炼；常见运动损伤及预防
5	体育科研方法	学生通过本课程的学习，能够较系统地掌握体育科研的基本方法与理论，完成毕业论文的设计与研究工 作，能够运用科研方法解决体育实践中遇到的简单问题。	体育科学研究概述；体育科学研究的功能特点与发展趋势；科学选题；科学研究方法；整理资料方法；分析资料的方法；体育科研论文的撰写、报告和评价
6	田径	1.掌握田径运动的基本知识、基本技术和基本技能。 2.具备针对教学主题制定教学计划和方案的能力。 3.掌握田径规则知识并具备执裁能力。	田径运动概述；田径运动技术原理；中小学田径教学与组织；课余田径训练；田径运动竞赛组织与裁判；田径运动场地；竞走；短距离跑；接力跑；中长距离跑；跨栏跑；跳高；撑竿跳高；跳远；三级跳远；推铅球；掷铁

		4.具备组织与实施田径赛事的能力。 5.掌握少儿趣味田径的教学与组织方法。 6.全面发展身体素质。	饼；掷标枪；掷链球；田径运动文化； 田径运动健身；少儿趣味田径运动。
7	美育 2	通过介绍赏析体育运动，使学生了解各项运动的基本知识、基本技法，感受项目魅力，学会运动观赏方法。提高学生社会适应能力、树立现代体育意识，提高体育的兴趣，培养学生勇敢顽强、灵活机智、沉着冷静、敢于取胜的优良品质，使学生具备良好的专业素质和服务意识，具备创新精神、创业意识。	田径、篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、体操、游泳等项目的鉴赏。

2、专业核心课程

表 6.3.2 专业核心课程设置表

序号	专业	课程名称	教学目标	教学内容
1	社会体育	国民体质监测与评价	1.掌握我国全民体质针对的对象。 2.掌握国民体质监测的概念、要素和特点。 3.掌握加强国民体质建设的对策。 4.掌握国民体质监测的指标体系构成。	国民体质监测与评价绪论；国民体质监测的实施；国民体质监测的指标与测试方法；体质测定标准；体质相关的健康指标与测试方法；体质测定的咨询与评价；数据整理与统计分析；体质测定标准的编制；国民体质现状；国民体质监测与测定的思考与展望。
2	社会体育	社会体育活动策划与组织	1.掌握社会体育活动策划与组织的基本理论。 2.掌握社会体育活动策划与组织的基本流程和实际操作能力。 3.具备根据年龄，人群制定出相应的体育活动计划的能力。 4.具备策划与组织小型社会体育赛事和活动的的能力。	社会体育活动发展概述；社会体育活动方案设计与组织原则；社会体育活动方案设计与组织内容；社会体育活动常用指导方案；不同人群社会体育活动方案的设计与组织；城市社区体育活动方案设计与组织；农村社区体育活动方案设计与组织；职工体育活动方案设计与组织；社会体育活动方案设计与组织注意事项。
3	社会体育	社会体育导论	1.掌握社会体育的概念和原则。 2.掌握老年体育、妇女体育、终身体育的基本内容和特点。 3.掌握社会体育形态的特点及其管理要求。 4.掌握社会体育工作的内容与方法。	社会体育概述；社会体育与社会进步；我国社会体育的目的与任务以及地位与功能；社会体育参与；影响社会体育发展的因素；社会体育活动的原则、内容与方法；社会体育管理的内容；社会体育管理的方法；社会体育机构。

4	社会体育	运动训练学	1.掌握运动训练的基本原理与方法。 2.掌握运动训练的组织和控制过程。 3.掌握各种运动训练计划的制定原则与实施。	运动训练学概述；项群训练理论；运动训练原则；运动训练方法；运动员体能与训练；运动员技术能力与训练；运动员战术能力与训练；运动员心理能力与训练；运动员智能与训练；运动训练过程调控；运动员多年训练计划的制定与实施；年度训练计划；周训练计划的制定与实施；训练课计划。
5	社会体育	篮球	1.掌握篮球运动的基本知识、基本技术和基本技能。 2.具备针对教学主题制定教学计划和方案的能力。 3.掌握篮球规则知识并具备执裁能力。 4.具备组织与实施篮球赛事的能力。 5.掌握“三对三”篮球竞赛的概念与组织方法。 6.全面发展身体素质。	体育与健康；篮球运动与身体健康；篮球运动与心理健康；篮球运动与社会适应能力；篮球运动发展概述；篮球基本技术；篮球战术配合；篮球竞赛规则和裁判法；篮球竞赛组织与编排方法；篮球“三对三”竞赛简介；篮球运动的观赏性。
6	社会体育	足球	1.掌握足球运动的基本知识、基本技术和基本技能。 2.具备针对教学主题制定教学计划和方案的能力。 3.掌握足球规则知识并具备执裁能力。 4.具备组织与实施足球赛事的能力。 5.具备足球运动常见运动伤病的预防与处理能力。 6.掌握五人制足球竞赛的概念与组织方法。 7.全面发展身体素质。	足球运动的起源与发展；足球基本技术；足球技术教学与训练；足球战术理论与原则；足球进攻战术；足球防守战术；定位球战术；足球战术教学与训练；中小学足球教学基本理论与方法；足球训练基本理论与方法；足球比赛的指导工作；足球运动常见运动伤病的预防与处理；足球运动常用研究方法；足球运动竞赛与裁判工作；五人制足球。
7	社会体育	跆拳道	1.掌握跆拳道运动的基本知识、基本技术和基本技能。 2.具备针对教学主题制定教学计划和方案的能力。 3.掌握跆拳道规则知识并具备执裁能力。 4.具备组织与实施跆拳道赛事的能力。 5.了解跆拳道晋级升段的标准与方法。 6.全面发展身体素质。	跆拳道起源与发展；跆拳道品势与实战技能；跆拳道级位（9-1级）教学方法；跆拳道专项身体素质练习方法；跆拳道竞赛规则与裁判法。
8	社会体育	运动技术专修（篮球、足球、乒乓球、羽毛球、跆拳道等5个运动项目）	1.熟练掌握相应主修项目技术、战术。 2.熟练掌握教练员训练方法。 3.具备三级裁判员标准执裁能力。	该项目的技术、战术；教练员训练方法；比赛策划与组织；三级裁判员理论与实践。

			4.熟练掌握该主修项目比赛策划组织。 5.培养学生较高的体育文化素养和勇敢顽强的意志品质。	
--	--	--	---	--

3、专业方向拓展课程

表 6.3.3 专业方向拓展课程设置表

序号	专业	课程名称	教学目标	教学内容
1	社会体育	体育舞蹈	1.了解体育舞蹈运动的历史、运动特点，锻炼价值。 2..掌握体育舞蹈的基本知识，基本技术，懂得欣赏和判断。 3.了解并掌握体育舞蹈运动规则与裁判方法，判罚准确无误，能组织基层比赛。 4.全面提高学生身体素质。 5.提升学生团结友爱，互相帮助和机智果断，沉着冷静，勇敢顽强以及集体主义精神等优秀品质。	体育舞蹈基本理论（内容、特点、发展史、规则、欣赏等）；体育舞蹈基本技术；集体舞蹈（大众排舞）；专项素质及套路。
2	社会体育	武术	1.了解武术的起源历史、运动特点，锻炼价值。 2.掌握武术的基本知识，基本技术，懂得欣赏和判断。 3.注重理论联系实际，结合武术比赛视频，使学生了解武术的特点，提高学生的欣赏水平。 4.全面提高学生身体素质。 5.培养学生勇敢、顽强、坚韧不拔的意志品质，乐观进取、开拓创新和勇于竞争的精神；对学生进行思想品德教育，遵守武德，树立良好的道德风尚。	武术基本理论（内容、特点、发展史、规则、欣赏等）；武术基本技术；武术专项素质；三路初级长拳；二十四式太极拳、器械。
3	社会体育	游泳	1.掌握游泳运动的基本知识、基本技术和基本技能。 2.具备针对教学主题制定教学计划和方案的能力。 3.掌握游泳规则知识并具备执裁能力。 4.具备组织与实施游泳赛事的能力。 5.掌握游泳池场地设备的管理知识。 6.全面发展身体素质。	游泳运动概述；游泳的安全与卫生；游泳运动基本原理；游泳教学的理论与实践；熟悉水性与水中游；戏蛙；泳爬；泳游泳竞赛组织与裁判方法；游泳池场地设备与管理；游泳竞赛规则。

4	社会体育	乒乓球	1.掌握乒乓球运动的基本知识、基本技术和基本技能。 2.具备针对教学主题制定教学计划和方案的能力。 3.掌握乒乓球规则知识并具备执裁能力。 4.具备组织与实施乒乓球赛事的能力。 5.掌握乒乓球临场操作的程序与方法。 6.全面发展身体素质。	乒乓球运动概论；乒乓球基本理论；乒乓球教学与训练；乒乓球技术；乒乓球战术；乒乓球双打；乒乓球临场操作程序；乒乓球竞赛的基本方法；乒乓球比赛欣赏。
5	社会体育	羽毛球	1.掌握羽毛球运动的基本知识、基本技术和基本技能。 2.具备针对教学主题制定教学计划和方案的能力。 3.掌握羽毛球规则知识并具备执裁能力。 4.具备组织与实施羽毛球赛事的能力。 5.掌握羽毛球拍的挑选、维修和保护方法。 6.全面发展身体素质。	羽毛球运动的概述；羽毛球基本技术；羽毛球基本战术；羽毛球专项身体训练方法；羽毛球基本技术教学训练方法；羽毛球拍的挑选、维修和保护；羽毛球运动知识问答；羽毛球竞赛规则。
6	社会体育	排球	1.掌握排球球运动的基本知识、基本技术和基本技能。 2.具备针对教学主题制定教学计划和方案的能力。 3.掌握排球规则知识并具备执裁能力。 4.具备组织与实施排球赛事的能力。 5.掌握沙滩排球的相关理论与规则。 6.全面发展身体素质。	排球运动导论；排球运动发展简史；排球运动的衍生类型；排球运动技术的基本理论；准备姿势与移动技术；传球技术；垫球技术；发球技术；扣球技术；拦网技术；排球运动战术的基本理论；排球运动战术的实战应用。

七、 教学进程总体安排

（一）教学进程安排表

表 7.1 教学进程安排表

课程模块	课程性质	课程代码	课程名称	考核方式	计划学时				总学分	开课学期及学分分配						开课单位	备注
					总学时	理论学时	实践学时	周学时		一	二	三	四	五	六		
公共基础课	必修	23000A1016	思想道德与法治	考试	48	42	6	4	3	3						马克思主义学院	
	必修	23000A1022	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	考查	32	28	4	5	2		2					马克思主义学院	
	必修	23000A1023	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	考试	48	42	6	5	3		3					马克思主义学院	
	必修	23000A1024/ 23000A1025/ 23000A1026/ 23000A1027	形势与政策 1、2、3、4	考查	32	32		2	1	0.25	0.25	0.25	0.25			马克思主义学院	第 1-4 学期各 8 学时
	必修	35000A1038	英语 1	考试	64	64		4	4	4						公共基础部	
	必修	35000A1039	英语 2	考查	64	64		4	4		4					公共基础部	
	必修	36000A1020	大学生心理健康教育	考查	32	32		2	2	2						体育学院	

课程模块	课程性质	课程代码	课程名称	考核方式	计划学时				总学分	开课学期及学分分配						开课单位	备注
					总学时	理论学时	实践学时	周学时		一	二	三	四	五	六		
公共基础课	必修	36000A1021	军事理论	考查	36	36		2	2		2					体育学院	
	必修	35000A1007	军事技能	考查	112		112		2	2						人武部	
	必修	36000A1101	国家安全教育	考查	16	16		2	1	1						体育学院	
	必修	36000A1102	大学生职业生涯规划	考查	16	12	4	2	1	1						体育学院	
	必修	36000A1103	大学生就业创业指导	考查	16	12	4	2	1				1			体育学院	
	必修	34000A1001	信息技术	考试	64	32	32	4	4	4						信息与安全学院	
	必修	35000A1012	应用语文	考查	32	32		2	2	2						公共基础部	
	必修	35000A1008	劳动教育	考查	16		16	2	1	1						公共基础部	
	必修	36000A1201	创新创业基础	考查	32	10	22	2	2		2					体育学院	
	小计				660	454	206		35	20.25	13.25	0.25	1.25				

课程模块	课程性质	课程代码	课程名称	考核方式	计划学时				总学分	开课学期及学分分配						开课单位	备注
					总学时	理论学时	实践学时	周学时		一	二	三	四	五	六		
素质拓展课	选择性必修	23000A1028	中国共产党历史	考试	32	32		4	2			2				马克思主义学院	线上学习
	必修	35000A1049	舞蹈鉴赏	考查	16	16		2	1		1					公共基础部	
	小计				48	48			3		1	2					
专业基础课	必修	36000A1105	美育 2	考查	16	16		2	1			1				体育学院	
	必修	36350A2001	运动解剖生理学	考试	32	32		2	2		2					体育学院	
	必修	36350A2002	运动心理学	考试	32	32		2	2			2				体育学院	
	必修	36350A2009	运动损伤与防护	考查	16	16		2	1				1			体育学院	

课程模块	课程性质	课程代码	课程名称	考核方式	计划学时				总学分	开课学期及学分分配						开课单位	备注
					总学时	理论学时	实践学时	周学时		一	二	三	四	五	六		
	必修	36350A2010	体育科研方法	考查	16	16		2	1				1			体育学院	
	必修	36350A3009	田径	考查	64		64	4	4				4			体育学院	
	小计				176	112	64		11		2	3	6				
专业核心课	必修	36350A2003	运动训练学	考试	32	32		2	2			2				体育学院	
	必修	36350A2004	社会体育导论	考试	32	32		2	2				2			体育学院	
	必修	36350A3001	国民体质监测与评价	考查	16	16		2	1			1				体育学院	
	必修	36350A3002	社会体育活动策划与组织	考查	32	32		2	2			2				体育学院	

课程模块	课程性质	课程代码	课程名称	考核方式	计划学时				总学分	开课学期及学分分配						开课单位	备注
					总学时	理论学时	实践学时	周学时		一	二	三	四	五	六		
	必修	36350A3003	篮球	考试	64		64	4	4		4					体育学院	
	必修	36350A3004	足球	考试	64		64	4	4	4						体育学院	
	必修	36350A3007	跆拳道	考试	64		64	4	4	4						体育学院	
	任选	36350A3011	运动技术专修 (篮球、足球、 乒乓球、羽毛球、 跆拳道等 5 个运 动项目)	考试	64		64	4	4		(4)	(4)	4			体育学院	在 2、3、4 学期任一 学期中任 选一门专 修课程
	小计				368	112	256		23	8	4	5	6				
专业方向拓展课	必修	36350A3005	乒乓球	考试	64		64	4	4		4					体育学院	
	必修	36350A3006	羽毛球	考试	64		64	4	4			4				体育学院	

课程模块	课程性质	课程代码	课程名称	考核方式	计划学时				总学分	开课学期及学分分配						开课单位	备注
					总学时	理论学时	实践学时	周学时		一	二	三	四	五	六		
	必修	36350A3010	排球	考试	64		64	4	4			4				体育学院	
	必修	36350A4001	武术	考查	64		64	4	4			4				体育学院	
	必修	36350A4002	体育舞蹈	考查	64		64	4	4				4			体育学院	
	必修	36350A2005	体育管理学	考查	32	32		2	2				2			体育学院	
	小计				352	32	320		22		4	12	6				
专业实践课	选修	36350A4004	社会体育指导员培训	考查	72	48	24	24	4					4		体育学院	
		36350A4005	教练员培训	考查	72	24	48	24	4					4		体育学院	
		36350A4006	裁判员培训	考查	72	24	48	24	4					4		体育学院	
		36350A4007	游泳救生员培训	考查	72	48	24	24	4					4		体育学院	

课程模块	课程性质	课程代码	课程名称	考核方式	计划学时				总学分	开课学期及学分分配						开课单位	备注
					总学时	理论学时	实践学时	周学时		一	二	三	四	五	六		
	必修	36350A4008	毕业设计(论文)	考查	144	144		24	6					6		体育学院	
	必修	36350A4009	毕业实习	考查	432		432	24	18						18	体育学院	毕业实习不少于 18 周
	小计				864	288	576		40					22	18		
合计					2468	1046	1422		134	28.25	24.25	22.25	19.25	22	18		

（二）按整周安排的专业实习/实训/技能训练课程一览表

表 7.2 社会体育专业实践课程一览表

序号	课程名称	学分	学时	考核方式	按学期分配周数					
					一	二	三	四	五	六
1	社会体育指导员培训	4	72	考证					3	
2	教练员培训	4	72	考证					3	
3	裁判员培训	4	72	考证					3	
4	游泳救生员培训	4	72	考证					3	
5	毕业设计（论文）	6	144						6 周	
6	顶岗实习	18	432						18 周	

（三）各类课程学分学时分配

表 7.3 社会体育专业学分学时分配表

课程类别	学分		学时		学时分配	
	学分数	比例	学时数	比例	理论教学	实践教学
公共基础课程	35	26.12%	660	26.74%	454	206
素质拓展课	3	2.24%	48	1.94%	48	0
专业基础课程	11	8.21%	176	7.13%	112	64
专业核心课程	23	17.16%	368	14.91%	112	256
专业方向拓展课程	22	16.42%	352	14.26%	32	320
专业实践课程	40	29.85%	864	35.01%	288	576
合计	134	100%	2468	100%	1046	1422

八、实施保障

（一）师资队伍

社会体育专业师资规模为：专职教师 19 人，其中教授 1 人，副教授 6 人，“双师型教师” 19 人，博士研究生 1 人，硕士研究生 12 人，国际级裁判员 1 人，国家一级裁判员 6 人，运动健将 1 人，国家一级运动员 4 人，兼职教师 6 人，专业带头人 1 人。拟用 3-5 年时间，培养、引进硕士研究生以上学历 10-15 人，教师学历结构力求多元化，努力建成一支学术层次高、学科知识互补、应用能力强的师资队伍。

（二）教学设施

加大对体育场馆和体育设施设备的资金投入，积极应用现代教育技术，充

充分利用专业优势和网络资源，构建本专业丰富的、立体化的教学资源，形成紧密联系市场与社会的体育实训室。

学校现有体育场地总面积达 40000 多平方米，400 米标准田径场 1 片，健身区 1 个，室外篮球场、排球场、气排球场、足球场、羽毛球场等 30 多片。拥有多功能体育中心 1 座，面积 7000 多平方米，涵盖篮球、排球、羽毛球、乒乓球、健身、瑜伽、健美、跆拳道、体质健康测试等功能。

（三）教学资源

1.教材选用基本要求

按照国家规定选用优质教材，禁止不合格的教材进入课堂。学校应建立专业教师、行业专家和教研人员等参与的教材选用机构，完善教材选用制度，经过规范程序择优选用教材。

2.图书文献配备基本要求

图书文献配备能满足人才培养、专业建设、教科研等工作的需要，方便师生查询、借阅。专业类图书文献主要包括：与社会体育专业核心专业领域相适应的图书、期刊、资料、规范、标准、体育法律法规等。

3.数字教学资源配置基本要求

建设、配备与本专业有关的音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、在线开放课程、数字教材等专业教学资源库，应种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新，能满足教学要求。

（四）教学方法

1.教学方法建议：对专业核心课程对教学内容进行整合，在教学过程中，可以按照“学生为中心，教师为主导，面向岗位，培养岗位能力”的教学理念，教学并重，即“素质、知识、能力三位一体”，灵活采用工学交替、任务驱动、项目导向、课堂与实习地点一体化等多种形式的融“教、学、做”于一体“做中学，做中教”的教学模式。根据校企合作的条件创新现代学徒制，可以与紧密合作企业联合开展现代学徒制教学探索。教学过程中可以灵活采用项目教学法、讲授法、任务驱动法、现场教学法。采用线上线下混合式教学，并融“教、学、做”为一体的多种教学方法，实现多元并存，激发学生学习兴趣，提高教学效果。

2.教学手段建议：可以采取灵活多样、形象直观的教学手段，亦可借助数字化课程学习平台或在线开放课程等学习平台采取线上线下混合式教学。如：数字化网络课程资源，在线开放课程、现场实物教学、图片、PPT、视频、动画等。

3.教学组织形式建议：在采用课堂教学的基本形式上，“以学生为中心”根据学生特点激发学生学习兴趣，灵活采用多样化、综合化的教学组织形式，如分组教学、个别教学等教学组织形式。

（五）学习评价

1.诊断性评价

诊断性评价是指在教学活动开始前，对评价对象的学习准备程度做出鉴定，以便采取相应措施使教学计划顺利、有效实施而进行的测定性评价。

2.形成性评价

形成性评价是在教学过程中，为调节和完善教学活动，保证教学目标得以实现而进行的确定学生学习成果的评价

3.总结性评价

总结性评价是以预先设定的教学目标为基准，对评价对象达成目标的程度即教学效果做出评价。

（六）质量管理

1.已建立学校、二级学院以及专业三个层级的专业建设和教学质量诊断与改进机制，已形成专业教学质量监控管理制度，在课堂教学、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、资源建设等方面均已建成完善的质量建设标准，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.已建立学校、二级学院以及专业三个层级的教学管理机制，日常教学组织运行与管理已形成制度化，定期开展课程建设水平和教学质量诊断与改进，学校已制定包括巡课、听课、评教、评学等日常教学管理制度，严明教学纪律，强化教学组织功能，每学期正常开展公开课、示范课等教研活动。

3.学校已建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，每年均发布《就业质量年度报告》，其中对生源情况、在校生产业水平、毕业生就业创业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

4.专业教研团队针对评价分析反馈结果制定专业诊改方案，改进专业教学，持续提高人才培养质量。

九、毕业要求

毕业要求是学生通过规定年限的学习，须修满专业人才培养方案所规定的学时学分，完成规定的教学活动，毕业时应达到的素质、知识和能力等方面要求。毕业要求应能支撑培养目标的有效达成。

1.学分要求：在规定的年限内修满 134 学分。

2.职业资格证书要求：学生在校期间自愿取得社会体育指导员证、游泳救生员证等职业资格证书；各运动项目教练员、裁判员等级证书、运动营养师证、体能教练证等技能证书。

3.计算机、英语等级证书按照学校相关规定获取。

4.学分置换规定

表 9.1 社会体育专业学分置换表

成果类型	成果名称	成果等级	认定学分	免修课程	认定成绩	免修说明
体育竞赛	大运会、锦标赛、各单项比赛	国家级一等奖	34	专业实践 选修课、毕业实习	优秀	
		国家级二等奖	30	专业实践 选修课、毕业实习	优秀	
		国家级三等奖	26	专业实践 选修课、毕业实习	优秀	
		省级一等奖	22	专业实践 选修课、毕业实习	优秀	
		省级二等奖	18	专业实践 选修课、毕业实习	优秀	
		省级三等奖	16	专业实践 课	优秀	
专利	发明专利	国家级	12	毕业实习	优秀	
	实用新型	国家级	8	毕业实习	良好	

十、建议与说明

1.学生可参加江苏省统一“专转本”考试，通过考试进入普通全日制本科院校学习；

2.学生可参加我校与盐城师范学院合办的函授本科，通过江苏省统一入学考试即可入学；

3.学生可根据需求，自愿申请到韩国白石大学、韩国全州大学和韩国龙仁大学专升本学习。