

# 实施性人才培养方案(三)

## 休闲体育服务与管理专业

### 实施性人才培养方案

#### 一、专业与专门化方向

专业名称：休闲体育服务与管理（专业代码：150200）

专门化方向：助理教练、俱乐部服务与管理、体育市场营销

#### 二、入学要求与基本学制

入学要求：初中毕业生或具有同等学力者，且具有一定体育基础。

基本学制：3年

#### 三、培养目标

本专业培养与我国社会主义现代化建设要求相适应，德、智、体、美全面发展，具有良好的体育职业道德和职业素养，掌握休闲体育服务与管理专业对应职业岗位必备的知识与技能，能够从事健身、跆拳道、羽毛球等相关休闲体育项目的专项指导、技术服务、休闲体育项目管理和销售等工作，具备职业生涯发展基础和终身学习能力，能胜任服务、管理一线工作的高素质劳动者和中等职业技术技能型人才。

#### 四、职业（岗位）面向、职业资格及继续学习专业

专门化方向	职业（岗位）	职业资格要求	继续学习专业	
助理教练	助理教练员	社会体育指导员（五级）裁判员	高职：体育服务与管理	本科： 1. 社会体育 2. 休闲体育
俱乐部服务与管理	体育场馆服务与管理员	体育场馆管理员（五级）		
体育市场营销	体育营销员	获得相应的职业资格证书		

## 五、综合素质及职业能力

### 1. 综合素质

- (1) 具有良好的道德品质、职业素养、竞争和创新意识。
- (2) 具有规则意识，维护公共利益，勇于承担责任的品质。
- (3) 具有健康的身体和良好的心理素质。
- (4) 具有良好的责任心，能够承受较强的工作压力，工作仔细，吃苦耐劳。
- (5) 具有良好的礼仪、沟通和表达能力以及强烈的团队合作意识。
- (6) 具有“客户至上”的服务观念。
- (7) 具有良好的人文素养和继续学习的能力。
- (8) 具备计算机操作能力，能熟练使用办公软件和办公自动化设备。
- (9) 具有借助工具查阅中、英文技术资料的基础能力。

### 2. 职业能力(职业能力分析见附录)

#### (1) 行业通用能力:

- ①具备礼仪与沟通的基本技巧和方法。
- ②身体素质能力: 具有完成运动动作相关的速度、力量、耐力、柔韧、灵敏等身体素质能力。
- ③具备专业指导的基本能力和客观评价的能力。
- ④能够初步具备专项体育场地管理职责和维护标准，能完成简单的场地布置和简易设施设备的安装。
- ⑤能较熟练介绍企业项目经营范围、企业文化、企业核心竞争力以及产品性能，初步具备营销能力。

#### (2) 职业特定能力:

- ①指导能力: 掌握该项休闲体育技术技能，并初步具备该项休闲体育指导能力;

②营销能力：具备该项休闲体育的体育设施、设备使用知识，并能简单的掌握营销体育产品的技巧和方法；

③服务能力：具有主动服务的意识，能够掌握职业岗位基本的服务内容和要求；

④管理能力：能够熟悉和掌握该项休闲体育项目场地、运营的基本管理方式和内容。

### （3）跨行业职业能力

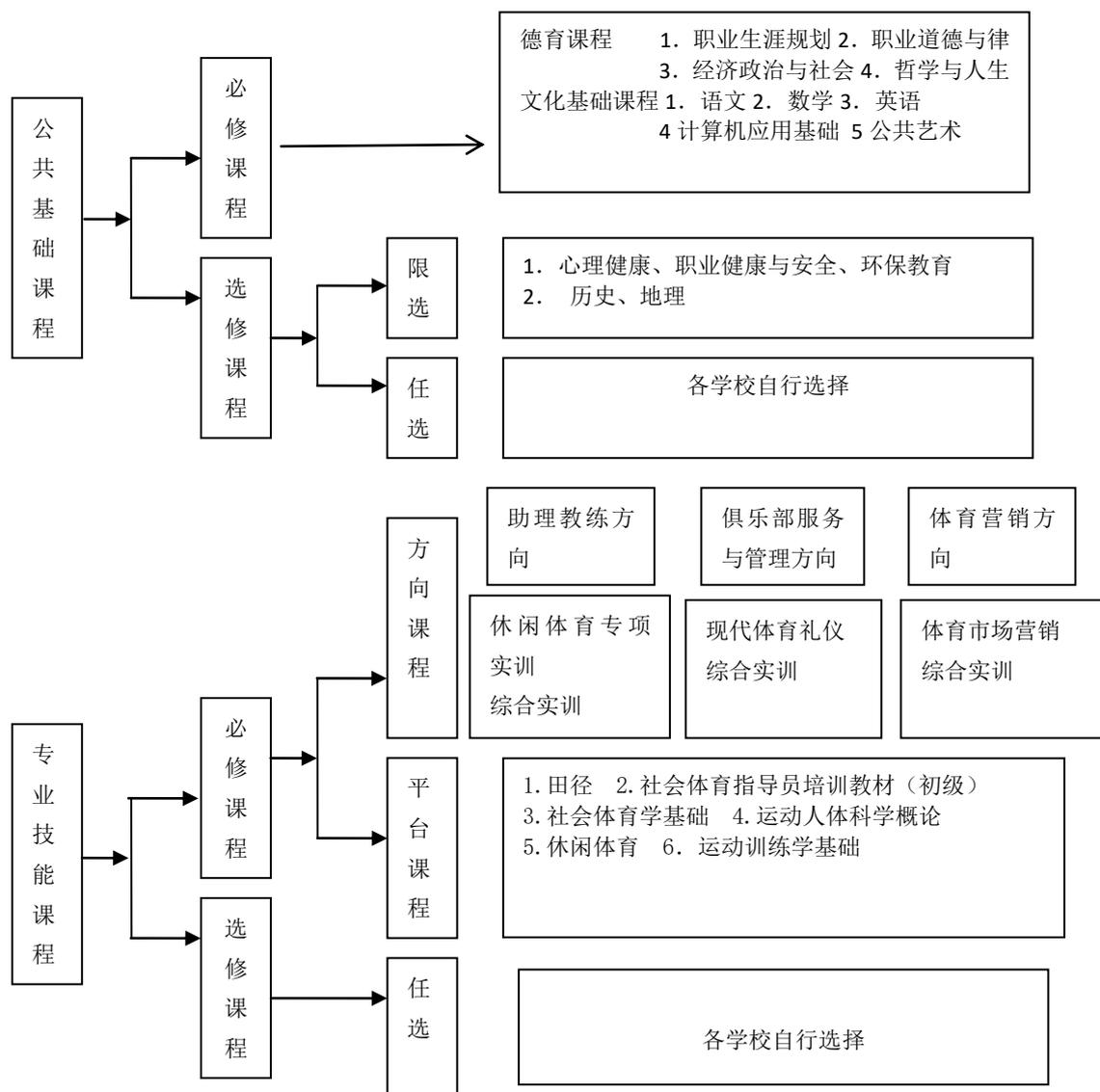
①具有岗位应变的能力。

②具有休闲体育经营与管理的基础能力。

③具有创新和创业的基础能力。

## 六、课程结构及教学时间分配

### (一) 课程结构



### (二) 教学时间分配

学期	学期周数	教学周数		考试周数	机动周数
		周数	其中：综合的实践教学及教育活动周数		
一	20	18	1（军训）	1	1
			1（入学教育）		
二	20	18		1	1
三	20	18		1	1
四	20	18	2 社会实践	1	1
五	20	18	2 综合实训(考证)	1	1
六	20	20	19 顶岗实习	/	/
			1(毕业教育)		

总计	120	110	30		5	5
----	-----	-----	----	--	---	---

七、教学进程安排表

课程类别	序号	课程名称		学时	学分	教学进程建议						
						一	二	三	四	五	六	
						18周	18周	18周	18周	18周	20周	
公共基础课程	1	德育课	必修	职业生涯规划	32	2	2					
	2			职业道德与法律	36	2		2				
	3			经济政治与社会	36	2			2			
	4			哲学与人生	32	2				2		
	5		限选	心理健康	32	2					2	
		职业健康与安全										
	6	文化课	必修	语文	334	20	4	4	3	3	6	
	7			数学	286	17	4	4	3	3	3	
	8			英语	286	17	4	4	3	3	3	
	9			计算机应用基础	118	7	4	3				
	10			公共艺术 (美术、音乐)	34	2	1	1				
	11		限选	地理、历史	68	4	2	2				
12	物理、化学											
合计				1294	77	21	20	11	1 1	1 4		
专业技能课程	13	专业平台课	田径	118	7	2		3	2			
	14		休闲体育	68	4	2		2				
	15		社会体育学基础	54	3		3					
	16		社会指导员培训教材	54	3			3				
	17		运动训练学基础	54	3			3				
	18		运动人体科学概论	96	6				6			
	29		体育综合理论	128	8					8		
	合计				572	34	4	3	11	8	8	
	20	专业方向课 (主修一项)	1 高尔夫专项实训	420	25	5	5	5	5	5		
			2 游泳专项实训	420	25	5	5	5	5	5		
	3 跆拳道专项实训		420	25	5	5	5	5	5			
	4 健身专项实训		420	25	5	5	5	5	5			
	5 羽毛球专项实训		420	25	5	5	5	5	5			

			6 其他休闲体育专项实训	420	25	5	5	5	5	5	
			小计	420	25	5	5	5	5	5	
21	专门化方向课程	助理教练方向	教案书写与计划制定	64	4				4		
		俱乐部服务与管理	体育场地管理	32	2				2		
			现代体育礼仪	32	2				2		
		体育市场营销方向	现代体育礼仪	32	2				2		
	体育市场营销略		32	2				2			
			小计	64	4				4		
	任选课程		专业技能类选修	90	5				2	3	
			专业社会实践	60	4				2周		
			职业资格培训考证	60	4					2周	
			小计	210	13				2	3	
		顶岗实习	570	28						19周	
		合计	1264	70	5	5	5	11	8	19周	
其他类教育活动		军训	30	1	1周						
		专业认知与入学教育	30	1	1周						
		毕业教育	30	1						1周	
		小计	90	3	2周	0	0	2周	2周	1周	
总学时及学分				3220	184	30	28	27	30	30	20周

注：1. 总学时为 3220 学时。其中公共基础必修和限选课程（含军训）学时为 1324，占比约为 41%，专业技能课（含顶岗实习、专业认知与入学教育、毕业教育、不含任选课程）学时为 1716，占比约为 53%；任选课程学时为 64，占比约 7%左右。总学时中，公共基础课程与专业技能课程学时比例约为 4：6。

2. 总学分 184。学分计算办法：第 1 至第 5 学期每学期 16 学时计 1 学分；专业实践和职业资格考证每 1 周计 2 学分；顶岗实习 1 周计 1.5 学分；军训、专业认知与入学教育、毕业教育等活动 1 周计 1 学分，共 3 学分

## 八、主要专业课程教学要求

课程名称 (课时)	主要教学内容	能力要求
田 径 (166)	1. 跑（短跑、中长跑）； 2. 跳（跳远、三级跳）； 3. 投（实心球）	达到江苏省中等职业教育学业水平考试通用技能身体素质的要求
社会体育学基础 (54)	1. 社会体育学基本知识； 2. 社会体育的概述； 3. 社会体育服务的基本要素； 4. 按人群分类的社会体育； 5. 按目的分类的社会体育； 6. 按组织分类的社会体育	1. 具备社会体育学的基本知识； 2. 具备社会体育的分类、服务的基本要素等基础知识； 3. 具备社会体育活动的组织、管理、指导等能力； 4. 能对社会不同群体对体育的不同需求，开展针对性指导
运动人体科学概论 (96)	1. 运动人体科学概论的概述； 2. 人体运动的物质与能量代谢； 3. 运动系统； 4. 神经和内分泌系统； 5. 氧运输系统；	1. 理解《运动人体科学概论》的意义、目的任务基本内容； 2. 掌握人体基本化学组成、细胞与基本组织和生命的基本活动； 3. 掌握糖、脂肪和蛋白质三大有机物在体内分解代谢的一般过程及其运动时人体物质代谢和能

	<p>6. 运动与营养；</p> <p>7. 身体素质；</p> <p>8. 运动中人体机能变化规律；</p> <p>9. 年龄、性别、环境与运动；</p> <p>10. 功能检查与评价；</p> <p>11. 按摩；</p> <p>12. 运动伤病的防治</p>	<p>量代谢的特点；</p> <p>4. 掌握骨、关节和肌肉的结构、功能以及运动对运动系统结构的影响；</p> <p>5. 掌握神经系统的组成、功能，运动技能的形成过程和影响因素，以及人体的激素调节；</p> <p>6. 重点掌握氧运输系统的组成和功能；</p> <p>7. 能掌握消化系统的基本结构和功能，营养素的种类以及运动中营养问题；</p> <p>8. 能掌握各项身体素质的概念、生理基础以及发展各项身体素质的方法；</p> <p>9. 掌握运动各阶段身体机能的变化规律和形成机制，并能为科学训练提供依据；</p> <p>10. 能掌握身体机能和运动能力发展的年龄、性别规律以及环境因素变化对身体机能的影响；</p> <p>11. 掌握医务监督中身体形态、肌肉力量、有氧和无氧运动能力等功能的检查与评价方法；</p> <p>12. 懂得运动按摩的作用、注意事</p>
--	--	---

		<p>项并能掌握运动按摩的一般手法及常用穴位；</p> <p>13. 能掌握常见的运动损伤的病因、征象、急救处理和预防方法</p>
<p>社会体育指导员培训教材（初级） (54)</p>	<p>1. 体育人文社会知识；</p> <p>2. 运动人体科学；</p> <p>3. 体育健身方法知识；</p> <p>4. 人体测量与医务监督</p>	<p>1. 基本掌握体育与社会的关系；</p> <p>2. 具备社会体育指导员从业知识；</p> <p>3. 具备运动人体科学基本知识；</p> <p>4. 初步具备科学的体育健身方法知识；</p> <p>5. 学会人体测量方法和医务监督方法</p>
<p>休闲体育 (68)</p>	<p>1. 休闲体育概述；</p> <p>2. 介绍各项休闲体育概况；</p> <p>3. 各项休闲体育的场地、器材与工具；</p> <p>4. 各项休闲体育的规则</p>	<p>1. 了解休闲体育的发展情况</p> <p>2. 能说出一些休闲体育项目的名称</p> <p>3. 能说出一些休闲体育场地和器材</p> <p>4. 能够掌握常见休闲体育项目器材的使用方法</p> <p>5. 能够简单的布置常用休闲体育场地</p> <p>6. 能够初步掌握常用休闲体育的比赛规则和要求</p>
<p>运动训练学基础</p>	<p>1. 竞技体育与运动训练；</p> <p>2. 优秀运动员特征；</p>	<p>1. 了解运动训练学基础理论的主要内容、基本知识、优秀运动</p>

<p>(54)</p>	<p>3. 运动训练的基本原则； 4. 少年运动员体能训练； 5. 少年运动员技术、战术训练； 6. 少年运动员心理训练； 7. 少年女子运动员训练特点； 8. 运动员状态诊断与训练日记； 9. 运动训练计划与训练总结</p>	<p>员特征及对运动实践的意义； 2. 掌握运动训练的过程、基本规律和运动训练原则； 3. 掌握少年运动员体能训练、技术、战术和心理训练的主要方法、手段和基本要点； 4. 具备运用所学理论知识指导运动训练的能力</p>
<p>综合理论 (128)</p>	<p>1. 体育人文社会知识； 2. 运动人体科学； 3. 体育健身方法知识； 4. 人体测量与医务监督</p>	<p>1. 了解体育与社会的关系； 2. 具备社会体育指导员从业知识； 3. 理解运动人体科学知识； 4. 掌握科学的体育健身方法知识； 5. 掌握人体测量方法和医务监督方法</p>
<p>休闲体育专项 技能实训 (420)</p>	<p>1. 专项技能的训练基础理论与训练方法； 2. 专项竞赛组织和裁判； 3. 专项场地、器材设备设备的布置与维护</p>	<p>1. 基本掌握专项技能技术的基本原理和技术分析的方法； 2. 掌握专项一般身体训练、专门化方向专项身体训练的基本理论和主要训练方法； 3. 掌握专项技术训练的基本理论和主要训练方法； 4. 基本具备专项竞赛组织方法；</p>

		<p>5. 初步掌握专项比赛主要规则和裁判方法；</p> <p>6. 初步掌握专项竞比赛场地的规格和要求；</p> <p>7. 初步掌握专项比赛器材、设备规格和器材维护</p>
	专项技能技术实训	具备专项基本技能，并不断完善和提高技能

## 九、专业教师基本要求

1. 专任专业教师与在籍学生之比不低于 1:36，研究生学历（或硕士以上学位）不低于 5%，高级职称 15%以上，获得与本专业相关的高级工以上职业资格 60%以上，或取得非教师系列专业技术中级以上职称 30%以上；兼职教师占专业教师比例 10%-40%，其中 60%以上具有中级以上技术职称或高级工以上职业资格。

2. 90%以上的专任专业教师应具有体育类专业本科以上学历；3年以上专任专业教师，专业基础平台课程教师：应取得国家体育总局技能鉴定指导中心颁发的体育行业职业资格证书。

3. 专任专业教师具有良好的师德修养、专业能力，能够开展理实一体化教学，具有信息化教学能力。专业课教师普遍参加省、市教学改革课题研究、教学竞赛、技能竞赛等活动，平均每两年到体育行业实践不少于 2 个月。

## 十、实训基本条件

### （一）校内实训基地

依据江苏省中等职业教育专业实训基地建设的要求，并结合中职休闲体育服务与管理专业的特点，校内实训基地总体满足下列要求：

1. 每一个专项均具有保证全天候训练的实训基地，能符合专门化方向技能训练要求；

2. 设施先进、通风、采光，照明条件好，完全能保证专门化方向技能训练需要；

3. 训练器材齐全，完全能够满足技能教学和实训的需要。

### 具体实训基地（场馆）、设施设备配置标准

如下：

实训基地（馆、房）	主要设备名称	数量（个/架/套）	规格和技术的特殊要求
田径场	田径场	1	400 米
	杠铃片（杆）	50	国标
	起跑器	10	国标
	橡皮带	30	5 米
体能训练房	核心训练用品	10	国标
	力量爆发力训练用品	10	国标
	平衡稳定性训练用品	10	国标
	敏捷性训练用	10	国标

	品		
	柔韧放松训练用品	10	国标
健美操	健美操场地	1 块	标准
	音箱设备	1 套	标准
	墙镜	1 块	10 米*2 米
	杠铃	10 个	标准
	压腿杠	20 个	标准
羽毛球	羽毛球场地	6 片	标准
	羽毛球网柱	6 套	标准
	羽毛球	100 桶	标准
	羽毛球拍	30 只	标准
跆拳道	跆拳道馆	1	300 m <sup>2</sup>
	跆拳道垫子	200	1 米×1 米
	沙袋	5	100kg
	脚把	50	标准
	瑞士球	15	直径 60cm
	护具	40	标准
	跳绳	40	3 米
	绳梯	2	3 米

## (二) 校外实训（专项训练）基地

1. 有长期稳定合作的校外实训基地。

2. 各专门化方向技能实训能充分利用校外高水平实训基地的教学资源，合理安排学生进行实训，从而提高专门化方向体育和管理的技能。

## 十一、编制说明

1. 本方案依据《省政府办公厅转发省教育厅〈关于进一步提高职业教育教学质量的意见〉的通知》（苏政办发[2012]194号）和《省教育厅关于制定中等职业教育和五年制高等职业教育人才培养方案的指导意见》（苏教职[2012]36号）编制。

2. 本方案充分体现构建以能力为本位、以职业实践为主线、以项目课程为主体的模块化专业课程体系课程改革理念。并突出以下几点：

（1）有效对接我国《体育产业发展“十三五”规划》和《关于加快发展健身休闲产业的指导意见》等纲领性文件的出台和实施，为休闲体育的创造了良好的外部环境，也为人才的培养提供了政策性的保障。

（2）注重人才综合素质的培养。该专业涉及的学科知识相对比较综合，文化基础课程是学习专业课程的基石和提升综合素质的重要保障，故，文化课程一直延伸到第五个学期。此外，为了体现各个专门化方向的区别，我校根据自己的专门化方向特点及职业岗位的特征，设置针对性的选修课程，以提升学生就业率。

（3）注重中高等职业教育课程衔接。该专业的学生中职毕业后，

可以通过对口单招和注册入学等形式，进入高校继续深造，提高自己的整体素质。在基础平台课程中，《社会体育学基础》、《运动人体科学概论》、《社会体育指导员》等课程的设置，强化了该专业与后续高等职业教育课程的衔接。

### 3. 中等职业学校依据本方案制定实施性人才培养方案。

(1) 落实“2.5+0.5”人才培养模式，学生在校学习时间为 5 个学期，校外顶岗实习时间为 1 学期。每学期按 20 周计算，每学年为 52 周，其中教学时间 40 周（含复习考试），假期 12 周。第一至第五学期，每学期教学周 18 周，机动、考试各 1 周。第六学期顶岗实习 18 或 19 周，按每周 30 学时计算。

(2) 根据教育部《关于征求对中等职业学校语文、历史、体育与健康、公共艺术等 4 门公共基础课课程标准（征求意见稿）意见的函》（教职成司函〔2016〕187 号）的文件精神，新增历史课程为中等职业学校学生必修的一门公共基础课程，明确规定“必修的基础性内容教学时数不低于 36 个学时”。学校在制定本专业实施性人才培养方案时，关注教育部关于开设历史课程相关文件通知，将历史课程由限选课程调整为必修课程，确保教育部有关开设历史课程的通知精神得到及时有效地落实。

(3) 本方案在课程设置上分为：公共基础课程和专业技能课程。

①公共基础课程分为：德育课和文化课。德育课程按照立德树人的根本任务，依据《教育部关于中等职业学校德育课课程设置与教学安排的意见》教职成〔2008〕6 号开设德育课程；文化课程必修课程

为保证学生的基础文化知识，严格遵守《中等职业教育课程结构及教学进程安排表》（苏教职[2012]36号）。

②专业技能课程分为：基础平台课程（专业理论）和技能方向课程（专业实践）。基础平台课程根据升学需要，开设田径、体育综合理论课程；技能方向课程应根据专门化方向按照正常的教学进程完成预期的教学任务。

#### 4. 开发单位及核心成员：

组    长：高广栋    徐州安保中等专业学校

开发单位：徐州安保中等专业学校

核心成员：牛  彪    徐州安保中等专业学校

          邓守超    沛县大洪拳武校

          李  明    徐州安保中等专业学校

          朱广建    徐州安保中等专业学校

          李  良    徐州安保中等专业学校

          李建启    徐州安保中等专业学校