社会体育指导与管理专业人才培养方案

**专业代码：040203**

一、培养目标

本专业立足十堰，面向湖北，辐射全国，培养适应社会发展需要，德智体美劳全面发展，具有高度的社会责任感，具有良好的创新精神、实践能力以及知识拓展能力，掌握社会体育基本理论与知识、运动技能，具备健康运动指导、大众体育活动策划与组织以及体育产业经营与管理的能力，能在运动健身、体育培训和体育经营与管理等行业从事运动健身指导、体育经营管理、体育教学与训练等工作的高素质应用型人才。

学生在毕业后5年左右预期能够实现以下目标：

培养目标1：牢固树立并践行社会主义核心价值观，具有高度的社会责任感。具备良好的思想品德和人文科学素养，在社会体育工作中理解并遵守道德规范、法律法规。

培养目标2：具有解决社会体育及相关领域工作上复杂问题所需的健身指导理论、康复知识和管理常识，熟悉本行业国内外现状和发展趋势。

培养目标3：能够准确提炼、分析和解决本领域工作实施过程中遇到的关键问题，具备独立从事社会体育及相关领域指导、管理和创新实践能力。

培养目标4：具有良好的团队合作精神以及组织协调和交流沟通能力，能够在实践中很快进入角色和适应不同的服务对象。

培养目标5：能够积极主动适应社会环境、技术发展的变化，拥有终身学习的习惯和自主学习的能力。

二、毕业要求

通过专业学习，毕业生应获得以下素质、知识和能力：

**毕业要求1：具有正确的世界观、人生观、价值观**

1.1爱党爱国、遵纪守法，具有高度的社会责任感和使命感。

1.2具备良好的人文素养和相关学科基本知识、理论与方法。

1.3具备吃苦耐劳的品质、健全的人格和团队协作意识。

**毕业要求2：具有系统的体育学科知识**

2.1掌握体育社会学、体育管理学等体育人文社会科学的基础理论和基本知识。

2.2掌握运动人体科学的基础理论和基本知识。

2.3掌握健康教育的基本知识。

**毕业要求3：具备运动项目的一般教学与训练能力**

3.1掌握田径、武术、体操、篮球、足球、排球等项目的运动技能及训练方法。

3.2掌握田径、武术、体操、篮球、足球、排球等项目的健身指导、教学能力。

**毕业要求4：具备较强的社会体育指导与管理工作能力。**

4.1掌握健康运动指导、运动康复基本原理和方法。

4.2具备社会体育领域主要运动项目的培训与指导的理论与实践能力。

4.3掌握社会体育管理的基本理论，具备较强的体育活动策划与组织能力。

4.4具备从事体育产业经营与管理的基本能力。

**毕业要求5:具备从事社会体育工作的综合能力**

5.1具备身体、心理和社会适应的“三维”健康观。

5.2具备较强的交流与沟通能力，包括语言表达能力，人际交往沟通能力。

5.3具备社会体育指导与管理工作中常见问题的分析与解决能力。

5.4掌握创新、创业和就业的基本知识和途径，具有创新创业意识和就业创业能力。

**毕业要求6: 具备反思研究和自主发展能力。**

6.1 具有终身学习与专业发展的创新意识，具备学习和职业规划基本能力，能在课程实践和研究中提升自身的专业素养。

6.2 掌握资料收集、文献检索、社会调查等基本方法，具有独立获取新知识的能力。能够针对社会体育问题对业界、公众进行调查与咨询。

6.3能够运用批判性思维，分析和解决健身指导、产业管理中的具体问题。

三、“毕业要求—培养目标”对应矩阵

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 培养目标1 | 培养目标2 | 培养目标3 | 培养目标4 | 培养目标5 |
| 毕业要求1 | ● |  |  | ● | ● |
| 毕业要求2 | ● | ● | ● |  |  |
| 毕业要求3 |  |  | ● | ● |  |
| 毕业要求4 | ● |  | ● | ● |  |
| 毕业要求5 |  | ● | ● | ● | ● |
| 毕业要求6 |  | ● |  |  | ● |

四、主干学科

体育学、教育学、管理学

五、学制与学位

1．学 制：标准学制4年，弹性学制3-6年。

2．学位授予：教育学学士学位。

六、专业核心课程

社会体育导论、体育市场营销、健身理论与指导、体育活动策划与组织、体育舞蹈、健美操、小球运动、流行舞蹈。

七、毕业规定

1．毕业学分要求

学生至少修满人才培养方案规定的课程总学分159学分，同时第二课堂至少获得10学分，符合毕业条件，颁发毕业证书。

2．授予学位要求

取得毕业资格，按照《中华人民共和国学位条例》和学校有关规定，经学校学位委员会审查通过，授予教育学学士学位。

八、教学时间分配表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **教学活动****学期 周数** | **军训与****入学教育** | **课堂****教学** | **专业****见习** | **专业实习** | **教育研习** | **劳动****教育** | **毕业****论文****（设计）** | **复习****考试** | **机****动** | **合计** |
| 一 | 一 | 2 | 15 |  |  |  |  |  | 2 |  | 19 |
| 二 |  | 18 |  |  |  |  |  | 2 |  | 20 |
| 二 | 三 |  | 17 |  |  |  | 1 |  | 2 |  | 20 |
| 四 |  | 18 |  |  |  |  |  | 2 |  | 20 |
| 三 | 五 |  | 18 |  |  |  |  |  | 2 |  | 20 |
| 六 |  | 17 | 1 |  |  |  |  | 2 |  | 20 |
| 四 | 七 |  | 6 |  | 12 |  |  |  | 2 |  | 20 |
| 八 |  | 6 |  |  |  |  | 8 | 1 | 1 | 16 |

九、学时与学分构成表

1.学时构成表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课类 学期** | **一** | **二** | **三** | **四** | **五** | **六** | **七** | **八** | **总计** | **百分比** |
| 通识课程 | 通识必修课 | **194** | **134** | **182** | **188** |  | **18** |  |  | **716** | **26.79%** |
| 通识选修课 |  | **32** | **32** | **32** | **32** | **32** |  |  | **160** | **5.99%** |
| 专业课程 | 学科基础课 | **210** | **144** |  | **54** | **126** | **32** |  |  | **566** | **21.18%** |
| 专业必修课 |  | **108** | **136** | **90** |  | **32** |  |  | **366** | **13.70%** |
| 专业选修课 |  |  | **102** | **108** | **306** | **288** | **42** | **18** | **864** | **32.34%** |
| 合 计 | **404** | **418** | **452** | **472** | **464** | **402** | **42** | **18** | **2672** | **100%** |
| 全部学时中实践学时及比例 | **1261** | **47.19%** |

2.学分构成表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课类 学期** | **一** | **二** | **三** | **四** | **五** | **六** | **七** | **八** | **总计** | **百分比** |
| 通识课程 | 通识必修课 | **10** | **7.5** | **9.5** | **11.5** |  | **1** |  |  | **39.5** | **24.84%** |
| 通识选修课 |  | **2** | **2** | **2** | **2** | **2** |  |  | **10** | **6.29%** |
| 专业课程 | 学科基础课 | **11** | **8** |  | **3** | **7** | **2** |  |  | **31** | **19.5%** |
| 专业必修课 |  | **6** | **8** | **5** |  | **2** |  |  | **21** | **13.21%** |
| 专业选修课 |  |  | **4** | **4** | **15** | **16** | **2.5** | **1** | **42.5** | **26.73%** |
| 集中实践环节 | **2** |  |  |  |  | **1** | **6** | **6** | **15** | **9.43%** |
| 合 计 | **23** | **23.5** | **23.5** | **25.5** | **24** | **24** | **8.5** | **5** | **159** | **100%** |
| 全部学分中实践学分及比例 | **73.5** | **46.23%** |

十、课程设置与教学计划安排表

| **课程类别** | **课程编号** | **课程名称** | **学分** | **总学时** | **各学期周学时及周数分配** | **考核****方式** | **开课单位** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课内****学时** | **讲授** | **实验****（训）** | **课外学时** | **一** | **二** | **三** | **四** | **五** | **六** | **七** | **八** |
| 通识必修课 | 190199001 | 军事理论 | 2 | 36 | 36 |  |  | 3/12w |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 马克思主义学院 |
| 190199002 | 思想道德与法治 | 3 | 45 | 45 |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 马克思主义学院 |
| 190199003 | 中国近现代史纲要 | 3 | 36 | 36 |  | 36 |  | 2 |  |  |  |  |  |  | 考试 | 马克思主义学院 |
| 190199004 | 马克思主义基本原理 | 3 | 54 | 54 |  |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  | 考试 | 马克思主义学院 |
| 190199005 | 毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 | 5 | 72 | 72 |  | 36 |  |  |  | 4 |  |  |  |  | 考试 | 马克思主义学院 |
| 190199006 | 形势与政策（1） | 0.5 | 8 | 8 |  |  | 2/4w |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 马克思主义学院 |
| 190199007 | 形势与政策（2） | 0.5 | 8 | 8 |  |  |  | 2/4w |  |  |  |  |  |  | 考查 | 马克思主义学院 |
| 190199008 | 形势与政策（3） | 0.5 | 8 | 8 |  |  |  |  | 2/4w |  |  |  |  |  | 考查 | 马克思主义学院 |
| 190199009 | 形势与政策（4） | 0.5 | 8 | 8 |  |  |  |  |  | 2/4w |  |  |  |  | 考查 | 马克思主义学院 |
| 190499001 | 大学英语(1) | 2.5 | 60 | 30 | 30 |  | 4 |  |  |  |  |  |  |  | 考试 | 外国语学院 |
| 190499002 | 大学英语(2) | 3 | 72 | 36 | 36 |  |  | 4 |  |  |  |  |  |  | 考试 | 外国语学院 |
| 190499003 | 大学英语(3) | 3 | 68 | 36 | 32 |  |  |  | 4 |  |  |  |  |  | 考查 | 外国语学院 |
| 190499004 | 大学英语(4) | 2 | 36 | 36 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  | 考查 | 外国语学院 |
| 190599001 | 计算机应用基础 | 2 | 45 | 15 | 30 |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 数计学院 |
| 190399001 | 大学语文 | 2 | 34 | 34 |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  |  | 考查 | 文学院 |
| 190299001 | 心理健康教育 | 1 | 18 | 8 | 10 | 18 |  |  | 2/9W |  |  |  |  |  | 考查 | 教育学院 |
| 190199010 | 职业生涯规划 | 1 | 18 | 18 |  | 20 |  | 2/9W |  |  |  |  |  |  | 考查 | 马克思主义学院 |
| 190199011 | 就业与创新创业指导 | 1 | 18 | 18 |  | 20 |  |  |  |  |  | 2/9W |  |  | 考查 | 马克思主义学院 |
| 191099001 | 社会科学概论 | 2 | 36 | 36 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  | 考查 | 历史文化旅游学院 |
| 190399002 | 美学基础 | 2 | 36 | 36 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  | 考查 | 文学院 |
| 小计 | 39.5 | 716 | 578 | 138 | 130 | 11 | 8 | 10 | 10 | 0 | 1 | 0 | 0 |  |  |
| 通识选修课 | 人文社科类 | 学生在第2-6学期从人文社科类、自然科学类、艺体及其他类3个课程模块中至少修读10个学分。应跨类选修，文理互选，兼顾艺体类；所有学生须选修“四史”中的一门课；不得选修与本专业已开设专业课相同或近似的课程；不得重复选同一门课。 |
| 自然科学类 |
| 艺体及其他类 |
|  | 小计 | 10 | 160 | 160 | 0 | 0 | 0 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 0 | 0 |  |  |
| 学科基础课程 | 191102001 | 体育概论 | 2 | 30 | 30 |  |  | 2 |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102002 | 运动解剖学 | 3 | 45 | 40 | 5 |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102003 | 运动生理学 | 3 | 54 | 46 | 8 |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102004 | 体育社会学 | 2 | 36 | 36 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102005 | 体育心理学 | 2 | 36 | 30 | 6 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102066 | 体育科学研究方法 | 2 | 36 | 2 | 34 |  |  | 2 |  |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102008 | 田径 | 2 | 45 | 5 | 40 |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102009 | 武术基础 | 3 | 54 | 4 | 50 |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102010 | 体操 | 2 | 45 | 5 | 40 |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102011 | 篮球 | 2 | 45 | 5 | 40 |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102012 | 足球 | 3 | 54 | 4 | 50 |  |  |  |  |  | 3 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102013 | 排球 | 3 | 54 | 4 | 50 |  |  |  |  | 3 |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102017 | 健康教育学 | 2 | 32 | 32 |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 小计 | 31 | 534 | 211 | 323 | 0 | 14 | 8 | 0 | 3 | 7 | 0 | 0 | 0 |  |  |
| 专业必修课程 | 191102014 | ★体育舞蹈 | 3 | 54 | 4 | 50 |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102015 | ★社会体育导论 | 2 | 34 | 34 |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102016 | ★健美操 | 3 | 51 | 5 | 46 |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102018 | ★健身理论与指导 | 3 | 54 | 18 | 36 |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102019 | ★体育市场营销 | 2 | 36 | 36 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102020 | ★小球运动 | 3 | 54 | 4 | 50 |  |  |  |  | 3 |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102021 | ★体育活动策划与组织 | 2 | 32 | 32 |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考试 | 体育学院 |
| 191102022 | ★流行舞蹈 | 3 | 51 | 5 | 46 |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  | 考试 | 体育学院 |
| **小计** | 21 | 398 | 170 | 228 | 0 | 0 | 6 | 8 | 5 | 0 | 4 | 0 | 0 |  |  |
| 专业选修课 | 191102023 | 健身健美（1） | 4 | 102 | 8 | 94 |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102024 | 健身健美（2） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102025 | 健身健美（3） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102026 | 健身健美（4） | 4 | 96 | 6 | 90 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102027 | 健身健美（5） | 1.5 | 24 | 4 | 20 |  |  |  |  |  |  |  | 4/6W |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102028 | 健美操（1） | 4 | 102 | 8 | 94 |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102029 | 健美操（2） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102030 | 健美操（3） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102031 | 健美操（4） | 4 | 96 | 6 | 90 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102032 | 健美操（5） | 1.5 | 24 | 4 | 20 |  |  |  |  |  |  |  | 4/6W |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102033 | 体育舞蹈（1） | 4 | 102 | 8 | 94 |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102034 | 体育舞蹈（2） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102035 | 体育舞蹈（3） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102036 | 体育舞蹈（4） | 4 | 96 | 6 | 90 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102037 | 体育舞蹈（5） | 1.5 | 24 | 4 | 20 |  |  |  |  |  |  |  | 4/6W |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102038 | 乒乓球、羽毛球（1） | 4 | 102 | 8 | 94 |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102039 | 乒乓球、羽毛球（2） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102040 | 乒乓球、羽毛球（3） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102041 | 乒乓球、羽毛球（4） | 4 | 96 | 6 | 90 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102042 | 乒乓球、羽毛球（5） | 1.5 | 24 | 4 | 20 |  |  |  |  |  |  |  | 4/6W |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102043 | 流行舞蹈（1） | 4 | 102 | 8 | 94 |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102044 | 流行舞蹈（2） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102045 | 流行舞蹈（3） | 4 | 108 | 8 | 100 |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102046 | 流行舞蹈（4） | 4 | 96 | 6 | 90 |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102047 | 流行舞蹈（5） | 1.5 | 24 | 4 | 20 |  |  |  |  |  |  |  | 4/6W |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102048 | 运动训练学 | 2 | 36 | 36 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102049 | 运动伤害防护与急救 | 2 | 32 | 32 |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102050 | 运动营养学 | 2 | 32 | 32 |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102054 | 健身瑜伽 | 2 | 36 | 4 | 32 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102055 | 体质健康评价与运动处方 | 2 | 36 | 36 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102056 | 综合格斗 | 2 | 32 | 4 | 28 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102057 | 轮滑 | 2 | 36 | 4 | 32 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102058 | 舞龙舞狮 | 2 | 32 | 4 | 28 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102060 | 体育产业概论 | 1 | 18 | 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 3/6W | 考查 | 体育学院 |
| 191102061 | 社区体育 | 1 | 18 | 18 |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102063 | 柔力球 | 2 | 32 | 4 | 28 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102064 | 推拿按摩 | 2 | 36 | 16 | 20 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102065 | 体适能与运动健康 | 2 | 32 | 32 |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102007 | 形体训练 | 1 | 18 | 18 |  |  |  |  |  |  |  |  | 3/6W |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102067 | 游泳 | 1 | 18 | 2 | 16 |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102068 | 跆拳道 | 2 | 36 | 4 | 32 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102069 | 体育经济学 | 2 | 32 | 32 |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102070 | 武当武术 | 2 | 32 | 4 | 28 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102071 | 运动技能学习与控制 | 2 | 36 | 30 | 6 |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102072 | 体育产业经营与管理 | 2 | 36 | 36 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102073 | 普拉提 | 1 | 18 | 2 | 16 |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102074 | 气排球 | 2 | 32 | 4 | 28 |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 191102075 | 体能训练理论与方法 | 1 | 18 | 12 | 6 |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 小计 | 42.5 | 864 | 292 | 572 | 0 | 0 | 0 | 6 | 6 | 17 | 18 | 7 | 3 |  |  |
| 集中实践环节 | 199999001 | 军事技能训练 | 2 |  |  |  |  | 2W |  |  |  |  |  |  |  | 考查 | 武装部 |
| 199999005 | 专业见习 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1W |  |  | 考查 | 体育学院 |
| 199999006 | 专业实习 | 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 12W |  | 考查 | 体育学院 |
| 199999008 | 毕业论文（设计） | 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 8W | 考查 | 体育学院 |
| 小计 | 15 |  |  |  |  | 2w |  |  |  |  | 1w | 12w | 8W |  |  |
| 总计 | 159 | 2672 | 1411 | 1261 | 130 | 25 | 24 | 26 | 26 | 26 | 25 | 7 | 3 |  |  |

注：1.课程前标注★号的为专业核心课。

2.专业选修课程要求：专业选修课程在第三、四、五、六、七学期开设，每个学生在第三学期开始必须从健身健美、健美操、体育舞蹈、流行舞蹈、小球运动（乒乓球、羽毛球）课程中选择一项，一直学习到第七学期。其中第三学期最至少选修（含）4学分，第四学期最至少选修（含）4学分，第五学期最至少选修（含）15学分，第六学期最至少选修（含）16学分，第七学期最至少选修（含）2.5学分，第八学期最至少选修（含）1学分，共42.5学分。

3.根据班级人数和各项特点情况，技术类专业选修课达到15人开课，理论类专业选修课达到30人开课。

十一、“课程体系-毕业要求”对应矩阵

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 课程类别 | 课程模块 | 课程名称 | 毕业要求 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 通识课程 | 通识必修课 | 军事理论 | H |  |  |  | M | L |
| 思想道德修养与法治 | H |  |  |  | M | L |
| 中国近现代史纲要 | H |  |  |  | M | L |
| 马克思主义基本原理 | H |  |  |  | M | L |
| 毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 | H |  |  |  | M | L |
| 形势与政策 | H |  |  |  | M | L |
| 大学英语 | H |  |  |  | L | H |
| 计算机应用基础 | H |  |  |  | H | H |
| 大学语文 | M |  |  |  | H | M |
| 心理健康教育 | M |  | M |  | H |  |
| 职业生涯规划 | M |  |  | L |  | H |
| 就业与创新创业指导 | H |  |  |  | M | H |
| 社会科学概论 | H |  |  |  | M | L |
| 美学基础 | H |  |  |  | M | L |
| 通识选修课 | 人文社科类 | H |  |  |  | M | L |
| 自然科学类 | H |  |  |  | M | L |
| 艺体及其他类 | H | M |  |  | M |  |
| 专业课程 | 学科基础课 | 体育概论 |  | H | M | M | L |  |
| 运动解剖学 |  | H | M | M | M |  |
| 运动生理学 |  | H | M | M | M |  |
| 体育社会学 |  | H |  | M | M |  |
| 体育心理学 |  | H | M |  | H |  |
| 体育科学研究方法 |  | H |  | M | H | H |
| 健康教育学 | M | M |  | H | H |  |
| 田径 |  | H | H |  | M |  |
| 武术基础 |  | H | H |  | M |  |
| 体操 |  | H | H |  | M |  |
| 篮球 |  | H | H |  | M |  |
| 足球 |  | H | H |  | M |  |
| 排球 |  | H | H |  | M |  |
| 专业必修课 | ★体育舞蹈 |  |  |  | H | H | M |
| ★社会体育导论 |  | H |  | H |  |  |
| ★健美操 |  |  |  | H | H | M |
| ★健身理论与指导 |  | H |  | H | H | M |
| ★体育市场营销 |  | H |  | H | H | L |
| ★小球运动 |  |  |  | H | H | M |
| ★体育活动策划与组织 | M | M |  | H | H |  |
| ★流行舞蹈 |  |  |  | H | H | M |
| 专业选修课 | 健身健美（1-5） |  |  |  | H | H | M |
| 健美操（1-5） |  |  |  | H | H | M |
| 体育舞蹈（1-5） |  |  |  | H | H | M |
| 乒乓球、羽毛球（1-5） |  |  |  | H | H | M |
| 流行舞蹈（1-5） |  |  |  | H | H | M |
| 运动训练学 |  | M | H | H | M |  |
| 运动伤害防护与急救 | M | M |  | M | M |  |
| 运动营养学 |  | M | M | M | M |  |
| 健身瑜伽 |  |  |  | H | H | M |
| 体质健康评价与运动处方 |  | M | M | H | H |  |
| 综合格斗 |  |  |  | H | M |  |
| 轮滑 |  |  |  | H | H | M |
| 舞龙舞狮 | M |  |  | H | H | M |
| 体育产业概论 | M | M |  | H | M |  |
| 社区体育 | M | M |  | H | H |  |
| 柔力球 |  |  |  | H | M | L |
| 推拿按摩 |  | M | M | H |  |  |
| 体适能与运动健康 |  | M | M | M |  |  |
| 形体训练 |  |  |  | H | H | M |
| 游泳 |  |  |  | H | M | M |
| 跆拳道 |  |  |  | H | L | L |
| 体育经济学 | M | M |  | M | M | M |
| 武当武术 | M | M |  | H | H |  |
| 运动技能学习与控制 |  | M |  | M | M |  |
| 体育产业经营与管理 |  | M |  | M | M | M |
| 普拉提 |  |  |  | H | L | L |
| 气排球 |  |  |  | H | L | L |
| 体能训练理论与方法 |  | M |  | H | H | L |
| 集中性实践环节 | 必修课 | 专业见习 |  |  | M | H | H | L |
| 专业实训 |  |  | M | H | H | L |
| 专业实习 | H |  | M | H | H | M |
| 毕业论文（设计） | H | H | M | H | H | H |

注：H表示关联度高，M表示关联度中，L表示关联度低。

十二、第二课堂活动安排表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **项目名称** | **项目内容** | **时间安排** | **学分规定** | **备注** |
| 思想成长 | 学生入党、入团情况，学生参加党校、团校培训经历，学生参加思想引领类活动经历，以及获得的相关荣誉。 | 第1-8学期 |  | 自选完成项目 |
| 社会实践 |  参与“三下乡”社会实践活动、教育调查、就业实习、岗位见习及其它实践活动的经历，参加与港澳台及国际交流访学的经历，以及获得的相关荣誉。 | 寒暑假 | 累积获得学分不低于1学分。 | ★必须完成项目 |
| 劳动教育 | 参加学校劳动教育相关理论课、讲座等，完成规定的劳动实践。 | 第3学期 | 学生按学校安排认真完成劳动教育课（至少1周40学时），成绩合格，获得1学分。 | ★必须完成项目 |
| 志愿公益 |  参与“大学生志愿服务西部计划”及支教助残、社区服务、公益环保、赛会服务、海外服务等各类志愿公益活动的经历，以及获得的相关荣誉。 | 第1-8学期 |  | 自选完成项目 |
| 创新创业 | 参与各级各类学术科技、创新创业竞赛和活动的经历及获得的相关荣誉，以及发表论文、出版专著、取得专利等情况。 | 第1-8学期 | 累积获得学分不低于3学分。 | ★必须完成项目 |
| 文体活动 | 参加或组织各级各类体育竞赛或担任各级各类体育竞赛裁判员；参与人文素养、文艺类校园文化活动的经历，以及获得的相关荣誉。 | 第1-8学期 |  | 自选完成项目 |
| 党团学工作 | 在校内党团学（含学生社团）组织的工作任职履历、在校外的社会工作履历，以及获得的相关荣誉。 | 第1-8学期 |  | 自选完成项目 |
| 技能特长 | 参加各级各类教练员、裁判员或社会指导员培训的经历，以及获得的相关荣誉。 | 第1-8学期 |  | 自选完成项目 |
| 总计 |  学生第二课堂活动累计达到10学分以上方可毕业，其中三个必须完成项目（标★）最低达到5学分，自选完成项目根据个人情况自选，最低达到5学分。 |

十三、其他说明

本专业在新生入学教育阶段开设专业导学讲座（ 4 讲），向学生介绍本专业培养目标、毕业要求、就业领域、主修课程、学位授予要求、学习规章制度、学习方法、第二课堂要求等等，引导学生全面了解本专业，树立正确的学习理念，掌握科学的学习方法。

| **序号** | **专题****名称** | **内容** | **目标** | **时间** | **备注** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 学校介绍 | 汉江师范学院以及体育学院的历史与发展 | 引导学生全面了解校史、院史 | 90分钟 |  |
| 2 | 专业介绍 | 社会体育指导与管理专业总体情况 | 引导学生全面了解本专业培养目标、毕业要求、就业领域、主修课程、学位授予要求、学习规章制度、学习方法、第二课堂要求 | 90分钟 |  |
| 3 | 教学介绍 | 教学规章制度 | 树立正确的学习理念，掌握科学的学习方法 | 90分钟 |  |
| 4 | 学工介绍 | 学工规章制度 | 树立正确的学习理念，掌握科学的学习方法 | 90分钟 |  |