



休闲体育服务与管理专业 人才培养方案 (2025 级)

金秀县职业技术学校

监 制

目 录

一、 专业名称（专业代码）	1
二、 入学基本要求	1
三、 基本修业年限	1
四、 职业面向	1
五、 培养目标与培养规格	2
（一）培养目标	2
（二）培养规格	2
（三）专业知识和技能	2
（四）职业能力	3
（五）本专业所培养的人才可考取的基本技能证书	4
六、 课程设置及要求	4
（一）公共基础课程	4
（二）专业基础课	11
（三）专业核心课	14
（四）实习实训	17
七、 课程设置及教学安排表	17
（一）基本要求	17
（二） 课程设置及教学安排表	18
八、 实施保障	20
（一）师资队伍	20
（二）教学设施	21
（三）教学资源	22
（四）教学方法	23
（五）学习评价	24
九、 毕业要求	25

金秀县职业技术学校

休闲体育服务与管理专业人才培养方案

一、专业名称（专业代码）

休闲体育服务与管理（770302）

二、入学基本要求

初中阶段教育毕业生或具有同等学历者。

三、基本修业年限

三年

四、职业面向

类别	具体内容
所属专业大类（代码）	体育与健康大类（77）
所属专业类（代码）	体育类（7703）
对应行业（代码）	1. 体育服务业（89）：含健身休闲活动、体育赛事活动、体育指导与培训等领域 2. 文化艺术业（90）：聚焦民族传统体育文化传播、民俗体育活动策划等方向 3. 旅游服务业（72）：对接“体育+旅游”融合领域，如户外休闲旅游、民族体育旅游
主要职业类别（代码）	社会体育指导员（4-04-03-01），体育赛事运营师（4-04-03-02），户外领队（4-04-03-03），健身教练（4-04-03-04），体育场地设施管理员（4-04-03-05）

五、培养目标与培养规格

（一）培养目标

结合体育健身行业对人才的需求，本专业主要面向各级各类政府、社区、商业性体育健身俱乐部等健身服务单位的基层管理、指导、服务工作，培养具有一定专业基础能力、专业核心技能和专业拓展能力的初、中级应用型技能人才。

（二）培养规格

本专业毕业生应具有以下职业素养和职业能力：

1. 职业素养

①拥护中国共产党的领导，具有正确的世界观、人生观、价值观，理解和践行社会主义核心价值观。

②具备运用马克思主义哲学的基本观点、方法分析和解决人生发展重要问题的能力，有为国家富强、民族昌盛而奋斗的志向和责任感。

③具有正确的职业理想和职业观、择业观、创业观以及成才观，具有良好的职业道德行为习惯和法律意识。

④具有良好的团队协作精神、沟通能力和环境适应能力。养成自觉的安全意识、质量意识、成本意识和环保意识。

⑤具有良好的健康体魄和心理素质，爱岗敬业、踏实肯干的职业精神，有一定发现、分析和解决问题的能力的基本能力。

（三）专业知识和技能

1. 系统掌握本专业领域的基础理论和基本知识；

2. 具有专业必需的体育学、休闲学、管理学、营销学基础理论知识和技能；

3. 具有户外拓展方向或健身指导方向较强的运动技能和良好的身体素质、心理素质以及较高的文化素养，并了解该专业方向的理论前沿和发展前景；

4. 具有较强实践能力、团队合作意识和创新意识。在休闲体育技能方面，

要求获得 2 个及以上相关社会工作资质证书。

（四）职业能力

具有积极的人生态度、健康的心理素质、良好的职业道德和必备的文化基础知识；具有获取新知识、新技能意识和能力，能适应不断变化的职业社会；具有团队合作的意识和服务意识；了解休闲体育服务的流程，遵守各项企业规章制度，具有安全意识，重视环境保护，并能解决一般性专业问题。同时具有下列专业能力：

1. 能按照休闲体育健身和娱乐场所环境卫生法规、标准，进行保洁、维护和日常管理。

2. 能按照休闲体育健身和娱乐场所安全管理规定正确处理意外伤害事故。

3. 能按照休闲体育场地、设备设施，对顾客进行技术指导并对器材和设备进行维护。

4. 能根据休闲体育项目比赛规则，对赛事进行组织、编排和

裁判。

5. 能按休闲场所服务接待基本程序及服务礼仪规范为顾客提供服务。

6. 能根据顾客需要向顾客推荐体育健身和休闲娱乐项目。

（五）本专业所培养的人才可考取的基本技能证书

本专业实行“学业证书+职业资格证书”的多证考核和培养模式，对专业考核合格、德、智、体等方面符合要求的学生，发给相应的学业证书。同时要求学生参加相关职业资格技术证书考试（如普通话等级证书考试、社会体育指导员证书、健身教练证等）。

职业资格证书

序号	考核项目	考核发证部门	等级	要求
1	社会体育指导员证	国家体育总局	职业资格	二选一
2	健身教练证	培训机构		

六、课程设置及要求

本专业课程分为公共基础课程和专业（技能）课程，后者涵盖专业基础课、专业核心课程、专业选修课程和实习实训。

（一）公共基础课程

公共基础课包括中国特色社会主义、心理健康与职业生涯、哲学与人生、职业道德与法治、语文、数学、英语、信息技术、体育与健康、历史、艺术、物理、化学、劳动教育、礼仪、军训、安全教育等课程。

序号	课程名称	课程设置目标、内容和要求	参考学时
1	中国特色社会主义	课程目标：具有政治认同素养，能够初步掌握辩证唯物主义和历史唯物主义基本原理，运用马克思主义立场、观点和方法，观察分析经济、政治、文化、社会、生态文明等现象，对社会现实和人生问题进行正确价值判断和行为选择；正确认识我国发展新的历史方位和社会主要矛盾的变化，理解习近平新时代中国特色社会主义思想是党和国家必须长期坚持的指导思想；拥护中国共产党的领导，领会中国共产党领导是中国特色社会主义最本质的特征和中国特色社会主义制度的最大优势，理解新时代中国共产党的历史使命；坚信坚持和发展中国特色社会主义是当代中国发展进步的根本方向，认同和拥护中国特色社会主义制度，坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信；坚持社会主义核心价值观体系，自觉培育和践行社会主义核心价值观；热爱伟大祖国，自觉弘扬和实践爱国主义精神，树立远大志向，在实现中国梦的伟大实践中创造自己精彩人生。 教学内容：依据《中等职业学校中国特色社会主义教学大纲》开设，通过本部分内容的学习，学生能够正确认识中华民族近代以来从站起来到富起来再到强起来的发展进程；明确中国特色社会主义制度的显著优势，坚决拥护中国共产党的领导，坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信。 教学要求：认清自己在实现中国特色社会主义新时代发展目标中的历史机遇与使命担当，以热爱祖国为立身之本、成才之基，在新时代新征程中健康成长、成才报国。	36
2	心理健康与职业生涯	课程目标：正确认识劳动在人类社会中的作用，理解正确的职业理想对国家以及人生发展的作用，明确职业生涯规划对实现职业理想的重要性，懂得职业道德对职业发展和人生成长的意义；树立正确的劳动观、职业观、就业观、创业观和成才观，强化无论从事什么劳动和职业，都要有干一行、爱一行、钻一行的意识；学会根据社会发展需要和自身特点进行职业生涯规划，正确处理人生发展过程中遇到的问题，养成良好职业道德行为习惯，自觉践行劳动精神、劳模精神和工匠精神，不断提升职业道德境界。 教学内容：通过本部分内容的学习，学生应能结合活动体验和社会实践，了解心理健康、职业生涯的基本知识，树立心	36

		理健康意识，掌握心理调适方法，形成适应时代发展的职业理想和职业发展规划，探寻符合自身实际和社会发展的积极生活目标，养成自立自强、敬业乐群的心理品质和自尊自信、理性平和、积极向上的良好心态。 教学要求：提高应对挫折与适应社会的能力，掌握制订和执行职业生涯规划的方法，提升职业素养，为顺利就业创业创造条件。	
3	哲学与人生	课程目标：培养学生具有自立自强、敬业乐群的心理品质和自尊自信、理性平和、积极向上的良好心态；能够正确认识自我，正确处理个人与他人、个人与社会的关系，确立符合社会需要和自身实际的积极生活目标，选择正确的人生发展道路；能够适应环境、应对挫折、把握机遇、勇于创新，正确处理在生活、成长、学习和求职就业过程中出现的心理和行为问题，增强调控情绪、自主自助和积极适应社会发展变化的能力。 教学内容：依据《中等职业学校哲学与人生教学大纲》开设，通过本部分内容的学习，学生能够了解马克思主义哲学基本原理，运用辩证唯物主义和历史唯物主义观点认识世界，坚持实践第一的观点，一切从实际出发、实事求是。 教学要求：学会用具体问题具体分析等方法，正确认识社会问题，分析和处理个人成长中的人生问题，在生活中做出正确的价值判断和行为选择，自觉弘扬和践行社会主义核心价值观，为形成正确的世界观、人生观和价值观奠定基础。	36
4	职业道德与法治	课程目标：增强职业道德意识，确立通过辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动实现自身发展的信念，了解与日常生活和职业活动密切相关的法律知识，理解法治是党领导人民治理国家的基本方式，明确建设社会主义法治国家的战略目标，树立宪法法律至上、法律面前人人平等的法治理念，形成法治让社会更和谐、生活更美好的认知和情感；学会从法的角度去认识和理解社会，养成依法行使权利、履行法定义务的思维方式和行为习惯。 教学内容：依据《中等职业学校职业道德与法治教学大纲》开设，通过本部分内容的学习，学生能够理解全面依法治国的总目标，了解我国新时代加强公民道德建设、践行职业道德的主要内容及其重要意义；能够掌握加强职业道德修养的主要方法，初步具备依法维权和有序参与公共事务的能力。 教学要求：能够根据社会发展需要、结合自身实际，以道德和法律的要求规范自己的言行，做恪守道德规范、尊法学法守法用法的好公民。	36

5	语文	课程目标：让学生在语言理解与运用、思维发展与提升、审美发现与鉴赏、文化传承与参与几个方面都获得持续发展，自觉弘扬社会主义核心价值观，坚定文化自信，树立正确的人生理想，涵养职业精神，为适应个人终身发展和社会发展需要提供支撑。 教学内容：依据《中等职业学校语文教学大纲》开设，通过学习使学生具有较强的语言文字运用能力、思维能力和审美能力，传承和弘扬中华优秀传统文化，接受人类进步文化，汲取人类文明优秀成果，形成良好的思想道德品质、科学素养和人文素养，为学生学好专业知识与技能。 教学要求：提高就业创业能力和终身发展能力，成为全面发展的高素质劳动者和技术技能人才奠定基础。	216
6	数学	课程目标：在完成义务教育的基础上，通过中等职业学校数学课程的学习，使学生获得继续学习、未来工作和发展所必需的数学基础知识、基本技能、基本思想和基本活动经验，具备一定的从数学角度发现和提出问题的能力、运用数学知识和思想方法分析和解决问题的能力。 教学内容：依据《中等职业学校数学教学大纲》开设，通过学习使学生获得进一步学习和职业发展所必需的数学知识、数学技能、数学方法、数学思想和活动经验；具备中等职业学校数学学科核心素养，形成在继续学习和未来工作中运用数学知识和经验发现问题的意识、运用数学的思想方法和工具解决问题的能力。 教学要求：具备一定的科学精神和工匠精神，养成良好的道德品质，增强创新意识，成为德智体美劳全面发展的高素质劳动者和技术技能人才。	180
7	英语	课程目标：在义务教育的基础上，进一步激发学生英语学习的兴趣，帮助学生掌握基础知识和基本技能，发展英语学科核心素养，为学生的职业生涯、继续学习和终身发展奠定基础。 教学内容：依据《中等职业学校英语教学大纲》开设，帮助学生进一步学习语言基础知识，提高听、说、读、写等语言技能，发展中等职业学校英语学科核心素养；引导学生在真实情境中开展语言实践活动，认识文化的多样性，形成开放包容的态度，发展健康的审美情趣。 教学要求：理解思维差异，增强国际理解，坚定文化自信；帮助学生树立正确的世界观、人生观和价值观，自觉践行社会主义核心价值观，成为德智体美劳全面发展的高素质劳动者和技术技能人才	180

8	信息技术	课程目标：在完成九年义务教育相关课程的基础上，通过理论知识学习基础技能训练和综合应用实践，培养中等职业学校学生符合时代要求的信息素养和适应职业发展需要的信息能力。 教学内容：依据《中等职业学校信息技术教学大纲》开设，帮助学生认识信息技术对当今人类生产、生活的重要作用，理解信息技术、信息社会等概念和信息社会特征与规范，掌握信息技术设备与系统操作、网络应用、图文编辑、数据处理、程序设计、数字媒体技术应用、信息安全和人工智能等相关知识与技能，综合应用信息技术解决生产、生活和学习情境中各种问题。 教学要求：在数字化学习与创新过程中培养独立思考和主动探究能力，不断强化认知、合作、创新能力，为职业能力的提升奠定基础。	108
9	体育与健康	课程目标：让学生能够喜爱并积极参与体育运动，享受体育运动的乐趣；学会锻炼身体的科学方法，掌握 1-2 项体育运动技能，在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，使学生在运动能力、健康行为和体育精神三方面获得全面发展。 教学内容：依据《中等职业学校体育与健康教学指导纲要》开设，引导学生树立“健康第一”的思想，通过传授体育与健康的知识、技能和方法，提高学生的体育运动能力，培养运动爱好和专长，使学生养成终身体育锻炼的习惯，形成健康的行为与生活方式，健全人格，强健体魄。 教学要求：具备身心健康和职业生涯发展必备的体育与健康学科核心素养，引领学生逐步形成正确的世界观、人生观和价值观，自觉践行社会主义核心价值观，成为德智体美劳全面发展的高素质劳动者和技术技能人才。	144
10	艺术	课程目标：艺术课程目标是坚持落实立德树人根本任务，使学生通过艺术鉴赏与实践等活动，发展艺术感知、审美判断、创意表达和文化理解等艺术核心素养。 教学内容：通过本课程学习，充分发挥艺术学科独特的育人功能，以美育人，以文化人，以情动人，提高学生的审美和人文素养，积极引导主动参与艺术学习和实践。 教学要求：进一步积累和掌握艺术基础知识、基本技能和方法，培养学生感受美、鉴赏美、表现美、创造美的能力，帮助学生塑造美好心灵，健全健康人格，厚植民族情感，增进文化认同，坚定文化自信，成为德智体美劳全面发展的高素质劳动者和技术技能人才。	36

11	历史	历史是中等职业学校学生必修的一门公共基础课，包括中国历史和世界历史两大模块。 课程目标：中等职业学校历史课程的目标是落实立德树人根本任务，使学生通过历史课程的学习，掌握必备的历史知识，形成历史学科核心素养。 教学内容：本课程学习主要任务是促进学生进一步了解人类社会形态从低级到高级发展的基本脉络、基本规律和优秀文化成果；从历史的角度了解和思考人与人、人与社会、人与自然的关系，增强历史使命感和社会责任感；进一步弘扬以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，培育和践行社会主义核心价值观。 教学要求：树立正确的历史观、民族观、国家观和文化观；塑造健全的人格，养成职业精神，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。	72
12	物理	课程目标：让学生掌握基本物理概念、原理和规律，培养科学思维与探究能力，提升学生运用物理知识分析和解决实际问题的能力，为后续专业学习和职业发展奠定基础。 教学内容：涵盖力学，包括物体的运动、力与平衡、功和功率等；热学，如分子动理论、内能与热量；电磁学，包含电场、磁场、电路、电磁感应；光学，涉及光的传播、折射、干涉和衍射等；以及原子物理初步知识。 教学要求：学生理解物理概念与规律，熟练运用公式进行计算，学会实验操作技能，如测量长度、质量、电压、电流等，通过观察、分析实验现象得出结论，能够将物理知识与生活、生产实际相联系，培养严谨的科学态度和创新意识。	36
13	化学	课程目标：帮助学生系统掌握基础化学知识，包括常见元素化合物的性质、化学反应基本原理等，培养学生的化学实验操作技能与科学探究精神，使其具备运用化学知识分析和解决实际问题的能力，为后续专业课程学习和未来职业发展提供有力支撑。 教学内容：涵盖化学基本概念，像物质的量、化学键等；元素化学，介绍典型金属和非金属元素及其化合物的性质与用途；化学反应原理，包含氧化还原反应、化学反应速率与化学平衡、电解质溶液等知识；有机化学基础，涉及常见有机物如烃、醇、醛、羧酸等的结构、性质及相互转化；还有化学实验基本操作与实验设计。 教学要求：学生理解化学基本概念和原理，熟练书写化学方程式并进行简单化学计算，精准掌握常见化学实验仪器的使用方法，规范完成实验操作，能够依据实验现象分析得出结论，善于将化学知识与日常生活、工业生产等实际场景相联系，逐	36

		步养成严谨的科学态度和创新思维。	
14	劳动教育	课程目标：引导学生树立正确劳动观念，尊重劳动、热爱劳动；培养学生具备一定的劳动技能，能胜任常见劳动任务。 教学内容：涵盖日常生活劳动、生产劳动和服务性劳动等方面，如家居整理、手工制作、农业生产体验、社区志愿服务等。 教学要求：注重理论与实践相结合，通过课堂讲授、案例分析让学生理解劳动知识，同时安排丰富的实践活动，要求学生亲身体验、动手操作，在实践中深化对劳动的认识，且注重过程性评价，全面考核学生在劳动态度、技能掌握、团队协作等方面的表现。	36
15	礼仪	课程目标：让学生全面掌握社交、职场、生活等多场景礼仪知识，培养良好的行为举止和沟通能力，塑造文明素养与职业形象，为今后的人际交往和职业发展筑牢根基。 教学内容：涵盖基础礼仪知识，如仪态礼仪，包括站姿、坐姿、走姿等；表情礼仪，注重眼神交流、微笑运用；语言礼仪，强调礼貌用语的使用。还有社交礼仪，像见面礼仪中的握手、介绍、名片交换；聚会礼仪中的座次安排、交谈礼仪等。职场礼仪方面，涉及求职面试礼仪，从简历制作、面试着装到面试问答技巧；职场办公礼仪，包括同事相处、上下级沟通等规范。 教学要求：学生深刻理解礼仪内涵，熟练运用各类礼仪规范，在日常交往和实践活动中始终保持良好仪态与言行，能根据不同场景准确运用礼仪知识，养成主动践行礼仪的习惯，逐步提升自身的综合素养和职业竞争力。	36
16	中华优秀传统文化	课程目标：让学生深入了解中华优秀传统文化的丰富内涵与深厚底蕴，培育学生对传统文化的认同感、自豪感和传承意识，提升文化素养，塑造正确的价值观和道德观，为其个人成长和职业发展提供精神滋养。 教学内容：包含经典文学作品赏析，如古诗词、文言文、四大名著等，感受古人的智慧与情感表达；传统艺术，像书法、绘画、戏曲、传统音乐等，领略独特艺术魅力；传统思想文化，涵盖儒家、道家、法家等诸子百家思想，探究古人的哲学思考；传统节日与民俗，介绍春节、中秋节等节日起源、习俗，体会传统文化在生活中的延续。 教学要求：学生能深入领会经典作品的文化精髓，理解传统艺术的表现形式与文化意义，把握传统思想的核心观点，熟知传统节日与民俗的内涵及价值，在学习生活中积极践行传统	36

		文化价值观，传承和弘扬中华优秀传统文化，不断提升自身文化修养和综合素养。	
17	军训与入学教育	课程目标：通过军事训练增强学生体质，培养坚韧意志、团队协作精神和纪律意识，同时借助入学教育帮助学生快速熟悉校园环境、规章制度，明确专业学习方向，树立正确的学习态度和职业观，为中职学习生活做好充分准备。 教学内容：涵盖军事技能训练，如立正、稍息、正步走、军体拳等基础队列动作，以及军事理论知识学习，包括国防教育、军事历史等内容；入学教育则包含校史校情介绍，让学生了解学校的发展历程与文化底蕴，专业认知教育，介绍专业课程设置、就业前景和职业发展路径，还有校规校纪讲解，强调校园生活的各项规范和要求，以及心理健康教育，帮助学生适应新环境，保持良好心态。 教学要求：学生在军训中严格遵守训练纪律，认真完成各项军事技能训练任务，积极学习军事理论知识；在入学教育过程中，仔细聆听并牢记校史校情、专业知识、校规校纪等内容，主动参与心理健康教育活动，不断提升自我认知和适应能力，以饱满的热情和良好的状态开启中职学习生涯。	56
18	安全教育	课程目标：全面提升学生的安全意识，使其深入理解安全的重要性，掌握涵盖校园、生活、网络、出行等多方面的安全知识与技能，培养学生在面对各类安全隐患和突发安全事件时的应急处理与自我保护能力，为学生营造安全的学习和生活环境，保障其身心健康成长。 教学内容：包含校园安全，如教室、宿舍的用电安全，实验室危化品的使用规范，校园活动中的安全注意事项；生活安全，涵盖消防安全，包括火灾预防、灭火器使用、火灾逃生方法，食品安全，如食品选购、储存与加工的卫生要求，自然灾害防范，像地震、洪水等灾害来临时的应对策略；网络安全，涉及网络诈骗防范、个人信息保护、文明上网规范；出行安全，讲解交通安全法规、不同交通方式的安全要点。 教学要求：学生熟练掌握各类安全知识，牢记安全规则和操作要领，积极参与安全演练，如火灾逃生演练、地震应急演练等，切实提升应急反应和实践操作能力，在日常生活中时刻保持安全警觉，主动排查身边的安全隐患，养成良好的安全习惯。	28

（二）专业基础课

序号	课程名称	课程设置目标、内容 and 要求	参考学时
----	------	------------------	------

1	体育活动策划与组织	课程目标：通过系统教授体育活动策划、组织与管理的理论及实践技能，培养学生具备独立设计、执行校园及社区体育项目的能力，使学生掌握活动宣传、成本控制及效果评估方法。 教学内容：课程聚焦体育活动全流程策划与管理，涵盖活动策划基础（需求调研、方案设计、预算编制）、赛事组织（校园运动会、趣味活动、户外拓展等）、安全与风险管理（应急预案、运动损伤预防与急救）。 教学要求：需注重培养学生的创新思维、团队协作能力和实践能力。学生应掌握策划体育活动的基本知识和技能，如市场调研、项目设计、预算编制、宣传推广等。	108
2	大众健身项目理论方法	课程目标：通过教学使学生较深入地了解有氧、无氧、发达肌肉、休闲消遣、运动处方、饮食健身、健心、疲劳后的恢复，以及健身教学、训练、竞赛、裁判、营养、健身健美效果的测量与评价等有关知识与方法。 教学内容：主要涵盖健身基础理论、实践技能与职业应用三大模块。理论部分包括运动生理学、健身原理、人体构造与肌肉功能、健康评估方法、运动安全防护等核心知识。 教学要求：学生需通过理论与实践结合，达到知识、能力与素质目标。知识层面需掌握健身科学原理与评估方法，理解运动与健康的关联；能力层面要求能独立设计安全有效的训练方案，指导团体课程（如健身操编排），并具备运动损伤处理及风险预防能力。	108

3	营地指导基础	课程目标：全面理解和掌握营地指导员的基础理论知识，包括定义、功能、职责等。考核项目：1. 营地活动策划与组织能力；2. 营地活动实施能力；3. 营地安全与应急处理能力；4. 营地环境建设与维护能力。 教学内容：课程以大众健身项目的科学理论与方法为核心，涵盖健身基础知识（如运动生理学、运动营养学）、不同人群（青少年、老年人、亚健康群体等）的健身需求分析、运动处方制定原则及常见健身项目（如有氧训练、力量训练、柔韧性练习）的设计与实施。 教学要求：学生需掌握大众健身的基本原理与项目设计逻辑，能根据不同人群特点制定个性化健身方案，并熟练运用体适能评估工具；通过模拟实训、案例分析提升活动策划、风险管控及沟通指导能力，注重培养职业道德（如客户隐私保护、服务意识）与安全意识（如急救操作、器械维护）。	72
4	休闲环境与健康	课程目标：通过理论与实践结合，培养学生掌握健康生活方式与休闲环境管理的核心知识与技能，使其具备评估、规划健康休闲环境的能力，能设计科学运动、心理调适及环保活动方案；提升职业素养（如急救技能、服务意识）和跨学科应用能力。 教学内容：课程围绕健康生活方式与休闲环境管理展开，涵盖健康概念（生理、心理、社会适应）、休闲活动设计（运动、文化、社交）及环境对健康的影响（自然与人工环境评估）。 教学要求：学生需掌握环境健康基础理论，能评估休闲场所的舒适性与安全性，设计健康活动方案；通过案例分析、实地调研提升实操能力，并参与社会实践（如环保志愿活动）。	72

（三）专业核心课

序号	课程名称	课程设置目标、内容和要求	参考学时
1	运动训练	课程目标：通过系统传授运动训练理论与方法，培养学生掌握科学制定训练计划、分析技术动作及提升运动员专项技能的能力，强化运动生理学、心理学基础及运动损伤防护知识。 教学内容：运动训练的主要教学内容包括运动训练学的基本理论、方法、技巧及规律，以及针对不同项目和年龄段运动员的训练特点。学生需掌握运动选材、训练计划制定、体能训练、技术训练、战术训练等核心技能，并了解运动营养、恢复、心理学等方面的知识。 教学要求：学生需积极参与训练实践，通过案例分析、模拟训练等方式深入理解理论知识。同时，注重培养创新思维和问题解决能力，能够在复杂多变的训练环境中灵活应对。	72
2	运动营养学	课程目标：本课程旨在培养学生掌握运动营养学基础理论与实际应用技能，理解营养素在运动中的代谢机制、能量需求及不同运动项目（如耐力、力量、团队竞技）的膳食搭配原则，重点提升科学制定个性化运动膳食计划、合理使用营养补剂及预防运动相关营养失衡（如脱水、低血糖）的能力。 教学内容：掌握营养与各种慢性疾病的关系及防治原则和方法，了解不同专项运动员的膳食营养特点，根据营养学所学知识，指导不同人群的合理膳食。 教学要求：学生需系统学习运动与营养的关联性，掌握	72

		能量计算、膳食评估工具及运动补剂安全规范；通过案例分析、实验操作（如食谱设计、体成分分析）和模拟训练场景（如赛前/赛后营养干预），提升解决实际问题的能力。	
3	健身俱乐部经营与管理	课程目标：本课程旨在培养学生掌握健身俱乐部运营管理的核心知识与实践技能，包括会员服务、营销策划、设备维护及财务核算等，强化客户关系管理、团队协作与安全法规意识。 教学内容：课程涵盖健身俱乐部的创立、产品设计、营销管理、服务质量管理、人力资源开发与管理、财务管理、信息管理、危机管理、会员管理以及投诉管理等各个方面。同时，还涉及国内外健身休闲俱乐部研究与实践的新发展，以及对信息时代健身休闲俱乐部经营管理的探索和思考。 教学要求：学生需深入理解健身俱乐部经营管理的各个环节，掌握相关理论知识，并能将其应用于实际操作中。课程注重理论性、创新性与实用性相结合，强调案例在课堂教学中的应用，以提高学生的实际操作能力和解决问题的能力。	108
4	体能训练与指导	课程目标：掌握球类运动各种实用技巧，充分认识运动的社会属性，了解运动的文化内涵，理解在休闲体育中的价值。（篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球、啦啦操） 教学内容：课程涵盖体能训练的基础理论（如运动生理学、解剖学原理）、核心要素（力量、耐力、柔韧性、协调性等）及科学训练方法，包括个性化训练计划制定、不同人群的体能指导策略。 教学要求：学生需掌握体能评估工具的应用，能针对个体差异设计安全有效的训练方案，熟练指导基础训练动作并	108

		规范使用器材；通过案例分析、模拟实训及社区实践提升问题解决与沟通能力。	
5	运动竞赛组织与管理	课程目标：培养学生的能力包括运用所学理论知识和开展各项体育赛事的能力，采用多种形式的教学，理论联系实际，培养学生分析问题和解决问题的能力，把学生培养成高素质和具有创造意识的合格体育人才。 教学内容：课程涵盖运动竞赛的全流程管理，包括赛事策划（方案制定、赛程编排、预算编制）、组织执行（场地布置、裁判与志愿者协调、参赛人员管理）、资源整合（器材调配、赞助合作、宣传推广）及风险评估与应急预案。 教学要求：学生需掌握竞赛组织核心技能，能独立完成小型赛事策划书，熟练运用信息化工具管理报名、赛程及成绩；通过模拟实训、校企合作项目强化实操，提升团队协作、沟通与危机应对能力。	108
6	户外运动组织与管理	课程目标：通过系统培养户外运动策划、安全风险管理及团队协作能力，使学生掌握户外活动组织流程（如线路规划、装备管理、应急预案制定），理解自然环境与运动安全规范。 教学内容：基础理论：包括户外运动的起源、发展、分类、功能及意义，以及户外运动的基本理论知识和技术技能，如攀爬技术、野外方向判定、自制用具、疾病防治等。 教学要求：理论与实践相结合：注重将理论知识与实践操作相结合，通过案例分析、模拟训练等方式，加深学生对户外运动组织与管理的理解。安全第一：始终把安全放在首位，强化学生的安全意识和风险防控能力，确保户外活动的安全进行。	108

（四）实习实训

1. 校内实训

在校内开展运动技能指导、体育赛事策划、康养服务技术等模块化实训，包括：

依托校内健身中心、康养理疗室，面向师生提供体质测评、运动处方制定等真实服务项目。通过实训，学生能够掌握运动指导、赛事运营、健康管理等核心技能，强化职业素养与创新能力，实现“岗课赛证融通”。

2. 校外实习

担任健身教练助理、赛事执行专员、康养运动顾问等岗位，参与企业真实项目，完成技能转化与职业适应。选派“双师型”教师全程跟踪指导，严格执行实习管理规定，将瑶族传统体育文化传承、户外运动安全规范等融入实践教学，提升学生岗位胜任力与地域产业适配度。

七、课程设置及教学安排表

（一）基本要求

每学年为 52 周，其中教学时间 40 周（含复习考试），累计假期 12 周，岗位实习按每周 30 学时安排，3 年总学时不少于 3000 学时。实行学分制的学校，18 学时折算 1 学分。军训、社会实践、入学教育、毕业教育等活动按 1 周为 1 学分。

公共基础课程学时一般占总学时的 1/3，可根据不同专业人才培养的需要在规定范围内适当调整，但必须保证党和国家要求

的课程和学时。专业课程学时一般占总学时的 2/3。实习时间累计不超过 6 个月，可根据实际情况集中或分阶段安排，校外企业岗位实习时间一般不超过 3 个月。实践性教学学时原则上要占总学时 50%以上。各类选修课程的学时占总学时的比例应不少于 10%。

(二) 课程设置及教学安排表

课程类别	课程性质	课程编号	课程名称	学期（周数）						总学时	理论学时	实践学时	学分	考试形式
				一	二	三	四	五	六					
				18	18	18	18	18	18					
公共基础课程	必修	1	中国特色社会主义	2						36	36	0	2	考试
	必修	2	心理健康与职业生涯		2					36	36	0	2	考试
	必修	3	职业道德与法治			2				36	36	0	2	考试
	必修	4	哲学与人生				2			36	36	0	2	考试
	必修	5	语文	2	2	4	4			216	216	0	12	考试
	必修	6	数学	2	2	2	4			180	180	0	10	考试
	必修	7	英语	2	2	2	4			180	180	0	10	考试
	必修	8	信息技术	2	2	2				108	54	54	6	考试
	必修	9	体育与健康	2	2	2	2			144	72	72	8	考试
	必修	10	艺术（音乐、美术、书法）	1	1					36	18	18	2	考查
	必修	11	历史（中国历史、世界历史）	2	2					72	72	0	4	考查

	限选 (二选一)	12	物理	2						36	24	12	2	考查
			化学											
	必修	13	劳动教育	1	1					36	36	0	2	考查
	选修课 (二选一)	14	礼仪		2					36	24	12	2	考查
			中华优秀传统文化											
	必修	15	军训与入学教育	2周						56	40	16	2	考查
16		安全教育	1周						28	14	14	1	考查	
小计				18	18	14	16	0	0	1272	1074	198	69	
专业基础课	必修	1	体育活动策划与组织	4	2					108	36	72	6	考试
	必修	2	大众健身项目理论方法	4	2					108	36	72	6	考试
	必修	3	营地指导基础	4						72	36	36	4	考试
	必修	4	休闲环境与健康		4					72	36	36	4	考试
	小计			12	8	0	0	0	0	360	144	216	16	
专业核心 (技能方向)课	必修	1	运动训练学	4	2					108	36	72	4	考试
	必修	2	运动营养学			4				72	36	36	4	考试
	必修	3	健身俱乐部经营与管理			4	2			108	36	72	6	考试
	必修	4	体能训练与指导			4	2			108	36	72	6	考试
	必修	5	运动竞赛组织与管理			2	4			108	36	72	6	考试
	必修	6	户外运动组织与管理				6			108	36	72	6	考试
	合计			4	2	14	14	0	0	648	216	432	24	

专业选修课	限选 (六选三)	1	田径		4					72	36	36	4	考查
		2	篮球			4				72	36	36	4	考查
		3	运动损伤与防护				4			72	36	36	4	考查
		4	教育心理学							72	36	36	4	考查
		5	教育学							72	36	36	4	考查
		6	体育概论							72	36	36	4	考查
	小计			0	4	4	4			216	108	108	12	
综合实训实习	必修	1	实训实习						720	720	0	720	45	
小计									720	0	720	45		
总计				34	32	32	34	0	0	3216	1542	1674	175	

14074

八、实施保障

(一) 师资队伍

1. 队伍结构

专任教师队伍的数量、学历和职称要符合国家有关规定，形成合理的梯队结构。学生数与专任教师数比例不高于 20:1，专任教师中具有高级专业技术职务人数不低于 20%。“双师型”教师占专业课教师数比例应不低于 50%。能够整合校内外优质人才资源，选聘企业高级技术人员担任行业导师，组建校企合作、专兼结合的教师团队，建立定期开展专业（学科）教研机制。

2. 专业带头人

原则上须具备体育学、运动训练或康养相关专业副高及以上职称，具有丰富的行业实践经验。需熟悉国内外休闲体育产业发展趋势，精准把握行业用人需求，具备专业建设、教科研及校企合作统筹能力，在专业改革与产教融合中发挥核心引领作用。

3. 专任教师

需持有教师资格证书，具有体育教育、运动康复、社会体育指导等相关专业学历背景；具备行业实践经历或技术技能资质（如社会体育指导员、健身教练认证）；能够挖掘课程思政元素，将职业素养融入教学；掌握信息化教学手段（如虚拟仿真运动训练系统），开展混合式教学改革；每年至少 1 个月赴企业或实训基地实践，每 5 年累计企业实践经历不少于 6 个月。

4. 兼职教师

主要从体育行业企业聘任，须具备中级以上职称或高级职业资格（如国家级裁判、运动康复师），熟悉教育教学规律。优先聘请体育赛事运营专家、非遗传统体育传承人（如瑶族非遗传承人）、康养运动导师等，制定兼职教师管理制度，明确其承担课程教学、实训指导及职业规划等职责。

（二）教学设施

专业教室基本要求

配备多媒体教学设备（智能交互屏、音响系统）、无线网络及安全防护设施，满足虚拟仿真教学、远程协作等需求。设置运

动安全急救模拟教学区，配置心肺复苏模拟人、AED 训练机等设备，符合职业场景化教学标准。

2. 校内外实训基地建设

（1）运动技能实训中心

配备标准化健身房、武术训练场、篮球场馆及体质测试设备（体成分分析仪、心肺功能监测系统），对接健身指导、运动康复等岗位技能需求，开展“工学结合”项目化实训。

（2）户外运动与赛事运营基地

依托校企共建资源，配置户外装备、赛事管理系统，模拟赛事策划、安全保障等真实工作场景。

（3）康养运动理疗实训室

联合瑶医药企业，建设运动康复理疗室，配备筋膜枪、红外理疗仪、瑶药熏蒸设备等，开展“运动损伤康复”“康养运动处方设计”等实训项目。

（三）教学资源

主要包括能够满足学生专业学习、教师专业教学研究和教学实施需要的教材、图书及数字化资源等。

1. 教材选用基本要求

按照国家规定，经过规范程序选用教材，优先选用国家规划教材和国家优秀教材。专业课程教材应体现本行业新技术、新规范、新标准、新形态，并通过数字教材、活页式教材等多种方式进行动态更新。

2. 图书文献配备基本要求

配备《全民健身条例》《体育赛事运营管理》《运动康复技术规范》等政策法规及行业标准文献；订阅《体育科学》《康养产业研究》等核心期刊；建立运动技能视频库、赛事策划案例库等数字资源。

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、虚拟仿真软件等专业教学资源库，种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新、满足教学。

（四）教学方法

注重培养学生人文素养与职业通用能力，运用小组研学、情景模拟等方式，结合体育产业热点（如“体育+旅游”政策）设计跨学科项目，强化数据分析、沟通协作等核心能力。聚焦休闲体育服务核心岗位（健身教练、赛事执行、康养顾问），推行“岗课赛证”融通：以“瑶族民俗运动会策划”“青少年体能训练营设计”为载体，贯穿活动策划、风险管控、成本核算全流程。

在康养实训室模拟老年群体运动处方制定，融入瑶医理疗技术，强化健康管理能力。组织学生参与校企合作赛事，承担裁判、后勤、宣传等角色，实现“以赛促学、以赛提技”。运用运动数据采集设备，实时反馈训练效果，精准优化教学策略。

（五）学习评价

基于本专业培养目标和人才培养理念，构建以学生职业素养和岗位能力培养为核心，教育与产业、校内与校外深度融合的科学评价体系。评价全面涵盖教学过程中的教师教学、学生学习、教学内容、教学方法、教学手段、教学环境、教学管理等各个要素，强化对学生学习效果和教师教学过程的双重评价。采用学分制管理，结合多层次、多元化的考评方法，促进学生全面发展和个性成长。

教学评价注重评价主体、评价方式和评价过程的多元化。鼓励学生、家长、企业参与评价，实现校内评价与校外评价有机结合，将行业资格证考试、职业技能鉴定与学业考核相挂钩，综合运用教师评价、学生互评和自我评价，同时兼顾过程性评价与结果性评价。不仅关注学生对民族食品加工技术专业知识的理解和岗位技能的掌握程度，更重视学生在实际工作场景中运用知识解决问题的能力，以及岗位规范操作、安全生产、质量意识、环保意识等职业素养的养成情况。

（六）质量管理

（1）学校应建立专业人才培养质量保障机制，健全专业教学质量监控管理制度，改进结果评价，强化过程评价，探索增值评价，吸纳行业组织、企业等参与评价，并及时公开相关信息，接受教育督导和社会监督，健全综合评价。完善人才培养方案、课程标准、课堂评价、实验教学、实习实训、毕业设计以及资源

建设等质量保障建设，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达到人才培养规格要求。

（2）学校应完善教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设、日常教学、人才培养质量的诊断与改进，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）专业教研组织应建立线上线下相结合的集中备课制度，定期召开教学研讨会议，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。

（4）学校应建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、职业道德、技术技能水平、就业质量等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

九、毕业要求

（一）根据专业人才培养方案确定的目标和培养规格，完成规定的实习实训，全部课程考核合格或修满学分，准予毕业。

（二）学校可结合办学实际，细化、明确学生课程修习、学业成绩、实践经历、职业素养、综合素质等方面的学习要求和考核要求等。要严把毕业出口关，确保学生毕业时完成规定的学时学分和各教学环节，保证毕业要求的达成度。

（三）接受职业培训取得的职业技能等级证书、培训证书等学习成果，经职业学校认定，可以转化为相应的学历教育学分；

达到相应职业学校学业要求的，可以取得相应的学业证书。