



河南女子职业学院

## 体育艺术表演专业人才培养方案

专业大类及代码： 教育与体育大类 57

专业类及代码： 体育类 5703

适用年级： 2025级

制定时间： 2021年12月

修订时间： 2025年7月

# 目 录

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 一、专业名称及代码 .....                 | 1  |
| 二、入学要求 .....                    | 1  |
| 三、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  |
| 六、课程设置及学时安排 .....               | 6  |
| (一) 公共基础课程 .....                | 6  |
| (二) 专业课程 .....                  | 25 |
| (三) 实践性教学环节 .....               | 53 |
| 七、教学进程总体安排 .....                | 58 |
| 八、师资队伍 .....                    | 62 |
| (一) 师资队伍 .....                  | 62 |
| (二) 教学设施 .....                  | 63 |
| (三) 教学资源 .....                  | 66 |
| (四) 教学方法 .....                  | 67 |
| (五) 学习评价 .....                  | 68 |
| (六) 质量保障 .....                  | 69 |
| 九、毕业要求 .....                    | 70 |
| (一) 成绩要求 .....                  | 70 |
| (二) 技能证书要求 .....                | 70 |
| 附：2025级体育艺术表演专业人才培养方案专家论证意见 ... | 72 |

# 体育艺术表演专业人才培养方案

## 一、专业名称及代码

专业名称：体育艺术表演

专业代码：570316

## 二、入学要求

中等职业学校毕业、普通高级中学毕业或具备同等学力

## 三、修业年限

三年

## 四、职业面向

表4-1体育艺术表演专业职业面向

|                    |                                                                               |          |         |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------|---------|
| 所属专业大类             | 教育与体育大类                                                                       | 所属专业大类代码 | 57      |
| 所属专业类              | 体育类                                                                           | 所属专业类代码  | 5703    |
| 对应行业               | 体育、娱乐业                                                                        | 对应行业代码   | 89、90   |
| 主要职业类别             | 群众文化活动服务人员                                                                    | 主要职业类别代码 | 4-13-01 |
|                    | 社会工作专业人员                                                                      |          | 2-07-10 |
|                    | 健身和体育培训机构                                                                     |          | 4-13-04 |
| 主要岗位类别<br>（或技术领域）  | 少儿体育与艺术培训机构教练、舞蹈健身俱乐部教练、社区文化活动中心指导人员、社会体育指导员、健身操指导员、体育教师、体适能教练员、体育俱乐部教练员、表演创编 |          |         |
| 职业资格证书或技能等级证书      | 教师资格证、普通话证、各项目教练员证、运动员等级证、社会体育指导员证、健康指导员（健身教练）证书、舞蹈教师资格证、体适能教练资格证书            |          |         |
| 社会认可度高的行业企业标准和证书举例 | 教师资格证、普通话证、各项目教练员证、运动员等级证、社会体育指导员证、健康指导员（健身教练）证书、瑜伽教练员证书、体适能教练资格证书            |          |         |

## 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，面向体育、娱乐行业的群众文化活动服务人员、社会工作专业人员、少儿体育与艺术培训机构教练、舞蹈健身俱乐部教练、社区文化活动中心指导人员等岗位（群），能够从事体育艺术表演项目的指导、教学与培训、活动策划组织、表演创编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并完成有关实习实训基础上，全面提升素质、知识、能力，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. 素质

（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，掌握绿色生产、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）崇德向善、诚实守信，具有质量意识、安全意识、信息素养、科学素养、创新精神，具有较强的集体意识和团队合作意识，能够进行有效的人际沟通和协作，与社会、自然和谐共处，具有职业生涯规划意识；

（4）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；

（5）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；

（6）具有健康的体魄、心理和健全的人格，养成良好的运动习惯、卫生习惯和行为习惯，自我管理能力；

（7）树立正确的婚恋观、生育观和家庭观，坚定对家庭建设的信心，培养爱国爱家的家国情怀。

## 2. 知识

（1）具备良好的职业道德素质、广博的科学文化知识和中华优秀传统文化知识；掌握政治、经济、文化、科学、艺术、社会、伦理等人文基础知识，拓展学前教育专业学生的知识面，奠定其普通文化知识的基础，提升学生艺术修养，丰富学生文化知识，熟悉与本专业相关的法律法规以及环境保护、安全消防等知识；掌握性别平等、家庭美德、中华优秀家风家训等相关知识；

(2) 了解体育艺术表演专业的一般知识和教师的职业要求；了解最基本的体育艺术表演理念和观点，帮助学生形成科学的教育观与发展观，培养学生具有良好的专业态度与敬业精神；提高学生的理论素养和科学精神。主要包括体育概论、体育教学论、体育保健学、瑜伽、芭蕾基训、舞台表演、舞蹈编导、学校体育学、体操、体育心理学等；

(3) 掌握从事竞技体育相关工作所需的体育学、教育学、心理学学科的基本理论、基本知识，接受运动训练、竞赛和教学方面的基本训练，树立体育艺术表演专业使命感和创新精神，具有较强运动实践能力、自学能力、社会适应能力；

(4) 认识体育艺术表演科学和运动健身的规律，掌握专项训练及健身指导的基本理论、基本技能和基本方法；

(5) 了解体育艺术表演和运动健身发展的前沿动态，初步具备开展的体育艺术表演教学、竞赛的科学研究能力；

(6) 掌握现代体育艺术表演和运动健身指导手段，具备独立开展体育舞蹈专项教学、训练、竞赛组织、健身指导和创新的能力，适应我国体育事业的发展，满足体育事业和全民健身事业对体育艺术表演专业人才的需求。

### **3. 能力**

(1) 具有良好的语言表达能力、文字表达能力、沟通合作能力，学习一门外语并结合本专业加以运用；

(2) 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，具备职业生涯规划能力；

(3) 掌握基本身体运动知识和至少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；

(4) 具备良好的执行力、心理调适能力及处理突发事件的能力；

(5) 具有适应产业数字化发展需求的基本数字技能，掌握信息技术基础知识、专业信息技术能力，基本掌握体能训练领域所需数字化技能；

(6) 具备较强的法律意识和责任意识；普通话标准，具有基本日常英语对话用语；较强的团队精神和协作精神；良好的心理素质、身体素质和克服困难的能力，以及坚韧不拔的毅力；能进行自我批评与检查，勇于承担责任；

(7) 具备处理亲密关系、亲子关系等家庭关系的能力，提升家庭建设和家庭教育的实践能力。

(8) 具有一定的艺术审美和舞蹈作品的分析、鉴赏的能力；具有各种项目体育舞蹈技术的舞蹈表演能力；具有各种体育舞蹈教学和训练的能力；具有舞蹈创编和音乐处理的能力；具有体育艺术表演相关活动策划、指导组织的能力；具有体育艺术表演领域基本数字化应用的能力；具有终身学习、探究学习和可持续性发展的能力；

(9) 合理利用资源，具有体育艺术表演专业实际工作必需的基础理论、基本知识和基本技能；合理安排和组织体育艺术表演专业相关的实践活动；科学指导不同人群健康运动所需；制定阶段性的处方和评估与预防方案；在运动过程中观察运动群体，根据运动群体的表现和需要，

调整活动，给予适宜的指导；关注运动群体的日常表现，及时发现和赏识运动个体的点滴进步，注重激发和保护运动个体积极性、自信心；

（10）具备较高的体育艺术表演项目技术水平，能够开展体育艺术表演项目的教学与培训。

## **六、课程设置及学时安排**

本专业课程包括公共基础课程、专业课程和实践性教学环节。

### **（一）公共基础课程**

公共基础课包括公共基础必修课程和公共基础选修课程

#### **1. 公共基础必修课程**

主要包括：思想道德与法治、形势与政策、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、大学语文、大学英语、信息技术、军事理论、心理健康教育、大学生职业发展与就业指导、家庭教育、国家安全教育、劳动教育、创新创业教育等。

##### **（1）思想道德与法治**

周学时数：3，学分：3，开设学期：第一、二学期。

课程目标：领悟公民道德、职业道德规范的核心要义，掌握法律本质特征及主要实体法的基本内容，引导学生培养良好的道德行为习惯，树立法治意识，提升判断、分析和解决问题的综合能力；培养爱党爱国情怀，认同践行社会主义核心价值观。

教学内容：通过系统教学使学生深刻理解并自觉践行社会主义核心价值观，厚植爱党爱国情怀，培养有理想、有道德、有文化、有纪律的“四

有"新人。

教学要求：针对大学生在思想成长和法治意识形成过程中遇到的典型困惑与现实问题，开展人生观、价值观、道德观、法治观教育，引入社会热点和生活案例，通过理论学习和实践体验，全面提高大学生的思想道德素质、行为修养和法律素养。

考核项目：主要考核大学生爱党爱国情怀、科学探索精神、良好道德习惯、正确法律观念及分析解决问题能力，运用正确的世界观、人生观、价值观、道德观和法治观，分析判断和解决实际问题。

考核要求：课程采用过程性评价和终结性评价相结合的方式，过程性评价含考勤、课堂表现、作业、实践等占 50%，终结性评价为期末考试，考查知识掌握与运用，占 50%。

## （2）形势与政策

周学时数：1，学分：1，开设学期：第一、二、三、四学期。

课程目标：本课程旨在引导学生深刻把握新时代国内外形势，培养学生运用马克思主义立场观点分析复杂社会问题的能力，提升政治判断力与思辨素养，塑造兼具家国情怀与国际视野的新时代青年。

教学内容：着重进行党的基本理论、基本路线、基本纲领和基本经验教育；进行马克思主义形势观、政策观等教育；进行改革开放和社会主义现代化建设的形势、任务和发展成就教育；进行党和国家重大方针政策、重大活动和重大改革措施教育；进行当前国际形势与国际关系的状况、发展趋势和我国的对外政策，世界重大事件及我国政府的原则立场教育。

教学要求：本课程坚持与时俱进的原则，紧密结合时事发展动态，突

出政治性、时代性和针对性，注重运用案例教学、专题研讨、情景模拟等灵活多样的教学方法，确保课程教学的实效性和感染力。

考核项目：主要考核大学生正确认识新时代国内外形势，深刻领会党的十八大以来党和国家事业取得的历史性成就、发生的历史性变革、面临的历史性机遇和挑战等一系列知识点。

考核要求：课程采取线上、线下与实践教学相结合，过程性评价和终结性评价相结合的方式。

### **（3）毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第二学期。

课程目标：帮助学生了解马克思主义中国化时代化的历史进程，提高学生运用辩证唯物主义和历史唯物主义的观点和方法的能力，引导学生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，增进政治认同、思想认同、情感认同，增强社会责任感与使命感。

教学内容：本课程主要阐述毛泽东思想及其历史地位、新民主主义革命理论、社会主义改造理论、社会主义建设道路初步探索的理论成果、中国特色社会主义理论体系的形成发展，邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观的主要内容和历史地位。

教学要求：坚持理论引导，要求学生深刻认识中国化马克思主义既一脉相承又与时俱进的理论品质；增强思维能力，使学生得到思想的启迪、战略的启蒙和智慧的启示，做到学有所思、学有所悟、学有所得。

考核项目：考核主要为知识理论考核，考核方式为闭卷形式，考试内容主要围绕专题教学内容讲授的教学重难点。

考核要求：本课程为必修考试课，由平时考核、实践考核和期末理论考试三部分组成，采取线上线下相结合的模式。其中平时成绩为 30%，实践为 20%，期末考试为 50%。

#### **（4）习近平新时代中国特色社会主义思想概论**

周学时数：3，学分：3，开设学期：第三、四学期。

课程目标：引导学生系统学习习近平新时代中国特色社会主义思想的理论成果和思想精髓，结合其在中华大地的生动实践，深化学生对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、世界意义的认识，成为担当复兴大任的时代新人。

教学内容：习近平新时代中国特色社会主义思想作为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新的飞跃的主要内容。

教学要求：以教促学，以学促知，以知促行，以行促情。激发学生学习本课程的主观能动性，提高用习近平新时代中国特色社会主义思想认识问题、分析问题和解决问题的能力，实现从知识认知到信念生成的转化，增强新时代青年学生的使命责任。

考核项目：理论体系把握、核心观点领会、思维方法运用、实践案例分析、价值信念塑造。

考核要求：过程性考核占 80%，关注学习过程和发展性评价，期末考核占 20%，重点考查学生的理论掌握程度和综合运用能力。

#### **（5）大学英语**

周学时数：2，学分：8，开设学期：第一、二、三、四学期。

课程目标：能运用必要的英语知识解决实际语言问题，能在日常生活与职场情景中灵活组织沟通表达，吸收多元文化知识，挖掘不同文化背后的深层内涵；能在日常生活和职场情境中高效完成沟通任务，根据升学、就业等实际需求，选用恰当方式方法开展自主学习；增强跨文化交际意识，始终坚守中国立场并拓展国际视野，培养谨慎判断的思维品格以及精益求精的职业精神。

教学内容：涵盖高职必备的英语语言知识，阅读、写作和翻译技巧；包含职场情景表达，科技、文化等内容；涉及职业英语技能及通过场景模拟解决实际问题的内容。通过完成语言实践任务，增强民族文化自豪感，培养职业精神。

教学要求：教学过程突出实践性与互动性，通过情境模拟、角色扮演、案例分析、项目学习等方式，提升学生实际语言运用能力和跨文化交际能力。

考核项目：知识考核英语所学习的基本词汇、句型、语法点。能力考核英语听、说、读、写、译等英语综合技能，以及职业英语技能。

考核要求：课程采用形成性评价和终结性评价相结合的方式，形成性评价占 80%，终结性评价占 20%。形成性评价结合出勤、学习态度、作业完成情况、课堂表现、语言实践任务、期中阶段性测评及线上自主学习等进行综合评定。终结性评价以线下集中考试的方式进行期末考试。

## （6）大学语文

周学时数：2，学分：2，开设学期：第二学期。

课程目标：系统掌握语言文字文学常识，全面认知中华优秀传统文化的多

元内涵；熟悉文学鉴赏基本原理与作品分析方法；精通公务、事务、职场等应用文书的文体规范与写作要求。强化听说读写综合技能，重点提升文学鉴赏、批判性思维、应用写作及职业适应能力；具备娴熟的母语驾驭能力，能精准运用语言文字进行表达交流。树立正确三观，培育职业素养与工匠精神；汲取先贤智慧与品格力量，涵养敬业精神；塑造仁爱孝悌、诚信刚毅的品格；弘扬民族精神与时代精神，增强文化自信与民族认同感。

教学内容：以人文素养培育为主线，梳理中国文学发展脉络，涵盖古今中外经典文学作品选读，聚焦重要作家与代表作的时代价值；设置应用文写作模块，训练各类文书的规范写作。

教学要求：采用“经典研读+技能实训+情境应用”模式，通过讲授、分组讨论、写作练习等形式引导学生掌握文学基础知识与应用文写作规范。

考核项目：知识考核文学基础知识，能力考核应用文写作规范。

考核要求：采用“过程性评价+终结性考核”相结合的方式，过程性评价占 60%，终结性评价占 40%。过程性评价包括线上课视频学习、章节测试、作业完成等，终结性评价为期末考试，采用线上集中考试的方式。

### （7）信息技术

周学时数：3，学分：3，开设学期：第二学期

课程目标：能够根据专业需求，借助 AI 技术和办公软件，完成相应任务；掌握信息检索技术和技巧，并根据专业需要，借助 AI 大模型，进行信息检索；了解新一代信息技术的种类及其应用领域，尤其是 AI 与专业融合的应用；培养学生的自主探究能力、团队协作能力、审美能力以及运用 AI 等信息技术解决问题的能力。提高学生的文学素养，爱国情感，

创新意识、信息安全意识和信息素养

教学内容：AI 办公软件、信息检索、新一代信息技术、信息素养与社会责任。

教学要求：立德树人，加强对学生的情感态度和责任的教育；突出技能，提升学生对 AI 等信息技术的应用技能；服务专业，结合学生专业特点，融入相关的思政教学案例。

考核项目：知识考核 AI 办公软件的操作、信息检索技巧；新一代信息技术及 AI 的应用；能力考核运用 AI 等信息技术解决问题的能力、自主探究能力、团队协作能力等；素质考核信息安全意识、信息素养等。

考核要求：课程采用过程性评价和终结性评价相结合的方式，过程性评价占 80%，终结性评价占 20%。过程性评价包括出勤、学习态度、作业完成、课堂表现、线上自主学习等进行综合评定；终结性评价为期末考试，采用线下提交综合性考核作品方式。

## **（8）军事理论**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第一学期

课程目标：系统掌握中国国防的基本体系、国家安全战略框架、经典军事思想、现代战争的形态演变及信息化装备的核心技术特征；理解国防法规与军事制度的内在逻辑。通过理论学习与实践体验，激发学生的爱国热情与民族责任感，树立革命英雄主义，增强应对复杂安全形势的国防观念，培养组织纪律性和团队协作能力。以军事教育为载体，促进大学生在思想政治、身心素质、社会责任感等方面的全面发展，为中国人民解放军储备高素质后备兵员。

教学内容：涵盖中国国防的历史沿革与当代发展、国家安全体系的多元构成及战略布局、中外经典军事思想的精髓与传承、现代战争的作战样式与制胜机理、信息化武器装备的技术原理与作战应用等。

教学要求：采用“理论讲授+案例分析+模拟训练”相结合的教学模式，通过军事纪录片赏析、国防热点研讨等活动，使学生掌握基本军事理论框架，并将理论知识转化为国防意识与行动自觉，最终实现思想政治素质、身心素质与社会适应能力的综合提升。

考核项目：中国国防知识、国家安全战略布局、中外经典军事思想、现代战争与信息化武器装备等军事理论基本知识。

考核要求：采用“过程性评价+终结性考核”相结合的方式，过程性评价占 60%，终结性评价占 40%。过程性评价包括出勤、课堂参与、学习态度、作业完成等，终结性评价为期末考查，采用线下集中考试的方式。

### **(9) 大学生心理健康教育**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第一学期

课程目标：了解心理学基本概念，掌握自我调适的基本知识。掌握自我探索技能，心理调适技能技能；树立科学的心理健康理念，具有正确的世界观、人生观、价值观，以期培养称为认知合理、情绪稳定的从业者。

教学内容：课程分为 3 个模块，模块一为自我认同，章节包括概论、自我意识、人格发展和情绪管理；模块二为价值认同，章节包括压力与挫折教育、人际交往、恋爱与性心理；模块三为职业认同，包括学习心理和生命教育。

教学要求：掌握心理健康调试知识，培养良好的心理素质。灵活运用

心理学技巧为自己和他人做心理调适。

考核项目：考核学生是否了解简单的心理调节方法,认识心理异常现象,掌握心理健康常识。正确认识自我,促进人际和谐,提高社会适应性,以更好发挥潜能和发展自我。

考核要求：课程采用过程性评价和终结性评价相结合的方式,过程性评价占 80%,终结性评价占 20%。课前 50%,出勤 10%,课前心理知识学习 10%,课堂活动 30%;课中 30%,进行心理情景剧表演;期末考核 20%:撰写自我成长报告。

#### **(10) 大学生职业发展与就业指导**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第一、二、三、四学期。

课程目标：明晰职业规划理论、自我认知与探索路径及求职要点；能独立制定职业规划，精准筛选职业信息，规范制作求职材料，灵活应对面试，有效管理职业发展。树正确职业观，融个人发展于国家需求，培育积极心态、创新精神及敬业素养。

主要内容：以“认知-规划-就业-发展”为主线，分四大篇章并融入思政元素。认知篇解析专业与职业关联，借 MBTI、霍兰德理论引导自我探索；规划篇介绍舒伯发展理论，指导制定长中短期目标，传授 SWOT 分析法等工具；就业篇涵盖求职材料准备、笔试面试技巧、信息甄别及法律知识；发展篇指导角色转换，传授职场技能，强调持续学习。

教学要求：采用案例教学、情景模拟等方法，线上线下融合，注重理论与实践结合，提升就业竞争力，为匹配个人与社会需求奠定基础。

考核项目：知识考核职业规划理论、探索方法及求职发展知识。能力

考核规划、信息筛选等能力及大赛实践竞技能力。

考核要求：采用过程性评价（80%）与终结性评价（20%）结合的方式，过程性评价包括出勤、作业、参加职业规划大赛及模拟面试等；终结性评价为线上期末考试。

### **（11）家庭建设**

周学时数：2，学分 2，开设学期：第五学期

课程目标：阐述家庭定义、类型、价值及成员权责，说明婚姻家庭法规与纠纷解决途径，讲解亲情培养、家庭管理、矛盾解决等知识，介绍家庭美学、健康养生、文化传承及规则构建要点。运用知识分析婚恋生育，用沟通技巧经营家庭关系，以法律保障权益，开展家庭财务、时间管理与活动规划，营造美学环境、践行健康生活、传承家风。树立科学家庭观与婚恋观，厚植家国情怀，培育和谐家庭素养，弘扬家庭美德，增强家庭建设能力。

教学内容：涵盖家庭之基、法、爱、智、乐、和、美、健、风、序十大模块，讲授家庭核心知识。在法律模块融入法治意识，文化传承模块融入家国情怀，实现知识与价值引领统一。

教学要求：采用“线上 + 线下”混合式教学，通过专题讲座、研讨、案例解析等开展，依托超星学习通等辅助，结合实践基地强化实践。

考核项目：知识考核家庭定义、婚姻家庭法规、亲情培养、家庭管理等重点内容。能力考核婚恋认知、家庭关系经营、纠纷解决、家庭规划等综合能力。

考核要求：过程性评价（80%，含出勤、课堂表现、作业、线上学习）

与终结性评价（20%，情景剧考查）结合，各院部可适当调整。

## （12）劳动教育

周学时数：1，学分：1，开设学期：第一、二、三、四学期。

课程目标：掌握马克思主义劳动观的核心内涵；了解我国劳动法律法规的基本条款，明晰劳动者的权利与义务；知晓不同行业的劳动特点、职业规范及劳动安全知识。具备基本的劳动技能，能完成日常生活劳动和专业相关的生产实践劳动；掌握团队协作中的劳动分工方法，能在集体劳动中有效沟通、配合完成任务。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；培育吃苦耐劳、爱岗敬业的职业精神；增强劳动责任意识，形成尊重劳动者的良好品德。

教学内容：马克思主义劳动观与新时代劳动精神解读，劳动法律法规与权益保护常识，中外劳动文化史与劳模事迹。日常生活劳动、专业关联劳动技能。

教学要求：课程采用“理论+实践”双轨模式。认真掌握劳动观的核心理论，理解劳动与个人、社会、国家的内在联系，关注劳动领域的时事与政策。遵守劳动纪律与安全规范，积极参与各类劳动活动，在实践中体会劳动过程。

考核项目：马克思主义劳动观的核心内涵，我国劳动法律法规的基本条款，不同行业的劳动特点、职业规范及劳动安全知识，基本的劳动技能实践。

考核要求：采用“过程性评价+终结性考核”相结合的方式，过程性评价占80%，终结性评价占20%。过程性评价包括线上课视频学习、章节

测试、作业完成、实践练习等，终结性评价为期末考试，采用线上集中考试的方式。

### **（13）国家安全教育**

周学时数：1，学分：1，开设学期：第一学期。

课程目标：掌握总体国家安全观的核心内涵与理论框架，了解政治、经济、文化等 16 个领域国家安全的基本范畴；熟悉《中华人民共和国国家安全法》等相关法律法规的关键条款；知晓我国当前面临的国家安全形势及常见风险点。具备识别国家安全风险的基本能力，能对生活中可能涉及国家安全的场景作出初步判断；掌握维护自身及身边国家安全的基础方法，能规范自身行为并向他人传递基础安全常识。树立“国家安全，人人有责”的责任意识，增强对国家主权、安全、发展利益的认同感与使命感；养成自觉维护国家安全的行为习惯，将国家安全意识融入日常学习与未来职业生活。

教学内容：总体国家安全观的提出背景、发展历程与核心要义，国家安全相关法律法规解读，政治安全、网络安全、经济安全、社会安全等重点领域的安全内涵、风险表现及应对原则。

教学要求：采用“理论讲授+案例研讨”的教学模式，通过国家安全知识专题讲座、典型案例深度剖析等活动，使学生系统掌握总体国家安全观，培养风险识别与预警能力，增强维护国家安全的责任感与使命感，形成主动抵制危害国家安全行为的自觉意识。

考核项目：总体国家安全观的核心内涵，政治、经济、文化等 16 个领域国家安全的基本范畴，《中华人民共和国国家安全法》等相关法律法

规的关键条款，我国当前面临的国家安全形势及常见风险点等。

考核要求：采用“过程性评价+终结性考核”相结合的方式，过程性评价占 80%，终结性评价占 20%。过程性评价包括线上课视频学习、章节测试、作业完成等，终结性评价为期末考试，采用线上集中考试的方式。

#### **（14）创新创业教育**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第三学期。

课程目标：掌握创新创业理论、创新思维与机会识别方法及创业运营知识；具备创新方案设计、机会评估、计划书撰写、项目管理及风险应对能力；树立正确创新创业观，结合个人创业与社会需求，培养开拓精神、创新意识及诚信负责的商业素养。

主要内容：以“创新-创业-实践-成长”为主线，分四大篇章融入思政元素。创新篇解析创新与创业关联，激发潜能；创业篇指导制定项目计划，传授市场调研工具；实践篇涵盖计划书撰写、路演技巧等；成长篇指导从项目到运营的角色转换，强调持续创新的重要性。

教学要求：采用案例教学、情景模拟等互动方式，线上线下融合，注重理论与实践结合，鼓励参与创新大赛、孵化项目等，助力建立创新创业意识，提升实践能力。

考核项目：知识考核创新创业理论、计划书撰写方法、路演技巧及大赛知识；能力考核创业规划、项目分析、计划书制作、路演展示及大赛实践竞技能力。

考核要求：采用过程性评价（80%）与终结性评价（20%）结合的方式，过程性评价包括出勤、课堂表现、创业计划书、模拟路演、参加创新大赛

等；终结性评价为线上期末考试。

## 2. 公共基础选修课

主要包括：体育赛事组织与管理、体育市场营销、中华优秀传统文化、中共党史、音乐鉴赏、数学等。

### （1）体育赛事组织与管理

周学时数：2，学分：2，开设学期：第五学期。

课程目标：使学生系统掌握体育赛事的基本概念、组织流程、法规政策及市场开发等核心理论；培养学生具备独立策划中小型赛事、撰写方案、现场执行、应急处理及沟通协调的综合实践能力。帮助学生树立严谨负责的职业精神、公平竞争的体育道德和团结协作的团队意识。

教学内容：教学内容以赛事工作流程为导向，涵盖四大模块：1. 基础理论，包括赛事概念、分类与相关法规；2. 策划筹备，包括方案撰写、预算编制、赞助招商与宣传推广；3. 执行管理，包括竞赛组织、后勤保障、志愿者管理与突发事件应急处理；4. 总结评估，包括赛事收尾、财务决算与效果评估报告撰写。

教学要求：教学采用“理论讲授+案例分析+项目实践”相结合的模式，强调理实一体化。要求学生积极参与课堂互动与小组协作，通过模拟演练将理论知识转化为实际操作技能。授课教师应具备“双师型”素质，确保教学内容与行业实际紧密结合，引导学生关注行业前沿动态。

考核项目：以小组为单位的赛事策划方案实践作业；学生独立完成一份针对指定或自选赛事的全面总结评估报告，检验其综合分析与应用能力。

考核要求：课程采用过程性评价和终结性评价相结合的方式，过程性评价占80%，终结性评价占20%。

## （2）体育市场营销

周学时数：2，学分：2，开设学期：第五学期。

课程目标：本课程旨在培养具备现代营销理念和体育产业特质的复合型营销人才。使学生掌握体育营销的基本概念、理论体系（如 STP、4Ps）、赞助、媒体传播等核心知识；培养学生具备市场调研与分析、营销策划方案撰写、赞助项目洽谈、新媒体内容创作与运营、营销活动执行等实战技能。激发学生对体育产业的热情，树立以消费者为中心的服务意识和锐意创新的商业思维。

教学内容：围绕体育营销实践展开，主要包括：1. 理论基础，涵盖体育营销概论、消费者行为分析与体育品牌战略；2. 核心策略，深入讲解体育赞助、赛事营销、明星代言与公关活动；3. 数字营销，聚焦社交媒体运营、内容营销、短视频制作与直播带货等新兴手段；4. 实战应用，通过真实案例解析，教授学生如何整合资源，制定并执行完整的体育营销整合传播方案。

教学要求：采用“理论精讲+案例剖析+项目驱动”的理实一体化模式。要求学生不仅要理解营销理论，更要通过分析国内外经典体育营销案例，洞察市场规律。课程将以小组为单位，承接模拟或真实的体育营销项目，引导学生在“做中学”，将理论知识转化为解决实际问题的能力，培养团队协作与沟通表达能力。

考核项目：案例讨论发言，以小组为单位的体育营销策划案。个人独

立完成一份指定体育品牌或赛事的营销诊断报告，要求提出问题并给出优化建议。

考核要求：课程采用过程性评价和终结性评价相结合的方式，过程性评价占 80%，终结性评价占 20%。

### （3）中华优秀传统文化

周学时数：1，学分：1，开设学期：第三或第四学期。

课程目标：学生通过学习，掌握中华优秀传统文化的主要特征和根本精神，熟知中华传统美德元素与传统礼仪精神及中国文学艺术、科学技术主要成果；学生能以中华传统美德为基础涵养良好的行为习惯和健全人格，能客观理性的分析和解读常见社会现象；培养学生人文精神，提升文化自觉和民族自信，培养文化创新意识，增强学生传承弘扬中华优秀传统文化的责任感和使命感。

教学内容：中国历史文化脉络、中国城市、中国古典建筑、中国古典园林与自然、中国器物文化、中国古代科技、中国古代文学、中国古代艺术、中华优秀传统文化核心理念。

教学要求：坚持立德树人，注重挖掘优秀传统文化中蕴含的优秀资源，培养学生的文化自信和民族自豪感；突出职教特色，根据专业不同，采取针对性教学，助力学生职业发展；强化思政属性，以思政实践培育创新思维。

考核项目：课程为限选考查课，考查学生对中华优秀传统文化的基本概念和主要成就等基础知识的掌握。

考核要求：百分制考核，采用平时成绩、思政实践和期末考核相结合

的方式。

#### （4）音乐鉴赏

周学时数：2，学分：2，开设学期：第四学期。

课程目标：本课程旨在通过辨识中外不同历史时期与民族的主要音乐流派、风格特征及代表性作曲家与作品，引导学生运用旋律、节奏、和声、音色等音乐要素分析作品结构与情感表达，同时结合历史文化背景阐释音乐的社会功能与文化内涵，建立音乐风格演变与人类文明发展的关联性认知，培养对音乐的批判性思考与价值评判能力，进而提升学生的审美感知与人文素养，塑造高雅的审美情趣，并通过中国民族音乐经典增强文化自信与民族自豪感，弘扬中华美育精神。

教学内容：音乐基本要素（节奏、旋律、音色、乐器）的认知与听辨；中国古代音乐、民间音乐、近现代经典作品赏析；巴洛克、古典主义、浪漫主义到 20 世纪现代音乐的风格演变与代表作赏析。

教学要求：教师要以立德树人为根本，基于深入备课和清晰目标进行精准的教学设计；在实施教学中善于引导、有效互动，并灵活运用多种教学策略与方法激发学生思维；注重通过多元评价及时反馈以调整教学。教师要言行雅正，关爱、尊重所有学生，教学中始终牢记“师德师风”要求。

考核项目：知识考核对中外音乐史、音乐流派、代表人物及作品的基本认知；能力考核对音乐作品的聆听、分析、阐释、评价能力以及小组协作与表达展示能力。

考核要求：课程采用过程性评价和终结性评价相结合的方式，过程性评价占 80%，终结性评价占 20%。过程性评价包括出勤 10%、学习态度 20%、

作业完成 10%、课堂表现 30%、线上自主学习 10%等进行综合评定；终结性评价为期末考试，采用线下集中考试方式。

### （5）中共党史

周学时数：1，学分：1，开设学期：第三或第四学期。

课程目标：通过系统讲授中国共产党从创立到发展壮大的历史进程，帮助学生全面掌握党的重大事件、重要会议、关键决策，深刻理解党的初心使命与奋斗历程。引导学生树立正确的党史观，增强对党的认同感、归属感和使命感，自觉传承红色基因，勇担时代责任。

教学内容：涵盖中国共产党成立的历史背景、新民主主义革命的艰难探索、社会主义革命与建设的伟大实践、改革开放的重大决策与成就，以及中国特色社会主义新时代的辉煌篇章。重点讲述党的理论创新成果、伟大精神传承，剖析党在不同历史阶段如何应对挑战、把握机遇，推动中国社会不断进步。

教学要求：坚持史论结合，采用多样化教学方法，注重引导学生从历史中汲取智慧，联系现实，思考党的历史经验对当代社会发展和个人成长的启示。

考核项目：考核学生对党的历史知识的掌握程度，运用唯物史观分析党史问题的能力，评估学生对党的精神内涵的理解与感悟，以及在现实生活中践行党的优良传统的意识。

考核要求：采用多元化考核评价体系，由过程性考核（课堂考勤、课堂表现、作业完成情况）、实践考核（参观报告、小组调研、主题演讲等）和总结性考核组成。

## (6) 高等数学

周学时数：2，学分：2，开设学期：第四学期。

课程目标：清晰描述函数、极限与连续、导数与微分、不定积分、定积分等核心概念的定义；熟练掌握极限运算法则、导数与微分公式、积分的计算技巧等，支撑计算机程序分析、数据建模等专业问题运算，领会极限“无限逼近”、积分“微元累积”等数学思想。具备熟练的计算能力；能够将微积分、微分方程等基本理论，应用于专业相关问题的求解中，并依据计算结果进行分析、推断、预测。通过数学理论严谨推导，树立实事求是、一丝不苟的科学精神；通过融入数学史与数学家故事，厚植爱国主义情怀，塑造坚韧奋斗品格；通过数学建模实践，锻炼创新思维。

教学内容：涵盖函数与极限、连续、导数与微分、微分中值定理与导数的应用、不定积分与定积分以及常微分方程。

教学要求：紧密锚定专业人才培养目标，系统涵盖函数、极限与连续、导数与微分、微分中值定理与导数的应用、不定积分与定积分、常微分方程六大核心板块。各板块既讲解核心理论要点，又结合专业领域实践适配场景，兼顾数学逻辑严谨性与专业实用价值。

考核项目：极限的计算、函数的连续性、一元微积分的计算、一阶线性微分方程的建立与解法。

考核要求：课程采用过程性评价和终结性评价相结合的方式，过程性评价占 80%，终结性评价占 20%。过程性评价包括出勤、作业完成、课堂表现、阶段性测试等进行综合评定；终结性评价为期末考试，采用线下集中考试方式。

## （二）专业课程

专业课程包括专业基础课程、专业核心课程和专业拓展课程。

### 1. 专业基础课程

主要包括：田径、运动解剖基础、运动生理基础、运动损伤与防护、音乐基础及制作、活动策划与组织、艺术概论等。

#### （1）田径

周学时数：2，学分：2，开设学期：第一学期。

课程目标：学生全面了解田径运动的基本知识，包括田径运动的历史、发展、项目分类等。掌握田径运动各项目的基本技术要求和竞赛规则。培养学生具备田径运动各项目的基本技能和竞技能力。提升学生的速度、力量、耐力、灵敏和协调等身体素质。培养学生的竞赛心理和团队协作精神。培养学生热爱田径运动，养成积极参与体育锻炼的良好习惯。提高学生的意志品质和抗挫折能力。培养学生的公平竞争意识和体育道德风尚。

教学内容：系统讲解田径运动的基本理论，包括短跑、中长跑、跳高、跳远、铅球项目的基本技术与训练方法；介绍田径竞赛组织与管理的基本流程；结合国内外经典赛事案例，分析田径训练中的常见问题与解决策略；通过实践教学，提升学生的技术示范能力与教学组织能力。提升学生田径裁判的执裁能力。

教学要求：理论教学与实践训练相结合，注重培养学生的实际操作能力。强调因材施教，针对不同学生的特点和水平制定个性化的教学计划和训练方案。注重学生的参与度和互动性，鼓励学生积极参与课堂讨论和训

练活动。培养学生的自主学习能力，鼓励他们在课余时间自主进行练习和训练。加强安全教育，确保学生在训练过程中的安全。

技能考核项目：基本技能考核：包括起跑、加速、途中跑、冲刺等短跑项目的基本技能；跳跃和投掷项目的基本技术动作等。身体素质考核：包括速度测试（如 50 米、100 米等）、力量测试（如跳远、推铅球等）、耐力测试（如 800 米、1500 米等）等。综合技能考核：结合比赛场景进行模拟考核，评估学生的竞技能力和比赛心理素质。

考核要求：采用过程性考核与总结性考核相结合的多元评价方式。过程性考核占总成绩的 80%（包括技术考核、教案设计、课堂表现等），总结性考核占总成绩的 20%（为理论考试）。

## （2）运动解剖基础

周学时数：4，学分：4，开设学期：第一学期。

课程目标：通过该课程学习培养学生掌握人体解剖学的基本理论、基本知识及观察标本、模型和分析体育动作的基本能力，使学生了解正常人体生理活动现象，规律及调节机理。通过该课程的学习培养学生运用上述理论知识指导体育教学工作的能力。树立培养学生的辩证唯物主义观点和事实求是的科学态度。

教学内容：绪论与体育传承：运动解剖学的发展史与定义、目的与要求、内容和任务、学习的基本观点与方法、定位与术语；人体组成的结构基础：包括细胞的形态与结构、细胞间质；上皮组织、结缔组织、肌肉组织、神经组织的分类、形态结构、分布及功能；人体八大系统：运动系统、消化系统、呼吸系统、泌尿系统、生殖系统、脉管系统、神经系统、内分

泌系统：包括组成、名称、位置、形态、结构特点、功能及其在运动中的作用；感觉器官：包括组成、名称、位置、形态、结构特点、功能及其在运动中的作用；体育精神在体育运动中的作用：体育精神与体育运动的关系、价值及坚守。

教学要求：教学采用理论讲解、模型观察与体表触诊相结合的方式。要求学生准确识别人体骨骼、关节、肌肉等主要结构，并深入理解其在运动中的功能与相互作用。强调理论与实践的紧密结合，通过触诊等方式建立三维解剖认知，培养细致入微的观察力和空间想象力。引导学生尊重人体的精妙构造，树立科学求实的态度，为运动技术分析和损伤防护奠定坚实的形态学基础。

考核项目：人体各器官系统的基本形态、结构和功能及其相互关系；对运动技术动作进行解剖学分析；初步分析和解决体育运动实践中出现的问题；运动对身体各系统的影响和身体对运动的适应性变化。

考核要求：考核方式采取线上线下相结合的模式。运用多元化考核评价体系，其中过程性考核占比 80%，终结性考核占比 20%。

### **（3）运动生理基础**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第二学期。

课程目标：通过运动生理学课程的学习，掌握正常人体功能活动的基本特征与生理机制；人体生理活动所产生的反应和适应性变化规律及原理；体育锻炼、体育教学及运动训练的基本生理学原理，以及运动效果的生理学评价。初步具备运用运动生理学理论与方法指导体育运动实践的能

力。将爱国主义融入教学，培养学生的工匠精神、辩证思维、责任感、创新意识等品质。

教学内容：学习肌肉的兴奋与收缩；通气功能；血液的基本组成；心肌细胞的生理特性；消化与吸收的生理过程与机制；肌肉活动供能的三个基本能量系统；激素的化学分类、生理作用和作用特征；神经学基础、神经系统的感觉功能；肌肉力量测量方法与训练原则；有氧和无氧运动能力；运动性疲劳产生的主要原因；儿童少年的生理特点；人体在特殊环境中运动时的机能变化特征；运动对免疫机能的影响；健康体适能的评价方法；身体组成及其测定方法等内容。

教学要求：教学采用理论讲解与实验操作并重的方式。要求学生掌握人体在运动中的生理反应规律，并能规范操作实验仪器，准确记录与分析数据。强调实验的严谨性与科学性，培养学生实事求是、尊重客观规律的科学精神。引导学生将生理学知识应用于运动实践，树立科学训练、健康第一的理念。

考核项目：正常人体生命活动的现象、规律及调节机制；测试与评价人体生理机能的方法；运动训练的生理本质，运动训练效果的生理学评定，运动过程中人体机能的变化；指导不同人群进行科学运动。

考核要求：考核方式采取线上线下相结合的模式。运用多元化考核评价体系，其中过程性考核占比80%，终结性考核占比20%。

#### **（4）活动策划与组织**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第三学期。

课程目标：使学生系统掌握活动策划的基本原理、创意方法、流程管理和市场营销知识，理解文化活动在社会发展中的重要作用。培养学生能够独立完成市场调研、创意构思、方案撰写、预算制定、现场执行及效果评估等一系列工作，具备出色的沟通协调和应急处理能力。引导学生树立服务社会、传播正能量的职业理想，在策划组织活动中弘扬主旋律，培养严谨细致、追求卓越的工匠精神和精诚合作的团队意识，增强集体荣誉感与社会责任感。

教学内容：本课程内容构建了一个完整的项目生命周期，涵盖活动策划的理论基础与实战技巧。主要包括：活动策划的创意与构思方法，主题提炼与叙事构建；详细的活动文案撰写，包括策划案、赞助案、宣传文案等；项目预算编制与成本控制技巧；活动流程管理与时间节点把控；场地选择、舞台搭建、灯光音响等技术要素整合；线上线下宣传推广策略；现场执行的人员调度与流程管理；风险评估与应急预案制定；活动结束后的复盘总结与效果评估。课程将特别强调如何将社会主义核心价值观融入活动主题，策划具有教育意义和时代精神的校园及社会活动。

教学要求：教学采用“项目驱动、案例教学、角色扮演”的实践模式。要求学生以小组形式组建模拟策划公司，围绕一个真实的社会需求或校园文化主题，完成从零到一的全流程策划。教学过程中，教师将引入国内外优秀活动案例进行深度剖析，启发学生思维。强调理论与实践的无缝结合，要求学生走出课堂，进行实地调研，培养其全局观念和对细节的极致追求。学生在项目中需明确分工，各司其职，在协作中体验职业角色，锤炼解决复杂问题的综合能力。

考核项目：考核项目注重过程与成果的统一，主要包括：一份完整且具有创新性的活动策划方案书；现场模拟执行或真实活动组织的表现；团队协作过程中的个人贡献度评价；一份深刻的项目总结复盘报告。

考核要求：本课程采用过程性考核与终结性考核相结合的方式，过程性考核占比80%，终结性考核占比20%。

### **（5）音乐基础及制作**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第二学期。

课程目标：使学生掌握基本乐理、视唱练耳、和声学、曲式分析等音乐理论基础，熟悉不同音乐风格的文化背景与艺术特点。培养学生能够熟练运用音乐制作软件进行音频剪辑、混音及简单编曲，具备为体育艺术表演作品精准选配、二次创作音乐的能力。引导学生树立高雅的音乐审美情趣，增强文化自信，鼓励其在音乐创作中自觉融入中华优秀传统文化元素，用音乐讲好中国故事，传播时代强音。

教学内容：课程内容理论与实践并重，涵盖音乐素养与制作技术两大板块。理论部分包括：音的高低、长短、强弱、节奏、节拍、音程、和弦等基本概念；中外音乐史概览与经典作品赏析；流行、古典、民族、电子等不同音乐风格的辨识与特征分析。实践制作部分包括：数字音频工作站（DAW）软件的操作界面与核心功能学习；音频录制、编辑、剪辑与修复技巧；MIDI编排与基础和声应用；效果器（混响、均衡、压缩等）的使用原理与场景；音乐与画面的同步技巧；以及中国民族乐器音色在现代音乐制作中的应用探索。

教学要求：教学采用理论讲授、听辨训练、上机实操与作品创评相结合的方式。要求学生不仅“听懂”音乐，更要“看懂”乐理，最终能“做出”音乐。鼓励学生建立个人音乐素材库，广泛涉猎各类音乐作品。课堂实践环节，教师将引导学生尝试将古风、戏曲、民歌等中国元素进行现代化改编，培养其创新思维和文化遗产意识。强调动手能力，要求学生通过大量练习，将软件操作内化为创作本能。

考核项目：考核项目全面衡量学生的音乐素养与创作能力，主要包括：基本乐理与视唱练耳测试；针对指定主题的音乐作品深度分析报告；一个完整的音乐剪辑或改编作品；一份原创的短篇音乐作品或编曲作业。

考核要求：本课程综合评价学生的音乐理论基础、软件操作技能和艺术创作能力。过程性考核占比80%，终结性考核占比20%。

## （6）艺术概论

周学时数：2，学分：2，开设学期：第一学期。

课程目标：使学生系统了解艺术的起源、本质、特征、功能及其发展规律，掌握艺术创作、艺术作品、艺术欣赏的基本理论。培养学生运用马克思主义文艺观和美学原理，独立分析、鉴赏和评价各类艺术作品的的能力，提升其理论思辨水平。引导学生深刻理解艺术为人民服务、为社会主义服务的根本方向，树立高度的文化自信与民族自豪感，培养以美育人、以文化人的社会责任感和历史使命感。

教学内容：课程内容构建了一个完整的艺术理论体系，主要包括：艺术的本质与特征，探讨艺术作为一种特殊意识形态的属性；艺术的起源，梳理模仿说、游戏说、表现说、巫术说等主要理论；艺术门类的划分与特

征，对美术、音乐、舞蹈、戏剧、影视等主要艺术形式进行比较分析；艺术创作论，研究艺术家、创作活动、创作方法与风格流派；艺术作品论，解析作品的内容与形式、层次与构成；艺术欣赏与批评，阐述欣赏的心理过程与批评的标准。课程将重点融入中华优秀传统文化的精髓，探讨其在当代的传承与价值。

教学要求：教学采用专题讲座、经典作品赏析、课堂讨论与课后阅读相结合的方式。要求学生广泛阅读中外艺术理论经典，积极参与课堂讨论，敢于表达个人见解。教师将引导学生将理论学习与自身的专业实践（如舞蹈、表演）相结合，用理论指导实践，用实践印证理论。鼓励学生关注当代艺术现象，运用所学理论进行批判性思考，形成自己独立的审美判断和艺术立场。

考核项目：考核旨在检验学生的理论掌握程度与思辨能力，主要包括：闭卷或开卷的理论知识测试，考察基本概念的掌握；一篇针对特定艺术作品或现象的评论文章，考察分析与应用能力；课堂讨论的参与度与发言质量。

考核要求：本课程考核以终结性评价为主，结合过程性表现。过程性考核占比 80%，终结性考核占比 20%。

### **（7）运动损伤与防护**

周学时数：2，学分：2，开设学期：第四学期。

课程目标：掌握体育艺术表演中常见运动损伤（如舞蹈损伤、技巧性动作损伤）的类型、发生机制与特点；熟悉基于表演训练与演出特点的损伤预防原则与策略；了解表演过程中急性损伤的应急处理与慢性劳损的康

复管理知识。能够针对舞蹈、体操、艺术体操等表演项目的技术特点，进行损伤风险筛查与评估；具备处理表演相关急性损伤（如踝扭伤、肌肉拉伤）的现场应急能力；能正确运用贴扎、防护器具等手段，在不影响舞台表现的前提下进行有效防护。培养“防大于治”的表演生涯保护意识，树立对自身艺术生命负责的严谨态度；增强团队互助精神，提升在排练与演出中的安全意识与职业素养。

教学内容：演艺术与运动损伤概述：表演艺术训练与演出中的损伤特点、分类及成因分析。表演常见损伤详解：重点讲解踝、膝、髌、肩、腰及腕部在舞蹈、翻滚、托举等动作中易发生的损伤（如软组织损伤、关节不稳、慢性劳损）及其机制。表演损伤预防策略：专项热身与整理活动设计、体能薄弱环节针对性强化（如核心稳定、落地缓冲）、技术动作规范性纠正、训练负荷科学安排与舞台环境风险评估。表演损伤现场处理：排练及演出中急性损伤的应急处理流程（如POLICE原则）、简易评估与后续处理建议。表演防护技能实操：学习贴扎技术、常用防护支具的选用与适配。

教学要求：理解体育艺术表演中损伤发生的特殊性，掌握结合表演训练特点的防护知识；能够完成基础防护技能操作，具备初步的表演损伤风险评估与现场处理能力；形成将防护意识融入日常训练、排练与演出全过程的职业习惯。

考核项目：表演相关运动损伤的核心理论与预防策略。规范完成表演常见损伤的应急处理与适用性贴扎技术。针对特定表演场景或技术动作，

进行风险分析并制定合理的防护方案。在实操与讨论中展现出良好的安全观念、责任意识与艺术职业素养。

考核要求：采用多元化考核评价体系，过程性考核占比80%，总结性考核占比20%。

## 2. 专业核心课程

主要包括：芭蕾基础训练教学法、啦啦操专项训练与指导、体育舞蹈专项训练与指导、健美操专项训练与指导、街舞专项训练与指导、舞蹈编排、剧目等。

### （8）啦啦操专项训练与指导

周学时数：4，学分：4，开设学期：第四学期。

课程目标：使学生系统掌握啦啦操运动的起源、文化、分类（舞蹈啦啦、技巧啦啦）、竞赛规则和教学方法。培养学生能够独立完成高难度动作技巧，熟练编排成套动作，并具备清晰的教学指导和团队管理能力。培养顽强拼搏、挑战自我的奋斗精神和团结协作、顾全大局的集体主义精神，通过充满活力的训练与表演，展现当代青年阳光自信、积极向上的精神风貌，传递团结协作的青春正能量。

教学内容：课程内容围绕啦啦操的核心技术与教学展开，主要包括：啦啦操文化精神与基本礼仪；舞蹈啦啦操的基本手位、步伐、跳跃、转体等动作元素；技巧啦啦操的底座、尖子、后保等不同位置的专项技术与配合方法；托举、抛接、金字塔等集体技巧的安全训练与保护；成套动作的编排原则与方法，包括音乐选择、队形变换、难度分配；啦啦操竞赛规则

与评分标准解读；以及针对不同年龄段和水平的教学方法与课程设计。课程将融入团队建设活动，强化学生的集体荣誉感。

教学要求：教学采用分解与完整教学、个人与集体训练相结合的模式。强调团队配合与默契，要求学生在训练中学会沟通、信任与补位。鼓励学生发扬吃苦耐劳、精益求精的精神，在反复练习中打磨技术细节。教师将创造机会让学生轮流担任小教练，锻炼其口令表达、动作示范和纠错能力。在技巧训练中，始终将安全放在首位，强调保护与帮助的重要性，培养学生的责任心。

考核项目：考核项目综合评价学生的个人技术与团队协作能力，主要包括：个人技术动作组合的展示，考察动作的规范性、力度和表现力；团队成套动作的完整表演，考察整齐度、配合默契度和艺术感染力；教学模拟环节，考察学生的教学设计、口令清晰度和指导能力。

考核要求：采用多元化考核评价体系，过程性考核占比 80%，总结性考核占比 20%。

### **（9）体育舞蹈专项训练与指导**

周学时数：4，学分：4，开设学期：第三学期。

课程目标：使学生系统掌握体育舞蹈（摩登舞与拉丁舞）的技术体系、风格特点、文化内涵及竞赛规则。培养学生能够精准演绎不同舞种的独特风格，熟练掌握舞伴配合技巧，并具备专业的教学指导和社交活动组织能力。培养学生高雅的艺术气质、得体的社交礼仪和尊重他人的合作精神，在东西方文化的交流互鉴中增强文化自信，展现自信、大方、合作、优雅的艺术品格。

教学内容：课程内容深入体育舞蹈的技术与艺术核心，主要包括：体育舞蹈的历史与文化，理解各舞种的社会背景；摩登舞（华尔兹、探戈、维也纳华尔兹、狐步、快步）和拉丁舞（恰恰、桑巴、伦巴、斗牛、牛仔）的基本步法、身体姿态、技术技巧和音乐节奏感；舞伴之间的引带、跟随与沟通技巧，培养默契；舞蹈的音乐理解与艺术表现力，如何通过肢体表达情感；体育舞蹈的竞赛规则与评判标准；以及针对初学者的教学方法和课程设计。课程将特别强调舞伴间的相互尊重与绅士淑女风度的培养。

教学要求：教学强调技术规范与艺术表现力的有机统一。要求学生在训练中不仅要关注动作的准确性，更要深入体会各舞种的文化精髓和情感内涵。舞伴之间需要建立良好的沟通机制，学会相互鼓励、共同进步。教师将通过示范、讲解和个别辅导，帮助学生解决技术难点，提升艺术感觉。定期组织模拟比赛和交流舞会，让学生在实战中锻炼心理素质和社交能力。

考核项目：考核项目全面评估学生的技术、艺术与协作能力，主要包括：个人或双人的指定舞种组合展示，考察技术的准确性、风格的把握和身体的表现力；自由发挥的表演，考察音乐理解和情感表达能力；教学模拟环节，考察学生对动作要领的讲解能力和教学组织能力。

考核要求：本课程考核综合评价学生的技术水平、艺术表现力、舞伴配合能力和专业素养。采用多元化考核评价体系，过程性考核占比 80%，总结性考核占比 20%。

### **（10）芭蕾基础训练教学法**

周学时数：4，学分：8，开设学期：第一、二学期。

课程目标：使学生掌握芭蕾训练的科学体系、基本动作规格、训练原理和教学法理论。培养学生能够规范地示范芭蕾基础动作，运用精准的口令和形象的语言进行教学指导，并具备初步的纠错和课程编排能力。培养追求极致、精益求精的工匠精神，通过严谨、枯燥的基本功训练磨练坚韧不拔的意志品质，深刻体会科学训练与艺术美感的高度统一，树立对艺术负责、对学生负责的职业态度。

教学内容：课程内容聚焦于芭蕾训练的核心体系与教学方法，主要包括：芭蕾训练的历史与审美原则，理解“开、绷、直、立”的内涵；地面训练，用于身体柔韧性与力量基础；把杆训练，系统学习 Pli é、Tendu、Jet é 等基础动作的规格要领与训练目的；中间训练，包括 Port de bras、Adagio、Allegro 等，训练身体协调性与表现力；跳跃训练的各种技术与辅助练习；芭蕾教学法的基本原理，如示范、讲解、练习、纠错等环节的组织；以及针对不同年龄段和基础的初级芭蕾课程设计。

教学要求：教学要求极其规范、严谨、科学。教师将对每一个动作进行细致入微的讲解和示范，强调肌肉发力、骨骼位置和身体姿态的准确性。要求学生不仅要“会做”，更要“会教”，能够清晰地讲解动作要领，并发现他人动作中的问题。课堂将安排大量的教学实践环节，让学生轮流担任“小老师”，锻炼其教学能力。鼓励学生在日复一日的基本功训练中，磨练心性，体会从量变到质变的过程，培养坚韧不拔的毅力。

考核项目：考核项目全面检验学生的技术规范性与教学能力，主要包括：芭蕾基础组合的展示，考察动作的规范性、协调性和身体控制能力；

教学模拟授课，考察口令的清晰度、讲解的准确性、纠错的有效性和课堂组织能力；对指定动作要领的口头阐述。

考核要求：本课程考核重点考察学生动作的规范性、身体的控制能力以及教学的科学性和清晰度。采用多元化考核评价体系，过程性考核占比80%，总结性考核占比20%。

### **（11）舞蹈编排**

周学时数：4，学分：4，开设学期：第三学期。

课程目标：使学生掌握舞蹈编排的基本技法、结构形式、创作流程和舞台美学原理。培养学生能够独立完成从主题构思、动作语汇开发、舞台调度到音乐剪辑的完整创作过程，并能对作品进行清晰的阐述。培养勇于探索、大胆创新的创新精神，树立用艺术作品反映时代精神、讲好中国故事、弘扬真善美的社会责任感，将个人艺术追求与国家文化发展紧密结合。

教学内容：课程内容构建了一个完整的舞蹈创作体系，主要包括：舞蹈创作的灵感来源与主题提炼方法；动作语汇的开发与构建，如何从生活、自然、情感中提炼舞蹈动作；舞蹈的结构与构图，如独舞、双人舞、群舞的结构特点，舞台空间调度与画面设计；音乐与舞蹈的关系，如何理解音乐、选择音乐并使动作与音乐完美契合；舞蹈的意境营造与情感表达；服装、道具、灯光等舞台元素在舞蹈中的综合运用；以及主题创作与思想内涵的深度表达。课程将鼓励学生从中华优秀传统文化和革命文化中汲取创作灵感。

教学要求：教学采用启发式、项目式和工作室制。鼓励学生打破思维定式，大胆尝试不同的创作风格和表现手法。课堂上将进行大量的即兴创

作练习，激发学生的创作潜能。要求学生深入生活，观察社会，阅读经典，建立丰富的素材库。教师将以引导者和启发者的角色，与学生进行一对一或小组的创作研讨，帮助学生完善作品。强调作品的原创性和思想性，反对抄袭和浅尝辄止。

考核项目：考核项目聚焦于学生的创作过程与最终成果，主要包括：一份完整的舞蹈编排方案，阐述创作理念、结构设计和实施计划；一个原创或改编的舞蹈作品（视频或现场展示）；一份详细的创作阐述报告，解析作品的构思、技法运用和思想内涵。

考核要求：本课程考核以最终作品的质量为核心，综合评价其创新性、完整性、艺术性和思想性。采用多元化考核评价体系，过程性考核占比 80%，总结性考核占比 20%。

## **（12）健美操专项训练与指导**

周学时数：4，学分：4，开设学期：第二学期。

课程目标：使学生掌握健美操的基本动作、成套动作、竞赛规则、科学训练方法及健身指导原理。培养学生能够独立完成高强度的成套动作表演，具备健身课程的教学能力、动作的创编能力以及赛事的组织与裁判能力。培养健康向上、乐观开朗的生活态度和挑战极限、超越自我的奋斗精神，通过充满力量与美感的表演，展现力与美相结合的青春活力与时代风采，引领健康积极的生活方式。

教学内容：课程内容理论与实践并重，突出健美操的动感与活力。主要包括：健美操运动概述与文化；基本步伐、手臂动作、躯干动作等基本元素训练；难度动作（如跳跃、平衡、柔韧）的技术要领与安全训练方法；

成套动作的编排原则与技巧，包括音乐选择、动作衔接、强度变化和空间运用；竞技健美操与大众健身健美操的区别与联系；音乐剪辑与制作技巧；健美操教学的方法与口令运用；以及健身指导中的沟通技巧与激励方法。

教学要求：教学采用示范、讲解、分解与完整练习相结合的方式。强调动作的力度、幅度、准确性、节奏感和表现力。要求学生在训练中保持高昂的情绪，充分展现健美操的活力与激情。鼓励学生挑战自我，不断突破体能和技术瓶颈。课程将安排学生进行教学实习，带领同学进行热身或训练，锻炼其教学组织和控场能力。引导学生将健美操作为推广全民健身、引领健康生活方式的有效载体。

考核项目：考核项目综合评价学生的技术水平、表现力和教学能力，主要包括：个人或集体成套动作的展示，考察动作的规范性、力度、节奏感和艺术表现力；难度动作的完成质量；健身指导的模拟教学，考察课程设计、口令和沟通能力。

考核要求：本课程考核以终结性评价为主，结合过程性表现。采用多元化考核评价体系，过程性考核占比80%，总结性考核占比20%。

### **（13）街舞专项训练与指导**

周学时数：4，学分：4，开设学期：第四学期。

课程目标：使学生了解街舞的文化起源、发展历程及各主要舞种（如Breaking、Popping、Locking、Hip-hop等）的风格特点与技术体系。培养学生能够自由表达、即兴创作，并具备街舞的教学和活动组织能力。培养自信表达、勇于创新的个性品质和尊重、和平、友爱的街舞精神，引导

学生在吸收外来优秀文化时保持文化自信，尝试创作具有中国特色和时代精神的街舞作品。

教学内容：课程内容深入街舞的文化内核与技术技巧，主要包括：街舞文化的历史与精神，了解其从街头到全球的发展脉络；Breaking（地板动作）、Popping（机械舞）、Locking（锁舞）、Hip-hop（嘻哈舞）等主流舞种的基础元素、律动和核心技巧；即兴Battle的思维方式与技巧；音乐的理解与节奏感的深度训练；街舞的教学方法，如何分解动作、激发兴趣；以及街舞团队的组建与活动组织。课程将鼓励学生探索将中国功夫、戏曲等元素融入街舞的可能性。

教学要求：教学营造自由、开放、尊重、包容的课堂氛围。鼓励学生展现个性，勇于尝试，不怕犯错。采用Cypher（围圈跳舞）和Battle等形式，激发学生的表现欲和竞争意识。强调“Peace, Love, Unity, and Having Fun”的街舞核心精神，培养学生相互尊重、相互学习的良好风气。教师将引导学生不仅学习动作，更要理解每个动作背后的文化含义和情感表达。

考核项目：考核项目全面评估学生的技术、风格与创造力，主要包括：个人或齐舞作品展示，考察技术的掌握、风格的把握和舞台表现力；即兴Battle能力，考察临场反应、音乐理解和创造性；教学模拟，考察对特定舞种元素的讲解和教学能力。

考核要求：本课程考核综合评价学生的技术掌握、风格把握、创造力、表现力和对街舞文化的理解。采用多元化考核评价体系，过程性考核占比80%，总结性考核占比20%。

#### （14）剧目

周学时数：4，学分：4，开设学期：第四学期。

课程目标：使学生深入理解剧目的文学或文化背景、人物情感、戏剧冲突和艺术内涵。培养学生塑造鲜明舞台形象、处理复杂舞台情感、与团队完美配合的综合表演能力，以及从排练到合成的完整舞台实践能力。培养精诚合作、甘于奉献的团队意识和追求卓越、一丝不苟的工匠精神，通过排演经典或原创剧目，深刻理解作品的文化内涵与时代价值，增强艺术使命感。

教学内容：课程内容以一部完整的舞台剧或舞蹈剧为载体，进行沉浸式、剧组式的教学与实践。主要包括：剧本/台本深度研读，分析主题思想、人物关系和情节结构；角色分析与人物塑造，通过声音、肢体、表情等手段塑造角色；舞台调度与场面调度，学习如何在舞台空间中有效移动和构图；台词（或肢体语言）处理与情感表达；与服装、道具、灯光、音效、舞美等部门的协调配合；反复的排练与细磨，直至达到演出标准；以及最终的舞台合成与彩排。剧目选择将兼顾思想性、艺术性和经典性，鼓励原创作品。

教学要求：教学采用剧组式管理模式，学生即是演员。要求学生以高度的责任感和集体荣誉感投入排练，严格遵守排练纪律。导演（教师）将进行总体把握和艺术指导，同时鼓励学生进行二度创作。排练过程极其艰苦，要求学生具备吃苦耐劳的精神和强大的心理承受能力。强调“一棵菜”精神，即主角、配角、龙套紧密配合，共同为整台戏的艺术效果服务，培养学生的集体主义观念。

考核项目：考核是对整个剧目创作与演出过程的综合评价，主要包括：剧目的完整舞台呈现效果，考察整体的艺术水准和完整性；个人角色塑造的深度与感染力；在长时间排练过程中的态度、纪律性和团队协作表现。

考核要求：本课程以最终舞台呈现效果为主要评价依据，综合考察学生的表演能力、团队协作精神和艺术理解深度。采用多元化考核评价体系，过程性考核占比 80%，总结性考核占比 20%。

### （15）综合实训课

周学时数：10，学分：10，开设学期：第五学期。

课程目标：系统整合前期所学的活动策划、舞蹈编排、专项技术、舞台美术、音乐制作等课程知识，形成解决复杂艺术项目的系统性思维。培养学生在高度仿真的职业环境中，以团队协作方式独立完成一个完整文艺项目从策划、创作、推广到现场执行的全流程任务。树立爱岗敬业的职业道德和服务社会的责任感，在为期 10 周的高强度实战中，锤炼精益求精的工匠精神、应对压力的职业心理素质和顾全大局的集体主义精神。

教学内容：本课程以一个完整的、具有社会效益或市场价值的文艺项目为驱动，进行为期 10 周的集中实战。项目可为一台主题文艺晚会、一场商业演出、一次社区文化推广活动或一个线上艺术展演。教学内容完全围绕项目生命周期展开：第 1-2 周为项目启动与策划阶段，进行市场调研、需求分析、组建项目团队、确定项目主题与整体创意；第 3-6 周为内容创作与筹备阶段，完成节目征集、筛选与编排，宣传物料设计与多渠道推广，赞助商洽谈与合作，排练场地与演出场地的协调；第 7-9 周为合成与彩排阶段，进行灯光、音响、舞美等技术支持的组织与合成，带妆连排与彩排；

第10周为项目执行与总结阶段，完成正式演出或活动，并进行项目复盘与总结。

教学要求：教学采用“企业化管理、项目化运作”的模式。学生将根据个人特长与兴趣竞聘上岗，成立项目组，分别担任导演、策划、宣传、舞台监督、演员、剧务等不同岗位。指导教师担任项目总监，负责宏观把控、资源协调与关键决策。要求学生以“准职业人”的标准严格要求自己，主动承担责任，积极沟通协作，学会在压力和冲突中解决问题。课程将引入行业专家进行中期指导与评审，让学生了解行业最新动态和职业标准，确保项目质量与职业接轨。

考核项目：考核是对学生在整个项目中的综合表现与最终成果的评价，主要包括：项目策划方案的完整性与创新性；最终演出或活动的整体效果与社会反响；个人岗位职责的履行情况与团队贡献度；一份详尽的项目总结报告，包含经验、反思与改进建议。

考核要求：采用多元化考核评价体系，过程性考核占比80%，总结性考核占比20%。

### 3. 专业拓展课

#### （1）推拿治疗学

周学时数：4，学分：4，开设学期：第一学期。

课程目标：掌握推拿治疗学的基本概念、作用原理与治疗原则；熟悉运动系统常见损伤与病症的病因病机、临床表现及推拿诊疗规律；理解各类推拿手法的作用层次、适应症、禁忌症及操作标准；能够规范、熟练地施展至少六类核心推拿手法（如滚法、揉法、推法、按法、拿法、扳法）

，并具备将手法组合运用以解决实际问题的能力；具备对常见运动性伤筋病（如急性腰扭伤、踝关节扭伤、肩周炎、网球肘等）进行推拿辨证、制定并实施治疗方案的能力；能对推拿治疗效果进行初步评估，并为运动人群提供个性化的康复与保健指导；培养“精益求精”的工匠精神与严谨求实的科学态度，树立“以运动员/客户功能康复为中心”的服务理念；在治疗过程中体现对服务对象的尊重、共情与人文关怀，形成基于专业评估进行安全、有效操作的职业素养，弘扬中医推拿的优良传统。

教学内容：本课程系统讲授推拿治疗学的理论与技能，内容涵盖推拿学总论、推拿作用原理与治疗原则，并重点围绕核心手法技能（包括摆动类、摩擦类、振动类、挤压类、叩击类、运动关节类手法的操作规范、力学分析与应用要点）、常见运动伤筋病推拿治疗（包括颈、肩、腰、腿等部位的急慢性损伤，如颈椎病、腰椎间盘突出症、膝骨关节炎、肌肉拉伤、韧带损伤等），以及推拿在运动保健中的应用（运动前准备与运动后恢复的推拿策略）三大模块展开；通过理论与实践紧密结合，培养学生规范运用手法、准确辨证施治的能力，最终能够整合评估与治疗，形成安全的个性化推拿方案，为运动人群的健康、损伤预防与功能恢复提供专业支持。

教学要求：教学以手法示范、分组练习和临床案例讲解为核心。要求学生精准掌握各类推拿手法的操作要领、力度和频率，并能结合解剖学知识理解其治疗原理。强调手法的规范性、安全性和有效性，培养学生精益求精的工匠精神和严谨求实的科学态度，树立“手到病除”的专业自信与仁爱之心。

考核项目：推拿治疗学的核心理论与常见运动损伤的推拿诊疗知识；独立、规范、流畅地完成至少六类核心手法及两项常见运动伤筋病的推拿治疗操作；根据模拟案例，进行综合分析，制定逻辑清晰、安全有效的推拿治疗方案并阐述其原理；在实操考核与课堂讨论中，展现出严谨、专注的专业态度，以及与“患者”的有效沟通能力。

考核要求：采用多元化考核评价体系，过程性考核占比80%，总结性考核占比20%。

## （2）中国传统康复技术

周学时数：4，学分：4，开设学期：第二学期。

课程目标：掌握传统康复技术的基本理论（如经络、气血、阴阳平衡）及其在运动人体科学中的指导意义；熟悉常见运动性伤病的病因病机、辨证分型（如筋伤、痹症、劳损）及传统康复介入思路；理解拔罐、刮痧、艾灸、推拿及导引等核心技术在运动损伤防护、疲劳恢复与体能增强中的应用原理；能够针对运动员及运动人群的常见问题（如肌肉痉挛、关节扭伤、慢性劳损、运动性疲劳），规范运用刮痧、拔罐、艾灸等技术进行应急处理与康复调理；能够熟练运用推拿手法进行运动前准备（激活）与运动后恢复（放松）；能指导服务对象进行简单的传统导引术（如八段锦、易筋经招式）以改善身体功能、预防损伤；培养对中华优秀传统文化的热爱与自信，树立传承与创新的责任意识；在康复服务中树立“以运动员/客户功能为核心”的服务理念，体现共情与人文关怀；养成严谨、负责、守密的工作作风，建立基于团队协作的运动健康服务职业素养。

教学内容：本课程系统讲授适用于运动领域的传统康复技术，内容涵盖传统康复运动学基础（经络学说与肌肉起止点关系、气血理论与运动供能、劳损与痹症的病因病机）、运动损伤与传统康复技术（包括刮痧在软组织钝性损伤中的应用、拔罐对疲劳肌群的调理、艾灸对陈旧性损伤和关节不稳的温通调理、推拿手法对常见运动损伤的辨证施治），以及传统导引在运动保健中的应用（八段锦、易筋经等用于增强核心、改善柔韧性与神经肌肉控制）三大模块；通过案例教学与高强度实操，培养学生将传统康复技术精准应用于运动损伤防护、疲劳消除与体能恢复的实践能力。

教学要求：教学采用理论讲授、技法演示与文化内涵解读相结合的方式。要求学生掌握拔罐、刮痧、艾灸等传统康复技术的操作规范与适应症。强调对传统医学理论的尊重与理解，引导学生深入挖掘其文化价值与科学内涵，培养文化自信与传承创新的使命感，将传统智慧与现代康复理念有机结合。

考核项目：掌握传统康复技术的核心理论及其在运动领域应用的知识；能独立、规范地完成针对典型运动性病症（如股后肌群紧张、肩关节功能障碍）的至少两项综合技术操作（如刮痧+艾灸、推拿+拔罐）；案例应用：能够根据提供的运动员案例，进行功能分析，制定一份逻辑清晰、步骤明确、安全有效的传统康复方案；在实操与团队协作中展现出严谨、沟通、共情的专业品质，并能清晰地进行健康指导。

考核要求：采用多元化考核评价体系，过程性考核占比80%，总结性考核占比20%。

### （3）瑜伽

周学时数：4，学分：4，开设学期：第三学期。

课程目标：使学生系统了解瑜伽的起源、哲学思想与流派，掌握运动解剖学、生理学在瑜伽练习中的应用，熟悉核心体式、呼吸法及冥想的理论基础。使学生能够精准示范并口令指导各类瑜伽体式，具备根据不同人群需求编排课程、进行安全辅助与纠正的能力，并能独立组织和带领一节完整的瑜伽课程。培养学生平和、专注、自律的个人品质，树立尊重传统、关爱学员的职业道德和终身学习的意识。

教学内容：课程内容理论与实践并重，主要包括：瑜伽理论文化，涵盖瑜伽历史、哲学体系与生活方式；瑜伽解剖学，重点讲解与体式相关的骨骼、关节、肌肉及呼吸系统原理；体式精讲与实践，系统学习传统哈他瑜伽的站姿、坐姿、跪姿、卧姿、倒立等核心体式，深入剖析其顺位原则、功效与禁忌；呼吸法与冥想，教授多种清理经络调息法和基础冥想技巧；教学法与课程编排，学习瑜伽口令技巧、观察与纠正方法、音乐选择及针对不同主题（如减压、塑形）的课程编排逻辑。

教学要求：教学采用“精讲示范、分组练习、微格教学、主题工作坊”的实践模式。要求学生建立规律的个人练习，将体式感受内化为教学经验。课堂上积极参与模拟教学，勇于表达和尝试。教师需提供个性化指导，强调安全第一的原则，帮助学生建立正确的体式认知和教学自信，营造宁静、专注、互助的学习氛围。

考核项目：对瑜伽理论、解剖学知识的掌握程度；核心体式的个人展示与精准度；模拟教学环节中的口令表达、观察纠错及课堂掌控能力；独

立设计并提交一份结构完整、主题明确的瑜伽课程教案；以及平时的学习态度、个人练习表现与团队协作精神。

考核要求：本课程采用过程性考核与终结性考核相结合的方式，过程性考核占比80%，终结性考核占比20%。过程性考核重点评估学生的日常出勤、课堂参与、个人练习进步和模拟教学表现。终结性考核以现场教学为主，要求学生独立完成一节20-30分钟的模拟授课，综合评价其体式示范、口令引导、课程编排及专业素养，确保其考核成绩能真实反映未来瑜伽指导岗位的胜任力。

#### **（4）运动营养**

周学时数：4，学分：4，开设学期：第三学期。

课程目标：通过本课程教学，使学生了解运动营养的发展趋势，理解运动营养的作用与意义。能力培养为掌握运动营养学基础理论、概念和方法，熟悉运动训练和体育锻炼中人体的营养特点及应用运动营养学的理论方法指导训练和体育锻炼。培养学生严谨的作风，一丝不苟的态度，能针对性地分析和解决体育运动实践中的问题，并为学生日后从事体育教学训练和健身指导奠定基础。

教学内容：了解运动营养师必备技能，掌握运动营养师职业道德。会基础代谢、能量消耗、膳食热量计算；掌握各营养素的缺乏与过剩多机体的影响，运动人群对各营养素的需求。掌握不同项目、特殊环境运动时、比赛期的营养需要；会配置运动饮料；能根据运动的需要使用营养补剂；了解食品标签相关内容及应用。掌握SOAP流程、体型评估的方法、膳食及营养评估的方法，能够独立进行SOAP评估，并对评估结果进行评价。会体

成分测试及评价；掌握体重控制的运动及营养手段。能够计算、配制减控体重食谱、能够计算、配制增肌食谱。掌握糖尿病的诊断标准及风险因素；掌握特殊人群的运动营养测试评估与干预方案的制订原则，能够对特殊人群进行针对性的评估，并制订合适的运动营养干预方案。

教学要求：教学以理论讲授、案例分析与食谱设计实践为主。要求学生能够根据不同人群的运动目标与健康状况，制定科学、合理的营养补充方案。强调营养干预的科学性与安全性，培养学生严谨负责的职业态度。鼓励学生将所学知识服务于大众，传播科学的饮食观念，为推动全民健康贡献力量，树立健康中国建设的参与者和推动者的意识。

考核项目：运用营养与健康的相关知识指导健康人群合理膳食。运用运动、营养知识与技能为健康及亚健康人群运动过程中进行营养配餐。运用不同项目运动员的营养需求知识，指导运动员在日常训练及比赛过程中的合理膳食。运用膳食评价及科学配餐知识为特殊人群进行营养配餐（如孕产妇、减脂/增肌、常见慢性病人群）。

考核要求：本课程采取综合评价方式进行学生综合能力评估。采用过程性考核与终结性考核相结合的方式，过程性考核占比80%，终结性考核占比20%。

## （5）中国舞

周学时数：4，学分：4，开设学期：第三学期。

课程目标：使学生系统掌握中国古典舞的身韵、身法、技巧，以及汉、藏、蒙、维、傣等代表性民族民间舞的风格特点、文化背景和基本动律。使学生能够精准、传神地演绎不同民族舞蹈的独特韵味，并具备一定的中

国舞教学能力。引导学生深刻领悟中华优秀传统文化的博大精深与独特魅力，增强民族自豪感和文化自信，树立传承和弘扬民族文化的使命感与责任感。

教学内容：课程内容构建了一个丰富的中国舞教学体系，主要包括：中国古典舞部分，系统学习“提、沉、冲、靠、含、腆、移”等身韵元素，以及“拧、倾、圆、曲”的体态美学，进行身法组合和技巧训练；民族民间舞部分，分单元学习汉族（东北秧歌、云南花灯等）、藏族、蒙古族、维吾尔族、傣族等舞蹈的基本体态、动律、典型动作和短小组合。每个舞种的教学都将结合其地理环境、生活习俗、文化传说进行讲解，让学生“知其然，更知其所以然”。

教学要求：教学强调“形神兼备、内外统一、身心合一”。要求学生不仅要模仿动作的外部形态，更要通过呼吸、眼神和内在情感，把握各舞种独有的“神韵”与“气质”。课堂将大量采用示范、模仿、纠错和启发式教学。鼓励学生观看相关的影像资料、阅读文化书籍，加深对舞蹈文化背景的理解。在考核和展示中，鼓励学生穿着民族服饰，营造浓厚的文化氛围，增强代入感和表现力。

考核项目：全面评估学生的技术掌握与文化理解，主要包括：中国古典舞或民族民间舞的组合展示，考察动作的规范性、韵味的把握和情感的表达；对不同舞种文化知识点的口头或书面问答；一段简短的教学模拟，考察对动作要领和文化背景的讲解能力。

考核要求：本课程考核综合评价学生动作的规范性、风格的准确性、情感的表达以及对民族文化的理解深度。采用过程性考核与终结性考核相结合的方式，过程性考核占比80%，终结性考核占比20%。

## （6）社交礼仪

周学时数：4，学分：4，开设学期：第三学期。

课程目标：使学生掌握个人形象塑造、日常交往、职场沟通、宴请接待、跨文化交际等方面的礼仪规范与技巧。使学生能够在不同社交场合中，得体地运用礼仪知识，有效沟通，给人留下良好印象。培养学生自尊、尊人、诚信、友善的道德品质，塑造符合社会主义核心价值观的文明、自信、大方的个人形象，提升个人综合魅力与社会适应能力。

教学内容：课程内容涵盖现代社交的方方面面，具有很强的实用性。主要包括：个人形象礼仪，涵盖仪容仪表、着装搭配（TPO原则）、举止仪态（站、坐、行、蹲）；日常交往礼仪，如称呼、问候、介绍、握手、名片交换、电话沟通等；职场礼仪，包括与上司、同事的相处之道，会议礼仪，办公室礼仪等；宴请礼仪，涵盖中餐、西餐的座次、餐具使用、用餐禁忌等；通信礼仪，如电话、邮件、社交媒体的沟通规范；以及跨文化交际礼仪，了解不同国家和地区的文化习俗与禁忌。

教学要求：教学采用理论讲解、情景模拟、角色扮演和视频分析相结合的互动式教学方法。要求学生将礼仪知识内化为自觉行为，外化为良好形象，做到知行合一。课堂上将设置大量模拟场景，如模拟面试、商务谈判、客户接待等，让学生在“演”中学，在“练”中悟。教师将对学生的

仪态、语言、表情进行现场指导和纠正。鼓励学生在日常生活中践行所学礼仪，养成良好习惯。

考核项目：考核项目注重理论与实践的结合，主要包括：个人形象展示，考察仪容仪表与举止仪态；特定社交情景的模拟应对，如商务宴请、客户拜访等，考察礼仪规范的运用能力；礼仪知识的笔试或口试。

考核要求：本课程综合评价学生对礼仪规范的掌握程度和在实际情境中的应用能力。采用过程性考核与终结性考核相结合的方式，过程性考核占比80%，终结性考核占比20%。

### **（三）实践性教学环节**

实践性教学应贯穿于人才培养全过程。实践性教学主要包括实习入学教育与军事训练、顶岗实习、毕业设计等形式，公共基础课程和专业课程等都要加强实践性教学。

#### **（1）入学教育与军事训练**

学时数：112（周 56），学分：2，开设学期：第一学期前两周。

课程目标：掌握校规校纪，接受法治安全、校史校情、专业认知、行为养成等相关教育；了解中国人民解放军三大条令的主要内容，掌握军事训练队列动作的基本要领，养成良好的军事素养，增强组织纪律观念，培养学生令行禁止、团结奋进、顽强拼搏的过硬作风；学会单兵战术基础动作，了解战斗班组攻防的基本动作和战术原则，培养学生良好的战斗素养；熟悉卫生、救护基本要领，掌握战场自救互救的技能，提高学生安全防护能力。

教学内容：入学教育主要包括爱国主义教育、集体主义教育、道德教

育、法纪教育、安全教育、专业思想教育、文明行为教育、健康成长教育、节能减排教育、绿色环保教育、金融知识教育、社会责任教育、人口资源教育、海洋科学教育、艾滋病防治等相关教育。军事训练主要有《内务条令》《纪律条令》《队列条令》教育；集合、离散，整齐、报数，出列、入列，行进、停止，方向变换等分队的队列动作训练；单兵战术基础动作、分队战术训练；救护基本知识、个人卫生及意外伤的救护、心肺复苏，战场自救互救等训练。

教学要求：引导学生认真学习入学教育相关知识，积极参与各项训练与教育活动；严格遵守军事训练纪律，培养学生吃苦耐劳和团队协作精神。增强国防观念、国家安全意识和忧患危机意识，弘扬爱国主义精神，提高学生综合国防素质。

考核项目：校规校纪认知、职业生涯规划启蒙、军事技能训练。

考核要求：采用“过程性评价+终结性考核”相结合的方式。过程性评价（含训练出勤、内务表现、阶段考核、学习态度等）占 70%，终结性考核占 30%。

## （2）岗位实习

总学时数：600（周 25），学分：24，开设学期：第五、六学期。

课程目标：将在校所学的舞台表演、艺术编排、运动训练、活动策划等理论知识综合应用于真实的商业、教学或表演环境。全面培养学生的岗位胜任力，使其能够独立或在指导下完成节目编排、舞台表演、教学指导、活动组织与执行等核心工作任务。帮助学生树立自信的舞台表现力、严谨

的职业敬业精神和良好的团队协作意识，提升其在艺术市场中的综合竞争力。

教学内容：实习内容以实习单位的实际工作岗位需求为导向，学生将深入多样化的实践场景，主要包括：在健身俱乐部或艺术培训机构担任团操、舞蹈、啦啦操等项目的助教或主教练；在文化传媒公司参与商业演出、赛事表演的排练与现场执行；在大型活动策划公司中，协助策划与执行开闭幕式、庆典等文艺表演环节；学习舞台灯光、音乐、服装、化妆等与表演相关的辅助知识；参与客户沟通、课程推广、会员维护等市场与服务工作；定期撰写实习周记，记录工作内容、艺术感悟与专业反思。

教学要求：本课程采用“校企双导师制”管理模式。要求学生严格遵守实习单位的劳动纪律，时刻保持良好的职业形象与艺术修养。在真实舞台或教学环境中，要勇于展现自我，积极应对各种挑战，锻炼抗压能力与应变能力。学生需定期向校内导师汇报实习进展，并与企业导师保持密切沟通。校企双方导师需共同关注学生的艺术成长和职业适应，提供必要的指导与支持。

考核项目：考核是对学生整个实习过程的综合评价，主要包括：实习单位鉴定，由企业导师对学生的出勤、职业态度、专业技能、团队协作等方面给出综合评价；实习过程材料，包括学生提交的实习周记、实习报告及相关工作成果（如教学视频、演出视频、编排方案等）；实习成果展示与答辩，学生返校后需提交一份最能代表其实习水平的作品（如演出录像、教学实录），并进行公开汇报与答辩。

考核要求：本课程考核以过程性评价为主，终结性评价为辅。过程性考核（占 80%）主要依据实习单位鉴定和实习过程材料的质量，重点考察学生的职业素养和日常工作的完成质量。终结性考核（占 20%）依据实习成果展示的艺术水准和现场答辩的表现，综合评价其艺术实践能力、组织能力和反思深度。实习成绩综合评定为“优秀、良好、合格、不合格”四个等级，实习合格是学生毕业的必要条件之一。

### （3）毕业设计

总学时数：50（周25），学分：2，开设学期：第五、六学期（穿插在岗位实习中）。

课程目标：本课程是体育艺术表演专业人才培养的总结性环节，与岗位实习同步穿插进行，旨在全面检验和升华学生的艺术创造力、舞台表现力与综合专业素养。引导学生将艺术理论、编创技法、舞台美学、运动训练等知识进行深度整合，应用于艺术创作与实践。培养学生独立完成艺术作品编创、舞台演出策划、教学课程设计等核心任务的能力，掌握艺术类课题的基本研究方法、创作流程与展示技巧。培养学生的艺术自信、创新精神和团队协作意识，树立对艺术事业执着追求的职业理想。

教学内容：毕业设计强调“真题真做”，鼓励学生结合岗位实习的真实项目或个人艺术追求，选择多元形式进行创作。内容贯穿整个实习过程，主要包括：选题与开题，在实习初期，确定毕业设计形式（如原创舞蹈作品、大型活动策划方案、系统化教学课程设计等），并完成开题报告；创作/策划与实施，进行作品编创、动作设计、音乐剪辑、服装道具、舞台灯光等综合创作，或完成活动策划、课程开发与教学实践；过程记录与资

料整理，通过排练日志、创作手记、演出录像、教学视频等方式，详细记录创作与实施过程；报告撰写与成果固化，撰写毕业设计报告，系统阐述创作理念、过程、方法与反思，并整理提交最终成果（如作品视频、策划案、教学资源包等）；答辩准备，制作答辩PPT，准备最终答辩。

教学要求：本课程采用“校企双导师制”指导模式。要求学生以高度的艺术责任感和创作主动性推进毕业设计工作，定期向两位导师汇报进展，虚心接受指导。强调作品的原创性与艺术性，严格遵守学术与艺术伦理。实习单位导师主要负责实践环节的指导与资源协调，校内导师则侧重于创作理念、理论支撑和报告撰写的规范性把关。学生需有效平衡实习工作与毕业设计任务，确保两者相互促进。

考核项目：考核是对学生整个毕业设计工作的综合评价，主要包括：开题报告的质量，评价选题的艺术价值与方案的可行性；中期检查的进展，评估创作/策划过程的规范性与阶段性成果；毕业设计成果（作品/策划案/课程包）的最终质量，从创新性、艺术性、完整性、技术难度等方面进行综合评审；毕业设计报告的撰写质量，考察其逻辑性、理论深度与反思能力；现场答辩表现，考察学生对所创作内容的理解深度、艺术表达和逻辑思维能力。

考核要求：本课程考核以终结性评价为主，结合过程性检查。毕业设计成绩由指导教师评阅成绩、评阅教师评阅成绩和答辩成绩三部分构成。考核结果通常采用“五级记分制”（优秀、良好、中等、合格、不合格）。毕业设计通过是学生获得毕业证书的必要条件。

## 七、教学进程总体安排

全学程总计 2654 学时（表 7-3 学时 1792+表 7-4 学时 862），学生毕业需修满 142 学分（表 7-3 学分 110 十表 7-4 学分 32）。详见下表。

表 7-1 体育艺术表演专业课程设置及教学学时分配表

| 项 目                 |               | 学分              | 学时数       | 百分比<br>(%) | 教学活动安排 |      |      |      |      |      |
|---------------------|---------------|-----------------|-----------|------------|--------|------|------|------|------|------|
|                     |               |                 |           |            | 第一学年   |      | 第二学年 |      | 第三学年 |      |
|                     |               |                 |           |            | 16 周   | 16 周 | 16 周 | 16 周 | 16 周 | 0 周  |
| 理论<br>学时<br>分配      | 公共基础课程        | 34              | 436(124)  | 55.5       | 9      | 11   | 7    | 5    | 2    | 0    |
|                     | 专业基础课程        | 16              | 160(96)   | 20.3       | 8      | 4    | 2    | 2    | 0    | 0    |
|                     | 专业核心课程        | 42              | 88(584)   | 11.2       | 4      | 8    | 8    | 12   | 10   | 0    |
|                     | 专业选修课         | 12              | 30(162)   | 3.8        | 4      | 4    | 4    | 0    | 0    | 0    |
|                     | 公共选修课         | 7               | 72(40)    | 9.2        | 0      | 0    | 1    | 2    | 4    | 0    |
|                     | 合 计           | 111             | 786(1006) | 100        | 25     | 27   | 22   | 21   | 16   |      |
| 实践<br>学时<br>分配      | 课内实训          | 0               | 1006      | 53.9       | --     | --   | --   | --   | --   | --   |
|                     | 岗位实习          | 24              | 24 周（600） | 32.1       | --     | --   | --   | --   | 4 周  | 20 周 |
|                     | 教学实践周         | 6               | 6 周（150）  | 8.0        | --     | 2 周  | 2 周  | 2 周  | --   | --   |
|                     | 入学教育与军事<br>训练 | 2               | 2 周（112）  | 6.0        | 2 周    | --   | --   | --   | --   | --   |
|                     | 毕业设计          | 2               | 2 周（50）   | 2.7        | --     | --   | --   | --   | --   | --   |
|                     | 合 计           | 32              | 32 周（862） |            | 2 周    | 2 周  | 2 周  | 2 周  | 4 周  | 20 周 |
| 考试周安排               |               | --              | --        | --         | 1 周    | 1 周  | 1 周  | 1 周  | --   | --   |
| 机动周安排               |               | --              | --        | --         | 1 周    | 1 周  | 1 周  | 1 周  | --   | --   |
| 总 计                 |               | 143             | 786(1868) | 100        | 20 周   | 20 周 | 20 周 | 20 周 | 20 周 | 20 周 |
|                     |               |                 | 2654      |            |        |      |      |      |      |      |
| 理论教学与实践教学比例         |               | 1:2.4           |           |            |        |      |      |      |      |      |
| 实践学时<br>（含课内实训学时）比例 |               | 1868/2654=70.4% |           |            |        |      |      |      |      |      |

注：1. 理论学时分配中的学时数为纯理论学时、括号内为课内实训学时；  
2. 实践教学每周折合 25 学时。

表 7-2 体育艺术表演专业课程结构比例表

| 课程类别          |        | 学时、学分比例 |          |     |          |
|---------------|--------|---------|----------|-----|----------|
|               |        | 学时      | 学时比例 (%) | 学分  | 学分比例 (%) |
| 公共基础课程        | 公共必修课  | 560     | 21.1     | 34  | 23.8     |
|               | 公共选修课  | 112     | 4.2      | 7   | 4.9      |
|               | 合计     | 672     | 25.3     | 41  | 28.7     |
| 专业课程          | 专业基础课程 | 256     | 9.6      | 16  | 11.2     |
|               | 专业核心课程 | 672     | 25.3     | 42  | 29.4     |
|               | 专业选修课  | 192     | 7.2      | 12  | 8.4      |
|               | 合计     | 1120    | 42.2     | 70  | 49.0     |
| 实践课（不含课内实训学时） |        | 862     | 32.5     | 32  | 22.4     |
| 总 计           |        | 2654    | 100.0    | 143 | 100.0    |

表 7-3 体育艺术表演专业理论课（理实一体课）教学进程安排表

| 课类     |      | 课程名称                 | 课程代码             | 学分 | 学时安排 |    |      | 理论教学活动周数及课内周学时 |     |      |     |      |    | 考核形式 |
|--------|------|----------------------|------------------|----|------|----|------|----------------|-----|------|-----|------|----|------|
|        |      |                      |                  |    |      |    |      | 第一学年           |     | 第二学年 |     | 第三学年 |    |      |
|        |      |                      |                  |    | 总计   | 理论 | 课内实训 | 16周            | 16周 | 16周  | 16周 | 16周  | 0周 |      |
| 公共基础课程 | 必修课程 | 思想道德与法治              | 208991003/6      | 3  | 48   | 32 | 16   | 2              | 1   |      |     |      |    | 考试   |
|        |      | 形势与政策                | 208993005/7/8/9  | 1  | 32   | 32 | 0    | 每学期4周，每周2学时    |     |      |     |      | 考查 |      |
|        |      | 毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 | 208991001        | 2  | 32   | 32 | 0    |                | 2   |      |     |      | 考试 |      |
|        |      | 习近平新时代中国特色社会主义思想     | 208991004/5      | 3  | 48   | 48 | 0    |                |     | 2    | 1   |      | 考试 |      |
|        |      | 大学英语                 | 210991003/8/9/10 | 8  | 128  | 96 | 32   | 2              | 2   | 2    | 2   |      | 考试 |      |
|        |      | 大学语文                 | 210991001/11     | 2  | 32   | 20 | 12   |                | 2   |      |     |      | 考试 |      |
|        |      | 信息技术                 | 216991004        | 3  | 48   | 28 | 20   |                | 3   |      |     |      | 考查 |      |
|        |      | 军事理论                 | 210991006        | 2  | 32   | 32 | 0    | 2              |     |      |     |      | 考查 |      |
|        |      | 心理健康教育               | 215991001        | 2  | 32   | 20 | 12   | 2              |     |      |     |      | 考查 |      |
|        |      | 大学生职业发               | 210991014        | 2  | 32   | 26 | 6    | 分4学期上，每学期4周，每  |     |      |     |      | 考查 |      |

|    |        |               |                     |     |     |     |      |        |    |   |   |    |   |    |
|----|--------|---------------|---------------------|-----|-----|-----|------|--------|----|---|---|----|---|----|
|    |        | 展与就业指导        |                     |     |     |     | 周2学时 |        |    |   |   |    |   |    |
|    |        | 家庭教育          | 213991004           | 2   | 32  | 26  | 6    |        |    |   |   | 2  |   | 考查 |
|    |        | 劳动教育          | 210991019           | 1   | 16  | 16  | 0    | 每学期4学时 |    |   |   |    |   | 考查 |
|    |        | 国家安全教育        | 210991018           | 1   | 16  | 16  | 0    |        |    |   | 1 |    |   | 考查 |
|    |        | 创新创业教育        | 210991013           | 2   | 32  | 12  | 20   |        |    | 2 |   |    |   | 考查 |
|    | 小计     |               |                     | 34  | 560 | 436 | 124  | 9      | 11 | 7 | 5 | 2  | 0 |    |
|    | 选修课程   | 体育赛事组织与管理     | 207004008           | 2   | 32  | 20  | 12   |        |    |   |   | 2  |   | 考查 |
|    |        | 体育市场营销        | 207004007           | 2   | 32  | 20  | 12   |        |    |   |   | 2  |   | 考查 |
|    |        | 中华优秀传统文化/中共党史 | 208993001/208991010 | 1   | 16  | 16  | 0    |        |    | 1 |   |    |   | 考查 |
|    |        | 音乐鉴赏/数学       | 211993001/210993001 | 2   | 32  | 16  | 16   |        |    |   | 2 |    |   | 考查 |
| 小计 |        |               | 7                   | 112 | 72  | 40  | 0    | 0      | 1  | 2 | 4 | 0  |   |    |
| 合计 |        |               | 41                  | 672 | 508 | 164 | 9    | 11     | 8  | 7 | 6 | 0  |   |    |
|    | 专业基础课  | 田径            | 207022002           | 2   | 32  | 6   | 26   | 2      |    |   |   |    |   | 考查 |
|    |        | 活动策划与组织       | 207032010           | 2   | 32  | 10  | 22   |        |    | 2 |   |    |   | 考试 |
|    |        | 音乐基础及制作       | 207032009           | 2   | 32  | 16  | 16   |        | 2  |   |   |    |   | 考查 |
|    |        | 运动解剖基础        | 207001002           | 4   | 64  | 54  | 10   | 4      |    |   |   |    |   | 考试 |
|    |        | 运动生理基础        | 207001003           | 2   | 32  | 26  | 6    |        | 2  |   |   |    |   | 考试 |
|    |        | 艺术概论          | 207032002           | 2   | 32  | 32  | 0    | 2      |    |   |   |    |   | 考查 |
|    |        | 运动损伤与防护       | 207032006           | 2   | 32  | 16  | 16   |        |    |   | 2 |    |   | 考试 |
|    | 小计     |               |                     | 16  | 256 | 160 | 96   | 8      | 4  | 2 | 2 | 0  | 0 |    |
|    | 专业核心课程 | 啦啦操专项训练与指导    | 207032007           | 4   | 64  | 10  | 54   |        |    |   | 4 |    |   | 考查 |
|    |        | 体育舞蹈专项训练与指导   | 207032005           | 4   | 64  | 10  | 54   |        |    | 4 |   |    |   | 考试 |
|    |        | 芭蕾基础训练教学法     | 207032001/3         | 8   | 128 | 28  | 100  | 4      | 4  |   |   |    |   | 考试 |
|    |        | 舞蹈编排          | 207032011           | 4   | 64  | 10  | 54   |        |    | 4 |   |    |   | 考试 |
|    |        | 健美操专项训练与指导    | 207032004           | 4   | 64  | 10  | 54   |        | 4  |   |   |    |   | 考查 |
|    |        | 与 练 训 项 专     | 207032012           | 4   | 64  | 10  | 54   |        |    |   | 4 |    |   | 考试 |
|    |        | 剧目            | 207032008           | 4   | 64  | 10  | 54   |        |    |   | 4 |    |   | 考试 |
|    | 综合实训课  |               | 207004006           | 10  | 160 | 0   | 160  |        |    |   |   | 10 |   | 考查 |

|  |        |        |           |      |     |      |    |    |    |    |    |   |    |
|--|--------|--------|-----------|------|-----|------|----|----|----|----|----|---|----|
|  |        | 小计     | 42        | 672  | 88  | 584  | 4  | 8  | 8  | 12 | 10 | 0 |    |
|  | 专业选修课程 | 推拿治疗学  | 207004004 | 4    | 64  | 10   | 54 | 4  |    |    |    |   | 考查 |
|  |        | 中国传统康复 | 207004010 | 4    | 64  | 10   | 54 |    | 4  |    |    |   | 考查 |
|  |        | 瑜伽     | 207004009 | 4    | 64  | 10   | 54 |    |    | 4  |    |   | 考查 |
|  |        | 运动营养   | 207012009 |      |     | 10   | 54 |    |    |    |    |   | 考查 |
|  |        | 中国舞    | 207004017 |      |     | 10   | 54 |    |    |    |    |   | 考查 |
|  |        | 社交礼仪   | 207004018 |      |     | 10   | 54 |    |    |    |    |   | 考查 |
|  | 小计     |        | 12        | 192  | 30  | 162  | 4  | 4  | 4  | 0  | 0  | 0 |    |
|  | 合计     |        | 70        | 1120 | 278 | 842  | 16 | 16 | 14 | 14 | 10 | 0 |    |
|  | 总合计    |        | 111       | 1792 | 786 | 1006 | 25 | 27 | 22 | 21 | 16 | 0 |    |

注：1. 课内实训包括随堂技能训练、随堂实践、模拟教学。

2. 学生可以根据自己的兴趣选择不低于 19 学分的选修课课程。

表 12-4 体育艺术表演专业集中安排的实践教学环节进程表

| 序号 | 实践教学内容    | 课程代码      | 学分 | 学时  | 考核方式      | 实践教学时间安排 |     |      |     |      |      |
|----|-----------|-----------|----|-----|-----------|----------|-----|------|-----|------|------|
|    |           |           |    |     |           | 第一学年     |     | 第二学年 |     | 第三学年 |      |
|    |           |           |    |     |           | 1        | 2   | 3    | 4   | 5    | 6    |
| 1  | 入学教育与军事训练 | 107990001 | 2  | 112 | 实习成果、操作考核 | 2 周      |     |      |     |      |      |
| 2  | 音乐制作项目实战  | 207005009 | 2  | 50  | 实习成果、操作考核 |          | 2 周 |      |     |      |      |
| 3  | 活动策划全流程实战 | 207005010 | 2  | 50  | 实习成果、操作考核 |          |     | 2 周  |     |      |      |
| 5  | 专项技能训练实训  | 207005011 | 2  | 50  | 实习成果、操作考核 |          |     |      | 2 周 |      |      |
| 6  | 岗位实习      | 207005001 | 24 | 600 | 实习成果、校企考核 |          |     |      |     | 4 周  | 20 周 |
| 7  | 毕业设计      | 207005002 | 2  | 50  | 设计成果、学校考核 |          |     |      |     |      |      |
| 合计 |           |           | 32 | 862 | Σ=32 周    | 2 周      | 2 周 | 2 周  | 2 周 | 4 周  | 19 周 |

注：1. 毕业设计环节穿插在岗位实习中；

2. 实习、见习等集中实践共32周，每周按25学时计算，在实践环节均含有劳动教育

## 八、师资队伍

按照“四有好老师”“四个相统一”“四个引路人”的要求建设专业教师队伍，将师德师风作为教师队伍建设的第一标准。

### （一）师资队伍

#### 1. 师资结构

本专业专任教师数15人，学生数与专任教师数比例不高于 20：1，双师型教师占专任教师50%、高级技术职称占专任教师25%、硕士及以上学历占专任教师75%。一级运动员1名，一级裁判2名。

#### 2. 专业带头人

具有副教授职称，拥有丰富的艺术表演实践经历与教学管理经验，全面负责本专业的顶层设计与建设工作。在专业建设上，紧密跟踪文体融合产业与新经济发展动态，科学规划专业发展方向，确保人才培养目标与行业前沿需求高度契合。在课程与教学改革中，他主导构建“以演促教、以赛促学”的课程体系，深度挖掘体育艺术课程中的思政元素，积极运用信息技术开展线上线下混合式教学，推动教学模式创新。在团队建设方面，以身作则，严格落实专业教师企业实践制度，致力于打造一支艺术素养深厚、技能水平精湛、教学能力突出的“双师型”教学团队。积极拓展与文艺院团、演艺机构的深度合作，开展创作研发与社会服务，为提升专业影响力与人才培养质量提供核心引领。

#### 3. 专任教师

具有高校教师资格；原则上具有表演、运动训练和体育教育等相关专业本科及以上学历；具有一定年限的相应工作经历或者实践经验，达到相

应的技术技能水平；具有本专业理论和实践能力；能够落实课程思政要求，挖掘专业课程中的思政教育元素和资源；能够运用信息技术开展混合式教学等教法改革；能够跟踪新经济、新技术发展前沿，开展技术研发与社会服务；专业教师每年至少 1 个月在企业或生产性实训基地锻炼，每 5 年累计不少于 6 个月的企业实践经历。

#### **4. 兼职教师**

主要从本专业相关行业企业的高技能人才中聘任，应具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，一般应具有中级及以上专业技术职务（职称）或高级工及以上职业技能等级，了解教育教学规律，能承担专业课程教学、实习实训指导和学生职业发展规划指导等专业教学任务。根据需要聘请技能大师、劳动模范、能工巧匠、非物质文化遗产代表性传承人等高技能人才，根据国家有关要求制订针对兼职教师聘任与管理的具体实施办法。

### **（二）教学设施**

#### **1. 教室配备**

目前，学院为体育艺术表演专业配置多媒体教室 2 个，每个教室配备有多媒体展示台，投影设备、数字化黑板、音箱等，每个教室可容纳学生 60-80 名。

#### **2. 实训条件**

体育艺术表演专业实训场所面积、设备设施、安全、环境、管理等符合教育部有关标准（规定、办法），实验、实训环境与设备设施对接真实职业场景或工作情境，实训项目注重工学结合、理实一体化，实训指导教

师配备合理，实训管理及实施规章制度齐全，确保能够顺利开展形体训练、健美操、体育舞蹈、啦啦操、舞蹈编排等实训活动。

### (1) 校内实训室

**表 8-1 体育艺术表演专业校内实训室基本情况一览表**

| 序号 | 实训基地名称    | 承担实训项目             | 容纳人数 | 主要设备                                                     |
|----|-----------|--------------------|------|----------------------------------------------------------|
| 1  | 室内体育综合训练馆 | 体操、武术、跆拳道、排球、篮球等项目 | 500  | 篮球架、灯光、音响等基础设备座椅。安装应急照明装置，设置灭火器等消防设备，符合紧急疏散要求。配备风扇等降温设施等 |
| 6  | 体能训练实训室   | 体能训练等业务技能实训        | 50   | 投影仪、健身设备、体能测试仪器、录像机、电脑等                                  |
| 7  | 形体实训室     | 形体塑造、舞蹈排练等实训       | 50   | 投影仪、人体骨骼模型、电子教学系统、医疗床、针灸用品、空调等                           |
| 8  | 体质测试实训室   | 体质测试等业务技能实训        | 50   | 身高体重、立定跳远、仰卧起坐、引体向上、肺活量、坐位体前屈等测试仪器                       |

除此之外，为了进一步提升体能训练专业的整体实力，培养满足社会需求的基本技能、教学技能良好的专业导师，近期纳入规划并正在筹建的校内实训室如下表：

**表 8-2 体育艺术表演专业的校内实训室基本情况一览表（筹建）**

| 序号 | 实训基地名称 | 承担实训项目 | 容纳人数 | 主要设备                                                                       |
|----|--------|--------|------|----------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 舞蹈实训室  | 体育舞蹈训练 | 50   | 练习镜子、把杆、木质地板、音响设备、高速摄像摄影设备、投影设备、白板、计算机设备、体育舞蹈技术动作分析软件、音乐视频剪辑软件等设备设施，无线网络覆盖 |

## （2）校外实习实训

实训基地设备齐全，能够满足开展体育舞蹈等实践教学等实训项目。实训基地规章制度齐全，经实地考察后，确定合法经营、管理规范、实习条件完备且符合产业发展实际，符合安全生产法律法规要求，与学校建立稳定合作关系，并签由三方协议，符合《职业学校学生实习管理规定》。

学院与校外多家运动服务机构、健身中心健身俱乐部、幼儿园等建立了稳定的合作关系，在以后的三年内，以郑州为中心，继续与优质单位合作，以满足学生多轮循环，不同层面实习的需要，实现学校和岗位之间零距离对接的人才培养目标，同时也为“双师型”教师的培养奠定坚实的基础。

表 8-1 体育艺术表演专业校外实训基地基本情况一览表

| 序号 | 实训基地名称     | 承担实训项目      | 岗位数     | 指导老师  |
|----|------------|-------------|---------|-------|
| 1  | 河南省社体管理中心  | 社会体育指导员实习实训 | 10 人    | 1 人   |
| 2  | 郑州我爱运动健身   | 健身教练员实训     | 10-15 人 | 1-2 人 |
| 3  | 郑东新区实验学校   | 教师跟岗实习      | 10 人    | 1 人   |
| 4  | 郑州 HY 舞蹈培训 | 体育舞蹈实习教师    | 10 人    | 1 人   |
| 5  | 搏枫翊动体育     | 体育老师跟岗实习    | 10 人    | 1 人   |
| 6  | 超级体育       | 舞蹈教师跟岗      | 10 人    | 1 人   |

### **（三）教学资源**

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所需的教材、图书文献及数字教学资源等。

#### **1. 教材选用**

严格按照教育部印发的《职业院校教材管理办法》和《普通高等学校教材管理办法》选用适合于高等职业学校课堂和实习实训使用的教学用书，以及作为教材内容组成部分的教学材料（如教材的配套音视频资源、图册等），教材选用体现党和国家意志，禁止不合格的教材进入课堂。学院建立由专业教师、行业专家和教研人员等参与的教材选用组织，完善教材选用管理制度，按照规范程序招标选用教材。

#### **2. 图书文献配备**

图书文献配备能满足体育艺术表演专业人才培养、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有关体育艺术表演专业理论、技术、方法、思维以及实务操作类图书和文献。目前拥有体育艺术表演类图书约 6000 册，合计 400000 元。

#### **3. 数字资源配备配置**

学院建设配备与体育艺术表演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、数字教材等专业教学资源库，种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新、满足教学需要。

目前，学院购买的超星期刊收录总量超过 6500 种，其中核心期刊超过 1300 种，独有期刊 734 种；遴选了 100 集超星自主策划、精选名师、独家制作的精品微视频。

#### **（四）教学方法**

践行“教育、训练、职业应用”三结合模式，构建“1+2+N”特色培养体系：即以一个专业为核心强化学生的专业素养，两项辅助专项提升学生的就业竞争力，N个职业拓展路径，紧密对接国家体育战略与区域发展需求，服务健康产业，致力于培养理论基础扎实、实践能力突出、综合素质全面的高素质应用型体育人才，为体育强国建设贡献力量。

##### **1. 专业理论课程**

以集体授课为主，灵活运用任务驱动、项目导向、案例教学、情境教学、模拟教学、自主学习、探究性学习等多种教学方法；教学过程注重师生互动，注重学生创新能力的培养。积极推广“互联网+”背景下微课、慕课、翻转课堂等新型教学模式。

##### **2. 专业技能课程**

采用集体课、小组课与个别课相结合的方式，根据学生的实际情况采取个性化的教学形式，针对每个学生的不同情况给予不同的教学指导和讲解示范。采用体验式、探究式、演示法、练习法等师生互动、生生互动教学方法，充分发挥学生主观能动性和创造性。

##### **3. 实践教学**

实现校内实践与校外实践相结合，课上实践与课下实践相结合、教师指导下的实践与学生自主实践相结合，实践教学与研学导师资格标准对接、与学习领域课程对接，将实践教学体系完全与理论教学体系融合，促进理论知识的学习，强化专业技能的综合素质。

## （五）学习评价

学习评价以促进学生全面发展和培养目标达成为核心，遵循“关注能力，注重过程，多元评价，分类实施”的原则，构建“多元化”评价体系。评价内容包括职业道德与规范、团队合作与创新、专业知识与技能、方法与社会能力；评价方式包括学习通在线测试、AI 学习分析、电子学档、理论考试、现场操作、现场答辩、项目报告、实训报告、证书考取等；评价主体包括学生自评、小组互评、教师评价、企业评价等。过程性评价贯穿教学全程，课前诊断定位起点，课中观察反馈调控学情，课后巩固追踪强化内化，探索增值评价，围绕评价维度进行赋分。

本专业考核分理论知识考核、专业技能考核和岗位实习考核三部分。

### 1. 理论知识考核

理论课程考核包括学生对课程中理论知识的识记、理解、掌握和运用的考核，采用过程性考核和终结性考核相结合的方式。过程性考核成绩占课程总成绩的 80%，包括平时作业成绩（占 50%）和学习表现成绩（占 30%），由任课教师根据学生的平时作业完成情况、上课与老师互动情况、学习表现记录（包括到课率记录）进行综合评定。终结性考核成绩占课程总成绩的 20%，终结性考核采取期末无纸化（或纸质）考试。

### 2. 专业技能考核

为客观评价学生在学完本门课程后知识的掌握情况、专项技能的训练水平、专业核心能力的掌握情况，将本课程考核与评价分为两部分，分别为平时过程性考核和期末终结性考核，期末终结性考核采用理论加项目评审的方式开展，总分为 100 分。

其中平时过程性考核占 80%，考核主要分成 2 部分，一方面根据阶段性个人或小组项目完成情况，由学生自评、组内他人评价和教师评价相结合评定成绩；另一方面，根据项目完成的时间、主题是否符合要求、质量是否达标、是否有创新，由组长和教师评价相结合的方式评定成绩。

期末终结性考核占 20%，主要分为理论考试和项目评审。其中理论考试部分根据期末问卷式理论考试，由教师评定成绩。项目评审要求根据学期课程内容进行实践项目的选题、设计与答辩，考核完成时间、主题是否符合要求、质量是否达标、是否有创新，由项目教师综合评价评定成绩。

### **3. 岗位实习考核**

岗位实习考核成绩由企业方和校内指导教师共同评定，以企业方评价为主。校内指导教师主要根据学生的岗位实习记录和对学生的指导记录进行评定，企业指导教师主要根据学生在岗位实习期间运用所学专业知识和解决实际问题的能力以及职业素质提高情况进行评定。校内指导教师的评定成绩占总成绩的 40%，校外指导教师的评定成绩占总成绩的 60%。本专业考核成绩一律采用百分制，60 分及以上为合格。

### **（六）质量保障**

建立健全专业教学质量监控管理制度。学校和体育与健康学院完善了课堂教学、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。

加强教学督导制度建设。学校和体育与健康学院完善了教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，建立健全巡课、听课、评教、评学等制度。通过教学督导体系的运行，严明教学纪律，形成教学质量诊断与改进机制。

建立与企业联动的实践教学环节。突出对实践教学的重视，强化学生实操能力的培养，巩固教学成果。

建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制。学校应对生源情况、在校学业水平、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。

加强教研能力水平建设。充分利用评价分析结果有效改进专业教学，对教材、教法深入研究，定期开展公开课、示范课等教研活动，持续提高人才培养质量。

## **九、毕业要求**

### **（一）成绩要求**

学生在学校规定学习年限内，修完专业人才培养方案所规定的课程与教学活动，修满 143 学分，全部课程成绩考试合格，且体育测式成绩达到 50 分以上（含 50 分）。

德、智、体、美、劳五育并举，综合评价达到良好及以上，积极参加课外素质教育拓展活动，学生管理部门考核达标。

### **（二）技能证书要求**

在充分满足体育艺术表演专业的技能、岗位实习、毕业论文等条件的同时，还应考取以下证书（任选 2 个）：

1. 二级乙等以上普通话等级证；
2. 英语等级考试证：四级或以上等级证；
3. 教师资格证；
4. 社会体育指导员；
5. 健身教练国家资格证；
6. 舞蹈教师资格证。

# 2025级体育艺术表演专业人才培养方案 专家论证意见

学院：体育与健康学院

2025年 8 月 20 日

| 专家姓名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 单位       | 职务/职称     | 签名  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------|-----|
| 张大超                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 河南体育学院   | 校长/教授     | 张大超 |
| 岳贤锋                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 河南师范大学   | 体育学院院长/教授 | 岳贤锋 |
| 刘杨锐                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 海泵运动     | 创始人       | 刘杨锐 |
| 舒庆英                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 河南女子职业学院 | 特聘专家      | 舒庆英 |
| 专家论证意见                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |          |           |     |
| <p>1、体育艺术表演专业的 2025 级人才培养方案职业面向定位明确，课程体系科学，符合新颁布的专业教学标准，培养规格能够与行业和企业需求相结合，突出职业教育特色，符合市场人才需求；</p> <p>2、人培总课时过多，建议结合人培方向、岗位需求、职业标准对专业基础课和专业核心课程进行模块化整合，加强实训练习，制定专业核心课程标准，总课时控制在 2550---2650 学时。</p> <p>3、目前专业师资结构有待科学合理，教师专业能力有待提高，建议要打造专业领军人物，建立起顶层设计与课程落地之间的桥梁通道，可通过外派教师进修，送到企业跟岗、人才引进等多渠道强化师资队伍建设。</p> <p>4、补足校内实习实训场地，以应对未来专业评估。</p> <p>5、专项课、实操课等建议小班教学，20-30 人 。</p> |          |           |     |
| <p>学校审核意见（优秀/合格）：</p> <p style="text-align: right;">年      月      日</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |          |           |     |