



民族传统体育专业人才培养方案 (2024 版)

专业负责人	周光辉
研制团队	车 勇、张梦颖、毛淑娟、郭佳鑫、 刘兰芳、吴毅
学院审核人	车 勇
修订时间	2024 年 5 月

体育学院
二零二四年五月十八日

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	1
六、课程设置及要求	3
七、教学进程总体安排	3
八、实施保障	8
九、毕业要求	12
附表 1	错误！未定义书签。
附表 2	20

一、专业名称及代码

专业名称：民族传统体育

专业代码：570304

二、入学要求

高中阶段教育毕业生或具有同等学力者。

三、修业年限

基本修业年限 3 年。实行学分制，弹性学制为 2-5 年。

四、职业面向

所属专业大类（代码） ^①	教育与体育大类（57）
所属专业类（代码） ^②	体育类（5703）
对应的行业（代码） ^③	1. 教育（P83） 2. 体育社会团体（R89）
主要职业类别 ^④	健身和娱乐场所服务人员（4-13-04）
主要岗位类别（或技术领域）	1. 体育教师 2. 武术教练 3. 社会体育指导员
职业技能等级证书、权威企业行业标准或证书	社会体育指导员等级证 健身指导员等级证 国家武术二级裁判员证 国家武术段位证

注：①、②《职业教育专业目录（2021）》；③《国民经济行业分类》（2019）；

④《中华人民共和国职业分类大典》（2022）

五、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养高尚职业道德、武术功底扎实、人文素养好、专业能力强、有创新精神、有发展后劲、有社会责任感的高素质、技能型实用人才，较系统掌握民族传统体育基本理论、基本技能和方法，并有较高民族传统体育文化素养、较强实践能力与创新精神，能在学校、运动队及社会体育领域中从事民族传统体育教学、训练、科研、健身指导以及文化传承工作的高素质技术技能人才，还为国防部队输送优秀的具有武术特长兵员。

（二）培养规格与课程对应关系

序号	培养规格	对应的培养目标与规格	对应的课程与环节
1	素质要求	1. 坚决拥护中国共产党领导和社会主义制度，在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，践行社会主义核心价值观，具有实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗的志向和责任感。 2. 愿为社会主义现代化建设服务，有崇尚宪法、遵法守纪、崇德向善、诚实守信、艰苦奋斗、尊重生命、团结合作的品质；具有良好的思想品质、社会公德和职业道德。	思想道德与法治、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、形势与政策
2	知识要求	（1）掌握运动技术学科、运动人体学科以及教学法的基本理论和基本知识。 （2）掌握一般运动训练和专项运动训练的分析方法和技术。 （3）具有从事专项运动训练与教学、竞赛组织与裁判等工作的基本能力。 （4）了解民族传统体育一般训练和专项训练的发展动态，并能运用本专业的知识进行基础科学研究。	运动解剖学、运动生理学、运动训练学、

3	能力要求	<p>掌握体育、卫生保健和心理调节的基础知识，具有强健的体魄和良好的生活规律。发展综合素质，增强创新能力和社会适应能力。</p> <p>（1）养成科学锻炼身体的习惯和文明健康的生活规律，具备探究学习、终身学习、分析问题和解决问题的能力。</p> <p>（2）具有良好的语言、文字表达能力和沟通能力。</p> <p>（3）能正确理解传统与现代、继承与创新的关系，具备运用所学知识、技术与方法进行社会实践的能力。</p>	大学语文、大学英语、大学生心理健康、计算机应用基础
---	------	--	---------------------------

六、课程设置及要求

主要包括公共基础课程和专业（技能）课程。公共基础课程包括思想道德与法治、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、习近平新时代中国特色社会主义思想概论形势与政策、大学语文、大学英语、计算机应用基础、军理论、大学生心理健康、劳动教育理论、国家安全教育、职业生涯规划与发展规划、创业基础、就业指导、中共党史、中华优秀传统文化，详见附表 1；专业（技能）课程包括专业基础课程和专业核心课程、专业拓展课程。专业基础课程设置了运动训练学、田径、篮球、排球、羽毛球、运动解剖学、运动生理学、健康体适能；专业核心课程设置了岳家拳、健身气功、跆拳道、中国武术史、武术、散打、民族传统体育概论、太极拳课程；专业拓展课程设置了运动营养学、乒乓球、陀螺、自卫防身术，详见附表 2。

七、教学进程总体安排

（一）学程时间安排表

项目	学年	第一学年		第二学年		第三学年		合计
	学期	1	2	3	4	5	6	
	周数							
入学教育和军训		3						3
考试		1	1	1	1			4
劳动教育				1	1			2
认识实习			1					1
跟岗实习						18		18
顶岗实习							12	12
毕业设计（论文）							6	6
社会实践（调查）		*	*	*	*	*	*	
课堂教学		16	20	18	18	0		70
合计学期周数		20	20	20	20	18	18	116

说明：1. 社会实践（调查）安排在一二年级的寒暑假进行，由校团委和公共教学部具体安排部署。

（二）课程体系结构及学分学时比例

平台类别	课程系列	课程类别	学时	学时占比	学分	学分占比
通识教育平台	思想政治系列	必修	176	6.9%	9	6.8%
	公共基础系列	必修	374	14.8%	17	12.7%
		选修	96	3.8%	5	3.7%
	人文社会科学系列	选修	72	2.8%	6	4.0%
	自然科学技术系列	选修	72	2.8%	6	4.0%
专业教育平台	专业基础课程系列	必修	356	14.1%	22	16.7%
	专业（核心）课程系列	必修	414	16.3%	24	18%
	专业拓展课程系列	选修	134	5.3%	8	6.1%
综合实践平台	集中实践系列	必修	830	32.8%	32	21.3%
	创新创业系列	必修			2	1.3%

	合计		2524	100%	150	100%
--	----	--	------	------	-----	------

(三) 教学进程表 (教学计划表)

课程平台	课程系列	课程代码	课程名称	课程性质	考核方式	总学分	总学时	学时分配				周学时数	开课学期
								课堂		课外实践	自主学习		
								讲授	实训				
通识教育平台	思想政治系列	C3600001101B	思想道德与法治	A	考试	3	54	30		24		2	1
		C3600001102B	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	A	考试	2	36	32		4		2	3
		C3600001103B	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	A	考试	3	54	48		6		2	4
		C3600001104B	形势与政策（1）	A	考查		8	8				2	1
		C3600001105B	形势与政策（2）	A	考查		8	8				2	2
		C3600001106B	形势与政策（3）	A	考查		8	8				2	3
		C3600001107B	形势与政策（4）	A	考查	1	8	8				2	4
		小计					9	176	142	0	34		
	公共基础系列	C3500001201B	大学英语（1）	A	考查	2	30					2	1
		C3500001202B	大学英语（2）	A	考查	2	36					2	2
		C3500001203B	大学语文（1）	A	考查	2	30					2	1
		C3500001204B	大学语文（2）	A	考查	2	36					2	2
		C3000001203B	计算机应用基础（1）	B	考查	2	32	12	20			2	2
		C3000001204B	计算机应用基础（2）	B	考查	2	36	12	24			2	3
		C1400001201B	军事理论	A	考查	2	36	32				2	2
		C1400001202B	大学生心理健康	B	考查	2	32	18	14			2	1
		C1700001201B	职业生涯规划与发展规划	B	考查	1	16	12	4			2	1
		C1400001203B	劳动教育理论	A	考查	1	16	16				2	2
		C1400001214B	国家安全教育	A	考查	1	16	16				2	3
		C3500001202B	创业基础	B	考查	2	32	24	8			2	4
		C3500001203B	就业指导	B	考查	1	24	16	8			2	4
		C3600001201X	《中共党史》	A	考查	任选一门1学分	32					2	2-4
		C3600001202X	《新中国史》	A	考查		32						2-4
		C3600001204X	《改革开放史》	A	考查		32						2-4
		C3600001205X	《社会主义发展史》	A	考查		32						2-4
		C3400001206X	艺术导论	A	考查	任选一门	32						2-4
		C3400001207X	音乐鉴赏	B	考查		32						2-4
		C3400001208X	舞蹈鉴赏	B	考查		32						2-4
		C3800001209X	美术鉴赏	B	考查		32						2-4

人 文 社 会 科 学 素 养 系 列	C3400001210X	影视鉴赏	B	考查	2	32						2-4
	C3400001211X	戏剧鉴赏	B	考查	学	32						2-4
	C3400001212X	书法鉴赏	B	考查	分	32						2-4
	C3400001213X	中华优秀传统文化	A	考查	限 选 课 2 学 分	32						2-4
	小计				22	470	155	83				
	说明：1. 每个学生至少选修四史课程中的一门，艺术教育课程至少选修一门，中华优秀传统文化课程至少选修一门。											
	CEY00001301X	马克思主义的时代解读	A	考查	1	18				18		2-4
	CEY00001302X	习近平新时代中国特色社会主义思想	A	考查	1.5	24				24		2-4
	CEY00001303X	创新中国	A	考查	1	20				20		2-4
	CEY00001304X	中国古代史	A	考查	2.5	42				42		2-4
	CEY00001305X	中国近现代史纲要	A	考查	2.5	40				40		2-4
	CEY00001306X	中华优秀传统文化之文学瑰宝	A	考查	0.5	10				10		2-4
	CEY00001307X	中国现代文学名家名作	A	考查	2	20				30		2-4
	CEY00001308X	经济学原理（上）：中国故事	A	考查	1	22				22		2-4
	CEY00001309X	经济学原理（下）：全球视角	A	考查	1	18				18		2-4
自 然 科 学 技 术 系 列	CEY00001310X	大学生公民素质教育	A	考查	1	17				17		2-4
	CEY00001301X	马克思主义的时代解读	A	考查	1	18				18		2-4
	CEY00001302X	习近平新时代中国特色社会主义思想	A	考查	1.5	24				24		2-4
	CEY00001303X	创新中国	A	考查	1	20				20		2-4
	CEY00001304X	中国古代史	A	考查	2.5	42				42		2-4
	小计				4	72						
	说明：1. 每个学生至少选修该系列课程 4 学分。2. 表中只列出了该系列部分课程，其他课程见教务处公共选修课程一栏表。											
	CEY00001401X	从“愚昧”到“科学”：科学技术简史	A	考查	2	32				32		2-5
	CEY00001402X	科学启蒙	A	考查	2.5	43				43		2-5
	CEY00001403X	数学史与数学教育	A	考查	1	24				24		2-5
	CEY00001404X	物理与人类生活	A	考查	0.5	10				10		2-5
	CEY00001405X	化学与人类	A	考查	1.5	27				27		2-5
	CEY00001406X	移动互联网时代的信息安全与防护	A	考查	1	18				18		2-5
	CEY00001407X	微生物与人类健康	A	考查	1	21				21		2-5
	CEY00001408X	食品营养与食品安全	A	考查	0.5	10				10		2-5
	CEY00001409X	奇异的仿生学	A	考查	0.5	13				13		2-5

		CEY00001410X	舌尖上的植物学	A	考查	2	31				31		2-5
		CEY00001411X	现代自然地理学	A	考查	1.5	26				26		2-5
		CEY00001412X	现代城市生态与环境学	A	考查	1	20				20		2-5
		CEY00001413X	科学通史	A	考查	1.5	27				27		2-5
		CEY00001414X	生命安全与救援	A	考查	1	21				21		2-5
		CEY00001415X	突发事件及自救互救	A	考查	1	22				22		2-5
		CEY00001416X	现场生命急救知识与技能	A	考查	0.5	10				10		2-5
		CEY00001417X	大学生恋爱与性健康	A	考查	1	21				21		2-5
		CEY00001418X	大学生生理健康	A	考查	0.5	12				12		2-5
		CEY00001419X	大学生防艾健康教育	A	考查	0.5	10				10		2-5
		小计				4	72				108		
		说明：1. 每个学生至少选修该系列课程 4 学分。2. 表中只列出了该系列部分课程，其他课程见教务处公共选修课程一栏表。											
		合计					39	790	297	83	34	216	
专业教育平台	专业基础课程系列	C3232032101B	运动训练学	A	考试	2	36	36				2	3
		C3232032102B	田径（1）	B	考查	2	36	10	26			2	1
		C3232032103B	田径（2）	B	考查	2	36	10	26			2	2
		C3232032104B	篮球	B	考查	2	34	10	24			2	1
		C3232032105B	排球	B	考试	2	34	10	24			2	2
		C3232032106B	羽毛球	B	考试	2	36	10	26			2	3
		C3232032107B	运动解剖学	A	考试	2	36	24	12			2	2
		C3232032108B	运动生理学（1）	A	考试	2	36	32	4			2	3
		C3232032109B	运动生理学（2）	A	考查	2	36	32	4			2	4
		C3232032110B	健康体适能	B	考查	2	36	10	26			2	4
		小计				20	356	186	172				
	专业（核心）课程系列	C3232032201B	岳家拳（1）	B	考试	2	34	8	28			2	1
		C3232032202B	岳家拳（2）	B	考试	2	34	8	26			2	2
		C3232032203B	岳家拳（3）	B	考试	2	34	8	28			2	3
		C3232032204B	岳家拳（4）	B	考查	2	34	8	26			2	4
		C3232032205B	健身气功	B	考试	2	32		32			2	3
		C3232032206B	跆拳道	B	考试	2	32		32			2	3
		C3232032207B	中国武术史	A	考试	2	34	32	2			2	1
		C3232032208B	武术（1）	B	考试	2	36	4	32			2	1
		C3232032209B	武术（2）	B	考试	2	36	4	32			2	2
		C3232032210B	散打	B	考试	2	36		36			2	4
		C3232032211B	民族传统体育概论	A	考试	2	36					2	2
		C3232032212B	太极拳	B	考试	2	36	4	32			2	3
		小计				24	414	76	306				
	专业拓展课程	C3232032301X	运动营养学	B	考查	2	34	17	17			2	3
		C3232032302X	乒乓球	B	考查	2	32	17	17			2	2
		C3232032303X	陀螺	B	考查	2	34	17	17			2	3

	系列	C3232032304X	自卫防身术	B	考查	2	32	16	16			4	4
	小计					8	134	67	67				
	每个学生至少选修该系列课程 8 学分。												
	合计					91	1696	632	592				
综合 实践 平台	集中 实践 系列	C1400003101B	入学教育和军训	C	考查	2	60					20	1
		C3232033101B	劳动实践（1）	C	考查	05	20					20	3
		B3232033102B	劳动实践（2）	C	考查	05	20					20	4
		B3232033103B	认识实习	C	考查	1	20					20	2
		B3232033104B	跟岗实习	C	考查	18	360					20	5
		B3232033105B	顶岗实习	C	考查	12	240					20	6
		B3232033106B	毕业设计（论文）	C	考查	6	120					20	6
		小计					40	830					

备注：课程性质 A、B、C 分别表示理论类课程、理论+实践类课程实践类课程。

八、实施保障

（一）师资队伍

1. 队伍结构

本专业专职教师 16 名，其中，副教授 2 名；学生数与专业教师数比例是 4:1；研究生学历或硕士及以上学位比例 85%；双师素质教师占专业教师比例达 90%；职称、年龄形成合理的梯队结构。

2. 专职教师

具有高校教师资格；能够认真落实党的教育方针，有理想信念、有道德情操；具备扎实的专业理论知识和教育实践能力，能够紧跟时代发展，利用网络教学工具开展信息化教学、教科研研究与教学改革。

3. 专业带头人

专业带头人车勇第范式岳家拳第 23 代传人，拳击国家

一级运动员，体育学院院长，具有丰富的专业理论知识与较强的教育教学能力。能够把握本专业发展方向和社会对本专业人才的实际需求，在教学设计、教学管理、专业研究方面具有较强的工作能力，在相关领域具有一定的影响力。

4. 兼职教师

本专业共有兼职教师 4 人，均来自汤阴县岳飞武校和精忠武校教练团队及相关的行业企业，具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，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教学任务。

(二) 教学设施

专业教室配备智慧黑板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入 WI-FI 环境，并实施网络安全防护措施；安装应急照明装置并保持良好状态，符合紧急疏散要求，标志明显，保持逃生通道畅通无阻。多功能

2. 校内实训室

本专业校内拥有标准化健身房、1+X 运动营养咨询与指导实训室、儿童实训中心 3 个校内实训室，能够满足学生职业能力训练、技能鉴定等需要。在一定程度上锻炼学生的实践操作能力，构建“教、学、做”一体化的教学环境。

3. 校外实训基地

本专业有 6 个稳定的校外实训基地。汤阴县岳飞武术学

校、汤阴县精忠武术学校、安阳哲正跆拳道、安阳政通路小学、汤阴县夏都小学、安阳市东南营小学。实训岗位、实训指导教师确定，实训管理及实施规章制度齐全。实训课采用实践教学模式，在老师的指导下，以小组的形式参与实训，旨在帮助学生了解实训课程教学的基本环节、内容和教学方法，提高学生的教学能力和创新思维能力，从而为学生的未来发展打下坚实的基础。

（三）教学资源

1. 教材选用

按照国家规定选用优质教材，禁止不合格教材进入课堂。学校建立由专业教师、行业专家和教研人员参与的教材选用机构，经过规范程序择优选用教材，选用近三年出版的高职教材达到 90%以上。

（四）教学方法

本专业采用项目导向、案例分析、情境模拟、模块化教学等教学方式，在教学中广泛运用启发式、探究式、讨论式、参与式等教学方法，推广混合式教学、理论和实训一体化教学等新型教学模式，推动课堂教学革命。加强课堂教学管理，规范教学秩序，打造优质课堂。

（五）学习评价

根据不同课程，采取灵活多样的考核形式，着重考核学生综合运用所学知识解决实际问题的能力。考核分为考试和

考查两种。成绩由平时成绩（50%）和期末考试成绩（50%）两部分组成。学生平时成绩由出勤、作业、问题讨论、表现等组成；考试课程必须进行学期考试，形式有开卷考试、闭卷考试、过程型考核等。考查课成绩采用优、良、中、及格、不及格五级分制评定。

实践性课程（含假期社会实践、认知实习、跟岗实习和岗位实习等）的考核实行全程导师制，有行业企业指导教师和校内指导教师共同考核。

（六）质量管理

1. 成立由行业企业、教研机构、校内外一线教师和学生代表组成的专业建设委员会。

2. 已构建“课程+思政”的育人模式。梳理每一门课程蕴含的思想政治教育元素，发挥专业课程承载的思想政治教育功能，制定了课程育人方案，推进全员全过程全方位的三全育人模式，实现思想政治教育与技术技能培养的有机统一。

3. 建立专业建设和教学质量诊断与改进机制，健全专业教学质量监控管理制度，完善课堂教学、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。

4. 完善教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设水平和教学质量诊断与改进，建立健全听

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。

5. 学校建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、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。

6. 充分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。

九、毕业要求

通过 3 年的学习，学生在规定时间内，修完本专业人才培养方案规定课程，获得 133 学分，其中必修课 117 学分，选修课 16 学分，综合实践课程 40 学分，完成规定的各类教学活动，达到人才培养方案所规定的素质、知识和能力等方面的要求。同时，鼓励学生积极参加社会实践，获得相关的职业资格证书。

毕业时，学生还应具备深厚的民族自信心和民族自豪感，坚决拥护中国共产党领导，崇尚宪法、遵法守纪、崇德向善、诚实守信、尊重生命、热爱劳动，努力成为新时代中国特色社会主义的建设者和道德模范的引领者。

附表 1：公共基础课程概述

序号	课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
1	思想道德与法治	<p>(1) 素质目标：牢固树立坚定的理想信念和正确的价值观念，陶冶高尚的道德情操，增强尊法学法守法用法的自觉性，不断提高自身的思想道德素质和法治素养。</p> <p>(2) 知识目标：了解人生观的主要内容，理想信念的内涵及重要性，中国精神的主要内容和要求，社会主义核心价值观的内容和要求，社会主义道德的主要内容和要求以及以宪法为核心的社会主义法律体系的内容，从而具备优秀的思想道德素质和法治素养。</p> <p>(3) 能力目标：能够领悟人生真谛，坚定理想信念，践行社会主义核心价值观，做新时代的忠诚爱国者和改革创新的生力军；帮助大学生形成正确的道德认知，积极投身道德实践，做到明大德、守公德、严私德；帮助大学生把握社会主义法律的本质、运行和体系，理解中国特色社会主义法治体系和法治道路的精髓，自觉学习习近平法治思想，增进法治意识，养成法治思维，能够更好行使法律权利、履行法律义务，做到尊法学法守法用法。</p>	<p>(1) 担当复兴大任成就时代新人 (2) 领悟人生真谛把握人生方向 (3) 追求远大理想坚定崇高信念 (4) 继承优良传统弘扬中国精神 (5) 明确价值要求践行价值准则 (6) 遵守道德规范锤炼道德品格 (7) 学习法治思想提升法治素养</p>	<p>1. 教学条件：授课使用多媒体信息化教学，充分利用信息化手段、科学合理结合视听媒体进行教学。</p> <p>2. 教学方法：讲授法、案例教学法、任务驱动式教学法、讨论式教学法等多种教学方法。</p> <p>3. 师资要求：(1) 政治素质：坚持正确的政治方向，热爱教育事业，具有良好的思想道德品质和教师职业道德。(2) 专业背景及素养：授课教师为马克思主义理论、思想政治教育、法学等相关专业，有较强的教学水平和科研能力，具备本科以上学历或初级以上专业职称。</p> <p>4. 考核方式：坚持课内评价和课外实践评价相结合，依据学习态度、课堂参与、社会实践、课后作业和期末理论课程考试成绩进行综合评价。学生成绩评定由两个部分组成(平时成绩和期末成绩)。其中平时成绩总分为 100 分，占总评成绩的 40%；期末成绩总分为 100 分，占总评成绩 60%。</p>
2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论	<p>(1) 素质目标：接受正确的思想政治理论熏陶，热爱祖国、热爱人民、热爱中国共产党、热爱社会主义，牢固树立中国特色社会主义的理想信念，增强社会责任感与使命感。</p> <p>(2) 知识目标：掌握马克思主义中国化的</p>	<p>(1) 毛泽东思想 (2) 邓小平理论 (3) “三个代表”重要思想 (4) 科学发展</p>	<p>1. 教学条件：授课使用多媒体信息化教学，利用信息化手段、结合视听媒体，教学示范清晰可见。</p> <p>2. 教学方法：以案例教学法、讨论式教学、理论讲授法为主。</p> <p>3. 师资要求：主讲教师需为大学本科及以上学历，专业背景为哲学、思想政治教育、马克思</p>

	体系概论	<p>两大理论成果，深刻认识毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系在中国革命、建设、改革中的重要作用，从而帮助大学生树立马克思主义的基本立场、观点和方法，了解党的基本理论、基本路线、基本方略。</p> <p>(3) 能力目标：能够运用马克思主义理论的立场观点分析问题、解决问题。</p>	观	<p>主义理论、法学等相关专业。坚持正确的政治方向，热爱马克思主义理论教育事业，具有良好的思想品德，有相应的教学水平、科研能力。</p> <p>在事关政治原则、政治立场和政治方向问题上与党中央保持高度一致，能够开展课程教学改革和科学研究。</p> <p>4. 考核方式：本课程为考查课程，重视过程考核，采取平时教学考核+期末考试考核的形式进行课程考核与评价。权重比 70%和 30% 。</p>
3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	<p>(1) 素质目标：培养学生实现中华民族伟大复兴的担当精神</p> <p>(2) 知识目标：掌握习近平新时代中国特色社会主义思想形成的条件，回答的时代课题，主要内容和历史意义。</p> <p>(3) 能力目标：能够用当代马克思主义分析时事、解决问题。</p>	<p>(1) 中国特色社会主义进入新时代(2) 习近平新时代中国特色社会主义思想形成的社会历史条件</p> <p>(3) 习近平新时代中国特色社会主义思想回答的时代课题(4) 习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容</p> <p>(5) 习近平新时代中国特色社会主义思想的历史意义</p>	<p>1. 教学条件：授课使用多媒体信息化教学，利用信息化手段、结合视听媒体，教学示范清晰可见。</p> <p>2. 教学方法：以案例教学法、讨论式教学、理论讲授法为主。</p> <p>3. 师资要求：具备哲学、马克思主义理论、思想政治教育、法学等相关专业背景，具有扎实的思想教育教学功底；具有信息化教学能力，能够开展课程教学改革和科学研究。</p> <p>4. 考核方式：本课程为考试课程，重视过程考核，采取平时教学考核+期末考试的形式进行课程考核与评价。考核权重比为 70%和 30%</p>
4	形势与政策	<p>全面落实立德树人根本任务，帮助学生开阔视野，及时了解、正确认识国内外重大时事，全面准确地理解党的路线、方针和政策，激发学生的爱国热情，增强民族自信心和责任感，坚定在中国共产党领导下走中国特色社会主义道路的信心和决心，进而积极投身到改革开放和社会主义现代化建设的伟大事业中。</p>	<p>课程着重进行我国改革开放和社会主义现代化建设形势、任务和发展成就教育；党和国家重大方针政策、活动和改革措施教育；当前国际形势与国际关系状况、发展趋势和我国对外政策原则立场教育。</p>	<p>1. 教学条件：授课使用蓝墨云班课线上教学，有效利用信息化手段，通过发布资料，设置活动等形式开展教学。</p> <p>2. 教学方法：讲授法、案例教学法、任务驱动法、启发式教学法等。</p> <p>3. 师资要求：主讲教师需遵守国家法律和法规，热爱祖国，拥护中国共产党的领导，热爱人民教育事业，贯彻国家教育方针，具有坚定的政治立场，良好的职业道德和师德师风；主讲教师需要具有思想政治教育类或哲学社会科学等相关专业的本科以上学历；主讲教师需要具备高校教师资格证，具有初级以上职称。</p> <p>4. 考核方式：本课程为考查科目。遵循“以学生为中心”的基本理念，考核评价采用过程考核为主、结果考核为辅，评定方式 1：总结性考核（撰写论文）60%，评定方式 2：平时成绩（含出勤、作业、课堂表现）40%</p>
5	大学语文	<p>培养学生阅读和理解文学作品的能力，提高学生文学鉴赏水平和文化修养，提升写作能</p>	<p>散文阅读与欣赏；诗歌阅读与欣赏；小说阅读与欣赏；影视与</p>	<p>1. 教学条件：授课使用多媒体信息化教学，充分利用信息化手段、科学合理结合视听媒体进行教学。</p> <p>2. 教学方法：讲授法、小组讨论法、任务驱动法等。</p> <p>3. 师资要求：师资要求：具有语文相关学科背景本科以上学历或初级以上职称，有高校教师</p>

		力,以适应学习和工作的需要。	戏剧欣赏;语言表达能与技巧;实用写作训练。	资格证,有较高的政治觉悟,深厚的思政素养,同时应具备较丰富的教学经验。 4.考核方式:本课程的综合考核成绩包括两部分:过程性考核,占综合成绩的40%,按百分制计;终结性考核,占综合成绩的60%,按百分制计。尽量加大过程性考核的力度,鼓励学生积极参与到平时的教学活动中,以切实有效地提高教学效果,让学生真正学有所获。
6	大学英语	培养学生阅读英文资料获取前沿信息的能力;涉外口头交际和书面表达能力;跨文化交流能力;学生未来职业发展和英语终身学习能力。	本课程主要讲授英语口语、听力、语法、词汇、篇章结构等基础知识,培养学生良好的听、说、读、写、译等综合能力。	1.教学条件:授课使用多媒体信息化教学,利用信息化手段、结合视听媒体,教学示范清晰可见。 2.教学方法:讲授法、小组讨论法、任务驱动法等。 3.师资要求:具有英语相关学科背景本科以上学历或初级以上职称;有较高的政治觉悟,深厚的思政素养,同时应具备较丰富的教学经验。 4.考核方式:本课程为考查课程,重视过程考核,采取平时考核+期末考试考核的形式进行课程考核与评价。权重比40%和60%。
7	大学体育	引导学生正确认识体育锻炼目的意义,了解基本的体育理论知识,掌握必要的运动技术和技能,学会科学锻炼身体,养成锻炼身体的良好习惯。	课程内容包括篮球、排球、足球三大球和乒乓球、羽毛球各项运动(任选一项)概述、竞赛规则、各种球类的技战术;武术、体操类运动概述、基本技术和规定套路等。	1.教学条件:在场馆和场地开展教学,老师进行示范讲解;室内教学引入微课及竞赛视频进行辅助讲解。 2.教学方法:通过理论和实践课程方式组织教学,引入竞赛项目进课堂,并利用在线开放课程的方式辅以实施。融入课程思政坚持立德树人贯穿课程始终,培养具备勇敢顽强、坚韧不拔、超越自我、严谨细致、健康向上的精神风貌、公平公正的竞争意识。 3.师资要求:具有学科背景本科以上学历或初级以上职称;有较高的政治觉悟,深厚的思政素养,同时应具备较丰富的教学经验。 4.考核方式:课程评价采用过程考核(技术评定)和终结性考核(成绩考核)相结合形式。
8	计算机应用基础	引导学生掌握计算机基础知识与基本理论,了解计算机的基本组成、常见配置和基本性能,熟练掌握word、excel、powerpoint等办公工具。具备使用应用工具软件获取信息、处理数据、解决问题的能力,形成分析和解决问题的计算思维与素养。	内容包括:计算机基础知识、操作系统的使用、文字处理软件应用、电子表格处理软件应用、多媒体软件应用、演示文稿软件应用等。	1.教学条件:具备在计算机网络教室开展教学的基本条件,具备常见的信息化教学设备、较好的网络环境和信息化教学工具等。 2.教学方法:课程采用线上、线下混合式教学方式,以项目式教学、任务驱动式教学为主,以教师多媒体演示和学生实践操作相结合开展教学活动。注重调动学生学习的积极性,为学生综合素质的提高、职业能力的形成和可持续发展奠定基础。 3.师资要求:有较高的思想政治觉悟,热爱教书育人事业。具备计算机相关专业的学科背景,有较高的计算机理论知识和教学创新能力。有较好的现代教育技术应用能力,具备专业学科建设以及较好的科研能力。 4.考核方式:本课程是考查课程,以学生的过程性考核为主,充分利用云班课记录学生的学习过程,结合平时的课堂表现、期末作业,综合评价学生总成绩。学生期末总成绩=平时成绩×50%+期末成绩×50%。
9	军事	了解军事基础知识,增	主要包括中国	1.教学条件:配备相关教材、教学资源,授课使用多媒体设备,利用信息化手段、有效利用

	理论	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、传承红色基因、提高学生综合国防素质。	国防、国家安全、军事思想、现代战争、信息化装备五个方面内容。	<p>视听媒体进行教学。</p> <p>2. 教学方法: 本课程可采取课堂讲授、多媒体教学、课外实践等多种教学形式和方法。</p> <p>3. 师资要求: (1) 政治素质: 坚持正确的政治方向, 拥护党的领导, 热爱教育事业, 具有良好的思想道德品质和教师职业道德。(2) 专业背景及素养: 授课教师有相关专业知识储备, 具备本科以上学历或初级以上职称, 对军事教学感兴趣。(3) 应具备良好的教学能力和教学方法, 能够激发学生的学习兴趣 and 积极性, 引导学生自主学习和协作学习。</p> <p>4. 考核方式: 坚持总成绩构成 总成绩=平时成绩×40%+期末成绩×60%。平时成绩包括以下考核方式: (1) 课堂表现: 通过学生出勤、在课堂上的表现情况、发言与提问情况评定学生的学习态度与学习效果。平时作业完成情况: 通过布置符合课程目标的作业评定学生的学习情况。通过观察学生组队汇报成果了解协作学习情况</p>
10	大学生心理健康	<p>(1) 德育目标: 树立正确的心理健康观, 具有自助与互助意识, 懂得自尊自爱、珍惜感恩, 培育积极向上、理性平和的心态; 遵守法律和行为底线, 形成辩证、正向的思维模式, 树立积极的人生观和价值观。</p> <p>(2) 知识目标: 了解心理健康相关知识, 明确心理健康的标准及意义; 了解大学阶段人的心理发展特征及异常表现, 掌握自我调适的基本知识。</p> <p>(3) 能力目标: 能客观评价与接纳自我, 具有自我探索与反思的意识和能力; 学会运用人际交往与沟通的原则方法, 提升人际交往和团队合作的能力; 学会自我心理调适, 掌握情绪管理、压力和挫折应对、学习发展等方法, 并能运用到学习生活中去, 减少和消除自身的心理困惑。</p>	适应心理、心理健康概述、心理咨询、心理困惑及异常心理、自我意识与培养、人格发展、情绪管理、人际交往、恋爱心理、压力管理与挫折应对、学习心理、职业生涯规划、生命教育与心理危机应对等内容。	<p>1. 教学条件: 授课使用多媒体信息化教学, 利用信息化手段、结合视听媒体、心理测评等工具, 将抽象的教学内容, 采用图文并茂的方式形象地演示出来, 教学示范清晰可见。</p> <p>2. 教学方法: 采用理论与体验教学相结合、讲授与训练相结合的教学方法, 如讲授法、案例分析、小组讨论、心理测试、团体训练、情境表演、角色扮演、体验活动等多种教学方法互补, 激发学生学习的主动性与积极性。</p> <p>3. 师资要求: (1) 政治素质: 坚持正确的政治方向, 热爱心理健康教育事业, 遵纪守法, 具有良好的职业道德和综合素质。(2) 专业背景及素养: 课程负责人须具备中级及以上职称, 研究生及以上学历, 专业背景为心理健康教育、心理学等相关专业。主讲教师须具备大学本科及以上学历, 专业背景为心理健康教育、心理学、教育学等相关专业, 均需具备扎实的专业能力和业务水平, 具有能够独立开展学生心理健康教育、教学、咨询、团辅及科研能力。</p> <p>4. 考核方式: 本课程是考查课程, 注重过程性评价。考核评价不仅仅局限于期末成绩, 而是更加注重学习过程和完成课外活动情况的考察, 依据学习态度、课堂参与、课后作业和期末考试成绩进行综合评价。学生成绩评定由两个部分组成(平时成绩和期末成绩)。其中平时成绩总分为 100 分, 占总评成绩的 50%; 期末成绩总分为 100 分, 占总评成绩 50%。</p>
11	劳动教育理论	通过本课程学习, 能使学生掌握与自身未来职业发展密切相关的通用劳动科学知识, 理	着重讲授劳动教育基础知识和技能, 以劳动教育为主, 兼具	<p>1. 教学条件: 配备相关教材、教学资源, 授课使用多媒体设备, 利用信息化手段、有效利用视听媒体进行教学。</p> <p>2. 教学方法: 本课程可采取课堂讲授、多媒体教学、课外实践等多种教学形式和方法。</p> <p>3. 师资要求: (1) 政治素质: 坚持正确的政治方</p>

		解和形成马克思主义劳动观,树立正确的劳动价值取向和积极的劳动精神面貌,促进学生德智体美劳全面发展。	我校特色专业教育、实习实训、社会实践、创新创业等各学科的联动性教育,从而提升学生的劳动素养,形成劳动观念,锻炼劳动技能,养成劳动习惯。	向,拥护党的领导,热爱教育事业,具有良好的思想道德品质和教师职业道德。(2)专业背景及素养:授课教师有相关专业知识储备,具备本科以上学历或初级以上职称,对劳动教育课程感兴趣。(3)应具备良好的教学能力和教学方法,能够激发学生的学习兴趣 and 积极性,引导学生自主学习和协作学习。 4.考核方式:坚持总成绩构成 总成绩=平时成绩×40%+期末成绩×60% 平时成绩包括以下考核方式(课堂表现:通过学生出勤、在课堂上的表现情况、发言与提问情况评定学生的学习态度与学习效果;平时作业完成情况:通过布置符合课程目标的作业评定学生的学习情况;通过观察学生组队汇报成果了解协作学习情况)。
12	国家安全教育	引导学生理解总体国家安全观,正确认识和全面掌握国家安全各领域的内涵及其关系。教育培养广大学生牢固树立国家安全意识,树立国家安全底线思维,增强维护国家安全能力,认识国家安全对国家发展的重要作用。	课程内容包括: 总体国家安全观,国家政治安全、国家国土安全、国家军事安全、经济安全、文化安全、社会安全、科技安全、网络安全、生态安全、资源安全、核安全、海外利益安全、新型领域安全等。	教学条件:配备相关的教材、教学资料 and 多媒体设备,以支持丰富多样的教学形式。 具备安全稳定的教学场所,保障教学活动的顺利进行。提供网络资源平台,便于学生获取拓展学习资料。 教学方法:采用案例教学法,通过实际案例引导学生深入理解国家安全的重要性及相关问题。 运用小组讨论法,激发学生的思维碰撞和交流合作能力。结合多媒体教学,如视频、图片等,增强教学的直观性和吸引力。定期组织实践活动,如参观相关展览、参加安全演练等,让学生在实践中强化意识。 师资要求:教师应具备扎实的国家安全知识体系,能够准确、深入地讲解相关内容。拥有良好的教学能力和沟通技巧,能够有效地引导学生学习和思考。关注国家安全领域的动态和发展,及时更新教学内容。具备一定的研究能力,能够带领学生开展相关课题研究。 考核方式:平时成绩包括课堂表现、作业完成情况、小组讨论参与度等。安排阶段性测验,检测学生对阶段性知识的掌握程度。要求学生撰写课程相关的论文或报告,考察学生的综合分析和应用能力。进行期末考试,全面考核学生对国家安全教育整体理解和掌握。
13	职业生涯规划	了解生涯规划意义和方法,引导学生认识自我和职业世界,了解职业素养和职业能力要求,具备自我了解能力和综合沟通能力,对生涯规划进行评估和修正,树立起正确的人生观、价值观、职业观以	课程内容包括: 初识职业生涯和职业生涯规划、认知生涯发展理论、初探职业世界、挖掘自我资源、明确职业决策、管理生涯规划、培养职业	1.教学条件:配备相关教材、教学资源,授课使用多媒体设备,利用信息化手段、有效利用视听媒体进行教学。 2.教学方法:主要采取课堂讲授、讨论、案例(录像)分析、头脑风暴、小调查、知识竞赛等多种教学形式和方法。 3.师资要求:(1)政治素质:坚持正确的政治方向,拥护党的领导,热爱教育事业,具有良好的思想道德品质和教师职业道德。(2)专业背景及素养:授课教师有相关专业知识储备,具备本科以上学历或初级以上职称。 4.考核方式:坚持总成绩构成 总成绩=平时成绩×40%+期末成绩×60%。平时成绩评定 平时

		及职业生涯发展的自主意识。	业素质和能力等。	成绩（100%）=课堂表现×20%+平时作业完成情况×80%。平时成绩包括以下考核方式：（1）课堂表现：通过学生出勤、在课堂上的表现情况、发言与提问情况评定学生的学习态度与学习效果。（2）平时作业完成情况：通过布置符合课程目标的作业评定学生的学习情况。
14	创业基础	引导学生掌握提升创新能力的方法及开展创业活动所需要的知识，掌握正确识别商机的方法，掌握创业计划的写作要点。具备组建团队、管理创业团队等能力，具备风险规避和危机处理能力，有良好的人际沟通和表达能力。培养创新思维，培育创客精神。	课程内容包括创新教育和创业教育两部分，创新教育包括：创新概述、创新精神、创新意识、创新思维、创新方法、创新型人才；创业教育包括创业基础知识、创业者和创业团队、创业机会与创业风险、创业资源与创业融资、商业模式的发展、创业计划的制订、新企业的创建、新企业的管理与建设等。	1. 教学条件：配备相关教材、教学资源，授课使用多媒体设备，利用信息化手段、有效利用视听媒体进行教学。 2. 教学方法：本课程坚持理论与实践相结合、讲授与训练相结合的方式进行。主要采取课堂讲授、讨论、案例（录像）分析、模拟教学、小调查、知识竞赛等多种教学形式和方法，注重培养学生的发现问题、分析问题和创造性解决问题的能力；培养学生的创新意识和实践能力。 3. 师资要求：（1）政治素质：坚持正确的政治方向，拥护党的领导，热爱教育事业，具有良好的思想道德品质和教师职业道德。（2）专业背景及素养：授课教师有相关专业基础知识储备，具备本科以上学历或初级以上职称。 4. 考核方式：坚持总成绩构成 总成绩=平时成绩×40%+期末成绩×60%。平时成绩评定 平时成绩（100%）=课堂表现×20%+平时作业完成情况×80%。平时成绩包括以下考核方式：（1）课堂表现：通过学生出勤、在课堂上的表现情况、发言与提问情况评定学生的学习态度与学习效果。（2）平时作业完成情况：通过布置符合课程目标的作业评定学生的学习情况。
15	就业指导	引导学生了解教师行业就业形势与政策法规、掌握基本的劳动力市场信息、相关的职业分类知识以及就业的基本知识。使学生具备自我探索技能、信息搜索与管理技能、求职技能，树立积极正确的人生观、价值观和就业观念。	内容包括：大学生就业形势分析与展望、最新就业政策分析、搜集就业信息、简历撰写、面试技巧、求职礼仪、心理调适、就业权益保护、职业适应与发展、创业教育等内容。	1. 教学条件：配备相关教材、教学资源，授课使用多媒体设备，利用信息化手段、有效利用视听媒体进行教学。 2. 教学方法：采取课堂讲授、小组讨论、典型案例、情景模拟训练、课外实践、角色扮演、社会调查、知识竞赛等多种教学形式和方法。 3. 师资要求：（1）政治素质：坚持正确的政治方向，拥护党的领导，热爱教育事业，具有良好的思想道德品质和教师职业道德。（2）专业背景及素养：授课教师有相关专业基础知识储备，具备本科以上学历或初级以上职称。 4. 考核方式：坚持总成绩构成 总成绩=平时成绩×40%+期末成绩×60%。平时成绩评定 平时成绩（100%）=课堂表现×20%+平时作业完成情况×80%。平时成绩包括以下考核方式（课堂表现：通过学生出勤、在课堂上的表现情况、发言与提问情况评定学生的学习态度与学习效果。平时作业完成情况：通过布置符合课程目标的作业评定学生的学习情况）。
16	中共党史	引导学生了解中国共产党的奋斗历程，对学生进行爱国主义、集体	课程内容包括：开天辟地的大事件、轰轰烈烈的大革命、中国革命的新道路、	1. 教学条件：授课使用多媒体信息化教学，利用信息化手段、有效利用视听媒体进行教学。 2. 教学方法：讲授法、案例教学法、启发式教学法、讨论式教学法等多种教学方法。 3. 师资要求：（1）政治素质：坚持正确的政治方

		主义、社会主义和革命传统教育,使学生对中国近代以来的基本国情有充分的认识,进一步提高理论联系实际,分析问题、解决问题的能力。	抗日战争的中流砥柱、为新中国而奋斗、历史和人民的选择、在探索中曲折发展、建设有中国特色社会主义、中国特色社会主义继续发展 中国特色社会主义进入新时代等。	向,拥护党的领导,热爱教育事业,具有良好的思想道德品质和教师职业道德。(2)专业背景及素养:授课教师为马克思主义理论、思想政治教育、马克思主义中国化等相关专业,熟悉中共党史,有较强的教学水平和科研能力,具备本科以上学历或初级以上职称。 4.考核方式:坚持课内评价和课外实践评价相结合,依据学习态度、课堂参与、社会实践、课后作业和期末理论课程考试成绩进行综合评价。学生成绩评定由两个部分组成(平时成绩和期末成绩)。其中平时成绩总分为100分,占总评成绩的40%;期末成绩总分为100分,占总评成绩60%。
17	中华优秀传统文化	帮助学生了解和认识中华优秀传统文化的优秀要素,熟悉中国传统思维模式,学习中华传统美德,体悟中华民族品格;启迪学生热爱祖国、热爱民族文化;引导学生汲取中华民族智慧,传承中华民族精神,完善人格,深化家国情怀,增强民族自信心、自尊心、自豪感,弘扬中国价值;从而助推学生人文素养、职业素养和专业素养的全面发展。	选取民间信仰、儒学、道教、八卦与五行、家族宗法、汉字、建筑、服饰、婚俗、茶、酒、江湖等传统文化中的思维方式、伦理道德观念、家国情怀、人生观、价值观、审美意识和审美观念等内容。	1.教学条件:理论与实践相结合,有效利用多媒体信息化教学手段、图文并茂开展教学。 2.教学方法:实行课内课外、线上线下混合式教学模式,主要使用体验式教学、案例教学、任务驱动教学等教学方式,使用启发式、讨论式、探究式、发现教学等教学方法。 3.师资要求:具备深厚的中华优秀传统文化知识储备,对中国优秀传统文化有深入的理解;具备丰富的中华优秀传统文化教学经验,能够将复杂的文化概念和理论深入浅出地传授给学生;具有设计和实施相关授课计划的能力,并能够灵活运用不同的教学方法和资源;能够结合学校教学要求和学生需求,设计和改进相关课程内容和教材。 4.考核方式:课程评价主要采用过程性考核的形式。考核内容由个人任务和小组任务共同组成,主要考核学生的知识应用能力、自主学习和探究能力、文化应用能力、人文素养以及综合素质等内容。通过开展课堂讨论、小组合作和个人作业等形式,全面评价学生对中华优秀传统文化的理解和应用能力。考核评价的内容包括学生的学习态度、知识掌握情况、知识拓展和应用能力以及人文素质。

附表 2

专业技能课程

序号	课程名称	课程目标	主要内容	教学要求
1	岳家拳	学生完成教学任务后，能较熟练运用岳家拳专业知识讲解岳家拳动作，熟练掌握岳家拳动作的技击含义。	主要学习连八捶、小字锤、大字锤，岳家拳器械，岳家拳动作的文化解读以及岳家拳的基本知识和动作的技击含义；使学生具备能练、能讲、能教、能写的基本教学与训练能力。	
2	运动解剖学	通过课堂讲授，使学生比较系统地掌握人体各器官系统的形态结构和主要功能。	通过理论学习和实验操作使学生巩固和加深对人体结构和生理功能的认知，并掌握一定的实验方法和技能。	
3	运动生理学	课程结束后，学生可进行体育教学和体育锻炼的教学工作，为运动训练提供科学的理论指导。	了解人体运动的生理学原理和机制，掌握不同年龄、性别，不同运动项目和不同锻炼水平人群的生理学特点。	
4	运动训练学	课程结束后，学生能基本掌握运动训练的基本原理与方法，初步具备制定年度、月、周、课训练计划的能力。	了解运动训练的目标、任务和方法，掌握运动训练的基本概念和基本内容，具备制定运动训练计划和运动处方的能力。	
5	武术	通过课程教学，使学生基本掌握武术专业知识、专业技能和训练方法，初步具备武术教学与训练的能力。	主要学习武术的基本知识、基本技能和裁判方法。教与学相结合，在课堂教学中安排实践课，提高学生运用所学知识和技术进行实践的能力。	
6	民族传统体育概论	通过本课程的学习，使学生全面了解我国民族传统体育的思想基础、本质特征和历史演变的规律，树立科学的民族传统体育观，进一步继承与发展我国现代民族传统体育事业。	民族传统体育的萌芽与发展、近代民族传统体育、现代民族传统体育、民族传统体育项目。介绍以具体事例和身边的社会现象讲述。	
7	篮球	1. 掌握篮球运动的基本知识、基本技术、基本战术和科学锻炼身体的方法； 2. 通过篮球技、战术及专项身体训练，使学生掌握篮球竞赛规则的同时学会运用规则的能力，提高技、战术水平； 3. 培养学生吃苦耐劳，团结协	模块一篮球运动理论：篮球运动概述和技术原理、篮球教学与训练； 模块二篮球运动技术教学：移动技术、传接球技术、投篮技术、运球技术、持球突破技术； 模块三：篮球战术讲解与训练； 模块四：篮球运动竞赛组织编排	

		作，顽强拼搏的意志品质，使学生树立终身体育锻炼的意识； 4. 通过篮球专项课的教学和各种技战术的练习，达到锻炼身体和增强体质的目的，养成终身体育意识。	与裁判、小篮球比赛与教学。	
8	排球	了解排球运动的基本规律和特点；掌握排球运动教学与训练方法与手段；掌握排球运动的竞赛组织过程与方法。 具备从事全民健身活动中气排球项目指导工作的能力； 具有基本的竞赛组织及裁判工作能力。	1. 排球运动概述、排球教学与训练理论、竞赛规则；2. 准备姿势及移动、垫球、传球、发球、扣球、拦网、基本战术； 3. 竞赛组织、裁判法。	
9	羽毛球	1. 通过羽毛球理论知识的学习，使学生了解羽毛球运动的基本常识，熟悉羽毛球竞赛规则和裁判法，学会观看与欣赏羽毛球竞赛；2. 通过运动技能的教学，使学生掌握羽毛球运动的基本方法和技能，能科学地进行锻炼 3. 掌握科学的健身方法，具备运用羽毛球手段进行健康教育的能力。	模块一：羽毛球理论，主要内容为羽毛球运动概述和羽毛球竞赛规则与裁判法； 模块二：羽毛球运动的基本技术，包括握拍法、正手发高远球、反手发网前球、正 反手挑球、正手击高远球、吊球、步法等等； 模块三：羽毛球运动的基本战术，包括羽毛球单打的基本战术等； 模块四：羽毛球的专项身体素质，包括下肢专项力量训练和核心力量训练。	
10	田径	课程学习结束后，学生可基本掌握田径运动的技能以及各个运动项目的特点，为教学和科学训练提供帮助，为专升本学生考试提供专业指导，提高专升本率。	学习田赛和竞赛相关运动项目的基本技能和锻炼方法，提高专升本升学率。	
11	跆拳道	通过该课程学习，使学生掌握跆拳道的基本技法、技术特点和段位结构，能进行基础的跆拳道教学训练。	学习内容有关跆拳道礼仪、基本功、基本技法，段位动作和裁判法。	
12	健身气功	课程结束后，学生能掌握关于健身气功的理论和动作要领，能较熟练运用健身气功专业知识讲解健身养生的作用。	主要介绍并讲解健身气功的基本知识，主要学习八段锦、五禽戏套路动作并掌握其运动特点。	
13	健康体适能	了解现代体适能训练最前沿理论要点，掌握体适能与身体素质的差别；掌握速度、力量、耐力、灵敏、柔韧体适能训练方法和手段，具备主要运动项目等相关体	学习田赛和竞赛相关运动项目的基本技能和锻炼方法，提高专升本升学率。	

		能训练计划的设计、组织和实施、编制运动处方的能力。		
14	中国武术史	课程结束后，使学生了解武术断代史，总体了解武术发展的历史及现状，较好地掌握武术史中的有关概念和观点，为今后进一步研究学习打基础。	根据中国历史的基本分期，分为原始社会武术、夏商西周武术、春秋战国武术、秦汉武术、魏晋南北朝武术、隋唐五代武术、宋辽金元武术、明清武术、近现代武术。	
15	太极拳	学生完成教学任务后，能较熟练运用太极拳专业知识讲解太极拳动作，熟练掌握太极拳动作的技击含义。	主要学习 24 式太极拳、陈式太极拳传统一、二套路，太极拳动作的文化解读以及太极拳的基本知识和动作的技击含义；使学生具备能练、能讲、能教、能写的基本教学与训练能力。	