



三明医学科技职业学院

Sanming Medical And Polytechnic Vocation College

人才培养方案

专业名称： 体育保健与康复

专业代码： 570306

学 制 ： 全日制、五年

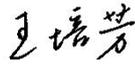
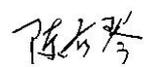
专业带头人： 王培芳

二级院系： 人文与教育系

二〇二五年 二月 制订

人才培养方案审核意见表

本专业人才培养方案适用于 2025 年全日制高职专业，由体育保健与康复专业建设委员会与三明学院体育与康养学院、三明市列东中医医院、三明脊康堂等共同制订，经专业建设委员会论证后，于 2025 年 5 月上报院学术委员会评审，提出评审及修改意见，并根据专家评审意见进行修改，形成此稿，于 2025 年 6 月经院党委会审议通过。

专业名称				体育保健与康复专业			
课程门数				75	总学时数		4722
实践课时比例				51.14%	毕业学分		262.5
专业建设委员会	序号	姓名	性别	单 位	职称/职务	委员属性	
	1	王培芳	男	三明医学科技职业学院	副教授/研究员/党总支副书记	主任委员	
	2	郑 伟	男	三明学院	教授/副院长	委员	
	3	付洪贵	男	三明市赢火体育文化产业发展有限公司	董事长	委员	
	4	林少舟	男	三明医学科技职业学院	讲师	委员	
	5	刘建彬	男	三明医学科技职业学院	讲师	委员	
	6	赵小莎	女	三明医学科技职业学院	讲师	委员	
	7	何少栖	女	三明医学科技职业学院	助教	委员	
	8	蔡佳乐	男	厦门首康儿童康复中心	职工	委员	
专业建设委员会 论证意见	<p>培养方案课程设置较为合理，目标定位准确，契合国家全民健康理念，知识体系循序渐进，注重工学结合，能够满足企业人才培养的基本需求，符合技能型人才的培养要求。建议加强学生培养实践能力，同时关注专业发展趋势，人才的需求标准并加强职业道德培养。</p> <p style="text-align: right;">负责人签字：  2025年 5 月 12 日</p>						
二级院系 审核意见	<p>专业培养目标设定明确，课程设置合理，开设的实训项目符合专业需要，教学措施可行。</p> <p style="text-align: right;">负责人签字（盖章）：  2025 年 5 月 12 日</p>						

体育保健与康复专业人才培养方案

2025 级（五年制）用

【专业名称】体育保健与康复

【专业代码】570306

【学 制】全日制，五年。

三二联办学校：清流职业中专

【招生对象】普通初中毕业生或具有同等学历者

【简史与特色】体育保健与康复专业从 2019 年起开始招生，是在医疗卫生和体育运动相结合的过程中发展起来的综合性交叉学科。贯彻实施以“运动是良药”为理念，发挥“体卫融合”办学特色。加强体育运动指导，推广“运动处方”，在科学健身和人们健康理念的转变，发挥体育锻炼在疾病防治以及促进健康等方面的积极作用。

一、专业介绍与人才培养方案说明

（一）专业背景

体育保健与康复专业是融合医疗卫生与体育运动的综合性交叉学科，兼具医学保健与体育学的双重属性，旨在通过“体卫融合”模式培养掌握运动组织、健身健体、中医康复、体育保健、健康管理、食品营养、休闲养生、健身指导等核心技能的一专多能人才。在国家健康战略引领下，2016 年《“健康中国 2030”规划纲要》提出推进健康中国建设，要坚持预防为主，推行健康文明的生活方式，营造绿色安全的健康环境，减少疾病发生。要调整优化健康服务体系，强化早诊断、早治疗、早康复，坚持保基本、强基层、建机制，更好满足人民群众健康需求。2024 年《“体重管理年”活动实施方案》进一步聚焦超重肥胖等慢性病危险因素，计划通过三年行动构建全民体重管理支持体系，提升健康素养。在此背景下，该专业通过普及“治未病”理念、推广科学健身与健康生活方式，直接响应国家需求。当前，我国居民超重肥胖形势严峻，竞技体育与群众体育快速发展催生了运动康复、健康管理等领域的巨大人才缺口，而现有康复机构与专业资源远未满足市场需求。因此，推动高职高专院校开设此类专业、完善学科体系，既是填补行业空白的必要举措，也为优化全民健康管理、降低慢性病风险提供了技术支撑，同时助力体育强国战略实施及地方健康产业实践（如三明市创建国家体育消费示范城市），促进医疗、体育与健康消费协同发展，形成“体卫融合”服务链，最终实现健康中国建设从政策到民生的多层次落地。

（二）专业发展历程与特色

体育保健与康复专业于 2019 年开始招生，该专业建设始终与社会民生需求紧密结合，以社会和企业需求为导向，贯彻“教学练合一”的人才培养模式。专业主动融入三明市国家体育消费试点城市建设，2021 年学校入选福建省及三明市少数民族传统健身操项目训练基地，2023 年我院成为第一届福建省体育与卫生健康融合协会理事单位，并获得 2023 年福建省首届运动促进健康知识技能大赛三等奖。

1. 专业的市场前景广阔。据中国康复医学会调查，目前全国康复治疗与体育保健等健康专业技术人员数量占比远低于发达国家水平。专家团队通过走访三明市运动健康中心、健身俱乐部、休闲养生机构，对本地社会休闲行业开展了广泛调研，进一步明确三明市体育保健与康复产业现状，清晰掌握未来 3 至 5 年人才需求的数量、规格及岗位类型，为专业课程设置与实训体系建设奠定基础，使学生实训与就业更具市场针对性。

2. 专业高度契合“健康中国 2030”“健康三明行动”战略，以及“体重管理年”国家产业结构调整对健康服务业的政策支持。社会对体育保健与康复专业人才需求急剧增加，调研表明，该专业不仅是休闲体育、社区体育发展的基础，更成为其快速发展的助推器。随着全民健康意识提升，体育保健与康复、社会体育和休闲体育专业进入发展快车道，成为热门领域。通过多元化人才培养，本专业为三明及全省体育产业注入新活力，推动社会创新创业与就业，更好满足人民群众健康需求。

3. 体育保健与康复专业以体育健康产业为依托，融合“体育+医疗”“体育+康养”模式，主动服务三明市医疗改革与康养产业发展，满足区域健康行业人才培养需求。同时，针对三明市老年人口快速增长的趋势，专业提前布局养老康复领域，以应对经济社会发展对养老康复人才的迫切需求。

（三）人才培养方案说明

本专业调研团队分别设计了《体育保健与康复专业人才需求与人才培养调查问卷》、《体育保健与康复专业职业能力调查问卷》对三明市 12 家开设体育保健与康复的机构进行调研《体育保健与康复专业人才需求与人才培养调查问卷》重点了解基层体育产业机构的主要业务、专业相关岗位(群)、职业岗位(群)需求能力等。根据体育保健与康复行业的发展和专业建设的现状，组织专业教师进行了广泛谈论并提出合理的建议；根据岗位、职业能力的要求，构建以职业能力培养为核心，基于岗位职业技能，开发了学习内容与职业技能深度融合的教学内容动态发展的模块化课程体系。贯彻“教学练合一”人才培养模式，真正实现“在做中学、在学中做”，强化专业核心技能培养。经体育保健与康复专业建设委员会和教

务处审核修订形成此稿。

（四）人才培养方案设计理念

认真学习领会国务院《国家职业教育改革实施方案》（职教 20 条）、教育部《关于职业院校专业人才培养方案制订与实施工作的指导意见》《高等学校课程思政建设指导纲要》、中共中央办公厅国务院办公厅《关于推动现代职业教育高质量发展的意见》《关于深化现代职业教育体系建设改革的意见》。贯彻落实职业教育实现 5 个对接：“服务经济社会发展和人的全面发展，推动专业设置与产业需求对接，课程内容与职业标准对接，教学过程与生产过程对接，毕业证书与职业资格证书对接，职业教育与终身学习对接”的指导思想，以教促产、以产助教、产教融合、产学合作，功能定位由“谋业”转向“人本”，设计 2025 级体育保健与康复专业人才培养方案。

（五）主要衔接专业

序号	层次	专业大类	专业名称	专业代码
1	中职	体育类	运动训练	770303
2	高职本科	体育类	社会体育指导与管理	370301
3	高职本科	体育类	休闲体育	370302
4	高职本科	体育类	体能训练	370303
5	高职本科	体育类	电子竞技技术与管理	370304
6	专业硕士	体育类	体育学	

二、职业面向

体育保健与康复专业对接三明体育健康行业发展，职业面向于医院康复科、社区健康监测中心、疗养院、康复中心、各地级体育俱乐部、会所担任健身健美、体重管理、运动康复、社会指导员工作，以及自主创业运动队等岗位。本专业职业面向如下表：

所属专业大类 (代码)	教育与体育大 类(57)
所属专业类 (代码)	体育类(5703)
对应行业 (代码)	体育(R89)卫生(Q84)
主要职业类别 (代码)	体育专业人员 (2-09-07) 医疗辅助服务人员 (4-14-01) 健康咨询服务人员 (4-14-02) 康复矫正服务人员 (4-14-03) 公共卫生辅助服务人员

	(4-14-04) 体育健身和娱乐场所服务人员 (4-14-05) 康养、休闲服务人员 (4-14-06) 其他健康、体育和休闲服务人员 (4-14-99)
主要岗位（群） 或技术领域	教练员 社会体育指导员 体重管理师 体育场馆管理员 游泳救生员 运动康复师 运动防护师 保健按摩师 保健调理师 健康管理师 体育经纪人
职业类证书	社会体育指导员 体重管理师 游泳救生员 保健调理师 保健按摩师 运动防护师 健康管理师 体育经纪人

三、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，遵守规则，精益求精的职业精神，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、卫生等行业的体育专业人员、健身和娱乐场所服务人员、健康咨询服务人员、保健服务人员、医疗辅助服务人员等职业，能够从事体重管理师、体育场馆管理员、运动康复师、运动防护师、保健按摩师、健康管理师等工作的高技能人才。

四、培养规格

本专业学生应在系统学习本专业知识和完成有关实习实训基础上，全面提升知识、能力、素质，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：

（一）素质

1. 坚持拥护中国共产党领导和我国社会主义制度，在习近平新时代中国特色社会主义思想指导下，践行社会主义核心价值观，具有深厚的爱国情感和中华民族自豪感；

2. 崇尚宪法、遵法守纪、崇德向善、诚实守信、尊重生命、热爱劳动，履行道德准则和行为规范，具有社会责任感和社会参与意识；

3. 具有质量意识、环境意识、信息素养、工匠精神、创新思维；

4. 具有良好的语言表达能力、文字表达能力、沟通合作能力，勇于奋斗、乐观向上，具有自我管理能力、职业生涯规划的意识，有效强的集体意识和团队合作精神；

5. 具有健康的体魄、心理和健全的人格，掌握基本的运动知识和 1—2 项运动技能，养成良好的健身和卫生习惯以及良好的行为习惯；

6. 具有一定的审美和人文素质，能够形成 1—2 项艺术特长或爱好。

(二) 知识

1. 掌握必备的思想政理论、科学文化基础知识和中华优秀传统文化知识；

2. 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；

3. 掌握运动人体科学、中医学、康复医学、营养学的基础理论和基本知识；

4. 掌握运动康复技术、中医传统疗法、物理因子治疗技术的基本知识与方法；

5. 掌握运动伤病的防护、急救及康复的基本知识与方法；

6. 掌握人体体质测量与评定、运动处方的基本知识与方法。

(三) 能力

1. 具备评估常见急慢性运动伤病的能力；

2. 具备对急慢性运动伤病进行现场急救、处理的能力；

3. 掌握对常见疾病和运动损伤进行非医疗干预和康复治疗的能力；

4. 掌握对常见急慢性运动伤病者开展体能恢复训练的能力；

5. 能够通过运动手段对不同人群的体态异常进行矫正；

6. 能够正确实施拉伸、贴扎、护具使用等康复治疗技术；

7. 具有适应体育产业数字化发展需要的基本数字技能；

8. 具有运动康复训练的安全指导能力；

9. 具有探究学习、终身学习和可持续发展的能力。

五、课程设置与要求

(一) 公共基础课模块

公共基础课程是培养学生人文素质、职业素质、思想道德、人文基础、沟通交流及职业自我发展能力的课程。

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
1	语文	<p>1. 素质目标: 通过教学培养学生的文化自信和审美创造力。这包括理解作者的情感, 激发学生对文本的情感共鸣, 培养正确的观念和优秀品质。同时, 通过朗读、小组讨论等方式理解文章的深刻内涵, 学习作者的写作手法。此外, 能鉴赏文章中的语言, 提升阅读分析能力, 培养学生对正确审美观的认知, 发展审美能力。</p> <p>2. 知识目标: 强调基础字词、成语释义的掌握, 有一定的文学常识积累, 并能背诵、默写课文要求的段落、文章、诗词。包括口语表达和书面表达的训练。</p> <p>3. 能力目标: 重点培养学生的阅读兴趣和思考能力。在教授基本答题思路的同时, 锻炼学生的理解和概括力。突出思维过程、思维层次和思维容量的训练, 强化知识的综合应用能力。掌握听、说、读、写的基本要求,</p>	<p>本书包括阅读、口语交际和写作三大类。1. 阅读分为现代文阅读和文言文、诗文阅读。要求做到把握文章中心, 分析文章结构, 能整体感悟作品。并借助工具书, 积累语言精华。2. 口语交际需要学生达到把握内容、辨别判断、回应反馈这些基础本领, 说话简明、条理、有分寸。3. 写作方面。中心明确、结构完整、书写规范。基础写作每学期不少于五篇, 应用文写作能表意明确、内容正确。</p>	<p>1. 教学方法: 通过阅读经典文学作品, 培养学生对文学的鉴赏能力和理解能力; 通过写作训练, 提高学生的写作能力和表达能力。小组讨论, 更增强了团队合作的意识。</p> <p>2. 课程思政: 在语文教学中, 应注意进行爱国主义教育, 弘扬传承民族精神, 以及培养明辨是非和吃苦耐劳的精神。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考试课程, 采取过程性考核40%+终结性考核60%的形式, 进行考核评价。</p>	上、下两册, 分两个学年授课
2	数学	<p>1. 素质目标: 在数学知识学习和数学能力培养的过程中, 使学生逐步提高数学运算、直观想象、逻辑推理、数学抽象、数据分析和数学建模等数学学科核心素养, 增强学好数学的主动性和自信心, 养成理性思维、敢于质疑、善于思考的科学精神和精益求精的工匠精神, 加深对数学的科学价值、应用价值、文化价值和审美价值的认识。</p> <p>2. 知识目标: 了解中等数学中相关的数学文化知识; 理解函数、几何与代数, 概率与统计数学思想方法; 掌握中职数学中指对数函数、三角函数, 直线与圆的方程, 几何、概率与统计等基本数学概念和原理等。</p> <p>3. 能力目标: 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。</p>	<p>基础模块: 包括四部分, 分别是基础知识(集合、不等式)、函数(函数、指数函数与对数函数、三角函数)、几何与代数(直线与圆的方程、简单几何体)和概率与统计(概率与统计初步)。</p> <p>拓展模块: 基础模块内容的延伸和拓展, 包括基础知识(充要条件)、函数(数列)、几何与代数(圆锥曲线、立体几何)、概率与统计。</p>	<p>1. 教学方法: 采用启发式、探究式、合作式、参与式及社会实践等多种教学方式; 采取低起点、重衔接、小梯度的教学策略, 增强学生数学学习的自信心; 帮助学生逐步养成良好的数学学习学习习惯, 提高数学学习成效。</p> <p>2. 课程思政: 充分发挥数学的“智育”“德育”“创智”价值, 将社会主义核心价值观贯穿于发展学生数学学科核心素养的过程中, 培养学生逐步形成正确的价值观念, 树立为中国人民幸福、民族振兴和社会进步作贡献的远大志向, 成为有理想、有本领、有担当的时代新人。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考试课程, 采取过程性考核45% (主要包括课堂表现情况、课内外作业完成情况、开放式活动中的表现情况、知识测试情况等, 并结合学生在数学学科竞赛、小论文、小发明和社会实践等方面的表现) + 终结性考核55% (期末考试成绩) 的形式, 进行考核评价。</p>	分四学期教学

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
3	英语	<p>1. 素质目标: 具有敬业敬业精神、良好的职业道德和文化意识,提升职业综合素质;具有创新、竞争与合作意识,较强的爱国主义精神和家国共担的责任感,提高文化自信。</p> <p>2. 知识目标: 掌握语言音、词汇、语法、语篇和语用等要素,发展听、说、读、写等语言知识点。</p> <p>3. 能力目标: 在日常生活中、职场中用英语进行必要交流的口语交际能力,并具备一定的阅读能力和写作能力,培养他们的跨文化交际能力,能以正确的立场鉴别、处理涉外事务的能力。</p>	基础模块: 主题、语篇类型、语言知识、文化知识、语言技能和语言策略。	<p>1. 教学要求: 坚持立德树人,发挥英语课程的育人功能;落实核心素养,贯穿英语课程教学全过程;突出职业特色,加强语言实践应用能力培养;提升信息素养,探索信息化背景下教与学方式的转变;尊重个体差异,促进学生全面发展。</p> <p>2. 教学方法: 采用任务驱动法、问题引入法、情景教学法、角色扮演法、小组合作法、讲练结合法、案例教学法、游戏法等多种教学方法相结合。</p> <p>3. 课程思政: 培养学生爱国情怀、文化自信、传统礼仪、敬业敬业精神、良好的职业道德、较高的职业素养、且能用英语表达中国文化。</p> <p>4. 考核评价: 本课程为考试课程,采用过程性考核50%,终结性考核50%的形式,进行考核评价。</p>	
4	历史	<p>1. 素质目标: 引导学生培育学科核心素养,提升历史思维,拓展国际视野,理解时代潮流,树立正确的历史观,民族观,国家观,文化观,增强中国特色社会主义道路自信,理论自信,制度自信,文化自信,堪当民族复兴大任的时代新人</p> <p>2. 知识目标: 了解中华民族5000多年源远流长的文明历史,中国近代以来180多年为争取民族独立国家富强的发展历程,中国共产党100多年为实现人民幸福民族复兴的奋斗史。</p> <p>3. 能力目标: 通过教学使学生学会在唯物史观的指导下看待历史,在时空条件下认识历史,在可靠史料支撑下辨析历史,学会正确地评价历史,逐步形成具有历史学科特征的正确价值观念,必备品格和关键能力。</p>	1. 中国古代史 2. 中国近代史 3. 中国现代史	<p>1. 教学方法: 采用启发式、探究式、讨论式、参与式等多种教学方式;增强学生数学学习的自信心;帮助学生逐步养成良好的数学学习习惯,提高学习成效。</p> <p>2. 课程思政: 以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,落实立德树人的根本任务,培养学生逐步形成正确的价值观念,树立为人民幸福、民族振兴和社会进步作贡献的远大志向,成为有理想、有本领、有担当的时代新人。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考试课程,采取过程性考核45%(主要包括课堂表现情况、课内外作业完成情况、开放式活动中的表现情况、知识测试情况等)+终结性考核55%(期末考试成绩)的形式,进行考核评价。</p>	
5	艺术	<p>1. 素质目标: 增强学生对艺术的理解与分析评判的能力,开发学生创造潜能,提高学生综合素养,培养学生提高生活品质的意识。</p> <p>2. 知识目标: 增强学生对艺术的理解与分析评判的能力,开发学生创造潜</p>	本课程由基础模块和拓展模块两部分构成。 基础模块: 1. 音乐鉴赏基础 2. 中国民歌 3. 外国民歌	<p>1. 教学方法: 采用启发式、互动式、探究式等教学方法,以学生为中心,引导学生积极思考、乐于实践,提高教学效果。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生能</p>	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
		能，提高学生综合素养，培养学生提高生活品质的意识。 3. 能力目标： 使学生了解不同艺术类型的表现形式、审美特征和相互之间的联系与区别，培养学生艺术鉴赏兴趣。	4. 中国艺术歌曲 5. 外国艺术歌曲 6. 中国民族器乐 7. 外国器乐 拓展模块： 8. 中国戏曲音乐 9. 中外影视音乐 10. 中外流行音乐	通过欣赏艺术作品感受和理解不同时代、不同地域和不同民族的文化。了解其中包含的中国传统文化内容，热爱优秀的中国传统文化，重视优秀传统文化的继承，将社会主义核心价值观贯穿于过程中，提升文化自信，树立道德情操，培养具有家国情怀，国际视野，创新精神的全面发展人才。 3. 考核评价： 本课程为考查课程。由平时成绩和期末考试二部分构成。其中平时成绩占60%(线上资源签到率30%、考勤20%、课堂互动20%，课堂小测30%)，期末考试成绩占40%。	
6	信息技术	1. 素质目标： 认识信息技术对人类生产、生活的重要作用，了解现代社会信息技术发展趋势，理解信息社会特征并遵循信息社会规范；使学生掌握常用的工具软件和信息化办公技术，了解大数据、人工智能、区块链等新兴信息技术，具备支撑专业学习的能力，能在日常生活、学习和工作中综合运用信息技术解决问题；使学生拥有团队意识和职业精神，具备独立思考和主动探究能力，为学生职业能力的持续发展奠定基础。 2. 知识目标： 掌握常用办公软件（office或WPS）文字处理、电子表格处理、演示文稿等基础知识和基本操作，了解信息安全、大数据、人工智能、云计算、现代通讯技术等拓展知识。 3. 能力目标： 通过在教学过程贯彻三种教学方法：案例教学法、任务驱动教学法、合作学习教学法，兼顾学生志趣和潜能的差异和发展的需要。注重学生的创新能力和解决实际问题能力的培养，它能循序渐进地引导学生掌握相应的知识和技能培养学生的自学能力，增强学生学习的兴趣。课程结束后学生能达到全国计算机一级水平。	基础模块：办公软件（office或WPS）应用，以全国计算机等级考试一级水平作为参考。 拓展模块：了解信息安全、项目管理、机器人流程自动化、程序设计基础、大数据、人工智能、云计算、物联网、区块链、虚拟现实等基础知识。	1. 教学方法： 案例教学法、任务驱动教学法、合作学习教学法。 2. 课程思政： 帮助学生认识信息技术对人类生产、生活的重要作用，了解现代社会信息技术发展趋势，理解信息社会特征并遵循信息社会规范；使学生掌握常用的工具软件和信息化办公技术为日后工作服务。 3. 考核评价： 本课程考核成绩由过程性考核及期末考核组成，分数比例为：过程性考核：考勤40%+课堂表现40%+平时作业20% 期末考核：期末考试 课程考核总成绩=过程性考核（60%）+期末考核（40%），或利用全国计算机等级考试一级考试展开考核评价。	
7	体育	1. 素质目标： 全面锻炼学生身体，促进学生身体形态、机能、素质的发展，提高体育文化素养，培养成为创新高素质专业技能人才 2. 知识目标： 提高学生对体育的认识，培养学生的身体锻炼能力，使其掌握一定的体育基本知识、技术、技能以及科学锻炼身体的理论和方法，养成自觉锻炼身体的习惯，健身终身受益	1. 体能训练理论。2. 职业体能需求。3. 运动损伤的预防及功能性康训练。4. 热身与动作准确。5. 力量训练基本原理与训练方法。6. 速度训练基本原理与方法。7. 耐力训练基本原理与方法。8. 柔韧训练基本原理与方法。9. 灵敏与	1. 教学方法： 教学上采取教师讲解、示范，纠错相结合。通过分析示范和练习等手段，找出教学中的优化和偏差的原因，引导学生自己去纠正错误动作，采用集体练习和分组练习相结合。科学锻炼身体。 2. 课程思政： 培养学生树立“健康第一”的指导思	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
		<p>3. 能力目标: 培养科学健身, 发展身体素质的能力, 培养活动组织交流的能力和规则纪律意识, 使学生通过体育教学受到良好的品德教育, 陶冶美好情操, 发展个性和培养良好的心理品质。</p>	<p>协调训练方法。10. 动作评价方法。11. 再生恢复训练。12. 科目训练内容: 引体向上、双杠、爬绳(矿山、消防)立定跳远、原地跳高、俯卧撑、屈膝仰卧起坐、中长跑、折返跑、负重跑等技术技能和拓展训练游泳知识。</p>	<p>想, 帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。 3. 考核评价: 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试二部分构成。其中平时成绩占40%(含体质测试成绩占10%), 期末考试占60%。</p>	
8	物理	<p>1. 素质目标: 具有正确的世界观、人生观、价值观, 具有科学思想、科学精神、科学方法和科学态度等科学素养; 具有创新意识和实事求是、一丝不苟、精益求精的科学态度和品质; 具有批判性思维; 具有规范操作、主动探索的意识和意愿; 形成节能意识、环保意识, 自觉践行绿色生活理念, 增强可持续发展的社会责任感。</p> <p>2. 知识目标: 了解物质结构、运动与相互作用、能量、热现象、电路、电磁场、光现象、核能等方面的基本概念和规律; 了解物理在生产、生活和科学技术中的运用; 掌握职业岗位和生活中所必要的物理基础知识。</p> <p>3. 能力目标: 初步具备工程思维和技术能力; 初步具备发现问题、提出假设、设计验证方案、收集证据、结果验证、反思改进的能力; 具备计算技能、计算工具使用技能和数据处理技能; 具备描述和解释自然现象, 解决物理问题的能力; 具备建构物理模型的意识 and 能力; 具备物理实验的基本操作技能; 具备积极参与实践活动及通过动手实践提高知识领悟的意识和能力。</p>	<p>1. 本课程由基础模块和职业模块构成; 2. 基础模块包括运动和力、机械能、热现象及应用、直流电路、电场磁场电磁感应、光现象及应用、核能及应用七个主题; 3. 职业模块包括运动和力, 机械振动与机械, 固体、液体和气体的性质及应用, 近代物理及应用简介, 物理与社会、环境, 物理与现代科技六个专题。</p>	<p>1. 教学方法: 采用任务驱动法、案例教学法、启发式教学法等教学方法。2. 课程思政: 以家国情怀和爱国主义教育、专业伦理和道德品质教育、人文情怀和理想信念教育、科学素养和工匠精神教育、创新意识和专业素养教育为总的思政培育目标, 重构教学内容, 挖掘整合教育资源, 优化教学方法, 旨在培养全面发展的高素质人才。3. 考核评价: 采用“过程考核+终结考核”的方式对课程进行评价, 其中过程考核占40%, 终结考核占60%。</p>	
9	化学	<p>1. 素质目标: 树立环保意识与安全意识, 具有规范操作意识, 具有团结合作和分工协调的工作作风, 具备踏实肯干工作作风, 锐意进取的创新精神。</p> <p>2. 知识目标: 从无机化学、有机化学、分析化学中选取与烟花爆竹相关的化学理论知识与实验, 掌握化学理论知识与技能。</p> <p>3. 能力目标: 能够正确并独立进行化学实验操作, 具备准确分析和处理化学实验中遇到的问题的能力, 能够运用化学知识解决专业问题。</p>	<p>1. 无机化学基本理论2. 无机物的物理、化学性质3. 实验操作</p>	<p>1. 教学方法: 教学中采用情境设置、任务驱动、案例剖析、实训操作等方法, 把化学知识和实训操作放到相应的工作任务中去, 以任务的分解和构建来促进学生掌握化学知识和实训操作。 2. 课程思政: 通过化学相关名人、案例介绍, 以及实训操作, 培养学生规范操作意识和安全操作意识、团结合作和分工协调的工作作风, 具备踏实肯干工作作风, 锐意进取的创新精神。 3. 考核评价: 本课程为考试课程, 采取过程性考核60%+终结性考核40%的形式, 进行考核评价。过程性考核由平时成绩和项目实训成绩构成, 其中平时</p>	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
				成绩（包括作业、课堂讨论成绩及表现等）占20%，项目实训成绩占40%。	
10	中华优秀传统文化	<p>1. 素质目标：①感受中华优秀传统文化之美。②树立民族自豪感和爱国情操。③树立正确的文化观。④培养保护中国优秀传统文化的责任感和使命感。</p> <p>2. 知识目标：①了解中华优秀传统文化概念、中国古代史以及汉字。②了解中国古代诗歌、散文、戏曲、小说的文化内涵。③了解中国传统艺术的各大门类及其变迁和代表作品。④了解中国古代哲学的主要特点和价值取向，熟悉中国古代哲学的代表人物及其思想。⑤了解中国古代的食文化、茶文化、酒文化等生活方式。</p> <p>3. 能力目标：①能够用文学的眼光品味现代生活。②能够结合所学专业，以文化为话题展开讨论。③能够用诗歌、散文、戏曲、小说为切入点解读现代社会生活中的文化现象。④掌握中国古代诗歌的鉴赏方法⑤能够运用较为专业的语言鉴赏中国传统艺术。⑥通过学习得到智慧的熏陶，并能够运用中国古代哲学分析解释现实生活中的现象和问题。⑦能够品味欣赏茶文化，把茶道贯穿到生活中去，追求高品味的生活。</p>	<p>1. 中国古代哲学；</p> <p>2. 中国汉字文化；</p> <p>3. 中国古代文学；</p> <p>4. 中国传统艺术；</p> <p>5. 中国古代生活方式。</p>	<p>1. 教学方法：讲授法、鉴赏法、讨论法等教学方法。</p> <p>2. 课程思政：传播中国传统文化，弘扬中华民族精神，提高学生文化素养，增强学生民族自豪感和爱国情怀。</p> <p>3. 考核评价：（1）平时成绩：60%；（出勤率30%，作业30%）（2）期末成绩：40%（学习通考试）</p>	
11	公共艺术	<p>1. 素质目标：树立正确的历史观、民族观、国家观、文化观，提高审美和人文素养，培养创新精神和实践能力，塑造健全人格。</p> <p>2. 知识目标：了解声乐、器乐、传统音乐、流行音乐等领域的音乐风格特点，理解经典音乐作品中音乐语言的艺术情感表现，开拓学生音乐文化背景知识的了解。</p> <p>3. 能力目标：具备一定的艺术感知能力，提升音乐的审美品味；具备一定的艺术鉴别能力，能运用音乐语言分析音乐作品；提高文化艺术素养，增强爱国主义精神。</p>	<p>绪论-音乐概述声乐艺术中西乐器介绍与名曲欣赏器乐作品体裁与名曲赏析巴洛克音乐、古典主义音乐、浪漫主义音乐概述中国传统音乐流行音乐</p>	<p>1. 教学方法：采用分组讨论、情境教学、角色扮演、小组竞争、任务驱动等教学方法。</p> <p>2. 课程思政：教学中将音乐种类、形式、创作情境与文化历史紧密结合，在富有思想性、艺术性的经典作品中，体验、理解、感悟音乐。</p> <p>3. 考核评价：本课程为考查课程，采取过程性考核50%+终结性考核50%的形式，进行考核评价。</p>	
12	普通话与口才	<p>1. 素质目标：在口语表达中养成自觉、得体的良好习惯，提高语言修养，提升语言品质。树立规范、礼貌的口语交际意识，提高个人修养。能够在从事相关工作中建立责任感和使命感。</p> <p>2. 知识目标：能掌握普通话的标准定义，较系统地了解普通话语音基本知识和普通话声、韵、调、音变的发音要领；具备较强的方音辩证能力和自我训练能力掌握学好普通话的方法。</p> <p>3. 能力目标：能顺利地通过普通话水平测试并达到国家规定的相应等级标准。掌握通用的普通话口语表达和行业普通话口语表达的基本技能。</p>	<p>语言基础训练模块；坚实的口语基础，为后续的口才训练做好准备</p> <p>日常训练模块：这个模块主要包括朗读朗诵、说话、演讲、辩论训练等内容。通过这些训练，学生能够提升在日常生活中口语表达能力，包括清晰地表达自己的想法、如何与他人进行有效的沟通等；职业口才训练模块学生能够掌握在职场中必备的口才技能，为未来的职业发展打下坚实的基</p>	<p>1. 师资要求：教师应是中文专业、学前教育或相关专业出身，具有较好的文学素养以及普通话水平测试并达到国家规定的相应等级标准。</p> <p>2. 教学方法：理论上，以案例教学为主体，主要采取课堂讨论、分析比较。</p> <p>3. 课程思政：贯彻国家语言文字方针政策的需要，是学生加强普通话口语技能训练，深化课程改革的需要。</p> <p>4. 考核评价：组成与所占</p>	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
			础。	比例本课程的考核成绩由平时成绩、期末成绩组成比例为：(1)平时成绩：70%；期末成绩：30%	
13	思想政治课：中国特色社会主义	<p>1. 知识目标：了解中国特色社会主义的开创与发展，明确中国特色社会主义进入新时代的历史方位；懂得中国特色社会主义建设“五位一体”总体布局的基本内容；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；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。</p> <p>2. 能力目标：能够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；能够把爱国情、强国志、报国行自觉融入坚持和发展中国特色社会主义事业、建设社会主义现代化强国、实现中华民族伟大复兴的奋斗之中。</p> <p>3. 素质目标：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。</p>	<p>1. 中国特色社会主义的开创、坚持、捍卫、发展，2. 中国特色社会主义经济建设，3. 中国特色社会主义政治建设，4. 中国特色社会主义文化建设，5. 中国特色社会主义社会建设，6. 中国特色社会主义生态文明建设。</p>	<p>1. 教学方法：基于学科核心素养的目标要求，围绕议题设计活动进行教学，促进学生学习方式的转变，注重探讨式和体验性学习。</p> <p>2. 考核评价：聚焦学科核心素养的发展开展考核。本课程为考试课程。过程性考核(40%)：作业20%、考勤10%、表现10%；终结性考核：终结性考核60%(闭卷)。总评成绩=过程性考核(40%)+终结性考核(60%)</p>	
14	思想道德与法治	<p>1. 素质目标：树立科学的世界观、人生观、价值观、道德观、法治观。</p> <p>2. 知识目标：理解科学世界观、人生观和价值观的主要内容；把握中国精神和社会主义核心价值观的内涵；掌握社会主义道德的核心与原则；了解法治思想，掌握法律基础理论知识。</p> <p>3. 能力目标：能尽快适应大学生活；能正确对待人生矛盾，践行社会主义核心价值观；能按基本道德规范正确判断是非、善恶、美丑，形成良好道德行为；能自觉尊法学法守法用法。</p>	<p>1. 担当复兴大任成就时代新人；</p> <p>2. 领悟人生真谛把握人生方向；</p> <p>3. 追求远大理想坚定崇高信念；</p> <p>4. 继承优良传统弘扬中国精神；</p> <p>5. 明确价值要求践行价值准则；</p> <p>6. 遵守道德规范锤炼道德品格；</p> <p>7. 学习法治思想提升法治素养。</p>	<p>1. 师资要求：主讲教师必须是中共党员，具备本科及以上学历。</p> <p>2. 教学方法：根据教学内容灵活采用问题教学法、多媒体演示法、案例分析法、情景模拟法等多种教学方法。</p> <p>3. 考核评价：本课程为考试课程，采取过程性考核55%+终结性考核45%的形式，进行考核评价。过程性考核包括考勤、课堂讨论、纪律、作业等日常表现。实践教学单独考核。</p>	
15	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	<p>1. 知识目标：(1)了解中国化马克思主义理论的时代背景与基本概念；(2)理解中国化马克思主义理论的基本原理；(3)掌握中国化马克思主义理论精髓之事实求是、解放思想、与时俱进、求真务实的思维方法。</p> <p>2. 能力目标：(1)培养学生对中国化马克思主义理论的认识能力。(2)能够对中国化马克思主义理论的相关论述有正确与错误的辨别和判断能力。(3)能够独立地从所学知识中对中国化马克思主义理论的精髓进行多角度</p>	<p>1. 马克思主义中国化的历史进程与理论成果；</p> <p>2. 毛泽东思想及其历史地位；</p> <p>3. 新民主主义革命理论；</p> <p>4. 社会主义改造理论；</p> <p>5. 社会主义建设道路初步探索的理论成果；</p> <p>6. 邓小平理论；</p> <p>7. “三个代表”重要思想；</p>	<p>1. 师资要求：主讲教师必须是中共党员，具备本科及以上学历。</p> <p>2. 教学方法：采用问题教学法、案例分析法、互动式教学法、探究式教学法等多种教学方法。</p> <p>3. 考核评价：本课程为考试课程，采取过程性考核55%+终结性考核45%的形式，进行考核评价。过程性考核包括考勤、课堂讨</p>	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
		<p>多层面的把握。</p> <p>3. 素质目标: (1) 提高学生的思想政治理论水平和社会实践能力; (2) 扩展学生的知识面和视野, 提高学生的思想政治素质和文化素质; (3) 结合我院的办学定位: “立足三明, 面向海西, 服务区域和地方经济社会发展”, 把培育学生的职业道德、诚信品质、敬业精神、责任意识等寓于教学全过程。</p>	8. 科学发展观	论、纪律、作业等日常表现。实践教学单独考核	
16	国家安全教育	<p>1. 知识目标: 了解国家安全的基本概念、主要内容和重要意义; 熟悉我国国家安全战略、政策法规和相关制度; 掌握不同领域国家安全的基本知识模块, 如政治安全、国土安全、军事安全、经济安全、文化安全、社会安全、科技安全、信息安全、生态安全、资源安全、核安全、海外利益安全等。</p> <p>2. 能力目标: 能够运用所学知识分析国家安全问题, 提高辨别安全风险的能力; 具备在日常生活和学习中维护国家安全的意识和行动能力; 能够积极参与国家安全教育宣传活动, 传播国家安全知识。</p> <p>3. 素质目标: 增强爱国主义情感和民族自豪感, 树立正确的国家观、安全观和价值观; 培养责任意识和担当精神, 自觉履行维护国家安全的义务; 提高综合素质, 成为合格的社会主义建设者和接班人。</p>	<p>1. 绪论, 2. 完整准确领会总体国家安全观, 3. 在党的领导下走好中国特色国家安全道路, 4. 更好统筹发展和安全, 5. 坚持以人民安全为宗旨, 6. 坚持以政治安全为根本, 7. 坚持以经济安全为基础, 8. 坚持以军事、科技、文化、社会安全为保障, 9. 坚持以促进国际安全为依托, 10. 筑牢其他各领域国家安全屏障, 11. 争做总体国家安全观坚定践行者。</p>	<p>1. 教学方法: 以学生为中心, 充分利用智慧职教平台等线上线下教学资源, 引导学生自我管理、主动学习, 提高学习效率。重视学生在校学习与实际工作的一致性, 有针对性地采取混合式教学、理实一体化教学等教学模式。</p> <p>2. 课程思政: 通过案例分析让学生明白国家安全的重要性, 培养学生的国家安全意识、责任感和使命感, 增强学生的爱国主义情怀, 使学生能够正确认识国家安全的重要性, 掌握维护国家安全的基本知识和技能。</p> <p>3. 考核评价: 过程性考核: 平时学习30%(其中作业30%、考勤20%、表现20%, 小组30%), 线上自学20%, 模块测试10%, 终结性考核: 终结性考核: 期末考试40%(闭卷), 总评成绩=过程性考核(60%)+终结性考核(40%)</p>	
17	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	<p>1. 素质目标: 增强对中国特色社会主义的信仰, 树牢“四个意识”, 坚定“四个自信”, 坚决做到“两个维护”, 自觉投身中国特色社会主义伟大实践; 提升社会主义现代化事业合格建设者所应有的基本政治素质, 牢牢站稳人民立场。</p> <p>2. 知识目标: 了解习近平新时代中国特色社会主义思想“十个明确”和“十四个坚持”的总任务; 科学把握“五位一体”总体布局和理解“四个全面”战略布局以及两者之间的关系; 理解中国共产党在新时代的基本理论、基本路线和基本方略。</p> <p>3. 能力目标: 能用马克思主义的立场、观点和方法认识问题、分析问题; 能运用马克思主义中国化理论成果指导具体实践, 达成“求懂、求用、求信、求行”四求能力目标; 能养成良好的学习能力、沟通能力及团</p>	<p>1. 马克思主义中国化时代化新的飞跃; 2. 以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴; 3. 坚持党的全面领导; 4. 坚持以人民为中心; 5. 全面深化改革开放; 6. 推动高质量发展; 7. 社会主义现代化建设的教育、科技、人才战略; 8. 发展全过程人民民主; 9. 全面依法治国; 10. 建设社会主义文化强国; 11. 以保障和改善民生为重点加强社会建设; 12. 建设社会主义生态文明; 13. 维护和塑造国家安全; 14. 建设巩固国防和强大人民军队 15. 坚持“一国两</p>	<p>1. 师资要求: 主讲教师必须是中共党员, 具备本科及以上学历。</p> <p>2. 教学方法: 课堂教学与实践教学相结合, 线下教学与网络教学相结合, 灵活采用问题教学法、案例分析法、互动体验式教学法、探究式教学法等多种教学方法。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考试课程, 采取过程性考核55%+终结性考核45%的形式, 进行考核评价。过程性考核包括考勤15%、课堂表现20%、作业20%。</p>	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
		团队协作能力；具有一定的创新思维。	制”和推进祖国完全统一16. 中国特色大国外交和推动构建人类命运共同体17. 全面从严治党。		
18	形势与政策	<p>1. 素质目标：提升关心国家大事的政治素养，维护国家安全与统一，树立马克思主义形势观，增强实现改革开放和社会主义现代化建设宏伟目标的信心和社会责任感。</p> <p>2. 知识目标：了解国内外重大时事，认识和正确理解党的路线、方针和政策，认清形势和任务，掌握时代脉搏。</p> <p>3. 能力目标：在错综复杂的国内外形势中，具有明辨是非的能力，有坚定的立场、较强的分析能力和适应能力，能正确分析和认清国内外形势中的热点难点，解决实际的思想困惑。</p>	<p>1. 国内形势；</p> <p>2. 国际形势。（根据教育部、省教育厅下发的每学期“形势与政策教育教学要点”以及结合我院教学实际情况和学生关注的热点、焦点问题来确定）</p>	<p>1. 教学方法：开展专题化教学，采用专题授课、线上线下相结合等方法实施。</p> <p>2. 考核评价：本课程为考查课程，采取过程性考核60%+终结性考核40%的形式，进行考核评价。</p>	
19	军事理论	<p>1. 素质目标：具有大学阶段的国防观念、国家安全意识和忧患危机意识；强化爱国主义、集体主义观念、传承红色基因、提高学生综合国防素质。</p> <p>2. 知识目标：贯彻落实习近平强军思想，全面了解我国国防体制，国防战略，国防政策和国防历史。正确理解我国总体安全观，把握新形势下我国安全环境的新特点，树立正确的国防观。</p> <p>3. 能力目标：具备对军事理论基本知识进行正确认知、理解、领悟和宣传的能力。通过学习，达到平时时期，积极投身到国家的现代化建设中，战争年代是捍卫国家主权和领土完整的后备人才。</p>	<p>1. 中国国防和国家安全；</p> <p>2. 军事思想；</p> <p>3. 现代战争；</p> <p>4. 信息化装备；</p> <p>5. 共同条令教育；</p> <p>6. 防卫技能与战时防护；</p> <p>7. 战备基础与应用。</p> <p>8. 武器常识及军事技能篇总结。</p>	<p>1. 教学方法：根据教学内容灵活采用问题教学法、多媒体演示法、案例分析法、情景模拟法等多种教学方法。</p> <p>2. 课程思政：引导学生建立正确的国防观念，提高军事理论素养。以史为鉴，将强烈的理想信念教育融入文化自信中，引导学生树立高度的文化自信，自觉践行中国特色社会主义文化，提高人文素质和涵养，厚植爱国主义。</p> <p>3. 考核评价：本课程为考试课程，采取过程性考核60%+终结性考核40%的形式，进行考核评价。</p>	
20	五史	<p>1. 知识目标：系统掌握“五史”核心脉络，理解其中的历史规律与现实意义。</p> <p>2. 能力目标：（1）能够提升历史思维能力，运用唯物史观分析历史现象，揭示历史发展的客观规律。通过史料实证等方法还原历史真实，培养批判性思维和独立判断能力。（2）将历史视角融入现实问题分析，提升实践能力，解决在日常学习、生活中遇到的问题。</p> <p>3. 素质目标：（1）树立正确历史观与价值观，培养家国情怀，增进对中华民族多元一体格局的认同，传承红色基因，弘扬爱国主义精神。（2）养成学生积极思考，善于理性分析，以史为鉴的习惯。</p>	<p>（1）中国共产党成立、发展以及领导新民主主义革命和社会主义革命、改革、建设的历史过程。</p> <p>（2）新中国成立以来，社会主义探索、建设的历史过程。</p> <p>（3）社会主义发展五百年的历史过程。</p> <p>（4）中国改革开放以来的历史过程。</p> <p>（5）中华民族发展史，涵盖中华民族从远古时期到现代的漫长历史，记录了中华民族在政治、经济、文化、科技等方面的辉煌成就，以及在不同历史时期所经历的挑战和变革。</p>	<p>1. 师资要求：本课程的主讲教师必须是中共党员，具备本科及以上学历。</p> <p>2. 教学条件：多媒体教室，超星学习通等网络教学平台。</p> <p>3. 教学方法：利用现代信息技术，不断创新改进教育教学方法，根据教学内容灵活采用问题教学法、多媒体演示法、案例分析法等多种教学方法。</p> <p>4. 考核评价：本课程为考查课程，采取过程性考核60%+终结性考核40%的形式，进行考核评价。过程性考核包括考勤、课堂讨论、纪律、作业等日常表现。</p>	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
21	大学生心理健康教育	<p>1. 素质目标: 增强心理保健意识和心理危机预防意识, 心理健康素养普遍提升; 培育和弘扬社会主义核心价值观, 坚持育心与育德相统一, 促进学生心理健康素养与思想道德素养、科学文化素养协调发展。</p> <p>2. 知识目标: 了解心理学的有关理论和基本概念; 明确大学生心理健康的标准及意义; 掌握自我调适的基本心理健康知识; 了解大学阶段人的心理发展特征及异常表现, 能预防、识别、干预常见精神障碍和心理和行为问题。</p> <p>3. 能力目标: 掌握自我探索技能, 建立自尊自信态度; 掌握心理调适技能, 培养理性平和心理; 掌握心理发展技能, 塑造积极向上心态。</p>	<p>1. 大学新生心理适应与发展;</p> <p>2. 人际关系;</p> <p>3. 恋爱与性;</p> <p>4. 生命教育;</p> <p>5. 压力与挫折;</p> <p>6. 人格塑造。</p>	<p>1. 教学方法: 采用启发式、研讨式、案例分析、角色扮演等教学方法。</p> <p>2. 课程思政: 将育心与育德相结合, 加强心理育人; 将心理健康教育与思想道德修养有机结合起来, 在心理教育的同时关注大学生健康向上的世界观、人生观、价值观形成, 培育和弘扬社会主义核心价值观。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程, 采取过程性考核40%+终结性考核30%+线上课程30%的形式, 进行考核评价。</p>	
22	创新创业教育与职业生涯规划	<p>1. 知识目标: 1掌握创新创业的内涵及二者关系, 创新意识与思维的重要性; 2掌握创新方法、能力与精神的内涵, 创新成果的内涵; 3掌握创业者与创业团队的基本知识, 创业机会、创业风险的内涵; 4掌握创业资源的含义与类型, 商业模式的含义与要素; 5掌握创业规划与创业计划书的基本内容; 6掌握企业创办流程以及企业管理基础; 7掌握“双创”大赛的类型;</p> <p>2. 能力目标: 1能够使用不同的创新方法进行创新实践; 2能够选择合适的方法保护和转化创新成果; 3能够组织创业团队, 识别和评估创业风险; 4能够整合创业资源, 设计商业模式; 5能够完成创业规划并编制创业计划书; 6能够独立创办企业并进行基础管理; 7能够自主设计项目参加“双创”大赛;</p> <p>3. 素质目标: 1能够认识到创新创业的价值和意义, 树立正确的创新观、创业观, 加强创新创业意识, 树立法制意识, 不断提升个人能力; 2能够主动通过自身的创新创业活动, 为国家现代化建设和中华民族伟大复兴做出贡献。</p>	<p>1大学生创新创业概述</p> <p>2创新意识与创新思维</p> <p>3创新方法、能力与精神</p> <p>4创新成果保护与转化</p> <p>5创业者与创业团队</p> <p>6创业机会与风险防范</p> <p>7创业资源与商业模式</p> <p>8创业规划与创业计划书</p> <p>9新企业的创办与管理</p> <p>10“双创”大赛政策与案例分析</p>	<p>1. 教学方法: 采用启发式、研讨式、案例分析、现场路演等教学方法。</p> <p>2. 课程思政: 将育心与育德相结合, 加强以德育人; 将创新创业与思想道德修养有机结合起来, 在教育的同时梳理大学生健康向上的择业观、世界观、人生观、价值观形成, 培育和弘扬社会主义核心价值观。</p> <p>3. 考核评价: 本课程采取过程性考核和终结性考核相结合的评价方式, 平时过程性考核分值占比40%, 期末终结性考核分值占比60%, 期末考试为现场路演及答辩。</p>	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
23	大学生就业指导	<p>1. 素质目标: 树立积极正确的人生观、价值观和就业观念,把个人发展和国家需要、社会发展相结合,确立职业的概念和意识,愿意为个人的职业发展和社会发展主动付出积极地努力。</p> <p>2. 知识目标: 基本了解就业形势与政策法规;掌握职业生涯规划的方法,提升自己的适应能力、学习能力、人际交往能力,信自成处理能力,团队精神,学会写求职信和制作简历,掌握基本的劳动力市场信息、相关的职业分类知识,就业过程中基本的权益保护。</p> <p>3. 能力目标: 使大学生掌握信息搜索与管理技能、简历制作的技巧、求职面试的技能等,还应该通过课程提高学生的各种通用技能,比如沟通技能、问题解决技能、自我管理技能和人际交往技能等。</p>	<p>1、认识大学生就业。</p> <p>2、规划职业生涯</p> <p>3、提升就业能力</p> <p>4、准备求职面试</p> <p>5、迈好职场第一步</p> <p>6、保障就业权益</p>	<p>1. 师资要求: 本课程的主讲教师必须具备本科及以上学历,有过指导学生就业或从事过学生管理的工作经历。</p> <p>2. 教学条件: 采用线上线下相结合的方式,线上主要是基本理论内容的学习,线下主要通过多媒体教室小班授课。</p> <p>3. 教学方法: 采用理论讲授与案例分析相结合、小组讨论与角色体验相结合、经验传授与求职就业实践相结合的教学方法。</p> <p>4. 课程思政: 能够结合社会主义核心价值观引导学生树立“爱岗”“敬业”“诚信”“守信”等良好品质。</p> <p>5. 考核评价: 本课程为考查课程,采取大作业性质,两次作业,各占50%进行考核评价。</p>	
24	消防安全教育	<p>1. 素质目标: 增强学生的消防安全意识,提高自我保护能力和灭火技能。</p> <p>2. 知识目标: 掌握逃生、自救、互救等基本防火技能。</p> <p>3. 能力目标: 能够正确使用灭火器、消火栓等设施设备</p>	<p>消防灭火器、消火栓等设施设备的使用,逃生技能要点及初期火灾扑救方法等。</p>	<p>1. 教学方法: 教学安排上采用情境设置、任务驱动、现场示范等形式来营造职场的工作环境,把教学内容放到相应的管理工作环境去,完成能力的培养。</p> <p>2. 课程思政: 课程思政元素与课程内容链接,技能培养与立德树人融合。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程,采取过程性考核40%+终结性考核的形式进行考核评价。</p>	
25	劳动教育	<p>1. 素质目标: 学生通过参与劳动与职业素养的学习和实践,获得直接劳动体验,促使学生主动认识并理解劳动世界,逐步树立正确的劳动价值观。遵守劳动纪律;养成热爱劳动、珍惜劳动成果的良好习惯;培养学生正确的劳动价值观和良好的劳动品质,弘扬劳模精神,引导学生崇尚劳动、尊重劳动,增强对劳动人民的感情,报效国家,奉献社会。</p> <p>2. 知识目标: 掌握相关劳动内容、劳动安全知识、绿色环保及垃圾分类常识;劳动工具、劳保用品的使用方法;掌握校园文明监督员、宣传员的工作任务和工作规范;了解职业道德基本内涵,理解爱岗敬业的职业素质要求。</p> <p>3. 能力目标: 具备正确使用和维护劳动工具、劳保用品的能力;具备垃圾分类的能力;具备校园环境卫生、寝</p>	<p>1. 劳动教育理论课程;</p> <p>2. 公益劳动体验教育;</p> <p>3. 职业劳动体验教育;</p> <p>4. 社会服务劳动教育。</p>	<p>1. 教学方法: 内容讲授与案例分析讨论、故事解、实践体验等有效结合,深刻理解劳模精神、劳动精神、工匠精神。</p> <p>2. 课程思政: 教学过程中,弘扬劳模精神,引导学生崇尚劳动、尊重劳动,增强对劳动人民的感情,报效国家,奉献社会。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为理实一体化课程,不同阶段、模块的学习的考核方式不同。劳动教育理论课程采取过程性考核60%+终结性考核40%的形式,进行考核评价。劳动体验校内期间每学期3次,采用过程性考核40%,终结性考核60%进行考核评价。</p>	

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求	备注
		室环境卫生宣传、维护、监督的能力；提高学生的就业能力和职场的适应能力。			

(二) 专业(技能)课模块

本专业专业(技能)课程是培养学生的职业素质，包括掌握运动人体科学、中医学、康复医学、营养学的基础理论和基本知识；掌握运动康复技术、中医传统疗法；掌握运动伤病的防护、急救及康复的基本知识与方法；运动处方的基本知识与方法等专业发展的课程。建议以职业能力驱动，采用“教学练合一”的教学方法。采用阶段性评价、过程性评价与目标评价相结合，理论与实践一体化模式对学生进行考核评价。引导学生自我管理、主动学习，提高学习效率。

采用多种教学手段，利用现代信息技术，借助专业教学资源库、课程教学网站，帮助学生获取更多的学习资源，及时解决学习中的困惑，增强自主学习的意识，提高自我发展能力。教学组织形式建议采用集体教学、小组合作学习和个别化学习相结合的形式。

采用形成性考核和终结性考核相结合的方式，既注重学习过程，又注重学习结果。形成性考核的内容可包括：学习态度、学习过程中的操作表现（如推拿技术的学习、教育实习过程中的反思讨论）、阶段性的技能测试成绩（如太极拳动作）等，终结性考核形式包括实践操作考试（如康复评定中徒手肌力检查操作方法）或理论考试两种。形成性考核由任课教师和学生共同评价，终结性考核由实训教师和专业教师共同评价。考核评价方式中重点突出对学生学习过程及实际能力的考核。

1. 专业基础课程

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求
1	体育概论	<p>1. 素质目标：树立专业思想与师德规范，培养学生对学校体育、社会体育的责任感，并增强从事体育工作的事业心和自觉性。培养学生的批判性思维和问题解决能力，使他们能够将理论知识应用到实际情境中。</p> <p>2. 知识目标：使学生掌握体育学的基本概念和理论框架，了解体育在社会、文化和经济发展中的重要地位。</p> <p>3. 能力目标：培养学生的运动技能和体能，使其能够掌握两项以上健身运动的基本方法和技能，并安全地进行体育活动。培养学生的实践能力和创新能力，使其能够将理论知识应用到实际情境中，并能够在学校体育教学等方面展现创新意识</p>	<p>体育的本质和价值：探讨体育在人类社会中的地位 and 作用，包括身体锻炼、竞技运动、娱乐和社交等方面；体育的历史和发展：介绍体育的起源、发展和变革，以及现代体育的全球化 and 商业化趋势；体育概论还涉及体育的产生、演变及其本质，体育的科学基础与体系，体育的功能、目的、任务，体育的体制，体育方法和手段，体育的发展趋势等内容。</p>	<p>1. 教学方法：采用讲授法、示范教学法、案例分析法等教学方法。</p> <p>2. 课程思政：培养学生懂得感恩、学会敬畏和爱护生命的社会责任感，树立正确的大健康观念；塑造勇于探索、寻求真理的科学精神。</p> <p>3. 考核评价：本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试占60%。</p> <p>4. 教学条件：多媒体教室</p>

2	中职生物	<p>1. 素质目标: 培养学生热爱自然、尊重生命的价值观, 树立生态环保意识。2. 知识目标: 使学生掌握生物科学的基本知识和核心概念, 包括细胞结构、遗传规律、生态系统等。3. 能力目标: 提高学生的观察能力和实验技能, 能够正确进行生物实验和观察。</p>	生物基础知识	<p>注重情感教育的渗透、关注学生主体地位、培养科学素养和生物学基础知识、采用多种教学方法和手段、注重实验技能的培养以及科学思维和实验技能的培养。本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试成绩占60%。</p>
3	体育心理学	<p>1. 素质目标: 不断改进自己的心理调节能力和应对压力的能力, 为自己的运动表现和团队的整体表现提供更好的支持。积极与团队成员合作, 互相支持, 不断提高团队协作和领导能力, 通过团队的努力与合作, 提高整个团队的运动表现。 2. 知识目标: 了解体育心理学的研究对象、任务、方法和发展概况。通过学习, 使学生理解人们参加体育活动时的心理现象和心理活动规律, 初步掌握运动心理的基本知识和方法, 以便使他们更好地进行体育教学、训练和比赛工作。 3. 能力目标: 掌握体育心理学训练的基本方法以及体育心理学常用的实验和测量方法, 并运用这种理论和方法从事体育教学、课余体育训练和体育心理学研究工作。</p>	《体育心理学》是研究在体育活动的条件下从事体育活动的实践的人的心理现象及发展规律的科学; 它的研究内容主要涉及两个方面: 一是学校体育范围内的有关心理学问题; 二是与从事体育活动有关的心理学问题。	<p>1. 教学方法: 以班级授课为主, 在适当的时候采用分组教学, 或几种组织方式灵活的组合, 尽量减轻学生的生理和心理疲劳。充分发挥学生的主体性, 与学生建立平等、民主和对话的师生关系, 培养学生发现问题、分析问题、解决问题的能力 and 探究意识, 使学生会学。 2. 课程思政: 将课程思政贯穿于每一节课堂始末, 提高学生心理素质和心理调节能力, 让学生更好地面对挑战和压力, 帮助学生树立正确的心理健康观念。 3. 考核评价: 考核内容重点考核学生获取知识的能力、应用所学知识分析问题和解决问题能力、实践动手能力和创新能力等; 考核方式采用多个阶段(平时测试、课外拓展、期末考核等)、多种类型(课堂展示、课堂讨论、社会调查等)等全过程的考核。本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试成绩占60%。 4. 教学条件: 多媒体教室</p>
4	运动解剖学	<p>1. 素质目标: 培养实事求是、严谨求实的工作作风; 培养耐心、细心、爱心、上进心及团结协作精神; 培养尊重、爱护生命的社会责任感。 2. 知识目标: 掌握正常人体各器官、结构、位置和相互关系; 理解形态结构的改变对功能改变的影响。 3. 能力目标: 通过实验观察、辨认解剖结构, 增强学生分析问题和解决问题的能力; 通过实训操作, 培养学生的操作技能。</p>	在活体上辨认各部骨、肌肉的位置和形态结构以及主要关节的组成与功能; 在活体上找出常用的动脉压迫止血点, 切脉、测量血压的部位。	<p>1. 教学方法: 采用讲授法、示范教学法、案例分析法、翻转课堂等教学方法。将案例和实际结合, 从标本联想到活体, 比较分析它们的共性和个性。 2. 课程思政: 培养学生懂得感恩、学会敬畏和爱护生命的社会责任感, 树立正确的社会主义核心价值观; 塑造勇于探索、寻求真理的科学精神。 3. 考核评价: 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试成绩占60%。 4. 教学条件: 生命科学实验室, 2台解剖虚拟仿真软件, 实体标本及塑料模型。</p>
5	运动生理学	<p>1. 素质目标: 逐步养成科学的思维方法, 严谨的工作作风; 提高应用运动生理学知识分析问题和解决问题的能力, 为将来职业上岗、继续教育和独立工作创造条件。素质培养包括思想道德修养、自学能力、应用知识能力、表达能力、创新能力等各种能力的培养。 2. 知识目标: 使学生掌握正常人体生理功能活动规律和生理机制; 在体育运动中或长期系统锻炼影响下人体生理活动的反应和适应规律及其生理机制; 熟悉常用运动生理功能、体质检测与评价方法及其在体育教学、大众健身、运动训练及体育科学研究中的应用。树立正确的科学观, 提高科学素养, 并具备分析和解决体育运动中实际问题的能力、较强的创新能力和实践能力, 为培养复合型体育保健人才奠定运动生理学的基础。</p>	运动生理学是体育保健与康复专业的重要课程, 它深入剖析了人体在运动过程中的生理变化; 主要教学内容涵盖能量代谢、内分泌、神经系统等多个方面, 以及运动对免疫系统的影响、身体组成、肥胖与运动减肥等实际问题; 通过这门课程的学习, 学生能够理解运动如何影响人体各系统的功能, 掌握科学的运动方法, 提高自身素质和运动表现。	<p>1. 教学方法: 采取讲授法、案例教学法、讨论式教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。 2. 课程思政: 强调的是健康的生活方式, 这本身就是对个体和社会的责任与担当的体现。它教导我们要关注自己的身体健康, 通过科学的运动方式来增强身体素质, 这是对个体生命尊严的尊重。教导我们要关注身体健康、追求公平竞争、尊重自然和保护环境, 这些都是我们作为新时代青年应该具备的基本素质。 3. 考核评价: 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试成绩占60%。</p>

	<p>为体育教学、训练服务，为全民健身服务，为“健康第一”的教育服务。</p> <p>3. 能力目标：让学生在对人体基本机能活动规律有了基本了解的基础上，进一步阐明体育运动对人体机能活动影响的基本规律及机制；学会从整体水平、器官和系统水平、细胞或分子水平上了解不同年龄、性别和训练水平的人群进行运动时的生理特点，以达到增进健康、提高体能、防治一些常见疾病和提高运动水平的目的；使学生熟练地掌握主要身体功能和生理指标的测试方法，尽量培养学生发现问题、分析问题和解决问题的能力。</p>		<p>4. 教学条件：多媒体教室、体育保健与康复专业实训室、田径场等</p>
6	<p>太极拳、太极剑</p> <p>一、素质目标：增强体质与身心健康：通过太极拳的学习与锻炼，提升学生的身体素质，包括力量、柔韧性、协调性和耐力等，同时促进身心健康，达到身心和谐的状态。培养意志品质与道德修养：太极拳的练习需要耐心、毅力和专注度，课程旨在培养学生坚韧不拔、持之以恒的意志品质；同时，太极拳蕴含的哲理和文化内涵也有助于提升学生的道德修养和思想品质。提升社会适应能力：通过太极拳的集体练习和表演，增强学生的团队协作能力、沟通能力和自信心，从而提升学生的社会适应能力。</p> <p>二、知识目标：掌握太极拳的基本理论：了解太极拳的起源、发展、特点和价值，认识太极拳在中国传统文化中的重要地位。学习太极拳的技术要领：掌握太极拳的基本动作、姿势、呼吸方法和运动规律，了解不同动作的技术特点和运用方法。了解太极拳的攻防原理：学习太极拳的攻防转换、化解对手攻击的技巧和方法，理解太极拳以柔克刚、以静制动的哲学思想。</p> <p>三、能力目标：提高太极拳演练能力：通过反复练习和纠正动作，使学生能够熟练、准确地演练太极拳套路，表现出太极拳的韵味和风格。培养自我锻炼与调节能力：引导学生学会根据自身的身体状况和需求，制定合适的太极拳锻炼计划，并能够在日常生活中坚持锻炼，形成良好的自我锻炼习惯。增强文化传承与传播能力：使学生具备向他人介绍和推广太极拳的能力，包括讲解太极拳的基本知识和技术要领、组织太极拳表演和教学活动等，从而推动太极拳文化的传承和发展。</p>	<p>基本动作 起势、云手、揽雀尾、单鞭、提手上势等。 呼吸配合。 学习太极拳的腹式呼吸技巧。 太极拳理论。 太极拳的历史与发展。 太极拳的健身原理。</p>	<p>1. 教学方法：教师现场示范太极拳动作，确保学生掌握正确的动作要领。 互动学习 学生分组练习，相互观察、纠正动作。 理论讲解 结合视频、图片等多媒体材料讲解太极拳的理论知识。 实践体验 学生通过反复练习体验太极拳的呼吸与动作配合。 2. 课程思政：太极拳课程是一种富有成效的教育形式，它不仅能够提高学生的太极拳技能水平，更能够培养学生的综合素质和道德修养。通过太极拳教学与思政教育的有机结合，可以为学生的全面发展和成长奠定坚实的基础。 3. 考核评价：本课程为考查课程，采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式，进行考核评价。 4. 教学条件：太极拳教学需要宽敞的场地，确保每位学生都有足够的空间进行练习。场地应铺设防滑、柔软的地面材料，以减少学生在练习过程中受伤的风险。此外，教学设施还应包括音响设备、镜子等辅助工具，以提高教学效果。</p>
7	<p>康复医学概论</p> <p>1. 素质目标：具有较强的法纪意识，遵纪守法，能遵守有关医疗工作及康复治疗有关制度和法规；具备严谨求实的工作态度，对病人具有高度的同情心和耐心；具有高度的专业责任感，能与同事合作共事，发挥团队协作精神。</p> <p>2. 知识目标：具备对康复医学、治疗技术和康复治疗师的充分认知能力；具备以康复程序为框架，初步为病人实施整体康复的能力；具有残疾的流行病学调查与残疾的预防、残疾人的全面康复、康复病历、康复治疗的管理等能力；能与病人进行良好的沟通，恰当使用解释用语，操作中关爱病人，让病人能很好配合康复工作；能应对基本康复操作过程中出现的突发和意外，具备初步现场协调处理问题的能力。</p> <p>3. 能力目标：掌握康复医学导论、康复医学的地位与作用、康复医学机构与组织方式、康复医学专业人员及工作方式等项目的基本知识。熟悉残疾学、功能障碍、康复预防、康复治疗等项目的基本知识。了解康复伦理、康复治疗师培养与指导等项目的基本知</p>	<p>康复医学简介；详细介绍康复对象、康复工作内容；康复治疗师工作要求与指导。</p>	<p>1. 教学方法：采用任务驱动、项目导向、案例分析、分组讨论、现场教学、启发式、鼓励式、点评式、师生互动式等多种教学方法进行教学工作。 2. 课程思政：培养学生树立健康意识，认识团队协作的重要性，培养严谨细致、精益求精的科学精神。 3. 考核评价：本课程为考查课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。平时考核成绩占30%；期末理论知识考核占70%。 4. 教学条件：有物理治疗的各种器械，按摩床及作业治疗器材的实训室。</p>

		识。		
8	中医学基础	<p>1. 能力目标: 具有运用中医基本理论知识指导临床康复治疗的能力; 熟练进行中医望、闻、问、切; 学会辨证论治方法; 具有中医健康宣教、指导养生保健能力。</p> <p>2. 知识目标: 掌握中医学的基本特点; 阴阳五行学说的基本内容; 五脏六腑、精气血津液的生理功能; 经络的循行和功能; 熟悉外感六淫、疔气、内伤七情、瘀血的致病特点; 望闻问切四诊; 辨证论治方法; 养生与防治原则; 了解中医学发展简史; 八法的运用等。</p> <p>3. 素质目标: 梳理辨证唯物观和中医整体观; 正确理解中医特色和优势; 具有良好的职业道德和敬业精神, 明确全心全意为人类健康服务的目的。</p>	<p>掌握: 中医的基本特点; 阴阳、五行学说的基本内容; 五脏的生理功能和特性; 六腑中的胆、胃、小肠的生理功能和特性; 精、气血津液的概念; 经络的概念; 奇经八脉的含义。</p>	<p>1. 教学方法: 采取讲授法、案例教学法、讨论式教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。</p> <p>2. 课程思政: 强调大医精诚、采用辩证唯物观和中医整体观; 正确理解中医特色和优势; 培养学生良好的职业道德和敬业精神, 明确全心全意为人类健康服务的目的。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试占60%。</p> <p>4. 教学条件: 有阴阳五行相关的视频资料; 经络模型; 五脏模型等</p>
9	推拿应用技术	<p>1. 素质目标: 培养爱岗敬业、吃苦耐劳的精神; 培养艰苦奋斗、团结协作的人文素养; 培养勤学好问、精益求精的科学精神。</p> <p>2. 知识目标: 掌握基本的手法疗法, 掌握各个部位的按摩手法, 掌握对常见基本的手法治疗方法。</p> <p>3. 能力目标: 培养团队沟通协作能力, 与患者进行有效沟通的能力; 对常见损伤有鉴别诊断能力; 能够提出针对性的康复手法。</p>	<p>基本手法疗法; 基本拍法疗法; 其他疗法; 注重学用相长、知行合一, 着力培养学生的创新精神和实践能力, 增强学生的职业适应能力和可持续发展能力。</p>	<p>1. 教学方法: 采取讲授法、案例教学法、讨论式教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立健康意识, 注重身体保健; 提高学生的团队意识; 锻炼学生吃苦耐劳的精神。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试占60%。</p> <p>4. 教学条件: 有按摩床的实训室。</p>
10	运动营养学	<p>1. 素质目标: 以健康饮食、健康生活、健康中国为目标, 将素质教育贯穿到教学过程当中, 强化业务素质的养成, 掌握科学健身和合理补充营养的方法, 了解常见病的运动和饮食疗法。</p> <p>2. 知识目标: 了解营养、营养学、运动营养学、健康、亚健康、体适能和轻体育等基本概念, 知晓合理营养对于维持人体生命的重要意义, 正确认识蛋白质、脂肪、糖、矿物质、维生素、水和膳食纤维等七大类营养素各自独特的营养功能, 懂得营养与发育、营养与健康, 特别是营养与体育运动的关系。</p> <p>3. 能力目标: 掌握热能消耗及计算, 运动员营养的一般要求和疲劳恢复中营养手段的运用, 了解不同项目营养供应的特点并懂得比赛期的营养安排。</p>	<p>《运动营养学》是保健学理论知识的依据与来源; 通过本课程的学习使学生能够掌握运动营养学的基本方法和技术; 了解运动营养学的基本原则, 掌握获取运动营养学知识的技术。</p>	<p>1. 教学方法: 主要采用传统讲授结合多媒体教学、启发式教学和探究式教学。生动形象地阐释运动营养学各种不同营养元素的特点, 及运动营养的饮食搭配。</p> <p>2. 课程思政: 将课程思政贯穿于每一节课堂始末, 引导学生健康饮食、健康生活, 让学生明白健康中国的重要意义。</p> <p>3. 考核评价: 考核内容重点考核学生获取知识的能力、应用所学知识分析问题和解决问题能力、实践动手能力和创新能力等; 考核方式采用多个阶段(平时测试、课外拓展、期末考核等)、多种类型(课堂展示、课堂讨论、社会调查等)等全过程的考核。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试占60%。</p>
11	体适能	<p>1. 素质目标: 具有实事求是、严谨的科学态度和工作作风。能够给予正确的学习态度, 认真、好学、好问。具有耐心、细心、爱心、上进心和协作精神。</p> <p>2. 知识目标: 掌握健康体适能概念和分类, 了解健康体适能的价值及对人类健康生活的意义。掌握心血管、肌肉、柔韧适能的生理学特点、检测评价方法及改善方法。为学生进一步学习其他康复课程和职业技能、提高全面素质、增强适应职业变化的能力、更好地从事康复工作打下必要的基础。掌握体力活动对慢性疾病、老年健康、女性健康、压力管理的作用及特殊时期的体力活动要求与实施。对于健康体适能有一定的了解; 掌握体育基础理论知识及运动训练基本技能, 并运用于实践。</p> <p>3. 能力目标: 能掌握健康体适能的知识, 正</p>	<p>体适能的概述简介; 心血管、肌肉、柔韧、身体成分的具体测量、评价及训练的方法; 体力活动与慢性疾病、老年健康、女性健康的影响; 体力活动与压力管理及运动行为。</p>	<p>1. 教学方法: 采用讲授法、示范教学法、案例分析法等教学方法。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生懂得感恩、学会敬畏和爱护生命的社会责任感, 树立正确的大健康观念; 塑造勇于探索、寻求真理的科学精神。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试占60%。</p> <p>4. 教学条件: 多媒体教室、田径场</p>

		<p>确认识体适能的价值以及学会制定科学的实施方案。</p> <p>通过实际操作，培养学生的操作技能，让学生学会制定不同项目、年龄、特殊人群的体适能实施方案，为实际应用操作和康复工作打下必要基础。</p>		
12	社会体育指导员	<p>1. 素质目标：具有实事求是、严谨的科学态度和工作作风。能够给予正确的学习态度，认真、好学、好问。具有耐心、细心、爱心、上进心和协作精神。</p> <p>2. 知识目标：通过本课程的学习，使学生正确认识社会体育指导员的价值所在及从业要求。掌握人体运动科学、身体锻炼的基础知识，使学生学会常用的身体练习方法及常用健身器械的功能用法。掌握人体的测量评价与体育活动医务监督。为学生进一步提高指导能力、提高全面素质、增强适应职业变化的能力、更好地从事康复工作打下必要的基础。通过学习社会体育指导员的课程及运动解剖、生理的最新研究进展及体育保健与康复技术应用，为社会体育指导员奠定职业能力。</p> <p>3. 能力目标：掌握社会体育指导员的学习，正确认识人体运动科学基础、心理学、身体素质生理学基础等专业知识。通过实际操作，培养学生的指导技能，让学生学会制定常见体育锻炼者的指导训练计划、采集与分析运动学数据，获得正确的指导运动健身以及康复训练的观点与方法，为实际应用操作和社会体育指导员岗位工作打下必要基础。</p>	<p>体育的发展史、体育的概述；社会体育指导员的概述及从业须知、法律要求、职业道德、礼仪礼节要求；人体运动科学基础知识及生理学基础；练习指导过程的讲解示范、保护与帮助；常用器械使用、简单人体测量；医务监督体育活动的禁忌症0</p>	<p>1. 教学方法：采取讲授法、案例教学法、讨论式教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。</p> <p>2. 课程思政：培养学生树立健康意识，注重身体保健；提高学生的团队意识；锻炼学生吃苦耐劳的精神。</p> <p>3. 考核评价：本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试占60%。</p> <p>4. 教学条件：多媒体教室、体育保健与康复专业实训室、田径场等</p>
13	体育保健学	<p>1. 素质目标：具有良好的思想政治素质、行为规范和职业道德；具有较强的自我控制能力和团队协作能力，有较强的责任感和认真的工作态度；具有较强的开拓发展的创新能力；具有较强的口头与书面表达能力、人际沟通能力。</p> <p>2. 知识目标：能够掌握制定体育卫生措施；能够掌握医务监督及方法；能够了解和掌握运动损伤方法及急救；能够使用常用中医方法消除疲劳，提高运动成绩；能够掌握按摩的主要手法和实践运用；能够掌握医疗体育方法与手段；能够掌握营养与运动的关系，提高运动成绩。</p> <p>3. 能力目标：主要培养学生掌握体育卫生、医务监督、运动性疾病、运动损伤、运动按摩和医疗体育等内容，能够解决体育运动中出现的各种问题</p>	<p>《体育保健学》是体育保健与康复专业核心主干课程之一，它突出体育保健与康复专业学生职业核心技能的培养，着力打造学生在社区与体育健身俱乐部体育锻炼指导能力。</p>	<p>1. 教学方法：本课程采取“教学六步法”，学生自主学习，教师加以引导，充分发挥学生学习的主动性，由理论指导实践并在实践中自我检验。实施过程如下：资讯、计划、决策、实施、检查、评价六个步骤进行。</p> <p>2. 课程思政：将课程思政贯穿于每一节课堂始末，引导学生健康运动、健康生活，让学生明白健康中国的重要意义。</p> <p>3. 考核评价：考核内容重点考核学生获取知识的能力、应用所学生知识分析问题和解决问题能力、实践动手能力和创新能力等；考核方式采用多个阶段（平时测试、课外拓展、期末考核等）、多种类型（课堂展示、课堂讨论、社会调查等）等全过程的考核。本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试占60%。</p>
14	健身气功	<p>1. 素质目标：通过体育养生理论教学，使学生进一步了解体育养生的基本知识，培养独立、自觉地进行锻炼的能力，增进健康、增强体质，防治疾病，培养健康的养生习惯，树立终身体育观念。</p> <p>2. 知识目标：通过本门课程的学习，使学生掌握健身气功的基本理论知识、基本功法，了解主要的功法套路的练习方法。</p> <p>3. 能力目标：通过健身气功课程的教学，使学生熟练地掌握其功法内容、了解传统体育养生功法，并具备通过图解能进行自学简单功法套路的能力。</p>	<p>健身气功简介；易筋经、大舞等功法。</p>	<p>1. 教学方法：采用讲解和示范相结合；分解练习和整体练习相结合。</p> <p>2. 课程思政：通过功法习练，调节情绪、豁达心胸，达到健身健心、修身养性、内外兼修的效果，通过调身、调息、调心的“三调”作用。学生在参与健身气功锻炼的过程中，不仅强健了体魄，更涵养了道德。</p> <p>3. 考核评价：本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试二部分构成。其中平时成绩占30%，期末考试占70%。</p> <p>4. 教学条件：有镜子的场馆。</p>

2. 专业核心课程

序号	课程名称	典型工作任务	教学内容	教学要求
1	运动训练学	运动训练学。运用运动训练的基本理论了解运动项目的规则和技术特点，学习运动营养和恢复知识，掌握运动损伤的预防和处理知识。提高学生运动技能水平，增强学生身体素质，提升训练指导能力。	1. 运动训练学 2. 人体解剖学 3. 人体生理学 4. 运动生物力学	1. 通过本课程教学，使学生了解体育运动训练的目的意义理解运动训练的基本原则，掌握运动训练的基本方法手段，熟悉运动训练的基本程序，旨在培养学生开展运动训练的实际工作能力，并为学生日后从事体育教学训练和健身指导奠定基础，也为学生后续的学习发展提供条件。 2. 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。
2	人体科学	人体科学。运用人体解剖学、生理学、病理学等基础科学知识，理解人体的基本结构和功能，以及人体各系统之间的相互关系。	1. 基础知识 2. 健康与疾病 3. 实验与技能	1. 要求学生掌握人体解剖学、生理学、病理学等基础科学知识，理解人体的基本结构和功能，以及人体各系统之间的相互关系。培养学生进行实验操作的技能提高学生的观察能力和分析能力，培养学生的职业道德和人文关怀精神。 2. 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。
3	体育竞赛裁判学	体育竞赛裁判学。 运用体育竞赛的基本规则，了解裁判法的基本原则和程序，学习体育竞赛的组织与编排方法。提高观察与分析能力，增强判断与决策能力，提升协调与沟通能力。能够进行现场裁判工作。	1. 体育竞赛裁判学概述 2. 体育竞赛规则与裁判法 3. 体育竞赛裁判实践技能 4. 体育竞赛组织与管理	1. 体育竞赛的种类和特征和管理，体育竞赛的方法与编排，体育裁判员的作用、守则与修养，球类运动的竞赛方法和裁判执法难点剖析。 2. 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。
4	体能基础训练	体能基础训练。运用体能训练学的知识，正确认识体能的值以及学会制定科学的训练方案。通过实际操作，培养学生的操作技能，让学生学会制定不同项目、年龄、素质的训练方案，获得正确的指导运动健身以及体能训练的观点与方法，为实际应用操作和康复工作打下必要基础。	体能训练的主要教学内容涵盖了多个方面，旨在全面提升个人的身体素质和运动能力。以下是一些主要的教学内容：体能训练的概念及训练的理论基础；各项身体素质训练的理论与方法，核心力量训练的理论与方法；各项群儿童青少年体能训练。	1. 教学方法： 采取讲授法、案例教学法、讨论式教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。 2. 课程思政： 通过体能训练，学生可以培养自律、毅力、团队合作、公平竞争等品质，同时促进身心健康，增强爱国主义情感和民族精神。这些品质和精神不仅对学生个人的成长和发展具有重要意义，也对社会的进步和发展具有积极的推动作用。 3. 考核评价： 本课程为考查课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。 4. 教学条件： 多媒体教室、田径场、健身中心等。

5	运动损伤与康复	<p>运动损伤与康复。运用运动损伤的基本理论知识，进行常见运动损伤的识别与评估：能够准确识别常见的运动损伤，并进行初步评估，包括损伤程度、影响范围以及康复潜力等。制定康复计划与实施能力：能够根据患者的具体情况，制定个性化的康复计划，并有效实施康复训练和物理治疗措施，促进患者功能恢复。预防运动损伤的能力：掌握运动损伤的预防方法，能够指导他人进行科学的运动锻炼，减少运动损伤的发生。</p>	<p>掌握运动损伤概念和一般检查，了解运动项目与运动损伤，掌握头颈部、肩部、肘部、手腕部、胸腰部、骨盆、髌部和大腿部膝部、小腿、足踝部损伤与康复治疗。</p>	<p>1.教学方法：教学上采取教师讲解、示范，纠错相结合。通过分析示范和练习等手段，找出教学中的优化和偏差的原因，引导学生自己去纠正错误动作，采用集体练习和分组练习相结合。科学锻炼身体。</p> <p>2.课程思政：运动损伤与康复课程思政是一种富有成效的教育形式，它能够将专业知识传授与思想政治教育有机结合，培养学生的综合素质和社会责任感。通过这种教学模式的实施，可以为学生的全面发展和未来的职业生涯奠定坚实的基础。</p> <p>3.考核评价：本课程为考查课程，采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式，进行考核评价。</p> <p>4.教学条件：教学设施应包括足够宽敞的教室和实验室，以便进行理论讲解和实践操作。此外，还需要配备相关的康复设备和器材，如矫形器、助行器、理疗设备等，供学生实践操作使用。</p>
6	运动与体重管理	<p>运动与体重管理。运用特定器材进行体脂、体重评估，根据评估结果制定体重管理计划，指导具体锻炼方法、步骤。掌握器械训练的作用，掌握常见固定器械的使用及方法。对常见错误及无效训练动作有鉴别诊断能力；能够提出针对性的改进方法。</p>	<p>健身的作用；健身前的准备工作；不同训练设定的作用；常见各固定器械的训练方法，体重管理的方法</p>	<p>1.教学方法：采取讲授法、案例教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。</p> <p>2.课程思政：提高学生健身时的安全意识，自我防护意识；提高学生的团队意识。</p> <p>3.考核评价：本课程为考查课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。</p> <p>4.教学条件：健身中心。</p>
7	康复评定技术	<p>康复评定。运用访谈、观察、量表评定、设备检测等手段，进行功能障碍种类、性质、范围、程度、预后的判断；确定康复目标；制订康复计划；判定康复效果；决定患者去向。</p>	<p>1. 康复评定的基本流程；2. 掌握各种康复评定检查、测量的方法；3. 能够通过采集病史、测量等确定存在问题，寻找出现障碍的原因。</p>	<p>1.教学方法：采取讲授法、案例教学法、讨论式教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。</p> <p>2.课程思政：提高学生的团队意识；锻炼学生吃苦耐劳的精神。</p> <p>3.考核评价：本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。</p> <p>4.教学条件：有按摩床和各种康复评定器材的实训室。</p>
8	运动功能诊断与训练	<p>运动功能诊断与训练。运用FMS工具进行测试和评价体质健康状况，掌握有效提高身体各项素质、全面发展体能的知识与方法；根据所测数据能够准确判断身体状况，并制定针对性的锻炼方案</p>	<p>1掌握FMS诊断的方法；掌握FMS矫正与训练的方法。</p>	<p>1.教学方法：采用讲解、示范、练习和分析，使学生掌握身体运动功能训练的基本技能。</p> <p>2.课程思政：通过身体运动功能训练课程的教学，培养学生良好的体育道德和合作精神，使学生能够正确处理竞争与合作的关系。</p> <p>3.考核评价：本课程为考查课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。</p> <p>4.教学条件：有FMS器材的实训室。</p>

9	中国传统康复治疗技术	中医康复。运用推拿、灸法、刮痧、拔罐、传统功法等疗法，进行康复治疗。	对常用针灸方法及推拿手法能熟练操作；对常见病能初步运用推拿等方法进行康复治疗；具备相应社会能力，从而达到传统康复治疗师的岗位要求，并兼有传统康复治疗师的部分岗位能力。	<p>1.教学方法：采取讲授法、案例教学法、讨论式教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。</p> <p>2.课程思政：培养学生树立健康意识，注重身体保健；提高学生的团队意识；锻炼学生吃苦耐劳的精神。</p> <p>3.考核评价：本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。</p> <p>4.教学条件：有按摩床、针灸器材的实训室。</p>
10	运动治疗技术	运动治疗。运用功能训练和手法治疗等手段，开展关节活动范围训练、肌力训练、心肺功能训练、平衡及协调能力训练。	《运动治疗技术》详细介绍了运动疗法技术的基本理论、常用的各种治疗技术以及在实际工作中的应用方法；运动治疗技术是临床康复治疗中运用最多、最普遍的技术，是促进人体运动功能提高和恢复的主要技术。	<p>1.教学方法：根据讲授内容特点，采用学生易于接受的方法如项目教学法、案例教学法、小组学习法、情景教学法等。进行理论讲授的同时，随时随地进行必要的操作演示，让理论与实践有机结合，并给学生练习提供充足的时间和空间。</p> <p>2.课程思政：将课程思政贯穿于每一节课课堂始末，教导学生医者仁心、为人民服务。</p> <p>3.考核评价：采用“三化”（全面化、全程化、多样化）、三结合（理论实践考核结合、师生考核结合、教师与行业技术人员考核结合）的考核模式，以达到全面、公正、合理、客观评价学生学习成绩，全面促进学生自觉学习、主动学习运动疗法技术，实现教学相长。本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。</p> <p>4.教学条件：有按摩床和各种康复评定器材的实训室及多媒体教室。</p>
11	运动处方	运动处方。运用个体的健康评估结果和需求，制定合理、个性化的运动处方，促进个体的身心健康。具备运动康复指导能力：能够针对个体的身体状况和疾病情况，提供科学的运动康复指导，帮助恢复健康或提高生活质量。并根据实际情况对运动处方进行适时调整，确保其针对性和有效性。	掌握运动处方的起源与发展和基本理论；制定运动处方的科学依据提高健康体适能的运动处方；制定适合儿童青少年及老年人的运动处方；掌握常见慢性疾病和特殊环境的运动处方；了解运动促进策略和信息化。	<p>1.教学方法：采用问题教学法、案例分析法、互动式教学法、探究式教学法等多种教学方法。</p> <p>2.课程思政：在运动处方课程中，学生不仅学习如何根据个人身体状况和运动需求制定合适的运动计划，还通过参与实践活动，深入理解运动处方在促进健康、预防疾病和提高生活质量方面的作用。在这个过程中，课程思政元素得到了充分体现。</p> <p>3.考核评价：本课程为考试课程，采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式，进行考核评价。</p> <p>4.教学条件：运动处方课程涉及实践操作，因此需要配备相应的实验室、训练场地和运动器材，以满足学生实</p>

				践学习的需求。此外，提供多媒体教学设备，以便教师能够利用现代化教学手段进行教学。
12	骨科学	骨科学。运用损伤和疾病的临床表现与康复评定，做出诊断。掌握常规术后早期康复及中后期运动康复技术。培养团队沟通协作能力，与患者进行有效沟通的能力；对常见损伤有鉴别诊断能力，有设置康复治疗方案的能力。	掌握各种损伤和疾病的康复评定和康复治疗的基本方法和技能，能够熟练掌握常见肌肉骨骼系统疼痛疾病的诊断与鉴别诊断；能够掌握肌肉骨骼系统创伤的病理、诊断、评定以及物理治疗、运动疗法的等康复技术；.能掌握常规术后早期康复及中后期运动康复技术；具备对常见运动系统畸形或残疾的综合分析及基础康复治疗技术；具有为常见运动损伤进行防护的能力。	<p>1.教学方法：采取讲授法、案例教学法、讨论式教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。</p> <p>2.课程思政：培养学生树立健康意识，注重对身体的保健。在学习中学会生命的脆弱，珍爱生命。提高学生对身体重要性的认识。</p> <p>3.考核评价：本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%，期末考试成绩占60%。</p> <p>4.教学条件：有按摩床、骨折固定器材的实训室。</p>
13	运动损伤防护与急救	运动伤害防护与急救。运用单人心肺复苏术；能独立完成止血、包扎、临时固定、伤员搬运等急救技术操作；能够设计和实施运动中补液方案；可以指导常见运动损伤的预防性练习。	运动损伤的分类；运动损伤的一般规律与项目特点；运动损伤的一般性致伤因素及预防的主要技术。	<p>1.教学方法：讨论式教学法，任务驱动法，理实一体化教学法</p> <p>2.课程思政：培养学生树立健康意识，认识团队协作的重要性，培养严谨细致、精益求精的科学精神。</p> <p>3.考核评价：本课程为考试课程。由平时实训成绩和期末考试两部分构成。平时考核成绩占40%；期末理论知识考核占60%。</p> <p>4.教学条件：有多媒体视频资源、壶铃、哑铃、弹力带、瑜伽球、药球等小器械及体育保健专用实训室</p>

（三）专业拓展课程

本类课程侧重于岗位职业能力的提升及培养学生的可持续发展能力。专业拓展课程为选修课程，学生可根据自己职业发展规划及个人兴趣进行选修。

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求
1	篮球	<p>1.素质目标：通过篮球训练，增强学生的体质，提高学生的耐力、速度和灵敏度等身体素质。通过比赛和训练，培养学生的坚韧不拔、团结协作、勇于进取、吃苦耐劳的思想品质。篮球运动不仅可以锻炼身体，还可以促进学生的心理健康，培养学生的自信心和积极向上的生活态度。</p> <p>2.知识目标：让学生了解篮球运动的基本规律、技术和战术原理，为实践操作提供理论基础。学习并掌握篮球的基本技术，如运球、传球、投篮、防守等。了解篮球比赛规则：让学生了解并遵守篮球比赛的规则，培养学生的公平竞赛精神。</p> <p>3.能力目标：提高篮球技能：通过训练和实践，提高学生的篮球技能水平，包括控球、传球、投篮等。培养团队协作能力：通过团队训练和比赛，培养学生的团队协作能力，让学生懂得如何与他人配合，实现共同目标。</p>	基本功训练；比赛规则介绍；实战演练。	<p>1.教学方法：分解教学、示范教学、互动教学、游戏化教学。</p> <p>2.课程思政：在篮球课程中，学生不仅学习篮球的基本技能，还通过团队合作和比赛实践，体验团队合作的重要性，学会尊重他人、沟通协调、承担责任等团队协作精神。同时，在比赛中，学生需要展现领导力，学会制定策略、组织团队、激励队员等能力，从而培养领导才能。</p> <p>3.考核评价：本课程为考查课程，采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式。</p> <p>4.教学条件：篮球场。</p>

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求
2	羽毛球	<p>1. 素质目标: 通过羽毛球运动的基本理论知识的学习,了解排球文化内涵与文化功能,对排球课程中理论层面的问题所有创新和发展,积极参加羽毛球运动。</p> <p>2. 知识目标: 掌握羽毛球运动的基本技术、战术方法,并能熟练的运用,对羽毛球课程中实践层面的问题应能有所创新与突破。</p> <p>3. 能力目标: 通过羽毛球课程理论和实践内容的学习与掌握,提高学生身心健康,运动锻炼的方法调节自身情绪,改善心理状态,克服心理障碍,表现出良好的体育道德和团队协作精神,正确处理竞争与合作的关系。</p>	<p>羽毛球运动概述:起源与发展,国内外羽毛球运动的发展趋势;羽毛球技术、战术学习;羽毛球竞赛规则,裁判员手势学习;速度、耐力、灵敏性、柔韧性、力量等的训练方法。</p>	<p>1. 教学方法: 教学上采教师讲解、示范,纠错相结合。通过分析示范和练习等手段,找出教学中的优化和偏差的原因,引导学生自己去纠正错误动作,采用集体练习和分组练习相结合。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立“健康第一”的指导思想,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程,采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式。</p> <p>4. 教学条件: 多媒体教室、羽毛球馆</p>
3	运动心理学	<p>1. 素质目标: 不断改进自己的心理调节能力和应对压力的能力,为自己的运动表现和团队的整体表现提供更好的支持。积极与团队成员合作,互相支持,不断提高团队协作和领导能力,通过团队的努力与合作,提高整个团队的运动表现。</p> <p>2. 知识目标: 了解运动心理学的研究对象、任务、方法和发展概况。通过学习,使学生理解人们参加运动时的心理现象和心理活动规律,初步掌握运动心理的基本知识和方法,以便使他们更好地进行体育教学、训练和比赛工作。</p> <p>3. 能力目标: 掌握运动心理学训练的基本方法以及运动心理学常用的实验和测量方法。</p>	<p>了解心理因素如何影响运动、运动表现、锻炼和身体活动。</p>	<p>1. 教学方法: 以班级授课为主,在适当的时候采用分组教学,或几种组织方式灵活的组合,尽量减轻学生的生理和心理疲劳。充分发挥学生的主体性,与学生建立平等、民主和对话的师生关系,培养学生发现问题、分析问题、解决问题的能力 and 探究意识,使学生会学。</p> <p>2. 课程思政: 将课程思政贯穿于每一节课课堂始末,提高学生心理素质和心理调节能力,让学生更好地面对挑战和压力,帮助学生树立正确的心理健康观念。</p> <p>3. 考核评价: 考核内容重点考核学生获取知识的能力、应用所学知识分析问题和解决问题能力、实践动手能力和创新能力等;考核方式采用多个阶段(平时测试、课外拓展、期末考核等)、多种类型(课堂展示、课堂讨论、社会调查等)等全过程的考核。本课程为考查课程,采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式。</p> <p>4. 教学条件: 多媒体教室</p>
4	健身操	<p>1. 素质目标: 打造坚韧意志品质,树立“终身体育”意识,提高体育文化素养。</p> <p>2. 知识目标: 形成正确的身体姿势;掌握健美操基本手型、步伐、基本动作与体能训练项目基本知识。</p> <p>3. 能力目标: 培养科学健身、发展身体素质的能力,培养活动组织交往能力和规则纪律意识,能够对一套健美操进行评价。</p>	<p>健美操简介;健美操基本动作;大众健美操等级成套动作;速度、耐力、灵敏性、柔韧性、力量等的训练方法。</p>	<p>1. 教学方法: 教学上采教师讲解、示范,纠错相结合。通过分析示范和练习等手段,找出教学中的优化和偏差的原因,引导学生自己去纠正错误动作,采用集体练习和分组练习相结合。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立“健康第一”的指导思想,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程,采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式。</p> <p>4. 教学条件: 有镜子的场馆</p>
5	排球	<p>1. 素质目标: 通过排球运动的基本理论知识的学习,了解排球文化内涵与文化功能,对排球课程中理论层面的问题所有创新和发展,积极参加排球运动。</p> <p>2. 知识目标: 掌握排球运动的基本技术、战术方法,并能熟练的运用,对排球课程中实践层面的问题应能有所创新与突破。</p> <p>3. 能力目标: 通过排球课程理论和实践内容的学习与掌握,提高学生身心健康,运动锻炼的方法调节自身情绪,改善心理状态,克服心理障碍,表现出良好的体育道德和团队协作精神,正确处理竞争与合作的关系。</p>	<p>排球运动概述:起源,如何传入我国,国内外排球运动的发展趋势;排球技术、战术学习;排球竞赛规则;裁判员手势学习;速度、耐力、灵敏性、柔韧性、力量等的训练方法。</p>	<p>1. 教学方法: 教学上采教师讲解、示范,纠错相结合。通过分析示范和练习等手段,找出教学中的优化和偏差的原因,引导学生自己去纠正错误动作,采用集体练习和分组练习相结合。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立“健康第一”的指导思想,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程,采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式。</p> <p>4. 教学条件: 有平整光滑墙壁的场</p>

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求
				馆
6	体质测量与评定	<p>1. 素质目标: 体验体育测量与评价中蕴含的科学文化; 讨论体育测量与评价精神如何体现;)培养学生体育测量与评价实践精神和科学精神, 并以此指导自我社会实践。</p> <p>2. 知识目标: 了解体育测量与评价的起源与发展; 掌握体育测量与评价内容与分类; 掌握体育测量与评价的特点与作用; 掌握体育测量的技能。</p> <p>3. 能力目标: 能够进行人体基本体形、体态的科学测量与评价; 能够进行人体内在系统的体育测量与评价; 能够具备体育测量与评价所需的基本理论知识; 能够深入实践, 结合体育测量与评价推动科研发展的能力。</p>	<p>体育测量与评价的定义; 测量与评价的研究对象、内容、任务人体形态的测量; 身体发育的评价与预测; 心肺功能、一般运动能力、运动与营养、疲劳的测量。</p>	<p>1. 教学方法: 教学上采教师讲解、示范, 纠错相结合。采用集体练习和分组练习相结合, 进行小组演示。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立“健康第一”的指导思想, 通过团队合作和演练实践, 体验团队合作的重要性, 学会尊重他人、协调沟通、承担责任等团队协作精神。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程, 采取过程性考核40%+终结性考核60%的形式。</p>
7	啦啦操	<p>1. 素质目标: 打造坚韧意志品质, 树立“终身体育”意识, 提高体育文化素养。</p> <p>2. 知识目标: 形成正确的身体姿势; 掌握啦啦操36个基本手位动作与完整的一套啦啦操动作, 学会体能训练项目基本知识。</p> <p>3. 能力目标: 培养科学健身、发展身体素质的能力, 培养活动组织交往能力和规则纪律意识, 能够对一套啦啦操进行评价。</p>	<p>啦啦操简介; 啦啦操基本手位; 中学生花球啦啦操规定动作; 速度、耐力、灵敏性、柔韧性、力量等的训练方法。</p>	<p>1. 教学方法: 教学上采教师讲解、示范, 纠错相结合。通过分析示范和练习等手段, 找出教学中的优化和偏差的原因, 引导学生自己去纠正错误动作, 采用集体练习和分组练习相结合。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立“健康第一”的指导思想, 帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程, 采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式。</p> <p>4. 教学条件: 有镜子的场馆。</p>
8	乒乓球	<p>1. 素质目标: 增强体质与体能: 通过乒乓球课程的训练, 提高学生的身体素质, 包括力量、速度、灵敏性和协调性等, 从而增强学生的体能水平。培养意志品质: 乒乓球运动需要坚韧不拔的毅力和面对困难的勇气, 课程旨在培养学生持之以恒、勇往直前的意志品质。促进心理健康: 通过乒乓球运动, 帮助学生缓解压力, 调节情绪, 培养乐观向上的心态, 促进心理健康发展。</p> <p>2. 知识目标: 掌握乒乓球基本理论: 让学生了解乒乓球运动的发展历史、基本规则、竞赛制度以及技术原理等, 为实践操作提供理论基础。学习乒乓球技术知识: 学习并掌握乒乓球的基本技术, 如发球、接发球、攻球、防守等, 了解各种技术的动作要领和训练方法。了解乒乓球战术与比赛策略: 学习乒乓球的战术原理, 掌握不同对手和比赛情况下的应对策略, 提高学生的竞技水平。</p> <p>3. 能力目标: 提高乒乓球技能水平: 通过反复训练和实践, 提高学生的乒乓球技能水平, 包括技术的准确性和熟练度, 以及战术的灵活性和有效性。培养运动训练与比赛能力: 让学生掌握乒乓球运动训练的基本方法, 能够制定并执行个人或团队的训练计划; 同时, 提高学生的比赛能力, 包括比赛心态调整、技战术运用等。增强团队协作与沟通能力: 通过团队训练和比赛, 培养学生的团队协作意识和沟通能力, 提高他们在集体项目中的协作能力和团队精神。</p>	<p>乒乓球运动的起源和发展; 乒乓球比赛的规则和裁判法; 乒乓球基本技术要领和战术策略; 乒乓球基本技能的训练, 包括发球、接发球、正手和反手击球等; 组合技术的练习和实战模拟; 团体配合和双人对抗训练。</p>	<p>1. 教学方法: 讲解示范: 教师详细讲解技术要领, 并进行标准示范。分组练习: 学生分组进行技术练习, 相互观察和指导。实战模拟: 组织学生进行实战模拟, 提高战术应用能力。互动讨论: 鼓励学生分享经验和心得, 促进交流学习。</p> <p>2. 课程思政: 在乒乓球课程中, 首先, 通过介绍乒乓球的起源、发展历程以及中国乒乓球在国际上的辉煌成就, 激发学生的民族自豪感和爱国情怀。这有助于学生更加深入地了解乒乓球这项运动的文化内涵, 从而更加珍视和传承这份民族体育瑰宝。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程, 采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式, 进行考核评价。</p> <p>4. 教学条件: 教学场地应足够宽敞, 并配备标准的乒乓球桌、球拍和乒乓球。此外, 还需要有适当的照明和通风条件, 以确保学生在舒适的环境中学习和训练。</p>

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求
9	街舞	<p>1. 素质目标: 打造坚韧意志品质, 树立“终身体育”意识, 提高体育文化素养。</p> <p>2. 知识目标: 形成正确的身体姿势; 掌握街舞头、肩、髋的街舞常见动作与完整的一套街舞动作, 学会体能训练项目基本知识。</p> <p>3. 能力目标: 培养科学健身、发展身体素质的能力, 培养活动组织交往能力和规则纪律意识, 能够对一套街舞进行评价。</p>	街舞简介; 街舞基本动作; 街舞规定动作; 速度、耐力、灵敏性、柔韧性、力量等的训练方法。	<p>1. 教学方法: 教学上采教师讲解、示范, 纠错相结合。通过分析示范和练习等手段, 找出教学中的优化和偏差的原因, 引导学生自己去纠正错误动作, 采用集体练习和分组练习相结合。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立“健康第一”的指导思想, 帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程, 采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式。</p> <p>4. 教学条件: 有镜子的场馆。</p>
10	教育学	<p>1. 素质目标: 通过基本教育原理的学习促进学生教育知识的迁移。树立终身持续发展的教育理念, 教学中重视学生的参与、交流与合作、初步的实际训练以及教学反思, 并强调这些活动对于课程学习及个人成长的重要意义, 通过教学发展学生的人际智力, 鼓励学生在学习的过程中动态地观察并思考教育现象和教育问题, 综合应用各门课程所学的知识和技能, 形成从事教育工作的职业意识。</p> <p>2. 知识目标: 联系社会生活和学校生活中存在的实际问题, 积极思考并在这一过程中了解学科知识的功能与价值, 从而形成主动学习的态度。</p> <p>3. 能力目标: 从分析性、实践性和创造性三个方面发展学生的智力, 强调同伴影响, 注重讨论、辩论、学习指导等多种教学方法的运用, 关注教学过程中学生情感和教育观念的变化。探索师生发展性教学评价方式, 建立学习结果与学习过程并重的评价机制, 关注学生情感、态度、行为的变化, 重视形成性评价和终结性评价相结合。通过评价, 实现教学相长, 促进师生的共同成长。</p>	掌握从事中学教育工作必备的教育基础理论知识, 树立新课程理念下的教育观, 包括课程观、知识观、教学观、学习观、教师观、学生观、师生观、评价观等; 强化新课程理念下的教师角色与教学行为变化以及学生学习方式的变革问题; 培养热爱教师职业的感情; 并初步具备把所学知识应用于中小学教育实际的能力。	<p>1. 教学方法: (1) 以讲授和指导学生学习实践为主, 分析、讨论为辅。讲授专业术语、观点、具体方法等。教学中注意各章知识之间及与心理、文化、哲学等学科领域知识之间的关联性和整体性, 强调对所学理论知识和从实践中所得知识的进一步整合。(2) 贯彻理论联系实际原则, 联系我国教育改革的实际来加深学生对基本概念和基本原理的掌握, 并引导学生用所学理论来分析教育实际。(3) 充分发挥学生的主体作用, 注重对学生自主学习、自我教育能力的培养, 使其能适应教师职业终身学习, 不断进取的需要。(4) 教学的重点应放在引起学生的情感共鸣, 促使其初步形成科学的教育观、质量观、人才观、教师观等思想观念。</p> <p>2. 课程思政: 培养热爱教师职业的感情; 并初步具备把所学知识应用于中小学教育实际的能力。</p> <p>3. 考核评价: 形成性考核占60%, 评价的过程中注意加强对学生课后实践情况(阅读、汇报、学科课程设计、见习报告等)的检查。期末开卷考试占40%, 侧重教育学基础知识和学生分析问题解决问题能力考核。</p> <p>4. 教学条件: 多媒体教室。</p>
11	心理学	<p>1. 素质目标: 培养独立思考、分析问题和解决问题的能力, 探究态度和技能、开放的思维方式。提高学生的心理学理论素养, 树立正确的学生观、发展观、学习观与教学观, 为学习其它专业课程打下基础。形成主动参与、积极探究、勤于思考、学会学习等良好的习惯; 锻炼学生理论联系实际、学以致用能力, 锻炼运用儿童心理发展规律从事教育教学科研的能力。有意识养成教师职业的神圣感、使命感, 有追求理想教师境界的意识、价值观和信念。</p> <p>2. 知识目标: 使学生构建教育心理学基本理论知识、理解教育心理学研究的一般原理, 把握教育教学心理的过程和方法, 掌握和了解教育心理学的基本概念和理论; 了解教育心理学的基本框架结构、内容体系、发展历史与趋势、教育心理学的定量与质性研究方法、教育心理学对于教学与课程改革的作用。使学生理解和掌握学习理论、学习心理、知识的学习、技能的学习、规范的学习以及教学的设计及其成效的考核与评估的基本内容、方法和技能、品德的形成、学习策略、学习动机、教学心理、课堂学习管理、教学评价和教师心理等内容。</p>	掌握和了解教育心理学的基本概念和理论(学习理论、动机理论、学习的迁移理论、品德发展理论等), 了解本学科领域新近研究成果与发展趋势; 能运用教育心理学知识分析教师的课堂教学行为和学生的学习行为, 并能有效地指导教师的教学活动以及学生和学生的学习活动, 从而达到理论联系实际、学以致用的目的。	<p>1. 教学方法: 小组合作与探究学习、课堂观察与案例分析、研究性学习、整合信息技术。</p> <p>2. 课程思政: 培养独立思考、分析问题和解决问题的能力, 探究态度和技能、开放的思维方式。提高学生的教育心理学理论素养, 树立正确的学生观、发展观、学习观与教学观, 为学习其它专业课程打下基础。</p> <p>3. 考核评价: 教学测评以课程和教学目标为依据, 兼顾课堂表现、考试、作业等形式, 满分为100分。采取书面作业为主, 小组合作作业结合的形式。期末一般采取大作业的方法进行考核。平时成绩占总成绩的60%, 期末考试成绩占总成绩的40%。平时成绩包括作业、观察记录、课堂讨论以及出勤。</p> <p>4. 教学条件: 多媒体教室、PPT、DVD音像材料等教学软件、其他教学需要工具或实物。</p>

序号	课程名称	教学目标	教学内容	教学要求
		<p>3. 能力目标: 能运用教育心理学知识分析教师的课堂教学行为和学生的学习行为, 根据教育心理学原理要求进行课程和内容的教学设计, 形成运用有关理论分析与解决教育教学实践问题的能力。</p>		
12	足球	<p>1. 素质目标: 通过足球训练, 增强学生的体质, 提高学生的耐力、速度和灵敏度等身体素质。通过比赛和训练, 培养学生的坚韧不拔、团结协作、勇于进取、吃苦耐劳的思想品质。足球运动不仅可以锻炼身体, 还可以促进学生的心理健康, 培养学生的自信心和积极向上的生活态度。</p> <p>2. 知识目标: 让学生了解足球运动的基本规律、技术和战术原理, 为实践操作提供理论基础。学习并掌握足球的基本技术, 如运球、传球、射门、防守等。了解足球比赛规则: 让学生了解并遵守足球比赛的规则, 培养学生的公平竞争精神。</p> <p>3. 能力目标: 提高足球技能: 通过训练和实践, 提高学生的足球技能水平, 培养团队协作能力: 通过团队训练和比赛, 培养学生的团队协作能力, 让学生懂得如何与他人配合, 实现共同目标。</p>	基本功训练; 比赛规则介绍; 实战演练。	<p>1. 教学方法: 分解教学、示范教学、互动教学、游戏化教学。</p> <p>2. 课程思政: 在足球课程中, 学生不仅学习足球的基本技能, 还通过团队合作和比赛实践, 体验团队合作的重要性, 学会尊重他人、沟通协调、承担责任等团队协作精神。同时, 在比赛中, 学生需要展现领导力, 学会制定策略、组织团队、激励队员等能力, 从而培养领导才能。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程, 采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式</p> <p>4. 教学条件: 足球场。</p>
13	瑜伽	<p>1. 素质目标: 打造坚韧意志品质, 树立“终身体育”意识, 提高体育文化素养。</p> <p>2. 知识目标: 形成正确的身体姿势; 掌握瑜伽的基本动作, 学会瑜伽动作的发力, 学会用体式纠正身体, 改善身体状况。</p> <p>3. 能力目标: 培养科学健身、发展身体素质的能力, 能够学会人体形态评价, 利用瑜伽体式对身体不良形态进行干预。</p>	瑜伽简介; 瑜伽基本体式; 瑜伽动作编排; 速度、耐力、灵敏性、柔韧性、力量等的训练方法。	<p>1. 教学方法: 教学上采教师讲解、示范, 纠错相结合。通过分析示范和练习等手段, 找出教学中的优化和偏差的原因, 引导学生自己去纠正错误动作, 采用集体练习和分组练习相结合。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立“健康第一”的指导思想, 帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程, 采取过程性考核30%+终结性考核70%的形式。</p> <p>4. 教学条件: 有镜子的场馆。</p>
14	健身指导	<p>1. 素质目标: 培养爱岗敬业、吃苦耐劳的精神; 培养艰苦奋斗、团结协作的人文素养; 培养勤学好问、精益求精的科学精神。</p> <p>2. 知识目标: 了解器械训练的作用, 掌握常见固定器械的使用及方法。</p> <p>3. 能力目标: 培养团队沟通协作能力, 对常见错误及无效训练动作有鉴别诊断能力; 能够提出针对性的改进方法。</p>	健身的作用; 健身前的准备工作; 不同训练设备的作用; 常见各固定器械的训练方法。	<p>1. 教学方法: 采取讲授法、案例教学法、讲解示范法、分组演示法等教学方法。</p> <p>2. 课程思政: 提高学生健身时的安全意识, 自我防护意识; 提高学生的团队意识。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考查课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占40%, 期末考试成绩占60%。</p> <p>4. 教学条件: 健身中心。</p>
15	柔力球	<p>1. 素质目标: 打造坚韧意志品质, 树立“终身体育”意识, 提高体育文化素养。</p> <p>2. 知识目标: 形成正确的身体姿势; 掌握柔力球基本手型、步伐、体能训练项目基本知识。</p> <p>3. 能力目标: 培养科学健身、发展身体素质的能力, 培养活动组织交往能力和规则纪律意识, 能够对一套柔力球进行评价。</p>	柔力球简介; 柔力球基本动作; 柔力球成套动作; 柔力球专项素质等的训练方法。	<p>1. 教学方法: 教学上采教师讲解、示范, 纠错相结合。通过分析示范和练习等手段, 找出教学中的优化和偏差的原因, 引导学生自己去纠正错误动作, 采用集体练习和分组练习相结合。</p> <p>2. 课程思政: 培养学生树立“健康第一”的指导思想, 帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。</p> <p>3. 考核评价: 本课程为考试课程。由平时成绩和期末考试两部分构成。其中平时成绩占30%, 期末考试成绩占70%。</p> <p>4. 教学条件: 空地。</p>

（四）实践教学环节

实践教学环节主要包括实验、实训、认识实习、岗位实习、社会实践等。实践教学环节主要在校内实训室、校外实训基地等开展完成；社会实践、岗位实习由学校组织在本专业相关企业开展完成。应严格执行教育部等八部门关于印发《职业学校学生实习管理规定》的通知和《体育保健与康复专业岗位实习标准》。具体实践性教学环节要求如下表。

序号	课程名称	学期	学时	内容与要求	教学场地	考核方式
1	传统康复治疗技术	8	30	1. 对常用刺灸方法及推拿手法能熟练操作；2. 对常见相关疾病能初步运用针灸推拿等方法进行康复治疗，并具备相应社会能力，从而达到传统康复治疗师的岗位要求，并兼有传统康复医师的部分岗位能力；3. 掌握各种物理疗法的技能技巧。	体育保健与康复实训室	实践考核
2	现代康复治疗技术	6	30	1. 掌握筋膜、筋膜刀的使用方法；2. 掌握对肌肉损伤诊断与康复能；3. 掌握各种物理疗法的技能技巧；4. 通过作业疗法让患者回归社会，生活能够自理。	体育保健与康复实训室	实践考核
3	健身指导	9	30	掌握力量训练、有氧运动、柔韧性训练、功能性训练等多个方面，旨在满足不同人群、不同需求的健身爱好者。	健身中心	实践考核
4	体育营销与实践	7	30	1. 体育人的形象管理 2. 职场语言表达能力 3. 动作的示范要求 4. 如何营销体育产业 5. 如何将课程设计理念传达给顾客	体育保健与康复实训室	实践考核
5	岗位实习 毕业设计	10	360	到一线顶岗实习，完成毕业设计坚持面向市场、服务发展、促进就业的办学方向，落实立德树人根本任务，健全德技并修、培养复合型技术技能人才。	相关企业	毕业考核

六、教学进程总体安排

（一）教学进程表（见附表）

（二）学时分配表

学时分配汇总表

课程类别	学时						学分	备注
	总学时	比例	理论	理论比例	实践	实践比例		
公共基础课	2108	44.64%	1439	30.47%	669	14.17%	121.5	不少于总学时的1/4
其中:公共选修课	176	3.73%	144	3.05%	32	0.68%	11	
专业(技能)课程	1288	27.28%	712	15.08%	576	12.20%	78	
专业拓展课程	448	9.49%	156	3.30%	292	6.18%	28	
实践教学环节	878	18.59%	0	0.00%	878	18.59%	35	
合 计	4722	100%	2307	48.86%	2415	51.14%	262.5	
其中:选修课程	624	13.21%	300	6.35%	324	6.86%	39	不少于总学时的10%

七、大学生德育课程

学生德育课程成绩由学生处具体负责考评办法的制定、完善和实施指导。德育课程成绩由学生处负责考核评定，学生德育课程以学期为单位，每学期测评一次，学生德育课程满分为100分，及格分为60分。

八、成绩考核与毕业

(一) 三二分段考核:根据三明医学科技职业学院五年专中期考核管理办法，五年专中期考核以推动中高等职业教育学习内容、学习方式、学习过程的相互衔接为目的，以“公开、公平、公正”为基本原则，在完成“三二分段”中职阶段学业后，自愿进入高职阶段的职业中专学生，均需参加五年专中期考核，考核成绩合格方可继续高职阶段学习，不合格采取补考、重修有关课程或者留级的形式进行处置。中期考核以专业人才培养要求为依据，以综合素质、职业核心能力和专业技能考核为重点，由综合素质考核、专业理论考核和专业技能考核三部分组成。

1. 综合素质考核:包含中等职业学校思想政治、语文、历史三科，由马克思主义学院和人文与教育系共同组一份试卷，时间120分钟，满分150分，90分以上合格。

2. 专业理论考核:包含运动解剖学、运动生理学、康复医学概论三科，由人文与教育系统一命题进行联考，时间90分钟，满分100分，60分以上合格。

3. 专业技能考核:包含太极拳、太极剑，由人文与教育系统一命题进行联考，时间90分钟，满分100分，60分以上合格。

(二) 修完规定课程，成绩合格，修够262.5学分。

(三) 职业资格证书要求:鼓励学生考取相关职业资格证书，在校期间职业资格证书要求如下表:

序号	类别	证书名称	颁证单位	等级	备注
1	技能等级证书	全国计算机等级考试(NCRE)证书	教育部考试中心	一级	自选

序号	类别	证书名称	颁证单位	等级	备注
2	技能等级证书	教师资格	教育部		自选
3	技能等级证书	社会体育指导员等级考试	三明市体育局	二级	自选
4	技能等级证书	体重管理师	中国医药教育协会	中级	自选

（四）工作经历证书的要求：学生在校学习期间，需要在 2 个冬季学期、2 个夏季学期参与社会实践与企业实习，按要求填写工作经历证书。

（五）体质健康测试达标：按照《国家学生体质健康标准（2014 年修订）》测试的成绩达不到 50 分者按结业或肄业处理。符合免测条件、按规定提交免测申请并获得批准者不受本条毕业资格的限制。

（六）德育合格：学生处规定的德育课程成绩合格，没有处分，或者处分已经撤销。

九、教学条件

（一）教学团队建设

1. 专业建设委员会

由行业企业专家、教科研人员、一线教师和学生（毕业生）代表组成专业建设委员会，开展专业行业企业调研、毕业生跟踪调研和在校生学情调研，结合实际落实专业教学标准，明确专业人才培养目标与培养规格，合理构建课程体系、安排教学进程，明确教学内容、教学方法、教学资源、教学条件保障等要求，制（修）订专业人才培养方案。专业人才培养方案经专业建设委员会论证后，提交院党委会审定。

2. 专业负责人简介

专业负责人具有多年的体育保健与康复经验，研究生学历，硕士学位，熟悉体育保健与康复专业理论课程教学及大学体育教学，熟练体育技能教学，具备较强的教学和教研能力。

3. 专业教学团队

体育康复与保健专业专任教师队伍的职称、年龄梯队结构合理。专任教师均具有高校教师资格，具有体育学、医学等相关专业本科及以上学历。具有扎实的本专业相关理论功底和实践能力及较强信息化教学能力，能够开展课程教学改革和科学研究。教学团队共 13 人，高级职称 3 人，中级职称 5 人，初级职称 5 人；其中福建省职业教育“双师型”教师 5 人；硕士生占比为 61.54%；教学团队含国家级社会体育指导员 3 名、运动处方师 4 名、国家公共

营养师 1 名、国家职业健身教练 1 名；国家健将级运动员 1 名（羽毛球）、国家二级运动员 1 名（游泳）；国家一级羽毛球裁判员 1 名、国家一级田径裁判员 1 名。

序号	姓名	性别	出生年月	毕业院校及专业	职称	学历	备注
1	王培芳	男	1965.05	福建师范大学 体育教育	研究员	本科	高级“双师型”
2	郑伟	男	1982.07	华南师范大学 体育教育训练学	教授	研究生 博士	
3	刘建彬	男	1993.10	云南师范大学 运动训练	讲师	研究生 硕士	国家二级 (游泳) 中级“双师型”
4	林少舟	男	1988.04	华东交通大学 体育学	讲师	研究生 硕士	
5	赵小莎	女	1989.01	温州大学 体育教育训练学	讲师	研究生 硕士	中级“双师型”
6	邓婕	女	1987.12	福建师范大学 体育教学	讲师	研究生 硕士	
7	何少栖	女	1990.05	福建师范大学 运动人体科学	助教	研究生 硕士	初级“双师型”
8	潘江陆海	男	1995.09	湖南师范大学 运动训练	助教	本科	国家健将级 (羽毛球)
9	久阿泽仁	男	1997.08	首都体育学院 休闲体育	助教	本科	
10	张文翰	男	1997.08	福建师范大学 运动人体科学	助教	研究生 硕士	
11	罗小琳	女	1992.08	福建中医药大学 针灸推拿	助教	研究生 硕士	
12	徐宇华	女	1980.07	华北煤炭医学院 临床医学	副教授	本科	高级“双师型”
13	吴丽丽	女	1985.06	福建中医学院 针灸推拿	讲师	本科	

(二) 教学设施

教学设施主要包括能够满足正常的课程教学、实习实训所需的专业教室、校内实训室和校外实训基地等。

1. 专业教室

配备黑（白）板、多媒体计算机、视频设备、音响设备、校园网接入及 WIFI；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。

2. 校内实验、实训设施

序号	名称	实验、实训设施	备注
1	运动解剖实验室、 运动生理实验室	动静态平衡仪、表面肌电图、髋、膝、踝、 肩、肘、腕等教学模型	2 间、医体共建
2	中医传统保健康复实训室	推拿、按摩器材、操作台	1 间、医体共建

序号	名称	实验、实训设施	备注
3	运动机能评定室	运动机能评定室各类器材	1间、医体共建
4	学生体质监测室	身高体重测试仪、肺活量测试仪等	1间
5	计算机实验室	计算机	1间
6	健身健康管理中心	各类健身器材	1间
7	体育保健多功能实训室	体育保健实验室各类器材	1间

3. 校外实训基地

序号	企业名称	实训项目	备注
1	三明市少体校	运动健康管理、体适能教练	
2	三元区少体校	体适能教练、保健推拿	
3	脊康堂中医门诊部	康复保健师、保健推拿、运动康复	
4	龙脊康运动康复中医门诊部	运动健康管理、康复保健师、保健推拿	
5	三明市列东中医医院	运动健康管理、推拿按摩、针灸针刺、运动贴扎等	
6	三明下洋体育运动中心	运动健康管理、体适能教练、康复保健师、保健推拿	
7	三明明湖体育运动中心	运动健康管理、体适能教练、康复保健师、保健推拿	

(三) 教学资源

1. 教材建设：成立三明医学科技职业学院教材建设与选用管理委员会，制定《三明医学科技职业学院教材建设与选用管理办法》，规范教材选用制度。意识形态课程选用国家统编教材，其它公共基础课程，专业核心课程选用国家职业教育规划教材；公共选修课程、专业（技能）课程、专业方向课程可采用校本教材。

2. 课程建设：完善“岗课赛证”综合育人机制，按照生产实际和岗位需求设计开发课程，开发模块化、系统化的实训课程体系，提升学生实践能力。及时更新教学标准，将新技术、新工艺、新规范、典型生产案例及时纳入教学内容。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、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。必修课程、专业核心要有配套数字资源，支持线上教学，满足教学要求，并融入课程思政，要求课程思政全覆盖。

3. 专业图书资料建设：图书馆和系部专业图书文献配备能满足人才培养、专业建设、教科研等工作的需要，方便师生查询、借阅。建设满足本专业师生需要的电子图书、期刊、在线文献检索等电子阅览资源和设备。

(四) 推荐教材

课程名称	教材名称	编者	出版单位	书号	备注
运动解剖学	运动解剖学（第三版）	李世昌	高等教育出版社	978-7-04-041922-1	
运动生理学	运动生理学（第三版）	邓树勋、王健、乔德才、郝选明	高等教育出版社	978-7-04-042309-9	
体育概论	体育概论学（第二版）	杨文轩、陈琦	高等教育出版社	978-7-04-037790-3	
运动处方	运动处方（第三版）	王正珍 徐峻华主编	高等教育出版社	978-7-04-055934-7	
运动治疗技术	运动治疗技术	肖品圆、郭辉	高等教育出版社中南大学出版社	9787548738152	
推拿技术应用	按摩与推拿	胡英清	高等教育出版社	978-7-04-025693-2	
康复评定技术	康复评定	孙权、梁娟	人民卫生出版社	978-7-117-28522-3	
体育保健学	体育保健学	姚鸿恩	高等教育出版社	9787040191523	
体育心理学	体育心理学	季浏、殷恒婵、颜军	高等教育出版社	978-7-04-044332-5	
运动伤害防护与急救	运动伤害防护与急救	杨忠伟、李豪杰	高等教育出版社	978-7-04-043058-5	
运动功能诊断与训练	运动功能诊断与训练	尹军	高等教育出版社	978-7-04-042974-9	
中国传统康复技术	中国传统康复技术	陈健尔、李艳生	高等教育出版社	978-7-117-28473-8	
体能基础训练	体能训练	杨世勇	高等教育出版社	978-7-04-037476-6	
康复医学概论	康复医学导论	盛幼珍 卢健敏	华中科技大学出版社	978-7-5680-4130-0	
中医学基础	中医学基础	陈文松 聂绍通	人民卫生出版社	978-7-117-19032-9	
运动损伤与康复	运动损伤与康复	王国祥 王琳	高等教育出版社	978-7-04-063432-7	
社会体育指导员	社会体育指导员	国家体育总局职业技能鉴定中心	高等教育出版社	978-7-04-013714-9	
体适能	健康体适能	王健 何玉秀	高等教育出版社	978-7-04-030036-9	
运动营养学	运动营养学	张蕴琨、金其贯	高等教育出版社	987-7-04-052158-0	
骨科学	肌肉骨骼康复学	岳寿伟	人民卫生出版社	978-7-117-26216-3	
实训课程	体育保健与康复专业职业技能训练指导	王培芳 阮秋容	天津科学技术出版社	978-7-89552-255-8	

十、质量保障

（一）学校和二级院系应建立专业建设和教学过程质量监控机制，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。

（二）学校和二级院系及专业应完善教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设水平和教学质量诊断与改进，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。

（三）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、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。

（四）专业教研组织应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。

课类	序号	课程名称	性质	学分	学时	学时分配		学时分配										备注
						理论教学	实践教学	一		二		三		四		五		
								1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
专业核心课	6	太极拳、太极剑	必/查	4	72	4	68					2	2					
	7	康复医学概论	必/查	2	32	16	16							2				
	8	中医学基础	必/试	2	32	26	6							2				
	9	推拿技术应用	必/查	2	32	6	26								2			
	10	运动营养学	必/试	2	32	26	6								2			
	11	体适能	必/查	4	64	32	32					2	2					
	12	社会体育指导员	必/查	2	32	20	12										2	
	13	体育保健学	必/试	4	64	40	24					2	2					
	14	健身气功（八段锦、五禽戏、易筋经）	必/查	6	96	6	90							2	2	2		
	1	*运动训练学	必/试	4	72	40	32	2	2									
	2	*人体科学	必/试	4	72	72	0			2	2							
	3	*体育竞赛裁判学	必/试	4	72	40	32					2	2					
	4	*体能基础训练	必/查	2	32	16	16			2								
	5	*运动损伤与康复	必/查	2	32	20	12				2							
6	*运动与体重管理指导	必/试	2	32	16	16								2				
7	*康复评定技术	必/试	2	32	16	16							2					
8	*运动功能诊断与训练	必/查	2	32	16	16							2					
9	*中国传统康复技术	必/试	2	32	16	16								2				
10	*运动治疗技术	必/试	4	64	24	40										4		
11	*运动处方	必/试	2	32	20	12										2		
12	*骨科学	必/查	2	32	20	12										2		
13	*运动损伤防护与急救	必/查	2	32	16	16										2		
小计：1288学时，78学分，理论15.08%，实践12.20%				78	1288	712	576	6	6	4	4	12	12	10	10	14	0	
专业拓展课	1	球类运动（篮球）	选/查	2	32	6	26			2								三选二
	2	卫生法规	选/查	2	32	16	16			2								
	3	球类运动（羽毛球）	选/查	2	32	6	26			2								
	4	运动心理学	选/查	2	32	32	0				2							四选三
	5	健身操	选/查	2	32	6	26				2							
	6	球类运动（排球）	选/查	2	32	6	26				2							
	7	体质测量与评定	选/查	2	32	16	16				2							
	8	啦啦操	选/查	2	32	6	26					2						二选二
	9	球类运动（足球）	选/查	2	32	6	26					2						
	10	康复护理学	选/查	2	32	20	16						2					三选二

课类	序号	课程名称	性质	学分	学时	学时分配												备注		
						理论教学	实践教学	一		二		三		四		五				
								1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
	11	球类运动(乒乓球)	选/查	2	32	6	26						2							
	12	街舞	选/查	2	32	6	26						2							
	13	心理学	选/查	2	32	32	0							2					三选二	
	14	教育学	选/查	2	32	32	0							2					三选二	
	15	刺法灸法学	选/查	2	32	16	16							2					三选三	
	16	瑜伽	选/查	2	32	6	26									2			三选三	
	17	健身指导	选/查	2	32	16	16									2			三选三	
	18	柔力球	选/查	2	32	6	26									2			三选三	
最少修满 14 门, 448 学时, 28 学分, 占 9.49%				28	448	156	292	0	0	4	6	4	4	0	4	6	0			
实践教学环节	1	入学教育及军事训练	必/查	5	218		218	2 周						3 周						
	2	毕业教育	必/查	1	30		30									1 周				
	3	认识实习	必/查	1	30		30									1 周				
	4	传统康复治疗技术	必/查	1	30		30							1 周						
	5	现代康复治疗技术	必/查	1	30		30					1 周								
	6	健身指导	必/查	1	30		30									1 周				
	7	体育营销与实践	必/查	1	30		30						1 周							
	8	岗位实习	必修	18	480		480												18 周	
	9	毕业设计	必修	6													6 周			
小计: 878 学时, 35 学分, 占 18.59%				35	878		878													
合计				262.5	4722	2307	2415	27	26	26	24	20	18	27	27	23	0			
其中: 选修课程 624 学时, 39 学分, 占 13.21%																				

备注: ①中等职业学校物理课程是机械建筑类、电工电子类、化工农医类等相关专业学生的必修课程, 是其他类专业学生的公共基础选修课程。物理课程基础模块共 45 学时, 2.5 学分。拓展模块一每类共 36 学时, 2 学分; 拓展模块二共 9 学时, 0.5 学分。共 90 学时, 5 学分。②中等职业学校化学课程是医药卫生类、农林牧渔类、加工制造类等相关专业学生必修的基础性内容, 是其他类专业学生的公共基础选修内容。化学课程基础模块共 45 学时, 2.5 学分。拓展模块中, 医药卫生类共 36 学时, 2 学分; 农林牧渔类共 27 学时, 1.5 学分; 加工制造类共 9 学时, 0.5 学分。医药卫生类共 81 学时, 4.5 学分; 加工制造类共 54 学时, 3 学分。