



洛陽商業職業學院
LUOYANG VOCATIONAL COLLEGE OF COMMERCE

休闲体育专业 人才培养方案

二〇二五年九月

修订说明

依据国家休闲体育专业教学标准、行业人才需求调研分析报告及校外专家论证意见，休闲体育专业人才培养方案做了以下修订：

1.培养目标调整：以培养胜任健身娱乐场所、健康体育休闲服务岗位，能开展运动指导、赛事管理、体育旅游策划的高技能人才为目标，聚焦区域特色项目、产业运营、新兴业态。

2.课程体系优化：构建“基础+核心+拓展”三维课程，基础通识模块涵盖休闲体育概论、运动解剖、运动训练理论与方法等课程，夯实理论基础。核心能力模块按岗位需求细分—组织策划类休闲体育运动组织与管理等；指导教练类设健身指导、户外运动技能等，强化核心岗位能力。拓展提升模块包括体适能训练、篮球、羽毛球、研学旅行策划与管理等课程。

3.“1+X”证书融入：将本专业对应的证书考核内容融入专业课程，如“户外社会体育指导员证书”相关内容融入户外运动基础课程，“社会体育指导员证书”相关内容融入社会体育指导员公共理论课程等。

休闲体育专业人才培养方案

一、专业名称(专业代码)

休闲体育（570302）

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、基本修业年限

三年

四、职业面向

表1 休闲体育专业职业面向

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（89）
主要职业类别（代码）	体育健身和娱乐场所服务人员（4-14-05），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	社会体育指导员、户外领队、营地指导员、高山向导、体验式培训师
职业类证书	社会体育指导员、游泳救生员

五、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，面向体育行业的健身和娱乐

场所服务人员，其他健康、体育和休闲服务人员岗位（群），能够从事休闲体育运动项目指导、活动与赛事的组织管理、休闲体育旅游的策划推广工作的高技能人才。具体分为以下三个方面：

1.知识目标：掌握休闲体育领域所需的专业理论知识与技术技能。具备扎实的基础知识，系统掌握休闲体育运动项目的指导与训练方法；熟悉休闲体育活动与赛事的策划、组织、运营及管理流程；了解休闲体育旅游的市场特点、产品类型及策划推广策略；具备必要的安全防护与急救知识，并能运用现代信息技术提升专业服务的数字素养。

2.能力目标：具备将专业知识应用于实践的综合行动能力与创新创业能力。能够熟练指导大众进行科学的休闲体育锻炼；具备独立策划、组织与管理各类休闲体育活动与赛事的能力；能够进行休闲体育旅游产品的设计与市场推广；具备较强的沟通协调、团队协作和客户服务能力，能够有效解决服务与管理中的实际问题；同时，具备良好的学习能力与适应能力，以实现职业生涯的可持续发展。

3.素质目标：培养践行社会主义核心价值观，传承技能文明，具备德智体美劳全面发展的综合素养。注重锤炼学生顽强拼搏的体育精神、爱岗敬业的职业操守、开拓进取的创新意识以及卓越的数字与科学素养，使其在掌握高技能的同时，具备从事休闲体育运动指导、赛事组织与体育旅游推广所必需的综合素质与坚定思政根基。

六、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：

（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）掌握支撑本专业学习和可持续发展必备的语文、外语（英语等）、信息技术等文化基础知识，具有良好的人文素养与科学素养，具备职业生涯规划能力；

（4）具有良好的语言表达能力、文字表达能力、沟通合作能力，具有较强的集体意识和团队合作意识，学习1门外语并结合本专业加以运用；

（5）掌握休闲体育、运动人体科学、体育人文方面的专业基础理论知识；

（6）掌握休闲体育运动项目、休闲运动组织与管理等技术技能，具有休闲体育运动项目指导、活动与赛事的组织管理、休闲体育旅游的策划与推广、训练比赛能力或实践能力；

（7）掌握规范使用休闲体育装备的技术技能，能够进行场地器材的维护保养，具备规范项目操作流程的能力或实践能力；

（8）掌握安全防护技术技能，具有执行安全规范、能够处理突发事件、进行安全防护与急救的能力；

(9) 掌握信息技术基础知识，具有适应本行业数字化和智能化发展需求的数字技能；

(10) 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；

(11) 掌握身体运动的基本知识和至少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；具备一定的心理调适能力；

(12) 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；

(13) 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。

表2 培养规格与培养目标的支撑矩阵

培养规格	知识目标	能力目标	素质目标
1			H
2	H	L	M
3	H	L	M
4	L	H	M
5	H	M	
6	M	H	
7	M	H	
8	M	H	
9	H	M	
10	L	H	M
11	L	H	M
12	H	L	M
13	M		H

说明：H表示强支撑，M表示中度支撑，L表示弱支撑。

七、课程设置及学时安排

(一) 课程设置

本专业课程主要包括公共基础课程、专业知识课程、专业实践课程、职业素养课程。

1.公共基础课程

公共基础课程，共17门，合计学分34。主要课程有：思想政治理论课（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）、军事理论与军事训练、大学生心理健康、劳动教育、舞蹈基础、大学英语、大学语文、国家安全教育、中华优秀传统文化、大学生涯规划与职业发展、音乐欣赏、信息技术基础、党史等方面的课程或专题讲座。

表3 公共基础课简介

序号	课程名称	主要教学内容	教学目标与要求	课程思政育人
1	思想道德与法治	涵盖理想信念、爱国主义、人生价值、道德修养、法治观念等方面，引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观，掌握道德与法律的基本知识。	理解并认同社会主义核心价值观，提高思想道德素质和法治素养，增强辨别是非善恶的能力，形成良好的行为习惯和道德风尚。	增强爱国情怀、社会责任感、法治意识和道德品质，做有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义建设者和接班人。
2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	以马克思主义中国化时代化为主线，包括毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观的主要内容、精神实质、历史地位和指导意义，着重讲授这些理论如何解决中国革命、建设、改革各个阶段的问题。	把握毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系的精神实质，认识坚持马克思主义指导地位的重要性，提升运用理论分析和解决问题的能力。	深化中国特色社会主义的政治认同，增强道路自信、制度自信、理论自信、文化自信，强化爱国、爱党、爱社会主义的情感态度和价值倾向。
3	习近平新时代中国特色社会主义思想	全面系统阐述习近平新时代中国特色社会主义思想的时代背景、科学体系、	深刻理解习近平新时代中国特色社会主义思想的重大意	掌握新时代中国特色社会主义思想的基本观点和方法，建立对中华民

	主义思想 概论	核心要义、实践要求，包括新时代中国特色社会主义的总任务、总体布局、战略布局等内容。	义，掌握其基本观点和方法，增强对新时代中国特色社会主义的理论认同和实践自觉。	族伟大复兴中国梦的信心，不断提高科学思维能力，增强分析、解决问题的能力。
4	形势与政策	紧密结合国内外形势的发展变化，及时介绍党和国家的重大方针政策、国际热点问题、社会发展动态等，帮助学生了解国内外形势的现状和发展趋势。	关注时事政治的习惯，提高分析和判断形势的能力，能够正确认识和理解国家的政策方针，增强对国家发展的信心。	树立正确的国家观、民族观、世界观，增强爱国情怀和国际视野，培养大局意识和责任意识。
5	军事理论	包括军事思想、军事科技、信息化战争、国防建设等方面的基本知识，使学生了解军事领域的基本概念和发展动态。	掌握基本的军事理论知识，增强国防观念和国家安全意识，培养纪律意识和团队精神。	激发爱国热情和报国之志，强化国防意识和国家安全责任感，培养爱国主义、集体主义和革命英雄主义精神。
6	军事训练	包括队列训练、体能训练、军事技能训练等，正步走、射击、野外生存，旨在提高学生的身体素质和军事技能。	通过严格的军事训练，养成良好的纪律作风，增强身体素质，提高团队协作能力和适应能力。	培养吃苦耐劳精神、坚韧不拔的意志和集体荣誉感，增强组织纪律性和国防意识，激发爱国情怀。
7	大学生心理健康	涵盖心理健康的基本概念、大学生常见的心理问题及应对方法、心理调适技巧、人际关系处理、情绪管理等方面。	树立正确的心理健康观念，掌握基本的心理健康知识和心理调适方法，提高自我心理保健能力，促进身心健康发展。	正确认识自我，培养积极乐观的人生态度，增强心理承受能力和抗压能力，促进心理健康素质与思想道德素质、科学文化素质协调发展。
8	劳动教育	增强学生的劳动观念、劳动技能、劳动习惯的培养，促进劳动教育与技术、职业体验和社会实践紧密联系，让学生了解劳动的价值和意义，掌握劳动技能。	培养劳动意识和劳动习惯，提高劳动能力，树立正确的劳动价值观，尊重劳动、热爱劳动。	树立艰苦奋斗精神、敬业精神和工匠精神，增强社会责任感和奉献精神，促进全面发展。
9	舞蹈基础	包括舞蹈基本体态、方位与脚位手位规范、软开度、力量、协调性等身体素质训练、音乐节奏感知与肢体律动配合方法、舞蹈赏析基础知识与课堂组织教学方法。	掌握舞蹈基础理论知识，具备规范的舞蹈基本体态和动作表达能力，初步掌握至少一种舞蹈风格的基础语汇，具备舞蹈欣赏和基础教学能力。	锤炼精益求精、追求完美的工匠精神和自律意识；强化团队协作、互帮互助的集体主义观念；树立正确的审美观，培养内外兼修、积极向上的精神风貌，弘扬“艺体融合”的全面发展理念。

10	大学英语	包括英语语言知识（词汇、语法、句型等）、听力、口语、阅读、写作等方面的训练，以及英语国家的文化背景知识介绍。	提高英语综合应用能力，能够熟练运用英语进行交流和學習，培养跨文化交际能力。	树立文化自信，同时通过介绍英语国家的文化，树立正确的文化观，增强国际视野和爱国情怀。
11	大学语文	涵盖古今中外的文学作品选读，包括诗歌、散文、小说、戏剧等多种体裁，同时涉及文学理论知识和写作技巧的教学。	提高文学素养和语言表达能力，培养审美情趣和人文精神，能够欣赏和理解文学作品的内涵和价值。	培养爱国主义情感、民族自豪感和文化自信心，树立正确的价值观和人生观。
12	国家安全教育	包括国家安全的基本概念、国家安全体系、国家安全法律法规、国家安全教育案例等方面，让学生了解国家安全的重要性和维护国家安全的责任和义务。	增强国家安全意识，掌握国家安全的基本知识和法律法规，提高学生维护国家安全的能力和自觉性。	培养国家安全意识和责任感，树立总体国家安全观，能自觉维护国家主权、安全和发展利益，增强爱国情怀和民族凝聚力。
13	大学生涯规划与职业发展	包括职业规划的基本概念、自我认知、职业环境分析、职业生涯规划目标设定、职业生涯规划发展策略、职业生规划的实施与评估等方面。	了解自己的兴趣、爱好、能力和价值观，明确职业发展方向，制定合理的职业生涯规划，提高职业素养和就业竞争力。	树立正确的职业观和价值观，培养敬业精神、创新精神和奉献精神，将个人职业发展与国家和社会的需求相结合。
14	音乐欣赏	以审美为主线，介绍不同的音乐形式、体裁和风格，包括古典音乐、民族音乐、流行音乐等，通过欣赏和分析音乐作品，培养学生的音乐鉴赏能力。	了解音乐艺术的基本知识和特点，提高音乐欣赏水平和审美能力，培养对音乐的兴趣和热爱。	通过挖掘音乐作品中的思政元素，如爱国主义、民族精神、人文关怀等，感悟音乐艺术的“真、善、美”，树立正确的审美观念和社会主义核心价值观。
15	信息技术基础	包括计算机基础知识、操作系统、办公软件、网络技术、数据库基础、多媒体技术等方面的知识和技能，培养学生的信息技术应用能力。	掌握基本的信息技术知识和操作技能，能够熟练运用信息技术工具进行学习、工作和生活，提高信息素养和创新能力。	培养科学精神和责任意识，能正确使用信息技术，为国家和社会的发展贡献力量。
16	党史	讲述中国共产党的发展历程，包括党的创立、新民主主义革命、社会主义革命和建设、改革开放和社会主义现代化建设等各个历史时期的重大事件、重要人物和理论成果。	了解党的历史，深刻认识中国共产党的领导是历史和人民的选择，理解中国共产党的初心和使命，增强对党的感情和信任。	传承红色基因，培养爱国主义、集体主义和社会主义精神，激发为实现中华民族伟大复兴而奋斗的使命感。

17	中华优秀传统文化	涵盖载体、民俗实践四大模块，培养学生精准把握经典典籍、传统艺术、科技建筑等载体的文化内涵与价值，熟练掌握传统节日习俗、礼仪规范及传统技艺的实践要点。	掌握核心思想与流派，熟知文化载体特征，明确传统美德时代价值；能解读经典、分析现实意义，具备批判性继承能力。	依托爱国典籍与事迹，培育家国情怀、树立文化自信，树立世界观、人生观、价值观与可持续发展理念。
----	----------	--	---	--

2.专业知识课程

专业知识课程共19门，合计58学分。主要有专业基础课程、专业核心课程和专业拓展课程。

(1) 专业基础课

主要包括：休闲体育概论、运动解剖基础、运动生理基础、运动训练理论与方法、体育保健基础、社会体育指导员公共理论。

表4 专业基础课简介

序号	课程名称	主要教学内容	教学目标与要求	课程思政育人
1	休闲体育概论	休闲体育的基本概念、功能与分类，发展历程与未来趋势、休闲体育与其他领域的融合发展关系、国内外休闲体育发展模式与典型案例等。	能够准确阐述休闲体育核心概念，分析休闲体育现象与发展规律，具备初步的行业洞察力，形成科学的休闲体育观和职业认同感。	树立服务社会、报效国家的使命感；强化爱岗敬业、诚信服务的职业道德，培育投身“健康中国”、“体育强国”建设的责任担当精神。
2	运动解剖基础	人体运动系统（骨、关节、肌肉）的形态结构与功能、主要骨性标志与肌群的体表定位、体育运动中各主要关节（如肩、髋、膝、踝）的基本运动形式与肌群协作关系、运动解剖学知识在体能训练与损伤预防中的初步应用等。	能够准确识别人体主要骨骼、关节和肌肉，能在活体上触摸主要骨性标志和肌群，能够运用解剖学原理对常见运动技术进行初步分析，并理解其与运动表现和损伤的关联。	树立唯物辩证的生命观，培养敬畏生命、追求真理的科学精神；锤炼严谨求实、精益求精的治学态度。
3	运动生理基础	运动时的能量代谢途径与特点、各系统（呼吸、循环、神经、内分泌等）对急性运动的反应与长期训练的适应、肌肉生理与力量训练基础、有氧、无氧工作能力的评定与训练、不同年龄、性别人群的运动生理特点等。	能够掌握人体在运动状态下生理功能变化的基本规律和原理，运用生理学指标与方法初步评估身体机能状态，并能够依据生理学原理分析和解决训练中的实际问题，具备科学运动的指导能力。	树立辩证唯物主义的生命观，培养追求真理、勇于探索的科学精神。

4	运动训练理论与方法	运动训练的基本原则、运动训练过程的构成与周期安排、体能训练的生物学原理与方法学体系、运动技能形成与教学训练方法、训练负荷的科学调控与监控等。	能够准确阐释运动训练基本原则，根据训练目标科学设计周、课训练方案，规范运用主要体能和技能训练方法，并能够运用负荷监控手段对训练效果进行初步评估与调整。	锤炼精益求精的工匠作风、高度的责任意识以及迎难而上、追求卓越的拼搏精神。
5	体育保健基础	体育运动对人体健康影响的生理学基础、不同人群的体育保健特点与要求、运动性疾病的预防与处理、运动性损伤的预防与现场处理原则、运动营养与体重管理基础、运动处方的基本原理与制定方法、体质测量与健康评估的基本指标与方法等。	能够掌握体育保健的基础理论和知识，理解运动与健康的相互关系，具备运用保健知识指导不同人群科学健身、预防运动性伤病及处理常见运动性病症的基本能力。	培养实事求是、辩证施治的科学态度，坚守职业道德，成为全民健康的科学传播者和积极促进者。
6	社会体育指导员公共理论	《体育法》《全民健身条例》等政策法规核心内容、运动健康基础理论与不同人群的健身指导原则、群众性体育活动的组织策划、场地器材安全管理、运动风险防范等、“社会体育指导员证书”相关内容。	掌握社会体育指导工作的基础理论和政策要求，理解全民健身的社会价值；掌握针对不同人群的科学健身指导要点，具备组织小型体育活动与宣传全民健身知识的能力。	树立服务群众、奉献社会的职业理想；强化法治意识、诚信意识和责任担当。

(2) 专业核心课

主要包括：户外运动基础、休闲运动专项训练1-器械健身指导、休闲运动专项训练2-定向越野、休闲体育旅游、休闲体育运动组织与管理、安全防护与急救。

表5 专业核心课简介

序号	课程名称	主要教学内容	教学目标与要求	课程思政育人
1	户外运动基础	户外运动概述、山地户外运动的主要项目、山地户外运动的基本技术与装备、户外领队的职责与管理策略、山地户外运动竞赛、户外运动的健康管理、户外运动的风险管理等，“户外社会体育指导员证书”相关内容。	能够系统掌握户外运动的基础理论、技能与安全知识，具备在常规环境下安全、环保地组织开展一日徒步、露营等基础户外活动的的能力，培养学生的团队协作精神、解决问题能力和领导力。	培育家国情怀与民族自豪感；强化生命意识与责任担当；锤炼顽强拼搏的意志品质、团结协作的集体主义精神和遵纪守纪的优良作风。

2	休闲运动专项训练1-器械健身指导	理论基础知识、器械健身技术与方法、个性化训练计划制定、安全指导与防护以及实践操作与评估等。	能够掌握器械健身的科学理论基础与实操技能，具备独立进行安全训练并为不同需求的健身会员制定个性化抗阻训练计划、提供专业指导的能力。	培养责任意识与敬畏生命的精神；树立“健康第一”的生活理念，服务“健康中国”战略。
3	休闲运动专项训练2-定向越野	定向运动的基本概念、地图符号与等高线判读、指北针使用及路线规划策略、地图与实地对照、打卡点寻找、路线选择与导航技能训练、模拟比赛与赛事组织等。	能够熟练运用地图与指北针进行精准导航，合理规划并执行行进路线，遵守比赛规则与野外安全规范，独立完成指定难度的定向路线，并通过团队合作完成集体项目。	锤炼临危不乱、沉着果敢的心理素质和独立解决问题的能力；在路线抉择中，培养批判性思维与战略谋划能力；强化集体主义精神与沟通协作能力；塑造诚实守信的品格。
4	休闲体育旅游	休闲体育旅游的概念、特征与发展趋势、体育旅游资源的调查、评估与开发原则、特色休闲体育旅游产品的策划与设计、体育旅游市场以及相关的政策法规与行业服务标准等。	掌握休闲体育旅游的基础理论与市场动态；针对特定目标市场策划具有可行性的休闲体育旅游产品方案，并掌握项目成本控制、安全风险防范及客户服务的基本流程。	激发民族自豪感与家国情怀，树立“绿水青山就是金山银山”的可持续发展理念；深入理解乡村振兴、区域协调发展等国家战略，培养服务社会的责任感。
5	休闲体育运动组织与管理	休闲体育组织管理的基本理论与运营模式、体育赛事与群众性活动从策划、筹备、执行到评估的全流程管理、活动风险识别与安全应急预案制定、场地设施与人力资源的统筹管理、经典赛事与活动案例分析与复盘等。	能够系统掌握休闲体育赛事与活动组织管理的核心理论与操作流程；能够独立完成一份完整的休闲体育活动策划方案，熟练掌握活动执行的各个环节，有效进行团队分工与协作，并能对活动进行风险评估、成本控制与效果评估。	在活动策划中引导学生服务“体育强国”与“全民健身”国家战略，培养社会责任感与担当精神；规则意识、底线思维与敬畏生命的责任意识。
6	安全防护与急救	运动安全风险评估与防范原则、常见运动损伤的机理、症状与处理原则、常用的急救防护技术、体育运动中常见的意外病症的急救、休闲体育活动中的安全预案制定与应急响应流程等；游泳救生员证书相关内容。	牢固树立“安全第一”的预防思想，能够准确识别常见运动风险，能够针对特定活动制定基础的安全预案，具备冷静应对突发事件的初步能力。	培养敬畏生命、守护健康的责任意识与人文关怀精神；锤炼沉着冷静、严谨细致的科学态度与在危急关头勇于施救的担当精神。

(3) 专业拓展课

通选：体适能训练、足球、篮球、健美操、羽毛球；限选（2门）：

研学旅行策划与管理、休闲体育俱乐部经营与管理、体育专业综合、专升本英语。

表6 专业拓展课简介

序号	课程名称	主要教学内容	教学目标与要求	课程思政育人
1	体适能训练	健康体适能与技能体适能的基本概念与组成部分、各类体适能指标的评估与测试方法、不同体适能成分的训练原理与方法（如有氧训练、抗阻训练、柔韧训练）等。	掌握体适能评估与训练的基础理论与方法，能够为不同健康人群进行体适能测试、分析评估结果并制定与实施个性化体适能训练计划。	牢固树立“健康第一”的责任意识，主动服务“健康中国”战略；培养实事求是、精益求精的科学精神与职业道德。
2	足球	足球竞赛规则与裁判法、球感、传接球、射门、运球过人、防守等基本技术要领、个人与小组攻防战术、基础阵型理解与全队战术配合等；足球裁判员证书相关内容。	能够规范完成各项基本技术动作，在实战中合理运用基础战术配合，掌握足球竞赛的基本规则与裁判方法。	强化团队至上的集体主义精神和合作共赢的全局观念；培养公平竞赛、遵纪守法的规则意识和诚信品格。
3	篮球	篮球竞赛规则与裁判法、移动、传接球、运球、投篮、突破与防守等基本技术、进攻与防守基础配合（如传切、掩护、关门等）、快攻与阵地攻防战术、篮球专项体能训练方法等；篮球裁判员证书相关内容。	能够规范、协调地完成各项基本技术动作，在实战情境中合理运用基础战术配合，掌握篮球竞赛的基本规则与裁判方法，并能独立设计和带领一堂篮球基础训练课。	锤炼顽强拼搏、永不放弃的意志品质和坚韧不拔的作风；引导学生理解竞争与合作的辩证关系，树立正确的胜负观，培育尊重对手、尊重裁判的体育道德风尚。
4	健美操	健美操术语与基本动作规范、身体姿态与柔韧训练方法、音乐节奏感知与动作配合技巧、单一动作与组合动作的编排原则、有氧健美操套路的学习与创编、以及健美操教学指导方法与安全防护知识；健美操裁判员证书相关内容。	能够准确展示健美操基本动作，掌握2-3套规定套路，具备基础音乐节奏配合能力，掌握正确的教学示范位置与口令提示方法。	树立健康的审美观念，增强文化自信；培养学生吃苦耐劳、自律坚毅的意志品质，弘扬“健”与“美”相统一的健康生活理念。
5	羽毛球	羽毛球竞赛规则与裁判法、握拍法、基本步法（上网步法、后退步法等）与身体姿态；发球、接发球、高远球、吊球、杀球、网前球等核心击球技术、羽毛球专项体能训练方法、羽毛球教学组织与指导要点等；羽毛球裁判员证书相关内容。	能够规范运用各项基本步法和击球技术，在单打和双打实践中合理运用战术，熟练掌握比赛规则与裁判方法，并能设计和带领一堂羽毛球基础训练课。	培养学生精益求精的工匠精神和沉着冷静、善于思考的智慧品格；锤炼独立应对、顽强拼搏的意志品质，强化团结协作、信任包容的集体主义精神。

6	研学旅行策划与管理	研学旅行政策法规与行业标准、研学资源考察与线路开发、安全性评估与应急预案制定、课程化实施流程与教学方法、助教团队管理与多方协作机制、研学效果评估与成果转化策略等。	能够编制规范的研学旅行实施方案，合理配置教育资源，精准把控活动风险，有效组织课程实施，并形成完整的项目总结评估报告。	培养学生文化传承的使命感 and 家国情怀；在严谨的安全预案制定与执行中，强化生命至上、责任如山的的安全意识。
7	休闲体育俱乐部经营与管理	俱乐部商业模式与战略规划、会员招募、服务与关系管理、课程产品设计与定价策略、人力资源配置与团队建设、财务预算与成本控制、场馆设施与安全管理流程、市场营销与品牌塑造等。	掌握休闲体育俱乐部系统化运营的管理框架，具备市场分析、服务设计、团队协调与风险控制的综合能力。	培养遵纪守法、诚实守信的职业道德；通过分析体育产业在“健康中国”战略中的使命，激发学生投身全民健身事业的责任感与创新创业热情。
8	体育专业综合	体育专业的基础理论、运动训练学、专项技术理论与方法等理论知识、体育时事政策等。课程着重对核心概念、基本原理及其内在联系进行归纳与讲解。	能够准确阐释体育学科的核心概念与原理，熟练运用理论知识对体育现象、教学与训练问题进行综合分析，掌握标准化考试的答题规范与技巧，并完成高质量的模拟应试训练。	培养求真务实、严谨细致的科学态度与精益求精的工匠精神。
9	专升本英语	基础语法体系梳理与高频词汇拓展、不同文体的阅读方法与解题技巧、应用文与议论文的写作框架与句型模板、翻译技巧与实践、历年真题分析模拟与考试策略指导等。	能够熟练掌握考纲要求的词汇与语法结构，独立完成阅读理解与翻译任务，写出符合规范的应用文和议论文，并运用考试策略高效解题。	培养独立思考能力与家国情怀；严谨的語言训练培养学生精益求精的学术态度，树立服务社会发展的理想信念。

3.专业实践课程

专业实践课程包括专业认知、专业见习、专业岗位实习、毕业设计，共4大模块，合计20学分。

表7 专业实践课简介

序号	课程模块	主要教学内容	教学目标与要求
1	专业认知 (1周)	休闲体育行业背景、现状及发展趋势；休闲体育专业培养目标、职业面向；课程设置及学时安排；期末考核评估方式及要求；证书考取及学分置换规则；毕业要求。	了解休闲体育行业背景、现状及发展趋势；明确本专业培养目标、职业面向；理解课程设置及学时安排；明白期末考核评估方式及要求；知道证书考取及学分置换规则；能够了解毕业要求。

2	专业 见习 (3周)	休闲体 育岗位 见习 (1周)	<p>参观：健身俱乐部、体育场馆、户外俱乐部等休闲体育相关企业，了解其运营模式、环境设施等。</p> <p>讨论：休闲体育行业现状、健身教练、场馆运营等岗位的职业能力要求与个人职业规划的关联。</p> <p>总结：撰写见习报告。</p>	<p>了解用人单位的运营模式、环境设施及其对岗位人才的能力需求；了解行业现状、发展趋势及相关的政策法规；熟悉健身教练、场馆运营等岗位要求与个人发展的联系。</p>
		休闲体 育技能 岗位见 习 (2周)	<p>参观：体育俱乐部、健身中心、户外营地等休闲体育专业相关企业文化、运动项目指导、体育服务与运营流程。</p> <p>讨论：体育技能在相关岗位中的具体应用，探讨技能提升与个人职业发展的联系。</p> <p>总结：撰写见习报告。</p>	<p>了解用人单位的企业文化、服务与运营流程及其对体育技能人才的能力需求；了解行业现状、技术发展趋势及相关的政策法规；熟悉体育技能在相关岗位中的应用与个人发展的联系。</p>
3	专业岗位实习 (24周)	<p>第1-2周为岗位认知培训阶段，主要学习体育企业规章、场馆安全规范、会员管理系统等基础工具操作；第3-21周是核心岗位实践，按4-5周/岗位轮岗，涉及健身教练助理、场馆运营管理、体育活动策划执行、会员服务、赛事后勤保障等核心岗位实操；职业素养培养贯穿全程，提升运动指导沟通、客户需求响应、突发问题处理与赛事时间统筹能力；最后3周（22-24周）为总结考核阶段，完成日/周/月实习日志与实习总结报告，接受企业导师实操考核和学校导师综合评估，同时鼓励考取健身教练、社会体育指导员等相关职业证书。</p>	<p>通过在休闲体育专业岗位实习，需深入掌握目标岗位的核心工作流程与操作技能，能够独立或协作完成典型工作任务。实习期间，严格遵守用人单位规章制度，主动适应企业文化，锤炼职业素养与综合业务能力，最终达到岗位所需的任职要求，为顺利就业并实现职业发展奠定坚实基础。</p>	
4	毕业设计 (6周)	<p>项目选题与调研：学生需在教师指导下结合休闲体育行业需求选定一个具有明确安全背景与价值的课题；</p> <p>编制完整设计方案：撰写规范方案，涵盖活动流程、安全保障、预算等内容，确保符合行业实操要求；</p> <p>成果展示与答辩：准备成果展示材料，熟练掌握答辩技巧，清晰阐述设计思路、创新性与可行性；</p> <p>成果优化与归档：根据答辩意见自主优化方案，规范整理设计资料并完成归档，形成完整毕业设计成果。</p>	<p>能独立完成休闲体育专业毕业设计全流程，具备课题调研、方案编制、成果展示及优化归档的核心能力。选题贴合行业需求，方案规范可行，答辩清晰流畅，成果优化后按标准归档。</p>	

4.职业素养课程

职业素养课程共4门，合计4学分。主要课程有大学生创新创业基础、大学生职业发展与就业指导、职业礼仪、职业技能。

表8 职业素养课简介

序号	课程名称	主要教学内容	教学目标与要求	课程思政育人
1	大学生职业发展与就业指导	聚焦职业定位与求职实操内容，包括自我认知、职业探索、就业实践、职业规划全方位覆盖求职全流程。	清晰认知自我职业潜力，掌握求职全流程核心技能，具备主动规划职业发展的意识和能力，提升就业竞争力与职业幸福感。	树立敢为人先、勇于探索的创新精神、脚踏实地的实干作风。
2	大学生创新创业基础	以“培养创新思维、赋能创业实践”为核心，讲解市场调研、商业模式设计、团队组建、商业计划书撰写等创业全流程要点。	认清创业所需的逻辑思维、沟通协作、风险应对能力，具备职场创新意识、为创业意愿打下坚实基础。	树立爱岗敬业、诚实守信、艰苦奋斗的职业精神，强化责任担当意识。
3	职业礼仪	以实用礼仪规范为核心，结合职场中个人形象塑造、社交沟通规范及不同商务场景的行为准则。	能熟练掌握职场核心礼仪规范，能够在不同场景中展现专业形象与得体举止，通过礼仪赋能职场沟通与人际关系构建。	能以礼仪养德，涵养尊重他人、包容友善的品格，提升团队协作中的同理心。
4	职业技能	以“岗位核心能力适配”为导向，聚焦通用职业技能与行业基础技能，理论讲解+实操训练+场景应用，为职业准入与发展提供硬实力支撑。	掌握职场通用技能能够快速适应岗位工作需求，具备技能迭代意识与持续学习能力，为职业发展奠定硬实力基础。	树立严谨细致、精益求精的工匠精神，工作责任感与质量意识，能以大局为重、主动补位的工作态度。

表9 课程设置与培养规格的支撑矩阵

课程名称	培养规格												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
思想道德与法治	H												M
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	H	L											
习近平新时代中国特色社会主义思想概论	H	L											
形势与政策	H	M											
国家安全教育	H	L											
军事训练		M									H		
军事理论	H	L									M		
大学生心理健康	M	H											
大学英语			H	L									
信息技术基础			M						H				
劳动教育		L											H
舞蹈基础											L	H	
中华优秀传统文化	L											H	
大学生涯规划与职业发展		M	H										
音乐欣赏			L									H	
大学语文			H	M									
党史	H												L
休闲体育概论		L			H								
运动解剖基础					H	M				L			
运动生理基础					H	M		L					

体育保健基础					H			M					
社会体育指导员公共理论					H	L							
运动训练理论与方法					H	M			L				
户外运动基础					H	M	L						
休闲运动专项训练1-器械健身指导					H	M	L						
休闲运动专项训练2-定向越野					H	M		L					
休闲体育旅游					H	M							
休闲体育运动组织与管理					H			L	M				
安全防护与急救							M	H		L			
体适能训练					H						M		
足球					M						H		
健美操					M						H	L	
篮球					M						H		
羽毛球					M						H		
研学旅行策划与管理				L		H							
休闲体育俱乐部经营与管理				L		H							
体育专业综合			L		H								
专升本英语			M	H									

说明：H表示强支撑，M表示中度支撑，L表示弱支撑。

(二) 学时安排

本专业总学时为2510学时，116学分，其中公共基础课学时706学时，占总学时28%，共34学分。实践性教学学时1404，占总学时的56%，其中，专业见习3周，专业岗位实习24周；公共基础选修课和专业拓展选修课为342学时，占总学时13%，共19学分。

表10 休闲体育专业课程体系配置表

序号	课程模块	课程类别	课程门数	学分	学时分配			
					理论学时	实践学时	总学时	学时比例
1	公共基础模块	公共基础必修课	13	29	416	200	616	25%
		公共基础选修课	4	5	72	18	90	3%
2	专业知识模块	专业基础必修课	6	12	148	68	216	9%
		专业核心必修课	6	32	268	308	576	23%
		专业拓展选修课	7	14	150	102	252	10%
3	专业实践模块	课程实训	4	20	0	684	684	27%
4	职业素养模块	职业素养	4	4	52	24	76	3%
合计			44	116	1106	1404	2510	100%
					44%	56%	100%	

表11 休闲体育专业教学周具体安排表

周次 学期	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
一	军事技能 训练3周			课堂教学14周														考试 1周	
二	课堂教学17周，专业认知1周																		考试 1周
三	课堂教学15周，专业见习3周																		考试 1周
四	课堂教学18周																		考试 1周
五	专业岗位实习19周																		
六	专业岗位实习5周			课堂教学10周 同时进行毕业设计6周												毕业 教育 1周			
<p>说明：</p> <p>1.按三年计算，教育周数为110周（第一学期为18周，第二、三、四、五学期为19周，第六学期为16周）；</p> <p>2.军事训练3周，专业认知1周，专业见习3周，专业岗位实习24周，毕业教育1周，共计32周；</p> <p>3.课堂教学和考核共78周。</p>																			

表12 休闲体育专业教学进程表

课程 模块	课程类别	课程编码	课程名称	学分	学时	理论 学时	实践 学时	学期学时计划						考核 方式	
								1	2	3	4	5	6		
								18	19	19	19	19	16		
公共 课程	公共基础 必修课	10000101	思想道德与法治	3	54	46	8	3							1
		10000102	毛泽东思想和中国特色社会 主义理论体系概论	2	36	32	4		2						1
		10000138	习近平新时代中国特色社会 主义思想概论	3	54	46	8			3					1
		10000103 10000125-10000127	形势与政策	2	36	36	0	1	1	1	1				2
		10000140	国家安全教育	2	36	36	0		2						2
		10000104	军事训练	2	112	0	112	3 周							2
		10000105	军事理论	2	36	36	0	2							2
		10000106	大学生心理健康	2	36	36	0			2					2
		10000107-10000109	大学英语	6	108	90	18	2	2	2					1
		10000139	大学语文	1	18	18	0	1							2
		10000114 10000128-10000130	劳动教育	1	36	4	32	1	1	1	1				2
		10000141	舞蹈基础	2	36	18	18			2					2
	10000133	中华优秀传统文化	1	18	18	0		1						2	
	小计				29	616	416	200	10	9	11	2			
	公共基础限 定选修课	10000115	大学生涯规划与职业发展	1	18	18	0	1							2
		10000134	音乐欣赏	1	18	18	0	1							2
		10000136-10000137	信息技术基础	2	36	18	18	2	2						2
10000118		党史	1	18	18	0		1						2	
小计				5	90	72	18	4	3	0	0				
公共课程合计				34	706	488	218	14	12	11	2				

专业知识	专业基础 必修课	11020201	休闲体育概论	2	36	28	8	2						1	
		11020202	运动解剖基础	2	36	18	18	2							1
		11020203	运动生理基础	2	36	28	8		2						1
		11020204	体育保健基础	2	36	28	8				2				1
		11020205	社会体育指导员公共理论★	2	36	28	8				2				1
		11020206	运动训练理论与方法	2	36	18	18			2					2
	小计				12	216	148	68	4	2	2	4			
	专业核心 必修课	11020301	户外运动基础★	4	72	36	36	4							1
		11020302 11020307	休闲运动专项训练1-器械健身指导	8	144	44	100	4	4						2
		11020303 11020308	休闲运动专项训练2-定向越野	8	144	44	100			4	4				2
		11020304	休闲体育旅游	4	72	54	18				4				1
		11020305	休闲体育运动组织与管理	4	72	54	18		4						1
		11020306	安全防护与急救★	4	72	36	36			4					1
	小计				32	576	268	308	8	8	8	8			
	专业拓展 选修课	通选	11020401	体适能训练	2	36	18	18				2			2
			11020402	足球★	2	36	18	18		2					2
			11020403	健美操★	2	36	18	18			2				2
			11020404	篮球★	2	36	18	18			2				2
			11020405	羽毛球★	2	36	18	18				2			2
		管理类 岗位	11020406	研学旅行策划与管理	2	36	30	6				2			2
			11020407	休闲体育俱乐部经营与管理	2	36	30	6				2			2
专升本		11020408	体育专业综合▲	2	36	30	6				2			1	
		10000401	专升本英语▲	2	36	30	6				2			1	
小计				14	252	150	102	0	2	4	8				
专业知识合计				58	1044	566	478	12	12	14	20				

专业实践	10000501	专业认知	1	36	0	36		1周					2
	10000502	专业见习	3	108	0	108			3周				2
	10000503	专业岗位实习	12	432	0	432					19周	5周	2
	10000504	毕业设计	4	108	0	108						6周	2
专业实践合计			20	684	0	684							
职业素养	10000135	大学生职业发展与就业指导	1.5	28	20	8				2		1	2
	10000116	大学生创新创业基础	1.5	28	20	8		2				1	2
	10000505	职业礼仪	0.5	10	6	4						2	2
	10000506	职业技能	0.5	10	6	4						2	2
职业素养合计			4	76	52	24	0	2	0	2	0	6	
总合计			116	2510	1106	1404	26	26	25	24	0	6	

注：

- 1.“考核方式”栏目中，“1”为考试，“2”为考查。
- 2.专业见习设置在第二学期，共3周3学分。
- 3.职业素养模块开设专题讲座，分散在1-4学期。
- 4.“▲”为专升本考试课程，“★”为休闲体育专业相关考证课程。

八、师资队伍

1.队伍结构

学校现有休闲体育专业专任教师16人。专任教师中级以上职称7人，占比44%；其中高级职称共有4人，占比为25%；“双师型”教师共有11人，占专任教师的比例为69%；硕士研究生5人，占专任教师的比例为31%，教师结构符合专业建设的要求。

2.专业带头人

专业带头人2人，具有休闲体育专业副高职称和较强的实践能力，能够较好地把握国内外体育行业、专业发展，能广泛联系行业企业，了解行业企业对本专业人才的需求实际，主持专业建设、开展教育教学改革、教科研工作和社会服务能力强，在本专业改革发展中起引领作用。

3.专任教师

具有高校教师资格；具有休闲体育、运动训练、社会体育、体育教育等相关专业本科及以上学历；具有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

从本专业相关行业企业的高技能人才中聘任，具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，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。

九、教学条件

（一）教学设施

1.专业教室

专业教室配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入和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。

2.校内实训室

（1）体能训练实训室

体能训练实训室配备有镜子、把杆、专业地板、音响系统与音乐播放设备、舞蹈服装与道具等设备能够完成健美操、体适能训练等课程。

（2）器械健身实训室

器械健身实训室配备有力量训练器材（如哑铃、杠铃、史密斯机、力量综合训练器等）、有氧运动器材（如跑步机、动感单车、划船机等）、健身监测设备（如心率监测仪、体成分分析仪等）和健身辅助器材（如瑜伽垫、平衡球等），能够完成器械健身技能实训。

（3）户外运动实训基地

配备帐篷、背包、指北针、头灯、炉头、套锅、登山杖、天幕、地垫、对讲机、GPS、卫星电话、点标旗、定向越野电子打卡系统，彩色打印机等高线地形图及高程数据设备，用于户外运动基础、露营、徒步、

野炊、定向越野等实训教学。

(4) 运动生理实训室

运动生理实训室主要配备设备包括心肺功能测试系统、心电图机、除颤仪练习机、台阶测试仪、便携式肺功能测试仪、功能上应能满足基础性和综合性实验需求，同时具备实验教学和科研能力，以培养学生的实践操作和问题解决能力。

(5) 其他运动技能实训场地

室外运动技能实训场地有高标准400米塑胶田径场1个、室外篮球场6个、足球场1个、室外羽毛球场7个，乒乓球桌10个等，能够完成定向越野、篮球、足球、羽毛球等课程。

3.校外实训实习基地

目前共有4个实训实习基地，能够提供健身指导、休闲体育活动与赛事策划等与专业对口的相关实习岗位，涵盖当前相关产业发展的主流技术，可接纳一定规模的学生实习；学校和实训实习单位双方共同制订实习计划，能够配备相应数量的指导教师对学生实习进行指导和管理，实训实习单位安排有经验的技术或管理人员担任实习指导教师，开展专业教学和职业技能训练，完成实习质量评价，做好学生实习服务和管理工作的需要。

表13 校外实训实习基地表

序号	企业名称	合作类型	主要实训实习项目
1	新精武教育集团	实训实习基地合作	体适能训练 健身指导 专业见习 专业岗位实习

2	河南达润体育科技有限公司	实训实习基地合作	运动项目指导与培训 活动与赛事策划执行 专业见习 专业岗位实习
3	厉山（河南）体育文化产业有限公司	实训实习基地合作	体育赛事与活动 健身指导 户外与拓展训练 专业见习 专业岗位实习
4	洛阳市体育产业发展有限公司	实训实习基地合作	俱乐部与场馆运营 市场营销与推广 专业见习 专业岗位实习

（二）教学资源

1.教材选用

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

2.图书文献配备

学校图书馆拥有休闲体育专业相关图书资料1.5万册，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。专业类图书文献主要包括：休闲体育概论、运动解剖学、户外运动基础、运动生理学、休闲体育组织与管理、体育保健学、运动训练学、体能训练理论与方法、健身指导理论与方法、定向运动、休闲体育旅游等，休闲体育专业学术期刊和有关休闲体育专业的专项技能类图书等。及时配置新经济、新技术、新工艺、新材料、新管理方式、新服务方式等相关的图书文献。

3.数字资源配备

建设、配备与休闲体育专业有关的音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、休闲运动项目有关的虚拟仿真软件等专业教学资源库，种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新、满足教学。在校内学习平台

学习通系统上搭建课程，加大课程资源建设，便于学生学习。

（三）教学方法

主要采取项目教学、案例教学、任务教学、模块教学等方法。通过实际与仿真的项目或任务，让学生在教师的引导下参与探究式学习。所有课程全面普及项目教学、案例教学、模块化教学等教学方式，广泛运用启发式、探究式、讨论式、参与式等教学方法，推广翻转课堂、混合式教学、理实一体教学等新型教学模式。部分课程还需要使用讲授法、演练法等让学生巩固学习成效。

十、质量管理

1.教学督导

教学督导作为教学过程的监控环节，对于保证教学质量，提高教学水平，具有非常重要的意义。本专业教学督导工作由校级（教务处）、院级（教研室）两级督导组成。校级督导从全局出发，全面掌控学院教育教学质量；教研室督导则从实际出发，全面落实院部督导工作计划。

2.学生评教

学生评教作为让学生表达教学意愿的常规渠道，应具有了解教师教育教学情况，发现并解决教学过程中的问题，为改进教育教学方式、提升教育教学质量提供资料信息等诸多功能，学生评教主要由学期中的“教学信息员反馈”和学期末的“学生网上评教”组成。

3.社会评价

社会评价是社会（如用人单位、家长和毕业生本人）对学校教学质量的综合评价。通过毕业生就业质量调查、用人单位反馈意见分析、毕

业生自我发展评价的调查等三个方面来综合评判本专业培养出的学生是否符合社会发展需要，能否为社会提供服务，获得预先的期望，进而得到课程开设是否适宜、教学内容安排是否得当等方面的信息。

4.考核评估方式和要求

(1) 考核评估方式分为考试与考查两种，采用形成性评价和终结性评价相结合方式进行。

(2) 形成性评价包括课堂出勤、课堂表现、课堂讨论、阶段性作业等。

(3) 终结性评价采用笔试（闭卷、开卷）、面试、综合实验、应用设计、课程论文或多种形式相结合的方式进行考核。根据课程的性质及特点采取合适的考核方式，对于基础理论类课程以闭卷笔试为主，对于实践技能类课程以非闭卷考试/考查为主。

(4) 某些实践性课程（如实验、实训、专业实习等），根据实验、实训报告、实习情况、实习报告等确定总评成绩。列入考试科目的实验课程除进行书面考试外，还应当根据实际情况组织操作考试。

十一、毕业要求

1.课程与学分要求

(1) 课程要求：各门必修课程及选修的课程考试合格。

(2) 学分要求：本专业学生毕业时必须修满116学分，其中，公共基础必修课29学分；专业必修课44学分；选修、拓展课23学分；集中实践实训课20学分。

2.取得证书奖励办法

本专业学生在校期间获得以下证书的，可以置换相应课程学分。

表14 证书与学分置换课程一览表

	X证书名称	学分数	置换课程名称/学分
学 分 置 换 项 目	户外社会体育指导员证书	4	户外运动基础（4学分）
	裁判员证书（国家级）	2	足球或篮球或健美操或羽毛球课程（2学分）
	游泳救生员证书	4	安全防护与急救（4学分）
	社会体育指导员证书	2	社会体育指导员公共理论（2学分）

3. 毕业要求观测点分解

为明确休闲体育专业学生在毕业时应达到的知识、能力与素养要求，现将毕业要求分解为7个核心维度，并为每个维度设定了具体的观测点，作为学生毕业的依据。

表15 毕业要求观测点分解表

毕业要求	观测点分解
1. 专业知识	1-1 深入理解和掌握必备的思想政理论，广泛涉猎科学文化基础知识和中华优秀传统文化知识。 1-2 掌握休闲体育概论、休闲体育旅游等专业理论知识。 1-3 系统掌握休闲体育运动项目的技术技能、指导方法与训练原理。 1-4 熟悉国家与本专业相关的法律法规、行业规定及环境保护、安全防护、质量管理等政策知识。
2. 问题分析	2-1 能够运用运动解剖基础、运动训练理论与方法、安全防护与急救等专业知，识别和分析休闲体育指导、活动组织与管理中的实际问题。 2-2 能依据赛事数据与行业规范，识别休闲体育活动组织中的风险点（如场地安全隐患、流程漏洞）并分析成因。 2-3 能通过设备监测数据，分析休闲体育装备损耗、场地适配性等实操问题的核心矛盾。 2-4 能结合社会需求变化，分析休闲体育旅游产品与目标客群需求不匹配的问题本质。
3. 设计/开发解决方案	3-1 能够针对大众健身与娱乐需求，设计科学的休闲体育运动指导方案。 3-2 能够策划、开发并组织实施休闲体育活动和赛事，制定可行的运营管理方案。

	<p>3-3 能够结合地方资源，策划与推广休闲体育旅游产品，并提出创新性的解决方案。</p> <p>3-4 能够设计规范的项目操作流程，并制定场地器材维护保养方案。</p>
4.研究	<p>4-1 具备探究学习的意识，能够运用科学方法对休闲体育领域的现象和问题进行初步调研。</p> <p>4-2 能够通过文献检索、实践观察等方式，收集信息并对休闲体育产业的发展趋势、市场需求等进行分析。</p>
5.使用现代工具	<p>5-1 掌握信息技术基础知识，能熟练运用办公软件进行文档处理、数据分析和信息管理。</p> <p>5-2 具备适应行业数字化和智能化发展需求的数字技能，能运用现代工具（如健身APP、赛事管理系统、数字化营销平台）提升服务与管理效率。</p> <p>5-3 能够规范使用和维护各类休闲体育装备与器材。</p>
6.休闲体育与社会	<p>6-1 坚定拥护中国共产党领导和中国特色社会主义制度，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。</p> <p>6-2 了解相关行业文化，遵守职业道德和行为规范，具备社会责任感和担当精神。</p> <p>6-3 具有良好的语言表达、沟通合作能力和团队合作精神，能够有效地与服务对象、同事及社会公众进行交流协作。</p> <p>6-4 掌握安全防护与急救知识，具备执行安全规范、处理突发事件、保障参与者安全的能力。</p>
7.环境和可持续发展	<p>7-1 理解并认同可持续发展的理念，能够在休闲体育资源开发与利用中贯彻环保原则。</p> <p>7-2 树立正确的劳动观，尊重劳动，热爱劳动，具备与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。</p> <p>7-3 具有探究学习、终身学习和可持续发展的能力，能够不断更新知识结构，适应社会与职业的持续发展。</p> <p>7-4 具备职业生涯规划能力，能够根据个人情况和社会需要，规划可持续的职业发展路径。</p>