【2022级】体育教育(2002)人才培养方案

一、专业名称及代码

专业名称：体育教育

专业代码：570110K

二、入学要求及生源类型

(一) 入学要求

中等职业学校毕业普通高级中学毕业

(二) 生源类型

普通高招对口单招春季高考高职单招

三、修业年限与学历

(一) 修业年限

3年

(二) 学历

专科

四、职业面向和职业能力要求

(一) 人才培养面向岗位

所属专业大类(代码)：教育与体育大类(57)

所属专业类(代码)：教育类(5701)

所属行业	职业类别	岗位类别	职业资格证书
普通小学教育 (8321)	小学教育教师 (2080302)	体育教师	小学教师资格证书
体育健康服务 (8992)	社会体育指导员 (4130401)	社会体育指导员、健身教练	【10级】健身指导员

(二) 岗位能力分析表

岗位类别	岗位名称	岗位级别	岗位描述
社会体育指导员、健身教练	社会体育指导员	初级岗位	
体育教师	小学体育教师	目标岗位	布置课的内容组织课堂常规

(三) 典型工作任务及其工作过程

典型工作任务	岗位	工作过程	能力
1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛	小学体育教师	课前备课、组织上课、制定训练计划、熟练各项体育竞赛规则	1. 体育教育教学能力 2. 赛会组织能力 3. 熟练掌握各项体育运动项目
2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、	社会体育指导员	应对不同的需求制定完善的运动健身锻炼计划，熟知体育场馆的各项管理规定	1. 熟练掌握锻炼计划的制定 2. 熟知体育场馆的各项管理规定

五、培养目标与培养规格

（一）培养目标

培养适应我国现代化建设和基础教育改革与发展的实际需要，具备现代教育与体育学科基础理论知识和较强的实践能力，在中、小学从事体育教学、课外运动训练与竞赛工作、学校体育管理以及体育锻炼指导等工作的复合型人才

（二）培养规格

类型	编号	具体内容	标签内容
素质规格	A1	坚持四项基本原则，掌握马克思主义精神实质和中国特色社会主义理论	思政
	A2	熟悉国家有关教育、体育工作的政策、法规，热爱教育事业	思政
	A3	遵纪守法，具有良好的思想道德素养，改革创新意识和敬业精神。	思政
知识规格	B1	掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；	基础知识
	B2	掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。	专业知识
能力规格	C1	能够组织与指导各种体育活动	专业能力
	C2	具有一定的竞赛组织、裁判和管理等能力	专业能力
	C3	掌握基本的体育科研方法	综合能力
	C4	具有从事学校体育科研工作的能力、创新能力和社会适应能力	综合能力

（三）典型工作任务与培养规格映射关系

典型工作任务	能力	培养规格
1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛	体育教育教学能力	B2、掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高

		青少年体质健康水平。
1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛	赛会组织能力	
1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛	熟练掌握各项体育运动项目	
2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、	熟练掌握锻炼计划的制定	
2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、	熟知体育场馆的各项管理规定	

六、毕业要求

(一) 日常行为规范和操行

1. 学生必须按时参加系部、学院统一安排、组织的一切活动，集中授课、实训等均要进行考勤。

2. 学生集中教学期间，上课不得迟到、早退，违者予以批评教育，屡教不改者要给予纪律处分。学生不请假或请假未批准而缺席者，按旷课处理。

3. 学生缺席时数达到某门课程集中授课学时数三分之一的，不得参加本课程考试，应予重新学习。

4. 各类课程考试一般不得请假。学生因特殊原因不能参加考试，必须于考试前提出请假和缓考申请，经系（院）主管领导同意后报教务处批准，方可缓考；未经批准擅自缺考，按旷考处理。旷考者不得参加补考，直接重新学习。

(二) 学分

1. 学分要求：必须取得本专业规定的 147 学分；

2. 素质教育分要求：综合素质训练活动必须取得 5 学分，具体参照《大学生综合素质教育分获取项目表》；

3. 技能考证考级：技能考证考级项目必须取得 5 学分。

4. 公共选修模块：限选 6 学分。

(三) 职业资格证书

证书名称	主要学习内容
《裁判员证》	符合本专业的裁判等级证
《教练员证》	专业基本知识、裁判法
《教师资格证》	教育心理学、教育学
《社会体育指导员》	社会体育学

序号	证书名称	证书等级	颁证机构	学分
1	小学教师资格证书		内蒙古自治区兴安盟教育局	
2	健身指导员	10	中国健身健美协会	
3	社会体育指导员	10		

(四) 毕业要求及指标点

编号	毕业要求	培养规格
1	[师德规范]: 贯彻新时代中国特色社会主义思想, 增进“四个认同”, 践行社会主义核心价值观, 落实党的教育方针, 以立德树人为己任; 遵守教师职业道德规范, 具有依法执教意识和高尚师德修养, 立志成为“四有好老师”。	A1
2	[教育情怀]: 具有从教意愿及坚定的教师职业信念, 正确的世界观、人生观和价值观; 具有人文底蕴和科学素养, 尊重学生人格, 尊重教育规律, 做学生养成健康行为、锤炼品格、奉献祖国的引路人。	A2
3	[学科素养]: 理解中小学体育教育学科核心素养内涵, 具有系统的体育专业理论知识、扎实的运动技能和体育教学所需要的基本素质, 能将专业理论知识与运动技能相融合。理解体育学科与其他相关学科的内在联系, 具有适应社会、获取知识、掌握技能、分析问题的能力, 能够综合运用所学理论和方法, 分析解决体育教学训练、社会实践等领域的实际问题。	B1
4	[教学能力]: 具备体育教学、训练和竞赛指导的基本技能与基本理论, 能根据学生身心发展特点和成长规律, 按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动, 初具从事体育教育教学改革研究能力。具有组织与指导课外体育活动、学校运动队训练与竞赛的能力。	B1, B2
5	[班级指导]: 掌握中学德育原理, 掌握班级组织管理的技巧和方法, 具有德育和心理健康教育等教育活动的组织与指导能力, 能够胜任班主任工作。	C1
6	[综合育人]: 掌握中学生身心发展特点, 理解体育学科育人的内涵和价值, 掌握综合育人的方法和途径, 能够集合德育课程、校园体育文化、体育社团活动、主题教育等方式对学生进行教育和积极引导, 在体育教学及课外体育实践中, 能够实现“以体育人”。	B2
7	[学会反思]: 具有终身学习与专业发展的创新意识。了解国内外体育基础教育的动态, 不断更新教育理念和教学方式。适应新时代教育发展需求, 进行学习和职业规划。初步掌握反思方法和技能, 能够运用批判性思维, 分析和解决体育教育教学问题。	A2, A3
8	[沟通合作]: 理解学习共同体的作用, 具有规则意识、团队精神和组织协调能力, 同时具备良好的社会适应能力。具有组织或指导小组互助和集体学习体验的能力。掌握沟通技能, 能够针对体育学科及相关领域的问题与同行或社会公众进行有效沟	C2, C3, C4

编号	毕业要求	培养规格
	通。	

编号	毕业要求	指标点编号	指标点内容	培养规格
1	[师德规范]: 贯彻新时代中国特色社会主义思想, 增进“四个认同”, 践行社会主义核心价值观, 落实党的教育方针, 以立德树人为己任; 遵守教师职业道德规范, 具有依法执教意识和高尚师德修养, 立志成为“四有好老师”。	1.1	师德规范。积极践行社会主义核心价值观, 增进对习近平新时代中国特色社会主义思想的思想认同、政治认同、理论认同和情感认同。贯彻党的教育方针, 以立德树人为己任。遵守教育法律法规及教师职业道德规范的相关要求, 具有依法执教意识, 立志成为有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的好老师。	A1
2	[教育情怀]: 具有从教意愿及坚定的教师职业信念, 正确的世界观、人生观和价值观; 具有人文底蕴和科学素养, 尊重学生人格, 尊重教育规律, 做学生养成健康行为、锤炼品格、奉献祖国的引路人。	2.2	教育情怀。热爱教育事业, 具有强烈的从教意愿, 认同体育教师工作的意义和专业性, 具有积极的情感、端正的态度、正确的价值观, 立志为新时代体育教育事业贡献力量。具有人文底蕴和科学精神, 尊重学生个体差异性, 能够做到因材施教, 对待学生有爱心、有耐心、有责任心, 成为学生锤炼品格、学习知识、创新思维、奉献祖国的引路人。	A2
3	[学科素养]: 理解中小学体育教育学科核心素养内涵, 具有系统的体育专业理论知识、扎实的运动技能和体育教学所需要的基本素质, 能将专业理论知识与运动技能相融合。理解体育学科与其他相关学科的内在联系, 具有适应社会、获取知识、掌握技能、分析问题的能力, 能够综合运用所学习	3.3	学科素养。系统掌握学校体育教学、体育锻炼、课余训练及竞赛的基本理论知识和运动技能, 能将专业理论知识与运动技能学习相融合; 理解体育学科知识体系, 了解体育学科与学校教育中其他学科及社会实践的联系, 能够以体育学科知识为基	B1

编号	毕业要求	指标点编号	指标点内容	培养规格
	论和方法,分析解决体育教学训练、社会实践等领域的实际问题。		础,整合社会学、心理学、生命科学等多学科知识,具备一定的综合分析能力。	
4	[教学能力]:具备体育教学、训练和竞赛指导的基本技能与基本理论,能根据学生身心发展特点和成长规律,按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动,初具从事体育教育教学改革研究能力。具有组织与指导课外体育活动、学校运动队训练与竞赛的能力。	4.4	教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识,能够依据体育与健康课程标准,针对中学生身心发展和认知特点,运用体育学科教学知识与现代教育信息技术,进行有效的教学设计、实施和评价,获得教学体验;掌握体育教育科学研究的基本方法,具备一定的体育教学研究能力。	B1, B2
5	[班级指导]:掌握中学德育原理,掌握班级组织管理的技巧和方法,具有德育和心理健康教育等教育活动的组织与指导能力,能够胜任班主任工作。	5.5	班级指导。树立德育为先理念,了解中学德育目标、原理、内容与方法。掌握班级组织与建设的工作规律和基本方法。在班主任工作实践中,能够充分利用体育学科优势参与德育和心理健康教育等教育活动的组织与指导,获得积极体验。	C1
6	[综合育人]:掌握中学生身心发展特点,理解体育学科育人的内涵和价值,掌握综合育人的方法和途径,能够集合德育课程、校园体育文化、体育社团活动、主题教育等方式对学生进行教育和积极引导,在体育教学及课外体育实践中,能够实现“以体育人”。	6.6	综合育人。了解中学生身心发展和养成教育规律,理解体育学科的核心素养和独特的育人价值,掌握体育学科育人的方法与策略,能够有机结合体育学科教学进行育人活动。了解学校文化和教育活动的育人内涵与价值,掌握开展课外体育活动的知识与方法,具有结合体育学科特点开展主题教育和社团活动的意识与能力。	B2
7	[学会反思]:具有终身学习与专业发展的创新意识。了解国内外体育基础教育的动态,不断更新教	7.7	学会反思。具有终身学习与专业发展意识。关注学校体育、竞技体育、社会体育	A2, A3

编号	毕业要求	指标点编号	指标点内容	培养规格
	育理念和教学方式。适应新时代教育发展需求,进行学习 and 职业规划。初步掌握反思方法和技能,能够运用批判性思维,分析和解决体育教育教学问题。		的前沿发展动态,了解国内外基础教育改革的发展趋势,不断适应新时代我国学校体育改革和发展需求,并能结合职业愿景制订自身学习和专业发展规划。初步掌握反思方法和技能,能够运用批判性思维方法对体育教学的设计、实施、评价过程进行反思,分析和解决体育教学中存在的问题,初步具备体育教学创新和研究能力。	
8	[沟通合作]:理解学习共同体的作用,具有规则意识、团队精神和组织协调能力,同时具备良好的社会适应能力。具有组织或指导小组互助和集体学习体验的能力。掌握沟通技能,能够针对体育学科及相关领域的问题与同行或社会公众进行有效沟通。	8.8	沟通合作。掌握教师职业用语和体育专业术语,具有良好的语言表达能力与沟通技能,能够在教育实践、社会实践中与学生、同事、同行、专家等进行有效的沟通和交流。理解学习共同体的作用,积极参与小组互助和合作学习,具备一定的组织协调能力、计划执行能力、分工协作能力,团队合作意识较强。	C2, C3, C4

七、课程体系及教学进程总体安排

(一) 课程体系框架

教育内容	知识体系		知识领域	知识单元	
				必修知识单元	选修知识单元
专业教育	相关学科基础			学校体育学	
				运动训练学	
				体育科研方法	
	本学科专业	系列 I	人体科学	运动解剖学、运动生理学、体育保健学	运动营养学、运动生物力学

		系列II	运动技术项目	田径、体操、足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球	网球、射箭、武术、轮滑、健美操、搏克
		系列III	教师教育	教育学、心理学	体育绘图、体育游戏、体育舞蹈
综合教育	思想教育		思想教育		思想教育讲座
	学术与科技活动		学术与科技活动		学术讲座
	文艺活动		文艺活动		文艺活动
	体育活动		体育活动		体育活动
	自选活动		自选活动		自选活动

序号	课程类别	性质	代码	名称	是否核心课程
1	公共基础课	必修	1900001303	形势与政策	
2	公共基础课	必修	1900001304	职业规划与就业指导	
3	公共基础课	必修	1900001305	创新创业基础(理论)	
4	公共基础课	必修	1900001306	体育 I	
5	公共基础课	必修	1900001307	体育 II	
6	公共基础课	必修	1900001311	大学英语/日语 I	
7	公共基础课	必修	1900001312	大学英语/日语 II	
8	公共基础课	必修	1900001313	大学生心理健康教育	
9	公共基础课	必修	1900001314	军事理论	
10	公共基础课	必修	1900001317	劳动教育	
11	公共基础课	必修	1900001320	铸牢中华民族共同体意识	
12	公共基础课	必修	1900001321	大学英语/日语(选项) I	
13	公共基础课	必修	1900001322	大学英语/日语(选项) II	

14	公共基础课	必修	1900001323	思想道德与法治	
15	公共基础课	必修	1900001324	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	
16	公共基础课	必修	1900001325	信息技术 I	
17	公共基础课	必修	1900001326	信息技术 II	
18	公共基础课	必修	1900001327	安全教育	
19	公共基础课	必修	1900001328	军事训练(入学教育)	
20	公共基础课	必修	1900001329	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	
21	公共基础课	必修	1900001330	大学语文	
22	公共基础课	任选	1900001331	公选(艺术)	
23	公共基础课	任选	1900001332	公选(素养)	
24	公共基础课	任选	1900001333	公选(四史)	
25	专业基础课	必修	2120021301	运动解剖学	
26	专业基础课	必修	2120021302	运动生理学	
27	专业基础课	必修	2120021303	教育学	
28	专业基础课	必修	2120021304	教育心理学	
29	专业基础课	必修	2120021305	学校体育学	
30	专业基础课	必修	2120021306	体育保健学	
31	专业基础课	必修	2120021307	体育教法	
32	专业基础课	必修	2120021308	体育科研方法	
33	专业基础课	必修	2120021320	乒乓球	
34	专业基础课	必修	2120021321	羽毛球	
35	专业核心课	必修	2120021310	田径(一)	
36	专业核心课	必修	2120021311	田径(二)	
37	专业核心课	必修	2120021312	足球(一)	

38	专业核心课	必修	2120021313	足球（二）	
39	专业核心课	必修	2120021314	排球（一）	
40	专业核心课	必修	2120021315	排球（二）	
41	专业核心课	必修	2120021316	篮球（一）	
42	专业核心课	必修	2120021317	篮球（二）	
43	专业核心课	必修	2120021318	体操（一）	
44	专业核心课	必修	2120021319	体操（二）	
45	专业拓展课	限选	2120022301	健美操	
46	专业拓展课	限选	2120022302	网球	
47	专业拓展课	限选	2120022303	体育游戏	
48	专业拓展课	限选	2120022304	武术	
49	专业拓展课	限选	2120022305	搏克	
50	专业拓展课	限选	2120022306	射箭	
51	专业拓展课	限选	2120022307	体育绘图	
52	专业拓展课	限选	2120022308	冰雪	
53	专业综合课	必修	1907031315	技能考证	
54	专业综合课	必修	1907031316	毕业设计	
55	专业综合课	必修	1907031317	顶岗实习	

（二）专业课程与典型工作任务的映射关系

典型工作任务	能力	专业核心课
1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛	体育教育教学能力	足球（二）【2120021313】 田径（二）【2120021311】 体操（二）【2120021319】 体操（一）【2120021318】 篮球（二）【2120021317】 排球（一）【2120021314】 排球（二）【2120021315】 田径（一）【2120021310】 足球（一）【2120021312】 篮球（一）【2120021316】

典型工作任务	能力	专业核心课
	赛会组织能力	体操（一）【2120021318】 足球（一）【2120021312】 体操（二）【2120021319】 篮球（一）【2120021316】 排球（一）【2120021314】 篮球（二）【2120021317】 田径（一）【2120021310】 田径（二）【2120021311】 足球（二）【2120021313】 排球（二）【2120021315】
	熟练掌握各项体育运动项目	田径（二）【2120021311】 足球（二）【2120021313】 体操（二）【2120021319】 体操（一）【2120021318】 篮球（一）【2120021316】 排球（二）【2120021315】 排球（一）【2120021314】 田径（一）【2120021310】 足球（一）【2120021312】 篮球（二）【2120021317】
2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场管理、	熟练掌握锻炼计划的制定	田径（一）【2120021310】 田径（二）【2120021311】 篮球（一）【2120021316】 篮球（二）【2120021317】 排球（二）【2120021315】 排球（一）【2120021314】 足球（二）【2120021313】 体操（二）【2120021319】 体操（一）【2120021318】 足球（一）【2120021312】
	熟知体育场馆的各项管理规定	田径（二）【2120021311】 田径（一）【2120021310】 足球（一）【2120021312】 篮球（一）【2120021316】 排球（二）【2120021315】 体操（二）【2120021319】 足球（二）【2120021313】 体操（一）【2120021318】 篮球（二）【2120021317】 排球（一）【2120021314】

（三）专业课程、毕业要求、指标点之间的映射关系

毕业要求	指标点	专业核心课
1. [师德规范]：贯彻新时代中国特色社会主义思想，增进“四个认同”，践行社会主义核心价值观，落实党的教育方针，以立德树人为己任；遵守教师职业道德规范，具有依法执教意识和高	1. 1. 师德规范。积极践行社会主义核心价值观，增进对习近平新时代中国特色社会主义思想的思想认同、政治认同、理论认同和情感认同。贯彻党的教育方针，以立德树人为己任。遵守教育法律	田径（二）【2120021311】 田径（一）【2120021310】

毕业要求	指标点	专业核心课
尚师德修养，立志成为“四有好老师”。	法规及教师职业道德规范的相关要求，具有依法执教意识，立志成为有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的好老师。	
2. [教育情怀]：具有从教意愿及坚定的教师职业信念，正确的世界观、人生观和价值观；具有人文底蕴和科学素养，尊重学生人格，尊重教育规律，做学生养成健康行为、锤炼品格、奉献祖国的引路人。	2.2. 教育情怀。热爱教育事业，具有强烈的从教意愿，认同体育教师工作的意义和专业性，具有积极的情感、端正的态度、正确的价值观，立志为新时代体育教育事业贡献力量。具有人文底蕴和科学精神，尊重学生个体差异性，能够做到因材施教，对待学生有爱心、有耐心、有责任心，成为学生锤炼品格、学习知识、创新思维、奉献祖国的引路人。	田径（二）【2120021311】 田径（一）【2120021310】
3. [学科素养]：理解中小学体育教育学科核心素养内涵，具有系统的体育专业理论知识、扎实的运动技能和体育教学所需要的基本素质，能将专业理论知识与运动技能相融合。理解体育学科与其他相关学科的内在联系，具有适应社会、获取知识、掌握技能、分析问题的能力，能够综合运用所学理论和方法，分析解决体育教学训练、社会实践等领域的实际问题。	3.3. 学科素养。系统掌握学校体育教学、体育锻炼、课余训练及竞赛的基本理论知识和运动技能，能将专业理论知识与运动技能学习相融合；理解体育学科知识体系，了解体育学科与学校教育中其他学科及社会实践的联系，能够以体育学科知识为基础，整合社会学、心理学、生命科学等多学科知识，具备一定的综合分析能力。	田径（一）【2120021310】 田径（二）【2120021311】
4. [教学能力]：具备体育教学、训练和竞赛指导的基本技能与基本理论，能根据学生身心发展特点和成长规律，按照课程标准合理运用信息技术进行体育教学设计、实施、评价及相关教学活动，初具从事体育教育教学改革研究能力。具有组织与指导课外体育活动、学校运动队训练与竞赛的能力。	4.4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。	足球（二）【2120021313】 篮球（二）【2120021317】 足球（一）【2120021312】 田径（二）【2120021311】 排球（二）【2120021315】 篮球（一）【2120021316】 排球（一）【2120021314】 体操（二）【2120021319】 田径（一）【2120021310】 体操（一）【2120021318】
5. [班级指导]：掌握中学德育原理，掌握班级组织管理的技巧和方法，具有德育和心理健康教育等教育活动的组织与指导能力，能够胜任班主任工作。	5.5. 班级指导。树立德育为先理念，了解中学德育目标、原理、内容与方法。掌握班级组织与建设的工作规律和基本方法。在班主任工作中，能够充分利用体育学科优势参与德育和	田径（二）【2120021311】 田径（一）【2120021310】

毕业要求	指标点	专业核心课
	心理健康教育等教育活动的组织与指导,获得积极体验。	
6. [综合育人]:掌握中学生身心发展特点,理解体育学科育人的内涵和价值,掌握综合育人的方法和途径,能够集合德育课程、校园体育文化、体育社团活动、主题教育等方式对学生进行教育和积极引导,在体育教学及课外体育实践中,能够实现“以体育人”。	6.6. 综合育人。了解中学生身心发展和养成教育规律,理解体育学科的核心素养和独特的育人价值,掌握体育学科育人的方法与策略,能够有机结合体育学科教学进行育人活动。了解学校文化和教育活动的育人内涵与价值,掌握开展课外体育活动的知识与方法,具有结合体育学科特点开展主题教育和社团活动的意识与能力。	田径(二)【2120021311】 田径(一)【2120021310】
7. [学会反思]:具有终身学习与专业发展的创新意识。了解国内外体育基础教育的动态,不断更新教育理念和教学方式。适应新时代教育发展需求,进行学习和职业规划。初步掌握反思方法和技能,能够运用批判性思维,分析和解决体育教育教学问题。	7.7. 学会反思。具有终身学习与专业发展意识。关注学校体育、竞技体育、社会体育的前沿发展动态,了解国内外基础教育改革的发展趋势,不断适应新时代我国学校体育改革和发展需求,并能结合职业愿景制订自身学习和专业发展规划。初步掌握反思方法和技能,能够运用批判性思维方法对体育教学的设计、实施、评价过程进行反思,分析和解决体育教学中存在的问题,初步具备体育教学创新和研究能力。	田径(二)【2120021311】 田径(一)【2120021310】
8. [沟通合作]:理解学习共同体的作用,具有规则意识、团队精神和组织协调能力,同时具备良好的社会适应能力。具有组织或指导小组互助和集体学习体验的能力。掌握沟通技能,能够针对体育学科及相关领域的问题与同行或社会公众进行有效沟通。	8.8. 沟通合作。掌握教师职业用语和体育专业术语,具有良好的语言表达能力与沟通技能,能够在教育实践、社会实践中与学生、同事、同行、专家等进行有效的沟通和交流。理解学习共同体的作用,积极参与小组互助和合作学习,具备一定的组织协调能力、计划执行能力、分工协作能力,团队合作意识较强。	田径(二)【2120021311】 田径(一)【2120021310】

(四) 教学进程总体安排

课程类别	课程代码	课程名称	课程性质	课程类型	学分	学时分配			学期周学时						考核方式
						总学时	理论	实践	第一学年		第二学年		第三学年		
									1	2	1	2	1	2	
									20周	20周	20周	20周	20周	20周	
公共基础课	1900001303	形势与政策	必修	理论课	1	32	32	0	2	2	2	2			考查
公共基础课	1900001304	职业规划与就业指导	必修	理论+实践	1	18	9	9		19					考查
公共基础课	1900001305	创新创业基础(理论)	必修	理论课	1	18	18	0		2					考查
公共基础课	1900001311	大学英语/日语 I	必修	理论课	2	32	32	0	2						考查
公共基础课	1900001312	大学英语/日语 II	必修	理论课	2	36	36	0		2					考试
公共基础课	1900001313	大学生心理健康教育	必修	理论+实践	2	32	16	16	2						考查
公共基础课	1900001314	军事理论	必修	理论课	2	36	36	0	2						考查
公共基础课	1900001317	劳动教育	必修	理论课	1	16	16	0		1					考查
公共基础课	1900001320	铸牢中华民族共同体意识	必修	理论+实践	1	16	16	0			2	2			考查
公共基础课	1900001321	大学英语/日语(选项) I	必修	理论课	2	36	36	0			2				考查
公共基础课	1900001322	大学英语/日语(选项)II	必修	理论课	2	36	36	0				2			考试
公共基础课	1900001323	思想道德与法治	必修	理论+实践	3	54	46	8	3						考查
公共基础课	1900001324	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	必修	理论+实践	2	36	36	0							考查
公共基础课	1900001325	信息技术 I	必修	理论+实践	2	32	16	16	2						考查
公共基础课	1900001326	信息技术 II	必修	理论+实践	2	40	20	20		2					考查

公共基础课	1900001327	安全教育	必修	理论+实践	1	18	18	0		1					考查
公共基础课	1900001328	军事训练（入学教育）	必修	实践课	3	168	0	168	3						考查
公共基础课	1900001329	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	必修	理论+实践	3	54	46	8			3				考试
公共基础课	1900001330	大学语文	必修	理论课	2	36	36	0			2				考查
公共基础课	1900001331	公选（艺术）	任选	理论课	2	36	18	18		2					考查
公共基础课	1900001332	公选（素养）	任选	理论课	2	36	18	18				2			考查
公共基础课	1900001333	公选（四史）	任选	理论课	2	36	18	18			2				考查
公共基础课	小计	共 24 门			39	746	503	311							
专业基础课	2120021301	运动解剖学	必修	理论课	3	56	46	10	4						考试
专业基础课	2120021302	运动生理学	必修	理论课	4	72	62	10		4					考试
专业基础课	2120021303	教育学	必修	理论课	2	36	36	0			2				考试
专业基础课	2120021304	教育心理学	必修	理论课	2	36	36	0			2				考试
专业基础课	2120021305	学校体育学	必修	理论课	2	36	36	0				2			考试
专业基础课	2120021306	体育保健学	必修	理论课	2	36	36	0				2			考试
专业基础课	2120021307	体育教法	必修	理论+实践	2	36	26	10				2			考查
专业基础课	2120021308	体育科研方法	必修	理论课	2	36	36	0					2		考查
专业基础课	2120021320	乒乓球	必修	实践课	3	56	0	56	4						考查
专业基础课	2120021321	羽毛球	必修	实践课	4	72	0	72					4		考查
专业基础课	小计	共 10 门			26	472	314	158							

专业拓展课	小计	共 8 门			16	288	54	234							
专业综合课	1907031315	技能考证	必修	实践课	5	0	0	0							考查
专业综合课	1907031316	毕业设计	必修	实践课	4	104	0	104							考查
专业综合课	1907031317	岗位实习	必修	实践课	6	624	0	624							考查
专业综合课	小计	共 3 门			15	728	0	728							
全部课程	总计	共 55 门			134	2922	1039	1883							

(六) 学分统计

课程类别	课程数量	学时小计	学分小计	学分分配		
				必修	限选	任选
公共基础课	24	814	39	39	0	0
专业基础课	10	472	26	26	0	0
专业核心课	10	688	38	38	0	0
专业拓展课	8	288	16	0	16	0
专业综合课	3	260	15	15	0	0
总计	55	2,922	134	118	16	0

(七) 学时统计

课程类别	课程数量	学分小计	学时小计	学时分配						
				理论	实践	理论占比 (%)	实践占比 (%)	必修	限选	任选
公共基础课	24	39	814	503	311	61.79	38.21	814	0	0
专业基础课	10	26	472	314	158	66.53	33.47	472	0	0
专业核心课	10	38	688	20	668	2.91	97.09	688	0	0
专业拓展课	8	16	288	54	234	18.75	81.25	0	288	0
专业综合课	3	15	260	0	260	0	100	260	0	0
总计	55	134	2,922	1039	1,883	35.6	64.4	2,234	288	0

（七）毕业设计安排

毕业条件

本专业学生应达到以下条件方可毕业：

1. 学分要求：必须取得本专业规定的 147 学分；
2. 素质教育分要求：综合素质训练活动必须取得 5 学分，具体参照《大学生综合素质教育分获取项目表》；
3. 技能考证考级：技能考证考级项目必须取得 5 学分。
4. 公共选修模块：限选 6 学分。

（八）岗位实习安排

俱乐部教练员、小学体育教师、体育培训机构教练

八、主要课程内容

（一）公共基础课

课程名称	【1900001303】形势与政策				
总学时	8	理论学时	8	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	1
课程目标	本课程主要是帮助学生全面正确地认识党和国家面临的形势和任务，拥护党的路线、方针和政策，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。同时使学生基本掌握该课程的基础理论知识、基本理论观点、分析问题的基本方法，并能够运用这些知识和方法去分析现实生活中的一些问题，把理论渗透到实践中，指导自己的行为。				
教学内容	专题一走好中国式现代化之路 专题二开创高质量发展新局面 专题三聚天下英才筑强国之基 专题四正确认识全球能源安全形势				
教学要求	授课教师具有思政专业背景、教学能力强的专兼职思政课教师若干名。				

课程名称	【1900001304】职业规划与就业指导				
总学时	18	理论学时	9	实践学时	9
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	1

课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解自我、了解职业，形成初步的职业发展规划 2. 掌握人生不同阶段的职业目标及其应对的生活目标 3. 能够了解当今就业政策 4. 能够掌握应聘礼仪及技巧 5. 培养良好的职业素质，引导学生明确职业理想，做好职业准备
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 职业生涯规划概述 2. 认识自我，明确职业选择； 3. 掌握方法，科学进行职业决策 4. 转变理念，顺利实现角色转变 5. 就业指导概论 6. 明确目标，把握就业方向； 7. 积极筹备，做好就业准备； 8. 自我提升，掌握技巧礼仪 9. 依法办事，维护自身权益
教学要求	1. 指导大学生树立正确的择业观、价值观，明确职业生涯规划目标，掌握正确的择业方法与技巧，帮助大学生顺利就业。

课程名称	【1900001305】创新创业基础（理论）				
总学时	18	理论学时	18	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	1
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培养学生的创新意识和创业精神，使学生掌握创业所需要的基础知识和基本理论。 2. 熟悉创业的基本流程和方法。了解创业的法律法规和相关政策。 3. 激发学生的创新、创业意识，培养学生的创新思维，提高学生的社会责任感，创新精神和创业能力。 4. 促进学生创业、就业和全面发展。 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 创业、创业精神与人生发展；创业者与创业团队；创业机会发现、评价与商业模式。 2. 创业资源的开发利用与创业融资。 3. 创业计划的撰写与路演。 4. 新创企业的开办与管理。 				
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以课程标准为依据，落实立德树人根本任务。 2. 遵循教育教学规律、思想政治教育规律和学生身心发展规律，激发学习兴趣，提高教学质量。 				

课程名称	【1900001306】体育 I				
总学时	38	理论学时		实践学时	38
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2

课程目标	1. 增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能。 2. 培养运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯。 3. 具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神。 4. 提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式。 5. 发扬体育精神，形成积极进取，乐观开朗的生活态度。 6. 提高与专业特点相适应的体育素养。
教学内容	1. 培养学生跑、跳、投等基础田径的协调性练习，学生体能测试项目。
教学要求	1. 以增强体质为主，促进学生身体正常生长发育，培养健美的体格。结合体育教学特点向学生进行共产主义思想教育

课程名称	【1900001307】体育 II				
总学时	36	理论学时		实践学时	36
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	1. 课程坚持以培养职业技术人才终身体育为目标，采用以体育课堂教学为主体，课外体育活动和体育训练队为辅体的 2. 为全体学生创造和提供每天锻炼一小时的体育活动，至少掌握 1 项终身受益的体育技能，每年进行 1 次体质健康测 3. 通过体育课程的学习，激发学生的学习兴趣提升学生思维品质，培养学生体育品德，注重爱国主义教育和传统文化 4. 使学生积极主动地参与到体育锻炼中去，为养成终身体育锻炼打下良好基础。				
教学内容	二十四太极拳及身体素质体能练习 一、起势①两脚开立，②两臂前举，③屈膝按掌。 二、野马分鬃①收脚抱球，②左转出步，③弓步分手。 三、白鹤亮翅①跟半步胸前抱球，②后坐举臂，③虚步分手。 四、搂膝拗步①左转落手，②右转收脚举臂，③出步屈肘，④弓步搂推。 五、手挥琵琶①跟步展手，②后坐挑掌，③虚步合臂。 六、倒卷肱①两手展开，②提膝屈肘，③撤步错手，④后坐推掌。 七、左揽雀尾①右转收脚抱球，②左转出步，③弓步棚臂，④左转随臂展掌，⑤后坐右转下捋 八、右揽雀尾①后坐扣脚、右转分手，②回体重收脚抱球，③右转出步，④弓步棚臂，⑤右转随臂展掌 九、单鞭①左转扣脚，②右转收脚展臂，③出步勾手，④弓步推举。 十、云手①右转落手，②左转云手，③并步按掌，④右转云手、⑤出步按掌。 十一、单鞭①斜落步右转举臂，②出步勾手，③弓步推掌。 十二、高探马①跟步后坐展手，②虚步推掌。 十三、右蹬脚①收脚收手，②左转出步，③弓步划弧，④合抱提膝，⑤分手蹬脚。 十四、双峰贯耳①收脚踏手，②出步收手，③弓步贯拳。 十五、转身左蹬脚①后坐扣脚，②左转展手，③回体重合抱提膝，④分手蹬脚。 十六、左下势独立①收脚勾手，②蹲身仆步，③穿掌下势，④撤脚弓腿，⑤扣脚转身，⑥提膝挑掌。 十七、右下势独立①落脚左转勾手，②蹲身仆步，③穿掌下势，④撤脚弓腿，⑤扣脚转身，⑥提膝挑掌。				

	<p>十八、左右穿梭①落步落手，②跟步抱球，③右转出步，④弓步推架。⑤后坐落手，⑥跟步抱球，⑦左转出步</p> <p>十九、海底针①跟步落手，②后坐提手，③虚步插掌</p> <p>二十、闪通臂①收脚举臂，②出步翻掌，③弓步推架。</p> <p>二十一、转身搬拦捶①后坐扣脚右转摆掌，②收脚握拳，③垫步搬捶，④跟步旋臂，⑤出步裹拳拦掌，⑥弓步打</p> <p>二十二、如封似闭①穿臂翻掌，②后坐收掌，③弓步推掌。</p> <p>二十三、十字手①后坐扣脚，②右转撇脚分手，③移重心扣脚划弧。</p> <p>二十四、收势①收脚合抱，②旋臂分手，③下落收势。</p>
教学要求	<p>1. 以增强体质为主，促进学生身体正常生长发育，培养健美的体格。结合体育教学特点向学生进行共产主义思想教育</p> <p>2. “心静体松”是对太极拳练习的基本要求。而是否做到“圆活连贯”才是衡量一个人功夫深浅的主要依据。太极拳</p> <p>3. 对下肢，是以腰带跨，以跨带膝，以膝带足；对上肢，是以腰带背，以背带肩，以肩带肘，再以肘带手。</p> <p>4. “势势相连”前一动作的结束就是下一个动作的开始，势势之间没有间断和停顿。而“圆活”是在连贯基</p>

课程名称	【1900001308】体育选项 I				
总学时	38	理论学时		实践学时	38
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<p>1. 增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能。</p> <p>2. 培养运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯</p> <p>3. 具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神。</p> <p>4. 提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式。</p> <p>5. 发扬体育精神，形成积极进取，乐观开朗的生活态度。</p> <p>6. 提高与专业特点相适应的体育素养。</p>				
教学内容	1. 篮球、足球、排球、羽毛球、乒乓球、网球、瑜伽、健美操、太极拳、毽球、国际象棋、射箭、花式跳绳				
教学要求	1. 以增强体质为主，促进学生身体正常生长发育，培养健美的体格。结合体育教学特点向学生进行共产主义思想教育				

课程名称	【1900001309】体育选项 II				
总学时	38	理论学时		实践学时	38
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2

课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能。 2. 培养运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯。 3. 具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神。 4. 提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式。 5. 发扬体育精神，形成积极进取，乐观开朗的生活态度。 6. 提高与专业特点相适应的体育素养。
教学内容	1. 篮球、足球、排球、羽毛球、乒乓球、网球、瑜伽、健美操、太极拳、毽球、国际象棋、射箭、花式跳绳
教学要求	1. 以增强体质为主，促进学生身体正常生长发育，培养健美的体格。结合体育教学特点向学生进行共产主义思想教育

课程名称	【1900001311】大学英语/日语 I				
总学时	32	理论学时	32	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培养学生具有英语学科核心素养。 2. 帮助学生逐步形成的正确价值观、必备品格和关键能力。 3. 使学生具有中国情怀、国际视野。 4. 能够在日常生活和职场中用英语进行有效沟通。 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. Unit1 Hello! Hi! 2. Unit2 Sorry and Thank you! 3. Unit3 How Can I Get There? 4. Unit4 Be on Time and in Time. 				
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 授课教师应有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心； 2. 有扎实的学科专业知识和学科教学知识；有较强的实践能力、反思能力、信息化教学能力； 3. 能够有效实施英语教学，开展教学研究； 4. 教师应主动适应高等职业教育专科发展的新形势，不断更新教育理念，主动研究高等职业教育专科英语教学规律； 				

课程名称	【1900001312】大学英语/日语 II				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考试	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培养学生具有英语学科核心素养。帮助学生逐步形成的正确价值观、必备品格和关键能力。使学生具有中国情怀、 2. 帮助学生逐步形成的正确价值观、必备品格和关键能力。 3. 使学生具有中国情怀、国际视野。 4. 能够在日常生活和职场中用英语进行有效沟通。 				

教学内容	1. Unit5 Whata Fine Day? 2. Unit6 Come on! Go! Go! Go! 3. Unit7 Let's Throw a Party! 4. Unit8 Keep Fit, Not Fat!
教学要求	1. 有扎实的学科专业知识和学科教学知识；有较强的实践能力、反思能力、信息化教学能力；能够有效实施英语教学 2. 有较强的实践能力、反思能力、信息化教学能力； 3. 能够有效实施英语教学, 开展教学研究； 4. 教师应主动适应高等职业教育专科发展的新形势，不断更新教育理念，主动研究高等职业教育专科英语教学规律。

课程名称	【1900001313】大学生心理健康教育				
总学时	32	理论学时	16	实践学时	16
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	1. 培养大学生心理健康素养、自我认知能力、人际沟通能力、自我调节能力，切实提高心理素质，促进学生全面发展				
教学内容	1. 团队建设、心理健康导论、适应、人际沟通理、情绪管理、自我悦纳、个性塑造、学习管理、恋爱指导、职业规划				
教学要求	1. 明确心理健康标准及意义，增强自我心理保健意识和心理危机预防意识，掌握并应用心理健康知识。				

课程名称	【1900001314】军事理论				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	1. 目标一：通过对军事理论课的学习，使学生既能学到大量现代军事理论和军事技术知识。 2. 目标二：对军事思想、军事科技、高技术战争、国际战略环境和我国国防建设等方面有一个基本了解。 3. 目标三：能认清国防与国家安危存亡、民族荣辱兴衰的密切关系，提高对国防的地位、作用的认识。 4. 目标四：既能加深对中华民族源远流长的爱国主义传统的理解，激发爱党、爱国和爱军的热情。 5. 目标五：激发大学生关注国防，热爱祖国，为中华民族的振兴奋斗信念。 6. 目标六：为中国人民解放军训练后备兵员和培养预备役军官打下坚实基础。				

教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 中国国防要让学生掌握国防的基本知识如国防的内涵、类型与特征，让学生了解我国国防的历史，掌握国防历史 2. 国家安全主要让学生知道什么是国家安全，让学生正确理解和把握总体国家安全观，增强学生的国家安全意识。 3. 军事思想要让学生了解什么是军事思想，知道军事思想有着怎样的发展历程，军事思想的重要性。 4. 现代战争要让学生掌握战争的内涵，学习影响和制约战争的主要因素，了解战争的发展历程，使学生树立现代化 5. 信息化武器装备主要让学生认识信息化装备，让学生理解信息化装备的内涵，了解信息化装备的分类，把握信息化
教学要求	1. 严肃认真规范

课程名称	【1900001317】劳动教育				
总学时	16	理论学时	16	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	1
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本课程以高职大学生作为教育对象，以普及劳动科学理论、基本知识作为教育的主要内容。 2. 讲清劳动道理为教育的着力点，旨在通过劳动教育弘扬劳动精神 3. 促使学生养成良好的劳动习惯和积极的劳动态度，树立高职学生正确的劳动观和价值观 4. 切实体会到“生活靠劳动创造，人生也靠劳动创造”的道理 5. 人生也靠劳动创造”的道理，培养他们的社会责任感，成为德智体美劳全面发展的社会主义事业建设者和接班人。 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 明确劳动创造了人类，自觉抵制“神创造人”等的各种错误观念和迷信思想； 2. 培养新时代大学生的法治思维和法制意识，提高合法劳动能力 3. 掌握专业实习实训（含实验）劳动知识和技能，具备完成劳动实践所需的设计、操作和团队合作能力，养认真真负 4. 理解劳模故事，传承劳模精神，营造“劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽”的校园劳动氛围 5. 充分认识到创新劳动的个体价值，感受创新劳动对劳模人物成就精彩人生的价值引领。 				
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 理解劳动在人类进化和人类社会产生过程中的推动作用； 2. 掌握合法劳动的具体要求，理解合法劳动的重要意义； 3. 理解劳模精神的时代内涵和实践指向； 4. 掌握创新劳动的概念，感受创新劳动对推动人类社会进步的重要作用。 				

课程名称	【1900001320】铸牢中华民族共同体意识				
总学时	16	理论学时	16	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	1

课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 完整准确全面把握习近平总书记关于加强和改进民族工作重要思想的核心要义、精神实质、丰富内涵和实践要求。 2. 把握新时代民族工作的历史方位和重要使命，认识铸牢中华民族共同体意识的历史必然性极端重要性和现实针对性 3. 掌握中国共产党创造性地把马克思主义民族理论同中国民族实际相结合所确立的党的民族理论和民族政策。 4. 教育学生树立正确的国家观、历史观、民族观、文化观、宗教观。 5. 不断增进对伟大祖国、中华民族、中华文化、中国共产党、中国特色社会主义的认同。 6. 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。 7. 推动中华民族共同体建设，为“中华民族一家亲，同心共筑中国梦”贡献正能量。
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 习近平总书记关于加强和改进民族工作的重要思想 2. 铸牢中华民族共同体意识是新时代党的民族工作的主线 3. 坚定不移走中国特色解决民族问题的正确道路 4. 加强中华民族大团结 5. 坚持和完善民族区域自治制度 6. 推进中华民族共有精神家园建设 7. 促进各民族交往交流交融 8. 推动各民族共同走向社会主义现代化 9. 依法治理民族事务 10. 加强和完善党对新时代民族工作的全面领导 11. 建设亮丽内蒙古共圆伟大中国梦
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 课程教学形式：专题理论教学与项目化实践教学相结合。 2. 学分设置：本科教育 2 学分，高等职业教育 1 学分。

课程名称	【1900001321】大学英语/日语(选项) I				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培养学生具有英语学科核心素养。帮助学生逐步形成的正确价值观、必备品格和关键能力。 2. 帮助学生逐步形成的正确价值观、必备品格和关键能力。 3. 使学生具有中国情怀、国际视野。 4. 能够在日常生活和职场中用英语进行有效沟通。 5. 从学生的不同需求出发，满足学生的兴趣爱好和提升学生学习素养，助力专升本。 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 英语基础语法知识、阅读技能、写作技能 2. 英语三级考试内容 3. 英语专项口语练习 4. 个性化线上学习 				

教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 有扎实的学科专业知识和学科教学知识； 2. 有较强的实践能力、反思能力、信息化教学能力； 3. 能够有效实施英语教学，开展教学研究； 4. 教师应主动适应高等职业教育专科发展的新形势，不断更新教育理念，主动研究高等职业教育专科英语教学规律； 5. 积极探索新的教学模式。
------	--

课程名称	【1900001322】大学英语/日语(选项) II				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考试	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 培养学生具有英语学科核心素养 2. 帮助学生逐步形成的正确价值观、必备品格和关键能力。 3. 使学生具有中国情怀、国际视野。 4. 能够在日常生活和职场中用英语进行有效沟通。 5. 从学生的不同需求出发，满足学生的兴趣爱好和提升学生学习素养，助力专升本。 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 英语基础语法知识、阅读技能、写作技能 2. 英语三级考试内容 3. 英语专项口语练习 4. 个性化线上学习 				
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 有扎实的学科专业知识和学科教学知识； 2. 有较强的实践能力、反思能力、信息化教学能力； 3. 能够有效实施英语教学，开展教学研究； 4. 教师应主动适应高等职业教育专科发展的新形势，不断更新教育理念，主动研究高等职业教育专科英语教学规律， 5. 积极探索新的教学模式 				

课程名称	【1900001323】思想道德与法治				
总学时	54	理论学时	46	实践学时	8
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	3
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 帮助大学生形成崇高的理想信念，弘扬伟大的爱国主义精神，确立正确的人生观和价值观。 2. 牢固树立社会主义核心价值观，进一步提高分辨是非、善恶、美丑和加强自我修养的能力。 3. 为成为全面发展的中国特色社会主义伟大事业的合格建设者和可靠接班人，打下扎实的思想道德和法律基础。 				

教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 绪论担当复兴大任成就时代新人 2. 第一章领悟人生真谛把握人生方向 3. 第二章追求远大理想坚定崇高信念 4. 第三章继承优良传统弘扬中国精神 5. 第四章明确价值要求践行价值准则 6. 第五章遵守道德规范锤炼道德品格 7. 第六章学习法治思想提升法治素养
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以课程标准为依据，落实立德树人根本任务，将培育学生的学科核心素养贯穿于教学活动全过程。 2. 遵循教育教学规律、思想政治教育规律和学生身心发展规律，激发学习兴趣，提高教学吸引力，提高教学质量。

课程名称	【1900001324】毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 使大学生对马克思主义中国化进程中形成的理论成果有更加准确的把握。 2. 对中国共产党领导人民进行的革命、建设、改革的历史进程、历史变革、历史成就有更加深刻的认识。 3. 对中国共产党在新时代坚持的基本理论、基本路线、基本方略有更加透彻的理解。 4. 对运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题能力的提升有更加切实的帮助。 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 导论马克思主义中国化的历史进程与理论成果 2. 第一章毛泽东思想及历史地位 3. 第二章新民主主义革命理论 4. 第三章社会主义改造理论 5. 第四章社会主义建设道路初步探索的理论成果 6. 第五章中国特色社会主义理论体系的形成发展 7. 第六章邓小平理论 8. 第七章“三个代表”重要思想 9. 第八章科学发展观 				
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 认真备课，精心写好教案，认真学习和贯彻教学大纲。 2. 明确本课的教学任务，明确为完成任务而采取的教学原则、教学方法，组织措施等。 3. 在教学中，根据高校思政课教学指导委员会发布的党的十九届六中全会精神融入课程。 4. 用党中央精神加强与重视学生的思想政治教育。 				

课程名称	【1900001325】信息技术 I				
总学时	32	理论学时	16	实践学时	16

考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	1. 使学生了解计算机和信息技术的基本知识 2. 培养学生熟练掌握计算机的基本处理文档技能，具有使用文档添加信息、加工信息和应用信息的能力 3. 通过学习人工智能、大数据等技术，让学生了解科技的前沿技术 4. 充分认识信息技术对经济发展、科技进步以及社会环境的深刻影响，积极提高自身素质 5. 使学生熟悉信息化社会中的网络环境，为他们的自主学习、终生学习、以及适应未来工作环境奠定良好基础				
教学内容	1. 文档处理 2. 大数据技术 3. 人工智能 4. 信息技术				
教学要求	1. 考虑到信息技术课程内容的的应用特性，以保证学习的有效性和连续性。每周安排 2 课时，按模块讲授。 2. 信息技术课程是实践性和操作性较强的课程，所以其全部教学过程应在机房进行，保证学生每人一机。 3. 学生机要求能通过局域网与教师机相联 4. 每个机房安装有多媒体教学软件，通过多媒体教学软件可进行广播教学、学生演示、文件传送等教学活动。				

课程名称	【1900001326】信息技术 II				
总学时	40	理论学时	20	实践学时	20
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	1. 1、培养学生熟练掌握演示文稿制作的技能，并能熟练使用。 2. 2、培养学生熟练掌握电子表格的制作技能，并能熟练使用。 3. 3、使学生了解数字媒体技术的相关基本概念和应用实践，了解数字媒体技术的前沿研究进展和发展方向。 4. 4、了解云计算技术相关概念、技术和应用领域。 5. 5、使学生了解并掌握虚拟现实的基本概念和术语、系统组成及应用领域，				
教学内容	1. 演示文稿 2. 电子表格 3. 数字媒体 4. 云计算 5. 虚拟现实				

教学要求	<p>1. 考虑到信息技术课程内容的应用特性，以保证学习的有效性和连续性。每周安排 2 课时，按模块讲授。</p> <p>2. 信息技术课程是实践性和操作性较强的课程，所以其全部教学过程应在机房进行，保证学生每人一机。</p> <p>3. 学生机要求能通过局域网与教师机相联</p> <p>4. 每个机房安装有多媒体教学软件，通过多媒体教学软件可进行广播教学、学生演示、文件传送等教学活动。</p>
------	---

课程名称	【1900001327】安全教育				
总学时	18	理论学时	18	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	1
课程目标	<p>1. 《大学生安全教育》课程是贯彻落实科学发展观的具体措施，是培养大学生树立国民意识、提高国民素质</p> <p>2. 态度层面：通过安全教育，大学生应当树立起安全第一的意识，树立积极正确的安全观，把安全问题</p> <p>3. 通过安全教育，大学生应当了解安全基本知识，掌握与安全问题相关的法律法规和校纪校规，安全问题</p> <p>4. 了解安全信息、相关的安全问题分类知识以及安全保障的基本知识。</p> <p>5. 通过安全教育，大学生应当掌握安全防范技能、安全信息搜索与安全管理技能</p>				
教学内容	<p>1. (一)法律法规、校纪校规教育法律法规、校纪校规教育是增强大学生法律观念和纪律观念的重要途径。</p> <p>2. (二)国家安全教育国家安全既包括国土安全、主权安全、政治安全、经济安全、国防安全、国民安全等传统内容</p> <p>3. (三)治安防范教育学会如何在社会这个大环境中保护自己。</p> <p>4. (四)消防安全教育能够保持冷静，审时度势，选择最有效的逃生方式，保护自己及他人的`生命安全。</p> <p>5. (六)心理健康教育大量的研究统计表明，相当一部分大学生心理上存在不良反应和适应障碍心理障碍的发生率。</p> <p>6. (六)网络安全教育使大学生懂得如何在网络中保护自己，不要轻信他人，更不要随意的接受他人的邀请。</p>				
教学要求	<p>1. 1、充分认识大学生安全教育的重要性。</p> <p>2. 2、加强对安全教育活动的组织领导和协调保障。</p> <p>3. 3、利用此次教育活动，总结经验，形成长效教育机制。</p>				

课程名称	【1900001328】军事训练（入学教育）				
总学时	168	理论学时		实践学时	168
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	3

课程目标	<p>1.1、军训的意义就是，严格的军事训练，能够培养大学生艰苦奋斗、吃苦耐劳的坚强毅力和集体主义精神。</p> <p>2.2、军训的目的就是，严格的军事训练，能够提高大学生的政治觉悟，激发爱国情怀。</p> <p>3.3、军训能够增强大学生的国防观念，培养学生的纪律性和良好的生活习惯。</p>
教学内容	<p>1. (1)稍息</p> <p>2. (2)立正</p> <p>3. (3)跨立</p> <p>4. (4)停止间转法</p> <p>5. (5)三大步伐的行进与立定</p> <p>6. (6)步法变换</p> <p>7. (7)坐下、蹲下、起立</p> <p>8. (8)脱帽、戴帽。敬礼</p> <p>9. (9)整理着装、整齐报数</p> <p>10. (10)分列式训练</p> <p>11. (11)阅兵式训练</p> <p>12. (12)唱军歌</p>
教学要求	<p>1.1、服装整齐：着统一军训服。</p> <p>2.2、强化时间观念，做到“四要”“四不”。</p> <p>3.3、严格组织纪律性，一切行动听指挥，不带零食、书刊等杂物。</p> <p>4.4、讲文明，懂礼貌；不说脏话、粗话，不打架、骂人。尊重教官、老师和同学。</p> <p>5.5、保持训练场地卫生，注意自身安全。</p> <p>6.6、做到“四严”：严肃态度、严格要求、严密组织、严格训练。</p>

课程名称	【1900001329】习近平新时代中国特色社会主义思想概论				
总学时	54	理论学时	46	实践学时	8
考核方式	考试	课程性质	必修	学分	3
课程目标	<p>1. 理解习近平新时代中国特色社会主义思想的时代背景、核心要义、精神实质、科学内涵、历史地位和实践要求</p> <p>2. 牢牢把握习近平新时代中国特色社会主义思想的基本立场观点方法，引导学生提高学习理论的自觉性。</p> <p>3. 增强责任感、使命感，将个人追求融入国家富强、民族振兴、人民幸福的伟大梦想之中。</p>				

教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 马克思主义中国化新的飞跃 2. 坚持和发展中国特色社会主义的总任务 3. 坚持党的全面领导 4. 坚持以人民为中心的发展思想 5. 以新发展理念引领高质量发展 6. 全面深化改革 7. 发展全过程人民民主 8. 全面依法治国 9. 推动社会主义文化繁荣兴盛 10. 加强以民生为重点的社会建设 11. 建设社会主义生态文明 12. 建设世界一流军队和强大国防 13. 全面贯彻落实总体国家安全观 14. 坚持“一国两制”和推进祖国统一 15. 推动构建人类命运共同体 16. 全面从严治党 17. 在新征程中勇当开路先锋、争当事业闯将
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 认真备课，精心写好教案，认真学习和贯彻教学大纲。 2. 明确本课的教学任务，明确为完成任务而采取的教学原则、教学方法，组织措施等。 3. 根据高校思政课教学指导委员会发布的党的十九届六中全会精神融入课程。 4. 用党中央精神加强与重视学生的思想政治教育。

课程名称	【1900001330】大学语文				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 通过学习帮助学生习得知识、发展能力、陶冶性情、塑造人格； 2. 引导学生在丰富感情世界和精神生活的同时，学会学习、学会做人、学会生活，提高思想修养和审美情趣； 3. 为学好其他专业课程和未来的职业生涯奠定坚定地基础。 4. 养成实事求是、崇尚真知、谦让、诚信、刚毅的品格，形成豁达、乐观、积极地人生态度。 5. 积累一定的文学知识，具有良好的阅读习惯和语言文字表达交流能力。 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 中国古代优秀文学作品 2. 现当代文学作品 3. 外国文学作品 4. 应用文写作及文学写作 				
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 注重人的发展和职业准备； 2. 注重价值引导和人文熏陶； 3. 注重语文实践和专业衔接； 4. 注重体验性学习和自主学习； 5. 注重资源建设与课程创新。 				

课程名称	【1900001331】公选（艺术）				
总学时	36	理论学时	18	实践学时	18
考核方式	考查	课程性质	任选	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提高学生的艺术教养与审美素质 2. 引导学生追求更有意义、更有价值、更有情趣的人生 3. 引导学生拥有高远的精神追求 4. 引导学生追求高尚的精神生活 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 审美素质、审美心理、美学范畴、形式美与审美鉴赏 2. 自然美与审美鉴赏 3. 科技美与审美鉴赏 4. 社会美与审美鉴赏 5. 艺术美与审美鉴赏 6. 生活方式与审美鉴赏 				
教学要求	<ol style="list-style-type: none"> 1. 采用理论修养与鉴赏能力双重并进、相辅相成的教学方法和教学体系 2. 通过对教学，帮助学生树立科学的审美观念，培养正确的审美理想和审美情趣，掌握良好的审美方法 3. 提高对艺术的应用能力鉴赏 				

课程名称	【1900001332】公选(素养)				
总学时	36	理论学时	18	实践学时	18
考核方式	考查	课程性质	任选	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 通过课程学习，使学生去认识、了解和掌握不同学科的研究思路、方法、模式，开拓视野、建立共识、发展学识 2. 掌握知道如何去获取、传播、发现和创造知识，具备思辩和批判的能力 3. 为大学生提供今后长远学习和发所必需的方法和眼界 				
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 哲学、历史与心理学 2. 文化、语言与文学 3. 经济、管理与法律 4. 自然、环境与科学 5. 信息、技术与工程 6. 艺术、体育与健康 7. 就业、创新与创业 8. 社会、交往与礼仪 9. 人生规划、品德与修养 				

教学要求	1. 教学方法注重学习方法传授与启迪思考，形式先进多样、灵活有效 2. 重视与学生的对话与交流，给学生思考的空间和余地，以引导学生进行研究性和探讨性学习为主 3. 课程的考核应重在过程性评价上，检测学生自主学习情况，注重学生对所学知识综合运用和解决问题能力的考核
------	---

课程名称	【1900001333】公选（四史）				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	任选	学分	2
课程目标	1. 希望广大高校青年党员认真学习马克思主义理论，结合学习党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史，在学思践悟中坚定理想信念，在奋发有为中践行初心使命，努力为实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献智慧和力量。在中国特色社会主义进入新时代的历史方位下，加强高校“四史”教育，增强思想政治工作能力、做好立德树人工作。				
教学内容	1. 党史一：不忘初心牢记使命 2. 党史二：中国共产党一百年辉煌史 3. 新中国史一：全面建设社会主义现代化国家 4. 新中国史二：新中国70年多年辉煌史 5. 改革开放史一：全面深化改革 6. 改革开放史二：将改革开放进行到底 7. 社会主义发展史一：世界社会主义发展历史与我国社会主义探索与实践 8. 社会主义发展史二：中国特色社会主义的开创				
教学要求	1. 1. 扎实、准确掌握“四史”教学内容，依据课程要求和学情进行教学设计。 2. 胸怀“两个大局”，教师要提升知识视野、国际视野、历史视野，善于利用国内外的事实、案例、素材，通过生动、深入、具体的纵横比较，以透彻的学理分析回应学生，以彻底的思想理论说服学生，引导学生全面客观认识当代中国、看待外部世界。 3. 师德高尚，讲课有耐心，理论有高度与职业学生相结合。				

（一）专业基础课

课程名称	【2120021301】运动解剖学				
总学时	56	理论学时	46	实践学时	10
考核方式	考试	课程性质	必修	学分	3
课程目标	学习本课程的教学目的在于使学生对正常人体的形态结构及功能有一个全面、系统的认识及基本的了解，掌握体育运动影响人体形态结构及功能的有关知识，掌握对体育动作进行解剖学分析的方法，将所学知识应用到体育实践和日常生活中去，为体育教学和运动训练活动及提高自身健康水平提供形态学的理论基础，并为后续课程的学习奠定基础。要求通过课堂教学与演示，实验实践，课后习题练习等环节。				

<p>教学内容</p>	<p>一运动解剖学的定义和地位 了解细胞的形态及其与功能和环境的适应性。 骨的构造。 骨连结分肌组织 骨骼肌的大体结构（巨视观察） 肌肉工作规律 运动动作的解剖学分析 掌握消化系统的组成和功能 呼吸系统 掌握泌尿系统的组成和功能，了解输尿管、膀胱和尿道的位置及形态特征。 掌握心血管系统的组成与功能。</p>
<p>教学要求</p>	<p>运动解剖学作为体育科学学科的重要分支，其教学要求涉及多个方面，以确保学生能够全面、深入地理解和掌握该学科的知识技能。以下是一些关于运动解剖学教学要求的主要方面： 首先，教学应体现高等师范教育的特点，加强基础理论、基本知识和基本技能的内容。这包括对人体解剖学、生理学、运动生物力学等相关学科的基础知识的深入学习和理解。同时，应注重知识的科学性和基础性，确保学生掌握扎实的学科基础。 其次，教学实践中既要注重知识的科学性和基础性，又要增加生动性和实用性。教师可以通过设立议题、组织学生展开讨论与辩论等方式，培养学生的思辨能力和创新能力。此外，还应注重解剖知识在运动技术、运动训练以及运动选材中的应用，帮助学生理解人体形态结构、机能与运动表现之间的关系。 在教学方法上，教师应采用灵活多样的教学手段，如多媒体教学、案例分析、实验实训等，以激发学生的学习兴趣和积极性。同时，还应注重培养学生的实践能力，完善实验条件、加强实验教学，使学生能够将理论知识与实际应用相结合。 此外，运动解剖学的教学还应处理好课程系统性和突出重点的关系。在教学内容的选择上，既要涵盖运动解剖学的基本概念和原理，又要突出重点章节和核心内容，如基本组织运动系、神经系、心血管系和内脏等。同时，还要注意把握教学内容的深度和广度，避免过于深奥或过于浅显。 最后，为了激发学生的学习兴趣和培养其学习兴趣，教学中可以适当介绍本学科科研新成果和前沿动态。这有助于拓展学生的视野，使他们能够更好地了解运动解剖学的研究现状和未来发展方向。 总之，运动解剖学的教学要求既注重基础知识的传授，又强调实践能力的培养，同时还要关注学科前沿动态和科研新成果的介绍。通过这些要求的落实，可以帮助学生全面、深入地理解和掌握运动解剖学的知识和技能，为其未来的学习和工作打下坚实的基础。</p>

<p>课程名称</p>	<p>【2120021302】运动生理学</p>				
<p>总学时</p>	<p>72</p>	<p>理论学时</p>	<p>62</p>	<p>实践学时</p>	<p>10</p>
<p>考核方式</p>	<p>考试</p>	<p>课程性质</p>	<p>必修</p>	<p>学分</p>	<p>4</p>

课程目标	<p>该课程是体育院校或者师范院校体育系学生一门基础理论学科，是运动训练、运动健身和体育教学的基础理论学科，为运动实践提供理论基础。该课程适用于体育学院和师范院校体育系学生进行教学和学习，也适于运动健身爱好者自学提高运动基础理论知识，运动员进行科学运动训练和监控，提高科学运动素质等。</p>
教学内容	<p>其中运动生理学基础部分：包括运动与骨骼肌，运动时的物质与能量代谢，运动与氧摄取和运输，肌肉运动的调节；运动训练生理学部分：包括有氧无氧工作能力，身体素质，运动过程中的人体机能变化规律，特殊环境与运动，运动技能；运动健身生理学部分：运动健身与运动处方，运动与身体成分控制。另外，还有绪论和最后的运动生理学总复习。</p>
教学要求	<p>体育教育专业运动生理学的教学要求主要体现在以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 知识掌握：要求学生掌握运动生理学的基本理论、基本知识和科学研究方法。这包括了解正常人体生理活动的现象、规律及其调节机制，掌握体育锻炼对机体各器官系统功能的影响及其机理，以及掌握体育教学、锻炼及运动训练的生理学原理。 2. 实践能力：学生需要具备初步运用运动生理学理论和方法指导和评价体育教学、锻炼和运动训练的能力。这包括能够运用生理学知识解释人体运动中生理机能的变化规律，以及指导人们合理地从事体育锻炼和科学地进行体育教学或运动训练。 3. 课程特色：教学应结合生理学实验，将运动生理学知识与运动实践相结合，培养学生的科学运动促进健康的理念。此外，教学内容和形式应多样化和具有趣味性，以激发学生的学习兴趣 and 积极性。 4. 学生发展：教学还应注重培养学生的独立思考能力和创新精神，鼓励他们对运动生理学领域进行深入研究，为未来的体育教育事业做出贡献。 <p>综上所述，体育教育专业运动生理学的教学要求旨在全面提高学生的理论素养和实践能力，使他们能够成为具备专业知识和技能的体育教育人才。</p>

课程名称	【2120021303】教育学				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考试	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握基本的教育学理论和实践技能：学生通过学习教育学课程，能够掌握基本的教育学理论、研究方法和实践技能，了解教育现象的本质和教育过程的基本规律。 2. 培养全面发展的教育素养：教育学课程的目标是培养具有全面教育素养的专业人才，包括教育理念、教育管理能力、教学技能、教育评价与反思能力等方面，以适应教育改革的发展的需要。 3. 形成良好的职业道德和人文素养：教育学课程强调培养学生的职业道德和人文素养，树立正确的教育观和价值观，关注学生的全面发展和个性发挥，尊重和关爱每一个学生。 				

教学内容	教育与教育学概述 教育功能 当代中国教育 当代世界教育思潮 教师专业发展 学生素质与核心素养的培育 课程 教学 教学艺术与教学风格 班主任工作
教学要求	<p>教育学的教学要求主要涵盖了以下几个方面：</p> <p>首先，教学应理论与实际相结合。这意味着在教学过程中，既要重视书本知识的教学，也要重视组织学生参加实践活动，以培养学生运用知识的能力。这样的教学方式有助于学生掌握全面的科学知识，并发展他们解决实际问题的技能与技巧。</p> <p>其次，教学应注重知识体系与智能发展相结合。这要求教师在传授知识的同时，也要重视培养学生的能力和发展他们的智力。通过系统的教学，不仅要让学生掌握基本的知识，还要提升他们的思维能力和解决问题的能力。</p> <p>此外，教学还应体现教师的主导作用与学生的主动性相结合。教师应在教学中发挥主导作用，同时充分调动学生的学习主动性，使两者有机结合，从而达到良好的教学效果。</p> <p>在教学内容上，教育学的教学要求传授知识与思想教育相结合。这意味着教师在教学活动中不仅要注重知识的传授，还要通过各个环节对学生进行思想品德教育，帮助他们树立正确的价值观和道德观。</p> <p>同时，教育学的教学还强调关注学生的个性发展。教师应根据学生的个性差异，因材施教，使每个学生的个性都能得到充分的发展。这要求教师在教学过程中要充分了解每个学生的特点和需求，为他们提供适合的教育方式和资源。</p> <p>另外，随着现代教育技术的不断发展，教育学的教学要求充分利用这些技术。教师应根据教学内容和学生的特点，选择适当的教育技术，以提高教学效果和学生的学习兴趣。</p> <p>综上所述，教育学的教学要求体现了对教学质量和效果的全面关注，旨在培养具备全面素质和能力的学生。这些要求不仅为教师的教学工作提供了指导，也为学生的学习和发展提供了有力的支持。</p>

课程名称	【2120021304】教育心理学				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考试	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<p>教育心理学课程的目标主要在于培养学生对于教育过程中的心理现象及其规律的理解和把握能力。以下是其主要课程目标的具体阐述：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 理论知识的掌握：首先，学生需要掌握教育心理学的基本概念、原理和理论框架，了解教育心理学的发展历史和主要流派。这有助于他们形成对教育心理学的整体认识，为后续的学习和实践奠定坚实的基础。 2. 实践技能的培养：教育心理学课程注重培养学生的实践技能，包括观察、调查、实验和案例分析等。通过参与实践活动，学生能够学会如何运用教育心理学的理论和方法去解决实际教育问题，提升教育教学的效果。 3. 心理分析与评估能力的提升：课程还致力于提升学生的心理分析与评估能力，使他们能够准确地识别和分析学生的心理状态、学习特点和行为表现。这 				

	<p>将有助于教师更好地理解学生,制定针对性的教育方案,促进学生的全面发展。</p> <p>4. 教育创新能力的培养:在教育心理学课程的学习过程中,学生将被鼓励进行教育创新,探索新的教育方法和手段。这不仅可以提高学生的学习兴趣和动力,还能为教育实践注入新的活力,推动教育教学的不断发展。</p> <p>5. 职业素养的塑造:通过教育心理学课程的学习,学生将逐渐形成良好的职业素养,包括尊重学生、关爱学生、关注学生的心理健康等。这将有助于他们在未来的教育工作中更好地履行职责,实现自我价值。</p> <p>综上所述,教育心理学课程的目标涵盖了理论知识的掌握、实践技能的培养、心理分析与评估能力的提升、教育创新能力的培养以及职业素养的塑造等多个方面。这些目标的达成将为学生未来的教育工作提供有力的支持和保障。</p>
教学内容	<p>教育心理学的教学内容十分丰富且深入,涵盖了多个关键领域和主题。以下是一些主要的教学内容:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教育心理学的基本概念与原理 2. 学生心理发展 3. 学习与记忆 4. 学习动机与兴趣 5. 个体差异与因材施教 6. 教学评价与反馈 7. 教育心理学在实践中的应用
教学要求	<p>教育心理学的教学要求主要涵盖以下几个方面:</p> <p>首先,教学内容需要全面而系统。教育心理学的教学应当包括基本理论、心理发展、学习心理、教学心理以及教育评价与测量等多个方面,确保学生全面了解教育心理学的知识体系。</p> <p>其次,教学方法要灵活多样。教师应根据教育心理学课程的特点,采用讲授、讨论、案例分析、实践活动等多种教学方法,激发学生的学习兴趣,提高他们的学习积极性。</p> <p>此外,理论与实践相结合也是教育心理学教学的重要要求。教师应在教授理论知识的同时,引导学生参与教育实践,将所学知识应用于实际教学中,以培养学生的实际应用能力。</p> <p>同时,关注学生个体差异也是教育心理学教学不可忽视的方面。每个学生都有自己独特的心理特征和学习需求,教师应根据学生的个体差异,因材施教,提供个性化的教学指导。</p> <p>最后,培养学生的创新能力和批判性思维也是教育心理学教学的重要目标。教师应鼓励学生独立思考、积极探索,培养他们的创新思维和批判性思维能力,以适应未来教育发展的需要。</p> <p>总之,教育心理学的教学要求旨在全面提高学生的理论素养和实践能力,培养他们的创新精神和批判性思维,以适应现代教育的发展需求。</p>

课程名称	【2120021305】学校体育学				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考试	课程性质	必修	学分	2

课程目标	<p>学校体育学的课程目标通常涵盖多个方面,这些目标旨在全面发展学生的身体素质、运动技能、健康意识以及团队合作精神等。以下是学校体育学的课程目标:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 增进学生健康: 通过体育活动和锻炼,提高学生的身体素质,预防疾病,并促进整体健康水平。 2. 掌握基本体育技能: 教授学生各种运动的基本技能和方法,帮助他们在不同体育项目中表现出色。 3. 培养运动兴趣和习惯: 激发学生对体育运动的兴趣,使他们能够主动参与体育活动,并养成良好的锻炼习惯。 4. 提高心理品质: 通过体育训练和比赛,培养学生坚韧不拔的意志品质、积极向上的精神风貌和应对挑战的能力。 5. 增强人际交往与合作能力: 在体育活动中,学生需要与同伴协作、沟通,这有助于提升他们的人际交往能力和团队合作精神。 6. 培养健康生活方式: 引导学生树立健康的生活观念,包括合理饮食、规律作息和适度运动等,以促进身心健康发展。
教学内容	<ol style="list-style-type: none"> 1 学校体育的历史沿革与思想演变 2 学校体育与学生的全面的发展 3 我国学校体育目的与目标 4 学校体育的制度与组织管理 5 体育课程编制与实施 6 体育教学的特点、目标与内容 7 体育教学方法与组织 8 体育教学设计 9 体育与健康课程学习与学习评价 10 体育与健康课程新资源的开发与利用 11 体育课教学 12 课外体育活动 13 学校课余体育训练 14 学校课余体育训练 15 体育教师 16 体育教师的职业培训与终身学习
教学要求	<p>学校体育学课程的教学要求主要涵盖了以下几个方面:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 明确的教学目标: 学校体育学的教学首先要设定清晰、具体的教学目标。这些目标应当包括知识理解、技能掌握、情感态度与价值观的培养等方面。通过教学,使学生能够全面理解学校体育的意义、目的和任务,掌握体育教学的基本理论和方法。 2. 系统的教学内容: 教学内容应全面、系统地反映学校体育学的知识体系。包括学校体育的历史与发展、体育与健康的关系、体育教学原理与方法、体育评价与测量、体育组织与管理等方面的内容。同时,应结合实际情况,注重理论与实践的结合,使学生能够学以致用。 3. 科学的教学方法: 教学方法要灵活多样,注重启发式教学和案例教学。通过课堂讲授、小组讨论、案例分析、实践操作等多种方式,激发学生的学习兴趣,培养学生的独立思考和解决问题的能力。同时,应充分利用现代教育技术,提高教学效果。 4. 合理的评价与反馈: 教学评价要全面、客观、公正。既要注重学生的知识掌握程度,又要关注学生的学习过程、学习态度和学习方法。通过课堂表现、作业完成情况、测验成绩等多方面的评价,及时给予学生反馈和指导,帮助他们调整学习策略,提高学习效果。 5. 注重实践能力的培养: 学校体育学是一门实践性很强的学科。在教学过程中,应注重培养学生的实践能力,包括体育教学设计、教学组织、教学评价等方面的能力。通过组织实践教学活活动,如教学实习、观摩教学等,使学生能够将理论知识应用于实践中,提高教学技能。 6. 强化师德师风教育: 学校体育学教师作为学生的引路人,应具备良好的师德

	师风。在教学过程中，应注重培养学生的道德品质、职业素养和责任意识，引导他们树立正确的价值观和人生观。同时，教师应以身作则，做到言传身教，为学生树立良好的榜样。
--	---

课程名称	【2120021306】体育保健学				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考试	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<p>体育保健学课程目标主要围绕以下几个方面：</p> <p>1. 知识与技能传授：使学生掌握体育保健学的基本理论、基本知识和基本技能，包括人体解剖生理、运动生理、运动损伤预防与处理、运动营养与恢复等方面的知识。</p> <p>2. 健康意识培养：通过课程学习，引导学生树立健康第一的思想，认识到体育运动对于促进身心健康的重要性，从而激发学生参与体育锻炼的积极性。</p> <p>3. 运动损伤预防与处理能力提升：培养学生具备在运动过程中预防运动损伤的能力，以及在发生运动损伤时能够正确进行初步处理的能力，确保学生在参与体育运动时的安全。</p> <p>4. 健康管理与促进能力：通过教授运动处方、健康评估、营养指导等技能，帮助学生掌握科学的健康管理方法，提升个人及他人的健康水平。</p> <p>5. 跨学科知识融合与应用：鼓励学生将体育保健学知识与其他学科知识相结合，形成跨学科的知识体系，提高解决实际问题的能力。</p> <p>通过实现这些课程目标，体育保健学课程旨在培养具备体育保健知识、技能和素养的人才，为推动全民健身、提高国民健康水平做出贡献。</p>				
教学内容	<p>体育保健学的教学内容相当丰富且深入，涵盖了多个重要领域和主题。以下是其主要的教学内容：</p> <p>1. 体育卫生与健康教育：这部分内容关注如何通过体育运动和适当的锻炼方式来促进个体的健康和体质发展。它涉及运动环境卫生、运动营养卫生，以及针对不同年龄、性别人群的体育卫生建议。</p> <p>2. 运动性疾病与损伤防治：学生将学习如何识别和预防因运动引起的各种疾病和损伤。这包括了解运动性疾病的发生机制、症状、治疗和预防措施，以及掌握运动损伤的急救和康复方法。</p> <p>3. 体育康复理论与实践：体育康复是体育保健学中的重要组成部分。学生将学习体育康复的基本原理、方法和技术，以及如何利用运动处方来帮助个体恢复健康和提高运动能力。</p> <p>4. 医务监督与科学选材：这部分内容关注如何在体育训练和竞赛过程中进行科学的医务监督，确保运动员的身体健康和运动安全。同时，学生还将学习如何根据个体的身体特点和运动能力进行科学的选材。</p> <p>5. 体育保健学的基本理论与研究方法：学生将学习体育保健学的基本概念、原理和研究方法，以建立扎实的学科基础，并了解该领域的最新研究进展和发展趋势。</p> <p>此外，体育保健学的教学还会结合实践操作和案例分析，使学生能够将理论知识应用到实际情境中，提高解决实际问题的能力。</p> <p>总之，体育保健学的教学内容旨在培养学生掌握体育保健的基本理论和技能，为他们在未来的体育工作、运动训练和医疗保健等领域中提供有力的支持和指导。</p>				

教学要求	<p>体育保健学的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>首先，应特别重视基础理论、基础知识与基本技能的教学。这是因为体育保健学作为一门应用科学，其理论基础是学科发展的基石。通过系统学习体育保健学的理论知识，学生能够全面理解体育与健康的关系，掌握体育保健的基本规律和方法。</p> <p>其次，应采用理论教学与实际操作相结合的方式。这种教学方式能够使将理论知识与实际应用相结合，提高实际操作能力。通过实际操作，学生可以更好地理解和掌握体育保健技能，为将来的实践工作打下坚实的基础。</p> <p>此外，还应紧密跟踪学科前沿，使学生能更及时地了解本学科的最新发展动态。随着科技的进步和人们对健康的关注程度不断提高，体育保健学也在不断发展和完善。因此，在教学过程中，教师需要关注最新的研究成果和实践经验，并将其融入教学内容中，以培养学生的创新意识和实践能力。</p> <p>最后，体育保健学的教学还应注重培养学生的综合素质。这包括培养学生的体育兴趣和运动能力，增强学生的身体素质，提高学生的心肺功能、肌肉力量和灵敏度等。同时，还应注重培养学生的团队合作意识和社交技巧，以及良好的生活习惯和身体保健意识。</p> <p>综上所述，体育保健学的教学要求注重基础理论、实际操作和学科前沿的结合，同时培养学生的综合素质，以培养出具备体育保健知识和技能的高素质人才。</p>
------	---

课程名称	【2120021307】体育教法				
总学时	36	理论学时	26	实践学时	10
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	2
课程目标	<p>体育教法的课程目标旨在全面提高学生的体育素质，促进其身心健康，并培养学生的团队协作、竞争意识、规则意识以及健康生活方式。具体来说，这些目标包括：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教授学生各种运动技能，如基本动作、技术和战术，同时提高他们的运动能力，如跑、跳、投、抛、击等。 2. 通过体育活动和比赛等形式，激发学生的体育兴趣，培养他们参与体育活动的习惯，使其能在日常生活中持续进行体育锻炼。 3. 在集体项目中，培养学生的团队协作能力，让他们学会在团队中发挥自己的作用，与队友共同完成目标。 4. 培养学生的竞争意识，通过体育比赛等形式，让他们学会在竞争中发挥自己的优势，争取更好的成绩。 5. 引导学生养成健康的生活方式，包括合理的饮食、充足的睡眠、规律的作息等，以促进其身心健康。 <p>此外，体育教法的课程目标还强调培养学生的规则意识和道德品质，如公平竞争、尊重裁判和对手、积极进取等。这些目标相互关联、相互促进，旨在为学生的全面发展打下坚实基础。</p> <p>为了实现这些目标，体育教法采用了多种教学方法，如语言法、直观法、完整法、分解法等，以及综合练习法、循环练习法和重复练习法等练习方法。这些方法和手段的运用有助于提高学生的体育学习效果，促进其身心健康和全面发展。</p> <p>综上所述，体育教法的课程目标是一个多元化、综合性的体系，旨在通过体育教学和训练，全面提升学生的体育素质和生活质量。</p>				

<p>教学内容</p>	<p>体育教法教学内容涵盖了多个方面,旨在全面提高学生的体育素质和身心健康水平。以下是一些主要的体育教法教学内容:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 基本运动技能教学 2. 运动技术战术教学 3. 运动健康与安全知识教育 4. 运动竞赛组织与规则讲解 5. 体育品德与社交能力培养:通过体育教学和比赛活动,培养学生的体育品德,如公平竞争、尊重他人、积极进取等。同时,鼓励学生与他人交流合作,培养他们的社交能力和团队协作能力。 <p>此外,体育教法教学内容还应根据学生的年龄、性别、兴趣爱好和身体素质等特点进行个性化设计,以满足不同学生的需求。同时,教师还应注重教学方法的创新和多样性,以提高学生的学习兴趣和积极性。</p> <p>总之,体育教法教学内容应全面、系统地涵盖体育知识、技能、健康和安等方面,旨在培养学生的体育素质和身心健康水平,为他们的全面发展奠定坚实的基础。</p>
<p>教学要求</p>	<p>体育教法的教学要求涉及多个方面,以确保教学的有效性、科学性和针对性。以下是一些关键的体育教法教学要求:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 贴近学生实际:教法应贴近学校和学生实际,因地制宜,因材施教。这意味着体育教师应了解学生的身心特点、兴趣爱好以及发展需求,选择适合他们的教学方法和内容。 2. 教法与学法的结合:教法要多样,体现教师的主导作用;学法要体现学生的主体作用。这要求教师在教学过程中灵活运用各种教学方法,如讲解、示范、练习、游戏等,以激发学生的兴趣和积极性,同时为学生提供充分的自主学习、自我展现和合作交流的机会。 3. 科学性与实际性:教学方法的选择与应用应坚持科学性和实际性,避免形式主义。教师应根据学生的实际情况和教学目标,选择恰当的教学方法,注重教学效果评估和反馈。 4. 明确的教学目标:教学目标应明确、具体、可操作性强,以便对教学的达成情况进行检查和评价。体育教师应根据课程标准和学生特点,制定合理的教学目标,并在教学过程中不断调整和完善。 5. 合理安排教学内容:内容的选择应符合学生的身心特点与发展需要,准确把握教材的性质、特点和价值。同时,教师应根据学生的实际情况,对教材进行适当的处理,使教学内容具有适宜的技术难度和较强的教与学因素。 6. 注重学生的全面发展:体育教学不仅要关注学生的体育技能学习,还要注重学生的身体健康、心理健康以及社会适应能力的培养。因此,在教学过程中,教师应关注学生的全面发展,提供多样化的教学活动和评价方式。 <p>总之,体育教法的教学要求体现了以学生为中心、注重教学效果和全面发展的教育理念。体育教师应不断学习和探索新的教学方法和理念,以适应不断变化的教育环境和学生需求。</p>

<p>课程名称</p>	<p>【2120021308】体育科研方法</p>				
<p>总学时</p>	<p>36</p>	<p>理论学时</p>	<p>36</p>	<p>实践学时</p>	
<p>考核方式</p>	<p>考查</p>	<p>课程性质</p>	<p>必修</p>	<p>学分</p>	<p>2</p>

课程目标	<p>体育科研方法的教学目标主要包括以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 知识掌握：使学生系统掌握体育科研的基本原理、方法和技能，包括科研选题、文献检索、实验设计、数据收集与处理、论文撰写等方面的知识。 2. 能力培养：通过实践教学和案例分析，培养学生的科研思维能力、创新能力和实践能力。使学生能够运用所学的科研方法，独立或合作完成体育领域的科研项目，解决实际问题。 3. 科研伦理素养：引导学生树立正确的科研价值观，注重科研诚信和学术道德，遵守科研规范和法律法规，形成良好的科研习惯和学术风气。 4. 跨学科融合：鼓励学生将体育科研方法与其他学科领域的知识进行融合，形成跨学科的研究视野和思路，推动体育科研的创新发展。
教学内容	<p>体育科研方法的教学内容主要包括两大核心部分：基本理论知识和主要研究方法。</p> <p>在基本理论知识方面，学生需要了解 and 掌握体育科研的意义、分类、特点，以及体育科研工作的基本程序。此外，体育科研选题、科研论文的撰写等方面的知识也是不可或缺的。这些内容为学生提供了体育科研的整体框架和理论基础，有助于他们理解体育科研的重要性和基本流程。</p> <p>在主要研究方法方面，教学内容涵盖了文献法、观察法、调查法、实验法以及相关的逻辑方法。文献法主要用于收集和分析已有的研究资料；观察法则强调对研究对象进行直接和系统的观察，以获取第一手资料；调查法则是通过问卷、访谈等方式，收集研究对象的相关信息；实验法则是在控制条件下对研究对象进行干预，以检验研究假设的真伪；逻辑方法则贯穿于整个研究过程，用于推理和分析。</p> <p>此外，体育科研方法的教学内容还注重“任务化”设计。这意味着，教学会按照完成一个具体研究课题的基本程序，将主要任务分解成科研选题、研究计划的制定、选择科研方法、资料的收集与整理、资料的统计分析、论文的撰写等阶段任务。每个阶段任务再进一步分解成更小的子任务，并确定具体的知识任务和技能任务。这种教学方式有助于学生更好地理解体育科研的实际操作过程，并提升他们的实践能力。</p> <p>总之，体育科研方法的教学内容涵盖了理论知识和实践技能两个方面，旨在培养学生具备扎实的体育科研基础知识和实践能力，为他们未来的学术研究和职业发展打下坚实的基础。</p>
教学要求	<p>体育科研方法的教学要求涵盖多个方面，旨在培养学生具备进行体育科学研究所需的基本知识和技能。以下是一些主要的教学要求：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 掌握基本理论与方法：学生应全面了解体育科学研究的基本概念、原理和方法，包括研究设计、数据收集与整理、统计分析等方面的知识。 2. 培养实践能力：通过实践教学环节，如实验、调查、观察等，培养学生独立进行体育科研的能力，使其能够熟练运用各种科研方法和技术手段。 3. 强调科学思维与创新精神：在教学过程中，注重培养学生的科学思维方式和创新精神，鼓励他们提出新的研究问题、探索新的研究方法，并勇于挑战传统的观点和理论。 4. 注重学术规范与伦理：教育学生遵守学术规范和科研伦理，尊重他人的知识产权和研究成果，避免学术不端行为的发生。 5. 提高团队协作能力：体育科研往往需要多人合作完成，因此，培养学生的团队协作能力也是教学的重要要求之一。通过小组合作、集体讨论等方式，提高学生的沟通能力和协作能力。 <p>综上所述，体育科研方法的教学要求旨在培养学生的基本理论知识、实践能力、科学思维与创新精神、学术规范与伦理以及团队协作能力，为其未来从事体育科学研究工作奠定坚实的基础。</p>
课程名称	【2120021320】乒乓球

总学时	56	理论学时		实践学时	56
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	3
课程目标	<p>乒乓球的课程目标主要涵盖以下几个方面：</p> <p>1. 知识目标：向学生传授乒乓球运动的历史来源、基本技战术知识、基本竞赛知识以及其他相关知识，使学生全面、系统地掌握乒乓球运动的基本理论。</p> <p>2. 技能目标：通过学习和练习，使学生掌握乒乓球的基本技术、基本技能和基本步法，包括握拍托球、握拍垫球、对墙击球、正手攻球、反手推挡、发球、左推右攻和搓球等，以及培养学生掌握正确的运动姿势和技巧，提高乒乓球技战术水平。</p> <p>3. 体能目标：通过乒乓球基本技术的学习和练习，继续提高学生的身体机能、运动能力和各项身体素质，促进身心全面发展，进一步增强体质。</p> <p>4. 情感与态度目标：培养学生对乒乓球项目的浓厚兴趣，激发学生的运动热情，培养学生积极参与、勇于挑战、团结协作的精神，同时，通过乒乓球运动的特点，培养学生的爱国主义、集体主义精神，发展个性，树立正确的道德观，培养敢于拼搏、机智灵活、勇敢顽强的品质。</p>				
教学内容	<p>乒乓球的教学内容相当丰富且多层次，涵盖了从基础知识到高级技巧的各个方面。以下是一些主要的教学内容：</p> <p>1. 基础知识介绍： 乒乓球的起源与发展历程。 乒乓球的基本规则和比赛制度。 乒乓球的场地、器材和装备介绍。</p> <p>2. 基本技术训练： 正手击球与反手击球的基本姿势与动作。 发球技术，包括不同种类的发球方式。 接发球技术，如何应对不同种类的发球。 步伐移动技巧，如何根据球的位置调整步伐。</p>				
教学要求	<p>乒乓球的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>1. 基础技能训练： 掌握正确的握拍方式，确保握拍稳定且能灵活调整角度。 学会正确的站位和准备姿势，保持身体平衡和反应速度。 熟练掌握发球技巧，包括力度、旋转和落点的控制。 提高接发球能力，熟悉各种旋转球和速度球的处理方法。</p> <p>2. 战术意识培养： 培养学员的比赛意识，理解乒乓球比赛中的攻守转换和节奏变化。 教授针对不同对手的战术策略，包括如何分析对手的技术特点和弱点。 强调比赛中的心理素质培养，包括自信、冷静和应对压力的能力。</p> <p>3. 身体素质提升： 注重学员的体能训练，包括耐力、速度和力量等方面的提升。 强调协调性和灵敏性的培养，以更好地适应乒乓球运动的快速变化。 教授正确的呼吸方法和放松技巧，有助于在比赛中保持最佳状态。</p>				

课程名称	【2120021321】羽毛球				
总学时	72	理论学时		实践学时	72
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	4

课程目标	<p>羽毛球课程的目标可以包括多个方面，具体可以分为技能目标、体能目标、健康目标和情感目标等几个方面：</p> <p>技能目标：</p> <p>1. 基本技巧掌握：使学生掌握羽毛球的基本技术，包括发球、接发球、高远球、吊球、杀球、网前球等。</p> <p>体能目标：</p> <p>1. 提高身体协调性：通过羽毛球训练，提高学生的身体协调性，使他们在运动中能够更好地控制自己的身体。</p> <p>情感目标：</p> <p>1. 培养团队合作精神：羽毛球运动中，双打比赛需要两名运动员密切合作，通过课程可以培养学生的团队合作精神。</p>
教学内容	<p>羽毛球的教学内容涵盖了多个方面，旨在提升学生的技术、战术、体能以及心理素质。以下是一些主要的教学内容：</p> <p>一、基本技术教学</p> <p>1. 握拍与挥拍：教授正确的握拍姿势和挥拍动作，确保学生在击球时能够稳定、准确地控制球拍。</p> <p>2. 发球技术：包括高远球、平高球、网前小球等多种发球方式，让学生熟悉并掌握各种发球技巧。</p> <p>3. 接发球技术：教授如何根据对方的发球选择合适的接发球方式，包括高远球、吊球、杀球等。</p> <p>4. 步法移动：强调正确的步法移动，包括起动、转体、制动、回动等环节，提高学生在场上的移动速度和灵活性。</p> <p>二、战术意识培养</p> <p>1. 进攻与防守：教授如何在合适的时机进行进攻和防守转换，以及如何在不同的场景下运用不同的战术。</p> <p>2. 单打与双打战术：针对单打和双打的不同特点，分别教授相应的战术技巧和配合方法。</p> <p>3. 比赛策略：分析对手的特点和弱点，制定针对性的比赛策略，提高学生在比赛中的竞争力。</p>
教学要求	<p>在教学过程中，教师应根据学生的基础和水平进行分层次教学，以满足不同学生的需求。同时，通过小组合作学习等方式，培养学生的团队精神和协作能力。利用多媒体教学手段可以提高教学效果和学生的学习兴趣。最后，组织比赛和竞赛活动，可以提高学生的竞技水平和组织能力。</p> <p>综上所述，羽毛球的教学要求涵盖了技术、战术、规则、体能、损伤预防等多个方面，旨在全面提升学生的羽毛球水平和综合能力。</p>

(二) 专业核心课

课程名称	【2120021312】	课程名称	足球（一）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	72	理论学时	0	实践学时	72
学分	4	考核方式	考查	是否核心课程	

典型工作任务	<ol style="list-style-type: none"> 1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛 2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、
工作任务能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 赛会组织能力 2. 体育教育教学能力 3. 熟练掌握各项体育运动项目 4. 熟知体育场馆的各项管理规定 5. 熟练掌握锻炼计划的制定
毕业要求指标点	<p>4. 4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。</p>
课程目标	<p>B1：掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；</p> <p>B2：掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p>
教学内容	<p>足球课程教学内容涵盖了多个方面，旨在提高学生的足球技能、战术理解、身体素质和团队合作精神。以下是一些常见的足球课程教学内容：</p> <p>一、基础技能教学</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 传球：教授正确的传球姿势、力量和准确性控制，包括短传、长传和空中传球。 2. 接球：讲解接球技巧，如控球、缓冲和稳定接球，以适应不同传球方式和力度。 3. 射门：教授射门技巧，包括脚法、力度和角度控制，以及不同位置下的射门方式。 4. 带球：讲解如何控制球速、方向和节奏，进行快速、灵活的带球移动。 <p>二、战术理解与应用</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 进攻战术：教授进攻策略，如突破、传球配合和射门选择，提高进攻效率。 2. 防守战术：讲解防守技巧，如盯人、区域防守和抢断，提高防守能力。 3. 阵型与配合：介绍不同的足球阵型及其特点，教授球员如何在阵型中协作，提高整体战斗力。

	<p>三、身体素质训练</p> <p>1. 力量与耐力：通过力量训练、耐力跑等方式，提高球员的身体素质和体能水平。</p> <p>2. 柔韧性与协调性：进行拉伸训练、协调性练习等，提高球员的身体柔韧性和协调性。</p> <p>四、比赛实践与战术演练</p> <p>1. 实战模拟：组织模拟比赛，让学生在实战中运用所学技能和战术，提高实战能力。</p> <p>2. 战术演练：进行小组对抗、角色扮演等战术演练活动，加深学生对战术的理解和应用能力。</p> <p>五、足球文化与精神培养</p> <p>1. 足球规则与礼仪：介绍足球比赛的基本规则和礼仪，培养学生的公平竞赛精神和体育道德。</p> <p>2. 团队合作与沟通：强调团队合作的重要性，通过足球活动培养学生的沟通、协作和领导能力。</p> <p>通过以上教学内容的实施，学生可以全面提升足球技能、战术理解、身体素质和团队合作精神，为未来的足球比赛和体育发展打下坚实的基础。</p>
教学要求	<p>足球课程的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>首先，要求学生掌握足球的基本理论知识、基本技术、基本战术和身体素质。这包括了解足球运动的发展概况、主要技术分析、基本战术分析、足球竞赛规则与裁判法等，同时也要求学生掌握基本的传球、接球、射门和控球技术，以及基本的进攻和防守战术。</p> <p>其次，教学要求强调实践应用。学生不仅需要理解足球技术和战术的理论知识，还需要能够在实践中正确运用这些技术和战术。通过分组练习和模拟比赛，学生可以提高足球实战能力，培养团队精神和协作能力。</p> <p>此外，足球课程还注重培养学生的体育精神和品质。通过足球教学，引导学生培养勇敢、机智、果断等优良品质，同时培养胜不骄、败不馁的体育精神，以及团结一致、密切配合的集体主义精神。</p> <p>最后，足球课程的教学要求还强调安全与健康。在教学过程中，教师需要确保学生充分热身，穿着合适的运动服装和鞋子，选择适当的场地进行训练，避免运动损伤。同时，教师也需要关注每个学生的身体状况，及时调整训练强度和内容，确保学生能够在安全、健康的环境下学习和训练。</p> <p>综上所述，足球课程的教学要求旨在全面提高学生的足球技能和身体素质，培养体育精神和品质，同时确保学生在安全、健康的环境中学习和成长。</p>

课程名称	【2120021313】	课程名称	足球（二）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	72	理论学时	4	实践学时	68
学分	4	考核方式	考试	是否核心课程	

典型工作任务	<ol style="list-style-type: none"> 1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛 2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、
工作任务能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 体育教育教学能力 2. 赛会组织能力 3. 熟练掌握各项体育运动项目 4. 熟练掌握锻炼计划的制定 5. 熟知体育场馆的各项管理规定
毕业要求指标点	<p>4. 4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。</p>
课程目标	<p>B1：掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；</p> <p>B2：掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p>
教学内容	<p>足球课程教学内容涵盖了多个方面，旨在提高学生的足球技能、战术理解、身体素质和团队合作精神。以下是一些常见的足球课程教学内容：</p> <p>一、基础技能教学</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 传球：教授正确的传球姿势、力量和准确性控制，包括短传、长传和空中传球。 2. 接球：讲解接球技巧，如控球、缓冲和稳定接球，以适应不同传球方式和力度。 3. 射门：教授射门技巧，包括脚法、力度和角度控制，以及不同位置下的射门方式。 4. 带球：讲解如何控制球速、方向和节奏，进行快速、灵活的带球移动。 <p>二、战术理解与应用</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 进攻战术：教授进攻策略，如突破、传球配合和射门选择，提高进攻效率。 2. 防守战术：讲解防守技巧，如盯人、区域防守和抢断，提高防守能力。 3. 阵型与配合：介绍不同的足球阵型及其特点，教授球员如何在阵型

	<p>中协作，提高整体战斗力。</p> <p>三、身体素质训练</p> <p>1. 力量与耐力：通过力量训练、耐力跑等方式，提高球员的身体素质和体能水平。</p> <p>2. 柔韧性与协调性：进行拉伸训练、协调性练习等，提高球员的身体柔韧性和协调性。</p> <p>四、比赛实践与战术演练</p> <p>1. 实战模拟：组织模拟比赛，让学生在实战中运用所学技能和战术，提高实战能力。</p> <p>2. 战术演练：进行小组对抗、角色扮演等战术演练活动，加深学生对战术的理解和应用能力。</p> <p>五、足球文化与精神培养</p> <p>1. 足球规则与礼仪：介绍足球比赛的基本规则和礼仪，培养学生的公平竞赛精神和体育道德。</p> <p>2. 团队合作与沟通：强调团队合作的重要性，通过足球活动培养学生的沟通、协作和领导能力。</p> <p>通过以上教学内容的实施，学生可以全面提升足球技能、战术理解、身体素质和团队合作精神，为未来的足球比赛和体育发展打下坚实的基础。</p>
教学要求	<p>足球课程的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>首先，要求学生掌握足球的基本理论知识、基本技术、基本战术和身体素质。这包括了解足球运动的发展概况、主要技术分析、基本战术分析、足球竞赛规则与裁判法等，同时也要求学生掌握基本的传球、接球、射门和控球技术，以及基本的进攻和防守战术。</p> <p>其次，教学要求强调实践应用。学生不仅需要理解足球技术和战术的理论知识，还需要能够在实践中正确运用这些技术和战术。通过分组练习和模拟比赛，学生可以提高足球实战能力，培养团队精神和协作能力。</p> <p>此外，足球课程还注重培养学生的体育精神和品质。通过足球教学，引导学生培养勇敢、机智、果断等优良品质，同时培养胜不骄、败不馁的体育精神，以及团结一致、密切配合的集体主义精神。</p> <p>最后，足球课程的教学要求还强调安全与健康。在教学过程中，教师需要确保学生充分热身，穿着合适的运动服装和鞋子，选择适当的场地进行训练，避免运动损伤。同时，教师也需要关注每个学生的身体状况，及时调整训练强度和内容，确保学生能够在安全、健康的环境下学习和训练。</p> <p>综上所述，足球课程的教学要求旨在全面提高学生的足球技能和身体素质，培养体育精神和品质，同时确保学生在安全、健康的环境中学习和成长。</p>

课程名称	【2120021314】	课程名称	排球（一）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	72	理论学时	0	实践学时	72
学分	4	考核方式	考查	是否核心课程	

典型工作任务	<ol style="list-style-type: none"> 1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛 2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、
工作任务能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 体育教育教学能力 2. 赛会组织能力 3. 熟练掌握各项体育运动项目 4. 熟练掌握锻炼计划的制定 5. 熟知体育场馆的各项管理规定
毕业要求指标点	<p>4. 4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。</p>
课程目标	<p>B1：掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；</p> <p>B2：掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p>
教学内容	<p>排球课的教学内容涵盖了多个方面，旨在提升学生的排球技能、战术理解和体能水平。以下是排球课的主要教学内容：</p> <p>一、基本技术教学</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 准备姿势与移动步伐：教授正确的准备姿势，包括身体姿势、手臂位置等，以及灵活的移动步伐，以适应球场上的变化。 2. 垫球与传球：指导学生掌握正确的垫球和传球技巧，包括双手垫球、单手传球等，提高球的控制能力。 3. 发球与接发球：教授不同的发球方式，如上手发球、下手发球等，并学习接发球的基本技巧，为比赛中的攻防转换打下基础。 4. 扣球与拦网：教授扣球的基本姿势和技巧，包括起跳、扣球路线等，同时学习拦网的基本动作和时机把握。 <p>二、战术理解与配合</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 阵型与站位：介绍排球比赛中的基本阵型和站位，让学生了解不同位置的职责和作用。 2. 进攻与防守战术：教授进攻和防守的基本战术，包括如何组织进攻、防守站位、配合默契等。 3. 团队配合与沟通：强调团队配合的重要性，教授如何通过语言和动

	<p>作与队友沟通，提高团队的默契度和协作能力。</p> <p>三、体能训练与比赛实践</p> <p>1. 体能训练：包括力量、速度、耐力等方面的训练，以提高学生的身体素质和比赛能力。</p> <p>2. 实战模拟与对抗：组织学生进行实战模拟和对抗练习，让学生在实践中体验比赛氛围，提高应对能力。</p> <p>3. 观看比赛与总结分析：组织学生观看排球比赛录像，分析比赛中的技术运用和战术配合，总结经验和教训。</p> <p>通过以上教学内容的实施，可以帮助学生全面提高排球技能、战术理解和体能水平，为他们在排球比赛中取得好成绩打下坚实的基础。同时，排球课也可以培养学生的团队协作精神和竞争意识，促进他们全面发展。</p>
教学要求	<p>排球课程的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>首先，在知识与技能方面，要求学生能够全面学习和掌握排球的基本技术，如发球、垫球、传球、扣球和拦网等，并能将这些技术运用到实际的比赛中。同时，学生需要了解和掌握排球比赛的规则和裁判法，以提高他们的组织能力和裁判水平。</p> <p>其次，在过程与方法方面，排球教学应注重培养学生的实践能力和团队合作精神。通过分组练习、分解练习和比赛教学法等方法，发展学生的身体协调性和用力能力，提高他们在排球运动中的技术应用和组织能力。</p> <p>此外，排球教学还应注重培养学生的情感态度和价值观。通过参与排球运动，帮助学生树立不畏困难、团队协作的精神品质，并体会参与体育运动的乐趣。同时，排球教学也应关注学生的情绪调控、意志磨练和个性发展，培养他们的坚强意志品质和积极进取的精神。</p> <p>最后，为了保证教学质量，学校应配备优秀的排球教师。教师需要通过讲解示范、小组练习和反馈指导等方式，使学生能够更好地理解和掌握排球知识和技能，并及时帮助学生改进和提高。</p> <p>综上所述，排球课程的教学要求涵盖了知识与技能、过程与方法以及情感态度和价值观等多个方面，旨在全面提高学生的排球运动能力和综合素质。</p>

课程名称	【2120021315】	课程名称	排球（二）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	72	理论学时	4	实践学时	68
学分	4	考核方式	考试	是否核心课程	
典型工作任务	<p>1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛</p> <p>2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、</p>				

工作任务能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熟练掌握各项体育运动项目 2. 赛会组织能力 3. 体育教育教学能力 4. 熟练掌握锻炼计划的制定 5. 熟知体育场馆的各项管理规定
毕业要求指标点	<p>4. 4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。</p>
课程目标	<p>B1：掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；</p> <p>B2：掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p>
教学内容	<p>排球课的教学内容涵盖了多个方面，旨在提升学生的排球技能、战术理解和体能水平。以下是排球课的主要教学内容：</p> <p>一、基本技术教学</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 准备姿势与移动步伐：教授正确的准备姿势，包括身体姿势、手臂位置等，以及灵活的移动步伐，以适应球场上的变化。 2. 垫球与传球：指导学生掌握正确的垫球和传球技巧，包括双手垫球、单手传球等，提高球的控制能力。 3. 发球与接发球：教授不同的发球方式，如上手发球、下手发球等，并学习接发球的基本技巧，为比赛中的攻防转换打下基础。 4. 扣球与拦网：教授扣球的基本姿势和技巧，包括起跳、扣球路线等，同时学习拦网的基本动作和时机把握。 <p>二、战术理解与配合</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 阵型与站位：介绍排球比赛中的基本阵型和站位，让学生了解不同位置的职责和作用。 2. 进攻与防守战术：教授进攻和防守的基本战术，包括如何组织进攻、防守站位、配合默契等。 3. 团队配合与沟通：强调团队配合的重要性，教授如何通过语言和动作与队友沟通，提高团队的默契度和协作能力。 <p>三、体能训练与比赛实践</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 体能训练：包括力量、速度、耐力等方面的训练，以提高学生的身体素质和比赛能力。 2. 实战模拟与对抗：组织学生进行实战模拟和对抗练习，让学生在实践中体验比赛氛围，提高应对能力。 3. 观看比赛与总结分析：组织学生观看排球比赛录像，分析比赛中的

	<p>技术运用和战术配合，总结经验和教训。</p> <p>通过以上教学内容的实施，可以帮助学生全面提高排球技能、战术理解和体能水平，为他们在排球比赛中取得好成绩打下坚实的基础。同时，排球课也可以培养学生的团队协作精神和竞争意识，促进他们全面发展。</p>
教学要求	<p>排球课程的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>首先，在知识与技能方面，要求学生能够全面学习和掌握排球的基本技术，如发球、垫球、传球、扣球和拦网等，并能将这些技术运用到实际的比赛中。同时，学生需要了解和掌握排球比赛的规则和裁判法，以提高他们的组织能力和裁判水平。</p> <p>其次，在过程与方法方面，排球教学应注重培养学生的实践能力和团队合作精神。通过分组练习、分解练习和比赛教学法等方法，发展学生的身体协调性和用力能力，提高他们在排球运动中的技术应用和组织能力。</p> <p>此外，排球教学还应注重培养学生的情感态度和价值观。通过参与排球运动，帮助学生树立不畏困难、团队协作的精神品质，并体会参与体育运动的乐趣。同时，排球教学也应关注学生的情绪调控、意志磨练和个性发展，培养他们的坚强意志品质和积极进取的精神。</p> <p>最后，为了保证教学质量，学校应配备优秀的排球教师。教师需要通过讲解示范、小组练习和反馈指导等方式，使学生能够更好地理解和掌握排球知识和技能，并及时帮助学生改进和提高。</p> <p>综上所述，排球课程的教学要求涵盖了知识与技能、过程与方法以及情感态度和价值观等多个方面，旨在全面提高学生的排球运动能力和综合素质。</p>

课程名称	【2120021316】	课程名称	篮球（一）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	56	理论学时	0	实践学时	56
学分	3	考核方式	考查	是否核心课程	
典型工作任务	<p>1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛</p> <p>2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、</p>				

工作任务能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 熟练掌握各项体育运动项目 2. 体育教育教学能力 3. 赛会组织能力 4. 熟练掌握锻炼计划的制定 5. 熟知体育场馆的各项管理规定
毕业要求指标点	<p>4. 4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。</p>
课程目标	<p>B1：掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；</p> <p>B2：掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p>
教学内容	<p>篮球课程的教学内容丰富多彩，旨在通过系统的教学和训练，提升学生的篮球技能、体能以及战术素养。以下是一些常见的篮球课程教学内容：</p> <p>一、基本技术训练</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 运球：教授正确的运球姿势和方法，包括原地运球、行进间运球、变向运球等，提高运球的稳定性和速度。 2. 传球：讲解传球的基本技巧，包括双手传球、单手传球、跳传等，培养准确的传球能力和团队协作能力。 3. 接球：教授正确的接球姿势和技巧，提高接球的准确性和稳定性。 4. 移动：讲解篮球场上的基本移动步伐，包括启动、急停、转身、跳跃等，提高移动速度和灵活性。 <p>二、投篮技巧训练</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 原地投篮：教授正确的投篮姿势和用力方法，包括双手投篮和单手投篮，提高投篮命中率。 2. 行进间投篮：在移动中完成投篮动作，提高实战中的投篮能力。 3. 跳投：讲解跳投的技巧和要点，包括起跳、滞空、出手等，提高跳投的稳定性和准确性。 <p>三、战术素养培养</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 进攻战术：教授基本的进攻战术和配合方法，包括传球配合、突破配合、内外线配合等，培养学生的团队协作能力和进攻意识。 2. 防守战术：讲解防守的基本原则和技巧，包括盯人防守、联防防守等，提高学生的防守能力和意识。 3. 比赛规则与裁判知识：介绍篮球比赛的规则和裁判方法，让学生更好地理解 and 适应比赛环境。 <p>四、体能训练</p>

	<p>1. 力量训练：通过力量训练提高学生的肌肉力量和爆发力，为篮球运动提供有力的身体支撑。</p> <p>2. 速度与敏捷性训练：通过速度训练和敏捷性训练提高学生的移动速度和反应能力，增强实战中的竞争优势。</p> <p>3. 耐力训练：通过长跑、折返跑等耐力训练方式，提高学生的体能储备和持久力。</p> <p>五、心理素质培养</p> <p>1. 自信心建立：鼓励学生积极参与训练和比赛，通过成功的体验培养他们的自信心。</p> <p>2. 抗压能力：通过模拟比赛场景或设置挑战任务，锻炼学生的抗压能力，使他们能够在紧张激烈的比赛中保持冷静和专注。</p> <p>3. 团队协作意识：强调团队协作的重要性，让学生在团队中发挥自己的优势，同时学会与队友沟通协作，共同追求胜利。</p> <p>综上所述，篮球课程的教学内容涵盖了技术、战术、体能和心理素质等多个方面，旨在全面提升学生的篮球水平。通过系统的学习和训练，学生将能够掌握篮球运动的基本技能和战术知识，为未来的篮球比赛和运动生涯打下坚实的基础。</p>
教学要求	

课程名称	【2120021317】	课程名称	篮球（二）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	72	理论学时	4	实践学时	68
学分	4	考核方式	考试	是否核心课程	
典型工作任务	<p>1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛</p> <p>2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、</p>				

工作任务能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 体育教育教学能力 2. 熟练掌握各项体育运动项目 3. 赛会组织能力 4. 熟练掌握锻炼计划的制定 5. 熟知体育场馆的各项管理规定
毕业要求指标点	<p>4.4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。</p>
课程目标	<p>B1：掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；</p> <p>B2：掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p>
教学内容	<p>篮球课程的教学内容通常涵盖了多个方面，旨在提升学生的篮球技能、战术理解以及比赛实战能力。以下是篮球课程教学内容的一般框架：</p> <p>一、基础技能教学</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 运球技巧：教授学生正确的运球姿势和方法，包括双手运球、变向运球、胯下运球等，以提高控球能力。 2. 投篮技巧：包括正确的投篮姿势、瞄准点、力量控制等，让学生逐渐掌握投篮的准确性和稳定性。 3. 传球技巧：教授不同情况下的传球方式，如双手传球、单手传球、跳传等，培养学生的传球意识和能力。 4. 移动技巧：包括快速启动、急停、转身、跳跃等，提高学生的移动速度和灵活性。 <p>二、战术理解与运用</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 进攻战术：介绍各种进攻方式，如突破、传球配合、外线进攻等，让学生理解并能够在比赛中灵活运用。 2. 防守战术：教授如何进行有效的防守，包括盯人防守、联防等，培养学生的防守意识和能力。 3. 团队配合：强调团队合作的重要性，通过练习和比赛让学生逐渐学会与队友配合，提高整体战斗力。 <p>三、比赛实战教学</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 模拟比赛：组织学生进行模拟比赛，让学生在实战中检验自己的技能水平和战术运用能力。 2. 比赛分析：对模拟比赛进行回放和分析，指出学生在比赛中的优点和不足，帮助他们总结经验教训，提高比赛能力。

	<p>四、体能训练与篮球意识培养</p> <p>1. 体能训练：包括耐力训练、力量训练、柔韧性训练等，以提高学生的身体素质，为篮球运动提供有力保障。</p> <p>2. 篮球意识培养：通过讲解篮球规则、战术理念等，培养学生的篮球意识，让他们更好地理解篮球运动的精髓和魅力。</p> <p>通过以上内容的教学，篮球课程可以帮助学生全面提升篮球技能、战术理解和比赛实战能力，为他们在未来的篮球比赛中取得更好的成绩打下坚实的基础。</p>
教学要求	<p>篮球课程的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>首先，篮球课程应注重学生的主体性，教师则发挥主导作用，以激发学生的学习兴趣，使他们能够积极主动地参与到体育锻炼中去。这有助于为学生打下坚实的体育锻炼基础，同时促进他们的身心健康和社会适应能力的提升。</p> <p>其次，在知识与技能方面，学生应学习与了解篮球运动的基本规则和技术原理，掌握篮球练习的基本技术动作。例如，学生应能够正确掌握原地运球的击球点，以及在一定速度中正确运用运球技术。通过课堂学习和练习，学生应能用所学知识参与篮球比赛和健身活动，发展协调、灵敏、弹跳力、对抗力等身体素质。</p> <p>再者，从过程与方法的角度看，篮球课程应通过课堂练习，让学生了解运球在篮球比赛中的作用，提高他们的技术能力，并增强他们利用所学知识解决实际问题的能力。在教学中，教师应注重动作的标准性和准确性，并通过示范、讲解和组织练习等方式，帮助学生掌握正确的技术动作。</p> <p>此外，篮球课程还应注重培养学生的情感态度与价值观。通过篮球教学，应培养学生积极参与、自觉锻炼的习惯，注重遵守纪律，关心他人的美德教育。同时，篮球运动中的团队合作和对抗性特点，有助于培养学生的集体主义精神、团队意识和协作精神，提高他们与同伴相处的能力和顽强的意志品质。</p> <p>最后，在教学方法上，教师可以采用多种教学手段，如分组练习法、对抗教学法、问题解决法和互动讨论法等，以提高教学质量和效果。这些方法有助于学生更好地理解 and 掌握篮球技术，同时也能在轻松愉快的氛围中提高学生的学习兴趣和参与度。</p> <p>综上所述，篮球课程的教学要求旨在通过系统的学习和实践，使学生掌握篮球运动的基本知识和技能，提高他们的身体素质和技术能力，同时培养他们的团队精神和集体主义精神，为他们的全面发展奠定坚实的基础。</p>

课程名称	【2120021318】	课程名称	体操（一）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	72	理论学时	0	实践学时	72
学分	4	考核方式	考查	是否核心课程	

典型工作任务	<p>1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛</p> <p>2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、</p>
工作任务能力	<p>1. 体育教育教学能力</p> <p>2. 赛会组织能力</p> <p>3. 熟练掌握各项体育运动项目</p> <p>4. 熟练掌握锻炼计划的制定</p> <p>5. 熟知体育场馆的各项管理规定</p>
毕业要求指标点	<p>4.4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。</p>
课程目标	<p>B1：掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；</p> <p>B2：掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p>
教学内容	<p>大学体操的教学内容涵盖了多个方面，旨在培养学生的身体协调性、柔韧性、力量以及提高身体素质和体能。以下是一些常见的大学体操教学内容：</p> <p>一、基本体操动作</p> <p>1. 队列队形变化：通过训练学生队列队形的变化，培养团队合作精神和纪律性。</p> <p>2. 体操基本动作：教授学生体操的基本动作，如俯卧撑、仰卧起坐、跳跃等，并通过分组练习、互相纠正等方式提高动作质量。</p> <p>二、技巧动作</p> <p>1. 平衡与控制：教授学生如何保持身体平衡，包括静态平衡和动态平衡的练习。</p> <p>2. 翻滚与转体：教授学生翻滚和转体的技巧，通过练习提高身体的协调性和柔韧性。</p> <p>三、器械体操</p>

	<p>1. 跳马与跳箱：教授学生正确使用跳马和跳箱的技巧，包括起跳、腾空和落地的动作要领。</p> <p>2. 平衡木与高低杠：通过练习平衡木和高低杠的动作，提高学生的平衡能力和上肢力量。</p> <p>四、集体操与表演</p> <p>1. 集体操编排：选取适合大学生的集体操，如青春舞曲等，进行编排和练习。</p> <p>2. 表演与展示：组织学生进行体操表演，展示学习成果和团队风采。此外，大学体操教学还注重学生的个体差异，根据不同学生的身体条件和能力水平，制定个性化的教学计划和训练方法。同时，教师也会采用多种教学方法和手段，如示范教学、分步教学、反复练习等，以激发学生的学习兴趣 and 创造力，提高教学效果。</p> <p>总之，大学体操的教学内容丰富多样，旨在全面提高学生的身体素质和体操技能水平。通过系统的学习和训练，学生可以培养出良好的身体协调性、柔韧性以及团队合作精神，为未来的学习和生活奠定坚实的基础。</p>
教学要求	<p>大学体操教学要求通常涵盖了多个方面，旨在全面提高学生的身体素质、技能水平以及体操运动的理解和欣赏能力。以下是一些常见的大学体操教学要求：</p> <p>1. 教学目标明确：体操教学应设定明确的目标，如增强学生的体能、协调性、柔韧性和力量等，同时培养学生对体操运动的兴趣和热爱。</p> <p>2. 内容选择恰当：教学内容应涵盖基本体操动作、技巧训练、身体控制等方面，并结合大学生的实际情况和身体发展水平，确保教学内容的难度适中，既具有挑战性又不至于超出学生的能力范围。</p> <p>3. 教学方法多样：教师应采用多种教学方法，如示范教学、分步教学、小组合作等，以激发学生的学习兴趣 and 积极性，帮助他们更好地掌握体操技能。</p> <p>4. 注重动作质量：体操教学应强调动作的准确性和规范性，要求学生掌握正确的姿势和技巧，并注重动作的流畅性和协调性。</p> <p>5. 培养安全意识：体操运动具有一定的风险性，因此在教学过程中，教师应注重培养学生的安全意识，教授正确的保护方法和技巧，确保学生在安全的环境下进行学习和训练。</p> <p>6. 评价与反馈及时：教师应及时对学生的表现进行评价和反馈，帮助他们了解自己的优点和不足，并制定针对性的改进计划。</p> <p>此外，大学体操教学还应注重培养学生的团队合作精神和竞技能力，让他们在参与体操运动的过程中不仅能够提高身体素质和技能水平，还能够培养良好的人际关系和竞技精神。</p> <p>综上所述，大学体操教学要求全面而细致，旨在通过科学、系统的教学方法和手段，帮助学生全面提升体操运动的能力和素质。</p>

课程名称	【2120021319】	课程名称	体操（二）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	72	理论学时	4	实践学时	68
学分	4	考核方式	考试	是否核心课程	

典型工作任务	<ol style="list-style-type: none"> 1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛 2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、
工作任务能力	<ol style="list-style-type: none"> 1. 体育教育教学能力 2. 赛会组织能力 3. 熟练掌握各项体育运动项目 4. 熟练掌握锻炼计划的制定 5. 熟知体育场馆的各项管理规定
毕业要求指标点	<p>4.4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。</p>
课程目标	<p>B1：掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新；</p> <p>B2：掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p>
教学内容	<p>在大学体操课程中，二单双杠的教学内容主要包括一系列技术动作和锻炼方法。以下是对这些内容的详细阐述：</p> <p>一、单杠</p> <p>单杠教学主要侧重于提升学生的上肢力量、协调性以及身体的平衡能力。学生需要学习并掌握以下动作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 支撑：学生需要学习正确的支撑姿势，确保身体稳定并有效地利用上肢力量。 2. 摆动：在支撑的基础上，学生需要学会如何摆动身体，通过摆动来增加动作的难度和变化。 3. 翻转与转体：学生需要学习在单杠上进行翻转和转体的技巧，这需要良好的身体控制和协调性。 <p>二、双杠</p> <p>双杠教学则更侧重于提升学生的上肢和核心力量，以及身体的柔韧性和协调性。学生需要掌握以下技术动作：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 支撑与移动：学生需要学习在双杠上进行支撑和移动的技巧，这有助于增强上肢和核心力量。 2. 屈伸与摆动：在双杠上进行屈伸和摆动练习，能够帮助学生提升身

	<p>体的柔韧性和协调性。</p> <p>3. 转体与回环：学生需要学习如何在双杠上进行转体和回环动作，这需要良好的身体控制和平衡能力。</p> <p>除了上述基本技术动作外，教师还会根据学生的实际情况和课程进度，逐步引入更复杂的组合动作和技巧，如单杠上的连续翻转、双杠上的组合转体等。</p> <p>此外，在教学过程中，教师还会注重培养学生的安全意识，确保学生在进行体操练习时能够正确评估自己的能力和风险，并采取适当的保护措施。</p> <p>总的来说，大学体操二单双杠的教学内容既包括了基本的技术动作和技巧，也注重提升学生的身体素质和综合能力。通过系统的学习和练习，学生可以逐步掌握这些技术动作，并在体操运动中展现自己的风采。</p>
教学要求	<p>大学体操教学要求通常涵盖了多个方面，旨在全面提高学生的身体素质、技能水平以及体操运动的理解和欣赏能力。以下是一些常见的大学体操教学要求：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教学目标明确：体操教学应设定明确的目标，如增强学生的体能、协调性、柔韧性和力量等，同时培养学生对体操运动的兴趣和热爱。 2. 内容选择恰当：教学内容应涵盖基本体操动作、技巧训练、身体控制等方面，并结合大学生的实际情况和身体发展水平，确保教学内容的难度适中，既具有挑战性又不至于超出学生的能力范围。 3. 教学方法多样：教师应采用多种教学方法，如示范教学、分步教学、小组合作等，以激发学生的学习兴趣 and 积极性，帮助他们更好地掌握体操技能。 4. 注重动作质量：体操教学应强调动作的准确性和规范性，要求学生掌握正确的姿势和技巧，并注重动作的流畅性和协调性。 5. 培养安全意识：体操运动具有一定的风险性，因此在教学过程中，教师应注重培养学生的安全意识，教授正确的保护方法和技巧，确保学生在安全的环境下进行学习和训练。 6. 评价与反馈及时：教师应及时对学生的表现进行评价和反馈，帮助他们了解自己的优点和不足，并制定针对性的改进计划。 <p>此外，大学体操教学还应注重培养学生的团队合作精神和竞技能力，让他们在参与体操运动的过程中不仅能够提高身体素质和技能水平，还能够培养良好的人际关系和竞技精神。</p> <p>综上所述，大学体操教学要求全面而细致，旨在通过科学、系统的教学方法和手段，帮助学生全面提升体操运动的能力和素质。</p>

课程名称	【2120021310】	课程名称	田径（一）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	56	理论学时	0	实践学时	56
学分	3	考核方式	考查	是否核心课程	

<p>典型工作任务</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛 2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、
<p>工作任务能力</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 体育教育教学能力 2. 熟练掌握各项体育运动项目 3. 赛会组织能力 4. 熟练掌握锻炼计划的制定 5. 熟知体育场馆的各项管理规定
<p>毕业要求指标点</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. 师德规范。积极践行社会主义核心价值观，增进对习近平新时代中国特色社会主义思想认同、政治认同、理论认同和情感认同。贯彻党的教育方针，以立德树人为己任。遵守教育法律法规及教师职业道德规范的相关要求，具有依法执教意识，立志成为有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的好老师。 2.2. 教育情怀。热爱教育事业，具有强烈的从教意愿，认同体育教师工作的意义和专业性，具有积极的情感、端正的态度、正确的价值观，立志为新时代体育教育事业贡献力量。具有人文底蕴和科学精神，尊重学生个体差异性，能够做到因材施教，对待学生有爱心、有耐心、有责任心，成为学生锤炼品格、学习知识、创新思维、奉献祖国的引路人。 3.3. 学科素养。系统掌握学校体育教学、体育锻炼、课余训练及竞赛的基本理论知识和运动技能，能将专业理论知识与运动技能学习相融合；理解体育学科知识体系，了解体育学科与学校教育中其他学科及社会实践的联系，能够以体育学科知识为基础，整合社会学、心理学、生命科学等多学科知识，具备一定的综合分析能力。 4.4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。 5.5. 班级指导。树立德育为先理念，了解中学德育目标、原理、内容与方法。掌握班级组织与建设的工作规律和基本方法。在班主任工作中，能够充分利用体育学科优势参与德育和心理健康教育等教育活动的组织与指导，获得积极体验。 6.6. 综合育人。了解中学生身心发展和养成教育规律，理解体育学科的核心素养和独特的育人价值，掌握体育学科育人的方法与策略，能够有机结合体育学科教学进行育人活动。了解学校文化和教育活动的育人内涵与价值，掌握开展课外体育活动的知识与方法，具有结合体育学科特点开展主题教育和社团活动的意识与能力。 7.7. 学会反思。具有终身学习与专业发展意识。关注学校体育、竞技体育、社会体育的前沿发展动态，了解国内外基础教育改革的发展趋势，不断适应新时代我国学校体育改革和发展需求，并能结合职业愿景制订自身学习和专业发展规划。初步掌握反思方法和技能，能够运用批判性思维方法对体育教学的设计、实施、评价过程进行反思，

	分析和解决体育教学中存在的问题，初步具备体育教学创新和研究能力。 8.8. 沟通合作。掌握教师职业用语和体育专业术语，具有良好的语言表达能力与沟通技能，能够在教育实践、社会实践中与学生、同事、同行、专家等进行有效的沟通和交流。理解学习共同体的作用，积极参与小组互助和合作学习，具备一定的组织协调能力、计划执行能力、分工协作能力，团队合作意识较强。
课程目标	A1: 坚持四项基本原则，掌握马克思主义精神实质和中国特色社会主义理论 A2: 熟悉国家有关教育、体育工作的政策、法规，热爱教育事业 A3: 遵纪守法，具有良好的思想道德素养，改革创新意识和敬业精神。 B1: 掌握学校体育教育的基本理论和基本技能，能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新； B2: 掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法，能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。 C1: 能够组织与指导各种体育活动 C2: 具有一定的竞赛组织、裁判和管理等能力 C3: 掌握基本的体育科研方法 C4: 具有从事学校体育科研工作的能力、创新能力和社会适应能力
教学内容	1. 跑、跳、投为主的教学内容
教学要求	1. 提高学生身体素质、身体协调性

课程名称	【2120021311】	课程名称	田径（二）		
课程类别	专业核心课	课程性质	必修	课程类型	实践课
总学时	72	理论学时	4	实践学时	68
学分	4	考核方式	考查	是否核心课程	
典型工作任务	1. 小学体育课教学、运动队训练、课余体育运动锻炼指导、组织体育竞赛 2. 社会体育健身指导、制定运动健身锻炼计划、体育场馆管理、				

<p>工作任务能力</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 体育教育教学能力 2. 赛会组织能力 3. 熟练掌握各项体育运动项目 4. 熟练掌握锻炼计划的制定 5. 熟知体育场馆的各项管理规定
<p>毕业要求指标点</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.1. 师德规范。积极践行社会主义核心价值观，增进对习近平新时代中国特色社会主义思想的思想认同、政治认同、理论认同和情感认同。贯彻党的教育方针，以立德树人为己任。遵守教育法律法规及教师职业道德规范的相关要求，具有依法执教意识，立志成为有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的好老师。 2.2. 教育情怀。热爱教育事业，具有强烈的从教意愿，认同体育教师工作的意义和专业性，具有积极的情感、端正的态度、正确的价值观，立志为新时代体育教育事业贡献力量。具有人文底蕴和科学精神，尊重学生个体差异性，能够做到因材施教，对待学生有爱心、有耐心、有责任心，成为学生锤炼品格、学习知识、创新思维、奉献祖国的引路人。 3.3. 学科素养。系统掌握学校体育教学、体育锻炼、课余训练及竞赛的基本理论知识和运动技能，能将专业理论知识与运动技能学习相融合；理解体育学科知识体系，了解体育学科与学校教育中其他学科及社会实践的联系，能够以体育学科知识为基础，整合社会学、心理学、生命科学等多学科知识，具备一定的综合分析能力。 4.4. 教学能力。掌握中学体育教育教学相关领域的基础理论与基本知识，能够依据体育与健康课程标准，针对中学生身心发展和认知特点，运用体育学科教学知识与现代教育信息技术，进行有效的教学设计、实施和评价，获得教学体验；掌握体育教育科学研究的基本方法，具备一定的体育教学研究能力。 5.5. 班级指导。树立德育为先理念，了解中学德育目标、原理、内容与方法。掌握班级组织与建设的工作规律和基本方法。在班主任工作实践中，能够充分利用体育学科优势参与德育和心理健康教育等教育活动的组织与指导，获得积极体验。 6.6. 综合育人。了解中学生身心发展和养成教育规律，理解体育学科的核心素养和独特的育人价值，掌握体育学科育人的方法与策略，能够有机结合体育学科教学进行育人活动。了解学校文化和教育活动的育人内涵与价值，掌握开展课外体育活动的知识与方法，具有结合体育学科特点开展主题教育和社团活动的意识与能力。 7.7. 学会反思。具有终身学习与专业发展意识。关注学校体育、竞技体育、社会体育的前沿发展动态，了解国内外基础教育改革的发展趋势，不断适应新时代我国学校体育改革和发展需求，并能结合职业愿景制订自身学习和专业发展规划。初步掌握反思方法和技能，能够运用批判性思维方法对体育教学的设计、实施、评价过程进行反思，分析和解决体育教学中存在的问题，初步具备体育教学创新和研究能力。 8.8. 沟通合作。掌握教师职业用语和体育专业术语，具有良好的语言表达能力与沟通技能，能够在教育实践、社会实践中与学生、同事、同行、专家等进行有效的沟通和交流。理解学习共同体的作用，积极参与小组互助和合作学习，具备一定的组织协调能力、计划执行能力、分工协作能力，团队合作意识较强。

课程目标	<p>A1: 坚持四项基本原则, 掌握马克思主义精神实质和中国特色社会主义理论</p> <p>A2: 熟悉国家有关教育、体育工作的政策、法规, 热爱教育事业</p> <p>A3: 遵纪守法, 具有良好的思想道德素养, 改革创新意识和敬业精神。</p> <p>B1: 掌握学校体育教育的基本理论和基本技能, 能够运用现代教育理论与教育技术提高教育效果和进行教育创新;</p> <p>B2: 掌握健康教育和体育锻炼的基本理论与方法, 能够运用科学的方法与手段提高青少年体质健康水平。</p> <p>C1: 能够组织与指导各种体育活动</p> <p>C2: 具有一定的竞赛组织、裁判和管理等能力</p> <p>C3: 掌握基本的体育科研方法</p> <p>C4: 具有从事学校体育科研工作的能力、创新能力和社会适应能力</p>
教学内容	<p>大学田径课程的教学内容主要涵盖了多个方面, 旨在帮助学生全面了解和掌握田径运动的基本知识和技能。以下是一些典型的大学田径课程教学内容:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 基础田径技能训练: 包括短跑、长跑、跨栏、跳远、跳高、投掷等基础田径项目的技能教学和训练。这些训练不仅锻炼学生的身体素质, 还培养他们的协调性和反应能力。 2. 理论知识学习: 涉及田径运动的历史、规则、训练方法、营养学等相关知识。通过学习理论知识, 学生可以更深入地理解田径运动的本质和规律, 为实践训练提供理论支持。 3. 体能训练: 包括力量训练、耐力训练、柔韧性训练等, 以提高学生的身体素质和综合能力。这些训练有助于学生在田径运动中更好地发挥潜能, 提高运动成绩。 4. 战术与策略指导: 针对不同田径项目的特点和比赛要求, 教授学生合理的战术安排和策略调整。通过战术与策略的学习, 学生可以更加聪明地应对比赛, 提高竞技水平。 5. 比赛实践与经验分享: 组织学生参加校内外田径比赛, 让学生在实践中检验自己的学习成果, 积累比赛经验。同时, 通过经验分享和交流, 学生可以相互学习、共同进步。
教学要求	<p>大学田径教学要求通常涵盖了多个方面, 旨在全面提升学生的身体素质、运动技能以及参与田径运动的积极性。以下是一些常见的大学田径教学要求:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教学目标明确: 教学目标应该清晰明确, 包括提高学生的田径运动技能、增强身体素质、培养团队协作能力和竞技精神等。这些目标应该根据学生的实际情况和课程安排进行具体化和量化。 2. 教学内容丰富: 田径教学应涵盖短跑、长跑、跳远、跳高、投掷等各个项目, 让学生全面了解田径运动的多样性和综合性。同时, 教学内容应根据学生的年级、水平和兴趣进行适当的选择和调整。 3. 教学方法科学: 教学方法应科学有效, 注重理论与实践的结合。教师可以采用讲解、示范、实践、比赛等多种教学手段, 让学生在轻松愉快的氛围中掌握田径运动的基本技能和知识。 4. 个性化教学: 教师应根据学生的个体差异和特长, 进行个性化的教学安排。对于不同水平和能力的学生, 教师应采用不同的教学策略和方法, 以最大程度地发挥每个学生的潜能。

(三) 专业综合课

课程名称	【1907031315】技能考证				
总学时		理论学时		实践学时	

考核方式	考查	课程性质	必修	学分	5
课程目标					
教学内容					
教学要求					

课程名称	【1907031316】毕业设计				
总学时	104	理论学时		实践学时	104
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	4
课程目标	<p>毕业设计的课程目标主要涵盖以下几个方面：</p> <p>1. 知识综合运用能力的提升：毕业设计是学生在校期间最后一次综合性实践活动，旨在使学生综合运用所学专业知识，将理论知识与实际操作相结合，解决实际工程或科研项目中的问题。通过这一过程，学生能够巩固和深化所学专业知 识，提升知识综合运用能力。</p> <p>2. 创新思维与实践能力的培养：毕业设计鼓励学生独立思考、勇于创新，提出具有创新性的解决方案或设计思路。通过实践操作，学生能够将创新理念转化为具体的产品或服务，培养解决实际问题的能力，为未来职业生涯中的创新实践打下基础。</p> <p>3. 团队协作与沟通能力的提升：在毕业设计中，学生通常需要与指导教师、团队成员以及实际项目中的相关人员进行沟通与协作。这一过程中，学生需要学会如何有效沟通、分工合作，以及解决团队协作中可能出现的问题。通过这一过程，学生能够提升团队协作与沟通能力，为未来的工作生活奠定良好基础。</p> <p>4. 职业素养与道德观念的培育：毕业设计不仅关注学生在专业技能方面的提升，还注重培养学生的职业素养和道德观念。学生在完成毕业设计的过程中，需要遵守学术道德、尊重知识产权、保持诚信等原则，这些都将对其未来的职</p>				

	<p>业生涯产生积极影响。</p> <p>综上所述，毕业论文的课程目标旨在提升学生的知识综合运用能力、创新思维与实践能力、团队协作与沟通能力以及职业素养与道德观念，为学生未来的学术研究和职业发展打下坚实基础。</p>
<p>教学内容</p>	<p>毕业论文的教学内容涵盖了多个方面，主要围绕提升学生的实践能力、创新能力和解决问题的能力展开。以下是一些常见的教学内容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 课题选择与背景调研： 引导学生根据自己的兴趣和专业方向选择合适的课题。 教授如何进行课题背景调研，收集相关文献资料，了解国内外研究现状和发展趋势。 理论学习与知识梳理： 针对课题所需的理论知识，进行系统的学习和梳理。 引导学生将所学知识 with 课题相结合，构建课题的理论框架。 方案设计与实践操作： 指导学生设计合理的实验方案或项目实施方案。 教授实验或项目实施过程中所需的操作技能，包括实验设备的使用、数据处理等。 数据分析与结果解读： 教授如何对实验或项目数据进行有效分析，提取有价值的信息。 引导学生正确解读分析结果，并将其与课题目标相结合，得出结论。 论文撰写与答辩准备： 教授毕业论文的写作规范，包括格式、结构、引用等。 指导学生如何清晰地表达自己的研究成果和思路。 组织模拟答辩，帮助学生熟悉答辩流程，提高答辩技巧。 创新思维与能力培养： 鼓励学生提出新颖的观点和解决方案，培养创新思维。 引导学生发现问题、分析问题、解决问题的能力。 团队协作与沟通技能： 对于需要团队协作完成的课题，教授团队协作的方法和技巧。 培养学生的沟通技能，包括口头表达和书面表达能力。 <p>此外，毕业论文的教学内容还可以根据具体的专业方向、课题类型以及学校的教学要求进行调整和补充。总之，毕业论文的目的是通过实践性的教学活动，提升学生的综合素质和专业能力，为其未来的职业生涯奠定坚实的基础。</p>
<p>教学要求</p>	<p>毕业论文的教学要求通常涵盖了多个方面，旨在确保学生能够综合运用所学知识，完成一项具有实际应用价值的项目。以下是毕业论文教学要求的一些主要方面：</p> <p>首先，毕业论文选题应紧密结合学科专业特点，注重理论与实践的结合，具有一定的创新性和探索性。同时，教师应根据学生的兴趣和能力，提供合适的选题建议，并指导学生进行选题。</p> <p>其次，在毕业论文过程中，教师应注重培养学生的独立思考和解决问题的能力。学生应在教师的指导下，自主开展文献查阅、方案设计、实验操作、数据分析等工作，并逐步形成自己的见解和结论。</p> <p>此外，毕业论文还需要注重学生的团队协作和沟通能力培养。学生应学会与团队成员有效沟通，分工合作，共同解决问题。同时，学生还应具备一定的项目管理能力，能够合理安排时间、分配资源，确保毕业论文的顺利进行。</p> <p>最后，毕业论文成果应具有较高的质量和实用性。学生应严格按照毕业论文的规范和标准，认真撰写毕业论文报告，并准备相应的答辩材料。同时，毕业论文成果应能够体现出学生的创新能力和实践能力，为企业或社会带来一定的价值。</p> <p>综上所述，毕业论文的教学要求涵盖了选题、过程指导、团队协作、成果质量等多个方面，旨在全面提升学生的综合素质和能力水平。</p>

课程名称	【1907031317】岗位实习				
总学时	624	理论学时		实践学时	624
考核方式	考查	课程性质	必修	学分	6
课程目标	<p>顶岗实习的教学目标主要包括以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 专业技能提升：通过在实际工作环境中进行实践，学生能够将所学的理论知识转化为实际操作能力，提升专业技能水平。 2. 职业素养培养：顶岗实习有助于学生形成正确的职业观念，培养良好的职业道德和敬业精神，学会遵守职业规范，提升个人综合素质。 3. 问题解决能力提升：在实际工作中，学生会遇到各种问题和挑战，通过独立思考 and 团队合作，学会分析问题、提出解决方案，并付诸实践，从而提升问题解决能力。 4. 适应社会能力提升：顶岗实习有助于学生更好地了解社会、了解行业，增强社会适应能力和竞争力，为未来的就业和职业发展奠定坚实的基础。 5. 自我认知与发展：通过顶岗实习，学生可以更清楚地认识自己的优势和不足，明确未来的职业发展方向，制定合理的职业规划，促进个人全面发展。 <p>综上所述，顶岗实习的教学目标旨在帮助学生提升专业技能、培养职业素养、提高问题解决能力、增强社会适应能力以及促进自我认知与发展，为未来的职业生涯奠定坚实的基础。</p>				
教学内容	<p>顶岗实习的教学内容主要涵盖了实践技能的提升、职业素养的培养以及理论知识与实际操作的有效结合。以下是对这些内容的详细阐述：</p> <p>一、实践技能的提升</p> <p>顶岗实习的核心目的是让学生在真实工作环境中，通过参与具体的工作任务，提升其实践技能。这包括但不限于：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 专业技能应用：学生将在实习岗位上运用所学的专业知识，解决实际工作中遇到的问题，从而加深对专业知识的理解与掌握。 2. 操作技能培养：学生需要熟练掌握实习岗位所需的各种操作技能，包括设备操作、工艺流程控制、数据分析等，以提高工作效率和准确性。 3. 团队协作能力：在实习过程中，学生需要与团队成员共同协作，完成工作任务。这有助于培养学生的团队合作精神和沟通协调能力。 <p>二、职业素养的培养</p> <p>顶岗实习不仅关注学生的技能提升，还注重培养学生的职业素养。这包括：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 职业道德观念：学生应树立正确的职业道德观念，遵守职业道德规范，尊重他人，诚实守信，具有高度的责任感和敬业精神。 2. 职业行为习惯：学生应养成良好的职业行为习惯，如遵守工作时间、保持工作场所整洁、注重工作细节等，以树立良好的职业形象。 3. 职业规划意识：学生应了解行业的发展趋势和就业前景，明确自己的职业定位和发展方向，制定合理的职业规划。 <p>三、理论知识与实际操作的有效结合</p> <p>顶岗实习的另一重要教学内容是实现理论知识与实际操作的有效结合。学生需要将所学的理论知识运用到实际工作中，同时从实践中总结经验教训，不断丰富和完善自己的知识体系。通过这一过程，学生可以更好地理解和掌握专业知识，提高解决实际问题的能力。</p> <p>总之，顶岗实习的教学内容涵盖了实践技能的提升、职业素养的培养以及理论知识与实际操作的有效结合等多个方面。通过这一教学过程，学生可以更好地适应职场环境，为未来的职业发展奠定坚实的基础。</p>				

教学要求	<p>顶岗实习的教学要求主要体现在以下几个方面：</p> <p>首先，实习生应了解当前教育教学改革的方向，以素质教育为核心，在各项工作中体现“健康第一”的指导思想，促进学生心理和社会适应能力的全面发展。在顶岗实习期间，实习生应特别注重培养学生的动手能力、协作能力、专业技术能力和对社会的认知能力，以助于他们养成良好的职业道德。</p> <p>其次，实习生需要认真钻研教材，备好课，并在指导教师的帮助下编写规范的教案。教案应包括实践课和理论课，并正确确定课的任务，把握好教材的重点和难点。同时，实习生应正确运用并创造性地选择教学手段，合理运用各种组织教法，合理调控课堂教学，确保教学质量。</p> <p>此外，每次课前，实习生应提前到达上课地点，布置好场地和器材，并特别注意检查安全措施，确保学生的安全。上课时，实习生应保持精神饱满，衣着整洁，特别是上实践课时，应穿运动服装。</p> <p>在教学过程中，实习生还应注重创新教学方法，设计易于学生接受和感兴趣的课堂教学，以提高学生学习的兴趣和效果。可以通过开展主题活动等形式，使情感态度得到更好的提升。</p> <p>最后，顶岗实习期间，实习生需要完成实习的全部任务，并在实习日记的基础上，独立整理出实习报告。实习报告应详细记录实习过程中的经历、收获和反思，为今后的学习和工作提供宝贵的经验。</p>
------	--

(四) 专业拓展课

课程名称	【2120022301】健美操				
总学时	36	理论学时		实践学时	36
考核方式	考查	课程性质	限选	学分	2
课程目标	<p>健美操课程目标主要涵盖以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 增强体质与健康：通过健美操的学习和练习，提高学生的心肺功能、肌肉力量和耐力，以及身体柔韧性，进而改善整体身体素质，减少运动损伤的风险，增强学生的体质和健康水平。 2. 培养正确的身体姿态：健美操强调身体姿态的正确性和协调性，通过训练帮助学生塑造挺拔优雅的体态，改善不良姿势，预防和纠正脊柱弯曲等问题，使学生具备优雅大方的气质。 3. 提高身体协调性和灵活性：健美操的动作组合要求身体各部分协同工作，通过反复的练习和训练，提高学生的身体协调性和灵活性，使其在日常生活中能够更自如地应对各种身体活动。 4. 培养运动兴趣和习惯：通过健美操课程的多样性和趣味性，激发学生对体育运动的兴趣和热爱，引导学生养成良好的运动习惯，形成积极健康的生活方式。 5. 提升审美能力和表现力：健美操融合了音乐、舞蹈和体操等多种元素，通过学习和表演，可以提升学生的审美能力，同时培养他们的表现力和自信心，使其在公共场合能够自如地展示自己。 6. 培养团队协作精神和竞争意识：在健美操的学习和表演过程中，学生需要与他人合作完成动作组合，这有助于培养他们的团队协作精神；同时，通过比赛和展示等活动，可以激发学生的竞争意识，促进他们不断进步。 <p>综上所述，健美操课程目标旨在通过系统的学习和训练，全面提高学生的身体素质、运动技能、审美能力和综合素质，为其未来的全面发展奠定坚实的基础。</p>				

<p>教学内容</p>	<p>大学健美操的教学内容相当丰富，主要包括以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 健美操基本动作与技巧：教授学生基本的健美操动作，如热身运动、腹背肌训练、四肢训练以及全身协调性训练等。这些动作旨在帮助学生锻炼身体，提高身体的柔韧性和协调性。 2. 健美操的组合与编排：除了基本的动作外，还会教授学生如何将不同的动作组合起来，形成完整的健美操套路。这包括步伐组合、手臂组合以及身体协调性组合等。 3. 舞蹈表现与音乐感受：健美操与舞蹈元素相结合，通过教学培养学生的舞蹈表现力和音乐感受力。学生会学习如何将舞蹈元素融入健美操中，同时选择适合的音乐与健美操动作相匹配。 4. 理论与实践相结合：除了实践教学，大学健美操课程还会涵盖理论知识，如健美操的起源与发展、分类、基本技术原理分析、音乐选择以及竞赛组织与裁判法等。
<p>教学要求</p>	<p>大学健美操的教学要求涵盖了多个方面，旨在全面提高学生的健美操技能、身体素质和心理健康。以下是一些主要的教学要求：</p> <p>首先，健美操教学应明确教学目标，包括提高学生的心肺功能、协调性、灵活性，改善学生的姿势与体态，以及培养学生的团队合作精神和心理素质。这些目标应贯穿于整个教学过程中，确保学生能够在学习健美操的过程中获得全面的发展。</p> <p>其次，教学内容应丰富多样，包括健美操的基本理论知识、基本动作与组合、创编原则与步骤等。同时，还应注重实践课程的设置，通过大量的练习和实践，使学生能够熟练掌握健美操的基本技能和动作。</p> <p>在教学方法上，教师应采用多样化的教学手段，如示范讲解、激情法、手势提示法、口令提示法等，以激发学生的学习兴趣 and 积极性。同时，教师还应注重因材施教，根据学生的个体差异和兴趣特点，制定个性化的教学方案，确保每个学生都能够得到适合自己的教学指导。</p> <p>此外，健美操教学还应注重培养学生的自主学习能力和创新精神。教师可以通过布置课后作业、组织小组讨论等方式，引导学生自主探索和学习健美操的相关知识，培养学生的独立思考和解决问题的能力。</p>

<p>课程名称</p>	<p>【2120022302】网球</p>				
<p>总学时</p>	<p>36</p>	<p>理论学时</p>		<p>实践学时</p>	<p>36</p>
<p>考核方式</p>	<p>考查</p>	<p>课程性质</p>	<p>限选</p>	<p>学分</p>	<p>2</p>
<p>课程目标</p>	<p>大学网球的课程目标主要涵盖以下几个方面：</p> <p>首先，是运动技能方面的目标。通过网球课程的学习和实践，学生应能够掌握网球运动的基本知识、基本技能和基本技术。这包括了解网球运动的基本规则、术语以及各项技术要领，如发球、接发球、底线击球、网前截击等。通过反复练习和模拟比赛，学生能够逐步提高自己的运动技能水平，培养对网球运动的兴趣和热爱。</p> <p>其次，是身心健康方面的目标。网球运动是一项全身性的运动，能够锻炼学生的速度、力量、耐力、灵敏和柔韧等身体素质。通过网球课程的学习，学生不仅能够改善自己的生理健康状况，提高身体素质，还能够培养顽强拼搏的进取精神和坚韧不拔的意志品质。此外，网球运动还能够帮助学生释放压力、调节情绪，改善心理健康状况。</p> <p>再次，是社会适应方面的目标。网球运动是一项团队性很强的运动，需要学生之间的紧密合作和相互支持。通过网球课程的学习，学生能够学会如何在团队中发挥自己的作用，如何与他人协作完成共同的目标。同时，网球运动也要求学生遵守比赛规则、尊重对手和裁判，这有助于培养学生的公平竞争意识、良好的体育道德和合作精神。</p>				

教学内容	<p>大学网球的教学内容主要涵盖以下几个方面：</p> <p>1. **网球基础知识**： 网球的起源、发展及规则介绍，使学生了解网球运动的基本概况和比赛规则。网球装备的认识与选择，包括球拍、网球鞋、服装等，确保学生在运动中能够舒适且安全。</p> <p>2. **基本技术教学**： 正手握拍与反手握拍技巧，掌握正确的握拍方式。 击球技术，包括正手击球、反手击球、发球、截击、高压球等，从基础动作到技术进阶。 移动与步法教学，教授学生如何在上灵活移动，以最佳位置击球。</p> <p>3. 战术与策略培养： 分析不同类型对手的特点，针对不同对手制定相应的战术。 学习如何调整自己的节奏和策略，以适应比赛中的变化。 培养比赛中的心理素质，包括冷静应对、积极心态等。</p> <p>4. 体能与力量训练： 针对网球运动特点，进行有针对性的体能训练，包括耐力、爆发力、柔韧性等。通过力量训练，增强身体的核心稳定性，提高击球时的力量传递效率。</p> <p>5. 实战模拟与比赛 组织学生进行实战模拟训练，模拟比赛场景，提高学生在实际比赛中的应对能力。</p>
教学要求	<p>大学网球的教学要求涵盖了多个方面，以确保学生能够全面、有效地学习和掌握网球技能。以下是一些主要的教学要求：</p> <p>1. 教学目标明确：大学网球教学应有明确的教学目标，包括技术、战术、体能、心理等方面的提升。教学目标应具体、可衡量，以便于学生明确自己的学习方向和进度。</p> <p>2. 教学内容系统：教学内容应涵盖网球运动的基础知识、基本技术、战术策略、体能训练、心理调节等方面。同时，应根据学生的实际情况和水平，合理安排教学进度和难度，确保学生能够逐步掌握网球运动的各项技能。</p> <p>3. 教学方法多样：教师应采用多种教学方法和手段，如讲解示范、实践练习、比赛模拟等，以激发学生的学习兴趣 and 积极性。同时，应注重学生的个体差异，因材施教，为每个学生提供个性化的教学指导。</p> <p>4. 教学注重实践：网球是一项实践性很强的运动，因此大学网球教学应注重实践教学。通过大量的练习和比赛模拟，让学生在实操中掌握网球技能，提高比赛能力。</p> <p>5. 教学评价科学：教学评价是检验教学效果的重要手段。大学网球教学应建立科学的评价体系，对学生的技术、战术、体能、心理等方面进行全面评价。</p>

课程名称	【2120022303】体育游戏				
总学时	36	理论学时	18	实践学时	18
考核方式	考查	课程性质	限选	学分	2
课程目标	<p>体育游戏的课程目标主要涵盖以下几个方面：</p> <p>1. 身体健康与运动技能的发展：这是体育游戏最直接也最基础的目标。通过参与体育游戏，学生可以提升肌肉力量、协调性、反应速度等身体素质，同时学习和掌握各种运动技能，如跑、跳、投、掷等。</p> <p>2. 团队协作与沟通能力的培养：体育游戏通常需要学生分组进行，这要求学生之间进行有效的沟通和协作，以达成团队目标。通过参与游戏，学生可以锻炼团队协作能力，提高沟通技巧，培养团队精神。</p> <p>3. 竞争意识与抗挫能力的塑造：体育游戏中往往包含竞争元素，这有助于学生培养竞争意识，学会在竞争中寻找优势、克服劣势。同时，游戏中的失败和挫</p>				

	<p>折也会锻炼学生的抗挫能力，使他们学会面对挑战和困难。</p> <p>4. 规则意识与公平观念的形成：体育游戏都有明确的规则和制度，参与游戏的学生需要遵守这些规则。通过体验和实践，学生可以逐渐形成规则意识和公平观念，这有助于他们在日常生活中遵守社会规范，维护公平正义。</p> <p>5. 心理健康与情绪调节的促进：体育游戏可以帮助学生释放压力，缓解焦虑，促进心理健康。在游戏中，学生可以通过运动调节情绪，提高情绪管理能力。</p> <p>综上所述，体育游戏的课程目标不仅在于提升学生的身体素质和运动技能，更在于通过游戏培养学生的团队协作、沟通、竞争、抗挫、规则意识等多方面的能力和素质，为学生的全面发展打下坚实的基础。</p>
<p>教学内容</p>	<p>体育游戏的教学内容丰富多彩，涵盖了多种类型与风格，旨在通过轻松有趣的方式提升参与者的体能、协调性、反应速度和团队协作能力。以下是一些常见的体育游戏教学内容：</p> <p>一、追逐与躲避类游戏</p> <p>这类游戏强调速度和敏捷性，如“老鹰捉小鸡”、“贴人游戏”等。通过这些游戏，参与者可以锻炼奔跑、转身、闪避等动作，提高身体的灵活性和协调性。</p> <p>二、球类运动</p> <p>球类运动是体育游戏中非常重要的一类，包括足球、篮球、排球、乒乓球等。这些游戏不仅可以锻炼参与者的身体素质，还可以培养他们的团队协作能力和战略意识。</p> <p>三、接力与传递类游戏</p> <p>接力与传递类游戏强调团队合作和策略规划，如“接力赛跑”、“传球接力”等。这类游戏可以帮助参与者学会如何在团队中发挥自己的优势，以及如何与他人协作完成任务。</p> <p>四、障碍赛与攀岩类游戏</p> <p>这类游戏通过设置各种障碍和挑战，考验参与者的勇气、耐力和技巧，如“跨越障碍”、等。这些游戏有助于培养参与者的意志品质和自信心。</p> <p>五、智力与策略类游戏</p> <p>除了身体锻炼，体育游戏还可以融入智力与策略元素，如“围棋”、“象棋”等棋类游戏，或者一些需要思考和判断的团队合作游戏。这类游戏可以锻炼参与者的思维能力和解决问题的能力。</p> <p>在体育游戏的教学过程中，教师或教练应根据参与者的年龄、体能和兴趣特点，选择适合的游戏内容，并合理安排教学进度和难度。同时，还应注重安全教育和规则讲解，确保参与者在游戏中能够充分体验乐趣并收获成长。</p>
<p>教学要求</p>	<p>体育游戏的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>首先，体育游戏应有明确的教学目标。教学目标应根据学生的年龄、性别、身体条件以及运动能力来设定，旨在提高学生的身体素质、运动技能、团队协作能力以及创造力等。同时，教学目标应具有可操作性和可评估性，以便教师能够根据学生的表现及时调整教学策略。</p> <p>其次，体育游戏应富有趣味性和多样性。通过设计各种有趣的游戏情节和规则，可以激发学生的学习兴趣 and 积极性，让他们在轻松愉快的氛围中参与运动。同时，游戏内容应丰富多样，包括跑、跳、投、爬等多种运动形式，以全面发展学生的身体素质。</p> <p>第三，体育游戏应注重安全性和公平性。在游戏过程中，教师应密切关注学生的安全状况，确保游戏场地、器材等符合安全标准。同时，游戏规则应公平、合理，避免出现歧视或伤害学生的现象。教师应及时纠正学生的违规行为，维护游戏的公平性。</p> <p>第四，体育游戏应培养学生的团队协作意识和竞争意识。通过分组合作、对抗竞赛等形式，可以让学生在游戏中学会与他人合作、分享和竞争，培养他们的团队协作意识和竞争意识。同时，教师还应关注学生的情感发展，及时给予鼓励和肯定，增强学生的自信心和自尊心。</p> <p>最后，体育游戏应注重评价与反馈。在游戏结束后，教师应及时对学生的表现进行评价，指出他们的优点和不足，并给出具体的改进建议。同时，教师还应关注学生的情感体验和学习需求，以便在后续的教学更好地满足他们的需</p>

	<p>求。</p> <p>总之，体育游戏的教学要求旨在通过富有趣味性和多样性的游戏形式，激发学生的学习兴趣 and 积极性，提高他们的身体素质和运动技能，同时培养他们的团队协作意识和竞争意识，为他们的全面发展奠定良好的基础。</p>
--	--

课程名称	【2120022304】武术				
总学时	36	理论学时		实践学时	36
考核方式	考查	课程性质	限选	学分	2
课程目标	<p>大学武术课程的目标主要包括以下几个方面：</p> <p>1. 运动技能与参与目标：通过武术课程的教学，提高学生的运动参与能力和体育欣赏能力，培养良好的体育锻炼习惯。此外，通过身体素质练习和特色项目教学，使学生掌握武术的基本功和基本动作，并显著提高其身体素质，为终身体育锻炼奠定基础。</p> <p>2. 身体健康目标：使学生能够测试和评价自身的体质健康状况，掌握有效提高身体各项素质和全面发展体能的知识与方法。同时，通过武术课程，学生能够了解并选择符合健康需求的营养食品，养成良好的行为习惯，形成健康的生活方式，不断提高身体各项素质和健康水平。</p> <p>3. 心理健康目标：通过武术教学，帮助学生树立“健康第一”的指导思想，学会根据自己的能力设置体育学习目标。同时，通过体育活动改善学生的心理状态，克服心理障碍，培养积极乐观的生活态度。学生还能学会运用适宜的方法调节自己的情绪，体验运动的乐趣和成功的感觉。</p> <p>4. 文化传承与理解目标：使学生了解武术的基本概念、发展历史、文化和精神内涵。通过武术的学习，学生能够更深入地理解中国传统文化，并在此过程中培养意志品质和毅力。</p>				
教学内容	<p>大学武术课程的教学内容相当丰富和多样，主要涵盖了以下几个方面：</p> <p>1. 基本武术技能和动作：这是武术课程的基础部分，包括基本的手型、步型、身法、腿法、跳跃等动作的训练。学生需要学习和掌握这些基本的武术技能，为后续深入学习打下坚实基础。</p> <p>2. 武术套路演练：套路是武术的一种重要表现形式，包括各种拳术、器械套路等。学生需要学习不同风格的套路，通过反复练习，逐渐提高动作的熟练度和协调性。</p> <p>3. 武术攻防技术：这部分内容主要教授武术中的实战技巧，如防守、进攻、反击等。学生将学习如何在实战中运用所学技能，提高自我保护能力。</p> <p>4. 武术理论和历史：课程还会涉及武术的理论知识 and 历史背景，包括武术的起源、发展、流派、文化内涵等。这将有助于学生更好地理解 and 欣赏武术这门古老的艺术。</p> <p>5. 身体素质和体能训练：武术需要良好的身体素质和体能作为支撑。因此，课程中还会安排适当的身体素质和体能训练，如柔韧性、力量、耐力等方面的练习。</p>				

教学要求	<p>大学武术课程的教学要求通常包括以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 基本知识和技能传授：教师需系统传授武术的基本概念、历史和发展，让学生对其有全面的认识。同时，要教授武术的基本功和基本技术，包括各种步法、拳法、掌法、爪法、肘法、腿法等，确保学生掌握扎实的武术基础。 2. 实用性和针对性：随着高校教育改革的发展，武术教学更加注重实用性。因此，教学内容应与实际应用相结合，让学生能够将所学技能运用到实际场景中。同时，教学要求应具有针对性，针对学生的不同特点和需求，制定个性化的教学方案。 3. 动作规范和准确性：在武术教学中，动作的规范和准确性至关重要。教师应严格要求学生按照规范的动作要领进行练习，确保每个动作都达到标准要求。同时，要注重对学生演练水平的培养，提高其在武术表演中的表现能力。 4. 攻防技能和实战能力：武术具有攻防兼备的特点，因此在教学过程中，教师应注重对学生攻防技能的培养。可以通过两人一组的对练方式，让学生在实战中掌握攻防技巧，提高实战能力。 5. 安全意识和自我保护能力：武术教学中，安全始终是第一位的。教师应强调安全意识的培养，让学生了解并遵守武术训练的安全规则。同时，要教授学生如何在训练中保护自己，避免受伤。
------	---

课程名称	【2120022305】搏克				
总学时	36	理论学时		实践学时	36
考核方式	考查	课程性质	限选	学分	2
课程目标	<p>大学搏克的教学目标是一个广泛而深远的概念，涵盖了学生在大学期间应培养和发展的多个重要方面。以下是一些关键的教学目标：</p> <p>首先，搏克强调本科生应提高各种形式的表达能力。这不仅包括精确而优美的书面表达能力，使学生能够清晰、准确地表达思想和观点；还包括清晰而有说服力的口头表达能力，让学生能够自信、流畅地在公共场合发表演讲或进行辩论。这些表达能力是学生在大学期间和毕业后都会广泛运用的能力，也是作为公民和一切从业人员所应具备的基本素质。</p> <p>其次，搏克认为大学教育的另一个基本目标是培养提高学生的清晰思维和批判性思维能力。这包括清晰的认识和界定问题，分辨出同一问题的不同论点与利益关系，搜集相关材料并分析不同材料之间的相互关系，以及围绕某一问题提出可行的解决方案。此外，学生还应学会分析证据，运用推断、类比等常见的推理方式考察各种方案，最终提出合理的判断和最佳方案。这些思维能力和习惯将帮助学生更好地理解和应对复杂的社会问题和挑战。</p> <p>此外，搏克还提出了道德推理能力和公民意识的培养目标。道德推理能力要求学生养成更加清晰而强烈的道德原则感，能够严谨地思考如何处理道德两难问题，评价各方观点的合理性，并判定正确的行为。而公民意识则强调将学生培养成有知识的公共事务的积极参与者，让他们具备参与社会、服务社会的意识和能力。</p>				
教学内容	<p>搏克的教学内容因其所涉及的领域不同而有所区别。以下是几个不同领域中搏克教学内容的概述：</p> <p>1. 搏克教学大纲：</p> <p>初级阶段：学员主要学习基础技术和动作，包括基本的拳法、踢腿技巧以及防守技术等。</p> <p>中级阶段：学员在掌握基础技术后，开始接触更复杂的技术组合，如连拳、踢腿组合等，并学习如何应对不同对手和情况，以及攻击和防守的策略。同时，通过模拟比赛的训练，提高应战能力和心理素质。</p> <p>高级阶段：学员在此阶段重点培养综合能力，包括速度、力量、耐力和灵活性等。教练会引入更高难度的技术和组合，并注重战术和策略的训练，以培养学</p>				

	员的比赛智慧和应变能力。
教学要求	<p>搏克，作为蒙古族的传统体育项目，具有深厚的历史文化底蕴和独特的运动特点。在教学搏克时，需要遵循一定的教学要求，以确保学员能够全面、系统地掌握搏克的技能和知识。</p> <p>首先，教学搏克需要注重基础技能的训练。这包括基本的拳法、踢腿技巧、防守技术等。教练应设计一系列的基础训练，如基本拳法组合的练习、踢腿靶子的训练等，以帮助学员打下坚实的基础。同时，教练还应注重学员的基本身体素质的培养，如灵活性、力量和耐力的训练。</p> <p>其次，教练在教学搏克时，应根据学员的水平和能力，循序渐进地推进教学进度。在初级阶段，教练应重点教授学员基本的技术和动作，并帮助他们掌握正确的姿势和呼吸方法。随着学员技能的提高，教练可以逐步引入更复杂的技术组合和战术策略，以提高学员的竞技水平。</p> <p>此外，教练在教学搏克时，还应注重培养学员的团队协作意识和竞技精神。搏克不仅是一项个人运动，更是一项团队运动。因此，教练应通过组织团队训练和比赛等方式，帮助学员增强团队协作能力，培养他们的团队精神和集体荣誉感。同时，教练还应鼓励学员积极参与比赛，培养他们的竞技意识和比赛经验。</p> <p>最后，教练在教学搏克时，还应注重安全教育和防护措施的落实。搏克是一项激烈的运动，学员在训练和比赛中容易受伤。因此，教练应教育学员在训练和比赛中注意自我保护，遵守比赛规则，避免不必要的受伤。同时，教练还应提供必要的防护装备和设施，确保学员在训练和比赛中的安全。</p>

课程名称	【2120022306】射箭				
总学时	36	理论学时		实践学时	36
考核方式	考查	课程性质	限选	学分	2
课程目标	<p>射箭教学的目标主要涵盖以下几个方面：</p> <p>1. 知识与技能：首先，学生应了解射箭的起源、发展历史以及基本的比赛规则。其次，他们需要掌握正确的射箭姿势、动作和技巧，包括如何有效地使用射箭装备，如弓、箭和护具等。这些基本知识和技能的掌握是射箭运动的基础，有助于学生更好地进行后续的射箭活动。</p> <p>2. 技能提升：通过反复的练习和实践，提高学生的射箭准确性和稳定性，使他们在操控弓箭并发射的练习中，以“射准”为目标，不断精进技能。</p> <p>3. 情感态度与价值观：在射箭教学中，同样需要重视培养学生的情感态度和价值观。这包括培养学生的团队合作意识，增强他们的集体荣誉感；培养他们的耐心和毅力，帮助他们建立自信心；同时，通过射箭运动，倡导健康的生活方式，培养学生的体育精神。</p>				
教学内容	<p>射箭教学内容主要包括以下几个方面：</p> <p>1. 基础知识与装备介绍： 射箭的历史与文化背景。 弓箭的基本构成，包括弓身、弓弦、箭杆、箭羽和箭头等部分的功能与选择。 射箭的装备，如手套、护臂、护胸等的使用与保养。</p> <p>2. 基本站姿与握弓方法： 正确的站立姿势，包括双脚站位、身体面向、重心分配等。 左手持弓的握法，确保稳定而灵活。 右手握弦的方式，确保力量能够准确、流畅地传递到弓弦上。</p> <p>3. 搭箭与瞄准技巧： 搭箭的正确方法，确保箭矢能够稳定地放置在弓弦上。 瞄准的技巧，包括眼睛、准星和目标的对齐方式，以及呼吸控制和心态调整。</p> <p>4. 拉弓与放箭动作： 拉弓的动作要领，包括力量的分配、身体的协调以及弓弦的稳定。</p>				

	<p>放箭的时机掌握，确保在弓弦拉到适当位置时，能够迅速而准确地释放箭矢。</p> <p>5. 安全与规则教育： 射箭场地的安全规定，如保持适当的距离、避免干扰他人等。 射箭比赛的基本规则与礼仪，培养学生的竞技精神与团队合作精神。</p> <p>6. 实践训练与反馈： 通过大量的实践训练，让学生熟练掌握射箭的基本技能</p>
教学要求	<p>强调射箭课程中的安全要求，确保学生在练习和比赛过程中始终保持警惕。 对学生进行安全教育和培训，让他们了解如何正确使用射箭装备、避免潜在的安全隐患。 在教学过程中，教师要密切关注学生的动态，及时纠正不安全的行为和动作。 综上所述，射箭课程的教学要求旨在确保学生在掌握射箭技能的同时，培养良好的情感态度和价值观，并在安全的环境下进行学习和实践。</p>

课程名称	【2120022307】体育绘图				
总学时	36	理论学时	36	实践学时	
考核方式	考查	课程性质	限选	学分	2
课程目标	<p>体育绘图的教学目标主要包括以下几个方面：</p> <p>1. 掌握绘图基础知识与技能：使学生掌握基本的绘图工具和材料的使用方法，熟悉各种线条、形状、色彩在体育绘图中的运用，并了解基本的构图原理和技巧。</p> <p>2. 培养体育专项绘图能力：针对不同体育项目，教授学生如何准确、生动地绘制体育动作、场景和器材等。通过实践训练，使学生能够熟练掌握体育专项绘图的技巧和方法。</p> <p>3. 提高观察与表现能力：体育绘图需要学生具备敏锐的观察力和表现力。通过训练，使学生能够准确捕捉体育动作的特点和精髓，并通过绘图将其生动地表现出来。</p> <p>4. 培养创新思维能力：鼓励学生发挥想象力和创造力，尝试将不同的元素和风格融入体育绘图中，创造出具有个性和创意的作品。</p> <p>5. 增强沟通与表达能力：体育绘图不仅是一种技能，也是一种表达方式。通过绘图，学生能够更好地与他人分享对体育的理解和感受，增强沟通和表达能力。</p> <p>综上所述，体育绘图的教学目标旨在培养学生的绘图技能、观察力、表现力、创新思维和沟通能力，使他们能够更好地理解和欣赏体育，并通过绘图这一形式传达自己的思想和情感。</p>				
教学内容	<p>体育绘图的教学内容主要涵盖了以下几个方面：</p> <p>1. 基础绘图技巧：这是体育绘图的核心内容。学生需要学习如何使用绘图工具，包括铅笔、圆规、直尺、曲线板等，以及如何运用线条、形状和色彩来准确表达体育动作或场景。此外，他们还应学习基础的构图原则，如平衡、对比和层次感，以创造出具有视觉吸引力的作品。</p> <p>2. 人体解剖与运动学知识：了解人体结构以及运动时的肌肉变化和动作特点是绘制体育图形的基础。因此，体育绘图的教学内容应包括人体解剖的基础知识，如骨骼、关节和肌肉的位置和功能，以及运动学原理，如动作的起始、过程和结束状态。</p> <p>3. 各类体育动作与场景的绘制：学生需要学习如何绘制各种体育动作，如跑步、</p>				

	<p>跳跃、投掷等，并了解如何表现运动员的动态美和力量感。此外，他们还应学习如何绘制体育比赛的场景，如田径场、篮球场、游泳池等，以展现体育运动的氛围和激情。</p> <p>4. 绘图软件与数字绘图技术：随着科技的发展，数字绘图技术已经成为体育绘图领域的重要组成部分。因此，体育绘图的教学内容也应包括如何使用绘图软件（如 AdobeIllustrator、Photoshop 等）进行体育图形的绘制和编辑。学生应学习掌握数字绘图的基本技巧，如图层管理、色彩调整、滤镜应用等，以提高绘图效率和质量。</p> <p>5. 作品欣赏与评价：体育绘图教学还应包括对学生作品的欣赏和评价环节。通过欣赏优秀的体育绘图作品，学生可以拓宽视野，提高审美水平；而通过对作品的评价，学生可以了解自己的不足之处，以便在后续的学习中加以改进。</p>
教学要求	<p>体育绘图的教学要求主要包括以下几个方面：</p> <p>首先，教学目标要明确。体育绘图的教学旨在帮助学生通过绘图活动更好地理解 and 记忆体育知识，培养学生的绘画技巧和创造力，以及提高学生的观察力和空间想象力。因此，在教学过程中，教师应确保学生能够掌握基本的绘图技巧，并能运用这些技巧来表达体育动作和器材的形态。</p> <p>其次，教学内容要系统。体育绘图的教学内容应包括手绘练习、创造性绘图和团队合作绘图等多个方面。手绘练习可以帮助学生熟悉体育动作和器材的形态，提高绘图的准确性和流畅度；创造性绘图则鼓励学生发挥创造力，根据体育知识创作出自己的作品；团队合作绘图则培养学生的团队合作精神和沟通能力，通过分工合作完成绘图任务。</p> <p>此外，体育绘图的教学还需要注重理论与实践的结合。学生应了解并掌握体育绘图的基本原理和透视理论，如人体的解剖特征、投影绘图方法以及点、线的透视特点等。同时，学生还应能将理论知识应用到实践中，例如运用透视原理来绘制人体动作的透视图，以及运用曲线图法画出各种运动技术的连续图。</p> <p>最后，体育绘图的教学还应强调学生的实践能力和创新能力的培养。教师应鼓励学生多动手、多动脑，通过不断的实践来提高自己的绘图水平。同时，教师还应注重培养学生的创新思维，鼓励学生在体育绘图的过程中不断探索新的表现方式和创作思路。</p>

课程名称	【2120022308】冰雪				
总学时	36	理论学时		实践学时	36
考核方式	考查	课程性质	限选	学分	2
课程目标	<p>大学冰雪的教学目标主要包括以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 让学生掌握冰雪运动的基本理论和技能，包括冰雪运动的历史、规则、技巧等。 2. 提高学生的身体素质和动手能力，通过冰雪运动锻炼学生的协调性、灵活性和耐力。 3. 培养学生的团队合作精神和互助精神，通过冰雪运动中的团队活动加强学生的团队协作能力。 <p>学生能够学会如何与他人协作，提高沟通能力，培养团队合作精神。</p>				

<p>教学内容</p>	<p>1. 冰雪运动基础知识：介绍冰雪运动的历史、发展现状、基本规则等。 2. 冰雪运动技能教学：包括滑雪、滑冰、冰球等冰雪运动的基本技能和动作要领。 3. 冰雪运动实践与比赛：组织学生进行冰雪运动的实践训练，并参加校内外的比赛活动，提高学生的实际应用能力和竞技水平。</p>
<p>教学要求</p>	<p>1. 理论与实践相结合：通过课堂讲解、示范演示和实践操作等多种方式，使学生全面掌握冰雪运动的理论知识和实践技能。 2. 个性化教学：针对不同学生的特点和需求，采取个性化的教学方法，使每个学生都能得到适合自己的教学内容和方式。 3. 注重实践训练：通过大量的实践训练，让学生熟练掌握冰雪运动的技能和动作要领，提高运动水平。</p>

九、实施保障

（一）师资队伍

体育运动系现有专任教师 20 人，辅导员 2 人。其中外聘教师 4 人，副高以上职称 8 人，研究生 2 人。

教师任职条件：双师型人才培养模式实施，必须拥有一支具有先进的职教理念、扎实的理论功底、熟练的实践技能、缜密的逻辑思维能力、丰富的表达方式的教师队伍。为保证人才培养目标的实现，专任教师必须满足下列任职条件。

专任教师条件：

- ①专任教师应具备本专业或相近专业大学本科及以上学历，具有教师资格证；
- ②具有 D 级以上足球教练员执照，入校的青年教师必须在足球实践课程中参加一学期的足球活动指导、足球比赛。从事实践教学指导工作的教师应具备累计 1 年以上的基础足球教育任课经验或专业队经历；

- ③精通体育基本理论与知识；
- ④具有较强的教研与科研能力；
- ⑤具有较强的教学组织能力；
- ⑥具有良好的师德修养；

（二）教学设施

新校区综合体育馆：室内 2 片篮球场、室内五片羽毛球场、室内排球场 2 片、室外网球场 3 片、室外篮球场、排球场、羽毛球场各 5 片，武术馆、体操馆、

瑜伽馆、健身房、乒乓球馆、70米室内跑廊、国际象棋室、标准400米田径场地。

实训室名称	体育馆			
面积	1000 m ²			
工位数	个			
实训功能				
服务课程				
实训项目				
支撑的培养规格				
支撑的岗位能力				
设备名称	设备规格	设备数量	单位	备注

（三）教学资源

中小学《体育与健康》教材配套的课程资源；《高职体育与健康》《篮球》《社会体育》等课程资源；《大学公共体育》、《体育与健康》《走近冬奥会》等课程资源。指导学生掌握跑、跳、投等基本运动技能和足球、篮球、排球、田径、游泳、体操、武术、冰雪运动等专项运动技能。该板块注重技能学习的阶段性，不针对特定学段。目前上线资源主要侧重于课程标准涵盖的，全国学生（青年）运动会开设的，学校广泛开展的体能训练、球类运动、田径运动等项目资源。以“校内竞赛、校际联赛、选拔性竞赛”为一体的大中小学体育竞赛成果。目前上线资源主要有校园足球、篮球、羽毛球等相关赛事及全国学生运动会等相关资源。“健康服务”板块目前上线资源主要有运动急救、健康方式养成、抗击疫情等相关视频，“心理健康”咨询与服务内容。

序号	资源名称	资源网址
----	------	------

1	智慧树	https://www.zhihuishu.com/
2	智慧职教	http://www.icve.com.cn

十、校企合作联合培养计划

校企合作办学

主要内涵：企业或行业以资金、设备、场地、技术人员指导等方式资助或参与学校办学。

主要表现形式：

(1) 建立校外实训基地：企业为学校提供校外实训基地，为学校专业课教师和学生提供实践场所，加快“双师型”教师培养，提高学生的职业技能和就业能力，同时也为基地企业优先培养技能型人才创造条件。

(2) 共建校内实训基地：学校借助合作单位提供相关设备或资金共建学校的实验实训室，增强实验实训实力；企业可以利用学校实训设备、场地和实习学生进行加工生产，减少生产成本，获得更大利润；学生可以提前接触生产过程，更早、更好的由学生向职业人的角色转变，实现校、企、生三方共赢。

(3) 共建培训中心：根据各企业职工培训特点及不同培训方向或培训教学的需要，与相关企业建立三种合作模式的职工基地，

(4) 企业设置奖教或奖学基金。

2. 校企合作育人

主要内涵：企业参与专业设置、人才培养方案的制定与实施，如论证专业的设置、制定专业教学计划、制定和修改课程教学大纲；企业作为学校校外实践教学基地，为学生提供毕业设计、课程实习的条件等。

主要表现形式：

(1) 教学见习模式：学生通过一定的在校专业理论学习后，到合作企业观摩与学习企业生产、操作流程等；企业安排学生实地参与相关工作、动手制作产品、参与产品管理，比较系统地掌握岗位工作知识，有效增强协作意识、就业意识和社会适应能力。学校可优先向该企业推荐毕业生。

(2) 工学交替模式：采用理论学习与技能训练交替进行的方式，理论学习在学校完成，技能训练在合作企业完成，按双方共同制定的教学计划实施交替，确定学生在企业参加生产实践和在学校参加理论学习及实训的时间。

(3) 校企联合办班：招生时与企业签订联办协议，企业参与学校教学计划的制定，并指派专业人员参加或指导学校的专业教学。企业为学生提供实习基地和设备，或承担学生在校期间全部或部分学习费用。学生可到企业参观、实训和实习，毕业后到企业就业。从而实现“实现招生与招工同步，教学与生产同步，实习与就业联动”。

3. 校企合作就业

主要内涵：校企双方用契约或其他方式确定的按照企业对人才的要求，为企业培养或向企业推荐毕业生。

主要表现形式：

(1) 订单式培养：通过合同契约的方式，学校按照用人方的要求制定并履行人才培养方案，直接为用人方培养所需人才，实现招生、学习、就业联体同步。具体设有定向委培班、企业冠名班、企业订单班等，有长期、中期、短期等不同的订单方式。

(2) 顶岗实践：顶岗实践也称“2+1”教学模式，即学生前二年前二年在校完成教学计划规定的全部课程后，学校组织学生毕业前到企业顶岗实习，并聘请企业专业技术人员作为学生实习指导教师。学校和企业共同参与管理，合作教育培养，使学生成为用人单位所需要的合格技术人才。实习结束后企业择优录用、学生双向选择。

(3) 优先推荐优先就业：优先将优秀毕业生向合作企业推荐，企业优先接收合作学校的毕业生。

十一、继续学习和深造建议

学生在校期间努力学习，提高自身知识储备，参加专升本考试，提高学历水平。