

高等职业学校运动训练专业教学标准

一、专业名称（专业代码）

运动训练（670401）。

二、入学要求

普通高级中学毕业、中等职业学校毕业或具备同等学力。

三、基本修业年限

三年。

四、职业面向

本专业职业面向如表 1 所示。

表 1 本专业职业面向

| 所属专业大类 (代码) | 所属专业类 (代码) | 对应行业 (代码) | 主要职业类别 (代码) | 主要岗位群或 技术领域举例 |
|-----------------|---------------|---------------------------|--|---|
| 教育与体育大类 (67) | 体育类 (6704) | 体育 (89); 教育 (83) | 体育专业人员 (2-09-07); 中小学教育教师 (2-08-03); 幼儿教育教师 (2-08-04) | 教练员; 裁判员; 运动员; 小学教育教师; 幼儿教育教师 |

五、培养目标

本专业培养理想信念坚定，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、职业道德和创新意识，精益求精的工匠精神，较强的就业能力和可持续发展的能力，掌握本专业知识和技术技能，面向体育、教育等行业的体育专业人员、中小学教育教师、幼儿教育教师等职业群，能够从事教练员、体育教学与训练、赛事组织管理与裁判等工作的高素质技术技能人才。

六、培养规格

本专业毕业生应在素质、知识和能力等方面达到以下要求：

（一）素质

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

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

（3）具有质量意识、环保意识、安全意识、信息素养、工匠精神、创新思维。

（4）勇于奋斗、乐观向上，具有自我管理能力、职业生涯规划的意识，有较强的集体意识和团队合作精神。

（5）具有健康的体魄、心理和健全的人格，掌握基本运动知识和1~2项运动技能，养成良好的健身与卫生习惯，以及良好的行为习惯。

（6）具有一定的审美和人文素养，能够形成1~2项艺术特长或爱好。

（二）知识

（1）掌握必备的思想政理论、科学文化基础知识和中华优秀传统文化知识。

（2）熟悉与本专业相关的法律法规以及环境保护、安全消防等知识。

（3）掌握与运动训练专业相关的基本理论、体育教学的基本理论知识。

（4）掌握1~2门专业运动项目的基本技术原理及基本知识。

（5）掌握运动训练、体育教学及运动竞赛的组织与管理的基本知识。

（三）能力

（1）具有探究学习、终身学习、分析问题和解决问题的能力。

（2）具有良好的语言、文字表达能力和沟通能力。

（3）具有制订运动训练计划、体育教学教案的能力。

（4）具有对所学运动项目进行训练指导、教学和管理的能力。

（5）具有体育活动组织与指导能力，以及体育赛事组织与管理能力。

（6）具有一定竞赛临场指导能力。

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和专业课程。

1. 公共基础课程

根据党和国家有关文件规定，将思想政治理论、中华优秀传统文化、体育、军事理论与军训、大学生职业发展与就业指导、心理健康教育等列入公共基础必修课；并将党史国史、

劳动教育、创新创业教育、大学语文、高等数学、公共外语、信息技术、健康教育、美育、职业素养等列入必修课或选修课。

学校根据实际情况可开设具有本校特色的校本课程。

2. 专业课程

专业课程一般包括专业基础课程、专业核心课程、专业拓展课程，并涵盖有关实践性教学环节。学校可自主确定课程名称，但应包括以下主要教学内容：

(1) 专业基础课程。

专业基础课程一般设置 6~8 门，包括：体育基本理论与方法、体育心理学、教育学、体育管理、田径、基本体操与技巧、游泳等课程。

(2) 专业核心课程。

专业核心课程一般设置 6~8 门，包括：运动人体科学基础、专项训练、体能训练方法、运动训练理论与方法、运动防护、体育教学法等。其中专项训练课可根据学生需求选定体育运动项目开设。

(3) 专业拓展课程。

专业拓展课程包括：体育摄影、体育欣赏、体育法规、儿童心理学、体育经营管理理论与实务、体育市场营销与策划、普通话、中国手语、体育绘图、体育游戏、运动营养、体育教学法、轮滑、飞镖、滑冰、滑雪、攀岩、棋牌、台球、健美操、乒乓球、武术、排球、跆拳道、街舞等。

3. 专业核心课程主要教学内容

专业核心课程主要教学内容如表 2 所示。

表 2 专业核心课程主要教学内容

| 序号 | 专业核心课程名称 | 主要教学内容 |
|----|-----------|--|
| 1 | 运动人体科学基础 | 体育运动对身体各器官系统的良好作用和能够增强体质的道理；人体结构与机能的基本知识和体育卫生知识，为不同年龄、不同性别的人群合理地安排体育活动，使其能有效地增强体质，促进运动技术水平的提高，预防运动伤病；简易急救方法及实践操作 |
| 2 | 专项训练 | 所选专项运动的基本原理，教学训练的理论、专项技术战术、教学训练技能，训练安排、赛事指导、教学组织与竞赛组织，专项运动的训练、教学、竞赛组织管理与裁判工作 |
| 3 | 体能训练方法 | 体能训练的人体运动科学原理，体能训练的基本技术和方法，体能测试与评价的基本理论与技术，参与体能训练的运动风险，体能训练计划的编制和实施 |
| 4 | 运动训练理论与方法 | 运动训练的原则、特点、内容，运动训练的方法与手段，训练计划制订、组织实施和管理，在学校、运动队、社区等领域相关部门的教学训练和管理工作中灵活运用运动训练理论与方法 |

| 序号 | 专业核心课程名称 | 主要教学内容 |
|----|----------|--|
| 5 | 运动防护 | 运动防护理念、急救与处理、运动损伤康复，以及头颈部、肩肘手部、躯干部、下肢等的知识，运动风险管理技能、损伤预防技术和技术诊断与分析方法，及时、准确、有效地预防和处理运动损伤，常见运动损伤和突发事件处理，预防和减少运动损伤的发生 |
| 6 | 体育教学法 | 体育与健康课程的基本理念与设计思路；体育与健康课程的目标体系、内容标准和课程实施方案；体育与健康课程的教学组织、方法与评价；现代体育教学方法；现代体育教学模式；小学体育教材教法；实践部分（队列队形实习、体育课见习、教育实习、说课等） |

4. 实践性教学环节

实践性教学环节主要包括实验、实训、实习、毕业设计、社会实践等。在校内外进行学校教学、俱乐部或业余训练指导、体育竞赛组织与管理等认知实习、体育专项技能实训、体育教学与训练指导实训、临场裁判实训等。在体育行业协会、体育俱乐部或企业进行实习。应严格执行《职业学校学生实习管理规定》。

5. 相关要求

学校应统筹安排各类课程设置，注重理论与实践一体化教学；应结合实际，开设安全教育、社会责任、绿色环保、管理等方面的选修课程、拓展课程或专题讲座（活动），并将有关内容融入专业课程教学；将创新创业教育融入专业课程教学和相关实践性教学；自主开设其他特色课程；组织开展德育活动、志愿服务活动和其他实践活动。

（二）学时安排

总学时一般为 2700 学时，每 16~18 学时折算 1 学分。公共基础课学时一般不少于总学时的 25%。实践性教学学时原则上不少于总学时的 50%，其中，顶岗实习累计时间一般为 6 个月，可根据实际集中或分阶段安排实习时间。各类选修课程学时累计不少于总学时的 10%。

八、教学基本条件

（一）师资队伍

1. 队伍结构

学生数与本专业专任教师数比例不高于 25:1，双师素质教师占专业教师比例一般不低于 60%，专任教师队伍要考虑职称、年龄，形成合理的梯队结构。

2. 专任教师

专任教师应具有高校教师资格；有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心；具有运动训练或体育教育等相关专业本科及以上学历；具有扎实的本专业相关理论功底和实

践能力；具有较强信息化教学能力，能够开展课程教学改革和科学研究；有每5年累计不少于6个月的企业实践经历。

3. 专业带头人

专业带头人原则上应具有副高及以上职称，能够较好地把握国内外运动训练行业、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，教学设计、专业研究能力强，组织开展教科研工作能力强，在本区域或本领域具有一定的专业影响力。

4. 兼职教师

兼职教师主要从本专业相关的行业企业聘任，具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，具有中级及以上相关专业职称，能承担专业课程教学、实习实训指导和学生职业发展规划指导等教学任务。

(二) 教学设施

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

1. 专业教室基本条件

专业教室一般配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入或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. 校内实训室基本要求

校内实训室的基本要求为：生均教学科研仪器设备不低于3000元，校内实训基地（室）场所及设备、器材种类和数量应能满足专业理论课程实训、普修项目、专项与辅项、专业拓展项目技术教学与实训及专业技能综合实训的需要。

(1) 田径实训场。

田径实训场应配备起跑器、跨栏架、秒表、皮尺、跳远沙池、沙耙、铅球、标枪、跳高架、跳高杆、接力棒、白板、桌子、凳子、多媒体教学仪器等器材，用于短跑、接力跑与跨栏、跳远与跳高、铅球与标枪技术训练与教学，以及田径裁判实训。

(2) 游泳实训场（馆）。

游泳实训场（馆）应配备分道带、浮板、救生圈、秒表、电子记分牌、白板、桌子、凳子、水上救生仿真器、多媒体教学仪器等器材，用于自由泳、蛙泳、仰泳等技术训练与教学、游泳救生技能实操、游泳裁判实操。

(3) 体操实训馆。

体操实训馆应配备单杠、双杠、跳马、木山羊、海绵垫、助跳板、白板、桌子、凳子、多媒体教学仪器等器材，用于基本体操技术教学与实训、技巧技术教学与实训、裁判实操。

(4) 篮球实训场（棚、馆）。

篮球实训场（棚、馆）应配备篮球架与球网、篮球、球车、记分牌（或移动电子记分系统）、秒表、白板、桌子、凳子、标志桶、推水器、多媒体教学仪器；用于篮球基本技术与战术教学，篮球技术教学与训练指导实训，竞赛实训以及篮球裁判临场实操。

(5) 羽毛球实训馆。

羽毛球实训馆应配备羽毛球架与球网、羽毛球、记分牌、白板、桌子、凳子、体育场馆标准照明灯具、多媒体教学仪器等器材；用于羽毛球技术与战术教学、教学训练、竞赛实训，以及裁判实训。

(6) 足球实训场。

足球实训场应配备足球球门、门球网、足球、秒表、记分牌、白板、三色三角小旗、桌子、凳子、雪糕筒、角标、竹竿、多媒体教学仪器等器材；用于足球基本技术与战术实训、足球技术教学与训练指导实训、竞赛实训，以及足球裁判实操。

(7) 网球实训场。

网球实训场应配备网球架与球网、网球、网球捡球篮、记分牌、白板、桌子、凳子、网球墙（或网球练习器）、推水器、多媒体教学仪器等器材；用于网球基本技术与战术实训、网球技术教学训练实训、网球竞赛实训、网球裁判实操。

(8) 乒乓球实训室。

乒乓球实训室应配备乒乓球台、球架与球网、乒乓球、乒乓球拍、记分牌、白板、桌子、凳子、体育场馆标准照明灯具、多媒体教学仪器等器材；用于乒乓球基本技术实训、乒乓球技术教学与训练实训、乒乓球裁判实操。

(9) 跆拳道实训场（馆）。

跆拳道实训场（馆）应配备跆拳道垫、脚靶、手靶、沙袋、白板、记分牌、桌子、凳子、体育场馆标准照明灯具、多媒体教学仪器等器材；用于跆拳道技术教学、跆拳道技术教学与训练指导实训、跆拳道裁判实操。

(10) 体能训练方法实训室。

体能训练方法实训室应配备各种组合力量练习器、卧推架、跑步机、功率自行车、动感单车、体能训练包、平衡球、力量棒、杠铃、哑铃、各级别药球、弹力带、瑞士球等器材；用于体能训练方法理论教学与实操、核心力量练习实操、上下肢力量训练实操。

3. 校外实训基地基本要求

校外实训基地基本要求为：具有稳定的校外实训基地；能够开展体育教学与训练、赛事组织管理与裁判等实训活动，实训设施齐备，实训岗位、实训指导教师确定，实训管理及实施规章制度齐全。

4. 学生实习基地基本要求

学生实习基地基本要求为：具有稳定的校外实习基地；能提供教练员、裁判员、运动员、小学教育教师、幼儿教育教师等相关实习岗位，能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；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；有保证实习生日常工作、学习、生活的规章制度，有安全、保险保障。

5. 支持信息化教学方面的基本要求

支持信息化教学方面的基本要求为：具有可利用的数字化教学资源库、文献资料、常见问题解答等信息化条件；鼓励教师开发并利用信息化教学资源、教学平台，创新教学方法，

引导学生利用信息化教学条件自主学习，提升教学效果。

（三）教学资源

教学资源主要包括能够满足学生专业学习、教师专业教学研究和教学实施所需的教材、图书文献及数字教学资源等。

1. 教材选用基本要求

按照国家规定选用优质教材，禁止不合格的教材进入课堂。学校应建立专业教师、行业专家和教研人员等参与的教材选用机构，完善教材选用制度，经过规范程序择优选用教材。

2. 图书文献配备基本要求

图书文献配备能满足人才培养、专业建设、教科研等工作的需要，方便师生查询、借阅。专业类图书文献主要包括：行业政策法规资料、有关职业标准，有关运动训练技术、标准、教学与训练方法、教学与训练操作规范，以及教学或训练实例类图书等。

3. 数字教学资源配置基本要求

建设、配备与本专业有关的音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、虚拟仿真软件、数字教材等专业教学资源库，应种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新，能满足教学要求。

九、质量保障

（1）学校和二级院系应建立专业建设和教学质量诊断与改进机制，健全专业教学质量监控管理制度，完善课堂教学、教学评价、实习实训、毕业设计以及专业调研、人才培养方案更新、资源建设等方面质量标准建设，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达成人才培养规格。

（2）学校和二级院系应完善教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设水平和教学质量诊断与改进，建立健全巡课、听课、评教、评学等制度，建立与企业联动的实践教学环节督导制度，严明教学纪律，强化教学组织功能，定期开展公开课、示范课等教研活动。

（3）学校应建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校学业水平、毕业生就业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

（4）专业教研组织应充分利用评价分析结果有效改进专业教学，持续提高人才培养质量。