

2024 版社会体育指导与管理专业本科人才培养方案

(专业代码: 040203)

一、专业简介

在全民健身、体育强国与健康中国国家战略的驱动下,在国家致力于将体育产业打造为国民经济支柱产业的趋势下,在体育服务与管理专科专业长达十余年的办学积淀下,我校社会体育指导与管理专业于 2019 年开始本科办学。本专业坚持“立德树人”根本任务,以市场需求为导向、服务地方为遵循、落实对口就业为目标,积极探索实施“产教融合”人才培养模式。校企双方通过开设“订单班”的方式,在人才培养方案制定、课程建设、实习就业、训练竞赛、创业创新、职业资格证书、社会服务等方面达成战略合作,让企业方参与人才培养的全过程。践行“理实并重、校企合作、服务社会”的培养理念,突出“人才培养目标与市场需求相匹配、毕业能力要求与职业素养相匹配、学习过程与工作过程相匹配”的培养特色,明确“市场需求-培养目标-职业素养-毕业能力要求-课程目标”相互衔接的培养思路,精准培养健身教练、户外指导员、体育培训教练、俱乐部店长、户外或体育培训企业高管等高素质应用型健身休闲行业人才。

二、培养目标

本专业立足南昌、面向江西、辐射全国,对接新时代“健康中国”、体育强国与全民健身国家战略,紧跟健身与户外运动产业发展趋势,坚持“立德树人”根本任务。培养德智体美劳全面发展,具有社会责任、人文素养、职业规范、创新精神、国际视野等修养,掌握体育学科基础理论与前沿动态等知识,具备健身户外运动指导、青少年体育运动指导、体育活动策划组织、体育产业经营与管理、表达与沟通、体育产业创新创业等能力的“既会运动指导,又懂企业经营管理”的高素质应用型健身休闲行业人才。

本专业对所培养的学生在毕业五年左右的预期目标是:

培 养 目 标	<p>目标 1: 基本素质。热爱祖国, 拥护中国共产党的领导; 具有社会责任、科学精神、人文素养、公益意识、职业规范、国际视野等修养; 掌握体育学科基础理论、相关母学科理论、通识学科知识; 掌握计算机等信息技术, 建立“互联网+”思维。</p>
	<p>目标 2: 健身-户外-体培运动指导能力。掌握健身、户外运动和青少年体育培训理论与知识, 准确研判健身、户外运动和青少年体育培训产业发展趋势; 能够针对顾客需求开展健身运动指导、运动康复、训练方案设计等工作; 能够针对客户需求开展户外运动项目指导、团建活动策划组织等工作; 能够针对青少年开展体能训练及击剑、球类运动、水上运动类项目的训练、指导等工作。</p>
	<p>目标 3: 经营管理综合能力。熟悉体育产业的相关方针、法规、政策, 掌握健身与户外运动行业理论前沿与发展趋势; 具备健身俱乐部、户外运动和青少年体育培训企业经营管理、市场调研与预判、客户关系管理等能力; 具备俱乐部营销推广活动或企业团建活动策划、组织、协调等能力; 具备准确清晰的语言表达能力, 掌握规范合理的沟通技巧与程序, 能够销售健身户外课程或青少年体育培训课程。</p>
	<p>目标 4: 体育产业创新创业能力。具备创新意识, 健身课程设计与团操创编、素质拓展游戏开发与户外运动路线设计, 以及健身户外或青少年体育培训行业经营与管理创新等能力; 熟悉体育产业的相关方针、法规、政策; 具备创业精神, 市场洞察、市场预判与调研、资源获取与整合等创业能力。</p>

三、毕业要求

毕业要求	分解指标点	支撑环节
<p>1. 品德修养</p> <p>具有坚定正确的政治方向, 拥护中国共产党领导。具有家国情怀、公益意识、担当精神和使命意识。具有良好的思想品德、积极的人生态度和健康的体魄。具有科学精神、人文素养、艺术品位。具有文化自信, 能够传承创新和发扬中华优秀传统文化。具有职业认同和归属感, 在遵守职业规范中履行社会责任。了解国情社情民情, 自觉践行社会主</p>	<p>1.1【思想品德】热爱祖国, 拥护中国共产党的领导, 领会和掌握马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、以及习近平新时代中国特色社会主义思想, 牢固树立并践行社会主义核心价值观, 德智体美劳等全面发展, 具有高度的社会责任感和良好的敬业精神, 具备社会公德、遵纪守法、诚实守信品质。</p>	<p>教学环节: 思想道德与法治、中国近现代史纲要、马克思主义基本原理、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概况、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、形势与政策、大学生国家安全教育、军事理论、大学生心理健康教育、大学英语/大学日语</p>
	<p>1.2【人文素养】具有人文素养、科学精神和审美品位, 体</p>	<p>实践环节: 课程思政、军事技能训练、劳动教育(实践)、第二课堂</p> <p>教学环节: 思想道德与法治、中国近现代史纲要、马克思主</p>

毕业要求	分解指标点	支撑环节
义核心价值观。	育强国建设的家国情怀、担当意识与使命意识，服务全民健身事业的自觉意识和公益精神，创造性传承和发扬中华优秀传统文化传统体育文化的自信意识。	义基本原理、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概况、习近平新时代中国特色社会主义思想概论、形势与政策、大学生国家安全教育、军事理论、大学生心理健康教育、体育社会学、体育概论、健康教育、体育心理学、社会体育导论、舞龙舞狮、射箭 实践环节： 课程思政、社会实践、志愿服务、社团活动
	1.3【职业规范】在专业实践中加强职业认同感和归属感，并遵守职业道德、职业伦理和职业精神，履行社会责任。	教学环节： 社会体指导与管理专业导论、大学生心理健康教育、大学生职业生涯规划、大学生就业指导、大学生创新创业基础 实践环节： 专业见习、专业实习、健身-户外-体培企业运营实操、志愿服务
	2. 信息技术 熟练掌握计算机技术、多媒体技术、文献检索方法，拥有熟练运用多种手段和方法获取、管理和利用信息的能力，建立互联网+的思维。能够恰当运用现代信息技术手段和工具解决科学健身休闲、体育产业经营管理、体育活动策划组织等方面的实际问题。	2.1【计算机相关技术】熟练掌握计算机技术、多媒体技术，建立互联网+思维。
	2.2【文献检索方法】Web of Science、知网、万方等国内外文献数据库，以及有关智库平台数据检索方法。	教学环节： 大学计算机基础、媒体融合与应用基础、体育科学研究方法 实践环节： 课程实训
3. 学科知识 熟练掌握本专业工作所必需的体育与社会、经济、	3.1【学科基础理论】熟练掌握本专业工作所必需的体育与社会、体育与经济、体育与	教学环节： 体育概论、体育社会学、体育经济学、体育管理学、运动解剖学、运动生理学、

毕业要求	分解指标点	支撑环节
<p>管理、解剖、生理、心理、健康等学科基础理论，能够综合运用学科基础理论与体育科学研究方法提出、分析和解决全民健身和体育产业领域的热点与焦点问题。了解国内外社会体育和体育产业的理论前沿，发展趋势，改革动态。了解一定哲学、历史、文学等通识学科知识，社会学、经济学、管理学相关母学科理论，以及企业运营实操知识。</p>	<p>管理、运动与解剖、运动与生理、运动与心理、体育与健康等基础理论。能够综合运用学科基础理论与体育科学研究方法提出、分析和解决全民健身和体育产业领域的热点与焦点问题。</p>	<p>体育心理学、健康教育学、体育科学研究方法</p> <p>实践环节：各课程实训与实验</p>
	<p>3.2【学科前沿与动态】了解国内外社会体育和体育产业的理论前沿、发展趋势、改革动态。</p>	<p>教学环节：社会体育导论、体育政策与法规、健身理论与指导</p> <p>实践环节：豫章体苑讲坛、企业理实系列讲座</p>
	<p>3.3【学科知识拓展】了解一定哲学、历史、文学等通识学科知识，社会学、经济学、管理学相关母学科理论，以及企业运营实操知识。</p>	<p>教学环节：体育社会学、体育经济学、体育管理学、运动解剖学、运动生理学、体育心理学、健康教育学、体育市场营销、商务沟通技巧、客户关系管理</p> <p>实践环节：豫章讲堂、豫章体苑讲坛、企业理实结合系列讲座、第二课堂</p>
<p>4. 健身运动指导</p> <p>熟练掌握器械健身与操类课程理论，能够针对顾客需求开展健身健美训练方案设计与指导，以及操课训练指导与创编。熟练掌握运动性疾病康复、“三高”等常见慢性疾病、体态矫正、产后恢复等理论与训练方案设计，具备运动康复指导能力。须获得中国健身健美协会颁发的</p>	<p>4.1【健身健美指导】熟练掌握器械健身健美与操类课程理论，能够针对顾客需求开展健身健美训练方案设计与指导，以及操课训练指导与创编。</p>	<p>教学环节：社会体指导与管理专业导论、社会体育导论、运动解剖学、运动生理学、健身理论与指导、体能训练、抗阻训练、私教理论与实践、小团体训练、团操健身指导、搏击</p> <p>实践环节：职业技能考核、健身-户外-体培企业运营实操、健身健美训练竞赛、志愿服务、专业见习、专业实习、毕业论文（设计）</p>
<p>4.2【运动康复指导】熟练掌</p>	<p>教学环节：健身理论与指导、</p>	

毕业要求	分解指标点	支撑环节
<p>初级健身教练证，鼓励自由考取更高级别健身教练证或其他类别职业资格证书。</p>	<p>握运动性疾病、“三高”等常见慢性疾病、体态矫正、产后恢复等理论与训练方案设计，具备运动康复指导能力。</p>	<p>体能训练、抗阻训练、私教理论与实践、小团体训练、团操健身指导、搏击</p> <p>实践环节：职业技能考核、健身健美训练竞赛、志愿服务、专业见习、专业实习、毕业论文（设计）</p>
<p>5. 户外运动指导</p> <p>熟练掌握户外素质拓展训练相关理论，能够针对客户需求开展企业或单位团建活动，具备户外素质拓展游戏开发能力。熟练掌握户外运动项目相关理论，能够指导攀岩、山地越野、野外露营、户外新兴项目实践，具备户外安全管理、运动损伤预防与救护、山地户外运动路线设计能力。须获得初级拓展培训师证、山地户外运动指导员证、攀岩指导员证、定向运动指导员证、营地教育指导员证等其中之一证书，鼓励自由考取级别或其他类别职业资格证书。</p>	<p>5.1 【户外素质拓展训练】 熟练掌握素质拓展训练相关理论，能够针对客户需求开展企业或单位团建活动，具备素质拓展游戏开发能力。</p>	<p>教学环节：社会体指导与管理专业导论、户外拓展训练、户外基本技能、攀岩、定向运动、营地教育、户外新兴项目</p> <p>实践环节：职业技能考核、户外运动项目训练竞赛、志愿服务、专业见习、专业实习、毕业论文（设计）</p>
	<p>5.2 【户外运动项目指导】 熟练掌握户外运动项目相关理论，能够指导攀岩、定向运动、野外露营、户外新兴项目实践，具备户外安全管理、运动损伤预防与救护、山地户外运动路线设计能力。</p>	<p>教学环节：户外拓展训练、户外基本技能、攀岩、定向运动、营地教育、户外新兴项目</p> <p>实践环节：职业技能考核、健身-户外-体培企业运营实操运营实操、户外运动项目训练竞赛、志愿服务、专业见习、专业实习、毕业论文（设计）</p>
<p>6. 青少年运动指导</p> <p>了解以击剑为主的国内外青少年运动项目培训领域发展趋势与改革动态，熟练掌握青少年体育运动项</p>	<p>6.1 【击剑运动指导】 了解国内外击剑行业领域发展趋势与击剑运动改革动态；系统掌握击剑运动的理论知识和相关技能，掌握击剑俱乐部运营</p>	<p>教学环节：击剑、青少年体能培训、运动损伤预防与急救、商务沟通技巧、客户关系管理、客户关系管理、体育产业创新创业教育</p>

毕业要求	分解指标点	支撑环节
<p>目训练相关理论，能够指导击剑、球类项目和水上运动类项目等实践，具备训练指导、竞赛组织和运动损伤预防与急救能力。须获得初级击剑教练员、篮球教练员、足球教练员、羽毛球教练员、网球教练员、游泳教练员、桨板教练员等其中之一证书，鼓励自由考取级别或其他类别职业资格证书。</p>	<p>管理，击剑竞赛组织，击剑裁判员工作等实践活动的相关知识。</p>	<p>实践环节：职业技能考核、健身-户外-体培企业运营实操、青少年运动项目训练竞赛、志愿服务、专业见习、专业实习、毕业论文（设计）</p>
	<p>6.2【其他运动类指导】了解国内外青少年体育培训领域发展趋势和改革动态；系统掌握青少年体能训练、篮球、足球、网球、羽毛球、游泳和桨板等运动的理论知识和运动技能，掌握青少年体育培训企业运营管理，球类和水上运动类项目的竞赛训练、裁判员工作等实践活动的相关知识。</p>	<p>教学环节：社会体指导与管理专业导论、青少年体能培训、青少年球类项目培训、青少年水上运动项目培训、运动损伤预防与急救</p> <p>实践环节：职业技能考核、青少年运动项目训练竞赛、志愿服务、专业见习、专业实习、毕业论文（设计）</p>
<p>7. 经营与管理</p> <p>熟悉党和国家有关全民健身事业和体育产业发展的方针、政策、法规，了解国内外健身户外运动行业发展动态以及社会需求，具备健身户外或青少年体育培训企业经营管理、问题分析与解决、市场调研与预判、客户关系管理、领导等能力。</p>	<p>7.1【健身俱乐部经营管理】</p> <p>熟悉相关体育政策与法规，了解国内外健身行业发展动态及社会需求，具备健身俱乐部经营管理、问题分析与解决、市场调研与预判、客户关系管理、领导等能力。</p>	<p>教学环节：体育经济学、体育管理学、体育市场营销、体育活动策划与组织、商务沟通技巧、客户关系管理、体育产业创新创业教育</p> <p>实践环节：职业技能考核、健身-户外-体培企业运营实操、企业理实结合系列讲座、专业见习、专业实习、毕业论文（设计）</p>
	<p>7.2【户外体培企业经营管理】</p> <p>熟悉相关体育政策与法规，了解国内外户外运动、体育培训行业发展动态及社会需求，具备户外运动或青少年体育培训企业经营管理、问题分析与解决、市场调研与预判、客户</p>	<p>教学环节：体育经济学、体育管理学、体育市场营销、体育活动策划与组织、商务沟通技巧、客户关系管理、体育产业创新创业教育</p> <p>实践环节：职业技能考核、健身-户外-体培企业运营实操、</p>

毕业要求	分解指标点	支撑环节
	关系管理、交付执行、领导等能力。	企业理实结合系列讲座、专业见习、专业实习、毕业论文(设计)
8. 策划与组织 能够运用健身户外或青少年体育培训、活动策划、文案写作相关理论和知识,识别和分析顾客需求,策划营销推广活动、企业团建活动;拥有一定组织协调能力,能够在团队中承担相应角色并与团队成员协作共事,完成工作任务。	8.1【体育活动策划】 能够运用健身户外或青少年体育培训、活动策划、文案写作相关理论和知识,识别和分析顾客需求,策划营销推广活动、企业团建活动。	教学环节: 体育活动策划与组织、体育市场营销、沟通与写作 实践环节: 职业技能考核、健身-户外-体培企业运营实操、专业见习、专业实习
	8.2【体育活动组织】 拥有一定组织协调能力,能够在团队中承担相应角色并与团队成员协作共事,完成工作任务。	教学环节: 体育活动策划与组织、体育市场营销、商务沟通技巧 实践环节: 职业技能考核、健身-户外-体培企业运营实操、专业见习、专业实习
9. 表达与沟通 具有积极主动表达与沟通意识,拥有清晰准确的语言表达逻辑,能够高水平进行健身户外运动指导或青少年体育培训课程教学、团建活动演讲。掌握规范合理的沟通技巧与程序,能够有效与潜在客户或企业进行沟通谈判,销售健身与户外课程,团建活动业务。	9.1【语言表达】 具有积极主动的表达意识,拥有清晰准确的语言表达逻辑,能够高水平进行健身户外运动指导或青少年体育培训课程教学、团建活动演讲。	教学环节: 沟通与写作、大学英语/大学日语、专业方向课技能讲解部分、商务沟通技巧 实践环节: 职业技能考核、健身-户外企业运营实操、专业实习
	9.2【沟通技巧】 具有积极主动的沟通意识,掌握规范合理的沟通技巧与程序,能够有效与潜在客户或企业进行沟通谈判,销售健身与户外课程,团建活动业务。	沟通与写作、大学英语/大学日语、商务沟通技巧 实践环节: 职业技能考核、健身-户外企业运营实操、专业实习、第二课堂
10. 创新创业能力 拥有创新意识和创造性思维,具备健身课程设计与团操创编、户外素质拓展游戏开发、户外运动路线设计以及健身户外或青少年体育培训行业经营与管	10.1【体育活动与产品创新】 拥有创新意识和创造性思维,具备健身课程设计与团操创编、户外素质拓展游戏开发、户外运动路线设计,以及健身户外或青少年育培训行业经营与管理创新等能力。	教学环节: 大学生创业创新基础、体育市场营销、体育产业创新创业教育、大学计算机基础、媒体融合与应用基础、健身方向课课程设计、团操课创编部分,户外方向课素质拓展游戏设计与开发、户外运动产

毕业要求	分解指标点	支撑环节
理创新能力。熟悉我国健身户外或青少年体育培训产业发展的方针、政策与法规。了解健身户外或青少年体育培训市场需求与行业发展动态，具备创业精神、市场洞察力、市场调研与预判能力、经营与管理能力、策划与组织能力、资源获取与整合能力，具有敏捷的判断能力和果断的问题处理能力。		品路线设计部分
		实践环节： 课程创新教育、大学生创业创新大赛参赛、毕业论文（设计）
	10.2【体育创业】 熟悉我国健身户外或青少年体育培训产业发展的方针、政策与法规；了解健身户外或青少年体育培训市场需求与行业发展动态，具备创业精神、市场洞察力与调研能力、经营管理能力、策划与组织能力、资源获取与整合能力；具有敏捷的判断能力和果断处理问题的能力。	教学环节： 大学生创业创新基础、大学生职业生涯规划、大学生就业指导、体育市场营销、客户关系管理、体育产业创新创业教育、体育科学研究方法
		实践环节： 课程创新教育、大学生创业创新大赛参赛

四、毕业要求对培养目标支撑的矩阵

培养目标 毕业要求	培养目标 1	培养目标 2	培养目标 3	培养目标 4
1. 品德修养	✓	✓	✓	
2. 学科知识	✓	✓		
3. 信息技术	✓		✓	
4. 健身运动指导		✓		✓
5. 户外运动指导		✓		✓
6. 青少年运动指导		✓		✓
7. 经营与管理			✓	✓
8. 策划与组织		✓	✓	
9. 表达与沟通		✓	✓	
10. 创新创业			✓	✓

五、职业面向

序号	服务产业/面向行业	职业岗位	岗位核心能力
1	健身运动	健身教练/俱乐部店长	健身运动指导能力、经营管理能力、活动策划与组织能力、表达与沟通能力
2	户外运动	拓展培训师/户外指导员/企业高管	户外素质拓展培训或户外运动指导能力、经营管理能力、策划与组织能力、表达与沟通能力
3	青少年体育培训	体育培训教练/企业高管	青少年运动项目指导能力、经营管理能力、活动策划与组织能力、表达与沟通能力
4	行政机关与体育社团	管理人员	健身户外运动或青少年体育运动指导能力、管理能力、策划与组织能力、表达与沟通能力

六、隶属专业类

体育学类

七、主干学科

体育学、管理学

八、相近专业

休闲体育

九、学位课程

运动解剖学、运动生理学、体育科学研究方法、社会体育导论、体育市场营销、健身理论与指导

十、学历、学制、学位和毕业最低总学分

学历：本科

学制：标准学制为 4 年，弹性学制 3-6 年

学位：教育学学士

毕业最低总学分：157 学分

十一、课程模块设置与学时学分分配

表 11-1 课程模块设置

课程类型		修读方式	学时		学分		占总学分百分比(%)	最低修读学分
			理论	实践	理论	实践		
通识教育课程	通识教育必修课	必修	524	136+4 周	32.5	10.5	27.4%	43
	通识教育选修课	选修	112		7		4.5%	7
专业教育课程	专业基础课	必修	210	46	13	3	10.2%	16
	专业主干课	必修	240	96+41 周	15	21	22.9%	36
	专业限选课	选修	40	408	2.5	25.5	17.8%	28
	专业任选课	选修	140	212	8.5	13.5	14.0%	22
第二课堂		选修				3	1.9%	3
创新创业实践		选修				2	1.3%	2
总计			1266	898+45 周	78.5	78.5	100%	157

备注：学生在校期间须参加一个学生社团、参加一次社会实践活动、阅读一百本经典名著、聆听一系列讲座、参加一项专业竞赛、擅长一项体育运动、参观一批“四史”纪念场馆、参与一个创新创业项目、参与一个导师的教学科研项目、经历一次文化艺术实践。p

表 11-2 学时学分分配

课程类型	总学时	学时分配			总学分	各学期学分分配								开课门数
		讲授	课程实践	实验或上机		1	2	3	4	5	6	7	8	
通识必修课	660+4 周	524	104+4 周	32	43	16	14	6.5	4.5		1	1		19
通识选修课	112	112			7			2	2	2	1			4
专业基础课	256	210	8	38	16	5	3	4	2		2			7
专业主干课	336+41 周	240	96+41 周		36	5	5	4.5	3.5	4	2	9	3	16
专业限选课	1344	120	1224		84		12	18	24	18	12			15
专业任选课	736	266	470		46				6	18	22			23
第二课堂					3								3	

创新创业实践					2								2	
小计	3444+45 周	1472	1902+ 45周	70	237	26	34	35	42	42	40	10	8	84

十二、课程设置与安排（专业全程教学计划）

表 12-1 通识教育必修课

课程代码	课程名称	学分	学时数					周学时	考核方式	开课学期	备注
			总学时	理论学时	实践学时						
					实验	实训	上机				
IT05131	思想道德与法治	3	48	40		8		2	考试	1	
IT05232	中国近现代史纲要	3	48	40		8		2	考试	2	
IT05333	马克思主义基本原理	3	48	48				2	考试	3	
IT05433	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	3	48	40		8		2	考试	3	
IT05534	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3	48	48				3	考试	4	
IT060	形势与政策 (含红色文化)	2	64	48		16		2	考查	1-8	
IT050	大学生国家安全教育	1	16	16				2	考查	1-8	
AT01621	沟通与写作	2	32	24		8		2	考查	1	
HT00822	军事理论	2	36	36				2	考查	2	
XGHJ001	军事技能训练	2	2周			2周			考查	1	
HHJ025	劳动教育(实践)	2	2周			2周			考查	1-4	
BT00121	大学生心理健康教育	2	32	16		16		2	考查	1	
JT00621	大学生职业生涯规划	1	16	16				2	考查	1	
JT00726	大学生就业指导	1	16	16				2	考查	6	
XT00112	大学生创新创业基础	1	16	16				2	考查	2	
小计		31	468+4周	404	0	64+4周	0				
CT06841	大学英语 I (C)	4	64	44		20		4	考试	1	大学英语采取分级教学, 高考语种为日语的修读大学日语
CT06842	大学英语 II (C)	4	64	44		20		4	考试	2	
CT00421	大学日语 I	4	64	32		32		4	考试	1	
CT00422	大学日语 II	4	64	32		32		4	考试	2	
DT01921	大学计算机基础	2	32	16			16	2	考查	1	
DT01022	媒体融合与应用基础	2	32	16			16	2	考查	2	
小计		12	192	120	0	40	32				

表 12-2 通识教育选修课

课程模块	课程名称	学分 1	学时数					周学时	考核方式	开课学期 2-6	备注
			总学时	理论学时	实践学时						
					实验	实训	上机				
科学技术		≥ 3						2	考查	2-6	选修科学技术系列课程不少于2学分
人文社会									考查		
“四史”教育		1	16						考查		
美育	美学和艺术史论类	≥ 2	32					2	考查	2-6	其中选修美学和艺术史论类, 艺术鉴赏和评论类课程至少1个学分
	艺术鉴赏和评论类								考查		
	艺术体验和实践类								考查		
校本课程	鹤琴教育思想	1	16					2	考查	2-6	至少选修1学分
	抱石艺术思想	1	16						考查		
	师范教育史	1	16						考查		
	红色校史十讲	1	16						考查		
	宜萱艺术思想	1	16						考查		
	师范传承与教育家精神	1	16						考查		
										
小计(至少选修)		≥ 7	112	112							

表 12-3 专业教育课程必修课(带“*”课程为取得学士学位所必修的重点课程)

课程类别	课程代码	课程名称	学分	学时数					周学时	考核方式	开课学期	备注
				总学时	理论学时	实践学时						
						实验	实训	上机				
专业基础课	HZ12721	体育概论	2	32	32				2	考试	1	
	HZ12931	运动解剖学	3	48	33	15			3	考试	1	*后5周每周3学时实验
	HZ13032	运动生理学	3	48	33	15			3	考试	2	*后5周每周3学时实验
	HZ12823	体育社会学	2	32	32				2	考试	3	
	HZ17325	健康教育学	2	32	28		4		2	考查	5	
	HZ13224	体育心理学	2	32	28	4			2	考试	4	

课程类别	课程代码	课程名称	学分	学时数					周学时	考核方式	开课学期	备注
				总学时	理论学时	实践学时						
						实验	实训	上机				
	HZ17426	体育科学研究方法	2	32	24		8		2	考查	6	*
	小计		16	256	210	38	8					
专业主干课	HZ22241	社会体育指导与管理专业导论	1	16	16				4	考查	1	
	HZ15522	社会体育导论	2	32	32				2	考试	2	*
	HZ22323	体育经济学	2	32	32				2	考试	3	
	HZ07924	体育管理学	2	32	32				2	考试	4	
	HZ22425	体育市场营销	2	32	24		8		2	考试	5	*
	HZ19622	体育活动策划与组织	2	32	24		8		2	考查	2	
	HZ22523	健身理论与指导	2	32	24		8		2	考试	3	*
	HZ22623	商务沟通技巧	2	32	24		8		2	考查	3	
	HZ22726	客户关系管理	2	32	24		8		2	考查	6	
	HZ22821	体能训练理论与方法	2	32	10		22		2	考试	1	
	HZ22921	户外基本技能	2	32	4		28		2	考试	1	
	HHJ026	职业技能考核	1				5周			考查	2-6	
	HHJ027	健身-户外-体培企业运营实操	1				8周			考查	4	第4学期结束后暑假期间开展
	HHJ029	专业见习	1				2周			考查	3-4	假期开展
	HHJ005	专业实习	6				14周			考查	7	
HHJ013	毕业论文(设计)	6				12周			考查	7-8		
	小计		36	336	240	0	96+41周	0				

表 12-4 专业教育课程选修课

课程类别	课程代码	课程名称	学分	学时数					周学时	考核方式	开课学期	备注
				总学时	理论学时	实践学时						
						实验	实训	上机				
专业方向限选课(三选一)	HZ23042/43/44	抗阻训练	12	192	16		176		4	考试	2-4	含运动处方
	HZ23123/24	私教理论与实践	4	64	6		58		2	考试	3-4	私教理论、功能训练、运动康复训练
	HZ23224/25	小团体训练	4	64	6		58		2	考试	4-5	
	HZ23325/26	团操健身指导	4	64	6		58		2	考试	5-6	普拉提、健身瑜伽、健身操
	HZ23425/26	搏击	4	64	6		58		2	考试	5-6	
	HZ23542/43/44	拓展训练	12	192	16		176		4	考试	2-4	含运动损伤预防与急救
	HZ23623/24	攀岩	4	64	6		58		2	考试	3-4	
	HZ23724/25	定向运动	4	64	6		58		2	考试	4-5	
	HZ23825/26	营地教育	4	64	6		58		2	考试	5-6	
	HZ23925/26	户外新兴项目	4	64	6		58		2	考试	5-6	桨板、飞盘、腰旗橄榄球
	HZ26642/43/44	击剑	12	192	16		176		4	考试	2-4	
	HZ26723/24	青少年体能训练	4	64	6		58		2	考试	3-4	
	HZ26824/25	青少年球类培训	4	64	6		58		2	考试	4-5	篮球、足球、羽毛球、网球
	HZ26925/26	青少年水上运动类培训	4	64	6		58		2	考试	5-6	游泳、桨板
	HZ27025/26	运动损伤预防与急救	4	64	6		58		2	考试	5-6	
小计(至少选修28学分)			84	1344	120		1224					
专业任选课	HZ24125	体育政策与法规	2	32	28		4		2	考查	5	修满8学分128学时,★为限选课,其他课程第四、五、六学期每学期至少选修一门,理论选修课以班级为单位选课
	HZ24226	体育赛事运作	2	32	28		4		2	考查	6	
	HZ24324	国外健身户外运动发展趋势	2	32	28		4		2	考查	4	
	HZ24424	体育产业创新创业教育★	2	32	28		4		2	考查	4	
	HZ24626	运动营养与饮食	2	32	28		4		2	考查	6	

课程类别	课程代码	课程名称	学分	学时数					周学时	考核方式	开课学期	备注	
				总学时	理论学时	实践学时							
						实验	实训	上机					
专业任选课	HZ24724	演讲与口才 (同步文旅学院)	2	32	28		4		2	考查	4	修满 14 学分 224 学时, 其中第五学期至少选修 3 门, 第六学期至少选修 4 门, 技能选修课为 15-25 人/班	
	HZ24825	短视频拍摄与制作(同步文旅学院)	2	32	28		4		2	考查	5		
	HZ20926	体育统计学	2	32	10		22		2	考查	6		
	HZ25625	篮球	2	32	4		28		2	考查	5		
	HZ25725	排球	2	32	4		28		2	考查	5		
	HZ25825	足球	2	32	4		28		2	考查	5		
	HZ18725	羽毛球	2	32	4		28		2	考查	5		
	HZ18625	网球	2	32	4		28		2	考查	5		
	HZ18825	乒乓球	2	32	4		28		2	考查	5		
	HZ19525	花样跳绳	2	32	4		28		2	考查	5		
	HZ19126	击剑	2	32	4		28		2	考查	6		
	HZ20126	舞龙舞狮	2	32	4		28		2	考查	6		
	HZ25026	射艺和毽球	2	32	4		28		2	考查	6		
	HZ25126	中国风健身操舞	2	32	4		28		2	考查	6		
	HZ25226	MDS 流行舞蹈	2	32	4		28		2	考查	6		
	HZ25326	尊巴课程	2	32	4		28		2	考查	6		
	HZ25426	野外生存	2	32	4		28		2	考查	6		
	HZ25526	游泳与救生	2	32	4		28		2	考查	6		
	小计(至少选修 22 学分)			46	736	266		470					

十三、课程设置情况统计

表 13-1 各学期考试课程设置门数及周学时

项目	学期									备注
	1	2	3	4	5	6	7	8		
考试课程(门数)	6	7	10	12	10	6	0	0		
周学时	24	21	18	17	18	18	0	0	未含通识教育选修课	

十四、课程体系支撑毕业要求矩阵图

课程名称		1 品德修养			2 信息技术		3 学科知识			4 健身运动指导		5 户外运动指导		6 青少年运动指导		7 经营与管理		8 策划与组织		9 表达与沟通		10 创新创业			
		1.1 思想品德	1.2 人文素质	1.3 职业规范	2.1 计算机相关技术	2.2 文献检索方法	3.1 学科基础理论	3.2 学科前沿与动态	3.3 学科知识拓展	4.1 健身健美指导	4.2 运动康复指导	5.1 户外素质拓展训练	5.2 户外运动项目指导	6.1 击剑运动项目指导	6.2 其他运动项目指导	7.1 健身俱乐部经营管理	7.2 户外培企业经营管理	8.1 体育活动策划	8.2 体育活动组织	9.1 语言表达	9.2 沟通技巧	10.1 体育活动与产品创新	10.2 体育创业		
毕业要求	通识教育必修课	思想道德与法治	H	M	L																				
		中国近现代史纲要	H	M	L																				
		马克思主义基本原理	H	M	L																				
		毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	H	M	L																				
		习近平新时代中国特色社会主义思想概论	H	M	L																				
		形势与政策	H	M	L																				
		大学生国家安全教育	H	M	L																				
		沟通与写作			M																M	H			
		军事理论	H	M	L																				
		军事技能训练	H	M	L																				
		劳动教育实践	H	M	M																				
		大学生心理健康教育	M	H	M																				

课程名称			1 品德修养			2 信息技术		3 学科知识			4 健身运动指导		5 户外运动指导		6 青少年运动指导		7 经营与管理		8 策划与组织		9 表达与沟通		10 创新创业		
			1.1 思想品德	1.2 人文素质	1.3 职业规范	2.1 计算机相关技术	2.2 文献检索方法	3.1 学科基础理论	3.2 学科前沿与动态	3.3 学科知识拓展	4.1 健身健美指导	4.2 运动康复指导	5.1 户外素质拓展训练	5.2 户外运动项目指导	6.1 击剑运动项目指导	6.2 其他运动项目指导	7.1 健身俱乐部经营管理	7.2 户外培企业经营管理	8.1 体育活动策划	8.2 体育活动组织	9.1 语言表达	9.2 沟通技巧	10.1 体育活动与产品创新	10.2 体育创业	
毕业要求		大学生职业生涯规划	M	H																			M		
		大学生就业指导	M	H																				M	
		大学生创新创业基础			M																	H	H		
		大学英语/大学日语	M																	L	H				
		大学计算机基础				H	M																L		
		媒体融合与应用基础				H	M																L		
专业教育课程必修课	专业基础课	体育概论		M				H		L															
		运动解剖学						H		M	H														
		运动生理学						H		M	H														
		体育社会学		M				H		M															
		健康教育学		M				H		M															
		体育心理学		M				H		M															
		体育科学研究方法				H	H	H															H	M	
		社会体育指导与管理专业导论			H						M	M			M										

课程名称		1 品德修养			2 信息技术		3 学科知识			4 健身运动指导		5 户外运动指导		6 青少年运动指导		7 经营与管理		8 策划与组织		9 表达与沟通		10 创新创业		
		1.1 思想品德	1.2 人文素质	1.3 职业规范	2.1 计算机相关技术	2.2 文献检索方法	3.1 学科基础理论	3.2 学科前沿与动态	3.3 学科知识拓展	4.1 健身健美指导	4.2 运动康复指导	5.1 户外素质拓展训练	5.2 户外运动项目指导	6.1 击剑运动项目指导	6.2 其他运动项目指导	7.1 健身俱乐部经营管理	7.2 户外培企业经营管理	8.1 体育活动策划	8.2 体育活动组织	9.1 语言表达	9.2 沟通技巧	10.1 体育活动与产品创新	10.2 体育创业	
专业主干课	社会体育导论		M			H	L		M															
	体育经济学					H		M							M	M								
	体育管理学					H		M							M	M								
	体育市场营销														H	H	M	M					M	
	体育活动策划与组织														M	M	H	H						
	健身理论与指导							M	H	M														
	商务沟通技巧								M									M	H	H				
	客户关系管理								M						H	H							M	
	体能训练理论与方法									H	M						M							
	户外基本技能											M	H						L					
	职业技能考核									H	M	H	M	H	M	L	L	M	L	M	L			
	健身-户外-体培企业运营实操									H			H		H	L	L	M	M	M	M			
	专业见习									H	L	H	L	H	L	L	L	M	L					
专业实习									H	M	H	M	H	M	L	L	H	M	H	M				

课程名称			1 品德修养			2 信息技术		3 学科知识			4 健身运动指导		5 户外运动指导		6 青少年运动指导		7 经营与管理		8 策划与组织		9 表达与沟通		10 创新创业	
			1.1 思想品德	1.2 人文素质	1.3 职业规范	2.1 计算机相关技术	2.2 文献检索方法	3.1 学科基础理论	3.2 学科前沿动态	3.3 学科知识拓展	4.1 健身健美指导	4.2 运动康复指导	5.1 户外素质拓展训练	5.2 户外运动项目指导	6.1 击剑运动项目指导	6.2 其他运动项目指导	7.1 健身俱乐部经营管理	7.2 户外培企业经营管理	8.1 体育活动策划	8.2 体育活动组织	9.1 语言表达	9.2 沟通技巧	10.1 体育活动与产品创新	10.2 体育创业
毕业要求																								
		毕业论文（设计）								H	M	H	M	H	M	H	H						H	
专业教育课程选修课	专业限选课	抗阻训练								H	H									M				
		私教理论与实践								H	H									M		H		
		小团体训练								H	M									M				
		团操健身指导								H	M									M		H		
		搏击								H	M									M				
		拓展训练											H	M							M		H	
		攀岩											M	H							M			
		定向运动											M	H							M		H	
		营地教育											M	H							M			
		户外新兴项目											M	H							M			
		击剑												M			H				M			
		青少年体能训练												M			H	H						
		青少年球类培训												M							M			
		青少年水上运动类培训												M							M			

课程名称			1 品德修养			2 信息技术		3 学科知识			4 健身运动指导		5 户外运动指导		6 青少年运动指导		7 经营与管理		8 策划与组织		9 表达与沟通		10 创新创业	
			1.1 思想品德	1.2 人文素质	1.3 职业规范	2.1 计算机相关技术	2.2 文献检索方法	3.1 学科基础理论	3.2 学科前沿与动态	3.3 学科知识拓展	4.1 健身健美指导	4.2 运动康复指导	5.1 户外素质拓展训练	5.2 户外运动项目指导	6.1 击剑运动项目指导	6.2 其他运动项目指导	7.1 健身俱乐部经营管理	7.2 户外培企业经营管理	8.1 体育活动策划	8.2 体育活动组织	9.1 语言表达	9.2 沟通技巧	10.1 体育活动与产品创新	10.2 体育创业
毕业要求	运动损伤预防与急救									H			M	M										
	体育产业创新创业教育						L		M							M	M						H	H
第二课堂			H						M								L	L			H			
创新创业实践										L		L			M	M						H	H	

注：表格中课程对毕业要求支撑用 H、M、L 表示，H（强支撑），M（中支撑），L（弱支撑）。

十五、说明

1. 本方案从2024级开始执行

2. 培养方案修订人员情况

负责人：喻和文

校内参与人员：梁芳、彭芳、舒琦、姜德生、余龙超、熊峰、甘磊军、周有美、李汉萍、查欢、杨青龙

行业、企业参与人员：

毛宽（南昌马克健身有限公司）

林鑫（南昌铁馆健身有限公司）

韩涛（武汉知行健身有限公司）

何晶（江西道远企业管理咨询有限公司）

杨瑾（好团建教育咨询有限公司）

高建华（众心拓展有限公司）

鲁志平（浩强营地教育咨询有限公司）

环玉涵（江西省击剑协会）