**桂林市机电职业技术学校**

**运动训练专业人才培养方案**

**（2025级）**

**一、专业名称及代码**

运动训练（040202）

**二、入学要求**

初中毕业生或具有同等学力者。

**三、修业年限**

3年

**四、职业面向**

本专业（方向）旨在培养德、智、军、体、劳全面发展，具备专业技能和高水平技能，熟练专业知识与基础技能；具有较高政治素质和良好的职业道德、敬业精神；具有良好的身体素质和心理素质；具备良好的英语沟通能力和计算机应用能力；通过学习具备治安检查、巡逻检查、卡口值守、接处警、维持大型公秩序、纠纷调解、治安宣传教育、社区管理、特种行业管理、信息采集、数据统计、文字记录、专业技术、后勤等公安行政管理活动或警务活动的能力；同时，要具备扎实的队列、拳术等训练基础，具有一定的创新精神和实践能力，逐步具备军人的素质和素养的高素质复合型人才。

**运动训练专业覆盖的职业岗位群**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **专业（技能）方向** | **对应职业（工种）** | **职业资格证** |
| 1 | 从事基层政法系统司法辅助法律事务、基层企事业单位行政事务等工作 | 公安行政执法助理、行政文秘管理 |  |
| 2 | 从事治安管理工作和警务实战的工作。 | 企事业单位治安保卫管理 |  |
| 3 | 从事航空、高铁、地铁、轻轨、云轨中的安检工作 | 列车安检、安全员 | 安检员员级证书 |
| 4 | 从事各单位会务服务工作 | 各单位会务管理员等 |  |
| 5 | 从事中央纪律检查委员会事业单位的监察目标人物的工作 | 中纪委监察员 |  |
| 6 | 从事警务辅助人员、公安协警、公安局交通疏导员、刑事技术助理、司法辅助人员工作 | 北京市朝阳区、西城区辅警 |  |
| 7 | 从事高端企业（例：华为、VIVO、阿里巴巴等）研发中心等高机密区域的信息保护工作 | 高端企业信息安全员 |  |
| 8 | 从事国资委旗下各类型事业单位的人员及安全检查工作 | 口岸、市民中心安检员 |  |
| 9 | 在竞技体育、学校体育、部队体育以外的群众性体育活动中从事技能传授、锻炼指导和组织管理工作 | 社会体育指导员 | 社会体育指导员 |

**五、培养目标与培养规格**

**㈠培养目标**

通过学习，使学生具有良好的职业道德和职业素养，培养具备具有良好的职业道德、创业精神和健全的体魄，具有较强的安全意识、服务意识、团队意识和语言沟通能力,掌握本专业所必需的军事理论知识和军事实践能力等，具有较强的开展治安调查，获取、分析、研判治安工作信息、开展安全防范工作、群众工作，调解治安纠纷、查处治安案件、预防和处置群体性事件、熟练运用计算机，开展网上办公、办案、具有自我发展的能力。形成良好的心理素质、身体素质。毕业后能运用所学理论知识和技能，在各企事业单位从事安全管理等实际工作。

**㈡培养规格**

1.热爱社会主义祖国，将实现自身价值与服务祖国人民相结合，树立社会主义民主观念和遵纪守法意识，遵守职业岗位规范；树立劳动观点，养成良好的劳动习惯，增强实践能力；树立尊重自然、顺应自然、保护自然的生态文明理念；树立正确的职业理想，形成正确的就业观、创业观，做好适应社会、融入社会、就业创业准备。

2.具有社会公德、职业道德意识和文明行为习惯，自觉践行社会主义核心价值观。

3.具有健全的人格、良好的心理品质和健康的身体，培养诚实守信、爱岗敬业、团结互助、勤俭节约、艰苦奋斗的优良品质，提高应对挫折、合作与竞争、适应社会的能力。

4.热爱安全保卫事业，具有社主义法治理念、组织纪律观念、群众观念和良好的职业道德；实战能力强，善于沟通，能够综合运用相关专业知识和技能解决实际问题，胜任城市轨道交通安全保卫岗位工作。

**六、课程设置及要求**

本专业课程设置分为公共基础课和专业（技能）课。

公共基础课包括德育课、文化课、体育与健康、公共艺术、历史，以及其他自然科学和人文科学类基础课。

专业技能课包括专业基础课、专业核心课、专业拓展课和专业选修课，实习实训是专业技能课教学的重要内容，含校内外实训、顶岗实习等多种形式。

**㈠公共基础课程**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **课程名称** | **主要教学内容和要求** | **参考**  **学时** |
| 1 | 中国特色社会主义 | 依据《中等职业学校思想政治科课程标准》开设，并与专业实际和行业发展密切结合 | 36 |
| 2 | 心理健康与职业生涯 | 依据《中等职业学校思想政治科课程标准》开设，并与专业实际和行业发展密切结合 | 36 |
| 3 | 哲学与人生 | 依据《中等职业学校思想政治科课程标准》开设，并与专业实际和行业发展密切结合 | 36 |
| 4 | 职业道德与法治 | 依据《中等职业学校思想政治科课程标准》开设，并与专业实际和行业发展密切结合 | 36 |
| 5 | 语文 | 依据《中等职业学校语文课程标准》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色 | 240 |
| 6 | 数学 | 依据《中等职业学校数学教学课程标准》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色 | 240 |
| 7 | 英语 | 依据《中等职业学校英语教学课程标准》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色 | 240 |
| 8 | 物理 | 依据《中等职业学校物理教学课程标准》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色 | 36 |
| 9 | 信息技术 | 依据《中等职业学校信息技术课程标准》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色 | 108 |
| 10 | 体育与健康 | 依据《中等职业学校体育与健康课程标准》开设，并与专业实际和行业发展密切结合 | 144 |
| 11 | 公共艺术 | 依据《中等职业学校公共艺术课程标准》开设，并与专业实际和行业发展密切结合 | 36 |
| 12 | 历史 | 依据《中等职业学校历史课程标准》开设，并与专业实际和行业发展密切结合 | 72 |
| 13 | 劳动教育、安全教育、心理健康教育 | 依据《教育部办公厅关于印发，<中等职业学校公共基础课程方案>的通知》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色 | 30 |

**㈡专业（技能）课程**

**1.专业基础课**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **课程名称** | **主要教学内容和要求** | **学时** |
| **1** | 社会体育指导员 | 在竞技体育、学校体育、部队体育以外的群众性体育活动中从事技能传授、锻炼指导和组织管理工作。 | **60** |
| **2** | 体育社会学 | 运用社会学的理论、观点研究体育运动中的体育与社会、体育与人、体育与文化的关系及它们对社会的影响，促进体育运动健康发展。 | **60** |

**2.专业核心课**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **课程名称** | **主要教学内容和要求** | **学时** |
| 1 | 运动人体科学概论 | 建设以“训学结合、以训为主、协调发展、服务社会“为指导，以运动实践依据，结合人体解剖学、人体生理学、体育保健学和营养学，将知识点融入到运动训练的实践中，为运动训练专业培养体育职业的技能型、应用型人才服务。 | **80** |
| 2 | 运动心理学基础 | 在具备普通心理学知识的基础上，通过本课程的学习能较全面系统地掌握运动心理学的基本理论、基本知识和基本方法。并具有运用这种理论和方法从事体育教学、课余体育训练和运动心理学研究工作的能力。 | 160 |
| 3 | 运动训练学 | 了解运动训练的目的、任务，掌握运动训练的基本概念和基本内容，理解运动训练的基本原理和方法，了解各种运动训练计划的制定，培养运用所学知识去分析和解决运动训练实际问题的能力。 | 60 |
| 4 | 公共关系管理 | 掌握公共关系的基本原理，运用公关基本原理进行案例分析，解决一些公关问题。 | 80 |
| 5 | 教育学基础 | 掌握教育学的基本理论 | 160 |

**2.专业拓展课**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **课程名称** | **主要教学内容和要求** | **学时** |
| 1 | 法学概论 | 了解法学及治安管理的基本理论，明确当前治安问题的规律特点；正确运用治安管理工作的法律法规，掌握各项治安管理业务的工作要领。 | 126 |
| 2 | 民事诉讼法 | 进行有关民法基本理论、基础知识、基本技能的教育和培养，通过学习，使学生能运用民法的基本原理和具体规则，处理好各种民事关系，正确认识、分析和处理各种民事纠纷。 | 126 |
| 3 | 军事思想概论 | 对战争、军队、国防基本问题的理性认识，认识人们从事军事实践经验总结和理论的概括。 | 80 |
| 4 | 公民素质与现代礼仪 | 在理论学习和技能操作中掌握敬人、自律、适度、真诚等礼仪原则和相关的知识，并能综合运用于实践生活中，将学生培养成讲文明懂礼仪的高素质人才。 | 80 |
| 5 | 行政学原理 | 了解政府运行职能、政府履行职能保障条件、政府改革创新三大部分内容，让学生知道政府“管什么”、“如何管”、“用什么方法技术管”。 | 126 |
| 6 | 防卫与控制技术 | 学习基本格斗技术、缉捕技术和安全保卫技术，要求学生掌握依法制服犯罪分子或犯罪嫌疑人的技能。 | 126 |

**3.综合实训**

运动训练专业的实训，主要包括防身实战姿势和步法、防身实战进攻技术、防身实战技术运用、警械使用、体育社会组建与运行、竞技体育观摩、观察运动中人体机能变化规律、按摩见习、功能检查与评价、运动伤病的防治、深度知觉的测定和知觉类型的测定、体育活动中的目标设置、注意分配能力的测定、动作技能迁移能力的测定、个性与气质类型的测定、力量训练、速度训练、耐力训练、柔韧训练、灵敏训练、培养战术意识、制定战术、战术运用、演讲比赛、礼仪展示、公关流程策划、法律知识运用场景模拟、社会体育指导员的考核与申报等。通过综合实训将书本上的理论知识运用到实际当中，使学生熟悉工作流程和实训方法与步骤；通过综合实训提前与生产单位对接，为生产单位提供对口的高素质劳动者和技能型人才。

**4.顶岗实习**

采取学校安排与学生自主联系相结合的办法确定实习单位。学校安排主要以供需见面招聘的方式进行，自主联系则由学生本人申请，学校批准后办理相关手续。

由学校和实习单位分别指派实习指导教师，负责学生实习过程及撰写实习业务报告的指导、审阅、成绩评定等工作。指导教师于顶岗实习开始前与所分配指导的学生集中见面，布置任务及要求，明确上交资料时间和双方联系方式，实习期间，指导教师要做好顶岗实习指导记录。

**七、教学进程总体安排**

**㈠基本要求**

每学年为52周，其中教学时间40周（含复习考试），累计假期12周，周学时一般为28学时，顶岗实习按每周30小时（1小时折合1学时）安排，3年总学时数为3000-3500。课程开设顺序和周学时安排，学校可根据实际情况调整。

实行学分制的学校，一般16-18学时为1学分，3年制总学分不得少于170。军训、社会实践、入学教育、毕业教育等活动以1周为1学分，共5学分。

公共基础课学时约占总学时的1/3，允许根据行业人才培养的实际需要在规定的范围内适当调整，但必须保证学生修完公共基础课的必修内容和学时。

专业技能课学时约占总学时的2/3，在确保学生实习总量的前提下，可根据实际需要集中或分阶段安排实习时间。

课程设置中应设选修课，其学时数占总学时的比例应不少于10%。

**㈡教学进程表**

详见附录：运动训练专业教学进程表

**八、实施保障**

**（一）师资队伍**

据教育部颁布的《中等职业学校教师专业标准》和《中等职业学校设置标准》的有关规定，进行教师队伍建设，合理配置教师资源。专业教师学历职称结构应合理，至少应配备具有相关专业中级以上专业技术职务的专任教师2人，其中“双师型”教师应不低于30%。建立“双师型”专业教师团队，应有业务水平较高的专业带头人。

专业任课教师应具有良好的师德，关注学生发展；对本专业知识有较为全面的了解，熟悉教学规律，具备教学改革意识；关注林业行业发展的动态，对林业行业的专业知识有较深入的研究，具有林业企业工作经验或实践经历。也可从林业企业聘请具有丰富教学经验的中级职称以上工程技术人员，担任教学工作。

**（二）教学设施**

本专业应建立2-3个稳定的校外实训基地和若干个顶岗实习点。大力推进与规范的大中型企业合作，共同将校外实训基地建成集学生生产实习、“双师型”教师培养培训和产教研的基地。根据本专业岗位实习要求，通过深化校企合作,签订校企合作协议的企业8个，建设成为校外实训基地5个，如下所示：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 企业名称 | 实训容量 | 校企合作类型 | 合作范围 |
| 1 | 龙城物业管理有限公司 | 100人 | 签约,实训基地 | 顶岗实习、集中实习、师资培训、教师挂职、企业培训、活动运作、专业共建 |
| 2 | 深圳市特区建设发展集团 | 300人 | 签约,实训基地 | 顶岗实习、集中实习、师资培训、教师挂职、企业培训、活动运作、专业共建 |
| 3 | 深圳恒博物业管理有限公司（安检岗） | 300人 | 签约,实训基地 | 顶岗实习、集中实习、师资培训、教师挂职、企业培训、活动运作、专业共建 |
| 4 | VIVO集团 | 200人 | 签约,实训基地 | 顶岗实习、集中实习、师资培训、教师挂职、企业培训、活动运作、专业共建 |
| 5 | 深圳市龙岗区保安服务公司 | 200人 | 签约,实训基地 | 跟岗实习、顶岗实习、师资培训、教师挂职、企业培训、活动运作、专业共建 |
| 6 | 北京能源集团 | 100人 | 签约,实训基地 | 顶岗实习、集中实习、师资培训、教师挂职、企业培训、活动运作、专业共建 |
| 7 | 北京恒安卫士地铁安检公司（南宁1号线、广州1号线、8号线、2号线、广佛线、深圳3号线、4号线等） | 600人 | 签约,实训基地 | 顶岗实习、集中实习、师资培训、教师挂职、企业培训、活动运作、专业共建 |
| 8 | 南宁铁路客运段（从南宁发车的各线路） | 200人 | 签约,实训基地 | 顶岗实习、集中实习、师资培训、教师挂职、企业培训、活动运作、专业共建 |

**（三）教学方法**

公共基础课程教学要符合教育部有关教育教学基本要求，按照培养学生基本科学文化素养、服务学生专业学习和终身发展的功能来定位，重在从素质养成的角度来把握职业教育的德育与文化知识教学本质，以“做中学、做中教”为基本形态，在教学方法、教学手段、教学模式及教学组织形式上进行改革创新，为学生综合素质的提高、职业能力的形成和可持续发展奠定基础。

**（四）学习评价**

基于运动训练专业建设标准，制定评价主体由学校、学生、用人单位三方构成的，评价内容涵盖了毕业生就业率及就业质量、专业综合实践教学质量、专兼职教师教学质量等专业综合实践教学及毕业环节等过程性评价标准，形成工学结合人才培养模式下多元化教学质量评价标准体系。

**1.理论学习效果评价方式**

针对这种情况，本专业的各门主要专业课在评价方式上采取了灵活多样的方式，主要包括：笔试、作业、课堂提问、课堂出勤、上机操作考核以及参加各类型专业技能大赛成绩等。

**2.学习效果评价方式**

**（1）实习（实训）评价**

采用实习报告与实践实际水平相结合、多种实习（实训）项目备选考核、实习（实训）项目熟练程度考核等形式，如实反映学生对各项实习（实训）项目的技能水平。

**（2）顶岗实习评价**

顶岗实习考核方面包括实习日志、实习报告、实习单位综合评价鉴定等多层次、多方面的评价方式。

学生的能力水平评价一般安排在第六学期进行，每位学生只进行一次评价。在评价时成绩的计算公式为：课程平均理论考试成绩×50%+平均实训考核成绩×30%+顶岗实习成绩×20%，所得结果即反映学生能力水平，90分以上为优秀，80-89分为良好，70-79分为中等，60-69分为合格，60分以下为不合格。评定结果由教研室或教研组计入学生学籍档案。

**（五）质量保障**

注重教学全程控制，确保记录完整，根据发生的质量问题，及时发现和解决课堂教学中的问题，总结推广先进经验，改进教学质量管理的方法，不断促进课堂教学质量的提高。

实训教学前指导教师必须认真制定实训计划，并做好实训前的准备（包括设备检查、材料准备等）。实训指导教师须先到班级向全体学生讲清实训目标、实训任务、要求、纪律及注意事项，然后有组织地带领学生进入实训场地。

实训过程中指导教师要悉心指导，严格要求。对违规操作、不守实训纪律的学生指导教师要及时批评教育。指导教师要精心指导学生完成实训报告，并在该项目实训结束前认真进行实训总结、评价学生优劣，并认真进行实训成绩考核。以校企合作、工学结合为载体，强化实践性训练，提高学生的实践技能。

**九、毕业要求**

学生必须参加培养方案中教学进程的每个教学环节的学习与实践实习，必修课程和所选修课程的期评成绩及格，方可毕业。

**（1）顶岗实习**

顶岗实习成绩考核按“学生实习成绩考核评分标准”考核。

**（2）教师的巡回指导**

学生的实习应该由企业技术人员和学校教师共同指导，学生相对集中的实习要求教师带队指导，对分散实习的学生进行巡回指导，巡回指导教师以专业教师为主，一般两人组成指导组开展巡回指导活动，解决学生在实习中遇到的问题。

**（3）毕业实习鉴定**

毕业实习鉴定按“桂林机电职业技术学校学生毕业实习鉴定表”完成。

**（4）毕业实习日志与毕业实习报告**

毕业实习期间每天填写学校统一印制的实习日志，实习结束时，书写毕业实习报告，对实习工作进行全面总结。

**附录：运动训练专业人才培养方案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **运动训练专业教学计划** | | | | | | | | | | | | | | |
| **课程 序号** | **课程代码** | **课程名称** | **课程类别** | **课程性质** | **学分** | **学时** | | | **各学期周数、学时分配** | | | | | |
| **总学时** | **理论** | **实践学时** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| **学时** | **18周** | **18周** | **18周** | **18周** | **18周** | **18周** |
| 1 | KG01 | 中国特色社会主义、 | 公共基础课 | 必修 | 2 | 36 | 36 | 0 | 2 |  |  |  |  |  |
| 2 | KG02 | 心理健康与职业生涯 | 公共基础课 | 必修 | 2 | 36 | 36 | 0 |  | 2 |  |  |  |  |
| 3 | KG03 | 哲学与人生 | 公共基础课 | 必修 | 2 | 36 | 36 | 0 |  |  | 2 |  |  |  |
| 4 | KG04 | 职业道德与法治 | 公共基础课 | 必修 | 2 | 36 | 36 | 0 |  |  |  |  | 2 |  |
| 6 | KG05 | 语文 | 公共基础课 | 必修＋限定选修 | 12 | 240 | 240 | 0 | 3 | 3 | 2 |  | 4 |  |
| 7 | KG06 | 数学 | 公共基础课 | 必修＋限定选修 | 12 | 240 | 240 | 0 | 3 | 3 | 2 |  | 4 |  |
| 8 | KG07 | 英语 | 公共基础课 | 必修＋限定选修 | 12 | 240 | 240 | 0 | 3 | 3 | 2 |  | 4 |  |
| 9 | KG08 | 物理 | 公共基础课 | 必修 | 6 | 36 | 18 | 18 | 2 |  |  |  |  |  |
| 10 | KG10 | 信息技术 | 公共基础课 | 必修 | 6 | 108 | 54 | 54 | 2 | 4 |  |  |  |  |
| 11 | KG11 | 体育与健康 | 公共基础课 | 必修＋限定选修 | 8 | 144 | 40 | 104 | 2 | 2 | 2 |  | 2 |  |
| 12 | KG12 | 公共艺术 | 公共基础课 | 必修 | 2 | 36 | 36 | 0 | 2 |  |  |  |  |  |
| 13 | KG13 | 历史 | 公共基础课 | 必修 | 4 | 72 | 72 | 0 |  |  | 2 |  | 2 |  |
| 14 | KG14/KG15/KG16 | 劳动教育/安全教育/心理健康教育 | 公共基础课 | 必修 | 2 | 30 | 0 | 30 | 第1周 |  |  |  |  |  |
| 15 | KG17 | 应用文写作/传统文化 | 公共基础课 | 限定选修 | 2 | 36 | 36 | 0 |  |  |  |  | 2 |  |
|  | | | | **小计** | **74** | **1326** | **1120** | **206** | **19** | **17** | **12** | **0** | **20** | **0** |
| 1 | KHYD01 | 社会体育指导员 | 专业基础课 | 必修 | 3 | 60 | 30 | 30 | 3 |  |  |  |  |  |
| 2 | KHYD02 | 体育社会学 | 专业基础课 | 必修 | 3 | 60 | 30 | 30 | 3 |  |  |  |  |  |
| 3 | KHYD03 | 运动人体科学概论 | 专业核心课 | 必修 | 4 | 80 | 40 | 40 |  | 4 |  |  |  |  |
| 4 | KHYD04 | 运动心理学基础 | 专业核心课 | 必修 | 4 | 160 | 80 | 80 |  |  | 4 |  | 4 |  |
| 5 | KHYD05 | 运动训练学 | 专业核心课 | 必修 | 3 | 60 | 30 | 30 | 3 | 3 |  |  |  |  |
| 6 | KHYD06 | 公共关系管理 | 专业核心课 | 必修 | 4 | 80 | 40 | 40 |  |  | 4 |  |  |  |
| 7 | KHYD07 | 教育学基础 | 专业核心课 | 必修 | 4 | 160 | 80 | 80 |  |  | 4 |  | 4 |  |
|  |  |  |  | **小计** | **25** | **660** | **330** | **330** | **9** | **7** | **12** | **0** | **8** | **0** |
| 1 | KXYD01 | 法学概论 | 专业拓展课 | 限定选修 | 7 | 126 | 63 | 63 |  |  |  |  |  | 7 |
| 2 | KXYD02 | 民事诉讼法 | 专业拓展课 | 限定选修 | 7 | 126 | 63 | 63 |  |  |  |  |  | 7 |
| 3 | KXYD03 | 军事思想概论 | 专业拓展课 | 限定选修 | 4 | 80 | 40 | 40 |  |  | 4 |  |  |  |
| 4 | KXYD04 | 公民素质与现代礼仪 | 专业拓展课 | 限定选修 | 4 | 80 | 40 | 40 |  | 4 |  |  |  |  |
| 5 | KXYD05 | 行政学原理 | 专业拓展课 | 限定选修 | 7 | 126 | 63 | 63 |  |  |  |  |  | 7 |
| 6 | KXYD06 | 防卫与控制技术 | 专业拓展课 | 限定选修 | 7 | 126 | 63 | 63 |  |  |  |  |  | 7 |
|  |  |  |  | **小计** | **36** | **664** | **332** | **332** | **0** | **4** | **4** | **0** | **0** | **28** |
| 1 |  | 顶岗实习 | 专业拓展课 | 必修 | 30 | 600 | 0 | 600 |  |  |  | 30 |  |  |
|  | | | | **总计** | **165** | **3250** | **1782** | **1468** | **28** | **28** | **28** | **30** | **28** | **28** |
| 说明：专业基础课、专业核心课安排在前3个学期完成，专业拓展课安排在第5、6学期完成，第4学期为顶岗实训。 | | | | | | | | | | | | | | |