

表演型健身指导与管理 微专业人才培养方案

一、专业简介

表演型健身指导与管理微专业是学校服务“健康中国”与“文化强国”国家战略，顺应全民健身与文体表演融合发展的新趋势。本专业充分发挥学校体育学科优势，联合体育教育、社会体育等专业资源，打造以“健身指导为基石、表演专长为特色、运营管理为拓展”的优势特色专业集群。旨在稳固学校在省内地方院校体育发展中的特色引领作用，扩大体育学院在健身与表演行业的影响力，促进学校高质量发展。

本专业以培养复合型、应用型、表演型健身人才为目标，围绕“夯实理论基础、强化表演技能、提升管理素养”这一主线，构建“理论教学+技能实训+岗位实践”三位一体的培养体系。通过深化校企合作，优化课程结构，着力培养能教、能编、能演、能管的特色人才。力争通过2-3年建设，形成特色鲜明的“表演型健身指导与管理”人才培养模式，建成在校内起到示范作用、在行业内具有较高认可度的高水平“微专业”

二、培养目标

本专业旨在培养德、智、体、美、劳全面发展，系统掌握健身指导、俱乐部运营管理及表演性体育项目的核心知识与技能。学生毕业后具备较强的健身方案设计、团操课程编排、运动康复应用及俱乐部运营管理能力；同时具备体育舞蹈、啦啦操、舞龙舞狮等表演性项目的教学与编导专长。能够从事健身教练、俱乐部运营管理、特色课程开发、表演队指导等工作的复合型技术技能人才。

三、结业要求

(一) 职业规范

热爱祖国，拥护中国共产党的领导，践行社会主义核心价值观。具有高度的社会责任感、良好的敬业精神、较强的创新精神和实践能力；遵纪守法，诚实守信；具有人文情怀、科学素养和审美情趣；具有弘扬中华民族传统体育文化的自觉意识；具备强健体魄、积极人生态度和良好心理素质，以及健身行业所需的职业道德与服务意识。

(二) 专业素养

1. 专业素质：掌握健身指导、运动康复、俱乐部运营的基本理论与方法；具备将体育舞蹈、啦啦操、舞龙舞狮等表演技能转化为商业健身课程的能力；熟悉国家有关体育产业及健身行业的方针、政策和法规；具有创新创业意识和从业资格

2. 知识要求

①素养类知识：掌握一定的自然科学、人文社科及创新创业知识；要求大学英语达到学校规定水平，能阅读本专业英文文献；熟练掌握计算机应用知识。

②专业类知识：系统掌握健身指导、运动营养、运动康复、俱乐部管理、团操编排、表演项目教学与编导等专门知识；了解健身行业与表演市场的发展趋势。

3. 能力要求：掌握一项以上表演性健身运动专项技能，并了解其他相关项目；具有求真务实的科学态度，能够独立完成体能评估、个性化健身方案制定及特色课程开发；具备健身教学、训练、指导、表演编排、赛事组织及俱乐部运营管理的实践能力。

（三）问题分析与解决

初步掌握反思方法和技能，具有一定创新意识，能够运用批判性思维分析和解决健身指导、课程开发、俱乐部运营等实际问题；具备从事健身与表演领域初步研究的能力。

（四）沟通与合作

具有良好的语言表达、沟通协调及客户服务意识。具有团队协作精神，能够在多学科团队中发挥个人能力，并能与其他成员（包括企业导师）进行有效协调与合作，共同完成项目任务。

（五）终身学习

具有自主学习和终身学习意识，能够适应健身行业与表演市场的发展需求，主动进行职业规划，持续更新知识与技能。

四、主要课程

健身基础理论、健身技能入门、健身原理与方法、运动营养与健身、运动康复与健身融合实践、团操健身指导、健身俱乐部经营与管理、特色表演项目（体育舞蹈/啦啦操/舞龙舞狮等）教学与编排、健身俱乐部岗位实训。

五、修业年限

修业年限为2年，共计3个学期，16个学分，256个学时。

六、证书发放

学生在毕业前，修满本培养方案规定的全部学分，达到结业要求，由学校颁发黄冈师范学院“表演型健身指导与管理”微专业结业证书。

七、学分要求

微专业要求学生在规定的修读时限内修满培养方案规定的理论及实践教学模块的学分，学分总计 16 学分，其中理论课程 8 学分，实践课程 8 学分。

八、教学计划安排

健身瑜伽微专业课程设置及教学进程计划表

序号	课程代码	课程名称	学分	总学时	学时分配				开课学期	考核方式	开课部门	前置课程
					理论学时	实践学时	线上学时	线下学时				
1	26425W01	健身基础理论	2	32		32		32	3	考试	体育学院	无
2	26425W02	健身技能入门	2	32		32		32	4	考试	体育学院	无
3	26425W3	健身原理与方法	2	32	24	8	24	8	4	考试	体育学院	无
4	26425W04	运动营养与健身	2	32	16	16		32	4	考试	体育学院	无
5	26425W05	运动康复与健身融合实践	2	32	32		32		3	考试	体育学院	无
6	26425W06	健身俱乐部经营与管理	2	32	32		32		3	考试	体育学院	无
7	26425W07	团操健身指导	2	32		32		32	3	考试	体育学院	无
8	26425W08	特色表演项目教学、编排与实训	2	32		32		32	5	考试	体育学院 /合作企业	无
小计			16	256	104	152	56	200				

注：“总学时=理论学时+实践学时” “总学时=线上学时+线下学时”；如课程为新开课，课程代码不填；开课部门填写任课教师所在部门或单位 |