

体育学院 2020 级社会体育指导与管理专业 学生实习专项培训方案

一、培训目标

通过培训使学生较为全面地了解体育产业与社区体育的产生、经营与管理，机构设置和各系统的运作概况；较为全面地认识健身健美、健美操指导员和社会体育指导员的教练与咨询指导的业务；各种俱乐部、体育产业与社区体育的市场营销业务，进一步认识专业性质，树立专业思想和市场意识，明确学习目标，为后续专业技能的学习奠定基础，提高学生学习的主动性和自觉性。

二、培训对象、时间、地点、要求

培训对象：2020 级社会体育指导与管理专业学生。

培训时间：9 月 11 日至 13 日。

培训地点：详见附件 1。

培训要求：严格按照日程安排全院参与培训，成绩计入专业实习学院考评成绩。

三、培训内容

（一）体育产业与社区体育的经营与管理，机构设置和各系统的运作概况

了解实习单位名称、性质、隶属关系，了解实习单位的组织机构情况及日常工作；经营规模、经营的健身项目、类型、健身人群等相关情况；体育俱乐部或健身行业的发展历史、发展前景、经营管理现状；了解指导的工作过程、仪器设备的维护；了解讲解的程序与方法，信息的反馈。

（二）健身俱乐部的运行现状

熟悉健身俱乐部的运行过程及管理基本情况；熟悉健身咨询从业人员的素质，咨询的准备；场地的布置及从业人员的能力素质的构成。

（三）健身指导员的工作程序、健身处方的制定

运用所学知识，掌握健身指导员的工作程序，场地仪器的应用，运动量的控制，受指导对象的特征，指导计划的编写。

四、培训方法

（一）理论学习：通过讲座、研讨会、在线课程等方式传授教育理论和实践知识。

（二）实践教学：提供实践教学场景，让实习生亲身体验和模拟训练。

（三）导师指导：分配经验丰富的导师对实习生进行一对一指导，提供反馈和建议。

（四）反思和分享：鼓励实习生对自己的实践进行反思，与同学和导师分享经验和收获。

五、培训评价

（一）各模块指导教师通过观察和反馈对实习生的实践过程进行点评指导。

（二）学院指导教师、实习点负责教师通过学生的反馈进一步进行岗前指导。

附件 1 社会体育指导与管理专业实习专项培训日程表

体育学院教学办公室

2023.9.8

附件 1

社会体育指导与管理专业实习专项培训日程表

序号	时间	地点	培训内容	培训教师	培训形式	学生范围
1	9月11日 周一 10:00-11:30	耕读楼 129	体育产业管理与营销	徐星然	理论教学	社会体育指导与管理专业学生
2	9月11日 周一 02:00-03:30	耕读楼 119	新兴运动项目学习与实践	黄凌珏	理论与实践教学	社会体育指导与管理专业学生
3	9月12日 周二 10:00-11:50	体育馆 4楼 形体房	团操课程学习与实践	张璨	实践教学	社会体育指导与管理专业学生
4	9月13日 周三 08:00-09:30	体育馆	常见运动损伤与运动处方的制定	李杰	实践教学	社会体育指导与管理专业学生

序号	时间	地点	培训内容	培训教师	培训形式	学生范围
5	9月13日 周三 10:00-11:30	耕读楼 123	健身咨询从业人员的 素质	实习点导师	理论教学	社会体育指 导与管理专 业学生
6	9月13日 周三 14:00-16:00	尚农楼 1-17	培训总结暨实习动员大会	全体院领 导、专业负 责、教学办 公室人员、 辅导员	会议	社会体育指 导与管理专 业学生