



湖南高尔夫旅游职业学院
HUNAN GOLF AND TOURISM COLLEGE

健身指导与管理 专业毕业设计标准

专业代码：_____ 570307 _____

二级学院：_____ 高尔夫教育学院 _____

专业负责人：_____ 黄登峰 _____

湖南高尔夫旅游职业学院教务处 编制

2024 年 6 月

健身指导与管理专业毕业设计标准

本标准依据《关于印发〈关于加强高职高专院校学生专业技能考核工作的指导意见〉〈关于进一步加强高职高专院校学生毕业设计工作的指导意见〉的通知》（湘教发〔2019〕22号）精神，结合我校及本专业实际制定。

一、毕业设计选题类别及示例

健身指导与管理专业毕业设计分为器械类、团操类，具体情况见下表。

毕业设计选题类别	毕业设计选题	对应人才培养规格能力目标	主要支撑课程	是否今年更新	
健身方案设计类	器械类	1. XX人群身体各部位训练方案设计 如：中年男性初学者胸部大肌训练方案设计	1. 具备良好的健身理论和实践知识，能够进行科学合理的健身方案设计和指导； 2. 掌握健身器械的使用和维护知识，能够进行健身器械的安全使用与管理； 3. 具备健身场所的规划、设计管理能力，能够满足客户个性化健身需求，达成训练效果。	1. 运动生理学 2. 运动处方 1. 健身教练基础 2. 器械健身指导 1. 健身俱乐部经营与管理 2. 实用体育管理	是
	团操类	2. XX级别XX类型健身操成套动作编排设计 如：初级有氧健身操成套动作编排设计	1. 能够将理论知识运用到实践中，使用测量仪器、器材完成人体的测量与评价； 2. 掌握健美竞赛规则，熟悉裁判法，具备一定执裁能力，学会比赛造型，掌握杯赛、比赛流程； 3. 掌握实用的体能训练方法与手段，并在实践中合理运用。	1. 团健身指导 2. 健美操 1. 健身健美赛事指导 2. 健美规则与裁判法 1. 身体运动功能训练	是

二、毕业设计成果要求

(一) 方案设计类成果要求

方案设计成果包含器械类和团操类两类，具体要求如下。

1. 器械类毕业设计成果要求：(1) 方案结构完整、要素完备，能清晰表达设计内容，比如 XX 人群各部位训练方案；(2) 方案格式规范。文字表述、图表、计算公式和提供的技术文件符合行业、企业 and 专业标准的规范与要求；教学方案要明确适宜对象的年龄段或年级；(3) 方案内容科学合理，具有可操作性，能有效解决选题中所要解决的实际问题。(4) 毕业设计作品不少于 3000 字。

2. 团操类毕业设计成果要求：(1) 选题为 XX 级别 XX 类型健身操成套动作编排设计，原则上做到“一人一题”，选题避免雷同。(2) 尽可能贴近工作、生活实际，学生在实习的行(企)业、学校、园所等岗位上亲自参与服务(教育、教学、研究、指导、活动、交流、训练、比赛、管理等)的个案进行方案设计。(3) 应用了本专业领域中新知识、新技术、新工艺、新材料、新方法、新设备，满足成本、环保、安全等方面要求。图片、文案、材料等毕业设计文件应正确、清晰、规范，符合国家或行业标准。(4) 毕业设计说明书完整记录设计定位分析、设计方案分析和设计风格确定、设计方案成型、设计市场效果分析等基本过程。(5) 毕业设计作品不少于 3000 字。

三、毕业设计过程及要求

阶段	教师任务及要求	学生任务及要求	时间安排
选题指导阶段	明确毕业设计的目的、任务、规定、进度、纪律等。建好毕业设计指导学生微信或 QQ 群，解	明确毕业设计的目的、任务、规定、进度、纪律等。以本专业培养目标和人才培养方案，以	2023.9.1 ~11.11

	答学生关于毕业设计选题的疑惑。	及自身认知特点为依据,做好毕业设计选题。	
指导过程阶段	完成并下发毕业设计任务书, 审阅学生的毕业设计初稿、终稿。给出指导意见并督促学生修改完善毕业设计成果。	明确毕业设计任务及要求, 完成毕业设计初稿, 交给指导老师审阅, 形成毕业设计初稿; 进一步深入研究设计方案的科学性和合理性, 在指导老师的指导下, 修改优化毕业设计初稿, 根据指导老师意见确定毕业设计的终稿。	2023. 11. 11~2024. 3. 11
形成成果阶段	审阅学生的教学活动视频/图片, 检查学生毕业设计成果资料上传情况, 重点检查有无遗漏、缺项、格式错乱、视频文件打不开等情况。	根据教学设计方案终稿, 完成教学活动视频/图片的录制和拍摄, 并交由指导老师进行修改; 根据指导老师意见, 确定教学活动视频/教学图片终稿。	2024. 3. 11~5. 19
成绩评阅阶段	根据毕业设计评价指标评定学生毕业设计成绩, 并完成《毕业设计成果评分表》。	根据要求将毕业设计成果相关资料整合发给指导老师进行上传。	2024. 5. 19~5. 25
成果答辩阶段	做好答辩过程记录。完成《毕业答辩评分表》, 给出答辩成绩。	准备答辩内容课件的展示, 进行答辩。	2024. 5. 25~6. 5
资料整理阶段	指导学生根据答辩情况进行毕业设计的修改。将《毕业设计成果评分表》《毕业答辩评分表》以及修改过后的毕业设计终稿上传至系统。	根据答辩老师给出的意见进行修改, 将修改后的毕业设计发给指导老师。	2024. 6. 5~6. 16

四、毕业答辩流程及要求

(一) 答辩流程

1. 学院成立毕业设计答辩工作小组。确定答辩时间、答辩地点、答辩学生分组以及答辩指导老师分组。

2. 答辩学生展示准备的答辩内容:

(1) 自我介绍（班级、姓名、毕业设计题目）。

(2) 答辩课件：包括对毕业设计所做的主要工作和主要结论做出概述。重点介绍毕业设计的目的、意义、过程、结果、反思、毕业设计创新与亮点等内容。限时8~10分钟。

3. 答辩指导老师根据学生答辩内容展示提1~2个相关问题，学生按要求回答，限时3~5分钟。

4. 各答辩组指导老师认真做好答辩过程记录。答辩结束后，在《毕业答辩评分表》上填写答辩小组意见，根据答辩情况评价指标，由答辩组组长给出毕业设计最终答辩成绩及等级并签名。

（二）答辩要求

1. 答辩工作小组需提前准备好答辩相关表格，在答辩期间做好组织协调工作，答辩结束后做好相关资料收集整理工作。

2. 各答辩组指导老师需在答辩前选出答辩组组长，认真审阅毕业设计全文，提出答辩问题及意见，认真组织答辩及成绩评定。

3. 参加答辩的学生需要穿着正装，在答辩的过程中需要对毕业设计的基本内容、构成思路和创新之处进行介绍，并回答评委老师提出的答辩问题。评委老师根据学生毕业设计内容和介绍情况进行提问。

4. 学生毕业设计的总成绩最终由答辩委员会审定，计为五个等级，即为优秀（90~100分）、良好（80~89分）、中等（70~79分）、及格（60~69分）和不及格（60分以下）。

五、毕业设计评价指标

（体育教育专业毕业设计评价根据选题类别的不同而有所区别，从毕业设计过程、作品质量、答辩情况等方面进行综合评价。具体见表1。）

表 1 方案设计类毕业设计评价指标及权重

评价指标	指标内涵	分值权重 (%)
设计过程	专业性：毕业设计选题符合本专业培养目标；设计任务体现学生进行需求分析、信息检索、方案设计、资源利用、毕业设计成果制作等专业能力和安全环保、创新协作等意识的培养要求。	4
	实践性：毕业设计选题贴近本专业教育教学实际或源于小学实际项目；设计任务具有一定的综合性和典型性；有助于培养学生综合运用所学的专业知识和专业技能解决专业领域中实际问题的能力。	2.5
	可行性：毕业设计任务书目的明确，任务具体，进程安排合理，成果表现形式得当。	8
	工作量：设计任务具有一定的综合性，难易程度适当，每个学生有独立完成的具体任务。	1.5
作品质量	科学性：毕业设计成果制定的方案客观、真实、准确、完整；方案设计合理，技术路线科学、可行，步骤合理，方法运用得当；能正确运用本专业的标准，逻辑性强，表达准确；引用的参考资料、参考方案等来源可靠；能体现本专业新知识、新技术、新工艺、新材料、新方法、新标准等。	20
	规范性：毕业设计成果相关文档结构完整、要素齐全、排版规范、文字通畅，表达符合行业标准或规范要求。	12
	完整性：毕业设计成果体现任务书的规定要求；方案应体现设计思路和过程，完整记录工作任务分析、框架思路拟定、设计方案成型、技术参数确定、功能效果分析等基本过程及其过程性结论；方案要素完备，能清晰表达设计内容。	20
	实用性：毕业设计成果方案有针对性，设计方案能解决教学、训练、赛事策划等中的实际问题，有一定应用价值；方案具有个性化特点，符合个案的实际情况。	12
答辩情况	答辩内容：紧扣主题，结构严谨，观点鲜明，层次分明，有逻辑性，格式规范，新颖美观。	10
	表达展示：语言流畅、陈述思路清晰，用词精炼，详略得当；精神饱满，动作得体，表现恰当；内容	5

	展示突出重点。	
	问题回答：正确回答问题，未出现原则性、基本概念方面的错误；能正确领悟提问，主要问题回答深入，或有独特的见解；思维敏捷、反应迅速，回答不超时。	5

六、实施保障

（一）指导团队要求

1. 指导教师：毕业设计指导教师主要由 健身指导与管理专业及相关专业教师担任，兼职教师主要来自行业企业。应具备健身专业两年及以上教学工作经验或行业企业一线两年以上工作经验，原则上应具有讲师以上职称，师德师风素质优良，工作认真负责，年度内无教学事故。

2. 企业导师：由健身指导与管理专业及相关专业人员担任，在该专业领域取得一定成就，为学生提供良好的实践条件，学生在实践过程中能够从中学到该专业知识，将理论知识转化为实践知识。

（二）教学资源要求

1. 企业实践项目资源

常德市、长沙市合作中小学；各专项俱乐部，包括健身指导俱乐部、少儿体适能馆、舞蹈工作室等。

2. 数字化教学资源

腾讯会议、钉钉、微信视频、学习通、WPS等。

七、附录

（各专业列出毕业设计工作相关表格模板，如：毕业设计任务书、毕业设计说明书、毕业设计指导记录表、毕业设计评阅表、答辩记录表等。）

附录 1

毕业设计任务书

指导教师		学生姓名	
专 业		班 级	
毕业设计题目			
基本 目标 及任务	应明确清晰设计目标及任务，文字表述严谨（120 字以上）		
设计 要求	参照各专业毕业设计成果质量评价指标及权重细则提出毕业设计要求（字数 120 字以上）		
工作进 度安排	<ol style="list-style-type: none"> 1. 年 月 日前毕业设计资格审查； 2. 年 月 日前老师指导学生选题； 3. 年 月 日确认选题，下达任务书； 4. 年 月 日起开始撰写毕业设计初稿； 5. 年 月 日上交毕业设计初稿，指导教师修改； 6. 年 月 日上交毕业设计定稿； 7. 年 月 日前上传毕业设计成果至学院指定的网址。 		
预期成 果表现 形式			
指导 老师 意见	<p style="text-align: center;">指导老师：</p> <p style="text-align: center;">日期：</p>		
教研室 审核 意见	<p style="text-align: center;">教研室审核：</p> <p style="text-align: center;">日期：</p>		

附录 2:

毕业设计成果评分表

姓名		专业	
班级		学号	
题目			
评价项目	具体要求		评分
设计任务 (满分 20 分)	专业性 (5 分)	毕业设计选题符合本专业培养目标; 设计任务体现学生进行需求分析、信息检索、方案设计、资源利用、毕业设计成果制作、成本核算等专业能力和安全环保、创新协作等意识的培养要求。	
	实践性 (3 分)	毕业设计选题贴近生产、生活实际或来源于现场实际项目; 设计任务具有一定的综合性和典型性; 有助于培养学生综合运用所学的专业知识和专业技能解决专业领域中实际问题的能力。))	
	可行性 (10 分)	毕业设计任务书目的明确, 任务具体, 进程安排合理, 成果表现形式得当。	
	工作量 (2 分)	设计任务难易程度适当, 合作完成的每个学生有独立完成的具体任务。	
成果质量 (满分 80 分)	科学性 (25 分)	毕业设计成果能正确运用本专业的相关标准, 逻辑性强, 表达(计算)准确; 引用的参考资料、参考方案等来源可靠; 能体现本专业新知识、新技术、新工艺、新材料、新方法、新设备, 新标准等。	
	规范性 (15 分)	毕业设计成果相关文档结构完整、要素齐全、排版规范、文字通畅, 表述符合行业标准或规范要求。	
	完整性 (25 分)	毕业设计成果体现任务书的要求; 物化产品、软件、文化艺术作品等应有必要的说明, 说明应包含毕业设计思路、毕业设计成果形成过程、特点等。	
	实用性 (15 分)	毕业设计成果可以有效解决生产、生活实际问题。	
毕业设计成果成绩			
企业指导教师 评价	指导教师签名: _____ 年 月 日		
校内指导教师 评价	指导教师签名: _____ 年 月 日		
教研室审核意见	教研室主任签名: _____ 盖章: _____ 年 月 日		

附录 4

毕业设计指导记录

学生姓名		学号		学院名称	
专业		班级		指导老师姓名	
题目					
第一次 指导记录	教师签名： 年 月 日				
第二次 指导记录	教师签名： 年 月 日				
第三次 指导记录	教师签名： 年 月 日				