

## 目 录

《思想道德修养与法律基础》课程标准·····	1
《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概要》课程标准·····	12
《体育与健康》课程标准·····	87
《大学语文》课程标准·····	107
《应用文写作》课程标准·····	121
《高等数学》课程标准·····	133
《计算机应用基础》课程标准·····	151
《经济数学》课程标准模板·····	168
《形势与政策》课程标准·····	187
《大学生心理健康教育》课程标准·····	193



# 《思想道德修养与法律基础》课程标准

## 一、课程说明

课程名称	思想道德修养与法律基础		标准简称	思修	
适用专业	高职各专业	修读学期	第一、二学期	制订时间	2018年8月
课程代码	1100041/1100042	课程学时	48(理论)+16(实践)	课程学分	4
课程类型	B类	课程性质	必修课	课程类别	公共基础课
先修课程	无				
后续课程	《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概要》				
对应职业资格证书或内容	无				
合作开发企业	无				
执笔人	傅国英	合作者		审核人	
制(修)定日期	2018年8月				

## 二、课程定位

《思想道德修养与法律基础》是面向全院学生开设的公共基础课，是我校思想政治理论课的必修课程，本课程以马克思主义为指导，以习近平新时代中国特色社会主义思想为价值取向，以正确的世界观、人生观、价值观和道德观、法制观教育为主要内容，把社会主义核心价值观贯穿教学的全过程，通过理论学习和实践体验，帮助学生形成崇高的理想信念，弘扬伟大的爱国精神，确立正确的人生观和价值观，加强思想品德修养，增强学法、用法的自觉性，全面提高大学生的思想道德素质、行为修养和法律素养。

学习这门课程的主要目的是从当代大学生面临和关心的实际问题出发，以正确的人生观、价值观、道德观和法制观教育为主线，通过理论学习和实践体验，帮助大学生形成崇高的理想信念，弘扬伟大的爱国主义精神，确立正确的人生观和价值观，牢固树立社会主义核心价值观，培养良好的思想道德素质和法律素质，进一步提高分辨是非、善恶、美丑和加强自我修养的能力，为逐渐成为德、智、体、美全面发展的中国特色社会主义伟大事业的合格建设者和可靠接班人，打下扎实的思想道德和法律基础。

## 三、设计思路

本课程设计坚持马列主义、毛泽东思想、中国特色社会主义理论体系为指导，认真贯彻落实中央5号、9号、16号文件精神，深入推进马克思主义中国化的最新理论成果进教材、进课堂、进学生头脑，着眼于提高教学针对性，增强实效性，努力体现“三贴近”原则，使教学内容、方式、选材进一步贴近学生、贴近生活、贴近实际，提高学生分析问题和解决问题的能力，课程体系总的构建思路是：以学生为主体，以教材为根本，以问题为

中心，以引领学生树立正确的“五观”，培养学生“五种能力”为目标，构建和实施《思修》课模块化、专题化、项目化。其实践教学体系分两类：一是以学生为主、教师为辅的互动体验式课堂教学（实践教学一）；二是公共教学部及二级学院团组织和学生社团开展的党团组织活动、学生社团活动、和谐班级及文明寝室创建活动、传统文化沙龙活动、校内实训活动、社会调查活动等校内外实践活动（实践教学二）。理论教学设置3学分，实践教学1学分，分别考核。

#### 四、课程培养目标

##### 1、知识目标：

- (1) 掌握社会主义核心价值观的基本内容。
- (2) 确立和坚定理想信念、将远大理想与对祖国的高度责任感、使命感结合起来。
- (3) 了解中国精神的价值，做忠诚的爱国者和改革的实践者。
- (4) 系统学习人生观、价值观理论，引导学生树立正确的人生观，创造有价值的人生。
- (5) 了解中华传统美德的基本精神和中国革命道德的主要内容。
- (6) 了解公共生活、职业生活、婚姻家庭生活中的道德规范
- (7) 掌握社会主义法律的本质、作用、运行，掌握我国宪法确立的基本原则和制度，了解中国特色社会主义法律体系。
- (8) 自觉树立社会主义法治观念，培养法治思维方式，维护社会主义法律权威。
- (9) 了解我国宪法法律规定的权利与义务。

##### 2、能力目标：

- (1) 了解并认识大学生活特点，提高独立生活和适应新环境的能力。
- (2) 能够将道德的相关理论内化为自觉的意识、自身的习惯、自主的要求，成为校园道德生活的主体，提升职业实践中德行规范意识和能力。
- (3) 能够运用与人们生活密切相关的法律知识，分析和解决某些现实法律问题，能自觉遵守法律规范。
- (4) 能够在熟悉职业素质、职业理想及选择、职业法规等内容和要求的基础上，培养成功就业和自主创业意识和能力。

##### 3、素质目标：

通过课程教学，逐步提高学生走向社会发展所需要的思想、文化、身心、法律、职业等方面的综合素质，重点培养学生良好的思想道德素质和法律素质，能遵守基本的行为规范，更好地促进高职学生成长成才和终身发展。

## 五、课程内容、要求及教学设计

章节	内容与基本要求	课时安排		备注
		授课（课时）	课外实践（课时）	
绪论	了解：通过学习，帮助学生了解中国发展的新方位，中国特色社会主义进入了新时代 理解：中国特色社会主义进入新时代的实践价值和世界意义 掌握：把握本课程的特点，掌握学习本课程的学习方法，增强学习的积极性和主动性。明确自己肩负的历史使命和时代责任。	4		
第一章 人生的青春之问	了解：人生观的基本内涵以及对人生的重要作用； 理解：树立为人民服务的人生观的重要意义； 掌握：处理各种关系的方法，立志在实践中创造有价值的人生，做到和谐发展。	4		案例讨论 2课时
第二章 坚定理想信念	了解：理想信念、共同理想的含义和特征； 理解：理想信念对大学生成才的重要意义，树立马克思主义的崇高的理想信念； 掌握：积极投身社会实践，把理想转化为现实，实现中国梦。	4		课堂讨论 2课时
第三章 弘扬中国精神	了解：中国精神的科学内涵，实现中国梦必须弘扬中国精神； 理解：爱国主义的科学内涵和民族精神的优良传统，创新创造是中华民族禀赋； 掌握：做忠诚的爱国者及改革创新实践者的途径。	6	4	观看爱国主义影片 2课时

第四章 践行社会主义核心价值观	<p>了解：社会主义核心价值观的基本内容； 理解：社会主义核心价值观的历史底蕴、现实基础、道义力量； 掌握：积极努力做社会主义核心价值观的践行者，扣好人生的第一个扣子</p>	6	4	
第五章 明大德守公德严私德	<p>了解：道德的历史演变、功能、作用和中华民族优良道德传统、革命道德； 理解： 理解：公共生活、职业生活、婚姻家庭生活中的道德与法律的内容；正确的择业观、职业观、恋爱观、婚姻观及公德意识的养成； 掌握：学习和掌握社会生活领域的道德规范和法律规范，自觉加强道德修养和法律修养，锤炼高尚品格。</p>	12	4	
第六章 尊法学法守法用法	<p>了解：法律的概念与历史发展，宪法规定的基本制度、实体法律部门和程序法律部门，社会主义法治思维方式与法律的至上地位，法律权利与义务以及二者的关系； 理解：社会主义法治观念的主要内容、社会主义法治思维方式的含义和特征，我国宪法法律规定的权利和义务。 掌握：中国特色社会主义法治体系，不断增强维护法律尊严的自觉性和责任感。树立法治理念，培养法治思维，维护法律权威，成为具有良好的法律素质的社会主义建设者和接班人，如何依法行使权利和履行义务。</p>	12	4	<p>案例讨论 2课时 观看资料片 累计2课时</p>
合计		48	16	

## 六、课程考核与评价

本课程为考查科目。采用理论考试与实践考核、日常行为评价相结合的方式，既对学生必须掌握的基本知识、基本理论掌握有个基本考核，又能全面提高学生的道德实践能力。最终成绩由期末考试与平时各项成绩相结合进行综合评定。

### （一）考核载体

#### 1、实践作业手册

实践成绩指学生参与实践活动的成绩，重点在于促进学生创新精神和实践能力的培养，旨在考察学生对现实问题的分析能力，理论联系实际的能力。

说明：实践作业手册包括学生参加实践的具体时间，实践过程，体验，收获等，每生书写总结不少于 2 次。

#### 2、期末试卷

（1）考试类型：考试课（全院统一安排考试）

（2）试题类型：由任课教师根据课程实际情况制定。期末考试可以以开卷形成或闭卷开展，试题形式灵活。高职类试卷以考察学生对现实问题的理解、分析能力为主，试题类型以材料分析题、论述题或者小论文为主。

### （二）考核方式与标准

平时考核与期末考核结合，平时考核成绩占 60%，期末考核占 40%

平时考核包括（1）实践作业手册手册完成情况（2）日常行为评价

### （三）成绩构成

#### 1、作业（20 分）

2、实践成绩（20 分）：指实践手册中的实践活动的成绩

#### 3、日常行为评价（20 分）

（1）考勤：超过本课程三分之一的授课时间缺勤者，该课程总评成绩为不及格。

（2）平时表现：以学生上课的学习态度、参与教学过程的主动性、课前提问成绩来综合评定。

#### 4、期末测试成绩（40 分）

测试成绩	平时测试成绩比例（60%）			期末测试成绩比例（40%）
	作业	实践成绩	日常行为评价	
100%	20%	30%	20%	30%

## 七、教材及相关资源

### 1、教材选取的原则：

《思想道德修养与法律基础》是在贯彻落实《中共中央、国务院关于进一步加强和改

进大学生思想政治教育的意见》的精神及广泛调研的基础上,由高等教育出版社出版的马克思主义理论研究和建设工程重点教材,该教材重视知识之间的逻辑关系和内在联系,充分体现了课程的针对性和实效性的特点,使得课程更贴近大学生思想实际,对提高大学生的思想道德修养与法律素养有很好的指导作用。

## 2、使用教材:

《思想道德修养与法律基础》2018 版 高等教育出版社

参考的教学资料

(1)《十九大精神解读》

(2)《习近平谈治国理政一、二卷》

(3)《牢固树立社会主义荣辱观》 《求是》2006 年第 9 期

(4)《公民道德建设实施纲要》 人民出版社 2001 年版

(5)《毛泽东邓小平江泽民论世界观人生观价值观》 人民出版社 1997 年版

(6)习近平谈“中国梦”论述摘编 新华网

(7)教育部社政司《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见学习辅导读本》中国人民大学出版社 2005 版

(8)荆惠民《中国人的美德 仁义礼智信》中国人民大学出版社 2006 版

## 4、学习的网站:

(1)中国法制网站 <http://www.law.cn>

(2)教育部网站 <http://www.moe.edu.cn>

(3)全国高职高专思想政治理论课建设联盟网 <http://www.qggzszk.org/>

## 八、任课教师要求

1、德育教研室教师,具有深厚的马克思主义理论功底,

2、了解世界局势,国情、区情和民情,熟悉大学生的思想实际,具有强烈的爱国主义精神和为学生服务的意识。

3、有丰富的教学经验,熟练运用现代教学手段和教学方法,

4、能够充分调动学生学习的积极性

5、具有良好的职业道德和责任心、较强的驾驭课堂能力

## 九、教学实训场所

场地:教室、多媒体教室、爱国主义实践教育基地。

设备:地图、图书、校园网站、

附件 1:

江西水利职业学院授课计划审批表

2018-2019 学年上学期

教师姓名: 德育教研室

系部: 公共教学部

专业	各专业系部	课程	思想道德修养与法律基础	班级	18 水工等专业	
培养目标:				考核方式	考核形式	
学时/项目	总学时	理论学时	比例	比例	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input type="checkbox"/> 纯实践 <input checked="" type="checkbox"/> 理论+实践
计划学时	48+16	48	75%			
本课程实际学时	\	\	\	\	在上列方框中打√	
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 教材: 《思想道德修养与法律基础》2018 版 高等教育出版社 参考书: 《习近平谈治国理政第一卷、第二卷》 《十九大精神解读》等						
教研室主任审核意见:				系(部)主任审核意见:		
签名: _____ 年 _____ 月 _____ 日				签名: _____ 年 _____ 月 _____ 日 (公章)		

江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
2	2	第1讲 大学生生活新适应（1）	了解《思想道德修养与法律基础》的课程定位及“思想”在本课程中的重要地位	如何更快的适应大学生生活，给自己做份大学生生活规划。	多媒体教室	
3	2	第1讲 大学生生活新适应（2）	大学生如何尽快适应大学生生活，建立正确的大学观		多媒体教室	
5	2	第2讲 我的人生观	理解人生观的重要性和应该建立怎样的人生观，如何建立。		多媒体教室	
6	2	第3讲 和谐人际观的建立	建立正确的人际相处观，并提高自己的人际交往能力		多媒体教室	
7	2	第4讲 从理想到信念	理解思想、理想、信念的内在关系，培养科学的理想、信念	设计：我的职业生涯规划	多媒体教室	
8	2	第5讲 信仰的力量（红色文化故事）	了解中国革命精神，敬仰先辈精神，建立自我信仰认知	讲或读一段精彩的红色故事	多媒体教室	
9	2	第6讲 中国精神	从内心信念上培养爱国主义，从具体行为中体现爱国主义		多媒体教室	

10	2	第7讲 新时期的爱国主义	从客观现实出发，辨析正确的爱国主义内容，建立正确的爱国主义意识，践行积极的爱国行为	请结合苹果热的话题谈谈新时期的我们应该怎么爱国	多媒体教室	
11	2	第8讲 时政热点：新时期的大国关系（中美贸易战）	了解新形势下的大国关系，建立制度自信和文化自信，同时客观分析，建立大国意识和忧患意识		多媒体教室	
12	2	第9讲 社会主义核心价值观	理解社会主义核心价值观的主要内容与要求	大讨论：作为新时期的青年该如何积极践行社会主义核心价值观	多媒体教室	
13	2	第10讲 中国青年	理解青年践行社会主义核心价值观的必要性和特殊性		多媒体教室	
14	2	第11讲 实践专题：读书会（关于青春、理想、信念、人生、道德等）	提高学生知识理解和应用的能力，同时提高学生的思考和表现能力		多媒体教室	
15	2	第12讲 时政热点：全面认识一带一路	了解一带一路建设的目的，内容和意义，建立国家和世界意识，提高自我的认知和辨析能力		多媒体教室	
16	2	第14讲 时政热点：中共十九大	了解十九大，并养成关注时政，关心社会的习惯，提高学生客观的认知和分析能力		多媒体教室	
17	2	第16讲 实践专题：读书会	提高学生知识理解和应用的能力，同时提高学生的思考和表现能力	摘抄自己朗读的选段，记录自己选择该选段的理由	多媒体教室	

18	2	第 17 讲期末综合复习	帮助学生梳理知识要点，提高学生总结归纳能力，进一步提高学生思想能力的提高	多媒体	多媒体教室	
----	---	--------------	--------------------------------------	-----	-------	--



# 江西水利职业学院

JIANGXI WATER RESOURCES INSTITUTE



# 《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概要》及实践课程标准

## 一、课程说明

课程名称	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概要		标准简称	毛概	
适用专业	高职各专业	修读学期	第三、四	制订时间	2018年8月
课程代码	1100051/1100052	课程学时	96	课程学分	5
课程类型	B类	课程性质	必修课	课程类别	公共基础课
先修课程	《思想道德修养与法律基础》				
后续课程	无				
对应职业资格证书或内容	无				
合作开发企业	无				
执笔人	傅国英	合作者	陈欣	审核人	傅国英
制(修)定日期	2018年8月				

## 二、课程定位

### 1、课程性质

本课程是2005年中宣部、教育部《关于进一步加强和改进高等学校思想政治理论课的意见》及实施方案确定的高校思想政治理论课之一，是高职院校的公共必修课。课程以中国化的马克思主义为主题，以马克思主义中国化为主线，以中国特色社会主义建设为重点，从理论与实践、历史与逻辑的统一上揭示马克思主义中国化的理论轨迹，准确阐述中国共产党在把马克思主义基本原理与中国实际相结合的历史进程中，创造了中国化的马克思主义，形成了毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系两次飞跃成果，党的十八、十九大以来又在它们的基础上不断的创新和探索新的理论。课程充分展示了毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想在中国革命、建设、改革和实现中华民族伟大复兴中的重要历史地位和作用。

### 2、课程定位

#### (1) 建构主义学习观和教学观

建构主义学习理论强调“情境”、“协作”、“会话”和“意义建构”是学习环境中的四大要素或四大属性。根据建构主义学习理论，在课程设计过程中应做到：正确认识教师与学生在教学过程中的地位及相互关系。

#### (2) 多元智能理论学习观和教学观

真正有效的教育必须认识到智力的广泛性和多样性，并使培养和发展学生的各方面的能力占有同等重要的地位。每个人都有其独特的治理结构和学习方法，每个学生都有自己的特

长与爱好，教师应从多方面去了解学生的特长，并相应地采取适合其特点的有效方法，因材施教，使其特长得到充分的发挥。

### （3）终身学习理念

根据终身学习理念，在课程设计过程中要注意：教育学生树立终身学习的观念。所谓终身学习，就是要使学习跨越单纯学校教育的时段，贯穿于人的一生；使学习从作为单纯的求知谋生手段，发展成为人们自觉自愿的生活方式和提升生命价值的过程；使“活到老、学到老”真正成为每个人坚定不移的追求和信念。树立终身学习观念，是时代的要求。

## 三、设计思路

### 1、课程设计思路

根据教育部“05 方案”要求，高等职业院校开设《思想道德修养与法律基础》、《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》和《形势与政策》三门课程，但在教材的使用上，本、专科使用同一本全国统编教材，这就为我们高职专科院校的教学带来了一定的困难。表现为：本科院校所开设四门课程虽然各有侧重，但在很多基础知识方面是互补的，它们共同构成一个完整的理论体系。因此在进行课程设计时，一要充分考虑到学生的已有知识基础；二要处理好教材内容的使用；三要结合职业院校的人才培养目标和人才培养方案。

### 2、本课程设计应遵循的原则

第一，“以能力为核心，以就业为目标，以市场为导向”，在教学中采用“以社会发展实践和学生实践为载体，进行理论学习、理论应用、理论创新”的全新教学模式。采用“学生参与，师生联动”的方式，将《形势与政策》和《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》相结合，遵循分析形势讲理论，结合理论说形势的原则，针对学生及知识模块的特点，选用相应的教学方法，进行教学过程的安排。

第二，遵循“以工作过程为导向”的现代职业教育理念，依据职业院校人才培养目标和学生特点，总体把握教材内容，确立教学模块，创设教学情境，制定工作任务。

第三，突出本课程作为思想政治理论课所特有的理论性、实践性、时政性、实效性的特点，课程内容的设计上要具有一定的弹性。原因是我们在教学过程中要关注以下问题：一是突发事件，应时讲解。根据形势的发展需要，及时调整教学计划；二是关注反馈，调整方法。为了提高思想政治理论课的教学实效性，要随时关注学生的反馈，适当调整教学方式与方法；三是正确引导，科学认知。政治课教学要本着“学术研究无禁区，课堂教学有纪律”的原则，坚持正面教育为主。对学生所提出的一些社会问题，必须给予正确的、科学的指导。不能夸大学生的偏见，更不能把自己的偏见强加给学生。

第四，为适应未来职业岗位群的需要，教学设计要注重学生综合能力的培养。包括知识素养、能力素养、情感素养等方面。确定明确的目标，同时制定出实现这些目标的具体措施，并把这些措施具体到每一个工作任务之中。

## 四、课程培养目标

### 1.课程目标

第一，通过马克思主义基本原理与中国实际相结合的历史进程的讲授，学生要能够系统

掌握马列主义、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系的基本原理，坚定在党的领导下走中国特色社会主义道路的理想信念。第二，突出思想政治理论课的教育功能，学生能够系统了解的马克思主义理论教育的任务，并认真配合完成目标。从而使学生树立正确性的世界观、人生观、价值观。要能懂得为什么只有中国化马克思主义才能为解决中国革命、建设和改革指明方向。第三，坚持理论联系实际，贴近实际，贴近生活，贴近学生，学生在学习中能发挥积极性和主动性。学生能够拥有科学地认识和分析复杂的社会现象的能力。

## 2.知识目标

(1) 通过教学，学生能把握毛泽东思想及中国特色社会主义理论成果的产生背景、实践基础、主要内容、历史地位及重大意义。

(2) 学生能明白实事求是的思想路线是马克思主义中国化理论成果的精髓，也是马克思主义中国化理论成果的哲学基础，更是我们认识问题、解决问题所应遵循的方法、原则。

(3) 学生能理解从新民主主义革命、社会主义革命理论形成、主要内容及历史地位的分析中掌握毛泽东思想的实质与精髓，掌握马克思主义理论与中国具体实践相结合的必要性。

(4) 学生能从什么是社会主义，怎样建设社会主义的问题分析中，掌握社会主义的本质及根本任务明确奋斗目标。

(5) 学生能够理解社会主义初级阶段理论是对我国社会发展现状的概括，而社会主义初级阶段的发展战略及改革开放的基本国策，则是对我国发展思路的总体规划与总体设计的。

(6) 中国特色的社会主义经济、中国特色的社会主义政治、中国特色的社会主义文化、构建和谐社会、祖国统一、外交政策、党的建设及社会主义依靠力量则体现了我国社会发展的总布局。学生能正确认识和把握我国的经济制度、经济体制、政治制度、文化制度、外交政策、统一构想、党的建设及人民群众在社会主义建设中的重要作用等重大理论问题。

## 3.能力目标

(1) 知识能力：学生能系统掌握毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系的基本原理，形成正确的世界观、人生观、价值观。

(2) 方法能力：学生能够从对马克思主义中国化的历史进程的分析中，充分认识理论联系实际是马克思主义的基本原则，实事求是是我们认识问题、解决问题的根本方法。在生活及工作实践中自觉使用这一方法论去认识问题和解决问题。

(3) 创新能力：学生能够准确预测事物的发展方向以及在事物未来发展中可能出现的问题，在已有知识和经验的基础上形成学科系统知识，对未来事物发展中可能出现的问题形成正确认识，并形成系统的解决方案。

## 4.情感目标

(1) 个人情感教育：使学生形成正确的世界观、人生观、价值观。培养不怕困难与挫折，勇往直前的优秀品格。

(2) 团队合作精神：学生能够善于与他人进行沟通与合作，具有良好的协作精神，诚实守信，团结互助。培养学生的集体主义精神。

(3) 社会责任意识：使学生牢固树立中国特色社会主义的理想信念，增强社会责任感

与使命感。

## **五、课程内容、要求及教学设计**

(一) 课程整体设计

序号	学习情境	学时分配		
		总学时	理论	实训
1	毛泽东思想及其历史地位	10	8	2
2	新民主主义革命理论	6	4	2
3	社会主义改造理论	6	6	0
4	社会主义建设道路初步探索的理论成果	6	4	2
5	邓小平理论	10	8	2
6	三个代表重要思想	4	4	0
7	科学发展观	4	4	0
8	习近平新时代中国特色社会主义思想及其历史地位	8	6	2
9	坚持和发展中国特色社会主义总任务	6	6	0
10	“五位一体”总体布局	12	8	4
11	“四个全面”战略布局	10	6	4
12	全面推进国防和军队现代化	4	2	2
13	中国特色大国外交	6	4	2
14	坚持和加强党的领导	10	8	2

## (二) 课程学习单元内容与要求

学习单元情境设计				
单元名称	毛泽东思想及其历史地位		学时	10
学习要求	1 了解马克思主义中国化的提出、科学内涵和马克思主义中国化两大理论之间的关系； 2 理解认识毛泽东思想主要内容和历史地位； 3 领会毛泽东思想的精髓和实质 4 领会实践和理论相互促进，共同发展的规律，提高将自身的学习和社会实践结合起来的自觉性			
任务分解	任务 1	课程内容介绍		
	任务 2	马克思主义中国化的理论成果		
	任务 3	毛泽东思想的形成与发展		
	任务 4	毛泽东思想的主要内容和活的灵魂		
	任务 5	毛泽东思想的历史地位		

学习单元情境设计				
单元名称	新民主主义革命理论		学时	6
学习要求	1 认识新民主主义革命理论形成的时代特征、新民主主义革命的总路线和基本纲领； 2 了解新民主主义革命道路的基本内容；了解新民主主义革命理论的历史意义； 3 领会中国革命的艰难，学会运用科学理论解决问题的能力，增强抗挫能力。			
任务分解	任务 1	新民主主义革命形成的依据		
	任务 2	新民主主义革命的总路线和基本纲领		
	任务 3	新民主主义革命的道路和基本经验		

学习单元情境设计				
单元名称	社会主义改造理论		学时	6
学习要求	1 认识新民主主义社会是一个过渡性的社会；			

	2 理解社会主义改造的总路线；		
	3 了解社会主义改造的过程和历史经验；		
	4 了解社会主义基本制度的确立及其重大意义；		
	5 领会社会主义制度确立的必然性，拥护社会主义制度		
任务分解	任务 1	从新民主主义到社会主义的转变	
	任务 2	社会主义改造道路和历史经验	
	任务 3	社会主义制度在中国的确立	
学习单元情境设计			
单元名称	社会主义建设道路初步探索理论成果	学时	4
学习要求	1 了解社会主义建设道路初步探索的重要思想成果；		
	2 正确认识社会主义建设道路初步探索的意义和经验教训；		
	3 学会从挫折中吸取教训		
任务分解	任务 1	初步探索的重要理论成果	
	任务 2	初步探索的意义和经验教训	
学习单元情境设计			
单元名称	邓小平理论	学时	10
学习要求	1 了解邓小平理论产生的历史条件；		
	2 理解领会邓小平理论的基本理论和主要问题		
	3 理解邓小平理论的历史地位		
任务分解	任务 1	邓小平理论的产生背景	
	任务 2	邓小平理论的主要内容	
	任务 3	改革开放理论的内容和重要意义	
	任务 4	邓小平理论的历史地位	
学习单元情境设计			
单元名称	“三个代表”重要思想	学时	4
学习要求	1 了解“三个代表”重要思想的形成背景		
	2 理解“三个代表”思想的主要内容和历史地位		
任务分解	任务 1	“三个代表”重要思想的形成	
	任务 2	“三个代表”重要思想的核心观点和主要内容、历史地位。	

学习单元情境设计			
单元名称	科学发展观		学时 4
学习要求	1 了解科学发展观的形成和基本内容 2 理解科学发展观的重要意义和历史地位		
任务分解	任务 1	科学发展观的形成和主要内容	
	任务 2	科学发展观的重要意义和历史地位	
学习单元情境设计			
单元名称	习近平新时代中国特色社会主义思想		学时 8
学习要求	1, 了解习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容和历史地位 2, 理解习近平新时代中国特色社会主义思想的产生背景和意义		
任务分解	任务 1	中国特色社会主义进入新时代	
	任务 2	习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容	
	任务 3	习近平新时代中国特色社会主义思想的历史地位	
	任务 4	习近平新时代中国特色社会主义思想是发展中的马克思主义	
学习单元情境设计			
单元名称	坚持和发展中国特色社会主义的总任务		学时 4
学习要求	1 了解中国特色社会主义的总任务内容 2. 科学理解中国梦的提出和深刻内涵 3. 践行中国强国梦的新征程的要求和实践		
任务分解	任务 1	实现中国民族伟大复兴的中国梦	
	任务 2	建成社会主义现代化强国的新征程	
学习单元情境设计			
单元名称	“五位一体”总体布局		学时 12
学习要求	了解建设中国特色社会主义总布局的含义; 了解社会主义市场经济理论和经济体制改革, 社会主义初级阶段的基本经济制度和分配制度, 理解推动经济持续健康发展的含义 认识坚持走中国特色社会主义政治发展道路的意义和发展社会主义民主的必要性, 认识建设社会主义法治国家和推进政治体制改革的内涵; 了解并认识建设中国特色社会主义文化坚持走中国特色社会主义文化发展道路的内涵, 认识建设社会主义核心价值观体系的重要性, 了解加强思想道德建设和发展教育科学, 建设社会主义文化强国的途径; 认识建设社会主义和谐社会的必要性和建设社会主义和谐社会的总体思路, 认识创新社会治理体制; 认识建设社会主义生态文明建设的重要意义和建设社会主义生态文明的总体要求, 树立生态文明理念, 坚持节约资源和保护环境的基本国策 增强中国特色社会主义制度自信, 自觉维护中国特色社会主义经济制度、政治		

	制度；树立社会主义核心价值观，领会建设社会主义文化强国的战略意义，身体力行建设社会主义和谐社会；树立生态文明的理念，保护环境，节约能源。	
任务分解	任务 1	建设现代化经济体系
	任务 2	发展社会主义民主政治
	任务 3	推动社会主义文化繁荣兴盛
	任务 4	坚持发展中保障和改善民生
	任务 5	建设美丽中国

学习单元情境设计			
单元名称	“四个全面”战略布局		学时 10
学习要求	1. 了解四个全面战略布局的基本内容 2. 理解深化改革的重要意义和内容 3. 理解全面依法治国的重要性和必要性		
任务分解	任务 1	全面建成小康社会	
	任务 2	全面深化改革	
	任务 3	全年依法治国	
	任务 4	全面从严治党	
学习单元情境设计			
单元名称	全面推进国防和军队现代化		学时 4
学习要求	1. 了解习近平的强军思想 2. 建设一流军队的重要性和必要性 3. 富国与强军的统一		
任务分解	任务 1	坚持走中国特色的强军之路	
	任务 2	推动军民融合深度发展	
学习单元情境设计			
单元名称	中国特色大国外交		学时 10
学习要求	1 理解和平与发展是当今时代主题的科学论断、我国独立自主的和平外交政策； 2 了解建立公正合理的国际政治经济新秩序的有关知识； 3 领会和拥护国家外交政策和国家战略，自觉维护国家尊严和国家主权。		
任务分解	任务 1	坚持和平发展道路	
	任务 2	推动构建人类命运共同体	
	任务 3	中美关系的发展	
	任务 4	中国当前的大国关系	

学习单元情境设计			
单元名称	坚持和加强党的领导		学时 10
学习要求	<p>1 让学生理解和认识到只有坚持和加强中国共产党的领导，才能建设具有中国特色的社会主义事业。</p> <p>2 理解立党为公、执政为民是党的宗旨的体现。</p> <p>3 认识加强党的执政能力建设和先进性建设为重点、全面进行党的建设的重要意义。</p> <p>4 宣传党的政策，积极向党组织靠拢。</p>		
任务分解	任务 1	中国共产党的历史地位和人民选择	
	任务 2	党的性质和历史使命	
	任务 3	坚持党对一切工作的领导	
	任务 4	没有共产党就没有新中国	

实践教学建议：

序号	实训（实验）项目	实训（实验）目标	实训（实验）时间
1	教学录像《复兴之路》、演讲	使学生了解：中华民族复兴的历史进程，以及中国人民为什么选择了马克思主义？选择了中国共产党？选择了社会主义道路？在视频欣赏与参与讨论中更有身临其境的感觉，进一步加深对马克思主义中国化的认识，提高学生学习兴趣。	学习 单元1教学中
2	号召学生到八一起义纪念馆等地参观学习	参观学习，提高学习兴趣，增强学生的感性认识	学习单元2 学习结束后
3	观看视频、课堂讨论、专题研讨、集体答辩等	让学生深刻理解社会主义的本质和我国的国情，为什么要坚持改革开放？	穿插学习 教学中
4	讨论：市场经济利与弊	为了让学生正确认识市场经济的利与弊	单元学习 结束后
5	讨论：结合两会讨论当今中国社会热点问题	让学生关注政治和当今中国社会热点问题	单元学习 结束后
6	学生上网搜索资料，对中、美、日、韩文化力进行比较，要求学生写调查报告。	使学生提高对文化建设意义的认识。	单元学习 结束后
7	开展以“科学发展，共建和谐”为主题征文活动	引导学生用和谐的思维认识事物，用和谐的方式处理矛盾，用科学的态度对待问题，用科学的方法解决问题，推动形成崇尚和谐、追求科学、协调发展的和谐校园。	单元学习 后学习结束后
8	学生谈论自己心目中的工人、农民、知识分子、解放军，说说他们在社会中的地位和 对社会的贡献，然后教师引导分析和总结。	让学生了解巩固和发展爱国统一战线以及推进中国军事变革、走中国特色精兵强军之路的重要意义。	单元学习 结束后
9	观看电影《生死抉择》，然后让学生谈感想，教师作总结。	使学生认识新形势下党中央从严治党、开展反腐败斗争的重大意义，树立报效祖国、服务人民的信念，提高自身道德自律意识，增强拒腐防变的良好心理品质，形成廉洁自律、爱岗敬业的职业观念。	单元学习 结束后

## 六、课程考核与评价

### 1、考核内容组成与所占比例：

### 2、考核比重表

名 称			考核比例	考核方式
理论知识 考核	期末闭卷考试		30%	考试
	平时成绩	课堂表现、考勤等	30%	考查
		课内实践	实践操作过程和效果	
总计			100%	

## 七、教材及相关资源

推荐教材和教学参考书

第一，严格执行教育部的规定，使用全国统一教材，即《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》。本教材为马克思主义理论研究和建设工程重点教材，高等教育出版社，2018年修订版。

第二，对教材的主题、主线及重点不可擅自改动与变更。本着“学术研究无禁区，课堂教学有纪律”的原则，坚持对学生进行正面教育为主。

第三，对突发事件及重大事件进行“应时”性讲解。因此，在教学计划的设计中留有一定的弹性空间，以体现本课程的时政性与针对性。

四、教学参考书：

1.《中国共产党中央委员会关于建国以来党的若干历史问题的决议》，见《三中全会以来重要文献选编》（下），人民出版社 1982 年版。

2.《毛泽东选集》第 1-4 卷，人民出版社 1991 年版。

3.《毛泽东文集》第 1-8 卷，人民出版社 1999 年版。

5.《邓小平文选》第 1-3 卷，人民出版社 1994 年版。

6.《江泽民文选》第 1-3 卷，人民出版社 2006 年版。

7.中共中央宣传部理论局：《科学发展观学习读本》，学习出版社 2006 年版。

8.《十七大以来重要文献选编》（上），中央文献出版社 2011 年版。

9.《十七大以来重要文献选编》（中），中央文献出版社 2011 年版。

10.《十七大以来重要文献选编》（下），中央文献出版社 2011 年版。

11.《中共十八大以来文献汇编》 新华网 2012 年 11 月 11 日

12《中国十九大瑶瑶文献选编》2017 年版

13《习近平谈治国理政第一、二卷》

## 八、任课教师要求

1、德育教研室教师，具有深厚的马克思主义理论功底，

2、了解世界局势，国情、区情和民情，熟悉大学生的思想实际，具有强烈的爱国主义精神和为学生服务的意识。

- 3、有丰富的教学经验，熟练运用现代教学手段和教学方法，
- 4、能够充分调动学生学习的积极性
- 5、具有良好的职业道德和责任心、较强的驾驭课堂能力

## **九、教学实训场所**

场地：教室、多媒体教室、爱国主义实践教育基地。

设备：地图、图书、校园网站、

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部

教师姓名：

2018-2019 学年上学期

专业	\	课程	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概要		2017 级学生					
			毛泽东思想、中国特色社会主义理论体系二大理论成果, 阐明中国特色的新民主主义革命道路、社会主义改造道路、社会主义现代化建设道路三条特色道路, 帮助学生系统掌握毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想以及科学发展这些理论产生的时代背景、实践基础、科学内涵、精神实质和历史地位, 让学生能够了解近代中国社会发展的规律, 更全面地掌握马克思主义基本原理和方法。	比例	实践学时	考核方式	考核形式			
培养目标:										
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例					
计划学时	48	32	66%	16	34%			<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input type="checkbox"/> 纯实践 <input checked="" type="checkbox"/> 理论+实践	
本课程实际学时	\	\	\	\	\				在上列方框中打√	
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概要》2018 版										
教研室主任审核意见：					系（部）主任审核意见：					
签名： _____ 年    月    日					签名： _____ 年    月    日 （公章）					

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	第1讲 课程介绍：马克思主义与中国	了解马克思主义中国化的提出、科学内涵和马克思主义中国化两大理论之间的关系；	教学录像《复兴之路》、演讲	多媒体教室	
2	2	第2讲毛泽东思想的形成发展条件及历史地位	理解认识毛泽东思想主要内容和历史地位；		多媒体教室	
3	2	第3讲毛泽东思想的主要内容和活的灵魂	领会毛泽东思想的精髓和实质		多媒体教室	
4	2	第4讲新民主主义革命理论之一	认识新民主主义革命理论形成的时代特征、新民主主义革命的总路线和基 本纲领；		多媒体教室	
5	2	第5讲新民主主义革命理论之二	了解新民主主义革命道路的基本内容；了解新民主主义革命理论的历史意义； 领会中国革命的艰难，学会运用科学理论解决问题的能力，增强抗挫能力		多媒体教室	
6	2	第6讲社会主义改造理论	理解社会主义改造的总路线；了解社会主义改造的过程和历史经验；		多媒体教室	

7	2	第7讲社会主义建设理论	了解社会主义基本制度的确立及其重大意义；领会社会主义制度确立的必然性，拥护社会主义制度	多媒体教室	
8	2	第8讲毛泽东时代（1949-1976）的政治	补充学习理解毛泽东思想的精神	多媒体教室	
9	2	第9讲毛泽东与井冈山	了解井冈山的革命经过和毛泽东井冈山时期的思想	多媒体教室	
10	2	第10讲青年毛泽东的故事	领会实践和理论相互促进，共同发展的规律，提高将自身的学习和社会实践结合起来的自觉性	多媒体教室	
11	2	第11讲邓小平理论的形成和历史地位	了解邓小平理论产生的历史条件；理解邓小平理论的历史地位	多媒体教室	讨论市场经济的利弊
12	2	第12讲邓小平理论的基本问题和主要内容	理解领会邓小平理论的基本理论和主要问题	多媒体教室	
13	2	第13讲江泽民：“三个代表”重要思想	了解“三个代表”重要思想的形成背景；理解“三个代表”思想的主要内容和历史地位	多媒体教室	
14	2	第14讲胡锦涛：科学发展观	了解“科学发展观”重要思想的形成背景；理解“科学发展观”思想的主要内容 and 历史地位	多媒体教室	
15	2	第15讲形势教育：中美贸易战	时政热点，了解当前的中美关系，增	多媒体教室	结合两会讨论当

16	2	第16讲形势教育:中国科技	强学生关心时政,积极探索的学习能力 2力	今中国社会热点问题	多媒体教室
			时政热点,帮助学生增强民族自信心和自尊心的重要性		

附件 2:

江西水利职业学院

JIANGXI WATER RESOURCES INSTITUTE

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部: 公共教学部      教师姓名: \吴祥宇      \学年\学期      第一学期

专业	\	课程	体育与健康	班级		
培养目标:	1. 认真、细致地完成学生体质检测, 针对学生体质特征进行有针对性地教学; 2. 激发学生运动热情, 培养学生终身体育思想; 3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术; 4. 培养学生良好的人格物质, 养成团结互助的习惯;			考核方式	考核形式	
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践
计划学时	36	4	11	32	89	
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社						
教研室主任审核意见:			系(部)主任审核意见:			
签名: _____			签名: _____			
年      月      日			年      月      日			
(公章)			(公章)			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体育与健康基本理论	健美操概论、健身价值	观看健美操表演视频	《体育与健康》	多媒体教室
2	2	体育与健康基本理论	健美操基本常识、基本的锻炼方法	查阅相关资料	《体育与健康》	多媒体教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	《国家学生体质检测标准》	体育馆
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆

8	2	体育课堂规范、健美操专项准备活动	学会简单的专项准备活动、和体育课规范	了解一般准备活动和专项活动	《体育与健康》	形体房
9	2	健美操基本步伐：交替类 迈步类	学会简单健美操基本步伐、素质恢复	复习基本步伐	《体育与健康》	形体房
10	2	健美操基本步伐：点地类 双腿类	学会简单健美操基本步伐、素质恢复	复习基本步伐	《体育与健康》	形体房
11	2	健美操基本步伐：抬起类	学会简单健美操基本步伐、素质恢复	复习基本步伐	《体育与健康》	形体房
12	2	健身性健美操各部位基本动作	基本掌握身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房
13	2	学习组合动作（一）	基本掌握动作组合和各身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房
14	2	学习组合动作（二）	基本掌握动作组合和各身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房
15	2	学习组合动作（三）	基本掌握动作组合和各身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房
16	2	学习组合动作（四）	基本掌握动作组合和各身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房

17	2	考试：基本动作	考核是否达标	无	《体育与健康》	形体房
18	2	考试：组合动作	考核是否达标	无	《体育与健康》	形体房

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： 吴祥宇      \学年\学期      第二学期

专业	\	课程	体育与健康				班级	\	
培养目标：	3. 认真、细致地完成学生体质检测，针对学生体质特征进行有针对性地教学； 4. 激发学生运动热情，培养学生终身体育思想； 3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术； 4. 培养学生良好的人格物质，养成团结互助的习惯；							考核方式	考核形式
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试  <input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践			
计划学时	36	4	11	32	89				
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√			
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社									
教研室主任审核意见：			系（部）主任审核意见：				签名： _____ 年      月      日 （公章）		

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体育与健康基本理论	健美操鉴赏	观看健美操比赛视频	《体育与健康》	多媒体教室
2	2	体育与健康基本理论	健美裁判规则	以裁判员的视角观看比赛视频	《体育与健康》	多媒体教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	《国家学生体质检测标准》	体育馆
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆

8	2	体育课堂规范、健美操专项准备活动	学会基本的专项准备活动、和体育课规范	了解一般准备活动和专项活动	《体育与健康》	形体房
9	2	健美操基本步伐：踏步 后踢腿跳	学会健美操基本步伐、素质恢复	复习基本步伐	《体育与健康》	形体房
10	2	健美操基本步伐：开合跳 弓步跳	学会健美操基本步伐、素质恢复	复习基本步伐	《体育与健康》	形体房
11	2	健美操基本步伐：吸腿跳 弹踢腿跳	学会健美操基本步伐、素质恢复	复习基本步伐	《体育与健康》	形体房
12	2	健美操基本手型	学会健美操基本手型	复习动作	《体育与健康》	形体房
13	2	学习组合动作（一）	基本掌握动作组合和各身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房
14	2	学习组合动作（二）	基本掌握动作组合和各身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房
15	2	学习组合动作（三）	基本掌握动作组合和各身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房
16	2	学习组合动作（四）	基本掌握动作组合和各身体部位的锻炼方法	复习动作	《体育与健康》	形体房

17	2	考试：基本步伐动作	考核是否达标	无	《体育与健康》	形体房
18	2	考试：组合动作	考核是否达标	无	《体育与健康》	形体房

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： \      \ 学年 \ 学期      第三学期

专业	\	课程	体育与健康		班级	\			
培养目标:	5. 认真、细致地完成学生体质检测, 针对学生体质特征进行有针对性地教学; 6. 激发学生运动热情, 培养学生终身体育思想; 3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术; 4. 培养学生良好的人格物质, 养成团结互助的习惯;							考核方式	考核形式
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践		
计划学时	36	4	11	32	89				
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√			
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社									
教研室主任审核意见:					系(部)主任审核意见:				
签名: _____ 年    月    日					签名: _____ 年    月    日 (公章)				

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体育课注意事项	讲解体育课注意事项	了解体育课程的要求及明确锻炼目标	教学 PPT、板书	教室
2	2	体质标准讲解	掌握体质测试正确的操作	学习体质标准检测	教学 PPT、板书	教室
3	2	体质检测—50 米、1000/800M	准确测定学生的 50 米及 1000/800M 成绩	学习学生体质标准	无	体育馆/田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	无	体育馆/田径场
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	无	体育馆/田径场
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	无	体育馆/田径场
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	无	体育馆/田径场

8	2	身体恢复性练习	通过较低强度的体育运动使学生身体适应部分运动强度	课外参加一定强度的体育锻炼	无	室外篮球场、田径场
9	2	脚步（启动、上步、后退、急停）移动，步伐（防守滑步）练习	初步掌握并在球场上合理利用脚步移动、步伐技术	课外增加篮球脚步移动及步伐练习	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
10	2	熟悉球性、球感练习	一段时间的坚持练习后，球性球感得到提升	参与篮球运动前进行一段时间的球性、球感练习	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
11	2	原地、行进间双手胸前、单手持球技术	准确掌握双手胸前、单手持球技术	原地、行进间双手胸前、单手持球技术	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
12	2	原地、行进间运球技术（高运球、低运球、左右运球、胯下运球、背后运球）、行进间变向运球和运球急停急起技术	熟练掌握几种运球技术	原地、行进间运球技术（高运球、低运球、左右运球、胯下运球、背后运球）	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
13	2	跳步、跨步接球技术、同侧步、交叉步运球突破技术	掌握跳步、跨步接球技术，对走步、主动脚及启动脚有明确的认识	跳步、跨步接球及衔接的突破技术	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
14	2	行进间高、低手上篮技术（三步上篮）	掌握并准确运用行进间高、低手上篮技术（三步上篮）	行进间高、低手上篮技术（三步上篮）	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
15	2	单肩上、双手胸前投篮技术、（接球）原地跳起单肩上、双手胸前投篮技术（跳投）、行进间急停投篮技术（急停跳投）	理解单肩上及双手胸前投篮技术动作构成，并初步掌握技术要领	加强单肩肩上及双手胸前投篮技术练习	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
16	2	篮下卡位、争抢篮板球技术、3/4 绕前防守技术	充分理解卡位及篮板球技术，并在实战中正确运用 3/4 绕前防守技术	篮下卡位、争抢篮板球技术、3/4 绕前防守技术	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场

17	2	背身要球、内线强打及勾手技术、切球、封盖及干扰对手投篮技术	理解并在实战中正确运用背身要球、内线强打及勾手、切球、封盖及干扰对手投篮技术	背身要球、内线强打及勾手切球、封盖及干扰对手投篮技术	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
18	2	期末考试	每人完成五次投篮，尽可能地提高命中率，	接球后快速跳起单手肩上（男生）、双手胸前（女生）投篮技术	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： \      \ 学年 \ 学期      第四学期

专业	\	课程	体育与健康		班级	\			
培养目标:	7. 认真、细致地完成学生体质检测, 针对学生体质特征进行有针对性地教学; 8. 激发学生运动热情, 培养学生终身体育思想; 3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术; 4. 培养学生良好的人格物质, 养成团结互助的习惯;							考核方式	考核形式
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践		
计划学时	36	4	11	32	89				
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上列方框中打√			
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社									
教研室主任审核意见:					系(部)主任审核意见:				
签名: _____ 年    月    日					签名: _____ 年    月    日 (公章)				

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	篮球起源、发展等相关理论	了解篮球专项选修课的要求及相关篮球起源、发展等相关知识	了解篮球专项课程的要求及明确锻炼目标	教学PPT、板书	教室
2	2	篮球运动损伤的预防与处理	掌握必要的运动损伤预防及处理知识	了解运动损伤发生的原因及处理措施	教学PPT、板书	教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	无	体育馆/田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	无	体育馆/田径场
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	无	体育馆/田径场
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	无	体育馆/田径场
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	无	体育馆/田径场

8	2	防守持球人(防投篮、防运球)技术(夹击)、防守无球人技术	正确理解防守技术,重点形成良好的防守动作及意识	防守持球人(防投篮、防运球)、防守无球人技术(夹击)	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
9	2	掩护(侧掩护、后掩护)、挡拆配合	理解掩护(侧掩护、后掩护)、挡拆配合战术构成,并在实战中根据场上的实际情况合理运用	掩护(侧掩护、后掩护)、挡拆配合	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
10	2	传切、突分技战术配合	理解传切技、突分技战术构成,并在实战中根据场上的实际情况合理运用	传切、突分技战术配合	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
11	2	观看篮球比赛视频——校篮球队、国家队或者 NBA 比赛视频	观看篮球比赛视频——校篮球队、国家队或者 NBA 比赛视频	观看篮球比赛视频——校篮球队、国家队或者 NBA 比赛视频	教学视频	教室
12	2	(半场、全场)人盯人防守技战术配合	理解人盯人防守技战术构成,并在实战中根据场上的实际情况合理运用	(半场、全场)人盯人防守技战术配合	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
13	2	二三、三二、二一二联防战术配合	理解几种联防战术配合战术构成,并在实战中根据场上的实际情况合理运用	二三、三二、二一二联防战术配合	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
14	2	半场(全场)防守战术实战演练	半场(全场)实战演练中合理运用防守战术	半场(全场)防守战术实战演练	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
15	2	一二二、二一二、二三等进攻战术配合	初步理解,并根据己方和对手的实际情况进行合理选择进攻战术配合	一二二、二一二、二三等进攻战术配合	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
16	2	半场(全场)进攻战术实战演练	半场(全场)实战演练中合理选择进攻战术	半场(全场)进攻战术实战演练	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场

17	2	篮球攻守技战术全场实战演练	在全场篮球比赛中根据己方和对手的实际情况合理选择攻守技战术，并赢得比赛	篮球攻守技战术全场实战演练	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场
18	2	期末考试	尽可能快地完成行进间运球高低手上篮	行进间单手运球高低手上篮	篮球若干、标志锥	体育馆/室外篮球场

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： 周运      \ 学年 \ 学期 第三学期

专业	\	课程	体育与健康		班级	\		
培养目标：	9. 认真、细致地完成学生体质检测，针对学生体质特征进行有针对性地教学；							考核方式
	10. 激发学生运动热情，培养学生终身体育思想；							
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核		
计划学时	36	4	11	32	89	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试		
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√		
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社								
教研室主任审核意见：						系（部）主任审核意见：		
年      月      日 签名：						年      月      日 签名：      （公章）		

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体育理论：国家学生体质健康标准	给学生建立体质健康的基本概念	树立体育锻炼的正确观念	《体育与健康》	多媒体教室
2	2	观看高水平乒乓球运动员比赛视频	进一步加深对乒乓球的认识	熟悉《体育与健康》教材	《体育与健康》	多媒体教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	《国家学生体质检测标准》	体育馆
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆

8	2	讲授乒乓球握拍方法、站位准备姿势及熟悉球性	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容, 复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场
9	2	讲授乒乓球正手攻球技术、熟悉球性	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容, 复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场
10	2	复习乒乓球正手攻球技术	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容, 复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场
11	2	讲授乒乓球反手平挡球技术	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容, 复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场
12	2	复习反手平挡球技术	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容, 复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场
13	2	讲授发上旋球技术、单步移动	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容, 复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场
14	2	复习乒乓球正手攻球技术和反手平挡球技术, 发上旋球	掌握该项技术	练习本次课的上 课内容, 复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场
15	2	复习乒乓球正手攻球技术、反手平挡技术和发 上旋球	掌握该项技术	练习本次课的上 课内容, 复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场
16	2	重点练习课程考核内容	反复练习, 抠动作细节	无	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径 场

17	2	重点练习课程考核内容	反复练习，抠动作细节	无	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
18	2	体育课程考核	考核是否达标	无	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： 周运      \ 学年 \ 学期      第四学期

专业	\	课程	体育与健康		班级	\			
培养目标:	11. 认真、细致地完成学生体质检测, 针对学生体质特征进行有针对性地教学; 12. 激发学生运动热情, 培养学生终身体育思想; 3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术; 4. 培养学生良好的人格物质, 养成团结互助的习惯;							考核方式	考核形式
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践		
计划学时	36	4	11	32	89				
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√			
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社									
教研室主任审核意见：					系（部）主任审核意见：				
签名： _____ 年      月      日					签名： _____ 年      月      日 （公章）				

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体育理论：乒乓球起源与发展	进一步加深对乒乓球的认识	课后翻阅资料	电脑	教室
2	2	观看高水平乒乓球运动员比赛视频	进一步加深对乒乓球的认识	熟悉《体育与健康》教材	电脑	教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	《国家学生体质检测标准》	体育馆
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆

8	2	复习上学期所学的正手攻球,反手平挡球技术	尽快恢复手上感觉	练习本次课的上 课内容,复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
9	2	复习上学期所学的正手位发上旋球,单步移动	尽快恢复手上、步法移动感觉	练习本次课的上 课内容,复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
10	2	讲授反手发上旋球技术及站位	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容,复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
11	2	复习反手发上旋球技术及站位	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容,复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
12	2	讲授正手发下旋球技术	对下旋球初步的认识	练习本次课的上 课内容,复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
13	2	复习正手发下旋球技术	掌握该项技术	练习本次课的上 课内容,复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
14	2	讲授正手搓下旋球技术	对搓下旋球的认识	练习本次课的上 课内容,复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
15	2	复习正手搓下旋球技术	初步掌握该项技术	练习本次课的上 课内容,复习动作	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
16	2	重点练习课程考核内容	反复练习,抠动作细节	无	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场

17	2	重点练习课程考核内容	反复练习，抠动作细节	无	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场
18	2	体育课程考核	考核是否达标	无	乒乓球、乒乓球拍若干	体育馆/田径场

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： \      \ 学年 \ 学期      第三学期

专业	\	课程	体育与健康		班级	\	考核方式	考核形式
培养目标:	13. 认真、细致地完成学生体质检测, 针对学生体质特征进行有针对性地教学; 14. 激发学生运动热情, 培养学生终身体育思想; 3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术; 4. 培养学生良好的人格物质, 养成团结互助的习惯;							
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例			
计划学时	36	4	11	32	89	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试 <input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践		
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√		
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社								
教研室主任审核意见:			系(部)主任审核意见:			签名: _____ 年 ____ 月 ____ 日 (公章)		

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体育与健康基本理论	体育概论、健身价值	学习体质标准检测	《体育与健康》	多媒体教室
2	2	体育与健康基本理论	健身基本常识、基本的养生理论	学习体质标准检测	《体育与健康》	多媒体教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	《国家学生体质检测标准》	体育馆
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆

8	2	拉丁舞的基础技术：站姿	掌握拉丁舞的站姿要点	拉丁舞基本站立姿势练习	无	舞蹈房
9	2	拉丁舞之恰恰的基本技术：手位	掌握拉丁舞基本手位打法	恰恰手位的练习	无	舞蹈房
10	2	拉丁舞之恰恰的基本技术：转胯	掌握拉丁舞胯位的转动	恰恰转胯的练习	无	舞蹈房
11	2	拉丁舞之恰恰的基本步伐：原地律动	1、掌握原地律动的步伐、转胯、手位 2、掌握原地律动的步伐、转胯、手位的配合	恰恰原地律动的练习	无	舞蹈房
12	2	拉丁舞之恰恰的基本步伐：时间步	1、掌握时间步的步伐、转胯、手位 2、掌握时间步的步伐、转胯、手位的配合	恰恰时间步的练习	无	舞蹈房
13	2	拉丁舞之恰恰的基本步伐：横移追步	1、掌握横移追步的步伐、转胯、手位 2、掌握横移追步的步伐、转胯、手位的配合	恰恰横移追步的练习	无	舞蹈房
14	2	拉丁舞之恰恰的基本步伐：方形步	1、掌握方形步的步伐、转胯、手位 2、掌握方形步的步伐、转胯、手位的配合	恰恰方形步的练习	无	舞蹈房
15	2	拉丁舞之恰恰的基本步伐：纽约步	1、掌握纽约步的步伐、转胯、手位 2、掌握纽约步的步伐、转胯、手位的配合	恰恰纽约步的练习	无	舞蹈房
16	2	拉丁舞之恰恰的基本步伐组合	掌握步伐组合：原地律动+时间步+横移追步+方形步+纽约步	恰恰步伐组合的练习	无	舞蹈房

17	2	考试：恰恰的基本步伐组合：原地律动+时间步+横移追步+方形步+纽约步	考核是否达标	无	无	舞蹈房
18	2	考试：恰恰的基本步伐组合：原地律动+时间步+横移追步+方形步+纽约步	考核未达标学生	无	无	舞蹈房

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： \      \ 学年 \ 学期      第四学期

专业	\	课程	体育与健康		班级	\	考核方式	考核形式
培养目标:	15. 认真、细致地完成学生体质检测, 针对学生体质特征进行有针对性地教学; 16. 激发学生运动热情, 培养学生终身体育思想; 3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术; 4. 培养学生良好的人格物质, 养成团结互助的习惯;							
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例			
计划学时	36	4	11	32	89	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试 <input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践		
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√		
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社								
教研室主任审核意见:			系(部)主任审核意见:					
年      月      日 签名:			年      月      日 签名: (公章)					

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体育与健康基本理论	体育概论、健身价值	学习体质标准检测	《体育与健康》	多媒体教室
2	2	体育与健康基本理论	健身基本常识、基本的养生理论	学习体质标准检测	《体育与健康》	多媒体教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	《国家学生体质检测标准》	体育馆
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆

8	2	摩登舞的基础技术：站姿与架型	1、掌握摩登舞的站姿 2、掌握摩登舞的架型	练习摩登舞的站姿与架型	无	舞蹈房
9	2	摩登舞的基础技术：升降、摆动、倾斜	1、掌握摩登舞的升降动作 2、掌握摩登舞的摆动动作 3、掌握摩登舞的倾斜动作	练习摩登舞的升降、倾斜、摆动	无	舞蹈房
10	2	摩登舞之华尔兹的基本步伐：方形步	掌握华尔兹的基本步伐方形步	单人练习华尔兹方形步	无	舞蹈房
11	2	摩登舞之华尔兹的基本步伐：方形步	掌握华尔兹的基本步伐方形步的双人配合	双人配合练习华尔兹左转步	无	舞蹈房
12	2	摩登舞之华尔兹的基本步伐：左转步	掌握华尔兹的基本步伐左转步	单人/双人配合练习华尔兹右转步	无	舞蹈房
13	2	摩登舞之华尔兹的基本步伐：左转步	掌握华尔兹的基本步伐左转步的双人配合	双人配合练习华尔兹左转步	无	舞蹈房
14	2	摩登舞之华尔兹的基本步伐：右转步	掌握华尔兹的基本步伐右转步	练习华尔兹右转步	无	舞蹈房
15	2	摩登舞之华尔兹的基本步伐：右转步	掌握华尔兹的基本步伐右转步的双人配合	双人配合练习华尔兹右转步	无	舞蹈房
16	2	摩登舞之华尔兹的基本步伐组合：方形步+左转步+右转步	掌握华尔兹的基本步伐组合：方形步+左转步+右转步	单人/双人配合练习华尔兹基本步伐组合	无	舞蹈房

17	2	考试：华尔兹的基本步伐组合：方形步+左转步+右转步	考核是否达标	无	无	舞蹈房
18	2	考试：华尔兹的基本步伐组合：方形步+左转步+右转步（补测）	考核未达标学生	无	无	舞蹈房

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部：公共教学部

教师姓名：林蔚文

\学年\学期

第三学期

专业	网球	课程	体育与健康	班级	考核方式	考核形式
培养目标：	17. 认真、细致地完成学生体质检测，针对学生体质特征进行有针对性地教学；					
	18. 激发学生运动热情，培养学生终身体育思想；					
	3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术；					
	4. 培养学生良好的人格物质，养成团结互助的习惯；					
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践
计划学时	26	4	11	22	89	
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社						
教研室主任审核意见：			系（部）主任审核意见：			
年 月 日 签名：			年 月 日 签名：（公章）			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	网球的基本理论	网球的起源与发展	学习体质标准检测	《体育与健康》	多媒体教室
2	2	网球的基本理论知识	网球的技术名称与规则	学习体质标准检测	《体育与健康》	多媒体教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	《国家学生体质检测标准》	体育馆
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆

8	2	简介本学期考试内容及标准及握拍姿势	了解本学期的考试内容，基本掌握正反手握拍	了解握拍	网球拍若干	网球场
9	2	网球技术-复习握拍、学习正手击球	学会简单的准备活动和正手击球	复习动作学习击球	网球、网球拍若干	网球场
10	2	网球技术-复习正手击球、学习正手移动击球	学会移动正手击球	复习正手动作	网球、网球拍若干	网球场
11	2	网球技术-复习反手握拍、学习反手击球	学会反手击球	复习反手动作	网球、网球拍若干	网球场
12	2	网球技术-复习反手击球、学习反手移动击球	学会移动反手击球	复习反手动作	网球、网球拍若干	网球场
13	2	网球技术-正反手结合练习	结合正反手动作击球	复习正反手动作	网球、网球拍若干	网球场
14	2	网球技术-复习反手移动击球、学习正拍削球	学会正拍削球	复习正拍削球	网球、网球拍若干	网球场
15	2	网球技术-复习正拍削球、学习反拍削球	学会反拍削球	复习反拍削球	网球、网球拍若干	网球场
16	2	网球技术-熟练掌握削球的基本动作	掌握削球的基本动作	复习正反手削球	网球、网球拍若干	网球场

17	2	考试：正反手击球	考核是否达标	无	网球、网球拍若干	网球场
18	2	考试：正反手击球	考核未达标学生	无	网球、网球拍若干	网球场

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部：公共教学部      教师姓名：林蔚文      \学年\学期      第四学期

专业	网球	课程	体育与健康		班级	\			
培养目标：	19. 认真、细致地完成学生体质检测，针对学生体质特征进行有针对性地教学； 20. 激发学生运动热情，培养学生终身体育思想； 3. 学生初步掌握并会运用某项运动技术； 4. 培养学生良好的人格物质，养成团结互助的习惯；							考核方式	考核形式
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践		
计划学时	26	4	11	22	89				
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√			
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社									
教研室主任审核意见：						系（部）主任审核意见：			
年      月      日 签名：						年      月      日 签名：      （公章）			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	网球的基本理论	网球比赛的技术分析	复习课堂讲解的知识点	《体育与健康》	多媒体教室
2	2	网球的基本理论知识	网球比赛的战术分析	复习课堂讲解的知识点	《体育与健康》	多媒体教室
3	2	体质检测—50米、1000/800M	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
4	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
5	2	体质检测—肺活量、坐位体前屈	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
6	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	复习动作和了解其他项目准备活动	《国家学生体质检测标准》	体育馆
7	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆

8	2	网球技术-复习正反手击球、正反手削球	复习正反手和削球	复习动作	网球、网球拍若干	网球场
9	2	网球技术-了解发球的握拍及站位	学会握拍及站位	复习技术动作	网球、网球拍若干	网球场
10	2	网球技术-学习网球发球	学会发球	复习发球动作	网球、网球拍若干	网球场
11	2	网球技术-练习网球发球	复习发球	复习发球动作	网球、网球拍若干	网球场
12	2	网球技术-复习发球动作、学习正拍网前截击	学会正拍网前截击	复习技术动作	网球、网球拍若干	网球场
13	2	网球技术-复习正拍网前截击、学习反拍网前截击	学习反拍网前截击	复习技术动作	网球、网球拍若干	网球场
14	2	网球技术-复习正反手网前截击	熟练掌握正反手网前截击	复习截击动作	网球、网球拍若干	网球场
15	2	网球单打比赛、战术讲解	掌握网球技术动作的灵活运用	复习技术动作	网球、网球拍若干	网球场
16	2	网球双打比赛、战术讲解	网球战术和技术的灵活运用	复习技术动作	网球、网球拍若干	网球场

17	2	考试：发球		考核是否达标	无	网球、网球拍若干	网球场
18	2	考试：发球		考核未达标学生	无	网球、网球拍若干	网球场

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： 林洋      \学年\学期      第三学期

专业	\	课程	体育与健康			班级	\
培养目标:	激发学生运动热情; 学生初步掌握并会运用羽毛球运动基本技术; 培养学生终身体育思想。						
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核方式	
计划学时	36	4	11	32	89	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上列方框中打√ 考核形式 <input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践	
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社							
教研室主任审核意见：				系（部）主任审核意见：			
签名： _____ 年    月    日				签名： _____ 年    月    日 （公章）			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
2	2	体质检测—50米、坐位体前屈	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
3	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
4	2	体质检测—肺活量、1000/800M	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
5	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
6	2	基本站位、握拍法	1、了解羽毛球课的内容与要求。 2、初步掌握羽毛球运动的基本站位和握拍方法。		《体育与健康》	羽毛球场
7	2	发正手高远球	1、熟悉球性。 2、初步掌握正手发高远球技术。		《体育与健康》	羽毛球场

8	2	高远球技术、素质	1、改进正手发高远球技术。 2、学习正手击高远球技术。 3、发展专项素质。		《体育与健康》	羽毛球场
9	2	正手发网前球、素质	1、改进正手击高远球技术。 2、学习正手发网前球技术。 3、发展力量素质。		《体育与健康》	羽毛球场
10	2	正手发平快球、素质	1、改进正手发网前球技术。 2、介绍正手发平快球技术。 3、发展力量素质。		《体育与健康》	羽毛球场
11	2	反手发网前球、素质	1、复习反手发网前球技术。 2、学习反手发网前球技术。 3、发展力量素质。		《体育与健康》	羽毛球场
12	2	步法（一）	1、复习发球。 2、初步掌握羽毛球的基本步法。		《体育与健康》	羽毛球场
13	2	步法（二）	复习羽毛球的基本步法		《体育与健康》	羽毛球场
14	2	放网前球技术、素质	1、学习放网前球技术。 2、发展力量素质。		《体育与健康》	羽毛球场
15	2	理论课	1、了解羽毛球运动的起源和发展。 2、了解我国羽毛球运动的发展。		《体育与健康》	羽毛球场
16	2	规则及裁判法、比赛	1、了解羽毛球竞赛规则及裁判法。 2、组织简单的羽毛球比赛。		《体育与健康》	羽毛球场

17	2	教学比赛	1、通过教学比赛，检验教学效果。 2、在实战中，合理运用基本技、战术。		《体育与健康》	羽毛球场
18	2				《体育与健康》	羽毛球场



## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体质检测—跳远、身高、体重	准确测定学生的跳远、身高及体重	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
2	2	体质检测—50米、坐位体前屈	准确测定学生的50米及1000/800M成绩	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场
3	2	体质检测—引体向上、仰卧起做	准确测定学生引体向上及仰卧起坐次数	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
4	2	体质检测—肺活量、1000/800M	准确测定学生肺活量及坐位体前屈	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	体育馆
5	2	体质检测—学生各项目补测	准确测定学生漏测项目，数据入库	学习学生体质标准	《国家学生体质检测标准》	田径场/体育馆
6	2	正手吊球	1、改进正手发球技术。 2、学习正手吊球技术		《体育与健康》	羽毛球场
7	2	挑后场高球	1、改进正手吊球技术。 2、学习挑后场高球技术。		《体育与健康》	羽毛球场

8	2	教学比赛	1、通过教学比赛，检验教学效果。 2、在实战中，合理运用基本技、战术。		《体育与健康》	羽毛球场
9	2	复习所学内容（一）	1、复习发高远球技术。 2、复习正反手发网前球技术。 3、发展力量素质。		《体育与健康》	羽毛球场
10	2	复习所学内容（二）素质	1、复习步伐及吊挑球技术。 2、复习放前场小球球技术。 3、发展力量素质。		《体育与健康》	羽毛球场
11	2	单打发球抢攻战术	巩固发球的基本技术、提高实战水平		《体育与健康》	羽毛球场
12	2	步法（一）	1、复习发球。 2、初步掌握羽毛球的基本步法。		《体育与健康》	羽毛球场
13	2	步法（二）	复习羽毛球的基本步法		《体育与健康》	羽毛球场
14	2	单打压后场底线战术	明确压后场抢攻的战术意义和动作方法，巩固，提高发球水平		《体育与健康》	羽毛球场
15	2	单打快拉快吊战术	学会运用战术思想指导比赛，提高技、战术水平		《体育与健康》	羽毛球场
16	2	单打四方球战术	学会运用战术思想指导比赛、提高技、战术水平		《体育与健康》	羽毛球场

17	2	教学比赛	1、通过教学比赛，检验教学效果。 2、在实战中，合理运用基本技、战术。		《体育与健康》	羽毛球场
18	2				《体育与健康》	羽毛球场

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部: 公共教学部      教师姓名: \      \学年\学期      第三学期

专业	\	课程	体育与健康			班级	\
培养目标:	1、认知目的: 通过学习, 使学生了解足球运动的起源与发展。						
	2、技能目的: 学生能牢记足球运动发展史中几个重要的时间与事件。						
学时/项目	3、情感目的: 学生能在课中积极参与本次课的教学。						
	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核方式	
计划学时	36	4	11	32	89	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√	
考核形式 <input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践							
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社							
教研室主任审核意见:				系(部)主任审核意见:			
签名: _____ 年 ____ 月 ____ 日				签名: _____ 年 ____ 月 ____ 日 (公章)			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	足球运动发展史简介	<p>1、认知目的：通过学习，使学生了解足球运动的起源与发展。</p> <p>2、技能目的：学生能熟记足球运动发展史中几个重要的时间与事件。</p> <p>3、情感目的：学生能在课中积极参与本次课的教学。</p>			教室
2	2	《足球竞赛规则》简介 (brief introduction about the laws)	<p>1、简单了解足球竞赛规则的发展；</p> <p>2、掌握足球比赛的基本要素（包括：比赛场地 field of play、球 ball、队员人数 the number of players、队员装备 the players' equipment、裁判员 the referee、助理裁判员 the assistant referee、比赛时间 the duration of the match 等）；</p> <p>3、掌握越位以及越位的判罚。</p>			教室
3	2	选项分班，结合本项目体能摸底，提出教学要求	<p>1、进一步巩固提高学生的基本身体素质。</p> <p>2、使学生初步了解高校体育教学的目的任务。</p> <p>3、恢复体能，提高学生的适应能力。</p>		口哨、秒表	田径场
4	2	简介足球运动的发展概况及锻炼价值；发展身体素质耐力的练习：	<p>1、通过教授脚内侧踢、停球的基本技术使学生基本掌握踢停球技术。</p> <p>2、通过各种类型的变速跑发展学生的体能及身体素质。</p> <p>3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。</p> <p>4、通过介绍足球运动的发展概况，使学生了解足球运动</p>		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场

5	2	1、介绍体育在学校教育中的地位与作用 2、学习直线运球 3、发展身体素质 练习：下肢力量	的锻炼价值。 1、通过学习直线运球的基本技术使学生基本掌握踢直线运球技术。 2、通过各种类型的下肢力量练习发展学生的下肢力量及身体素质。 3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。			口哨、足球 20 个、标志椎	田径场		
6	2	1、体育保健与卫生 2、学习各种停球技术 3、发展身体素质 练习：上肢力量	1、通过教授各种类型停球的基本技术使学生掌握基本停球技术。 2、通过各种类型的力量练习发展学生的上肢力量及身体素质。 3、通过各种游戏培养学生的团结协作意识。 4、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识与协作意识。			口哨、足球 20 个、标志椎	田径场		
7	2	1、介绍健康的概念及影响人类健康的主要因素 2、学习脚背内侧踢球技术 3、发展身体素质 练习：速度	1、通过教授脚背内侧踢球的基本技术使学生初步掌握该项技术。 2、通过各种类型的速度练习发展学生的速度素质。 3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识与协作意识。			口哨、足球 20 个、标志椎	田径场		
8	2	1、体育锻炼对身体健康的影响 2、学习曲线运球 3、发展身体素质 练习：弹跳力	1、通过教授曲线运球技术使学生基本掌握该项技术。 2、通过各种类型的弹跳力练习发展学生的弹跳力素质。 3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。			口哨、足球 20 个、标志椎	田径场		

9	2	1、体育锻炼对心理健康的影响 2、复习两人一组脚内侧、脚背内侧踢球练习 3、发展身体素质练习：柔韧性	1、通过复习脚内侧踢、停球的练习使大部分学生熟练掌握该项技术。 2、通过各种方法的柔韧性练习发展学生的柔韧性素质。 3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。		口哨、足球20个、标志椎	田径场
10	2	1、体育锻炼对健康的影响 2、介绍颠球技术 3、发展身体素质练习：耐力	1、通过教授颠球的基本技术使学生基本掌握该项技术。 2、通过耐力跑发展学生的耐力素质。 3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。		口哨、足球20个、标志椎	田径场
11	2	1、体育锻炼对健康的影响 2、学习脚背内侧踢准 3、介绍头顶球技术 4、发展身体素质练习：速度	1、通过教授脚背内侧踢准技术使学生合理掌握该项技术。 2、通过教授原地正面顶球技术使学生基本了解该项技术的原理。 3、通过各种类型的速度跑发展学生的速度素质。 4、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。		口哨、足球20个、标志椎	田径场
12	2	1、心理健康及其标准 2、体育锻炼对健康的影响 3、复习直曲线运球 4、发展身体素质练习：弹跳力	1、通过复习直、曲线运球的基本技术使学生熟练掌握踢球技术。 2、通过各种类型的弹跳力练习发展学生的弹跳力素质。 3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。		第九套广播体操挂图	田径场
13	2	1、体育锻炼对健康的影响 2、介绍掷界外球技术 3、发展身体素质练习：耐力	1、通过教授掷界外球的基本技术使学生基本掌握踢停球技术。 2、通过耐力跑发展学生的耐力素质。 3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。		《体育与健康》	田径场

14	2	1、体育锻炼对心肺健康的影响 2、复习脚背内侧踢停球技术 3、发展身体素质练习：反应练习	1、通过复习脚背内侧踢、停球的练习使大部分学生熟练掌握该项技术。 2、通过各种方法的反应性练习发展学生的柔性素质。 3、通过比赛让学生合理运用所学到的基本技术，培养学生的比赛意识。		《体育与健康》	田径场
15	2	考试一 1、脚内侧踢、停球 2、教学比赛	1、通过测验以检验学生对该项技术的掌握情况。 2、教学比赛中提高实践技战术的运用能力。		《体育与健康》	田径场
16	2	考试二 1、脚背内侧踢准 2、教学比赛	1、通过测验以检验学生对该项技术的掌握情况。 2、教学比赛培养学生运用技术的能力。		《体育与健康》	田径场
17	2	考试三 1、技术评定（直、曲线运球） 2、教学比赛	1、通过测验以检验学生对该项技术的掌握情况及教学效果。 2、教学比赛中体会比赛规则及裁判法。		《体育与健康》	田径场
18	2	1、补测 2、补考 3、教学比赛	1、通过补测已完成全体学生的考试工作。 2、对不及格学生进行补考。		《体育与健康》	田径场

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部      教师姓名： \      \ 学年 \ 学期      第四学期

专业	\	课程	体育与健康			班级	\	
培养目标：	1、认知目的：通过学习，使学生了解足球运动的起源与发展。 2、技能目的：学生能牢记足球运动发展史中几个重要的时间与事件。 3、情感目的：学生能在课中积极参与本次课的教学。							
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核方式		
计划学时	36	4	11	32	89	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试		
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上列方框中打√		
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社								
教研室主任审核意见：						系（部）主任审核意见：		
签名： _____ 年    月    日						签名： _____ 年    月    日 （公章）		

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	足球竞赛规则和裁判法分析	<ol style="list-style-type: none"> <li>了解足球竞赛规则</li> <li>了解足球裁判相关知识</li> </ol>			教室
2	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>进一步巩固提高学生基本身体素质。</li> <li>恢复体能、提高适应能力。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>达到增强体质，增进健康(三维健康观)。</li> <li>掌握体育与卫生保健的基本知识、基本技术和基本技能，养成自觉锻炼的习惯。</li> <li>培养良好的思想品德，提高道德修养。</li> <li>发展大学生体育才能，提高运动技术水平，促进体育普及。</li> </ol>		口哨、秒表	田径场
3	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>进一步改进、巩固、提高脚内侧踢球技术。</li> <li>恢复体能、提高适应能力。</li> <li>介绍颠球技术。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>高校体育是我国培养身心健康发展的高级专门人才的需要。</li> <li>高校体育是国民体育的基础，是发展我国体育事业的需</li> <li>要。</li> <li>高校体育是丰富大学生课余文化生活，建设校园精神文明的需要。</li> </ol>		口哨、秒表	田径场
4	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>通过学习、使其初步掌握颠球技术。</li> <li>进一步改进提高踢、停、运技术。提高其速度素质。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>初步掌握颠球技术。</li> <li>进一步改进提高踢、停、运技术。</li> <li>提高其速度素质。</li> </ol>		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场

5	2	8. 进一步改进、提高掷界外球技术。 9. 通过学习使其初步掌握正面头顶球技术。提高学生的上肢力量素质。	1. 提高掷界外球技术 2. 掌握下面头顶球技术 3. 提高上肢力量		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场
6	2	10. 通过介绍使学生初步了解脚背正面踢球技术。 11. 进一步提高直线运球技术。 12. 提高学生的耐力素质。(1000 米跑)	1. 了解脚正面踢球技术。 2. 提高直线运球技术。 3. 提高学生耐力水平。		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场
7	2	13. 脚背正面踢球技术 14. 提高学生的力量素质	1. 通过学习使学生初步掌握脚背正面踢球技术, 进一步提高曲线运球技术。 2. 提高学生的力量素质。		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场
8	2	15. 过杆运球技术 16. 提高脚背内侧踢球技术	1. 通过介绍及练习使学生初步掌握过杆运球技术。 2. 进一步改进提高脚背内侧踢球技术		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场
9	2	17. 脚背外侧踢球技术 18. 各种停球技术 19. 上下肢力量素质	1. 通过介绍使学生初步掌握脚背外侧踢球技术 2. 进一步提高各种停球技术。 3. 提高学生的上下肢力量素质。		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场
10	2	20. 原地及行进间射门技术 21. 提高脚背外侧踢球技术	1. 通过使学生初步了解学习原地及行进间射门技术 2. 进一步改进和提高脚背外侧踢球技术。		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场
11	2	22. 停运射综合技术。 23. 脚内侧踢球停球技术 24. 下肢力量素质练习	1. 通过练习进一步改进、巩固、提高运射综合技术。 2. 复习脚内侧踢球停球技术 提高学生的下肢力量素质		口哨、足球 20 个、标志椎	田径场

12	2	25. 脚背内侧踢停球技术及运球过杆射门技术。 26. 提高学生反应能力	1. 通过练习进一步改进、巩固、提高脚背内侧踢停球技术及运球过杆射门技术。 2. 提高学生反应能力。		口哨、足球 20 个、标 志椎	田径场
13	2	27. 直接间接定位球技术。 28. 行进间射门技术。 29. 学生耐力素质。	1. 通过介绍和练习使其初步了解直接间接定位球技术。 2. 进一步改进提高行进间射门技术。 3. 提高学生耐力素质。		口哨、足球 20 个、标 志椎	田径场
14	2	30. 提高停运射综合技术。 31. 复习脚内侧踢停球技术。 32. 下肢力量素质。	1. 通过练习进一步改进、巩固、提高停运射综合技术。 2. 复习脚内侧踢停球技术 提高学生的下肢力量素质		口哨、足球 20 个、标 志椎	田径场
15	2	33. 检验教学效果，提高实战技战术的运用和体会	1. 通过测验以检验教学效果及学生对该项技术的掌握情况 2. 教学比赛中提高实战技战术的运用和体会		口哨、足球 20 个、标 志椎	田径场
16	2	34. 教学比赛中体会比赛规则及裁判法	1. 通过测验以检验学生对该项技术的掌握情况及教学效果。 2. 教学比赛中体会比赛规则及裁判法。		口哨、足球 20 个、标 志椎	田径场
17	2	35. 完成全体学生的考试工作 36. 对不及格学生进行补考 37. 在教学比赛中实习裁判工作	1. 通过补测已完成全体学生的考试工作 2. 对不及格学生进行补考 3. 在教学比赛中实习裁判工作		口哨、足球 20 个、标 志椎	田径场
18	2	38. 人生中的体育	1. 了解全人教育价值。 2. 了解体育锻炼的促进价值。 3. 了解体育锻炼对心理健康的价值。			教室

# 《体育与健康》课程标准

## 一、课程说明

课程名称	体育与健康		标准简称	体育与健康	
适用专业	所有专业	修读学期	一、二、三、四	制订时间	2018年8月
课程代码	110009	课程学时	144	课程学分	8
课程类型	C	课程性质	必修课	课程类别	公共基础课
先修课程					
后续课程					
对应职业资格证书或内容					
合作开发企业					
执笔人	郑海	合作者		审核人	
制(修)定日期	2018年8月7日				

注：1.课程类型（单一选项）：A类（纯理论课）/B类（理论+实践）/C类（纯实践课）

2.课程性质（单一选项）：必修课/专业选修课/公共选修课

3.课程类别（单一选项）：公共基础课/专业基础课/专业核心课

4.合作者：须是行业企业人员，如果没有，则填无

## 二、课程定位

高职《体育与健康》课程是以身体练习为主要手段，通过合理的体育教学和科学的体育锻炼方法达到增强体质、增进健康和提高体育素养为主要目标的公共必修课程；是学校课程体系的重要组成部分，是实施素质教育和培养德智体美全面发展人才不可缺少的重要途径。

## 三、设计思路

### 3.1 课程基本理念

3.1.1 坚持“健康第一”的指导思想，促进学生健康成长。体育与健康课程以促进学生身体、心理和社会适应能力健康水平提高为目标，构建了技能、认知、情感、行为等领域并行推进的课程结构，融合了体育、生理、心理、卫生保健、环境、社会、安全、营养等诸多学科领域的有关知识，真正关注学生的健康意识、锻炼习惯和卫生习惯的养成，将增进学生健康贯穿于课程实施的全过程，确保“健康第一”的思想落到实处，使学生健康成长。

3.1.2 激发运动兴趣，培养学生终身体育的意识和习惯。学校体育是终身体育的基础，运动兴趣和习惯是促进学生自主学习和坚持终身锻炼的前提。无论是教学内容的选择还是教学方法的更新，都十分关注学生的运动兴趣，激发和保持学生的运动兴趣，使学生自觉、积极地进行体育锻炼。是实现体育与健康课程目标和价值的有效保证。

3.1.3 以学生发展为中心，发挥学生的主体作用。体育与健康课程关注的核心是满足学生的需要和重视学生的情感体验，促进全面发展的社会主义新人的成长。从课程设计到评价的各个环节，始终把学生主动、全面的发展放在中心地位。在注重发挥教学活动中教师主导作用的同时，充分发挥学生的学习积极性和主动性，提高和挖掘学生的体育学习能力和学习潜能。

3.1.4 关注个体差异与不同需求，确保每一个学生受益。体育与健康课程充分注意到学生在身体条件、兴趣爱好和运动技能等方面的个体差异，根据这种差异性确定学习目标和评价方法，并提出相应的教学建议，从而保证绝大多数学生能完成课程学习目标，使每个学生都能体验到学习和成功的乐趣，以满足自我发展的需要。

## 3.2 课程思路

3.2.1 高职体育与健康课程要充分考虑学生原有的身体素质、体育素养和未来发展目标，并与高等职业教育的总体培养目标相一致。

3.2.2 高职体育与健康课程设计既要充分考虑体育学科的一般任务、目标和要求，也要充分体现职业教育在专业人才培养方面对体育学科的特殊要求。

3.2.3 高职体育与健康课程学习内容：体育与健康理论基本知识、田径、篮球、排球、足球、羽毛球、健美操、游泳、乒乓球、网球、气排球和体育舞蹈等。

3.2.4 高职体育与健康课程在学院大一、大二年级开设，共四个学期。

## 四、课程培养目标

### 4.1 社会领域目标

- 4.1.1 增强体能，掌握和应用基本的体育与健康知识和运动技能；
- 4.1.2 培养运动的兴趣和爱好，形成坚持锻炼的习惯；
- 4.1.3 具有良好的心理品质，表现出人际交往的能力与合作精神；
- 4.1.4 提高对个人健康和群体健康的责任感，形成健康的生活方式；
- 4.1.5 发扬体育精神，形成积极进取、乐观开朗的生活态度；
- 4.1.6 提高与专业特点相适应的体育素养；

### 4.2 学习领域目标

- (1) 运动参与目标
  - ①积极参与体育的学习和锻炼；
  - ②用科学的方法参与体育活动，体验运动乐趣与成功。
- (2) 运动技能目标
  - ①学习体育运动基础知识；
  - ②学习和应用运动技能和方法；
  - ③安全地进行体育活动。
- (3) 身体健康目标
  - ①形成正确的身体姿势；

- ② 发展体能;
- ③具有关注身体和健康的意识;
- ④ 懂得营养、环境和不良行为对身体健康的影响。

(4) 心理健康目标

- ①了解体育活动对心理健康的作用,认识身心发展的关系;
- ②正确理解体育活动与自尊、自信的关系;
- ③学会通过体育活动等方法调控情绪;
- ④形成克服困难的坚强意志品质。

(5) 社会适应目标

- ① 具备与专业特点相适应的体育素养,以适应社会专业工作需要;
- ② 建立和谐的人际关系,具有良好的合作精神和体育道德;
- ③ 学会获取现代社会中体育与健康知识的方法。

## 五、课程内容、要求及教学设计

《根据全国普通高校体育教学指导纲要》、《学校体育工作条例》的要求及我校实际情况,遵照“健康第一”的教育思想,在本院的一年级开设定项体育与健康课程二年级开设选项体育与健康课程(四个学期共计 144 学时含理论课 16 学时必修课)。定项课程注重学生体育与健康理论知识水平和身体素质水平的同时,为选项课打好理论与素质基础,增强体质,提高健康水平;选项课程由学生根据自身条件和自己的兴趣爱好选项上课,教学内容以所选项目为主,我校根据学校教育总体要求和体育与健康课程的自身规律,面向全体学生开设多种类型的体育选项课程,以满足不同兴趣学生的需要。

目前,定项课程所开设的项目为健康理论知识、体测练习、田径身体素质课程、太极拳、广播体操和游泳。开设选项课的项目有:篮球、足球、排球、健美操、乒乓球、羽毛球、网球、气排球、木球和体育舞蹈等。拟增设课程项目有民族武术和素质拓展课等。待教学器材、场地进一步完善,或教师师资水平进一步提高,教学条件充足后可供学生选择。

### (一) 课程整体设计

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
1	基础模块	掌握体育运动基本知识、锻炼的基本方法与技能。	学习竞赛规则和提高自身体育知识量。	正确认识体质测定的目的任务及意义。	为“健康体育”、“阳光体育”、“终身体育”的指导思想奠定坚实的基础。	62
2	田径	通过田径课的学习,使其掌握短跑和助跑跳远的技能能力。	通过学习田径课,提高学生的身体素质,发展学生的力量、速度、柔韧灵敏和协调等素质。	正确认知身体素质在生活中的重要意义。	培养学生的吃苦耐劳、团结协作的精神。	32
3	篮球	激发学生参与篮球运动的积极性、主动性。	了解和较好掌握篮球的运、传、投动作技术和简单的战术及裁判法知识,提高协调、灵敏等身体素质。	学会篮球的基本运、传、投技巧。	培养学生积极性思维和自信有一定的抗挫折能力,养成关心他人,增强社交活动能力。	32
4	足球	激发学生参与运动的积极性、主动性,并能在科学训练比赛的基础上带动同伴参与。	通过学习足球基本技术使学生能够掌握足球运动中的运球、运球过人、接球、头顶球、抢断、掷界外球等基本技术。	提高机体的力量、速度、灵敏、协调配合等专项素质和运动能力,增进健康,增强体质。	通过足球学习能够建立和谐的人际关系和良好的合作精神,表现出良好的体育道德,具有个人参与的责任感,增强社交活动的能力。	32

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
5	排球	进一步激发学生参与运动的积极性、主动性，并能在科学训练比赛的基础上带动同伴参与。	使学生能够掌握排球运动技术中的传、垫、扣、拦、发基本技术和基本进攻战术。	提高机体的力量、速度、灵敏、协调、配合等专项素质和运动能力，增进健康，强健体魄。	通过排球比赛，学会控制自己情绪形成良好的心理品质。	32
6	羽毛球	激发学生参与运动的积极性、主动性，并能在科学训练比赛的基础上带动同伴参与。	使学生能掌握羽毛球运动的基本方法和技能，提高自我的运动能力。	提高机体的力量、速度、灵敏、协调、配合等专项素质和运动能力，增进健康。	通过比赛，学会控制自己情绪形成良好的心理品质。	32
7	健美操	积极参与各种体育活动，自觉养成锻炼的习惯，形成终身体育的意识，具有一定的健美操运动欣赏能力。	使学生能够掌握健美操运动的基本方法和技能。	能够科学地进行体育锻炼，提高自己的运动能力。	运用适宜的方法调节自己的情绪，在运动中体验运动的乐趣和成功的感受。	32
8	乒乓球	使学生掌握乒乓球的基本技术和简单的锻炼方法，旨在培养大学生的终身体育和娱乐体育观念。	学习技术和注重学生个性品质发展并重。	培养健康体魄、先进思想的新时代人才。	学会欣赏乒乓球比赛，达到培养情趣、陶冶情操的目的。	32
9	网球	激发学生参与运动的积极性、主动性，并能在科学训练比赛的基础上带动同伴参与。	通过网球基本技战术的训练，使学生能掌握网球运动的基本方法和技能。	提高机体的力量、速度、灵敏、协调、配合等专项素质和运动能力，增进健康。	通过比赛，学会控制自己情绪，形成良好的心理品质。	32

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
10	体育舞蹈	积极参与各种体育活动并基本形成自觉锻炼的习惯，基本形成终身体育的意识，具有一定的健美操运动欣赏能力。	通过体育舞蹈的学习，使学生能够掌握舞蹈的基本方法和技能。	能够科学地进行体育锻炼，提高自己的运动能力。	通过体育活动改善心理状态、克服心理障碍，养成积极乐观的生活态度，在运动中体验运动的乐趣和成功的感受。	32
12	木球	激发学生参与运动的积极性、主动性，并能在科学训练比赛的基础上带动同伴参与。	使学生能掌握木球运动的基本方法和技能，提高回忆的运动能力。	提高机体的力量、速度、灵敏、协调、配合等专项素质和运动能力，增进健康。	通过赛，能够很的控制自己情绪形成良好的心理品质。	32
讲授 16 学时、实践 128 学时						
合计						

## （二）课程学习单元内容与要求

学习单元情境设计			
单元名称	体育与健康理论知识学习、体质的测定、五步拳等	学时	62
学习要求	学习体育各项活动的起源发展历程，发展水平。体质测定和有关“阳光体育”、“终身体育”的综合理论知识。太极拳，五步拳文化。		
任务分解	任务 1	掌握一定的体育理论基本知识。	
	任务 2	学会基本的体育健身技巧，懂得体育项目的基本规则。	
	任务 3	积极参与体育活动，养成良好的体育锻炼习惯。	

学习单元情境设计			
单元名称	田径	学时	32
学习要求	通过教学让学生掌握科学锻炼身体的方法，学会短跑和助跑跳远技术，增强体质，提高运动水平。		
任务分解	任务 1	掌握一定的田径基本知识。	
	任务 2	学会基本的短跑、中长跑、跳跃等基本技能方法。	
	任务 3	懂得田径的基本规则，积极参与运动竞赛和裁判。	

学习单元情境设计			
单元名称	篮球	学时	26
学习要求	掌握篮球运动的基本技能，加强学生的身体素质练习，要求学生在掌握篮球技术的基础上，学会自我锻炼的方法，培养终身体育的意识。		
任务分解	任务 1	篮球运动的基本规则。	
	任务 2	传、运、投技术和简单的配合战术。	
	任务 3	能够熟练运用基本技术参与篮球比赛，了解篮球运动战术配合。	

学习单元情境设计			
单元名称	排球	学时	26
学习要求	掌握排球运动的基本技能，加强学生的身体素质练习，要求学生在掌握排球技术的基础上，学会自我锻炼的方法，培养终身体育的意识。		
任务分解	任务 1	排球运动的基本规则。	
	任务 2	传、垫、扣、拦和发球基本技术和简单的战术。	
	任务 3	能够熟练运用基本技术参与排球比赛，了解排球运动战术配合。	

学习单元情境设计			
单元名称	足球		学时 26
学习要求	掌握足球运动的基本技能，加强学生的身体素质练习，要求学生在掌握足球技术的基础上，学会自我锻炼的方法，培养终身体育的意识。		
任务分解	任务 1	足球运动的基本规则。	
	任务 2	掌握足球运动的基本技术和基本战术。	
	任务 3	能够熟练运用基本技术参与足球比赛，了解足球运动战术配合。	

学习单元情境设计			
单元名称	健美操		学时 26
学习要求	发展学生身体的协调性、柔韧性，发展空间体位感觉，培养他们勇于挑战、勇于克服困难等良好的心理素质。培养健康的心灵和健美的体形。		
任务分解	任务 1	健美操的基本理论知识，掌握健美操的基本技术。	
	任务 2	发展学生的协调性、力量及对音乐的运用能力。	
	任务 3	提高艺术修养和审美能力。	

学习单元情境设计			
单元名称	乒乓球		学时 26
学习要求	掌握乒乓球的基本动作，做到动作规范熟练。		
任务分解	任务 1	了解乒乓球的基本理论知识。	
	任务 2	基本握拍方法、站位、步法和发球。	
	任务 3	乒乓球运动的基本战术。	

学习单元情境设计			
单元名称	羽毛球		学时 26
学习要求	掌握羽毛球运动的基本技能，加强学生的身体素质练习，要求学生在掌握羽毛球技术的基础上，学会自我锻炼的方法，培养终身体育的意识。		
任务分解	任务 1	羽毛球运动的基本规则。	
	任务 2	羽毛球运动的基本技术。	
	任务 3	羽毛球运动的基本战术。	

学习单元情境设计			
单元名称	网球		学时 26
学习要求	懂得网球运动的基本规则，能够掌握网球运动基本技术和战术配合，能够熟练运用基本技术参与网球比赛。		
任务分解	任务 1	网球运动的基本规则。	
	任务 2	网球运动的基本技术。	
	任务 3	网球运动的基本战术。	

学习单元情境设计			
单元名称	体育舞蹈		学时 26
学习要求	发展学生身体的协调性、柔韧性，发展空间体位感觉，培养他们勇于挑战、勇于克服困难等良好的心理素质，培养健康的心灵和健美的体形。		
任务分解	任务 1	了解舞蹈的基本理论知识，掌握舞蹈的基本技术。	
	任务 2	提高艺术修养和审美能力。	
	任务 3	在今后的学习工作中运用舞蹈方法去塑造健美的体形、增进健康。	

学习单元情境设计			
单元名称	木球		学时 26
学习要求	掌握木球运动的基本技能，加强学生的身体素质练习，要求学生在掌握木球技术的基础上，学会自我锻炼的方法，培养终身体育的意识。		
任务分解	任务 1	木球运动的基本规则	
	任务 2	木球运动的基本技术	
	任务 3	木球运动的基本战术	

## 六、课程考核与评价

《体育与健康》课程是我院必修课程之一，是体育教学不可缺少的重要组成部分。每一位体育教师都要严格执行我院体育课程考核办法，要对学生体育课程的学习和掌握情况作出公正、准确、全面的考核与评定。

### 6.1 考核内容

- (1) 体育理论的基本知识和专项理论知识考查。
- (2) 身体素质与运动技能测定
- (3) 学习过程评价（包括学习态度、出勤情况、课堂表现等）。

### 6.2 考核评分方法

- (1) 各学期考试项目分配与占体育总成绩百分比：（见：附表）

成绩评定是对学生完成教学任务的基本考核，必须坚持定性考核与定量考核相结合，平时考核与集中考核相结合的原则。具体要求如下：

附表：

序号	考核项目	考核项目内容	所占比例	备注
1	出勤情况	每节课对学生出勤进行检查	15%	考勤等学习过程
2	课堂表现	在课堂或实训现场学习态度的举行表现（其他加分）	15%	课堂提问
3	期末考试	期末考试（技术评定、能力达标）	70%	1-2项
合计			100%	
总成绩=平时成绩×30%+期末考试×70%				

（2）采用百分制评分办法

（3）平时考勤中：学生旷课者每次扣 10 分；因事、病等不到课者每次扣 5 分（公假除外）；因迟到、早退、见习以及不按规定着运动服装者每次扣 3 分。因公丧假每次扣 1 分，针对学生学习情况设平时成绩奖罚分制度，分值 5~10 分，但本期最终总分不得超过 100 分。符合下列 a~d 条件者可或奖励分数。

- ①无旷课、迟到、早退，（出全勤）奖励 5 分。
- ②学习成绩在原基础上有较大提高，奖励 5 分。
- ③学习态度认真努力，早操课外锻炼积极、满勤者，奖励 5 分。
- ④本班体育委员工作认真负责，奖励 5 分。
- ⑤凡学习态度不认真，并在班上造成不良影响者，视其情形扣减 5~10 分。
- ⑥学生每学期缺课三分之一以上者，（含三分之一，包括病、事假）、旷课六分之一者不予评定本期成绩。

- ⑦凡成绩不及格者，按学校学生学籍管理条例办理。
- ⑧保健课、选修课、均按以上标准执行。
- ⑨《国家学生体质健康标准》成绩，每学年由体育教研室向学院有关部门报送。

（4）注意事项

①每学期开学初各任课教师向学生公布考试内容及评分方法，以便学生加强锻炼，争取优异成绩。

②考试应严肃认真，严格遵守各项考试制度。因病、因公办理缓考的须持病假条或公假证明经体育教师签字报教务处、系部经批准后办理缓考手续，否则一律按旷考处理。缓考期限由任课教师根据学生具体情况来确定。缓考成绩与考试成绩相同。无故缺考的学生，不予考试，按不及格处理。

③每学期内单项“不及格”者，在期末体育课结束前，可进行一次补考。期末总评“不及格”者，应在下学期三周内完成补考。

④身体异常及病、弱学生由本人持医生证明并写出书面申请，任课教师推荐，经教务处系部批准后，可上体育保健课。

⑤院运动代表队队员上体育训练课、体育课的成绩由各代表队教练员根据其运动成绩及训练表现评定。各代表队教练员在每学期教学课结束后，应及时按规定填报所带队员体育课考试成绩，每学年按规定回班参加《国家学生体质健康标准》的测试。

## 七、教材及相关资源

### 1、建议教材与主要参考书

(1) 建议教材

《体育与健康》，胡致远、郑海、穆水强，吉林大学出版社 2016 年

(2) 主要参考书：

《大学体育教育教程》，王永盛，北京，中国书籍出版社，2009.9

《高职体育与健康》，赵闯、甘正永、高灼荣，高等教育出版社 2013

### 2.相关资源

积极利用和开发课程资源是顺利实施课程的重要组成部分，因地制宜地开发利用各种课程资源，目前我院体育选项已开设项目有：田径、篮球、足球、排球、健美操、太极拳和羽毛球,各个项目都有开发和利用的空间，其中健身操和篮球项目，我院学生基础特别突出，可利用开发的潜力更大，无论是人力资源和体育设施资源开发方面，还是在课程内容资源和课外、校外体育资源开发方面都具有优势，可以发挥这些课程资源应有的教育优势，体现课程的弹性和地方特色。

课程资源的开发与利用，应从以下几方面着手：

- ①人力资源的开发
- ②体育设施资源的开发
- ③课程内容资源的开发
- ④课外和校外体育资源的开发
- ⑤自然地理课程资源的开发
- ⑥体育信息资源的开发

## 八、任课教师要求

本课程需要熟悉田径、篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球等专业领域的双师型教师各 1 名。

## 九、教学实训场所

本课程需要田径场 1 块、排球场 4 块、篮球场 8 块、羽毛球场 5 块以及各种器材设备等。满足学生正常上课要求。

## 十、其它说明

健康：指不仅是没有疾病和不虚弱，并且在身体、心理和社会各方面都完美的状态。一个人只有在身体、心理和社会适应方面保持良好的状态，才算得上真正的健康。体育是促进

健康的重要手段。

**身体健康：**指人的体能良好、机能正常、精力充沛的状态。作为学习领域的身体健康，要求学生了解与运动有关的营养、环境、卫生保健等知识，发展体能，提高身体健康水平。

**心理健康：**包括两层含义：一种是指心理健康状态，个体处于这种状态时，不仅自我感觉良好，而且与社会处于契合和谐的状态；另一种是指维持心理健康、减少行为问题和精神疾病的原则和措施。体育活动对于促进人的心理健康具有积极的影响。作为学习领域的心理健康，要求学生学会通过体育活动调节情绪状态，增强自尊和自信，形成坚强的意志品质。

**社会适应：**指个体为了适应社会生活环境而调整自己的行为或态度的过程。在社会生活中，每一个体都有自己独特的为人处世、待人接物的方式，都有人际交往、合作、友情、尊重、名誉及取得成就的愿望和需要，所有这些需要的满足，都依赖于个体的社会适应，同时，它们又能促进个体的社会适应。个体社会适应包括一系列自主的适应性行为，通常表现为顺应、自制、同化、遵从、服从等具体的顺应方式。经常参加体育活动的人，其社会适应能力会提高。作为学习领域的社会适应，要求学生培养良好的合作和竞争精神，形成和谐的人际关系，学会获取现代社会中体育与健康知识的方法。

**运动参与：**指学生主动参与体育活动的态度与行为表现。经常参与体育活动的学生，可以培养和发展对运动的兴趣和爱好，养成体育锻炼的习惯，使体育活动成为生活中的重要组成部分。作为学习领域的运动参与，要求学生具有积极参与体育活动的态度和行为，掌握科学健身的知识与方法，养成坚持体育锻炼的习惯。

**运动技能：**指在体育运动中有效完成专门动作的能力，包括神经系统调节下不同肌肉群间的协调工作的能力。作为学习领域的运动技能，要求学生学习、掌握和运用基本的运动知识和技能，形成一定的运动特长，为终身体育奠定良好的基础。

**体能：**指人体各器官系统的机能对身体活动中表现出来的能力。体能包括与健康有关的体能和与运动技能有关的体能。前者包括心肺耐力、柔韧性、肌肉力量、肌肉耐力、身体成份等，后者包括从事运动所需要的速度、力量、灵敏性、协调性、平衡、反应等。其中一些体能成份既是与健康相关的体能，又是提高运动技能所需要的体能。

**学习领域：**指在体育与健康课程中，按学习内容性质的不同划分的学习范畴。本《标准》将学习内容划分为五个领域：运动参与、运动技能、身体健康、心理健康和社会适应。五个学习领域相互联系、相互影响。

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部: 公共教学部      教师姓名: \      \学年\学期      第一学期

专业	\	课程	体育与健康				班级	\
培养目标:	1. 认识健康的定义, 能够判定健康的标准, 并了解自己是否处于健康状态。 2. 通过活动学习身高标准体重数据了解测试数据的意义。 3. 让学生初步了解广播体操在中学开展的意义, 认识到广播体操的健身、健心作用。 4. 掌握田径的基本技术。							
	学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核方式	考核形式
计划学时	36	4	11	32	89	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践	
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上方框中打√		
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013 年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社								
教研室主任审核意见:			系(部)主任审核意见:					
签名: _____ 年      月      日			签名: _____ 年      月      日 (公章)					

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	体育与健康关系	认识健康的定义, 能够判定健康的标准, 并了解自己是否处于健康状态			教室
2	2	体育锻炼的科学方法	使学生理解参与参加体育锻炼的意义, 树立自觉积极参与体育。			教室
3	2	体质测试学习: 身体、体重标准测试内容	通过活动学习身高标准体重数据了解测试数据的意义		身高体重测试仪器	体育馆
4	2	体质测试学习: 测试肺活量、坐位体前屈	知道肺活量与坐位体前屈的一般要求, 熟记自己的成绩		肺活量、体前屈测试仪	体育馆
5	2	体质测试学习: 跳远、引体向上(男)、仰卧起坐(女)	使学生的手臂、腰腹肌、腿部得到锻炼和发展		皮尺	田径场
6	2	体质测试学习: 50米、800(女)或1000米(男)	通过测试, 让学生进一步熟练掌握跑步的基本技术		口哨、秒表	田径场
7	2	做好学生数据信息的采集、整理与分析	能利用统计的方法对实际生活中出现的情况提出科学合理的建议		测试仪器	田径场
8	2	广播体操预备节和第1、2、3、4节	让学生初步了解广播体操在中学开展的意义, 认识到广播体操的健身、健心的作用		口哨	田径场

9	2	广播体操预备节和第5、6、7、8节	让学生初步了解广播体操在中学开展的意义，认识到广播体操的健身、健心的作用		口哨	田径场
10	2	复习第九套广播体操完整动作	通过广播操的学习，促进学生身体的协调性，柔韧性，通过学习，矫正学生不正确的姿势，端庄的体态，对学生的形态、举止分度都会产生良好的变化		口哨	田径场
11	2	1、广播体操（青春的活力）； 2、短跑的起跑（蹲踞式）。	通过对跑的知识的学习让学生掌握快速跑起跑的基本技术和基本技能		口哨	田径场
12	2	1、广播体操（青春的活力）； 2、投掷（铅球）前部分教学——握持铅球	使学生掌握基本的投掷技术，获得基本技能		口哨	田径场
13	2	1、广播体操（青春的活力）； 2、学习短跑起跑后的路线和加速跑技术	通过练习，培养学生正确跑的姿势，发展自然奔跑的能力		口哨	田径场
14	2	1、广播体操（青春的活力）； 2、学习投掷（铅球）后半部分； 3、素质练习	培养学生积极思考的能力，增进自信心、自尊心		口哨	田径场
15	2	1、广播体操（青春的活力）； 2、跑的专门性练习（小步跑、高抬腿）	使学生掌握基本的短跑技术，获得基本田径技能		口哨	田径场
16	2	1、广播体操（青春的活力）； 2、跑的专门性练习——后蹬跑、车轮跑	让学生了解短距离跑的主要技术环节，从而增加学生的体育知识，有利于体育的普遍推广		口哨	田径场

17	2	1、广播体操（青春的活力）， 2、短跑途中跑、和冲刺跑；	学生可以通过各种游戏来发展和提高自己的身体素质		口哨	田径场
18	2	1、复习广播操； 2、考核	让学生更加熟练完成广播操基本动作		口哨	田径场

# 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 公共教学部

教师姓名： \

\学年\学期

第二学期

专业	\	课程	体育与健康			班级	\
培养目标：	1.了解运动损伤的定义及发生的原因，掌握常见运动损伤的简易处理办法。 2.初步了解武术常识，学会拳、掌、勾动作技术要领。 3.学习太极拳的基本步型、身型、起式。						
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核方式	
计划学时	36	4	11	32	89	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上列方框中打√ <input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践	
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 赵闯 甘正永 高灼荣 《高职体育与健康》 高等教育出版社 2013年 樊明媚、胡致远 《体育与健康》 吉林大学出版社							
教研室主任审核意见：				系（部）主任审核意见：			
签名： _____ 年 ____ 月 ____ 日				签名： _____ 年 ____ 月 ____ 日 （公章）			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	常见运动损伤的预防及处理	了解运动损伤的定义及发生的原因,掌握常见运动损伤的简易处理办法			教室
2	2	大学生的合理营养与平衡膳食	通过对营养知识的学习使学生能对自身的生活有所改善和提高,并能进一步加深对田径运动的兴趣和爱好,有利于体育向大众化的普及			教室
3	2	五步拳手型练习	初步了解武术常识,学会拳、掌、勾动作技术要领		口哨	田径场
4	2	五步拳步型练习	初步了解武术的五种步法,并知道其名称术语		口哨	田径场
5	2	抱拳礼、五步拳(1—3)	学会五步拳中预备:并步抱拳、弓步冲拳、弹踢冲拳的技术要领		口哨	田径场
6	2	五步拳(4—6)	学会马步架打、歇步盖打、提膝穿掌的技术动作		口哨	田径场
7	2	五步拳(7—9)	学会仆步亮掌、虚步挑掌、收势的技术动作		口哨	田径场

8	2	复习五步拳	帮助学生掌握自学方法,提高自学能力,使85%以上的学生基本掌握五步拳动作技术		口哨	田径场
9	2	《二十四式太极拳》1、起式 野马分鬃	学习太极拳的基本步型、身型、起式		口哨	田径场
10	2	《二十四式太极拳》3、白鹤亮翅 4、左右搂膝拗步	使学生初步掌握野白鹤亮翅,学习左右搂膝拗步动作		口哨	田径场
11	2	《二十四式太极拳》5、手挥琵琶 6、倒卷肱	初步掌握左右搂膝拗步、手挥琵琶动作		口哨	田径场
12	2	《二十四式太极拳》7、左揽雀尾 8、右揽雀尾 9、云手 10、单鞭	使学生基本左右揽雀尾		口哨	田径场
13	2	《二十四式太极拳》11、高探马、12、右蹬脚 13、双风贯耳、14、转身左蹬脚	初步掌握高探马、右蹬脚的、双风贯耳和转身左蹬脚		口哨	田径场
14	2	《二十四式太极拳》17、左穿梭 18、右穿梭 19、海底针 20、闪通臂	学习左右穿梭、海底针和闪通臂		口哨	田径场
15	2	《二十四式太极拳》21、转身搬拦捶	学习转身搬拦捶		口哨	田径场

16	2	《二十四式太极拳》 22、如封似闭 23、十字手 24、收势	学习如封似闭、十字手、收势		口哨	田径场
17	2	复习《二十四式太极拳》	复习已学的太极拳动作		口哨	田径场
18	2	《二十四式太极拳》考试	要求基本能够掌握二十四式太极拳的基本套路动作		口哨	田径场

# 《大学语文》课程标准

## 一、课程说明

课程名称	大学语文		标准简称	大学语文	
适用专业	所有专业	修读学期	第一或第二学期	制订时间	2018年8月
课程代码	110501	课程学时	32	课程学分	2学分
课程类型	A类	课程性质	必修课	课程类别	公共基础课
先修课程	无				
后续课程	无				
对应职业资格证书或内容	无				
合作开发企业	无				
执笔人	涂莹霞	合作者	无	审核人	
制(修)定日期	2018年8月7日				

注：1.课程类型（单一选项）：A类（纯理论课）/B类（理论+实践）/C类（纯实践课）

2.课程性质（单一选项）：必修课/专业选修课/公共选修课

3.课程类别（单一选项）：公共基础课/专业基础课/专业核心课

4.合作者：须是行业企业人员，如果没有，则填无

## 二、课程定位

《大学语文》是一门面向高职院校学生开设的、以人文性为基底，并呈现工具性、通用性、职业性特点的公共必修基础课程。其职业性是高职语文与其它各层、各类语文课程的区别性特征。其目的培养学生汉语方面的阅读、欣赏、理解和表达能力、写作能力；帮助高职学生在充分掌握专业知识的同时，提升他们的职业能力和综合素养，使他们具有进一步深造和接受高等教育的潜质，最终成为优秀的高职应用人才。

## 三、设计思路

本课程整体设计思路可以概括为以传统语文知识为基础，以学生能力发展为中心，为学生职业发展服务。

### （一）以传统语文知识为基础提升学生的人文精神和审美能力

通过学习优秀文学作品鉴赏和阅读，使学生进一步了解本民族优秀传统文化传统，接受精英文化的熏陶，提高大学生的思想境界，塑造健全人格。让学生学会感受美、鉴赏美、创造美的能力的培养，使他们善于在生活中表现美和进行艺术创造活动的的能力。

## （二）以素质为主体，以学生能力为中心

## （三）围绕专业特点，凸显职业导向

本课程围绕学生的职业需求来组织教学，在强调语文学学习共性的基础上，注重不同专业的不同个性要求。根据不同专业职业岗位的特点来进行组织语文教学活动。

## （四）开发课程体系，扩展教学空间

课程开发：教学内容和资源由本系老师、专业课老师以及校外专家来共同组织参与课程的开发。

1、教学内容开发：在基础教学内容的基础上，任课老师可以根据不同专业学生特点留有教学内容和拓展空间。

2、教学资源开发：本课程设立相应的网络教学资料库可以提供老师和学生交流。

## 四、课程培养目标

大学语文是一门综合性的素质教育课程，这种综合素质，主要包括两个方面，一是通过文学鉴赏水平的提高，提升大学生的人文素养、人文精神，使学生的内心世界更为充实、丰富、健康；一是通过对文章写作要领及语言表达技巧的体认，提高语言文字的实际应用水平，为学好本专业各类专业课程及接受通才教育打下坚实基础。主要体现在以下三个方面：

### 1、专业能力——母语应用能力发展

《大学语文》提高学生的母语能力，帮助学生取得职业成功。在人力资源的开发中，非常重要的一项是开发人的具有广泛迁移性的核心能力，在主要的核心能力中，交流沟通能力是最重要的。在人文素质、职业素质和职业能力方面的缺失会导致学生难以适应工作岗位及环境，在激烈的人才竞争中处于“劣势”，可持续发展能力低下。大学语文教学能够有效提高学生的交流沟通能力和理解能力，培养学生的自我适应、自我发展能力，帮助学生全面发展，夯实从业基础，并为顺利适应职业要求提供必要的条件。

### 2、方法能力——职业素养能力提高

通过《大学语文》的学习，增强学生的文学知识、语言修养和美感品质，并进一步升华为个人人生的高雅志趣和人文情怀；通过大学语文的学习，培养学生的职业道德、合作意识和敬业精神等职业素养，使学生毕业后真正能够成为一个全面发展的、潜力巨大的企业员工。

### 3、社会能力——终身学习能力的培养

《大学语文》应该着重培养学生的自学能力。利用 32 学时的教学，帮助学生掌握较好的学习方法。语文教育是终身教育，提高自学能力，才能让学生受益终身。以培养学生口头表达能力、写作能力、阅读理解能力为根本任务的大学语文是一般专业学科的基础，起到为学生终身教育奠基的作用。

## 五、课程内容、要求及教学设计

### （1）课程整体设计

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
1	多媒体教室	培养学生学会感受美、鉴赏美、创造美的能力	培养他们的创新意识；提升学生的思辨能力和逻辑判断能力。	培养学生善于在生活中表现美和进行艺术创造活动的的能力	培养学生的自我适应、自我发展能力。	32
合计		讲授 32 学时，共 32 学时				

## (二) 课程学习单元内容与要求

学习单元情境设计			
单元名称	第一讲 大学语文绪论		学时 2
学习要求	引导学生理解大学语文课程的功能		
任务分解	任务 1	讲述在不同阶段尤其是当下，大学语文课程的主要功能，培养学生理解能力。	
	任务 2	分析教材十二讲在选文和体例上的特色，培养学生的思维分析能力。	

学习单元情境设计			
单元名称	第二讲 以梦为马		学时 2
学习要求	通过专题学习，唤醒学生对梦想的渴望和追求，引导学生树立正确的梦想观。		
任务分解	任务 1	通过课堂互动提问，激发学生积极探讨对梦想的理解。	
	任务 2	通过自主探究等方式，使学生懂得梦想的意义。	

学习单元情境设计			
单元名称	第三讲 大同与小康		学时 2
学习要求	通过文章学习，让学生了解儒家思想下大同社会与小康社会的异同。		
任务分解	任务 1	通过古文翻译，让学生看懂文章内容。	
	任务 2	通过合作探究、深度讲解等方式，使学生领悟文章主题。	

学习单元情境设计			
单元名称	第四讲 我有一个梦想		学时 2

学习要求	通过文章学习，让学生体悟马丁·路德·金那种生命不息、为民请命不止的崇高献身精神。		
任务分解	任务 1	通过讲授和视频导入，让学生了解作者马丁·路德·金和美国南北战争等相关信息，并推荐经典影片让学生进行课外拓展。	
	任务 2	通过共同阅读、合作探究、深度讲解等方式，使学生领悟“为了崇高理想而不息奋斗”的精神。	

学习单元情境设计			
单元名称	第五讲 一只特立独行的猪	学时	2
学习要求	通过文章学习，引发学生对于人生价值取向和自由选择的思考。		
任务分解	任务 1	通过讲授，让学生了解作者王小波的相关信息。	
	任务 2	通过共同阅读、合作探究、深度讲解等方式，使学生重识生命的意义。	

学习单元情境设计			
单元名称	第六讲 山水自然	学时	2
学习要求	通过专题学习，让学生感悟大自然的美，深刻思考应该如何保护大自然，让我们的家园变得更美好。		
任务分解	任务 1	通过课堂互动提问，唤醒学生对亲近大自然的美好憧憬。	
	任务 2	通过自主探究等方式，使学生懂得保护自然的重要意义。	

学习单元情境设计			
单元名称	第七讲 瓦尔登湖（节选）冬天的禽兽	学时	2
学习要求	通过文章学习，引导学生树立“热爱自然、热爱生命”的态度。		
任务分解	任务 1	通过讲授，让学生了解作者亨利·戴维·梭罗和其三大主义（超验主义、废奴主义、生态主义），以及作品《瓦尔登湖》等相关信息。	
	任务 2	通过共同阅读、合作探究、深度讲解等方式，使学生领悟作者知行合一的理念，和用身体力行对重返自然的倡导。	

学习单元情境设计			
单元名称	第八讲 云南看云	学时	2

学习要求	通过文章学习，让学生学会借景抒情、托物言志的写作方法。	
任务分解	任务 1	通过课堂互动提问，引发学生对一朵云的思考，为课文导入做铺垫。
	任务 2	通过共同阅读、合作探究、深度讲解等方式，使学生了解沈从文，并从文章中领会作者“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的精神。

学习单元情境设计			
单元名称	第九讲 爱的咏叹	学时	2
学习要求	通过专题学习，让学生重新认识不同的爱，并且学会给予爱。		
任务分解	任务 1	通过系列图片展示，引发学生对爱的深刻思考，懂得爱的真谛。	
	任务 2	通过自主探究等方式，让学生懂得：这个世界的美好总要多过阴暗，欢乐总要多过苦难，还有很多事，值得你一如既往的相信“爱，一直都在。”	

学习单元情境设计			
单元名称	第十讲 蒹葭	学时	2
学习要求	掌握《诗经》相关知识，理解诗歌主题，感悟诗歌的语言风格。		
任务分解	任务 1	通过讲授，让学生了解《诗经》的相关文学常识。	
	任务 2	通过古文翻译，让学生理解文章的内容，体会诗人思而不得、求而难遇的那种惆怅和遗憾，领略《诗经》反复叠唱的艺术风格。	

学习单元情境设计			
单元名称	第十一讲 你是人间的四月天	学时	2
学习要求	通过诗歌学习，让学生了解才女林徽因对爱的表达。		
任务分解	任务 1	通过讲授，让学生了解作者林徽因的相关信息。	
	任务 2	通过朗诵、感悟等方式，让学生体会诗歌的优美和情感的丰富。	

学习单元情境设计			
单元名称	第十二讲 万家灯火	学时	2
学习要求	通过专题学习，让学生理解“家”对于每个人的意义，加深学生的家乡情。		
任务分解	任务 1	课堂互动提问，让学生回忆“最温暖的一次回家路”。	

	任务 2	通过自主探究等方式，进一步加深学生对家乡的情感。
--	------	--------------------------

学习单元情境设计			
单元名称	第十三讲 我们仨	学时	2
学习要求	通过文章学习，让学生体会杨绛先生对家的热爱和思念之情。		
任务分解	任务 1	通过讲授，让学生了解作者杨绛的相关信息。	
	任务 2	通过讨论、感悟等方式，理解杨绛先生当时写这部作品的心境。	
学习单元情境设计			
单元名称	第十四讲 母亲	学时	2
学习要求	通过文章学习，让学生感受作者对母亲由衷的尊敬与感恩之情。		
任务分解	任务 1	通过讲授，让学生了解作者莫言的相关信息。	
	任务 2	通过共同阅读、合作探究、深度讲解等方式，让学生体会作者对于生命本源的珍惜与尊重。	

学习单元情境设计			
单元名称	第十五讲 笑对人生	学时	2
学习要求	通过专题学习，引导学生树立正确的人生观和价值观。		
任务分解	任务 1	课堂互动提问和视频导入，使学生领悟“笑对人生”的真正含义。	
	任务 2	通过自主探究等方式，引导学生树立正确的人生观和价值观。	

学习单元情境设计			
单元名称	第十六讲 世界长大了，我也老了	学时	2
学习要求	通过文章学习，了解黄永玉的人生观。		
任务分解	任务 1	通过讲授和视频导入，让学生了解作者黄永玉的相关信息。	
	任务 2	通过共同阅读，让学生体会作者那种“历经千帆，归来依旧像少年。”的人生态度。	

## 六、课程考核与评价

本课程考核分为平时成绩和期末成绩两个部分，分别占总评成绩的 50%、50%。

列表如下：

总评成绩	平时成绩		期末成绩
	出勤	平时作业	
100%	20%	30%	50%
小计	50%		50%

语文课考核的方法由各系决定是考试或考查，突出了平时成绩所占比重。平时成绩占50%，期末成绩占50%。其中平时成绩的50%，通过反复实践，我们确立了“突出个体和个性化”的考核原则和考核方案，以达到提升教学效果的目的。

①课堂随机抽查，当堂评分，重点放在教学过程中的启发式随机答问、基础知识掌握情况、基本技能表现等方面。

②检查作业完成情况，根据完成情况评分，重点放在语文课必须完成的背诵、理解等方面。

③根据互动讨论、分组讨论、群体讨论中的表现评分，重点放在学生的参与度、创新度以及与其他同学的协调配合精神等方面。

④把课堂管理同个性化考核结合起来，重点放在学生学习态度、课堂纪律、出勤情况等

方面。

⑤把思想品德教育同个性化考核结合起来，重点放在学生的思想、品行和个人修养等方面。

## 七、教材及相关资源

### 1、教材的选用与编写

本课程所使用的教材是由学院中文教研室老师结合学院学生的专业和特点共同编写的校本教材。

《大学语文》，方庆青主编 吉林大学大学出版社 2016年8月第1版

### 2、网络资源建设

- (1) 国学网
- (2) 中国教学资源网
- (3) 语文网中网
- (4) 优酷网
- (5) 土豆网
- (6) 百度

### 3、其它教学资源的开发与利用

参考教材：

- (1) 《大学语文》，程箐 刘汉波主编 北京大学出版社 2012年1月第1版
- (2) 《大学语文》 莫道才主编 国防科技大学出版社 2010年3月第一次出版
- (3) 《大学语文》 徐绍建主编 武汉大学出版社 2009年1月第二版第7次印刷
- (4) 《大学语文》 徐中玉、齐森华主编 华北师范大学出版社 2007年7月 第一版，

印次 2010 年 1 月第十二次

## 八、任课教师要求

能够为人师表、注重师德、教书育人，认真总结高职语文教育教学经验、注重研究、提高教学质量；能够运用多媒体手段及网络资源辅助教学。具体要求有：

1、学历结构：硕士研究生 9 人，占总人数的 90%；本科 4 人，占 10%。

2、年龄结构：教师中 35 岁以下 6 人，占 60%；35—45 岁 2 人，占 20%；45 岁以上 2 人，占 20%。教师队伍年龄层次分布基本合理，中青年教师占总人数的 80%，师资队伍的综合实力强，有潜在发展能力。

3、职称结构：教师队伍中副教授、讲师、结构比例合理，副教授 2 人，占总人数的 20%；讲师 6 人，占 60%，学历结构合理。

## 九、教学实训场所

开课教室应配备多媒体教学仪器和相关仪器来保证上课的质量和效率。

## 十、其它说明

无

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部: 公共教学部      教师姓名: \      \学年\学期

专业	\	课程	\	班级	\	考核方式		考核形式
培养目标:	<p>1.通过学习,提高学生语言文字方面的听说读写的能力,培养学生独立思考的意识,以及自学阅读的良好习惯,从而为获取各种新知识和终身学习奠定基础。</p> <p>2.通过教学,使学生受到人文精神的熏陶,激发学生的爱国热情,提升人文素养,完善知识结构,使之成为技能突出,人格健全的新型人才。</p> <p>3.通过阅读经典的文学作品,感悟优美的汉语言魅力,使学生了解世界优秀的文学与文化传统,提高其审美能力和鉴赏能力,加强民族文化底蕴,提升人格品位。</p>							
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例			
计划学时	32	32	100%	0	0	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input checked="" type="checkbox"/> 纯理论 <input type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践	
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上列方框中打√		
<p>教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社)            《大学语文》 方庆青主编 (吉林大学大学出版社 2016年8月第1版)</p>								
教研室主任审核意见:					系(部)主任审核意见:			
签名: _____ 年 ____ 月 ____ 日					签名: _____ 年 ____ 月 ____ 日 (公章)			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	大学语文绪论	引导学生理解大学语文课程的功能	谈谈你对《大学语文》的理解。	多媒体教学	
2	2	以梦为马	唤醒学生对梦想的渴望和追求, 引导学生树立正确的梦想观。	你的梦想是什么?	多媒体教学	
3	2	大同与小康	让学生了解儒家思想下大同社会与小康社会的异同。	“大同之世” 是否能够真正实现。	多媒体教学	
4	2	我有一个梦想	让学生感悟马丁·路德·金那种生命不息、为民请命不止的崇高献身精神。	你还知道哪些著名的黑人?	多媒体教学	
5	2	一只特立独行的猪	引发学生对于人生价值取向和自由选择思考。	这篇文章与《我有一个梦想》的异同。	多媒体教学	
6	2	山水自然	让学生感悟大自然的美, 深刻思考应该如何保护大自然, 让我们的家园变得更美好。	你有多久没有亲近自然?	多媒体教学	
7	2	瓦尔登湖 (节选) 冬天的禽兽	引导学生树立“热爱自然、热爱生命”的态度。	1.我们丢失的童真去哪儿了? 2.生活在物质充裕世界的我们, 为什么却依旧感到疲惫?	多媒体教学	

8	2	云南看云	让学生学会借景抒情、托物言志的写作方法。	仿照这篇托物言志文章的写作手法 写一篇小短文!	多媒体教学
9	2	爱的咏叹	让学生重新认识不同的爱,并且学会给予爱。	爱是什么?	多媒体教学
10	2	蒹葭	掌握《诗经》相关知识,理解诗歌主题,感悟诗歌的语言风格。	体会作者的思想感情。	多媒体教学
11	2	你是人间的四月天	让学生了解才女林徽因对爱的表达。	请写一段你所感动的“爱”的文字,可以是自己亲身感受的描述,也是你所喜爱的摘抄。主题围绕“爱”,内容不限。	多媒体教学
12	2	万家灯火	让学生理解“家”对于每个人的意义,加深学生的家乡情。	以“最温暖的回家路”为题,写一篇字数不少于500字的小短文。	多媒体教学
13	2	我们仨	让学生体会杨绛先生对家的热爱和思念之情。	课后赏读原著	多媒体教学
14	2	母亲	让学生感受作者对母亲由衷的尊敬与感恩之情。	这篇文章与朱自清的《背影》有什么异同?	多媒体教学
15	2	笑对人生	引导学生树立正确的人生观和价值观。	你听过哪些励志的故事?	多媒体教学
16	2	世界长大了,我也老了	了解黄永玉的人生观。	通过各种资料进一步了解黄永玉的人生观。	多媒体教学
17	2	复习			多媒体教学
18	2	期末考试			多媒体教学

附件 2:



# 江西水利职业学院

JIANGXI WATER RESOURCES INSTITUTE

## \*\*\*\*\*专业

\*

\*

\*

\*

## 指 导 书

\*\*\*\*系\*\*\*\*教研室

二〇一\*年\*月

## 目录

目录字体使用宋体 4 号，使用自动生成方式，只用 1 级目录

## 实训

- 一、实训目的
- 二、仪器设备工具材料
- 三、主要内容和原理
- 四、实训步骤
- 五、思考题或总结
- 六、其他（评分标准）

## 实习

- 一、实习目的
- 二、实习时间和地点安排
- 三、注意思想和要求
- 四、主要内容
- 五、思考题或总结
- 六、其他（评分标准）

字体使用 5 号宋体，段落间隔为固定值 16 磅

页边距使用普通

页码在页面底部中央，纸张方向纵向

## 《应用文写作》课程标准

### 一、课程说明

课程名称	应用文写作		标准简称		
适用专业	各专业	修读学期	第二学期	制订时间	2018.8
课程代码	1105022	课程学时	32	课程学分	2
课程类型	B	课程性质	公共选修课	课程类别	公共基础课
先修课程	大学语文				
后续课程	无				
对应职业资格证书或内容	无				
合作开发企业	无				
执笔人	王昭	合作者	无	审核人	
制(修)定日期	2018.8				

注：1.课程类型（单一选项）：A类（纯理论课）/B类（理论+实践）/C类（纯实践课）

2.课程性质（单一选项）：必修课/专业选修课/公共选修课

3.课程类别（单一选项）：公共基础课/专业基础课/专业核心课

4.合作者：须是行业企业人员，如果没有，则填无

### 二、课程定位

本课程为公共基础课程，是学生毕业后工作的基本技能之一。旨在通过教学使各专专业学生掌握应用文写作的基本技能，使学生了解及熟知与职业相关的各类文书，并具备高级应用型人才所需要的写作能力及文章分析与处理能力，增强学生的职业能力和就业竞争力，为学生学好各门专业课和将来进入社会从事实际工作奠定良好的基础。

### 三、设计思路

本课程有所选择地设计了“应用写作概述”、“日常文书”、“求职文书”、“公务文书”、“事务文书”、“商务文书”、“礼仪文书”和“科技文书”八大模块的课程内容。课程内容来源于职业岗位要求，根据企业发展需要和完成岗位工作所需要的知识、能力、素质选择教学内容，在传统行文关系的意义上突出交往性。在此基础上，又通过多个项目任务作为课程的重点教学内容展开实训，对学生的职业能力培养和可持续发展具有良好的针对性和适应性。

## 四、课程培养目标

### （一）能力目标

- 1.能正确地修改不规范的应用文。
- 2.能结合自身专业和职业情境，写作符合职业需求的应用文。
- 3.能独立写作简单的应用文，能合作写作复杂的应用文。

### （二）知识技能目标

- 1.了解应用文的用途和分类，掌握应用文写作规范。
- 2.了解应用文的写作特点和写作要求，掌握职业应用文的基本格式和基本写法。
- 3.了解毕业生求职创业的基本过程，掌握应用文惯用语。

### （三）素质目标

- 1.认同应用文的重要性，具有规范写作应用文的意识，养成规范写作应用文的习惯。
- 2.通过学习小组的项目训练，培养学生的公平竞争、团队合作精神。
- 3.通过师生、生生之间的主体间交往，培养学生的独立开拓思维和人文关怀素质。

## 五、课程内容、要求及教学设计

### (一) 课程整体设计

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
1	应用文写作概述	1. 应用文的概念与特点 2. 种类、功能和基本要求	了解应用文的概念和性质特点；能够辨别种类、了解文种功能和基本要求。			2
2	日常文书	1. 条据与启事 2. 介绍信与证明信 3. 申请书	熟悉日常文书的基本知识，识记其结构与写作要求；会写日常文书，解决实际问题。			4
3	求职文书	1. 求职信 2. 个人简历 3. 竞聘词	了解求职应聘的基本流程和信息；能够根据职场要求，写作求职文书。	1. 自主学习能力； 2. 能操作使用现代办公设备； 3. 现代信息技术应用能力； 4. 信息收集、分析并选择使用的能力。	1. 认同应用文的重要性，养成规范写作应用文的习惯； 2. 团队合作能力； 3. 宣传策划能力； 4. 独立开拓思维和人文关怀素质。	6
4	公务文书	1. 报告与请示 2. 通知与通报 3. 函 4. 会议记录与会议纪要	熟悉公务文书的基本知识，牢记格式规范；能拟定简单的公务文书。			6
5	事务文书	1. 计划与总结 2. 调查报告	熟悉事务文书的基本知识，识记其结构与写作要求；会写事务文书，解决实际问题。			4
6	商务文书	1. 广告文案与说明书 2. 合同与标书	了解宣传推广的基本流程和信息；会写简单的商务文书、会解说。			4

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
7	礼仪文书	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 请柬与邀请函</li> <li>2. 贺词、欢迎词与答谢词</li> <li>3. 开幕词与闭幕词</li> </ol>	<p>熟悉礼仪文书的基本知识, 识记结构与写作要求; 会写礼仪文书, 会演讲。</p>			4
8	科技文书	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 实习报告</li> <li>2. 毕业论文与毕业设计</li> </ol>	<p>熟悉科技文书的基本知识, 识记其结构与写作要求; 会写简单的本专业实习报告和毕业论文。</p>			2
	合计		讲授 22 学时、实践 8 学时、复习与习题课 2 学时, 共 32 学时			

## （二）课程学习单元内容与要求

学习单元情境设计			
单元名称	应用文写作概述		学时 2
学习要求	了解本课程的教学内容、学习方法、教学方法、考核方式等基本内容。		
任务分解	任务 1	课程整体认识、学习目标、教授模式、考核方案、学生学法	
	任务 2	识记应用文的概念和特点	
	任务 3	识记应用文的种类，并了解其特点	
	任务 4	明白应用文的写作要求	

学习单元情境设计			
单元名称	日常文书		学时 4
学习要求	熟悉日常文书的基本知识，识记其结构与写作要求；会写日常文书，解决实际问题。		
任务分解	任务 1	掌握条据类文书的写作	
	任务 2	了解启事的种类和写作要求，会写启事	
	任务 3	了解介绍信、证明信的功能，能够规范写作介绍信、证明信	
	任务 4	了解申请书的结构和写作要求，会写申请书	

学习单元情境设计			
单元名称	求职文书		学时 6
学习要求	了解求职应聘的基本流程和信息；能够根据职场要求，写作求职文书。		
任务分解	任务 1	了解当下社会求职应聘的背景和基本情况	
	任务 2	分辨求职信和竞聘词的区别	
	任务 3	能够按照岗位要求，写作求职信、个人简历和竞聘词	

学习单元情境设计			
单元名称	公务文书		学时 6
学习要求	熟悉公务文书的基本知识，牢记格式规范；能拟定简单的公务文书。		
任务分解	任务 1	识记公务文书的结构、格式和写作要求	
	任务 2	了解行文规范和行文规则	
	任务 3	能够区别报告和请示，并掌握写作方法	
	任务 4	能够区别通知和通报，并掌握写作方法	
	任务 5	了解函的类别及作用，并掌握写作方法	
	任务 6	能够区别会议记录和会议纪要，并掌握写作方法	

学习单元情境设计			
单元名称	事务文书		学时 4
学习要求	熟悉事务文书的基本知识，识记其结构与写作要求；会写事务文书，解决实际问题。		
任务分解	任务 1	掌握计划、总结、调查报告的概念特点及写作要求	
	任务 2	掌握计划、总结、调查报告的格式和写法	
	任务 3	认真学习例文，培养撰写事务文书的能力	

学习单元情境设计			
单元名称	商务文书		学时 4
学习要求	了解宣传推广的基本流程和信息；会写简单的商务文书、会解说。		
任务分解	任务 1	了解宣传推广的基本流程和信息	
	任务 2	掌握广告文案的特点与写法，会写会宣传	
	任务 3	掌握商品说明书的写法，会写解说	
	任务 4	了解招标书、投标书的重点和具体写作要求	

学习单元情境设计			
单元名称	礼仪文书		学时 4
学习要求	熟悉礼仪文书的基本知识，识记结构与写作要求；会写礼仪文书，会演讲。		
任务分解	任务 1	掌握礼仪文书的概念、特点和写作要求	
	任务 2	掌握请柬、邀请函、欢迎词、答谢词、开（闭）幕词的写法	
	任务 3	会写会演讲	

学习单元情境设计			
单元名称	科技文书		学时 2
学习要求	熟悉科技文书的基本知识，识记其结构与写作要求；会写简单的本专业实习报告和毕业论文。		
任务分解	任务 1	了解科研文书的概念、特点	
	任务 2	掌握实习报告、毕业论文的文体格式和写法	

## 六、课程考核与评价

本课程考核分为平时成绩和期末成绩两个部分，分别占总评成绩的 50%、50%。

列表如下：

总评成绩	平时成绩			期末成绩
	出勤	平时作业	实践活动	
100%	10%	20%	20%	50%
小计	50%			50%

平时成绩包括：出勤、平时作业、实践活动

出勤占总成绩 10%。迟到、早退一次扣 1 分，缺勤一次扣 5 分。正常请假不扣分。

平时作业占总成绩 20%，共计 5 次，另有一次调研报告。五次作业每次 15 分计算，调研报告按 25 分计算。

作业成绩等级分 A、B、C、D 四类。独立完成、书写工整，结论正确为 A；独立完成、书写工整，结论有少量错误为 B；书写笔记难以辨认，结论有较多错误为 C；作业不完整为 D。

实践活动占总成绩 20%，共计 4 次，每次 25 分。

实践活动：模拟竞聘、模拟推广、模拟会议；依据参与角色、任务分工、表现情况、展示水平等给定分数，分为 5 个等级：优秀 22-25 分，良好 18-22 分，中等 15-18 分，及格 15 分，不及格 15 分以下。

(2) 期末成绩为理论考试成绩。考试方式为考查（闭卷）。试卷中含超纲题目分值不低于 3 分，不高于 10 分。

## 七、教材及相关资源

现有教材：

高职高专院校“十三五”规划教材·应用文写作（张立群、顾晓勤、林敏主编、吉林大学出版社）

## 八、任课教师要求

- 1.能够为人师表、注重师德、教书育人，认真总结《应用文写作》教育教学经验、研究提高教学质量；
- 2.能够运用多媒体手段及网络资源辅助教学；
- 3.大学本科以上学历，中文、新闻类专业，具有行政公文写作经验。

## 九、教学实训场所

多媒体教室

## 十、其它说明

提高学生选用文种的能力和文体写作能力是本课程的重点。学生通过写作掌握并会使用符合应用文书要求的语言是本课程的难点。为此，在教学上须突出以下几点：

1.注重开拓写作思路的教学，以提高学生的务实、创新素质。不能流于一般的枯燥、机械的写作知识和方法传授。

2.注重例文的阅读、优秀范文和病文评析能力的培养。

3.注重成篇文书写作、片段写作训练教学。写作训练需与正确选用文种相结合。

4.加强习作批改与讲评环节。运用教师批改、学生互改等方式评改学生习作。根据专业教育要求和文体写作要求，注重批改的目的性和针对性。

5.本课程大纲按 32 学时编制，考试学时未计入。教师可根据不同的专业，视需要适当增减讲授的文种并对学时作出相应的调整。

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部: 公共教学部      教师姓名: \      \ 学年 \ 学期

专业	\	课程	\	班级	\		
培养目标:	旨在通过教学使各专业学生掌握应用文写作的基本技能, 使学生了解及熟知与职业相关的各类文书, 并具备高级应用型人才所需要的写作能力及文章分析与处理能力, 增强学生的职业能力和就业竞争力, 为学生学好各门专业课和将来进入社会从事实际工作奠定良好的基础。						
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核方式	
计划学时	32	24	75%	8	25%	<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	
本课程实际学时	\	\	\	\	\	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input type="checkbox"/> 纯实践 <input checked="" type="checkbox"/> 理论+实践	
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 高职高专院校“十三五”规划教材《应用文写作》(张立群、顾晓勤、林敏主编、吉林大学出版社)							
教研室主任审核意见:				系(部)主任审核意见:			
签名: _____ 年      月      日				签名: _____ 年      月      日 (公章)			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	应用文写作概述	初步了解应用文，明白应用文写作的重要性	课后练习一、二	投影	
2	2	常用条据	掌握请假条、留言条、托事条、借条、欠条、领条等常用单据的写作方法	根据材料写请假条、留言条、托事条	投影	
3	2	启事	掌握寻物启事、寻人启事、开业启事等常用启事的写作方法	课后练习一、二、三	投影	
4	2	介绍信、证明信、申请书	掌握介绍信、证明信、申请书的要求及注意事项	根据材料写介绍信、证明信	投影	
5	2	求职信、个人简历、竞聘词	掌握求职信、个人简历的写作要求，为今后应聘做好准备	根据自身实际写求职信、制作个人简历	投影	
6	2	模拟招聘	了解求职应聘的基本流程和信息	反思模拟招聘中自己的优缺点	投影	
7	2	公文写作概述	使学生初步了解公文	公文的概念、种类及特点	投影	
8	2	报告与请示	掌握报告、请示的区别、写作格式及方法	请示与报告的区别	投影	
9	2	通知与通报	掌握通知的分类及写法；掌握不同类型通报的写法	根据材料写一则会议通知	投影	

10	2	计划与总结	学会计划、总结的写作方法	写一篇校园歌手大赛的活动计划	投影	
11	2	调查报告	学会调查报告的写法	写一篇假期社会实践调查报告	投影	
12	2	商务文书	掌握广告文案、说明书的写作,了解招标投标、投标文件的制作	选取家乡的特产,为其写一份宣传文案	投影	
13	2	礼仪文书	掌握请柬、邀请函、开(闭)幕词等常用礼仪文书的写作	写一份运动会开幕词	投影	
14	2	毕业论文	学会毕业论文的写作方法	毕业论文的写作要求	投影	
15	2	复习				
16	2	期末考试				

# 《高等数学》课程标准

## 一、课程说明

注：1.课程类型（单一选项）：A类（纯理论课）/B类（理论+实践）/C类（纯实践

课程名称	高等数学		标准简称	高数	
适用专业	大专各专业	修读学期	一、二	制订时间	
课程代码	1100111	课程学时	92	课程学分	6
课程类型	A	课程性质	必修	课程类别	公共基础课
先修课程	初等数学				
后续课程	工程数学				
对应职业资格证书或内容					
合作开发企业					
执笔人	刘永忠	合作者		审核人	
制（修）定日期					

课)

- 2.课程性质（单一选项）：必修课/专业选修课/公共选修课
- 3.课程类别（单一选项）：公共基础课/专业基础课/专业核心课
- 4.合作者：须是行业企业人员，如果没有，则填无

## 二、课程定位

本课程是我院校各专业学生的一门必修的公共基础理论课。它是为各专业的人才培养目标服务的，它将为今后学习专业基础课以及相关的专业课程打下必要的数学基础，为这些课程的提供必需的数学概念、理论、方法、运算技能和分析问题解决问题的能力素质。在本课程的教学过程中必须遵循“以应用为目的，以必需，够用为度”的原则，注重理论联系实际，强调对学生基本运算能力和分析问题、解决问题能力的培养，以努力提高学生的数学修养和素质。必须以“必需、够用”为原则，服务于不同专业的实际需要；必须以突出数学文化的育人功能为主线，服务于素质教育；必须以培养学生具有应用数学方法解决实际问题并进行创新的能力为重点，服务于能力培养。

## 三、设计思路

### 1.课程设计的理念

高职高专的人才培养目标是培养技术应用型、技术技能型或操作型的高级技能人才，高等职业教育的学生能力目标是能解决职业岗位上的实际问题，具有自我学习、持续发展的能力，相当部分学生还应当具有创新能力和创业能力，而学院示范校建设中示范性专业的人才

培养目标应当是专业是高职院校的核心，专业服从市场。而数学课程在高职教学中应承担两方面的责任。一是满足高等教育的必需，体现数学的基础性地位，使学生通过数学课程的学习具有较坚实的数学基础，为适应形势的变化和企业技术的更新的需要而具有较强的自我学习与可持续发展的能力；二是满足专业的需要，为专业服务，充分利用数学的工具性作用，为学生在后继专业基础课和专业课程的学习扫清障碍、做好铺垫，配合专业课程的教学，为企业培养合格的高级技术、技能型人才。

## 2.课程设计的思路

本课程的总体思路是要通过高等数学的学习使学生能够获得相关后继课程和其他专业课程所必须得数学知识，以及基本的数学思想方法和必要的运用能力；使学生学会运用数学的思维方式去解决生活、学习和工作中遇到的实际问题，从而进一步增加对数学的理解和兴趣；使学生具有团队协作精神，在学习工作中实事求是、勇于创新。

### (1) 加强数学素质教育

竭力促进学生的潜能开发、培养健康心理品质及良好数学文化素养，使数学应用“面向大众”，注重数学在社会实践中的实际效用，采用“问题解决”的教学模式：提出问题、分析问题、解决问题。由此完善学生的数学思维品质，增强数学应用能力。

### (2) 加强基础，更新内容，强化学生“够用”知识的掌握

降低重心，加强基础；降低起点，更新内容。降低重心就是把现有教材严密化和过分形式化的部分进行淡化处理；加强基础就是要立足现实，着眼未来，把相对稳定的、重要简约的数学知识充实到高等数学教材中去；降低起点，就是要根据学生实际情况，在教学内容中适当补充所需要的基础知识，使学生能顺利学习后续知识；更新内容就要让一些现代数学知识及一些现实生活中急需使用的数学知识尽快渗透到数学课本中去，将繁杂的计算和在实际中应用不多的内容删除。

### (3) 改革教学内容，编写适应高职学生的教材

为提高学生学习高等数学的积极性，消除学生对数学的恐惧感，引导学生学习“用数学”，在教学内容安排上，以“案例”教学为主，选题尽量紧贴现实生产和生活，使学生从中不断地感受数学在现实中的应用途径和方法。

## 四、课程培养目标

本课程的总目标是要通过对高等数学的学习，不仅有助于学生专业课程的学习，而且要掌握进一步深造所必须的重要数学知识；使学生学会用数学的思维方式去解决工作中遇到的实际问题，增进对数学的理解和兴趣；使学生具有一定分析问题、解决问题的能力；使学生能适应社会经济发展的需要。

### (一) 知识目标

1、理解函数、极限和连续的概念，掌握极限的运算法则和方法，能够熟练计算一般函数的极限。

2、理解函数的导数、微分的概念，掌握导数、微分的运算法则和方法，能够熟练计算一般函数的微分。

3、理解不定积分、定积分的概念，掌握积分的运算法则和方法，能够熟练计算一般函数的积分。

4、了解微分方程的概念，熟练掌握简单的微分方程的解法；

5、掌握无穷级数的相关概念，熟练掌握和运用傅里叶级数解决实际问题；

## （二）技能目标

1. 通过对极限概念的学习，使学生建立无限的思想观，并使学生能用“分割求和取极限”的思想方法求一些诸如无穷数列和、图形面积等问题。

2. 通过对微分的学习，使学生能够建立实际问题的模型，理解诸如最值方面的问题，并能分析、推证、解释跟最值有关的一些现实现象。

3. 通过对积分的学习，使学生能够利用“微元法”的思想方法，解决一些诸如求面积、求体积、求功等问题。

4. 通过对本课程的学习，使学生在掌握必要的基础知识的同时，具有一定的数学建模思想，并将这种思想贯穿于整个提出问题分析问题解决问题的过程。

5. 通过对本课程的学习，使学生具有一定的自学能力和将数学思想扩展到其它领域的的能力。

## （三）素质目标

1. 能够把理论知识与应用性较强实例有机结合起来，培养学生的逻辑思维能力并能用数学知识解决实际问题。同时使学生对高等数学知识能力有深入的理解，尤其使学生对高等数学知识与专业理念与实际技能之间的联系有进一步的了解；

2. 培养学生用数学知识解决实际问题 and 爱岗敬业与团队合作的基本素质。

## 五、课程内容、要求及教学设计

根据工作任务与职业能力分析及课程目标，为使学生会用数学方法解决专业课中的相关问题，本课程设计了七个大的学习情境；在教学实施中，将其进一步分解成七个学习型工作任务。课程内容和要求见下表。

### (一) 课程整体设计

序号	学习情境	知识目标	能力目标	素质目标	学时
1	函数、极限与连续	理解函数和极限的概念,掌握极限的运算法则,能够熟练计算一般函数的极限。	通过对极限概念和理论的学习,使学生建立无限的思想观。	提高学习数学的兴趣,树立学好数学的信心,形成锲而不舍的钻研精神和科学态度。	16
2	导数、微分	掌握一元函数的导数与微分的计算	会求初等函数的导数与微分,会利用微分进行近似计算。	获得必要的数学基础知识,理解和基本技能,理解基本的数学概念、数学结论的本质。	14
3	导数的应用	掌握洛必达法则求极限的方法,掌握函数单调性、极值的判断方法,掌握曲线的凹凸性的判断方法	了解微分中值定理,会用导数判定函数的特性,能描绘简单函数的图形	了解概念、结论等产生的背景、应用,体会其中所蕴涵的数学思想和方法,以及它们在后续学习中的作用。	10
4	不定积分	掌握一元函数的不定积分的计算	通过对一元函数不定积分的学习,提高学生计算不定积分的能力,锻炼学生分析问题解决问题的能力	获得必要的数学基础知识,理解和基本技能,理解基本的数学概念、数学结论的本质。	12

序号	学习情境	知识目标	能力目标	素质目标	学时
5	定积分及其应用	理解定积分的概念,掌握微积分基本定理,能熟练的计算一元函数的定积分	通过对一元函数积分的学习,使学生能够利用“微元法”的思想方法,解决一些诸如求面积、求体积、求功等问题。	了解概念、结论等产生的背景、应用,体会其中所蕴涵的数学思想和方法,以及它们在后续学习中的作用。	12
6	微分方程	了解微分方程的概念,掌握一些简单的一阶、二阶微分方程的解法。	通过对微分方程的学习,使学生初步掌握综合运用微积分的能力	培养学生的数学应用意识,提高学生的数学素养,养成大胆创新的人生态度。	8
7	无穷级数	理解级数的概念,掌握常用函数的幂级数展开,能够熟练判别常见级数的敛散性。	通过对级数的学习,使学生初步掌握综合运用微积分的能力。	培养学生的数学应用意识,提高学生的数学素养,养成大胆创新的人生态度。	12
合计 讲授 84 学时、复习与习题课 8 学时, 共 92 学时					

## (二) 课程学习单元内容与要求

学习单元情境设计		
单元名称	函数、极限与连续	学时
学习要求	掌握计算一元函数的极限, 了解函数的连续及间断点的分类。	16
任务分解	任务 1 函数	
	任务 2 极限的概念	
	任务 3 极限的运算与两个重要极限	
	任务 4 无穷小与无穷大	
	任务 5 函数的连续性	

学习单元情境设计		
单元名称	导数与微分	学时
学习要求	掌握一元函数的导数与微分的计算	14
任务分解	任务 1 导数的概念	
	任务 2 导数的基本公式及求导法则	
	任务 3 隐函数与由参数方程确定的函数的导数	

任务 4	函数的微分
------	-------

学习单元情境设计		
单元名称	导数的应用	10
学习要求	掌握函数的数的极值, 通过实际案例掌握函数最值的计算, 掌握用导数判定函数的特性, 能描绘函数的图像	
任务分解	任务 1	洛必达法则
	任务 2	微分中值定理与函数的单调性
	任务 3	函数的极值与最值
	任务 4	曲线的凹凸性与拐点
	任务 5	描绘函数的图像

学习单元情境设计		
单元名称	不定积分	12
学习要求	掌握一元函数的不定积分的计算	
任务分解	任务 1	不定积分的概念与性质
	任务 2	直接积分法
	任务 3	换元积分法
	任务 4	分部积分法

任务 5	积分表的使用方法
------	----------

学习单元情境设计		
单元名称	定积分及其应用	学时
学习要求	掌握计算一元函数的定积分，通过实际案例，学会用微元法求解相关问题。	12
任务分解	任务 1	定积分的概念
	任务 2	牛顿-莱布尼茨公式
	任务 3	定积分的计算
	任务 4	广义积分
	任务 5	定积分的应用

学习单元情境设计		
单元名称	微分方程	学时
学习要求	掌握微分方程的概念，能够求解一阶、二阶微分方程，能够做有关微分方程的简单建模题。	8
任务分解	任务 1	微分方程的基本概念
	任务 2	一阶微分方程
	任务 3	二阶微分方程

学习单元情境设计		
单元名称	无穷级数	学时
学习要求	理解数项级数、幂级数的有关概念，掌握傅里叶级数的有关知识。	
任务分解	任务 1	常数项级数的概念和性质
	任务 2	数项级数的审敛法
	任务 3	幂级数
	任务 4	傅里叶级数
		12

## 六、课程考核与评价

- 1.改革传统的学生评价手段和方法，采用过程性评价、目标评价与能力评价相结合的方法，综合评价学生学习成绩。
  - 2.注重学生动手能力和实践中分析问题、解决问题能力的考核，对在学习和应用上有创新的学生予以特别鼓励，全面综合评价学生能力。
- 因此学生考核成绩由课堂考核、作业反馈、期末测试三部分构成。具体如下表：

总评成绩	平时成绩		期末成绩
	出勤	平时作业	
100%	10%	40%	50%
小计	50%		50%

### (1) 平时成绩包括：出勤、平时作业

出勤占总成绩 10%。迟到、早退一次扣 1 分，缺勤一次扣 5 分。正常请假不扣分。

平时作业作业成绩等级分 A、B、C、D 四类。独立完成、书写工整，结论正确为 A；独立完成、书写工整，结论有少量错误为 B；书写笔记难以辨认，

结论有较多错误为 C；作业不完整为 D。

(2) 期末成绩为理论考试成绩。考试方式为闭卷考试。试卷中含超纲题目分值不高于 10 分。

## 七、教材及相关资源

### ①、教材

使用教材：使用自编教材，由刘永忠等主编，吉林大学出版社出版。

教材特点：从实际背景入手；考虑学生的实际情况，谈理论、重应用，通俗易懂、由易到难、循序渐近。

### ②、数字化教学资源：电子教案库、教学课件库、习题库、应用题库、专升本习题库（筹）、数学学习网站（筹）等

充分地使用现代教育技术手段，制作了与课程内容模块相配套的多媒体课件，运用了大量图片及与专业相关的案例，使教学生动直观。课件内容紧扣课程教学大纲，按单元化要求并与教材紧密配套，实用性强，且操作简单，使用方便，因而提高了教学效果和效率；设计了凸显工学结合的网络学习资源，供学生课外自主学习，拓展知识面。

## 八、任课教师要求

任课教师需有数学及相关专业本科学历

## 九、教学实训场所（筹）

数学实验室是初步集教学、实训、培训、技术服务四位一体的实训场所。实训室建设建筑面积 80 m<sup>2</sup>。实训室根据教学和技能培养要求，购置计算机、计算机辅助软件、网络技术等方面的仪器设备，可供 50 人同时参加实训，培养学生的综合应用数学知识和数学软件等方面的能力。

# 江西水利职业学院授课计划审批表

系部：

教师姓名：

学年上学期

专业	大专各专专业	课程	高等数学 ( I )	班级	大专各班级	
培养目标：	要求学生掌握极限的概念与计算,两个重要极限,无穷小与无穷大以及函数的连续性;掌握导数与微分的概念,导数的基本公式与求导法则,隐函数的导数以及由参数方程所确定的函数的导数;掌握洛必达法则,函数的单调性的判断,函数的极值与最值,曲线的凹凸区间和拐点,掌握曲线的渐近线,会根据函数的性质描绘函数的图像。					
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核方式  考核  理论
本学期计划学时	46	46	100%	0	0%	
本课程实际学时	46	46	100%	0	0%	
教材及教学参考书：(名称、版本、主编、出版社) 高等数学 第一版 刘永忠 吉林大学出版社						
教研室主任审核意见：同意			系(部)主任审核意见：同意			
签名：_____ 年 月 日			签名：_____ 年 月 日 (公章)			

教务处审核意见:

负责人:  
年 月 日

院领导审批意见:

院领导:  
年 月 日

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具、挂图、上机	备注
	4	1.1 函数	要求掌握函数的定义、性质；六类基本初等函数的形式、性质和图像...	习题 1-1 6 7	投影仪	
	2	1.2 极限的概念	要求掌握数列的极限和函数的极限。	习题 1-2 2 5	投影仪	
	4	1.3 极限的运算与两个重要极限	要求掌握几种常见求极限的方法；掌握两个重要极限公式及应用	习题 1-3 2 3	投影仪	
	2	1.4 无穷小与无穷大	要求掌握无穷大与无穷小的定义及两者之间的关系；掌握无穷小的阶...	习题 1-4 2 3	投影仪	
	2	1.5 函数的连续性	要求掌握函数的连续与间断的定义及判定；掌握闭区间上连续函数的...	习题 1-5 2 3	投影仪	
	2	第一章 知识复习	通过复习以及课堂练习提高解题能力	复习题一	投影仪	
	2	2.1 导数的概念 (1)	要求掌握导数的定义、求导步骤	习题 2-1 1	投影仪	
	2	2.1 导数的概念 (2)	要求掌握导数的几何意义、可导与连续的关系	习题 2-1 4 5	投影仪	
	2	2.2 导数的基本公式及求导法则	要求掌握求导的四则运算法则、复合函数的求导法则、高阶导数的定...	习题 2-2 1 5	投影仪	
	2	2.3 隐函数与由参数方程确定的函数的导数	要求掌握隐函数的求导法则，掌握简单的参数方程确定的函数的求导...	习题 2-3 1 5	投影仪	
	2	2.4 函数的微分	要求掌握微分的概念及几何意义，微分的基本公式、微分的运算法则...	习题 2-4 1 2 5	投影仪	

	2	第二章 知识复习	通过复习以及课堂练习提高解题能力	复习题二	投影仪	
	2	3.1 洛必达法则	要求掌握洛必达法则的内容及其应用	习题 3-1 1	投影仪	
	2	3.2 微分中值定理与函数的单调性	要求掌握应用导数判定函数的单调性	习题 3-2 1 4	投影仪	
	2	3.3 函数的极值和最值	要求掌握函数的最值的求法和极值的判定	习题 3-3 2 3	投影仪	
	2	3.4 曲线的凹凸性与拐点	掌握函数的凹凸区间与拐点的求法。	习题 3-4 1	投影仪	
	2	3.5 描绘函数图像	会求曲线的渐近线和会画函数的图像	习题 3-5 2	投影仪	
	2	第三章 知识复习	通过复习以及课堂练习提高解题能力	复习题三	投影仪	
	2	学期总复习（一）	针对期末考试题型进行练习	另选	投影仪	
	2	学期总复习（二）	学生练习、答疑	另选		
	2	期末考试		闭卷考试		

# 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 教师姓名： 学年下学期

专业	大专各专专业	课程	高等数学（II）	班级	大专各班级	
培养目标：	掌握不定积分的定义、性质及运算法则；掌握直接积分法、换元积分法、分部积分法； 掌握定积分的定义、几何意义及性质；掌握牛顿-莱布尼茨公式及定积分的计算；了解广义积分，掌 握定积分在几何、物理方面的应用； 掌握微分方程的概念、掌握一阶线性微分方程的通解、特解；了解二阶微分方程的解法。					
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考核方式  考查  理论
本学期计划学时	46	46	100%	0	0%	
本课程实际学时	46	46	100%	0	0%	
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 高等数学 第一版 刘永忠 吉林大学出版社						
教研室主任审核意见：同意			系（部）主任审核意见：同意			
签名： _____ 年 ____ 月 ____ 日			签名： _____ 年 ____ 月 ____ 日 （公章）			

教务处审核意见:

负责人:  
年 月 日

院领导审批意见:

院领导:  
年 月 日

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具、挂图、上机	备注
	2	第四章 第一节 不定积分的概念与性质	掌握原函数与不定积分的定义；不定积分的几何意义；不定积分的性质；不定积分的运算法则；不定积分的基本公式。	P95 习题 4-1 3、4	多媒体	
	2	第二节 直接积分法	掌握不定积分的基本公式；掌握几种直接积分法的题型。	P 98 习题 4-2 2、3	多媒体	
	2	第三节 换元积分法（一）	掌握第一类换元积分法（凑微分法）	P 104 习题 4-3 1、2	多媒体	
	2	第三节 换元积分法（二）	掌握第二类换元积分法	P 104 习题 4-3 3、4	多媒体	
	2	第四节 分部积分法	掌握分部积分公式；熟练确定公式中的 $u$ 和 $v$ 。	P 108 习题 4-4 1、2	多媒体	
	2	第五节 积分表的使用；第四章复习课	复习第四章内容；通过课堂练习提高解题能力。	P 111 复习题四	多媒体	
	2	第五章 第一节 定积分的概念	通过实例了解定积分的定义；掌握定积分的几何意义、性质。	P 119 习题 5-1	多媒体	
	2	第二节 牛顿-莱布尼茨公式	了解变上限定积分；掌握牛顿-莱布尼茨公式。	P 123 习题 5-2 3、4	多媒体	
	2	第三节 定积分的计算	掌握定积分的换元积分法和分部积分法。	P 128 习题 5-3 1、2	多媒体	
	2	第四节 广义积分	掌握无限区间上的广义积分和无界函数的广义积分	P 133 习题 5-4 1、2	多媒体	
	2	第五节 定积分的应用（一）	掌握定积分的微元法；掌握平面图形的面积的计算方法	P 141 习题 5-5 1	多媒体	
	2	第五节 定积分的应用（二）	掌握旋转体的体积的计算方法	P 141 习题 5-5 2、3、	多媒体	

2	第五节 定积分的应用 (三)	了解定积分在物理上的应用	P 141 习题 5-5 5	多媒体	
2	第五章 复习课	复习第五章内容; 通过课堂练习提高解题能力。	P 142 复习题五	多媒体	
2	第六章 第一节 微分方程的基本概念	掌握微分方程的基本概念以及 $n$ 阶微分方程	P 147 习题 6-1 1、2	多媒体	
2	第二节 可分离变量的微分方程	了解可分离变量的微分方程; 掌握齐次方程、一阶线性微分方程	P 154 习题 6-2 2、3	多媒体	
2	第三节 二阶微分方程 (一)	掌握可降阶的二阶微分方程; 掌握二阶常系数线性微分方程	P 163 习题 6-3 1、2	多媒体	
2	第三节 二阶微分方程 (二)	掌握二阶微分方程的类型及解法	P 163 习题 6-3 3	多媒体	
2	常系数项级数的概念和性质	掌握数项级数的概念, 了解级数的性质	P168 习题 7-1 3	多媒体	
2	数项级数的审敛法	掌握正项级数及交错级数的审敛法	P173 习题 7-2 3-5	多媒体	
2	幂级数	掌握幂级数的概念, 掌握幂级数的性质, 能将一些简单函数展开为幂级数	P189 习题 7-3 1-3	多媒体	
2	傅里叶级数	理解傅里叶级数的概念, 能将周期函数展开称为傅里叶级数	P197 习题 7-4 2	多媒体	
2	总复习	针对期末考试复习	PPT 补充	多媒体	

# 《计算机应用基础》课程标准

## 一、课程说明

课程名称	计算机应用基础		标准简称	计算机基础课标	
适用专业	非计算机专业	修读学期	第一学期	制订时间	2018-08
课程代码	2151011	课程学时	108	课程学分	6
课程类型	B类	课程性质	必修课	课程类别	公共基础课
先修课程	无				
后续课程	计算机网络基础等				
对应职业资格证书或内容	计算机等级考试二级 office				
合作开发企业	无				
执笔人	刘婷	合作者	无	审核人	张奕炜
制(修)定日期	2018-08				

## 二、课程定位

《计算机应用基础》课程是为全院各专业一年级学生开设的一门计算机公共课程，它是计算机的入门课，在国家信息化发展的进程中，计算机应用基础扮演了越来越重要的角色。本课程正是以立足于培养 21 世纪高素质人才为目标，以提高学生的国际竞争力为重点，着重满足各类专业学生的培养需要而开设的。它是为培养四个现代化建设需要的、能够适应未来计算机使用要求的高职应用型人才服务的。本课程的主要任务是通过理论授课和上机实训，使学生掌握计算机基本操作、OFFICE 办公软件使用、计算机网络的基本技能，掌握典型系统软件和应用软件的使用，为他们将来走上工作岗位后，能熟练应用计算机进行相应的操作，也为学生今后进一步学习计算机学科的其他课程建立良好稳固的基础。

## 三、课程设计理念及思路

### (一) 课程设计理念

在现代中等职业教育“工学结合”教学理念的指导下，依据办公应用岗位对职业能力的要求，进行课程教学内容设计。课程教学过程中，采用案例教学、项目教学、任务教学等方法，让学生在完成具体项目的过程中学会完成相应工作任务，并掌握相关理论知识。通过课程的教学，培养学生积极主动、勇于探索的自主学习方式，并注重培养学生的职业能力、终身学习与可持续性发展能力。

课程设计思路：教学过程要实现课堂案例教学和课后任务导向教学相结合，将企业案例引入课堂教学，以真实项目为对象进行课后任务导向组织教学，从教学过程和形式上体现“学

习”和“工作”的紧密结合。课程模拟完成企业“项目任务”贯穿整个教学过程。通过问题、项目导入（实践）→学生思考、分析、回答、教师评议、总结（理论）→扩展应用（实践）的方式进行，使授课内容与工作实际紧密结合。

## 四、课程培养目标

### （一）总目标

通过案例驱动式的项目教学活动，培养学生的信息素养与创新意识，使学生比较全面系统地掌握计算机的基础知识和基本应用技能，培养和提高学生的实际动手能力、分析和解决问题的能力以及创新能力，使学生逐步养成实事求是的科学态度和严谨的工作作风，为专业或专业基础课打下扎实的基础。

### （二）具体目标

通过本课程的学习，学生要达到以下目标：

#### 1、职业能力目标

- ①具有良好的学习方法和良好的学习习惯；
- ②具有较好的逻辑思维能力；
- ③具有良好的动手能力、分析和解决问题的能力；
- ④具有良好的办公自动化应用能力。

#### 2、知识目标

- ①了解计算机的基本知识；
- ②熟练掌握操作系统（windows）操作方法；
- ③熟练掌握文字处理软件（word）的使用；
- ④基本掌握电子表格软件（excle）的使用；
- ⑤基本掌握演示文稿软件（PowerPoint）的使用。
- ⑥了解计算机网络基础，熟练掌握 internet 的应用

#### 3、职业素质目标

- ①培养学生热爱科学、实事求是，并具有创新意识、创新精神和良好的职业道德；
- ②培养学生分析问题和解决问题的能力；
- ③培养学生搜集资料、阅读资料、利用资料的能力，以及自学能力；
- ④培养学生语言表达、团结协作、社会交往等综合职业素质。

## 五、课程内容、要求及教学设计

（1）标准教学周为 18 周，课时为 108 节，每周 3 次课 6 课时。其中理论课时安排为 36 课时，实践课时为 72 课时。

（2）实践项目包括：计算机系统实训及键盘操作、学院信息化平台使用、练习安装 WIN7 操作系统的基本操作、文件和文件夹的管理、WORD 综合练习、EXCEL 综合练习、Powerpoint 综合练习等。

### (一) 课程整体设计

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
1	计算机基础知识	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解计算机的发展及应用领域</li> <li>2. 掌握计算机系统的组成, 以及微型计算机的基本结构和各部件的功能</li> <li>3. 了解组装计算机的方法</li> <li>4. 了解计算机中数的表示方法及数据存储的基本单位</li> <li>5. 了解计算机病毒的基础知识</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握计算机基本概念及部件构成;</li> <li>2. 掌握计算机数制之间转换及计算机安全和隐私等能力。</li> <li>3. 掌握计算机的安全使用</li> <li>4. 掌握计算机网络的发展及其应用</li> </ol>	能够在所学知识基础上, 结合以往学习和生活经历, 了解计算机的发展史和相关技术。	学习计算机系统的基本组成与性能指标, 提升学生信息技术能力。	12
2	Windows7 系统的使用	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 学习 Windows7 的基本操作</li> <li>2. 掌握管理文件和文件夹的方法</li> <li>3. 掌握系统的管理和应用</li> <li>4. 掌握管理和维护磁盘的方法</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握设置 Windows 的外观, 包括桌面、背景、屏保、任务栏等、本地时间。</li> <li>2. 管理软件资源, 查找文件、将分散的文件归类整理、共享并按文件或文件夹的保密性要求设置访问权限、为方便共享、添加删除系统组件和应用程序、资源使用情况、进程。</li> </ol>	设置文件与文件夹的属性 and 显示方式, 查找对象, 复制、删除和移动文件与文件夹。	学习养成积极思考问题、自主学习 and 解决问题的能力	10

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
3	使用 Word2010 制作文档	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握 Word2010 文档的基本操作</li> <li>2. 掌握设置文档字符格式、段落格式, 以及设置边框和底纹等操作</li> <li>3. 掌握设置文档页面和打印文档的操作</li> <li>4. 掌握在文档中创建和编辑表格的操作</li> <li>5. 掌握图文混排的操作</li> <li>6. 掌握 Word2010 高级排版技巧</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握 word 基本操作;</li> <li>2. 掌握 word 文档编辑;</li> <li>3. 掌握 word 表格制作;</li> <li>4. 掌握 word 图文混排;</li> <li>5. 掌握 word 样式与目录设置及综合运用。</li> </ol>	能够利用 word2010 完成各项案例	培养学生认真负责、精益求精的专研精神	26
4	使用 Excel2010 制作电子表格	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解工作簿、工作表和单元格的概</li> <li>念</li> <li>2. 掌握在工作表中输入和编辑数据的方法</li> <li>和技巧</li> <li>3. 掌握美化工作表的方法</li> <li>4. 掌握对数据进行处理与分析的方法</li> <li>5. 掌握对数据进行排序、筛选和分类</li> </ol> 汇总, 使用图表和透视图分析数据	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握 excel 基本操作;</li> <li>2. 掌握 excel 格式化、公式和函数的运用;</li> <li>3. 掌握 excel 图表制作和数据分析与统计的基本方法及打印设置。</li> </ol>	能够利用 Excel 2010 完成各项案例	培养学生发现问题、分析问题 and 解决问题的能力	30
5	使用 Powerpoint2010 制作演示文稿	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解演示文稿的基本概念</li> <li>2. 掌握 Powerpoint 演示文稿制作的基础操作和内容设置</li> <li>3. 掌握管理幻灯片和修饰演示文稿的操作</li> <li>4. 掌握为幻灯片及幻灯片中的对象设置动画和放映演示文稿的操作</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握演示文稿中插入和设置文本框、图片、图形、艺术字、声音和视频等对象</li> <li>2. 为演示文稿应用主题, 设置背景, 以及使用母版统一设置幻灯片的内容和格式等</li> </ol>	能够利用 Powerpoint 2010 完成各项案例	培养学生理论联系实际的能力	20

序号	学习情境	知识目标	专业能力	方法能力	社会能力	学时
6	局域网和 Internet 应用	1. 掌握组建与使用家庭（办公）网的方法（包括有线和无线方式）。 2. 掌握将计算机接入 Internet 的方法 3. 掌握收发电子邮件的方法	1. 掌握 ISP 提供的账号连接网络 2. 掌握搜索引擎的使用 3. 电子邮件发送	能够利用搜索引擎完成需要材料的收集与整合	培养学生开拓进取、勇于创新的精神	10
	合计	讲授 36 学时、实践 72 学时，共 108 学时				

## (二) 课程学习单元内容与要求

学习单元情境设计		
单元名称	计算机基础知识	学时
学习要求	1. 了解计算机的发展及应用领域 2. 掌握计算机系统的组成, 以及微型计算机的基本结构和各部件的功能 3. 了解组装计算机的方法 4. 了解计算机中数的表示方法及数据存储的基本单位 5. 了解计算机病毒的基础知识	12
任务分解	任务 1 了解计算机的发展及其应用领域 任务 2 了解计算机系统组成 任务 3 了解计算机中的数制与字符编码 任务 4 了解计算机病毒	
学习单元情境设计		
单元名称	Windows7 系统的使用	学时
学习要求	1. 学习 Windows7 的基本操作 2. 掌握管理文件和文件夹的方法 3. 掌握系统的管理和应用 4. 掌握管理和维护磁盘的方法	10
任务分解	任务 1 Windows 7 基本操作 任务 2 管理文件和文件夹 任务 3 系统管理和应用 任务 4 管理和维护磁盘	

学习单元情境设计		
单元名称	使用 Word2010 制作文档	学时
学习要求	1. 掌握 Word2010 文档的基本操作 2. 掌握设置文档字符格式、段落格式，以及设置边框和底纹等操作 3. 掌握设置文档页面和打印文档的操作 4. 掌握在文档中创建和编辑表格的操作 5. 掌握图文混排的操作 6. 掌握 Word2010 高级排版技巧	26
任务分解	任务 1	创建协议书文档
	任务 2	输入协议书内容
	任务 3	编排协议书文档
	任务 4	美化招生简章
	任务 5	打印协议书文档
	任务 6	制作个人简历表
	任务 7	制作商品促销海报
	任务 8	编排杂志

学习单元情境设计		
单元名称	使用 Excel2010 制作电子表格	学时
学习要求	1. 了解工作簿、工作表和单元格的概念 2. 掌握在工作表中输入和编辑数据的方法和技巧 3. 掌握美化工作表的方法	30

任务分解	4.掌握对数据进行处理与分析的方法
	5.掌握对数据进行排序、筛选和分类汇总,使用图表和透视图分析数据
	任务 1 Excel 2010 使用基础
	任务 2 制作学生成绩表
	任务 3 美化学生成绩表
	任务 4 计算学生成绩表数据
	任务 5 管理销售表数据
任务分解	任务 6 制作销售图表和数据透视图表
	任务 7 查看和打印产品目录与价格表

学习单元情境设计		
单元名称	使用 PowerPoint2010 制作演示文稿	学时
学习要求	1.了解演示文稿的基本概念 2.掌握 PowerPoint 演示文稿制作的基础操作和内容设置 3.掌握管理幻灯片和修饰演示文稿的操作 4.掌握为幻灯片及幻灯片中的对象设置动画和放映演示文稿的操作	20
任务分解	任务 1 PowerPoint 2010 使用基础	
	任务 2 制作旅行社宣传册第 1 张幻灯片	
	任务 3 制作旅行社宣传册其他幻灯片	
	任务 4 为旅行社宣传册设置动画效果	
	任务 5 放映和打包旅行社宣传册	

学习单元情境设计

局域网和 Internet 应用		学时	10
单元名称			
学习要求	1. 掌握组建与使用家庭（办公）网的方法（包括有线和无线方式）。 2. 掌握将计算机接入 Internet 的方法 3. 掌握收发电子邮件的方法		
任务分解	任务 1	组建与使用有线/无线局域网	
	任务 2	将计算机接入 Internet	
	任务 3	收发电子邮件	

## 六、课程考核与评价

本课程考核分为平时成绩、实践成绩和期末成绩三个部分，分别占总评成绩的 30%、40%、30%。

列表如下：

总评成绩	平时成绩		实践成绩	期末成绩
	出勤	平时作业		
100%	10%	20%	40%	30%
小计	30%		40%	30%

(1) 平时成绩包括：出勤、平时作业、实践操作

出勤占总成绩 10%。迟到、早退一次扣 1 分，缺勤一次扣 5 分。正常请假不扣分。

平时作业占总成绩 20%，共计 5 次，还有一次小测。五次作业每次 15 分计算，小测按 25 分计算。

作业成绩等级分 A、B、C、D 四类。独立完成、书写工整，结论正确为 A；独立完成、书写工整，结论有少量错误为 B；书写笔记难以辨认，结论有较多错误为 C；作业不完整为 D。

(2) 实践操作占总成绩 40%。

(3) 期末成绩为上机考试成绩。考试方式为闭卷考试。试卷中含超纲题目分值不低于 5 分，不高于 10 分。

## 七、教材及相关资源

1. 《计算机应用基础任务化教程》+《计算机应用基础实验指导》 吴秀锦 熊锡义主编 国防科技大学出版社。

2. 信息化教学资源库，多媒体课件资料、多媒体素材、电子图书、专业软件。

4. 符合教学大纲和课程要求的试题库、增加图书馆内学习参考书、专业期刊等馆藏。

## 八、任课教师要求

教学团队的素质培养以职业道德素质、专业理论知识、专业实践技能、教育教学能力、课程和教材设计能力、科研创新能力为基本内容。教学质量取得成功的关键是拥有一支教学与实践经验丰富、治学严谨、锐意进取、勇于创新，爱岗敬业、团结协作、结构合理的教学团队。

根据专业人才培养需要，本课程教师应具备以下 3 方面的基本能力：

1、具有良好的思想政治素质和教师职业道德；

2、掌握计算机专业知识，了解信息技术的发展状况、并且有一定的计算机操作水平和专业技能等；

3、掌握职业教育教学方法，具有课程设计和教学实施的能力。

## 九、教学实训场所

教学场所：机房

实训场所：实训室

安装软件：Office2010、360 安全卫士、WinRAR 软件。

## 十、其它说明

无

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 水利工程系      教师姓名： 刘婷      2016-2017 学年上学期

专业	水利水电建筑工程(五年)		课程	计算机应用基础	班级	16 水工五年制班		
培养目标:	本课程以培养学生掌握计算机基本操作、OFFICE 办公软件使用、计算机网络的基本技能，以注重培养学生动手能力、分析问题和解决问题的能力为培养目标，将理论和实践有机的结合。							考核形式
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例	考查		
本课程实际学时	82	28	34%	54	66%			
本学计划学时	108	28	26%	54	50%			
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 《计算机应用基础任务化教程》+《计算机应用基础实验指导》 吴秀锦 熊锡义主编 国防科技大学出版社								
教研室主任审核意见： 同意	系（部）主任审核意见： 同意				签名： _____ 年 _____ 月 _____ 日 （公章）			
教务处审核意见：	负责人： _____ 年 _____ 月 _____ 日				院领导： _____ 年 _____ 月 _____ 日			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具、挂图、上机	备注
4	2	新生入学教育-信息化教育	了解学院网页及关注微信号		机房	
4	2	任务一：认识计算机	了解计算机的发展、类型及其应用领域		笔记本电脑, ppt	
4	2	任务一：认识计算机	熟悉计算机的硬件系统与软件系统，计算机的工作原理	作业一：1、计算机发展分为几个阶段，代表的电子元件是什么？2、简述计算机的工作原理并举例说明。	机房	
5	2	任务一：认识计算机	理解计算机的数制，了解多媒体技术		笔记本电脑, ppt	
5	2	任务二：认识 Windows 7 操作系统	理解操作系统原理，了解桌面主题设置，		机房	
5	2	任务三：管理文件	理解计算机如何管理文件，以及文件或文件夹的相关操作		机房	
6	2	任务四：管理计算机	熟悉控制面板、磁盘清理程序、磁盘碎片整理程序。		笔记本电脑, ppt	
7	2	模块 2 文字处理软件 word2010 任务 1：制作培训通知	掌握如何制作 word 文档，熟悉页面设置，字体设置，段落设置等操作		机房	

7	2	任务五: office 办公软件的基本操作	熟悉 office2010 的基本操作, 录入文字的方法。	作业二: 第 1 部分 计算机基础知识练习题 选择题: 5/7/14 填空题 11/16	笔记本电脑, ppt	
7	2	2.1.5 训练任务: 制作企业年终工作会议通知	按要求完成训练任务, 巩固所学知识。		机房	
8	2	2.2.5 训练任务: 制作“佳能相机性能指标说明”	按要求完成训练任务, 巩固所学知识。		机房	
8	2	任务 3: 制作销售广告页	了解图片、艺术字、图形等的设置		机房	
9	2	任务 4: 制作采购寻价单	理解 word 中的表格功能, 包括插入、编辑、修改。		笔记本电脑, ppt	
10	2	2.3.5 训练任务: 制作“太阳能电池的应用宣传”	按要求完成训练任务, 巩固所学知识。		笔记本电脑, ppt	
10	2	任务 5: 制作宣传册	正确进行长文档中的页面设置、页眉、页脚排版、样式设置等	作业三: 第 2 部分文字处理软件 word2010 练习题 选择题: 6/10/12 填空题 3/9	机房	
10	2	2.4.5 训练任务: 制作“出货单”	按要求完成训练任务, 巩固所学知识。		机房	
11	2	2.5.5 训练任务: 制作“实训报告”	按要求完成训练任务, 巩固所学知识。		机房	
11	2	模块 3: 电子表格软件 任务一: 创建员工信息表	熟悉工作表的基本操作		笔记本电脑, ppt	
11	2	3.1.5 训练任务: 建立“班级学生信息表”	按要求完成训练任务, 巩固所学知识。		机房	

12	2	任务二：美化员工信息表	对表格进行个性化设置，熟悉设置单元格式等		笔记本电脑，ppt	
12	2	任务3：制作工资管理报表	表格的特色功能：数据的计算与统计。如何正确使用公式和函数。		机房	
12	2	3.2.5 训练任务：对石化班学生信息表进行美化	对表格进行美化操作，设置行高、列高、对齐方式等		机房	
13	2	3.3.5 训练任务：按要求完成“石化班期末考试成绩单”的编制。	计算班级总分，平均分，名次和总评等级。		机房	
13	2	任务4：销售统计表的数据处理	用表格对数据进行排序、筛选、分类汇总、合并计算等操作		笔记本电脑，ppt	
13	2	3.4.5 训练任务：对三个班级的期末考试成绩进行分析、排序、汇总。	熟练排序、汇总等操作		机房	
14	2	任务5：销售统计表的图表分析	认识 EXCEL 中的图表		笔记本电脑，ppt	
14	2	3.5.5 训练任务：按要求制作商品销售情况表	熟悉表格中图表的制作		机房	
14	2	任务6：销售统计的数据透视表分析	了解数据透视表的制作，完成数据透视表分析	作业四：第3部分电子表格软件 excel2010 练习题 选择题：9/11/16 填空题 8/12	机房	
15	2	3.6.5 训练任务：对职工基本情况表做数据分析与统计	巩固数据透视表的制作。		机房	

15	2	模块4 演示文稿软件 任务1: 制作公司简介演示文稿	了解演示文稿的基本操作。			笔记本电脑, ppt	
15	2	任务2 制作节日贺卡	制作节日贺卡幻灯片, 了解插入对媒体对象, 设置动画效果的方式。			机房	
16	2	任务3 制作产品介绍演示文稿	了解母版的使用, 幻灯片的 basic 制作, 超链接的使用			笔记本电脑, ppt	
16	2	4.2.5 训练任务: 制作“中秋节”电子贺卡	学会使用图片, 艺术字, 背景音乐等多媒体素材			机房	
16	2	4.3.5 创建一个“诗词欣赏”演示文稿	巩固母版的使用, 幻灯片的基本制作, 超链接的使用	作业五: 第4部分演示文稿软件 ppt2010 练习题 选择题: 6/8/11 填空题 1/5		机房	
17	2	模块5 计算机网络与 Internet 基础 任务1 接入 Internet	计算机网络的基础知识			笔记本电脑, ppt	
17	2	模块5 计算机网络与 Internet 基础 任务1 接入 Internet	计算机网络的基础知识, Internet 的基础知识			机房	
17	2	任务2 在 Internet 上搜索产品信息	Internet 提供的服务, IE 浏览器的使用			机房	
18	2	任务4 保护公司的网银账号	计算机病毒, 系统漏洞, 防治计算机病毒	作业六: 第5部分计算机网络与 Internet 基础练习题		机房	

				选择题: 1/5/12 填空题 1/24		
18	2	任务3 给客户发合同文本	电子邮件服务简介, 电子邮件传递协议, 企业邮箱		笔记本电脑, ppt	
18	2	考试	考试		机房	

## 《经济数学》课程标准

### 一、课程说明

课程名称	经济数学		标准简称	
适用专业	会计、物流	修读学期	第 1、2 学期	制订时间
课程代码	1100211 1100212	课程学时	36+36=72	2019.8
课程类型	A 类	课程性质	必修课	课程学分
先修课程	初等数学			
后续课程	概率与统计			
对应职业资格证或内容				
合作开发企业				
执笔人		合作者		审核人
制（修）定日期				

注：1.课程类型（单一选项）：A 类（纯理论课）/B 类（理论+实践）/C 类（纯实践课）

2.课程性质（单一选项）：必修课/专业选修课/公共选修课

3.课程类别（单一选项）：公共基础课/专业基础课/专业核心课

4.合作者：须是行业企业人员，如果没有，则填无

## 二、课程定位

本课程是我院会计、物流金融管理专业学生的一门必修的公共基础理论课。它是为会计、物流金融管理专业的人才培养目标服务的，它将为今后学习专业基础课以及相关的专业课程打下必要的数学基础，为这些课程提供必需的数学概念、理论、方法、运算技能和分析问题解决问题的能力素质。在本课程的教学中必须遵循“以应用为目的，以必需，够用”的原则，注重理论联系实际，强调对学生基本运算能力和分析问题、解决问题能力的培养，以努力提高学生的数学修养和素质。必须以“必需、够用”为原则，服务于会计、物流金融管理专业的实际需要；必须以突出数学文化的育人功能为主线，服务于素质教育；必须以培养学生具有应用数学方法解决实际问题进行创新的能力为重点，服务于能力培养。

## 三、设计思路

### 1.课程设计的理念：

高职高专的人才培养目标是培养技术应用型、技术技能型或操作型的高级技能人才，高等职业教育的学生能力目标是能解决职业岗位上的实际问题，具有自我学习、持续发展的能力，相当部分学生还应当具有创新能力和创业能力。数学课程在高职教学中应承担两方面的责任：一是满足高等教育的必需，体现数学的基础性地位，使学生通过数学课程的学习具有较坚实的数学基础，为适应形势的变化和企业技术的更新的需要而具有较强的自我学习与可持续发展的能力；二是满足专业的需要，为专业服务，充分利用数学的工具性作用，为学生在后继专业基础课和专业课程的学习扫清障碍、做好铺垫，配合专业课程的教学，为企业培养合格的高级技术、技能型人才。

### 2.课程设计的思路：

本课程的总体思路是要通过经济数学的学习使学生能够获得相关后继课程和其会计、物流金融管理专业课程所必须得数学知识，以及基本的数学思想方法和必要的运用能力；使学生学会运用数学的思维方式去解决生活、学习和工作中遇到的实际问题；使学生具有团队协作精神，在学习工作中实事求是、勇于创新。

#### (1) 加强数学素质教育

竭力促进学生的潜能开发、培养健康心理品质及良好数学文化素养，使数学应用“面向大众”，注重数学在社会实践中的实际效用，采用“问题解”的教学模式；提出问题、分析问题、解决问题、解决问题。由此完善学生的数学思维品质，增强数学应用能力。

(2) 加强基础, 更新内容, 强化学生“够用”知识的掌握

降低重心, 加强基础; 降低起点, 更新内容。降低重心就是把现有教材严密化和过分形式化的部分进行淡化处理; 加强基础就是要立足现实, 着眼未来, 把相对稳定的、重要简约的数学知识充实到高等数学教材中去; 降低起点, 就是要根据学生实际情况, 在教学内容中适当补充所需要的基础知识, 使学生能顺利学习后续知识; 更新内容就要让一些现代数学知识及一些现实生活中急需使用的数学知识尽快渗透到数学课本中去, 将繁杂的计算和在现实中应用不多的内容删除。

(3) 改革教学内容, 编写适应高职学生的教材

为提高学生学习经济数学的积极性, 消除学生对数学的恐惧感, 引导学生学习“用数学”, 在教学内容安排上, 以“案例”教学为主, 选题尽量紧贴现实生产和生活, 使学生从中不断地感受数学在现实中的应用途径和方法。

## 四、课程培养目标

本课程的总目标是要通过对高等数学的学习, 不仅有助于学生专业课程的学习, 而且要掌握进一步深造所必须的重要数学知识; 使学生学会用数学的思维方式去解决工作中遇到的实际问题, 增进对数学的理解和兴趣; 使学生具有一定分析问题、解决问题的能力; 使学生能适应社会经济发展的需要。

知识目标: 使学生熟练掌握重要的数学概念、定理、公式、方法、思想, 具体为

(1) 理解并熟练掌握: 函数与常用经济函数、极限、连续与间断、导数与微分、导数的应用(特别是经济分析中的应用)、原函数与不定积分、定积分等概念, 熟记其几何意义及经济意义。

(2) 熟练掌握并会正确使用极限计算公式与方法、导数计算公式和求法、极值与最值求法、边际值与弹性值求法、不定积分公式和求法、牛顿——莱布尼兹公式用法、第一类换元法、第二类换元法、分部积分法等解决问题。

(3) 掌握常用数学思想, 包括函数思想、转化思想、数形结合思想、极限思想、变化率思想、最优化思想、换元法思想、建模思想等思想。

## 五、能力目标:

(1) 培养建模能力: 使学生能将经济问题量化成数学问题, 并用数学知识和方法求其解;

(2) 培养计算能力: 使学生具有简单计算的手工计算能力;

(3) 培养数理方法在经济领域中应用能力：使学生会用数学知识求解相应经济问题，并对相应经济问题的计算结果，正确进行数量分析，使后续课程教学顺畅；即会应用函数、极限、导数、积分求解相应经济应用问题，并会根据计算结果进行分析、推断、预测；

(4) 培养迁移能力：使学生会把数学思想迁移并应用到相关课程的学习中，进行数学问题分析和其它课程领域等实际问题的分析  
 素质教育目标：培养学生运用数学思想和方法，提高自主学习、终身学习能力、知识应用能力、问题解决能力，使学生具有思维严密、推理合理、表达准确、创新探索的科学精神。

## 五、课程内容、要求及教学设计

根据工作任务与职业能力分析及课程目标，为使学生会用数学方法解决专业课中的相关问题，本课程设计了七个大的学习情境；在教学实施中，将其进一步分解成五个学习型工作任务。课程内容和要求见下表。

序号	学习情境	知识目标	能力目标	素质目标	学时
1	函数、极限与连续	理解函数和极限的概念，掌握常用经济函数；掌握极限的运算法则，能够熟练计算一般函数的极限；会讨论简单函数的连续性。	通过对极限概念和理论的学习，使学生建立无限的思想观。	提高学习数学的兴趣，树立学好数学的信心，形成锲而不舍的钻研精神和科学态度。	16
2	导数与微分	掌握导数的定义公式及几何意义、经济意义；掌握一元函数的导数与微分的计算	会求初等函数的导数与微分	获得必要的数学基础知识 and 基本技能，理解基本的数学概念、数学结论的本质。	10

序号	学习情境	知识目标	能力目标	素质目标	学时
3	导数的应用	掌握洛必达法则求极限的方法,掌握函数单调性、极值的判断方法,掌握弹性分析和边际分析解决经济问题。	了解微分中值定理,会用导数判定函数的特性,能描绘简单函数的图形	了解概念、结论等产生的背景、应用,体会其中所蕴涵的数学思想和方法,以及它们在后续学习中的作用。	10
4	不定积分	掌握一元函数的不定积分的计算	通过对一元函数不定积分的学习,提高学生计算不定积分的能力,锻炼学生分析问题解决问题的能力	获得必要的数学基础知识 and 基本技能,理解基本的数学概念、数学结论的本质。	14
5	定积分及其应用	理解定积分的概念,掌握定积分基本定理,能熟练的计算一元函数的定积分;了解定积分在几何、经济中的应用;了解广义积分	通过对一元函数积分的学习,使学生能够利用“微元法”的思想方法,解决一些诸如求面积、求体积、求经济总量等问题。	了解概念、结论等产生的背景、应用,体会其中所蕴涵的数学思想和方法,以及它们在后续学习中的作用。	22
合计					讲授 62 学时、复习与习题课 10 学时,共 72 学时

## (二) 课程学习单元内容与要求

学习单元情境设计			
单元名称	函数、极限与连续		学时 16
学习要求	掌握计算一元函数的极限，了解函数的连续及间断点的分类。		
任务分解	任务 1	函数、常用经济函数	
	任务 2	极限的概念	
	任务 3	极限的运算与两个重要极限	
	任务 4	无穷小与无穷大	
	任务 5	函数的连续性	

学习单元情境设计			
单元名称	导数与微分		学时 10
学习要求	掌握一元函数的导数与微分的计算		
任务分解	任务 1	导数的概念	
	任务 2	导数的基本公式及求导法则	
	任务 3	复合函数的求导法则	
	任务 4	函数的微分	

学习单元情境设计			
单元名称	导数的应用		学时 10
学习要求	掌握函数的数的极值，通过实际案例掌握函数最值的计算，掌握用导数判定函数的特性，能描绘函数的图像		
任务分解	任务 1	洛必达法则	
	任务 2	微分中值定理与函数的单调性	
	任务 3	函数的极值与最值	
	任务 4	导数的经济应用	

学习单元情境设计			
单元名称	不定积分		学时 12
学习要求	掌握一元函数的不定积分的计算		
任务分解	任务 1	不定积分的概念与性质	
	任务 2	直接积分法	
	任务 3	换元积分法	
	任务 4	分部积分法	

学习单元情境设计			
单元名称	定积分及其应用		学时 24
学习要求	掌握计算一元函数的定积分，通过实际案例，学会用微元法求解相关问题。		
任务分解	任务 1	定积分的概念	
	任务 2	牛顿-莱布尼茨公式	
	任务 3	定积分的计算	
	任务 4	广义积分	
	任务 5	定积分的应用	

## 六、课程考核与评价

考核分为过程考核和结果考核，其中过程考核占总成绩的 50%，结果考核即期末考试占总成绩的 50%。

详细见下表

总评成绩	平时成绩				期末成绩
	作业	上课表现	学习态度	出勤	
100%	20%	10%	10%	10%	50%
小计	50%				50%

过程考核方法具体如下：

1.出勤占总成绩 10%。迟到、早退一次扣 1 分，缺勤一次扣 2 分，正常请假每次扣 0.5 分。扣完 10 分为止。

2.平时作业占总成绩 20%，共计 6 次，每次作业成绩以 10 分制评定。

3.上课表现占 10%，上课玩手机或睡觉或做学习无关的事，每堂课扣 1 分。扣完 10 分为止。

4.学习态度占 10%，上课或课间向老师提学习有关的问题，每次加 1 分。加分项 10 分封顶。

期末考核：理论考试，考试形式为闭卷。

## **七、教材及相关资源**

教材：《经济数学》应用基础，南京大学出版社，由冯英杰、封梅主编。

参考书：《经济数学》，清华大学出版社，由张淑娟、马黎主编。

## **八、任课教师要求**

要求本科以上学历且具有相应学科、相应层次的教师资格证书，或具有工科类、理学类硕士以上学历。



## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	函数	掌握函数的概念, 会求函数表达、定义域; 掌握函数的奇偶性、单调性、周期性、有界性; 会表示分段函数, 并会作其草图; 理解复合函数的定义, 会合成和分解复合函数;	P21 的 1,6 P29 的 3	多媒体	
2	2	常用经济函数 建立函数关系	掌握常用经济函数, 会用函数关系量化经济问题。	P25 的 1,2,3,5,7	多媒体	
3	2	函数的极限	理解极限概念、掌握极限思想、会计算简单的极限;	P37 的 1,2	多媒体	
4	2	极限四则运算	掌握极限的四则运算法则的内容		多媒体	
5	2	两个重要极限	掌握两个重要极限公式, 会用公式求极限	P42 的 2.4.6.8 1.3.5.7	多媒体	
6	2	无穷小与无穷大	理解无穷小与无穷大的概念、掌握两者间的关系、理解无穷小性质、会比较简单的无穷小的阶。		多媒体	
7	2	函数的连续性	了解函数的连续性概念、会判定函数的连续性、会求函数的间断点、理解初等函数的连续性、掌握闭区间上连续函数的性质。	P52 的 3,4	多媒体	

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
8	2	本章复习	通过复习, 进一步巩固本章所学的知识		多媒体	
9	2	导数的定义	理解导数与变化率的关系, 会利用导数的定义求简单基本初等函数的导数。		多媒体	
10	2	导数的几何意义与经济意义; 可导与连续的关系。	掌握导数的几何意义和经济意义; 理解可导与连续之间的关系。	P65 的 3,5,6	多媒体	
11	2	导数公式与运算法则 复合函数求导法则	掌握导数的基本公式、四则运算法则和复合函数求导法则, 能熟练计算导数;	P68 的 2,3,5	多媒体	
12	2	函数的微分	了解微分的概念, 了解可导与可微的关系, 掌握函数微分的计算。	P72 的 1,3,5,7,9	多媒体	
13	2	本章复习	通过复习, 进一步巩固本章所学的知识			
14	2	洛必达法则	掌握应用洛必达法则求未定式的极限		多媒体	

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
15	2	中值定理 函数的单调性判定	要求理解罗尔定理、拉格朗日定理 掌握用导数讨论函数的单调性	P80 的 3,4	多媒体	
16		函数的极值与最值	要求理解函数的极值概念、最值概念, 掌握求函数的极 值和最值, 能解决经济学中常见的最优化问题;	P85 的 1,2, 5,6	多媒体	
17		导数的经济应用	理解边际和弹性的意义, 会对常见经济函数进行边际分 析和弹性分析, 会解释其经济意义;	P86~87 的 9,10,11,12,13	多媒体	
18		本章复习	通过复习, 进一步巩固本章所学的知识			

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部: 公共教学部      教师姓名: 理科组      \学年\学期

专业	会计、物流金融管理	课程	《经济数学 II》				班级	考核方式	考核形式
培养目标:	掌握不定积分的定义、性质及运算法则; 掌握直接积分法、换元积分法、分部积分法; 掌握定积分的定义、几何意义及性质; 掌握牛顿-莱布尼茨公式及定积分的计算; 了解广义积分, 掌握定积分在几何、经济方面的应用;								
学时/项目	总学时	理论学时	比例	实践学时	比例				
计划学时	36	36	100%	0	0%				
本课程实际学时	\	\	\	\	\	在上列方框中打√			
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) <b>教材: 《经济数学》应用基础, 南京大学出版社, 由冯英杰、封梅主编。</b> <b>参考书: 《经济数学》, 清华大学出版社, 由张淑娟、马黎主编。</b>									
教研室主任审核意见:						系(部)主任审核意见:			
签名: _____ 年    月    日						签名: _____ (公章) 年    月    日			

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	不定积分的概念与性质	掌握原函数与不定积分的定义；不定积分的几何意义；不定积分的性质；不定积分的运算法则；		多媒体	
2	2	不定积分的基本公式和直接积分法	掌握不定积分的基本公式；掌握几种直接积分法的题型。	P107 的 4/5/6	多媒体	
3	2	第一类换元积分法（凑微分）	掌握第一类换元积分法（凑微分法）	P115 的 1.3.5.7.9	多媒体	
4	2	第二类换元积分法	掌握第二类换元积分法	P116 的 1.2.3.4.5	多媒体	
5	2	分部积分法	掌握分部积分公式；熟练确定公式中的 $u$ 和 $v$ 。	P119 的 1.2.4.9.10	多媒体	
6	2	复习本章	通过复习进一步巩固所学的知识。		多媒体	
7	2	定积分的概念	了解曲边梯形面积的求法 了解变速直线运动的路程的求法 理解定积分的定义；	P129 的 1, 2	多媒体	

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
8	2	定积分的性质	掌握定积分的几何意义 掌握定积分的性质			
9	2	变上限定积分	了解变上限函数 掌握变上限函数的性质			
10	2	牛顿-莱布尼茨公式 (1 课时) 定积分的换元积分法 (1 课时)	掌握牛顿-莱布尼茨公式 掌握定积分的换元积分法	P139 的 1,2	多媒体	
11	2	定积分的换元积分法 (1 课时) 定积分的分部积分法 (1 课时)	掌握定积分的换元积分法 掌握定积分的分部积分法。	P139 的 3,4	多媒体	
12	2	微元法 (1 课时) 平面图形的面积 (1 课时)	掌握定积分的微元法 掌握平面图形的面积的计算方法			
13	2	平面图形的面积 (1 课时) 旋转体的体积 (1 课时)	掌握平面图形的面积的计算方法 掌握旋转体的体积的计算方法	P147 的 1	多媒体	
14	2	旋转体的体积 (1 课时) 定积分的经济应用 (1 课时)	掌握旋转体的体积的计算方法 掌握定积分在经济方面的应用	P147 的 2	多媒体	
15	2	定积分的经济应用 (1 课时) 广义积分 (1 课时)	掌握定积分在经济方面的应用 了解无穷区间上的广义积分	P148 的 4,5,6	多媒体	

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
16	2	广义积分 (1 课时) 复习本章内容 (1 课时)	了解无界函数的广义积分 通过复习进一步巩固所学的知识			
17	2	复习本章内容	通过复习进一步巩固所学的知识			
18	2	课程考核	检验学生对所学知识的掌握程度			

附件 2:



# 江西水利职业学院

JIANGXI WATER RESOURCES INSTITUTE

\*\*\*\*\*专业

\*

\*

\*

\*

指  
导  
书

\*\*\*\*系\*\*\*\*教研室

二〇一\*年\*月

## 目录

目录字体使用宋体 4 号，使用自动生成方式，只用 1 级目录

## 实训

- 一、实训目的
- 二、仪器设备工具材料
- 三、主要内容和原理
- 四、实训步骤
- 五、思考题或总结
- 六、其他（评分标准）

## 实习

- 一、实习目的
- 二、实习时间和地点安排
- 三、注意思想和要求
- 四、主要内容
- 五、思考题或总结
- 六、其他（评分标准）

字体使用 5 号宋体，段落间隔为固定值 16 磅

页边距使用普通

页码在页面底部中央，纸张方向纵向

## 《形势与政策》课程标准

### 一、课程说明

课程名称	《形势与政策》		标准简称	形策	
适用专业	高职大专	修读学期	4	制订时间	2018.8
课程代码	1100060	课程学时	16	课程学分	1
课程类型	A类	课程性质	必修课	课程类别	公共基础课
先修课程	无				
后续课程	无				
对应职业资格证书或内容	无				
合作开发企业	无				
执笔人	黄小青	合作者	无	审核人	傅国英
制(修)定日期	2018.8				

### 二、课程定位

本课程是我院所有专业的公共基础课，属于必修课程。本课程的与课程包括《思想道德修养与法律基础》、《毛泽东思想与中国特色社会主义理论体系概要》两门政治必修课同时修。基本原则是以国家指导思想（马列主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想）为指导，以社会主义核心价值观为依据，紧密结合国内外形势，紧密结合大学生的思想实际，通过适时的形势政策教育，帮助学生开阔视野，培养学生对时事政治的敏感度，为大学生树立科学的世界观、人生观、价值观发挥其应有作用。

### 三、设计思路

本课程要与《思想道德修养与法律基础》、《毛泽东思想与中国特色社会主义理论体系概要》的两课教学融为一体，主要采取课堂讲座、学术报告等理论教学方式。在条件允许的情况下，学生进行社会实践调查时可以适当补充有关形势与政策方面的内容。

### 四、课程培养目标

主要为了培养学生：

- 1.对党和国家的方针政策的解读能力；
- 2.对国内外政治、经济、思想文化、国防等方面的形势变化的理解能力；

3.对树立科学的世界观、人生观、价值观的自我判断和学习提高能力。

## 五、课程内容、要求及教学设计

### 1.课程内容、要求

《形势与政策》教育的内容包含形势与政策两部分内容。形势是国际和国内社会政治和经济发展的状况和态势，政策是党和国家为实现一定时期的目标和任务而制定的行为准则。政策的制定要以形势为客观依据，并根据形势的发展变化作必要的调整。形势与政策的内容是动态的，具有时效性强的特点。因此，形势与政策教育必须根据形势与政策的动态发展及其对人们的思想和社会生活的影响，及时地调整教学内容。

不过，虽然每年的形势与政策都有新的变化，新的内容，我们的“形策”教学必须充分反映这些已经变化了的新内容，体现出“求新”的教学特点，但同时要注意到，有些“不变的规律”：

1) 每5年一次的党代会报告必然是一个影响深远的政策指针，不容置疑应该成为《形势与政策》教学的必选内容；

2) 在党和国家的方针政策方面，每年的两会都是一个政策、法律集中出台的焦点时期，自然应该成为《形势与政策》教学的重点内容选项；

3) 无论国内外的形势如何复杂，如何发展变化，其实都是各种利益交织冲突较量的结果。由此，我们在《形势与政策》教学中更应该与思修、毛概“两课”教学有机结合起来，真正学会运用马克思主义、毛泽东思想等科学理论的基本立场、基本方法来分析形势，解决问题，这样才能发挥出《形势与政策》教育的教学效果，达到教学设计的目标。

### 2.教学设计

本课程与《思想道德修养与法律基础》、《毛泽东思想与中国特色社会主义理论体系概要》的两课教学穿插进行，总计4学期，每学期两次课4学时，合计16学时。

**(一) 课程整体设计 (2018 年选题供参考)**

序号	教学主题	学时
1	《十九大报告》解读	2
2	中美贸易战	2
3	《政府工作报告》解读	2
4	“一带一路”战略的实施进展状况	2
5	中国人口老龄化的影响及对策	2
6	中国科技	2
7	中国乡村振兴战略	2
8	中国制造与创新创业	2

注：因本课程教学主题和内容随中宣部内容常变常新，每个学期主题都变化，故教学内容计划无法写全。

## 六、课程考核与评价

本课程考核分为平时成绩和期末成绩两个部分，分别占总评成绩的 50%。

列表如下：

总评成绩	平时成绩		期末成绩
	出勤	平时作业	
100%	30%	20%	50%
小计	50%		50%

## 七、教材及相关资源

主要教材：

1. 《时事报告大学生版》（高校形势与政策课专用）；
2. 国家出台的正式政策文件，如《十九大报告》、每年“两会”的《政府工作报告》、《习近平治国理政》等；
3. 其他辅助资料

## 八、任课教师要求

1. 本院德育教研室的专职教师；
2. 本院聘请的专家、领导；
3. 本院教务认可的其他人员。

## 九、教学实训场所

多媒体教室、学术报告厅

## 十、其它说明

1. 与专业课不同，由于政治课自身的特点，《形势与政策》的课程标准项目设计不能与专业课完全雷同，尤其是在专业能力、方法能力方面难以像专业课程那样量化、细化，所以在课程整体设计上进行了简化处理；

2. 在《形势与政策》的课程内容方面，任课老师可以根据自身的教学特长选择自己熟悉的的教学课题，不强求所有老师授课主题内容完全一致。

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部：公共教学部

教师姓名：黄小青

2018-2019 学年 上学期

专业	课程	形势与政策	班级
培养目标： 1. 对党和国家的方针政策的解读能力； 2. 对国内外政治、经济、思想文化、国防等方面的形势变化的理解能力； 3. 对树立科学的世界观、人生观、价值观的自我判断和学习提高能力。	总学时	理论学时	实践学时
	4	4	0
	4	4	0
	比例	100%	0%
本课程实际学时	4	4	0
考核方式 <input type="checkbox"/> 考查 <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 考试		考核形式 <input type="checkbox"/> 纯理论 <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 纯实践 <input type="checkbox"/> 理论+实践	
在上列方框中打 <input checked="" type="checkbox"/>			
教材及教学参考书：（名称、版本、主编、出版社） 《时事报告大学生版》（高校形势与政策课专用，时事报告杂志社出版）			
教研室主任审核意见：		系（部）主任审核意见：	
签名： _____ 年 ____ 月 ____ 日		签名： _____ 年 ____ 月 ____ 日 （公章）	

## 江西水利职业学院授课计划表

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	《十九大报告》解读	能够概述党的十九大报告中的社会主义主要矛盾的变化、习近平新时代中国特色社会主义思想及新战略部署	概述习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容		
15	2	中美贸易战	能够理解中美贸易战的现象与本质	美国对中国发动贸易战的根本目的是什么？		

# 《大学生心理健康教育》课程标准

## 一、课程说明

课程名称	大学生心理健康教育		标准简称	无	
适用专业	学院高职一年级学生	修读学期	第一、第二	制订时间	2018.8
课程代码	1201031/1201032	课程学时	32	课程学分	2
课程类型	B类(理论+实践)	课程性质	必修课	课程类别	公共基础课
先修课程	无				
后续课程	无				
对应职业资格证书或内容	无				
合作开发企业	无				
执笔人	钟丽芳	合作者		审核人	
制(修)定日期					

## 二、课程定位

《大学生心理健康教育》是一门公共必修课，是集知识讲解、行为训练、心理体验与团体辅导、心理活动内容为一体的大课程。本课程针对高职学生的心理特点，选取有针对性的课内专题与课外活动，运用科学有效的心理学知识与方法对学生进行心理素质训练，将课程的计划性、组织性、系统性与课程的互动性、活动性、开放性相结合，将课内的学习体验与课外的活动教育相结合，注重培养学生的参与意识和行动意识。旨在提高大学生关注心理健康的意识，促进高职学生心理成长、潜能开发，增进其自我认知能力、人际沟通能力、自我调节能力，全面提高学生心理素质。

## 三、设计思路

《大学生心理健康教育》本着“预防为主、教育为本”的理念，遵循大学生心理发展规律，开展心理健康教育，使学生在学学习心理健康知识的同时，学会调适心理困惑，避免心理事故，营造和谐的阳光校园。

### 1.在学生心里种下一棵种子——关注心理健康的意识

激发学生对心理健康教育的重视，学会自我分析，培养内省意识，引导学生体验和领悟自己的成长，积极主动地塑造自我，实现自我教育、自我建设、自我突破。

### 2.培育并滋养学生心中的沃土——探寻心理成长的途径

以高职学生的心理发展特点为立足点，以学生普遍关注的心理问题为课程的切入点，以提升高职学生心理素质为目标而开展的专题式体验教学，通过课堂当下的问题讨论、知识讲述、案例分析、心理测验及心理游戏为课程支点开展教学，使学生学会自我心理的调节，促

进自我心灵的成长。

#### **四、课程培养目标**

总体目标：

通过心理健康知识的学习与相关活动的体验，使学生能够关注自我及他人的心理健康，树立起维护心理健康的意识，同时掌握一定的心理调节技能，能从容地应对生活。

能力目标：

培养高职学生适应大学生活和社会生活的能力，调节情绪的能力，正确处理人际关系、友谊和爱情的能力，塑造健康的人格和磨砺优良的意志品质，以及自我心理调节的能力，做一个健康快乐的大学生。

知识目标：

帮助学生掌握一定的心理学知识，如：理解心理健康的标准，怎样正确认识自我，了解情绪的作用、挫折的意义，人际心理效应，熟悉常见心理问题及其预防等心理学基础知识。

素质目标：

通过教学，帮助高职学生树立心理健康意识和面临心理困惑、心理危机时的自助和求助意识；能正确认识自我，悦纳自我，善待他人；培养积极向上的心态、健全的人格和良好的个性品质。预防和缓解心理问题，优化心理品质，以培养适应社会发展需要的新时期高素质职业技术人才。

#### **五、课程内容、要求及教学设计**

### (一) 课程整体设计

序号	学习情境	知识目标	方法能力	社会能力	学时
1	课堂教学-绪论	了解心理健康基本概念、明确心理健康与健康的关系	形成关注心理健康的意识	树立积极向上的生活态度	2
2	课堂教学-大学生入学适应	帮助学生了解常见的适应问题及原因	学会适应环境的途径	以便更好的适应学校环境	2
3	团体辅导-我的大学我做主	了解自己的心理适应能力	畅谈个人在适应大学生活方面遇到的困惑,并分享解决这些问题的成功经验	以便更好的适应学校环境	2
4	课堂教学-大学生的自我认知	帮助学生了解理解自我意识的含义、作用	提高对自我的认识,提高自我的自省意识与水平	从而应用所学的知识与方法对自我作出正确全面的自我认知,并指导自我的行为活动	2
5	课堂教学-大学生情绪的调控与管理	认识情绪产生的原因、特征,以及调节情绪的小方法	运用所学知识与活动体验,切实提高自我的情绪调节能力。	从而提高自身的社会、学校适应力	2
6	课堂教学-大学生的学习心理	认识学习的重要性,学习与心理健康的关系	养成良好的学习心理	从而热爱学习、热爱生活	2
7	团体辅导-学会学习 成就自我	知晓未来人才所具备的素质,明确大学的学习内涵,探讨大学的学习特点和方 法	学会如何确定自身的奋斗目标	从而为了未来奋斗、拼搏	2

序号	学习情境	知识目标	方法能力	社会能力	学时
8	课堂教学-大学生的人格成长	认识人格的概念、常见的人格障碍	学会如何塑造健全的人格	从而提升自我	2
9	课堂教学-沟通与人际交往	了解人际沟通的意义、特点、障碍	学会如何恰当的处理人际关系	提升自我的人际沟通能力,更好的适应社会	2
10	团体辅导-成长路上你我他	促进同学相识,建立信任关系,增强班级体的凝聚力	学会如何与班级新同学处理好人际关系	为尽快适应大学生活打下良好基础	2
11	课堂教学-大学生恋爱与性心理	了解大学生恋爱与性的基本内容、问题	形成正确的恋爱观,从而正确的处理恋爱关系	为日后的婚恋的健康发展打下基础	2
12	团体辅导-爱情论点	了解自身的恋爱观是怎样	学会解决恋爱过程中的小问题	为日后的婚恋的健康发展打下基础	2
13	课堂教学-大学生挫折与压力应对	挫折的含义,大学生面对挫折时容易出现的问题	学会如何才能面对挫折、化解压力	从而更好的适应社会	2
14	课堂教学-大学生职业规划的准备	大学生职业规划的含义,容易出现的择业心理问题	学会规划自己的职业人生与调适择业心理	为自己的今后职业做打算	2
15	课堂教学-大学生心理危机干预	心理危机包括什么,认识到心理危机发生的危害	意识到心理危机出现时要如何应对、进行干预	从而正确了解心理危机出现后,自己该如何做	2

序号	学习情境	知识目标	方法能力	社会能力	学时
16	课堂教学-校园心理健康咨询	了解学校心理咨询的作用,从而正确看待心理咨询	让学生意识到出现心理危机时,找学校专业心理老师进行心理咨询是很正确的选择。	从而让学生明白出现心理危机时,寻求别人的帮助,也是一种很好的方式	2
讲授 24 学时、实践 8 学时, 共 32 学时					

## （二）课程学习单元内容与要求

学习单元情境设计			
单元名称	绪论		学时 2
学习要求	了解心理健康基本概念、明确心理健康与健康的关系，形成关注心理健康的意识，树立积极向上的生活态度。		
任务分解	任务 1	健康与心理健康	
	任务 2	大学生心理健康概述	

学习单元情境设计			
单元名称	大学生入学适应		学时 2
学习要求	帮助学生了解常见的适应问题及原因，提出更好适应环境的途径，以便更好的适应学校环境。		
任务分解	任务 1	大学生适应性概述	
	任务 2	大学生常见的适应问题及原因	
	任务 3	大学生有效适应的途径	

学习单元情境设计			
单元名称	我的大学我做主		学时 2
学习要求	让学生了解自己的心理适应能力，畅谈个人在适应大学生生活方面遇到的困惑，并分享解决这些问题的成功经验。		
任务分解	任务 1	热身活动：抓与逃	
	任务 2	进行心理适应能力测验，使学生了解自己的心理适应能力。	
	任务 3	成长的故事。分小组畅谈个人在适应大学生生活方面遇到的困惑，并分享解决这些问题的成功经验。	
	任务 4	锦囊妙计：确立目标才能更好的适应	

学习单元情境设计			
单元名称	大学生的自我认知		学时 2
学习要求	帮助学生了解理解自我意识的含义，提高对自我的认识，提高自我的自省意识与水平。从而应用所学的知识与方法对自我作出正确全面的自我认知，并指导自我的行为活动。		
任务分解	任务 1	自我意识的概述	

	任务 2	大学生自我意识的发展特点
	任务 3	大学生自我意识的发展与完善

学习单元情境设计			
单元名称	大学生情绪的调控与管理		学时 2
学习要求	帮助学生认识情绪产生的原因、特征，以及调节情绪的小方法，从而运用所学知识与活动体验，切实提高自我的情绪调节能力。		
任务分解	任务 1	情绪概述	
	任务 2	大学生情绪的特征	
	任务 3	学会调节情绪	

学习单元情境设计			
单元名称	大学生的学习心理		学时 2
学习要求	帮助学生认识学习的重要性，学习与心理健康的关系，以及如何养成良好的学习心理。		
任务分解	任务 1	大学生学习心理概述	
	任务 2	大学生学习与心理健康	
	任务 3	大学生如何养成良好的学习心理	

学习单元情境设计			
单元名称	学会学习 成就自我		学时 2
学习要求	知晓未来人才所具备的素质，明确大学的学习内涵，探讨大学的学习特点和办法，确定自己的奋斗目标。		
任务分解	任务 1	热身活动：数青蛙	
	任务 2	游戏活动：驿站传书	
	任务 3	分小组讨论未来人才所具备的素质	
	任务 4	分小组讨论大学学习的内涵，它与中学学习有什么不同？	
	任务 5	如何结合大学的学习特点，确立自己新的奋斗目标。	

学习单元情境设计			
单元名称	大学生的人格的成长	学时	2
学习要求	帮助学生认识人格的概念、常见的人格障碍，以及我们要如何塑造健全的人格。		
任务分解	任务 1	人格的概述	
	任务 2	大学生常见的人格障碍及矫正	
	任务 3	塑造健全的人格	

学习单元情境设计			
单元名称	沟通与人际交往	学时	2
学习要求	帮助学生了解人际沟通的意义、特点、障碍，以及要如何恰当的处理人际关系。		
任务分解	任务 1	人际交往概述	
	任务 2	大学生人际交往的特点与障碍	
	任务 3	人际交往如何调适	

学习单元情境设计			
单元名称	成长路上你我他	学时	2
学习要求	促进同学相识，建立信任关系，增强班级体的凝聚力，为尽快适应大学生生活打下良好基础。		
任务分解	任务 1	热身活动：相识接龙、偶像哈哈镜	
	任务 2	相识活动：滚雪球（你我相识、对对碰、连环自我介绍）	
	任务 3	小组游戏：同舟共济	
	任务 4	游戏活动：爱心天使	

学习单元情境设计			
单元名称	大学生恋爱与性心理	学时	2
学习要求	帮助学生了解大学生恋爱与性的基本内容、问题。以形成正确的恋爱观，从而正确的处理恋爱关系。		
任务分解	任务 1	大学生恋爱与性心理概述	
	任务 2	恋爱与性心理发展过程中的问题	
	任务 3	健康的恋爱与性心理发展	

学习单元情境设计			
单元名称	爱情论点		学时 2
学习要求	帮助学生了解他们的恋爱观是怎样的？如何才能开展恋情？		
任务分解	任务 1	测试：1、恋爱态度测试；2、爱的判断：如何能确定一个人喜欢你？； 如何能确定你真正喜欢某个人	
	任务 2	小组活动：姑娘与水手	
	任务 3	小组讨论：爱的表达与拒绝	
	任务 4	小组讨论：如何约会，建立和发展爱情？如何面对分手？	

学习单元情境设计			
单元名称	大学生挫折与压力应对		学时 2
学习要求	帮助学生了解如何才能面对挫折、化解压力。		
任务分解	任务 1	心理挫折概述	
	任务 2	勇敢地战胜挫折	
	任务 3	巧妙化解压力	

学习单元情境设计			
单元名称	大学生职业规划的准备		学时 2
学习要求	帮助学生认识到大学活动中要尽早的为以后的职业发展做好准备。并积极调适择业心理。		
任务分解	任务 1	大学生职业生涯概述	
	任务 2	大学生生活中职业发展的准备	
	任务 3	大学生择业心理问题及准备	

学习单元情境设计			
单元名称	大学生心理危机干预		学时 2
学习要求	帮助学生认识到心理危机发生的危害，意识到心理危机出现时要如何应对、进行干预。		
任务分解	任务 1	心理危机概述	
	任务 2	心理危机干预	

	任务 3	自杀的危机干预
--	------	---------

学习单元情境设计			
单元名称	校园心理健康咨询		学时 2
学习要求	帮助学生了解学校心理咨询的作用，从而正确看待心理咨询。让学生意识到出现心理危机时，找学校专业心理老师进行心理咨询是很正确的选择。		
任务分解	任务 1	心理咨询概述	
	任务 2	学校心理咨询	
	任务 3	如何看待心理测验	
	任务 4	心理健康教育与大学生的全面发展	

## 六、课程考核与评价

本课程考核分为平时成绩、实践成绩和期末成绩三个部分，分别占总评成绩的 60%、20%、20%。

列表如下：

总评成绩	平时成绩		实践成绩	期末成绩
	出勤	平时作业		
100%	30%	30%	20%	20%
小计	60%		20%	20%

### 1、平时考核（40%）

主要依据学生的课程出勤率、课堂表现、小组表现及完成作业状况综合考虑，给出一个合理的成绩。

### 2、实践成绩（20%）

主要依据学生在四次团体辅导中的参与度、配合度等因素来进行综合考评。

### 3、期末考核（20%）

期末考核主要采用开卷形式。主要考核学生对心理学理论知识的掌握程度以及运用所学知识和方法分析问题和解决问题的能力。

## 七、教材及相关资源

面对日益增多的大学生心理问题，开设大学生心理健康教育课程对探索解决学生心理问题，提升学生心理素质，更好地维护高校的和谐和稳定很有必要。但是各个高校的学生情况

不一，很多已有的教材并不能概括本院学生的心理特点，因此，我院专业心理教师针对我院学生的心理特点，编写了校本教材《大学生心理健康教育》。本课程采用的便是校本教材。

而且为了方便学生在网络学习本课程，在学院网络资源平台上公开了本课程的网络课程。

## **八、任课教师要求**

本课程主要采用学院专职心理健康教师进行授课，系部辅导员、班主任辅助团体辅导课程的授课形式。本课程以专职教师为骨干，是一个专兼结合、素质较高的课程教学团队。教师能够兼顾教学、咨询和指导学生实践，有利于在教学中全方位分析和解决学生心理问题，保证心理素质培养目标的实现。

## **九、教学实训场所**

学院团体辅导室。

附件 1:

## 江西水利职业学院授课计划审批表

系部： 各系部      教师姓名： 钟丽芳      \ 学年 \ 学期

专业	各 专 业	课 程	大 学 生 心 理 健 康 教 育	班 级	考 核 方 式	考 核 形 式
培养目标:	通过心理健康知识的学习与相关活动的体验,使学生能够关注自我及他人的心理健康,树立起维护心理健康的意识,同时掌握一定的心理调节技能,能从容地应对生活。				<input checked="" type="checkbox"/> 考查 <input type="checkbox"/> 考试	<input type="checkbox"/> 纯理论 <input type="checkbox"/> 纯实践 <input checked="" type="checkbox"/> 理论+实践
学时/项目	总学时	理论学时	实践学时	比例		
计划学时	32	24	8	75%	25%	
本课程实际学时	\	\	\	\	在上方框中打√	
教材及教学参考书: (名称、版本、主编、出版社) 教材《大学生心理健康教育》主编: 戴焕启、钟丽芳、傅国英 出版社: 吉林大学生出版社						
教研室主任审核意见:			系(部)主任审核意见:			
年      月      日 签名:			年      月      日 签名: (公章)			

## 江西水利职业学院授课计划表（第一学期）

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	绪论	了解心理健康基本概念、明确心理健康与健康的关系，形成关注心理健康的意识，树立积极向上的生活态度。		多媒体教室	
3	2	大学生入学适应	帮助学生了解常见的适应问题及原因，提出更好适应环境的途径，以便更好的适应学校环境。		多媒体教室	
5	2	我的大学我做主	让学生了解自己的心理适应能力，畅谈个人在适应大学生生活方面遇到的困惑，并分享解决这些问题的成功经验。	你觉得应如何适应大学生生活？	团体辅导室	
7	2	大学生的自我认知	帮助学生了解理解自我意识的含义，提高对自我的认识，提高自我的自省意识与水平。从而应用所学的知识与方法对自我作出正确全面的自我认知，并指导自我的行为活动。	你是一个什么样的人？（用20字概括）	多媒体教室	
9	2	大学生情绪的调控与管理	帮助学生认识情绪产生的原因、特征，以及调节情绪的小方法，从而运用所学知识与活动体验，切实提高自我的情绪调节能力。	你觉得哪些方式能更好的调节自身的情绪？	多媒体教室	
11	2	大学生的学习心理	帮助学生认识学习的重要性，学习与心理健康的关系，以及如何养成良好的学习心理。		多媒体教室	

13	2	学会学习 成就自我	知晓未来人才所具备的素质，明确大学的学习内涵，探讨大学的学习特点和方方法，确定自己的奋斗目标。		团体辅导室	
15	2	大学生的人格成长	帮助学生认识人格的概念、常见的人格障碍，以及我们要如何塑造健全的人格。		多媒体教室	

### 江西水利职业学院授课计划表（第二学期）

周次	学时	授课内容	目的要求	作业	教具	备注
1	2	沟通与人际交往	帮助学生了解人际沟通的意义、特点、障碍，以及要如何恰当的处理人际关系。		多媒体教室	
3	2	成长路上你我他	促进同学相识，建立信任关系，增强班级体的凝聚力，为尽快适应大学生活打下良好基础。	若与班级同学之间发生矛盾，你会如何处理？	团体辅导室	
5	2	大学生恋爱与性心理	帮助学生了解大学生恋爱与性的基本内容、问题。以形成正确的恋爱观，从而正确的处理恋爱关系。		多媒体教室	
7	2	爱情论点	帮助学生了解他们的恋爱观是怎样的？如何才能开展恋情的？	若有同学因为恋爱失败，而寻死，你是怎么想的，会效仿吗？	团体辅导室	

9	2	大学生挫折与压力应对	帮助学生了解如何才能面对挫折、化解压力。		多媒体教室	
11	2	大学生职业规划的准备	帮助学生认识到大学活动中要尽早的为以后的职业发展做好准备。并积极主动选择心理。		多媒体教室	
13	2	大学生心理危机干预	帮助学生认识到心理危机发生的危害，意识到心理危机出现时要如何应对、进行干预。		多媒体教室	
15	2	校园心理健康咨询	帮助学生了解学校心理咨询的作用，从而正确看待心理咨询。让学生意识到出现心理危机时，找学校专业心理老师进行心理咨询是很正确的选择。	如果出现心理危机，你会寻求校园心理咨询的帮助吗？	多媒体教室	

