

# 国家职业技能标准

职业编码：4-13-04-01

## 社会体育指导员

(2020 年版)

中华人民共和国人力资源和社会保障部

国家体育总局

制定

## 说 明

为规范从业者的从业行为，引导职业教育培训的方向，为职业技能鉴定提供依据，依据《中华人民共和国劳动法》、《中华人民共和国体育法》和《全民健身条例》等法律法规，适应经济社会发展和科技进步的客观需要，立足培育工匠精神和精益求精的敬业风气，人力资源社会保障部组织有关专家，制定了《社会体育指导员国家职业技能标准》（以下简称《标准》）。

一、本《标准》以《中华人民共和国职业分类大典（2015年版）》为依据，严格按照《国家职业技能标准编制技术规程（2018年版）》有关要求，以“职业活动为导向、职业技能为核心”为指导思想，对社会体育指导员从业人员的职业活动内容进行规范细致描述，对各等级从业者的技能水平和理论知识水平进行了明确规定。

二、本《标准》将本职业分为92个项目，并依据有关规定将本职业修订为五个等级：五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工、二级/技师和一级/高级技师五个等级，包括职业概况、基本要求、工作要求和权重表四个方面的内容。其中四级/中级工、三级/高级工和二级/技师三个等级在技能要求和相关知识要求中增加了高危险性体育项目的特定要求。为本次修订内容主要有以下变化：

——充分考虑经济发展和产业结构变化对本职业的影响，完善了技能要求和相关知识要求。

——具有根据科技发展进行调整的灵活性和实用性，符合培训、鉴定和就业工作的需要。

——顺应时代和社会要求，强化社会体育安全性及普及性的技能要求和相关知识要求。

三、本《标准》主要起草单位有：中国人事科学研究院、北京体育大学。主要起草人有：范巍、张廷安、李春雷、鲍克、赵宁、黎宇、佟亚丽、刘洋。

四、本《标准》主要审定单位有：国家体育总局职业技能鉴定中心、北京体育大学、首都体育学院、天津体育学院。主要审定人员有：姜兴华、王军、于善旭、李相如、王荣辉、刘勇、肖林鹏、刘东智、魏来、钱王子迪。

五、本《标准》在制定过程中，得到人力资源社会保障部职业技能鉴定中心荣庆华、葛恒双、王小兵、朱纪銮、贾成千的指导和大力支持，在此一并感谢。

六、本《标准》业经人力资源社会保障部和体育总局批准，自公布之日起施行。

# 社会体育指导员

## 国家职业技能标准

(2020年版)

### 1 职业概况

#### 1.1 职业名称

社会体育指导员<sup>①</sup>

#### 1.2 职业编码

4-13-04-01

#### 1.3 职业定义

在群众性体育活动中，从事运动技能传授、锻炼指导和组织管理工作的人员。

#### 1.4 职业技能等级

本职业共设五个等级，分别为：五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工、二级/技师、一级/高级技师。

---

<sup>①</sup>本职业下设不同职业方向，具体分为（按首字母排序）：拔河、棒球、保龄球、蹦床、冰壶、冰球、车辆模型、登山（高山探险）、登山（攀冰）、登山（山地户外）、登山（拓展）、钓鱼、定向越野、冬季两项、帆板、帆船、飞镖、风筝、橄榄球、高尔夫球、国际跳棋、国际象棋、航海模型、航空（热气球运动）、航空（飞行运动）、航空（航空模型运动）、航空（滑翔运动航空）、航空（跳伞运动）、花样滑冰、滑冰、滑水、滑雪（单板）、滑雪（双板）、击剑、健美、健身教练、健身气功、毽球、举重、空手道、篮球、垒球、龙舟、轮滑、马术、门球、摩托车、摩托艇、排球、攀岩、皮划艇（激流回旋）、皮划艇（静水）、乒乓球、汽车、潜水、桥牌、曲棍球、拳击、柔道、赛艇、射击、射箭、手球、摔跤、水球、台球、跆拳道、体操、体育舞蹈、田径（竞走）、田径（跑步）、田径（跳跃）、田径（投掷）、跳水、铁人三项、团体操、网球、围棋、武术（散打）、武术（套路）、舞龙舞狮、现代五项、信鸽、雪车、雪橇、游泳、羽毛球、掷球、中国象棋、自行车（公路）、自行车（山地）、足球等。

## 1.5 职业环境条件

室内、外及特定地形、水域、空域等各种适合开展社会体育活动的环境和场所；部分环境具有一定危险性，如低氧、高温、高寒、潮湿等。

## 1.6 职业能力特征

具备一般智力和空间感；动作协调、肢体灵活、心理素质稳定；具有良好的表达和示范能力。

## 1.7 普通受教育程度

初中毕业。

## 1.8 职业培训要求

### 1.8.1 晋级培训期限

五级/初级工不少于 150 标准学时；四级/中级工不少于 150 标准学时；三级/高级工不少于 150 标准学时；二级/技师不少于 150 标准学时；一级/高级技师不少于 150 标准学时。

### 1.8.2 培训教师

理论知识培训教师应具有专业技术职务副高及以上。技能培训教师应具有国家职业资格证书高级工及以上。

### 1.8.3 培训场所设备

理论知识培训在标准教室内进行；技能培训在室内、外运动场所上进行。

## 1.9 职业技能鉴定要求

### 1.9.1 申报条件

具备以下条件之一者，可申报五级/初级工：

(1) ★经本职业五级/初级工正规培训达到规定标准学时数，并取得结业证书。

(2) 累计从事本职业或相关职业<sup>②</sup>工作1年（含）以上。

(3) 取得二级以上（包括二级）运动员等级证书或同等运动技术等级证书。

具备以下条件之一者，可申报四级/中级工：

(1) ★取得本职业或相关职业五级/初级工职业资格证书（技能等级证书）后，累计从事本职业或相关职业工作1年以上，经本职业四级/中级工正规培训达到规定标准学时数，并取得结业证书。

(2) 取得本职业或相关职业五级/初级工职业资格证书（技能等级证书）后，累计从事本职业或相关职业工作2年（含）以上。

(3) 取得一级以上（包括一级）运动员等级证书或同等运动技术等级证书，累计从事本职业或相关职业工作1年（含）以上。

具备以下条件之一者，可申报三级/高级工：

(1) ★取得本职业或相关职业四级/中级工职业资格证书（技能等级证书）后，累计从事本职业或相关职业工作1年以上，经本职业三级/高级工正规培训达到规定标准学时数，并取得结业证书。

(2) 取得本职业或相关职业四级/中级工职业资格证书（技能等级证书）后，累计从事本职业或相关职业工作2年（含）以上。

(3) 具有大专及以上学历，并取得本职业或相关职业四级/中级工职业资格证书（技能等级证书）后，累计从事本职业或相关职业工作1年（含）以上。

具备以下条件之一者，可申报二级/技师：

(1) 取得本职业或相关职业三级/高级工职业资格证书（技能等级证书）后，累计从事本职业或相关职业工作4年以上，经本职业二级/技师正规培训达到规定标准学时数，并取得结业证书。

---

<sup>②</sup> 相关职业是指本项目教练员，体育教师，下同。

(2) 取得本职业或相关职业三级/高级工职业资格证书(技能等级证书)后, 累计从事本职业或相关职业工作 5 年(含)以上。

具备以下条件者, 可申报一级/高级技师:

(1) 取得本职业或相关职业二级/技师职业资格证书(技能等级证书)后, 累计从事本职业或相关职业工作 5 年以上, 经本职业一级/高级技师正规培训达到规定标准学时数, 并取得结业证书。

(2) 取得本职业或相关职业二级/技师职业资格证书后, 累计从事本职业或相关职业工作 6 年(含)以上。

职业标准中标注“★”的为高危险性体育项目报名条件。

### 1.9.2 鉴定方式

分为理论知识考试、技能考核以及综合评审。

理论知识考试以笔试、机考等方式为主, 主要考核从业人员从事本职业应掌握的基本要求和相关知识要求; 技能考核主要采用现场指导、模拟指导等方式进行, 主要考核从业人员从事本职业应具备的技能水平; 综合评审主要针对技师和高级技师, 通常采取审阅申报材料、答辩等方式进行全面评议和审查。

理论知识考试、技能考核和综合评审均实行百分制, 成绩皆达 60 分(含)以上者为合格。职业标准中标注“★”的为高危险性体育项目指导的关键技能, 如考生在技能考核中未达到该技能要求的, 则考核成绩为不合格。

### 1.9.3 监考人员、考评人员与考生配比

理论知识考试中的监考人员与考生配比为 1:15, 每个考场不少于 2 名监考人员; 技能考核中的考评人员与考生配比应根据职业特点、考核方式等因素确定, 且考评人员为 3 人(含)以上单数; 综合评审委员为 3 人(含)以上单数。

### 1.9.4 鉴定时间

理论知识考试时间: 五级/初级工、四级/中级工不少于 90 分钟, 三级/高级工、二级/技师、一级/高级技师不少于 120 分钟; 技能考核时间: 五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工不少于 30 分钟, 二级/技师、一级/高级技师不少于

20 分钟；综合评审时间不少于 30 分钟。

### 1.9.5 鉴定场所设备

理论知识考试在标准教室进行；技能考核在符合相应技能鉴定要求的场所进行。

## 2 基本要求

### 2.1 职业道德

#### 2.1.1 职业道德基本知识

#### 2.1.2 职业守则

- (1) 遵纪守法，服务社会。
- (2) 科学指导，规范教学。
- (3) 爱岗敬业，精益求精。
- (4) 因材施教，身心并育。
- (5) 弘扬体育精神，传播体育文化。

### 2.2 基础知识

#### 2.2.1 体育专业知识

- (1) 运动人体科学知识。
- (2) 运动医学知识。
- (3) 体质测量与评价知识。
- (4) 运动心理学知识。
- (5) 体育教学知识。
- (6) 运动训练知识。
- (7) 体育管理知识。

### 2.2.2 职业基础知识

- (1) 社会体育指导员的性质、任务、方式方法及工作程序。
- (2) 社会体育指导员应具备的基本素质和行为规范。
- (3) 社会体育指导员的权利与义务。
- (4) 社会体育指导员与相关职业的联系与区别。

### 2.2.3 政策法规知识

- (1) 《中华人民共和国劳动法》相关知识。
- (2) 《中华人民共和国合同法》相关知识。
- (3) 《中华人民共和国体育法》相关知识。
- (4) 《中华人民共和国安全生产法》相关知识。
- (5) 《中华人民共和国消防法》相关知识。
- (6) 《中华人民共和国突发事件应对法》相关知识。
- (7) 《中华人民共和国消费者权益保护法》相关知识。
- (8) 《公共文化体育设施条例》相关知识。
- (9) 《全民健身条例》相关知识。
- (10) 《经营高危险性体育项目许可管理办法》等相关知识。
- (11) 《体育场所服务质量管理通用要求》相关知识。



### 3 工作要求

本标准对五级/初级工、四级/中级工、三级/高级工、二级/技师、一级/高级技师的技能要求和相关知识要求依次递进，高级别涵盖低级别。

#### 3.1 五级/初级工

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
1. 推介与解答	1.1 推介	1.1.1. 能向咨询者介绍服务项目和内容 1.1.2 能向咨询者介绍项目特点	1.1.1 文明用语 1.1.2 体育项目内容
	1.2 解答	1.2.1 能问询记录咨询者身体和心理的基本状态信息 1.2.2 能向咨询者说明项目服务标准和费用情况 1.2.3 能向咨询者说明装备器材情况	1.2.1 沟通与交流常用技巧 1.2.2 服务项目内容 1.2.3 运动器材的种类与规格
2. 技术指导	2.1 指导准备	2.1.1 能根据场地、指导对象特点和健身内容准备健身器材 2.1.2 能指导运动装备的准备 2.1.3 能制订单次练习课程的基本练习方案	2.1.1 项目活动对场地、器材的要求 2.1.2 运动装备选择与配备方法 2.1.3 基本练习方案的制订方法
	2.2 讲解示范	2.2.1 能讲解动作基本要领 2.2.2 能完整示范动作	2.2.1 技术动作要领 2.2.2 讲解、示范的基本方法与注意事项
	2.3 练习指导	2.3.1 能根据指导对象基本情况、场地与器材情况设计分组 2.3.2 能根据练习方案指导练习 2.3.3 能发现并纠正指导对象明显技术动作错误	2.3.1 根据指导对象基本情况、场地与器材情况设计分组的方法及要求 2.3.2 组织练习的基本方法 2.3.3 发现纠正技术动作常见错误的方法
	2.4 练习评价	2.4.1 能记录指导对象健身情况 2.4.2 能使用评价工具并根据测评结果评价练习效果	2.4.1 健身情况记录的方法及要求 2.4.2 练习效果评价方法及原则
3. 安全防护	3.1 保护帮助	3.1.1 能使用保护与帮助的辅助器材 3.1.2 能指导意外身体失衡情况下的自我保护	3.1.1 教学辅助器材使用方法 3.1.2 运动保护、帮助基本常识

		3.1.3 能提出项目的风险保护要求。	
	3.2 应急处理	3.2.1 能通过观察、询问等方法对紧急情况 3.2.2 能进行冰敷、绷带固定等急救操作 3.2.3 能使用电子血压计、紧急医疗服务急救包等急救设备进行应急处理	3.2.1 突发情况的应急处理方法 3.2.2 基础急救设备的使用方法

### 3.2 四级/中级工

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
1. 推介与解答	1.1 推介	1.1.1 能向咨询者介绍体育项目特点与锻炼效果 1.1.2 能根据咨询者需求推介体育项目	1.1.1 体育项目的作用及特点
	1.2 解答	1.2.1 能向咨询者解答体育项目学习中常见的问题 1.2.2 能向咨询者解答不同人群身体素质练习中遇到的常见问题	1.2.1 体育项目学习中常见的问题 1.2.2 不同人群身体素质练习中的常见问题
2. 技术指导	2.1 指导准备	2.1.1 能检查场地运动器材配备情况 2.1.2 能对指导对象的基本身体素质情况进行测试 2.1.3 能根据指导对象基本素质情况制定单次练习课程的针对性练习方案	2.1.1 器材的功能及维修方法 2.1.2 基本身体素质测试知识 2.1.3 专项练习方案的制订方法
	2.2 讲解示范	2.2.1 能讲解技术动作主要环节的特征、作用及注意事项 2.2.2 能对技术动作进行分解示范 2.2.3 能讲解、演示初学者易犯错误动作	2.2.1 技术动作分解示范的方法及要求 2.2.2 初学者易犯错误动作的讲解、演示方法
	2.3 练习指导	2.3.1 能根据指导对象练习需求和练习内容设计分组 2.3.2 能纠正指导对象技术动作共性错误 2.3.3 能按照重复练习法、间歇练习法、持续练习法、循环练习法指导练习	2.3.1 根据指导对象练习需求和练习内容设计分组的方法及要求 2.3.2 重复练习法、间歇练习法、持续练习法、循环练习法的要点
	2.4 练习评价	2.4.1 能结合练习中力量、速度、耐力等综合素质表现评估指导对象运动能力 2.4.2 能评价指导对象动作练习	2.4.1 运动能力的测量与评价方法 2.4.2 动作练习关键环节质量的评价方法

		关键环节质量	
3. 身体素质指导	3.1 一般身体素质指导	3.1.1 能通过一般身体素质测试了解指导对象的身体形态、机能和素质。 3.1.2 能讲解体育项目特征、损伤规律及身体素质需求	3.1.1 身体素质测试方法 3.1.2 身体素质练习常规方法
	3.2 不同人群身体素质指导	3.2.1 能使用评定体重标准方法判断指导对象异常体重 3.2.2 能进行基本的健康饮食宣教	3.2.1 体成分的测定方法 3.2.2 增肌减脂基本原理 3.2.3 健康饮食基本常识
4. 安全防护	4.1 保护帮助	4.1.1 能通过保护帮助提高指导对象完成动作的质量 4.1.2 能识别运动过程中场地、器材和环境安全风险,以及指导对象的运动风险等级	4.1.1 专项练习保护与帮助方法 4.1.2 辅助教学练习方法 4.1.3 不同人群的运动风险与防护常识
	4.2 应急处理	4.2.1 能向医护人员描述伤者(患者)症状,并在医生指导下进行紧急处理 4.2.2 ★能运用心肺复苏技能进行施救	4.2.1 常见救护装备的操作和使用方法 4.2.2 常见运动损伤特征 4.2.3 心肺复苏基本理论和常识

### 3.3 三级/高级工

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
1. 推介与解答	1.1 推介	1.1.1 能根据咨询者基本情况推介练习安排 1.1.2 能向咨询者介绍项目文化	1.1.1 体育项目的理念与文化
	1.2 解答	1.2.1 能向咨询者解答项目练习中遇到的突发问题 1.2.2 能根据咨询者特殊情况(如慢性病等)解答项目练习中特殊注意事项	1.2.1 运动适应症和禁忌症 1.2.2 常用健身方法的特点与作用
2. 技术指导	2.1 指导准备	2.1.1 能根据指导对象身体情况、健身需求选择组合健身器材 2.1.2 能根据指导对象练习需求,制订单次练习课程的练习方案	2.1.1 运动器材综合使用方法 2.1.2 个性化练习方案的制订方法
	2.2 讲解示范	2.2.1 能进行正误动作对比讲解与示范 2.2.2 ★能对体育项目技术动作的危险性进行说明 2.2.3 能讲解示范相似技术动作差异性 2.2.4 能对技术动作的关键点进行分解和重点示范	2.2.1 正误动作对比讲解、示范的方法及要求 2.2.2★高危险性运动的风险与防控常识
	2.3 练习指导	2.3.1 能按照不同练习法的具体要求设计分组 2.3.2 能根据变换练习法等方法调整具体练习内容、负荷	2.3.1 运动负荷相关常识 2.3.2 技术动作分析常识

		2.3.3 能纠正指导对象错误技术动作	
	2.4 练习评价	2.4.1 能对阶段性练习效果进行评价 2.4.2 能根据指导对象练习效果调整运动计划和方案	2.4.1 阶段性练习效果的评价方法 2.4.2 运动计划和方案调整的方法及原则
3. 身体素质指导	3.1 一般身体素质指导	3.1.1 能示范一般身体素质练习的基本动作 3.1.2 能指导一般身体素质练习 3.1.3 能针对指导对象的身体形态问题开展练习指导	3.1.1 一般身体素质练习基本动作的示范方法 3.1.2 一般身体素质练习的指导方法
	3.2 不同人群身体素质指导	3.2.1 能根据指导对象身体情况进行控体重指导 3.2.2 能针对不同年龄和性别的指导对象的情况,选择练习方法制订练习方案 3.2.3 能针对女性特殊时期的实际需求,制订练习方案	3.2.1 控制体重的营养学常识和练习指导方法 3.2.2 青少年儿童、老年人象练习计划的制订方法 3.2.3 女性的生理、心理特点及健身方法
4. 安全防护	4.1 保护帮助	4.1.1 能设计简易、实用的保护与帮助方式 4.1.2 能根据指导对象的练习情况判断调整保护与帮助方法	4.1.1 简易、实用保护与帮助器材的制作方法 4.1.2 常见运动损伤的防护和救治方法
	4.2 应急处理	4.2.1★能使用自动体外除颤器(AED)进行心肺复苏 4.2.2★能协助医生或急救人员进行护理和治疗	4.2.1 自动体外除颤器(AED)使用方法 4.2.2 运动医务监督方法

### 3.4 二级/技师

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
1. 技术指导	1.1 指导准备	1.1.1 能对指导对象进行身心情况评价或测试 1.1.2 能根据指导对象身心情况评价或测试结果设计针对性健身改善方案	1.1.1 运动与健身心理评价常识 1.1.2 改善性练习方案的制订方法
	1.2 讲解示范	1.2.1 能讲解加入特殊限定要求的练习方法的作用与原理 1.2.2 能在特殊练习方法时进行动作示范	1.2.1 加入特殊限定要求的练习方法的作用与原理
	1.3 练习指导	1.3.1 能结合不同人群个性要求进行健身指导 1.3.2 能为有身体损伤的指导对象提供练习指导	1.3.1 不同人群的身体和心理特点 1.3.2 不同人群运动计划制定方法和注意事项 1.3.3 运动损伤练习常识
	1.4 练习评价	1.4.1 能根据评价结果制定提高运动能力的练习计划 1.4.2 能根据练习评价(测评	1.4.1 练习评价(测评数据)的主要内容及作用

		数据) 对技术指导方法进行 调整	
2. 身体素质 指导	2.1 一般身体 素质指导	2.1.1 能分解示范专项素质 练习的技术动作 2.1.2 能演示专项素质练习 的技术动作的易犯错误	2.1.1 专项素质练习技术动作 分解示范的方法及要求 2.1.2 专项素质练习中易犯的 技术动作错误类型
	2.2 不同人群 身体素质指 导	2.2.1 能针对不同职业者特 点和要求选择专项素质练习 内容与方法 2.2.2 能针对不同职业者的 特点和要求制定专项素质练 习方案	2.2.1 不同职业者的生理和心 理特点 2.2.2 专项素质练习方案制订 方法
3. 安全防护	3.1 保护帮助	3.1.1 能为特殊人群选择安 全的运动器材 3.1.2 能通过加强项目易伤 部位的练习, 帮助指导对象 降低运动损伤风险	3.1.1 特殊人群教学、练习 原则与注意事项 3.1.2 特殊人群练习器材使用 方法
	3.2 应急处理	3.2.1 能指导使用运动防护 设备 3.2.2★能处理野外摔伤等 户外运动中的突发事件	3.2.1 运动防护设备使用方法 3.2.2 户外应急防护常识
4. 管理培训	4.1 管理	4.1.1 能制订单项群众体育 活动与竞赛计划 4.1.2 能实施单项群众体育 活动与竞赛计划 4.1.3 能够组队训练参加省 级群众性体育活动与竞赛	4.1.1 活动组织与管理常识 4.1.2 体育行业的规章、制度 4.1.3 运动竞赛学常识 4.1.4 休闲体育的种类、特点 和作用
	4.2 培训	4.2.1 能进行市场调查分析 和预测研究 4.2.2 能进行五级、四级、三 级社会体育指导员基础知识 与专业技能培训	4.2.1 体育营销学常识 4.2.2 教学与指导方法

### 3.5 一级/高级技师

职业功能	工作内容	技能要求	相关知识要求
1. 技术指导	1.1 练习指导	1.1.1 能配合医嘱, 进行医疗辅 助性健身指导 1.1.2 能帮助指导对象进行运动 心理疏导与调适	1.1.1 运动处方常识 1.1.2 运动与锻炼心理学 常识
	1.2 练习评价	1.2.1 能根据体育项目设计成效 评价指标 1.2.2 能创新体育项目测评的标 准和方法	1.2.1 体育项目效果评价 指标设计方法
2. 身体素质 指导	2.1 一般身体 素质指导	2.1.1 能根据指导对象需求制订 专项素质练习计划 2.1.2 能示范专项素质练习技术 动作的关键点 2.1.3 能指导指导对象进行专项	2.1.1 专项素质练习综合 计划制订方法 2.1.2 综合专项素质教学、 训练理论与实践常识

		身体素质练习	
	2.2 不同人群身体素质指导	2.2.1 能根据残障人士具体情况选择矫正身体缺陷和克服功能障碍的专项素质练习方法 2.2.2. 能制订残障人士专项素质练习方案 2.2.3 能通过身体素质练习提高残障人士的健康水平	2.2.1 残障人士的生理、心理特点及健身方法
3. 安全防护	3.1 保护帮助	3.1.1 能根据项目特点制订运动伤害风险防范方案 3.1.2 能指导运动伤害风险方案计划实施和调整	3.1.1 运动伤害风险防范方案制订方法
	3.2 应急处理	3.2.1 能根据项目特点和场地实际情况制定应急处理预案 3.2.2 能评估突发情况级别，并启动应急处理程序 ★3.2.3 能制订组织实施项目的特殊风险防范方案	3.2.1 应急处理预案制订方法 3.2.2 突发情况的评估方法
4. 管理培训	4.1 管理	4.1.1 能合作策划综合性体育活动与竞赛 4.1.2 能合作开展综合性体育活动与竞赛组织 4.1.3 能够组队训练参加全国性群众性体育活动与竞赛	4.1.1 综合性（多项目）体育赛事决策学常识 4.1.2 赛事的组织与管理常识
	4.2 培训	4.2.1 能创新项目练习方法 4.2.2 能进行二级及以下社会体育指导员基础知识与专业技能培训 4.2.3 能编写社会体育指导员培训计划和方案	4.2.1 运动训练和体育教育的前沿理论 4.2.2 体育教案编写方法

## 4 权重表

### 4.1 理论知识

项目		技能等级	五级/ 初级工	四级/ 中级工	三级/ 高级工	二级/ 技师	一级/ 高级技 师
			(%)	(%)	(%)	(%)	(%)
基本 要求	职业道德		5	5	5	5	5
	基础知识		25	20	15	10	10
相关 知识 要求	推介与答询		30	20	20	-	-
	技术指导		30	25	25	25	25
	身体素质指导		-	20	20	25	25
	安全防护		10	10	15	20	20
	管理培训		-	-	-	15	15
合计			100	100	100	100	100

## 4.2 技能操作

项目		技能等级				
		五级/初级 工 (%)	四级/中级 工 (%)	三级/高级 工 (%)	二级/技师 (%)	一级/高级 技师 (%)
技能 要求	推介与解答	10	5	5	-	-
	技术指导	60	50	45	30	20
	身体素质指导	-	25	30	30	30
	安全防护	30	20	20	20	20
	管理培训	-	-	-	20	30
合计		100	100	100	100	100