附件 1

“立德树人—青少年体育第一课”工作指引及课程教学大纲（参考）

一、工作指引

（一）工作目标

围绕立德树人根本任务和体育强国建设要求，引导青少年体育工作者深刻理解青少年体育的育人功能，增强使命感、责任感，树立正确的育人理念，塑造良好的职业道德，掌握青少年人格塑造的规律和教育方法，真正成为青少年健康成长和全面发展的合格引路人。

（二）开设范围

体育总局系统、地方体育行政部门举办的各类（线上、线下）面向青少年体育教学与训练人员（体校教练员、体育教师、体育俱乐部和社会培训机构指导人员）、管理人员、竞赛工作人员、体育社会组织相关人员的培训班，均应将“立德树人—青少年体育第一课”（以下简称“第一课”）作为必修课程。

（三）课程内容与授课方式

1.课程内容和形式

“第一课”安排 4 学时，优先采取线下集中讲授方式，聚焦立德树人核心目标，设置“新时代青少年体育使命担当”

“青少年体育从业者基本职责和职业操守”“转变青少年体育工作理念，践行以体育人”三大教学模块。通过案例教学、情景教学等形式，帮助培训人员理解新时代青少年体育的育人使命，明晰自身职业角色，掌握从业核心准则，培养辨识、抵制违规违纪行为的能力，重塑青少年体育工作的目标观、成绩观、人才观与训练观。

2.授课组织与师资

各省（区、市）、各单位分别负责本地区、本单位授课组织工作。体育总局青少司将组织“第一课”大纲编制专家，前期统一对各地、各单位遴选的骨干教师进行集中培训，培养“种子”师资。各地、各单位建立授课师资库，配齐配强师资队伍，加强教学监督，保证教学质量。青少司还将组织相关专家，不定期赴地方开展送教上门、示范授课活动。

（四）考核评价

课程考核不合格者，不颁发培训证书。

二、“立德树人—青少年体育第一课”教学大纲（参考）

（一）课程基本信息

课程名称：立德树人——青少年体育第一课

适用对象：

第一类：全国青少年体育核心教学与训练人员，包括体育教练员、体育教师、体育教研人员、退役运动员、体育专业学生等；

第二类：全国青少年体育管理与行政人员，包括体育局/教育局管理人员、体育行业组织与协会人员、青少年体育机构人员；

第三类：全国青少年赛事与户外活动运营人员，包括青少年赛事组织人员、青少年户外营地机构人员、青少年体育活动项目策划人员。

课程类别：岗前培训 / 继续教育

总 学 时：4 学时（每学时 45 分钟，共 3 小时）

课程性质：理论与实践结合的通识性必修课

（二）课程目标

立足新时代立德树人根本任务和体育强国建设要求，引导学员深刻理解青少年体育的育人使命，帮助学员建立科学的青少年体育教育观、管理观，明确职业和岗位定位，树立正确的青少年体育理念与职业道德，掌握青少年体育伦理，做到以体育人、以体载德，实现从“技能传授者”向“人生导师”（第一类）、从“行政管理者”向“育人生态构建者”（第二类）、从“活动执行者”向“成长场景设计师”（第三类）的角色转变，成为青少年健康成长和全面发展的引路人、护航人、筑梦人。

1.知识目标

●了解新时代青少年体育的战略定位、国家政策导向和体教融合要求。

●掌握青少年身心发展关键期（“拔节孕穗期”）的特点及其对青少年体育工作的启示。

●明晰青少年体育教学与训练人员、管理与行政人员、赛事与运营人员的基本职责、核心角色、职业规范与先进理念。

2. 情感、态度、价值观目标

●认同“为党育人、为国育才”的崇高使命，确立健康第一、全面发展的教育价值观，将培养全面发展的青少年作为青少年体育的最高追求。

●筑牢廉洁从教思想防线，自觉抵制不正之风，确立公平公正、以体育人的体育道德观，增强身为青少年引路人、护航人、筑梦人的职业荣誉感、责任感与使命感。

●弘扬中华体育精神和奥林匹克精神，确立正确的青少年体育政绩观，尊重青少年成长规律，做“经师”与“人师”的统一者。

（三）课程内容与学时分配

第一模块 新时代青少年体育的使命与担当　学时 0.5

●教学内容要点

1.青少年体育的战略地位：体育强国、健康中国与体教融合政策解读

2.“拔节孕穗期”：青少年世界观、人生观、价值观形成关键期与体育的独特育人功能

3.扣好人生第一粒扣子：青少年体育的首要任务“立德树人”

●教学要求：理解新时代青少年体育承担的育人使命，增强青少年体育工作的方向感和大局观

第二模块 青少年体育从业者基本职责、角色定位、价值取向、职业操守　学时 1.5

●教学内容要点

1.基本职责

第一类人员

—训练参赛：提高青少年运动表现

—授技育人：全面关心青少年成长，认识并处理好“授技”和“育人”关系

—学习研究：提升自己能力水平

第二类人员

—思想引领：构建有利于青少年全面发展的良好生态

—管理育人：全面关心青少年成长，认识并处理好“管理”和“育人”关系

—学习研究：提升自己能力水平

第三类人员

—业务服务：保障活动顺畅运行

—服务育人：全面关心青少年成长，认识并处理好“服务”和“育人”关系

—学习研究：提升自己能力水平

2.角色定位

—“不带半根草去”的奉献者：荣誉感和受人尊重的来源、青少年成长的长期坚守

—潜移默化的引领者：执教、管理、服务行为对运动员“三观”形成的影响和对青少年人格的塑造

—以身作则的示范者：表率作用的体现，言行雅正、生活自律，为人师表的师德师风

—体育文化和体育精神的传播者：中华优秀传统体育文化、中华体育精神和奥林匹克精神的阐释

—全方位的管理者：面对面的直接领导和全面管理

3.价值取向

—授技育人、管理育人、服务育人：以人为本、全面发展、长期主义

—健康第一：身心健康、享受体育

—公平公正：机会均等、尊重规则

—科学训练、科学管理、高质量服务：遵循规律、循序渐进

4.职业操守

—关爱与保护：把青少年全面发展放在首位，保护青少年健康成长

—廉洁自律：自觉遵守职业道德规范，严守赛风赛纪与

反兴奋剂要求，公私分明

—严谨治学与自我提升：持续学习、充分准备、潜心钻研，精进业务能力和综合素养

—尊重与合作：尊重青少年、尊重家长、尊重同行

●教学要求：突出“授技育人”“管理育人”“服务育人”的内在统一，用正反典型案例强化廉洁从业、公平公正的价值准则，引导第一类人员从单纯的技能传授者转变为青少年全面发展的促进者，第二类人员从单纯的行政管理者转变为青少年以体育人生态构建者，第三类人员从单纯的活动执行者转变为青少年成长场景设计师，培植学员的教育情怀，使学员通过培训能清晰说出自己扮演的多元角色，掌握青少年体育从业者职业道德的核心要求，能辨识并抵制违反职业道德和赛风赛纪的行为，能结合实例说明“全面关心”在实践中的体现。

第三模块 转变青少年体育工作理念，践行以体育人 学时 2

●教学内容要点

1.外在与内在

—“金牌至上”背后的政绩观偏差：唯金牌论、锦标主义的表现

—“育人为要”的价值重塑：回归“人的全面发展”，构建“多元综合”目标体系，调整激励导向、改革评价体系

2.失败与成功

—“成王败寇”背后的政绩焦虑：假年龄、假身份、冒名顶替、操纵比赛、闹赛罢赛、体罚孩子、教唆恶意犯规、教唆服用兴奋剂等方面反面典型案例的剖析

—“虽败犹荣”的认知重塑：重新定义“成败”，拥抱“虽败犹荣”，学会“享受过程”，建立“创新容错机制”，完善心理干预和退役保障

3.开放与封闭

—“相对封闭”背后的时代局限：体育后备人才培养的体教分离，“三级训练网”

—“回归社会”的新型模式：体教融合，家校社协同的后备人才培养，“区队校办”与“校队市办”的北京模式，清华大学高水平运动员的培养

4.学习与训练

—“文化缺失”背后的代价：文化水平、综合素养与运动员退役就业

—“学训双优”的时代要求：德智体美劳全面发展，国际青少年运动员文化教育，学训双优运动员的经典案例

5.时间与效率

—“经验苦练”背后的训练困局：功利主义、急功近利、时间堆砌、苦练主义，只顾从难、从严、大运动量训练，忽略了从实战出发的核心，导致训练场上的形式主义，训练的

实际效果被忽视，运动员伤病缠身，过早结束运动生涯

—“科技智练”的范式革命：确立“科技引领”的新思维，组建跨学科复合型团队，以人为本个性化、精准化训练，构建“全生命周期”保障体系

●教学要求：以成长型思维重塑青少年体育目标观、成败观、培

养观、人才观、训练观，体现对青少年主体地位的尊重，落实全面育人理念。使学员通过培训能够结合自身工作经历，辩证分析上述理念转变的现实意义，初步形成以“育人”为核心的授技育人、管理育人、服务育人理念。

（四）教学方法与手段

本课程坚持“价值引领、理论联系实际、学员主体参与”原则，综合运用多种教学方法，将系统讲授青训政策、青少年成长规律、青少年从业人员职业道德与执教、管理、服务理念等核心内容与选取优秀育人案例及反面案例、组织分析讨论相结合，引发学员深度思考，强化道德判断，避免枯燥的理论灌输。讨论内容可结合形势变化灵活设置，如围绕“2012 年伦敦奥运会羽毛球女双小组赛中国选手的故意输球行为”“2026 年中国青少年足球联赛北京赛区 U10 组东城体校 16 橙队与踢球者兰队的比赛中两队互射自家球门行为”展开交流碰撞，探讨如何看待“利用规则”与“突破底线”，学会处理实际工作中的难题。

（五）考核方式与标准

本课程侧重于理念的内化和行为的改变，考核以过程性评价为主，注重学习实效与反思转化。

考核项目	比重	具体要求
学习纪律与出勤	10%	全程参加 4 学时课程，无迟到早退
课堂参与度	30%	积极发言，参与研讨，提出有建设性的问题或观点
结业作业	60%	1.学员需签署一份《青少年体育从业人员职业道德承诺书》，并撰写一份个人的从业宣言，明确自己的育人目标。 2.提交一篇不少于 800 字的《我的青少年体育第一课反思与行动计划》。内容须结合所学，分析自身从业中需改进之处，明确如何在训练、管理、服务中落实“以体育人”理念，列出不少于三项可执行的改进措施。

总评合格标准：满分为 100 分，总分 60 分及以上为合格。凡结业作业中发现严重抄袭或违背课程核心价值者，不予通过。

注：本大纲在执行中可根据学员构成（如全国青少年体育核心教学与训练人员、全国青少年体育管理与行政人员、全国青少年赛事与户外活动运营人员等）适当调整案例选编和讲授、研讨重点，以增强针对性与实效性。