

团 体 标 准

T/SHTY 3—2020
代替 T/SHTY 3—2018

社会体育指导员 健美操项目鉴定要求

Social sports instructors—Requirements for appraisal of aerobics

2020 - 11 - 03 发布

2020 - 12 - 03 实施

前 言

本标准依据GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本标准由珠海市社会体育指导员协会提出并归口。

本文件代替了T/SHTY 3—2018《社会体育指导员 健美操项目鉴定要求》，与T/SHTY 3—2018相比，除结构调整和编辑性改正外，主要技术变化如下：

- a) 封面增加英文名称；
- b) 增加了“规范性引用文件”一章（见第2章）；
- c) 增加了“术语和定义”一章（见第3章）；
- d) 删除表1的表题，在文中增加“健美操专项技能实践考核各级别分数及比例见表1。”的描述（见4.6节）；
- e) 5.1.1、5.1.2、5.1.3和5.1.4整合为“基本技术考核、指导能力考核、专项理论考核考核详情见表8。”（见第7.1节）
- f) 删除表B.1、表B.2和表B.3的标题。
- g) 本标准主要起草单位：珠海市社会体育指导员协会、珠海鼎基标准技术有限公司、辽宁大学商学院。
- h) 本标准主要起草人：袁旭明、沈先宝、吴钢、蒋国权、乔宝良、郭舒。

本标准的历次发布情况为：

——T/SHTY 3—2018。

社会体育指导员 健美操项目鉴定要求

1 范围

本标准规定了健美操项目社会体育指导员鉴定的考核要求、鉴定内容和考核方案。
本标准适用于从事或准备从事健美操社会体育指导员的人员。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

本文件没有规范性引用文件。

3 术语和定义

本文件没有需要界定的术语和定义。

4 考核要求

4.1 申报条件

4.1.1 三级健美操社会体育指导员（具备以下条件之一者）：

- a) 经本职业初级正规培训达到规定标准学时数，通过初级相应考核，并取得毕（结）业证书；
- b) 取得体育中等专科学校毕业证书。

4.1.2 二级健美操社会体育指导员（具备以下条件之一者）：

- a) 取得健美操社会体育指导员三级职业资格证书后，连续从事本职业工作 3 年以上；经本健美操社会体育指导员二级正规培训达到规定标准学时数，并经相应考核取得毕（结）业证书；
- b) 取得二级以上（包括二级）运动员等级证书，经本职业中级正规培训达到规定标准学时数，并经考核取得毕（结）业证书后，连续从事本职业工作至少 1 年；
- c) 高等院校体育专业专科以上毕业。

4.1.3 一级健美操社会体育指导员（具备以下条件之一者）：

- a) 具有体育专业中专以上毕业证书，取得健美操社会体育指导员资格证书后，连续从事本职业工作 5 年以上；
- b) 取得本职业健美操社会体育指导员二级资格证书后，连续从事本指导工作 3 年以上，经本职业高级正规培训达到规定标准学时数，并经考核取得毕（结）业证书。

4.2 考生与考评员比例

4.2.1 专项理论知识考试：每个标准考场每 30 名考生配备 2 名监考人员。

4.2.2 技能操作考试：由2-4名考评员组成考评小组，考评组按照评分标准现场对30名考生逐一（或分小组）独立评分。

4.3 鉴定方式

4.3.1 专项理论知识：笔试（闭卷）。

4.3.2 技能操作：对基本技术、指导能力的现场测试与演示。

4.4 鉴定地点

4.4.1 专项理论知识：指定室内笔试场所。

4.4.2 技能操作：指定健美操场馆。

4.5 考试要求

4.5.1 理论考试要求：考试时间30—40分钟，30人统一时间、统一考场考试。满分为100分，60分及格。

4.5.2 技能考试要求：包括基本技术和综合能力的两部分考核。考试时间为30人约半天时间；分别采用个人或小组方式进行技能测试和模拟演示。满分为100分，60分及格。

4.6 评分

健美操专项技能实践考核的各部分按百分制评分；然后参考各部分在相应级别里的比重核算出最后得分。健美操专项技能实践考核各级别分数及比例见表1。

表1

级别	考核内容			
	专项理论	基本技术	指导能力	总分
三级	20%	40%	40%	100%
二级	20%	30%	50%	100%
一级	20%	20%	60%	100%

4.7 考核成绩与发证

凡参加健美操各级别社会体育指导员技能鉴定考核的学员，必须在专项理论、专项技能操作的考核中分别达到60分以上，方视为通过全部考核，才能获得各级别相应的健美操社会体育指导员证书。

5 鉴定内容

5.1 健美操三级社会体育指导员专项理论鉴定内容见表2。

表2

理论知识	公共理论	专项理论
	—	健美操教学中的基本组织与教法

5.2 健美操二级社会体育指导员专项理论鉴定内容见表3。

表3

理论知识	公共理论	专项理论
	—	健美操运动中的相关原理与理论

5.3 健美操一级社会体育指导员专项理论鉴定内容见表4。

表4

理论知识	公共理论	专项理论
	—	健美操运动的发展与规律

6 健美操专项技能鉴定内容

6.1 健美操三级社会体育指导员专项技能鉴定内容见表5。

表5

技能操作内容及比重		
基本技术 40%	综合能力 40%	
	领操 20%	特种课程 20%
大众锻炼标准 2-3 级抽一套动作	5 分钟领操 32 拍基本动作组合	5 分钟 特殊课种教学
	32 拍课种示范 1. 组合动作编排基本合理；2. 示范动作完整、规范。 特种课程考试内容 1. 力量类课程	

6.2 健美操二级社会体育指导员专项技能鉴定内容见表6。

表6

技能操作内容及比重		
基本技术 30%	综合能力 50%	
大众锻炼标准 3-5 级抽一套动作	领操 20%	特种课程 30%
	5 分钟领操 32 拍组合适当加入变化因素	5 分钟 特殊课种教学
	32 拍课种示范 1. 组合动作编排合理 2. 示范动作完整、规范 特种课程考试内容 1. 力量类课程 2. 垫上类课程	

6.3 健美操一级社会体育指导员专项技能鉴定内容见表 7。

表7

技能操作内容及比重		
基本技术 20%	综合能力 60%	
大众锻炼标准 4-6 级抽一套动作	领操 20%	特种课程 40%
	6 分钟领操 32 拍组合加入图形等变化	5 分钟 特殊课种教学
	32 拍课种示范 1. 组合动作编排合理（功率自行车动作设计安全、合理） 2. 示范动作完整、规范 特种课程考试内容 1. 力量类课程 2. 垫上类课程 3. 舞蹈类课程	
注：特种课程在所列的力量、垫上、舞蹈类课程中任选一门		

6.3.1 力量类课程：踏板、杆铃操、搏击操、动感单车；

6.3.2 垫上类课程：身体平衡、腰腹、大球操/健身球、（瑜伽、普拉提）静态伸展；

6.3.3 舞蹈类课程：健身街舞、有氧拉丁、爵士、肚皮舞。

7 考核方案

7.1 考核项目

基本技术考核、指导能力考核、专项理论考核考核详情见表 8。

表8

	三级	二级	一级
基本技术及比例	大众锻炼标准 2-3级抽一套动作 注：根据抽签确定考试内容。	大众锻炼标准 3-5级抽一套动作 注：根据抽签确定考试内容。	大众锻炼标准 4-6级抽一套动作 注：根据抽签确定考试内容。
	40%	30%	20%
综合能力及比例	领操（20%）： 5分钟领操 32拍基本动作组合 特殊课种（20%）： 5分钟特殊课种教学力量类课程	领操（20%）： 5分钟领操 32拍组合适当加入变化因素 特殊课种（30%）： 5分钟特殊课种教学 1. 力量类课程 2. 垫上类课程	领操（20%）： 6分钟领操 32拍组合加入图形等变化 特殊课种（40%）： 5分钟特殊课种教学 1. 力量类课程 2. 垫上类课程 3. 舞蹈类课程
	40%	50%	60%
理论答辩及比例	健美操教学中的基本组织与教法（42个题）	健美操运动中的相关原理与理论（42个题）	健美操运动的发展与规律（42个题）
	20%	20%	20%

7.2 考核程序

7.2.1 学员在考前通过抽签取得考核顺序和内容，并初步完成指导能力实践课的设计。

7.2.2 每名学员的考试时间约30分钟，包括专项技术和指导能力、理论三部分，指导能力考核时间约占2/3。

7.2.3 考评教师必须在考核后与学员谈话1—2分钟，指出学员的优缺点，并填写学员的考评成绩和评语。

7.2.4 专项技术考核：进行各级规定的专项技术测试与评分，满分为100分。

7.2.5 指导能力考核：如无特定的教学对象，全体学员则为指导能力实践课的教学对象。教学对象必须服从被考学员的指挥，配合所有考核内容的完成。指导能力考核满分为100分。

7.2.6 专项理论考核程序：

- a) 考试前学员通过抽签取得答辩序号；
- b) 按照序号抽取答辩考试题；
- c) 抽题后学员有5分钟的思考时间；
- d) 每位学员回答问题的时间为5—10分钟（根据考试内容而定）；
- e) 答辩满分为100分，并按照比例换算加入总分。

7.3 成绩评定方式与评分标准

7.3.1 专项技术评定和指导能力考试（及理论），均由3人组成考评小组进行考试，取中间成绩为学员的最后分数，评定分数均为百分制。

7.3.2 专项技术和指导能力（及理论），最终按照相应的比例计算出专项技能考核总成绩。专项技能总成绩满分为100分，60分为合格。

7.4 场地、器材

培训单位须提供标准50X25米健美操场地；考试所需其他场地、设备和各种准备工作。

7.5 服装、用具

学员着装不限，适合运动，可适当增加服装配饰。服装不整者不准参加考试。

7.6 安全注意事项

学员须提前熟悉场地、设施。考核前认真进行准备活动，以免考试中发生意外事故。

10-11	90-100分
9	80-89分
8	70-79分
7	60-69分
6或以下	60以下

一级领操评分表（百分制）

序号	姓名	评 分 因 素								得到√数量	得分	最后成绩
		完成正反32拍组合	示范动作正确正确，运用示范面及转换	口令清晰、有一定的提前量	节奏感强、动作合拍，手势清楚、及时	正确运用固定保持法，教学过程清晰流畅	能综合运用各种教学方法	编排合理，供习择	与学员有一定的交流			

图A.7

附 录 B
(规范性附录)
32 拍课种教学考评方式

表B.1是三级健美操社会体育指导员32拍课种教学评分标准;表B.2是二级健美操社会体育指导员32拍课种教学评分标准;表B.3是一级健美操社会体育指导员32拍课种教学评分标准。

表B.1

内容	分值	考评要点	评分要点		
			熟练	合格	不合格
32 拍课种示范	20	组合动作编排基本合理	10-11	9-4	3-0
		2. 示范动作完整、规范	10-11	9-4	3-0
讲解	15	对动作的表述基本正确	15-10	9-4	5-0
综合指导能力	65	1. 教学方法、过程基本清晰流畅	20-15	14-10	9-0
		2. 口令清晰	10-11	9-4	3-0
		3. 手势清楚、及时	10-11	9-4	3-0
		4. 音乐选配正确	10-11	9-4	3-0
		5. 纠正错误基本准确	5-4	3-2	1-0
		6. 具有一定的调动情绪能力	5-4	3-2	1-0
		7. 具有安全指导意识	5-4	3-2	1-0

表B.2

内容	分值	考评要点	评分要点		
			熟练	合格	不合格
32 拍课种示范	20	1. 组合动作编排合理	10-11	9-4	3-0
		2. 示范动作完整、规范	10-11	9-4	3-0
讲解	15	对动作的表述清晰、准确	15-10	9-4	5-0
综合指导	65	1. 教学方法、过程清晰流畅	20-15	14-10	9-0
		2. 口令清晰	10-11	9-4	3-0
		3. 手势清楚、及时	10-11	9-4	3-0

表 B.2(续)

能力	分值	考评要点	评分要点		
			熟练	合格	不合格
		4. 音乐选配正确	10-11	9-4	3-0
		5. 纠正错误准确	5-4	3-2	1-0
		6. 课堂气氛掌控力强。	5-4	3-2	1-0
		7. 具有一定安全指导能力	5-4	3-2	1-0

表B.3

内容	分值	考评要点	评分要点		
			熟练	合格	不合格
32 拍课 种示范	20	1. 组合动作编排合理(功率自行车动作设计安全、合理)	10-11	9-4	3-0
		2. 示范动作完整、规范	10-11	9-4	3-0
讲解	15	对动作的表述清晰、准确	15-10	9-4	5-0
综合 指导 能力	65	1. 教学方法、过程清晰流畅	20-15	14-10	9-0
		2. 口令清晰	10-11	9-4	3-0
		3. 手势清楚、及时	10-11	9-4	3-0
		4. 音乐选配正确	10-11	9-4	3-0
		5. 纠正错误准确	5-4	3-2	1-0
		6. 安有较强的感染力和情绪调动能力	5-4	3-2	1-0
		7. 安全指导能力强	5-4	3-2	1-0