

# 北京体育职业学院

教育与体育大类

体育保健与康复专业（运动康复方向）

（570306）

人才培养方案

（2022级三年制高职）

编制工作负责人		鹿国晖
调研团队		鹿国晖 刘杨
拟稿	校内团队	鹿国晖 刘杨
	企业团队	颐信泰通（北京）信息科技股份有限公司人员
论证	校内专家	北京体育职业学院教学管理委员会成员
	企业专家	黄志基、徐建武、段士民
院系		社会体育系
修订日期		2022年5月10日

# 体育保健与康复专业（运动康复方向）人才培养方案

## 一、专业名称（专业代码）

专业名称： 体育保健与康复

专业代码： 570306

## 二、入学要求

普通高级中学毕业、中等职业学校毕业或具备同等学历。

## 三、基本修业年限

三年

## 四、职业面向

表1 本专业职业面向

所属专业大类(代码)	教育与体育 (57)
所属专业类(代码)	体育类 (5703)
对应行业(代码)	体育 (89)；卫生 (84)
主要职业类别(代码)	体育专业人员 (2-09-07) 健身与娱乐场所服务人员 (4-13-04) 健康咨询服务人员 (4-14-02) 保健服务人员 (4-10-04)
主要岗位(群)或技术领域举例	康复治疗师(士)、运动康复师、体重管理、老年康体指导、产后恢复、家庭保健按摩
职业类证书举例	运动营养咨询与指导 运动康复师 产后恢复

## 五、培养目标与培养规格

### (一) 培养目标

本专业培养能够践行社会主义核心价值观，德、智、体、美、劳全面

发展，具有一定的科学文化水平，良好的人文素养、职业道德意识，精益求精、守正创新的精神和信息素养，较强的就业创业能力和可持续发展的能力，面向体育、卫生等行业的体育专业人员、健身和娱乐场所服务人员、保健服务人员、医疗辅助服务人员等职业群，掌握运动康复基础理论和基本技能，能够从事运动康复、体能康复、运动保健、传统康复保健、健康指导与管理等工作的高素质技术技能人才。

## （二）培养规格

本专业学生应在系统学习本专业知识并完成有关实习实训基础上，全面提升素质、知识、能力，掌握并实际运用岗位（群）需要的专业核心技术技能，总体上须达到以下要求。

1. 坚定拥护中国共产党领导和中国特色社会主义制度，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，践行社会主义核心价值观，具有坚定的理想信念、深厚的爱国情感和中华民族自豪感；

2. 能够熟练掌握与本专业从事职业活动相关的国家法律、行业规定，掌握环境保护、安全防护、质量管理等相关知识与技能，了解相关产业文化，遵守职业道德准则和行为规范，具备社会责任感和担当精神；

3. 掌握支撑本专业学习和可持续发展必备的思想政理论、科学文化基础、中华优秀传统文化、信息技术等基础知识，具有良好的科学素养与人文素养，具备职业生涯规划能力；

4. 具有良好的语言表达能力、文字表达能力、沟通合作能力，具有较强的集体意识和团队合作意识，学习一门外语并结合专业加以运用；

5. 能够评估常见急慢性运动伤病并进行现场急救、处理；

6. 能够运用推拿、拔罐、艾灸等中医传统疗法对常见疾病及运动损伤进行康复治疗；

7. 能够对常见疾病及损伤进行运动康复训练；

8. 能够合理运用理疗仪器对常见疾病及运动损伤进行康复治疗；

9. 能够正确实施拉伸、贴扎、护具使用等运动防护技术；

10. 能够进行人体体质健康评估并制订运动处方和运动健康管理方

案；

11. 能够指导不同人群进行科学健身和预防运动伤病；

12. 能够通过运动手段对不同人群的体态异常进行矫正；

13. 具有适应产业数字化发展需求的基本数字技能，掌握信息技术基础知识、专业信息技术能力，基本掌握运动训练领域数字化技能；

14. 具有探究学习、终身学习能力，具有整合知识和综合运用知识分析问题和解决问题的能力；

15. 掌握至少 1 项体育项目，达到国家大学生体质测试合格标准，养成良好的运动习惯、卫生习惯和行为习惯；具备一定的心理调适能力；

16. 掌握必备的美育知识，具有一定的文化修养、审美能力；

17. 弘扬劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的时代精神，热爱劳动人民、珍惜劳动成果、树立劳动观念、积极投身劳动，具备与本专业职业发展相适应的劳动素养、劳动技能。

## 六、课程设置与要求

### (一) 课程体系



图 1 体育保健与康复专业课程体系图

## (二) 课程要求

### 1. 公共基础课

#### (1) 必修课

表 2 公共基础必修课程主要教学内容与要求

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
实用英语 1	1GBTF072SYY1	高职英语课程分为基础模块和拓展模块。该课程是基础模块，主要内容包括个人、职业、社会、科学、文化、环境等主题相关的语言知识、文化知识以及职场通用英语技能训练。通过本课程的学习，学生能掌握必要的英语语音、词汇、语法、语篇和语用知识，获得多元文化知识，提升在日常生活和职场情境中的听、说、读、看、写、译技能。该课程对标全国高等学校英语应用能力 A、B 级考试，学生完成该课程的学习，知识水平应达到 B 级水平。	理论 64 学时， 实践 8 学时	
实用英语 2	1GBTF072SYY2	高职英语课程分为基础模块和拓展模块。该课程是基础模块，主要内容包括个人、职业、社会、科学、文化、环境等主题相关的语言知识、文化知识以及职场通用英语技能训练。通过本课程的学习，学生能掌握必要的英语语音、词汇、语法、语篇和语用知识，获得多元文化知识，提升在日常生活和职场情境中的听、说、读、看、写、译技能。该课程对标全国高等学校英语应用能力 A、B 级考试，学生完成该课程的学习，知识水平应达到 B 级水平。	理论 64 学时， 实践 8 学时	
康复英语	1GBTF036KYF	高职英语课程分为基础模块和拓展模块。该课程是拓展模块，主要内容包括身体部位、关节、骨骼和肌肉等人体结构的英文名称；使用英语语言进行问诊的交际过程；运动损伤相关治疗方法的英文表达，如拉伤，扭伤，骨折等。通过该课程的学习，学生能够在掌握运动康复相关词汇表达的基础上，根据不同伤病种类进行英文问诊，使用英文给出治疗方案，并具备一定的运动康复英文文献阅读能力，进而达到能够在英文环境下开展运动康复工作的基本要求。	理论 32 学时， 实践 4 学时	
大学语文 (中华传统文化+应用文写作)	1GBTF072DWX	《应用文写作》主要包括：应用文基础知识、日常应用文、礼仪应用文、事务应用文、行政公文等内容。通过该课的学习，学生了解了常见应用文体，如专用书信、通知、请示、计划、总结、个人简历的含义及种类；掌握了应用文的特点、作用以及不同类型的应用文写作的基本格式和基本要求；具备了应用文写作能力和文章分析处理能力；获	理论 68 学时， 实践 4 学时	

		取了分析问题和解决问题的思维能力；提升了文化内核并培养了文化素养。		
信息技术	1GBTF072XSX	《信息技术》基础模块 该课程的主要任务是使学生获得进一步学习和职业发展所必需信息的获取、表示、传输、存储、加工、应用等各种技术。学生通过学习本课程，掌握常用的工具软件和信息化办公技术，具备支撑专业学习的能力和运用信息技术解决问题的思维习惯；培养学生的团队意识和进取精神，为职业能力的持续发展奠定基础。课程学习结束后，学生可参加全国计算机等级考试（MS OFFICE 一级）。	理论 24 学时， 实践 48 学时	
信息素养	1GBTF072XYX	《信息素养》专业模块 课程通过对信息处理理论学习、技能训练，及综合实践，使学生信息素养和信息技术应用能力得到全面提升。学生通过学习本课程，轻松解决在日常生活、学习和工作中遇到的各种获取信息的难题，快速掌握各类信息获取技能，有效提升信息素养。	理论 24 学时， 实践 48 学时	
思想道德修养与法制	1GBTF054SZY	该课程共分为四个专题，即绪论、思想、道德和法治四个专题。通过本门课的学习，帮助学生正确面对人生的各种困惑、树立远大志向和坚定的理想信念、了解中华民族重精神的传统、积极践行社会主义核心价值观，让学生明确不同社会形态和不同关系中的道德对个人发展的意义，同时通过法治内容的学习，使学生树立法治观念，从而更好地适应社会。	理论课 46 学时， 实践课 8 学时	
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	1GBTF072MLX	该课程主要内容包括毛泽东思想模块，邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观模块、习近平新时代中国特色社会主义思想模块，共三大模块。该课程教学要求学生在掌握马克思主义中国化的历史进程和基本理论成果的基础上，理解并运用马克思主义立场、观点、方法解决社会发展和现实生活的基本问题，具备调查研究、明辨是非和正确表达思想观点的能力，进而达到社会主义现代化事业合格建设者所应有的基本政治素质和相应的基本要求。	理论课 64 学时， 实践课 8 学时	
职业发展与就业指导	1GBTF072ZDY	本课程分为职业发展规划和就业指导两个模块。该课程既强调职业在人生发展中的重要地位，又关注学生的全面发展和终身发展。通过本课程的学习，使大学生不断提高职业生涯发展的自主意识，树立正确的职业观、就业观，促使大学生理性地规划运动职业生涯发展和自身未来的发	理论课 64 学时， 实践	

		展,努力在学习过程中提高自身职业生涯管理能力和就业能力。	课 8 学时	
形势与政策	1GBTF018XCY	形势与政策课程是学生了解国家形势与政策的主渠道。通过形势与政策基本知识的学习以及当前国内外重大、热点问题的教育,帮助学生认清国际国内形势,了解党和国家重大方针政策,开阔视野,提高学生参与民主生活的能力,增强对伟大民族复兴的信心,积极投身改革开放和社会主义现代化建设。	理论课 16 学时, 实践 2 学时	
军事理论与军训	1GBTF072JXY	本课程以国防教育为主线,通过对军事理论和军事技能训练的学习和实践,使学生掌握基本的军事理论、军事知识与技能,有助于增强学生的国防观念、国家安全意识和忧患危机意识,弘扬爱国主义精神、传承红色基因,强化集体主义观念、法制意识;有助于增强学生的综合素质,提高学生的综合能力,为中国人民解放军训练后备兵员和培养预备役军官打下坚实的基础。	理论课 36 学时, 实践课时 36 学时	军事技能训练 14 天
心理健康教育	1GBTF036XYK	本课程主要提供学生明确心理健康的基础知识,心理健康的中外标准及学习意义,通过学习本课程增强自我心理保健意识和心理危机预防意识,促使学生具备应对心理问题、维护心理健康的意识,并努力培养自我发展、培养人际沟通能力、自主学习方法的能力,具有健康的情绪表达、具有不断地主动适应新环境、解决新问题的能力,促进学生适应环境全面发展,提高心理素质,成为一名具有心理健康意识的社会主义建设者。	理论课 18 学时, 实践课时 18 学时	
劳动教育	1GBTF036LYD	该课程主要内容包括劳动概念与历史、劳模精神工匠精神以及劳动法律与权益等。通过本课程的学习,使学生树立正确的劳动态度,懂得劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的道理。同时教育引导学生崇尚劳动、尊重劳动,养成辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动和吃苦耐劳的品质。	理论 6 课时, 实践 30 课时	

## (2) 选修课

表 3 公共基础选修课程主要教学内容与要求

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
------	------	-----------	----	----

逻辑推理	4GBTFO36LLJ	课程主要内容包括思维的内涵、特征及基本形态，不同思维形态的逻辑形式，逻辑基本规律和简单的逻辑方法。课程的教学要求是学生掌握概念的特征及明确概念的逻辑方法，掌握不同形式命题及其推理，学会运用逻辑推理观察和分析问题，为提高自身逻辑思维能力打下扎实的基础。	理论 32 学 时 实践 4 学 时	
创新创业课程	4GBTFO36CCY	该课程主要内容包括创新方法、创业机会、资源整合、创业团队以及创业实例等。该课程的教学要求是学生在掌握创新创业所需知识和方法的基础上，了解创业环境，建立创新思维，激发创造潜能，具备一定的创新创业意识和能力	理论课 32 学时， 实践课 4 学时	
人文地理	4GBTFO36RLW	通过学习，学生能掌握人文地理学的基本知识，了解人类文化与地理环境之间的相互关系，培养正确的人地观，形成可持续发展和环境保护意识，具备运用人文地理学研究方法分析区域人文地理现象和问题的能力，能自觉参与维护国家和地区的可持续发展。	理论课 32 学时， 实践课 4 学时	

## 2. 专业课程

### (1) 专业基础课程

表 4 专业基础课程主要教学内容与要求

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
临床医学基础	2GBTFO54LCX	课程主要内容包括：诊断学基础、医学影像学基础和外科总论三部分。课程教学要求是学生在掌握人体基本解剖结构和生理机能的基础上，利用诊断学基础知识认识常见疾病的症状体征，了解医学影像学的种类和诊断方法，掌握外科疾病和运动损伤的判断标准，从而能够及时评估运动损伤，科学制定损伤预防和康复方案。	54	
运动解剖基础	2GBTFO72YCP	课程内容主要讲述人体运动的执行体系，包括运动系统各器官形态结构的特点、关节的运动规律、运动的主要肌群以及发展肌肉力量和柔韧性等素质的基本原理。课程教学要求是学生在掌握基本理论知识的基础上，掌握运动系统各器官的形态、位置和机能，熟悉发展运动系统功能的训练方法，为将来从事康复评定、康复训练等工作提供理论	72	



		依据。		
运动生理基础	2GBTF036YCL	课程内容主要包括人体运动供能体系与指挥体系的形态结构及功能，运动过程中人体机能、身体素质、运动的变化规律等基本知识。本课程共 36 学时，理论 24 学时，实践 12 学时。课程教学要求是培养学生对人体生命活动的基本知识的全面了解和基本规律的系统认识，初步掌握人体各器官系统基本特征和运动器官的基本工作原理；了解生长发育的一般规律；了解体育运动对人体机能的影响及其规律。提高学生从事体育的理论基础和素质。使学生为体育教学和运动训练活动及提高自身健康水平提供的理论基础，并为后续课程奠定基础，为各项运动技术的教学和训练提供理论依据。	36	
中医学基础	2GBTF054ZCX	课程主要内容包括阴阳五行、藏象、精气血津液、经络、体质、病因、病机、诊断、辩证、治则、养生预防与康复等方面的内容。课程教学要求是学生从整体、联系、运动的观念出发，认识和解决中医学的相关问题，学生能够以独特的思维方法和原理法则，客观地概括人体生命活动、病理变化、诊断治疗、养生康复的基本规律，从而达到利用中国传统治疗技术为运动康复服务的目的。	54	
礼仪与沟通技巧	2GBTF036LQT	该课程是一门涉及管理学、公共关系学、礼仪学等学科的综合课程，具有非常强的实践操作性。课程主要任务是通过社交礼仪和沟通技巧的教学，使学生掌握礼仪基本规范和有效沟通的基本理论，通过能力训练及实践活动，培养符合新时期岗位要求，掌握必要的职业礼仪技能，具备良好的职业素养、健全人格的学生，注重道德修养，提高学生自身素养与内涵，适应未来工作需要。	36	
骨科与肌动学基础	2GBTF072GCX	课程主要内容包括：骨科与肌动学基本概念与基本理论、上肢骨及肌动学、中轴骨骼及肌动学、下肢骨及肌动学。课程教学要求是学生在掌握人体基本解剖结构的基础上，利用运动生理学基本理论和规律，掌握骨骼肌相互合作的基本原理及单一肌肉损伤获肌力不足对人体造成的影响，掌握相关神经肌肉功能，从而能够科学制定并实施运动康复方案。	72	
体能训练	2GBTF072TLN	课程主要内容包括体能训练的目标与原则、体能测试与评估的方法、基础体能的建设、体能训练的方法及体能训练设计方案等。课程教学要求是学生掌握体能本质的概念和	72	

		评估测试的方法，结合基础体能的建设，对速度、灵敏、力量、柔韧等素质进行有效的训练，并指定相应的训练计划，进而达到体能教练的基本要求。		
--	--	--	--	--

## (2) 专业核心课程

表 5 专业核心课程主要教学内容与要求

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
运动损伤预防与急救	3GBTF054YJY	课程主要包括运动损伤概述、检伤分类、急救基本技术（止血、包扎、固定、转运）、心肺复苏术和身体各部常见运动损伤机制和原理和临场处理等内容。课程教学要求是在具备一定的解剖学、生理学知识的前提下，掌握常见运动损伤的诊断，并能够根据实际情况选择科学有效的处置方法。通过案例讲解和课堂演练，使学生具备在运动过程中基本的救护能力。	54	
康复评定与治疗	3GBTF072KLY	课程主要包括运动功能评定、功能性训练、物理因子治疗、作业治疗、手法治疗和贴扎等。课程教学要求是学生能够根据客户的实际情况，正确采集病史，选择相应的评定量表和评定方法为客户进行评估；能够针对不同的功能障碍人群，选择作业活动和训练，改变运动模式，最大限度地恢复或提高客户的生活和工作能力；能够掌握常见物理因子治疗、手法治疗和贴扎治疗的适应证和禁忌证，针对客户情况制订详细的康复治疗计划。	72	
康复训练指导	3GBTF072KDL	课程主要包括重置性训练、功能性训练、力量训练、有氧训练、专项训练等。课程教学要求是学生能够根据评定分析结果，制订训练计划，选择合适的重置性训练方法和合适的介入时机；能够根据评定分析结果，制订训练计划，选择合适的功能性训练方法；能够根据评定分析结果，制订训练计划，选择合适的力量训练和有氧训练；能够根据客户所需要的专项运动或专项动作，正确选择相适应的专项训练方法。	72	
特殊人群康复	3GBTF072TFQ	课程主要包括儿童体适能训练、女性康复治疗、老年人康复治疗、慢病人群康复治疗、亚健康人群康复治疗等。课程教学要求是学生能够了解儿童常见运动功能障碍的症状、女性盆底功能障碍的症状（漏尿等）老年综合征，通过所学知识进行鉴别或评估，给出评估结果，做出个性化的康复训练方案；能够掌握常见慢性病和亚健康的运动康复训练手段，合理应用这些手段对慢性病和亚健康患者	72	

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
		进行运动康复训练。		
物理治疗	3GBTF072WLL	课程主要包括伤病评估、慢性疼痛管理、骨科术后康复、体态矫正和体能训练等。课程教学要求是学生能够对患者进行初步的问诊，收集病症信息，对患者进行伤病评估；能够根据患者的疼痛症状，设计有针对性的康复方案；能够掌握骨科手术术后的恢复周期，并加入康复措施；能够掌握身体骨性结构标志，辨别客户的不良体态并能进行纠正；能够在掌握生物力学、运动解剖及生理等基础学科知识的基础上，分析客户的身体状况，确定康复训练方向。	72	
中医亚健康管理	3GBTF072ZLK	课程主要包括体质辨识、推拿按摩、拔罐、艾灸、刮痧、药浴和药膳指导等。课程教学要求是学生能够掌握中医九种体质，熟悉每一种体质的典型症状，准确判断体质类型；能够了解中医基础知识，熟悉阴阳五行、脏腑经络理论、气血、津液理论等，为患者初步评估健康状况；能够熟悉火罐、艾灸、刮痧的类型掌握其具体使用技巧，熟练应用于人体；能够熟悉药食同源的中药种类，通过合理配伍，制定合理的膳食方案。	72	
运动健康测试与评估	3GBTF072YGY	课程主要包括运动营养信息收集、分析与管理、体质测试与评估、运动能力测试与评估、膳食调查与评估等。课程教学要求是学生能够使用相关工具（软件系统）准确录入信息，并进行分类整合，识别 ACSM 健康风险因素；能够利用专业设备，为客户提供身体形态、机能和素质指标的测试与评估；能够选用合理机能监控方法，监测并记录客户进行体育锻炼的适应情况；能够通过便捷软件平台，进行膳食数据收集，掌握常见食物的分量及营养成分知识，为客户提供个性化服务。	72	

### (3) 综合应用课程

表 6 综合应用课程主要教学内容和要求

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
运动营养咨询与指导	5GBTF048YDY	运动营养咨询与指导是证书课程，目前对接教育部“1+X证书”项目中《运动营养师》证书，本门课程主要讲授目前运动营养学领域的研究进展及运动营养师职业发展规划；运动营养基础知识包括运动与能量、运动与七大营养素；运动营养食品的基本知识；运动健康风险评估、运动	48	

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
		营养测试与评估、运动营养方案的制定基本方法和技能，学生学习完课程可以参加运动营养师证书考试，考试合格颁发证书。		
运动康复师	5GBTF036YSK	课程主要包括运动功能评定、物理因子治疗、手法治疗和康复训练等。课程教学要求是学生能够根据客户的实际情况，为客户进行评估；能够针对不同的功能障碍人群，选择作业活动和训练，改变运动模式，最大限度地恢复或提高客户的生活和工作能力；能够掌握常见物理因子治疗、手法治疗和贴扎治疗和康复训练指导方法，针对客户情况制订详细的康复训练和治疗计划。	36	
认识实习	5GCTF072RXS	课程主要内容是学生由职业学校组织到实习单位参观、观摩和体验，形成对实习单位和相关岗位的初步认识的活动。课程要求学生充分了解行业企业发展、岗位、工作、职业发展前景等相关情况，为后续专业学习做好铺垫。	72	
岗位实习	5GBTF900GXW	课程主要包括企业认知实习、岗位实习和职业综合能力培养等。课程教学要求学生在掌握实践工作能力的基础上，能根据实习岗位的要求，在专业人员的指导下，辅助或相对独立的参与康复评估、物理治疗、康复治疗 and 训练技术等，不断提高学生实践工作能力，锤炼意志品质，精进岗位技能，进而达到运动康复等相关岗位的基本要求。	900	

#### (4) 专业选修课程

表 7 专业选修课程主要教学内容和要求

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
职业伦理	4GBTF036ZLY	课程主要包括绪论和正文两部分，其中正文部分包括：医德思想的发展历程，医学伦理学基本理论，医德基本原则与准则，医德基本范畴，医患关系伦理，预防医学伦理，临床常规诊治伦理，临床典型问题伦理等。课程教学要求是学生掌握医学伦理的基本原则、规范、作用及发展规律，具备妥善处理医患关系、医际关系的能力，培养学生具有仁爱、同情、耐心、细心、谦虚、谨慎、无私、无畏、诚实、正派的职业品德。	36	
生物力学	4GBTF036SXW	课程主要包括绪论和正文两部分，其中正文部分包括：人体动作结构的生物力学基础，人体运动的生物力学原理，动作技术分析的一般方法与测量手段，动作技术的生物力学，运动器械的生物力学与损伤和肌肉力量训练的	36	

课程名称	课程代码	主要教学内容和要求	学时	备注
		基础理论与应用。课程教学要求是学生在掌握人体运动生物力学基本常识的基础上，利用生物力学原理，具备动作技术分析、训练动作设计、运动损伤预防、康复计划设计与实施的能力。		
体育养生	4GBTF036TCY	课程主要包括传统体育养生概述、健身气功·八段锦功法功理、太极拳·八法五步和太极推手功法功理等。课程教学要求是学生在掌握传统体育养生理论基础上，能根据健身气功·八段锦、太极拳·八法五步、太极推手的功法功理要求，具备技术动作套路演练能力，进而达到教学指导的基本要求。	36	
体育美育	4GBTF036TY Y	课程主要包括美与美育的内涵、特征，体育美的内涵及特征、体育美的欣赏、创造与传播，体育美育教学原则、特点和方法。课程教学要求是学生掌握美、审美、体育美育等基本知识，了解体育审美的方法与特征，能够对体育运动项目进行审美分析，了解体育美的创造与传播，引导学生在体育运动实践中实现人的全面发展。	36	
康复医学基础	4GBTF036KCX	《康复医学基础》是一门介绍康复与康复医学概念，康复医学在现代医学体系中的地位及其内容和工作方式等知识的课程。通过该课程的学习，使学生了解康复医学的历史沿革和工作目标；掌握康复医学的概念、康复的基本模式、管理体系、工作内容和程序，为学生今后的运动康复与健康的专业学习在整体认识上做好准备。	36	
体育基础	4GBTF018TSY	课程主要包括体育的概念、大学生体质健康标准、体育卫生常识、体育的医务监督、体育竞赛的基本方法与编排等，课程教学要求是学生在掌握体育基础理论基础上，能了解体育的含义，体育与健康的关系，对竞技体育、社会体育、体育与健康有全面、辩证的认识。	18	

## 七、教学进程总体安排

(一) 课程结构比例

表 8 课程结构比例

专业名称	学制	总学时	公共基础课 学时	公共基础课 学时占比	实践教学 学时	实践教学学 时占比	选修课 学时	选修课 学时占比
体育保健与康复	3 年	3000 学时	756 学时	25.2%	1914 学时	64.0%	306 学时	10.0%

(二) 教学活动周进程安排 (单位: 周)

表 9 教学活动周进程安排 (单位: 周)

项目 学期	军事理 论与军 训	课堂教 学	认知实 习	岗位实 习	毕业教 育	考试考 核	总周数	备注
1	2	18	0	0	0	2	20	军训不 在教学 周内
2	0	18	0	0	0	2	20	
3	0	18	18	0	0	2	20	课堂教 学与认 识实习 平行开 展
4	0	18	0	0	0	2	20	
5	0	0	0	18	0	2	20	
6	0	0	0	18	2	0	20	
合计	2	72	18	36	2	10	120	

(三) 教学学时安排 (单位: 学时)

表 10 教学学时安排 (单位: 学时)

序号	课程类别	课时	学分
----	------	----	----

		理论	实践	合计	百分比	总学分	百分比
1	公共基础课	526	230	756	25.0	42	25.1
2	专业基础课	176	220	396	13.2	22	13.2
3	专业核心课	236	250	306	16.2	27	16.2
4	综合应用课	32	1024	1056	35.2	59	35.3
5	专业选修课	116	190	306	10.1	17	10.1
合计		1086	1914	3000		174	
百分比		36.2	63.8		100%		100%

#### (四) 教学进程安排 (见附录 1)

### 八、实施保障

#### (一) 师资队伍

按照“四有好老师”“四个相统一”“四个引路人”的要求建设专业教师队伍，将师德师风作为教师队伍建设的第一标准。

##### 1. 队伍结构

学生数与本专业专任教师数比例不高于 18:1, “双师型”教师占专业课教师数比例不低于 90%, 高级职称专任教师比例不低于 50%, 专任教师队伍建设要统筹考虑职称、年龄等因素, 形成合理的梯队结构。

整合校内外优质人才资源, 选聘运动康复等行业企业专家担任产业导师, 组建校企合作、专兼结合、能够满足模块化及项目式教学需要的教师团队, 建立定期开展专业教研机制。

##### 2. 专任教师

表 11 专任教师任职资格及要求

师资来源	教师类别	任职资格及要求		承担课程	教师数量
		学历学位	任职要求		
校内	专任教师	硕士及以上学历	具有高校教师资格; 有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心; 具有运动训练、体育教育、运动康复等相关专业本科及以上学历; 具有扎实的本专业相关理论功底和实践能力; 具有较强的信息化教学能力;	公共基础课 专业基础课 专业核心课 综合应用课 专业选修课	20-30

			能够开展课程思政和教学改革、科学研究；能够跟踪新经济、新技术发展前沿。每5年累计不少于6个月的企业实践经历。		
--	--	--	--	--	--

### 3. 专业带头人

表 12 专业带头人任职资格及要求

师资来源	教师类别	任职资格及要求		承担课程	教师数量
		学历学位	任职要求		
校内专任教师	专业带头人	硕士及以上学历	原则上应具有副高及以上职称，能够较好地把握国内外运动康复行业、专业发展，能广泛联系行业企业，了解行业企业对本专业人才的需求实际，教学设计、专业研究能力强，组织开展教科研工作能力强，在本区域或本领域具有一定的专业影响力。	专业核心课 专业基础课 综合应用课	2

### 4. 兼职教师

表 13 兼职教师任职资格及要求

师资来源	教师类别	任职资格及要求		承担课程	教师数量
		学历学位	任职要求		
企业兼职教师	兼职教师	本科及以上学历	主要从本专业相关的行业企业聘任，具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，了解高职教育教学规律具有中级及以上相关专业职称，能承担专业课程教学、实习实训指导和学生职业发展规划指导等教学任务。	专业核心课 专业基础课 综合应用课	20

## (二) 教学设施

### 1. 专业教室要求

具备利用信息化手段开展混合式教学的条件。一般配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入或无线网络环境，并具有网络安全防护措施。安装应急照明装置并保持良好状态，符合紧急疏散要求、标志明显、保持逃生通道畅通无阻。

### 2. 校内实训场所要求



实验、实训场所符合面积、安全、环境等方面的条件要求，实训设施先进，能够满足实验实训教学需求，实验、实训指导教师确定，能够满足开展运动损伤预防与急救、健康测试与评估、康复治疗、康复训练、体能训练等实训活动的要求，实训管理及实施规章制度齐全。

表 14 校内实训场所及其对应的项目和课程

教室名称	数量 (间)	主要实训项目	主要实训设备	对应的主要课程	学生 容量
运动损伤 预防与健康 促进实训 教室	1	人体解剖结构 人体生理实验 人体机能评估 手法治疗 康复训练 物理治疗 急救技术	多媒体教学设备、人体骨骼模型、肌肉与关节和各系统模型、臂式血压计、听诊器、体质检测仪器、体成分分析仪、尿酸与血糖分析仪、FMS/YBT 动作筛查系统、身体姿态评估图、康复评定仪器（如关节角度计、三维多功能关节角度测量仪、背力计、徒手肌力测量系统、平衡功能评定设备等），治疗床、瑜伽垫、运动恢复器材（如拉伸训练带、筋膜枪、筋膜刀组、泡沫轴等）、运动贴扎台、运动贴扎耗材（如皮肤膜、运动胶布、轻型弹性胶布、重型弹性胶布、运动防护包等）等设备。体外除颤仪（仿真训练机）、心肺复苏模拟人（带有电脑实时反馈成绩功能）	运动解剖基础 运动生理基础 骨科与肌动学基础 临床医学基础 生物力学 运动健康测试与评估 物理治疗 运动损伤预防与急救	14 人
手法治疗 与传统疗 法实训室	1	中医传统治疗 技术	多媒体教学设备、人体经络腧穴模型、按摩床、玻璃火罐、艾灸条、艾灸盒等器材，用于中医传统疗法等的实训教学。	中医亚健康健康管理	40 人
体能训练 与康复训 练实训室	1	体能训练 康复训练 康复评估 物理治疗	多媒体教学设备、力量训练设备（如固定式力量训练器械、哑铃、杠铃、壶铃等）、有氧设备（如跑步机、自行车、划船机等）、综合训练设备（如小飞鸟、史密斯、体能训练器材等） 运动治疗设备（如瑜伽垫、弹力带、	康复训练指导 特殊人群康复治疗 康复评定与治疗 运动康复师	14 人

			抗力球、波速球、平衡垫、肋木架、哑铃、多功能训练器、手法床、功率车、跑步机等)、物理因子治疗设备(如制冰机、深层肌肉刺激仪、超声波治疗仪、低频电刺激仪、中频电刺激仪、干扰波治疗仪、短波治疗仪、牵引治疗仪等)。冲击波治疗仪、等速肌力测试系统等设备		
--	--	--	--	--	--

### 3. 校外实训场所要求

配备稳定的校外实训基地，场所符合面积、安全、环境等方面的条件要求，实训设施齐备、先进，提供的实习岗位有利于学生掌握专业技能、提高实践能力。实训岗位、实训指导教师确定，实训管理及实施规章制度齐全。

表 15 校外实训场所及其对应的项目和课程

校外实训基地名称	主要实训项目	对应的主要课程	学生数量
北京市木樨园体育运动技术学校医研科	运动员伤病预防、康复治疗 and 训练	认识实习 岗位实习	12
北京市先农坛体育运动技术学校医研科	运动员伤病预防、康复治疗 and 训练	认识实习 岗位实习	12
北京市什刹海体育运动学校医研科	运动员伤病预防、康复治疗 and 训练	认识实习 岗位实习	12
北京华生康复医院	运动康复	认识实习 岗位实习	10
亚洲康复体能学院	运动康复	认识实习 岗位实习	10
优享健身	运动康复	认识实习 岗位实习	20

### 4. 学生实习基地要求

符合《职业学校学生实习管理规定》《职业学校校企合作促进办法》等对实习单位的有关要求，经实地考察后，确定合法经营、管理规范，实习条件完备且符合产业发展实际、符合安全生产法律法规要求，与学校建立稳定合作关系的单位成为实习基地，并签署学校、学生、实习单位三方协议。

根据本专业人才培养的需要和未来就业需求，实习基地应能够提供康复治疗师、运动康复师、体重管理、老年康体指导、产后恢复、家庭保健按摩等与专业相关的实习岗位，拥有当前专业发展的主流技术。可接纳一定规模的学生实习；学校和实习单位双方共同制订实习计划，能够配备相应数量的指导教师对学生实习进行指导和管理，实习单位安排有经验的技术或管理人员担任实习指导教师，开展专业教学和职业技能训练，完成实习质量评价，做好学生实习服务和管理工作的，有保证实习学生日常工作、学习、生活的规章制度，有安全、保险保障，依法依规保障学生的基本权益。

表 16 学生实习基地及其对应的岗位和课程

校外实习基地名称	性质	主要实习岗位	对应的主要课程
北京市木樨园体育运动技术学校医研科	事业单位	运动队队医	认识实习 岗位实习
北京市先农坛体育运动技术学校医研科	事业单位	运动队队医	认识实习 岗位实习
北京市什刹海体育运动学校医研科	事业单位	运动队队医	认识实习 岗位实习
北京华生康复医院	私企	康复治疗	认识实习 岗位实习
亚洲康复体能学院	私企	运动康复	认识实习 岗位实习
优享健身	私企	运动康复	认识实习 岗位实习

## 5. 支持信息化教学方面的要求

营造信息化教学环境，配备校园网、多媒体教学设备和网络设备以及智慧教室，根据体育类职业教育特点，搭建能够满足授课、学习、考试、管理、评价等多种功能的网络教学平台，为智慧课堂、翻转课堂、混合式教学、移动教学等信息化教学提供基础保障。

### （三）教学资源

#### 1. 教材选用机制和要求

按照国家规定，经过规范程序选用教材，优先选用近年来国家规划教材和国家优秀教材。

专业课程教材建设坚持正确的政治方向和价值导向，遵循体育类职业教育教学规律和人才成长规律，科学合理编排教材内容，积极开发活页式、工作手册式、融媒体教材，体现本行业新技术、新规范、新标准、新形态。建立教材动态更新调整机制，健全教材分类审核、抽查和退出制度。

#### 2. 图书文献配备要求

为本专业师生提供图书和文献资料，能满足体育保健与运动康复人才培养、专业建设、教科研等工作的需要，方便查询、借阅。专业类图书文献主要包括：体育行业政策法规、行业标准、竞赛规范等；体育专业类图书和实务案例类图书；5种以上运动健康学术期刊。及时配置新经济、新技术、新工艺、新材料、新管理方式、新服务方式等相关的图书文献。

#### 3. 数字教学资源配置要求

丰富的数字资源是保证专业教学质量的重要条件，建设、配备与本专业有关的音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、虚拟仿真软件、数字教材等专业教学资源库，鼓励和院团共同开发种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新、满足教学、有利于学生自主学习的数字化专业学习资源，充分利用信息化教学资源、网络教学平台，支持教师实践混合式教学模式，引导学生进行线上线下自主学习。

### （四）教学方法改革

鼓励教师在现代教学理论的指导下，熟练掌握各类教学方法的特性，

根据“互联网+职业教育”发展需求，充分利用现代信息技术手段，遵循体育类职业教育教学规律和人才成长规律，依据教学目标、教学内容、学生特点、教师自身素质和教学环境条件，深化以学生为中心的教学改革，对教学方法进行科学选择、优化组合和持续改进，打造优质课堂。

### 1. 强化课程思政

构建“思政课程+课程思政”格局，推动全员全过程全方位“三全育人”，实现思想政治教育与专业技能培养的有机统一。强化立德树人意识，结合文化体育类职业院校学生特点、体育保健与康复专业人才培养特点和专业素养要求，梳理和挖掘专业课程蕴含的思政元素，发挥专业课程的思政教育功能，创新思政课程及课程思政教学模式。

### 2. 改进传统教法

遵循体育教育规律，发挥以语言传递和直观感知为主的教学方法的优势，在专业知识和技能的教学过程中，继承和发扬讲授、演示、练习、讨论、口传心授、口授与身授、观摩、实习作业等传统教学方法。依据学情分析，坚持统一性和多样性相结合的原则，灵活教学，因材施教，充分利用现代教育技术，在课堂中融入情景式、案例式、探究式、讨论式、参与式、启发式等教学方法，广泛采用翻转课堂、线上线下混合、理实一体等教学模式，发挥学生的学习主体性作用，促进自主学习及个性化学习。

### 3. 推广特色模式

把握体育教育特点，基于实际训练和情感陶冶为主的教学方法，在实操技能的学习中，遵循运动康复治疗 and 康复训练的规律，实施项目导向、任务驱动等特色教学模式，采用分组教学、模块教学、游戏化学习、研究性学习等方法，开展结构化和系统性的教学，充分利用校企合作资源及数字媒体技术，将课堂与赛场相结合，实行课堂与训练的无缝对接。学校教育 with 运动康复实践相结合，深度推行校企合作，工学结合。通过课内外的训练、实习、实践、观摩等以学生为主体的实践性活动，巩固、丰富 and 完善学生所学知识，培养学生解决问题和动手实践能力，增长学生案例分析才能 and 创新能力。

## （五）教学评价改革

根据本专业培养目标和以学生为中心的发展理念，探索多元化、多维度、多梯次的考核评价体系，注意吸收行业和企业参与，建立科学的评价标准。

### 1. 课程评价

强化过程评价，建立基于数据的分类型、分层次、分阶段动态评价体系。针对不同类型课程特点，分别设计评价指标，借助在线问卷调查及测评平台、网络教学平台等工具，收集课前、课中及课后的教学过程、学习过程数据，强化教育过程的评价与反馈，及时做出教学调整和改进。

健全综合评价，发挥多元评价主体作用。政府、学校、教师、学生、家长、社会、企业、行业、第三方评价机构等多方参与。积极拓展和实施日常评价、同行评价、质性评价和长周期评价等。

### 2. 学业评价

改进结果评价、探索增值评价。加大过程考核、实践技能考核成绩在学生学业总成绩中的比重，重视学生一定阶段的知识 and 能力增长幅度。创新评价工具，利用人工智能、大数据等现代信息技术，从思维、学习力、情感、意志、社交等个性成长维度观察学生的发展情况。探索学习情况全过程纵向评价、德智体美劳全要素横向评价，完善评价结果运用，发挥评价的导向、鉴定、诊断、调控和改进作用。

鼓励学生取得行业企业认可度较高的运动营养咨询与指导、运动康复师职业类证书，按一定规则折算为学历教育学时。

## （六）质量诊断与改进

适应体育类技术技能人才培养需要，建立健全全员参与、全程监控、全面管理、持续改进的质量保证体系。

### 1. 完善日常教学管理机制

加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设、日常教学、人才培养质量的诊断与改进，健全专业教学质量监控管理制度，配套督导听课评教、教学管理部门经常性和阶段性教学检查、教学管理和绩效考核、周

期性分系部、专业、课程、实习实训等系统的评估制度，严明教学纪律，强化教学组织功能，定期开展公开课、示范课等教研活动，定期赴用人单位进行走访调研。

### 2. 健全人才培养质量保障机制

在专业教学标准的指导下，与行业企业一起，完善人才培养方案、课程标准、课堂评价、实习实训、院团合作、毕业演出以及资源建设等质量标准建设，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达到人才培养规格要求。

### 3. 建立毕业生跟踪反馈及社会评价机制

委托第三方机构，每年进行企业满意度调查（包括毕业生岗位适应能力、职业素养、专业技能、综合素质、录用人数等）和毕业生满意度调查（包括知识和技能的适用性、发展空间、岗位对口情况、薪酬水平、企业认可度等），依据调查结果，不断改进和提高人才培养质量。

## 九、毕业要求

### （一）课程条件

学生毕业时，须完成人才培养方案中全部学习任务，考核成绩合格。其中，每名学生须完成 8 门选修课程（至少 3 门公共选修课和至少 5 门专业选修课）并考核合格。

### （二）学生毕业能力基本要求

鼓励学生毕业时获得计算机一级证书、高等学校英语应用能力考试 A/B 级合格证书或其他能力等级证书、运动康复师、1+X 运动营养咨询等职业类证书，或获得实习企业关于职业技能水平的写实性证明。

## 十、附录

附录 1. 教学进程安排表

附录 2. 职业分析及课程转化

## 附录 1. 教学进程安排表

表 10.1 专业教学进程表

类别	课程代码	课程名称	各学期周学时						总学时			学分
			1	2	3	4	5	6	理论	实践	合计	
公共基础课	1GBTF072SYY1	实用英语 1	4						64	8	72	4
	1GBTF072SYY2	实用英语 2		4					64	8	72	4
	1GBTF036KYF	康复英语			2				32	4	36	2
	1GBTF072DWX	大学语文	4						68	4	72	4
	1GBTF072XSX	信息技术	2	2					24	48	72	4
	1GBTF072XYX	信息素养			2	2			24	48	72	4
	1GBTF054SZY	思想道德修养与法制	3						46	8	54	3
	1GBTF072MLX	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论		4					64	8	72	4
	1GBTF072ZDY	职业发展与就业指导	2			2			64	8	72	4
	1GBTF018XCY	形势与政策	2/9						16	2	18	1
	1GBTF072JXY	军事理论与训练	2						36	36	72	4
	1GBTF036LYD	劳动教育	2						6	30	36	2
	1GBTF036XYK	心理健康教育			2				18	18	36	2
	公共基础课小计 756 学时			<b>21</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>526</b>	<b>230</b>	<b>756</b>



专业基础课	2GBTF054LCX	临床医学基础		3					34	20	54	3
	2GBTF072YCP	运动解剖基础	4						44	28	72	4
	2GBTF036YCL	运动生理基础	2						12	24	36	2
	2GBTF054ZCX	中医学基础		3					34	20	54	3
	2GBTF036LQT	礼仪与沟通技巧		2					12	24	36	2
	2GBTF072GCX	骨科与肌动学基础			4				24	48	72	4
	2GBTF072TLN	体能训练	2	2					16	56	72	4
专业基础课小计：396 学时			<b>8</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>176</b>	<b>220</b>	<b>396</b>	<b>22</b>
专业核心课	3GBTF054YJY	运动损伤预防与急救		3					20	34	54	3
	3GBTF072KLY	康复评定与治疗			4				40	32	72	4
	3GBTF072KDL	康复训练指导		4					28	44	72	4
	3GBTF072TFQ	特殊人群康复				4			36	36	72	4
	3GBTF072WLL	物理治疗		4					40	32	72	4
	3GBTF072ZLK	中医亚健康管理				4			36	36	72	4
	3GBTF072YGY	运动健康测试与评估			4				36	36	72	4

专业核心课小计：486 学时			0	11	8	8	0	0	236	250	486	27
综合应用课	5GBTF048YDY	运动营养咨询与指导			4				24	24	48	3
	5GBTF072YSK	运动康复师				2			8	28	36	2
	5GCTF072RXS	认识实习				4			0	72	72	4
	5GCTF960GXW	岗位实习					30	30	0	900	900	50
综合应用课小计：1056 学时			0	0	4	6	30	30	32	1024	1056	59
公共选修课	4GBTF036LLJ	逻辑推理			2				12	24	36	2
	4GBTF036CCY	创新创业课程			2				12	24	36	2
	4GBTF036RLW	人文地理				2			12	24	36	2
公共选修课小计：108 学时			0	0	4	2	0	0	36	72	108	6
专业选修课	4GBTF036ZLY	职业伦理				2			12	24	36	2
	4GBTF036SXW	生物力学			2				12	24	36	2
	4GBTF036TSY	体育养生				2			12	24	36	2
	4GBTF036TYT	体育美育				2			12	24	36	2
	4GBTF036TCY	体育基础			2				8	10	18	1

	4GBTF036KCX	康复医学基础				2			24	12	36	2
专业选修课小计：198 学时			0	0	4	8	0	0	80	118	198	11
合计：3000 学时			29	31	30	28	30	30	1086	1914	3000	167

## 附录 2. 职业分析及课程转化

### 1. 典型工作任务分析表

典型工作任务和工作任务分析表								
典型工作任务		工作任务						
		1	2	3	4	5	6	7
1	物理治疗	伤病评估	慢性疼痛管理	骨科术后康复	体态矫正	体能训练		
2	康复评定与治疗	运动功能评定	物理因子治疗	作业治疗	手法治疗	贴扎	功能性训练	
3	康复训练指导	重置性训练	功能性训练	力量训练	有氧训练	专项训练		
4	特殊人群康复治疗	儿童体适能训练	女性康复治疗	老年人康复治疗	慢病人群康复治疗	亚健康人群康复治疗		
5	运动损伤预防	运动损伤预防	运动风险评估与管理	热身/cool down	贴扎与护具使用	体态与动作模式偏移评估	运动疲劳监控与恢复	损伤预防性训练
6	运动损伤现场急救	急性创伤评估	CPR/AED 基本救命术	创伤救命术	常见疾病应急处理	PRICE 应用	应急系统规划	
7	中医亚健康管理	体质辨识	推拿按摩	拔罐	艾灸	刮痧	药浴	药膳指导
8	运动健康测试与评估	运动营养信息收集与分析	运动营养信息管理	体质测试与评估	运动能力测试与评估	膳食调查与评估		
9	运动营养方案制定	运动方案制定	膳食营养配餐制定	运动营养食品选用指导	运动期间最佳营养补充指导	辅助手段配合		

## 2. 能力分析表

能力分析表			
典型工作任务及编号	1. 物理治疗	工作内容及编号	1.1 伤病评估；1.2 慢性疼痛管理；1.3 骨科术后康复；1.4 体态矫正；1.5 体能训练
典型工作任务描述	① 在医院、康复机构、理疗室、运动场治疗室、养老院完、健身房、学校。 ② 要使用检查设备、理疗设备、训练设备等。 ③ 独立完成和协作完成。		
能力类别	编 号	内 容	
职业能力	P-1.1.1	能够对患者进行初步的问诊，收集病症信息，对患者进行伤病评估。	
	P-1.1.2	能够对患者进行关节活动度的检查，通过检查结果评估病症相关性，缩小病症范围。	
	P-1.1.3	能够对患者进行肌力、肌耐力的检查，通过检查结果评估病症相关性，缩小病症范围。	
	P-1.1.4	能够对患者进行运动模式与控制的检查，通过检查结果评估病症相关性，缩小病症范围。	
	P-1.1.5	能够对患者进行特殊检查，通过检查结果确定病症相关性，缩小病症范围。	
	P-1.1.6	能够有效触诊身体相关组织，进一步判断病症相关性，判断病症范围。	
	P-1.1.7	能够看懂医学报告等检查结果，通过报告数据，对患者进行病症结果的评估。	
	P-1.1.8	能够清晰辨别不同病症对应的症状，分析病患现有问题，进行归纳和分类。	
	P-1.2.1	能够根据患者的疼痛症状，选择合理的评估方式，确定进一步的处理方法。	
	P-1.2.2	能够根据不同组织的损伤的情况，选择适合的处理方式，对患者进行康复。	
	P-1.2.3	能够对不同患者的不同病况，设计有针对性的康复方案，对患者进行康复。	
	P-1.2.4	能够熟练使用理疗仪等相关设备，针对不同病患选择合适的设备，对患者进行康复。	
	P-1.2.5	能够掌握拉伸、关节松动、筋膜肌肉松解等相关手法技术，对患者进行康复。	
	P-1.2.6	能够掌握基础动作库，制定常训练方案，并布置家庭作业，为患者预防疼痛再次发生，巩固治疗效果。	
	P-1.3.1	能够掌握骨科手术术后的回复周期，并在适当的回复周期内加入康复措施，加速痊愈过程。	
	P-1.3.2	能够了解各种骨科手术的手术方式，有针对性的制定康复方案。	
P-1.3.3	能够掌握术后术后关节角度恢复的技术手段，通过淋巴引流、MET、PNF 等技术手段对患者进行康复，确保患者术后关节角度的功能恢复完好。		
P-1.3.4	能够掌握术后肌力、本体感受恢复的训练方法，对患者进行恢复训练，确保患者尽快回归正常生活。		

	P-1.3.5	能够掌握特殊职业的术后恢复训练方法，满足患者职业需求，确保患者尽快回归正常工作。
	P-1.3.6	能够掌握不同手术的禁忌症状，避免禁忌症出现，预防患者后遗症。
	P-1.4.1	能够掌握身体骨性结构标志，并能辨别客户的不良体态。
	P-1.4.2	能够根据肌肉长度的测试方案，通过测试，确定不良体态形成原因。
	P-1.4.3	能够根据不良体态的形成原因，定制矫正方案，对客户不良体态进行矫正。
	P-1.4.4	能够针对不同不良体态症状，通过拉伸、关节松动、关节矫正等技术手段，对客户不良体态进行矫正。
	P-1.4.5	能够针对不同不良体态症状，制定相应的主动训练矫正计划，对客户不良体态进行矫正。
	P-1.4.6	能够掌握正确的坐姿、站姿等日常姿态习惯，对客户进行宣导，预防不良体态的发生。
	P-1.5.1	能够掌握生物力学、运动功能解剖以及运动生理等基础学科的相关知识，分析客户的身体状况，确定训练方向。
	P-1.5.2	能够了解客户的身体情况，对客户的体适能进行评估，进一步制定训练方案。
	P-1.5.3	能够分析客户需求，根据不同的训练目的，制定周期性的训练方案。
	P-1.5.4	能够根据训练方案，选择合理的训练方式，达到符合客户需求的目的。
	P-1.5.5	能够规避训练过程中可能出现的禁忌症，降低训练风险，保障训练过程中的安全。
	P-1.5.6	能够熟练使用训练后的拉伸、放松等技巧，缓解疲劳程度，降低受伤风险。
<b>通用能力</b>	G-1.1	具备语言表达能力，能够描述清楚患者病况，是患者对病情有认知。
	G-1.2	具备使用新设备，学习新技术的能力，能够将新技术与设备应用到工作中。
	G-1.3	具备疏导患者心理的能力，是患者积极主动配合康复治疗。
	G-1.4	具备一定的运动习惯，强身健体，并能了解各个运动项目可能造成的损伤。
	G-1.5	具备计算机与办公设备的操作能力，能够更好的管理客户，为客户建立档案。
<b>社会能力</b>	S-1.1	能够爱岗敬业，具备良好的职业道德与职业操守，胜任本职工作。
	S-1.2	能够遵循医疗相关的法律法规，保护患者信息，遵纪守法。
	S-1.3	具备安全意识，能够合理选择正确的病症处理方式，避免不当操作，保障病患安全。
	S-1.4	具备环境保护意识，合规处理医疗废物，避免造成环境污染。
	S-1.5	具备良好的沟通能力，能够与患者、医生、体能教练等进行有效沟通，了解病人情况。
	S-1.6	具备良好的合作能力，能够与营养师、医生、教练等其他环节的工作人员进行高效合作。
	S-1.7	具备国际视野，能够掌握国际的物理治疗的技术发展与专业动向。
<b>发展能力</b>	D-1.1	具备学习能力，求实探索通过不断学习提升专业技能与职业水准。
	D-1.2	能够区分事务的真伪与合理性，具备辩证性思维。
	D-1.3	具备处理突发问题的能力，能够利用不同的知识与实践经验处理病患状况。

	D-1.4	具备创新意识，结合现有技术进行不断探索，研究出符合自己习惯技巧的康复技能。
	D-1.5	具备创业意识，敢于拼搏，对未来职业有明确规划。

能力分析表		
典型工作任务及编号	2. 康复评定与治疗	工作内容及编号
		2.1 运动功能评定；2.2 物理因子治疗；2.3 作业治疗；2.4 手法治疗；2.5 贴扎；2.6 功能性训练
典型工作任务描述	① 在康复治疗师岗位完成。 ② 要使用康复治疗器材等设备。 ③ 独立完成和协作完成。	
能力类别	编 号	内 容
职业能力	P-2.1.1	能够根据客户的实际情况，正确采集病史，选择相应的评定量表和评定方法为客户进行评估。
	P-2.1.2	能够熟练使用常见的评定量表和评定工具，独立完成运动功能评定，比如徒手肌力评定、关节活动度评定、平衡与协调评定、功能性训练等，并将评定数据完整记录。
	P-2.1.3	能够将评定数据归纳整理，并针对评定结果进行分析，制订治疗和训练计划。
	P-2.2.1	能够掌握常见物理因子治疗的适应证和禁忌证，针对客户情况制订详细的治疗计划。
	P-2.2.2	能够根据制订的治疗计划，熟练应用物理因子治疗设备和器材，调节合适的治疗剂量，观察客户的治疗反应。
	P-2.2.3	能够时刻观察治疗效果及反应，及时应对处理，有效缓解客户疼痛、局部肿胀及其他病症。
	P-2.3.1	能够掌握常见作业治疗的适应证和禁忌证，针对客户情况制订详细的治疗计划。
	P-2.3.2	能够掌握常见的作业治疗手段，如日常生活活动训练、手功能训练、职业康复等，在日常生活中选择恰当的工具作为治疗器材。
	P-2.3.3	能够针对不同的功能障碍人群，选择作业活动和训练，改变运动模式，最大限度地恢复或提高客户的生活和工作能力。
	P-2.4.1	能够掌握常见手法治疗的适应证和禁忌证，针对客户情况制订详细的治疗计划。
	P-2.4.2	能够掌握多种手法治疗技术，如关节活动技术、肌肉牵伸技术、关节松动术、肌肉能量技术、徒手筋膜放松技术等，缓解疼痛，提高功能。
	P-2.4.3	能够掌握多种手法治疗操作规范、治疗参数、进阶标准。
	P-2.5.1	能够掌握常见贴扎治疗的适应证和禁忌证，针对客户情况制订详细的治疗计划。
	P-2.5.2	能够根据实际情况选择常见损伤的贴扎技术和治疗工具，针对不同的受损部位选择贴扎位置和贴扎方法，以达到缓解疼痛、减少运动损伤、提高运动表现的作用。

	P-2.5.3	能够在赛场等特定场合下，运用熟练地操作手法，迅速对客户进行贴扎处理。
通用能力	G-2.1	具有良好的语言、文字表达能力。
	G-2.2	能够识读评定量表，选择评定方法。
	G-2.3	具备康复治疗相关的生物力学和健康教育等知识。
	G-2.4	具备康复治疗相关的心理学、伦理学等知识。
	G-2.5	具备一定的审美能力，能够贴扎美观。
	G-2.6	具备健康的体魄、心理和健全的人格，具有良好的健身与卫生习惯，以及良好的行为习惯。
	G-2.7	具备文献检索、处理日常信息化办公的能力。
社会能力	S-2.1	具备自我管理能力和履行职业道德准则和行为规范，具有工匠精神。
	S-2.2	具备与本专业相关的法律法规知识。
	S-2.3	具备与本专业相关的安全消防知识和自我安全保护意识，以服务客户为中心做好相应的安全防护措施。
	S-2.4	具备与本专业相关的环境保护知识和环保意识。
	S-2.5	具备以康复治疗为核心的服务意识，能够与客户有效沟通，并给予正确反馈。
	S-2.6	具备较强的集体意识和团结合作精神，使康复团队紧密配合。
	S-2.7	具有一定组织管理能力、教学辅助、参与科研的能力。
	S-2.8	具备按国际功能分类（ICF）框架建立对客户整体健康观念。
	S-2.9	具备公民责任，遵守疫情防护规定、牢记防护措施。
发展能力	D-2.1	具有探究学习、终身学习的能力，能够独立思考、科学的临床思维。
	D-2.2	具备敢于对成熟的治疗体系提出自己的意见和建议。
	D-2.3	具有及时分析问题、解决问题的能力。
	D-2.4	具备不断探索关于康复治疗新技术新方法的能力。
	D-2.5	具备对自我职业生涯规划的意识，合理选择创业。

能力分析表			
典型工作任务及编号	3. 康复训练指导	工作内容及编号	3.1 重置性训练；3.2 功能性训练；3.3 力量训练；3.4 有氧训练；3.5 专项训练



典型工作任务描述	① 在康复治疗师岗位完成。 ② 要使用专业运动器材等。 ③ 独立完成和协作完成。	
能力类别	编 号	内 容
职业能力	P-3.1.1	能够根据评定分析结果,制订训练计划,选择合适的重置性训练方法和合适的介入时机。
	P-3.1.2	能够选择合适的训练参数,包括次数、组数、频率、节奏、休息时间等,并提出有关注意事项。
	P-3.1.3	能够及时识别并纠正客户在训练中出现的错误动作,并加以指导,提升客户动作的规范性,增强运动效果。
	P-3.1.4	能够根据客户训练后的反应以及相应的运动指标进行评定,及时合理地调整训练计划,反复实施达到预定目标为止。
	P-3.2.1	能够根据评定分析结果,制订训练计划,选择合适的功能性训练方法。
	P-3.2.2	能够选择合适的训练器材,包括壶铃、战绳、药球、敏捷梯等,并指导客户正确使用训练器材。
	P-3.2.3	能够选择合适的训练参数,包括次数、组数、频率、节奏、休息时间等,使客户更高效的运用力量进行训练。
	P-3.2.4	能够及时识别并纠正客户在训练中出现的错误动作,并加以指导,提升客户动作的规范性,增强运动效果。
	P-3.2.5	能够根据客户训练后的反应以及相应的运动指标进行评定,及时合理地调整训练计划,反复实施达到预定目标为止。
	P-3.3.1	能够根据评定分析结果,制订训练计划,选择合适的力量训练方法。
	P-3.3.2	能够选择合适的训练参数,包括次数、组数、频率、节奏、休息时间等,以提高和增强肌肉的力量和耐力。
	P-3.3.3	能够及时识别并纠正客户在训练中出现的错误动作,并加以指导,提升客户动作的规范性,增强运动效果。
	P-3.3.4	能够根据客户训练后的反应以及相应的运动指标进行评定,及时合理地调整训练计划,反复实施达到预定目标为止。
	P-3.4.1	能够根据评定分析结果,制订训练计划,选择合适的有氧训练方法。
	P-3.4.2	能够选择合适的训练参数,包括次数、组数、频率、节奏、休息时间等,以提高心肺功能和运动耐力。
	P-3.4.3	能够及时识别并纠正客户在训练中出现的错误动作,并加以指导,提升客户动作的规范性,增强运动效果。
	P-3.4.4	能够根据客户训练后的反应以及相应的运动指标进行评定,及时合理地调整训练计划,反复实施达到预定目标为止。
	P-3.5.1	能够根据客户所需要的专项运动或专项动作,正确选择相适应的专项训练方法。
	P-3.5.2	能够选择合适的训练参数,包括次数、组数、频率、节奏、休息时间等,以达到预定目标。
	P-3.5.3	能够及时识别并纠正客户在训练中出现的错误动作,并加以指导,提升客户动作的规范性,增强运动效果。
P-3.5.4	能够根据客户训练后的反应以及相应的运动指标进行评定,及时合理地调整训练计划,反复实施达到预定目标为止。	
通用能力	G-3.1	具有良好的语言、文字表达能力。
	G-3.2	能够准确计算出训练参数,选择训练方法。
	G-3.3	具备康复训练相关的生物力学和健康教育等知识。
	G-3.4	具备康复训练相关的心理学、伦理学等知识。

	G-3.5	具备健康的体魄、心理和健全的人格，具有良好的健身与卫生习惯，以及良好的行为习惯。
	G-3.6	具备文献检索、处理日常信息化办公的能力。
社会能力	S-3.1	具备自我管理能力和履行职业道德准则和行为规范，具有工匠精神。
	S-3.2	具备与本专业相关的法律法规知识。
	S-3.3	具备与本专业相关的安全消防知识和自我安全保护意识，以服务客户为中心做好相应的安全防护措施。
	S-3.4	具备与本专业相关的环境保护知识和环保意识。
	S-3.5	具备以康复训练为核心的服务意识，能够与客户有效沟通，并给予正确反馈。
	S-3.6	具备较强的集体意识和团结合作精神，使康复团队紧密配合。
	S-3.7	具有一定组织管理能力、教学辅助、参与科研的能力。
	S-3.8	具备按国际功能分类（ICF）框架建立对客户整体健康观念。
	S-3.9	具备公民责任，遵守疫情防护规定、牢记防护措施。
发展能力	D-3.1	具有探究学习、终身学习的能力，能够独立思考、科学的临床思维。
	D-3.2	具备敢于对成熟的训练方法提出自己的意见和建议。
	D-3.3	具有及时分析问题、解决问题的能力。
	D-3.4	具备不断探索关于康复训练新技术新方法的能力。
	D-3.5	具备对自我职业生涯规划的意识，合理选择创业。

能力分析表			
典型工作任务及编号	4. 特殊人群康复治疗	工作内容及编号	4.1 儿童体适能训练； 4.2 女性康复治疗； 4.3 老年人康复治疗； 4.4 慢病人群康复治疗； 4.5 亚健康人群康复治疗
典型工作任务描述	①在康复治疗科的治疗师岗位完成； ②在治疗室内进行；可配合使用相关仪器； ③独立或协作完成。		
能力类别	编 号	内 容	
职业能力	P-4.1.1	能够了解儿童常见运动功能障碍的症状，通过所学知识进行鉴别或评估，给出评估结果。	
	P-4.1.2	能够根据评估结果，通过掌握的康复医学理论，做出个性化的康复训练方案。	
	P-4.1.3	能够熟练掌握各项康复治疗技术，根据康复训练方案，进行康复训练。	
	P-4.2.1	能够了解女性盆底功能障碍的症状（漏尿等），通过所学知识进行鉴别或评估，给出评估结果。	

	P-4.2.2	能够根据评估结果，通过掌握的盆底康复理论，做出个性化的康复训练及理疗方案。
	P-4.2.3	能够熟练掌握各项康复治疗技术及应用各种理疗仪器，根据康复训练及理疗方案，进行康复训练。
	P-4.3.1	能够了解老年综合征常见的症状（跌倒、健忘、失眠、便秘等），通过所学医学理论知识进行评估，给出评估结果并判断严重程度。
	P-4.3.2	能够根据评估结果，通过掌握的老年康复医学理论，做出个性化的康复训练方案。
	P-4.3.3	能够熟练掌握各项老年康复的治疗技术，根据康复训练方案，进行康复训练，并判断康复训练结果。
	P-4.3.4	能够掌握老年综合征评估的量表和老年训练系统的使用方法，熟练应用于老年人的康复训练。
	P-4.4.1	能够了解常见慢性病（如高血压、糖尿病等）的症状及管理指南，通过所学的医学理论知识进行评估。
	P-4.4.2	能够根据评估结果，通过掌握的康复医学理论，制定出个性化的康复训练及管理方案。
	P-4.4.3	能够掌握常见慢性病的运动康复训练手段，合理应用这些手段对慢性病患者进行运动康复训练。
	P-4.5.1	能够掌握慢性疲劳综合征、功能性肥胖等亚健康状态的常见症状，通过所学医学理论知识进行初步评估，给出评估结果。
	P-4.5.2	能够根据评估结果，通过掌握的运动康复医学理论及营养、心理康复理论，做出个性化的康复干预方案。
	P-4.5.3	能够掌握运动康复训练的技术（瑜伽术、太极拳等）以及营养和心理干预手段，通过这些手段，对亚健康人群进行康复训练及康复指导。
通用能力	G-4.1	具备基本运动常识和健康知识，给予服务对象专业的指导。
	G-4.2	具备熟练使用各类移动终端电子设备的能力，实时完成服务。
社会能力	S-4.1	具备良好的职业道德及社会价值观，更好的服务于患者。
	S-4.2	具备熟悉行业相关的法律法规，保证依法执业。
	S-4.3	具备较强的安全意识，保证执业过程中的环境及人员安全。
	S-4.4	具备良好的沟通交流能力，保持好的医患关系。
	S-4.5	具备项目管理能力，能够独立完成项目的策划、组织与执行。
发展能力	D-4.1	具备持续的自主学习能力，实时提高自己的专业水平。
	D-4.2	具备发现问题及解决问题的能力，处理好执业过程中的突发事件。
	D-4.3	具备创业意识，对自己有较为清晰的职业规划及目标。

能力分析表			
典型工作任务及编号	5. 运动损伤预防	工作内容及编号	5.1 运动风险评估与管理；5.2 热身/cool down；5.3 贴扎与护具使用；5.4 体态与动作模式偏移评估；5.5 运动疲劳监控与恢复；5.6 损伤预防性训练

典型工作任务描述	①在运动防护师岗位，在训练场馆或比赛场地完成； ②在训练场馆或比赛场地，具备生理数字评估设备、有氧设备，运动贴扎用品、运动筛查工具、运动疲劳监控设备、预防性训练器材等； ③独立完成或团队协作完成，与科研医务人员合作。	
能力类别	编 号	内 容
职业能力	P-5.1.1	能够掌握外部环境风险排查方法，根据场地特殊性和风险因素，建立安全的体能训练环境。
	P-5.1.2	能够掌握个人风险筛查方法（问卷调查、体适能测试等）识别不同年龄、性别、年龄等个体的差异，准确进行个人风险筛查评估。
	P-5.1.3	能够全面了解运动和运动科学组成，通过设计、制定综合健身、锻炼计划、运动伤病预防系统等，实现运动风险的管控。
	P-5.2.1	能够通过动态拉伸或其他方法，提高个人体温，做好运动前热身准备。
	P-5.2.2	能够使用相关器械，完成特定关节活动度提升的训练、专项相关重点稳定肌群激活训练，预防相关运动损伤。
	P-5.2.3	能够通过拉伸或者使用相关器械，完成运动后的放松，预防相关运动损伤。
	P-5.3.1	能够熟悉贴扎相关的生物力学、生理学以及储存相关知识，应用并通过贴扎技术，预防涌动损伤。
	P-5.3.2	能够熟悉各种运动项目的护具选择、应用，并能够评估修改不适当的标准防护设备，预防运动损伤，了解其保养知识。
	P-5.3.3	能够熟悉运动规则中对贴扎与护具的规范，避免违反相关规则。
	P-5.4.1	能够熟悉 FMS/MASS/YBT/MAT/身体姿态评估检测方法与原理，进行功能性动作筛查。
	P-5.4.2	能够根据筛查结果，解释与伤病之间的关系，并进行后续排查。
	P-5.4.3	能够根据筛查结果，提出合适的纠正策略。
	P-5.5.1	能够了解运动疲劳的生理生化指标，应用运动疲劳监控的手段，并进行干预。
	P-5.5.2	能够了解中医传统基础知识，应用保健按摩手法与传统疗法（如刮痧、拔罐等），进行运动恢复。
	P-5.5.3	能够了解运动按摩基础知识，应用按摩设备与器具（如筋膜刀、筋膜枪等），进行运动恢复。
P-5.6.1	能够熟悉功能性训练的原理方法及注意事项，并依据专项运动特性，设计功能性训练计划。	
P-5.6.2	能够熟悉功能性训练设备使用原则、操作方法及注意事项，正确使用训练设备。	
P-5.6.3	能够根据功能性训练计划，选择合适的功能性训练设备（如悬吊设备、气阻训练设备等），预防运动损伤。	
通用能力	G-5.1	具备语言表达能力，能够描述清楚运动防护方法，达到全面运动防护。
	G-5.2	具备使用新设备，学习新技术的能力，能够将新技术与设备应用到运动防护中。
	G-5.3	具备一定的运动习惯，强身健体，并能了解各个运动项目可能造成的损伤。

	G-5.4	具备计算机与办公设备的操作能力，能够更好的管理客户，为客户建立档案。
社会能力	S-5.1	具备良好的职业道德，尽心尽责的为服务对象匹配合理的运动防护方法。
	S-5.2	具备法律意识，遵纪守法，规范选用运动防护器具和设备。
	S-5.3	具备沟通能力和团队合作意识，协调配合，为客户提供满意的服务。
发展能力	D-5.1	具备持续学习能力，随时更新知识，更好适应岗位工作。
	D-5.2	具备发现问题和解决问题的能力，妥善处理相关事宜。
	D-5.3	具备创新思维能力，能够接受新鲜事物。

能力分析表			
典型工作任务及编号	6. 运动损伤防护与急救	工作内容及编号	6.1 急性创伤评估；6.2 CPR/AED 基本救命术；6.3 创伤救命术；6.4 常见疾病应急处理；6.5 PRICE 应用；6.6 应急系统规划
典型工作任务描述	①在在运动防护师岗位，在训练场馆或比赛场地完成； ②在训练场馆或比赛场地，具备运动贴扎用品、急救设备等； ③独立完成或团队协作完成，与科研医务人员合作。		
能力类别	编 号	内 容	
职业能力	P-6.1.1	能够了解基本生命体征与创伤评估方法，进行正确的检伤分类。	
	P-6.1.2	能够了解止血与伤口包扎的基础知识，并运用合适的器材，进行止血和包扎。	
	P-6.1.3	能够熟悉应用充气夹板、软夹板与常备板，进行固定。	
	P-6.2.1	能够学习掌握世界公认的应急处理与管理策略。	
	P-6.2.2	能够了解心肺复苏术 (CPR)/体外除颤术 (AED) 的基础知识，应用合适的器具或设备，进行心肺复苏。	
	P-6.2.3	能够了解心肺复苏术在不同人群中的差异，并根据差异情况，进行心肺复苏。	
	P-6.3.1	能够了解创伤的成因与分类，应用创伤救命术方法，进行急救。	
	P-6.3.2	能够根据批准的卫生方法，熟悉使用无菌技术，进行伤口的清洁与敷料的使用。	
	P-6.3.3	能够了解血液与身体分泌物的相关风险因素，应用防止交叉感染的器材，进行双方保护。	
	P-6.4.1	能够了解环境急症成因、知识与处理方法，应用合适的器具或设备，进行处理。	
	P-6.4.2	能够了解休克与过度换气成因、知识与处理方法，应用合适的器具或设备，进行处理。	
	P-6.4.3	能够了解在运动过程中慢性病人（气喘、糖尿病等）身体的变化的基础知识，应用合适的器具或设备，进行监控。	
	P-6.5.1	能够了解运动损伤的机制、类型以及组织愈合的过程的基础知识，应用合适的器具或设备，进行处理。	

	P-6.5.2	能够了解 PRICE 的原理及方法，应用合适的器具或设备，进行冰敷处理。
	P-6.5.3	能够根据运动损伤后的康复流程，熟悉受伤组织对冷热、拉伸运动、活动或固定的生理反应，进行 PRICE 的技术应用。
	P-6.6.1	能够了解体育场馆结构与紧急医疗路线，并确定周边医疗单位的情况，制定应急方案。
	P-6.6.2	能够掌握赛事规模大小包含但不限于观众人数、运动员人数及工作人员等人数，设置相匹配的应急救援点，保障赛事正常进行。
	P-6.6.3	能够根据医疗团队成员的背景，合理分配相应人员，进行应急救护。
通用能力	G-6.1	具备语言表达能力，能够清楚描述运动损伤与急救的相关知识，在急救过程中能正确处理。
	G-6.2	具备使用新设备，学习新技术的能力，能够将新技术与设备应用到运动损伤防护和急救过程中。
	G-6.3	具备一定的运动习惯，强身健体，并能了解各个运动过程中可能造成的损伤。
	G-6.4	具备计算机与办公设备的操作能力，能够更好的管理客户，为客户建立档案。
社会能力	S-6.1	具备良好的职业道德，尽心尽责的为急救对象匹配合理救助方法。
	S-6.2	具备法律意识，遵纪守法，规范选用运动损伤的防护器具和设备。
	S-6.3	具备沟通能力和团队合作意识，协调配合，及时救助运动受伤的对象。
发展能力	D-6.1	具备持续学习能力，随时更新知识，更好适应岗位工作。
	D-6.2	具备发现问题和解决问题的能力，妥善处理相关事宜。
	D-6.3	具备创新思维能力，能够接受新鲜事物。

能力分析表			
典型工作任务及编号	7. 中医亚健康健康管理	工作内容及编号	7.1 体质辨识；7.2 推拿按摩；7.3 拔罐；7.4 艾灸；7.5 刮痧；7.6 药浴；7.7 药膳指导
典型工作任务描述	① 在中医保健调理师（技师）岗位完成。 ② 要使用中医理疗器具在理疗室完成。 ③ 独立完成或协作完成。		
能力类别	编 号	内 容	
职业能力	P-7.1.1	能够掌握中医九种体质（平和质、气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、血瘀质、气郁质、特禀质）熟悉每一种体质的典型症状，准确判断体质类型。	
	P-7.1.2	能够熟练利用体质辨识量表及辨识软件，结合中医知识，给出体质辨识结果。	
	P-7.1.3	能够根据体质辨识结果，结合患者具体情况，制定出合理的中医调理方案。	

	P-7.2.1	能够了解中医基础知识，熟悉阴阳五行、脏腑经络理论、气血、津液理论等，为患者初步评估健康状况。
	P-7.2.2	能够掌握经络循行、穴位位置，通过了解经络的属性及穴位的主治功能，针对患者健康状况选配经络和穴位、为患者制定个性化调理方案。
	P-7.2.3	能够熟练掌握各种推拿手法操作，根据调理方案，为患者进行养生保健推拿按摩。
	P-7.3.1	能够熟悉火罐的类型（抽气罐、玻璃罐、竹罐、五行罐等）掌握其具体使用技巧，熟练应用于人体。
	P-7.3.2	能够了解拔罐治疗的适应症及禁忌症，判断患者的身体状况，合理选择火罐类型。
	P-7.3.3	能够熟练掌握各种拔罐的手法（走罐、留罐等），根据患者体质及健康调理方案，实施拔罐治疗。
	P-7.4.1	能够熟悉艾灸的类型（艾条、艾柱、艾绒、温灸器等）掌握其具体使用技巧，熟练应用于人体。
	P-7.4.2	能够了解艾灸治疗的适应症及禁忌症，判断患者的身体状况，合理选择艾灸类型。
	P-7.4.3	能够熟练掌握各种艾灸的手法（直接灸、间接灸、火龙灸等），根据患者体质及健康调理方案，实施艾灸治疗。
	P-7.5.1	能够熟悉刮痧器具的类型（牛角刮痧板、玉石刮痧板、刮痧油等）掌握其具体使用技巧，熟练应用于人体。
	P-7.5.2	能够了解刮痧治疗的适应症及禁忌症，判断患者的身体状况，合理选择刮痧器具类型。
	P-7.5.3	能够熟练掌握各种刮痧的手法（挑痧法、放痧法、扯痧法等），根据患者体质及健康调理方案，实施刮痧治疗。
	P-7.6.1	能够熟悉药浴的类型（泡浴、熏蒸、熨烫等）掌握其具体使用技巧，熟练应用于人体。
	P-7.6.2	能够了解药浴治疗的适应症及禁忌症，判断患者的身体状况，合理选择药浴类型和中药方剂。
	P-7.6.3	能够熟练掌握药浴机器的使用方法，根据患者体质及健康调理方案，实施药浴治疗。
	P-7.7.1	能够熟悉药食同源的中药种类，通过合理配伍，制定合理的膳食方案。
	P-7.7.2	能够掌握中医基础知识，根据中医九种体质类型，判断患者体质类型和健康状态。
	P-7.7.3	能够根据体质辨识结果，结合患者具体情况，制定出合理的药膳指导方案。
<b>通用能力</b>	G-7.1	具备仁爱之心和同理心，能够与患者建立互信关系。
	G-7.2	具备一定的运动知识、健康理论，能够给予患者专业的指导和建议。
	G-7.3	具备熟练使用移动终端设备的能力，能够线上线下为患者提供实时的服务支持。
<b>社会能力</b>	S-7.1	具备良好的职业道德，形成科学严谨的工作作风。
	S-7.2	具备一定的法律法规意识，做到依法依规执业。
	S-7.3	具备较强的安全意识，保障环境安全及人身安全。
	S-7.4	具备良好沟通交流能力，能够保持良好的医患关系。
	S-7.5	具备良好的项目管理能力，能够独立完成项目的规划实施。
<b>发展能力</b>	D-7.1	具备终身学习能力和意识，实时更新自己的知识体系和内容。
	D-7.2	具备发现问题及解决问题的能力，能够应对工作中出现的突发情况。

	D-7.3	具备创业意识和职业规划能力，做到脑子里有想法，手里有办法。
--	-------	-------------------------------

能力分析表			
典型工作任务及编号	8. 运动健康测试与评估	工作内容及编号	8.1 运动营养信息收集与分析；8.2 运动营养信息管理；8.3 体质测试与评估；8.4 运动能力测试与评估；8.5 膳食调查与评估
典型工作任务描述	① 在营养师岗位完成。 ② 要使用 量表、inbody 仪器、生化分析仪、实物模型、运用膳食评估软件等。 ③ 独立完成和相关测试人员协作完成。		
能力类别	编 号	内 容	
职业能力	P-8.1.1	能够通过个人访谈与相关量表（营养量表、健康风险评估量表）对客户的营养（饮食、营养品）等信息进行收集、分类、汇总，取得营养信息调查表。	
	P-8.1.2	能够根据营养信息调查表，利用营养学知识（涉及的人群要求不一样）分析客户信息，为正确合理安排营养膳食奠定基础。	
	P-8.2.1	能够使用相关工具（软件系统）准确录入信息，判断信息准确度，对相关信息进行分类整合，识别 ACSM 健康风险因素。	
	P-8.2.2	能够通过专业量表识别常见运动营养健康风险因素，并基于风险分类提供运动前体检、运动测试及监督建议。	
	P-8.2.3	能够保存运动营养健康信息，撰写运动营养健康分析报告，对个体或群体的运动营养档案进行分析、分类、汇总并建立个体或群体运动营养档案。	
	P-8.3.1	能够利用专业设备，结合客户体质特点，为客户提供身体形态指标的测试与评估。	
	P-8.3.2	能够利用专业设备，结合客户体质特点，为客户提供身体机能指标的测试与评估。	
	P-8.3.3	能够利用专业设备，结合客户体质特点，为客户提供身体素质指标的测试与评估。	
	P-8.4.1	能够选用合理机能监控方法，监测客户进行体育锻炼的适应情况，并做好相关记录。	
	P-8.4.2	能够选用合理、便携设备，对客户进行体能（力量、耐力等）测试，并记录相关信息。	
	P-8.4.3	能够具备静态姿势、动作筛选、柔韧性、平衡、核心等常规健身指导评估能力，为客户提供准确的评估指导。	
	P-8.4.4	能够具备肌肉适能、技巧/技能、爆发力、速度等体育指导评估能力，为客户提供准确的评估指导。	
	P-8.5.1	能够在膳食评估软件及平台的协助下，依据记录的相关信息，完成运动人体膳食评估工作。	
	P-8.5.2	能够在膳食评估软件及平台的协助下，依据记录的相关信息，完成运动人群日常运动营养食品的评估工作。	
P-8.5.3	能够通过便捷软件平台，进行膳食数据收集，掌握常见食物的分量及营养成分知识，为客户提供个性化服务。		



通用能力	G-8.1	具备一定语言表达能力，熟悉专业词汇，能够把专业术语转化成简单、易懂的语言，向客户进行讲解。
	G-8.2	具备一定信息技术能力，能够运用膳食评估软件，为客户提供评估服务。
	G-8.3	具有一定数据计算能力，能够对相关的数据，进行数据处理分析。
	G-8.4	具备掌握运动与健康相关知识，为客户提供个性化服务。
社会能力	S-8.1	具备良好的职业道德，尽心尽责的为客户服务。
	S-8.2	具备法律意识，遵纪守法，规范选用运动营养食品。
	S-8.3	具备沟通能力和团队合作意识，协调配合，为客户提供满意的服务。
发展能力	D-8.1	具备持续学习能力，随时更新知识，更好适应岗位工作。
	D-8.2	具备发现问题和解决问题的能力，妥善处理相关事宜。
	D-8.3	具备创新思维能力，能够接受新鲜事物。

能力分析表			
典型工作任务及编号	9. 运动营养指导	工作内容及编号	9.1 运动方案制定；9.2 膳食营养配餐制定；9.3 运动营养食品选用指导；9.4 运动期间最佳营养补充指导；9.5 辅助手段配合
典型工作任务描述	① 在营养师岗位完成。 ② 要使用计算机、打印机、电子称等。 ③ 独立完成和相关测试人员协作完成。		
能力类别	编 号	内 容	
职业能力	P-9.1.1	能够使用当前国内健身指南标准，运用心肺耐力、肌肉力量及柔软性等素质的运动参数和原则，设计并推荐安全有效的运动方案。	
	P-9.1.2	能够根据日常动态评估数据及个体或群体反馈，及时根据运动生理适应性原则的运动方案提出调整建议，并协助个体、健身教练及体能教练解决运动中遇到的相关问题，保证方案顺利进行。	
	P-9.2.1	能够根据实际情况，确定个体或群体全天，总能量摄入，单餐营养素摄入量。	
	P-9.2.2	能够根据运动特点，与营养素缺乏风险评估结果，选择相对合理的食材，并出具日常膳食食谱。	
	P-9.2.3	能够根据目标要求的营养价值以及色、香、味、形、质等方面要求，调整和确定一日或一周的食谱。	
	P-9.2.4	能够熟练使用食物交换份数法，进行同一干预阶段的食物替换，确定阶段性膳食摄入的多样性、科学性及目标性。	
	P-9.2.5	能够为个体或群体提供日常营养知识、食品安全、食材选择咨询服务并掌握日常烹饪食材原料感官质量检验技能。	
	P-9.3.1	能够了解运动营养食品研发标准与功效成分原理，协助个体或群体，根据自身需求，对各类产品进行筛选。	
P-9.3.2	能够为不同运动目标的群体，提供运动营养食品，配合训练及日常膳食综合解决方案。		

	P-9.3.3	能够辨别食品或运动营养食品中是否添加违禁物质、及时了解每年最新 WADA《禁用清单国际标准》，规范选用运动营养食品。
	P-9.4.1	能够根据运动人群的项目特点，设计训练日分餐计划，为设计方案做好基础。
	P-9.4.2	能够根据运动人群需求及特点，选用运动前、中、后食品或运动营养食品，为客户提供合理方案提供基础。
	P-9.4.3	能够指导运动人群，根据人群及项目特点，制定运动前、中、后运动营养摄入方案。
	P-9.4.4	能够指导运动人群，结合膳食及运动计划，设计运动人群运动后综合恢复方案。
	P-9.5.1	能够收集工作中心理干预或行为干预案例，并加以运用，针对个体或群体执行不少于 2 项心理干预。
	P-9.5.2	能够设计运动营养干预中的心理或行为干预方案，并与干预的个体或群体维系良好的信任关系，为方案执行打下基础。
通用能力	G-9.1	具备一定语言表达能力，熟悉专业词汇，能够把专业术语转化成简单、易懂的语言，向客户进行讲解。
	G-9.2	具有一定数据计算能力，能够对相关的数据，进行数据处理分析。
	G-9.3	具备掌握运动与健康相关理论知识，为客户提供个性化服务。
社会能力	S-9.1	具备良好的职业道德，尽心尽责的为客户服务。
	S-9.2	具备法律意识，遵纪守法，规范选用运动营养食品。
	S-9.3	具备沟通能力和团队合作意识，协调配合，为客户提供满意的服务。
发展能力	D-9.1	具备持续学习能力，随时更新知识，更好适应岗位工作。
	D-9.2	具备发现问题和解决问题的能力，妥善处理相关事宜。
	D-9.3	具备创新思维能力，能够接受新鲜事物。

### 3. 课程转化表

课程转化表						
典型工作任务		专业核心课	专业基础课	综合应用课	选修课	公共基础课
1	物理治疗	物理治疗	运动解剖 运动生理 中医学基础 临床医学基础 康复医学基础 骨科与肌动学基础 体育基础（了解体育是什么，体职院共有课） 礼仪与沟通技巧 应用心理学	运动营养与咨询（1+X） 康复治疗士 创新创业教育	办公软件高级应用（公选课） 职业伦理 逻辑思维训练 生物力学	语文 英语 信息技术 思想道德修养与法律基础（含医疗等有关的法律法规）
2	康复评定与治疗	康复评定与治疗				
3	康复训练指导	康复训练指导				
4	特殊人群康复治疗	特殊人群康复治疗				
5	运动损伤预防	运动损伤预防与急救				
6	运动损伤现场急救					
7	中医亚健康管理	中医亚健康管理				
8	运动健康测试与评估	运动健康测试与评估				
9	运动营养方案制定	运动营养指导（群课）				

## 4. 课程与能力对照表

课程与能力对照表							
序号	典型工作任务及其编号	对应的课程名称	课程类别	职业能力编号	通用能力编号	社会能力编号	发展能力编号
1	1. 物理治疗	物理治疗	专业核心课	P-1.1.1~ P-1.5.6	G-1.1~G-1.5	S-1.1~S-1.7	D-1.1~D-1.5
2	2. 康复评定与治疗	康复评定与治疗	专业核心课	P-2.1.1~ P-2.5.2	G-2.1~G-2.7	S-2.1~S-2.9	D-2.1~D-2.5
3	3. 康复训练指导	康复训练指导	专业核心课	P-3.1.1~ P-3.5.4	G-3.1~G-3.6	S-3.1~S-3.9	D-3.1~D-3.5
4	4. 特殊人群康复治疗	特殊人群康复治疗	专业核心课	P-4.1.1~ P-4.5.3	G-4.1~G-4.2	S-4.1~S-4.6	D-4.1~D-4.3
5	5. 运动损伤预防 6. 运动损伤现场急救	运动损伤预防与急救	专业核心课	P-5.1.1~ P-6.6.3	G-5.1~G-6.4	S-5.1~S-6.3	D-5.1~D-6.3
6	7. 中医亚健康健康管理	中医亚健康健康管理	专业核心课	P-7.1.1~ P-7.7.3	G-7.1~G-7.3	S-7.1~S-7.5	D-7.1~D-7.3
7	8. 运动健康测试与评估	运动健康测试与评估	专业核心课	P-8.1.1~ P-8.5.3	G-8.1~G-8.4	S-8.1~S-8.3	D-8.1~D-8.3
8	9. 运动营养方案制定	运动营养指导(群课)	专业核心课	P-9.1.1~ P-9.5.2	G-9.1~G-9.3	S-9.1~S-9.3	D-9.1~D-9.3
9	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗	运动解剖	专业基础课	P-1.3.1~ P-1.3.3/P-1.3.6/P-1.4.1/P-1.5.1	G-1.1/G-1.2/G-2.3/G-2.4/G-2.6		
10	1. 物理治疗 4. 特殊人群康复治疗 5. 运动损伤预防	运动生理	专业基础课	P-1.4.1/P-1.4.2/P-1.5.1/P-5.1.3/P-5.5.1	G-1.2/G-1.4/G-2.3/G-4.1/G-4.2		
11	5. 运动损伤预防 7. 中医亚健康健康管理	中医学基础	专业基础课	P-5.5.2 P-7.1.1~ P-7.7.2		S-7.1 S-7.4	

12	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 4. 特殊人群康复治疗 6. 运动损伤现场急救	临床医学基础	专业基础课	P-1. 1. 1~ P-1. 2. 6/P-2. 1 . 1~P-2. 5. 1 P-4. 1. 1/P-4. 2 . 1/P-4. 3. 1/P- 4. 4. 1/P-4. 5. 1 /P-4. 5. 3 P-6. 1. 1~ P-6. 5. 3	G-1. 1 G-1. 2 G-2. 3 G-6. 1G-6. 3	S-6. 1/S-6. 2/S -6. 3	D-6. 1/D-6. 2/D -6. 3
13	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 4. 特殊人群康复治疗	康复医学基础	专业基础课	P-2. 2. 1~ P-2. 5. 2 P-4. 1. 1~ P-4. 5. 1	G-1. 1/G-1. 2/G -2. 3/G-4. 1/G- 4. 2	S-2. 5/S-2. 6/S -2. 8/S-4. 3/S- 4. 4	
14	1. 物理治疗 8. 运动健康测试与评估	骨科与肌动学基础	专业基础课	P-1. 3. 1~ P-1. 3. 6 P-1. 4. 1~ P-1. 5. 1	G-1. 2/G-1. 4/G -8. 1/G-8. 3	S-1. 3、S-1. 4	D-1. 1/D-1. 4/D -8. 1
15	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 5. 运动损伤预防 8. 运动健康测试与评估	体育基础（了解体育是什么，体职院共有课）	专业基础课	P-5. 1. 3/P-5. 2 . 2/P-5. 3. 2/P- 5. 5. 3/P-8. 2. 2 /P-8. 2. 3/P-8. 4. 2~P-8. 4. 4	G-1. 4/G-2. 6/G -8. 4/G-5. 2	S-5. 1/S-5. 2	D-5. 1~D-5. 3
16	1. 物理治疗 3. 康复训练指导	礼仪与沟通技巧	专业基础课		G-1. 1/G-1. 3/G -3. 1/G-3. 4/G- 3. 5	S-1. 1/S-1. 2/S -1. 5/S-3. 1/S- 3. 2/S-3. 5/S-3 . 6/S-3. 9	D-3. 1 D-3. 3
17	1. 物理治疗 3. 康复训练指导 6. 运动损伤现场急救 7. 中医亚健康健康管理	应用心理学	专业基础课		G-1. 3/G-2. 4/G -3. 1/G-3. 3/G- 3. 4/G-7. 1~ G-7. 3	S-3. 1/S-3. 5/S -3. 7~ S-3. 9/S-7. 1/S -7. 2/S-7. 4	D-3. 1/D-3. 3/D -3. 5/D-6. 1~ D-6. 3/D-7. 1~ D-7. 3
18	9. 运动营养方案制定	运动营养与咨询 (1+X)	综合应用课	P-9. 1. 1~ P-9. 5. 2	G-9. 1~G-9. 3	S-9. 1~S-9. 3	D-9. 1~D-9. 3

19	2. 康复评定与治疗 3. 康复训练指导 4. 特殊人群康复治疗	康复治疗士	综合应用课	P-2. 1. 1~ P-2. 5. 3 P-3. 1. 1~ P-3. 5. 4 P-4. 1. 1~ P-4. 5. 3	G-2. 1~G-2. 7 G-3. 2 G-3. 4	S-2. 1~S-2. 9	D-2. 1~D-2. 5
20	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 3. 康复训练指导 5. 运动损伤预防 6. 运动损伤现场急救 7. 中医亚健康管理 8. 运动健康测试与评估 9. 运动营养方案制定	创新创业教育	综合应用课				D-1. 4/D-1. 5/D- 2. 4/D-2. 5/D- 3. 4/D-3. 5/D-5 . 3/D-6. 3/D-7. 3/D-8. 3/D-9. 3
21	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 3. 康复训练指导 4. 特殊人群康复治疗 5. 运动损伤预防 6. 运动损伤现场急救 7. 中医亚健康管理 8. 运动健康测试与评估	办公软件高级应用 (公选课)	选修课		G-1. 2 G-1. 5 G-2. 7/G-3. 6/G- 4. 2/G-5. 2/G- 5. 4/G-6. 2/G-6 . 4/G-7. 3/G-8. 2		
22	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 3. 康复训练指导 4. 特殊人群康复治疗 5. 运动损伤预防 6. 运动损伤现场急救 7. 中医亚健康管理 8. 运动健康测试与评估 9. 运动营养方案制定	职业伦理	选修课			S-1. 1/S-2. 1/S- 3. 1/S-4. 1/S- 5. 1/S-6. 1/S-7 . 1/S-8. 1/S-9. 1	

23	3. 康复训练指导 5. 运动损伤预防 7. 中医亚健康管理	逻辑思维训练	选修课	P-3. 5. 1 P-5. 1. 2	G-3. 1/G-3. 2/G-3. 6/G-5. 1/G-7. 1	S-3. 1~ S-3. 3/S-3. 5/S-5. 1~ S-5. 3/S-7. 1/S-7. 4/S-7. 5	D-3. 1~D-3. 5 D-5. 1~D-5. 2 D-7. 1~D-7. 3
24	1. 物理治疗 5. 运动损伤预防 8. 运动健康测试与评估	生物力学	选修课	P-1. 4. 1/P-1. 4. 2/P-1. 5. 1/P-5. 3. 1/P-5. 5. 1	G-1. 2/G-1. 4/G-5. 2/G-5. 3/G-8. 3/G-8. 4	S-1. 3 S-1. 4	D-1. 1/D-1. 4/D-5. 1/D-5. 2/D-5. 3/D-8. 1/D-8. 3
25	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 3. 康复训练指导 4. 特殊人群康复治疗 5. 运动损伤预防 6. 运动损伤现场急救 7. 中医亚健康管理 8. 运动健康测试与评估	信息技术	公共基础课		G-1. 5 G-2. 7 G-3. 6 G-4. 2 G-5. 4 G-6. 2 G-6. 4 G-7. 3 G-8. 2		
26	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 3. 康复训练指导 4. 特殊人群康复治疗 5. 运动损伤预防 6. 运动损伤现场急救 7. 中医亚健康管理 8. 运动健康测试与评估 9. 运动营养方案制定	思想道德修养与法律基础（含医疗等有关的法律法规）	公共基础课		G-3. 5 G-7. 1	S-1. 1/S-1. 2/S-2. 1~ S-2. 3/S-2. 9/S-3. 1~ S-3. 3/S-3. 6/S-3. 9/S-4. 1/S-4. 2/S-5. 1/S-5. 2/S-6. 1/S-6. 2/S-7. 1/S-7. 2/S-8. 1/S-8. 2/S-9. 1/S-9. 2	

27	1. 物理治疗 2. 康复评定与治疗 3. 康复训练指导 5. 运动损伤预防 6. 运动损伤现场急救 8. 运动健康测试与评估 9. 运动营养方案制定	语文	公共基础课		G-1. 1/G-2. 1/G-3. 1/G-5. 1/G-6. 1/G-8. 1/G-9. 1		
28		英语（补充）	公共基础课				