

高等职业学校体育保健与康复专业教学标准

一、专业名称（专业代码）

体育保健与康复（670409）。

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力。

三、基本修业年限

三年。

四、职业面向

本专业职业面向如表1所示。

表1 本专业职业面向

所属专业大类 (代码)	所属专业类 (代码)	对应行业 (代码)	主要职业类别 (代码)	主要岗位群或 技术领域举例
教育与体育大类 (67)	体育类 (6704)	体育 (89); 卫生 (84)	体育专业人员 (2-09-07); 健身和娱乐场所服务人员 (4-13-04); 健康咨询服务人员 (4-14-02); 保健服务人员 (4-10-04); 医疗辅助服务人员 (4-14-01)	运动康复师; 体能康复师; 运动防护师; 保健调理师; 健康管理师

五、培养目标

本专业培养理想信念坚定，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、职业道德和创新意识，精益求精的工匠精神，较强的就业能力和可持续发展的能力，掌握本专业知识和技术技能，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、健康咨询服务人员、保健服务人员、医疗辅助服务人员等职业群，能够从事运动康复、体能康复、运动保健、传统保健康复、健康指导与管理等工作的高素质技术技能人才。

六、培养规格

本专业毕业生应在素质、知识和能力等方面达到以下要求：

（一）素质

（1）坚定拥护中国共产党领导和我国社会主义制度，在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，践行社会主义核心价值观，具有深厚的爱国情感和中华民族自豪感。

（2）崇尚宪法、遵法守纪、崇德向善、诚实守信、尊重生命、热爱劳动，履行道德准则和行为规范，具有社会责任感和社会参与意识。

（3）具有质量意识、环保意识、安全意识、信息素养、工匠精神、创新思维。

（4）勇于奋斗、乐观向上，具有自我管理能力、职业生涯规划的意识，有较强的集体意识和团队合作精神。

（5）具有健康的体魄、心理和健全的人格，掌握基本运动知识和1~2项运动技能，养成良好的健身与卫生习惯，以及良好的行为习惯。

（6）具有一定的审美和人文素养，能够形成1~2项艺术特长或爱好。

（二）知识

（1）掌握必备的思想政理论、科学文化基础知识和中华优秀传统文化知识。

（2）熟悉与本专业相关的法律法规以及环境保护、安全消防等知识。

（3）掌握运动人体科学、中医学、康复医学、营养学的基础理论和基本知识。

（4）掌握运动康复技术、中医传统疗法、物理因子治疗技术的基本知识与方法。

（5）掌握运动伤病的防护、急救及康复的基本知识与方法。

（6）掌握人体体质测量与评定、运动处方的基本知识与方法。

（三）能力

（1）具有探究学习、终身学习、分析问题和解决问题的能力。

（2）具有良好的语言、文字表达能力和沟通能力。

（3）能够对常见疾病及损伤进行运动康复训练。

（4）能够运用推拿、拔罐等中医传统疗法对常见疾病及运动损伤进行康复治疗。

（5）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。

（6）能够评估常见急慢性运动伤病并进行现场急救、处理。

（7）能够实施拉伸、贴扎、护具使用等运动防护技术。

（8）能够评估人体体质健康状况并制定运动处方和运动健康管理方案。

（9）能够指导不同人群科学健身和预防运动伤病。

七、课程设置及学时安排

(一) 课程设置

本专业课程主要包括公共基础课程和专业课程。

1. 公共基础课程

根据党和国家有关文件规定，将思想政治理论、中华优秀传统文化、体育、军事理论与军训、大学生职业发展与就业指导、心理健康教育等列入公共基础必修课；并将党史国史、劳动教育、创新创业教育、大学语文、高等数学、公共外语、信息技术、健康教育、美育、职业素养等列入必修课或选修课。

学校根据实际情况可开设具有本校特色的校本课程。

2. 专业课程

专业课程一般包括专业基础课程、专业核心课程、专业拓展课程，并涵盖有关实践性教学环节。学校可自主确定课程名称，但应包括以下主要教学内容：

(1) 专业基础课程。

专业基础课程一般设置 6~8 门，包括：运动解剖学、运动生理学、中医基础理论、经络与腧穴、运动营养、临床医学概论、骨科学概要等。具体可根据专业培养方向和学校特点确定。

(2) 专业核心课程。

专业核心课程一般设置 6~8 门，包括：康复评定技术、运动康复技术、中医传统疗法、运动伤病防护与急救、物理因子疗法、体质测量与评定、运动处方等。学校可结合自身特色，在此基础上开设 1~2 门特色课程。

(3) 专业拓展课程。

专业拓展课程包括：体育运动技术、体能训练、导引养生功、中医养生、健康管理、康复心理、人体姿态矫正、市场营销等。学校可结合自身优势特色进行选择和调整。

3. 专业核心课程主要教学内容

专业核心课程主要教学内容如表 2 所示。

表 2 专业核心课程主要教学内容

序号	专业核心课程名称	主要教学内容
1	康复评定技术	康复评定的基本理论：包括康复评定概念、评定原理、评定方法与程序。 运动功能评定技术：包括肌力评定、肌张力评定、关节活动度评定、平衡与协调功能评定、反射检查、步态分析；感觉与知觉功能评定；日常生活活动能力的评定；神经电生理评定
2	运动康复技术	运动康复的基本理论：包括运动康复基本知识、常用器材和设备等；关节活动范围训练技术；关节松动术；肌肉力量康复训练；平衡与协调功能训练；本体感觉神经肌肉易化技术；心肺功能训练

序号	专业核心课程名称	主要教学内容
3	中医传统疗法	推拿：包括推拿手法、经穴推拿、保健推拿、常见疾病的诊断及推拿治疗；灸法；刮痧；拔罐；贴敷；中药熏蒸
4	运动伤病防护与急救	运动伤害的成因与防护过程模式；运动损伤的类型和处理；拉伸、贴扎与护具等的应用；急救基本知识与技术；运动损伤的康复知识与技术；常见运动损伤和运动性病症的筛查、防护、诊断及急救
5	物理因子疗法	物理因子治疗基本理论：包括物理因子治疗概念、物理因子分类、治疗原理等；低、中、高频电疗法的治疗原理、适应证、禁忌证及治疗技术；红外线、紫外线等光疗法；超声波疗法；磁疗法；传导热热疗法；冷疗法；水疗法；冲击波疗法；压力疗法
6	体质测量与评定	体质评定的基本理论：包括体质的概念、影响因素等；人体形态的测量与评定；人体机能的测量与评定；身体素质的测量与评定；身体成分的测量与评定；营养的测量与评定
7	运动处方	运动处方的基本理论：包括运动处方的概念、制定、实施和评价；预防健身性运动处方；康复治疗性运动处方；竞技训练运动处方

4. 实践性教学环节

实践性教学环节主要包括实验、实训、实习、毕业设计、社会实践等。在校内外进行运动康复技术、中医传统疗法、运动伤病防护与急救、理疗技术、体质测量与评定等各项专业实训及体能康复、健康指导等综合实训。由学校组织在体育保健与康复企业进行社会实践和实习。应严格执行《职业学校学生实习管理规定》。

5. 相关要求

学校应统筹安排各类课程设置，注重理论与实践一体化教学；应结合实际，开设安全教育、社会责任、绿色环保、管理等方面的选修课程、拓展课程或专题讲座（活动），并将有关内容融入专业课程教学；将创新创业教育融入专业课程教学和相关实践性教学；自主开设其他特色课程；组织开展德育活动、志愿服务活动和其他实践活动。

（二）学时安排

总学时一般为 2800 学时，每 16~18 学时折算 1 学分。公共基础课学时一般不少于总学时的 25%。实践性教学学时原则上不少于总学时的 50%，其中，顶岗实习累计时间一般为 6 个月，可根据实际集中或分阶段安排实习时间。各类选修课程学时累计不少于总学时的 10%。

八、教学基本条件

（一）师资队伍

1. 队伍结构

学生数与本专业专任教师数比例不高于 25:1，双师素质教师占专业教师比例一般不低

于60%，专任教师队伍要考虑职称、年龄，形成合理的梯队结构。

2. 专任教师

专任教师应具有高校教师资格；有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心；具有体育学、医学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，能够开展课程教学改革和科学研究；有每5年累计不少于6个月的企业实践经历。

3. 专业带头人

专业带头人原则上应具有副高及以上职称，能够较好地把握国内外体育保健与康复行业、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。

4. 兼职教师

兼职教师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，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。

(二) 教学设施

教学设施主要包括能够满足正常的课程教学、实习实训所需的专业教室、校内实训室和校外实训基地等。

1. 专业教室基本条件

专业教室一般配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入或Wi-Fi环境，并实施网络安全防护措施；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. 校内实训室基本要求

(1) 体能康复实训室。

体能康复实训室应配备多媒体计算机、投影设备、白板、人体骨骼、肌肉、关节和各系统标本及模型、体质监测仪器、康复评定仪器、肢体训练器械、理疗仪器、治疗床等；用于运动解剖、运动生理、临床医学概论、骨科学概要、康复评定技术、运动康复技术、物理因子疗法、体质测量与评定、运动处方、体能训练、人体姿态矫正等课程的教学与实训。

(2) 中医传统保健康复实训室。

中医传统保健康复实训室应配备多媒体计算机、投影设备、白板、人体经络腧穴模型、推拿床每2人1张、电针仪、玻璃火罐、艾条、艾灸盒等器材；用于中医基础理论、经络与腧穴、中医传统疗法、中医养生等课程的教学与实训。

(3) 运动保健实训室。

运动保健实训室应配备多媒体计算机、投影设备、白板、心肺复苏模拟人、人体模型、治疗床、急救器材、运动护具、肌效内贴等器材；用于运动伤病防护与急救、骨科学概要、临床医学概论等课程的教学与实训。

3. 校外实训基地基本要求

校外实训基地基本要求为：具有稳定的校外实训基地；能够开展运动康复、体能康复、

运动保健、传统保健康复、健康指导与管理等实训活动；实训设施齐备，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。

4. 学生实习基地基本要求

学生实习基地基本要求为：具有稳定的校外实习基地；能提供运动康复师、体能康复师、运动防护师、保健调理师、健康管理师等相关实习岗位，能涵盖当前相关产业发展的主流技术，可接纳一定规模的学生实习；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；有保证实习生日常工作、学习、生活的规章制度，有安全、保险保障。

5. 支持信息化教学方面的基本要求

支持信息化教学方面的基本要求为：具有可利用的数字化教学资源库、文献资料、常见问题解答等信息化条件；鼓励教师开发并利用信息化教学资源、教学平台，创新教学方法，引导学生利用信息化教学条件自主学习，提升教学效果。

（三）教学资源

教学资源主要包括能够满足学生专业学习、教师专业教学研究和教学实施所需的教材、图书文献及数字教学资源等。

1. 教材选用基本要求

按照国家规定选用优质教材，禁止不合格的教材进入课堂。学校应建立专业教师、行业专家和教研人员等参与的教材选用机构，完善教材选用制度，经过规范程序择优选教材。

2. 图书文献配备基本要求

图书文献配备能满足人才培养、专业建设、教科研等工作的需要，方便师生查询、借阅。专业类图书文献主要包括：行业政策法规资料、有关职业标准，有关体能康复、运动保健、健康指导与管理的技术、标准、方法、操作规范以及实务案例类图书等。

3. 数字教学资源配置基本要求

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，应种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新，能满足教学要求。

九、质量保障

（1）学校和二级院系应建立专业建设和教学质量诊断与改进机制，健全专业教学质量监控管理制度，完善课堂教学、教学评价、实习实训、毕业设计以及专业调研、人才培养方案更新、资源建设等方面质量标准建设，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达成人才培养规格。

（2）学校和二级院系应完善教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设水平和教学质量诊断与改进，建立健全巡课、听课、评教、评学等制度，建立与企业联动的实践教学环节督导制度，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。

（3）学校应建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校学业水平、毕业生就业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

（4）专业教研组织应充分利用评价分析结果有效改进专业教学，持续提高人才培养质量。