

云南医药健康职业学院

体育保健与康复专业 人才培养方案

(2024 版)

院系名称: 康复学院

专业带头人: 杨正云

责任编辑: 陈尚洁

教务处制

2024 年 7 月

编写委员

主 编：杨正云

副主编：谢秋霞 陈尚洁

编 委：

杨正云	云南医药健康职业学院	专业带头人
吴晓丹	云南锐和体育有限公司	负责人
谢秋霞	云南医药健康职业学院	副院长
付学冉	云南医药健康职业学院	副院长
陈尚洁	云南医药健康职业学院	教研室主任
夏 雨	云南医药健康职业学院	教研室主任
李仁兴	云南医药健康职业学院	实训中心主任
俞菲菲	云南医药健康职业学院	教 师
陈丽亚	云南医药健康职业学院	教 师
王 迪	云南医药健康职业学院	教 师
依林鹏	云南医药健康职业学院	教 师
朱加梅	云南医药健康职业学院	教 师
李胡瑞	云南医药健康职业学院	教 师
胡胜康	云南医药健康职业学院	教 师

体育保健与康复专业人才培养方案

本方案是为了实现体育保健与康复专业人才培养目标设置的基本条件及毕业生需达到的人才规格，是制定本专业人才教学计划的依据。凡授予本专业毕业证书者，均应执行本方案。

一、专业名称、代码

专业名称：体育保健与康复

专业代码：570306

二、学制与招生

（一）学制

基本修读年限以3年为主，最高不得超过5年。

（二）招生对象

普通高中毕业、中等职业学校毕业或具备同等学力者。

（三）招生方式

招收参加职教高考和全国统一高考或高职教育分类考试或春季高考，达到录取条件者。

三、职业面向

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)	主要岗位群类别 列举	职业资格 (职业技能等级)证书 列举
教育与体育 大类 (57)	体育类 (5703)	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	体育竞技比赛、 参赛队等运动康 复师； 体能康复师； 运动防护师； 健身中心、医疗 卫生中心、康养 机构保健调理 师；	运动康复师； 体能康复师； 保健调理师； 健康管理师； 运动防护师； 社会体育指导员证

			(4-10-04) ; 医疗辅助服务人员 (4-14-01)	健康管理师; 教练员	
就业岗位					
序号	职业领域	工作岗位		预计平均升迁 时间/年	
		初始岗位	晋升岗位(或延展岗位)		
1	体育类	健康与健身教练	运动科学研究员	5 年	
2	医疗类	运动损伤预防顾问	运动防护师	4 年	

四、培养目标与培养规格

(一) 培养目标

培养面向运动休闲、医疗保健、中医推拿、养老养生等保健服务行业，在医疗康复、体育健身、运动训练等行业，适应我国体育、基层卫生健康事业发展需要，德智体美劳全面发展，具备体育与健身、传统医疗等基本知识，掌握基本运动知识和体育等基本技能，具有良好职业道德与素养和工匠精神、人文素养及终身学习能力，能从事运动康复、体能康复、运动保健、传统保健康复、健康指导与管理等岗位工作的高素质医药卫生技术技能人才。

(二) 培养规格

本专业毕业生在毕业时和毕业五年时应 在素质、知识和能力等方面达到以下要求。

结构	要素描述	
	毕业时	毕业五年
素质	1. 具备良好的职业道德与伦理观,尊重患者权利,维护患者隐私。 2. 展现出团队协作精神,能够与多学科团队有效沟通。 3. 具有自主学习和持续进步的意识,适应快速变化的医疗与康复环境。	1. 在专业领域内展现出一定的领导能力,能指导初级同事或实习生。 2. 持续关注行业动态,能创新性地解决复杂的康复问题。 3. 积极参与专业培训,不断更新知识结构,适应技术发展。

知识	1. 学会必备的思想政治理论、科学文化基础知识和中华优秀传统文化知识。 2. 知道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. 学会运动人体科学、中医学、康复医学、营养学的基础理论和基本知识。 4. 理解运动康复技术、中医传统疗法、物理因子治疗技术的基本知识与方法。 5. 会运用运动伤病的防护、急救及康复的基本知识与方法。 6. 知道人体体质测量与评定、运动处方的基本知识与方法。	1. 深入理解康复领域内的最新理论与技术,如神经康复、运动表现优化等。 2. 掌握心理学、营养学等相关领域的知识,以提供更全面的康复服务。 3. 了解国内康复领域的先进理念与实践,提升专业化服务水平。
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	1. 能高效准确地进行复杂病例的评估与治疗计划制定。 2. 能够设计并执行康复项目,有效管理资源与时间。 3. 能开展患者教育、社区健康宣教活动,以及对同行进行专业培训。

	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。	

五、人才培养模式构建

本方案围绕为体育保健与康复行业培养“理论扎实、技能精湛、实践过硬、适应力强、服务优质”的高素质技术技能型人才的精准定位。人才培养坚持以岗位任职能力为导向，以“为党育英才、为国强体魄、为民促健康、为生筑前程”的“四育”培养理念，贯穿“四链打造”人才培养指导思想，即以“学业链对接就业链，培养目标与岗位需求相同，学校课程与行业岗位技能相融；专业链对接产业链，教学标准与职业规范相同，毕业要求与职业资质相融；实践链对接产业（临床康复）场景，实习岗位与就业岗位相同，学校教师与行业技师相融；育人链对接用人链，教学过程与工作（康复治疗、健康指导）过程相同，学校考核与行业（机构、企业）评价相融”。着力打造“三能进阶”全程育人模式，三能，即基础能力进阶、专业能力进阶、综合能力进阶：一年级聚焦基础能力培养，抓通识教育、运动基础训练、职业认知与行为规范，重点培养学生形成良好学习习惯、运动素养、思想品质与职业认同感；二年级强化专业能力提升，抓康复理论学习、保健技能实训、职业素养培育，重点培养学生的专业知识、康复技术操作、健康评估与方案制定能力；三年级深化综合能力锻造，抓实践创新、实习就业、职业资格获取，重点培养学生的临床康复应用、健康管理服务、创新创业及终身学习能力。通过三能进阶与四链打造，实现学生能力逐步提升、知识不断拓展、技能持续精进，无缝对接体育保健与康复行业岗位需求，成长为行业亟需的高素质人才。如图：



六、职业岗位分析

根据行业企业调研和专业调研，分解职业岗位能力，提炼本专业面向的核心职业岗位和典型工作任务，进而确定主要教学内容与要求，以及毕业五年发展应具备的能力素质。

序号	职业岗位(核心岗位及相关岗位)	典型工作任务	核心技能	主要教学课程
1	运动损伤防护师	进行运动损伤风险评估； 制定预防性训练计划，减少运动伤害； 提供运动健康与营养咨询	运动伤害的快速识别与处理； 运动训练与体能提升知识	人体运动学； 骨科与运动伤病评估； 康复评定技术； 运动处方； 体能训练； 运动营养
2	健身与健康顾问	为客户设计个性化健身计划； 提供营养与饮食建议； 进行健康评估，监测客户进展； 教授正确运动技巧，避免不当运动造成的伤害	了解人体解剖学与生理适应； 客户关系管理与沟通技巧； 运动与营养计划制定能力	人体运动学； 运动处方； 体能训练； 中医传统技术； 运动营养

七、课程设置及要求

(一) 课程体系

以立德树人为根本任务，落实“课程思政”要求，促进医教产教深度融合，推进“岗课赛证”综合育人，构建素质渐成，知识递增，能力递进的“公共基础课程平台、专业（技能）课程平台”与“素质能力选修课程平台+专业拓展选修课程平台”和“职（执）业能力课程平台”的“221”课程体系。根据专业特点坚持岗位任职能力为导向，兼顾执（职）业资格与专升本构建专业理论课程体系；根据专业特点构建医教协同、产教融合、校企合作，根据专业选择不同模式：体育保健与康复专业采用校企合作的培养模式是一种非常实用的教学策略，它旨在通过学校与企业、医疗机构或体育组织的紧密合作，将理论知识与实际操作紧密结合，全面提升学生的专业技能和就业竞争力。这种培养模式强调教育与产业的深度融合，既有利于学生掌握前沿技术和实际操作技能，也便于企业提前发掘和培养潜在人才，实现了双赢。同时构建以能力为导向的课程评价体系，满足学生的多样化选择、多路径成才。

（二）课程设置

本专业 A 类课 13 门、B 类课 46 门、C 类课 8 门，课程标准 23 门，选修课程 16 学时，考试课 20 门，考查课 46 门，专业实践课程 3 门。

1. 公共基础课程

（1）文化素养公共基础课程：按照党和国家有关文件规定，根据人才培养目标要求，设置文化素养类公共必修课程，包括思品修养、国防素养、通识素养、健康素养、劳动素养和职业素养六个模块。

类别	课程名称	学分	总学时	课程类别	考核方式	开设学期	开课部门
思品修养	思想道德与法治	3	54	B	考试	1	马克思主义学院
	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3	54	A	考试	1	
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	2	36	A	考试	2	
	中华民族共同体概论	2	32	A	考查	1	
	形势与政策	1	48	A	考查	1-6	
国	军事技能	2	112	C	考查	1	武装部

防 素 养	军事理论	2	36	A	考查	1/2	马克思主义学院
通 识 素 养	信息技术应用	3	48	B	考查	1/2/3	公共课程部
	公共外语	8	128	B	考试	1-2	
	大学语文	2	36	A	考试	2	
	中华优秀传统文化	1	18	B	考查	3	
健 康 素 养	大学体育	6	108	B	考查	1-3	公共课程部
	大学生心理健康教育	2	32	B	考查	1-2	
劳 动 素 养	劳动教育	1	16	C	考查	1、2	公共课程部
职 业 素 养	大学生职业生涯规划与就业指导	2	38	B	考查	1、4	公共课程部
	大学生创新创业教育	2	36	B	考查	2/3	
合计		42	832				
备注：“A”表示纯理论课；“B”表示（理论+实践）课；“C”表示纯实践课。							

（2）素质能力选修课程：为适应社会对人才多样化的需求、学生自我发展和全面发展的需求以及学生综合素质提升、创新创业能力培养等需求，改善学生知识结构、挖掘学生潜能、发展学生兴趣特长、培养人文素养、科学素养等，面向全校学生开设素质能力公共选修课程。采用“线上课程资源”和“线下课堂教学”相结合的方式开展。包括思想政治类、国家安全类、人文社科类、自然科学类、语言文字类、身心健康类、美育素养类、创新创业类、专升本模块、线上资源类等课程，最低选修学分为8学分。其中创新创业类由各专业院系结合专业，以项目为载体、以实践活动为主要开展形式进行开发，每个项目以4学分计。

2. 专业（技能）课程

专业（技能）课程以岗位认知能力为核心的工作过程为导向，按照“岗课赛证”融通的专业课程开发理念，融入课程思政，培养学生职业能力和职业精神。专业（技能）课程包括专业基础课程、专业核心课程、专业实践课程、专业拓展选修模块四部分。

序号	所属模块	课程名称	课程类别	学时		学分	主要教学内容
				理论	实践		
1	专业基础课程	运动解剖学	B	36	36	4	全身骨骼、全身肌肉、全身关节、骨骼肌的运动原理、运动技术动作的解剖分析。
2	专业基础课程	运动生理学	B	36	18	3	能量代谢与功能神经肌肉控制生理、心血管生理以及呼吸生理；骨骼与运动队骨骼的影响、运动适应于训练原则。
3	专业核心课程	康复评定技术	B	44	46	5	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、步态分析。
4	专业实践课程	运动康复技术	B	44	46	5	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。
5	专业拓展课程	物理因子治疗技术	B	18	18	2	各类物理因子的治疗方法与技术、临床应用安全性和禁忌症。

3. 课程类别与学分结构总表

类别	类别	学分	学时	理论学时	实践学时	学时占总学时比例%
必修课	公共基础课程	50	976	552	424	32.69%
	专业基础课程	32	504	264	240	16.88%
	专业核心课程	23	414	208	206	14.43%
	专业实践课程	27	520	0	520	18.72%
必修课合计		121	2464	1024	1710	80.11%
选修课	素质能力选修课程	2	36	36	0	1.21%
	专业拓展选修课程	24	324	198	162	10.85%
选修课合计		26	360	198	162	12.06%
总计		141	2778	1034	1744	实践学时占总课时比例 71%

4. 岗赛课证融通（含职业）

课程名称	学分	对应赛项	对应证书
运动生理学、运动营养、运动解剖学、运动康复技术、体能训练	15	体育活动设计与实施	运动防护员

5. 各学期时间分配表（单位：周）

学期	教学活动周数	教学活动周数分配					
		课堂教学	军事技能 (含入学教育)	专业实训 (课程实训、见习、1+X 考证、职业资格证书等)	岗位实习	期末考试	备注
一	20	15	15			2	
二	20	18		18		2	
三	20	18		18		2	
四	20	14		14		2	
五	13	13		13		实习可缩短	
六	14	13		13		1	

6. 各学期教学计划进程表

详见附件“专业教学计划进程表”。

八、毕业标准

（一）毕业要求

学生通过规定修业年限的学习，修完专业人才培养方案规定课程，达到专业人才培养规格要求及以下相关要求，准予毕业并颁发毕业证书。

1. 学分要求：在规定学习年限内，修完本专业人才培养方案教育教学计划规定内容并取得相应 141 学分，选修课学分不低于 8 学分，具有良好的思想道德素质、人文社会科学素养、社会责任感、身体素质和卫生健康行业适应能力与社会适应能力，符合学校的德育、智育、体育、美育和劳动教育标准，能够在实践中理解并遵守职业道德和规范，践行社会主义核心价值观。

2. 毕业综合考试要求：合格及以上。

3. 岗位实习要求：合格

4. 体能测试要求：体能测试成绩达到《国家学生体质健康标准》要求。

5. 无处分或处分已解除。

6. 职业资格：

学生在校期间，应考取必要的基本（通用）能力证书及职（执）业资格证书（最低取得一项职业资格证书、一项技能等级证书，护理、助产专业必须取得护士资格证书），

鼓励学生考取多项职（执）业资格证书。

考取证书一览表			
证书类别	证书名称	考证考试名称	备注
基本（通用）能力	普通话证书	普通话水平测试	选考
	计算机等级证书	云南省高校计算机等级考试（一级）	选考
	外语等级证书	云南省高等学校英语应用能力考试	选考
专业能力	保健按摩师	保健按摩师职业能力评价考试	选考
	运动防护师	运动防护师职业能力评价考试	选考
	公共营养师	公共营养师职业能力评价考试	选考
	社会体育指导员	社会体育指导员职业资格考试	选考

（二）结业要求

在规定学习年限内，修完本专业人才培养方案教育教学计划规定内容，但未达到毕业要求的，准予结业，发给结业证书。

九、实施保障

（一）师资队伍

专业带头人：杨正云，男，中共党员，副教授，双师型教师；篮球、气排球、飞镖国家一级裁判员；发表专著 1 部，主编教材 1 本，参编教材 2 本，发表核心论文 CPC11 篇、EI 会议 1 篇，国家刊物上发表论文 20 余篇，获实用新型专利授权 1 项、计算机软件著作权授权 5 项，主持课题 1 项，参与课题 2 项；2014 年 4 月被评为云南省民办高校优秀辅导员，2024 年 9 月被评为云南省民办教育优秀教师；多次指导学生获得省级比赛奖项。

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。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。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,清楚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。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

1. 校内实践基地一览表

序号	实验、实训室名称	对应课程	主要实训项目	工位数	备注
1	康复综合实训室 1	康复评定技术、运动康复技术、人体运动学、运动解剖学、运动伤病防护与急救、骨科与运动伤病评估、	关节活动度、肌力、肌张力等评定技术和关节松动术、肌力训练技术、平衡与协调训练技术等治疗技术以及常见骨科疾病、运动损伤康复的技能操作	60	
2	康复综合实训室 2	运动生理学、运动营养、人体姿态矫正、运动处方	运动能量代谢,营养指导异常姿势纠正、不同人群运动处方的制定	60	
3	针灸推拿综合实训室 1	中医基础理论、经络与腧穴、中医传统疗法	穴位定位,刺法、艾灸、火罐、刮痧,针刺治疗常见病等技能操作	60	

2. 校外实践基地建设一览表

序号	校外实习基地名称	工位数	备注
1	云南省第一人民医院	20	
2	云南省海埂体育训练基地	20	
3	昭通市第一人民医院	20	
4	宣威市中医医院	20	
5	中国人民解放军联勤保障部队第九二	20	

	○医院		
6	保山市人民医院	20	
7	玉溪市江川区人民医院	20	
8	华坪县人民医院	20	
9	通海县人民医院	20	
10	宣威市第一人民医院	20	
11	罗平县人民医院	20	

（三）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需要的教材、图书及数字化资源。

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用教材。

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,种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新,能满足教学要求。

（四）教学方法

1. 把启发式教学方法融入课堂

启发式教学不再以“讲解”为主,而是以问题式教学法为主,在课堂上只讲重点、难点并给学生指明自行钻研的道路,最主要的是敢于诱导学生提出各种有关问题,大胆阐述自己的见解,使学生由以往的被动学习转变为主动学习,大大提高学生的综合能力,

2. 把融入式教学方法融入课堂

体育保健与康复是一门不断变化、不断发展的学科,体育保健与康复领域的发展会

伴随教学知识点的不断变化，融入式教学方法就是要教师站在学科的前沿，学会学科发展的新动态、新进展、新成果，将学科的热点、有争议的科研课题以及教师的科研课题融入到课堂教学过程中，让学生知道哪些问题值得去思考，为学生产生创造新思维提供研究课题。

3. 开设专题讲座

通过具有丰富实践经验的专家学者给学生开设关于当今国内外康复相关进展、技术探索方向、与其他学科之间的关系等方面的主题讲座，提高学生对体育保健与康复专业的认识。

4. 通过工学结合的一贯式教学模式，优化课程体系，实施“教—学—做”一体化人才培养模式。造就适应现代服务需要、具有新型服务理念、德才兼备的优秀体育保健与康复应用型人才，提高市场就业竞争力。

（五）教学评价

对教师教学、学生学习评价的方式方法提出建议。对学生的学业考核评价内容应兼顾认知、技能、情感等方面，评价应体现评价标准、评价主体、评价方式、评价过程的多元化，如观察、口试、笔试、技能操作、职业技能大赛、职业资格鉴定等评价、评定方式。加强对教学过程的质量监控，改革教学评价的标准和方法。

（六）质量管理

1. 学校和二级院系应建立专业建设和教学过程质量监控机制，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. 学校和二级院系及专业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、在校生学业水平、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改进专业教学，持续提高人才培养质量。

云南医药健康职业学院

附件

云南医药健康职业学院专业教学计划进程表

(2024 版)

院 系 名 称： 康 复 学 院 专 业 名 称： 体 育 保 健 与 康 复 专 业 代 码： 520301

培养类型：高等职业教育 招生对象：高中阶段教育毕业生、中等职业学校毕业生或同等学力者。 标准学制：3 年（全日制）

课程模块			序号	课程名称 课程代码		课程学分/学时/类别/考核/周学时								课程开设学年/学期/周数						
						总学分	总学时	理论学时	实践学时	课程类别	修读类型	考核方式	考核方法	周学时	一年级		二年级		三年级	
															一	二	三	四	五	六
一、公共基础课程	(一)文化素养课程	思品修养课	1	321081003	思想道德与法治	3.0	54	36	18	B	必修	考试	闭卷	3	√					
			2	321081004	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3.0	54	54	0	A	必修	考试	闭卷	3	√					
			3	321081002	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	2.0	36	36	0	A	必修	考试	闭卷	2		√				
			4	321081011	中华民族共同体概论	2.0	32	32	0	A	必修	考查	开卷	2	√					
			5	321081005	形势与政策Ⅰ	0.2	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2	√					
			6	321081006	形势与政策Ⅱ	0.2	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2		√				
			7	321081007	形势与政策Ⅲ	0.2	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2			√			
			8	321081008	形势与政策Ⅳ	0.2	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2				√		
			9	321081009	形势与政策Ⅴ	0.1	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2					√	
			10	321081010	形势与政策Ⅵ	0.1	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2						√

		国防素养课	11	325141001	军事技能	2.0	112	0	112	C	必修	考查	其他	/						
			12	321081001	军事理论	2.0	36	36	0	A	必修	考查	开卷	2	▲					
		通识素养课	13	321071026	信息技术应用	3.0	48	6	42	B	必修	考查	闭卷	3	▲					
			14	321071014	公共外语 I	4.0	64	54	10	B	必修	考试	闭卷	4	√					
			15	321071016	公共外语 II	4.0	64	54	10	B	必修	考试	闭卷	4		√				
			16	321071012	大学语文	2.0	36	36	0	A	必修	考试	闭卷	2		√				
			17	321071029	中华优秀传统文化	1.0	18	12	6	B	必修	考查	开卷	2			▲			
		健康素养课	18	321071009	大学体育 I	2.0	36	4	32	B	必修	考查	开卷	2	√					
			19	321071010	大学体育 II	2.0	36	4	32	B	必修	考查	开卷	2		√				
			20	321071011	大学体育 III	2.0	36	4	32	B	必修	考查	开卷	2			√			
			21	321071003	大学生心理健康教育 I	1.0	16	8	8	B	必修	考查	开卷	2	√					
			22	321071004	大学生心理健康教育 II	1.0	16	8	8	B	必修	考查	开卷	2		√				
		劳动素养课	23	321071020	劳动教育 I	0.5	8	0	8	C	必修	考查	闭卷	2	√					
			24	321071021	劳动教育 II	0.5	8	0	8	C	必修	考查	闭卷	2		√				
		职业	25	321071006	大学生职业生涯规划与就业指导 I	1.0	19	12	7	B	必修	考查	开卷	2	√					

	素养课	26	321071031	大学生职业生涯规划与就业指导Ⅱ	1.0	19	12	7	B	必修	考查	开卷	2				√			
		27	321071002	大学生创新创业教育	2.0	36	24	12	B	必修	考查	开卷	2		▲					
	文化素养课程小计				42.0	832.0	480.0	352.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	(二) 素质能力选修课程	1	国家安全类			1.0	18	6	12	B	选修	考查	开卷	1	○	○	○	○		
		2	国史党史类			1.0	18	18	0	A	选修	考查	开卷	1	○	○	○	○		
		3	人文社科类			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
		4	自然科学类			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
		5	语言文字类			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
		6	身心健康类			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
		7	美育素养类			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
		8	创新创业类			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
		9	专升本模块			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
		10	线上资源类			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
		11	第二课堂类			2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
	素质能力选修课程				8.0	144.0	72.0	72.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	公共基础课程合计				50	976	552	424	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
二、专业（技能）课程	(一) 专业基础课程	1	321061105	体育专项	4.0	72	0	72	C	必修	考查	其他	4				√			
		2	321011019	人体解剖学	4.0	72	54	18	B	必修	考试	其他	4	√						
		3	321061044	运动生理学	3.0	54	36	18	B	必修	考试	其他	3		√					
		4	321061041	运动解剖学	4.0	72	36	36	B	必修	考试	其他	4		√					
		5	321061106	运动营养	2.0	36	18	18	B	必修	考试	其他	2			√				

		6	321061055	中医基础理论	3.0	54	36	18	B	必修	考试	其他	3		√							
		7	321061013	经络与腧穴	3.0	54	36	18	B	必修	考试	其他	3		√							
		8	321041041	临床医学概论	4.0	72	36	36	B	必修	考试	其他	4			√						
		9	321061068	康复医学导论	2.0	36	18	18	B	必修	考试	其他	2	√								
专业基础课程小计					29.0	522	270	252	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-			
(二) 专业核心课程		1	321061024	人体运动学	3.0	54	30	24	B	必修	考试	其他	3	√								
		2	321061016	★康复评定技术	5.0	90	44	46	B	必修	考试	其他	5		√							
		3	321061051	★中医传统疗法	3.0	54	24	30	B	必修	考试	其他	3			√						
		4	321061042	★运动康复技术	5.0	90	44	46	B	必修	考试	其他	5			√						
		5	321061091	★运动伤病防护与急救	4.0	72	36	36	B	必修	考试	其他	4				√					
		6	321061107	★运动处方	3.0	54	36	18	B	必修	考试	其他	3				√					
		7	321061029	体能训练	4.0	72	0	72	C	必修	考查	其他	3			√						
专业核心课程小计					27.0	414	214	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-				
(三) 专业实践课程			实习/实训名称							主要实习/实训内容				总学分	总学时	课程类别	实践方式	周数	拟开学期	修读类型	考核方式	考核方法
		1	321061153	岗位实习 I		运动康复训练					13	260	C	实习	13	五	必修	考查	报告			
		2	321061154	岗位实习 II		体育健身指导					13	260	C	实习	13	六	必修	考查	报告			
	3	321061002	毕业综合考试		毕业测试					1	18	C	实训	1	六	必修	考试	笔试				
专业实践课程小计										27.0	538	-	-		-	-	-	-				

(四) 专业拓展 选修课程	专业方向 拓展模块	1	321061025	人体姿态矫正	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		2	321062030	健身原理与方法	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		3	321062045	物理因子治疗技术	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		4	321062014	中医养生康复学	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		5	321062038	康复心理学	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		6	321062026	健康管理	2	36	36	0	A	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		7	321062046	体育运动技术	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		8	321062047	学校体育学	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		9	321062048	健身健美运动概论	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
		10	321062024	现场急救技术	2	36	18	18	B	2	考查	其他	2			▲	▲	▲	
专业拓展选修课程小计				8	144	72	72	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
专业（技能）课程合计				91	1618	556	1546	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
总计(总学分 150~170, 总学时 2700~3000)		学分	总学时		实践学时占总学时比例 (50%~55%)		71%		选修课比例 (>10%)		26%								
		141	2778																

备注：“A”表示纯理论课；“B”表示（理论+实践）课；“C”表示纯实践课；“√”表示必开学期；“▲”表示选开学期（选一个学期开设）；“○”表示所有学期均开设。