

# 北京体育大学运动健康管理微专业培养方案

运动健康管理微专业面向健康中国建设需要，始终秉承“以体为本，体医融合”、“运动是良医”的发展理念，坚持“医学+体育”的发展定位，根据健康中国战略需求，践行运动促进健康使命，全心全意服务于运动健康管理领域，依托学校体育学一流学科和运动康复医学北京高校高精尖学科、运动康复科学教育部重点实验室建设等诸多优势，拥有一支在运动健康管理实践经验丰富“双师型”优质教学团队，旨在培养具备“以人为本、关爱生命”的医学素养。目前已建有在线共享慕课4门，为运动健康管理方向的高层次人才培养提供了坚实的条件保障。重点培养具有运动科学实践指导特色的专业人才，以满足国家、社会和家庭对运动健康促进发展的需求。

## 一、培养目标

以立德树人为根本，培养适应我国健康管理事业发展需要，知识、能力、素质协调发展，具有良好的社会责任感、创新精神、实践能力和沟通协调能力，具有现代运动健康管理理念，系统掌握以健康医学、运动医学为基础的科学运动、管理相关理论和技能，具备健康测评、健康风险评估、运动健康行为干预、运动健康数据处理与分析的能力，毕业后能在社区卫生服务机构、健康养老机构、医疗卫生机构、健康管理咨询机构、智慧健康机构等单位从事运动健康服务与管理工作的高素质、高水平应用型人才。

知识目标：掌握健康管理学、健康风险评估与管理、运动健康促进技术、运动营养、不同人群健康运动管理等相关课程的基础知识和

理论体系，具有医学与体育学科融合理念与维护健康行动相关知识的能力。

能力目标：遵循“生物-心理-社会”现代医学模式，树立主动健康理念，能够针对特殊人群、运动伤病和常见慢性疾病人群，提供科学、个性化的运动解决方案，具备以整体观念应对复杂问题的处理能力。

价值目标：精准结合教学内容，将育人和育才相统一。通过课程思政将知识传授与价值引领相结合，培养学生的学必须摆脱功利性和工具性目标，上升到专业思维思考、专业精神认同的高度。

## 二、招生对象

该微专业面向本校下述专业大二、大三全日制本科生（不含第二学士学位）：运动康复、康复物理治疗、体能训练、运动人体科学、武术与民族传统体育、体育教育、运动训练、应用心理学、公共事业管理、休闲体育、体育经济与管理、社会体育指导与管理、旅游管理、智能体育工程、冰雪运动等。学生主修专业已修课程平均学分绩点要求在 2.6 分以上，学有余力且未受过学业预警；学生在同一学年如若选修该微专业，则不能再申请修读其他微专业课程。

## 三、培养方式

### （一）招生方式

每学年招生两期，分别在秋季、春季学期开学两周后开始招生，每期限额 40 人，成班不少于 15 人。通过符合招生专业的学院宣传，进行 2 周时间的报名。

### （二）教学形式

采用集中编班授课形式，安排在工作日晚上授课，可根据具体情况酌情联合企事业单位专业人员合作授课。

#### 四、修业年限与结业要求

##### (一) 修业年限

根据微专业课程安排确定，原则上为一年。

##### (二) 结业学分要求

学习者需至少获得 12 学分。

##### (三) 结业证书

主修专业毕业前修读完成运动健康管理微专业培养方案中规定的课程并获得相应学分，达到该微专业结业学分要求的，由学校颁发运动健康管理微专业结业证书。

#### 五、课程设置表

代码	课程名称	学分	学时	学时分配			期末考核类型		备注
				理论	实践	实验	考试	考查	
DW010101	健康管理学	2	32	32			√		
DW010102	健康促进与教育	1	16	16			√		
DW010103	运动健康促进技术	2	32	20	12		√		
DW010104	体能素质测评与提升	1	16	6	10		√		
DW010105	运动营养与体重管理	1	16	10	6		√		
DW010106	传统医学健康管理	1	16	12	4		√		
DW010107	运动与睡眠管理	1	16	12	4		√		
DW010108	女性运动健康管理	1	16	12	4		√		
DW010109	老年运动健康管理	1	16	12	4		√		
DW010110	青少年运动健康管理	1	16	12	4		√		
小计		12	192	144	48				

方案执笔人：王艳

微专业负责人：王艳

方案审批人：钱菁华