

附件 2

北京体育大学运动防护微专业培养方案

专业简介：北京体育大学运动防护微专业依托运动医学与康复学院的学科与师资优势，紧扣体育强国、健康中国战略需求，立足运动防护师正式职业发展定位，是**国内首个面向本科阶段的运动防护专业培养项目**。本微专业融合运动康复、运动医学、运动训练等多学科知识，对接全国运动防护师职业能力标准，构建“**理论教学+实操训练+场景化实践**”的一体化培养模式。依托学校运动康复科学教育部重点实验室、北京市实践教学示范中心及国家队、中小学、体育俱乐部等校外实践基地，培养学生掌握竞技体育、学校体育、全民健身等场景的运动防护核心技能。本微专业特色鲜明，聚焦职业需求、强化实操能力、衔接行业认证，填补了国内本科阶段运动防护人才培养的空白，为学生进入运动防护领域提供专业支撑，也为体育事业高质量发展输送复合型应用型人才。

一、培养目标

本微专业以立德树人为根本，培养适应我国体育事业与健康产业发展需要，知识、能力、素质协调发展，具有良好的社会责任感、职业素养、创新精神和沟通协调能力，系统掌握运动防护核心理论与专业技能，对接运动防护师职业标准的复合型应用型人才。学生毕业后能在竞技体育队伍（国家队/省市队）、中小学、体育俱乐部、健康管理机构、体育产业公司等单位从事运动风险评估、赛前防护、运动损伤应急处置、术后康复指导、运动防护科普等工作。

知识目标:

- 1.掌握运动防护的基本理论、学科体系及运动防护师职业能力规范与行业标准;
- 2.掌握运动解剖学、运动生理学、运动生物力学等运动防护基础学科知识;
- 3.掌握竞技体育、学校体育、全民健身等不同场景的运动风险评估方法与防护策略;
- 4.掌握常见运动损伤的识别、应急处置、康复指导的理论知识;
- 5.了解运动防护领域的前沿技术与发展趋势,具备跨学科知识融合应用能力。

能力目标:

- 1.具备开展运动风险评估、制定个性化运动防护方案的实操能力;
- 2.具备竞技体育、学校体育等场景的赛前防护、赛中/课中运动损伤应急处置能力;
- 3.具备常见运动损伤的康复指导、运动防护科普宣传的实践能力;
- 4.具备运用专业设备开展运动防护检测、评估、训练的操作能力;
- 5.具备在不同体育场景中协调沟通、团队协作,解决运动防护实际问题的综合能力。

价值目标:

- 1.树立“健康第一、安全至上”的职业理念,具备强烈的社会责任感和体育人使命担当;

2.培养严谨务实、精益求精的职业素养，恪守运动防护行业职业道德与行为规范；

3.强化体育强国建设的责任意识，将运动防护专业能力与服务竞技体育、校园体育、全民健身相结合；

4.践行立德树人根本任务，实现知识传授、能力培养与价值引领的有机统一。

二、招生对象

1.面向北京体育大学校内主修专业前期课程中，已完成解剖学、生理学等专业课程学习的本科专业二年级、三年级学生；

2.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；

3.学生在同一学年只能申请修读一个微专业，原则上须完成本微专业学习后，方可申请其他微专业；

4.对运动防护领域有浓厚兴趣，具备一定的体育实践基础，愿意从事运动防护相关工作。

三、培养方式

（一）招生方式

1.招生时间：每学年秋季学期开学两周后启动招生工作，报名周期为 1 周；

2.招生限额：每期拟招生 30 人，按照“自愿报名、择优录取”原则遴选，原则上 15 人以上方可单独开班；

3.招生程序：由运动医学与康复学院统一发布招生通知，组织学生自主报名，审核学生学业成绩与报名材料，确定录取名单并公示，公示无异议后发放录取通知。

（二）教学形式

1.授课形式：采用集中编班授课形式，结合学生主修课程安排，授课时间为周末或工作日晚上，避免与主修专业教学冲突；

2.教学模式：采用“理论教学+实操训练+场景化实践”混合式教学模式，理论教学以线下集中授课为主，可依托我校已建设的学堂在线等平台中《运动防护师教程》、《运动损伤学》等课程补充线上学习资源；实操训练在学校专业实验室开展，配备专用设备与指导教师；场景化实践在合作单位实践基地开展，由校行企专家联合指导；

3.师资构成：由校内跨学科教师+中国体育科学学会运动医学分会运动防护专委会、北京体育科学研究所等行业资深专家组成“双师型”教学团队，保障教学与行业需求接轨；

4.学习模式：推行项目式学习，以实际体育场景的运动防护问题为导向，组织学生开展小组研讨、案例分析、实操演练，提升解决实际问题的能力。

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1学年，学生需在主修专业第八学期前完成所有课程学习。

（二）结业学分要求

学习者需修读完本微专业培养方案中规定的所有必修课程且所有课程考核合格，获得 10 学分，方可申请结业。

（三）结业证书

主修专业毕业前，修读完成运动防护微专业培养方案中规定的课程并获得相应 10 学分，达到结业要求的学生，由北京体育大学统一颁发《北京体育大学运动防护微专业结业证书》，结业名单报教务处备案。

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	
	运动损伤防护概论	1	16	8	8		√		
	运动防护技术 I	1	16	2	14			√	运动伤害的现场识别与处置（急救等）
	运动防护技术 II	1	16	2	14			√	运动伤害预防技术（热身、贴扎及护具）
	运动防护技术 III	1	16	2	14		√		运动伤害治疗技术（理疗、手法）
	运动伤害风险筛查与评估	1	16	8	8		√		
	纠正性体能训练理论与方法	1	16	8	8		√		运动伤害治疗技术（运动性治疗）
	运动营养及补剂	1	16	14	2		√		
	运动性病症识别与处理	1	16	14	2		√		
	身体素质评估与重返赛场	1	16	10	6		√		
	传统运动防护技术应用	1	16	10	6		√		
	小计	10	160						

六、其它说明

因本专业运动防护技术课中，贴扎技术的学习需要用到贴布等耗材，学生需在该课中按课程要求自行购买相关耗材。

方案执笔人：张恩铭

微专业负责人：张恩铭

方案审批人：钱菁华