**《体育康复学》**

课 程 标 准

二 级 学 院（部）： 经管学院

执 笔 人： 薛黎清

审 核 人：

制 定 时 间： 2018年7月

修 订 时 间： 2018年7月

.

常州工程职业技术学院教务处制

二○一七年二月

**《体育康复学》课程标准**

1. **课程信息**

表1 课程信息表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 课程名称 | 体育康复学 | 开课院部 | 经贸与体育管理学院 | | |
| 课程代码 | 07040018 | 考核性质 | | 考试 | |
| 前导课程 | 《运动生理学》 | | | | |
| 后续课程 | 《康复疗法》 | | | | |
| 总学时 | 64 | 课程类型 | 理论课 | | 是□ |
| 实践课 | | 是□ |
| 理论+实践 | | 是√ |
| 理实一体化 | | 是□ |
| 适用专业 | 体育保健与康复 | | | | |

表2 课程标准开发团队名单

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **姓名** | **工作单位** | **职称/职务** |
| 1 | 薛黎清 | 常州工程职业技术学院 | 助教 |
| 2 | 洪煜 | 常州工程职业技术学院 | 讲师 |
| 3 | 刘会平 | 常州工程职业技术学院 | 讲师 |
| 4 | 陈章妹 | 常州市中医院 | 主任医师 |
|  |  |  |  |
| …… |  |  |  |

**二、课程性质**

**1.课程性质**

本课程是体育保健与康复专业必修的一门专业方向平台课程，是在学习了《人体解剖与生理基础》、《运动生理学》等课程，具备了基本的人体结构知识、对人体生命活动现象和规律、人体的运动能力、运动的反应与适应过程等有一定了解的基础上，开设的一门理论+实践的课程。其功能是对接专业人才培养目标，面向体育保健康复工作岗位，培养学生将体育科学与康复医学相结合的应用于工作中的能力，为后续《健康评价与运动处方》、《康复疗法》、《传统养生理论与方法》奠定基础的专业核心课程。

**2.课程功能定位**

表3 课程功能定位分析

|  |  |
| --- | --- |
| 对接的工作岗位 | 对接培养的职业岗位能力 |
| 康复治疗师 | 1．能掌握体育康复的基本方法，能对主要疾病进行正确的康复治疗 |
| 2．能将体育运动中的方法与手段运用到疾病和损伤的康复治疗中的同时，还能指导他人进行科学的体育康复。 |
| 3．能将体育康复学的内容与其他学科相联系起来，把本课程的知识运用于体育康复的实践之中 |

**三、课程目标与内容**

**1．课程总目标**

通过本课程的学习，掌握体育康复的基本方法、运动处方、体育康复的功能评价、主要疾病的体育康复方法的基本理论、基本知识和技能，并能运用到体育康复治疗的实践之中。了解体育康复的生理作用和基本原则，熟练掌握体育康复的基本方法，能对主要疾病进行正确的康复治疗。要重视对学生实际工作能力的培养，树立严谨的科学态度和理论联系实际的学风，全心全意地为人民服务。

**2．课程具体目标**

表4 课程教学目标与内容

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **毕业要求指标点** | **知识目标** | **技能目标** | **素质目标** | **教学内容** |
| 1 | 绪言 | 了解康复、体育康复的含义，了解康复评定、康复治疗包含的内容；熟悉体育康复学与运动人体科学专业的关系。 | 提高将理论与现实相结合、理解记忆的能力。 | 培养基本的医疗思维方式与素养。 | 康复的含义、包含的领域，康复评定、康复治疗的范畴；体育康复的含义；体育康复学与运动人体科学专业的关系。 |
| 2 | 康复医学概述 | 掌握康复医学的含义、现实意义；理解康复服务的方式；了解康复医学在我国的发展、现状及发展趋势。 | 提高举一反三的能力、理论联系实际的能力。 | 培养将康复医学的现实意义应用到临床的素养。 | 康复医学的含义、现实意义；康复服务的方式；康复医学在我国的发展、现状及发展趋势。 |
| 3 | 体育康复学概述 | 掌握康复、康复医学、体育康复的概念及区别；理解体育康复的生理作用。 | 提高区分康复、康复医学、体育康复的含义的能力。 | 培养理解记忆的能力与思维方式。 | 康复、康复医学、体育康复的概念；体育康复的生理作用。 |
| 4 | 掌握医疗运动、我国传统体育疗法、运动疗法的内容；理解体育康复的基本原则。 | 提高区分医疗运动、传统体育疗法、运动疗法的内容的能力。 | 培养理解记忆的能力与思维方式。 | 医疗运动、我国传统体育疗法、运动疗法的内容；体育康复的基本原则。 |
| 5 | 运动处方 | 掌握运动处方的基本内容；理解运动处方的概念、特点、意义。 | 能够计算各种类的运动强度并判断。 | 培养理解和计算的能力。 | 运动处方的基本内容；运动处方的概念、特点、意义。 |
| 6 | 掌握运动处方的制定程序；理解义务监督和运动处方的修改微调。 | 能够完成一套运动处方的制定程序。 | 培养扩散性思维方式，提高实践应用的能力。 | 运动处方的制定程序；义务监督和运动处方的修改微调。 |
| 7 | 掌握运动处方的内容和制定流程。 | 能够完成各类疾病的运动处方制定。 | 培养扩散性思维方式，提高拓展应用的能力。 | 运动处方的内容和制定流程。 |
| 8 | 体育康复的功能评价 | 掌握体格检查的方法；理解病史采集的流程。 | 能够针对性的进行病史采集和体格检查。 | 培养实际操作和应用的能力。 | 体格检查的方法；病史采集的流程。 |
| 9 | 掌握肌力测定评价和关节活动度测定；理解测定注意事项。 | 能够完成各部分肌力和关节活动度的测定。 | 培养实际操作和应用的能力。 | 肌力测定评价和关节活动度测定；测定注意事项。 |
| 10 | 掌握异常步态的病理及表现；理解日常生活活动能力的测定与评定。 | 能够区分各种异常步态的表现。 | 培养联系与联想的能力。 | 异常步态的病理及表现；日常生活活动能力的测定与评定。 |
| 11 | 掌握残疾评定的内容；理解神经肌肉电生理检查、康复心理测验。 | 能够判断残疾的分级。 | 培养理解判断分类的能力。 | 残疾评定的方法及内容；神经肌肉电生理检查；康复心理测验。 |
| 12 | 骨折的体育康复 | 掌握骨折的临床表现与处理原则；理解骨折的病因与发病机理。 | 能够对骨折进行正确的诊断。 | 培养理解记忆的能力。 | 骨折的临床表现与处理原则；骨折的病因与发病机理。 |
| 13 | 掌握骨折的体育康复锻炼方法；理解骨折的分期。 | 能够对骨折患者进行分期体育康复锻炼。 | 培养实际应用及锻炼的能力。 | 骨折的体育康复锻炼方法；骨折的分期。 |
| 14 | 肩关节周围炎的体育康复 | 掌握肩周炎的临床表现；理解肩关节的解剖结构、病因发病机理。 | 提高观察患者症状、巧妙四诊，找出病因的能力。 | 培养联想记忆的能力。 | 肩周炎的临床表现；肩关节的解剖结构、病因发病机理。 |
| 15 | 掌握肩周炎的体育康复锻炼方法；理解各锻炼方法的原理。 | 能够正确演示每种锻炼方法。 | 培养实践操作的能力。 | 肩周炎的体育康复锻炼方法；各锻炼方法的原理。 |
| 16 | 腰背痛的体育康复 | 掌握腰背痛的临床表现；理解腰背痛的概述和病因发病机理。 | 能够正确诊断腰背痛。 | 培养联想记忆的能力。 | 腰背痛的临床表现；腰背痛的概述和病因发病机理。 |
| 17 | 掌握腰背痛的体育康复锻炼方法；理解各锻炼方法的原理。 | 能够正确演示每种锻炼方法。 | 培养实践操作的能力。 | 腰背痛的体育康复锻炼方法；各锻炼方法的原理。 |
| 18 | 脊柱畸形的体育康复 | 掌握脊柱畸形的临床表现和诊断；理解脊柱畸形的病因发病机理。 | 能够正确诊断脊柱畸形及其类别。 | 培养联想记忆的能力。 | 脊柱畸形的临床表现和诊断；脊柱畸形的病因及发病机理。 |
| 19 | 掌握脊柱前凸、脊柱后凸的体育康复方法；理解各方法的原理。 | 能够区分脊柱前凸、脊柱后凸并完成正确锻炼方法。 | 培养实践操作的能力。 | 脊柱前凸、脊柱后凸的体育康复方法；各方法的原理。 |
| 20 | 掌握脊柱侧凸的体育康复方法；理解各方法的原理。 | 能够正确诊断脊柱侧凸的类型并完成正确锻炼方法。 | 培养实践操作的能力。 | 脊柱侧凸的体育康复方法；各方法的原理。 |
| 21 | 心血管系统疾病的体育康复 | 掌握冠心病和高血压的体育康复方法；理解冠心病和高血压的概念及注意事项。 | 能够正确完成冠心病和高血压的体育康复锻炼。 | 培养记忆及操作的能力。 | 冠心病和高血压的体育康复方法；冠心病和高血压的概念及注意事项。 |
| 22 | 呼吸系统疾病的体育康复 | 掌握慢阻肺和肺部切除术后的体育康复；理解慢阻肺和肺部切除术后的康复机理。 | 能够正确完成慢阻肺和肺部切除术后的体育康复锻炼。 | 培养记忆及操作的能力。 | 慢阻肺和肺部切除术后的体育康复；慢阻肺和肺部切除术后的康复机理。 |
| 23 | 代谢障碍的体育康复 | 掌握糖尿病的体育康复方法；理解糖尿病的临床表现及诊断。 | 能够正确完成糖尿病的体育康复锻炼。 | 培养操作及指导的能力。 | 糖尿病的体育康复方法；糖尿病的临床表现及诊断。 |
| 24 | 掌握单纯性肥胖症的诊断标准和体育康复方法；理解单纯性肥胖症的概念和体育康复作用。 | 能够正确诊断单纯性肥胖症并指导完成体育康复锻炼。 | 培养计算和操作的能力。 | 单纯性肥胖症的诊断标准和体育康复方法；单纯性肥胖症的概念和体育康复作用。 |
| 25 | 神经系统疾病的体育康复 | 掌握脑卒中的体育康复方法；理解脑卒中的概念和临床表现。 | 能够正确完成脑卒中的体育康复锻炼。 | 培养应用及操作的能力。 | 脑卒中的体育康复方法；脑卒中的概念和临床表现。 |
| 26 | 掌握脊髓损伤的体育康复方法；理解脊髓损伤的临床诊治。 | 能够正确完成脊髓损伤的体育康复锻炼。 | 培养理解及操作的能力。 | 脊髓损伤的体育康复方法；脊髓损伤的临床诊治。 |
| 27 | 新型康复器械在康复医学中的发展和应用 | 掌握减重步行器、等速运动的康复训练方法；理解减重康复训练、等速运动的概念和作用机制。 | 能够正确使用减重步行器，正确指导等速运动训练。 | 培养联想理解的能力。 | 减重步行器、等速运动的康复训练方法；减重康复训练、等速运动的概念和作用机制。 |
| 28 | 掌握机械振动疗法和理疗康复器械的应用；理解各种方法的机理。 | 能够正确选择各康复疗法器械。 | 培养联想理解的能力。 | 机械振动疗法和理疗康复器械的应用；各种方法的机理。 |

表5 课程教学安排

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 项目 (模块） | 任务(单元) | 教学内容 | 重点、难点、考核点 | 学时 |
| 1 | 项目1  绪言 | 1.1 绪言 | 1.康复：概念、康复评定、康复治疗  2.体育康复  3.体育康复学与运动人体科学专业的关系 | 重点：康复、体育康复的概念  难点：康复评定、康复治疗的内容 | 1 |
| 2 | 项目2  康复医学概述 | 2.1 康复医学概述 | 1.基本概念  2.康复医疗机构  3.康复医学在我国的发展、现状及发展趋势 | 重点：康复医学的含义  难点：康复医学含义的记忆 | 1 |
| 3 | 项目3  体育康复学概述 | 3.1 基本概念、体育康复的生理作用 | 1.基本概念：康复、体育康复  2.体育康复的生理作用 | 重点：体育康复的含义  难点：区分康复、康复医学、体育康复 | 2 |
| 4 | 3.2 体育康复的基本方法、体育康复的基本原则 | 1.体育康复的基本方法：医疗体操、医疗运动、传统体育疗法、运动疗法等  2.体育康复的基本原则 | 重点：体育康复的基本方法及内容  难点：区分医疗运动、我国传统体育疗法、运动疗法 | 2 |
| 5 | 项目4  运动处方 | 4.1 运动处方概述、运动处方的基本内容 | 1.运动处方概述：概念、特点  2.运动处方的基本内容：运动种类、运动强度、运动持续时间、运动频度、注意事项 | 重点：运动处方的基本内容及运动强度的计算  难点：运动强度的内容和计算 | 2 |
| 6 | 4.2 运动处方的制定程序 | 1.一般调查  2.临床检查和功能检查  3.运动试验  4.体力测验  5.运动处方的制定  6.运动中的医务监督  7.运动处方的修改和微调 | 重点：临床检查和功能检查  难点：临床检查和功能检查、运动处方的制定 | 2 |
| 7 | 4.3 运动处方的实际应用 | 1.运动处方的基本格式  2.运动处方举例  3.运动处方的实施 | 重点：运动处方的基本格式  难点：独立完成运动处方的制定 | 2 |
| 8 | 项目5  体育康复的功能评价 | 5.1 病史采集、体格检查 | 1.病史采集  2.体格检查：一般史、运动史、体姿检查、体格测量、功能检查、特殊检查 | 重点：体格检查  难点：体格检查 | 2 |
| 9 | 5.2 肌力测定与评价、关节活动度测定法 | 1.肌力测定与评价  2.关节活动度测定法 | 重点：肌力评定和关节活动度的测定  难点：关节活动度的测定 | 2 |
| 10 | 5.3 步态分析、日常生活活动能力的测定与评定 | 1.步态分析:步态的基本情况、常见的病理步态  2.日常生活活动能力的测定与评定 | 重点：步态分析及常见的病理步态  难点：各类病理步态 | 2 |
| 11 | 5.4 残疾评定、神经肌肉电生理检查、康复心理测验 | 1.残疾评定  2.神经肌肉电生理检查  3.康复心理测验 | 重点：残疾评定标准  难点：残疾评定内容 | 2 |
| 12 | 项目6  运动系统伤病的体育康复 | 6.1 骨折的体育康复 | 1.病因与发病机理  2.临床表现：症状、检查  3.处理原则  4.体育康复：早期、中期、晚期 | 重点：骨折的临床表现和诊断、骨折的体育康复锻炼方法  难点：骨折的体育康复锻炼方法 | 4 |
| 13 | 6.2肩关节周围炎的体育康复 | 1.病因与发病机理  2.临床表现：症状、检查  3.处理原则  4.体育康复 | 重点：肩周炎的临床表现、肩周炎锻炼方法的正确操作  难点：肩周炎锻炼方法的正确操作 | 4 |
| 14 | 6.3腰背痛的体育康复 | 1.病因与发病机理  2.临床表现：症状、检查  3.处理原则  4.体育康复 | 重点：腰背痛的临床表现、腰背痛锻炼方法的正确操作  难点：腰背痛锻炼方法的正确操作 | 4 |
| 15 | 6.4脊柱畸形的体育康复 | 1.病因与发病机理  2.临床表现：症状、检查  3.处理原则  4.体育康复 | 重点：脊柱畸形的临床表现、脊柱畸形锻炼方法的正确操作  难点：脊柱畸形锻炼方法的正确操作 | 6 |
| 16 | 项目7  期中测试 | 7.1 期中测试 | 无 | 无 | 2 |
| 17 | 项目8  心血管系统疾病的体育康复 | 8.1 冠心病的体育康复 | 1.运动疗法的作用  2.运动疗法的方法  3.注意事项 | 重点：冠心病的体育康复方法  难点：冠心病的诊断 | 1 |
| 18 | 8.2 高血压的体育康复 | 1.运动疗法的作用  2.运动疗法的方法  3.注意事项 | 重点：高血压的体育康复方法  难点：高血压的诊断 | 1 |
| 19 | 项目9  呼吸系统疾病的体育康复 | 9.1 慢性阻塞性肺疾患的体育康复 | 1.慢性阻塞性肺疾患的概述  2.慢行阻塞性肺疾患的治疗  3.慢性阻塞性肺疾患体育康复的机理  4.慢性阻塞性肺疾患体育康复方法 | 重点：慢性阻塞性肺疾患的体育康复  难点：慢性阻塞性肺疾患的体育康复 | 1 |
| 20 | 9.2 肺部切除手术后的体育康复 | 1.概述  2.康复机理  3.康复方法 | 重点：肺部切除手术后的体育康复  难点：肺部切除手术后的体育康复 | 1 |
| 21 | 项目10  代谢障碍的体育康复 | 10.1 糖尿病的体育康复 | 1.运动疗法的作用  2.运动疗法的方法  3.注意事项 | 重点：糖尿病的体育康复锻炼方法  难点：糖尿病的体育康复运动强度的把握 | 2 |
| 22 | 10.2 单纯性肥胖症的体育康复 | 1.运动疗法的作用  2.运动疗法的方法  3.注意事项 | 重点：单纯性肥胖症的体育康复锻炼方法  难点：单纯性肥胖症的诊断 | 2 |
| 23 | 项目11  神经系统疾病的体育康复 | 11.1 脑卒中的体育康复 | 1.脑卒中概述  2.脑卒中的体育康复机理  3.脑卒中的体育康复方法 | 重点：脑卒中的体育康复方法  难点：脑卒中的临床表现及诊断 | 2 |
| 24 | 11.2 脊髓损伤的体育康复 | 1.临床诊治：病因、病理、临床特征、诊断、临床治疗要点  2.康复评定  3.康复训练 | 重点：脊髓损伤的体育康复锻炼方法  难点：脊髓损伤的诊断 | 2 |
| 25 | 项目12  体育康复方法实训 | 12.1 体育康复方法实训（一） | 1.各类体育康复锻炼方法  2.各类体育康复锻炼机理 | 重点：各类体育康复锻炼方法  难点：各类体育康复锻炼方法及机理 | 2 |
| 26 | 12.2 体育康复方法实训（二） | 1.各类体育康复锻炼方法  2.各类体育康复锻炼机理 | 重点：各类体育康复锻炼方法  难点：各类体育康复锻炼方法及机理 | 2 |
| 27 | 项目13  新型康复器械在康复医学中的发展和应用 | 13.1 减重康复训练 | 1.减重训练的基本概念  2.减重训练的理论基础  3.减重训练的主要作用机制  4.减重训练在临床康复上的应用  5.减重步行系统的组成  6.减重训练的适用范围  7.减重步行器的康复训练方法  8.减重步行器注意事项 | 重点：减重步行器的康复训练方法  难点：减重步行器的康复训练方法和作用机制 | 2 |
| 28 | 13.2 等速运动康复训练 | 1.等速运动的基本概念和特点  2.等速运动在康复医学中的应用  3.等速肌力的不同训练方法  4.等速装置使用中的若干问题  5.等速训练和测试中应注意的问题  6.等速测试的禁忌情况  7.常用等速运动装置 | 重点：等速运动的康复训练方法  难点：等速肌力的不同训练方法 | 2 |
| 29 | 13.3 机械振动疗法、理疗康复器械 | 1.机械振动疗法的基本概念  2.振动的不同分类  3.作用机理  4.适应症  5.振动在康复医学上的应用  6.振动的副反应  7.电疗设备  8.超声波综合治疗仪  9.磁疗设备  10.自动牵引装置  11.光疗机 | 重点：机械振动疗法和理疗康复器械的应用  难点：各种方法的选择 | 2 |
| 30 | 项目14  复习答疑 | 14.1 复习答疑 | 无 | 无 | 2 |

**四、课程考核**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 过程考核 | | | 终结性考核 |
| 内容 | 考勤 | 课堂表现 | 作业 | 期末考试 |
| 比例 | 15% | 15% | 20% | 50% |
| 权重 | 100% | | | |

**五、实施要求**

**1.授课教师基本要求**

本课程授课教师具备医学或康复学学习经历，对康复学内容有深刻的理解，具备对体育康复的功能评价、运动处方的制定、常见疾病的体育康复等内容实践操作的能力，具有高等学校教师资格。

**2.实践教学条件要求**

（1）校内实训室

表6实训室

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **实训室名称** | | 理疗实训室 | **面积要求** | **100m2** |
| **序号** | **核心设备** | | **数量要求** | **备注** |
| 1 | 推拿床 | | 35 |  |
| 2 | 治疗车 | | 5 |  |
| 3 | 治疗巾 | | 35 |  |
| 4 | 记号笔 | | 50 |  |

（2）校外实习基地

表7 《体育康复学》课程校外实习基地

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **校外实习基地名称** | **合作企业名称** | **用途** | **合作深度要求** |
| 1 | 常州体育医院 | 常州体育医院 | 认识实习 | 紧密合作型 |
| 2 | 常州华森康复医院 | 常州华森医疗器械有限公司 | 认识实习 | 一般合作型 |

**3．教学方法与策略**

（1）教学方法

主要采用案例教学法、情景教学法、项目化教学法和合作学习法。

充分利用现代教育技术，将理论、实训等教学内容一体化设置，知识、技能与素质一体化训练，由此形成融知识传授、能力培养、素质教育于一体的教学模式。设置特定场景，为学生塑造模拟环境，以案例的形式向学生讲解重难点及注意事项，以小组为单位，布置项目化任务，锻炼学生合作学习和训练的能力，做到教、学、练一体化。

（2）教学策略

教学过程可采用网络教学平台实现混合式教学。

在教学过程中，可以采用网络平台和现场教学相结合，比如体育康复的功能评价、运动处方的制定、常见疾病的体育康复等操作部分内容的学习，可以在网络平台或采用其他手段先给学生观看视频，课堂中通过讲解突出重点和注意点，结合学生的实践练习，最后在实训环节可结合循环播放视频的方式保证学生快速达到训练要求。

**4.教材、数字化资源选用**

表8 《体育康复学》课程教材选用表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **教材名称** | **教材类型** | **出版社** | **主编** | **出版日期** |
| 1 | 《体育康复学》 | 公开出版 | 人民体育出版社 | 荣湘江，姚鸿恩 | 2008 |
| 2 | 《运动康复技术》 | 公开出版 | 北京体育大学出版社 | 运动康复技术编写组 | 2016 |

表9 《体育康复学》课程参考教材选用表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **教材名称** | **教材类型** | **出版社** | **主编** | **出版日期** |
| 1 | 《运动损伤康学》 | 公开出版 | 民军医出版社 | 张笃超，李湘奇 | 2008 |
| 2 | 《运动与康复》 | 公开出版 | 北京大学医学出版社 | 沈志祥 | 2008 |

表10 《体育康复学》课程数字化资源选用表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **序号** | **数字化资源名称** | **资源网址** |
| 1 | 上海体育学院运动科学学院 | http://yk.sus.edu.cn/index.htm |
| 2 | 南京医科大学康复医学院 | http://kfyxy.njmu.edu.cn |
| 3 | 北京体育大学运动医学与康复学院 | http://ydkfx.bsu.edu.cn |
| 4 | 南京体育学院运动健康科学系 | http://www.nipes.cn/ydjkkxx/ |

**六、其他**