专业课课程教学大纲

SJQU-QR-JW-033（A0）

**【运动医学基础】**

**【Fundamentals of Sports Medicine】**

一、基本信息

**课程代码：**【2170032】

**课程学分：**【2.0】

**面向专业：**【健康服务与管理】

**课程性质：**【院级选修课】

**开课院系：**健康管理学院

**使用教材：**

教材【《运动疗法技术学》（第二版），主编：纪树荣，华夏出版社，2011】

参考书目【1.《人体解剖彩色图谱》，主编：郭光文、王序，人民卫生出版社，2013；】

【2.《运动医学实验指导与习题》，主编：张培珍，北京体育大学出版社，2011；】

【3.《运动医学》（第1版），主编：邹克扬，北京师范大学出版社，2010. 】

【4. 《康复医学概论》，主编：陈立典，人民卫生出版社，2012】

**课程网站网址：暂无**

**先修课程：**【无】

二、课程简介

我国震惊世界的汶川大地震、玉树地震、舟曲泥石流等灾害,造成了极大的破坏,许多作残患者急需救治,对医疗卫生工作,特别是康复医疗服务,提出了迫切的要求,必须使救助医疗、康复结成一体,成为一个系统王程。灾后国家投巨资在四川省建立了现代化的康复机构,其他城市也相继建立了一些康复机构,为伤病员服务。这些客观条件有力地促进了康复医学的发展。本书是应实际教学和临床康复工作之需重新编写而成的，作者群体集合了全国较有影响的高等医学院校和康复机构中具有丰富教学及临床经验的知名专家，多数编者具有国外学习的经历。

本书以运动疗法为主要内容，介绍了肌力训练、平衡训练、协调功能训练、体位摆放、步行功能训练、呼吸训练、水中运动疗法、脊柱牵引疗法、神经生理学疗法、引导式教育以及麦肯基疗法。

三、选课建议

本课程适合健康服务与管理专业二年级的学生进行学习，需要学生拥有一定的解剖和运动学的基础

四、课程与专业毕业要求的关联性

|  |  |
| --- | --- |
| 专业毕业要求 | 关联 |
| LO1品德修养 | LO11爱党爱国，坚决拥护党的领导，热爱祖国的大好河山、悠久历史、灿烂文化，自觉维护民族利益和国家尊严。 |  |
| LO12遵纪守法，增强法律意识，培养法律思维，自觉遵守法律法规、校纪校规。 |  |
| LO13奉献社会，富有爱心，懂得感恩，自觉传承和弘扬雷锋精神，具有服务社会的意愿和行动，积极参加志愿者服务。 |  |
| LO14诚信尽责，为人诚实，信守承诺，勤奋努力，精益求精，勇于担责。 |  |
| LO15爱岗敬业，热爱护理专业，勤学多练，锤炼技能。熟悉专业相关的法律法规，在实习实践中自觉遵守职业规范，具备职业道德操守。 |  |
| LO2专业能力 | LO21具有专业所需的人文科学素养。 |  |
| LO22健康检测：掌握健康检测的基本内容及方法。 |  |
| LO23健康评估：能全面评估服务对象的健康状态，具有健康监测、健康风险评估能力。 |  |
| LO24健康咨询：掌握健康保健专业知识，为服务对象提供健康咨询服务。能确定服务对象的健康需求，并采用合适的健康教育方法。 |  |
| LO25健康促进：掌握慢性病管理相关知识，协助医生开展慢性病病人社区健康管理，包括健康干预方案的跟踪随访。 | ● |
| LO26 健康管理：掌握对个人或人群的健康风险因素进行全面管理的能力，开展健康管理服务。 |  |
| LO3表达沟通 | LO31倾听他人意见、尊重他人观点、分析他人需求。 |  |
| LO32应用书面或口头形式，阐释自己的观点，有效沟通。 | ● |
| LO4自主学习 | LO41能根据需要确定学习目标，并设计学习计划。 |  |
| LO42能搜集、获取达到目标所需要的学习资源，实施学习计划、反思学习计划、持续改进，达到学习目标。 |  |
| LO5健康发展 | LO51身体健康，具有良好的卫生习惯，积极参加体育活动。 |  |
| LO52心理健康，学习和参与心理调适各项活动，耐挫折，能承受学习和生活中的压力。 |  |
| LO53懂得审美，有发现美、感受美、鉴赏美、评价美、创造美的能力。 |  |
| LO54热爱劳动，具有正确的劳动观念和态度，热爱劳动和劳动人民，养成劳动习惯。 |  |
| LO55持续发展，具有爱护环境的意识，与自然和谐相处的环保理念与行动；具备终生学习的意识和能力。 |  |
| LO6协同创新 | LO61在集体活动中能主动担任自己的角色，与其他成员密切合作，善于自我管理和团队管理，共同完成任务。 | ● |
| LO62有质疑精神，能有逻辑的分析与批判。 |  |
| LO63能用创新的方法或者多种方法解决复杂问题或真实问题。 |  |
| LO64了解行业前沿知识技术。 |  |
| LO7信息应用 | LO71能够根据需要进行专业文献检索。 |  |
| LO72能够使用适合的工具来搜集信息，并对信息加以分析、鉴别、判断与整合。 |  |
| LO73熟练使用计算机，掌握常用办公软件。 |  |
| LO8国际视野 | LO81具备外语表达沟通能力，达到本专业的要求。 |  |
| LO82理解其他国家历史文化，有跨文化交流能力。 |  |
| LO83有国际竞争与合作意识。 |  |

备注：LO=learning outcomes（学习成果）

五、课程目标/课程预期学习成果

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **课程预期****学习成果** | **课程目标****（细化的预期学习成果）** | **教与学方式** | **评价方式** |
| 1 | LO25 | 1.掌握常规运动疗法技术 | 直接教学法讨论教学法 | 纸笔测验评价 |
| 2.掌握脊柱牵引疗法 | 讨论教学法探究教学法 | 口头评价或纸笔测验评价 |
| 3.掌握神经生理学疗法 | 讨论教学法探究教学法 | 平时作业 |
| 2 | L032 | 应用书面或口头形式，阐释自己的观点，有效沟通。 | 小组汇报法 | 汇报成绩 |
| 3 | LO61 | 在集体活动中能主动担任自己的角色，与其他成员密切合作，共同完成任务。 | 合作学习教学法 | 实验报告 |

六、课程内容

本课程总学时为32学时，其中教师课堂理论授课学时16学时；学生课内实践环节学时为16学时；课外练习，查阅文献及作业等时间不计在内。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **单元名称** | **知识目标** | **能力目标** | **情感目标** | **教学难点** | **理论时数** | **实践时数** | **总时数** |
| 1 | 绪论 | 1，熟悉运动疗法定义、目的、技术分类、应用范围、禁忌证、工作原则。2.了解运动疗法发展简史、运动疗法常用器材和设备、运动疗法与循证医学的关系。3.掌握常用运动疗法的评定技术,包括:肌力评定、痉挛评定、关节活动度评定、上肢及手功能评定、步态分析、平衡功能的评定、协调性的评定、运动疗法中日常生活活动能力和功能独立性的评定等。 | 能简述常用的运动疗法评定技术 | 具有认真学好运动医学的科学态度和为患者服务的基本素质。 | 知道运动疗法评定技术的具体内容 | 1 | 0 | 1 |
| 2 | 常规运动疗法技术 | 1. 熟悉各种常用的运动疗法技术。2.掌握维持与改善关节活动范围的训练、关节松动术、增强肌力和肌肉耐力训练、恢复平衡能力训练、协调性功能训练、体位摆放和身体移动及站立步行功能训练。3.了解心脏功能训练、呼吸运动及排痰能力训练、水中运动、医疗体操等 | 1.能做到维持与改善关节活动范围的训练、关节松动术、增强肌力和肌肉耐力训练、恢复平衡能力训练、协调性功能训练、体位摆放和身体移动及站立步行功能训练。。2.能做到心脏功能训练、呼吸运动及排痰能力训练、水中运动、医疗体操等 | 具有对运动系统相关疾病的救治素养，救死扶伤。 | 掌握每一项技术在实践中的具体操作。 | 4 | 14 | 18 |
| 3 | 神经生理学疗法 | 1.熟悉每种疗法的概念、技术特点、操作方法和具体应用方法。2.掌握 Bobath 疗法、Brunnstrom 疗法、神经肌肉本体感觉促进疗法(PNF)、Rood 疗法的临床实用技术。 | 1、能说出熟悉每种疗法的概念、技术特点、操作方法和具体应用方法。2. 能做到Bobath 疗法、Brunnstrom 疗法、神经肌肉本体感觉促进疗法(PNF)、Rood 疗法的临床实用技术。 | 养成学习习惯，确立积极、健康的生活态度。 | 掌握Brunstrum技术应用于神经康复。 | 2 | 3 | 5 |
| 4 | 按摩疗法 | 1.掌握按摩疗法的作用、适应证和禁忌证:按摩手法的种类、操作及临床应用。2.了解常见病症的按摩治疗方法,如:软组织损伤、颈椎病、落枕、腰背下肢痛、头痛、编瘾、脊髓损伤、脑瘫、类风湿性关节炎、失眠等。 | 能说出按摩疗法的作用、适应证和禁忌证:按摩手法的种类、操作及临床应用。 | 具备处理常见运动损伤的能力，养成良好的生活习惯，做好宣教工作。 | 掌握按摩疗法的作用、适应证和禁忌证:按摩手法的种类、操作及临床应用。 | 1 | 1 | 2 |
| 5 | 麦肯基力学诊断疗法 | 1.掌握麦肯基力学诊断治疗方法的适应证及禁忌证1. 了解疼痛的机制，区分化学性疼痛和机械性疼痛。
2. 掌握脊柱的解剖结构以及运动中的生物力学变化

4.掌握麦肯基评测方法。5.掌握三大综合征的特点及治疗原则,姿势综合征的治疗方法。6.了解颈椎胸椎和腰椎的麦肯基治疗技术,颈椎的后缩和腰椎的俯卧伸展技术。 | 1. 能说出麦肯基力学诊断治疗方法的适应证及禁忌证
2. 能说出脊柱的解剖结构以及运动中的生物力学变化
 | 具备处理泌尿系统常见腰痛的能力，养成良好的生活习惯，做好宣教工作。 | 掌握三大综合征的特点及治疗原则,姿势综合征的治疗方法。 | 2 | 4 | 6 |
| 合计 |  |  |  |  | 10 | 22 | 32 |

七、课内实验名称及基本要求

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 实验名称 | 主要内容 | 实验时数 | 实验类型 | 备注 |
| 1 | 常规疗法技术 | 关节活动范围的训练、关节松动术、增强肌力和肌肉耐力训练、恢复平衡能力训练、协调性功能训练、体位摆放和身体移动及站立步行功能训练。 | 10 | 综合型 |  |
| 2 | 神经生理学疗法 | Bobath 疗法、Brunnstrom 疗法、神经肌肉本体感觉促进疗法(PNF)、Rood 疗法的临床实用技术。 | 2 | 综合型 |  |
| 3 | 按摩疗法 | 掌握按摩疗法的作用、适应证和禁忌证:按摩手法的种类、操作及临床应用。 | 1 | 综合型 |  |
| 4 | 麦肯基疗法 | 颈椎胸椎和腰椎的麦肯基治疗技术,颈椎的后缩和腰椎的俯卧伸展技术。 | 3 | 综合型 |  |

1. 评价方式与成绩

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 总评构成（X） | 评价方式 | 占比 |
| X1 | 随堂测试 | 40% |
| X2 | 平时表现 | 20% |
| X3 | 平时作业1 | 20% |
| X4 | 平时作业2 | 20% |

撰写人：  系主任审核签名：

审核时间： 2023-09-10