

《运动伤害防护与急救》教学大纲

课程名称：运动伤害防护与急救		课程类别（必修/选修）：选修	
课程英文名称：Sports Injury Protection and First Aid			
总学时/周学时/学分：32/2/2		其中实验/实践学时：24	
先修课程：运动解剖学			
后续课程支撑： 运动处方学			
授课时间： 1-16 周/周一/1-2 节		授课地点：6C-102	
授课对象： 2021 级社体 123 班			
开课学院：教育学院（师范学院）			
任课教师姓名/职称：刘骏识/讲师			
答疑时间、地点与方式：			
课程考核方式：开卷（√）闭卷（）课程论文（）其它（）			
使用教材：运动损伤管理			
教学参考资料：			
课程简介： 运动损伤学的开设是针对运动员损伤与治疗的入门知识讲授。主要内容包括运动与竞赛中损伤的表型与症状，以及基本急救方式。学生也有机会进行国家级的急救，心肺功能复苏等证书。			
课程教学目标及对毕业要求指标点的支撑：			
课程教学目标		支撑毕业要求指标点	毕业要求
目标 1： 知识目标：运动员的损伤风险筛查与运动风险评估 能力目标：能够按要求完成各评估内容		3-2 具有扎实的社会体育指导知识和学科专业知识	毕业要求 2.熟悉党和国家有关体育事业的方针、政策、法规；掌握社会体育相关学科的基本理论、基本知识、基本技能。

素质目标：专业基础知识和基本技能		
目标 2: 知识目标：运动医学团队能够进行的一般与特殊环境损伤分析 能力目标：了解社体专业所能承担的角色 素质目标：专业基础知识	2-2 掌握社会体育相关学科的基本理论、基本知识、基本技能	毕业要求 3.了解国内外在社会体育方面的学术发展动态，具备一定的人文素养和科学精神，具有扎实的社会体育指导知识和学科专业知识。
目标 3: 知识目标：人体动作分析与损伤关系，人体各环节问题以及运动负荷监控方法 能力目标：掌握基本人体动作分析，掌握基本人体问题分析与训练监控方法 素质目标：专业基础知识和基本技能	5-2 具有一定的科学研究能力	毕业要求 5. 掌握文件检索、资料查询的基本方法，具有一定的科学研究能力。

理论教学进程表

周次	教学主题	授课教师	学时数	教学内容（重点、难点、课程思政融入点）	教学模式 线下/混合式	教学方法	作业安排	支撑 课程 目标
----	------	------	-----	---------------------	----------------	------	------	----------------

1	运动医学团队	刘骏识	2	<p>通过运动医学团队的介绍，了解运动员所处团队的人员构成</p> <p>重点：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 运动医学的历史与发展。 2. 运动医学分支。 3. 运动医学专业人员（学历与证书要求、实践范围、角色与责任）。 <p>难点：运动医学作为学科的理解</p> <p>课程思政融入点：介绍运动医学的演变过程，国家队相关人员的巨大贡献，培养学生的爱国精神。</p> <p>劳动教育：课前每位同学清洁课桌及课室卫生，保证干净的学习环境。</p>	线下	课堂讲授与小组讨论	<p>课后作业：通读本章并完成课堂思考题</p> <p>课程思政作业：要求学生每人至少阅读两篇与运动医学发展有关的文章或书籍。</p> <p>能力培养作业：每人以小组为单位须完成跟本课程相关的英文文献翻译1篇。</p>	目标2
6	肌骨骼系统损伤	刘骏识	2	<p>肌肉、肌腱、骨损伤。</p> <p>重点：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 受伤过程中生物力学特征、病理生理学特征。 2. 损伤后的康复思路 <p>难点：</p>	线下	课堂讲授和小组讨论	<p>课后作业：通读本章并完成课堂思考题</p> <p>课程思政作业：要求学生每人至少阅读两篇与肌骨骼系统有关的文章或书籍。</p>	目标2

				1. 损伤康复实践过程中的个体化方法应用 课程思政融入点: 介绍解剖史的演变过程, 历代伟人的巨大贡献, 培养学生的爱国精神。			能力培养作业: 每人以小组为单位须完成跟本课程相关的英文文献翻译 1 篇。	
15	特殊情况	刘骏识	2	其他影响运动损伤的情况	线下	课堂讲授和小组讨论	课后作业: 通读本章并完成课堂思考题 课程思政作业: 要求学生每人至少阅读两篇与特殊情况有关的文章或书籍。 能力培养作业: 每人以小组为单位须完成跟本课程相关的英文文献翻译 1 篇。	目标 2
16	期末考							
合计			8					

实践教学进程表

周次	实验项目名称	授课教师	学时	教学内容（重点、难点、课程思政融入点）	项目类型（验证/综合/设计）	教学方法	支撑课程目标
2	医学评估和赛前筛查、	刘骏识	2	赛前筛查是运动员在新赛季开始或者参加新	综合	实验	目标 1

	损伤风险分析流程、动力链的评估和发展、运动素质评估			<p>训练时例行的评估方法。</p> <p>重点：</p> <p>1. 筛查原则、益处、流程。</p> <p>2. 损伤风险分析流程。</p> <p>3. 动力链的种类和异同。</p> <p>难点： 筛查方法</p> <p>课程思政融入点： 介绍医学评估过程，历代伟人的巨大贡献，培养学生的爱国精神。</p> <p>劳动教育： 课前每位同学清洁课桌及课室卫生，保证干净的学习环境。</p>			
3	运动素质评估实验课	刘骏识	2	<p>最大力量、力量发展速率、跳跃评估等</p> <p>重点：</p> <p>1. 专项运动员的素质评估。</p> <p>难点： 实际操作。</p> <p>课程思政融入点： 通过实验步骤与数据的实施，培养学生动手实践操作技能。</p>	综合	实验	目标 1
4	人体各机能与损伤预防的关系	刘骏识	3	<p>跑步、落地、投掷、核心稳定性、柔韧性在预防损伤以及功能恢复中的应用</p> <p>重点：</p> <p>1. 人体基本动作姿势分析。</p> <p>难点： 动作与损伤的关系</p> <p>课程思政融入点： 介绍我国动作研究方面专</p>	综合	实验	目标 3

				家，历代伟人的巨大贡献，培养学生的爱国精神。			
5	人体动作分析实验	刘骏识	2	使用 IMU 设备对人体动作进行分析 难点： 生物医学工程的实践能力 课程思政融入点： 客观尊重实验观察的严谨学术态度培养	综合	实验	目标 3
7	运动中的肩颈问题	刘骏识	2	各种运动的肩颈损伤。 重点： 1. 损伤过程的外部因素 2. 颈部健康状况评估 难点： 1. 实践过程中的方法应用。 课程思政融入点： 介绍解剖史的演变过程，历代伟人的巨大贡献，培养学生的爱国精神。	综合	实验	目标 3
8	运动中的脊柱、髋关节、腹股沟问题	刘骏识	2	各种运动中的脊柱、髋关节、腹股沟损伤。 重点： 1. 损伤过程中的外部因素 2. 各部位健康状况评估 难点： 1. 实践过程中的方法应用。	综合	实验	目标 3

9	运动中肘关节、膝关节问题	刘骏识	2	<p>各种运动中的肘关节、膝关节损伤。</p> <p>重点：</p> <p>1. 损伤过程中的外部因素</p> <p>2. 各部位健康状况评估</p> <p>难点：</p> <p>1. 实践过程中的方法应用</p>	综合	实验	目标 3
10	运动中的胫骨、足踝问题	刘骏识	2	<p>各种运动中的胫骨、足踝损伤。</p> <p>重点：</p> <p>1. 损伤过程中的外部因素</p> <p>2. 各部位健康状况评估</p> <p>难点：</p> <p>1. 实践过程中的方法应用</p>	综合	实验	目标 3
11	足部问题	刘骏识	3	<p>各种运动中的足部损伤。</p> <p>重点：</p> <p>1. 损伤过程中的外部因素</p> <p>2. 各部位健康状况评估</p> <p>难点：</p> <p>1. 实践过程中的方法应用</p>	综合	实验	目标 3
12	足部实验课	刘骏识	2	<p>使用足部康复、损伤恢复用具进行足部防护</p> <p>难点：应用过程中的个体化差异问题</p> <p>课程思政融入点：客观尊重实验观察的严谨学术态度培养</p>	综合	实验	目标 3

13	运动员的训练管理	刘骏识	3	赛季训练管理。 重点： 1. 训练负荷监控 2. 运动员恢复优化 难点： 1. 高温与高原的环境压力	综合	实验	目标 3
14	运动员的训练实验课	刘骏识	3	使用评估表进行训练负荷监控 难点： 评估表的数据计算应用	综合	实验	目标 3
合计			24				

课程考核

课程目标	支撑毕业要求指标点	评价依据及成绩比例（%）				
		作业	实验	考试	文献检索	
目标一	3-2	5	10	5	5	
目标二	2-2	5	10	5	5	
目标三	5-2	10	20	10	10	
总计		20	40	20	20	100

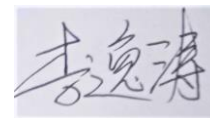
备注：1) 根据《东莞理工学院考试管理规定》第十二条规定：旷课 3 次（或 6 课时）学生不得参加该课程的期终考核。2) 各项考核标准见附件所示。

大纲编写时间：2023 年 8 月 29 日

系（部）审查意见：

已审阅，同意执行。

系（部）主任签名：

Handwritten signature in black ink on a light blue rectangular background. The signature is written in a cursive style and appears to read '李逸涛'.

日期：2023 年 9 月 1 日

备注：

附录：

作业评分标准

观测点	评分标准			
	<i>A(100)</i>	<i>B(85)</i>	<i>C(70)</i>	<i>D(0)</i>
基本概念掌握程度	概念清楚，答题正确。	概念比较清楚，作业比较认真，答题比较正确。	概念基本清楚，答题基本正确。	概念不太清楚，答题错误较多。
解决问题的方案正确性	解题思路清晰，计算正确	概念比较清楚，作业比较认真，答题比较正确。	概念基本清楚，答题基本正确。	概念不太清楚，答题错误较多。
作业完成态度	按时完成，书写工整、清晰，符号、单位等按规范要求执行	按时完成，书写清晰，主要符号、单位按照规范执行	按时完成，书写较为一般，部分符号、单位按照规范执行	未交作业或后期补交，不能辨识，符号、单位等不按照规范执行

实验评分标准

观测点	评分标准			
	<i>A(100)</i>	<i>B(85)</i>	<i>C(70)</i>	<i>D(0)</i>
预习报告 (权重 0.3)	按时完成，内容完整、正确，字迹清晰工整	按时完成，内容基本完整，书写清晰	延时完成，内容基本完整，能够辨识	未提交或后期补交，内容不完整，不能辨识
实验操作	操作规范，步骤合理清晰，在	能按要求较完整完成操作，实验	基本能按要求进行操作，实	操作不规范，实验步骤不

(权重 0.4)	规定的时间完成实验	过程安排较为合理,在规定时间内完成实验	验部分步骤安排不合理,完成实验时间稍为滞后	合理,未在规定的时间内完成实验
总结报告 (权重 0.3)	按时完成,内容全面,字迹清晰、工整,数据记录、处理、计算、作图正确,对实验结果分析合理	按时完成,内容基本完整,能够辨识,数据记录、处理、计算、作图基本正确,对实验结果分析基本合理	按时完成,内容部分欠缺,但能够辨识,数据记录、处理、计算、作图出现部分错误,对实验结果分析出现部分错误	未提交或后期补交,内容不完整,不能辨识,数据记录、处理、计算、作图出现大部分错误,未对实验结果进行分析或分析基本全部错误

文献检索评分标准

观测点	评分标准			
	<i>A(100)</i>	<i>B(85)</i>	<i>C(70)</i>	<i>D(0)</i>
主题、内容跟课程和相关性	文献主题和内容与课程或专业密切相关,文献选自正规、有影响力的学术期刊	文献主题和内容与课程或专业较为相关,文献选自正规的学术期刊	文献主题和内容与课程或专业相关性较低,文献来源一般的学术期刊	文献主题和内容与课程或专业不相关,文献来源不明
翻译准确性	译文翻译准确,忠实原文,用词准确,译文通顺,符合汉语表达习惯	译文翻译较为准确,基本上忠实原文,用词较为准确,译文较为通顺,较为符合汉语表达习惯	译文翻译较基本准确,部分内容与原文有出入,译文基本通顺,基本符合汉语表达习惯	译文翻译大部分错误,内容与原文有较大的出入,译文不通顺,没有达到汉语表达习惯

翻译论文版面和格式	译文版面保持与原文一致，版面整齐，字体统一，符号应用标准。	译文版面保持与原文较为一致，版面较为整齐，字体较为统一，符号应用较为标准。	译文版面保持与原文基本一致，版面基本整齐，字体基本统一，符号应用基本标准。	译文版面与原文出入较大，版面非常混乱，字体不统一，符号应用不符合规范。
-----------	-------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------