

《运动损伤防治学》课程教学大纲

课程信息	<p>1. 课程定义：《运动损伤防治学》是一门研究常见运动损伤疾病预防、治疗与急救的基本知识、基本理论和技能的学科，是培养学生具有从事运动损伤防治教学、指导、组织、训练和预防、治疗等工作所必须开设的一门专业选修课程。</p> <p>2. 编写依据：本教学大纲依据《武汉体育学院康复治疗学专业本科人才培养方案》（2018 年版）编写。</p> <p>3. 课程性质：专业选修课</p> <p>4. 学时数（周数）与学分：36 学时，2 学分</p>	
课程目标	<p>学生通过本课程的学习，能够深刻认识运动损伤发生的规律，了解预防运动损伤的方法，系统掌握运动损伤的治疗方法和急救技术，能够独立使用各种治疗方法和康复技术促进损伤恢复，提高运动水平，以及从事教学、指导、组织、训练和管理的能力。</p>	
预期学习成果	完成课程后学生将能够：	对应毕业要求：
	<p>1. 了解常见运动损伤的概念、分类及发生规律，具备预防运动损伤的基本实践能力，具备运动医学教学研究，指导、组织科学运动，创新解决问题的能力。</p>	<p>1. 掌握物理治疗技术，能运用物理因子、治疗手法、医疗体操、功能训练等进行康复治疗及训练。</p>
	<p>2. 掌握各种运动损伤的中西医治疗方法和康复技术，具备独立运用各项技术进行治疗疾病的能力。</p>	<p>2. 掌握社区康复知识和方法，能组织开展社区康复活动。</p>
	<p>3. 掌握急救相关技术，如：止血、包扎、固定、搬运，心肺复苏，溺水急</p>	<p>3. 熟悉作业治疗技术、言语治疗技术</p>

	救，海姆立克急救法等，具备应对突发事件进行急救的能力。	和康复工程技术。		
	4. 掌握常见疾病的解剖、生理病理、生化免疫等相关基础知识，具备运动医学教学研究、科学训练、分析解决问题的能力。	4. 社会服务能力。具有社会服务意识，具备社会服务的基本技能、技术和技巧，能够胜任与体育和医疗等社会服务有关工作。		
	5. 掌握各种运动损伤疾病的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复等内容，具备独立分析、预防、治疗各类运动损伤疾病的能力。	5. 文化素质；专业素质；身心素质。		
教学内容	教学时数	教学方法	预期成果	评价方法
1. 概述 (1) 运动损伤的概念 知识点：广义定义、狭义定义 (2) 发展简史 知识点：萌芽时期、发展时期、兴盛时期、厄运时期、复兴时期 (3) 病因与病机	2	讲授法，讨论法 1. 分小组列举学校常见运动项目的主要特点； 2. 分小组讨论每项训练容易出现的损伤疾病； 3. 小组代表总结，教师点评	能够分析各种运动损伤疾病的发生规律及防治原则，并能对学校某一运动专项训练的现状进行调查、评估并提出改进意见。	提交针对某一运动项目损伤疾病的调查分析报告。

<p>知识点：直接原因与诱因（包括中医、西医）、发病机理（包括中医、西医）</p> <p>（4）发生规律</p> <p>知识点：各运动项目疾病发生规律</p> <p>（5）分类</p> <p>知识点：按损伤组织、部位、年龄、轻重、运动能力、创口、人群等各种分类方法</p> <p>（6）运动损伤预防治疗的基本原则</p> <p>知识点：预防原则（五项）、治疗原则（四项）</p> <p>（7）运动损伤的分期治疗原则。</p> <p>知识点：早、中、晚三期治疗原则</p>				
<p>2. 治疗方法</p> <p>（1）内治法</p>		<p>讲授法，讨论法</p> <p>1. 分小组列举各种治疗</p>	<p>能够对各种治疗技术熟练掌握，并对其在实际运用中有所选择。</p>	<p>随机抽取一种治疗方法能够详述其使用方法及注意事项。</p>

<p>知识点：分类、原则、方法、适应症与禁忌症、注意事项</p> <p>(2) 外治法</p> <p> 知识点：分类、原则、方法、适应症与禁忌症、注意事项</p> <p>(3) 理疗及其它康复方法</p> <p>知识点：分类、原则、方法、适应症与禁忌症、注意事项</p>	2	<p>方法的主要特点；</p> <p>2. 分小组讨论每种治疗方法可用于哪些损伤疾病；</p> <p>3. 小组代表总结，教师点评</p>		
<p>3. 急救技术</p> <p>(1) 通气</p> <p> 知识点：心肺复苏术</p> <p>(2) 止血</p> <p> 知识点：不同部位止血方法</p> <p>(3) 包扎</p> <p> 知识点：绷带、三角巾包扎技术，运动贴扎</p> <p>(4) 固定</p> <p> 知识点：不同情况下的固定技</p>	4	<p>讲授法，实践法</p> <p>1. 教师示范操作方法；</p> <p>2. 分小组进行实践操作；</p> <p>3. 小组代表展示，教师点评。</p>	<p>能够对各项急救技术熟练掌握，并对其在实际运用中有所选择。</p>	<p>随机抽取一种急救技术进行操作并能够详述其操作方法及注意事项。</p>

<p>术</p> <p>(5) 搬运</p> <p>知识点：不同情况下的搬运方法</p> <p>(6) 其它</p> <p>知识点：休克急救，溺水急救，海姆立克急救法等</p>				
<p>4. 头面部损伤</p> <p>(1) 骨折</p> <p>知识点：骨折的定义，成因，分类原则及分类，临床特有表现、一般表现、X线表现，早期和晚期并发症，骨折愈合过程及影响因素，骨折的治疗原则及方法。鼻骨骨折、颌骨骨折、颧骨颧弓骨折、颅骨骨折等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p> <p>(2) 脱位</p>	6	<p>讲授法，讨论法，实践法</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分小组列举每项运动项目可出现哪些头面部损伤疾病； 2. 分小组讨论常见头面部损伤疾病的主要特点及治疗方案； 3. 教师示范骨折及脱位的复位操作方法，分小组进行实践操作； 4. 小组代表总结，教师 	<p>能够系统掌握常见头面部损伤疾病的基本知识，并分析在实际运动训练中如何防治。</p>	<p>以小组为单位，展示并讲述头某一头面部损伤疾病防治方法，同学互相提问，教师点评。</p>

<p>知识点：脱位的定义，分类，临床表现，并发症，治疗原则及方法。下颌关节脱位的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p> <p>(3) 其它</p> <p>知识点：头面部软组织损伤疾病的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p>		<p>点评</p>		
<p>5. 上肢损伤</p> <p>(1) 骨折</p> <p>知识点：锁骨骨折、肱骨颈骨折、肱骨干骨折、肱骨髁上骨折、前臂双骨折、桡骨远端骨折、舟骨骨折、掌骨骨折等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p> <p>(2) 脱位</p> <p>知识点：肩关节脱位、肘关节脱位、桡骨小头半脱位、肩锁关节脱位、胸锁关节脱位、月骨脱位、指</p>	<p>8</p>	<p>讲授法，讨论法，实践法</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分小组列举每项运动项目可出现哪些上肢损伤疾病； 2. 分小组讨论常见上肢损伤疾病的主要特点及治疗方案； 3. 教师示范骨折及脱位的复位操作方法，分小组进行实践操作； 4. 小组代表总结，教师 	<p>能够系统掌握常见上肢损伤疾病的基本知识，并分析在实际运动训练中如何防治。</p>	<p>以小组为单位，展示并讲述头某一上肢损伤疾病防治方法，同学互相提问，教师点评。</p>

<p>间关节脱位等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p> <p>(3) 其它</p> <p>知识点：肩袖损伤、肩关节周围炎、腕管综合征、肌腱炎、腱鞘炎、滑囊炎、肌肉韧带损伤、软骨损伤等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p>		<p>点评</p>		
<p>6. 下肢损伤</p> <p>(1) 骨折</p> <p>知识点：股盆骨折、股骨干骨折、股骨颈骨折、髌骨骨折、胫腓骨骨折、踝部骨折、跟骨骨折、足跖骨骨折、足舟骨骨折等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p> <p>(2) 脱位</p> <p>知识点：髌关节脱位、髌骨脱位、距骨脱位、指间关节脱位等的定义、病因病理、临床表现、诊断和</p>		<p>讲授法，讨论法，实践法</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分小组列举每项运动项目可出现哪些下肢损伤疾病； 2. 分小组讨论常见下肢损伤疾病的主要特点及治疗方案； 3. 教师示范骨折及脱位的复位操作方法，分小组进行实践操作； 4. 小组代表总结，教师 	<p>能够系统掌握常见下肢损伤疾病的基本知识，并分析在实际运动训练中如何防治。</p>	<p>以小组为单位，展示并讲述头某一下肢损伤疾病防治方法，同学互相提问，教师点评。</p>

<p>鉴别诊断、治疗、预防、康复</p> <p>(3) 其它</p> <p>知识点：梨状肌综合征、弹响髋、股骨头坏死、髌骨软化症、末端病、半月板损伤、肌腱炎、腱鞘炎、滑囊炎、肌肉韧带损伤、软骨损伤等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p>	8	<p>点评</p>		
<p>7. 躯干部损伤</p> <p>(1) 骨折</p> <p>知识点：颈椎骨折、胸腰椎骨折、肋骨骨折等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p> <p>(2) 脱位</p> <p>知识点：脊柱滑脱症、寰枢椎半脱位等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复</p>	6	<p>讲授法，讨论法，实践法</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 分小组列举每项运动项目可出现哪些躯干部损伤疾病； 2. 分小组讨论常见躯干部损伤疾病的主要特点及治疗方案； 3. 教师示范骨折及脱位的复位操作方法，分小组进行实践操作； 4. 小组代表总结，教师 	<p>能够系统掌握常见躯干部损伤疾病的基本知识，并分析在实际运动训练中如何防治。</p>	<p>以小组为单位，展示并讲述头某一躯干部损伤疾病防治方法，同学互相提问，教师点评。</p>

(3) 其它		点评	
知识点：腰椎间盘突出症、腰肌劳损、小关节紊乱症、肌筋膜炎、落枕、肌肉韧带损伤等的定义、病因病理、临床表现、诊断和鉴别诊断、治疗、预防、康复			
成绩评定	考核办法		权重 (%)
	1. 平时表现 (考勤、作业、课堂参与度)		20
	2. 调查报告 (学校各专项运动员损伤现状调查报告)		10
	3. 模拟授课 (课堂试讲)		10
	4. 实践操作考试 (对运动损伤疾病的评估、诊断与治疗, 提交论文报告)		60
参考书目	1. 黄涛. 《运动损伤的治疗与康复》. 北京体育大学出版社. 2010 年 7 月.		
	2. 王予彬. 《运动损伤康复治疗学》. 人民军医出版社. 2009 年 7 月.		

	3. 亓建洪. 《运动创伤学》. 人民军医出版社, 2008 年 10 月.
	4. 曲绵域. 《实用运动医学》. 北京大学医学出版社, 2003 年 9 月.
	5. 张世明. 《中西医结合运动创伤学》. 北京大学医学出版社, 2008 年 7 月.

执笔人: 王勇

专业负责人: 杨翼

开课单位审核人: 秦智

授课对象单位审核人: 秦智