

中国体育科学学会

中国体育科学学会关于在高校开展运动处方师考核工作的通知

各有关单位：

为贯彻落实国务院《关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》中“加强体育运动指导，推广运动处方，发挥体育锻炼在疾病防治以及健康促进等方面的积极作用”要求，满足国家体育总局大力推进运动健康促进中心建设、加快扩大运动处方师队伍规模的实际需求，根据国家体育总局运动处方库建设和大力推进运动处方师考核认证的工作部署，中国体育科学学会（以下简称学会）将在满足考核基础条件的高校设立运动处方师考核考点，开展运动处方师考核工作。现将有关事宜通知如下：

一、考核认证工作宗旨

运动处方师考核认证的工作宗旨是为社会输送合格的体医融合专业人才，严把质量关，使认证的运动处方师成为社会承认、实施能力强、专业水平高的专业人才。

二、考点需具备的基础条件

- （一）开设《运动处方》课程（必修或选修课）的高等院校。
- （二）拥有中国体育科学学会运动处方师培训的授课专家或持有

中国体育科学学会运动处方师证书的运动处方师不少于 2 人。

(三) 拥有满足至少 100 名考生同时参与考试的机房或教室。

(四) 组建负责考核相关管理及协调工作的专项工作小组，开展报名咨询、宣传、监考、网络技术保障等工作。

三、考核组织流程

(一) 宣传、发布考试信息；

(二) 统计在校学生及所在地区人员报考意向，满足一次考试中参加人数达到 80 名及以上方可申请考试；

(三) 填写《运动处方师考核考点申请表》（详见附件），签字盖章后将申请表电子版发送至学会邮箱，并与学会联系人沟通确定考试具体时间、地点、预算等信息，学会开通考核报名系统，方可组织考生报名；

(四) 筹备好场地、设备、网络等考试所需的硬件条件，对监考老师、考生等进行考前须知指导与报考咨询服务；

(五) 做好监考、管理、服务等工作，确保考试顺利进行；

四、考生报考资格

(一) 考生基本条件

1. 在校期间选修过《运动处方》课程的人员。
2. 参加过中国体育科学学会运动处方师培训班并完成理论与实践课程学习的人员。
3. 系统学习过学会指定教材的人员。

(1) 指定教材

运动处方（冯连世主编，高等教育出版社）

(2) 参考书

①ACSM运动测试与运动处方指南（第十版）（译者王正珍，北京体育大学出版社）

②运动处方（第二版）、（第三版）（王正珍、徐峻华主编，高等教育出版社）

(二) E系列考生报考条件

在基本条件基础上，报考人员须为国内外体育教育、运动训练、社会体育指导与管理、武术与民族传统体育、运动人体科学、运动医学、运动康复、体能训练、运动能力开发专业本科及以上学历（含在读）的人员。

(三) M系列考生报考条件

在基本条件基础上，报考人员须为国内外临床医学、公共卫生、运动医学等本科专业背景的学生、教师、医师（临床医生、家庭医生、全科医生，康复技师）、护士等人员。

五、考核认证内容与方法

(一) 运动处方师考核认证内容

1. 运动处方师E（exercise）系列

内容	
第一单元概论	运动处方概述
	运动处方的生理学基础
	运动处方的营养学概论
	运动的益处与风险
第二单元 体质健康的评价	健康行为和体力活动评估
	健康筛查与风险评估
	体质健康测量评价与身体形态测评
	心肺耐力测试与评价
	力量测试与评价
	平衡、柔韧和反应的测评
	功能性动作筛查
第三单元 运动处方的制定	制订与实施运动处方的基本规范
	心肺耐力运动处方制定与实践
	力量练习运动处方制定与实践
	柔韧性运动处方制定与实践
	儿童青少年运动处方
	成年人运动处方
	老年人运动处方
	女性特殊生理期运动处方
	民族传统体育运动处方
第四单元 常见慢性疾病的运动处方	运动与慢病防治概述
	肥胖与脂代谢紊乱人群运动处方
	糖代谢异常人群运动处方
	高血压人群运动处方

2. 运动处方师M（medicine）系列

内容	
第一单元	运动处方概论

	运动的益处与风险
	运动处方的生理学基础
	运动处方的营养学概论
第二单元 运动前准备	健康行为和体力活动评估
	健康筛查和风险评估
	临床运动负荷测试与应用
	体质健康测量与评价与身体形态测评
	心肺耐力测试与评价
	肌肉力量测试与评价
	平衡、柔韧和反应的测评
	功能性动作筛查
第三单元 运动处方的制定	制订与实施运动处方的基本规范
	心肺耐力运动处方制定与实践
	力量练习运动处方制定与实践
	柔韧性运动处方制定与实践
	民族传统体育运动处方
第四单元 常见慢性疾人群的运动处方	运动与慢病防治概述
	高血压人群运动处方
	高脂血症与肥胖人群运动处方
	糖尿病人群运动处方
	代谢综合征人群运动处方
	冠心病人群运动处方
	慢性心力衰竭人群运动处方
	慢性阻塞性肺疾人群运动处方
	骨与关节疾人群运动处方

(二) 运动处方师考核认证方法

1. 考核方式：机考作答/笔试；
2. 分数设置：总分 150 分，其中理论 100 分，实操 50 分；

3. 题型分布：判断题、单选题、多选题；

4. 合格标准：理论和实操均达到 60% ，即理论 ≥ 60 分，实操 ≥ 30 分。

5. 考试时长：理论 60 分钟，实操 35 分钟，共计 95 分钟。考试时理论与实操一并考完，即单次考试 95 分钟。

6. 考核通过者的运动处方师证书统一由学会颁发。运动处方师证书有效期 3 年，有效期内需至少参与一次中国体育科学学会组织的运动处方相关学术会议、指定的专业培训，或在专业核心期刊发表第一作者论文，或报送应用、推广运动处方的实际工作成果与报告，则有效期可延续下一周期。

六、考核通过率

不设定单批次考核的通过率，达到考核合格分数即通过。

七、费用

（一）运动处方师考核认证费用

1000 元/人，第一次考核不通过，给予一次免费补考机会，补考仍未通过，需重新缴纳考试费用。

（二）考核组织费用

根据开展考核工作的实际情况，学会支付考点场地费、工作人员劳务费等。

八、联系方式

培训部联系人：战鹏旭、韩炜

联系电话：010-87182546、010-87182594

联系邮箱：csssbgs@126.com

附件：运动处方师考核考点申请表



附件

运动处方师考核考点申请表

单位信息页

申请单位名称 (加盖公章)			
是否开设 《运动处方》课程	填写是或否	开设《运动处方》 课程年限	如：xx 年至今，共 x 年
是否具备满足 100 名考生同时 考试的机房或教室	如：是，有机房	是否设立考核 专项工作小组	填写是或否
工作小组负责人姓名		工作小组负责人职务	
工作小组负责人职称		工作小组负责人联系方式	
单位内担任中国体育 科学学会运动处方师 培训的授课专家名单	写姓名即可	单位内持有中国体育科学 学会运动处方师证书的 运动处方师名单	写姓名即可

注：本表单位信息页在首次开展考核前和内容有调整时提交，重复开展考核时，相同内容的申请表单位信息页无需重复提交。

运动处方师考核考点申请表

考试信息页

申请单位名称 (加盖公章)					
计划考试时间	20xx 年 x 月 x 日 XX: XX	计划考试地点	如: xx 大学 xx 楼 101 教室		
计划报考人数		计划考试方式	填写机考或 笔试	报考系列	填写 E 或 M
联系人姓名		联系人联系电话			
联系人职务		联系人联系邮箱			

注: 本表考试信息页需在每次开展考核前提交。