

北京体育大学运动营养微专业培养方案

北京体育大学自 2011 年开设《运动、营养与健康》课程以来，持续深化应用型人才培养改革，累计建设运动营养领域课程 10 余门，教学成果获省部级奖励 5 项，课程评价优良率超 95%。2022 年“运动营养师”正式纳入《国家职业分类大典》，标志着职业化发展进入新阶段。开设本微专业既是响应“健康中国 2030”与“体医融合”国家战略的关键举措，亦是破解健康服务领域复合型人才短缺难题的创新实践。

本专业以“体医融合、科技赋能、服务健康”为核心理念，构建“学科交叉-产教协同-数字创新”三维培养体系。培养特色体现为：跨学科课程融合，整合基础营养学、食品营养学、公共营养学、运动营养学等知识模块，开设《营养学基础》、《食物营养》、《公共营养》、《运动营养与健康》、《营养与运动表现》、《运动营养食品》、《运动营养师职业规划》核心课程，强化运动营养处方制定与健康促进、慢性病协同管理能力；产教深度融合，与国家队训练基地、运动营养头部企业共建实践平台，培养学生应对竞技体育、大众健身及特殊人群场景的复杂问题解决能力；数字化实践能力塑造，引入食品营养评价、膳食调查与评价、人体营养状况测定与评价、慢病膳食管理、运动人群膳食管理、运动营养品管理等运动营养评估与实践课程，打造“运动-营养-实践”三元能力矩阵。通过课程思政全程浸润，培育兼具家国情怀、国际视野与创新精神的高素质人才，服务于全民健身

科学指导、竞技体育科技助力及健康产业升级，全面支撑体育强国与健康中国战略实施。

通过本专业的学习，学生可直接报考四级公共营养师、注册营养师、注册营养技师，也可直接报考三级运动营养师，考试通过后可取得相应证书。

一、培养目标

知识目标：本专业旨在培养学生掌握运动营养学基本理论知识和实践应用能力，了解平衡营养膳食的重要性，掌握膳食营养状况和食品营养测定和评价，膳食指导和评估，运动营养管理，传播营养、平衡膳食与食品安全知识等，从而获得运动营养补充促进运动表现、促进身体健康的相关知识。

能力目标：本专业通过科学实践活动和基于问题的学习方法，可培养学生对膳食营养和食品营养的科学组分评估能力，具备膳食指导、提高身体健康、改善运动能力的营养补充方案制定的能力，设计并实施高效的营养策略，精准应对不同运动人群的特定需求，并具备从事运动营养食品研发的专业技能和科研能力。

价值目标：本专业可加强运动营养师专业建设，运动营养师的职业发展方向包括各级运动队、职业俱乐部运动营养师、健身场所与运动场馆运动营养师、中小学、大学校园运动营养师、健康管理机构、社区及养老机构运动营养师、企业健康管理部门运动营养师、特殊职业运动营养师、运动食品企业运动营养师、体育赛事公司运动营养师和餐饮企业运动营养师，也是未来扩大人才培养规模，提高教育质量，

满足市场需求、促进健康产业发展的关键。

二、培养对象

面向全校各专业开设（具体见每年公布的招生简章）。

三、培养方式

（一）招生方式

招生时间为每年秋季学期，最低招满 15 人开班，招生名额总计不超过 30 名。

基本程序：

1. 北京体育大学全日制在籍本科生；

2. 课程要求：

（1）主修专业平均绩点在 2.6 分以上，学有余力，未受过学业预警，未同时参加其他微专业项目学习；

（2）具备一定的学科理论基础，完成高中化学或运动解剖学/人体生理学或运动生理学课程学习。

（二）教学形式

集中编班授课，时间安排为一般为学期末及双休日。

四、修业年限与结业要求

（一）修业年限

1-2 年。

（二）结业学分要求

修满 10 学分，包括完成理论课程和实践课程学习，并通过考核（笔试+实践操作+案例分析）。

（三）结业证书

主修专业毕业前修读完成运动营养师微专业培养方案中规定的

课程并获得相应学分，达到该微专业结业学分要求的，学习者将被授予学校颁发的运动营养师微专业辅修证书。

五、课程设置表

代码	课程名称	学分	学时	学时分配			期末考核类型		备注
				理论	实践	实验	考试	考查	
CW010101	营养学基础	1	16	12		4	√		
CW010102	食物营养	1	16	14		2	√		
CW010103	公共营养	1	16	12		4	√		
CW010104	运动营养与健康	2	32	28		4	√		
CW010105	营养与运动表现	2	32	26		6	√		
CW010106	运动营养食品	2	32	28		4	√		
CW010107	运动营养师职业规划	1	16	8	8			√	
小计		10	160	128	8	24			

方案执笔人：邱俊强，郭娴

微专业负责人：邱俊强

方案审批人：赵星