运动健康与营养专项职业能力考核规范

**一、定义**

通过合理安排运动和膳食营养供给，促进人体健康的能力。

**二、适用对象**

运用或准备运用本项能力求职、就业的人员。

**三、能力标准与鉴定范围**

|  |
| --- |
| **能力名称：运动营养与健康 职业领域：** |
| **工作任务** | **操作规范** | **相关知识** | **考核比重** |
| (一)营养食材、药材识别和加工 | 1. 能识别和区分食材类和药材类原料及产地
2. 能识别食材类、药材类原料的性能和药理作用
3. 能针对人的不同身体状况进行合理的膳食调理
 | 1. 食材、药材类的原料、产地等相关知识
2. 有效的沟通方法和途径
3. 营养学的专业知识
 | 25% |
| (二)营养食谱 | 1.能识别不同身体状况及不同病情2.能选用合适的临床营养食谱3.能把握营养质量 | 1.基本的医理知识2.营养食谱的相关知识3.营养质量的相关知识 | 25% |
| （三）运动与健康 | 1. 各种运动的归类与运动方式
2. 有氧运动的形式与作用
3. 无氧运动的形式与作用
4. 运动与健康的关系
 | * 1. 运动的专业知识
	2. 健康的定义与相关知识
 | 30% |
| (四)运动与营养 | 1. 能根据不同运动的特性进行四季营养药膳配伍
2. 能根据有氧运动与无氧运动的特性进行常规营养膳食配伍
3. 能用特定烹调方法对食材和药材进行加工
 | 1. 特定烹调方法的相关知识
2. 特定调味方法的相关知识
 | 20% |

**四、鉴定要求**

（一）申报条件

达到法定劳动年龄，具有相应技能的劳动者均可申报。

（二）考评员构成

考评员应具备一定的运动营养专业知识及实际操作经验；每个考评组中不少于3名考评员。

（三）鉴定方式与鉴定时间

技能操作考核采取纸笔作答或实际操作考核，考核成绩均实行百分制，成绩均达60分为鉴定合格。考试时间不少于90min。

（四）鉴定场地设备要求

场所：水、电、窗帘、空调等设施齐全、照明设备完备、符合公共卫生要求的标准教室，面积不小于60平方米。

设备：相应的器皿设备及工具齐全，场地和原材料等符合安全、卫生标准。