

# 2022 级中医养生保健专业人才培养方案

(三年制高职)

## 一、专业名称及代码

1.专业名称：中医养生保健

2.专业代码：520417

## 二、入学要求

普通高中毕业生，中职学校毕业生及同等学力者

## 三、修业年限

学制：三年

## 四、职业面向

所属专业大类(代码)	所属专业类(代码)	对应行业(代码)	主要职业类别(代码)	主要岗位类别(或技术领域)	职业资格证书或技能等级证书举例
医药卫生大类(52)	中医药类(5204)	居民服务业(80) 卫生(84) 社会工作(85)	保健服务人员(4-10-04) 健康咨询服务人员(4-14-02)	中医养生 中医保健 健康管理	保健调理师证书 保健按摩师证书 健康管理师证书 中医(专长)医师资格证书

## 五、培养目标和培养规格

### (一) 培养目标

本专业培养思想政治坚定、德技并修、全面发展，适应中医养生保健行业第一线需要，具有较高的文化水平、良好的人文素养、职业道德、敬业精神和创新意识，掌握中医治未病、养生保健等专业知识和技术技能，面向莆田市及周边地区医疗保健领域，能够从事养生保健与管理等工作的高素质复合型技术技能人才。

### (二) 培养规格

#### 1、素质要求

(1) 具有正确的世界观、人生观、价值观。坚决拥护中国共产党领导，树立中国特色社会主义共同理想，践行社会主义核心价值观，具有爱国情感、国家认同感、中华民族自豪感，遵守法律，遵规守纪，具有社会责任感和参与意识。

(2) 具有良好的职业道德和职业素养。遵守、履行道德准则和行为规范；

尊重劳动、热爱劳动；崇德向善、诚实守信、爱岗敬业，具有精益求精的工匠精神；具有集体意识和团队合作精神，具有质量意识、绿色环保意识、安全意识、职业生涯规划意识等；具有从事相关职业应具备的其他职业素养要求。

(3) 具有良好的身心素质和人文素养。达到《国家学生体质健康标准》要求，具有健康的体魄和心理、健全的人格；具有一定的审美和人文素养。掌握一定的学习方法，具有良好的生活习惯、行为习惯和自我管理能力。

## 2、知识要求

(1) 掌握经络养生保健、饮食养生保健、运动养生保健及其他养生保健等基本理论和专业知识。

(2) 掌握中医养生的基本流程、注意事项、常见沟通方法等专业知识。

(3) 掌握一定的人文社会科学和自然科学知识。

(4) 掌握不同部位及不同类型人群养生保健的基本理论和专业知识。

(5) 掌握一门外语，能借助工具书阅读本专业英文文献和相关资料。掌握计算机的基本操作知识。

(6) 熟悉常见老年病、常见疾病的预防专业知识。

(7) 熟悉传统运动养生如太极拳、八段锦、五禽戏、瑜伽等运动养生的专业知识。

(8) 掌握中医养生保健技术的理论体系、运用机理、操作原则、方法等，特别是推拿、艾灸、刮痧、拔罐、足疗、饮食保健、运动保健、流行保健、气功养生、旅游养生、人文环境养生、中医体质辨识、养生指导等知识。

(9) 熟悉本专业必需的西医相关知识，特别是正常人体结构、健康评估、常见疾病及老年疾病的预防保健等知识。

(10) 熟悉常见疾病的中医内科处理及预防手段。

## 3、能力要求

(1) 具备中医养生及保健的基本技能。

(2) 具备养生保健的操作能力和养生保健方案制定的能力。

(3) 具有对常见疾病的保健知识和配合养生保健医师诊疗的能力。

(4) 具备经络养生、食疗养生、情志养生、运动养生等技术的应用能力。

(5) 具有基本的养生保健中医知识的应用能力。

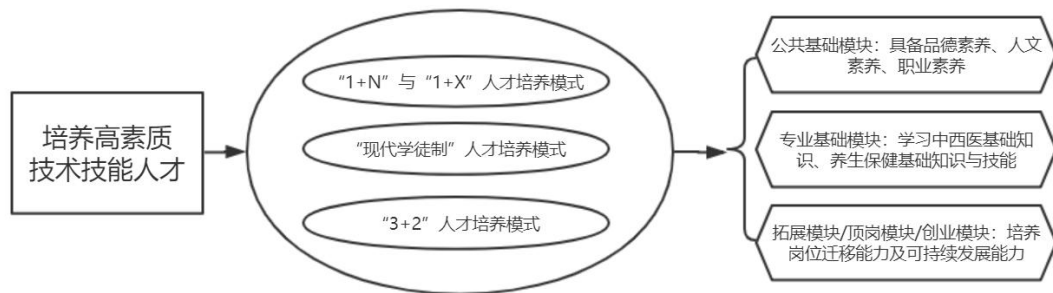
(6) 具备中医养生的咨询、沟通与设计的能力。

(7) 具有将常见的中医养生保健治疗方法运用于维护、修复、改善人体容貌和形体美的工作能力。

(8) 具有初步的养生保健产品营销能力。

## 六、人才培养模式

适合的职业教育是职业教育发展的一个高级阶段，符合实际情况并能够满足国家、社会和学生群体与个体要求。根据“一专多能”型养生保健人才的需求，学校教育必须与时俱进，重新制订和调整人才培养方案，以适应行业的需求。中医养生保健专业学生采用“工学结合，1+X证书并举”进行培养，2年多在校学习，8个月到校外实训基地顶岗实训，树立全面整体推进素质教育的理念，建立以学生为中心，全员参与、全方位目标管理和全程育人的人才培养体系。同时，为更好满足对中医养生保健专业人才培养工作的需求，本专业需要在“现代学徒制”人才培养模式下，积极整合人才培养课程，并且构建“课岗融通、能力递进”课程体系，将创新型人才培养工作和核心落实到位。在整合课程教学内容和课程体系的过程中，中医养生保健专业可以结合社区保健、医院等场所的实际工作任务、工作情境重新组织课程，更好实现对学生综合能力和实践能力的培养。除此之外，可以进一步深化工学结合人才培养模式改革，依据《福建省中医医术确有专长人员医师资格考核注册管理实施细则》，为想取得中医（专长）人员医师资格证的学生提供了“3+2”人才培养模式，深化毕业后教育渠道，进一步拓宽职业成长空间。



## 七、课程设置与要求

### （一）职业岗位（群）工作分析

#### 1.职业岗位群及主要工作任务/过程

序号	职业岗位群	主要工作任务/过程
1	中医养生	提供中医养生保健咨询服务；协助医师运用中医辨证手段整体评估服务对象健康状态；制定中医养生、康复理疗方案；运用针灸、推拿、拔罐、刮痧、穴位贴敷等中医养生保健技术手段为患者实施整体调理。

2	中医保健	提供中医养生保健咨询服务；协助医师对服务对象的健康状态进行辨识评估；根据服务对象的调养方案，为服务对象提供独具中医特色的健康干预调理服务；向服务对象介绍中医养生保健的基本理念和常用方法，宣传常见疾病的中医养生保健知识，开展太极拳、八段锦等中医传统运动示范指导等。
3	健康管理	针对个人或群体进行健康教育，提高自我管理意识和水平，并对其生活方式相关的健康危险因素，通过健康信息采集、健康检测、健康评估、个性化健康管理方案、健康干预等手段持续加以改善；作出养生保健市场调查，采集并处理相关数据，撰写调查报告等；负责相关技术技能的培训等工作。

## 2.典型工作任务与职业能力分析

序号	典型工作任务	行动领域（职业能力）	课程设置
1	运用中医辨证手段整体评估服务对象健康状态；制定中医养生、康复理疗方案；运用中医养生保健技术为患者实施整体调理。	掌握本专业必需的中医基本知识、必要的中医养生保健的基本理论和基本知识，以及中医传统美学及现代养生保健专业知识。 具有运用中医理论及推拿、艾灸、饮食保健、运动保健、流行保健、气功养生、体质调养、情志调护等中医养生保健技术和方法，维护和修复人体健康的能力。 能独立开展中医养生保健项目的技术指导和操作。	中医基础理论 中医诊断学 经络与腧穴 中医临床医学概要 中医情志养生学 人文环境养生学 中医传统气功养生学 中医针灸推拿养生学 中医美容技术 实用流行保健技术
2	对服务对象的健康状态进行辨识评估；制定中医保健调养方案，为服务对象提供独具中医特色的健康干预调理服务；中医健康宣教；指导中医传统运动功法。	掌握本专业必需的中医基本知识，特别是中医基础理论、中药等基本知识。 掌握必要的中医养生保健的基本理论和基本知识，以及中医传统美学及现代养生保健专业知识。 掌握中医养生保健技术的理论体系、运用机理、操作原则、方法等。 能独立开展中医养生保健指导与健康宣教等工作。	中医基础理论 中医诊断学 经络与腧穴 中药方剂学 中医饮食保健学 运动保健学 中医传统气功养生学 实用流行保健技术 健康检测与评估 亚健康 运动疗法
3	对个人或人群通过健康教育、健康信息采集、健康检测、健康评估、个性化健康管理方案、健康干预等手段进行全面管理；开展养生保健市场调查；负责技术技能培训	1、掌握现代基础医学、亚健康学、预防医学、保健医学的基本知识。 2、掌握现代养生保健专业知识。 3、具有对亚健康状态进行保健调治及对慢性疾病进行防治的能力。 4、能独立开展对服务对象健康状态的监测、分析、评估，具有健康咨询指导、健康危险因素干预和制定健康管理促进管理计划的能力。	医学基础概要 西医临床医学概要 中医临床医学概要 健康检测与评估 亚健康 健康统计技术 养生保健品经营与管理 养生保健实体店运营管理 职场礼仪与职业精神

## （二）课程体系结构

课程结构	课程模块	课程类别	课程性质	序号	课程名称
------	------	------	------	----	------

				1	思想道德与法治
				2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论
				3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论
				4	形势与政策
				5	体育与健康
				6	军事理论与安全教育
				7	大学生心理健康教育
				8	职业生涯规划与职业素养
				9	创业与就业指导
				10	创新创业基础
				11	大学英语
				12	劳动教育
		公共选修课程	限选	13	党史国史
				14	信息技术
				15	艺术与审美
				16	中华优秀传统文化
			任选	17	人文艺术类选修课程
				18	社会认识类选修课程
				19	工具类选修课程
				20	科技素质类选修课程
				21	创新创业类选修课程
专业课程	专业技能模块	专业基础课程	必修	22	医学基础概要 1（人体解剖学）
				23	医学基础概要 2（人体生理学）
				24	中医诊断学（中医学基础概要 2）
				25	经络与腧穴
				26	中药方剂学
				27	西医临床医学概要
				28	中医临床医学概要（中医内科学）
				29	健康检测与评估
				30	亚健康
				专业核心课程	必修
		32	中医情志养生学（中医养生学 1）		
		33	人文环境养生学（中医养生学 2）		
		34	中医饮食保健学		
		35	中医传统气功养生学		
		36	运动保健学		
		37	中医针灸推拿养生学（针灸推拿技术）		
		38	实用流行保健技术（中医养生康复技术）		
		专业拓展课程	必修	39	中医药文化
				40	健康统计技术
				41	中医美容技术
			选修	42	运动疗法（运动治疗技术）
				43	职场礼仪与职业精神
		集中实践课程	必修	44	养生保健品经营与管理（医药市场营销学 1）
				45	养生保健实体店运营管理（医药市场营销学 2）
				46	中医养生保健技能综合实训
				47	入学教育、军训
				48	专业认知（见习）

				49	毕业实习（含毕业设计）
				50	社会实践
				51	劳动实践
				52	毕业教育

### （三）课程内容要求

#### 1、公共基础课

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	教学方法与手段	学时
1	思想道德与法治	<p>1.知识目标：使学生领悟人生真谛，形成正确的道德认知，把握社会主义法律的本质、运行和体系，增强马克思主义理论基础。</p> <p>2.能力目标：加强思想道德修养，增强学法、用法的自觉性，进一步提高辨别是非、善恶、美丑和加强自我修养的能力，提高学生分析问题、解决问题的能力。</p> <p>3.素质目标：使学生坚定理想信念，增强学生爱国情怀，陶冶高尚道德情操，树立正确的世界观、人生观、价值观、道德观和法治观，提高学生的思想道德素质和法治素养。</p>	以社会主义核心价值观为主线，以理想信念教育为核心，以爱国主义教育为重点，对大学生进行人生观、价值观、道德观和法治观教育。	案例教学法、课堂讲授法、讨论式教学法、视频观摩互动法、案例教学法	48
2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	<p>1.知识目标：帮助学生了解毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想，系统把握马克思主义中国化理论成果的形成发展过程、主要内容体系、历史地位和指导意义。</p> <p>2.能力目标：培养学生运用马克思主义的立场、观点和方法分析解决问题的能力，增强执行党的基本路线和基本方略的自觉性和坚定，提高为中国特色社会主义伟大实践服务的本领。</p> <p>3.素质目标：提高学生马克思主义理论修养和思想政治素质，培养德智体美劳全面发展的中国特色社会主义合格建设者和可靠接班人。</p>	马克思主义中国化理论成果，即毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想产生形成发展过程、主要内容体系、历史地位和指导意义。	讲授法、案例法、讨论法、视频展示法	32

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	教学方法与手段	学时
3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	<p>1. 知识目标：使大学生了解习近平总书记新时代中国特色社会主义思想科学内涵、核心要义、精神实质、实践要求、重大意义，对中国共产党领导人民进行的新时代中国特色社会主义的历史进程、历史变革、历史成就有更加深刻的认识。</p> <p>2. 能力目标：对中国共产党在新时代坚持的基本理论、基本路线、基本方略有更加透彻的理解。对运用马克思主义立场、观点和方法认识问题、分析问题和解决问题能力的提升有更加切实的帮助。</p> <p>3. 素质目标：坚定“四个自信”，增强使命担当，努力培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。</p>	<p>深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想体系，明确新时代坚持和发展什么样的中国特色社会主义、怎样坚持和发展中国特色社会主义。</p>	<p>采用课堂讲授、网络必修、线下专题讲授、形势报告、讲座方式并结合实践教学等方式。</p>	48 (线下32+线上16学时)
4	高职体育与健康	<p>体育课程是大学生以身体练习为主要手段，通过合理的体育教育和科学的体育锻炼过程，达到增强体质、增进健康和提高体育素养为主要目标的公共必修课程；</p> <p>1. 身心健康目标：增强学生体质，促进学生的身心健康发展，养成积极乐观的生活态度，形成健康的生活方式，具有健康的体魄；</p> <p>2. 运动技能目标：熟练掌握健身运动的基本技能、基本理论知识及组织比赛、裁判方法；能有序的、科学的进行体育锻炼，并掌握处理运动损伤的方法；</p> <p>3. 终身体育目标：积极参与各种体育活动，基本养成自觉锻炼身体的习惯，形成终身体育的意识，能够具有一定的体育文化欣赏能力。</p>	<p>主要内容有体育与健康基本理论知识、大学体育、运动竞赛、体育锻炼和体质评价等。</p> <p>1、高等学校体育、体育卫生与保健、身体素质练习与考核；</p> <p>2、体育保健课程、运动处方、康复保健与适应性练习等；</p> <p>3、学生体质健康标准测评。</p> <p>充分反映和体现教育部、国家体育总局制定的《学生体质健康标准（试行方案）》的内容和要求。</p>	<p>讲授、项目教学、分层教学，专项考核。</p>	108

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	教学方法与手段	学时
5	大学英语	本课程是全面贯彻党的教育方针，培育和践行社会主义核心价值观，落实立德树人根本任务，在中等职业学校和普通高中教育的基础上，进一步促进学生英语学科核心素养的发展，培养具有中国情怀、国际视野，能够在日常生活和职场中用英语进行有效沟通的高素质技术技能人才。通过本课程学习，学生应该能够达到课程标准所设定的职场涉外沟通、多元文化交流、语言思维提升、自主学习完善四项学科核心素养的发展目标。	以职业需求为主线开发和构建教学内容体系，以英语学科核心素养为核心，培养英语综合应用能力，巩固语言知识和提高语言技能；通过开设行业英语激发学生的学习兴趣与动力，提高就业竞争力，为将来走上工作岗位准备必要的职场英语交际能力，即可以用英语完成常规职场环境下基本的涉外沟通任务，用英语处理与未来职业相关的业务能力，并为今后进一步学习和工作过程中所需要的英语打好基础。在此基础上，逐步形成良好的英语学习习惯，培养自学能力，积累必要的跨文化交际知识和培养基本的跨文化交际能力。	根据不同专业的特点，以学生的职业需求和发展为依据，融合课程思政元素，制定不同培养规格的教学要求，坚持工作环境和教学情境相结合、工作流程和教学内容相结合的教学模式，采用理论教学（教室）+实践教学（实际情景）的教学方式。在教学方法和手段上通过任务驱动、项目驱动和交际法等围绕学生组织教学、开展线上线下混合式教学活动。	90
6	大学生心理健康教育	使大学生能够关注自我及他人的心理健康，树立起维护心理健康的意识，学会和掌握心理调解的方法，解决成长过程中遇到的各种问题，有效预防大学生心理疾病和心理危机的发生，提升大学生的心理素质，促进大学生的全面发展和健康成长	主要内容为大学生自我认知、人际交往、挫折应对、情绪调控、个性完善，学会学习，恋爱认知和职业规划等。针对学生的认知规律和心理特点，采用课堂讲授+情景模拟+新概念作业+心理影片+心理测试+团体活动等多样化的教学方式，有针对性地讲授心理健康知识，开展辅导或咨询活动，突出实践与体验。	采用课堂讲授+情景模拟+新概念作业+心理影片+心理测试+团体活动等多样化的教学方式。	32
7	形势与政策	本课程通过适时地进行形势政策、世界政治经济与国际关系基本知识的教育，帮助学生及时了解和正确对待国内外重大时事，引导学生牢固树立“四个意识”，坚定“四个自信”，增强大学生执行党和政府各项重大路线、方针和政策的自觉性和责任感。	本课程主要内容通过讲授全面从严治党、我国经济社会发展、港澳台工作、国际形势与政策四个方向的相关专题，帮助学生深刻把握习近平新时代中国特色社会主义思想的重大意义、科学体系、精神实质、实践要求。教学要求主要是通过教师专题讲授、形势报告、讲座方式并结合实践教学进行。	采用专题讲授、形势报告、讲座方式并结合实践教学进行。	40



序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	教学方法与手段	学时
8	信息技术	本课程通过丰富的教学内容和多样化的教学形式，帮助学生认识信息技术对人类生产、生活的重要作用，了解现代社会信息技术发展趋势，理解信息社会特征并遵循信息社会规范；使学生掌握常用的工具软件和信息化办公技术，了解大数据、人工智能、区块链等新兴信息技术，具备支撑专业学习的能力，能在日常生活、学习和工作中综合运用信息技术解决问题；使学生拥有团队意识和职业精神，具备独立思考 and 主动探究能力，为学生职业能力的持续发展奠定基础。	本课程由基础模块和拓展模块两部分构成。基础模块是必修或限定选修内容，是提升学生信息素养的基础，主要内容包含文档处理、电子表格处理、演示文稿制作、信息检索、新一代信息技术概述、信息素养与社会责任六部分内容。 拓展模块是选修内容，各系结合区域产业需求和地方资源、不同专业需要和学生实际情况，自主确定拓展模块教学内容。深化学生对信息技术的理解，拓展其职业能力的基础，主要包含信息安全、项目管理、机器人流程自动化、程序设计基础、大数据、人工智能、云计算、现代通信技术、物联网、数字媒体、虚拟现实、区块链等内容。	基础模块采用理论教学（教室）+实践教学（实际情景）的教学方式，采用项目案例+上机实操训练相结合；在教学方法 and 手段上通过任务驱动、项目驱动 and 交际法等围绕学生组织教学、开展线上线下混合式教学活动。 拓展模块采用线上授课方式。	80
9	军事理论与安全教育	军事理论课程以国防教育为主线，通过军事课教学，使大学生掌握基本军事理论知识，达到增强国防观念和国家安全意识，强化爱国主义、集体主义观念，加强组织纪律性，促进大学生综合素质的提高，为中国人民解放军训练后备兵员和培养预备役军官打下坚实基础。	中国国防、国家安全、军事思想、现代战争、信息化装备、共同条令教育与训练、轻武器射击与战术训练、防卫技能与战时防护训练、战备基础与应用训练等。 教学要求：增强国防观念，强化学生关心国防，热爱国防，自觉参加和支持国防建设观念；明确我军的性质、任务和军队建设的指导思想，树立科学的战争观和方法论；牢固树立“科学技术是第一生产力”的观点，激发学生开展技术创新的热情；树立为国防建设服务的思想；养成坚定地爱国主义精神。	采用网络平台+讲座+社会实践方式	18
10	大学生职业生涯规划与职业素养	通过激发大学生职业生涯发展的自主意识，促使学生能理性地规划自身未来的发展，并努力在学习过程中自觉地提高就业能力和生涯管理能力。	本课程既有知识的传授，也有技能的培养，还有态度、观念的转变，是集理论课、实务课和经验课为一体的综合课程。	采用课堂讲授、典型案例、情景模拟训练、小组讨论、角色扮演、社会调查、实习、见习等方法。	16
11	创业与就业指导	引导学生掌握职业生涯发展的基本理论和方法，促使大学生理性规划自身发展，在学习过程中自觉提高就业能力和生涯管理能力，有效促进大学生求职择业与自主创业。	本课程坚持“校企合作、产学结合”，强化“学校、行业、人社”三者相互融合的理念，从“大学生、用人单位、人才机构、高等院校”四个角度出发，理论体系系统化，将课程结构以模块化、主题式安排，包括 8 大模	采用课堂讲授、典型案例、情景模拟训练、小组讨论、社会调查、实习、见习等方法。	16

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	教学方法与手段	学时
			块, 22 个主题。		
12	创新创业基础	以培养学生的创新思维和方法培养核心、以创新实践过程为载体, 激发学生创新意识、培养学生创新思维和方法、了解创新实践流程、养成创新习惯, 进而全面提升大学生创新六大素养为主要课程目标, 为大学生创业提供全面指导, 帮助大学生培养创业意识和创新创业能力。为有志于创业的大学生提供平台支持, 让大学生在最短的时间内最大限度地延展人生的宽度和广度。	本课程遵循教育教学规律, 坚持理论讲授与案例分析相结合, 经验传授与创业实践相结合, 紧密结合现阶段社会发展形势和当代大学创业的现状, 结合大学生创业的真实案例, 为大学生的创业提供全面的指导和大学生的创业进行全面的定位和分析, 以提高大学生的创业能力。	采用头脑风暴、小组讨论、角色体验等教学方式, 利用翻转课堂模式, 线上线下学习相结合。	32
13	劳动教育	注重围绕创新创业, 结合专业积极开展实习实训、专业服务、社会实践、勤工助学等, 重视新知识、新技术、新工艺、新方法应用, 创造性地解决实际问题, 使学生增强诚实劳动意识, 积累职业经验, 提升就业创业能力, 树立正确择业观。注重培育公共服务意识, 使学生具有面对重大疫情、灾害等危机主动作为的奉献精神。	编写劳动实践指导手册, 明确教学目标、活动设计、工具使用、考核评价、安全保护等劳动教育要求。开展劳动教育, 其中劳动精神、劳模精神、工匠精神专题教育。	采用分散与集中方式, 线上学习与线下讲座方式, 组织学生走向社会、以校外劳动锻炼为主。组织开展劳动技能和劳动成果展示、劳动竞赛等活动。学生参加家务活动和掌握生活技能方式。或支持学生深入城乡社区、福利院和公共场所等参加志愿者服务, 开展公益劳动, 参与社区治理。	16
14	艺术与审美	知识目标: 1.明确不同门类艺术的语言要素与特点。2.明确不同门类艺术所具有的审美特征。3.积累中外经典艺术名作素材, 了解最新艺术创作成果, 完善个人知识结构体系。 能力目标: 1.能在艺术欣赏实践中, 保持正确的审美态度。2.能用各类艺术的欣赏方法去欣赏各类艺术作品。3.能发展个人形象思维, 培养自主创新精神和实践能力, 提高感受美、表现美、鉴赏美、创造美的能力, 促进德智体美全面和谐发展。 素质目标: 1.通过鉴赏中外优秀艺术作品, 挖掘艺术作品内涵, 领略不同艺术门类独特的艺术魅力等, 树立正确的审美观念, 培养高雅的审美品位, 尊重多元文化, 提高人文素养。2.保持积极进取、乐观向上的生活态度, 具备脚踏实地、善于学习的品格。3.发扬团队合作精神, 养成善于与人交流和合作的作风,	通过明确不同门类艺术的语言要素与特点, 所具有的审美特征, 积累中外经典艺术名作素材, 了解最新艺术创作成果, 完善个人知识结构体系。通过鉴赏中外优秀艺术作品, 挖掘艺术作品内涵, 领略不同艺术门类独特的艺术魅力等, 树立正确的审美观念, 培养高雅的审美品位, 尊重多元文化, 提高人文素养。	线上线下结合方式	32

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	教学方法与手段	学时
		积极参与工作项目实施，并发挥重要作用。			
15	中华优秀传统文化	<p>知识目标：要求学生比较系统地熟悉中华先民创造出的历史悠久、成就灿烂的文化，以补充学生知识链条的缺失，使学生形成合理的知识结构；正确分析传统文化与现代化文明的渊源，提高自身文化创新的信心和本领；懂得中国传统文化发展的大势，领悟中国文化主体精神。</p> <p>能力目标：要求学生能够懂得中国传统文化的发展历史，认识中国传统文化发展的趋势和规律，具备从文化角度分析问题和批判继承中国传统文化的能力；学生能够对中国文化和世界文化进行比较，具备全人类文化的眼光来看待各种文化现象的能力。</p> <p>素质目标：使学生能正确认识与消化吸收中国传统文化中的优良传统，提高学生的人文素质，增强学生的民族自信心、自尊心、自豪感，培养高尚的爱国主义情操。</p>	学习传统文化中的哲学思想、中国文化中的教育制度、伦理道德思想、中国传统文化的民俗特色、传统文学、传统艺术、古代科技、医药养生、建筑、体育文化的发展与影响；了解莆田妈祖文化的简介和精神。	线上线下结合方式	16
16	党史国史	要了解我们党和国家事业的来龙去脉，汲取我们党和国家的历史经验，正确了解党和国家历史上的重大事件和重要人物。增强励精图治、奋发图强的历史使命感和责任感，为在 2020 年全面建成小康社会，进而在 21 世纪中叶把我国建设成为富强民主文明和谐的社会主义现代化强国而努力奋斗。	了解党和国家历史上的重大事件和重要人物，了解近代中国经历的屈辱历史，汲取历史教训；认真学习中央革命根据地和中华苏维埃共和国的历史；要通过多种方式加大正面宣传教育；加大正面宣传力度，对中国人民和中华民族的优秀文化和光荣历史。	采用线上线下结合方式，通过学校教育、理论研究、历史研究、影视作品、文学作品等多种方式，加强爱国主义、集体主义、社会主义教育，引导我国人民树立和坚持正确的历史观、民族观、国家观、文化观，增强做中国人的骨气和底气。	16

## 2、专业课程

### (1) 专业基础课程

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
1	医学基础概要 1 (人体解剖学) 医学基础概要 2 (人体生理学)	<p>知识目标:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 掌握人体各部分的组成、位置毗邻和形态结构; 人体各系统、器官正常的生理功能及其功能调节; 各种因素对人体主要器官、系统功能活动的影响。</li> <li>2. 熟悉主要器官的组织结构及人体适应环境及维持内环境稳态的意义。</li> <li>3. 了解人体结构与功能、人体与环境的关系、人体功能活动的一般规律以及生理学的研究方法。</li> </ol> <p>能力目标:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 熟练掌握人体器官的观察方法, 确认主要器官的位置、形态结构。</li> <li>2. 熟练掌握人体各系统主要器官的正常生理功能。</li> <li>3. 初步掌握生理实验的一些基本操作技能; 学会检查人体功能活动的一些测试方法。</li> <li>4. 能用显微镜观察的方法和电化教学手段观察并理解主要器官的微细结构及生理功能。</li> <li>5. 能运用所学理论知识分析实验结果、书写实验报告; 能具备观察、分析和解决问题的能力。</li> </ol> <p>素质目标:</p> <p>树立辩证唯物主义的世界观; 培养实事求是的科学态度和一丝不苟的工作作风; 运用理论联系实际的学习方法, 培养动手能力; 树立牢固的职业理想, 具有良好的职业道德。</p>	<p>本课程是中医类各专业的一门必修基础课, 由人体解剖学和人体生理学两部分组成。主要内容人体解剖学是研究正常人体形态结构的科学, 是学习人体生理学的形态学基础。人体生理学是研究正常人体生命活动规律和生理功能的科学, 如呼吸、消化、循环、泌尿等系统在正常条件下具有哪些功能, 这些功能是如何实现的, 以及它们受到哪些因素的调节和控制等问题。</p> <p>通过本课程的学习, 学生应掌握人体各部分的基本组成、形态结构和位置; 机体各系统、器官正常的生理功能。了解人体结构和功能、人体与环境的关系及人体功能活动的一般规律。</p>	<p>强调学生树立人体解剖及生理学概念, 为今后实际工作打下一定的专业基础。</p>	<p>坚持启发性教学和以问题为中心的教学方法, 充分调动学生的学习积极性与主动性。坚持理论联系实际, 采用讲授法、讨论式、启发式、角色扮演、案例分析、实训室操作、及验证性实验教学等方法及手段, 培养学生分析问题、解决问题和实验操作能力。</p>	24 +
2	中医诊断学 (中医学基础概要 2)	<p>知识目标: 掌握四诊、辨证、辨病和病症书写的基本理论、知识和技术。熟悉中医诊病的基本原理、基本原则、病名诊断的方法和住院病历及体格检查的内容。具有熟练运用四诊知识和方法技术接诊患者的能力, 具备熟练综合处理病情资料的能力。</p> <p>能力目标: 能够独立熟练运用四诊知识和方法技术接诊患者的能力, 具备熟练综合处理病情资料的能力。能够通过对四</p>	<p>本课程是根据中医学理论, 主要研究诊察病情、判断病种、判别证候的基础理论、基本知识和基本技能的一门学科。它是中医学各专业的专业基础课, 是中医基础理论与临床各科之间的一门桥梁课程, 是中医专业课程体系</p>	<p>学习科学探究方法, 发展自主学习能力, 养成良好的思维习惯和职业规范, 培养学生理论联系实际和分析解决一般技术问题的能力, 为继续学习以及从事与本专业有关的工程技术等工作打好基</p>	<p>采用“医教结合、学做一体”的教学模式。课程教学以工作任务为引领, 通过课堂教学、多媒体演示、实训室仿真模型演示、实训室操作训练及考核、按摩院见习、</p>	24

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
		<p>诊的分析,做出病因的初步诊断。能够正确运用常用的辩证方法和技巧进行辩证的能力,包括证候的分析病机归纳提出诊断依据与证明诊断的能力。具有进一步学习和接受新理论、新知识和新技能并使之成为实际工作服务的能力。</p> <p>素质目标:培养严谨缜密、实事求是的科学态度。培养刻苦钻研、勤奋向上的学习精神。培养踏实肯干、团结协作的工作作风。培养治病救人、全心全意为人民服务的高尚医德。</p>	<p>中的主干课程。主要内容是通过重点介绍四诊、辩证、辨病和养生、治则与康复四大内容,旨在让学生熟练掌握中医诊断学的基本原理、基本原则、基本内容和基本方法,着力培养学生的诊断技能、辩证的思维能力和综合运用能力。</p>	<p>础。</p>	<p>生产实习等,使学生获得更多、更新的医学知识和工作技能。</p>	
3	经络与腧穴	<p>知识目标:掌握经络腧穴的基本内容,重点掌握十二经脉、奇经八脉的循行以及常用腧穴的类别、定位、主治、配伍和针灸法。熟悉经络的现代研究成果。了解腧穴的定位方法及特定穴的应用。</p> <p>能力目标:具有《经络与腧穴》相关知识和技术的运用能力。具有在人体上准确划出经络、点出腧穴的能力。具有一定的就业、创业能力和继续学习的能力。</p> <p>素质目标:专业思想巩固,热爱中医养生保健事业。具有严谨求实的科学态度和勇于献身中医养生保健事业的良好职业道德风尚。具有认真求实、勤奋好学、刻苦钻研、勇于实践、善于自学的优秀品质。</p>	<p>是针灸的核心内容,是中医基础理论的重要组成部分,对中医养生保健、治未病有重要的指导意义。本课程内容包括总论、经络、腧穴三大部分。其总任务是使学生掌握经络、腧穴等有关的基本理论、基本知识和基本技能,熟悉有关的研究成果,用以指导辨证施治。</p>	<p>本课程是中医养生保健专业的一门专业基础课程,为中医养生保健临床实践打好基础。</p>	<p>本课程的授课方式,除课堂讲授外,可根据实际情况,围绕教学大纲,采用图标、模型、CAI课件、幻灯片及录像等,以增强教学效果。</p>	56
4	中药方剂学	<p>知识目标:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.了解中药方剂的含义、起源和发展;掌握中药的性能、配伍、用药禁忌和用法;了解中药的产地、采集与炮制;正确理解中药的毒性、方剂与治法的关系、方剂的组成与变化。</li> <li>2.了解中药 119 种;掌握重点中药 252 种,包括来源、性味归经、功效主治、性能特点、用法用量和使用注意事项。</li> <li>3.了解方剂 64 首;掌握重点代表方剂 140 首,包括方剂的组成、功效主治、特殊配伍、使用注意等知识。</li> </ol> <p>能力目标:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.能说出中药方剂的含义,能理解中药的性能及其意义,能辨别出中药配伍关系、用药禁忌。</li> <li>2.能正确审核处方并找出不合理配伍,能判断出有毒中药,能说出常用中药的名称、归类、性味归经、功效应用及特殊用法用量。</li> </ol>	<p>本课程在教学过程中以中医传统理论为核心,应用中医传统的思维方式,讲解中药、方剂的基本内容,并适当介绍较为定论的现代研究成果。本课程的设置使学生掌握中药方剂的组方原理和配伍规律等基本理论;将中药和方剂各分为三级,使学生掌握、熟悉或了解 371 种常用中药的分类、性能特点、功效、主治、配伍、应用、使用注意等方面的理论知识及技能;使学生掌握、熟悉或了解 204 首方剂的组成、用法、功用、方义、主治及其主</p>	<p>本课程是研究中药和方剂的基本理论、功效、配伍、运用等知识的一门学科。为继续学习以及从事与本专业有关的工程技术等工作打好基础。</p>	<p>本课程主要是中文教学,使用 PPT 的方式讲解所要求掌握的内容,巩固学习的内容主要是通过课堂练习来完成。</p>	56

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
		3.能说出常用方剂的名称、归类，功效主治和使用注意。 4.能运用中药方剂学知识给患者提供合理用药指导。 5.学会中医思辨过程。 素质目标： 1.养成中医思辨意识，形成辩证唯物主义世界观和人生观。 2.形成认真学习、不断思考、善于总结、自主学习的学习习惯。 3.养成爱岗敬业、认真负责、实事求是、虚心谨慎、勤于思考的职业素养。 4.具有中医药文化情感，形成积极探索和创新中医药文化的意识。	要加减变化；特别注重一级中药代表方剂的讲授，注重一级方剂的配伍规律和衍化规律的讲授，将中药和方剂串联讲授，开阔学生的思维，为从事相关科研和深造奠定基础。			
5	西医临床医学概要	知识目标：掌握临床医学的基本理论、基本知识。掌握常见病多发病诊断处理的临床基本技能。具有对急、难、重症的初步处理能力。熟悉国家卫生工作方针、政策和法规。掌握医学文献检索、资料调查的基本方法，具有一定的科学研究和实际工作能力。 能力目标：能熟练运用所学的知识诊断各科常见病多发病。根据问诊、体格检查或医生的诊断熟练制定合理的药物治疗方案。能熟练对心跳骤停病人进行心肺复苏操作。 素质目标：具有自主学习和合作学习的能力。具有高度的责任心和使命感。养成关爱生命，热爱病人，热爱工作的职业素质。养成严谨细致的专业学风。	本课程是中医养生保健专业介绍相关临床医学专业知识的一门专业技术课程，主要介绍了内科、外科、妇产科、儿科、传染科等常见病和多发病的基本知识，培养学生分析和解决实际临床问题的能力。	通过模拟实践应用，培养学生对已学知识内容的综合系统运用能力和综合分析、解决较为复杂实际问题的能力。	使用启发式教学法、讨论教学法、讲授法等多种教学方法提高学生对理论知识的学习兴趣和掌握程度。	56
6	中医临床医学概要（中医内科学）	知识目标： 1.掌握：中医内科学的定义、性质、范围；内科常见病、多发病的病证名含义及临床特征；内科常见病、多发病的诊断和类证鉴别；各证型的证候、病机、治法和主治代表方。 2.熟悉：中医内科疾病的分类和命名；内科疾病中病、症、证的含义及联系与区别；中医内科辨证论治原则；内科临证方法；内科常见病、多发病的病因和病机、辨证要点、治疗原则。 3.了解：中医内科学发展简史、中医内科学学习要求和方法；内科常见病、多发病的预防调护、转归与预后。 能力目标：	本课程是中医养生保健专业的一门专业基础课程，也是本专业的工学结合课程，是集理、法、方、药为一体，研究中医内科疾病病因病机、诊断与鉴别诊断、辨证论治及预防、康复措施的临床综合课程，是指导该专业临床实践的主要课程之一。 本课程的设计思路包括 1.讲授基本知识：每一系统疾病的共同特征；疾病的概念、病因病机；	通过模拟实践应用，培养学生对已学知识内容的综合系统运用能力和综合分析、解决较为复杂实际问题的能力。	采用理论授课为主，充分利用多媒体教学、视频教学、病案分析或模拟病人训练，加强课堂互动，活跃课堂氛围，提高教学效果和质量。	56

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
		<p>1.会正确诊断中医内科常见病、多发病，并具备对类似疾病的鉴别诊断能力。</p> <p>2.能够运用中医内科学的基本理论、基本知识对内科常见病、多发病进行辨证分析、拟定治法及选择主治代表方，并结合临床变化加减用药。</p> <p>素质目标：</p> <p>1.培养刻苦勤奋、认真细致、严谨求实的学习和工作态度，具有中医临床思维和综合分析的辨证论治思维方法。</p> <p>2.具有高度的责任心，关心、爱护、体贴患者。</p> <p>3.具有良好的医德医风。</p>	<p>熟记疾病的辨证要点；重点疾病的历史沿革。2.传授基本技能：掌握疾病的鉴别诊断；学会症候的辨证分析；能够独立制定理法方药；处理典型案例的能力。</p> <p>3.培养职业素质：学会常见疾病的调护；能够适时开展健康教育；树立以人为本，以健康为中心的服务理念；学习医德医风，构建和谐医患关系。</p>			
7	健康检测与评估	<p>知识目标：</p> <p>1.能够解释健康评估、交谈、身体评估、黄疸等基本概念。</p> <p>2.能够理解健康史、症状、体征等基本理论；辨认临床常见的症状和体征。</p> <p>3.能够阐述心理、社会、行为评估的基本内容。</p> <p>4.能够识别正常心电图及常见异常心电图的图形特征。</p> <p>5.能够举例说明实验室检查的主要项目、注意事项、参考值范围及其异常改变的临床意义。</p> <p>6.能够概括说出影像检查的基本知识。</p> <p>技能目标：</p> <p>1.应用沟通交流技巧进行健康史的采集。</p> <p>2.学会症状评估、心理、社会、行为评估的基本方法。</p> <p>3.熟练运用身体评估的基本技能；</p> <p>4.初步学会心电图图谱识别的步骤和方法。</p> <p>5.独立完成系统、全面和规范的整体健康评估，书写评估记录。</p> <p>素质目标</p> <p>1.认同学科的专业价值，养成运用所学知识服务于人类健康问题的职业习惯，形成科学的临床评判性思维，养成献身健康事业的高尚情操。</p> <p>2.坚持以评估对象为中心的服务理念，认同课程的实用价值，形成积极的专业情感和态度，树立认真负责、严谨求实的专业思想，以及关心、爱护及尊重服务对象的观念。</p>	<p>本课程是中医养生保健专业开设的一门必修的专业基础课程，是基础医学与临床医学之间的桥梁学科，是一门新型、交叉融合的应用学科，其理论知识丰富、临床实践性强，涉及医学、心理学、社会学及行为学等学科领域。随着社区健康管理的全面展开，本专业学生的健康评估知识与技能日显突出，健康评估在培养中医养生保健高职学生的全面素质和能力方面具有重要作用，其地位不可替代。健康评估是从医学专业的角度研究诊断服务对象对现存或潜在健康问题的生理、心理及社会等方面反应的基本理论、基本技能和临床思维方法的学科。</p>	<p>培养学生以职业能力为本位，通过专业知识和素质教育相结合，获得现实职业工作场所需要的实践能力</p>	<p>本课程在教学实施时，强化学员综合素质和能力培养，将学员临床思维能力、沟通能力、自主学习能力和动手能力的培养作为教学过程的中心。理论课教学以讲授为主，教员认真做好教学准备工作，包括备对象、备教案、备教具、备方法、备手段等；充分利用现代化教学手段，将理论性强、难以理解的知识点运用图片、动画、视频等手段直观展示给学员。实践教学鼓励、指导学员多动手、勤思考。课堂实训采用示教-练习-回示-讲评的教学形式，课后及时组织学员评教评学；病房见、实习环节，要求学员整体评估患者</p>	32

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
		3.通过实践教学环节，养成爱岗敬业、服务患者的使命感、责任感、自信心和爱心。 4.关注健康评估领域新知识、新业务、新技术，开阔视野，活跃思维，形成不断进取和创新的科学探索精神。			的健康状况，培养学员独立观察、发现问题、分析问题、解决问题的能力；通过角色模拟和实践体验，培养学员严谨的工作方法、实事求是的工作态度、团结协作的团队精神。	
8	亚健康	知识目标：掌握中医养生知识；掌握中医养生的基本理论和原则。 能力目标：培养学生健康意识，提高健康管理水平，增强身体素质，培养学生从健康角度来认识和解读国家相关民生政策的思维与能力。通过学习环境养生、因时养生的理论知识，能够做到保护自然环境同时创造良好的居住环境，顺应自然与自然和谐相处；通过学习精神、饮食、运动、睡眠等日常生活方式中医养生理论和方法的学习，能够认识生活方式如何影响人们健康，并能够运用中医养生知识指导和改善自我生活方式。 素质目标：树立正确的健康观念，积极防治亚健康状态，提高自身的健康素养。	本课程全面介绍亚健康的基本理论、基本思想，简要论述亚健康的分类、检测、与中医治未病的关系、中医体质、中医症候分型、干预方法、干预手段等。通过本课程的学习，学生应掌握中医养生知识，树立正确的健康观念，积极防治亚健康状态，提高自身的健康素养。	亚健康是一个热点问题，开设本课程符合医学发展趋势，社会百姓和学生关注度高，为就业奠定基础。	采用理论授课为主，充分利用多媒体教学、视频教学、病案分析或模拟病人训练，加强课堂互动，活跃课堂氛围，提高教学效果和质量。	32



(2) 专业核心课程

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
1	中医基础理论 (中医学基础概要 1)	<p>知识目标: 通过本课程的教学, 使学生系统地掌握中医基本理论知识, 为学习中医其他各科奠定坚实的基础, 并对学生的中医思维能力进行初步训练。课程要求学生能运用辩证唯物主义和历史唯物主义的观点来认识古代的哲学理论, 掌握人体脏腑、精气血津液、经络的生理功能, 以及疾病的病因与发病、病机、防治原则等, 初步了解人体脏腑的主要病理表现。</p> <p>能力目标: 本课程的教学过程中, 通过用验案来对照理论, 结合理论进行辨析讨论, 让学生亲身感受临床诊疗经过, 培养学生的临床兴趣, 使得理论与临床应用有机结合, 并直观形象地把握理论, 能初步运用中医理论来辨析疾病的病因、病机、治疗原则。</p> <p>素质目标: 通过本课程的教学, 使学生逐渐了解中国传统医学在防病治病方面的魅力, 理解并热爱中医, 形成对祖国医学文化的认同感, 初步树立救死扶伤的责任感和历史使命感, 培养全心全意为人类健康服务的情感, 逐步确立为人类生命健康保驾护航做贡献的人生理想。</p>	<p>本课程是由中医学的基础知识、基本概念、基本原理, 按照中医学的逻辑体系组织而构建的理论体系。它以中国古代朴素的唯物论和辩证法思想为科学方法论, 以整体观念为指导思想, 以脏腑经络的生理、病理为理论核心, 并融合了历代著名医家真知灼见的一门课程。本课程包括了认识论和方法论两部分内容。认识论方面主要是以阴阳五行、整体观念等哲学思想以及藏象学说等为代表的对人体生命活动和病理变化的认识; 方法论主要是以辨证论治、养生防病为核心的临床思维方法, 遣方用药法则等。</p>	<p>中医基础理论是中医学的灵魂, 课程中所阐述的基本概念、基本原理与基本规律对临床实践具有很重要的指导意义。扎实的中医基础理论功底对学生以后参加临床医疗实践活动, 培养正确的思维方法, 提高临床辨证水平以及开拓创新方面具有不可替代的作用。</p>	<p>运用多媒体教学, 以课堂讲授为主。</p>	24
2	中医情志养生学 (中医养生学 1) 人文环境养生学 (中医养生学 2)	<p>知识目标: 掌握中医养生学的概念、特点; 中医养生学的寿命观; 中医养生学的基本原则; 精神情志养生的基本方法; 因人、因时、因地施养 (人文环境养生) 的基本原则。熟悉健康长寿的特征及导致衰老的病因病机; 各养生方法的基本原理; 部位养生的基本方法。了解: 中医养生学萌芽、奠基、形成、完善、突破、发展和振兴各个阶段养生的基本理念; 音乐、沐浴、色彩、香薰等其他养生方法。</p> <p>能力目标: 能运用中医养生思想和养生方法 (包括精神情志养生、人文环境养生等养生方法) 指导人们的日常养生, 从而达到增进健康、延年益寿等目的。</p> <p>素质目标: 树立专业思想、培养学生热爱中医养生保健工作, 培养学生实事求是的工作态度, 高尚的医疗道德和良好的职业素质。</p>	<p>本课程主要介绍中医养生学的基本理论和基本原则、中医养生文化、常用的养生方法和技能, 以及中医养生方法的具体运用。要求学生能运用中医养生思想和养生方法 (包括精神情志养生、起居养生、运动养生、经络养生、药膳养生、四季养生等养生方法) 指导人们的日常养生, 从而达到增进健康、延年益寿等目的。</p>	<p>学习科学探究方法, 发展自主学习能力和职业规范, 培养学生理论联系实际和分析解决一般技术问题的能力, 为继续学习以及从事与本专业有关的工程技术等工作打好基础。</p>	<p>本课程教学主要采用以课堂讲授为主, 部分教学内容采用案例教学, 实际项目任务分解的方式进行, 培养学生扩散思维、创造性思维能力。</p>	48
3	中医饮食保健学	<p>知识目标: 熟悉中医药理论, 熟悉常用食材、药材的性味归经、功效、主治、用</p>	<p>本课程主要介绍中医饮食保健概述、中医饮食保健基础理论、常用</p>	<p>通过模拟实践应用, 培养学生对已学知识内容的综合</p>	<p>运用多媒体教学, 以</p>	56

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
		<p>法用量、药膳应用和使用注意；掌握各种烹饪方法的特点；熟悉影响病人恢复的诸多因素，设计适宜的药膳治疗方案。</p> <p>能力目标： 能根据中医理论辨证施膳；能掌握常用药食的特点及应用；能采用科学的烹饪方法，制作出色、香、味、形、效的药膳食品。</p> <p>素质目标： 培养良好的思想品德、心理素质；培养良好的职业道德，包括爱岗敬业、诚实守信、遵守相关法律法规等；培养良好的团队协作、协调人际关系，医患沟通的能力；培养对新知识、新技能的学习能力与创新能力。</p>	<p>食物、药食同源食物、粥品、汤羹、菜肴、茶饮、酒剂、米面点心的制作方法、因时饮食养生、因地饮食养生、茶包的制作方法、膏滋的制作方法、辨体饮食养生、不同人群饮食养生、亚健康人群饮食养生、病前状态人群饮食养生，要求学生能掌握常用药食的特点及应用，并且能根据中医理论辨证施膳。</p>	<p>系统运用能力和综合分析、解决较为复杂实际问题的能力。</p>	<p>课堂讲授为主，需要结合案例。</p>	
4	中医传统气功养生学	<p>知识目标：掌握中医传统气功养生理论与方法的内容与分类、中医传统气功养生理论与方法的特点与作用。了解中医传统气功养生理论与方法的起源与发展。</p> <p>能力目标：能够具备传统养生理论与方法所需的基本理论能力，深入实践，结合传统养生理论与方法推动科研发展，</p> <p>素质目标：树立专业思想，培养学生实事求是的工作态度和创新和终身学习能力，培养高尚的医疗道德和良好的职业素质。</p>	<p>本课程以道家阴阳八卦思想为基础，结合中医学原理，介绍了以阴阳八卦循导功为主的医疗气功功法，要求学生通过对已有的研究理论的学习、结合对中医气功项目学习、实践体会，对“巫”的现象、观点进行分析和批判，以期澄清学科的本来面目，破除迷信，为全民健身、卫生事业服务。</p>	<p>中医传统气功养生学教育及其实践，可以培养当代大学生良好的健康观念，提高其素质，有利于其健康成长。之后走向社会，继以推而广之，加以普及，对社会的和谐发展和全民素质的提升具有现实意义和长远意义。</p>	<p>本课程采用理实一体化教学方式</p>	32
5	运动保健学	<p>知识目标：使学生掌握人体保健的基本理论、基本知识和基本技能，较好地了解不同性别、不同年龄阶段人群的运动保健特点和要求。初步掌握体育运动的保健指导手段和运动伤病的防治方法。重点掌握人体在体育运动中的保健规律和措施。</p> <p>能力目标：能够联系运动实践，在体育运动过程中灵活运用常见的体育保健技能，如：快速消除疲劳、运动伤病的现场急救等。</p> <p>素质目标：在接受、传授知识的教学过程中，贯彻素质教育思想，注重对学生情感、态度和价值观的培养，加强科学精神、人文精神、社会责任感、职业道德的教育。</p>	<p>本课程的主要教学内容是研究体育运动参加者的身体发育、健康状况与机能水平，为体育教学、训练和比赛及全民健身提供科学依据；研究体育教学、运动训练和比赛的组织和方法是否符合运动参加者的身体特点，进行医学指导和服务；研究影响体育运动参加者健康和机能的各因素，并制定相应的卫生措施；研究和了解各种营养素的种类、功用及来源，了解不同项目的运动员营养状况的特殊要求，正确指导运动员饮食，以确保运动员的健康，促进运动成绩的提高；研究运动性</p>	<p>以培养学生运动与保健知识、技能和方法为主要任务，努力促进其功能康复，增进学生身心健康，为学生的全面发展奠定基础。</p>	<p>本课程采用理实一体化教学方式</p>	32

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
			伤病的发生规律、防治方法和康复措施。			
6	中医针灸推拿养生学（针灸推拿技术）	<p>知识目标： 1.掌握中医学基础理论、临床医学知识以及必要的现代医学基本知识。 2.掌握针灸、推拿的基本理论和操作技能。 3.具有运用针灸、推拿处理临床各科疾病的初步能力。</p> <p>能力目标： 1.熟悉国家卫生工作的方针、政策和法规。 2.了解中医学、尤其是针灸、推拿学的理论前沿和应用前景。 3.掌握文献检索、资料查询的基本方法，具有初步的科学研究和实际工作能力。</p> <p>素质目标： 1.专业思想巩固，热爱中医事业。 2.具有严谨求实的工作态度、高尚的医疗道德和良好的职业素质，善于与病沟通，对病人充满爱心，有较强的工作责任心。 3.具有认真求实、勤奋好学、刻苦钻研、勇于实践、善于自学的优秀品质。</p>	<p>本课程教学内容分基础篇、治疗篇、附篇三部分。绪论主要论述针灸推拿学的渊源和发展概况。基础篇主要论述经络的概念、循行路线及规律，腧穴的作用、定位、主治及操作，针灸技术中各种刺灸法的基本知识和操作技能，推拿功法的基本姿势和练功方法，推拿作用原理及诊断方法，推拿技术中的手法操作等；治疗篇主要论述针灸推拿的治疗原则、针灸处方的运用、推拿的基本治法及常见病的针灸推拿治疗；附篇主要选录了古代针灸歌赋、保健推拿等内容，供学生课外学习。</p>	<p>以培养学生针灸推拿知识、技能和方法为主要任务，培养良好的心理品质，树立正确的学习理念，养成终身学习的习惯，全面提升就业能力。</p>	<p>针对具体的教学内容和教学过程需要，采用了讲授法、角色扮演法、案例教学法、情境教学法、实训作业法等。</p>	64
7	实用流行保健技术（中医养生康复技术）	<p>知识目标： 通过本课程的学习，要求学生获得关于精神情志养生康复技术的使用，饮食药膳养生康复技术的使用，传统功法养生康复技术的使用、中医审因养生康复技术、中医特色养生康复技术等项目的的基本知识。</p> <p>能力目标： 1.具备规范运用基本中医养生康复技术满足病人生理需求的能力。 2.具备以康复程序为框架，以评估、诊断、计划、实施和评价为主线，为病人实施整体康复的能力。 3.具有中医基础课程中四诊合参能力及经络学说基础知识。 4.能与病人进行良好的沟通。 5.具备探讨专业知识的意识，初步具有发现问题、分析和解决问题的能力以及创新意识。</p> <p>素质目标： 具备良好的康复工作习惯、严谨求实的工作态度，对病人具有高度的爱心、细心、耐心与责任心。</p>	<p>本课程主要教学内容分为上、中、下三篇，上篇是基本理论，主要是实用的基础理论；中篇是常用技术，包括精神情志、饮食药膳、传统功法、生活起居、中医审因和中医特色等养生康复技术；下篇是实践运用，主要是常见疾病的中医养生康复技术运用。通过本课程的学习，让学生了解中医养生康复学的悠久历史，理解中医养生康复的学术思想、理论体系，并掌握常用的中医养生康复方法，为今后开展预防保健、康复打下良好的基础。</p>	<p>依据中医养生保健专业“市场需求为导向、岗位需要为前提、能力培养为重点”的培养目标，通过课堂理论与实践教学，使本专业学生掌握适应中医养生保健岗位需要的实用流行保健技术的相关理论知识及相关操作技能，并具有运用这些理论知识和操作技能预防疾病、延缓衰老、驻颜美形的能力。</p>	<p>本课程采用理实一体化教学方式</p>	24

(3) 专业拓展课程

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
1	中医药文化	<p>知识目标：通过本课程的学习，了解中国传统思想文化的发展脉络。理解易学、儒学、道家、佛学的基本思想观念。理解中国传统文化与中医的相通、相融关系。</p> <p>能力目标：具备探讨专业知识的意识，初步具有发现问题、分析和解决问题的能力以及创新意识。</p> <p>素质目标：具备严谨求实的工作态度，对中国传统文化产生认同与信心。</p>	<p>本课程由绪论、正篇、附篇三部分组成，绪论介绍中医药文化特点、学科任务、研究与学习方法及其主要内容。正篇阐述中医药文化的形成与发展、中医药文化传统思维的渊源、中医药文化的多学科影响因素、传统文化孕育的中医药理念、中医药目标与范式的文化、中医药行为文化特色等，附篇介绍中西方医学文化差异与中医药文化建设与传播。要求学生能够积极探索相关内容。</p>	<p>中国传统文化博大精深，就其思想层面概括而论，主要包括易学文化、儒学文化、道家文化和佛学文化。这是中华民族的精神财富，也是整个人类的智慧宝藏。其对自然、社会和人生的洞见以及由此形成的理念，具有广泛的普世价值，对人类社会的生存和发展具有重要的启迪和引领作用。</p>	结合案例，讲授为主	16
2	健康统计技术	<p>知识目标： 着重掌握医学统计学的基本原理、基本概念和基本统计方法的应用条件及优缺点。培养统计思维能力，对有关数理统计公式只要求了解其意义、用途和应用条件，不必深究其数学推导。根据研究设计与资料类型能选用正确的统计分析方法。要求了解医学研究的统计设计、资料收集、整理和分析的内在联系。</p> <p>能力目标： (1) 掌握医学统计学中的基本概念（如总体和样本、变异、假设检验、正常值范围、置信区间、抽样误差等），统计资料的基本类型，常用统计指标。 (2) 掌握医学统计学中常用统计方法的意义、用途、适用条件、优缺点和结果解释。 (3) 熟悉实验设计的基本原则和基本要素，以及调查设计的基本内容。 (4) 了解常用统计分布理论及应用，医学常用健康统计指标。</p>	<p>健康统计技术是临床类医学专业一门必修的专业基础课程，它是用统计学理论和方法研究生物医学批量数据收集、分析、解释与表达的普遍原理和方法的一门科学。健康统计技术被喻为整个医学大厦中的一个重要支柱，健康统计技术知识是医学知识的组成部分，健康统计技术方法是医学科研的基本方法，医学统计学结果是所有医学科学研究最重要的证据之一。理解医学统计学知识、掌握基本的医学统计学方法，将为后续学习，以及毕业后从事临床工作和科学研究工作奠定坚实基础。</p>	<p>1、坚持学生为主体，教师为主导的教学理念。全程渗透素质教育、创新教育、个性化教育等现代教育思想和观念。 2、教学内容上突出启发式教学，灵活利用讨论式教学、案例式教学、问题式教学等先进的教学方法，灵活运用和组合视频录像、电子幻灯、CAI 课件、网络课程、学科专业网站等多种现代化教学手段，发挥信息化教学的特点和优势，激发学生学习兴趣、调动学生的主动性，进一步强化学生的知识与实践操作技能，开阔视野，培养科学的思维方式。 3. 在教学过程中注意以如何分析医学观察结果的“变异”来源为出发点，培养学生的统计思维方式。强调医学统计的全过程，提高学生的综合素质。理论与实践相结合，提高学生的动手能力。</p>	运用多媒体教学，以课堂讲授为主。	48

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
		<p>(5) 掌握统计图表的绘制和注意事项, 以及常用统计指标的计算。</p> <p>(6) 根据研究设计与资料类型选用正确的统计分析方法, 并能够准确的计算。</p> <p>(7) 熟悉常用统计专业英文词汇</p> <p>素质目标:</p> <p>(1) 认同医学统计学在医学科学研究中的重要价值, 初步形成热爱医学统计学课程的积极态度。</p> <p>(2) 体会到统计思维的培养对统计方法认识的重要价值, 能自觉、认真地学习统计的基本理论, 积极参加各种类型资料的统计分析实践。</p> <p>(3) 确立终身学习的观念, 具有主动获取知识, 不断进行自我完善的态度。</p> <p>(4) 愿意从事统计工作, 并具有创新统计工作的态度和行为倾向。</p>				
3	中医美容技术	<p>知识目标: 通过中医美容基础理论的学习, 熟悉养颜护肤、驻颜防衰的道理, 掌握面部经络调养技术, 掌握常见美容疾病痤疮、色斑的预防养护和调摄方法。</p> <p>能力目标: 培养学生将中医美容技术应用到生活美容研究领域, 能够在生活、学习和工作中对遇到的各种相关健康问题提供咨询和建议, 提升学生实际应用能力。</p> <p>素质目标: 具备引导人们改变不良的行为和生活方式, 帮助人们以健康的方式生活的专业素养。</p>	<p>模块一是中医美容基础概述, 包括中医阴阳五行、五脏六腑与美容、气血津液、中医病因病机、中医四诊、中医辨证与预防、经络; 模块二是中医在美容中的应用, 包括针灸美容疗法、推拿美容按摩技术、其他常用中医美容疗法、体质辨识与养生、中医美容方案制定与实施。</p>	<p>通过中医美容技术相关知识的学习, 学会正确选择和使用中医美容相关技术, 如推拿、刮痧等美容手法, 掌握便于操作练习的皮肤护理操作技巧, 将中医操作渗透进学生的生活中, 学以致用, 拓宽就业渠道。</p>	<p>结合案例, 理实一体化教学</p>	56
4	运动疗法 (运动治疗技术)	<p>知识目标:</p> <p>1. 具有必需的生物力学知识、相关的医学基础知识、相关的临床医学知识、康复医学知识、运动疗法技术基本理论</p>	<p>康复医学作为现代医学的新兴学科发展迅速, 与临床医学、预防医学、保健医学共同构成现代医学体系。康复治疗学是康复医学的基本内容之一, 本课程</p>	<p>以课堂多媒体讲授为主, 辅助以部分教学见习和实训操作加深学生对知识的理解。教学中采用以问题为基础的学习(PBL)教学法, 作为教</p>	<p>结合案例, 理实一体化教学</p>	32

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
		<p>知识。</p> <p>2. 通过学习本课程，了解当前国内康复机构所采用的运动疗法技术种类，理解、熟悉常用的运动疗法技术基本理论知识，熟练掌握常用运动疗法技术并能综合运用运动疗法技术帮助有功能障碍的病、伤、残者提高或恢复运动功能。</p> <p>能力目标：</p> <p>1.具有运动功能评定能力。</p> <p>2.运动疗法技术操作能力。</p> <p>3.运动疗法技术综合运用能力。</p> <p>素质目标：</p> <p>1.将素质教育贯穿到教学过程当中。</p> <p>2.强化业务素质的养成。</p> <p>3.培养科学方法和求真的科学态度。</p> <p>4.培养爱护生命的理念；培养爱伤、爱患的人文思想。5.培养和谐的人际沟通能力和团结协作的团队理念。</p>	<p>《运动治疗技术》详细介绍了运动疗法技术的基本理论、常用的各种治疗技术以及在实际工作中的应用方法。运动治疗技术是临床康复治疗中运用最多、最普遍的技术，是促进人体运动功能提高和恢复的主要技术。通过本课程的学习，使学生能更好地理解基本理论知识，为后续课程的学习及掌握操作技术打下基础；培养学生科学思维、分析问题和解决问题的能力；促进学生医学素质的养成。</p>	<p>师，融入到学生学习之中，为学生营造一个自主、合作、讨论、探究的课堂教学环境，并通过教师的引导，开展多种多样的活动；教师应成为深刻理解学生的观点、想法和情感特征的知音，与学生共同探索新知；形成“师生互动、情知互动”的教学模式。</p>		
5	职场礼仪与职业精神	<p>知识目标：熟悉礼仪在现代公共关系活动中、管理中的性质、意义和作用；学习和理解礼仪的概念和基本原理；了解和掌握礼仪的基本常识；掌握礼仪在生活中、工作中的具体运用和工作的技巧等知识。</p> <p>能力知识：全面掌握职场礼仪的基本知识，能够在工作、生活中的运用技巧。</p> <p>素质知识：有较强的工作责任心，严谨、认真、耐心、细致、不怕苦与累，对患者充满爱心。</p>	<p>通过理实一体的教学模式，使学生通过本课程的学习，能掌握礼仪的基础知识、基本规范及流程，养成好的习惯；并能根据实际情况灵活、准确地加以运用。要求学生能按正式场合要求进行形象设计，展示出自己良好的基本仪态，能规范地完成正式场合的迎接与拜访，能按人际沟通的基本规范与人进行有效沟通，能知晓国际交往礼宾秩序，尊重文化差异。</p>	<p>具有很强的应用性与实践性，旨在以现代礼仪学为基础，对培养学生的人文素养有突出的意义，是将学生培养成具有较高人文素养的人才的重要一环。</p>	结合案例，理实一体化教学	32
6	养生保健品经营与管理（医药市场营销学1） 养生保健实体店	<p>知识目标：在培养学生的知识目标过程中，注重专业能力的培养，加大课程中相关专业知识的灌输和沟通，提高学生的整体知识水平。</p>	<p>包括营销理论与市场分析、消费者理论营销调研与市场机会、营销战略与策略、营销实践技能与管理、医药国际市场营销。</p>	<p>课程主要目的在于培养学生对经济市场的理解和洞察能力，旨在培养具有洞悉市场能力的高素质、技能型人才。</p>	结合案例，理实一体化教学	32 + 32

序号	课程名称	课程目标	主要教学内容与要求	课程思政、创新创业教育融合点	教学方法与手段	学时
	运营管理（医药市场营销学2）	能力目标：培养学生以后能够从事相关的医药营销工作的基础。 素质目标：培养学生具有很好的身体素质、人文素质和业务素质 的能力，培养学生遵守法律、爱岗敬业、工作主动、认真负责的精神。				

(4) 集中实践课程

序号	集中实践性教学课程名称	学期	周数	技能实训主要内容	实训形式	主要技能要求(或标准)	实践育人、劳动育人融合点	实训地点	考核方式	条件要求及保障
1	入学教育和军训	1	2	学院管理制度和军事队列制式动作的训练	军训实操	军事知识和掌握队列制式动作的训练	励志成才, 增强国防意识与集体主义观念	校内	管理制度考试及军事训练考核	与部队进行协调
2	专业认知(见习)	1	1	企业参观、调研	观摩	了解专业概况激发学习兴趣, 企业参观后完成小结撰写	培养学生严谨细心的工作态度	校内+校外	过程考核(见习报告)	校内实训基地和校外合作企业
3	社会实践	2或3	2	职业素养与综合应用能力	校内或校外项目实战	理论联系实际, 巩固、深化和扩大已学知识。	爱岗敬业的工匠精神	校内或校外	考查	企业或社会岗位实践
4	毕业实习(含毕业设计)	6	32	学生到医院等机构进行毕业实习	校外观摩、模拟实操、项目实战	对在校学习内容综合运用与实践, 在企业现场能独立完成某一或某几个岗位的工作任务。	培养学生的工匠精神和职业素质	实习单位	过程结果考核(毕业实习鉴定)	各医疗相关单位。教师通过网络、电话等多种方式进行指导、定期巡查现场, 实习结束上交实习周记、实习总结、实习鉴定表、实习资料等。
5	劳动实践	1~5	0.5	通过校内实验、实训、技能竞赛、校外社会基地等劳动教育, 考察学生基本劳动素养, 促进学生形成正确的世界观、人生观、价值观。	社会实践、劳动周、公益劳动	通过劳动实践学生们在以行为习惯、技能训练为主的实践活动中学会生活、学会劳动、学会审美、学会创造, 从而达到磨练意志、培养才干、提高综合素质的目的。	围绕培养担当民族复兴大任的时代新人开展劳动教育, 注重劳动素养发展, 培养学生健康人格, 促进学生全面发展。	校内或校外	过程考核	组织做好各种预案和活动场所安排
6	毕业教育	6	0.5	开展理想信念、就业形势与政策、创业教育、诚信教育、心理健康教育、安全教育、感恩教育、	班级主题活动、讲座、研讨会	了解专业相关的工程实习和社会实践要求, 增强进入社会的适应性; 树立正确的价值观、道德观、社	树立正确的价值观、道德观、社会主义荣辱观, 正确认识目前的就业形势和党和	校内	过程考核	组织做好各种活动预案以及校内场所安排



序号	集中实践性教学课程名称	学期	周数	技能实训主要内容	实训形式	主要技能要求(或标准)	实践育人、劳动育人融合点	实训地点	考核方式	条件要求及保障
				入职适应教育、职业道德教育等活动。		社会主义荣辱观，加强学生职业道德和规范教育，培养学生法律意识；培养良好的心理品质，树立正确的学习理念，养成终身学习的习惯，全面提升就业能力。	国家的政策，引导学生树立“先就业，后择业，再创业”的现代择业观，使毕业生增强“诚信为本、诚信立业、诚信立命”意识。			
7	中医养生保健技能综合实训	4	1	在校内外进行中医情志养生实训、中医传统功法养生实训、中医针灸推拿养生实训、中医饮食保健实训、运动保健实训、实用流行保健技术实训等。	模拟实操	掌握针灸、推拿、饮食保健、气功、运动保健、实用流行保健技术等中医养生保健方法	通过实践实训过程融入精益、规范、专注、敬业、创新精神的提升。	校内或校外合作企业实训基地	技能操作手法或步骤考核	具有仪器设备和场所校内具有实训条件。

## 八、教学计划总体安排

### (一) 教学进程安排表

课程设置	课程类型	课程模块	课程性质	课程编码	序号	课程名称	学分数	学时分配			各学期周学时分配						考核方式	承担单位		
								合计	讲授	实践	一	二	三	四	五	六				
											15	17	17	18	10					
公共基础课程	公共基础模块	公共基础课程	必修	110221002110	1	思想道德与法治	3	48	40	8		3					考试	马克思主义学院		
				110111002110	2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	2	32	28	4	1	1						考试	马克思主义学院	
				110511002110	3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3	48	44	4	3							考试	马克思主义学院	
				1103X1001110	4	形势与政策	1	40	40	0	√	√	√	√	√			考试	马克思主义学院	
				1005X1002110	5	高职体育与健康	6	108	0	108	2	2	2	√				考试	基础教育学院	
				100611001110	6	军事理论与安全教育	1	18	18	0	√	√	√	√	√			考试	学工处	
				120111002110	7	大学生心理健康教育	2	32	16	16	2							考试	学工处	
				120211001110	8	职业生涯规划与职业素养	1	16	6	10	2							考查	学工处	
				123041001110	9	创业与就业指导	1	16	8	8					2			考查	学工处	
				000521002110	10	创新创业基础	2	32	16	16	1							考试	双创学院	
				1004X1001110	11	大学英语	4	128	96	32	4	4						考试	基础教育学院	
				1204X1001110	12	劳动教育	1	16	16	0	√	√	√	√	√			考查	学工处	
		小计							27	534	328	206	15	10	2	2				
		公共选修课程	公共选修课程	限选		1104X1002110	13	党史国史	1	16	16	0	√	√	√	√	√	√	考查	马克思主义学院
						020111002110	14	信息技术	5	80	16	64	3	2					考查	信息工程系
						100621002110	15	中华优秀传统文化	1	16	8	8				2			考查	基础教育学院
						1009X1001110	16	艺术与审美	2	32	16	16				1			考查	基础教育学院
				小计							9	144	56	88	3	2		3		
			任		0001X1001110	17	人文艺术类选修课程	1.5	24	16	8		√	√	√	√		考查	教务处	

		选	0002X1001110	18	社会认识类选修课程	1.5	24	16	8		√	√	√	√		考查	教务处			
			0003X1001110	19	工具类选修课程	1.5	24	16	8		√	√	√	√		考查	教务处			
			0004X1001110	20	科技素质类选修课程	1.5	24	16	8		√	√	√	√		考查	教务处			
			0006X1002110	21	创新创业类选修课程	1.5	24	16	8		√	√	√	√		考查	基础教育学院			
			小计（至少选修3类，每类至少选修1门，至少4.5学分）					4.5	72	48	24									
			合计（至少选修15学分）					13.5	216	104	112	3	2		3					
			公共基础课程合计					40.5	750	432	318	18	12		5					
			专业课程	专业技能模块	专业基础课程	必修	080111832210E	22	医学基础概要1（人体解剖学）	1.5	24	24	0	2					考试	医学健康系
							080211832210E	23	医学基础概要2（人体生理学）	1.5	24	24	0	2					考试	医学健康系
							080311832210E	24	中医诊断学（中医学基础概要2）	1.5	24	20	4	2					考试	医学健康系
080411832210E	25	经络与腧穴					3.5	56	36	20		4				考试	医学健康系			
080511832210E	26	中药方剂学					3.5	56	56	0		4				考试	医学健康系			
080611832210E	27	西医临床医学概要					3.5	56	48	8		4				考试	医学健康系			
080711832210E	28	中医临床医学概要（中医内科学）					3.5	56	46	10			4			考试	医学健康系			
080811832210E	29	健康检测与评估					2	32	16	16			2			考试	医学健康系			
080911832210E	30	亚健康					2	32	26	6				2		考试	医学健康系			
小计					22.5	360	296	64	6	12	6	2								
专业核心课程	必修	081011832311E			31	中医基础理论（中医学基础概要1）	1.5	24	20	4	2					考试	医学健康系			
		081111832311E			32	◆中医情志养生学（中医养生学1）	1.5	24	12	12			2			考试	医学健康系			
		081211832311E			33	◆人文环境养生学（中医养生学2）	1.5	24	12	12			2			考试	医学健康系			

专业拓展课程		081311832311E	34	◆中医饮食保健学	3.5	56	48	8			4			考试	医学健康系		
		081411832311E	35	◆中医传统气功养生学	2	32	8	24				2			考试	医学健康系	
		081511832311E	36	运动保健学	2	32	16	16				2			考试	医学健康系	
		081611832311E	37	中医针灸推拿养生学(针灸推拿技术)	4	64	38	26			4				考试	医学健康系	
		081711832311E	38	实用流行保健技术(中医养生康复技术)	1.5	24	12	12				2			考试	医学健康系	
	小计(至少开设2门—3门融入创新教育相关专业课程,并用“◆”标注专创融合课程,计8.5学分)					17.5	280	166	114	2		12	6				
		必修	081811831310E	39	中医药文化	1	16	16	0			2			考试	医学健康系	
			081911832310E	40	健康统计技术	3	48	24	24			4			考试	医学健康系	
			082011832310E	41	中医美容技术	3.5	56	28	28			4			考试	医学健康系	
			082111832310E	42	运动疗法(运动治疗技术)	2	32	16	16					4		考试	医学健康系
		选修	082211832320E	43	职场礼仪与职业精神	2	32	16	16					4		考试	医学健康系
			082211832320E	44	养生保健品经营与管理(医药市场营销学1)	2	32	16	16					4		考试	医学健康系
			082311832320E	45	养生保健实体店运营管理(医药市场营销学2)	2	32	16	16					4		考试	医学健康系
	小计(至少选修6学分)					15.5	248	132	116			10	16				
	集中实践课程	必修	082411833310	46	中医养生保健技能综合实训	1	26	0	26				√		考查	医学健康系	
120611001110 120711001110			47	入学教育、军训	2	52	0	52	2W					考查	学工处		
000751001110			48	专业认知(见习)	1	26	0	26	1W					考查	医学健康系		
861001110			49	毕业实习(含毕业设计)	32	832	0	832						32W	考查	医学健康系	
1204X1001110			50	社会实践	2	52	0	52		1W	1W				考查	团委	
120861001110			51	劳动实践	0.5	13	0	13	√	√	√	√	√		考查	学工处	

		120861001110	52	毕业教育	1	26	0	26						√	考查	学工处
		小计			39.5	1027	0	1027	3w	1w	1w			32w		
		专业课程合计			95	1915	594	1321	8	12	28	8	16			
合计	课内周学时								26	26	30	16	16	26		
	总学分/总学时数				135.5	2665	1026	1639								

备注：（1）标注“√”的课程，采用课堂授课、讲座、网络授课、专项活动等形式。（2）◆劳动要求除了实习、实训环节开展劳动外，还需要专门进行劳动精神、劳模精神、工匠精神专题教育不少于16学时，可分散在各学年中。（3）“1+X”证书试点专业要用“▲”标注书证融通课程；3、有立项课程思政示范课程要用“★”标注；创新教育相关专业课程用“◆”标注。

## （二）课程学时比例

本专业课时总数为 2665 学时，其中课堂理论教学 1026 学时，约占总学时 38.5%，实践教学 1639 学时，约占总学时 61.5%。

课程设置	课程模块	课程类型	课程性质	学分数	学时数			学时百分比 (%)
					讲授	实践	总学时	
公共基础课	公共基础模块	公共基础课程	必修	27	328	206	534	20.0
		公共选修课程	限选+任选	13.5	104	112	216	8.1
	小计			40.5	432	318	750	28.1
专业课	专业技能模块	专业基础课程	必修	22.5	296	64	360	13.5
		专业核心课程	必修	17.5	166	114	280	10.5
		专业拓展课程	限选+任选	15.5	132	116	248	9.3
		集中实践课程	必修	39.5	0	1027	1027	38.5
	小计			95	594	1321	1915	71.9
合计				135.5	1026	1639	2665	100

## （三）教学计划安排（按周安排）

学年	学期	课堂教学	考试	入学教育、军训	劳动	集中性实训实习	毕业设计、顶岗实习	毕业教育	社会实践	假日及机动	小计
一	1	15	1	2	√					1	20
	2	17	1		√				1	1	20
二	3	17	1		√				1	1	20
	4	18	1		√	1				1	21
三	5	10	1		√		8			1	20
	6						16	1		1	20
合计		77	5	2		1	32	1	2	6	120

## 九、实施保障

### （一）师资条件

#### 1、本专业专任教师

中医养生保健专业现有专任教师 6 人，其中高级职称 2 人，中级职称 1 人，初级职称 3 人。硕士研究生以上学历 3 人。高级职称占主讲教师比例 33%；“双师”素质教师 5 人，占 80%；具有行业企业生产一线工作经历的达 75%。专任教师中，指导大学生双创比赛获省级一等奖 1 项，省级二等奖 1 项；承担市科技计划项目 1 项；承担大学生校外实践基地建设项目 1 项；负责校级精品资源共享课程 1 门；专业教学团队编写校企合作教材 1 门，出版教材 2 门。

表 1 专业专任教师情况一览表

序号	姓名	年龄	性别	学历	学位	专业技术职务	职业资格	是否双师型	拟任课程
----	----	----	----	----	----	--------	------	-------	------

1	吴琦 (专业带头人)	40	男	研究生	硕士	副主任中医师	执业医师、保健按摩师(高级)、执业中药师、高校教师资格证书	是	中医基础理论、中医诊断学、医学基础概要、中药方剂学、西医临床医学概要
2	黄炜平	30	女	研究生	硕士	中医师/助教	高级美容师、高级按摩师、公共营养师(三级)、执业中药师、执业中医师、高校教师资格证书	是	中医饮食保健学
3	林薇	28	女	研究生	硕士	中医师/助教	公共营养师(三级)、执业中医师、高校教师资格证书	是	中医美容技术、亚健康
4	郑永生	45	男	本科	学士	讲师	中级电工、高校教师资格证书	是	健康统计技术
5	陈良英	58	女	专科		主任护师/主治中医师	执业中药师、执业中医师、公共营养师(三级)、高校教师资格证书	是	中医药文化
6	黄培芳	27	女	本科	学士	医师/助教	执业医师、健康管理师	否	健康评估与检测

## 2、本专业兼职教师

本专业校内外兼职教师 14 人，专兼教师比例约 1: 2。均为具有本科及以上学历、中级及以上专业技术职称、在中医养生保健领域的企业工作 5 年以上的从业经验、熟悉中医养生保健行业工作流程的医师、技师以及一线操作人员。并具备良好的语言表达能力，能够热心指导和关心学生，能够带领和指导学生完成教学任务。

表 2 专业兼职教师情况一览表

序号	姓名	年龄	性别	学历	学位	专业技术职务	职业资格	所在单位	拟任课程
1	黄志雄	52	男	本科	学士	主任中医师	执业医师	莆田市第一医院	中医临床医学概要
2	丁志鸿	51	男	本科	学士	主任中医师	执业医师	莆田市第一医院	健康评估与检测

3	方建熙	51	男	本科	学士	主任中医师	执业医师	莆田市涵江区中医院	中医针灸推拿养生学
4	江桂珠	52	女	本科	学士	主任中医师	执业医师	莆田市涵江区中医院	经络与腧穴、中医针灸推拿养生学
5	李懿	48	男	本科	学士	副主任医师	执业医师	晋江市医院	中医情志养生学、人文环境养生学、实用流行保健技术
6	林建忠	39	男	本科	学士	主治医师	执业医师	解放军联勤保障部队第九〇〇医院莆田医疗区	运动疗法
7	黄武龙	42	男	研究生	硕士	副主任中医师	执业医师	莆田市第一医院	中医传统气功养生学
8	毛欣欣	35	女	研究生	硕士	主治中医师	执业医师	莆田市第一医院	中医临床医学概要
9	林华永	32	女	本科	学士	主管护师	护士资格证	晋江市医院	中医情志养生学、人文环境养生学、实用流行保健技术
10	黄晗	32	男	研究生	硕士	助教	高校教师资格证书	湄洲湾职业技术学院基础教育学院	运动保健学
11	李海铭	40	男	本科	学士	讲师	高校教师资格证书、电子商务师二级	湄洲湾职业技术学院工商管理系	养生保健品经营与管理、养生保健实体店运营管理
12	徐英杰	46	男	研究生	硕士	副教授	高校教师资格证、心理咨询师(二级)	湄洲湾职业技术学院学生工作处	健康心理学
13	林欣欣	39	女	研究生	硕士	副教授	高校教师资格证、电子商务客户关系管理考评员	湄洲湾职业技术学院工商管理系	职场礼仪与职业精神



14	林开宇	33	男	本科	学士	助教	一级实习指导指导教师	莆田市高级技工学校	烹饪技术（食品营养与安全）
----	-----	----	---	----	----	----	------------	-----------	---------------

## （二）教学设施

### 1、校内实训条件

中医养生保健专业现拥有数字解剖实训室、3DBody 解剖学超级教室、机能实训室、健康评估室、心肺复苏实训室、多功能中医实训室、中医养生实训室、中医保健实训室、运动实训室等 8 个实训室，面积达 1000 余平方米，为人才培养提供良好的实训条件。

表 3 校内实训设备情况一览表

序号	实验实训基地（室）名称	实验实训室功能（承担课程与实训实习项目）	面积、主要实验（训）设备名称及台套数要求	工位数（个）	对应课程
1	数字解剖室	《医学基础概要》1 人体解剖学形态观察	总面积：120 m <sup>2</sup> *2 各种解剖标本 主设备台数：34	50*2 个	《医学基础概要》1 人体解剖学
2	3DBody 解剖学超级教室	《医学基础概要》1 人体解剖学形态观察	面积：160 m <sup>2</sup>	50 个	《医学基础概要》1 人体解剖学
3	机能实训室	《医学基础概要》2 人体生理学虚拟仿真实验、动物实验	面积：70 m <sup>2</sup> *2 三理机能试验设备 主设备台数 31 台，	30*2 个	《医学基础概要》2 人体生理学
4	健康评估室	健康评估、体格检查	面积：150+100 m <sup>2</sup> 健康评估设备 主设备台数 31	50*2 个	《健康检测与评估》
5	心肺复苏实训室	《西医临床医学概要》心肺复苏实训项目	面积：100+135 m <sup>2</sup> 全身心肺复苏训练模拟人（无线版）38 具等	50	《西医临床医学概要》
5	多功能中医实训室	《中医基础理论》、《中医诊断学》藏象思维能力实训、体质辨识及检测能力实训、四诊能力实训 《中医临床医学概要》中医临床辨证施治技能实训	面积：160 m <sup>2</sup> 脉象训练仪 19 台 智能纳米触控黑板（86 寸）1 台 多媒体讲台系统（含布线）1 台 舌面脉信息检测分析系统（中医四诊仪）1 套	50	《中医基础理论》、《中医诊断学》、《中医临床医学概要》
4	中医养生实训室	《中医情志养生学》、《人文环境养生学》、《经络与腧穴》、《中医针灸推拿养生学》、《中医美容技术》等课程中医养生技能项目实训	面积：160cm <sup>2</sup> 按摩床 20 张 红外线理疗灯 10 台 台式艾灸仪 10 台 拔罐器具 10 套 刮痧器具 10 套 艾灸耗材 100 件 针灸耗材 200 件 艾绒、艾条 100 件 按摩巾 20 条 穴位模型、耳穴模型、针灸模型各 10 件 耳穴用具 60 套 刮痧耗材 10 件	50	《中医情志养生学》、《人文环境养生学》、《经络与腧穴》、《中医针灸推拿养生学》、《中医美容技术》
5	中医保健实训室	《实用流行保健技术》、《中医饮食保健学》等药膳食疗、实用流行	面积：160cm <sup>2</sup> 离子导入仪 2 台	50	《实用流行保健技术》、《运

		保健技术等项目综合实训	中频综合激光治疗仪 20 台 督脉灸器具 5 套 雷火灸器具 5 套 雷火灸耗材 40 件		动保健学》、 《中医饮食保 健学》
6	运动实训室	运动康复项目实训	面积：160cm <sup>2</sup> 经皮神经电刺激仪 1 台 多关节主被动训练仪 1 台 减重步态康复平台 1 台 医用跑台 1 台 下肢功率车 1 台 四肢联动康复训练仪 1 台 平衡功能训练评估系统 1 台 电动站立床 2 台 牵引网架和床 2 台 组合套凳 4 件 电动站立床 2 台 踝关节矫正板 5 件 体操棒与抛接球 1 套 手支撑器 1 件 PT 床 5 台 PT 凳 1 台 平衡板 1 件 平行杠配矫正板 1 件 训练用阶梯 1 台 踝关节训练器 1 件	50	《运动保健 学》、《运动 疗法》

备注：工位指数指一次性容纳实验、实训项目学生人数。

## 2、校外实训基地

中医养生保健专业目前与福建中医药大学附属第三人民医院、福建中医药大学国医堂、莆田市涵江区中医院、莆田滨海医院、莆田市第一医院、涵江上医堂中医门诊部、晋江市医院、福建国药东南医院、莆田华侨医院等周边多家知名医疗机构建立校外实训基地，为学生培训、共同开发科研项目等形式促进校企间深度合作，在办学体制创新、管理制度完善、运行机制改革进行探索、积极寻求适合本专业的发展途径。

表 4 校外实训基地一览表

序号	校外实训基地名称	承担功能（实训实习项目）	工位指数（个）
1	福建中医药大学附属第三人民医院	毕业实习、生产认识实习	20
2	福建中医药大学国医堂	毕业实习、生产认识实习	30
3	莆田市涵江区中医院	中医养生保健项目综合实训、毕业实习、生产认识实习	30
4	莆田滨海医院	中医传统康复技术综合实训、运动疗法实训	20
5	莆田市第一医院	毕业实习、中医传统康复技术综合实训	30
6	涵江上医堂中医门诊部	中医养生保健项目综合实训	20
7	晋江市医院	毕业实习、生产认识实习	20

8	福建国药东南医院	毕业实习、生产认识实习	20
9	莆田华侨医院	毕业实习、生产认识实习	20

备注：工位数指一次性容纳实验、实训项目学生人数。

### （三）教学资源

#### 1.图书和数字资源配备

学校现有纸质图书 1 万册，电子图书 1 万册，纸质报刊 300 种，其中专业相关图书资料约 2000 册，还在持续不断添置中。以技术应用为重点，建设涵盖教学设计、教学实施、教学评价的数字化专业教学资源，为师生、企业提供优质专业教学资源和网络信息资源。核心课程有可供学生自主学习的网络平台，包含课程标准，实践教学大纲，实训指导书，教案，多媒体课件，教学视频，习题库，测试题或试题库，参考书目等教学资源。数字化教学资源方面除电子图书、在线课程之外，另购置有专业数字化资源以及仿真教学软件等，信息化程度在持续提升中。

表 5 教学课程学习资源一览表

序号	课程名称	空间学习资源地址	其它学习资源
1	医学基础概要 1、2（人体解剖学、人体生理学）	<a href="https://mooc1-1.chaoxing.com/course/215690388.html">https://mooc1-1.chaoxing.com/course/215690388.html</a>	<a href="https://www.icourse163.org/course/JSEEA-1001752277">https://www.icourse163.org/course/JSEEA-1001752277</a> （人体解剖与组织学） <a href="https://www.icourse163.org/course/ZJC-1207055806?from=searchPage">https://www.icourse163.org/course/ZJC-1207055806?from=searchPage</a> （人体生理学）
2	中医学基础概要 1、2（中医基础理论、中医诊断学）	<a href="https://mooc1-1.chaoxing.com/course/215690378.html">https://mooc1-1.chaoxing.com/course/215690378.html</a>	<a href="https://www.icourse163.org/course/HACTCM-1002126013?from=searchPage">https://www.icourse163.org/course/HACTCM-1002126013?from=searchPage</a> （中医基础理论） <a href="https://www.icourse163.org/course/FJZY-1206696807?from=searchPage#/info">https://www.icourse163.org/course/FJZY-1206696807?from=searchPage#/info</a> （中医诊断学）
1	中药方剂学	<a href="https://mooc1-1.chaoxing.com/mycourse/teachercourse?moocId=206827856&amp;clazzid=37658841&amp;edit=true&amp;v=0&amp;cpi=49388232&amp;pageHeader=0">https://mooc1-1.chaoxing.com/mycourse/teachercourse?moocId=206827856&amp;clazzid=37658841&amp;edit=true&amp;v=0&amp;cpi=49388232&amp;pageHeader=0</a>	<a href="https://www.icourse163.org/course/CDUTCM-1002533010?from=searchPage">https://www.icourse163.org/course/CDUTCM-1002533010?from=searchPage</a> （中药学）
2	西医临床医学概要	<a href="https://mooc1-1.chaoxing.com/mycourse/teachercourse?moocId=206828473&amp;clazzid=37659103&amp;edit=true&amp;v=0&amp;cpi=49388232&amp;pageHeader=0">https://mooc1-1.chaoxing.com/mycourse/teachercourse?moocId=206828473&amp;clazzid=37659103&amp;edit=true&amp;v=0&amp;cpi=49388232&amp;pageHeader=0</a>	<a href="https://www.icourse163.org/course/JSYCMC-1207553804">https://www.icourse163.org/course/JSYCMC-1207553804</a>

#### 2、主要课程推荐教材

表 6 课程推荐教材一览表

课程名称	教材名称	作者	出版单位	出版时间
------	------	----	------	------

中医学基础概要 1、2 (中医基础理论、中医诊断学)	中医学基础概要	范俊德、徐迎涛	人民卫生出版社	2018
医学基础概要 1、2 (人体解剖学、人体生理学)	人体解剖生理学	刘斌	人民卫生出版社	2018
中药方剂学	中药方剂学	马波	人民卫生出版社	2018
西医临床医学概要	临床医学概要	曾华	人民卫生出版社	2018
经络与腧穴	经络与腧穴	王德敬	人民卫生出版社	2018
中医临床医学概要	中医内科学	陈建章	人民卫生出版社	2018
中医情志养生学(中医养生学 1)、人文环境养生学(中医养生学 2)	中医养生学	马烈光、蒋力生	中国中医药出版社	2016
中医饮食保健学	中医饮食保健学	路新国	中国纺织出版社	2008
中医针灸推拿养生学	针灸推拿技术	宋少军、辛铭金	中国中医药出版社	2015
运动保健学	体育保健学	赵斌、张均、刘晓莉	高等教育出版社	2018
实用流行保健技术	中医养生康复技术	王德瑜、邓沂	人民卫生出版社	2019
健康检测与评估	健康评估	刘成玉	人民卫生出版社	2018
亚健康	亚健康学概论	肖子曾、宋炜熙	中国中医药出版社	2019
运动疗法	运动治疗技术(第 3 版)	章稼、王于领	人民卫生出版社	2020
中医美容技术	中医美容技术	孙晶 梁菁	复旦大学出版社	2019
职场礼仪与职业精神	现代实用礼仪	徐瞳	东北大学出版社	2020
养生保健品经营与管理	药品市场营销技术	刘黎红	化学工业出版社	2018
养生保健实体店运营管理	药店经营与管理(第 2 版)	梁春贤、俞双燕	中国医药科技出版社	2017
中医药文化	中医药文化化学	洪蕾、陈建萍	科学出版社	2016
健康统计技术	医学统计学(第 2 版)	李新林	人民卫生出版社	2021
中医传统气功养生学	中医气功学	刘天君、章文春	中国中医药出版社	2019

#### (四) 教学方法

1、充分利用信息技术手段和网络教学资源(国家精品在线开放课程、中国大学慕课平台、省级在线开放课程)开展教学。

2、建议采取启发式、参与式、讨论式和探究式的教学方法,并且以学生为主,分层次、分小组进行教学,做到针对不同教学对象和教学内容灵活施教。教师要对教学成果进行评价和展示,以达到提高教学效果的目的。

3、结合爱课程、智慧职教、职教云等平台,实施线上线下混合式教学法,包括以下环节:课前:教师按照标准准备课前学习资源并在平台发布;教师线上指导学生完成课前线上资源学习、讨论,在此基础上,学生完成课前线上作业,教师记录学生线上学习难点。

课中:根据学生课前学习中的疑难点,教师有针对性地进行讲解,通过“课中讨论”、“头脑风暴”、“提问”、“测试”、“小组 PK”等方式帮助学生进一步掌握教学内容。

课后：教师发布课后学习任务，并线上回答学生疑问，与学生进行实时讨论。

4、促进书证融通。实施“1+X”证书制度试点，将职业技能等级标准有关内容及要求有机融入专业课程教学。

5、课程思政建设中注重结合专业特点分类指导、分类推进。每位教师每门课程都深入研究课程特点，找准育人角度，把好切入点，实现思政教育“如盐化水”“日用而不觉”。围绕坚定学生理想信念来优化课程思政内容供给，从政治认同、家国情怀、文化素养、宪法法治意识、道德修养等进行整体把握，探索新方法、新范式，系统开展好课程思政建设，干出特色。

### **（五）学习评价**

1、坚持教前评价与教后评价相结合、过程评价与结果评价相结合、定性评价与定量评价相结合、主观评价与客观评价相结合的多元化评价原则。

2、实行理论考试、实训考核与日常操行表现评价相结合的评价方式，以利于学生综合职业能力的发展。

3、理论部分的考核可以采用课堂综合表现评价、作业评价、学习效果课堂展示、综合笔试等多元评价方法。笔试主要针对各部分的基本知识进行命题。

4、实践部分采用过程性评价和成果考核相结合的方式。实践考试要设计便于操作的考题和细化的评分标准。

5、要根据课程的特点，注重评价内容的整体性，既要关注学生对知识的理解、技能的掌握和能力的提高，又要关注学生养成规范操作、安全操作的良好习惯，以及爱护设备、节约能源、保护环境等意识与观念的形成。

### **（六）质量管理**

1、应建立专业建设和教学质量诊断与改进机制，健全专业教学质量监控管理制度，完善课堂教学、教学评价、实习实训、毕业设计等专业调研、人才培养方案更新、资源建设等方面质量标准建设，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达成人才培养规格。

2、应完善教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设水平和教学质量诊断与改进，建立健全巡课、听课、评教、评学等制度，建立与企业联动的实践教学环节督导制度，严明教学纪律，强化教学组织功能，定期开展公开课、示范课等教研活动。

3、应建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、在校生物学

业水平、毕业生就业情况等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

4、专业教研室应充分利用评价分析结果有效改进专业教学，持续提高人才培养质量。结合学院建设的教学质量诊改平台，从学生入口、培养过程、出口三方面着手，开展多维度监测，对教师的教学质量进行多维度评价，加强专业调研，更新人才培养方案，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达成人才培养规格。

#### **十、毕业要求**

本专业学生必须至少满足以下基本条件方能毕业：

- 1、修满 135.5 学分（其中：公共基础课程 40.5 学分，专业课程 95 学分）；
- 2、获得一本及以上与本专业相关的保健推拿师、健康管理师职业资格证书（含“1+X”证书）或“行业上岗证”一个，并获得 1 项院级及以上比赛奖状。