

中医养生保健专业扩招生人才培养方案

一、专业名称 中医养生保健(方向)

二、专业代码 620803

三、招生对象 具有高中阶段学历或同等学力(初中毕业满三年)的企事业单位在职职工(或有转岗需求的职工)、退役军人、下岗职工、农民工、村两委干部、新型职业农民。

四、学制与学历 实行弹性学制, 学制 3-6 年, 专科学历

五、学习形式 农学结合、半工半读, 包括网络自学、远程集中、集中面授、分散实训、集中实训和岗位实习等形式。

六、就业面向 面向社区健康服务中心、各级保健养生机构、医养结合养老中心等单位, 从事推拿保健、健康养生、药膳食疗服务与咨询等岗位, 以及其他与中医养生、保健、康复等工作相关的职业岗位。

七、培养目标与规格

(一) 培养目标

培养理想信念坚定, 德、智、体、美、劳全面发展, 具有一定的科学文化水平, 良好的人文素养、职业道德和创新意识, 精益求精的工匠精神, 较强的就(创)业能力和可持续发展能力; 掌握中医养生保健康复及实用养生保健基本技术, 能从事中医养生保健康复服务、养生保健教育咨询管理等工作的高素质技术技能人才。

(二) 基本规格

1、素质

(1) 坚定拥护中国共产党领导和我国社会主义制度, 在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下, 践行社会主义核心价值观, 具有深厚的爱国情感和中华民族自豪感;

(2) 崇尚宪法、遵法守纪、崇德向善、诚实守信、尊重生命、热爱劳动, 履行道德准则和行为规范, 具有社会责任感和社会参与意识;

(3) 具有质量意识、环保意识、安全意识、信息素养、工匠精神、创新思维;

(4) 勇于奋斗、乐观向上, 具有自我管理能力, 有较强的集体意识和团队合作精神;

(5) 具有健康的体魄、心理和健全的人格, 掌握基本运动知识和一两项运动技能,

养成良好的健身与卫生习惯，良好的行为习惯；

(6) 具有一定的审美和人文素养。

2、知识

(1) 掌握必备的政治理论、科学文化基础知识和中华优秀传统文化知识；

(2) 掌握计算机应用的基本知识；

(3) 掌握本专业所必须的中医学、中医临床医学、食疗营养学、中医养生保健康复等基础知识；

(4) 掌握规范的中医养生保健康复基本操作的技术技能知识；

(5) 掌握常用中医保健仪器的性能、原理、基本构造、操作技术及日常维护保养的基本知识；

(6) 熟悉国家卫生工作及中医养生保健康复相关的方针、政策和法规知识。

3、能力

(1) 具有探究学习、终身学习、分析问题和解决问题的能力；

(2) 具有良好的语言、文字表达能力和沟通能力；

(3) 具有一定的信息加工能力和信息技术应用能力；

(4) 具备编制简单的工作报告、技术文件等文字运用能力，健康报告书写能力；

(5) 具有中医临床疾病分析和诊断的能力，具有对服务对象做出健康评估的能力；

(6) 具有经络腧穴辨认、中医针灸、中医推拿、中医特色疗法等中医适宜技术操作能力；

(7) 具有常见疾病的中医预防治疗能力；

(8) 具有良好的团队合作和人际交往能力。

八、职业资格证书

该专业学生可考取相关专业技能等级证书。

九、课程体系与核心课程

(一) 课程体系（六学期共计安排 21 门课，平均每学期安排三至四门）

1、公共课（13 门）

形势与政策、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、习近平新时代中国特色社会主义思想、思想道德修养与法律基础、计算机应用基础、应用文写作、办公自动化应用、军事理论、历史、美育、信息检索与利用、社交礼仪、中华优秀传统文化。

2、专业基础课（5 门）

中医学基础、人体解剖与生理基础、中西医结合内科学、中药方剂学、中药鉴定与炮制技术。

3、专业课（6 门）

药膳食疗技术、中医美容美体技术、针灸推拿基础、老年护理技术、中医适宜技术、常见疾病保健治疗技术。

4、拓展课（4 门）

职业发展与创新创业、药事管理与法规、中药制剂技术、健康咨询与管理。

（二）专业核心课程主要内容

课程名称	课程主要内容	课程目标	学分
药膳食疗技术	主要内容为中医药膳基础理论、药膳制作基本技能、常用药膳原料，及循环系统、呼吸系统、消化系统、泌尿系统、血液系统、外科、妇科、儿科疾病药膳等。每个疾病按照概述、饮食宜忌、辨证施膳依次学习。	以疾病为纲，重点突出各系统疾病的辨证施膳。在配方解析方面除了传统的中医药理论，特别融入了现代药理学及营养学知识，更加适合现代中医、康复、针灸推拿、护理、营养等专业使用。	4
中医美容美体技术	主要内容为中医美容的基本理论、基本技术、保养技术和中医美容治疗技术、护理技术及抗衰老技术。	以岗位需求为导向，掌握医疗美容美体技术专业领域中被广泛应用的基础知识和基本技能，面向美容美体工作的全过程和各岗位，对学生进行实际操作能力的培养，为学生搭建美容美体工作体系的整体框架。	5
针灸推拿养生技术	主要内容为基础理论篇，内容包括推拿技术基础知识、推拿技术的作用原理与治则治法、推拿技术功法、成人推拿技术手法、推拿技术穴区等有关知识。临床治疗篇，包括脊柱骨盆疾病，骨伤科、内科、妇科、五官科、儿科常见疾病和康复疾病的推拿治疗。保健推拿篇，结合职业岗位需要，选择性地学习全身保健推拿、踩背保健、足部反射区推拿保健、自我推拿保健等内容。	以岗位需求为导向，以培养技能型、应用型专业技术人才为目标，注重实用操作技术的介绍，强化操作技能的训练，吸收本学科新成果、新技术，为推拿医疗、保健按摩、美容等职业岗位奠定坚实的基础。	5
老年护理技术	主要内容包括老年人健康评估、老年常见心理问题护理、老年日常生活护理、老年人合理用药护理、老年常见疾病护理、临终关怀等。	该课程是以老年人和老年社会为研究对象，以现代护理理论为基础，以护理程序为基本工作模式，主要培养以老年人为中心的护理工作的理念、护理技能等，使学生能对老年的健康问题、疾病问题提供服务。	5
中医适宜技术	包括推拿按摩、艾灸、刮痧、拔罐等中医适宜技术的理论与实际操作能力教学。按照循序渐进，勤学苦练，注重实践的要求，分年度逐次安排教学内容，并在实习期，结合学生意愿等要求，进行重点强化与完善。	以中医康复保健岗位特色化理疗技术为主要教学内容，培养学生推拿按摩、艾灸、刮痧、拔罐等中医适宜技术的理论基础与实践能力。	5

（三）教学进度安排

1、教学计划进度表

课程类别	序号	课程名称	学时	理论教学				实践教学			一	二	三	四	五	六	学分	备注
				小计	远程集中	集中面授	自主学习	小计	分散实训	集中实训								
公共课	1	形势与政策	48	38	34	4		10	10		√		√	√	√	√	3	
	2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	60	52	44	8		8	8			√					4	
	3	习近平新时代中国特色社会主义思想	32	32		4	28						√				2	网络
	4	思想道德修养与法律基础	48	44	36	8		4	4		√						3	
	5	计算机应用基础	60	30	14	16		30	30		√						4	
	6	应用文写作	60	40	32	8		20	20					√			4	
	7	办公自动化	60	30	14	16		30	30						√		4	
	8	军事理论	36	36			36					√					2	网络
	9	历史	60	60			60					√	√				4	网络
	10	美育	60	60			60							√	√		4	网络
	11	信息检索与利用	36	36			36									√	2	网络
	12	社交礼仪	36	36			36									√	2	网络
	13	中华优秀传统文化	32	32			32									√	2	网络
		小计	628	526	174	64	288	102	102								40	
专业基础	14	中医学基础	90	60	52	8		30	30	0	√						5	
	15	人体解剖与生理基础	90	44	12	32		46	30	16		√					5	

课	16	中西医结合内科学	90	52	20	32		38	30	8			√			5	
	17	中药方剂学	60	24	8	16		36	20	16				√		4	
	18	中药鉴定与炮制技术	60	26	2	24		34	18	16					√	4	
	小计		390	206	94	112		184	128	56						23	
专业 课	19	药膳食疗技术	60	28	4	24		32	16	16					√	4	
	20	中医美容美体技术	90	36	4	32		54	30	24				√		5	
	21	针灸推拿基础	90	36	10	26		54	30	24			√			5	
	22	老年护理技术	90	52	44	8		38	30	8						√	5
	23	中医适宜技术	90	44	28	16		46	30	16		√					5
	24	常见疾病保健治疗技术	90	52	44	8		38	30	8						√	5
	小计		510	248	134	114		262	166	96							29
选修 课	25	职业发展与创新创业	60	40	32	8		20	20	0						√	4
	26	药事管理与法规	60	40	16	24		20	20	0				√			4
	27	中药制剂技术	90	52	36	16		38	30	8							5
	28	健康咨询与管理	60	40	16	24		20	20	0			√				4
	小计		270	172	100	72		98	90	8							17
合计			1798	1152	502	362	288	646	486	160							109
岗位实习			720								120	120	120	120	120	120	24
总计			2518	1152	502	362	288	646	486	160	120	120	120	120	120	120	133

2、集中面授实训安排表

课程或实训项目名称	开设学期和天数												备注
	一		二		三		四		五		六		
	集中 面授	集中 实践	集中 面授	集中 实践	集中 面授	集中 实践	集中 面授	集中 实践	集中 面授	集中 实践	集中 面授	集中 实践	
形势与政策					0.5								
毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论			1										
思想道德修养与法律基础	1												
计算机应用基础	2												
应用文写作							1						
办公自动化									2				
中医学基础	1												
人体解剖与生理基础			4	2									
中西医结合内科学					4	1							
中药方剂学							2	2					
中药鉴定与炮制技术									3	2			
药膳食疗技术									3	2			
中医美容美体技术							4	3					
针灸推拿基础					3.5	3							
老年护理技术											1	1	
中医适宜技术			2	2									
职业发展与创新创业											1		

药事管理与法规							3						
中药制剂技术					2	1							
健康咨询与管理									3				
常见疾病保健治疗技术											1	1	
合计	4	0	7	4	10	5	10	5	11	4	3	2	

(四) 结构比例

1、课程学分结构比例

学习领域	公共课	专业基础课	专业核心课	拓展课	合计
学时数	628	390	510	270	1798
%	34.9	21.7	28.4	15	100

2、理论与实践的比例

学时分配	理论教学课时	实践教学课时				合计
		小计	课程分散实训	课程集中实训	岗位实习	
学时数	1152	1366	486	160	720	2518
%	45.75	54.25	—	—	—	100

3、岗位实习安排表

学期	项目名称	内容	评价方式	备注
一	专业及产业链认知性实践	了解行业的前景，了解社会对行业的需求，了解专业、了解中医药文化的社会属性； 了解所学专业在社会中的地位、作用和发展趋势； 了解政府对行业支持力度 巩固专业基础知识；培养中医思维	调查报告与文献	
二		了解中医药传统文化和中医药现代文化的发展，掌握中医专业基础知识，培养中医思维模式 了解掌握人体解剖生理学的基础理论、知识和基本技能；掌握人体各器官系统的基本形态结构和位置及人体功能活动的一般规律。 了解中药，掌握常见中药与中药方剂 巩固专业基础知识	调查文献与实训总结	
三	专业单项技能的临床实践	掌握常见疾病的诊断与康复理疗技术；掌握常见疾病保健治疗技术；掌握健康与管理咨询方法；掌握常规中医护理技术；掌握中医药膳食疗技术了解中医美容美体技术	实训总结	
四	专业单项技能的临床操作实践	熟练掌握针灸、推拿、按摩、刮痧、艾灸诊疗技术；强化操作技能的训练；熟练掌握经络腧穴归经；掌握取穴方法和操作方法	见习、实训总结	
五	临床实习	结合临床、讨论、实践教学，以增强学生对中医基础理论知识的认知能力，培养学生的动手能力及发现问题和解决问题的能力；掌握康复理疗技术里的运动疗法、作业疗法、物理因子疗法、心理疗法、言语疗法、文体疗法等康复理疗方法的学习；结合临床见习，掌握内科常见病、多发病的病因病机、辨证论治、处方用药、组方原理与配伍法则； 培养学生的人际交往能力，医患关系的处理，锻炼发现问题、思考问题和解决问题的能力，加强和提高学生职业道德、执行能力等综合职业能力	实习报告	
六	临床实习综	掌握中医康复保健岗位特色化理疗技术为主要教	实习报告	

	合实践	学内容，培养学生推拿按摩、艾灸、刮痧、拔罐等中医适宜技术的实际操作能力；掌握常见脊柱骨盆疾病，骨伤科、内科、妇科、五官科、儿科常见疾病和康复疾病的推拿治疗；推拿技术功法、成人推拿技术手法、推拿技术穴区等；选择性地掌握学习全身保健推拿、踩背保健、足部反射区推拿保健、自我推拿保健等内容。 掌握中医药膳基础理论的药膳制作基本技能、常用药膳原料，及循环系统、呼吸系统、消化系统、泌尿系统、血液系统、外科、妇科、儿科疾病药膳等。 培养学生推拿技术的作用原理与治则治法、推拿技术功法、成人推拿技术手法、推拿技术穴区等来强化操作技能的训练，实际操作的方式来解决问题的能力，加强和提高学生职业道德、执行能力等综合职业能力，为职业岗位奠定坚实的基础。		
--	-----	--	--	--

4、学制与学分要求

基准学制为3年，实行学分制教学管理模式，修业年限为3-6年。学生至少应修满133学分。

5、毕业条件

学员至少修满 133 学分，即可正常毕业。其中获得全国计算机等级证书的，可免修计算机应用基础课程；获得一种专业职业资格证书的，可免修一门专业核心课。

学生入学后，进行文化素质和专业技能测试，结合学生已有工作经历，换算为入学基础学分，替代部分课程。

基础学分计算办法如下：

按百分制折算，分数在 85 分以上，基础学分为 8 学分，可替换专业基础课和专业核心课程各一门；

按百分制折算，分数在 70-84 分，基础学分为 4 学分，可替换专业基础课或专业核心课程一门。

十、专业办学基本条件和教学建议

（一）专业教学团队

工学结合人才培养模式的实施，必须拥有一支具有先进职教理念、扎实专业功底、熟悉实践操作技能、缜密逻辑思维能力、丰富表达方式的师资队伍。为保

证本专业人才培养目标的实现，拟组建一支由校内外专任教师、医疗行业、企业的兼职教师组成的双师结构的专业教学团队，生师比应达到教育部规定的基本标准 18:1，并在此基础上有所提升。教师任职条件如下：

1、专任教师任职条件

- (1) 具有高校教师资格证和中级以上专业技术职称；
- (2) 具有职业资格证书或在相关行业、企业工作 3 年以上；
- (3) 熟悉中医养生保健基本工作，精通理疗、医疗管理专业的基本理论与知识；
- (4) 具有比较丰富的社会实践经验，熟悉中医养生保健行业的相关活动与管理流程；
- (5) 具有较强的教研、科研能力。

2、兼职教师任职条件

- (1) 具有 5 年以上在中医养生保健行业、企业及相关职业岗位工作的经历，有丰富的实际工作经验；
- (2) 具有中级以上专业技术职称；
- (3) 具有较强的教学组织能力和语言表达能力；
- (4) 具有较强的责任心和事业心。

中医养生保健专业课程教学团队成员一览表

序号	课程类别	课 程 名 称	课程负责人	校内教师	校外教师	备注
1	公共课	形势与政策	罗晶	张胜闻、卫军利	许继平、祁建忠、史继荣、温永明、孙小龙、王东成	
2		毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	马凯丽	张胜闻、唐爱华、卫军利、罗晶、柳娟娟、祁彦恬、郭昱皓	马小亮、马世奎、蒋俊明、邵剑、徐涛、马正海、许继平、曹泽	
3		思想道德修养与法律基础	冯秀菊	柳娟娟、郭昱皓	李承军、陈锦霞、达朝花、马小亮、刘小宏、李明伟、牛选军、杨娇娜、魏存珍	
4		计算机应用基础	张研	靳恒清、马红玲、何万凤、王一平、汪利鸿、李芳、赵鹏、李生民、杨多海、张霖、巩国兴	张虎、雒满恒、王平、柴小刚、席小勇、李珍兰、杨丽、	
5		应用文写作	郭晓雯	任向红、常红、田喆、余文娟	刘明民、郭海海、乔继泽、马华、董昌阳、赵东风、唐占艳、李杨	
6		办公自动化	张 研	靳恒清、马红玲	雒满恒、柴小刚、王平、	

				何万风、王一平 汪利鸿、李 芳 赵 鹏、李生民 杨多海、张 霖 巩国兴	席小勇、杨选武、王玉芳、 吕福海	
7	专业基础课	中医学基础	严慧民	阿布杜		
8		人体解剖与生理基础	舒孝喜			
9		中西医结合内科学	阿布杜		王生俊 王虎 张德荣 陈刚	
10		中药方剂学	刘 霞		张德荣 王金霞	
11		中药鉴定与炮制技术	沈文彤	岳金丽		
12	专业核心课	药膳食疗技术	蔡伟	马冰	汪玲	
13		中医美容美体技术	沈文彤			
14		针灸推拿基础	刘霞	刘霞	杨江霞 商素琴 李吉泰 彭巧明	
15		老年护理技术	严慧民		魏江雁 刘光辉	
16		中医适宜技术			李俊宜 展文国	
17		常见疾病保健治疗技术			李俊宜 展文国	
18	拓展课	职业发展与创新创业	郑红	李明达 路世武 周文丽 马万锋	马陇琴 魏进禄 常万广 马国栋 马娟 张海琴 刘益明 李克军 张海琴 王东成	
19		药事管理与法规	马冰	惠和平		
20		中药制剂技术	蔡伟	蔡伟		
21		健康咨询与管理	严慧民	严慧民	瞿存业 马陇琴	

（二）教学设施

1. 中医养生保健实训室、药品研发与质量控制实训室、GMP 模拟制剂实训室、植物及植物生理实训室等实训室，能够满足专业基础课、专业课和素质拓展课的室内实训和室内技能训练要求。

2. 中医养生保健专业省三院实训基地、中医养生保健专业继兴岐黄实训基地、中医养生保健专业颐圣养老实训基地等校外实训基地能够实施中医养生保健专业相关能力的生产实训和技能训练要求。

3. 具备网络教学条件的信息技术设施。

中医养生保健专业实训条件一览表

序号	实训室名称	面积 m ²	主要承担课程	主要设备
1	中医养生保健专业实训	80	中医美容美体技术、针	红外理疗仪、熏蒸治疗已

	室		灸推拿基础及中医适宜技术等专业综合实训	等
2	药品研发与质量通知实训室	90	中药制剂技术等	旋转蒸发仪、显微镜等
3	GMP 模拟制剂实训室	90	药膳食疗技术	药物粉碎机、胶囊填充机等
4	李怀德大师工作室	100	中药鉴定与炮制技术	切片机、封口机、旋风干燥剂等
5	植物与植物生理实训室	100	药用植物与中草药资源	显微镜、烘箱、中药材标本等
6	省三院实训基地	1000	专业综合实训与实习	专业化单位，具备完备的专业实训设施
7	继兴岐黄实训基地	500	专业综合实训与实习	专业化单位，具备完备的专业实训设施
8	颐圣养老实训基地	1000	专业综合实训与实习，重点为健康咨询管理、老年护理技术等领域	专业化单位，具备完备的专业实训设施

（三）教学资源

1. 国家规划教材与校本教材并行，能够反映教学与实践相结合、管理和服务一条线的最新要求。学校图书馆提供相应的图书借阅和资料查询。

2. 主要课程能够提供支持学生网络自主学习的数字化学习资源，包括人才培养方案和课程标准、教学方案、教学资料 and 多媒体资源、习题训练、模拟考核等内容。要求目标明确，内容理论实践兼顾，师生互动，更新及时。

中医养生保健专业信息化教学资源

序号	信息化资源名称	资源网址
1	“云班课”教学平台	https://www.mosoteach.cn/web/index.php?c=passport&m=index
2	中国大学 MOOC	https://www.icourse163.org/
3	“智慧职教”网络教学平台	https://www.icve.com.cn/
4	中国农村远程教育网	http://www.ngx.net.cn/
5	“爱课程”教育网	http://www.icourses.cn/home/

（四）教学方法、手段与教学组织形式建议

适应扩招学生的特点，试行“农学结合、半农半读、工学交替”的人才培养模式。“农闲季节”开展学生专业理论知识培养，“农忙季节”开展专业实践教学。教学过程与农业生产过程结合。根据农业生产实际，开展针对性教学，一边从事生产，一边开展学习。根据学员工作时间，开展错峰教学（农忙与农闲、节假日）。具体教学组织形式包括：

1. 集中讲授：集中讲授分为集中面授和远程集中授课。其中集中面授按就近原则，在全省各地分设多个教学点进行现场教学。远程集中授课是指通过远程直播平台，按照人才培养方案教学进度，安排固定时间，通过网络进行集中授课。授课结束后，组织考试。

2. 自主学习：主要通过智慧职教、学习通等网络教学平台，学生按教学进度自行注册，并安排自主学习。学习内容包括视频、教学课件、作业、实训、测验等，课程结束后，教学平台自动自成学习成绩。

3. 实习实训：实操分为分散实训、集中实训和岗位实习三种。分散实习随课程进行安排，由任课教师通过网络课程平台发布实训作业，学员完成后通过网络平台提交实训成果，任课教师评定成绩；集中实训则由各教学点集中安排，实训结束后，单独评定成绩。岗位实习是结合某学期开设课程和岗位实际，学员完成规定实习内容，并通过网络教学平台提交实训成果，由课程负责人单独评定成绩。

（五）教学评价、考核建议

采用“过程性评价+终结性考试”的考核方式，理论知识主要通过远程集中与集中面授方式进行，面授时间每学期安排4周，两周理论知识讲解，两周实践应用，主要进行集中答疑、技能训练与考核以及毕业设计、终结性考试等。终结性考试方式除笔试外，还可以采取口试、答辩和现场测试、操作等多种考试形式。

（六）教学管理

建立规范的教学管理制度，规范生产性实习期间的教学管理。学生必须按要求修够规定的学分才能毕业。

设立教学管理组织，实施校、系二级管理。教学督导室、教务处和各专业共同完成。教学督导室负责教学过程的全方位监督，以评估教师的教学质量为主，相关人员渗入教学各个环节，从教学过程到安全教学，发现问题及时反馈相关部门和人员调整或解决。教务处组织各系负责教学的日常运转和管理，并根据教学督导室发现的问题和意见，及时进行调整和改进。系部负责教学任务的具体落实、教学过程的具体运作和教学评价的具体执行，并评价学生的学习质量为主，教师是学生学习质量考核的主体，系部做好考核方案的制定和考核结果的认定。

十一、继续专业学习深造建议

毕业后学生可通过专升本考试进入本科阶段学习，或进行本科函授和成人教育等考试进入相关专业继续学习和深造。