



中医养生保健专业人才培养方案

(专业代码: 720409)

专业负责人: 杨双双

编制部门: 教务处

审核部门: 学校专业建设指导委员会

编制时间: 2025年8月

目录

1、专业名称及代码	2
2、入学基本要求	2
3、基本修业年限	2
4、职业面向	2
5、培养目标	2
6、培养规格	3
7、课程设置及学时安排	4
7.1 课程设置	4
7.1.1 公共基础课程	4
7.1.2 专业课程	6
7.1.3 实践性教学环节	11
7.1.4 相关要求	13
7.2 学时安排	13
8、师资队伍	16
8.1 队伍结构	16
8.2 专业带头人	16
8.3 专任教师	16
8.4 兼职教师	16
9、教学条件	17
9.1 教学设施	17
9.1.1 专业教室基本要求	17
9.1.2 校内外实验、实训场所基本要求	17
9.1.3 实习场所基本要求	18
9.2 教学资源	19
9.2.1 教材选用基本要求	19
9.2.2 图书文献配备基本要求	19
9.2.3 数字教学资源配置基本要求	19
10、质量保障和毕业要求	20
10.1 质量保障	20
10.2 毕业要求	20

中医养生保健专业人才培养方案

1、专业名称及代码

中医养生保健（720409）

2、入学基本要求

初级中学毕业或具备同等学力

3、基本修业年限

三年

4、职业面向

所属专业大类（代码）	医药卫生大类（72）
所属专业类（代码）	中医药类（7204）
对应行业（代码）	居民服务业（80）；卫生（84）；社会工作（85）
主要职业类别（代码）	保健按摩师（4-10-04-02）、保健调理师（4-10-04-01）、芳香保健师（4-10-04-03）、健康管理师（4-14-02-02）
主要岗位（群）或技术领域	健康咨询、中医保健、中医养生……
职业类证书	中医按摩推拿师职业资格康复医学治疗技术（士）资格证书证书、公共营养师……

5、培养目标

本专业培养能够践行社会主义核心价值观，传承岐黄中药文化，德智体美劳全面发展，具有良好的人文素养、科学素养、数字素养、职业道德，爱岗敬业的职业精神和精益求精的工匠精神，扎实的文化基础知识、较强的就业创业能力和学习能力，掌握本专业知识和技术技能，具备职业综合素质和行动能力，面向郑州市新密市居民服务、卫生、社会工作行业的保健按摩师、保健调理师、芳香保健师、健康管理师等职业，能够从事郑州市新密市健康咨询、中医保健、中医养生等工作的技能人才。

6、培养规格

本专业学生应全面提升知识、能力、素质，筑牢科学文化知识和专业类通用技术技能基础，掌握并实际运用岗位（群）需要的专业技术技能，实现德智体美劳全面发展，总体上须达到以下要求：

（1）坚定拥护中国共产党领导和中国特色社会主义制度，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，践行社会主义核心价值观，具有坚定的理想信念、深厚的爱国情感和中华民族自豪感；

（2）掌握与本专业对应职业活动相关的国家法律、行业规定，掌握绿色生产、环境保护、安全防护、质量管理等相关知识与技能，了解相关行业文化，具有爱岗敬业的职业精神，遵守职业道德准则和行为规范，具备社会责任感和担当精神；

（3）掌握支撑本专业学习和可持续发展必备的语文、历史、数学、外语（英语等）、信息技术等文化基础知识，具有良好的人文素养与科学素养，具备职业生涯规划能力；

（4）具有良好的语言表达能力、文字表达能力、沟通合作能力，具有较强的集体意识和团队合作意识，学习1门外语并结合本专业加以运用；

（5）掌握阴阳、五行、藏象、气血津液、整体观念等中医基础知识，具备中医辨证分析的能力；

（6）掌握人体各组织、器官、系统的基本结构及其正常的生理功能等知识，具备判断人体健康状态的能力；

（7）掌握亚健康、中医养生等专业理论知识，具备评估人体亚健康状态、临床常见不适症状并能根据健康状态制订健康计划进行健康指导的能力；

(8) 掌握经络、腧穴、保健按摩、灸法、罐法、足反射疗法等知识，具备运用按摩、艾灸、拔罐、刮痧、足疗等中医药适宜技术对亚健康状态及常见慢性病进行中医保健调理的能力；

(9) 掌握中药、方剂、药膳食疗、传统养生运动等知识，具备运用中医膳食、传统功法等养生技术对亚健康状态及临床常见不适症状进行中医养生调护的能力；

(10) 掌握信息技术基础知识，具有适应本领域数字化和智能化发展需求的基本数字技能；

(11) 具有终身学习和可持续发展的能力，具有一定的分析问题和解决问题的能力；

(12) 掌握身体运动的基本知识和至少1项体育运动技能，养成良好的运动习惯、卫生习惯和行为习惯；具备一定的心理调适能力；

(13) 掌握必备的美育知识，具有一定的文化修养、审美能力，形成至少1项艺术特长或爱好；

(14) 树立正确的劳动观，尊重劳动，热爱劳动，具备与本专业职业发展相适应的劳动素养，弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，弘扬劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的时代风尚。

7、课程设置及学时安排

7.1 课程设置

主要包括公共基础课程和专业课程。

7.1.1 公共基础课程

应将思想政治、语文、历史、数学、物理、化学、外语（英语等）、信息技术、体育与健康、艺术、劳动教育等列为公共基础必

修课程。将艺术、中华优秀传统文化、国家安全教育、职业发展与就业指导等列为限定选修课程。学校根据实际情况，开设素质教育课程。

公共基础课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	主要教学内容和要求
1	语文	依据2020年《中等职业学校语文课程标准》开设，在义务教育的基础上，进一步培养学生掌握基础知识和基本技能，强化关键能力，使学生具有较强的语言文字运用能力、思维能力和审美能力，传承和弘扬中华优秀传统文化，接受人类进步文化，汲取人类文明优秀成果，形成良好的思想道德品质、科学素养和人文素养，为学生学好专业知识与技能，提高就业创业能力和终身发展能力，成为全面发展的高素质劳动者和技术技能人才奠定基础。
2	数学	依据2020年《中等职业学校数学课程标准》开设，在九年义务教育基础上，使学生进一步学习并掌握职业岗位和生活中所必要的数学基础知识，培养学生的计算技能、计算工具使用技能和数据处理技能，培养学生的观察能力、空间想象能力、分析与解决问题能力和数学思维能力。为学习专业知识、掌握职业技能、继续学习和终身发展奠定基础。
3	英语	依据2020年《中等职业学校英语课程标准》开设，在九年义务教育基础上，帮助学生进一步学习英语基础知识，培养听、说、读、写等语言技能，初步形成职场英语的应用能力；激发和培养学生学习英语的兴趣，提高学生学习的自信心，帮助学生掌握学习策略，养成良好的学习习惯，提高自主学习能力。为学生的职业生涯、继续学习和终身发展奠定基础。
4	体育与健康	依据2020年《中等职业学校体育与健康课程标准》开设，树立“健康第一”的指导思想，传授体育与健康的基本文化知识、体育技能和方法，通过科学指导和安排体育锻炼过程，培养学生的健康人格、增强体能素质、提高综合职业能力，养成终身从事体育锻炼的意识、能力与习惯，提高生活质量，为全面促进学生身体健康、心理健康和社会适应能力服务。
5	心理健康与职业生涯	依据2020年《中等职业学校心理健康与职业生涯课程标准》开设，基于社会发展对中职学生心理素质、职业生涯发展提出的新要求以及心理和谐、职业成才的培养目标，阐释心理健康知识，引导学生树立心理健康意识，掌握心理调适和职业生涯规划的方法，帮助学生正确处理生活、学习、成长和求职就业中遇到的问题，培育自立自强、敬业乐群的心理品质和自尊自信、理性平和、积极向上的良好心态，根据社会发展需要和学生心理特点进行职业生涯指导，为职业生涯发展奠定基础。
6	职业道	依据2020年《中等职业学校职业道德与法治课程标准》开设，着眼于提高

	德与法治	中职学生的职业道德素质和法治素养，对学生进行职业道德和法治教育。帮助学生理解全面依法治国的总目标和基本要求，了解职业道德和法律规范，增强职业道德和法治意识，养成爱岗敬业、依法办事的思维方式和行为习惯。
7	中国特色社会主义	依据2020年《中等职业学校中国特色社会主义课程标准》开设，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，阐释中国特色社会主义的开创与发展，明确中国特色社会主义进入新时代的历史方位，阐明中国特色社会主义建设“五位一体”总体布局的基本内容，引导学生树立对马克思主义的信仰、对中国特色社会主义的信念、对中华民族伟大复兴中国梦的信心，坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，把爱国情、强国志、报国行自觉融入坚持和发展中国特色社会主义事业、建设社会主义现代化强国、实现中华民族伟大复兴的奋斗之中。
8	哲学与人生	依据2020年《中等职业学校哲学与人生课程标准》开设，旨在对学生进行马克思主义哲学基本观点和方法及如何做人的教育，使学生了解马克思主义哲学中与人生发展关系密切的基础知识，提高学生用马克思主义哲学的基本观点、方法分析和解决人生发展重要问题的能力，引导学生进行正确的价值判断和行为选择，形成积极向上的人生态度，为人生的健康发展奠定思想基础。
9	信息技术	依据2020年《中等职业学校信息技术课程标准》开设，本课程主要包括计算机的基础知识，计算机操作系统的基本功能，掌握Windows的使用方法和Windows环境下文字录入，文本编辑、排版等操作，表格构造、数据计算，幻灯片的制作，熟练掌握一种汉字输入方法；了解计算机网络及因特网（Internet）的初步知识。
10	历史	依据2020年《中等职业学校历史课程标准》开设，在义务教育历史课程的基础上，以唯物史观为指导，促进中等职业学校学生进一步了解人类社会形态从低级到高级发展的基本脉络、基本规律和优秀文化成果；从历史的角度了解和思考人与人、人与社会、人与自然的关系，增强历史使命感和社会责任感；进一步弘扬以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，培育和践行社会主义核心价值观；树立正确的历史观、民族观、国家观和文化观；塑造健全的人格，养成职业精神，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

7.1.2 专业课程

结合新密市当地实际情况，本专业课程包括专业基础课程、专业核心课程和专业拓展课程。专业基础课程是需要前置学习的基础

性理论知识和技能构成的课程，是为专业核心课程提供理论和技能支撑的基础课程；专业核心课程是根据岗位工作内容、典型工作任务设置的课程，是培养核心职业能力的主干课程；专业拓展课程是根据学生发展需求横向拓展和纵向深化的课程，是提升综合职业能力的延展课程。

(1) 专业基础课程

主要包括：中医学基础、解剖生理学基础、中医养生基础、亚健康学基础等领域的课程。

专业基础课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	主要教学内容和要求
1	中医学基础	构建中医理论体系，为养生保健实践打基础。一、掌握中医核心理论（阴阳五行、脏腑经络、气血津液）、辨证方法（八纲辨证、脏腑辨证），及中医诊法（望闻问切）、养生相关中药（如补气、滋阴类药材）基础常识。二、具备运用理论分析体质类型（如阳虚、痰湿）、判断常见不适（如疲劳、失眠）中医病机，区分正常体质与偏颇体质的能力。三、能结合理论解释养生原理（如经络按摩调气血），为后续养生课程提供理论支撑，初步识别需专业医师干预的健康问题，避免不当养生操作。
2	解剖生理学基础	掌握人体结构与功能关联，为中医养生提供生理支撑。一、掌握人体运动、循环、呼吸、消化、神经等系统的解剖结构（如经络相关脏腑位置、肌肉附着点），及各系统生理功能（如气血运行与循环系统关系），结合中医理论理解脏腑功能对应关系。二、具备分析结构功能变化（如肌肉衰退、脏腑机能下降）与中医体质（如气虚、阳虚）的关联，判断生理指标（如心率、消化功能）是否适配养生需求的能力。三、能运用知识解释中医养生原理（如穴位按摩对神经反射的影响），为养生方法（如经络调理、运动养生）提供科学依据，识别需调整养生方案的生理异常情况。
3	中医养生基础	筑牢中医养生理论，掌握基础养生技法。一、掌握中医养生核心原则（顺应自然、辨证施养、阴阳平衡），及饮食养生（食性与体质适配）、起居养生（作息与脏腑节律）、经络养生（基础穴位与按摩）、运动养生（八段锦 / 太极拳入门）的理论与操作要点。二、具备判断常见体质（平和、阳虚、痰湿等），分析不同体质适配养生方

		案，识别不当养生风险的能力。三、能结合体质为人群推荐基础养生方法，规范操作简单养生技法（如穴位按摩、食疗搭配），为后续专业课程打基础，明确需转诊中医师的复杂健康问题。
4	亚健康学基础	衔接中医理论，掌握亚健康识别与干预方法。一、掌握亚健康定义、常见表现（疲劳、失眠、情绪失调等）、诱因（作息失衡、情志不畅等），及中医视角下亚健康与体质（气虚、肝郁等）的关联，还有基础评估方法（症状量表、中医望诊初判）。二、具备结合中医理论分析亚健康成因，判断亚健康类型（如气虚型疲劳、肝郁型情绪问题），区分亚健康与疾病信号的能力。三、能针对不同亚健康状态，结合体质推荐中医养生干预方案（如气虚者食疗补气、肝郁者情志调节），指导简单调理技法，明确需转诊就医的亚健康加重情况，为专业养生服务打基础。

(2) 专业核心课程

主要包括：保健按摩技术、推拿技术、经络与腧穴、灸法罐法技术、中医养生康复技术、中药与方剂、传统养生功法、健康管理咨询等领域的课程。

专业核心课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	典型工作任务描述	主要教学内容与要求
1	保健按摩技术	运用保健按摩手法，对全身各部位及临床常见不适症状进行保健按摩操作	① 掌握保健按摩操作要求、基本手法、常用经络分布规律、常用腧穴、常见适应证操作及全身保健按摩操作流程等知识。 ② 具备识别临床常见不适症状及亚健康状态的能力，能够进行全身各部位保健按摩操作。
2	推拿技术	运用推拿基本手法、推拿介质等，对成人及小儿临床常见问题进行推拿操作	① 掌握推拿的适应证、禁忌证、注意事项、异常情况的处理、推拿基本手法及常见问题的处理等基础知识。 ② 具备识别推拿临床常见问题的能力，能够运用推拿手法进行成人及小儿推拿操作。
3	经络与腧穴	运用经络、腧穴的基本知识，在人体上准确定位经络循行及腧穴位置，选取相应的经络、腧穴完成中医保健、中医养生操作	① 掌握十二经脉、奇经八脉的循行和病候以及常用腧穴的类别、定位、主治、配伍和针灸方法等基本知识。 ② 具备识别经络及常用腧穴定位的能力，能够根据临床需要选取相应经络、腧穴进行操作。
4	灸法罐法技术	运用艾炷、艾条、药饼等灸具，进行灸术调理；运用牛角、玉石、砭石等刮具，进行刮痧调理；运用玻璃制、竹制罐，抽气罐等罐具，进行拔罐调理；运用板形、块形、球	① 掌握艾灸、拔罐、刮痧操作器具及分类、操作治疗作用与适应证、基本操作流程等知识。 ② 具备运用各类灸具、刮具、罐具的能力，能够进行艾灸、刮痧、拔罐等操作。

		形等砭具，进行砭术调理	
5	中医养生康复技术	运用功法养生、中医膳食养生、中医情志养生、中医特色养生等养生技术，进行中医养生操作；运用中医养生康复技术，对临床常见问题进行处理	① 掌握中医养生康复的学术思想、理论体系、常用的中医养生康复方法等基本知识。 ② 具备保健按摩、艾灸、拔罐、刮痧、足疗、功法、药膳等能力，能够运用各类养生康复技术进行养生保健操作。
6	中药与方剂	运用中药性能、功效，选取药食同源中药进行中医膳食养生	① 掌握常用中药的性能、功效和应用，方剂的组成原则和分类，常用方剂的组成、加减变化和临床应用等知识。 ② 具备中药识别、药食同源中药选取及开具简单处方并进行分析的能力，能够进行中医膳食养生。
7	传统养生功法	运用传统养生功法，进行功法养生、传统功法养生咨询与指导	① 掌握太极拳、八段锦、五禽戏等传统养生功法的理论、练功原则、方法等基本知识。 ② 具备运用传统养生功法进行养生的能力，能够科学地进行体育锻炼、提高运动能力。
8	健康管理咨询	运用健康管理基本知识，对需求者进行健康指导并制订健康管理计划	① 掌握健康状况的信息采集、健康状况评估、健康状况的统计预测、常见问题的健康管理方法等基本知识。 ② 具备评估人体健康状态、制订健康计划并进行健康指导的能力，能够根据健康情况开展健康咨询服务。

(3) 专业拓展课程

主要包括：中医食疗药膳制作技术、足反射疗法、美容保健技术、芳香保健技术、小儿推拿、中医老年保健、营养与膳食、人际沟通与交流等领域的内容。

专业拓展课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	主要教学内容和要求
1	中医食疗药膳制作技术	掌握药膳制作技法，实现食疗养生落地。一、掌握中医食疗基础理论（药食同源、性味归经）、常见食材药材特性（如山药健脾、枸杞益肾）、药膳配伍原则（君臣佐使、禁忌规避），及经典药膳（如当归生姜羊肉汤）制作流程。二、具备结合体质（阳虚、痰湿等）设计药膳方案，判断食材药材适配性，识别药膳禁忌（如阴虚忌辛辣）的能力。三、能规范制作基础药膳，根据需求调整配方，讲解药膳养生原理，明确需专业医师指导的复杂健康状况，助力通过食疗改善亚健康、调理体质。
2	足反射疗法	掌握足反射操作技法，实现中医养生调理。一、掌握足反射区定位（如肾、脾胃反射区）、中医经络与足部关联理论、手法要领（按揉、点压等），及不同体质（阳虚、湿热等）对应的反射区调理重点，明确操作禁

		<p>忌（如足部外伤、严重心脑血管病者禁用）。二、具备辨识足部反射区异常反应，结合体质判断调理方向，评估受术者适配性的能力。三、能规范开展基础足反射操作，根据反馈调整手法力度，讲解调理原理，识别需停止操作或转诊的情况，助力通过足部调理改善亚健康、辅助脏腑功能养护。</p>
3	美容保健技术	<p>以中医理论为基，掌握美容保健实操技法。一、掌握中医美容原理（如气血充盈则面润）、体质与肤质关联（如阴虚易干燥、湿热易长痘）、常用技法（穴位按摩、中药面膜调制、经络美容），及美容食材药材特性（如珍珠粉美白、玫瑰花疏肝养颜），明确禁忌（如过敏体质慎用中药面膜）。二、具备辨证判断肤质与体质适配的美容方案，识别皮肤问题（如痤疮、色斑）中医成因，评估美容技法适配性的能力。三、能规范开展基础美容操作，根据体质调整方案，讲解美容养生原理，识别需转诊皮肤科或中医师的复杂皮肤问题，实现美容与脏腑养护结合。</p>
4	芳香保健技术	<p>以中医理论为指导，掌握芳香保健实操技能。一、掌握芳香精油特性（如薰衣草助眠、玫瑰疏肝）、中医体质与精油适配（阳虚选暖性精油、阴虚选凉性精油）、常用技法（精油按摩、香薰吸入、泡澡调配），及精油禁忌（如孕妇忌用迷迭香），理解芳香疗法与经络气血的关联。二、具备辨证判断体质适配的精油类型，分析亚健康问题（如失眠、焦虑）对应的芳香调理方向，评估受术者精油耐受度的能力。三、能规范调配精油、开展基础芳香操作，根据体质调整方案，讲解芳香养生原理，识别需转诊的复杂健康状况，实现芳香调理与中医脏腑养护结合。</p>
5	小儿推拿	<p>以中医理论为指导，掌握小儿推拿实操技能。一、掌握小儿生理病理特点（脏腑娇嫩、形气未充）、中医辨证要点（如感冒分风寒 / 风热）、常用穴位定位（如天河水、足三里）、核心手法（推法、揉法、捏脊），及操作禁忌（如皮肤破损、急性传染病期禁用），理解推拿与小儿经络气血的关联。二、具备辨证判断小儿常见问题（如积食、夜啼）适配的推拿方案，评估小儿体质与耐受度，区分推拿适用与禁忌情况的能力。三、能规范开展小儿基础推拿操作，根据年龄与体质调整手法力度，讲解推拿养生原理，识别需转诊儿科的复杂病症，实现推拿调理与儿童脏腑养护结合。</p>
6	中医老年保健	<p>以中医理论为指导，掌握老年中医保健技能。一、掌握老年人生理病理特点（脏腑衰退、气血不足）、常见老年健康问题（关节痛、失眠、慢病调理）的中医辨证要点，及适配保健技法（如温和经络按摩、益肾食疗、太极养生操），明确老年保健禁忌（如忌过度用力推拿、忌寒凉食材）。二、具备辨证判断老年人体质（阳虚、血瘀等），分析健康问题中医成因，评估保健方案安全性的能力。三、能为老年人制定个性化中医保健计划，规范开展基础保健操作，讲解保健原理，识别需转诊中医师的复杂病症，实现老年健康养护与中医脏腑调理结合。</p>

7	营养与膳食	以中医食养理论为核心，掌握营养配餐技能。一、掌握营养学基础（三大营养素功能、膳食指南）、中医食养原则（药食同源、性味归经、辨证施膳），及不同体质（阳虚、痰湿等）适配食材（如阳虚选羊肉、痰湿忌甜腻）、常见健康问题（慢病、亚健康）的膳食调理方案，明确饮食禁忌（如湿热体质忌辛辣）。二、具备分析人群营养需求，结合体质辨证设计膳食，评估膳食方案合理性的能力。三、能为不同人群制定个性化营养膳食计划，讲解食养原理，指导食材搭配与烹饪方式，识别需专业营养师调整的复杂营养问题，实现营养补充与中医脏腑养护结合。
8	人际沟通与交流	聚焦养生服务场景，掌握专业沟通技能。一、掌握沟通基础理论（倾听技巧、表达逻辑）、养生服务沟通要点（如体质问询、方案讲解话术），及不同人群（老年人、亚健康者）沟通策略（对老人耐心解释、对年轻人侧重效率），明确沟通禁忌（如避免夸大养生效果、不随意评判健康问题）。二、具备分析服务对象需求，化解沟通矛盾，用通俗语言转化中医专业知识的能力。三、能在养生服务中高效沟通（如问询健康状况、讲解食疗 / 推拿方案），建立信任关系，收集有效信息辅助养生方案制定，识别需转介专业心理或医疗人员的沟通场景，助力养生服务落地。

7.1.3 实践性教学环节

(1) 实训

在校内外进行健康咨询与管理、中医药适宜技术保健服务、中医养生技术服务等实训，包括单项技能实训、综合能力实训、生产性实训等。

健康咨询与管理实训：专攻新密全人群健康需求适配咨询模式，如矿区职工尘肺预防健康指导、密县金银花种植农户劳作损伤防护建议、城区上班族“久坐族”腰椎保健话术，掌握《新密市基层中医药服务能力提升实施方案》政策解读、新密市居民健康档案系统（含矿区、农村特色健康数据模块）数字化操作、健康监测数据与本地医疗机构转诊衔接等成熟技巧，衔接新密市社区卫生服务中心、矿区健康管理站、乡镇卫生院咨询需求。

中医药适宜技术保健服务实训：对标新密市中医院《基层中医药适宜技术推广目录（2025 版）》标准，训练艾灸（针对矿区人群寒湿腰痛的肾俞穴温灸、农村人群脾胃虚弱的中脘穴悬灸）、拔罐（矿区职工颈肩劳损的走罐疗法、常见感冒的大椎穴闪罐实操）、推拿按摩（农户劳作后腰背经络疏通手法、城区人群办公族肩颈放松技巧）、刮痧（针对新密夏季湿热气候的肘窝刮痧、秋冬季干燥引发的肺经刮痧技巧）等品类的操作规范与禁忌症判断，熟悉不同体质新密人群（如矿区寒湿体质、农村劳损体质）常见不适的中医药干预流程，联动新密市村级卫生室、社区中医阁、矿区养生保健门店开展实操服务。

中医养生技术服务实训：深度对接新密大众养生需求与地方特色资源，参与个性化养生方案制定（如矿区职工祛湿排毒方案、女性基于密香杏的养颜调理方案、男性结合新密山楂的健脾消食保健方案）、传统养生功法教学（新密社区推广版八段锦、矿区职工工间简单易筋经动作），设计融合新密本地道地食材（如金银花（国家地理标志产品）养生茶、山楂健脾糕、密香杏润肺羹）的养生膳食与茶饮，熟悉新密市健康管理机构、社区养生课堂、商业养生会所（如城区中医养生会所、景区周边康养民宿）的服务开展流程，联动新密市中医药协会开展实训成果交流。

（2）实习

在居民服务、卫生、社会工作行业的中医养生保健、健康咨询与管理等企业进行中医养生保健专业实习，包括认识实习和岗位实习。学校已建立稳定、够用的实习基地，选派专门的实习指导教师和人员，组织开展专业对口实习，加强对学生实习的指导、管理和考核。

实习实训既是实践性教学，也是专业课教学的重要内容，已注重理论与实践一体化教学。学校根据技能人才培养规律，结合企业生产周期，优化学期安排，灵活开展实践性教学。严格执行《职业学校学生实习管理规定》和相关专业岗位实习标准要求。

7.1.4 相关要求

学校充分发挥思政课程和各类课程的育人功能。发挥思政课程政治引领和价值引领作用，在思政课程中有机融入党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史等相关内容；结合实际落实课程思政，推进全员、全过程、全方位育人，实现思想政治教育与技术技能培养的有机统一。应开设安全教育（含典型案例事故分析）、社会责任、绿色环保、新一代信息技术、数字经济、现代管理、创新创业教育等方面的拓展课程或专题讲座（活动），并将有关内容融入课程教学中；自主开设其他特色课程；组织开展德育活动、志愿服务活动和其他实践活动。

7.2 学时安排

每学年为 52 周，其中教学时间 40 周（含复习考试），累计假期 12 周，岗位实习按每周30 学时安排，3年总学时为3483学时。

中医养生保健课程设置表

课程分类	开设课程		课程性质	学时	学时分配		考核方式		各学期学时分配						
	序号	课程名称			理论学时	实践学时	考试	考查	第一	第二	第三	第四	第五	第六	
									学期	学期	学期	学期	学期	学期	
公共基础课程	1	中国特色社会主义	必修	36	18	18	√		2						5周
	2	心理健康与职业生涯	必修	36	18	18	√			2					
	3	哲学与人生	必修	36	18	18	√				2				
	4	职业道德与法治	必修	36	18	18	√					2			
	5	语文	必修	198	120	78	√		3	2	2	2	2		

	6	数学	必修	144	100	44	√		2	2	2	2			
	7	物理	必修	36	18	18	√		2						
	8	化学	必修	36	18	18	√			2					
	9	英语	必修	144	100	44	√		2	2	2	2			
	10	历史	必修	72	50	22	√		2	2					
	11	体育与健康	必修	180	20	160		√	2	2	2	2	2		
	12	劳动教育	必修	36	10	26		√	2						
	13	信息技术	必修	36	18	18		√	2						
	14	入学教育	必修	30	15	15		√	第一学期 一周						
	15	军训	必修	30	15	15		√	第一学期 一周						
	16	实习教育	必修	30	15	15		√						一周	
	17	毕业教育	必修	30	15	15		√						一周	
	小计				1146	586	560	0	0	19	14	10	10	4	
	限定 选修 课	18	职业发展与就业指导	选修	72	40	32		√	1	1	1	1		
19		素质教育	选修	54	30	24		√			1	1	1		
20		艺术	选修	54	30	24		√	1	1		1			
21		国家安全教育	选修	90	50	40		√	1	1	1	1	1		
22		中华优秀传统文化	选修	36	20	16		√	2						
23		社会实践	必修	150	50	100		√	1周	1周	1周	1周	1周		
小节				456	220	236	0	0	5	3	3	4	2	0	
专业 课程	专业 基础 课	24	中医学基础	必修	72	52	20		√	4					
		25	药理学基础	必修	72	30	42		√		4				
		26	中医养生基础	必修	72	52	20		√		4				
		27	解剖学基础	必修	72	52	20		√	4					
		28	生理学基础	必修	72	52	20		√	4					
		29	亚健康学基础	必修	36	20	16		√			2			
	专业 核 心 课 程	30	保健按摩技术	必修	42	18	24		√			2		2	
		31	推拿技术	必修	78	16	62		√				4	2	
		32	经络与腧穴	必修	72	48	24		√			4			
		33	灸法罐法技术	必修	147	56	91		√			4		25	
34		中医养生康复技术	必修	36	10	26		√				2			

专业 课 拓 展 课	33	中药与方剂	必修	36	28	8		√				2			
	34	传统养生功法	必修	36	10	26		√					2		
	35	健康管理咨询	必修	36	18	18		√					2		
	36	中医食疗药膳制作技术	必修	72	32	40		√					4		
	37	足反射疗法	必修	72	12	60		√		4					
	38	美容保健技术	必修	72	12	60		√				4			
	39	芳香保健技术	必修	36	18	18		√					2		
	40	小儿推拿	必修	42	18	24		√					2	2	
	41	中医老年保健	必修	36	36	0		√			2				
	42	营养与膳食	必修	36	20	16		√	2						
	43	人际沟通与交流	必修	36	20	16		√					2		
	实 训	44	健康咨询与管理	必修	60	20	40		√	30*1				30*1	
		45	中医养生技术服务	必修	90	30	60		√		30*1			30*2	
		46	中医药适宜技术保健服务	必修	90	30	60		√			30*1		30*2	
小计				1521	710	811			14	12	14	12	14	31	
顶岗实习				360	0	360								3个月	
合计				3483	1516	1967	0	0	804	582	546	498	540	603	

课程学时数及占比情况表

课程类别	总学时及占比情况		各类课程课时及占比情况				
	学时	占比	学时	理论学时	实践学时	占比	
公共基础课程	1146	32.9%	1146	586	560	32.9%	
限定选修课	456	13.1%	456	220	236	13.1%	
专业课程	专业基础课	1521	43.7%	396	258	138	11.4%
	专业核心课			483	204	279	13.9%
	专业拓展课			402	168	234	11.5%
	实训			240	80	160	6.9%
顶岗实习	360	10.3%	360	0	360	10.3%	
合计	3483	100%	3483	1516	1967	100%	

8、师资队伍

按照“四有好老师”“四个相统一”“四个引路人”的要求建设专业教师队伍，将师德师风作为教师队伍建设的第一标准。

8.1 队伍结构

学校现有中医养生保健专业教师8人，其中讲师以上4人，双师型教师4人，本科及以上学历8人，师资实力强劲。

专任教师队伍的数量、学历和职称符合国家有关规定，形成合理的梯队结构。学生数与专任教师数比例为 20：1，专任教师中具有中级专业技术职务人数占 50%。“双师型”教师占专业课教师数比例占 50%。

8.2 专业带头人

本专业带头人高希言，具有本专业的高级职称和较强的实践能力，能广泛联系行业企业，了解国内外中医养生保健行业发展新趋势，准确把握行业企业用人需求，具有组织开展专业建设、教科研工作和企业服务的能力，在本专业改革发展中起引领作用。

8.3 专任教师

专任教师都具有教师资格证书；具有针灸学、中医学、中医康复学、中药药理学等相关专业学历；具有一定年限的相应工作经历或者实践经验，达到相应的技术技能水平；具有本专业理论和实践能力；能够落实课程思政要求，挖掘专业课程中的思政教育元素和资源；能够运用信息技术开展混合式教学等教法改革；能够跟踪新经济、新技术发展前沿，开展社会服务；专业教师每年至少1个月在企业或生产性实训基地锻炼，每5年累计不少于6个月的企业实践经历。

8.4 兼职教师

主要从本专业相关行业企业的高技能人才中聘任，具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，具有中级及以上专业技术职务（职称）或高级工及以上职业技能等级，了解教育教学规律，能承担专业课程教学、实习实训指导和学生职业发展规划指导等专业教学任务。

9、教学条件

9.1 教学设施

主要包括能够满足正常的课程教学、实习实训所需的专业教室、实验室、实训室和实习实训基地。

9.1.1 专业教室基本要求

教室具备利用信息化手段开展混合式教学的条件。配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，具有互联网接入及网络安全防护措施。安装应急照明装置并保持良好状态，符合紧急疏散要求，安防标志明显，保持逃生通道畅通无阻。

9.1.2 校内外实验、实训场所基本要求

实验、实训场所面积、设备设施、安全、环境、管理等符合教育部有关标准（规定、办法），实验、实训环境与设备设施对接真实职业场景或工作情境，实训项目注重工学结合、理实一体化，实验、实训指导教师配备合理，实验、实训管理及实施规章制度齐全，在实训中运用大数据、云计算、人工智能、虚拟仿真等前沿信息技术。

（1）推拿实训室

配备按摩床、按摩巾、治疗凳、按摩油、滑石粉等设备设施，用于保健按摩技术、推拿技术、中医养生康复技术、美容保健技术

等实训教学。

(2) 灸法罐法实训室

配备治疗床、治疗凳、艾绒、艾条、砭具、刮具、罐具、针灸人体经络模型等设备设施，用于经络与腧穴、灸法罐法技术、中医养生康复技术、美容保健技术等实训教学。

(3) 足疗实训室

配备足疗沙发、治疗凳、按摩油、电热生活锅炉等设备设施，用于足反射疗法、中医养生康复技术等实训教学。

(4) 药膳实训室

配备不锈钢操作台、中餐灶台、蒸箱、冰箱、电磁炉、微波炉、展示柜、电饭锅、电炒锅、蒸锅、汤锅及常用烹饪厨具、天平和电子秤等设备设施，用于中医食疗药膳制作技术、营养与膳食等实训教学。

(5) 健康管理实训室

配备尸体模型、骨架模型、3D 虚拟解剖人体触控系统、生物显微镜等设备设施，用于解剖生理学基础、健康管理咨询等实训教学。

9.1.3 实习场所基本要求

符合《职业学校学生实习管理规定》《职业学校校企合作促进办法》等对实习单位的有关要求，经实地考察后，确定合法经营、管理规范，实习条件完备且符合产业发展实际、符合安全生产法律法规要求，与学校建立稳定合作关系的单位成为实习基地，并签署学校、学生、实习单位三方协议。

根据本专业人才培养的需要和未来就业需求，实习基地能提供健康咨询、中医保健、中医养生等与专业对口的相关实习岗位，能涵盖当前相关产业发展的主流技术，可接纳一定规模的学生实习；学校和实习单位双方共同制订实习计划，能够配备相应数量的指导教师对学生实习进行指导和管理，实习单位安排有经验的技术或管理人员担任实习指导教师，开展专业教学和职业技能训练，完成实习质量评价，做好学生实习服务和管理工作的规章制度，有保证实习学生日常工作、学习、生活的规章制度，有安全、保险保障，依法依规保障学生的基本权益。

9.2 教学资源

主要包括能够满足学生专业学习、教师专业教学研究和教学实施需要的教材、图书及数字化资源等。

9.2.1 教材选用基本要求

按照国家规定，经过规范程序选用教材，优先选用国家规划教材和国家优秀教材。专业课程教材应体现本行业新技术、新规范、新标准、新形态，并通过数字教材、活页式教材等多种方式进行动态更新。

9.2.2 图书文献配备基本要求

图书文献配备能满足人才培养、专业建设、教科研等工作的需要。专业类图书文献主要包括：中医养生保健行业相关政策法规及职业标准，中医养生保健技术、标准、方法、操作规范，以及实务案例类书籍等。及时配置新经济、新技术、新工艺、新材料、新管理方式、新服务方式等相关的图书文献。

9.2.3 数字教学资源配置基本要求

建设、配备与本专业有关的音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、虚拟仿真软件等专业教学资源库，种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新、满足教学。

10、质量保障和毕业要求

10.1 质量保障

(1) 学校建立专业人才培养质量保障机制，健全专业教学质量监控管理制度，改进结果评价，强化过程评价，探索增值评价，吸纳行业组织、企业等参与评价，并及时公开相关信息，接受教育督导和社会监督，健全综合评价。完善人才培养方案、课程标准、课堂评价、实习实训、毕业设计以及资源建设等质量保障建设，通过教学实施、过程监控、质量评价和持续改进，达到人才培养规格要求。

(2) 学校完善教学管理机制，加强日常教学组织运行与管理，定期开展课程建设、日常教学、人才培养质量的诊断与改进，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) 专业教研组织应建立线上线下相结合的集中备课制度，定期召开教学研讨会议，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。

(4) 学校建立毕业生跟踪反馈机制及社会评价机制，并对生源情况、职业道德、技术技能水平、就业质量等进行分析，定期评价人才培养质量和培养目标达成情况。

10.2 毕业要求

根据专业人才培养方案确定的目标和培养规格，完成规定的实

习实训，全部课程考核合格或修满学分，准予毕业。