

云南医药健康职业学院

中医养生保健专业 人才培养方案

(2024 版)

院系名称: 康复学院
专业带头人: 杨 辉
责任编辑: 代 归

教务处制

2024年7月

编写委员

主 编： 矣兮娴

副主编： 应佰鸣

编 委：

杨 辉	云南医药健康职业学院	副院长
赵志勇	云南省中医院医院	主任医师
应佰鸣	云南医药健康职业学院	教研室主任
代 归	云南医药健康职业学院	教研室副主任
矣兮娴	云南医药健康职业学院	教 师
段红菊	云南医药健康职业学院	教 师
李竹蓉	云南医药健康职业学院	教 师
段昕好	云南医药健康职业学院	教 师
王 妍	云南医药健康职业学院	教 师

中医养生保健专业人才培养方案

本方案是为了实现中医养生保健专业人才培养目标设置的基本条件及毕业生需达到的人才规格，是制定本专业人才教学计划的依据。凡授予本专业毕业证书者，均应执行本方案。

一、专业名称、代码

专业名称：中医养生保健

专业代码：520417

二、学制与招生

（一）学制

基本修读年限以3年为主，最高不得超过5年。

（二）招生对象

普通高中毕业、中等职业学校毕业或具备同等学力者。

（三）招生方式

招收参加职教高考和全国统一高考或高职教育分类考试或春季高考，达到录取条件者。

二、职业面向

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	主要岗位群或 技术领域举例	职业资格证书 和职业技能等 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)	保健调理师 (4-10-04-01) 保健按摩师 (4-10-04-02) 健康管理师 (4-14-02-02)	中医养生保健 中医特色康复 健康管理	家庭保健按摩 中医体质评估 与应用 运动营养咨询 与指导

就业岗位				
序号	职业领域	工作岗位		预计平均升迁时间/年
		初始岗位	晋升岗位（或延展岗位）	
1	健康管理	健康咨询，药品营销	健康管理师、培训师、营养师、经营管理者	3-5年
2	中医养生保健	理疗技师	店长、区域经理、运营管理者	3-5年
3	中医特色康复	理疗技师	店长、科室主任、区域经理	3-5年

四、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养能够践行社会主义核心价值观，传承技能文明，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、科学素养、数字素养、职业道德、创新意识，爱岗敬业的职业精神和精益求精的工匠精神，较强的就业创业能力和可持续发展的能力，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，面向居民服务、卫生行业的保健调理师、保健按摩师、健康管理师等职业，能够从事中医养生保健、中医特色康复、健康管理等工作的高技能人才。

（二）培养规格

本专业毕业生在毕业时和毕业五年时应 在素质、知识和能力等方面达到以下要求。

结构	要素描述	
	毕业时	毕业五年
素质	1. 坚定拥护中国共产党领导，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	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

	<p>核心价值观,具有深厚的爱国情感和中华民族自豪感;</p> <p>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;</p> <p>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;</p> <p>4. 具有自我管理能力、职业生涯规划的意识,有较强的服务意识和团队合作精神;</p> <p>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;</p> <p>6. 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。</p>	<p>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;</p> <p>2. 具有人文关怀精神,遵守行业的道德行为规范,有良好的医患关系;</p> <p>3. 热爱中医养生保健专业,具有全心全意为社会服务的奉献精神、敬业精神和责任意识,具有良好的服务意识;</p> <p>4. 诚实守信,能够吃苦耐劳;</p> <p>5. 具有较强的亲和力;</p> <p>6. 具有卫生防护意识;</p> <p>7. 具有健康的体魄和良好的心理素质。</p>
知识	<p>1. 具有必备的思想政治理论、科学文化基础知识和中华优秀传统文化知识;</p> <p>2. 学习与本专业相关的法律法规以及环境保护、安全消防等相关知识;</p> <p>3. 具备本专业必需的中医的基本知识,特别是中医基础理论、中药等基本知识;</p> <p>4. 具备现代基础医学、亚健康学、预防医学、保健医学的基本知识;</p> <p>5. 具有中医养生保健技术的理论体系、运用机</p>	<p>1. 能够熟练解读《黄帝内经》《伤寒杂病论》等经典著作,掌握历代名医养生思想的核心逻辑,并能结合现代语境进行创新性应用。</p> <p>2. 精通中医体质分类(如九大体质理论)的动态辨识方法,能将体质与季节、地域、生活习惯等因素结合,制定精准调理方案。</p> <p>3. 深入理解“未病先防、既病防变、瘥后防复”的核心理念,具备将中医预防医学与现代健康风险评估技术融合的能力。</p>

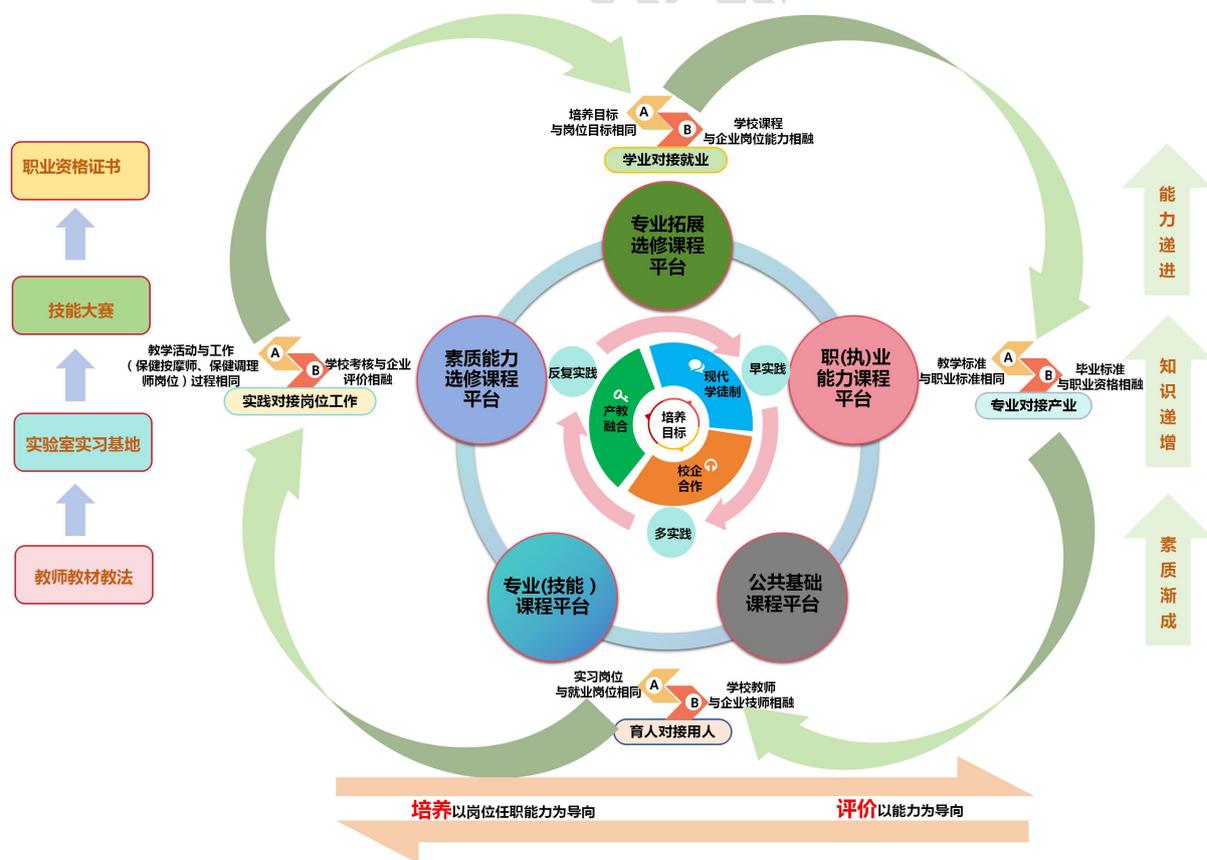
	<p>理、操作原则、方法等，特别是推拿、艾灸、刮痧、拔罐、足疗、饮食保健、运动保健、流行保健、气功养生、旅游养生、人文环境养生、中医体质辨识、养生指导等知识；</p> <p>6. 具有必要的中医养生保健的基本理论和基本知识，以及中医传统美学及现代养生保健专业知识；</p> <p>7. 具备本专业必需的西医相关知识，特别是正常人体结构、健康评估、常见疾病及老年疾病的预防保健等知识；</p> <p>8. 具有对个人或群体进行中医养生保健指导与宣教的方法；</p> <p>9. 能知道医学心理学、卫生统计学的一般原理及基本应用。</p>	<p>4. 精通药食同源食材的现代药理研究，能针对慢性病（如三高、肥胖）设计兼具科学依据与中医特色的膳食方案。</p> <p>5. 熟练运用针灸、推拿、导引术等传统技术，同时了解现代物理疗法（如红外、声波技术）与传统手法的协同作用机制。</p> <p>6. 将中医情志调摄（如五志相胜理论）与心理学技术（如正念疗法）结合，解决压力、失眠等现代常见身心问题。</p> <p>7. 具备设计中医养生临床观察性研究、循证医学评价的能力，熟悉国际传统医学研究标准。</p> <p>8. 能将实践经验转化为标准化服务流程或产品（如中医养生 SOP、健康管理 APP 功能设计），推动行业规范化发展。</p>
能力	<p>1. 具有探究学习、终身学习、分析问题和解决问题的能力；</p> <p>2. 具有良好的语言、文字表达能力和沟通能力，具有良好的独立思考、科学的临床思维能力和团队协作能力；</p> <p>3. 具有一定的组织管理能力、教学辅导、参与科研的能力和较好的社会工作能力，取得计算机相关证书；</p> <p>4. 能正确采集病史，通过中医望、闻、问、切收集病史治疗，辨病的同时辨别疾病所处的证</p>	<p>1. 能独立完成中医体质辨识（九大体质）、亚健康状态评估，结合季节、地域、个体差异制定个性化调理方案（如针对慢性疲劳综合征的中药+艾灸+导引术干预）。</p> <p>2. 针对高血压、糖尿病等常见慢性病，设计中西医结合的健康管理方案（如食疗+运动处方+情志调摄）。</p> <p>3. 熟练使用中医四诊仪、红外热成像仪等设备辅助诊断，并能解读可穿戴设备（如心率变异性监测）数据，动态调整干预策略。</p>

<p>型，并制定合理的中医养生保健方案；</p> <p>5. 能规范地对疾病患者或亚健康人群进行穴位的定位、传统运动疗法训练、针刺、灸法、拔罐法、推拿手法、中医中药、膏方疗法、芳香疗法以及食疗和养生等方法的预防和保健；</p> <p>6. 能运用中医中药、针灸、推拿、食疗、养生等方法对临床常见病、多发病、亚健康状态进行预防和保健；</p> <p>7. 能独立开展中医养生保健知识的宣传教育、健康知识咨询。</p>	<p>4. 具备健康档案数字化管理能力，能通过大数据分析发现群体健康趋势（如某社区痰湿体质高发与饮食习惯的关联性）。</p> <p>5. 能独立策划并执行社区养生讲座、企业员工健康促进项目（如“节气养生工作坊”），协调多部门资源实现目标。</p> <p>7. 通过深度沟通挖掘客户潜在健康需求（如职场人群的睡眠障碍与肝郁体质的关系），转化为可落地的服务方案。</p> <p>7. 能设计中医养生干预的临床观察研究（如八段锦对围绝经期综合征的疗效评价），运用SPSS等工具进行数据分析。</p> <p>8. 参与开发中医特色健康产品（如基于体质辨识的智能养生茶饮配方），完成从理论验证到市场测试的全流程。</p> <p>9. 协助制定中医养生服务技术规范（如艾灸操作SOP），推动行业服务标准化。</p>
---	---

五、人才培养模式构建

本方案围绕为培养“懂经典、会技术、善创新、能管理”的复合型人才，具备中医养生理论功底、现代健康技术应用能力、健康服务产品设计能力及跨领域资源整合能力。人才培养坚持以岗位任职能力为导向，以“为党育好人、为国育好才、为民育好医、为生立好业”的“四好”培养理念，贯穿“四对四同四融”人才培养指导思想，即以“学业对接就业，培养目标与岗位目标相同，学校课程与企业岗位能力相融；专业对接产业，

教学标准与职业标准相同，毕业标准与职业资格相融；实践对接行业企业，实习岗位与就业岗位相同，学校教师与企业技师相融；育人对接用人，教学活动与岗位工作过程相同，学校考核与企业评价相融”。着力打造“三段三阶三递进”全程育人模式，三段，即校内专业前教育、专业教育、毕业后专业教育融通；三阶，即分年级进行“三抓三培”：一年级抓通识教育、养成教育、职业认知和基本素质，重点培养学生养成良好的生活习惯、学习兴趣、思想品质和职业认同。二年级抓专业教育和职业素养，重点培养学生的政治品质、人文素养、职业道德、专业知识与基本专业技能。三年级抓实践、抓实习、抓创新、抓执（职）业资格、抓就业，重点培养学生的实践能力、岗位任职能力、创新精神和终身学习能力。三递进，即通过三段三阶与三抓三培，达到素质渐成，知识递增，能力递进的育人效果。如图。



六、职业岗位分析

根据行业企业调研和专业调研，分解职业岗位能力，提炼本专业面向的核心职业岗位和典型工作任务，进而确定主要教学内容与要求，以及毕业五年发展应具备的能力素质。

序号	职业岗位(核心岗位及相关岗位)	典型工作任务	核心技能	主要教学课程
1	保健调理师	<ol style="list-style-type: none"> 1. 接待与评估顾客身体状况 2. 制定个性化调理方案 3. 进行保健调理操作 4. 提供健康生活方式建议 5. 清洁整理与后续跟进 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具备掌握各种常用的保健调理技术，如按摩、针灸、拔罐、艾灸等，并了解每种技术的适应症和禁忌症的能力。 2. 具有使用相关保健调理器械的能力，如理疗仪、推拿床等。 3. 具有能够根据患者的主观描述和客观检查结果，初步判断疾病和症状，并进行基本的健康评估和风险评估的能力。 4. 具有具备处理常见急性疾病和意外伤害的紧急处理能力，包括心肺复苏、人工呼吸等技能。 5. 具有良好的职业道德和职业操守，遵守行业规范和标准，尊重患者隐私和信息保密。 	<ul style="list-style-type: none"> 《亚健康学基础》 《中医体质学》 《中医临床医学概要》 《实用保健技术》 《中医养生适宜技术》
2	保健按摩师	<ol style="list-style-type: none"> 1. 客户沟通与需求评估 2. 制定个性化按摩方案 3. 提供按摩服务 4. 健康指导与咨询 5. 协助管理与推广 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具备个人形象、环境卫生及准备工作标准的能力。 2. 具备专业按摩技能、人体解剖学知识、健康评估与诊断能力以及持续学习与自我提升等核心技能。 3. 具备沟通与服务能力的的能力。 4. 具备顾客回访，客情管理德能力。 5. 具有妥善保管顾客的信息档案即保护客户隐私信息的职业道德。 	<ul style="list-style-type: none"> 《经络与腧穴》 《中医运动保健技术》 《实用保健技术》 《中医美容技术》 《中医传统气功养生学》 《推拿手法》
3	健康管理师	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健康信息采集与管理 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具备识能够运用各种健康评估工具和技术，分析评估结果， 	<ul style="list-style-type: none"> 《基础医学概论》 《中医临床医学概要》

	2. 健康评估与风险分析 3. 健康咨询与指导 4. 健康干预与管理 5. 健康教育与推广	识别健康风险和问题，为制定个性化的健康管理计划的能力。 2. 具备良好的健康教育能力，能够将复杂的健康信息转化为易于理解和接受的形式，向个体或群体传授健康知识和技能。 3. 具备良好的团队协作能力，能够与其他专业人员进行有效的沟通和协调，共同制定个体的健康管理计划，并对其进行综合管理的能力。	《健康评估》
--	--	--	--------

七、课程设置及要求

（一）课程体系

以立德树人为根本任务，落实“课程思政”要求，促进医教产教深度融合，推进“岗课赛证”综合育人，构建素质渐成，知识递增，能力递进的“公共基础课程平台、专业（技能）课程平台”与“素质能力选修课程平台+专业拓展选修课程平台”和“职（执）业能力课程平台”的“221”课程体系。根据专业特点坚持岗位任职能力为导向，兼顾执（职）业资格与专升本构建专业理论课程体系；根据专业特点构建产教融合、校企合作，根据专业选择不同模式：中医养生保健一采用“工学结合，产教融合”的现代学徒制，“教、学、做”一体的人才培养模式。建立与岗位需求、人才培养模式相结合的课程体系和教学内容，以职业资格准入为目标培养导向，让学生跨入工作岗位就具备了专业人才需求的准入门槛及相关资质。二采用“中医养生保健专业+创业”创新人才培养改革模式教育特色。以创业意识、创业知识、创业技能的“三位一体”创业人才培养改革模式，以岗位需求和职业资格准入为依据，建立与人才培养改革模式相适应的课程体系，以职业道德教育和职业技能培养为核心，建立理论、实践、创业三大教学体系，围绕职业综合能力。使专业培养的学生不但具备行业资格准入技术要求及岗位技能要求，更具备创新创业的基本素质能力。三深度产教融合，定向人才培养，与企业一线用人需

求无缝对接，全面实现入学即就业。同时构建以能力为导向的课程评价体系，满足学生的多样化选择、多路径成才。

(二) 课程设置

本专业 A 类课 17 门、B 类课 47 门、C 类课 7 门，课程标准 71 门，选修课程 288 学时，考试课 16 门，考查课 51 门，专业实践课程 4 门。

1. 公共基础课程

(1) 文化素养公共基础课程：按照党和国家有关文件规定，根据人才培养目标要求，设置文化素养类公共必修课程，包括思品修养、国防素养、通识素养、健康素养、劳动素养和职业素养六个模块。

类别	课程名称	学分	总学时	课程类别	考核方式	开设学期	开课部门
思品修养	思想道德与法治	3	54	B	考试	1	马克思主义学院
	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3	54	A	考试	1	
	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	2	36	A	考试	2	
	中华民族共同体概论	2	32	A	考查	1	
	形势与政策	1	48	A	考查	1-6	
国防素养	军事技能	2	112	C	考查	1	武装部
	军事理论	2	36	A	考查	1	马克思主义学院
通识素养	信息技术应用	3	48	B	考查	1	公共课程部
	公共外语	8	128	B	考试	1-2	
	中华优秀传统文化	1	18	B	考查	3	
健康素养	大学生心理健康教育	2	32	B	考查	1-2	公共课程部
	大学体育	6	108	B	考查	1-3	
劳动素养	劳动教育	1	16	C	考查	1-2	公共课程部
职	大学生职业生涯规划与就业指导	2	38	B	考查	1、4	公共课程部

业 素 养	大学生创新创业教育	2	36	B	考查	2	部
合计		40	796				
备注： “A”表示纯理论课；“B”表示（理论+实践）课；“C”表示纯实践课。							

(2) 素质能力选修课程：为适应社会对人才多样化的需求、学生自我发展和全面发展的需求以及学生综合素质提升、创新创业能力培养等需求，改善学生知识结构、挖掘学生潜能、发展学生兴趣特长、培养人文素养、科学素养等，面向全校学生开设素质能力公共选修课程。采用“线上课程资源”和“线下课堂教学”相结合的方式开展。包括思想政治类、国家安全类、人文社科类、自然科学类、语言文字类、身心健康类、美育素养类、创新创业类、专升本模块、线上资源类等课程，最低选修学分为8学分。其中创新创业类由各专业院系结合专业，以项目为载体、以实践活动为主要开展形式进行开发，每个项目以4学分计。

2. 专业（技能）课程

专业（技能）课程以岗位认知能力为核心的工作过程为导向，按照“岗课赛证”融通的专业课程开发理念，融入课程思政，培养学生职业能力和职业精神。专业（技能）课程包括专业基础课程、专业核心课程、专业实践课程、专业拓展选修模块四部分。

序号	所属模块	课程名称	课程类别	学时		学分	主要教学内容
				理论	实践		
1	专业基础课程	基础医学概论	B	72	36	6	生理、病理、系统解剖
2	专业基础课程	中医养生导论	A	36	0	2	中医养生学的基本概念、发展简史、基本观念、养生原则、精神养生等
3	专业基础课程	中医临床医学概要	B	36	18	3	中医基础理论、中医诊断学、中医治疗学及中医方剂学等
4	专业基础课程	健康评估	B	36	36	4	健康评估方法、常见症状评估、身体评估、心理-社会

							评估等
5	专业基础课程	经络与腧穴	B	36	36	4	经络学说、腧穴应用等
6	专业基础课程	亚健康学基础	A	36	0	2	亚健康概念、分类与表现、成因与机制、检测与评估方法、干预与预防策略、以及中医在亚健康中的应用等
7	专业基础课程	中医体质学	B	18	18	2	九大体质的特点及体质辨识、案例分析等
8	专业基础课程	亚健康治疗技术	B	18	18	2	亚健康学是运用中医学及现代医学与其他学科的理论知识与技能研究亚健康领域的理论知识、人群状态表现、保健预防及干预技术
9	专业基础课程	中医药文化	B	30	6	2	中医药基础理论、历史发展、文化特色、名医名著、中药炮制、药膳知识、中医养生及中医药在现代社会的应用与发展等
10	专业核心课	中医基础理论	B	36	18	3	中医概述、阴阳五行、藏象、气血津液、病因病机、经络、养生防治等
11	专业核心课	中医诊断学	B	36	18	3	八纲辨证、脏腑辨证、六经辨证、望闻问切四诊法等
12	专业核心课	人文环境养生学	A	36	0	2	掌握自然环境、居住环境、室内环境与健康的基本知识；具有环境养生基本技能，能够对亚健康状态、常见疾病进行环境养生
13	专业核心课	中医饮食保健	B	18	18	2	掌握补养类、温里

							类、理气类、理血类、消食类、祛湿类、清热类、化痰止咳平喘类、解表类、收涩类等食物四性五味、功效作用；具有食养与食疗基本技能，能够对亚健康状态、常见疾病进行中医食养与食疗
14	专业核心课	中医传统气功养生学	B	12	24	2	掌握道家养生理论、养生气功功法、道家乐功功法、气功外气疗法、家庭气功保健疗法等基本知识；具有中医传统气功养生技能，能够对亚健康状态、常见疾病进行中医传统气功养生
15	专业核心课	中医运动保健技术	B	30	24	3	掌握运动与健康、体育卫生、医务监督、运动性疾病、运动创伤防治、体育康复等基本知识；具有运动保健技术技能；能够指导顾客进行运动保健
16	专业核心课	中医情志养生学	B	18	18	2	掌握情志致病与七情太过等基本知识；具有中医情志养生的基本方法和基本技能，能够对亚健康状态、常见疾病进行中医情志养生
17	专业核心课	实用保健技术	B	36	36	4	掌握保健按摩术、

							足部按摩术、减肥按摩术、美容按摩术、沐浴按摩术、旅游按摩术、国外按摩术等各种现代保健技术的基本知识；具有熟练操作各种现代保健技术的能力，能够利用现代保健技术对亚健康状态、常见疾病进行养生保健
18	专业核心课	中医养生适宜技术	B	26	28	3	掌握艾灸养生、推拿养生、拔罐养生、刮痧养生、砭术养生、敷贴养生等基本知识；具有艾灸、推拿、拔罐、刮痧、砭术、敷贴等基本技能，能够对亚健康状态、常见疾病进行适宜技术养生
19	专业核心课	针法灸法	B	18	36	3	穴位、针灸、艾灸、刮痧、拔罐
20	专业核心课	推拿手法	B	18	54	4	各类推拿手法，包括摆动类手法、运动类手、挤压类手法等
21	专业实践课	中医养生保健专业岗前培训	C	0	36	2	岗位实习综合技能培训
22	专业实践课	岗位实习 I	C	0	280	14	企业、医院相关岗位实习
23	专业实践课	岗位实习 II	C	0	280	14	企业、医院相关岗位实习
24	专业实践课	毕业综合考试	C	0	18	1	毕业考试

25	专业拓展课	中医美容技术	B	18	18	2	面部刮痧、面部拨筋、按摩减肥、药膜、药浴等
26	专业拓展课	传统运动疗法	B	18	18	2	五禽戏、八段锦、拔罐，刮痧、针灸
27	专业拓展课	健康统计技术	B	18	18	2	利用数理统计学的原理和方法，对健康领域数据进行系统收集、整理、分析和解释的一门科学
28	专业拓展课	健康心理学	B	18	18	2	健康心理学基础、健康信念与行为、应激与应对、心理因素与健康、生活方式与健康、心身疾病与预防
29	专业拓展课	养生保健品营销与管理	A	36	0	2	养生保健品营销方法、产品介绍、沟通营销等
30	专业拓展课	养生保健实体店运营管理	A	36	0	2	选址、运营策略、服务特色、营销推广和团队建设。

31	专业拓展课	烹饪技术	A	36	0	2	烹饪原料知识, 食品营养与配餐, 食品营养与安全
32	专业拓展课	职场礼仪与职业精神	B	18	18	2	日常礼仪(走、站、坐)职场应用礼仪等
33	专业拓展课	瑜伽	B	18	18	2	体式练习、呼吸练习、冥想和放松练习。
34	专业拓展课	中医药膳学	B	18	18	2	中医膳食调理, 药膳烹饪, 作用功效运用等
35	专业拓展课	医学营养学	B	18	18	2	营养学基础、医学与营养、疾病的营养膳食调理等
36	专业拓展课	现场急救技术	B	18	18	2	心肺复苏术、四大创伤急救术、常用急救技术等

3. 课程类别与学分结构总表

类别	类别	学分	学时	理论学时	实践学时	学时占总学时比例%
必修课	公共基础课程	40	796	444	352	29.02%
	专业基础课程	27	486	318	168	17.72%
	专业核心课程	31	558	278	280	20.35%
	专业实践课程	31	614	0	614	22.39%
必修课合计		129	2454	1040	1414	89.49%
选修课	素质能力选修课程	8	144	72	72	5.3%
	专业拓展选修课程	8	144	72	72	5.2%
选修课合计		16	288	144	144	10.05%
总计		145	2742	1184	1558	实践学时占总课时比例 57%

4. 岗赛课证融通 (含职业)

课程名称	学分	对应赛项	对应证书
《经络与腧穴》	4	推拿按摩技能赛项 (校级)	保健按摩师技能等级证书
《实用保健技术》	4	推拿按摩技能赛项	保健按摩师技能等级证书

		(校级)	
--	--	------	--

5. 各学期时间分配表 (单位: 周)

学期	教学活动周数	教学活动周数分配					
		课堂教学	军事技能 (含入学教育)	专业实训 (课程实训、见习、1+X 考证、职业资格证书等)	岗位实习	期末考试	备注
一	20	16	2			2	
二	20	18		课程实训		2	
三	20	18		课程实训		2	
四	20	18		课程实训、1+X 考证、职业资格证书		2	
五	14	0			14	0	岗位
六	14	0		1+X 考证、职业资格证书	14	0	实习

6. 各学期教学计划进程表

详见附件“专业教学计划进程表”。

八、毕业标准

(一) 毕业要求

学生通过规定修业年限的学习, 修完专业人才培养方案规定课程, 达到专业人才培养规格要求及以下相关要求, 准予毕业并颁发毕业证书。

1. 学分要求: 在规定学习年限内, 修完本专业人才培养方案教育教学计划规定内容并取得相应 145 学分, 选修课学分不低于 16 学分, 具有良好的思想道德素质、人文社会科学素养、社会责任感、身体素质和卫生健康行业适应能力与社会适应能力, 符合学校的德育、智育、体育、美育和劳动教育标准, 能够在实践中理解并遵守职业道德和规范, 践行社会主义核心价值观。

2. 毕业综合考试要求: 合格及以上。

3. 岗位实习要求: 合格

4. 体能测试要求: 体能测试成绩达到《国家学生体质健康标准》要求。

5. 无处分或处分已解除。

6. 职业资格: 保健按摩师技能等级证书

学生在校期间, 应考取必要的基本(通用)能力证书及职业资格证书(最低取得一

项职业资格证书、一项技能等级证书，护理、助产专业必须取得护士资格证书），鼓励学生考取多项职业资格证书。

考取证书一览表			
证书类别	证书名称	考证考试名称	备注
基本（通用）能力	普通话证书	普通话水平测试	选考
	计算机等级证书	云南省高校计算机等级考试（一级）	选考
	外语等级证书	云南省高等学校英语应用能力考试	选考
专业能力	保健按摩师技能等级证书	保健按摩师技能等级考试	选考
	三级健康管理师技能等级证书	三级健康管理师技能等级证书	选考
	公共营养师	公共营养师职业技能等级考试	选考
	穴位按摩	穴位按摩专项能力证书	选考
	小儿推拿师	小儿推拿师专项能力证书	选考

（二）结业要求

在规定学习年限内，修完本专业人才培养方案教育教学计划规定内容，但未达到毕业要求的，准予结业，发给结业证书。

九、实施保障

（一）师资队伍

1. 队伍结构

本专业研究生以上学历比例不低于 86%、高级职称比例不低于 14%、中级职称比例不低于 14%。

2. 专任教师

本专业专任教师人数 7 人、双师教师比例 71.42%、教师每年企业锻炼 1 月

3. 专业带头人

杨辉，食品科学与工程及口腔医学本科专业，药学硕士研究生，副教授。近三年主持云南省教育厅课题 1 项，参与 3 项，主持科技创新团队课题项目 1 项，主持课程改革课题项目 2 项，以第一作者发表论文 5 篇。曾获云南省民办教育“优秀教师”荣誉称号。2022 年 6 月在云南新兴职业学院第 19 届教师教学能力比赛中荣获“一等奖”；2022 年 8 月在云南省教育厅举办的云南省职业院校技能大赛教学能力比赛中荣获“二等奖”；2023 年 11 月在云南医药健康职业学院举办的教学能力大赛荣获“一等奖”；2024 年 7 月在云南省教育厅举办的云南省职业院校技能大赛教学能力比赛中荣获“一等奖”。

4. 兼职教师

兼职教师人数 2 人

(二) 教学设施

1. 校内实践基地一览表

序号	实验、实训室名称	对应课程	主要实训项目	工位数	备注
1	中医康复理实一体化实训室（1）	经络与腧穴学、 中医养生适宜技术	治疗床、治疗凳、刮痧器具、艾绒、艾条、砭具、火罐、穴位模型、穴位挂图、耳穴模型、针灸模型、红外线理疗仪	60	
2	中医康复理实一体化实训室（2）	实用保健技术	棍杖、圆形球等传统健身训练器械及按摩床、按摩凳、按摩巾	60	
3	中医情志养生、中医饮食保健	健康评估、中医运动保健技术	配备七情养生、饮食保健、人文环境养生的仿真素材、图片素材、视听素材	60	
4	中医理疗实训室	实用保健技术、 中医运动保健技术	治疗床、治疗凳、刮痧器具、艾绒、艾条、砭具、火罐、穴位模型、穴位挂图、耳穴模型、针灸模型、红外线理疗仪	60	
5	医学美容实训室	中医美容技术	面部刮痧、面部拨筋、	60	

			按摩减肥、美容美体技术等操作		
--	--	--	----------------	--	--

2. 校外实践基地建设一览表

序号	校外实习基地名称	工位数	备注
1	昆明市官渡区人民医院	2	
2	昆明市盘龙区人民医院	2	
3	宣威市第一人民医院	2	
4	宣威市中医医院	2	
5	玉溪市人民医院	2	
6	云南大理陆军第75集团军医院	2	
7	禄劝彝族苗族自治县第一人民医院	2	
8	石屏县中医医院	2	

(三) 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。

1. 教材选用基本要求

按照国家规定选用“十三五”、“十四五”国家规划优质教材，禁止不合格的教材进入课堂。建立由以下中医养生保健专业教师、中医养生行业专家和教研人员等参与的教材选用机构，完善教材选用制度，经过规范程序择优选用教材。

2. 图书文献配备基本要求

图书文献配备能满足中医养生保健人才培养、中医养生保健专业建设、教科研等工作的需要，方便师生查询、借阅。中医养生保健专业类图书文献主要包括：养生保健行业政策法规、管理规范、质量标准以及操作规程等，中医养生保健技术类图书和案例类图书及中医养生保健专业学术期刊。

3. 数字教学资源配置基本要求

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，方便师生

4. 查询、借阅。专业类图书文献主要包括：行业政策法规资料、有关职业标准，有关养生保健、体能康复、运动保健、健康指导与管理的技术、标准、方法、操作规范以及实务案例类图书等。

(四) 教学方法

理实一体化教学、案例教学、项目教学、直观演示教学、任务驱动法、参观见习教学法等。

(五) 教学评价

对学生的学业考核评价内容应兼顾认知、技能、情感等方面，评价应体现评价标准、评价主体、评价方式、评价过程的多元化，采取汇报、调研报告、心得体会、口试、笔试、技能测试、职业技能大赛、职业资格鉴定等评价、评定方式。加强对教学过程的质量监控，改革教学评价的标准和方法。

考核方式：

过程性考核：过程考核成绩占 40%，包括自主学习 15%、出勤 15%、课堂表现 20%、课后作业 20%、阶段性测验 30%五个环节。

终结性考核：终结性考核占 60%，根据课程性质采取考试或者考查的方式。若课程实训占比较重，则在过程性考核、终结性考核中加入实训实操考试，具体成绩占比根据课程设置进行调整。

(六) 质量管理

以培养技术技能型中医养生保健专业人才为根本任务，以服务大健康产业方向，以人才队伍建设为关键，以制度创新为突破口，继续大力实施全方位开放式发展战略、人才战略和教育创新战略；注重优化结构、控制规模、提高质量，注重突出优势、凝练特色、构筑高峰。注重提高效益、拓展空间、增强后劲。加强对中医养生保健专业的改造、调整、提升，进一步提高本专业教学质量和办学水平、办学效益。建立质量保障机构，教学质量监控与评估中心、同行评教平均次数：4 次/学期、学生评教平均次数：1/学期、企业评教平均次数：0 次/学期、督导评教平均次数：5 次/学期。

附件

云南医药健康职业学院专业教学计划进程表 (2024 版)

院系名称： 康复学院 专业名称： 中医养生保健 专业代码： 520417

培养类型： 高等职业教育 招生对象： 高中阶段教育毕业生、中等职业学校毕业生或同等学力者。 标准学制： 3年（全日制）

课程模块			序号	课程名称 课程代码	课程学分/学时/类别/考核/周学时								课程开设学年/学期/周数								
					总学分	总学时	理论学时	实践学时	课程类别	修读类型	考核方式	考核方法	周学时	一年级		二年级		三年级			
														一	二	三	四	五	六		
一、 公共 基础 课程	(一) 文化 素养 课程	思品 修养 课	1	321081003	思想道德与法治	3.0	54	36	18	B	必修	考试	闭卷	3	√						
			2	321081004	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	3.0	54	54	0	A	必修	考试	闭卷	3	√						
			3	321081002	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	2.0	36	36	0	A	必修	考试	闭卷	2		√					
			4	321081011	中华民族共同体概论	2.0	32	32	0	A	必修	考查	开卷	2	√						
			5	321081005	形势与政策 I	0.2	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2	√						
			6	321081006	形势与政策 II	0.2	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2		√					
			7	321081007	形势与政策 III	0.2	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2			√				
			8	321081008	形势与政策 IV	0.2	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2				√			

		9	321081009	形势与政策 V	0.1	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2					√	
		10	321081010	形势与政策 VI	0.1	8	8	0	A	必修	考查	开卷	2						√
	国防素养课	11	325141001	军事技能	2.0	112	0	112	C	必修	考查	其他	/						
		12	321081001	军事理论	2.0	36	36	0	A	必修	考查	开卷	2	√					
	通识素养课	13	321071026	信息技术应用	3.0	48	6	42	B	必修	考查	闭卷	3	▲					
		14	321071014	公共外语 I	4.0	64	54	10	B	必修	考试	闭卷	4	√					
		15	321071016	公共外语 II	4.0	64	54	10	B	必修	考试	闭卷	4		√				
		16	321071029	中华优秀传统文化	1.0	18	12	6	B	必修	考查	开卷	2			▲			
	健康素养课	17	321071009	大学体育 I	2.0	36	4	32	B	必修	考查	开卷	2	√					
		18	321071010	大学体育 II	2.0	36	4	32	B	必修	考查	开卷	2		√				
		19	321071011	大学体育 III	2.0	36	4	32	B	必修	考查	开卷	2			√			
		20	321071003	大学生心理健康教育 I	1.0	16	8	8	B	必修	考查	开卷	2	√					
		21	321071004	大学生心理健康教育 II	1.0	16	8	8	B	必修	考查	开卷	2		√				
	劳动素养课	22	321071020	劳动教育 I	0.5	8	0	8	C	必修	考查	闭卷	2	√					
		23	321071021	劳动教育 II	0.5	8	0	8	C	必修	考查	闭卷	2		√				
	职业素养课	24	321071006	大学生职业生涯规划与就业指导 I	1.0	19	12	7	B	必修	考查	开卷	2	√					
		25	321071031	大学生职业生涯规划与	1.0	19	12	7	B	必修	考查	开卷	2				√		

				就业指导 II															
		26	321071002	大学生创新创业教育	2.0	36	24	12	B	必修	考查	开卷	2		▲				
文化素养课程小计					40.0	796.0	444.0	352.0	-	-	-	-	-	23.7	11.7	3.2	1.2	0.1	0.1
(二) 素质能力 选修课程	1			国家安全类	1.0	18	6	12	B	选修	考查	开卷	1	○	○	○	○		
	2			国史党史类	1.0	18	18	0	A	选修	考查	开卷	1	○	○	○	○		
	3			人文社科类	2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
	5			语言文字类	2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
	6			身心健康类	2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
	7			美育素养类	2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
	8			创新创业类	2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
	10			线上资源类	2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
	11			第二课堂类	2.0	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	○	○	○	○		
素质能力选修课程					8.0	144.0	72.0	72.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
公共基础课程合计					48	940	516	424	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
二、	(一) 专业基础 课程	1	321061086	中医药文化	2.0	36	30	6	B	必修	考查	其他	2	√					
		2	321011013	基础医学概论	6.0	108	72	36	B	必修	考试	其他	6	√					

专业 (技能) 课程	3	321061076	中医养生导论	2.0	36	36	0	A	必修	考试	机试	2		√					
	4	321061094	中医临床医学概要	3.0	54	36	18	B	必修	考试	机试	3			√				
	5	321021022	健康评估	4.0	72	36	36	B	必修	考查	其他	4		√					
	6	321061014	经络与腧穴	4.0	72	36	36	B	必修	考试	机试	4			√				
	7	321061123	亚健康学基础	2.0	36	36	0	A	必修	考试	其他	2			√				
	8	321061077	中医体质学	2.0	36	18	18	B	必修	考查	其他	2		√					
	9	321061098	亚健康治疗技术	2.0	36	18	18	B	必修	考试	其他	2				√			
	专业基础课程小计				27.0	486	318	168	-	-	-	-	-	8	8	9	2	-	-
	(二)专业核心 课程	1	321061055	中医基础理论	3.0	54	36	18	B	必修	考试	机试	3	√					
		2	321061075	中医诊断学	3.0	54	36	18	B	必修	考试	机试	3		√				
		3	321061095	人文环境养生学	2.0	36	36	0	A	必修	考试	其他	2			√			
		4	321061101	中医饮食保健	2.0	36	18	18	B	必修	考试	其他	2			√			
		5	321061104	中医传统气功养生	2.0	36	12	24	B	必修	考查	操作	2				√		
6		321061093	中医运动保健技术	3.0	54	30	24	B	必修	考查	操作	3				√			
7		321061102	中医情志养生学	2.0	36	18	18	B	必修	考试	其他	2			√				

		8	321061100	实用保健技术	4.0	72	36	36	B	必修	考查	操作	4				√		
		9	321061103	中医养生适宜技术	3.0	54	26	28	B	必修	考查	其他	3				√		
		10	321061047	针法灸法	3.0	54	12	42	B	必修	考查	其他	3				√		
		11	321061032	推拿手法	4.0	72	18	54	B	必修	考查	其他	4			√			
专业核心课程小计					31.0	558	278	280	-	-	-	-	-	3	3	10	15	-	-
(三) 专业实践课程			实习/实训名称		主要实习/实训内容					总学分	总学时	课程类别	实践方式	周数	拟开学期	修读类型	考核方式	考核方法	
	1	321061117	中医养生保健专业岗前培训	保健按摩师资格考证培训及岗前培训	2	36	C	实训	14	四	必修	考查	其他						
	2	321061138	岗位实习 I	企业、医院、养生馆岗位实习	14	280	C	实习	14	五	必修	考查	报告						
	3	321061139	岗位实习 II	企业、医院、养生馆岗位实习	14	280	C	实习	14	六	必修	考查	报告						
	4	321061002	毕业综合考试	毕业考试	1	18	C	实训	1	六	必修	考试	机试						
专业实践课程小计					31.0	614	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
专业方向拓展模块	1	321022018	中医美容技术	2.0	36	18	18	B	选修	考查	操作	2				▲			
	2	321061004	传统运动疗法	2.0	36	18	18	B	选修	考查	操作	2			▲				
	3	321062031	健康统计技术	2.0	36	18	18	B	选修	考查	操作	2			▲				

	(一)	4	321062065	健康心理学	2	36	18	18	B	选修	考查	其他	2			▲				
		5	321062041	养生保健品营销与管理	2	36	36	0	A	选修	考查	其他	2				▲			
		6	321062032	养生保健实体店运营管理	2	36	36	0	A	选修	考查	其他	2				▲			
		7	321062033	烹饪技术	2	36	36	0	A	选修	考查	其他	2				▲			
		8	321062034	职场礼仪与职业精神	2	36	18	18	B	选修	考查	其他	2					▲		
	专业 方向 拓展 模块 (二)	1	321062009	瑜伽	2	36	18	18	B	选修	考查	其他	2		▲					
		2	321062015	中医药膳学	2	36	18	18	B	选修	考查	其他	2		▲					
		3	321062008	医学营养学	2	36	18	18	B	选修	考查	其他	2			▲				
		4	321042017	现场急救技术	2	36	18	18	B	选修	考查	其他	2	▲						
	专业拓展选修课程小计				8	144	72	72	—	—	—	—	—	—	4	2	2	—	—	
	专业（技能）课程合计				97	1802	668	1134	—	—	—	—	—	11	15	21	19	—	—	
	总计	学分	总学时	实践学时占总学时比例		57%		选修课比例		22%										
		145	2742																	

备注：“A”表示纯理论课；“B”表示（理论+实践）课；“C”表示纯实践课；“√”表示必开学期；“▲”表示选开学期（选一个学期开设）；“○”表示所有学期均开设。