

2026 级中医养生保健专业



2026 年 8 月

编制说明

本专业人才培养方案适用于三年全日制高职中医养生保健专业,由洛阳文化旅游职业学院教育学院专业建设指导委员会组织专业教师,与河南中医药大学专家、河南省中医院专家及洛阳市中医院等合作企业的专家共同制订。从2026级中医养生保健专业学生开始实施。

主要编制人员一览表

序号	姓 名	所 在 单 位	职称/职务	签 名
1	牛省伟	洛阳文化旅游职业学院	院长	牛省伟
2	胡海涛	洛阳文化旅游职业学院	副院长	胡海涛
3	张元圆	洛阳文化旅游职业学院	副院长	张元圆
4	张保玲	洛阳文化旅游职业学院	教务主任	张保玲
5	李红梅	洛阳文化旅游职业学院	专业负责人	李红梅
6	耿启迪	洛阳文化旅游职业学院	教师	耿启迪
7	李玄丽	洛阳文化旅游职业学院	教师	李玄丽
8	贾修群	炎黄中医师承学院	教师	贾修群
9	高敏	恩济医院	主任医师	高敏
10	孙河龙	河南中医药大学	教务科长	孙河龙
11	李欢	河南省中医院	主任医师	李欢
12	吴琦	洛阳市中医院	科长	吴琦
13	孙婵娟	洛阳市中医院	副主任医师	孙婵娟

复核人:

牛省伟

专业负责人(签字): 李红梅

目 录

一、专业名称（专业代码）	2
二、入学基本要求	2
三、基本修业年限	2
四、职业面向	2
五、培养目标	7
六、培养规格	7
七、课程设置	8
八、 教学进程及学时安排	20
九、基本教学条件	20
十、质量管理	25
十一、毕业要求	26
附表	37

中医养生保健专业人才培养方案

一、专业名称（专业代码）

中医养生保健（520417）

二、入学基本要求

中等职业学校毕业、普通高级中学毕业或具备同等学力

三、基本修业年限

学制：三年

四、职业面向

表 1：中医养生保健专业职业面向一览表

所属专业大类（代码）	医药卫生大类（52）	
所属专业类（代码）	中医药类（5204）	
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）
主要岗位（群）或技术领域	中医养生保健、中医特色康复、健康管理	
职业类证书	家庭保健按摩、中医体质评估与应用、运动营养咨询与指导	

表 2 岗位能力与支撑课程分析表

序号	主要岗位	典型工作任务	典型岗位能力	支撑课程	合作企业
1	保健调理师	1. 接待顾客，询问并判断身体状况；2. 根	1. 能运用中医基础理论及养生保健技术	中医基础理论、经络与腧穴、中医养生	洛阳市中医院 河南博仁教育科技有限公司

		据顾客需求确定保健方法和调理部位；3. 准备刮具、罐具、灸具等调理器具并进行消毒处理；4. 运用刮痧、拔罐、艾灸、砭术等技法进行保健调理操作；5. 清洁调理操作部位并整理物品；6. 根据顾客身体状况提出饮食、作息、运动等生活方式建议；7. 告知调理后注意事项，提出调理计划	维护人体健康；2. 能对亚健康状态、常见慢性病开展按摩、艾灸、刮痧、拔罐、理疗等养生保健服务；3. 能精准取穴并进行触诊判断；4. 能进行保健调理后评定、整理与记录；5. 具备良好的沟通表达能力和安全风险规避能力	适宜技术、亚健康诊疗技能、中医体质辨识与调理、医学基础、中医临床概要、职场礼仪与职业精神	
2	保健按摩师	1. 接待顾客，询问需求及身体不适情况；2. 判断并提出按摩方案；3. 准备工作环境；4. 运用保健按摩手法	1. 能熟练掌握保健按摩手法的操作要领；2. 能准确定位常用穴位；3. 能根据顾客需求选择合适体位并进	经络与腧穴、中医养生适宜技术、亚健康诊疗技能、中医基础理论、医学基础、运动疗法、职场礼仪与职业精	洛阳市中医院 河南博仁教育科技有限公司

		为顾客进行全身各部位保健按摩；5. 进行按摩后整理，提出按摩后保健建议；6. 根据顾客身体状况制定个性化按摩方案	行规范操作； 4. 具有较强的观察、理解、判断能力；5. 能精准取穴、进行触诊判断	神	
3	健康管理师	1. 采集顾客健康信息，评估健康状况与疾病危险性； 2. 建立健康档案；3. 制定个性化健康管理方案（含饮食、运动、营养等）；4. 开展健康咨询与指导；5. 制定并落实健康促进计划；6. 跟进健康调理周期，定期回访指导	1. 能独立开展健康状况监测、分析、评估；2. 能进行健康咨询指导、健康危险因素干预；3. 能制订健康促进管理计划； 4. 能对偏颇体质、亚健康状态、常见慢性病进行评估；5. 能指导并帮助客户养成良好的生活习惯	健康检测与评估、亚健康学基础、中医体质辨识与调理、中医饮食保健、中医运动保健技术、健康心理学、健康统计技术、养生保健品经营与管理、职场礼仪与职业精神	洛阳市中医院 河南博仁教育科技有限公司
4	中医养生调理师	1. 运用中医四诊及体质辨识理论进行体质分析；2. 制	1. 能对亚健康状态、偏颇体质开展体质调理、情志调	中医基础理论、中医体质辨识与调理、中医饮食保	洛阳市中医院 河南博仁教育科技有限公司

		定个性化中医 调理方案（中 药调理、食疗 药膳、经络养 生等）；3. 动 态跟踪调理效 果并持续优 化；4. 开展基 础中医健康科 普；5. 运用中 医技术（推拿、 艾灸、拔罐等） 执行调理方案	护、药膳食疗 服务；2. 能运 用中医理论及 养生保健技术 维护和修复人 体健康；3. 能 独立开展体质 辨识、养生指 导、药膳食疗 调配；4. 能开 展中医特色康 复干预	健、中医情志 养生、中医养 生适宜技术、 亚健康诊疗技 能、中医药文 化、营养与烹 饪技术、养生 保健实体店运 营管理	
5	中医特色康复 人员	1. 运用中医 适宜技术开展 康复理疗服 务；2. 制定并 实施中医特色 康复方案；3. 对亚健康状态 及常见慢性病 进行中医康复 干预；4. 运用 现代康复设备 辅助康复治疗 ；5. 开展运 动康复指导	1. 能运用中 医适宜技术开 展康复服务； 2. 能对亚健 康状态、常见 慢性病开展养 生保健服务； 3. 能操作现 代康复保健仪 器设备；4. 能 指导服务对象 进行科学运动 康复	中医养生适宜 技术、中医运 动保健技术、 实用现代保健 技术、亚健康 诊疗技能、经 络与腧穴、中 医临床概要、 运动疗法、医 学基础	洛阳市中医院 河南博仁教育 科技有限公司

图 1 中医养生保健专业能力图谱



能独立开展健康检测与评估，制定运动处方与康复计划，运用药食同源理念进行食养食疗方案设计。

4. 情志调护与气功养生服务能力

掌握情志致病理论与调护方法（音乐疗法、心理疏导），能指导传统气功功法（八段锦、五禽戏）。

5. 养生保健实体店运营管理能力

具备门店筹建、服务运营、客户管理、财务核算与团队建设等综合能力，能独立运营养生保健实体店。

□ 专业特色：药食同源·刮痧核心技术·校企双导师·模拟创办实体店·入学即入职，毕业即就业

五、培养目标

本专业以河南战略定位和重大需求为依托，围绕洛阳的城市定位，发挥区域优势，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，掌握扎实的中医基础理论、中医养生及相关法律法规等知识，具备对偏颇体质、亚健康状态、常见慢性病开展中医养生保健等能力，能够从事中医养生、中医保健、健康管理等工作的高技能人才。

六、培养规格

本专业学生应在系统学习专业知识并完成有关实习实训基础上，全面提升知识、能力、素质，掌握并实际运用岗位（群）需要的专业核心技术技能，实现德智体美劳全面发展，总体上须达到以下要求：

（一）思想道德与职业素质要求

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、职业生涯规划的意识，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 1-2 项运动技能，达到国家大学生体质健康测试合格标准，养成良好的运动习惯、卫生习惯和行为习惯。

6. 具有一定的审美和人文素养，能够形成 1-2 项艺术特长或爱好。

（二）知识要求

1. 掌握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。

2. 熟悉与本专业相关的法律法规以及环境保护、安全消防等知识。

3. 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。

4. 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。

5. 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。

6. 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。

7. 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。

8. 熟悉对个人或群体进行中医养生保健指导与宣教的方法。

9. 了解医学心理学、卫生统计学的一般原理及基本应用。

（三）能力要求

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。

4. 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。

5. 能独立开展对服务对象健康状况的监测、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促进管理计划的能力。

6. 能独立开展中医养生保健项目的技术指导和操作。

7. 能独立开展中医养生保健指导与健康宣教等工作。

七、课程设置

本专业主要包括公共基础课程和专业课程。

（一）公共基础课程

按照国家有关规定开齐开足公共基础课程。

将思想政治理论课、大学体育、大学英语、军事理论、大学生心理健康教育、劳动教育等列为公共基础必修课程。

表 3 中医养生保健专业公共基础课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	课程属性	课程目标	主要教学内容	教学要求
1	毛泽东和中国特色社会主义理论体系概论(2 学分, 36 学时)	公共必修	引导学生拥护党的领导, 增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”, 铸牢理想信念与爱国情怀; 系统掌握马克思主义中国化时代化理论成果; 涵养劳模精神、劳动精神、工匠精神, 契合文旅行业服务规范; 提升网络信息辨别能力; 筑牢意识形态安全防线; 能用理论分析现实问题与职业场景。	包含马克思主义中国化时代化的历史进程和理论成果及其精髓、毛泽东思想及其历史地位、新民主主义革命理论、社会主义改造理论、社会主义建设道路初步探索的理论成果、中国特色社会主义理论体系的形成和发展、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观等专题在内的理论和实践教学内容。	教学场地采用智慧教室与课外实践场所相结合。教学中融合 AI 智慧教学、案例情境、问题链驱动、实践体验等教学方法, 融入洛阳红色资源与文旅案例, 依托智能平台导学, 开展研学实践, 落实“人工智能+教育”与职业素养培育。考核实行过程性、终结性与 AI 数据评价结合, 聚焦理论应用、政治认同、职业素养与实践表现。
2	思想道德与法治(3 学分, 54 学时)	公共必修	深刻把握人工智能对教育领域的深刻影响以及职业教育关键要素的职业教育新方向, 坚持立德树人根本任务, 强化思想引领, 旨在帮助大学生树立正确的世界观、人生观、价值观、道德观和法律观, 提高大学生思想、政治、道德、法律素质, 引导青年学生做有理想有本领有担当的时代新人。	本课程以新时代大学生理想信念教育为核心, 以爱国主义教育为重点, 以思想道德建设为基础, 坚持以大学生全面发展为目标, 以社会主义核心价值观为主线, 针对学生自我成长和专业发展过程中面临的问题, 开展马克思主义的世界观、人生观、价值观、道德观和法治观教育, 引导学生在专业学习和实践中感悟人生, 提高自身的思想道德素质和法律素养。	通过理论和实践教学, 帮助学生熟悉和了解专业、行业和社会, 形成崇高的理想信念, 树立正确的世界观、人生观、价值观, 加强自我职业领域和社会生活领域中的思想品德修养, 增强职业生活和社会生活中学法守法的自觉性, 全面提高学生的思想道德素质和法律素质。
3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论(3 学分, 54 学时)	公共必修	引导学生全面掌握习近平新时代中国特色社会主义思想的理论体系、实践逻辑与重大意义, 增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”, 更好用党的创新理论铸魂育人, 引导青年学生更加坚定地沿着科学理论指引的正确方向前进。	围绕“十个明确”“十四个坚持”的核心内容以及“两个结合”的方法论, 系统阐释习近平总书记对经济、政治、文化、社会、生态文明、科教、国家安全、国防和军队、“一国两制”和祖国统一、大国外交、党的建设等方面作出的理论概括和战略指引。	通过理论教学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。结合专业特色开展实践教学, 精心选取红色文旅、非遗传承、乡村振兴等行业案例, 引导学生树立职业目标, 锤炼专业技能, 担当文旅使命。

洛阳文化旅游职业学院 2026 级中医养生保健专业人才培养方案

4	形势与政策(1 学分, 18 学时)	公共必修	通过形势与政策教育,帮助学生全面正确地认识党和国家面临的形势和任务、复杂的世界局势,自觉拥护党的路线、方针和政策,坚定现代化建设和信心和社会责任感;学会运用理论理性剖析现实问题,以理论指导自身实践行动。	以学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想为主线,把坚定“四个自信”贯穿教学全过程,重点讲授党的理论创新最新成果、新时代坚持和发展中国特色社会主义的生动实践,引导学生正确认识世界和中国发展大势,正确认识时代责任和历史使命。	教学坚守正确政治立场,同党中央保持高度一致,严格落实教育部课程设置要求,分课堂教学与实践教学两大板块。课堂采用专题教学,聚焦社会热点答疑解惑;引导学生课外自主研讨热点,锤炼独立分析、解决现实问题的思维能力。
5	国家安全教育(1 学分, 18 学时)	公共必修	全面加强学生国家安全意识,丰富国家安全知识,引导学生主动运用所学知识分析国家安全问题,强化学生的政治认同,坚定道路自信、理论自信、制度自信、文化自信,提升学生维护国家安全的能力,将国家安全意识转化为自觉行动,强化责任担当。	本课程主要教学内容包括总体国家安全观的基本内涵、重点领域和重大意义,我国新时代国家安全的形势与特点,以及包括政治安全、国土安全等在内的国家安全重点领域的基本内容、重要性、面临的机遇与挑战、维护的途径与方法,总体国家安全观实践教学等。	本课程教学须以总体国家安全观为统领,将习近平新时代中国特色社会主义思想贯穿始终,以达成知识、能力与素养目标为核心。课程实施应坚持理论与实践相结合,综合采用案例研讨、情景模拟等教学方法。课程考核采用过程性评价与终结性评价相结合的方式。
6	中华优秀传统文化(文学)(4 学分, 72 学时)	必修/限选	让学生深入了解中华优秀传统文化的历史渊源、核心价值观、艺术形式及社会习俗;领悟博大精深,增强文化自信,培养热爱与传承意识,提高人文素养和审美能力。	全面介绍中华优秀传统文化主要内容和特点,涵盖洛阳文化、古代文学、历史典故、哲学思想、传统艺术等领域;通过经典诵读、历史故事分析、艺术作品欣赏等活动感受文化魅力;涉及传统节日、民俗风情等。	将中华优秀传统文化里的家国情怀、道德理念与仁爱精神有机融入课堂教学,依托历史典故阐释与哲学思想解析,引领学生树立正确三观。采用讲授配合多媒体、体验教学、小组研讨与自主研学相结合的多元方式,建立综合评价体系。
7	大学英语(8 学分, 144 学时)	必修	系统提升英语语言能力,培养跨文化沟通能力;着重听、说、读、写、译均衡发展,强调实际应用;掌握英语基础知识,了解英语国家文化、历史和社会习俗,为学术、国际交流和职业发展奠定基础。	通过丰富语言材料和多样教学活动,巩固拓展英语词汇、语法等基础;提高阅读理解、听力理解和口头表达能力;内容涵盖生活、文化、科技、教育等领域,拓宽国际视野,增强跨文化意识;培养自主学习能力和批判性思维。	引导学生对比中外文化差异,增强文化自信与民族认同;选取具有积极价值观的文本培养正确三观。词汇语法采用讲授与练习结合,阅读运用精读泛读结合,听说借助多媒体开展情景对话,写作通过范文分析与小组互评提升。鼓励网络自主学习,多元化考核。

洛阳文化旅游职业学院 2026 级中医养生保健专业人才培养方案

8	大学生心理健康教育（2 学分，36 学时）	必修	增强心理健康意识，提高自我认知与自我调适能力，培养积极向上心态和健全人格；掌握心理健康基本知识和心理调适技能，提升应对压力 and 解决问题的能力。	介绍心理健康基本概念、标准和意义；探讨大学生常见心理问题及应对策略；涵盖情绪管理、压力应对、人际交往、自我认知等方面；通过案例分析和实践活动，学会识别和处理心理问题，增强心理适应能力。	将优秀心理品质培养融入心理调适方法讲解，引导学生树立正确人生观和价值观。理论教学与案例分析（小组讨论）结合，实践活动运用角色扮演等形式，多媒体资源增强直观性。考核突出知识掌握与运用、自我认知和心理调适水平。
9	人工智能通识课（4 学分，72 学时）	公共限选课 必修课程	本课程聚焦新一代信息技术与人工智能应用，融合系统操作、AI 智能办公、数据处理、多媒体创作、智能识别、AIGC 创作及 AI 智能体搭建等核心内容，通过理实结合的教学模式，使学生掌握人工智能基础理论与主流 AI 工具实操技能，具备智能化办公、数据处理、新媒体内容创作、基础 AI 应用开发能力，树立合规安全的 AI 应用素养，适配各行业数字化、智能化岗位基础工作要求。	本课程主要讲授新一代信息技术与人工智能基础理论、Windows 操作系统实操，重点开展 AI 辅助 WPS 文档排版、Excel 智能数据处理、PPT 智能化设计优化等办公实操教学，同时涵盖图像与人脸识别、自然语言与智能语音技术、AIGC 图文视频及数字人创作、AI 智能体搭建与应用等实操内容，全程以项目化任务驱动，实现 AI 技术与实操应用深度融合。	教学需坚持理实一体化、项目化实操教学，弱化复杂理论、侧重技能落地，结合主流 AI 工具最新功能开展教学；贴合岗位实际需求设计实训任务，融入 AI 伦理、数据安全与课程思政内容；同时要求学生熟练掌握各项实操技能，养成规范严谨的操作习惯，具备自主学习 AI 新技术、独立解决实际工作问题的能力。
10	军事理论（国防教育）（2 学分，36 学时）	必修	系统传授军事基础知识和国防观念；介绍军事基础知识、国防政策、军事战略，建立全面国防意识，掌握基本军事技能；培养爱国主义精神，提高国防素养。	涵盖军事思想、军事制度、军事技术等内容；深入解读我国国防政策；学习军事战略，了解战争本质和规律，提高战略思维能力。	理论讲授与案例分析结合，讲解军事思想、国防政策时通过英雄事迹和国防建设成就激发爱国热情与国家安全责任感。实践教学通过模拟演练、军事技能训练掌握基本技能，多媒体资源增强直观性。构建多元化考核体系。
11	大学体育（6 学分，108 学时）	必修	提升身体素质和运动技能，培养健康生活方式和积极体育态度；增强体质，提高团队协作能力，培养竞技精神和运动道德规范。	涵盖田径、球类、游泳、武术等项目，通过专业教学和训练，掌握基本运动技能和规则；强调运动安全与健康知识，预防伤害，维护身体健康。	实践教学采用示范法与练习法结合，理论教学讲授运动安全与健康知识。在团队项目中强调集体荣誉感与团结协作精神，通过体育界拼搏奋进的故事激发坚韧意志。利用多媒体展示精彩赛事，考核突出技能、体能和参与态度。
12	劳动教育（2 学分，36 学时）	必修	培养勤劳、创新、合作的品质，实践能力和社会责任感；树立正确劳动观念，体验劳动价值，培养	组织参与多种劳动活动，如园艺、手工艺制作、社区服务等；学习协作、解决问题和创新思考；强调	理论讲授与案例分析结合，实践教学运用项目驱动法分组开展园艺、手工艺制作等劳动项

洛阳文化旅游职业学院 2026 级中医养生保健专业人才培养方案

	时)		勤劳精神和团队合作意识。	劳动道德和伦理意义，认识劳动是实现个人价值和社会贡献的途径。	目。通过讲述劳动模范事迹激发崇尚劳动的情怀，引导体会劳动创造价值，培养艰苦奋斗精神。活动后组织分享感悟，考核突出过程表现与成果质量。
13	大学生职业生涯规划指导(1学分, 18学时)	必修	帮助学生进行职业生涯规划，提供实用就业指导，增强就业竞争力；探索自身兴趣与职业方向契合点，掌握规划方法与求职技巧，培养自我营销能力和职场适应能力。	涵盖职业兴趣探索、职业规划方法、求职技巧、职场适应等；通过职业兴趣测试和案例分析，明确优势与兴趣；系统介绍规划步骤（目标设定、路径选择、能力提升）；涉及简历撰写、面试技巧、薪资谈判、职场礼仪、团队协作、沟通技巧等。	理论讲授与案例分析结合，实践教学运用模拟面试、小组讨论等方式。在职业兴趣探索中引导个人发展融入国家需求，在职场素养讲解中突出职业道德与敬业精神。邀请企业人士分享经验，拓宽视野。考核采用规划方案与面试模拟相结合。
14	大学生创新创业基础(1学分, 18学时)	必修/限选	培养创新创业意识和能力，激发兴趣和热情；掌握创新创业基本概念、方法和策略，了解市场动态，掌握创业流程，为职业发展和创业奠定基础。	涵盖创新思维训练、商业模式设计、市场分析与调研、融资与风险管理等；通过案例分析、团队讨论、实践操作，建立系统知识体系，提升解决实际问题能力。	理论讲授与案例研讨结合，实践教学运用项目式学习分组开展商业模式设计、市场调研等。通过案例引导个人创新创业与国家发展需求相结合，强调诚信经营、合法创业，培养职业道德与责任感。邀请创业成功人士分享，考核突出创新方案质量。
15	四史(1学分, 18学时)	选择性必修	引导学生掌握党的百年奋斗历程与精神谱系，理解“四史”内在逻辑；能以唯物史观分析历史事件、抵制历史虚无主义；可运用数字工具梳理党史脉络、创作红色作品，甄别虚假历史信息；坚定“四个自信”，传承红色基因，树立技能报国理想，涵养技术伦理与数智职业素养。	以“中国共产党简史”为主线，贯通“四史”教育，设置10个专题模块：建党与大革命时期、土地革命时期、全民族抗战时期、解放战争时期、新中国成立与社会主义改造、社会主义建设探索时期、改革开放新时期、中国特色社会主义推向21世纪、科学发展时期、中国特色社会主义进入新时代。	采用专题讲授、影视赏析、AI互动、数字红色研学等教学方式，每章融入专业实践任务。过程性评价占总成绩50%，涵盖出勤、课堂参与、线上学习及实践成果；终结性考核占50%，提交具有专业特色的实践成果。引导学生树立正确历史观，抵制历史虚无主义。
16	艺术审美(鉴赏)(2学分, 36学时)	公共选修课程	本课程面向全校各专学生开展通识美育教学，旨在普及基础艺术与审美知识，传授通用艺术鉴赏方法。课程聚焦学生审美能力培养，引导学生学	课程内容贴合通识教学需求，由理论到实践循序渐进开展教学。主要涵盖艺术审美基础理论知识，绘画、书法、建筑等视觉艺术鉴赏，音乐、戏曲、	课程坚持通识美育、学以致用原则，教师需简化专业理论，采用互动案例式教学，融入文化与思政元素。学生需积极参与课堂学习与实

			会赏析各类艺术作品、思辨审美现象,帮助学生树立健康正向的审美观念,涵养人文情怀与文化自信,完善个人综合素质与健全人格。	影视等综合艺术赏析,同时结合生活美学、红色美育开展实践拓展,兼顾中外、传统与现代艺术,全面夯实学生审美基础。	践,主动积累审美经验、独立完成学习任务。教学兼顾理论与实践,实行过程性为主的考核模式,聚焦学生审美素养与综合能力提升。
--	--	--	---	--	---

(二) 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。

表 4 中医养生保健专业课程介绍一览表

序号	课程名称	课程属性	课程目标	主要教学内容	对接岗位能力	教学要求
1	中医养生导论 (2 学分, 36 学时)	专业基础课	使学生了解中医养生保健专业的内涵与行业概况,树立专业认同感与职业规范意识	养生保健概念、发展史、服务范畴、行业政策法规及职业道德	保健调理师、健康管理师	理论讲授结合案例分析,注重职业认同感培养
2	医学基础 (2 学分, 36 学时)	专业基础课	使学生掌握人体基本结构、生理功能及疾病发生规律,为后续课程奠定医学知识基础	人体解剖学、生理学、病理学基础,常见疾病的病因与临床表现	健康检测与评估	多媒体与模型演示结合,强化对人体机能的理解
3	亚健康学基础 (2 学分, 36 学时)	专业基础课	使学生掌握亚健康的概念、分类与评估标准,具备初步识别亚健康状态的能力	亚健康范畴与流行病学、分类评估标准、中医对亚健康的认识与调理原则	亚健康状态评估	理论结合案例讨论,培养亚健康识别与评估思维
4	健康检测与评估 (2 学分 36 学时)	专业基础课	使学生掌握健康检测技术与评估流程,能独立开展健康监测和风险分析	健康检测方法、评估指标体系、健康风险评估及健康促进计	健康监测与咨询指导	强化实操模拟训练,提升检测与评估动手能力

	学时)			划制定		
5	经络与腧穴(4 学分, 72 学时)	专业基础课	使学生系统掌握经络循行规律及常用腧穴定位、主治与操作禁忌	经络系统组成、十四经脉循行、常用腧穴定位主治及针刺/按摩操作要领	按摩、艾灸、刮痧等服务	结合人体模型反复实操, 强化定位取穴准确性
6	中医临床概要(4 学分, 72 学时)	专业基础课	使学生了解中医常见病的辨证论治思路, 具备运用中医理论指导养生实践的能力	内、外、妇、儿科常见病辨证要点、治法方药及中医临床思维方法	中医特色康复服务	采用案例教学法, 培养辨证论治思维
7	中医体质辨识与调理(2 学分, 36 学时)	专业基础课	使学生掌握九种体质的分型辨识方法, 能为不同体质制定个性化调理方案	中医体质学理论、九种体质辨识方法与量表使用、偏颇体质的调理原则与方案	偏颇体质辨识与调理	理论与实训并重, 通过大量案例提升辨识准确率
8	亚健康诊疗技能(2 学分, 36 学时)	专业基础课	使学生掌握亚健康状态的中医辨证与干预技术, 具备开展亚健康诊疗服务的能力	亚健康中医辨证方法、针灸/推拿/拔罐/刮痧等干预技术及操作规范	亚健康诊疗服务	强化技能实操, 严守操作规范与安全禁忌
9	中医基础理论(4 学分, 72 学时)	专业核心课	使学生系统掌握中医核心理论体系, 树立整体观念, 能运用辨证思维进行健康评估	阴阳五行、藏象学说、气血津液、病因病机、防治原则等基础理论	辨证施养与健康咨询	注重理论体系系统性, 结合临床案例加深理解
10	中医情志养生	专业核心课	使学生掌握情志致病理论与调护方法, 能为服务	七情与五脏关系、情志致病机	情志调护服务	情景模拟实训, 训练情

	(1 学分, 18 学时)		对象制定并实施情志养生方案	理、音乐疗法/心理疏导/移情易性等调护技能		志干预方案制定与实施能力
11	中医饮食保健 (8 学分, 144 学时)	专业核心课	使学生掌握食养食疗理论与技能, 能针对常见健康问题开展膳食指导服务	食物的四气五味与功效、补养/温里/理气等食养分类、常见疾病的食养食疗方案	食养食疗服务	结合食谱设计与营养分析实训, 强化实际应用
12	中医传统气功养生(2 学分, 36 学时)	专业核心课	使学生掌握传统气功养生功法, 能指导亚健康人群开展规范的气功锻炼	道家养生理论、八段锦/五禽戏等养生气功功法、家庭气功保健及安全要领	气功养生服务	强调功法实操规范性, 注重呼吸配合与动作标准
13	中医运动保健技术(2 学分, 36 学时)	专业核心课	使学生掌握中医运动保健理论, 能科学指导服务对象进行传统运动康复锻炼	运动与健康关系、体育卫生、医务监督、运动性疾病防治及传统导引术	运动保健指导	理论教学与运动技能实训相结合, 突出指导能力
14	中医养生适宜技术(8 学分, 144 学时)	专业核心课	使学生系统掌握艾灸、推拿等适宜技术的操作要领, 能针对慢性病及亚健康开展服务	艾灸、推拿、拔罐、刮痧、砭术、敷贴等技术的操作手法、流程与适应症	按摩、艾灸、理疗等服务	以实训为核心, 严格标准化手法训练与操作考核
15	人文环境养生	专业核心课	使学生理解居住与社会文化环境对健康的影响,	人居环境与健康关系、社会文	养生保健方案设计	理论讲授结合实地调

	(2 学 分, 36 学时)		能运用环境因素设计养 生方案	化对养生的影 响、风水常识及 环境养生实施 方法		研, 培养环 境综合分析 能力
16	实用现 代保健 技术(2 学分, 36 学 时)	专 业 核 心 课	使学生掌握现代健康检 测与康复仪器的使用, 能 运用现代技术辅助健康 管理	现代健康检测 设备、康复保健 仪器操作与维 护、现代保健技 术的临床辅助 应用	健 康 管 理 与 康 复 辅 助	注重设备实 操训练, 掌 握仪器参数 设定与数据 解读
17	中医药 文化(2 学分, 36 学 时)	专 业 拓 展 课	使学生深入了解中医药 文化精髓, 增强文化自信 与职业底蕴	中医药发展史、 著名医家学术 思想、传统制药 /诊疗文化及民 俗养生智慧	文 化 传 播 与 宣 教	讲授与实地 参观(如中 医 药 博 物 馆)相结合
18	中医美 容技术 (2 学 分, 36 学时)	专 业 拓 展 课	使学生掌握中医特色美 容护理技术, 能开展面部 及全身中医美容养生服 务	中药面膜调配、 面部经络按摩、 针灸/刮痧美 容、体质内调与 外治结合技术	中 医 美 容 护 理	强化面部实 操手法, 注 重卫生安全 与个体化方 案制定
19	运动疗 法 (2 学分, 36 学 时)	专 业 拓 展 课	使学生掌握现代运动康 复原理与方法, 能针对不 同人群制定运动处方	运动处方制定、 肌力/关节活动 度训练、有氧运 动方案设计 及 康复效果评估	运 动 康 复 指 导	结合体能测 评开展方案 设计实训, 注重个体差 异
20	健康统 计技术 (1 学 分, 18 学时)	专 业 拓 展 课	使学生掌握健康数据的 收集、整理与统计分析方 法, 具备数据报告撰写能 力	医学统计学基 础、调查设计、 数 据 录 入 与 SPSS/Excel 分 析、统计图表制	健 康 数 据 分 析 与 报 告	上机实操与 真实案例数 据分析并重

				作与结果解读		
21	健康心理学(2 学分, 36 学时)	专业拓展课	使学生掌握心理健康与躯体疾病的关联, 具备基础的心理评估与疏导能力	心身疾病理论、心理评估量表使用、心理咨询基本技巧、压力管理与情绪调节	心理健康评估与疏导	情景模拟与角色扮演, 重点训练倾听与共情沟通能力
22	养生保健品经营与管理(2 学分, 36 学时)	专业拓展课	使学生掌握养生保健品的分类、法规及运营策略, 具备产品管理与营销能力	保健品市场分析、相关法律法规(食安法/广告法)、采购仓储管理及线上线下营销策划	保健品选品与经营管理	结合市场调研开展营销方案策划实训
23	养生保健实体店运营管理(2 学分, 36 学时)	专业拓展课	使学生掌握养生实体店的筹建、日常运营与团队管理技能, 具备门店经营思维	门店选址装修、服务项目设计、客户关系管理(CRM)、员工绩效考核与基础财务知识	门店综合运营管理	采用沙盘模拟经营, 培养管理决策与成本控制意识
24	营养与烹饪技术(2 学分, 36 学时)	专业拓展课	使学生掌握营养学基础及养生膳食的制作工艺, 能独立完成药膳与营养餐的烹饪	营养素功能与膳食参考摄入量、食谱编制、食材搭配、药膳烹饪工艺与调味禁忌	养生膳食制作与配餐	以实操训练为主, 重点考核刀工、火候及药膳配伍安全
25	职场礼仪与职业精神	专业拓展课	使学生树立良好的职业形象, 具备爱岗敬业、精益求精的职业精神与道	仪容仪表仪态、接待沟通礼仪、团队协作、工匠	客户服务与职场社交	开展情景演练与行为规范训练, 融

	(1 学分, 18 学时)		德修养	精神解读及职业道德行为规范		入日常养成教育
--	---------------	--	-----	---------------	--	---------

表 5 专业核心课程主要教学内容与要求

序号	课程涉及的主要领域	典型工作任务描述	主要教学内容与要求
1	基础中医理论	运用中医阴阳五行、藏象、气血津液等理论,为顾客进行辨证施养、健康咨询与评估。	① 掌握阴阳五行学说、藏象、气血津液、病因病机等中医基础理论知识。 ② 具有中医整体观,能够对顾客进行辨证施养、健康咨询与评估。
2	中医情志养生	根据中医辨证及健康评估结果,为顾客制定中医情志养生方案,并正确实施情志养生。	① 掌握情志致病与七情太过等基本知识。 ② 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。
3	中医饮食保健	根据中医辨证及健康评估结果,为顾客制定中医饮食保健方案,并正确实施中医饮食保健。	① 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、收涩类等食物的四气五味、功效作用。 ② 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。
4	中医传统气功养生	根据中医辨证及健康评估结果,为顾客制定中医传统气功养生方案,并指导顾客进行气功养生。	① 掌握道家养生理论、养生气功功法、气功外气疗法、家庭气功保健疗法等基本知识。 ② 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。
5	中医运动保健技术	根据中医辨证及健康评估结果,为顾客制定运动保健方案,并指导顾客进行运动保健。	① 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。 ② 具有运动保健技术技能,能够指导顾客进行

			运动保健。
6	中医养生适宜技术	根据中医辨证及健康评估结果，为顾客制定中医适宜技术养生方案，并运用艾灸、推拿、拔罐、刮痧等技术进行养生保健。	① 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。 ② 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。
7	人文环境养生	根据中医辨证及健康评估结果，为顾客制定人文环境养生方案，并指导顾客进行人文环境养生。	① 掌握自然环境、居住环境、室内环境与健康的基本知识。 ② 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。
8	实用现代保健技术	根据中医辨证及健康评估结果，为顾客制定现代保健方案，并运用足部按摩、美容按摩、沐浴按摩、旅游按摩等技术对顾客进行养生保健	① 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、等各种现代保健技术的基本知识。 ② 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。

（三）实践性教学环节

实践性教学贯穿于人才培养全过程，旨在强化学生的职业道德，职业能力和创新创业能力。实践性教学主要包括实验，实习实训，毕业设计，社会实践活动等形式，公共基础课程和专业课程均全面加强实践性教学。

在实践教学课程中，实施“两模块三环节”的全程实践教学体系，实现校内实训与校外实习相结合，课上实践与课下实践相结合、教师指导下的实践与学生自主实践相结合，现场实践与虚拟仿真实践相结合。实践教学与早期教育教师资格标准对接，与学习领域课程对接，将实践教学体系完全与理论教学体系融合。

表 6 实践教学体系

模块	实施环节一	实施环节二	实施环节三
----	-------	-------	-------

校内实践	教育观察（重在认知）	课程中实训（重在学中做，做中学）	岗前模拟（重在模拟演练和核心专业技能的训练）
校外实习	认知实习	跟岗实习	岗位实习

1. 实训

构建“基础技能→专项技能→综合应用”三层实训体系。在校内实训中心及校外合作基地，系统开展中医养生保健、中医特色康复、健康管理等领域的实训。包括单项技能实训、综合能力实训、生产性实训。

2. 实习

包括认识实习和岗位实习。学校将与本市三级医院治未病中心、知名连锁养生机构及健康科技公司等企业建立稳定合作关系，确保实习岗位“足量、对口、优质”。实习过程实行“校企双导师制”，校内教师负责定期巡查与理论指导，企业导师负责岗位技能传授与日常管理。实习内容严格对标《中医养生保健专业岗位实习标准》，涵盖客户管理、特色技术应用、健康咨询与宣教等核心岗位任务，并通过实习管理平台进行全过程记录与考核，确保实习质量。

八、教学进程及学时安排

教学进程安排表是人才培养方案的核心部分，参照教育部文件要求的学分、学时、课程设置、实践性教学环节等内容制定。中医养生保健专业学制三年，第一、二学年在校学习，第三学年进行岗位实习和毕业设计，实习时长为 6 个月。中医养生保健专业课程总学时 2646 学时，共 146 学分。公共基础课占总学时的 29.25%，实践教学学时占总学时的 61.38%，选修课占总学时的 12.93%。

本专业教学进程及学时安排见附表 1、附表 2。

附表 1：中医养生保健专业教学进程及课程设置表

附表 2：教学周数分配表

九、基本教学条件

（一）师资队伍

1. 队伍结构

本专业具有一支专兼职结合，知识、学历、职称、年龄和学缘结构合理、团结协作、能力互补、实践能力强、高职教育特色突出的教师队伍。专任、兼课教师共计 14 人，生师比不高于 20: 1，其中专任教师 11 人，企业兼课教师 3 人。专任教师具有高级职称 6 人，“双师型”教师 7 人，形成了一支教学水平较高、具有一定实践经验和教学成果的教学梯队。

2. 专业带头人

本专业设置两名专业带头人，具有本专业及相关专业副高及以上职称和较强的实践能力，能够较好地把握国内外居民服务业、卫生行业、专业发展，能广泛联系行业企业，了解行业企业对本专业人才的需求实际，积极参与课题研究，负责制定人才培养方案以及专业课程标准，确保教学内容的科学性和实用性。在教育教学改革、教科研工作以及社会服务方面，展现出强大的能力和影响力。

3. 专任教师

本专业专任教师具备高校教师资格，具有中医学、针灸推拿学等相关专业本科及以上学历；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，开展技术研发与社会服务，确保教学内容与行业实际紧密衔接。

4. 兼职教师

积极深化校企协同育人机制，从洛阳周边本专业相关行业企业的高技能人才中聘请了多位具有丰富行业经验与实践教学能力的专家担任行业导师和兼职教师。这些来自一线的优质师资深度参与专业人才培养过程，将行业前沿动态直接融入课程教学与实践指导中，显著增强了教学的针对性与职业性。有效拓展了学生的专业视野。

（二）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、实训室和实习基地。

1. 专业教室

配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入和 WiFi 环境，并具有网络安全防护措施。安装应急照明装置并保持良好状态，符合紧急疏散要求、标志明显、保持逃生通道畅通无阻。

2. 校内实训室

学校贯彻产出导向、学生中心、持续改进的要求，提高学生实践能力，本专业校内实训教学场所配置齐全，设备先进完善。中医基础医学实训室承担中医基础理论、中医诊断学、经络腧穴学、针灸学基础等中医基础医学课程的实践教学；中医养生保健实训室依托中医“治未病”理念，主要承担食疗、功法、经络调理、情志干预等中医养生保健核心技术的实践教学；中医技能考评实训室承担中医诊断、针灸推拿、中药应用等中医核心技能模块的实践教学，帮助学生精准定位技能短板，规范操作流程，同时为教师提供“客观化、数据化”的考评工具；中医针灸实训室具备经络腧穴知识教学和针灸操作技能训练功能，主要承担画经点穴、穴位敷贴、经络调理等实训项目。

本专业实验、实训环境与设备设施对接真实职业场景，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，确保能够顺利开展中医养生、中医保健、中医康复等实验、实训活动。

3. 校外实训基地

按照专业顶岗实习标准，建立与本专业培养目标相适应的、关系稳固的教学实训基地。目前实训基地有三级甲等医院 1 家，镇卫生院 1 家。未来将不断根据需求拓展基地数量及专业类型，计划 3 年内校外实训基地达 20 家以上，确保实践教学的每个环节都得到落实。实训单位配有专人负责实训工作，各实训岗位配有符合要求的指导教师带教。

（三）教学资源

1. 教材选用

本专业课程教材以选用“十四五”“十三五”国家规划教材为主体。优先选用中国中医药出版社等国家规划教材出版单位的全新系列教材，确保教学内容与行业前沿发展同步。对于暂无对应国家规划教材的课程，或在中国中医药出版社教材体系未能覆盖的领域，则重点选用人民出版社等权威机构出版的教材作为补充，保障教材的权威性与适用性。

学校将根据专业教学特色与实际需求,组织编写必要的校本教材。所有自编教材(含实验、实训指导书)必须符合课程标准,并经过校本教材审核专家组鉴定后方可投入使用。

针对实训课时比重较大的专业核心课程,配备相对独立、系统完整的实验、实训指导教材,以强化学生实践技能培养,规范实践教学环节。

2. 图书文献

学校图书馆内纸质图书 40.8 万册,馆内订阅纸质期刊 305 种。专业相关图书合计超过 135,000 册。其中基础学科与人文社科类图书共 60,915 册,涵盖马克思主义理论、哲学、社会科学、文化教育、自然科学总论等广泛领域。这些资源为培养学生的人文素养、科学思维与综合素质提供重要支撑。馆藏医药、卫生类图书其数量达 74,378 册,专业直接相关藏书预计占医药卫生类的 40%以上,能够全面支撑中医养生保健专业的教学、科研及学生自主学习需求。

3. 数字教学资源

本专业积极推进信息技术与教育教学的深度融合,将系统建设与配备种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新的专业教学资源库,以满足师生多元化的教学需求。重点建设与配备涵盖手法演示、药材鉴别、情志调摄实录等方面音视频素材、优秀教学课件、典型临床与服务案例构成的数字化教学案例库、以及虚拟仿真软件等在内的专业教学资源。并动态更新、满足教学需要。

(四) 教学方法

为有效达成专业培养目标,本专业遵循“学生为中心、能力为本位”的教学理念,综合运用多种现代化教学方法,强调课程思政有机融入、信息技术深度应用与实践操作强化训练,全面提升人才培养质量。

1. 深化课程思政,实现价值引领

坚持立德树人根本任务,将思政教育内嵌于专业教学全过程。深入挖掘中医“大医精诚”“治未病”“仁心仁术”等传统文化精髓与职业精神,通过案例教学、专题讨论、服务学习等方式,培养学生树立牢固的职业认同感、服务民众的社会责任感与崇高的医学伦理观,培育德术并重的新时代健康服务人才。

2. 融合信息技术,创新教学形态

广泛应用现代信息技术，构建“智慧学习”新生态。充分利用网络教学平台、虚拟仿真实训系统、在线开放课程等数字化资源，全面推行线上线下混合式教学。通过微课、动画仿真等手段化解理论难点，利用虚拟仿真技术模拟体质辨识、艾灸、拔罐等操作流程，突破时空限制进行技能预习与反复演练，提升教学效率与趣味性。

3. 强化实操实训，突出能力本位

构建以实践为主线的高效课堂。广泛采用理实一体化教学、案例教学法、项目教学法，将真实的工作场景与任务（如为特定人群制定膳食调理方案、进行情志疏导沟通、开展养生技术操作）引入课堂。通过“做中学、学中做”，强化学生动手能力与综合解决问题的能力。同时，积极组织技能竞赛、第二课堂活动，并在校外实训基地开展顶岗实习，实现技能培养与岗位需求的“零距离”对接。

典型方法举例：

“虚实结合”技能训练法：先在虚拟仿真实训系统中进行无风险的手法练习与流程熟悉，再在实体实训室进行真人实操，最后进入临床跟岗实习，形成递进式技能培养路径。

健康服务项目驱动法：以完成一个完整的健康管理项目为任务，驱动学生自主学习、团队协作，综合运用情志、膳食、运动、技术等多种养生手段解决问题。

（五）教学评价

为严格落实本专业培养目标与培养规格，切实保障高素质技术技能人才的培养质量，本专业建立以能力为核心、以过程为重点的多元化教学评价体系。该体系加大过程考核与实践技能考核在课程总成绩中的比重，采取过程性考核与终结性考核相结合的动态评价方式，对学生的学习效果进行全方位、多角度的综合评价。每门课程的具体考试方式与成绩构成比例，将根据其课程性质与特点进行灵活设定与调整。

1. 过程性考核

过程性考核旨在充分挖掘学生的学习主动性、积极性及创新精神，注重对学生学习全过程的形成性评价。考核内容紧密围绕职业能力培养，主要包括：

实操技能成绩：如灸法、罐法、推拿手法等中医适宜技术、体质辨识、健康咨询与指导等核心技能的操作规范性及熟练度。

健康方案设计成绩：针对模拟或真实案例，制定个性化的情志、膳食、运动、起居等养生保健方案的能力。

实训/见习活动成绩：在校内实训基地及校外养生机构、社区健康服务中心等教学见习基地中的综合表现。

项目任务与小组合作成绩：完成如药膳制作、健康讲座策划、养生科普文案创作等团队项目任务中的表现。

课程平时成绩：包括出勤、课堂互动、作业完成情况等。

“岗课赛证”融通成绩：鼓励并认可学生参与健康照护、老年康养等职业技能大赛的成绩，以及与“1+X”职业技能等级证书相衔接的考核成绩。

2. 终结性考核

终结性考核主要考察学生对中医基础理论、养生学原理等基础知识与基本理论的综合掌握与应用能力。考核于学期末集中组织，形式多样，主要包括：

理论试卷成绩：采用闭卷或开卷笔试，重点考查知识点的理解与运用。

技能综合考核成绩：设置技能考核站点，对学生关键实践技能进行综合测评。

健康服务案例分析报告：分析与解决养生保健实际服务过程中的典型案例。

调研报告/策划方案：如针对某一群体的健康状况调研报告，或某项养生保健服务的推广策划方案。

线上综合测评：利用网络教学平台，进行理论知识的在线考试与测评。

终结性考核可根据课程特点，灵活采用笔试、技能操作、口试答辩、计算机考试等多种方式进行。

十、质量管理

（一）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、实验教学、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。

（二）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。

（三）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。

（四）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。

十一、毕业要求

（一）学分要求：

本专业学生必须完成所有必修课课程的学习，成绩合格，同时必须修满 149 学分方可毕业。

（二）技能要求：

1. 通过专业技能考核，专业素质测评合格。专业技能考核内容见表 4。

表 7 专业技能考核内容表

项目模块	考核项目	考核内容	考核要求	合格标准
模块一：中医理论基础与辨证思维能力	中医理论基础与辨证思维能力	① 阴阳五行、藏象、气血津液、经络腧穴等核心理论的掌握程度。 ② 病因病机（六淫、七情、饮食劳逸等）的理解。 ③ 中医诊断学基础知识（望、闻、问、切）。	笔试/机考：能够准确回答理论概念，并运用理论解释生理、病理现象。	理论考试得分率不低于 80%。能够清晰、准确地阐述核心概念。
	中医辨证施养能力	① 运用四诊信息（重点考察望诊、问诊）对常见体质（如气虚、阳虚、阴虚、痰湿、湿热等）进行辨识。 ② 针对不同体质或健康问题，提出养生原则（如阳虚质和养生总则。	实操口试/案例分析：给定一个案例（或模拟客户），学生需通过询问和观察，判断其体质类型，并陈述辨证依据和养生总则。	辨证思路清晰，依据充分，提出的养生原则与辨证结果相符。1

		温阳散寒，阴虚质滋阴降火）		
模块二：传统养生保健实操技能	艾灸技术操作能力	① 艾条灸（悬灸）、艾炷灸、温灸盒等常用艾灸方法的操作流程。 ② 常用保健穴位（如足三里、关元、神阙、大椎）的定位与灸法应用。 ③ 艾灸的适应证、禁忌症及注意事项（防烫伤）。	在模型或同学（需签署同意书）身上进行操作。 评估要点：体位摆放、穴位定位准确、操作手法熟练、灸感与时间控制、安全意识。	流程规范，定位准确，能有效控制热力，全程体现安全防护意识。
	拔罐技术操作能力	① 闪火法、贴棉法等常用拔罐方法的规范操作。 ② 留罐、走罐、闪罐等不同罐法的应用。 ③ 罐象的简单辨识及起罐方法。	在规定部位进行操作。 评估要点：火源使用安全、吸附力适中、操作流畅、留罐时间合理、起罐方法正确。	操作安全无误，无烫伤风险，能根据不同需求选择合适罐法。
	刮痧技术操作能力	① 刮痧板的正确持握与使用。 ② 刮痧介质（刮痧油/乳）的合理应用。 ③ 身体各部位（颈肩、背部、四肢）的刮拭方向、手法（补法、泻法、平补平泻）与力度控制。 ④ 痧象的辨识与刮痧后的健康指导。	在模拟对象上进行操作。 评估要点：手法正确、力度均匀、顺序合理、出痧情况可控、能解释痧象含义。	手法娴熟，受术者感觉舒适，能说出操作部位的经络与保健作用。

	推拿按摩技术操作能力	①掌握揉法、揉法、推法、拿法、按法、点法、拍法等基本手法。 ② 能够运用手法进行局部放松（如颈肩部、腰背部）或保健套路操作（如全身保健按摩套路）。 ③ 常用穴位（如肩井、肾俞、合谷、涌泉）的点按。	实操考核： 在模拟对象上进行规定手法和套路的操作。评估要点：手法持久、有力、均匀、柔和、渗透，体位合理，流程完整。	掌握揉法、揉法、推法、拿 手法标准，力度适中，流程顺畅，能准确取穴，受术者感觉放松舒适。
	足部反射区保健能力	①足部主要反射区（肾、膀胱、大脑、胃、脊柱等）的准确定位。 ② 足部按摩的基本手法和操作顺序。	实操考核： 在足部模型或模拟对象上进行操作。 评估要点：反射区定位准确、手法正确、力度适宜、顺序合理。	能准确指出并操作至少 15 个主要反射区，操作过程规范。
模块三：现代健康管理 与沟通技能	健康状态评估与养生方案制定能力	① 综合运用中医辨证和现代健康信息（生活方式、饮食、睡眠等），对个体健康状态进行评估。 ② 制定个性化的、可行的中医养生保健方案，内容可涵盖起居、饮食、运动、情志及适宜的技术调理。	综合案例分析/毕业设计： 提交一份完整的健康评估报告和养生方案。	方案结构完整，评估全面，建议具体、个性化，符合中医理论，具有可操作性。
	营养食疗与药膳指导能力	① 常见食物和常用药食同源食材的性味归经与功效。 ② 针对不同体质和常见健康问题（如失眠、便秘、疲劳）提供食疗建议和简单药膳配方。	笔试/方案设计： 根据给定案例，设计一份一日食疗建议或一个药膳方，并说明其配伍原理和适用人群。	建议符合中医食疗原则，配方合理，食材选择恰当，能清晰阐述其养生作用。

	情志调摄与健康教育能力	① 理解情志与健康的关系（七情内伤）。 ② 掌握基本的情绪疏导与情志调摄方法（如音乐疗法、静坐、导引等）。 ③ 能够向客户或公众进行中医养生知识的科普宣讲。	模拟宣讲/小组讨论： 围绕一个养生主题（如“春季养肝”）进行 5-10 分钟的微型健康讲座。	内容科学准确，表达清晰生动，互动性好，能有效传递健康理念。
	有效客户沟通与咨询服务能力	① 服务礼仪与专业形象的建立。 ② 有效倾听与问询技巧。 ③ 服务流程的规范执行（接待、咨询、操作、后续跟进）。	角色扮演：模拟完整的客户服务场景，从接待到服务结束。	沟通顺畅，富有同理心，能建立信任感，流程规范，能妥善处理客户简单疑问。
模块四：职业素养与安全规范	职业伦理、安全与卫生规范	遵守职业道德，保护客户隐私。 ② 严格执行操作器械的消毒与环境卫生标准。 ③ 熟知各项技术的禁忌症和风险防范措施。	笔试/日常行为观察： 考核对职业道德规范和卫生安全知识的理解。 实操嵌入考核：在所有实操考核中，安全与卫生作为一票否决项。如发生严重违规（如操作前不洗手、用具不消毒），则实操考核不通过。	牢固树立“安全第一”的观念，行为符合职业规范。

2. 完成毕业设计

毕业设计须在岗位实习期间独立完成，并通过学院组织的评审答辩。

（三）实践经历要求

完成课程计划要求的所有实践课程，取得至少 6 个月的实习工作经历证明。

（四）职业资格证书要求

为深化“岗课赛证”综合育人，实行“1+X”证书制度，鼓励学生毕业前至少获取一项与专业核心能力相关的职业资格证书或技能等级证书。

推荐获取证书：

保健调理师（中级/高级）：核心推荐证书，直接对应中医适宜技术操作岗位。

健康管理师（三级/四级）：推荐获取，对应健康评估与咨询管理岗位。

“1+X” 老年照护、“1+X” 运动营养咨询与指导等职业技能等级证书。

学校将证书标准融入专业课程体系，在《中医养生适宜技术》、《健康检测与评估》等核心课程教学中有机嵌入考证内容，并组织考前专项辅导，为学生获取证书提供有力支持。

2026 年专业课程设置及教学进度表

二级学院：教育学院				学时分配			学制：三年		填报人：李红梅				负责人：牛省伟		
课程模块	课程类型	课程编码	课程名称	学时分配			学期及周学时数						学分	考核方式	备注
				总学时	理论学时	实践学时	一	二	三	四	五	六			
											实习	实习			
公共基础课程模块	思政课程	160008-160011	形势与政策	18	12	6	0.25	0.25	0.25	0.25			1	考查	
		160004	思想道德与法治	54	36	18		3					3	考试	
		160005	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	36	24	12	2						2	考试	
		160007	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	54	45	9			3				3	考试	
		160016	国家安全教育☆	18	8	10				1			1	考查	
	公共必修课程	130055-130056	大学体育☆	108	12	96	2	2	2				6	考试	
		150003	军事理论（国防教育）	36	16	20	2						2	考查	学生中心军训
		120237	大学生心理健康教育	36	24	12		2					2	考查	

洛阳文化旅游职业学院 2026 级中医养生保健专业人才培养方案

		150033-1 50036	劳动教育	36	6	30	0.5	0.5	0.5	0.5			2	考查	
	公共 限定 必修 课程	150029-1 50030	中华优秀传统 文化（文学） ☆	72	44	28	2	2					4	考查	
		150007-1 50010	大学英语☆	144	72	72	2	2	2	2			8	考查	
		150001-1 50002	人工智能通识 课	72	18	54	2	2					4	考查	
			大学生职业生 涯规划和就业 指导	18	6	12	0.5	0.5					1	考查	
			大学生创新创 业基础	18	12	6			0.5	0.5			1	考查	
		公共必修小计			720	335	385	13.2 5	14.2 5	8.25	4.25	0	0	40	
	公共 选修 课程	16006	四史	18	12	6				1			1	考查	
			艺术审美（鉴 赏）	36	24	12	0.5	0.5	0.5	0.5			2	考查	网络选修
		公共选修小计			54	36	18	0.5	0.5	0.5	1.5	0	0	3	
	公共基础课程合计				774	371	403	13.7 5	14.7 5	8.75	5.75	0	0	43	
专	专		中医临床概要	72	54	18		4					4	考试	

洛阳文化旅游职业学院 2026 级中医养生保健专业人才培养方案

业 课 程 模 块	业 必 修 课		医学基础	36	24	12	2						2	考察	
			亚健康学基础	36	24	12	2						2	考察	
			中医基础理论 *	72	54	18	4						4	考试	
			中医情志养生 *	36	24	12				2			2	考察	
			健康检测与评估	36	12	24		2					2	考察	
			经络与腧穴	72	54	18		2	2				4	考试	
			中医养生导论	36	24	12	2						2	考试	
			中医饮食保健 *	144	72	72			4	4			8	考试	
			中医传统气功 养生*	36	12	24			2				2	考察	
			中医运动保健 技术*	36	12	24				2			2	考察	
			中医养生适宜 技术*	144	72	72			4	4			8	考试	
			中医体质辨识 与调理	36	12	24			2				2	考察	
			人文环境养生 *	18	12	9				1			1	考察	
			实用现代保健 技术*	36	12	24				2			2	考察	

洛阳文化旅游职业学院 2026 级中医养生保健专业人才培养方案

		亚健康诊疗技能	36	12	24				2			2	考察	
		专业必修课小计	882	486	399	10	8	14	17	0	0	49		
	专业选修课	中医药文化	36	27	9	2						2	考查	
		中医美容技术	36	12	24			2				2	考查	
		运动疗法	36	9	27				2			2	考查	
		健康统计技术	18	12	6		1					1	考查	
		健康心理学	36	24	12	2						2	考查	
		养生保健品经营与管理	36	24	12			2				2	考查	
		养生保健实体店运营管理	36	24	12				2			2	考查	
		营养与烹饪技术	36	12	24		2					2	考查	
		职场礼仪与职业精神	18	6	12		1					1	考查	
		专业选修课小计	288	150	138	4	4	4	4	0	0	16		
	专业课程合计		1170	636	537	14	12	18	21	0	0	65		
综合	军事技能		36	0	36	36						2	考查	军事技能训练 21 天。

洛阳文化旅游职业学院 2026 级中医养生保健专业人才培养方案

实践模块	认识实习（实训）	72	0	72	18	18	18	18			4	考查	1-4 学期均开设，累计至少 8 周。
	安全教育	36	0	36	9	9	9	9			1	考查	每月两次，利用班会时间。
	社会实践	54	0	54	9	18	9	18			3	考查	寒假一周，暑假两周。
	毕业设计	72	18	54						72	4	考查	
	岗位实习	432	0	432					270	162	24	考查	
	综合实践合计	702	18	684	72	45	36	45	270	234	38	课程按教学周计算，换算为学期总课时	
学时、学分总计		学时	理论	实践	一	二	三	四	五	六	学分	总计为：公共基础课程合计，专业课程合计，综合实践合计三项之和，并计算理论合和实践学时占从学时百分比。	
		2646	1025	1624	571.5	526.5	517.5	526.5	270	234	146		
		百分比	38.74%	61.38%	21.60%	19.90%	19.56%	19.90%	10.20%	8.84%			
公共基础课占总学时百分比		29.25%											

选修课占总学时百分比	12.93%
实践教学占总学时百分比	61.38%
开设课程门数	39
考试课程门数	10

注：16-18 学时计 1 学分，专业核心课程后标注“*”，书院课程后标注“☆”；严格按照国家文件，学生需达到毕业标准。

附表

2026 级三年制中医养生保健专业学期教学周数分配表

周次 学期	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
一			★	★	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	△	△	■	■	●
二	☆	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	△	△	■	■	●
三	☆	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	△	△	■	■	●
四	☆	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	△	△	■	■	●
五	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
六	▲	▲	▲	▲	○	○	○	○												

说明：

1. 教学单位依据上级文件，学校实际，专业内涵建设，科学安排每学期周教学。

2. 符号： ★—军训，☆—社会实践，■—理论教学，▲—实习，△—校内实训，○—毕业设计，●—考试