

高等职业学校中医养生保健专业教学标准

(征求意见稿)

一、专业名称（专业代码）

中医养生保健（620803）

二、入学要求

普通高级中学毕业生、中等职业学校毕业或具备同等学力

三、基本修业年限

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 (62)	健康管理 与促进类 (6208)	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 健康管理师

五、培养目标

本专业培养理想信念坚定、德技并修、全面发展，具有一定的科学文化水平、良好的职业道德、工匠精神和创新精神，具有较强的就业能力、一定的创业能力和支撑终身发展的能力；掌握中医养生保健专业知识和技术技能，面向居民服务业、卫生、社会工作行业的保健

服务人员、健康咨询服务人员等职业群，能够从事中医养生、中医保健、健康管理等工作的高素质技术技能人才。

六、培养规格

本专业毕业生应在素质、知识和能力等方面达到以下要求。

（一）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、全球视野和市场洞察力；

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一两项运动技能，养成良好的行为习惯；

6. 具有一定的审美和人文素养，能够形成一两项艺术特长或爱好。

（二）知识

1. 掌握必备的思想政理论、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、文明

生产等相关知识；

3. 掌握本专业必须的中医基本知识，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；

6. 掌握必要的中医养生保健、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；

7. 熟悉本专业必须的西医相关知识，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

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. 具备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. 具备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，具备健康咨询指导、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、课程设置及学时安排

（一）课程设置

课程包括公共基础课程和专业课程。

1. 公共基础课程

根据党和国家有关文件规定，将思想政治理论、中华优秀传统文化、体育、军事理论与军训、大学生职业发展与就业指导、心理健康教育等列入公共基础必修课；并将党史国史、劳动教育、医古文、外语、信息技术、创新创业教育、健康教育、美育、职业素养等列入必修课或选修课。

学校根据实际情况开设具有本校特色的校本课程。

2. 专业课程

一般包括专业基础课程、专业核心课程、专业拓展课程，并涵盖有关实践性教学环节。学校自主确定课程名称，但应包括以下主要教学内容：

（1）专业基础课程

一般设置 6~8 门。包括医学基础概要、健康检测与评估、西医临床医学概要、营养学、中医诊断学、经络与腧穴、中医临床医学概要、亚健康学等。

(2) 专业核心课程

一般设置6~8门。包括中医基础理论、中医情志养生学、中医饮食保健学、中医传统气功养生学、运动保健学、中医针灸推拿养生学、人文环境养生学、实用保健技术等。

(3) 专业拓展课程

包括中医药文化、中医美容技术、运动疗法、健康统计技术、健康心理学、养生保健品经营与管理、养生保健实体店运营管理、烹饪技术、职场礼仪与职业精神等。

3. 专业核心课程主要教学内容与要求

序号	专业核心课程	主要教学内容与要求
1	中医基础理论	中医学的概念、发展史及主要特点；精气学说、阴阳学说、五行学说；五脏、六腑、奇恒之腑、脏腑之间的关系；精、气、血、津液、精气血津液之间的关系；经络的概念、经络系统的组成、十二正经、奇经八脉、经络的功能及应用；体质的概念、影响体质的因素、体质的分类及应用；外感病因、内伤病因、病理产物性病因、其他病因；发病机理与类型、邪正盛衰、阴阳失常、气血失常、津液失常、内生“五邪”、疾病演变；养生、防治及康复原则；中医诊断的基本原理、基本原则；望诊、闻诊、问诊、切诊；八纲辨证、病因辨证、气血津液辨证、脏腑辨证
2	中医情志养生学	中医情志养生概述；神（神、养神、治神）；传统文化与情志养生；情志致病与七情太过（喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七情致病）；中医情志养生的基本方法（移情法、暗示法等）；常见疾病的情志养生法
3	中医饮食保健学	中医饮食保健学概论、发展概况及特点；食物与保健总论；补养类食物；温里类食物；理气类食物；理血类食物；消食类食物；祛湿类食物；清热类食物；化痰止咳平喘类食物；解表类食物；收涩类食物；

序号	专业核心课程	主要教学内容与要求
		常用食疗药膳中药材； 食养与食疗
4	中医传统气功 养生学	气功总论； 八卦与经络脏腑、道家养生理论； 养生气功法：初级功法、中级功法、高级功法及常见病症的对症修炼功法； 道家乐功功法； 气功外气疗法（外气的物质基础、外气的临床应用）； 家庭气功保健疗法（家庭外气保健术、道家气功练养五脏法、气功与减肥健美）
5	运动保健学	运动与健康； 体育卫生（体质与健康、运动环境卫生、运动营养卫生以及不同年龄、性别人群的体育卫生）； 医务监督（运动性疲劳产生机制及其消除途径、人体形态和机能的检测与评定、体育课和运动训练与比赛的医务监督、运动性病症的防治以及运动员的科学选材等）； 运动性疾病； 运动创伤防治（运动损伤发生的规律及其急救与处理，人体各部位运动损伤的原因、症状、治疗和预防）； 体育康复（体育康复理论与实践、运动处方、运动损伤后的体育医疗与机能康复及常见病的体育康复等）
6	中医针灸推拿 养生学	中医针灸推拿养生概述； 针刺养生； 艾灸养生； 推拿养生； 拔罐养生； 刮痧养生； 砭术养生； 敷贴养生
7	人文环境养生 学	环境养生概述； 自然环境与健康； 居住环境与健康； 室内环境与健康； 常用环境养生法
8	实用流行保健 技术	流行保健技术概述； 保健按摩术； 足部按摩术； 减肥按摩术； 美容按摩术； 发廊按摩术； 沐浴按摩术； 旅游按摩术； 国外按摩术

4. 实践教学环节

主要包括实验、实训、社会实践和顶岗实习等。在校内外进行中医情志养生实训、中医传统气功养生实训、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综合实训；社会实践由学生在寒、暑假由学校组织可在社区医院、乡镇卫生院及中医养生机构等开展完成；顶岗实习由学校组织可在各级医院相关科室、医养结合机构、中医养生保健机构为主完成。实训实习既是实践性教学，也是专业课教学的重要内容，应注重理论与实践一体化教学。应严格执行《职业学校学生实习管理规定》有关要求。

5. 相关要求

学校应结合实际，开设安全教育、社会责任、绿色环保、管理等方面的选修课程、的选修课程、拓展课程或专题讲座（活动），并将有关内容融入到专业课程教学中；将创新创业教育融入到专业课程教学和有关实践性教学环节中；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。

（二）学时安排

总学时一般为 2800 学时，每 18 学时折算 1 学分。公共基础课总学时不少于总学时的 25%。实践性教学学时原则上不少于总学时的 50%，其中，顶岗实习累计时间一般为 6 个月，可根据实际集中或分阶段安排实习时间。各类选修课程学时累计不少于总学时的 10%。

八、教学基本条件

（一）师资队伍

1. 队伍结构

学生数与本专业专任教师数比例不高于 25:1，双师素质教师占专业教师比一般不低于 60%，专任教师队伍要考虑职称、年龄，形成

合理的梯队结构。

2. 专任教师

具有高校教师资格和本专业领域有关证书；有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心；具有中医养生学、中医学、康复治疗学、针灸推拿学等相关专业本科及以上学历；具有扎实的中医养生保健相关理论功底和实践能力；具有较强信息化教学能力，能够开展课程教学改革和科学研究；每5年累计不少于6个月的临床医院或企业实践经历。

3. 专业带头人

原则上应具有副高及以上职称，能够较好地把握国内外行业、专业发展，能广泛联系行业企业，了解行业企业对中医养生保健专业人才的需求实际，教学设计、专业研究能力强，组织开展教科研工作能力强，在本区域、领域具有一定的专业影响力。

4. 兼职教师

主要从医院或相关企业聘任，具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，具有扎实的中医养生保健专业知识和丰富的实际工作经验，具有中级及以上相关专业职称，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教学任务。

（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、实训室和实训基地。

1. 专业教室基本条件

一般配备黑（白）板、多媒体计算机、投影设备、音响设备，互联网接入或 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. 校内实训室基本要求

(1) 中医养生实训室

配备治疗床、治疗凳、刮痧器具、艾绒、艾条、针灸模型、砭具、火罐等养生设备。用于中医情志养生学、中医传统气功养生学、中医针灸推拿养生学等课程的教学与实训。

(2) 中医保健实训室

配备药膳食谱、按摩床、按摩巾、治疗凳、穴位模型、穴位挂图、耳穴模型、针灸模型等保健设备。用于中医饮食保健学、运动保健学、实用流行保健技术等课程的教学与实训。

以上实训室还可以作为学生创新创业的实践平台。

3. 校外实训基地基本要求

具有稳定的校外实训基地。能够提供开展中医养生保健专业相关实践教学活动，实训设施齐备，实训岗位、实训指导教师确定，实训管理及实施规章制度齐全。

4. 学生实习基地基本要求

具有稳定的校外实习基地。能提供中医养生保健专业相关实习岗位，能涵盖当前专业发展的主流技术，可接纳一定规模的学生实习；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；有保证实

习生日常工作、学习、生活的规章制度，有安全、保险保障。

5. 支持信息化教学方面的基本要求

具有利用数字化教学资源库、文献资料、常见问题解答等的信息化条件。引导鼓励教师开发并利用信息化教学资源、教学平台，创新教学方法、提升教学效果。

（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、图书资料及数字资源等。

1. 教材选用基本要求

按照国家规定选用优质教材，禁止不合格的教材进入课堂。学校应建立由专业教师、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人才培养、专业建设、教科研等工作的需要，方便师生查询、借阅。专业类图书文献主要包括：行业及相关政策法规、职业标准；中医养生保健的技术、标准、方法、操作规范以及实务案例类书籍等。

3. 数字资源配置的基本要求

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、数字教材等专业教学资源库，种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新、满足教学。

九、质量保障

（一）学校和二级院系应建立专业建设和教学过程质量监控机制，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、毕业设计以及专业调研、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。

（二）学校、二级院系及专业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。

（三）学校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。

（四）专业教研组织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。