

营养与健康专业 人才培养方案

(专业代码: 720801)

漯河市食品工业中等专业学校

二〇二四年五月

营养与保健专业人才培养方案

一、专业名称（专业代码）

专业名称：营养与保健专业

专业代码：720801

二、入学要求

初中阶段教育毕业生或具有同等学力者。

三、修业年限

学制：全日制三年

四、职业面向

所属专业 大类（代 码）	专业名 称（代 码）	专业方向	主要职业类别 （代码）	主要岗位类别 （或技术领域）	职业资格证书 或技能等级证 书举例
医药卫生 (72)	营养与 保健 (72080 1)	医疗服务机构 社区卫生服务中心 健康体检中心 健康管理公司 营养咨询公司 心理咨询机构 养生会所	健康管理师、 中医药膳师 公共营养师、 中医保健调理师	健康管理师、 中医药膳师、 公共营养师、 中医保健调理师	健康管理师、 中医药膳师、 公共营养师、 中医保健调理 师

五、培养目标

本专业坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导、立德树人，坚持德育为先，注重全面发展，面向现代健康产业和社会大众健康需求，培养具备深厚专业素养和实践能力，掌握健康管理服务基本理论、技能和管理方法，熟悉基础医学概论、临床医学概论、预防医学概论和中医基础的基本理论知识，能在健康管理专业方面、卫生、社会保险、社区服务等公共事业单位从事营养与保健工作的应用型人才。

六、培养规格

本专业毕业生应具有以下知识要求、能力要求和素质要求：

（一）知识要求

1. 掌握基础医学概论、临床医学概论、预防医学概论和中医基础等基础知识。
2. 掌握中医基础的基本理论的知识。
3. 掌握中医养生保健实用技能。
4. 掌握健康管理服务基本理论、技能和管理方法。
5. 熟悉医学信息处理、心理咨询、常见慢性非传染性疾病等专业知识。
6. 熟悉我国的健康管理发展及相关的法律政策。
7. 掌握一定的人文社会科学知识。
8. 掌握本专业必备的自然科学基础知识。

（二）能力要求

1. 掌握基础医学概论、临床医学概论、中医基础和预防医学概论等基础知识。
2. 掌握中医基础的基本理论的知识。
3. 掌握中医养生保健实用技能。
4. 掌握健康管理服务基本理论、技能和管理方法。
5. 熟悉医学信息处理、心理咨询、常见慢性非传染性疾病等专业知识。
6. 熟悉我国的健康管理发展及相关的法律政策。
7. 掌握一定的人文社会科学知识。
8. 掌握本专业必备的自然科学基础知识。

（三）素养要求

1. 具有良好的职业道德，能自觉遵守行业法规、规范和企业规章制度。

2. 具备道德伦理意识。
3. 具有团队精神，能够团结协作，树立良好的服务意识。
4. 具有较强的语言表达能力和沟通协调能力。
5. 具有自主学习和适应岗位变换的能力，有一定的创新思维。
6. 具有良好的行为习惯，具备规范操作、节能环保等职业意识。
7. 具有一定的计算机操作能力。

七、课程设置

(一) 公共基础

序号	课程名称	主要教学内容和要求
1	心理健康与职业生涯	中等职业学校开设的一门公共基础课。通过本门课程的学习，使学生树立正确的职业观念和职业理想，树立正确的职业理想和职业观，做好适应社会、融入社会和就业的准备
2	职业道德与法治	中等职业学校学生必修的一门德育课程。通过本课程的学习，进一步提高学生的职业道德素质和法制素质，引导学生树立新时代中国特色社会主义荣辱观，增强其社会主义法治意识
3	中国特色社会主义	以马克思主义中国化最新成果为重点，全面把握中国特色社会主义进入新时代，系统阐释习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容和历史地位，充分反映建设社会主义现代化强国的战略部署
4	应用文写作	中等职业学校各专业开设的一门公共基础课程。以日常生活及工作中出现频率比较高的应用文种的理论知识讲解为主线，包含了党政机关公文、工作事务文书、学业礼仪文书、经济传播文书、现代电子文书5类，涵盖面广，分类清晰，并辅以大量内容新颖、语言规范、格式标准的例文及评析
5	语文	中等职业学校学生必修的一门公共基础课程。通过学习本课程，使学生进一步提高正确理解与运用祖国语言文字的能力，培养学生热爱祖国语言文字的思想感情，提高其科学文化素养，以适应就业和创业的需要
6	数学	中等职业学校学生必修的一门公共基础课，通过本课程的学习，使学生掌握社会生活所必须的一定的数学基础知识和基本运算能力，培养学生的数学思维能力，发展学生的数学应用意识，为学生学习职业知识和形成职业技能打好基础
7	英语	中职学校各专业学生必修的一门公共基础课。通过本课程的学习，让学生产生英语学习的兴趣，掌握一定的英语语言知识，具备基本的听说读写能力，了解文化差异，能在日常工作和生活中进行有效交流

8	信息技术	中职学校各专业学生必修的一门公共基础课。通过本课程的学习，使学生掌握必备的信息技术基础知识和操作技能，培养其应用信息技术解决实际问题的能力，以适应其专业学习、劳动就业和继续发展的需要
9	体能训练	中等职业学校各专业学生必修的基础课程。通过本课程的学习，使学生掌握必要的体育与卫生保健基础知识和运动技能，增强体育锻炼与保健意识，为学生终身锻炼、继续学习与创业立业奠定基础
10	艺术欣赏	中等职业学校各专业学生必修的基础课程。通过本课程的学习，提高学生的审美素养，培养其高雅的审美品位，进一步提高学生的人文素养，塑造其健全人格
11	就业指导与创业教育	中职学校各专业学生必修的一门公共基础课。通过“就业指导与创业教育”这门课程的学习，指导大学生如何完成好自己的学业，做好从学生到“职业人”的转换，使大学生懂得要做和如何做好自己的职业规划的必要性和方法，掌握如何按照自己的规划有目的地提升自己的基本能力、专业能力、创业意识就业技巧和综合素质的途径，从而提高学生的就业竞争力，并顺利就业
12	中国历史	中国从盘古开天到二十一世纪之间的历史。从盘古、女娲、后羿等神话时代算起有 5000 年；从三皇五帝算起有 4600 年；自夏朝算起有 4100 年；从中国第一次大一统的中央集权制的秦朝算起有 2200 年
13	世界历史	世界历史是历史学的一门重要分支学科，内容为对人类历史自原始、孤立、分散的人群发展为全世界成一密切联系整体的过程进行系统探讨和阐述。世界历史学科的主要任务是以世界全局的观点，综合考察各地区、各国、各民族的历史，运用相关学科如文化人类学、考古学的成果，研究和阐明人类历史的演变，揭示演变的规律和趋向

(二) 专业基础

1. 中医基础

主要内容包括中医基础理论、中医诊断、中药、方剂及针灸五大部分，注意保持中医理论架构的体系，诸如阴阳五行、藏象学说、经络、气血津液等，以体现中医学术的特质所在，是一本供临床医学、康复治疗、护理学、中药学、药学、公共事业管理类等专业学生和中医药感兴趣者入门学习的实用课程。

2. 正常人体解剖

是一门研究正常人体形态结构的科学，属于生物学中的形态学范畴。正常人体解剖学课程是学习中医和西医的必修课，也是中医药学各门学科的先修课，通过本课程的教学，要求学生理解和掌握人体形

态结构的基本知识，为学习其他基础医学和临床医学打下必要的基础。

3. 管理学概论

全书体系完整、结构清晰、可读性强，并在每章后都附有小结和研讨题。本书可供经济与管理类专业管理学概论和管理学基础理论课程使用，也可供其他专业选修管理类课程或各类管理干部培训使用。

（三）职业技能

1. 健康管理概论

本课程包括医学相关的基础知识、中医治未病的相关理论、健康管理涉及的信息管理、风险评估、健康教育、生活方式管理、心理干预、疾病管理等健康管理内容，同时也包括了公共场所、体检中心、保险行业中健康管理的相关知识，并对我国健康服务业发展现状进行概括和展望。

2. 推拿学基础

本课程明确并突出目前推拿临床的指导理论，围绕手法、功法防治手段，以及临床疾病推拿治疗，传授推拿学的基本理论、基本知识、推拿临床的基本技能，融汇目前的推拿学术动态与研究成果，使课程具有思想性、科学性、启发性、先进性、实用性。在“十五”规划教材明确推拿防治手段包括手法与功法的基础上，在临床疾病治疗篇中增加各病的功法防治；调整、增加相关基础理论和临床应用，以及研究进展的内容，包括脊柱病因学说、肌筋膜经线学说、激痛点理论、人体运动解剖、临床研究和主要推拿流派介绍等。在全面、系统地反映推拿学科整体面貌的基础上，突出本专业的重要知识点，以提高推拿临床应用能力培养为目标，兼顾临床、科研基础知识，体现出传统与现代、继承与发扬、局部与系统之间的有机融合。

3. 全科医学概论

本课程在结构上分为全科医学的基本概念及全科医学实践两大

部分，在内容上涵盖了内科、外科、妇产科、神经科、五官科及心理医学等各个学科及其重要分支。本书不仅斟酌了全科医学基本理论的深度与广度，更注重课程知识的系统性和实用性，尤其突出以患者为中心的全科医疗实践，强调临床实用性，引导全科医师规范行医。

4. 中医体质

本课程通过对中医体质的概念与范畴、体质的形成、体质分类、体质生理、体质病理、体质诊断、体质与治疗、体质与养生预防等系统论述，实现对中医基础理论的延伸和创新，并为生命科学提供新的认识体系。课程中提出并涉及了许多重大科学命题，如探讨“形神合一”的科学内涵。从形态结构—生理功能—心理特征—生物遗传方面，揭示由多种复杂因子构成的体质现象。通过“因人制宜”思想的具体表述，阐明体质调治的机制和方法，进一步揭示中医学是整体调节的医学，为个体化诊疗提供理论依据。中医体质分类研究、体质与疾病的相关性研究、体质可调性研究是本课程的三条主线，也是今后体质研究的主要任务。

5. 医学心理

本课程为了适用现代医学模式的转变，为全面增进医学院校学生、医护人员、医院管理人员关于医学心理学的知识和能力。基于医学心理学的临床应用性质，本课程的开设力求具有临床实用性。

6. 健康教育概论

本课程在教学中安排学生的实习操作，培养学生在个体、人际和社会不同层面对不同人群（受众）开展健康教育与健康促进的能力，包括如何进行受众的需求评估、计划的制订、传播材料的制作、干预的实施、项目的管理以及效果的评价等不同阶段的实践能力。

7. 健康管理学案例与实训教程

本课程主要从健康信息管理、健康风险评估、健康管理相关法律与伦理、健康教育与健康促进、社区健康管理、学校健康管理、职业

场所健康管理、家庭健康管理、健康体检、健康保险、健康管理服务产业等方面进行实际案例与实训介绍，内容板块包括学习目标、导入案例、主要知识点、案例分析、能力和知识拓展、实训与指导等，形式丰富多样。

8. 中医养生保健

本课程分甲、乙、丙、丁四部。甲部介绍保身全生的方法，乙部论述修心养性的原则。丙部和丁部分别辑录历代养生论著的名篇及保健活动的范例。本课程主要讲述了从中国传统医药的理论引申到生活实践的领域的知识。

9. 小儿推拿概论

小儿推拿是建立在祖国医学整体观念的基础上，以阴阳五行、脏腑经络等学说为理论指导，运用各种手法刺激穴位，使经络通畅、气血流通，以达到调整脏腑功能、治病保健目的的一种方法。

10. 艾灸治疗概论

本课程通过激发经气的活动来调整人体紊乱的生理生化功能，从而达到防病治病目的的一种治疗方法。艾灸作用机制与针灸有相近之处，并与针灸有相辅相成的治疗作用。

八、教学计划

学期 (周课时)	序号	课程名称	学时	学期周学时数						考核方式	
				一学年		二学年		三学年		考试	考查
				1	2	3	4	5	6		
第一学期 (合计 18周)	1	语文(基础模块上)	72	4						√	
	2	数学(基础模块上)	72	4						√	
	3	英语(基础模块上)	72	4						√	
	4	中国特色社会主义	36	2						√	
	5	体能训练	36	2							√
	6	艺术欣赏	36	2							√
	7	中医养生保健	72	4						√	
	8	健康管理学	72	4	4					√	
	9	中医基础	72	4						√	

		合计	540	30	4						
第二学期 (合计 18周)	1	语文(基础模块下)	72		4						√
	2	数学(基础模块上)	36		2						√
	3	英语(基础模块下)	36		2						√
	4	心理健康与职业生涯	36		2					√	
	5	信息技术	72		4					√	
	6	体能训练	36		2						√
	7	艺术欣赏	36		2						√
	8	正常人体解剖	36		2					√	
	10	全科医学概论	72		4					√	
	11	管理学基础	72		4					√	
	12	针灸学基础	72		4					√	
			合计	576		32					
第三学期 (合计 18周)	1	哲学与人生	36			2				√	
	2	体能训练	36			2					√
	3	中国历史	36			2					√
	4	艾灸治疗技术	72			4				√	
	5	推拿基础	72			4				√	
	6	中医诊断	72			4				√	
	7	职业技能模块	72			4					√
	8	医学心理	72			4				√	
	9	中医药膳	36			2				√	
			合计	504			28				
第四学期 (合计 18周)	1	职业道德与法治	36				2				√
	2	世界历史	36				2				√
	3	体能训练	36				2				
	4	小儿推拿	72				4			√	
	5	中医体质	72				4			√	
	6	市场营销	72				4			√	
	7	职业礼仪	72				4				√
	8	健康管理案例与实训教程	72				4			√	
	9	健康教育概论	72				4			√	
			合计	540				30			
第五学期		实习 (劳动与工匠精神教育)	540								
第六学期		实习 (劳动与工匠精神教育)	540								
公共基础课小计			864								
随堂实训			1620								
顶岗实习			1080								
合计			3240								

九、教学保障

(一) 教学资源

学校图书馆馆藏纸质图书 201 万册，电子图书 41 万种。其中营养与保健专业有纸质图书 1.2 万余册，电子图书 58 种，中文期刊 32 种，生均 189 册。严格执行国家和省（区、市）关于教材选用的有关要求，健全了教材选用制度。每个教室均配备多媒体，有完善的电子商务专业实训室。同时和企业进行“工学结合”，建有校外专业实训基地，先后与美兆健康医疗、成中品堂中医馆、东济堂中医馆、国康健康管理服务有限公司、郑州和善美生物科技有限公司等单位建立了长期的实训、订单培养协作关系，加强了校企之间的联系；拓宽了实训渠道，另外，还积极采取多形式的实习方式，如顶岗实习，自择实习，校内模拟实习等，从而有力地保障了学生的实训质量，完全可以满足实践教学的需要。

营养与保健专业运用“理论课堂+实训课堂+线上课堂+双创课堂+社会课堂+企业课堂”等多样化的课堂形式，保障了专业培养目标的实现。同时，营养与保健专业专业配备有投影仪、多媒体、幻灯、CAI 课件等现代教学设施，广泛应用多媒体教学、网络教学、计算机教学等现代化教学手段，配备有中医养生技能实训室。

营养与保健专业实训室

实训室名称	实验实训项目	实验室面积	设备	工位
中医药膳实训室	中医药膳制作	150 平方米	多功能操作台、常用备库药材、烹饪实用炉台、刀工操作台、平冷实用台等	60 个
中医养生技能实训室	中医养生技能	300 平方米	TBI-A 健康管理系统、TIA 型智通络治疗仪、体控脉冲推拿治疗仪、经络龙灸设备、多功能艾灸仪、中医经络负压排酸仪等	60 个

（二）师资队伍

根据教育部颁布的《中等职业学校教师专业标准》和《中等职业学校设置标准》的有关规定，进行教师队伍建设，合理配置教师资源。本专业现有专任教师 22 人，其中中级以上职称 20 人，占 91%；具有本科以上学历 22 人，达 100%；“双师型”教师 18 人，占 81.8%；行业企业兼职教师 6 人，占专任教师的 27.3%，能够满足专业教学的要求。

（三）教学方法

1. “二线三环节”教学

以学生学习（教师讲授）为基础，以学生训练（教师指导）为关键，以学生讲解（教师评价）为根本。

（1）学生主体线三环节：学、练、讲（学习→训练→讲解）

①学习（认知理论、体验理论）

②训练（再认知理论、再体验理论、实践理论）

运用多样化的课堂形式，采用多方位、多角度、多渠道的方式和方法，例如：作业、案例分析、项目设计、方案策划、竞赛、调查、项目分析、小组讨论、情景法等等，进行技能训练。

③讲解（第三次认知理论、体验理论，再实践理论）

把训练成果、方法和收获讲出来，进行交流、讨论，带动全员学习的积极性，相互引导、学习、借鉴、提高。提高逻辑思维能力、语言表达能力，以及自信心。

（2）教师主导线三环节：讲、指、评（讲授→指导→评价）

①讲授（认知理论、体验理论）

②指导（再认知理论、再体验理论、实践理论）

从专业和组织教学二个方面，采用多样化的课堂形式，运用多方位、多角度、多渠道的方式、方法进行针对性引导、指导和辅导学生完成训练任务。

③评价（理论升华、技能提升）

评价学生讲解的训练作业、方案、分析报告的内容和方法，并提出改进性意见，进一步提高学生分析问题和解决问题的能力、创新思维的能力、应用写作的能力、语言表达和沟通的能力。促进教师理论升华、技能提升。

2. 案例分析与情景模拟式教学

结合最新、最具代表性的案例进行课堂教学，促使学生关注现实问题，激发其将理论运用于实践的尝试热情，培养学生分析和解决实际问题的能力。情景模拟就是在教学过程中通过引入或创设一定的教学场景，引起学生的情感共鸣，使学生在愉悦的教学氛围中，领悟知识净化心灵，激发和改善学生的学习心态与教学习行为，可以把抽象的知识具体化、形象化，有助于学生感性认识的形成，运用情景教学能使课堂出“味道”，教学过程轻松、乐趣、有效。

3. 创新思维教学

启迪学生的创新思维，引导学生独立的获得知识和能力，激发学生的思维，使他们开动脑筋、积极主动的成为新知识的“探索者”、“发现者”，通过眼、耳、口、手、脑等一系列感官的活动，使学生由浅入深、由难及易，完成由感性认识到理性认识的升华。

4. 趣味教学

创设有趣味、愉悦的课堂学习氛围，创设启发、诱导思维的环境，充分利用学生求新、好奇与渴望求知和成功的心理，想方设法地运用多种教学手段和技术，激发学生的学习兴趣，使其产生灵动，兴致盎然地进入探求新知识的心理状态，自觉地参与到教学活动中，从而成为学习的主人。

5. 头脑风暴

组织学生们畅所欲言、充分交流，打破思维定势，进行开放性思考，以此培养学生的团队精神和思考、表达等能力。

6. 企业顶岗实践

有计划地安排学生轮流到共建企业进行顶岗实践训练。在现场实践中，带教老师进行跟踪培养。

7. 调查与访问

组织学生进行社会调查，深入企业，访问企业家与管理者，再由学生写调研报告。

8. 信息资料收集

通过图书资料收集，期刊杂志资料收集及互联网络资料收集，提高学生的信息收集能力和分析能力。

9. 创新创业教育实践

为使学生能够将所学营销专业知识应用于实践，同时拓展学生的就业面，学校鼓励有条件的在校学生在专业教师的指导下自主创业，在全校范围内开展创新教育，提倡创新精神。

（四）教学评价

营养与保健专业改革学生学业考核与评价办法，整合传统考试、考核、职业技能等级和职业技能大赛成绩等认证及学习过程跟踪反馈等多种考核评价方式，采用口试、笔试、上机操作、顶岗操作、职业技能大赛、职业资格鉴定等评价、评定方式，以赛代考。建立以学习能力、职业能力，创新创业能力和综合素质为目标的人才培养质量评价体系。

（五）质量管理

建立并完善用人单位、行业协会、学生及其家长等多方共同参与的第三方人才培养质量评价制度。通过与用人单位、行业、协会人员以及学生家长定期进行座谈交流，对毕业生进行跟踪走访等措施，为教学质量管理、人才培养方案制定、课程调整创新等提供科学依据。将毕业生就业率、就业质量、企业满意度、创业成效等作为考核的重要指标，逐步形成社会、师生、家长共同参与的教学质量保障体系。

进一步建立和完善了以提高教学质量、促进专业发展、培养高素质人才为目标的教学管理规章制度、目标绩效考核评价机制、教学管理工作目标责任制、教学事故认定处理制度，以及各类人员的岗位责任制等。积极主动创新教学管理与学生管理相融合的管理机制，采取多种措施提高学生管理质量，促进电子商务专业培养质量的提高。

十、考核评价与毕业要求

（一）考核评价

1. 评价目的

确保人才培养方案的有效性和适应性；促进教学改革和教育质量的持续提升。为学生提供高质量的教育资源和学习体验。

2. 评价原则

客观公正：基于事实和数据，避免主观偏见；多元参与：包括学生、教师、校友、行业专家等的参与；持续改进：评价结果用于指导人才培养方案的修订和优化。

3. 评价内容

教学质量：教师教学水平和教学方法；课程内容的先进性和实用性；教学资源和设施的充足性。

4. 学生发展

学生知识技能的掌握程度；学生创新能力和实践能力的培养；学生综合素质和职业素养的提升。

5. 课程设置

课程体系的完整性和连贯性；核心课程和选修课程的平衡；课程与行业需求的契合度。

6. 师资力量

教师的专业背景和教学经验；教师的科研能力和行业影响力；教师队伍的结构和稳定性。

7. 实践教学

实践教学环节的设计和 implementation；校内外实习基地的建设和利用；学生参与实践教学的机会和效果。

8. 学生反馈

学生对教学内容和方法的满意度；学生对课程设计和教师表现的评价；学生对学习环境和资源的支持感。

(二) 考核评价

毕业要求是学生通过规定年限的学习，修满专业人才培养方案所规定的学时，达到本专业人才培养目标和培养规格的要求。具体如下：

1. 德、智、体、美、劳全面发展，按规定修完应修课程，成绩合格；

2. 完成各实践性教学环节（如实践课、课程设计、教学实习、顶岗实习、实习报告等）的学习。

3. 必须获得本专业人才培养方案规定的职业技能等级证书。