



雲南輕紡職業學院

Yunnan Light And Textile Industry Vocational College

健康管理专业
人才培养方案
(2025 版)

云南轻纺职业学院制

二〇二五年七月

健康管理专业人才培养方案

本方案是为了实现健康管理专业人才培养目标设置的基本条件及毕业生达到的人才规格，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（专业代码）

健康管理专业（520801）

批准设置日期：2021 年 4 月

首次招生日期：2021 年 9 月

二、学制与招生

- （一）**学制：**基本修业年限以 3 年为主，弹性修读年限为 2~5 年。
- （二）**招生对象：**普通高中毕业、中等职业学校毕业或具有同等学力者。
- （三）**招生方式：**统一招生、高等职业院校分类考试招生。

三、职业面向

本专业职业面向见表 1。

表 1 本专业职业面向

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）类别列举	职业资格（职业技能等级）证书列举
医药卫生大类（52）	健康管理 与促进类 （5201）	卫生 （84）； 社会保障 （94）	健康管理师 （41402-02） 营养师 （41402-01） 生活服务照料 服务人员 （41001） 健康照护师 （41401-03）	健康管理 健康咨询与评估 健康教育与培训 智慧健康项目管理	健康管理师证书 营养师证书 体重管理师证书 老年慢病膳食调理 职业技能等级证书 芳香理疗师证书 中医保健师证书

四、培养目标与培养规格

（一）培养目标

本专业培养德智体美劳全面发展，掌握扎实的科学文化基础水平和临床医学、健康管理学、营养保健等知识，具备健康信息采集及统计应用、健康监测及风险评估、健康干预及保健指导等能力，具有敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱

无疆的职业精神及信息素养，能够从事个体或群体健康监测与风险评估、健康咨询与服务、智慧健康项目管理等工作的高素质技术技能人才。

（二）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。

1. 素质要求

（1）思想政治素质：热爱社会主义祖国，能够准确理解和把握社会主义核心价值观的深刻内涵和实践要求，具有正确的世界观、人生观、价值观。

（2）文化素质：具备一定的文学、艺术、宗教、历史、自然科学常识等人文素养；具备良好的传统文化底蕴，秉持中国传统孝养文化精神；情操高尚，言谈高雅，举止端庄，作风正派；具有感受美、表现美、鉴赏美、创造美的能力，能够形成一两项艺术特长或爱好。

（3）职业素质：具有良好的职业道德和敬业精神，做到吃苦耐劳、踏实肯干。树立诚实守信意识和社会责任意识，有良好的社会责任感和使命感。能够严格遵守职业规范及操作规程，具有较强的健康和管理知识。

（4）身心素质：具有一定的体育运动和生理卫生知识，养成良好的锻炼身体、讲究卫生的习惯，掌握一定的运动技能，达到国家规定的体育健康标准；具有坚韧不拔的毅力，积极乐观的态度、良好的人际关系、健全的人格品质。

2. 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、文明生产等相关知识；

（3）掌握健康管理学基础理论，熟悉健康监测、评估及健康教育与促进等基本知识；

（4）掌握基本的临床医学、预防医学等基础知识；

（5）熟悉流行病学、统计学、医学基础理论、中医中药、营养等知识。

3. 能力要求

（1）职业基本能力

①较强的语言文字表达及沟通交流能力；

②较强的调查与数据分析能力；

- ③较强的外语资料查询与听说能力；
- ④较强的现代办公软件使用及信息处理能力；
- ⑤较强的问题解决能力；
- ⑥一定的技术革新与较强的工作创新能力。

（2）职业核心能力

- ①具有进行健康信息数据采集、统计及应用，管理健康档案的能力；
- ②具有协助社区基层卫生人员开展慢性病病人管理、非医疗性疾病管理的能力；
- ③具有结合健康处方实施健康干预，进行营养、运动等保健指导、健康教育与培训，实施健康促进计划的能力；
- ④具有运用大数据、智能系统进行健康监测、健康风险评估的能力；
- ⑤具有客户服务与管理、健康产品应用指导的能力；
- ⑥具有对需求者进行健康咨询与指导、健康随访的能力；
- ⑦具有运用法律法规、行业标准对健康管理过程进行质量监督的能力；
- ⑧具有探究学习、终身学习和可持续发展的能力。

五、职业岗位能力分析

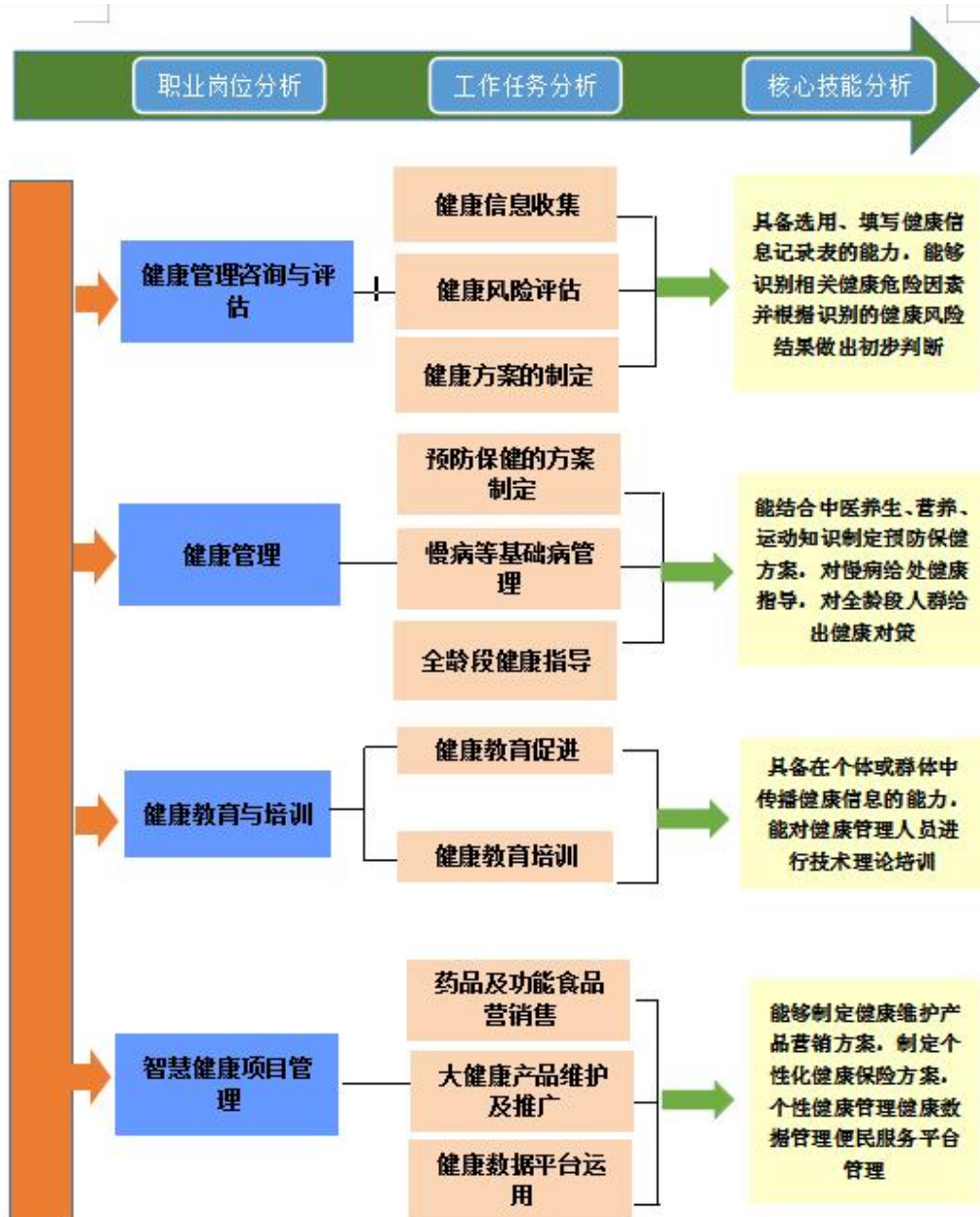
（一）岗位分析

表 2 职业岗位和工作任务表

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	主要教学内容
1	健康咨询与评估（核心岗位）	1. 健康信息收集 2. 健康风险评估 3. 健康方案的制定	1. 能够选用、填写健康信息记录表。 2. 能够进行身高、体重等体格测量。 3. 能够识别不合逻辑的健康信息记录。 4. 能够识别相关健康危险因素。 5. 能够选择健康风险评估指标。 6. 能够使用选定的健康风险评估工具进行健康风险识别。 7. 能够根据识别的健康风险结果做出初步判断。	《健康管理职业导论》《健康管理实务》 《健康评估》《客户管理实务》《健康教育与促进》《健康心理学》《健康管理方案制定实训》《科技检索与论文写作》

2	健康管理（核心岗位）	1. 预防保健的方案制定 2. 开展慢性病病人管理、非医疗性疾病管理 3. 全龄、全人群健康指导	1. 能够结合预防医学、基础医学、临床医学的知识制定预防保健方案。 2. 能够对慢病给出健康指导。 3. 能对母婴、老年、慢病人群给出健康指导，促进健康。 4. 能够结合中医养生、营养、运动知识制定预防保健方案。	《健康管理职业导论》《健康管理实务》《基础医学概论》《预防医学》《中医养生与保健》《营养与健康》《老年健康照护》《中医理疗技能实训》《养老照护技能实训》《老年慢病膳食调理实训》《老年康乐活动策划》《芳香理疗技术》
3	健康教育与培训（核心岗位）	1. 健康教育促进 2. 健康教育培训	1. 能够按照既定方案，选用健康教育材料。 2. 能够在个体或群体中传播健康信息 3. 能对健康管理人员进行技术理论培训。 4. 能撰写健康管理培训讲义能力。	《健康管理职业导论》《健康管理实务》《健康教育与促进》《健康监测技术》《企业认知实训》《运动康复指导技术》
4	智慧健康项目管理（相关岗位）	1. 药品及功能食品营销 2. 大健康产品维护及推广 3. 健康数据平台运用	1. 能够制定健康维护产品营销方案。 2. 制定个性化健康保险方案。 3. 个性健康管理健康数据管理便民服务平台管理。	《基础医学概论》《临床医学概论》《中医养生与保健》《预防医学》《营养配餐与设计实践》《居家用药指导》《健康养老大数据应用》《数字化管理学》《流行病学与统计学基础》《旅居康养实训》

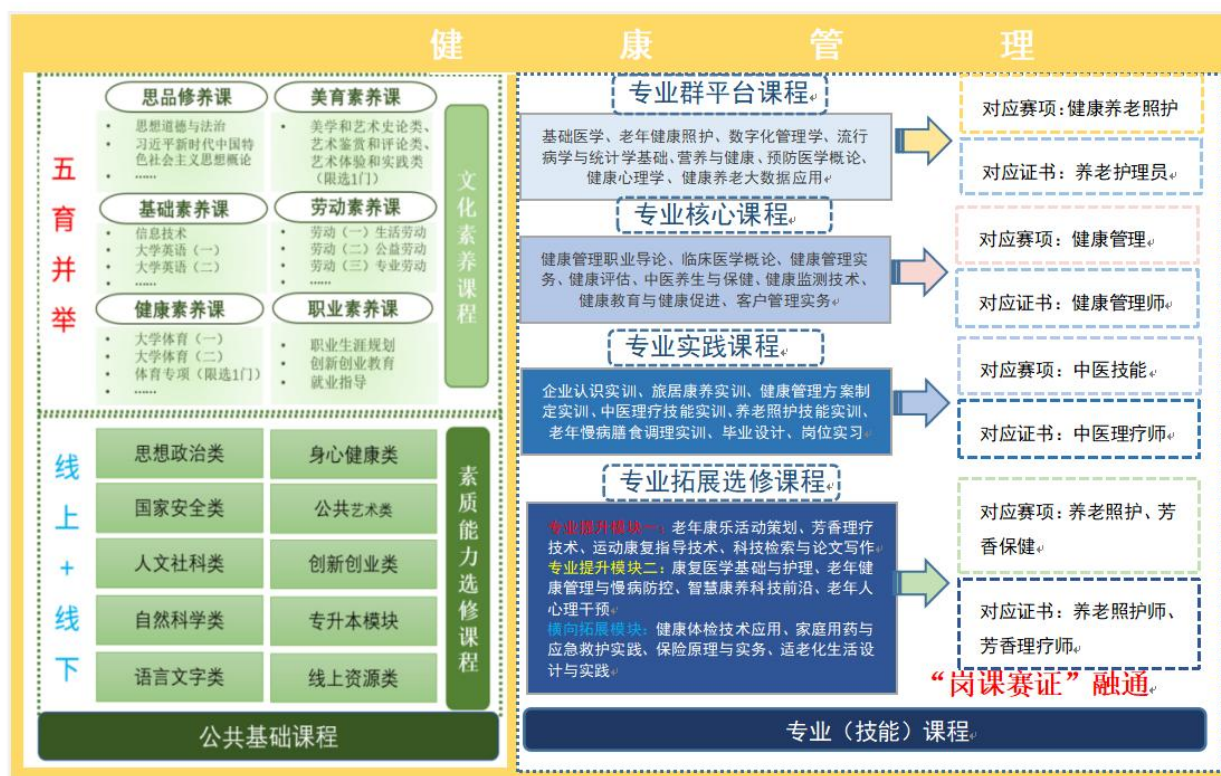
（二）岗位分析图



六、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，促进产教深度融合，推进“岗课赛证”综合育人，以平台化方式构建“文化素养课程、专业群平台课程、素质能力选修课程”，以模块化方式构建“专业核心能力课程、专业拓展选修课程”，形成三平台+两模块课程，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 20 门、B 类课 38 门、C 类课 14 门，课程标准 16 门，选修课程 10 学时，考试课 16 门，考查课 36 门。

1. 公共基础课程

本专业公共基础课 928 学时，其中体育课 96 学时、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论 2 学分、习近平新时代中国特色社会主义思想概论 3 学分、思想道德修养与法律基础 3 学分、形势与政策 1 学分，军训 2 周、劳动教育 16 学时。

(1) 文化素养课程平台。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，包括思政修养、基础素养、健康素养、美育素养、劳动素养和职业素养六个模块（见表 3）。

表 3 文化素养课程开设表

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
思政修养	思想道德与法治	3	48	A	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	48	A	考试	2	

	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	2	32	A	考试	4	
	形势与政策（一）	0.25	4	A	考查	1	
	形势与政策（二）	0.25	4	A	考查	2	
	形势与政策（三）	0.25	4	A	考查	4	
	形势与政策（四）	0.25	4	A	考查	5	
	国家安全教育	1	2	A	考查	1	武装部
	军事理论	2	32	A	考查	1	
	军事技能	3	96	C	考查	1	
学科素养课	人工智能导论	1	16	B	考查	1	人工智能学院
	信息技术	4	64	B	考试	1	人工智能学院
	大学英语（一）	4	64	A	考试	1	通识教育中心
	大学英语（二）	4	64	A	考试	2	
	大学语文（一）	4	64	A	考查	1	
健康素养	大学体育（一）	2	32	B	考查	1	教育体育学院
	大学体育（二）	2	32	B	考查	2	
	体育专项（限选1门）	2	32	B	考查	4	
	心理健康教育	2	32	B	考查	2	马克思主义学院
美育素养	美学和艺术史论类、艺术鉴赏和评论类、艺术体验和实践类（限选1门）	2	32	A	考查	1	艺术学院
劳动素养	劳动（一）生活劳动	0.25	4	C	考查	1	马克思主义学院
	劳动（二）公益劳动	0.25	4	C	考查	2	
	劳动（三）专业劳动	0.25	4	C	考查	4、6	
	劳动（四）岗位劳动	0.25	4	C	考查	7、8	
就业创业课	职业生涯规划	1	16	A	考查	1	就业创业服务处
	创新创业教育	2	32	A	考查	4	
	就业指导	1	16	A	考查	5	

（2）素质能力选修课程平台。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、国防安全类、人文社科类、自然科学类、公共艺术类、语言文字类、身心健康类、专升本模块、创新创业类、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）课程包括专业群课程平台、专业核心能力课程模块、专业实践课程、专业拓展选修课程模块四部分（见表 4）。

本专业开设专业群平台课程 8 门，专业群平台课程 576 学时；专业核心课程 8 门，专业核心课程 576 学时；专业实践性教学 560 学时、岗位实习 6 个月时间、岗位实习开展 1 学期。

表 4 专业（技能）课程设置表

类别	课程名称	课程类型	课程类别	学分	总学时	理论学时	实践学时	考核方式	开设学期	授课主体	课程目标	主要教学内容
专业群课程平台	基础医学	必修	B	6	96	64	32	考查	1	学校	掌握人体结构与功能的核心知识体系，揭示疾病发生发展的科学逻辑，建立医学研究的科学思维，贯通基础与临床的桥梁能力，培养科学伦理与创新意识。	重点介绍与医学密切相关的生命科学基础理论如细胞、遗传、物质代谢、病原生物、免疫和药理，以及人体正常与病理结构、功能以及常见的疾病。
	老年健康照护	必修	B	6	96	32	64	考试	2	学校	使学生掌握照护员的职业道德及行为规范，礼仪要求以及照护员的工作内容。	包括清洁照护，清洁、饮食、起居、睡眠、排泄照护等；体位转移与抱扶技巧等，常见慢性病照护。
	数字化管理学	必修	B	4	64	48	16	考查	2	学校	掌握管理的基本知识和原理，并运用与健康管理中。认知数字化本质与影响，掌握数字化管理工具与方法，培养数字化领导力与战略思维。	以管理的四大基本职能（计划、组织、领导、控制）为主线来组织内容体系；在阐明管理学的基本知识体系的同时，充分反映理论和实践的最新发展。数字化管理导论与基础，数据驱动决策与管理，数字技术在具体管理职能中的深度应用。

	流行病学与统计学基础	必修	B	4	64	48	16	考查	3	学校	培养学生掌握流行病学基本理论、基本知识及方法。树立群体、公共卫生及多病因论等科学思维观念。	基础理论与概念，包括流行病学定义、发展、与其他学科关系及核心特征。疾病分布与测量，研究方法，病因与因果推断，疾病预防与控制。
	营养与健康	必修	B	4	64	32	32	考查	3	学校	使学生掌握食品基本知识，及运用营养知识进行健康指导。	营养学基础及应用；食物营养与食品卫生；膳食结构与膳食指南；古今保健与生活；健身活动与饮食。
	预防医学	必修	B	4	64	48	16	考查	4	学校	能够制定公共卫生策略与措施，以达到预防疾病，增进健康，延长寿命，提高生命质量。	健康行为干预的措施，一般人群和特殊人群的合理营养指导。流行病学研究的方法与筛查、健康管理与临床预防服务。疾病预防控制策略，重大传染病与慢性病防控。
	健康心理学	必修	B	4	64	48	16	考试	4	学校	能够应用科学的心理健康管理方案，合理的方法为服务对象提供个体化的心理健康管理。	心理健康监测：心理过程、个体心理发展、异常心理；心理评估：心理咨询方法、心理评估方法、心理测试量表使用；健康行为与心理促进、癌症的心理干预方案等。

	健康养老大数据应用	必修	B	4	64	32	32	考查	4	学校	掌握数据驱动决策能力，理解健康养老数据生态，开发智能化养老应用，推动技术与服务融合，培养伦理与合规意识。	健康养老产业痛点与大数据价值，数据采集与治理，核心应用场景（智能健康管理、风险预警系统、资源优化、智慧机构运营）、实践工具的使用。将冰冷数据转化为有温度的养老服务能力，推动老龄化社会的可持续发展。
专业核心能力课程模块	健康管理职业导论	必修	B	4	64	32	32	考试	1	学校	对健康管理师有基本的认知，对健康管理行业发展有所了解。	健康管理发展历程及现状，健康管理职业定位；健康信息的监测及管理、健康评估方法；中医保健调理技术、营养及保健品干预手段等。
	临床医学概论	必修	B	4	64	32	32	考试	2	学校	掌握核心医学知识体系，建立临床诊断逻辑，熟悉关键诊疗技术，培养预防与健康的管理意识，贯通临床与多学科。	常见症状的病因及临床表现；内科、外科、妇产科、儿科等常见疾病的病因及临床表现、防治原则；常见传染性疾病和性传播疾病的病因、临床表现、防治原则。
	健康管理实务	必修	B	6	96	32	64	考试	3	学校	掌握影响健康的生理、心理及行为风险因素的现状，进行分析、评估，给予信息反馈、提供咨询、行为干预、指导健康文明科学的生活方式等。	内容包括健康管理相关概念、理论与实践渊源、科学基础、基本步骤、服务流程、基本策略；健康管理在国内外的应用；健康管理学科的发展，健康管理产业的发展。

	健康评估	必修	B	4	64	32	32	考试	3	学校	让学生掌握常用的身体评估的方法。	基本健康信息评价；健康行为生活方式评价、心理认知及社会适应状况评价；一般体格检查与评价、身体各系统状况检查与评价；常用影像学及心电学检查、常规实验室检查；健康风险评估及系统操作等。
	中医养生与保健	必修	B	6	96	32	64	考试	3	学校	掌握中医养生核心理论及九种体质辨识方法，掌握刮痧、拔罐、艾灸、中频理疗、推拿等传统养生技法。具备制定个性化中医保健与养生理疗方案，能开展中医养生健康教育与养生保健理疗操作。树立“治未病”理念，培养严谨的辨证思维与人文关怀精神，遵守养生行业伦理规范。	掌握内容包括头昏头晕改善、眼耳鼻调护、脱发防治、面部皮肤管理、颈肩酸僵调理、腰背劳损康复、关节肌肉改善、未胃肠不适调理、代谢异常干预、女性周期养护、慢性疲劳恢复、压力情绪疏导、睡眠质量提升、免疫失衡调养、体重管理、特殊阶段调理针对这些项目的中医传统理疗方案。学习中医理疗方案包括推拿、艾灸、拔罐、耳穴压豆、中频理疗、刮痧、药浴等，针对不同不适症状，做不同中医养生理疗。学习相关中医养生与保健相关知识，例如体质辨识、重要经络与重要穴位等。
	健康监测技术	必修	B	4	64	32	32	考试	4	学校	掌握多模态检测技术原理，应用数据分析与智能预警，设计适老化与场景化方案，严守伦理与安全规范。	技术基础与生理参数，智能分析与系统集成，场景化应用实践，前沿技术与挑战，伦理法规与实操。

	健康教育与健康促进	必修	B	4	64	32	32	考试	4	学校	使学生掌握健康教育的方法及途径，并学会健康教育的途径。	健康教育及健康促进的基本概念和主要领域；行为学、健康相关行为及行为改变基本理论；健康宣传材料制作，宣传及宣传技巧，讲课及培训技巧；健康教育活动设计、实施及评价技术；健康干预方案的撰写。
	客户管理实务	必修	B	4	64	32	32	考试	4	学校	使学生能够具有管理客户及相关产品营销能力。	通过学习客户管理的原则，客户管理模型：客户关系、识别客户、区别对待客户、与客户互动、利用互动工具建立相互依存性关系、隐私与客户反馈，客户价值的衡量和管理等知识。
专业实践课程	企业认知实训	必修	C	1	16	0	16	考查	2	企业	帮助学生建立对健康管理行业的整体认知，明确职业定位与发展路径；通过企业实践强化职业认同感，培养符	通过企业实地参观（如健康管理公司、体检中心、保险公司健康管理部），了解健康管理行业的服务模式（如健康体检、慢病管理、健康保险）、运营流程（如客户需求分
	旅居康养实训	必修	C	1	16	0	16	考查	2	企业	包括提升老年人生活质量、促进身心健康、丰富社交活动及引导正确养老观念等。同时，课程旨在介绍旅居养	旅居养老基础知识、优势分析、案例分享及实践技能等模块。基础知识包括旅居养老的定义（结合旅游与养老的生活方式）、选择旅居地的考量因素（气候、医疗资源、生活
	健康管理方案制定实训	必修	C	1	16	0	16	考查	3	企业	帮助学生掌握健康管理师职业所需的核心知识与技能，熟悉考试流程与评分标准，提升应试通过率；同时夯实	以国家健康管理师职业资格考试大纲为核心，系统讲解健康监测（如体格检查、实验室指标解读）、健康风险评估与分析（如健康档案建立、风险模型应用）、健康指导（如

	中医理疗技能实训	必修	C	1	16	0	16	考查	3	企业	提升学生中医技能的实操能力与场景适配性，使其能独立在社区、养老机构开展中医健康干预服务；培养“辨证施护”思维与人文关怀意识，满足基层健康管理中对中医特色服务的需求。	聚焦社区与养老机构健康管理需求，重点实训中医特色技能（如推拿按摩、艾灸拔罐、耳穴压豆等）的规范操作；结合老年常见慢性病（如高血压、糖尿病）、亚健康调理（如失眠、颈肩痛）等场景，开展“理论-模拟-实地”三阶训练（如在养老机构为老人进行体质辨识、制定中医调理方案）；同步学习中医健康档案管理、与服务对象沟通技巧及
	养老照护技能实训	必修	C	1	16	0	16	考查	4	企业	掌握养老照护基础技能（生活护理-健康监测-应急处理），强化人文关怀理念与职业规范。	生活护理与辅具使用；慢病照护与心理沟通；安全急救、感染防控及实操考核。
	老年慢病膳食调理实训	必修	C	1	16	0	16	考查	4	企业	让学习者熟悉老年人的生理特点和营养需求，了解高血压、糖尿病、冠心病等常见老年慢性病的膳食护理要点	慢病基础知识与营养需求评估，膳食调理通用原则与方法，各类慢病具体膳食调理方案，实践技能与操作指导。
	毕业设计	必修	C	4	64	0	64	考查	5	企业	行业前沿技术调查，提交调研报告。	运用不同的调研方法和技术对健康管理专业、行业、实习企业、岗位进行调研，并形成调研报告。
	岗位实习	必修	C	6	400	0	400	考查	5	企业	根据自己的职业定位选择相应的实习岗位，并在实习期间完成岗位实习任务。	深化专业知识，熟悉了职场环境，了解到工作流程，又初步学到了工作技能，明确职业定位和规划。

专业拓展选修课程模块	专业提升模块（一）	老年康乐活动策划	选修	B	4	64	32	32	考查	2	学校/企业	掌握老年活动策划全流程技能（需求调研-执行-评估），在社区、养老机构完成活动策划与执行，提升组织协调、应急处理及团队协作能力。	需求分析、方案设计、资源整合；宣传动员、风险管控、效果评估；案例模拟与实践优化。
		芳香理疗技术	选修	B	2	32	16	16	考查	3	学校/企业	使学生系统掌握芳香理疗的专业知识与操作技能，能根据个体需求（如亚健康调理、情绪管理）制定安全有效的芳香方案；培养对自然疗法	以芳香疗法基础理论为核心，涵盖精油的来源（如植物蒸馏、冷压提取）、分类（单方精油、复方精油）及特性（挥发性、分子结构与功效关联）；重点讲解精油的安全使用规范（如稀释比例、禁忌人群）、常见应用
		运动康复指导技术	选修	B	2	32	16	16	考查	3	学校/企业	掌握运动评估、方案设计及安全指导能力。能根据健康状况（如慢性病）制定个性化运动计划。	常见运动类型的实操方法。运动风险评估与应急处理。慢性病患者的运动处方设计。
		科技检索与论文写作	选修	B	2	32	16	16	考查	4	学校/企业	掌握文献检索工具，能撰写专业论文。培养学术规范意识与科研思维。	数据库检索策略与文献管理工具。学术论文结构与写作规范。研究数据整理与统计方法基础。论文查重与修改技巧。
	专业提升模块（二）	康复医学基础与护理	选修	B	4	32	32	32	考查	6	学校/企业	掌握康复医学基础理论，理解康复护理在医疗体系中的地位。培养康复护理评估能力，能制定个性化康复护理计划。树立人文关怀理念，关注患者心理，提升康复信	介绍康复医学定义、发展及医疗体系中的作用。讲解人体功能评定方法、指标，如肌力、关节活动度。阐述运动疗法原理、分类，包括关节活动度训练、肌力训练。

		老年健康管理 与慢病防控	选修	B	2	32	16	16	考查	6	学校/ 企业	掌握老年健康管理核心理论；熟悉慢病防控策略与技能；提升健康评估与干预能力；培养健康教育与促进能力；增强跨学科协作与沟通能力。	老年健康管理基础；常见慢病防控；营养与运动指导；心理健康管理；健康评估技术；健康教育与促进；家庭与社区支持；老年健康政策、服务规范及伦理准则解读。
		智慧康养科技前沿	选修	B	2	32	16	16	考查	6	学校/ 企业	掌握智慧康养核心技术，如物联网、大数据、AI 应用。熟练操作智能设备，具备健康监测与数据分析能力。提升数据驱动决策能力，优化康养服务方案。培养创新思维，设计智慧康养解决方案。	智慧康养技术基础；智能设备操作实训；健康数据分析与应用；远程医疗与智慧服务；设计社区智能养老服务方案、康复训练管理系统等。
		老年人心理干预	选修	B	2	32	16	16	考查	6	学校/ 企业	提升老年人心理健康意识，促进主动寻求心理帮助。缓解焦虑、抑郁等负面情绪，改善老年人心理状态。增强自我认知能力，帮助老年人正确面对生活挑战。提高生活质量，实现老年人身心健康与老有所乐。	老年心理健康概述；心理评估与干预技术；情绪管理与压力应对；认知功能训练与提升；强调家庭沟通、社会支持网络构建及社区活动参与。

		健康体检技术应用	选修	B	4	64	32	32	考查	1	学校/企业	熟悉健康体检流程，能解读基础体检报告并提供健康建议。掌握体检项目选择与老年人专项筛查要点。	体检项目的临床意义。老年人常见异常指标的解读。体检报告分析与健康风险评估。个性化健康管理方案制定。
	横向拓展模块	家庭用药与急救护理实践	选修	B	2	32	16	16	考查	2	学校/企业	提升学生指导家庭安全、合理用药的能力，减少因用药不当导致的健康风险；普及用药知识，帮助家庭成员掌握“看明白说明书”“记清用药细节”的核心技能，最终实现居家用药的规范化与	围绕家庭常见药物（如感冒药、降压药、降糖药、外用药）展开，讲解药物分类（化学药、中成药、生物制剂）、作用机制（如抗生素杀菌原理）、正确用法（剂量计算、服药时间、送服方式）及特殊人群（老年人、儿童、孕妇）的用药调整原则。重点解析用药误区（如自行增减剂量、混合服用禁忌药
		保险原理与实务	选修	B	2	32	16	16	考查	3	学校/企业	理解保险基本原理，能为老年人推荐适配保险产品。掌握保险理赔流程与养老金融产品应用。	保险基础概念。老年人专属保险产品解析。保险合同条款解读与投保流程。理赔案例分析与客户沟通技巧。

		适老化生活设计与实践	选修	B	2	32	16	16	考查	4	学校/企业	建立专业认知，明确养老行业发展趋势与职业定位。培养职业道德、沟通能力与团队协作意识	养老产业发展现状与政策趋势。职业岗位职责与晋升路径。伦理规范与服务礼仪。行业典型案例分析与职业规划实践。
--	--	------------	----	---	---	----	----	----	----	---	-------	---	--

表 5 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	文化素养课程平台	47	800	494	306	28.57%
	专业群平台课程	36	576	352	224	20.57%
	专业核心课程	36	576	240	336	20.57%
	专业实践课程	16	560	0	560	20%
必修课合计		135	2512	1086	1426	89.71%
选修课	素质能力选修课程平台	8	128	96	32	4.57%
	专业拓展选修课程	10	160	80	80	5.71%
选修课合计		18	288	176	112	10.28%
总计		153	2800	1262	1538	实践学时占总学时比例
						52%

(四) 岗课赛证融通

表 6 岗课赛证融通对应表

课程名称	学分	对应的赛项	对应的证书
营养与保健	4	营养配餐员	公共营养师
服务礼仪	2	营养配餐员	服务礼仪证
营养技能实训	2	营养配餐员	营养配餐员
健康管理实务	6	健康与养老照护	健康管理师
健康养老照护	6	健康与养老照护	老年照护师
母婴照护技能实训	2	婴幼儿照护	育婴师、保育员
产康技能实训	2	婴幼儿照护	生殖健康咨询师
中医技能实训	2	婴幼儿照护	小儿推拿师
中医养生与保健	6	中医传统技能大赛	保健按摩师
中医养生与保健	6	中医传统技能大赛	芳香理疗师
中医养生与保健	6	中医传统技能大赛	中医理疗师

（五）校企合作承担课程

表 7 校企合作承担课程表

课程名称	学分	企业名称	授课方式	承担课程学时比例
老年康乐活动策划	4	云南汇师教育集团	分类分层教学；线上线下相结合	50%
老年慢病膳食调理实训	1	云南省公共营养师协会	分类分层教学；线上线下相结合	50%
中医理疗技能实训	1	云南省植美品妍有限公司	分类分层教学；线上线下相结合	50%
健康管理实务	6	云南省公共营养师协会	分类分层教学；线上线下相结合	50%
健康监测技术	4	云南省营养健康产教融合体理事会单位、校外实习基地、学生自主实习企业	分类分层教学；线上线下相结合	50%
老年康乐活动策划	4	昆明市五华区莲花街道学府社区居委会	分类分层教学；线上线下相结合	50%
企业认知实训	1	云南省营养健康产教融合体理事会单位、校外实习基地、学生自主实习企业	分类分层教学；线上线下相结合	80%
养老照护技能实训	1	昆明市五华区莲花街道教场北路社区居委会	分类分层教学；线上线下相结合	100%
营养与健康	4	云南省公共营养师协会	分类分层教学；线上线下相结合	80%

（六）教学周数分配表

表 8 教学周数分配表

学期及教学周数		理论教学	军事理论 军事技能	实践教学				其他	考试	合计
				课程设计 (大型作业)	技能实训 (1+X 考证)	教学生产实习	岗位实习			
1	20	16	3	0	0	0	0	0	1	20
2	20	17	0	0	1	1	0	0	1	20

3	20	17	0	0	1	1	0	0	1	20
4	20	17	0	0	1	1	0	0	1	20
5	20	20	0	0	0	0	20	0	0	20
6	8	4	0	0	4	0	0	0	0	8
合计（周）		71	3	0	7	3	20	0	4	108

（七）教学进程表

详见附件“专业教学进程安排表”

七、毕业要求

学生在学校规定年限内，学完规定的教学内容，完成专业人才培养方案所规定的学时、学分，达到“德、智、体、美、劳”培养要求，学分修满 153 学分，公共基础课程学分不低于 55 学分，其中文化素养课程学分不低于 47 学分；专业（技能）课程学分不低于 88 学分，其中专业拓展选修课程学分不低于 10 学分，准予毕业。

八、实施保障

（一）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。

1. 队伍结构

本专业学生数与本专业专任教师数比例 24:1，双师素质教师占专业教师比例为 64%，专任教师队伍职称、年龄，形成合理的梯队结构。本专业研究生以上学历比例 60%、高级职称比例 36%、中级职称比例 50%、兼职教师人数 8 人。

2. 专业带头人要求

专业带头人具有引领专业发展的能力，积极建设教学创新团队，引进高层次人才。专业带头人从事健康相关专业、职称为教授，同时为校级健康管理专业群（健康管理、烹饪工艺与营养、社区管理与服务、智慧健康养老服务与管理）的带头人，熟悉国家云南省健康管理相关政策和健康管理产业发展的方向，有一定健康教学管理的经历。药品职业教育教学指导委员会教科研专委会委员、生物制药专委会委员、中国职教学会康养专委会委员能够引领健康管理专业发展。

3. 专任教师要求

专任教师应具有高校教师资格;有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心;具有健康管理、中医养生、针灸推拿、公共营养师技术等相关专业本科及以上学历;具有扎实的本专业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有每5年累计不少于6个月的企业实践经历。

4. 兼职教师要求

兼职教师主要从本专业相关的行业企业聘任,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

主要包括多媒体、实训室等。本专业普通教室间数10、多媒体教室间数6;校内实训基地数12个、校内实训工位数300个;校外实训基地数12个。

1. 校内实训室(基地)基本条件

表9 校内实训室(基地)表

序号	实训室(基地)名称	工位 数	对应课程名称	实训内容
1	健康评估实训室	50	基础医学概论、临床医学概论、健康评估、预防医学、健康养老照护	常用血压测量、血糖测量、体质测量、心肺复苏、老年人基础照护、老年人转移照护、老年人能力评估等。
2	中医养生保健实训室	50	中医养生与保健、中医技能实训	中医问诊、针灸技术、推拿技能、拔罐等技能实训。
3	健康营养评估与宣传实训室	50	营养与保健、营养技能实训	营养咨询与指导、营养配餐、营养餐的制作等
4	健康养老照护实训室	50	健康养老照护	老年人基础照护、老年人生活照护、老年人心理照护等
5	数智云平台实训室	50	食品营养与健康、健康养老照护、健康管理实务	健康管理情景模拟沙盘软件、3D身体解剖图软件、营养配餐软件等
6	芳香理疗实训室	50	中医养生与保健	芳香理疗
7	场景模拟室	40	养老照护技能实训、老年慢病膳食调理实训	开展特殊人群服务、服务方法应用
8	智慧居家室	40	老年健康照护	学习利用智慧社区平台及智慧居家工具,开展数据分析与智能设备管理。
9	虚仿演播室	40	健康养老大数据应用	学习利用智慧社区平台及新媒体工具,开展数据分

				析与智能设备管理。
10	智慧膳食中心	40	营养与健康	开展膳食营养指导和营养配餐
11	智能康复室	40	运动康复指导技术	开展社区康复理论与技能，制定老年及慢病康复计划
12	活动策划室	40	老年康乐活动策划	开展需求调研（问卷设计、访谈技巧）、方案制定（目标设定、内容设计、资源整合）、执行与评估。

2. 校外实训室（基地）基本要求

表 10 校外实训室（基地）表

序号	实训室（基地）名称	工位数	对应课程名称	实训内容
1	云南省公共营养师协会	150	母婴照护技能实训、产康技能实训、中医技能实训、营养技能实训	健康管理岗位相关的技能实训与取证
2	云南微亿生健康管理有限公司	10	健康管理实务、健康管理职业导论	健康产品营销技能实训、岗位实习
3	一心堂药业股份有限公司	20	临床医学概论	药品营销技能实训、岗位实习
4	云南紫丹医疗服务有限公司	50	健康管理职业导论、健康管理实务、市场营销	中医技能实训、岗位实习
5	昆明市盘龙区健和助老之家居家养老服务中心	20	健康养老照护、岗位实习	养老照护技能实训、岗位实习
6	云南九黎生物科技有限公司	20	营养与健康、基础医学、临床医学概论、中医养生与保健	中医技能实训、岗位实习
7	同英国际控股集团有限责任公司	30	中医养生与保健、健康管理实务	养生技能实训、岗位实习
8	昆明国药健康养老有限公司	50	养老照护技能实训	养老照护技能实训
9	云南昆钢养生敬老有限公司	30	养老照护技能实训	养老照护技能实训
10	昆明长和天城康复医院	20	老年康乐活动策划	老年康乐活动策划实训

11	昆明市五华区莲花街道教场北路社区居委会	45	社区社会组织管理、岗位实习	岗位实习
12	昆明市五华区莲花街道苏家塘社区居委会	45	社区发展与社会工作、岗位实习	岗位实习
13	云南易康常青藤养老服务有限公司	45	老年健康管理	养老照护技能实训

3. 支持信息化教学方面的基本要求

专业基础课程和核心课程具有可利用的数字化教学资源库如中国大学慕课、智慧职教，具备健康管理、食品营养与养生等馆藏文献资料、具备文献查阅网络资源；鼓励教师推广使用的国家智慧教育公共服务平台，鼓励教师开发并利用精品课程、共享教学平台，创新教学方法，引导学生利用信息化教学条件自主学习，提升教学效果。

（三）教学资源

本专业教学资源中文本类资源 201 个、演示文稿资源 20 个、图形（图像）资源 16 个、音频资源 16 个、视频资源 16 个、动画资源 16 个。

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。专业课程教材体现本行业新技术、新规范、新标准、新形态。

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：临床医学相关资料、健康心理学相关资料、营养、运动健康等。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。

3. 数字教学资源配置基本要求

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。

（四）校企合作

云南轻纺职业学院与云南省公共营养师协会等共同组建云南营养健康行业产教融合共同体，以服务学生全面发展和经济社会发展为目标，以提升职业学校关

键能力为基点，以深化产教融合为重点，以科教融汇为新方向。云南省营养健康产教融合共同体将会参与健康管理专业实践课程的教学、实训基地的建设以及参与教科研等工作中。与中国健康养老集团研究院、中德诺浩（北京）教育科技有限公司成立“中康养产业学院”项目。此外，健康管理专业将不断探索订单班、产业学院，不断探索校企合作的多元化办学形式，扩大省内外健康管理、康养中心、养生馆等在人才培养中的参与力度，共同开发校企课程，共建校本教材，致力提升学生技能，明确培养定位及学生的职业规划。

表 11 合作企业情况表

序号	企业名称	所属行业	接纳实习人数	实习内容
1	公共营养师协会	营养	100	专业实践课程及取证
2	云南贝泰妮生物科技集团股份有限公司	美容	100	企业认知实践、岗位实习
3	圣爱中医馆	医馆	20	中医技能实训、岗位实习
4	美年大健康	体检	20	企业认知实践、岗位实习
5	中国健康养老集团研究院、中德诺浩（北京）教育科技有限公司	产业学院	50	专业实践课程及取证
6	同英国际控股集团有限责任公司	美体	50	养生技能实训、岗位实习
7	云南紫丹医疗服务有限公司	中医	50	中医技能实训、岗位实习
8	广东碧茜生物科技有限公司	生物科技	50	岗位实习
9	广州亿彩生物科技有限公司	生物科技	50	岗位实习
10	杭州迈瑞医疗科技有限公司	医疗	50	岗位实习
11	惠州市美好创亿医疗科技有限公司	医疗	50	岗位实习
12	南京迈瑞生物医疗电子有限公司	医疗	50	岗位实习
13	深圳迈瑞生物医疗电子股份有限公司	医疗	50	岗位实习
14	云南贝泰妮生物科技集团股份有限公司	生物科技	50	岗位实习
15	云南灵骏药业有限公司	药业	50	专业实践课、岗位实习
16	云南品妍植美教育科技有限公司	美容	100	中医技能实训、岗位实习
17	九九祥居家养老服务	康养	30	养老照护技能实训

	(云南)有限公司			
18	云南昆钢养生敬老有限公司	康养	20	养老照护技能实训
19	汇师教育集团	培训	100	专业实践课程及取证

九、教学实施

(一) 教学组织形式

1. 教学安排

为保障专业人才培养方案顺利运行与实施，加强了教学规划和质量监督管理，稳步提高教学质量，丰富教学成果，制定完善的管理制度。以领导班子为主成立教学督导组，对教学工作的各个环节进行检查和了解，监督人才培养的实施质量，以确保专业人才培养方案的正常运行和实施。

2. 教学方法和手段

注重健康管理专业学生的主体参与和实践体验，采用案例教学、探究教学、现场教学等多种教学方式，培养学生的实践能力、反思能力。

根据不同的课程性质和学生特点，选择适宜的教学方法。理论课程可以选择讲授法、讨论法、案例分析法、自主学习法、头脑风暴法、思维导图法、翻转课堂等；实践课可以选择：教学模拟、角色扮演法、情景教学法、操作法、项目驱动、参观或观摩法、示范法等。倡导运用互联网“+”线上线下混合式教学模式进行教学。

(二) 教学考核评价

学习评价既是老师了解学生的学习效果、自我教学效果检测、调控教学环节和教学过程以及总结反思整体教学行为的有效手段，也是促进健康管理专业人才培养与专业发展的有效途径。专业课程考核与社会考证相结合；公共基础课程建立试题库，探索教考分离，依托线上平台和软件工具，运用大数据、人工智能等现代信息技术，开展教与学行为分析。

根据专业课程特点，探索、制定每门课程的学习评价改革的可能性方案。通过多元化的评价形式、制定有针对性的评价内容以及完善评价标准强调平时成绩，并与期末考试有机结合，分时段、分内容形成综合成绩，同时还要注重阶段性的总结与反思。实施新的考核制度。改变传统试卷内容和考核形式，改革和推行专

业技能类课程考试评价制度，同时，推行专业核心课程的职业面试导向的考核制度，建立以考核能力为核心的学习评价体系。课程评定方式由原来的一个方面扩充为“平时成绩记录”、“期末成绩综合考试测试记录”两个方面。注重过程性评价和多元主体评价，注重考查学生运用所学知识理论解决实际问题能力。在过程性评价与结果性评价所占的比例应根据课程性质而定，偏理论的课程可以采用 4:6 的比例，实践性强的课程，可以采用 5:5 或是 6:4 的比例。平时成绩记录由“作业成绩”、“课堂表现”、“考勤记录”、“专业技能与创新能力表现”“增值评价”等组成。

（三）教学管理

加强校院二级管理，执行党和国家的教育方针，落实学校《云南轻纺职业学院教师教学工作管理办法》《云南轻纺职业学院考试工作管理办法》等文件要求，坚持立德树人，保障教学投入和教学基本条件建设，进一步细化学院教学基本规范和制度，建立教师教学激励机制、监督机制，提供教师教学发展的条件，保障正常的教学秩序，规范教学运行。加强特色重点专业建设、精品在线开放课程建设、教学资源库建设，创新人才培养模式，深化“三教”改革，提升教师教育教学能力，确保人才培养质量。

十、质量保障

（1）学校和二级院系应建立专业建设和教学质量诊断与改进机制，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。

（2）学校和二级院系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。

（3）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。

（4）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。

考核方式举例：过程考核、终结性考核

建立质量保障机构质量保障中心、学生每学期评教不少于 1 次、同行每学期评教不少于 2 次、督导每学期评教不少于 2 次、企业每学期评教不少于 1 次。

十一、附录

包括专业教学进程安排表、专业人才培养方案变更审批表等