

2026 级健康管理专业 人才培养方案

专业代码：520801

执笔人： 林淑燕

教师代表： 王素锦 洪芷涵

周 露 王莉莉

行业（或企业）代表： 吴柏兴 吴晓芳

专业带头人： 王爱民

一、专业名称及代码

专业名称：健康管理

专业代码：520801

二、入学要求

普通高级中学毕业生、中等职业学校毕业生或具有同等学力者

三、修业年限

3 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	职业类证书
医药卫生大 类(52)	健康管理 与促进类 (5208)	卫生(84)	健康咨询服务人 员(4-14-02) 公共卫生辅助服 务人(4-14-04) 康养、休闲服务 人员(4-14-06)	健康咨询与服务、健康教育与 培训、智慧健康 项目管理、健康 体检中心、社会 卫生服务中心、 老年服务机构	健康管理师、公共营 养师、老年人能力评 估师、保健调理师等

健康管理专业典型工作任务及能力分析表

面向 岗位	职业岗位典型工作任务分析		需要的职业能力
	工作任务	工作要求	
健康信息 评估师 / 数据分析 师	1. 个体 / 群体健康信息采集与建档 2. 健康风险评估与报告撰写 3. 健康数据统计分析与档案管理	1. 规范采集健康问卷、体检数据、生活方式信息，建立电子健康档案 2. 运用专业工具开展慢病、亚健康风险评估，出具专业报告 3. 熟练使用健康管理软件，完成数据录入、分析与归档，保障数据安全	1. 健康信息采集与风险评估能力 2. 健康数据统计分析与工具应用能力 3. 数据合规与隐私保护意识
健康干预 指导师 / 慢病管理 师	1. 个性化健康干预方案制定 2. 营养 / 运动 / 心理干预指导 3. 干预效果	1. 针对不同人群（慢病患者、亚健康人群）制定可落地的干预方案 2. 提供科学的膳食、运动、生活方式指导，开展一对一健康咨询 3. 定期跟踪干预效果，根据反馈调整方案，推动健康目标达成	1. 个性化健康方案制定与干预执行能力 2. 跨专业协作沟通与客户需求洞察能力 3. 健康管理服务的跟踪与优化能力

面向	职业岗位典型工作任务分析		需要的职业能力
	跟踪与方案调整		
健康科普策划师 / 健康管理运营	1. 健康知识科普内容创作 2. 社区 / 企业健康促进活动策划与执行 3. 健康服务场景运营与客户维护	1. 结合不同场景（社区、企业、学校）创作易懂、科学的健康科普内容 2. 策划并组织健康讲座、筛查活动、健康日活动，提升公众健康意识 3. 维护客户关系，开展健康社群运营，提升服务粘性	1. 健康知识科普与活动策划的传播能力 2. 健康服务场景运营与客户关系维护能力 3. 活动组织协调与现场执行能力

五、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救死扶伤精神，较强的就业创业能力和可持续发展的能力，掌握健康监测、评估、干预及健康促进等专业知识，具备良好的健康管理职业道德、跨学科知识整合能力、沟通协作与人文关怀素养，面向医疗机构健康管理师、健康管理机构顾问、社区健康服务专员、企业健康管理师等职业，能够从事个体或群体健康状况监测与风险评估、健康咨询与服务、健康宣教与培训指导、智慧健康项目管理等工作的高技能人才。

培养目标内涵（培养目标内涵是对培养目标的具体化）

目标 1	重素质	塑造符合健康行业要求的综合职业素养。思想政治：拥护党的领导，践行社会主义核心价值观，爱国守法、诚实守信。职业操守：敬佑生命、尊重隐私、廉洁自律，具备“健康所系、性命相托”的职业情怀。人文素养：沟通共情、团队协作、服务意识强，能理解不同人群健康需求。科学与数字素养：严谨求实，会用健康信息系统、大数据工具开展工作，适应智慧健康发展。
目标 2	重根基	掌握“医 + 防 + 管 + 养”融合的专业理论知识。基础医学：正常人体结构与功能、常见疾病概要、预防医学与公共卫生基础。核心管理：健康管理学概论、健康监测技术、健康风险评估、健康干预方案设计、健康档案与信息管理等。相关专业：营养与保健、运动康复、心理健康、中医“治未病”、卫生法律法规与伦理。行业前沿：智慧健康技术、健康大数据应用、健康保险与健康营销、慢性病管理规范。

目标 3	强本领	具备岗位核心技术技能，能独立完成健康管理全流程工作。健康监测与评估：能采集生理 / 生活方式 / 心理信息，建立健康档案，开展风险筛查与分级评估。健康干预与指导：能制定并实施营养、运动、心理、生活方式干预方案，提供慢性病管理、康复保健指导。健康咨询与宣教：能开展一对一健康咨询、群体健康讲座、科普宣传，进行健康行为干预与培训。智慧健康应用：能操作健康管理系统、体检软件、可穿戴设备，进行数据分析与项目运营管理。
目标 4	图发展	具备职业适应、创新与终身学习能力，支撑长期职业发展。职业适应：能在体检中心、社区卫生、养老机构、健康管理公司等多场景岗位快速上手。创新实践：能结合行业新需求，参与健康服务产品设计、流程优化与质量改进。终身学习：掌握自主学习方法，能跟踪健康管理新理念、新技术、新规范，持续提升专业能力。职业晋升：具备健康管理师、公共营养师、健康照护等职业资格考取能力，向管理岗、专家岗发展。

（二）培养规格

本专业学生应在系统学习本专业知识和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：

1. 素质

（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；

（2）掌握与本专业对应职业活动相关的国家法律、行业规定，掌握绿色生产、环境保护、安全防护、质量管理等相关知识与技能，了解相关行业文化，具有爱岗敬业的职业精神，遵守职业道德准则和行为规范，具备社会责任感和担当精神；

（3）掌握支撑本专业学习和可持续发展必备的语文、外语（英语等）、信息技术等文化基础知识，具有良好的人文素养与科学素养，具备职业生涯规划能力；

（4）具有良好的语言表达能力、文字表达能力、沟通合作能力，具有较强的集体意识和团队合作意识，学习 1 门外语并结合本专业加以运用；

（5）掌握信息技术基础知识，具有适应本领域数字化和智能化发展需求的数字技能；

（6）具有探究学习、终身学习和可持续发展的能力，具有整合知识和综合运用知识分析问题和解决问题的能力；

（7）掌握身体运动的基本知识和至少 1 项体育运动技能，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；

具备一定的心理调适能力；

(8) 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；

(9) 树立正确的劳动观，尊重劳动，热爱劳动，具备与本专业职业发展相适应的劳动素养，弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，弘扬劳动光荣、技能宝贵、创造伟大的时代风尚。

2. 知识

(1) 了解管理学、经济学、心理学等相关学科知识，具备健康管理服务流程设计、健康产业运营管理的基础理论。

(2) 熟悉预防医学、流行病学、统计学的基本知识，掌握健康风险评估、公共卫生事件防控的方法；

(3) 掌握健康管理学理论，包括健康监测、健康干预、健康档案管理、营养与运动管理等核心内容；

(4) 掌握健康管理、中医中药、信息数据采集与应用等方面的专业基础理论知识；

(5) 掌握基础医学、临床医学的理论，了解常见疾病的病因、病理及防治原则。

3. 能力

(1) 具有健康信息采集与风险评估的实践能力，能系统收集个体/群体健康数据，并运用专业方法评估健康风险，为管理方案提供依据；

(2) 具有个性化健康方案制定与干预执行的设计能力，针对不同人群需求设计营养、运动等干预方案，并具备跟踪调整、推动方案落地的执行能力；

(3) 具有健康知识科普与活动策划的传播能力，能通过多样化形式传播健康理念，策划并组织社区、企业等场景的健康促进活动，提升公众健康意识；

(4) 具有健康数据统计分析与工具应用的数据处理能力，熟练使用健康管理软件（如电子档案系统、风险评估工具），为决策提供数据支撑；

(5) 具有跨专业协作沟通与客户需求洞察的服务能力，能与医疗、营养等团队高效协作，同时通过沟通理解服务对象需求，提供个性化健康服务。

六、人才培养模式及课程设置

（一）专业人才培养模式及特色

本专业坚持“校企双主体”育人理念，将产教融合贯穿于人才培养全过程，构建“资源共用、过程共管、责任共担、成果共享”的紧密型合作模式，着力培养适应健康产业发展需求的高素质技术技能人才。具体实施路径如下：

1. 构建“岗课赛证”融通的课程体系：对接健康管理师、艾灸保健调理师等职业岗位标准与职业技能等级证书要求，将合作企业的真实健康管理项目、慢病干预案例、健康服务技术规范转化为教学标准与课程模块，把企业健康评估、健康方案制定、健康科普活动组织等真实工作任务融入课程教学，实现课程标准与岗位能力要求的高精度匹配，确保教学内容与健康产业技术发展同频共振。

2. 实施“双导师”协同育人机制：校企共建高水平“双师型”教学创新团队。由合作医疗机构、健康管理企业的技术骨干与校内专任教师共同承担教学任务，共同制订授课计划、开展教学研讨、指导学生健康管理实训与岗位实习，将企业的健康服务流程、客户沟通规范、数据管理要求深度嵌入实践教学环节，实现专业教学与岗位需求的无缝衔接。

3. 创新“工学交替”的教学组织形式：依据健康管理专业生产性实训和岗位实习的内在逻辑，科学设计教学进程。充分利用校内健康评估实训室、企业健康管理服务中心两种育人环境，将课堂搬进社区健康服务站、企业健康管理部，将真实客户的健康管理项目引入课程教学，实现“学中做、做中学”，使学生在真实服务场景中提升职业素养与综合服务技能。

4. 建立校企共评的教学质量监控体系：引入健康管理行业、合作企业的评价标准，构建由学校、企业、行业多方参与的教学质量评估机制。重点考核学生的健康信息采集准确率、健康方案落地执行效果、客户沟通满意度及岗位实习表现，形成“评价—反馈—改进”的闭环管理，保障产教融合育人质量持续提升。

5. 培育产教融合型教学成果：依托与健康管理机构、社区卫生服务中心等单位的深度合作项目，校企共同开发《健康管理实务》活页式教材、《慢病风险评估》在线精品课程等教学资源，联合孵化社区健康促进活动、企业员工健康管理等具有校本特色和行业影响力的典型案例，推动产教融合从资源引入向内涵建设深化，打造产教融合特色育人品牌。

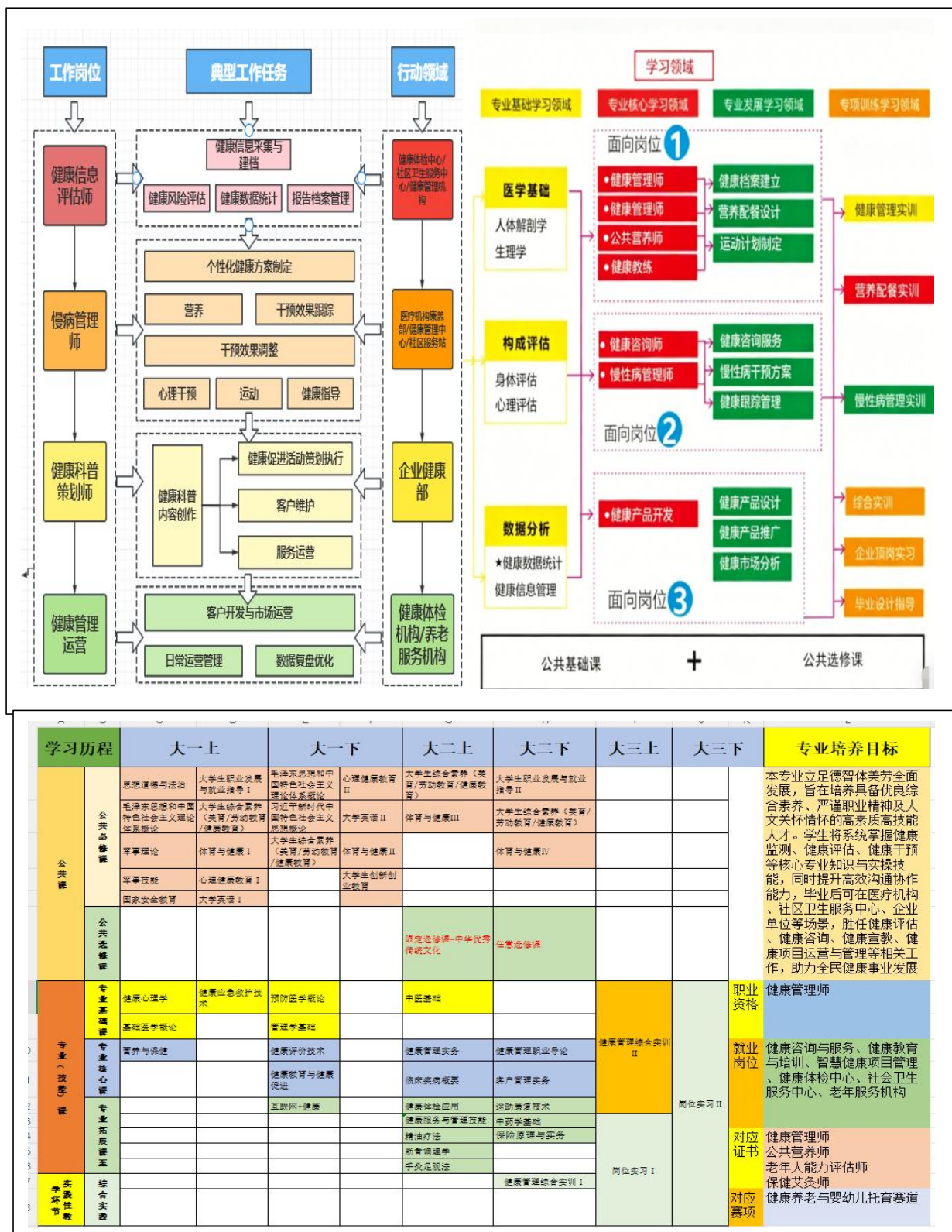


图 1 健康管理专业岗位对接人才培养全过程图谱

(二) 课程教学模式

本专业以“能力递进、虚实结合”为主线，深度融合人工智能技术，推进课程教学数字化转型，构建“AI+模块化”双驱动智慧教学模式，实现教学内容、教学方法、教学评价的全方位升级。

1. 基于岗位需求的AI+模块化教学内容重构

围绕健康管理师、健康数据分析师、慢病干预指导师等核心岗位能力需求，将教学内容拆解为健康智能监测、健康数据分析、个性化干预方案设计、健康政策应用等可动态组合的数字化项目模块，形成“岗位能力-模块内容-教学目标”精准对应的课程体系。

教学实施采用“项目教学+AI 赋能”双轨并行：一方面以真实健康管理项目（如社区慢病风险筛查、企业员工健康管理）为载体开展项目式教学；另一方面引入AI 工具嵌入教学全流程，实现教学内容与产业数字化发展同频共振。

2. 多元融合的互动式教学模式创新

（1）传统教学模式数字化升级

创新实施项目教学、案例教学、情景教学等多元教学模式，实现“课堂与实习地点一体化、理论与实践一体化”。以学生为主体，通过任务驱动、工作过程导向教学，结合翻转课堂、远程协作、实时互动等数字化教学形式，依托健康管理虚拟仿真实训平台，实现居家、社区、机构健康服务场景的虚拟仿真教学，让学生在虚实结合的场景中掌握健康评估、干预指导等核心技能，提升教学实效性。

（2）生成式AI 驱动的个性化互动教学探索，探索基于生成式人工智能的互动式教学模式，利用AI 工具创设个性化学习路径：通过智能问答系统实时解答健康管理专业疑问；结合慢病管理、健康科普等真实案例，AI 自动生成课堂讨论话题与拓展任务；开展人机协作式健康方案设计训练，引导学生在互动中深化专业认知，培养创新思维与职业技能，推动教学模式向智能化、个性化方向升级。

（3）AI 技术赋能教学资源与实训场景建设，引入智能健康监测、慢病风险AI 预测、客户健康行为分析等行业真实AI 应用案例，开发虚拟仿真实训项目，让学生在模拟场景中掌握智能健康设备操作、健康数据采集与分析、AI 辅助干预方案优化等数字化技能，强化学生应对复杂健康管理场景的决策力与人机协作素养。

3. 数据驱动的智慧教学闭环构建

依托 AI 技术实现教学资源动态生成、教学过程双向反馈、教学评价精准画像，将传统模块化教学升级为“数据驱动、人机共教”的智慧教学模式。教学资源：根据学生学习数据动态推送个性化案例、习题与拓展资料；教学过程：AI 实时分析课堂互动数据、任务完成情况，为教师提供教学反馈；教学评价：构建包含知识掌握、技能操作、方案设计、人机协作能力的多维度评价体系，实现精准画像与个性化改进建议，保障教学质量持续提升。

（三）课程设置

专业教学计划中开设公共课（必修、选修）、专业课和实践性教学环节三大模块。

1. 公共基础课程

公共课程严格按照国家有关规定开齐公共基础课程，将思想政治理论、军事理论与军训、体育与健康、心理健康教育、劳动教育等课程列为公共基础必修课程，并将马克思主义理论类课程、职业发展与就业指导、创新创业、四史教育、信息技术、大学英语、大学语文、美育、国家安全教育、中华优秀传统文化等列为必修课程或限定选修课。

（课程教学要求详见附表）

2. 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。

（1）专业基础课程

包括：健康心理学、医学基础、中医基础、预防医学概论、管理学基础、健康急救救护技术等。

专业基础课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	教学目标	主要教学内容	教学要求
1	健康心理学	知识目标：掌握健康心理学核心概念、理论及研究方法，理解心理与身心健康的关联机制，了解常见心理问题与躯体疾病的关系及健康心理维护知识。 能力目标：能运用相关理论分析心理健康状况、识别心理困扰，开展基础干预指导，结合健康管理场景辅助完成健康状态分析。 素质目标：树立心身统一观念，培养自身健康与心理调适能力，增强共情和人文关怀意识，包容不同心理状态	定义、研究对象、理论流派及研究方法。心理因素与健康，应激、情绪、人格对健康的影响。心身疾病的定义、常见类型及心理干预要点。健康行为的分类、不良行为干预及健康生活方式培养。心理调适压力管理、情绪调节及健康维护方法。特殊人群：心理健康特点及干预原	掌握核心概念与理论，区分研究方法，熟记心身疾病相关因素。能结合案例分析，运用基础干预方法提供简单指导。关注自身健康，践行健康生活，具备基础服务意识。完成案例作业，参与课堂实践，拓展知识边

		的服务对象。	则。	界。
2	医学基础	知识目标: 了解医学基础核心知识,熟悉人体结构与机能,掌握疾病发生发展的基本规律。 能力目标: 具备初步识别常见疾病基础特征的能力,能运用基础医学知识为健康评估提供专业支撑。 素质目标: 树立科学医学思维,培养严谨求实的职业素养与健康服务责任意识。	医学微生物学、病理学、生理学基础、常见疾病病因及发病机制、疾病的基本临床表现。	熟悉医学基础核心概念,理解疾病发生发展规律,能初步判断常见疾病的基础特征,具备基础医学认知能力。
3	中医基础	知识目标: 掌握中医基础理论、经络学说等核心知识,理解中医养生保健基本理念,夯实专业理论根基。 能力目标: 能够运用中医基础理论分析基础健康问题,为后续中医课程学习及保健调理技能实训提供支撑。 素质目标: 认同中医药传统文化,树立中医养生思维,培养敬业严谨的职业素养与健康服务责任感。	阴阳五行学说、脏腑学说、经络学说、气血津液、中医诊断基础及中医养生基本理念。	熟练掌握中医基础核心理论,理解经络与脏腑的关联,能运用中医基础理念解释简单健康问题,具备中医基础认知素养。
4	预防医学概论	知识目标: 掌握预防医学基本原理与常用方法,熟知常见疾病的防控原理及预防策略。 能力目标: 具备基础健康预防宣教能力,可独立开展常见健康问题的健康干预与科普工作。 素质目标: 树立预防为主的健康理念,具备公共卫生责任意识、服务意识与严谨敬业的职业素养。	预防医学基础、流行病学方法、环境卫生、食品营养与安全、常见疾病预防与控制。	熟悉预防医学核心原理,掌握常见疾病预防方法,能开展基础健康预防宣教,具备初步预防干预能力。
5	管理学基础	知识目标: 掌握管理学基本原理与常用方法,熟悉健康管理专业基础理论知识。 能力目标: 具备健康管理工作中的计划、组织与协调实操能力,可适配健康管理服务管理岗位工作需求。 素质目标: 树立现代健康管理职业理念,培养责任意识、服务意识与严谨规范的职业素养。	管理学基本原理、计划与决策、组织与协调、领导与激励、健康管理流程及规范。	理解管理学核心知识,能运用基本管理方法分析健康管理服务管理问题,具备基础的管理协调和沟通能力。
6	健康急救救护技术	知识目标: 掌握急救基础护理相关理论知识,熟悉常见急症发病特点与救护常识。 能力目标: 熟练掌握应急处置基本技能,能对常见急症开展初步识别、基础护理与急救配合,提升现场应急处置能力。 素质目标: 树立生命至上急救理念,	急救基础、常见急症识别与护理、心肺复苏术、急救器械使用、重症监护基础等。	准确运用心肺复苏等核心急救技能,能规范完成常见急症初步护理操作,具备基本应急处置和沟通配合能力。

		培养沉着冷静的应变心态、责任担当与规范施救的职业素养。		
--	--	-----------------------------	--	--

(2) 专业核心课程

包括：健康管理实务、健康教育与健康促进、临床疾病概要、健康评价技术、客户管理实务、营养与保健、健康管理职业导论。

专业核心课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	典型工作任务描述	教学目标	主要教学内容	教学要求
1	健康管理实务	运用基础医学、预防营养、运动保健等知识，开展健康知识宣教、健康管理干预。	知识目标： 掌握健康管理实务专业知识、服务流程与行业规范，熟悉健康评估、健康干预等相关基础内容。 能力目标： 具备健康信息采集、健康分析与个性化指导能力，能够规范开展基础健康管理实务服务工作。 素质目标： 树立以人为本的服务理念，恪守职业规范，培养敬业严谨、善于沟通、有责任担当的职业素养。	健康管理基本策略、工作流程，营养与运动指导技术，健康随访、干预知识及常见慢性病健康管理流程与技术。	熟练掌握健康管理相关策略、流程及指导干预技术，运用随访技巧，恪守行业规范，熟练掌握慢性病管理流程，适配岗位需求。
2	健康教育与健康促进	运用基础医学知识、预防保健知识等，制作宣传材料，开展健康知识宣教，实施健康促进计划、健康管理干预。	知识目标： 掌握健康教育与健康促进基础理论、基本原则及常用方法，熟悉健康传播与行为干预相关专业知 识。 能力目标： 具备健康科普策划、宣讲及沟通引导能力，能够独立开展大众化健康教育与健康促进实践工作。 素质目标： 树立大健康服务理念，具备社会责任感与人文素养，养成耐心友善、乐于科普的职业综合素质。	健康教育及健康促进的基本概念、相关理论，健康促进实施办法，宣传材料制作、活动设计及干预方案撰写等技能。	熟练掌握健康教育相关理论与实操技能，规范开展相关工作，恪守行业规范，提升专业能力，适配相关岗位需求。
3	临床疾病概要	运用医学基础、健康管理、预防医学等专业基础知识和数据信息采集与统计、健康档案管理技能，协助基层医疗卫生人员开展非医疗性疾病管理、健康宣传及教育、健康培训与指导。	知识目标： 掌握临床常见疾病的病因、临床表现与诊疗基础常识，熟悉各类疾病发生发展的基本规律。 能力目标： 能够初步识别常见临床疾病典型特征，具备基础病情辨识与健康咨询辅助服务能力。 素质目标： 树立科学临床思维，恪守职业伦理规范，培养严谨求实、关爱服务对象	涵盖全科常见症状的病因及临床表现，内科、外科、妇产科、儿科常见疾病，以及常见传染性疾病和性传播疾病的病因、临床表现、实验室检查及防治原则等核	掌握全科常见症状的病因及临床表现；熟悉多科室常见疾病和相关传染病的核心要点，了解各类疾病的发病机制、诊断与鉴别诊断，达成基础诊疗认知目标。

			的职业素养。	心知识。	
4	健康评价技术	运用大数据进行健康风险评估,结合健康信息进行健康监测方案的制订与实施。	知识目标: 掌握健康评价技术基础理论、常用指标与评估方法,熟悉人体健康状况测评的专业基础知识。 能力目标: 能够规范完成健康信息采集、体格测评与健康状况分析,具备开展基础健康评价实操能力。 素质目标: 秉持客观严谨职业态度,恪守操作规范与职业伦理,培养认真细致、以人为本的服务素养。	包含健康监测信息的采集与使用,基本健康、健康行为生活方式、心理认知及社会适应状况的评价,以及一般体格检查、身体各系统状况检查与评价的相关内容。	掌握健康监测信息的采集与使用,以及各类健康相关评价内容;熟悉一般体格检查与身体各系统状况检查及评价,达成健康评价基础能力目标。
5	营养与保健	运用营养与保健基础知识及应用技能,对人体营养状况及膳食营养进行评价、管理和指导。	知识目标: 掌握营养学基础理论、各类营养素功能及膳食原则,熟悉不同人群营养需求与养生保健相关知识。 能力目标: 能依据个体体质与健康状况合理搭配膳食,具备基础营养指导、日常保健方案制定的实操能力。 素质目标: 树立科学膳食与健康保健理念,养成严谨专业的职业态度,具备人文服务意识与社会健康责任感。	涵盖营养与保健基础知识及应用技能,食物营养与食品卫生、膳食结构与膳食指南,人体营养及膳食营养的评价、管理与指导,营养相关慢性病饮食指导及膳食营养状况调查分析相关内容。	掌握营养与保健基础知识及应用技能;熟悉食物营养、食品卫生及膳食相关知识;能开展营养评价、管理指导及慢性病饮食指导,具备膳食营养状况调查分析能力。
6	客户管理实务	为需求者(客户)提供健康管理服务,建立良好关系,做好管理。	知识目标: 掌握客户管理基础理论、流程与沟通技巧,熟悉健康服务行业客户管理规范。 能力目标: 具备客户信息维护、需求对接与关系维系能力,可胜任健康服务客户管理基础工作。 素质目标: 树立服务至上理念,恪守职业诚信,培养善于沟通、耐心敬业的职业素养。	包含客户管理的原则,客户关系、识别客户、区别对待客户等客户管理模式核心内容,以及客户价值的衡量与管理相关知识,覆盖客户管理全流程基础要点。	掌握客户管理的原则;熟悉客户关系、客户识别等客户管理模式各项内容;了解客户价值的衡量与管理方法,夯实客户管理基础认知与应用能力。
7	健康管理职业导论	运用管理学基础知识等,了解健康管理产业新业态、新职业、新技术。	知识目标: 掌握健康管理行业概况、职业内涵与岗位体系,了解行业发展前景及从业规范要求。 能力目标: 能清晰认知职业定位与发展路径,具备职业	涵盖健康管理的概念、理论、实践渊源、科学基础、基本步骤、服务流程及策略,以及其国	掌握健康管理的相关概念、理论、科学基础及核心流程与策略;熟悉其国内外应用、学科产

			规划与岗位适配的基础认知能力。 素质目标: 树立正确职业价值观, 增强行业认同感, 培养敬业自律、乐于服务的职业素养。	内外应用、学科与产业发展, 还有各类健康管理服务机构的 workflows。	业发展, 以及各类健康管理服务机构的工作流程。
--	--	--	---	--	-------------------------

(3) 专业拓展课程

包括: 健康体检应用、健康服务与管理技能、互联网+健康、运动康复技术、中药学基础、保险原理与实务、市场营销。

专业拓展课程主要教学内容与要求

序号	课程名称	教学目标	主要教学内容	教学要求
1	健康体检应用	知识目标: 掌握常用体检项目、体检流程及体检报告基础解读相关知识。 能力目标: 能够协助开展体检工作, 具备基础体检报告初步解读的实操能力。 素质目标: 树立预防为先健康意识, 养成认真细致、严谨规范的职业工作作风。	学习体检基础知识与基础常识, 掌握体检核心项目的适用人群与检查意义, 熟悉体检完整实务操作流程, 掌握体检报告基础分析方法与健康结果解读要点。	掌握核心知识, 能实操基础服务, 秉持严谨态度。
2	健康服务与管理技能	知识目标: 掌握健康评估、健康档案管理、健康指导等专业核心理论知识。 能力目标: 熟练运用专业技能, 可为不同人群制定方案、提供个性化健康服务。 素质目标: 树立专业服务理念, 严谨务实、爱岗敬业, 适配健康管理岗位职业要求。	健康评估方法、健康档案建立与管理、慢病管理、健康宣教技巧、客户沟通与服务礼仪等。	能独立完成健康评估和健康档案搭建, 熟练开展基础健康指导, 具备良好的沟通能力和服务意识。
3	互联网+健康	知识目标: 了解互联网健康服务行业发展趋势, 掌握线上健康管理、健康咨询及健康数据管理基础方法。 能力目标: 具备线上健康服务基础实操能力, 能运用网络平台开展常规健康服务工作。 素质目标: 树立智慧健康服务理念, 具备创新思维与职业素养, 适配互联网健康行业新兴岗位需求。	互联网健康平台应用、线上健康咨询技巧、健康数据采集与分析、线上健康宣教内容制作。	能熟练操作常用互联网健康平台, 独立开展基础线上健康咨询和数据管理, 具备线上健康服务能力。
4	运动康复技术	知识目标: 掌握康复和运动基础理论、常用康复技术及操作原理以及运动的指导, 熟悉运动和康复服务基本规范。 能力目标: 能够制定简单康复方案, 熟练开展运动和康复指导相关基础工作。 素质目标: 秉持科学康复理念, 严守操作安全规范, 培养严谨负责的职业素养。	掌握运动康复基础理论与解剖生理知识, 常见运动损伤、慢性劳损的病因与评估方法, 康复常用手法、关节活动与肌力训练技术, 运动康复方案制定流程, 运动训练实操指导, 康复训练实操指导、注意事项及安全规范, 不同人群	熟练掌握专业技术要点, 具备独立实操与现场指导能力, 严格遵守操作流程与安全规范, 树立严谨负责的职业态度, 规范从业行为。

			运动康养与功能恢复实训内容。	
5	中药学基础	知识目标: 了解中药分类、性味归经及功效特点,掌握常见中药的性状识别、常用用法与使用禁忌。 能力目标: 具备常见中药基础辨识能力,能合理区分用药禁忌,为中医养生保健调理打下专业基础。 素质目标: 树立中医整体养生理念,恪守用药严谨原则,养成认真审慎、规范专业的职业素养。	中药基础理论、常见中药的识别与功效、中药配伍原则、中药的日常应用及安全禁忌。	能识别常见中药,熟悉其功效与用法,掌握中药安全使用禁忌,具备运用中药开展基础养生的初步能力。
6	保险原理与实务	知识目标: 掌握保险基础原理、主要险种及业务实务流程,熟悉保险条款相关专业知识。 能力目标: 能够解读保险合同条款,具备基础投保办理与理赔协助处理的实操能力。 素质目标: 坚守诚信从业准则,树立合规服务意识,培养专业敬业、耐心负责的职业素养。	讲解保险基本定义与行业核心原理,系统介绍常见保险险种分类及保障特点,讲授投保流程、合同条款解读、理赔申请流程与实操处理规范,结合健康服务场景开展保险业务实务应用学习。	掌握核心内容,能处理基础事务,坚守诚信原则。
7	市场营销	知识目标: 掌握市场营销基础原理、营销模式与实操流程,熟悉健康行业市场推广相关知识。 能力目标: 具备市场分析、客户挖掘与宣传推广能力,能开展基础营销策划与服务推广工作。 素质目标: 树立诚信经营理念,具备沟通协作意识,培养敬业务实、善于服务的职业素养。	包含市场营销基础概念、原理、流程,市场环境、消费者行为及目标市场定位,4P 营销策略,健康行业市场特点、客户维护及基础营销实务。	掌握市场营销基础原理与策略,熟悉健康行业营销特点,具备基础营销能力;恪守从业规范,强化协作服务能力,树立诚信理念,适配相关岗位。

(4) 岗课赛证

课程名称	学分	总学时	课证融合	课赛融合
营养与保健	4	64	公共营养师(四级)、健康管理师	世界职业院校技能大赛-健康养老与婴幼儿托育赛道
中医基础	3	54	保健调理师	世界职业院校技能大赛-健康养老与婴幼儿托育赛道
健康管理实务	4	72	健康管理师	世界职业院校技能大赛-健康养老与婴幼儿托育赛道
健康评价技术	4	72	健康管理师	世界职业院校技能大赛-健康养老与婴幼儿托育赛道

3. 实践性教学环节(包括实验、实训、实习、毕业设计、社会实践等形式)

本专业实践性教学环节(详见下表):

序号	实践项目	学期安排	周数	总学时	地点
1	健康管理综合技能实训	5	12	240	校内、外实习基地
2	岗位实习 I	5	6	120	校外实习基地
3	岗位实习 II	6	18	360	校外实习基地

（四）学时学分说明

本专业总学时安排 2638 学时，毕业总学分 140 学分。公共课总时数占教学活动总学时数的 35.1%；专业基础课 6 门 18 学分，专业核心课 7 门 24 学分，专业拓展课程 7 门 14 学分；实践性教学学时占总学时数 54.7%。

七、教学进程总体安排

（一）教学计划总体安排（单位：周）（每学期按 20 周计算）

学期周数	一	二	三	四	五	六	合计	备注
课堂教学周	16	18	18	18			70	
技能实践周	1	1	1	1	12		16	
考试周	1	1	1	1	2		6	
入学教育及军训周	2						2	
岗位实习 I					6		6	
岗位实习 II						18	18	
毕业鉴定						2	2	
合计	20	20	20	20	20	20	120	

（二）课程结构比例

模块名称	课程类别	学时			学分	学时百分比% (取一位小数)
		总学时	理论学时	实践学时		
公共课	公共必修课	840	451	389	43	31.8%
	公共选修课	88	54	34	5	3.3%
专业基础课		314	230	84	18	11.9%
专业核心课		424	316	108	24	16.1%
专业拓展课		252	144	108	14	9.6%
实践性教学环节		720	0	720	36	27.3%

总 计	2638	1195	1443	142	100%
学时百分比%（取一位小数）	100%	45.3%	54.7%	/	
说明：公共课程学时不少于总学时的 25%（公共必修课+公共选修课），选修课学时占总学时的比例不少于 10%（公共选修课+专业拓展课），实践学时占学时数 50%以上（通过集中实践教学环节和课内实践学时实现）					

（三）课程与教学计划进程表（见附件）

八、实施保障

主要包括师资队伍、教学设施、教学资源、教学方法、学习评价、质量管理等方面。

（一）师资队伍

1. 师德师风要求

坚守爱国守法、敬业爱生、教书育人、严谨治学、服务社会、为人师表的师德师风，以高尚品德和专业素养引导学生树立正确职业观，助力健康事业发展。

2. 师资队伍结构

具有专兼职教师共 13 人，其中专任教师 12 人，双师型教师 10 人，副高职称 3 人，中级职称 3 人，硕士 4 人。

3. 专业带头人

专业带头人王爱民，教授，主任护师、研究生导师，专业学科带头人，1977 年 1 月入伍，毕业于广州第一军医大学，从事临床护理与健康管理工作四十年。先后荣立“三等功”3 次，被福州市政府表彰为三八红旗手 2 次，获福建省护理学会小鹰基金首届奖励。中华医学会糖尿病学分会糖尿病教育与管理学组委员、福建省医学会糖尿病学分会教育与管理学组副组长；国家级二级心理咨询师、高级公共营养师。主持专业建设、开展教育教学改革、教科研工作，社会服务能力强，在本专业改革发展中起引领作用。

4. 专任教师

具有高校教师资格；具有健康管理及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；能够跟踪新医科发展前沿，开展技术研发与社会服务；专业教师每年至少 1 个月在医疗卫生机构实践，每 5 年累计不少于 6 个月的实践经历。

序号	姓名	性别	出生年月	专业技术职务	毕业学校及专业	获得学位或学历	技师以上职业资格或非教师系列中级以上职称、执业资格名称	是否双师	主讲课程
1	周丹	女	1982.09	副教授	西北师范大学 汉语言文学	硕士	高级育婴师、 高级养老护理员、高级保健调理师	是	《健康心理学》
2	何毅萍	女	1985.02	副教授	集美大学 体育教育	硕士	高级社会体育指导员（篮球）、啦啦操国家级裁判员、啦啦操一级教练员、健身操一级教练员裁判员、保健调理师、运动营养师咨询与指导讲师、考评员	是	《运动康复技术》 《互联网+健康》、
3	吴玉成	女	1976.06	副主任护师	北京大学 护理专业	本科	副主任护师，养老护理员二级技师、养老护理员考评员、老年人能力评估师考评员、育婴员考评员、保育师考评员、保健调理师考评员	是	《健康教育与健康促进》、《健康体检应用》
4	王素锦	女	1993.06	执业医师	福建中医药大学 临床医学专业	学士	执业医师，高级养老护理员，高级老年人能力评估师，养老护理员考评员	是	《健康评价技术》、 《健康管理实务》
5	涂燕玉	女	1991.05	讲师	广西中医药大学 护理专业	硕士	护师、高级养老护理员	是	《客户管理实务》、 《健康服务与管理技能》
6	周露	女	1985.09	讲师	湖北医药学院 护理专业	学士	讲师，主管护师，养老护理员考评员、老年人能力评估师考评员、保健调理师考评员、健康照护师考评员	是	《健康管理职业导论》、《健康服务与管理技能》
7	王莉莉	女	1983.09	讲师	泰山医学院 护理专业	学士	主管护师，高级健康管理师，神经电生理（脑电图）初级（师）、老年人能力评估师（三级）、养老护理员（三级）、育婴员（三级）、养老护理员二级技师，养老护理员、育婴员、保育员、老年人能力评估师考评员	否	《市场营销》、《医学基础》

8	林文城	男	1986. 04	助教	福建医科大学药学专业	学士	中共党员，家庭教育指导师，心理咨询师，高级老年人能力评估师，高级健康管理师，高级办公软件操作员	是	《管理学基础》、《健康管理实务》
9	吴敏燕	女	1994. 05	助教	莆田学院药学专业	学士	药师，高级健康管理师，高级老年人能力评估师，高级保育员，高级育婴员，保育	是	《健康应急救护技术》、《预防医学概论》
10	洪芷涵	女	1997. 10	执业中医 师	福建中医药大学中医专业	学士	执业中医师，高级美容师、高级老年人能力评估师、高级养老护理员、高级保健调理师、老年人能力评估师考评员	是	《中医学基础》、《临床疾病概要》、
11	林桂云	女	1994. 04	助教	福建中医药大学中药学专业	本科	中药师，高级健康管理师，高级老年人能力评估师，高级育婴，高级营养师	是	《中药学基础》、《营养与保健》、
12	林淑燕	女	1996. 06	助教	莆田学院护理专业	学士	护师，高级保健调理师、养老护理员二级技师，养老护理员考评员、育婴员考评员、保育员考评员、老年人能力评估师考评员	是	《健康应急救护技术》、《保险原理与实务》、

5. 兼职教师

序号	姓名	性别	出生年月	专业技术职务	毕业学校及专业	获得学位或学历	技师以上职业资格或非教师系列中级以上职称、执业资格名称	是否双师	主讲课程
1	张佩柠	女	1999. 10	助教	香港浸会大学中医健康管理	硕士	---	是	《临床疾病概要》、《管理学基础》

主要从本专业相关行业企业的高技能人才中聘任，具有扎实的专业知识和丰富的实际工作经验，具有中级及以上专业技术职务（职称）或高级工及以上职业技能等级，熟悉教育教学规律，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专业教学任务。

6. 专业师生比

本专业现有全日制在校生 164 人，专任教师 12 人，企业兼职教师 1 人。按专任教师计算，生师比约为 13.67:1；若将兼职教师按 0.5 系数折算，兼职教师折算后为 0.5 人，总师资数为 12.5 人，生师比约为 13.12:1。

结构类型	具体数据	说明
“双师”结构	双师型教师 11 人，占专任教师的 92%	双师型教师均具备健康管理师、公共营养师，养老、保育考评员等相关职业资格或健康服务行业实践经历
专任教师比例	专任 12 人，兼职 1 人，专兼比约为 12:1	兼职教师主要来自医院、健康体检中心、社区卫生服务机构及行业协会，承担实践指导、专题讲座等任务
年龄结构	35 岁以下 7 人(54%)，35-45 岁 5 人(38%)，45 岁以上 4 人(8%)	教师队伍以中青年为主，富有活力，兼具理论素养与行业实践经验，发展潜力充足
职称结构	高级职称 3 人(23%)，中级职称 4 人(31%)，助教及未评 6 人(46%)	中级和助教职称教师占主体，教学经验丰富，高级职称比例有待提升，职称结构需进一步优化
学历结构	硕士 3 人(23%)，本科 10 人(77%)	高学历教师占比 23%，学术底蕴深厚，鼓励教师在职攻读更高学位、参与学术交流提升专业能力
职业资格结构	养老二级技师、心理咨询师、高级养老护理员、保健调理师、老年人能力评估师、健康管理师、公共营养师等职业资格全覆盖	具有丰富的职业技能鉴定和健康服务行业实践能力，为“课证融通”“岗课赛证”融合提供有力支撑

7. 专业群师资共享情况

本专业所属智慧健康学院同时开设护理、学前教育、社会体育、老年保健与管理、中医养生保健等专业，通过以下方式实现师资共享：

公共课教师共享：大学语文、大学英语、信息技术、体育等公共课程由学校通识中心统一调配，实现跨专业资源共享。

技能教师互通：本专业教师同时承担护理、老年保健与管理、中医养生保健等专业教学任务，形成康养教学共同体。

实践指导教师协作：中医养生保健综合技能实训、岗位实习等实践环节，由本专业教师与护理专业、健康管理专业教师共同指导学生，实现复合型能力培养。

教研活动联动：定期开展专业群教学研讨会，跨专业教师联合申报课题、开发活页式教材。

8. 本专业师资配置存在的不足

不足方面	具体表现
教师总量不足	教师教学负担较重，影响教研精力投入
高级职称比例偏低	高级职称占比较低，不利于专业及科研建设
高学历教师比例有待提升	硕士以上占比较低，与本科院校及示范性高职存在差距
行业领军人才缺乏	缺少具有省级以上教学名师、技能大师称号的带头人，行业影响力不足
兼职教师稳定性不足	兼职教师来源分散，深度合作受限
双师队伍内涵待深化	虽绝大部分教师持有职业资格证书，但真正具备高水平企业实践经验和课程开发能力的教师仍偏少

9. 师资队伍规划建设规划（2026-2028 年）

建设目标	具体措施	预期成效
优化职称结构	内培外引，力争 3 年内新增副教授 1 名	提升高级职称教师占比
提升学历层次	支持在职攻读研究生，与合作高校联合培养；引进 1-2 名研究生	提升硕士教师占比
深化双师素质	落实“一师一企”制度，每名教师每 1 年累计不少于 1 个月企业实践；聘请行业大师设立“技能大师工作室”	双师型教师保持 100%，培养具有高级技师资格教师 2 人以上
稳定兼职教师队伍	建立兼职教师库（6 人以上），实行“一课双师”常态化	兼职教师承担实践教学比例达 30%，深度参与课程开发
强化专业群共享	组建专业群教学团队，跨专业开发模块化课程	建成 2-3 门跨专业选修课，共享师资 5 人以上

（二）教学设施

1. 校内实训基地建设

校内实训体系以全场景模拟+康养技能融合为核心，依托育才楼统筹布局分层实训空间，形成“理论—实践—创新”一体化培养模式。实训涵盖四大核心模块，各实训室在育才楼内分楼层科学布局、功能分区明确。

学生可系统化掌握人体形态结构辨识、基础应急救护、健康数据评估、中医养生保健等专业核心技能，熟练运用人体解剖、急救处置、健康筛查、理疗康养等实操技术，融合健康宣教、慢病干预、养生指导等健康管理综合实践能力，为投身大健康服务行业筑牢专业技能与职业素养基础。

(1) 校内实训基地情况

序号	校内实训基地 (室) 名称	主要设备	实训内容(服务 课程或项目)	备注
1	医学形态解剖实训室	人体模型、解剖台、病理人体标本、陈列病理解剖标本柜、不锈钢器械等	医学基础	已投入使用
2	基本救护实训室	多功能急救训练模拟人(CPR、除颤)、急救床、输氧设备、输液设备	基本救护技术	已投入使用
3	健康评估实训室	电脑、身高体重测量仪、骨密度测量仪	健康管理实务	已投入使用
4	中医养生实训室	针灸铜人人体模型、听诊器、脉枕、针灸针、艾灸盒、按摩床、按摩器具、火罐、刮痧板、清洁消毒用品等	中医基础	已投入使用

(2) 校内实训基地建设需求

专业教室一般配备黑(白)板、多体计算机、投影设备、音响设备,互联网接入或WIFI环境,并实施网络安全防护措施;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。

实验、实训场所面积、设备设施、安全、环境、管理等符合教育部有关标准(规定、办法),实验、实训环境与设备设施对接真实职业场景或工作情境,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,确保能够顺利开展健康信息采集与统计分析、健康干预方案的设计与实施等实验、实训活动。鼓励在实训中运用大数据、人工智能、虚拟仿真等前沿信息技术。

①职场礼仪实训室

配备微型办公模拟场所(会议桌、办公室桌椅、会客沙发等),礼仪镜,可移动桌椅等,用于职场礼仪训练、客户管理与服务等实训教学。

②健康监测实训室

配备体感音波治疗系统、人体成分测定仪、骨密度测定仪、亚健康测评仪、心血管健康检测仪、血氧饱和度检测仪、心肺功能测评仪、血压计、血糖仪、心率监测仪等,用于健康信息采集、健康档案建立、健康状态监测等实训教学。

③健康风险评估实训室

配备健康管理系统/健康风险评估系统,用于健康数据分析、健康风险评估等实训教学。

④营养指导实训室

配备营养配餐软件、食物模型等,用于健康宣教、营养指导等实训教学。

⑤运动指导实训室

配备运动能量水平测评仪、云跑步机、静态/动态平衡测试仪等，用于运动指导、康复训练、健康干预等实训教学。

⑥心理咨询与指导实训室

配备心理健康评估系统、心理测评系统、生物反馈系统，用于健康体检、健康干预、健康宣教等实训教学。

⑦客户随访实训室

配备模拟客户呼叫系统，用于客户管理与服务、健康随访等实训教学。

2. 校外实训基地建设

(1) 现有校外实训基地情况

健康管理专业校外实训基地以“多元协同+实践浸润”为特色，构建了覆盖厦门市多区及周边地区的立体化实践网络。基地涵盖综合医院、专科医院、养老服务机构及行业相关单位四大类主体，包括：

医院实训集群：如张步桃纪念医院、四川大学华西厦门医院等，提供健康评估、慢病管理、健康监测等核心实践场景；

养老服务阵地：如建发溢佰养老中心、厦门象屿慈爱老年养护中心，聚焦老年健康照护、康复指导、营养调理等技能训练；

行业协同平台：与健康管理相关行业协会、医疗机构合作，拓展健康管理视野与行业标准认知；

专业实践基地：依托各类综合医院、专科医院及养老机构资源，开展产教融合型实训项目。

基地布局覆盖城区、社区、养老园区等多元场域，学生可从第一学期至第六学期分阶段参与认知实习、专业实训、岗位实习等梯度化实践，内容涵盖健康体检协助、慢病干预指导、健康档案管理等模块，实现“见习-研习-实习”一体化培养。

序号	校外实训基地名称	地点	基地功能	使用学期	备注
1	张步桃纪念医院	厦门市思明区	实习、实训	第五学期-第六学期	
2	四川大学华西厦门医院	厦门市集美区			
3	建发溢佰养老中心	厦门市湖里区			
4	厦门象屿慈爱老年养护中心	厦门市湖里区			
5	嘉赫健康管理	厦门市思明区			
6	科宏眼科医院	厦门市湖里区			

(2) 校外实训基地建设需求

为夯实健康管理专业人才培养基础，提升人才培养质量，我校搭建了稳定的校外实训基地，作为实践育人的核心载体。基地实训设施完善，明

明确划分实训岗位、配备专职实训指导教师，健全各项实训管理及实施规章制度，为规范化实训提供坚实保障。

同时，基地依托规范的管理制度、稳定的带教团队及科学的考核机制，确保实训过程有序、实训效果可控。深化校企协同与产学研深度融合，联合医院、康养中心、健身机构等多方主体搭建真实实践平台，让学生在专业带教指导下，参与健康咨询、疾病预防、康复护理等实操工作，锤炼专业技能。

建立动态反馈机制，精准对接行业需求优化实训内容，助力学生夯实专业基础、掌握行业标准、增强就业竞争力，为行业输送高素质健康管理人才，实现人才培养、企业需求与学校发展的三方共赢。

（三）教学资源

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、图书及数字化资源等，具体配置要求如下：

1. 教材选用基本要求

严格按照国家相关规定，通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。专业课程教材需紧密贴合行业发展，充分体现本行业新技术、新规范、新标准、新形态，并通过数字教材、活页式教材等多种形式实现动态更新，确保教材内容的时效性和实用性。

2. 图书文献配备基本要求

图书文献配备需全面满足人才培养、专业建设、教学科研等各项工作需求。专业类图书文献重点涵盖健康管理与健康产业发展报告、健康管理师国家职业标准、健康服务行业分类等核心内容，并及时配置与新经济、新技术、新工艺、新材料、新管理方式、新服务方式相关的图书文献，保障资源的前沿性。

3. 数字教学资源配置基本要求

重点建设、配备与健康管理专业相关的音视频素材、教学课件、数字化教学案例库、虚拟仿真软件等专业教学资源库，确保资源种类丰富、形式多样、使用便捷、动态更新，全面满足日常教学、技能训练及教学研究的各项需求。

（四）教学方法

1. 教学模式

（1）理实一体化模式

理论教学：系统讲解健康管理学、基础医学、营养学、运动科学等核心

理论，结合案例分析（如慢性病管理方案设计）加深理解。

（2）项目式/案例驱动模式

以问题为导向（PBL）：围绕具体项目（如企业员工健康干预、社区慢性病防控），引导学生分组完成调研、方案制定、成果汇报，培养解决复杂问题的能力。

（3）跨界融合模式

多学科交叉：融合医学、管理学、公共卫生、信息技术（如健康大数据、AI 健康监测），开设《运动康复技术》等课程。

行业导师协同：邀请医院专家、健康企业高管、社区工作者参与授课，分享实战经验（如健康保险产品设计与健康产业营销）。

（4）线上+线下混合式模式

线上资源：利用 MOOC 平台、虚拟仿真软件（如健康风险评估虚拟系统）提供预习、复习内容，突破时空限制。

线下互动：通过小班研讨、工作坊（如营养配餐实操）、户外实践（运动处方实施）强化技能，结合线上答疑巩固知识。

（5）校企合作模式

订单式培养：与健康管理机构、体检中心、养老机构合作，定制课程模块（如老年健康管理），定向输送人才。

岗位实习：安排学生开展一定时长的企业实习，参与健康档案管理、健康讲座策划等实际工作，实现“实习-就业”无缝衔接。

2. 教学方法

（1）互动式教学法

小组讨论：针对健康管理热点问题（如“如何提升社区居民健康素养”）组织分组辩论，激发批判性思维。

翻转课堂：学生课前通过线上资源自学理论，课堂上以案例分析、角色扮演、技能实操为主，强化参与感。

（2）场景模拟教学法

角色扮演：模拟健康管理师与客户沟通场景，训练需求分析、方案解读、客户沟通等能力。

虚拟仿真实验：利用软件模拟健康风险评估流程、营养配餐计算、运动处方设计，降低实操成本。

（3）案例分析法

典型案例导入：通过“某企业员工体检异常率居高不下”等真实案例，引导学生分析问题成因、设计干预方案。

跨学科案例整合：结合医学（疾病预防）、管理学（项目策划）、心理学（客户心理疏导）多维度解析案例。

（4）任务驱动教学法

布置具体任务：如“为一名 BMI=28 的中年男性设计 3 个月体重管理方案”，要求学生综合运用营养学、运动学、心理学知识完成任务，并提交报告或进行演示。

（五）学习评价

本专业构建“过程与结果结合、线上与线下互通、学校与企业共评”的数字化评价体系，实现对学生的全面、客观、动态评价，为学生学习评价提供明确要求与科学建议，助力提升人才培养质量，贴合健康管理岗位职业需求。

一、评价方式多元化，明确平时成绩构成。

结合健康管理专业课程特点，将课程分为三类，实行差异化评价，明确平时成绩占比及构成：

1. 理论课程（A类）：包括《心理健康教育》《四史教育》等，采用“平时表现+期末考核”相结合的方式，平时成绩占总评不低于 50%。平时成绩主要涵盖课堂参与、线上学习、作业完成等过程性表现，全面反映学生理论知识的学习过程。

2. 技能课程（B类）：包括《健康应急救护技术》《中医基础》等，采用“过程技能考核+期末技能展示”相结合的方式，平时成绩占总评不低于 60%。重点突出实践操作规范性、项目作品实用性、技能进步幅度，贴合健康管理岗位实操要求。

3. 实践环节（C类课程）：包括技能综合实训、实习等，采用“企业导师评价+校内导师评价+实习材料（周报、总结）”相结合的方式，平时成绩占总评不低于 80%。强化真实工作场景下学生的岗位表现、实操能力和职业素养，凸显岗位适配性。

二、学生操行在成绩中的体现。

（一）搭建统一三级量化评分体系

总分 100 分，三大板块权重固定：职业素养 25 分、实操技能 45 分、方案设计 30 分，全部拆解可观测、可打分细项。

1. 职业素养（25 分）量化细则

考勤纪律（6 分）：全勤 6 分；迟到早退 1 次扣 1 分，旷课 1 节扣 3 分

安全规范（7 分）：全程合规 7 分；违规操作一次扣 2 分，造成器材损耗直接 0 分

协作沟通（6分）：团队配合、汇报沟通流畅6分；消极推诿、争执酌情扣1-4分

敬业态度（6分）：主动复盘、服从安排6分；敷衍应付、消极怠工扣2-6分

2. 实操技能（45分）量化细则

操作流程规范（18分）：步骤完整、顺序无误满分；漏一步扣3分，顺序错乱单次扣2分

动作精度与成品质量（15分）：成品达标满分；瑕疵轻微扣2-5分，严重不合格0-7分

工具耗材使用收纳（7分）：工具归位、耗材节约满分；乱堆乱放、浪费耗材扣1-4分

故障应急处置（5分）：问题判断、处理得当满分；慌乱无措、处置错误不得分

3. 方案设计（30分）量化细则

需求贴合度（8分）：贴合岗位实际需求、目标清晰满分；偏离需求扣3-8分

逻辑框架完整性（7分）：结构完整、条理清晰满分；缺模块、逻辑混乱扣2-7分

可行性与落地细节（9分）：预算、流程、风险预案齐全满分；空洞无实操细节扣3-9分

格式排版书面表达（6分）：书写规范、图表清晰满分；潦草混乱、语病多扣1-5分

（二）健全多元评价配套机制

1. 评价主体多元化：教师评分（60%）+小组互评（25%）+自我自评（15%），全部套用同一套量化打分表；

2. 过程全程留痕：实训日志、操作视频、方案初稿修改稿、互评记录表统一归档，杜绝凭印象打分；

3. 统一打分培训：组织所有授课、实训导师研讨评分细则，统一扣分手势、临界分值判定标准；

4. 结果校准复核：出现分差过大、极端分数时，教研组二次复核，保证公平公正。

（三）落地保障

1. 印制标准化评分记录表，每项细项对应分值、扣分原因栏，打分必须写明依据；

2. 每阶段考核后公示得分构成，学生可对照细则申诉复核；

3. 动态微调细则：结合岗位用工反馈、实训效果每年优化分值权重与扣分节点。

单设“职业素养与职业行为”加减分项（±5分以内），由辅导员和任课教师共同评定，贴合健康管理行业职业规范要求：

加分项：尊师重道、助人为乐、参与健康志愿服务、见义勇为、维护集体荣誉、践行健康服务理念等；

扣分项：迟到早退、课堂不文明行为、抄袭作弊、不服从实习管理、违反健康服务岗位纪律等。

操行评定结果纳入《健康管理综合技能实训》《岗位实习》《健康评价技术》等课程的平时成绩，并作为评奖评优、就业推荐的重要参考依据。

三、强化数字化评价工具应用。

依托超星学习通、智慧树等平台，自动采集学生学习行为数据（登录频次、任务完成度、互动次数等），生成学生个人“学习画像”，精准掌握学习动态。实践环节采用校企共评系统，企业导师在线提交学生岗位表现评价数据，校内导师同步查看、及时反馈，实现校企协同评价。每学期末生成《学生数字化成长报告》，以多维雷达图形式呈现学生知识掌握、技能发展、职业素养提升等情况，直观反映学生成长轨迹。

四、探索增值评价模式。

针对学生入学起点差异，建立“基础测评—期中过程—期末发展”对比档案，重点关注每位学生在原有基础上的进步幅度，着力激励中等及后进生持续努力，践行增值性评价理念，助力全体学生实现专业成长，培养符合行业需求的高素质健康管理人才。

（六）质量管理

1. 学校和二级学院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。

2. 学校和二级学院完善教学管理机制，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。

3. 专业教研室组织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。

4. 学校建立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。

九、毕业要求

本专业学生必须修完本人才培养方案规定的内容（含必修部分和选修部分），并同时达到以下条件方可毕业：

1. 综合素质测评（含德育素质测评）合格
2. 《国家学生体质健康标准》测试成绩达标
3. 最低毕业学分：140 学分

十、接续专业举例

接续高职本科专业举例：健康管理

接续普通本科专业举例：健康服务与管理

十一、其他

鼓励学生在校期间取得与本专业相关的职业技能证书（包含职业资格证书、职业技能等级证书、专项职业能力证书）。取得的相关证书依据学校学分认定与转换管理办法，可以转化为相应的学历教育学分。

十二、方案审核

二级学院专业指导委员会审核：



校学术委员会审核：



(三) 课程设置与教学计划进程表(2026级健康管理专业)

模块名称及比例(学时比例)		序号	课程名称	课程编码	课程类型	学分	计划学时数			学期分配及周学时数						考核形式		
							合计	理论	实践	开课学期								
										一	二	三	四	五	六			
教学与实践周数																		
18	18	18	18	18	18	考试	考查											
公共课	公共必修课	1	思想道德与法治	10001B20	B	3	48	38	10	3							✓	
		2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	10002B20	B	2	36	30	6	1	1						✓	
		3	习近平新时代中国特色社会主义思想概论	10022B20	B	3	52	40	12		3						✓	
		4	形势与政策	10003A20	A	1	48	48	0	1-6学期开设						✓		
		5	军事理论	10026A20	A	2	36	36	0	2								✓
		6	军事技能	10027C20	C	2	112	0	112	2w								✓
		7	大学生职业发展与就业指导 I	10028B21	B	1	18	9	9	1								✓
		8	大学生职业发展与就业指导II	10028B22	B	1	20	10	10				1					✓
		9	大学生创新创业教育	10019B10	B	2	32	16	16		2							✓
		10	大学生综合素养(美育/劳动教育/健康教育)	10040B20	B	4	68	34	34	2	1	1						✓
		11	体育与健康 I	10007C21	C	2	36	0	36	2								✓
		12	体育与健康II	10007C22	C	2	36	0	36		2							✓
		13	体育与健康III	10007C23	C	1	18	0	18			1						✓
		14	体育与健康IV	10007C24	C	1	18	0	18				1					✓
		15	心理健康教育 I	10019A21	A	1	16	16	0	1								✓
		16	心理健康教育II	10019A24	A	1	16	16	0		1							✓
		17	大学英语 I	10010B11	B	4	64	48	16	4								✓
		18	大学英语II	10010B12	B	4	64	48	16		4							✓
		19	信息技术	10008B30	B	3	48	8	40	3								✓
		20	国家安全教育	10029A20	A	1	18	18	0		1							✓
		21	大学语文	10011A10	A	2	36	36	0			2						✓
小计(学时百分比31.8%)						43	840	451	389	19	15	4	2					
公共选修课	公共选修课	1	四史教育	10021A20	A	1	18	18	0	1-4学期开设							✓	
		2	中华优秀传统文化	10036B20	B	2	36	18	18			2					✓	
		3	人工智能应用素养	10040C20	C	1	16	0	16	1							✓	
		4	任意选修课		A	1	18	18	0				1				✓	
		小计(学时百分比3.3%)						5	88	54	34	1	0	2	1			
专业(技能)课	专业基础课	1	健康心理学	80641B10	B	2	32	20	12	2							✓	
		2	医学基础	80602B10	B	3	48	36	12	3							✓	
		★▲3	中医基础	80634B10	B	3	54	36	18			3					✓	
		4	预防医学概论	80635B10	B	3	54	44	10		3						✓	
		5	健康急救救护技术	80612B10	B	4	72	52	20			4					✓	
		6	管理学基础	80627B10	B	3	54	42	12		3						✓	
		小计(学时百分比11.9%)						18	314	230	84	5	6	7	0			
	专业核心课	★▲1	健康管理实务	80626B10	B	4	72	56	16			4					✓	
		2	临床疾病概要	80627B10	B	4	72	60	12			4					✓	
		★▲3	健康评价技术	80628B10	B	4	72	48	24		4						✓	
		★▲4	营养与保健	80629B10	B	4	64	42	22	4							✓	
		5	健康管理职业导论	80630B10	B	3	54	40	14				3				✓	
		6	健康教育与健康促进	80622B10	B	2	36	26	10		2						✓	
		7	客户管理实务	80631B10	B	3	54	44	10					3			✓	
		小计(学时百分比16.1%)						24	424	316	108	4	6	8	6			
	专业拓展课	1	健康体检应用	80642B10	B	2	36	20	16				2				✓	
		2	健康服务与管理技能	80625B10	B	2	36	26	10			2					✓	
		3	互联网+健康	80639B10	B	2	36	18	18		2						✓	
		4	运动康复技术	80466B30	B	2	36	12	24				2				✓	
		5	保险原理与实务	80643B10	B	2	36	24	12				2				✓	
		6	中药学基础	80640B10	B	2	36	26	10				2				✓	
		7	市场营销	80644B10	B	2	36	18	18				2				✓	
	小计(学时百分比9.6%)						14	252	144	108	0	2	2	10				
实践教学环节	综合实践	1	健康管理综合技能实训	80621C20	C	12	240	0	240					12w		✓		
		2	岗位实习 I	10021C21	C	6	120	0	120					6w		✓		
		3	岗位实习II	10021C22	C	18	360	0	360						18w	✓		
		小计(学时百分比27.3%)						36	720	0	720	0	0	0	0	20	20	
学分/学时总计(实践总课时54.7%)						140	2638	1195	1443	29	29	23	19	20	20			
备注: 1. 形式与政策每学期不少于8学时, 合计1学分, 思政课实践教学总计18学时, 1学分。2. 课证融合课程请标注★; 课赛融合课程请标注▲;																		

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
1	心理健康教育 I	《心理健康教育 I》是适应高职学生自我成长的迫切需要而开设的，本课程目标主要有以下三方面： 1. 知识目标 帮助学生掌握一定的心理学知识，如：理解心理健康的标准，怎样正确认识自我，了解情绪的作用、挫折的意义，人际心理效应，熟悉常见心理问题及其预防等心理学基础知识。 2. 能力目标 培养高职学生适应大学生活和社会生活的能力，调节情绪的能力；正确处理人际关系、友谊和爱情的能力，塑造健康的人格和磨砺优良的意志品质，以及自我心理调节的能力，做一个健康快乐的大学生。 3. 素质目标 通过教学，帮助高职学生树立心理健康意识和面临心理困惑、心理危机时的自助和求助意识；能正确认识自我，悦纳自我，善待他人；培养积极向上的心态、健全的人格和良好的个性品质。预防和缓解心理	绪论：开学第一课 一、关于我 二、关于心理学 三、关于心理健康教育课 四、关于心理健康和心理咨詢 第一单元：走进心理健康教育 一、认识心理健康 二、大学生的心理健康 三、学校心理健康服务 第二单元：树立自我意识 一、自我意识 二、认识自我 三、悦纳自我 四、自我控制 五、超越自我 第三单元：做情绪的主人 一、正确地认识情绪 二、了解大学生情绪特点及情绪问题 三、学会情绪管理 四、心理训练：情绪九宫格	《心理健康教育 I》课程是一门是集知识传授、心理体验和行为训练为一体的公共必修课程，以班级心理辅导活动课为主要手段，以学校适应、自我意识、学习、人际交往、生涯规划辅导为主要学习内容，以增进高等职业学校学生心理健康水平、提高生涯规划能力为主要目的的必修课程。自助性和发展性是心理健康课程的基本特点。 课程致力于学生良好心理素质的培养，要求学生明白心理健康的标准及现实意义，掌握并应用心理健康知识，培养良好的心理素质、自信精神、合作意识和开放的视野，培养学生的自我认知能力、人际沟通能力、自我调节能力，全面提高学生的整体素质，为学生的终身发展奠定良好、健康的心理素质。	16/1	考试

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		问题,优化心理品质,以培养适应社会发展需要的新时期高素质职业技术人才。				
2	心理健康教育 II	1. 知识目标 帮助学生掌握一定的心理学知识,如:理解心理健康的标准,怎样正确认识自我,了解情绪的作用、挫折的意义,人际心理效应,熟悉常见心理问题及其预防等心理学基础知识。 2. 能力目标 培养高职学生适应大学生活和社会生活的能力,调节情绪的能力;正确处理人际关系、友谊和爱情的能力,塑造健康的人格和磨砺优良的意志品质,以及自我心理调节的能力,做一个健康快乐的大学生。 3. 素质目标 通过教学,帮助高职学生树立心理健康意识和面临心理困惑、心理危机时的自助和求助意识;能正确认识自我,悦纳自我,善待他人;培养积极向上的心态、健全的人格和良好的个性品质。预防和缓解心理问题,优化心理品质,以培养适应社会发展需要的新时期高素质职业技术人才。	第四单元:挫折应对与逆境突围 一、认识挫折 二、应对挫折 三、压力管理 第五单元:强化意志,珍惜生命 一、锤炼人格 二、优化个性 三、强化意志 四、珍重生命 第六单元:用心交往 一、大学生人际交往的特点与问题 二、沟通连接你我他 三、良师益友 第七单元:走出情感的误区 一、爱情的本质 二、走出情感误区 三、大学生常见性心理问题及对策 第八单元:优化择业心理 一、成功并不像你想象的那么难 二、谁都有一个属于自己的舞台 第九单元:网络与心理健康 一、网络是把双刃剑 二、网络心理障碍 三、大学生网络心理调适	《心理健康教育 II》的教学思路是以高职学生的心理需要为基础,以高职学生的心理发展特点为立足点,以提升高职学生心理素质为目标而开展的专题式教学。在教学实践中,避免单纯的知识讲授,以学生普遍关注的心理问题为课程的切入点,以讨论、心理知识讲述、心理测验或心理游戏为课程支点,再辅以学生课外实践开展教学。	16/1	考试
3	军事理论	1. 知识目标 (1) 掌握国防内涵、国防法规、国防建	任务一 中国国防:历史与责任 子任务 1 国防概述与政策法规	军事理论作为军事课的理论教学部分,以国防教育为主线,遵循教育教学规律。通过军	36/2	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
		设、武装力量、国防动员的基本概念和基本情况； （2）掌握国家安全基本概念及内容，掌握总体安全观知识，熟悉国家安全形势、国际战略形势。 （3）掌握军事思想、外国军事思想、中国古代军事思想、当代中国军事思想的基本概念和内容。掌握战争的内涵、特点及发展的历程，掌握新军事变革、机械化战争的、信息化战争的内涵。 （4）掌握战争、新军事革命的内涵等概念性内容，掌握机械化战争、信息化战争有关认识和判断。 （5）掌握信息化装备概念，了解信息化作战平台、综合电子系统以及信息化杀伤武器。 2. 能力目标 （1）理解国防内涵和国防历史，树立正确的现代国防观；了解我国国防体制、国防战略、国防政策以及国防成就，激发学生的爱国热情；熟悉国防法规、武装力量、国防动员的主要内容，增强学生国防意识。 （2）正确把握和认识国家安全的内涵，理解我国总体国家安全观，提升学生防间保密意识；深刻认识当前我国面临的安全形势。了解世界主要国家军事力量及战略动向，增强学生忧患意识。	子任务2 国防建设成就与公民义务 任务二 军事思想：传承与创新 子任务1 中国古代军事思想 子任务2 毛泽东军事思想与习近平强军思想 任务一 国家安全：挑战与应对 子任务1 总体国家安全观解读 子任务2 周边安全形势分析（台海/南海等） 任务一 现代战争：技术与趋势 子任务1 信息化战争特征 子任务2 军事高技术应用（人工智能/网络战） 任务一 实践体验：行动与担当 子任务1 军事技能训练（战术动作/应急救援） 子任务2 红色基地参访/国防主题研讨	事理论课程教学，使大学生掌握教学有关规定内容，弘扬爱国主义精神、传承红色基因，增强大学生跟党走、追逐中国梦、践行强国梦的思想自觉和行动自觉；促进大学生了解掌握国防和军事基础知识，增强国防观念、保守国家秘密，维护国家安全和利益，落实总体国家安全观；树立国家安全意识和忧患危机意识，积极提高自身综合国防素质；为服务军民融合发展需要、信息化战争需要、国防战备建设需要培养高素质综合性人才。		

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
		（3）了解军事思想的内涵和形成与发展历程，了解外国代表性军事思想，熟悉我国军事思想的主要内容、地位作用和现实意义，理解毛泽东军事思想和习近平强军思想的科学含义和主要内容，使学生树立科学的战争观和方法论。 （4）了解战争内涵、特点、发展历程，理解新军事革命的内涵和发展演变，掌握机械化战争、信息化战争的形成、主要形态、特征、代表性战例和发展趋势，使学生树立打赢信息化战争的信心 （5）了解信息化装备的内涵、分类、发展及对现代作战的影响，熟悉世界主要国家信息化装备的发展情况，激发学生学习高科技的积极性，为国防科研奠定人才基础。 3. 素养目标（一般 2-3 条专业素养 2-3 条思政素养） （1）学习和掌握战争文化和军事文化知识，提高军事文化修养，增强民族自豪感，提高学生综合国防素质。 （2）自觉遵从国家法律法规，自觉遵守有关国防法律法规；更加热爱和拥护党的领导，更加热爱祖国和人民，更加热爱和拥护热爱人民军队。 （3）激发广大同学响应国家号召踊跃参军的热情，使爱国之志化为报国之行。 （4）传承红色基因，促使学生把个人前				

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		途和命运与国家民族前途和命运有机结合起来,自觉把个人前途和国家民族的前途命运结合起来,自觉肩负起历史使命和责任。				
4	高等数学	1. 知识目标 理解极限、微分、积分、微分方程的概念,能够熟练计算一般函数间极限、微分、积分以及几种简单形式的微分方程的解法;会构建初步数学模型。 2. 能力目标 (1) 在实际生活、工作、研究等领域中会观察现象,看出事物的本质,用数学抽象出事物的本质特征和规律,并用数学语言描述出概念、数量关系和结论; (2) 使学生能会发散性和创造性的合理推理,探索思路,发现结论;用严谨性和可靠性演绎推理,推导验证、确定结论; (3) 使学生能够对现实问题构建数学模型解决问题; (4) 使学生能够数据分析、符号运算、数值计算、几何分析与计算、数学实验及软件工具使用等数学技术。 3. 素质目标 (1) 使学生逐步形成正确的价值观、必备的品格,关键的技术:数学抽象、数学推理、数学建模和数学技术; (2) 使学生具有实事求是、坚持真理,勇于攻克难题精神;	项目一 函数概念与数学应用模型 项目二 极限与连续 项目三 一元函数微分学 项目四 一元函数积分学 项目五 一元函数微分与积分学应用 Python 软件在高数中的运用	根据我校工科类专业的需求开设专业应用数学建模,为学生传授基本的数学思想思维及必需的数学知识的同时传授解决实际问题的方法,传授现代化软件技术以适应未来工作发展变化。提高其发现问题、提出问题、分析问题和解决问题的能力,提升其数学素养和实践应用能力;培养学生的道德品质、科学精神和工匠精神,增强其创新意识和文化自信;夯实学生未来继续学习、职业发展和服务社会的良好数学基础,帮助其成为国家现代化建设所需要的德智体美劳全面发展的高素质技能人才。	48/3	考试

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		(3) 使学生具有独立思考、团体协作能力;养成爱思考的意识和形成终身学习的习惯。				
5	大学语文	1. 知识目标 (1) 记忆学习中外名家名作, 了解文化多样性、丰富性, 尤其是了解并继承中华民族优秀传统文化传统; (2) 了解基本文学常识, 特别是诗歌、散文、小说、戏剧四种主要问题特点和发展概况; (3) 在理解文本的基础上, 建立宏观文学体系, 对中华优秀传统文化有一个全面立体的了解。 2. 能力目标 (1) 通过阅读、分析精选的古今中外名篇及学习相关的写作基础知识, 具有良好的阅读习惯和母语驾驭能力, 能正确理解和运用祖国语言文字表达和交流; (2) 能够运用文学知识阅读欣赏文章, 能正确描述评价文学现象, 书法对自然社会、人生的感受; (3) 能够运用语文知识和专业知识, 综合专业要求策划组织和实施语文实践活动。 3. 素质目标 (1) 养成实事求是、崇尚真知的科学态度和谦让、诚信、刚毅的品格, 形成豁达、乐观、积极的人生态度;	三大模块: 名篇阅读 应用写作 口语交际。 其中名篇阅读分四大题材诗歌、散文、小说, 分布在六个主题单元中: 理想·情感 山水·自然 职场·生活 修养·人生 科学·创新 艺术·审美。	通过课程学习, 学生应达到本课程标准所设定的知识、能力、素质目标, 实现知识、技能、态度三位一体, 力求在工具性与人文性的结合中, 语文学习、语文实践和语文能力培养合一, 职业情境、职业活动、专业实践衔接, 提高学生阅读能力、欣赏能力、写作能力、口语交际能力以及发现问题、解决问题的能力, 养成自学和运用语文的良好习惯和高尚的审美情趣。学会用文学眼光观察世界、用文学语言表达世界, 不断提高实践能力, 提升创新意识, 养成感性思维、严谨求实、敢于批判的科学精神和精益求精的工匠精神, 加深对语文的科学价值、应用价值、文化价值和审美价值的认识。	36/2	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
		（2）汲取仁人志士的智慧、襟怀和品质，具有仁爱、孝悌、向善、进取的人文情怀； （3）培养较高的职业素养、创新批判性思维和工匠意识； （4）弘扬爱国主义为核心的民族精神和自主创新的时代精神，梳理正确的世界观、人生观、价值观。				
6	中华优秀传统文化	1. 知识目标 帮助熟知并传承中国传统文化的基本精神，领会中国传统哲学、文学、艺术、宗教、科技等方面文化精髓；熟知中国传统道德规范和传统美德。 2. 能力目标 能诵读传统文学中的名篇佳句；能吸收传统文化的智慧，能感悟传统文化的精神内涵；能掌握学习传统文化的科学方法，养成学习传统文化的良好习惯；能从文化的视野分析、解读当代社会的种种现象。 3. 素质目标 培养学生对中国传统文化的热爱崇敬之情，增强学生的民族自尊心、自信心、自豪感；开阔学生视野，提高文化素养。不断提高自己的文化品位，不断丰富自己的精神世界；培养学生吸取中国传统文化精髓，学会处理人与自身、人与人、人与社会、人与自然之间的关系；培养爱国主义感情、社会主义道德品质，逐步形成积极的人生态度和正确的价值观。培养学生形	中华优秀传统文化课程在教学内容上安排了传统哲学、建筑、民俗、文学、艺术、科技等知识，以传递人文精神与科学精神为基本价值取向，拓展学生视野，开拓学生思维，陶冶学生情感，丰富学生人文知识。	通过课程学习，学生应达到本课程标准所设定的知识、能力、素质目标，实现知识、技能、态度三位一体，通过各类活动开展实践教学，力求为学生以后的人文发展奠定基础，通过课堂讲授和课外学习等活动，使学生树立正确的文化观，从而激起学生心中的民族自豪感、文化认同感与爱国热情。引导学生形成勇于攀登、自强不息、奋斗不止的精神，涵养学生忧民爱国、积极进取的崇高品格。	36/2	考试

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		成良好的个性、健全的人格,促进其职业生涯的发展。				
7	大学英语 I	为了适应全球化时代对专业人才的英语要求,高职高专大学英语课程应以学生为中心,强调语言技能与专业技能的结合,旨在培养学生的综合素质。以下为大学英语课程的知识目标、能力目标和素质目标。 1. 知识目标 (1) 基础词汇:掌握至少 2000 个基础英语词汇及短语,包括日常交流和初步专业词汇。 (2) 基本语法:理解并运用基本的英语语法结构,如时态、语态、简单句型。 (3) 阅读理解:能够阅读中等难度的英语文章,理解文章大意和细节。 (4) 听力基础:理解基础的英语对话和简单演讲,捕捉关键信息。 (5) 文化入门:初步了解英语国家的基本文化知识,如节日、习俗。 2. 能力目标 (1) 口语交流:能够在日常场景中进行基础的口语交流。 (2) 写作基础:能够撰写基础的英语短文,如日记、书信。 (3) 听力训练:能够听懂日常对话,理解基本指令。 (4) 自主学习:初步形成自主学习英语	基础模块:内容主要以由主题类别、语篇类型、语言知识、文化知识和语言学习策略五要素组成。主题类别为校园生活、社会问题、人生规划等的教学主题。语篇类型包括口头、书面、新媒体等多模态语篇,涵盖不同类型的体裁,为语言学习提供素材。语言知识是职场涉外沟通的重要基础,重点突出应用性。文化知识包括世界多元文化和中华文化,是学生形成跨文化交际能力、坚定文化自信的知识源泉。语言学习策略是实现自主学习和终身学习的手段,具体包括元认知策略、认知策略、交际策略、情感策略等。	(1) 词汇量:要求掌握在中等职业教育阶段 1800~1900 个单词和普通高中教育阶段 2000~2100 个单词的基础上,使学生学会使用 500 个左右的新单词和一定数量的短语,累计掌握 2300~2600 个单词。 (2) 听力理解能力:能听懂英汉双语授课,能听懂日常英语谈话,能掌握其中心大意,能运用基本的听力技巧帮助理解。 (3) 口语表达能力:能在学习过程中用简单的英语进行交流,并能就某一主题进行简单讨论,表达比较清楚,语音、语调基本正确。 (4) 阅读理解能力:能基本读懂一般性题材的英文文章,阅读速度达到每分钟 50 词。在快速阅读篇幅较长、难度略低材料时,阅读速度达到每分钟 60 词。能读懂工作、生活中常见的应用文体的材料。能在阅读中使用有效的阅读方法。 (5) 自主学习能力:能具有自主学习篇幅较短的文章的能力,通过自学能做到会读、了解文章大意。	64/4	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		的习惯。 (5) 跨文化理解: 具备基础的跨文化交流能力。 3. 素质目标 (1) 学习习惯: 培养良好的英语学习习惯, 如定期复习。 (2) 团队合作: 在小组学习中初步展现团队合作精神。 (3) 信息筛选: 初步掌握英语信息筛选和处理能力。 (4) 职业意识: 初步形成英语对职业发展重要性的认识。 (5) 终身学习: 树立英语学习的持续性和重要性的意识。				
8	大学英语 II	1. 知识目标 (1) 专业词汇: 掌握至少 1000 个专业英语词汇, 包括深入的专业术语。 (2) 高级语法: 熟练掌握高级语法结构, 如非谓语动词、虚拟语气。 (3) 专业阅读: 能够阅读并理解专业领域的文章和报告。 (4) 听力进阶: 能够理解专业讲座和学术讨论。 (5) 文化深化: 深化对英语国家文化的理解, 包括社会和政治背景。 2. 能力目标 (1) 专业口语: 能够在专业场景中进行流利的口语交流。	职业模块: 主题类别、语篇类型、语言知识、文化知识、职业英语技能和语言学习策略六要素组成。主题类别为与职业相关的教学主题; 语言知识与语言学习策略将贯穿整个大学英语学习过程中; 文化知识重点是职场文化与企业文化; 职业英语技能对学生在职场中的口头和书面沟通能力提出具体要求, 包含理解技能、表达技能和互动技能, 具体包括听、说、读、看、写以及中英两种语言的初步互译技能。	课程要求重点在于职业英语技能。职业英语技能指在职场中运用英语进行有效沟通的能力, 包括理解技能、表达技能和互动技能。 (1) 理解技能: 能运用英语完成与职业相关的理解活动, 例如能听懂、读懂、看懂用英语描述的工作流程、产品说明书等; (2) 表达技能: 能运用英语完成与职业相关的表达活动, 例如能介绍自己的工作经历、企业的基本业务、企业的主要产品等; (3) 互动技能: 能运用英语完成职场中的互动活动, 例如能进行日常商函往来或面对面日常业务交流; 能运用英语克服跨文化交流中的困难。	64/4	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		(2) 专业写作: 能够撰写专业报告、邮件等, 符合学术或职业规范。 (3) 翻译技能: 具备初步的专业英汉互译能力。 (4) 批判性思考: 在阅读和听力中培养批判性思考能力。 (5) 自主研究: 能够独立使用英语资源进行研究学习。 3. 素质目标 (1) 跨文化沟通: 增强跨文化沟通能力, 尊重文化差异。 (2) 团队协作: 在团队项目中展现更高效的协作能力。 (3) 信息素养: 提升英语信息搜索和分析能力。 (4) 职业准备: 具备使用英语进行职业交流的能力。 (5) 终身学习: 深化对终身学习态度的理解, 形成持续自我提升的计划。				
9	国家安全教育	1. 知识目标 (1) 以总体国家安全观为核心, 兼顾各类安全教育相关内容、突出国家安全主导地位, 结合大学生认知特点, 聚焦“应知应会、理解掌握、灵活认知”三个层次, 确保学生系统掌握以国家安全为核心、涵盖各类安全的相关知识。掌握总体国家安全观的提出背景、核心要义、精神实质和实践要求, 明确总体国家安全观是新时代	第一章 完整准确领会总体国家安全观 第二章 在党的领导下走好中国特色国家安全道路 第三章 更好统筹发展和安全 第四章 坚持以人民安全为宗旨 第五章 坚持以政治安全为根本 第六章 坚持以经济安全为基础 第七章 坚持以军事、科技、文化、社会安全为保障	以总体国家安全观为核心, 引导大学生深刻理解国家安全的极端重要性, 树立国家安全意识、忧患意识、底线思维和责任意识, 增强维护国家主权、安全、发展利益的思想自觉。提升大学生识别风险、防范危害、抵制渗透、应对危机的基本能力, 学会在学习、生活、网络交往、社会实践中自觉防范和抵制危害国家安全的行为。将国家安全教育与理想信念教育、爱国主义教育相结合, 引导	18/1	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
		维护国家安全的根本遵循和行动指南。 （2）了解国内外典型国家安全案例（正面典型、反面警示），结合案例理解不同领域国家安全风险的表现形式、防范要点，深化对国家安全知识的实际应用认知；同时结合校园、网络、人身等各类安全案例，明确各类安全防护要点，强化“以国家安全为核心、各类安全协同守护”的理念。 2. 能力目标 （1）能够准确识别政治安全、国土安全、军事安全、经济安全、文化安全、社会安全、科技安全、网络安全、生态安全等国家安全各重点领域的常见风险点、危害表现，区分各类危害国家安全行为的边界，提升对隐蔽性、潜在性国家安全风险的敏感度。 （2）掌握维护国家安全的基本方法和防范技巧，能够在学习、生活、社会实践中，主动防范各类危害国家安全的行为，面对国家安全相关风险和突发情况，能采取正确措施妥善应对，避免造成国家安全利益受损。 （3）能够将总体国家安全观内化于心、外化于行，在日常学习生活中自觉践行维护国家安全的责任，主动规避可能危害国家安全的行为，在涉及国家安全的重大问题上坚守立场、坚决抵制错误观点。	第八章 坚持以促进国际安全为依托 第九章 筑牢其他各领域国家安全屏障 第十章 争做总体国家安全观坚定践行者	大学生把国家安全观念内化于心、外化于行，自觉成为国家安全的坚定维护者、宣传者和践行者。		

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		3. 素养目标 (1) 树立总体国家安全观, 深刻认识国家安全的极端重要性, 增强国家认同感、民族自豪感和国家安全责任感, 自觉将个人发展融入国家发展大局, 坚定维护国家主权、安全、发展利益的理想信念。 (2) 增强法治意识, 自觉学习国家安全相关法律法规, 明确公民在维护国家安全中的权利与义务, 树立“学法、懂法、守法、用法”的法治理念, 养成依法办事、依法维护国家安全的良好习惯。 (3) 兼顾各类安全素养, 掌握校园安全、人身安全、网络安全等各类安全的基础防护知识和技能, 提升自身日常安全防护能力, 形成“全方位、多层次”的安全素养体系。 (4) 培养安全行为素养, 养成自觉遵守安全规范、主动防范安全风险的良好行为习惯, 将安全意识转化为日常行为自觉, 实现个人安全、各类安全与国家安全的协同守护。				
10	大学生综合素养(美育/劳动教育/健康教育)	1. 知识目标 (1) 人文社科知识: 了解哲学、历史、文学、艺术、社会学、经济学等领域的基本概念和经典理论, 理解人类文明的发展脉络和文化多样性。 (2) 科学技术知识: 掌握必要的自然科学(如信息、环境、生命科学)和工程技	一、美育教育 学习不同艺术形式的特点和基本知识, 表达对艺术作品的理解感受 二、劳动教育 理解劳动的内涵和外延; 在劳动中感悟马克思主义劳动观, 体会劳动的品质, 养成热爱劳动、尊重劳动的良好素质	通过融合五育理念以“立德树人”为根本任务, 本课程是为促进学生德智体美劳全面发展为最终目标的综合性、跨学科、体验式的通识教育课程。它超越了传统单一学科或技能传授的范畴, 旨在通过系统性的课程设计, 将德育、智育、体育、美育和劳育五个维度的教育元素有机融合, 相互促进, 最终	68/4	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
		术领域的基础知识和前沿动态,理解科技与社会的关系。 (3) 艺术审美知识:学习美学基本原理,了解主要艺术门类(如音乐、美术、戏剧、影视)的特点和欣赏方法。 (4) 健康生活知识:系统掌握身体机能、营养学、运动科学、心理学与心理健康的基础知识。 (5) 劳动实践知识:了解劳动法规、安全生产、项目管理、设计思维、创新创业的基本知识。 2. 能力目标 (1) 创新与创造性思维:能够打破思维定式,产生新颖、有价值的想法和解决方案,在项目设计中提出创新概念,或在艺术创作、科技发明中展现独创性。 (2) 批判性与系统性思维:能够对信息、观点、论据进行深入分析和评估,不盲从;能够理解事物之间的复杂关联,从整体而非局部看待问题。 (3) 情绪管理与心理调适能力:能够识别自身情绪,有效应对压力、挫折和不确定性,保持积极乐观的心态。 社会参与与公益服务能力:具备社会责任感和奉献精神,掌握参与社会公益和服务学习的方法,并能积极投身其中,有效组织或参与志愿服务活动,为解决社会问题贡献自己的力量。	三、健康教育 促进身心健康发展,为其终身健康奠定坚实的基础	培养出具有健全人格、扎实学识、健康体魄、高尚审美和劳动精神的新时代卓越人才。的知识传授、全面能力的培养和思政素养的提升,特别是加强爱国主义教育,全面塑造具有高尚品德、深厚专业素养、强健体魄、审美情趣、实践能力和良好思政素养的复合型人才。		

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
		3. 素养目标 （1）立德树人的根本素养：树立为国家、为人民服务的崇高理想，自觉践行社会主义核心价值观，具有深厚的家国情怀、高度的社会责任感、健全的人格和良好的公民道德。 （2）道德修养与公民素养：具备良好的私德、公德和职业道德，能进行道德推理和判断，履行公民义务，行使公民权利。 （3）智慧整合与终身学习素养：不仅拥有知识，更具备获取、整合、创造和应用知识的高阶思维与学习习惯。 （4）健康生活与身心和谐素养：珍爱生命，具备管理自身身心健康的能力，追求身体、心理和社会的完满状态。 （5）审美情趣与人文底蕴素养：具有发现、欣赏、评价和创造美的意愿与能力，拥有丰富的精神世界和人文关怀。 （6）实践创新与劳动奉献素养：尊重劳动，热爱劳动，掌握实践技能，具备通过劳动创造价值、服务社会的意识和能力。				
11	大学生职业发展与就业指导 I	1. 知识目标 基本了解职业发展的阶段特点；较为清晰地认识自己的特性、职业的特性以及社会环境；了解就业形势与政策法规。 2. 能力目标 掌握自我探索技能、信息搜索与管理技能、生涯决策技能、求职择业技能等，提	模块一 生涯觉醒 建立生涯与职业意识，树立职业理想、做好职业准备、提升职业素质； 模块二 认识自我 清楚认识“我是谁”、探索职业兴趣、认知职业性格、开发职业能力、澄清职业价值观；	本课程坚持以人为本的原则，采取理论联系实际的教学方式，紧密结合社会现实，结合不同专业的特点，帮助学生树立职业理想、做好职业准备。	18/1	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		高自我管理技能和人际交往技能等各种通用技能。 3. 素质目标 大学生树立起职业生涯发展的自主意识,树立积极正确的人生观、价值观和就业观念,把个人发展和国家需要、社会发展相结合。	模块三 职业探索 认识职业环境、搭建职业目标金字塔、做好职业决策; 模块四 职业发展决策 修炼情商、大学生职业生涯规划实操、职业生涯规划书的评估与修正。			
12	大学生职业发展与就业指导 II	1. 知识目标 了解国家和各级政府的就业政策,掌握必要的求职择业方法和技巧。 2. 能力目标 提高大学生的从业能力、职业发展能力、就业能力、创业能力和毕业生自主能力,提高职业素养,增强就业竞争力。 3. 素质目标 明晰就业法律法规、搜集就业信息、掌握求职技巧、健全就业心理等方面引导大学生自觉提高就业能力。	模块一 就业形势与政策分析 模块二 搜集就业信息 掌握信息,拓宽信息获取渠道,分析和利用就业信息; 模块三 简历撰写与面试技巧 简历与制作、求职的基本礼仪、笔试基本类型与应对技巧、面试基本类型与应对技巧; 模块四 求职心理调适 求职择业心理误区分析、就业心理误区的调适,适应社会发展,走向职业成功。 模块五 就业权益保护	本课程以提升学生综合素质和就业能力为基本要求,教师实行互动式、实训化教学的方式,通过问题思考、活动引导、案例分析、情景模拟、角色扮演等行为导向的教学方法,最终达到提高毕业生就业率和就业创业质量的双重目的。	20/1	考查
13	大学生创新创业教育	通过大学生创新创业教育课程教学,在教授创新创业知识、锻炼创业能力和培养创业精神等方面达到以下目标: 1. 知识目标 学生掌握开展创业活动所需要的基本知识。认知创业的基本内涵和创业活动的特殊性,辩证地认识和分析创业者、创业机会、创业资源、创业计划和创业项目。 2. 能力目标 学生具备必要的创业能力,掌握创业资源	模块一 认知创新与创业; 模块二 创新思维与创新方法; 模块三 创业机会识别与评估; 模块四 团队组建与资源整合; 模块五 创业计划与商业呈现; 模块六 新企业的开办与模拟经营。	本课程要求课堂教学中注重引导、分类施教、结合专业、强化实践的原则,以教授创业知识为基础,以锻炼创业能力为关键,以培养创业精神为核心,使学生掌握创业的基础知识和基本理论,熟悉创业的基本流程和基本方法,了解创业的法律法规和相关政策,激发学生的创业意识,提高学生的社会责任感、创新精神和创业能力,促进学生创业就业和全面发展。	32/2	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		整合与创业计划撰写的方法,熟悉新企业的开办流程与管理,提高创办和管理企业的综合素质和能力。 3. 素质目标 学生认知创新,理解创新对于个人、企业和国家的意义。学生树立科学的创业观,主动适应国家经济社会发展和人的全面发展需求,正确理解创业与职业生涯发展的关系,自觉遵循创业规律,积极投身创业实践。				
14	体育与健康 I	1. 知识目标 掌握卫生、营养、作息、心理健康,以及防病的基本原理和知识;具有维护身心健康的清晰意识;有保持清洁卫生、规律作息、合理进食等生活习惯,自觉预防各种疾病,拒绝或消除不良嗜好;具有明确的避险意识和行为,注重运动安全,具有对日常运动损伤、常见职业病的初步预防与运动康复能力。 2. 能力目标 (1) 增强体质,增进健康,全面提高学生的体能和对自然环境的适应能力,促进学生身心全面发展。 (2) 科学安全的体育锻炼;具有 2~3 项运动爱好和 1 项运动专长,能满足日常体育锻炼与群众性体育竞赛的需要。 (3) 发展学生个性,改善心理状态,建立良好的人际关系,养成积极乐观的生活	1、大学生体质健康测试 测试内容:身高、体重、肺活量、立定跳远、坐位体前屈、50 米、仰卧起坐(女)、引体向上(男)、1000 米(男)、800 米(女)。 2、24 式简化太极拳 起势、左右野马分鬃、白鹤亮翅、左右搂膝拗步、手挥琵琶、左右倒卷肱、左揽雀尾、右揽雀尾、单鞭、云手、单鞭、高探马、右蹬脚、双峰贯耳、转身左蹬脚、左下势独立、右下势独立、左右穿梭、海底针、闪通背、转身搬拦捶、如封似闭、十字手、收势。 3、体育与健康基础知识、基础体能、职业体能和职业心理、社会适应。	根据我校各专业的就业岗位需求和工作特点,并结合我校体育师资和场地器材的实际情况,遵照“健康第一”的教育思想,对大学生体质健康测试和太极拳的学习,科学的锻炼身体。	36/2	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		态度,具有一定的体育文化欣赏能力。 (4) 塑造健全人格、锤炼意志、增加团结、遵纪守法等方面的促进作用;具有在体育活动中克服挫折与胆怯、超越自我、敢于胜利、享受体育运动乐趣和正确看待比赛胜负的积极健康心态;在公平规则下,角色认知、分工协作、尊重他人和责任担当等品行风范。 3. 素质目标 提高职业体能、增进心理和社会适应能力的基本原理和方法;具备坚韧乐观、理性平和的心态,自我调节,管控情绪;具备正确的职业理想、劳动观念,个人融入集体之中,正确看待问题与挑战,能够适应职业需求和经济社会发展趋势。				
15	体育与健康 II	1. 知识目标 掌握卫生、营养、作息、心理健康,以及防病的基本原理和知识;具有维护身心健康的清晰意识;有保持清洁卫生、规律作息、合理进食等生活习惯,自觉预防各种疾病,拒绝或消除不良嗜好;具有明确的避险意识和行为,注重运动安全,具有对日常运动损伤、常见职业病的初步预防与运动康复能力。 2. 能力目标 (1) 增强体质,增进健康,全面提高学生的体能和对自然环境的适应能力,促进学生身心全面发展。	1. 球类运动 项目简介及发展、基本技战术、裁判法则。 2. 武术、舞龙、跆拳道 项目简介及发展、基本套路。 3. 健身气功、瑜伽 项目内容的锻炼价值、基本动作、套路、编排。 4. 体育游戏 游戏的意义、目的 各种游戏的组合。 5. 排舞、健身操、啦啦操 项目简介及发展,基本套路动作组合。 6. 花样跳绳。 项目简介及发展、花样跳绳基本动作及套	按照学生兴趣划分成篮球、足球、排球、乒乓球、武术、羽毛球、瑜伽、健身气功、排舞、体育游戏等项目进行授课,学生根据自己的爱好来选择 1 至 2 体育项目进行学习和科学的锻炼身体。	36/2	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		(2) 科学安全的体育锻炼;具有 2~3 项运动爱好和 1 项运动专长,能满足日常体育锻炼与群众性体育竞赛的需要。 (3) 发展学生个性,改善心理状态,建立良好的人际关系,养成积极乐观的生活态度,具有一定的体育文化欣赏能力。 (4) 塑造健全人格、锤炼意志、增加团结、遵纪守法等方面的促进作用;具有在体育活动中克服挫折与胆怯、超越自我、敢于胜利、享受体育运动乐趣和正确看待比赛胜负的积极健康心态;在公平规则下,角色认知、分工协作、尊重他人和责任担当等品行风范。 3. 素质目标 提高职业体能、增进心理和社会适应能力的基本原理和方法;具备坚韧乐观、理性平和的心态,自我调节,管控情绪;具备正确的职业理想、劳动观念,个人融入集体之中,正确看待问题与挑战,能够适应职业需求和经济社会发展趋势。	路。 7. 田径 项目内容的锻炼价值、基本技术、裁判规则。 8. 体育与健康基础知识、基础体能、职业体能和职业心理、社会适应。			
16	体育与健康Ⅲ	1. 知识目标 掌握卫生、营养、作息、心理健康,以及防病的基本原理和知识;具有维护身心健康的清晰意识;有保持清洁卫生、规律作息、合理进食等生活习惯,自觉预防各种疾病,拒绝或消除不良嗜好;具有明确的避险意识和行为,注重运动安全,具有对日常运动损伤、常见职业病的初步预防与	1. 大学生体质健康测试 测试内容:身高、体重、肺活量、立定跳远、坐位体前屈、50 米、仰卧起坐(女)、引体向上(男)、1000 米(男)、800(女) 2. 球类运动 项目简介及发展、基本技战术、裁判法则。 3. 武术、舞龙、跆拳道 项目简介及发展、基本套路。	按照学生兴趣划分成篮球、足球、排球、乒乓球、武术、羽毛球、瑜伽、健身气功、排舞、体育游戏等项目进行授课,学生根据自己的爱好来选择 1 至 2 体育项目进行学习和科学的锻炼身体。	18/1	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式(填写考试或者考查)
		运动康复能力。 2. 能力目标 (1) 增强体质, 增进健康, 全面提高学生的体能和对自然环境的适应能力, 促进学生身心全面发展。 (2) 科学安全的体育锻炼; 具有 2~3 项运动爱好和 1 项运动专长, 能满足日常体育锻炼与群众性体育竞赛的需要。 (3) 发展学生个性, 改善心理状态, 建立良好的人际关系, 养成积极乐观的生活态度, 具有一定的体育文化欣赏能力。 (4) 塑造健全人格、锤炼意志、增加团结、遵纪守法等方面的促进作用; 具有在体育活动中克服挫折与胆怯、超越自我、敢于胜利、享受体育运动乐趣和正确看待比赛胜负的积极健康心态; 在公平规则下, 角色认知、分工协作、尊重他人和责任担当等品行风范。 3. 素质目标 提高职业体能、增进心理和社会适应能力的基本原理和方法; 具备坚韧乐观、理性平和的心态, 自我调节, 管控情绪; 具备正确的职业理想、劳动观念, 个人融入集体之中, 正确看待问题与挑战, 能够适应职业需求和经济社会发展趋势。	4. 健身气功、瑜伽 项目内容的锻炼价值、基本动作、套路、编排。 5. 体育游戏 游戏的意义、目的 各种游戏的组合。 6. 排舞、健身操、啦啦操 项目简介及发展, 基本套路动作组合。 7. 花样跳绳 项目简介及发展、花样跳绳基本动作及套路 8. 田径 项目内容的锻炼价值、基本技术、裁判规则 9. 体育与健康基础知识、基础体能、职业体能和职业心理、社会适应。			
17	体育与健康Ⅳ	1. 知识目标 掌握卫生、营养、作息、心理健康, 以及防病的基本原理和知识; 具有维护身心健康	1. 球类运动 项目简介及发展、基本技战术、裁判法则。 2. 武术、舞龙、跆拳道	按照学生兴趣划分成篮球、足球、排球、乒乓球、武术、羽毛球、瑜伽、健身气功、排舞、体育游戏等项目进行授课, 学生根据自	18/1	考查

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
		康的清晰意识；有保持清洁卫生、规律作息、合理进食等生活习惯，自觉预防各种疾病，拒绝或消除不良嗜好；具有明确的避险意识和行为，注重运动安全，具有对日常运动损伤、常见职业病的初步预防与运动康复能力。 2. 能力目标 （1）增强体质，增进健康，全面提高学生的体能和对自然环境的适应能力，促进学生身心全面发展。 （2）科学安全的体育锻炼；具有 2~3 项运动爱好和 1 项运动专长，能满足日常体育锻炼与群众性体育竞赛的需要。 （3）发展学生个性，改善心理状态，建立良好的人际关系，养成积极乐观的生活态度，具有一定的体育文化欣赏能力。 （4）塑造健全人格、锤炼意志、增加团结、遵纪守法等方面的促进作用；具有在体育活动中克服挫折与胆怯、超越自我、敢于胜利、享受体育运动乐趣和正确看待比赛胜负的积极健康心态；在公平规则下，角色认知、分工协作、尊重他人和责任担当等品行风范。 3. 素质目标 提高职业体能、增进心理和社会适应能力的基本原理和方法；具备坚韧乐观、理性平和的心态，自我调节，管控情绪；具备正确的职业理想、劳动观念，个人融入集	项目简介及发展、基本套路。 3. 健身气功、瑜伽 项目内容的锻炼价值、基本动作、套路、编排。 4. 体育游戏 游戏的意义、目的 各种游戏的组合。 5. 排舞、健身操、啦啦操 项目简介及发展，基本套路动作组合。 6. 花样跳绳 项目简介及发展、花样跳绳基本动作及套路。 7. 田径 项目内容的锻炼价值、基本技术、裁判规则。 8. 体育与健康基础知识、基础体能、职业体能和职业心理、社会适应。	己的爱好来选择 1 至 2 体育项目进行学习和科学的锻炼身体。		

公共课程教学要求一览表

序号	课程名称	课程教学目标	课程教学内容	课程教学要求	学时/学分	考核方式（填写考试或者考查）
		体之中，正确看待问题与挑战，能够适应职业需求和经济社会发展趋势。				