

# 郑州卫生健康职业学院

## 健康管理专业（高职）人才培养方案

### 一、专业名称及代码

健康管理（620801）

### 二、入学要求

普通高级中学毕业、中等职业学校毕业或具备同等学力

### 三、修业年限

三年

### 四、职业面向

表1 健康管理专业职业面向

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
医药卫生大类（62）	健康管理促进类（6208）	卫生（84） 社会保障（94）	健康管理师（4-14-0-2-02）	健康咨询与服务、健康教育与培训、智慧健康项目管理	健康管理师

### 五、培养目标与培养规格

#### （一）培养目标

本专业培养理想信念坚定，德、智、体、美、劳全面发展，系统掌握现代健康管理理论、方法与技术，掌握健康检测、评估、干预等服务技能，具有良好的人文与科学素养、创新精神、职业道德、实践能力以及沟通协调能力，面向卫生和社会保障行业的健康管理师等职业群，能够从事健康咨询与服务、健康教育与培训、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

通过系统全面的课程学习、专业实训和社会实践，毕业生应该获得以下几方面的知识和能力：

### 1. 素质要求

（1）具有较高的政治素质，热爱祖国，拥护中国共产党的领导，有崇高的敬业精神，良好的思想品质和职业道德，高度的社会责任感，遵纪守法，爱岗敬业。

（2）具有良好的人文与科学素养，较强的团队合作精神、服务意识、组织管理与沟通协调能力，以及书面与口头表达的能力。

（3）具有较强的创新意识与创新精神，严谨求实的科学态度与批判性思维，终身学习与科学研究的能力。

（4）有健全的心理、健康的体魄，积极向上的人生态度。

### 2. 知识要求

（1）系统掌握健康管理学、健康心理学、健康信息管理、健康保险学的基本理论、基本知识与基本技能。

（2）掌握基础医学、全科医学、护理学、康复医学、营养与食品卫生学、中医学、预防医学、卫生统计学、卫生管理学的基础知识与基本方法。

（3）掌握数据库管理、健康信息检索等基本知识与方法。

（4）熟悉卫生健康政策、健康产业等发展动态与趋势。

### 3. 能力要求

(1) 通过基础及专业知识的学习与实践，熟练掌握健康信息收集与健康状况监测、健康风险评估与预测、健康危险因素干预与管理、健康教育与健康促进、健康咨询与健康指导等健康服务专业技能，开展健康管理相关工作。

(2) 掌握健康档案建设与管理、健康信息获取与处理、健康数据分析与应用的基本方法与技术，具备开展健康管理相关的信息咨询与信息服务的能力。

(3) 掌握中医养身、运动保健、康复等基本技能，能针对老年常见病多发病、慢性非传染性疾病有效开展健康服务与健康管理。

(4) 具有较强的计算机网络与新媒体应用能力。

## 六、课程设置及要求

主要包括公共基础课程和专业（技能）课程。

### （一）公共基础课程

根据党和国家有关文件规定，将思想政治理论课、体育、军事课、心理健康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、党史国史、中华优秀传统文化、职业发展与就业指导、创新创业教育、信息技术、语文、数学、外语、健康教育、美育课程、职业素养等列为必修课或限定选修课。根据实际情况开设具有本校特色的校本课程。

表 2 公共基础课程主要教学内容

序号	公共基础课程名称	主要内容与教学要求
----	----------	-----------

1	思想道德修与法律基础	本课程以马克思主义为指导，以习近平新时代中国特色社会主义思想为价值取向，以正确的世界观、人生观、价值观和道德观、法制观教育为主要内容，把社会主义核心价值观贯穿教学的全过程，通过理论学习和实践体验，帮助学生形成崇高的理想信念，弘扬伟大的爱国精神，确立正确的人生观和价值观，加强思想品德修养，增强学法、用法的自觉性，全面提高大学生的思想道德素质、行为修养和法律素养。
2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论	本课程对学生进行系统的马克思主义中国化理论教育，帮助学生系统掌握毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系的基本原理，正确认识我国社会主义初级阶段的基本国情和党的路线方针政策，正确认识和分析中国特色社会主义建设过程中出现的各种问题，从而培养学生运用马克思主义基本原理分析和解决实际问题的能力，坚定在党的领导下走中国特色社会主义道路的理想信念，增强投身到我国社会主义现代化建设中的自觉性、主动性和创造性。
3	形势与政策	本课程是对学生进行形势与政策教育的主渠道和主阵地，在大学生思想政治教育中担负着重要使命，基本任务是通过适时地进行形势政策、世界政治经济与国际关系基本知识的教育，帮助学生开阔视野，及时了解和正确对待国内外重大时事，使大学生在改革开放的环境下有坚定的立场、有较强的分析能力和适应能力。
4	军事理论	本课程的主要内容为：我国国防的历史和现代化国防建设的现状，国防法规的基本内容，国防动员和武装力量建设的内容与要求，军事思想的形成与发展过程，我军军事理论的主要内容，我军的性质、任务和军队建设的指导思想，战略基本理论，世界战略格局的概况，军事高技术概况；信息化战争的特点。
5	大学体育	本课程要求基本掌握两项以上体育技能，不断提高运动能力；形成自己的运动爱好和专长，有能力参加班级、校际和更高级别的体育运动比赛；了解一般疾病的传播途径和预防措施。懂得营养、环境和生活方式对身体健康的影响，逐步养成健康向上的良好生活方式；具有改善与保护身体健康的意识，能有针对性地选择适合自我健康状况的科学健身手段，特别是有氧健身手段，学会用养生保健的方法改善身体健康，对所从事的体育活动可能发生的伤害有初步认识，有意识控制和回避不规范动作的产生，懂得紧急处置运动创伤的简单方法。
6	高职英语	本课程根据高职教学的实际需要突出语言运用训练、职场交际与沟通能力，内容包括语言能力任务（Unit Task）、语言精读（Reading）、听说能力拓展（Listening and Speaking）、写作（Writing）、背景知识（Portfolio）和语言练习（Language Practice），为学生提供真实的语言输入和输出机会，使学生掌握相应的英语语言基础知识，熟悉相关现实职场的真实情景，提高语言交际能力。
7	信息技术	1. 了解计算机的基础知识 学生了解信息技术发展趋势、应用领域、

		<p>信息安全，以及对社会形态和个人行为方式带来的影响，了解计算机的系统组成及工作原理，熟悉信息社会相关的文化、行为规范、道德和法律常识，树立信息社会应具备的价值观和责任感。</p> <p>2. 熟悉中文操作系统 Windows7；掌握常见信息技术设备及主流操作系统的使用技能。熟悉 Internet 应用；掌握在生产、生活和情境中网络的应用技巧，熟悉网络环境中的行为模式、规范和文化，能合法使用网络信息资源，会有效地保护个人及他人信息隐私，会综合运用数字化资源和工具辅助学习。</p> <p>3. 掌握 Word2010、Excel2010、PowerPoint2010 软件的使用；综合选用字处理、电子表格、演示文稿、图形绘制等不同平台和类型的图文编辑软件，根据业务要求进行文、表、图等编辑排版。</p> <p>4. 了解多媒体软件应用；综合使用桌面或移动终端平台中的数字媒体功能软件，进行不同类型数字媒体的采集、加工与处理，并集成制作数字媒体作品。</p>
8	大学生心理健康教育	<p>本课程通过理论联系实际的系统阐述，以培养大学生良好的心理素质为主线，以心理健康知识的理解与运用为重点，以贴近大学生心理健康发展的实际需要为目的，力求促进大学生心理健康水平的提高和个人的全面发展。</p>

## （二）专业（技能）课程

专业（技能）课程包括专业基础课程、专业核心课程、专业拓展课程和专业选修课。

1. 专业基础课程：人体结构与机能、基础医学概要、中医学概论、预防医学、管理学基础、健康心理学

2. 专业核心课程：临床医学概论、健康管理与健康促进、健康管理学概论、健康评价技术、健康监测技术、营养保健概论

3. 专业拓展课程：市场营销、健康体检应用知识、保险管理与实务

4. 专业选修课：养生保健知识

表3 专业（技能）课程主要教学内容

序号	专业（技能） 课程名称	主要内容与教学要求
1	临床医学概论	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、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。
2	健康管理学概论	理论：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。 实践：健康管理服务机构参访见习，如健康管理公司、健康体检中心等。
3	健康教育与健康促进	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。
4	营养保健概论	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；健身活动与饮食。
5	预防医学概论	环境与健康：阐明环境对人体健康的影响，改善和利用环境因素卫生学要求和措施原则；流行病学：介绍流行病学的基本理论、方法和几种常见疾病的防制原则；医用统计基本方法：包括医学数据的收集、整理、分析和推断以及医学科研设计原理、方法和步骤等。

## 七、教学进程总体安排

### （一）教学时间基本要求

每学年为52周，其中教学活动时间40周（含复习考试），累计假期12周，周学时一般为28学时，毕业实习按每周30小时（1小时折合1学时）安排，3年总学时数为3000-3300。一般16~18学时为1学分，3年制总学分不少于170学分。军训和入学教育、劳动教育、认知实习、技能竞赛等活动以1周为1学分，共5学分。

公共基础课学时约占总学时的1/4。在确保学生实习总量的前提下，可根据实际需要集中或分阶段安排实习时间，对医疗机构及护理岗位的认知实习应安排在第2或第3学期。

课程设计中应设选修课，其学时数占总学时的比例应不少于10%。

表4 教学活动时间分配表（单位：周）

学年	学期	军训入学教育	课程教学	认知实习	劳动教育	技能竞赛	毕业实习	复习考核	机动	总计
一	1	2	16					1	1	20
	2		18	1				1		20
二	3		18		1			1		20
	4		18			1		1		20
三	5						36		4	40
	6									
总计		2	70	1	1	1	36	4	5	120

备注：

1. 按照上级要求，平均每学期教学活动时间为20周，第一学期安排上课时间为16周，第1周和第2周进行军训和入学教育，第二、三、四学期安排的上课时间为18周/期，最后1周为复习考试时间。劳动教育、认知实习、技能竞赛、毕业教育等活动可以穿插在学期中间进行，也可以安排在寒暑假。机动5周。

2. 本表中已列举的劳动教育、认知实习等分配时间仅作参考，各专业按照本专业的《专业实施性教学计划》进行修改，但认知实习总课时不能有较大出入。

3. 开展教学改革和现代学徒制试点的专业，必须参考教育部、河南省的《高等职业院校专业教学标准》、教育部《关于职业院校专业人才培养方案制定与实施工作的指导意见》、《职业院校专业（类）顶岗实习标准》和学院《课程安排计划表》，结合专业实际，修订完善《专业实施性教学计划》。

4. 限选课是与本专业紧密联系的、学生要求必须掌握的、支撑或辅助职业岗位需求的课程。除本专业的核心专业基础课和专业技能课以外的专业课都可以列入到专业限选课中；与本专业息息相关，但不在公共基础课、专业核心课范围内的课程，也可以列入专业限选课中。

## （二）课程体系

表4 健康管理教育专业课程体系

课程类型		课程名称
公共基础必修课		思想道德修养与法律基础、毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论、形势与政策、军事理论、体育、高职英语、信息技术、大学生心理健康教育
专业课	专业基础课程	人体结构与机能、基础医学概要、中医学概论、预防医学、管理学基础、健康心理学
	专业核心课程	临床医学概论、健康管理与健康促进、健康管理学概论、健康评价技术、健康监测技术、营养保健概论
	专业拓展课程	市场营销、健康体检应用知识、保险管理与实务

选修课	公共限选课	中国传统文化概观、大学语文、党史国史、创新创业教育等
	专业限选课	养生保健知识
	公共任选课	包括人文素养类和文化艺术类，采用线上和线下两种上课方式。学生在第1到4学期之间至少选修1门。
	专业任选课	应用文写作、运动指导技术

### （三）实践教学时间分配

表6 各项实践时间分配

实践教学项目	学分	周数	安排学期	实践方式
军训（含入学教育）	2	2	第1学期	集中
劳动教育	1	1	第2或第3学期	集中
认知实习	1	1	第2或第3学期	集中或分散
全员技能竞赛	1	1	第4学期	集中
毕业实习	60	36	第5、6学期	分散

### （四）各模块学时分配

表6 专业各模块学时分配表

课程类别	性质	学时数			占总学时百分比
		理论	实践	理/实比例	
公共基础	必修	412	172	1:0.47	17.22
专业基础	必修	406	82	1:0.21	14.39
专业核心	必修	430	200	1:0.47	18.57
专业拓展	必修	88	20	1:0.23	3.18
选修	选修	282	70	1:0.25	10.38
实践教学	必修	0	1230		36.26
合计		1618	1774	1:1.09	100

## 八、实施保障

### （一）师资队伍

#### 1. “双师结构”的教学团队

(1) 学生数与本专业专任教师数比例不高于 25:1。



(2) 双师素质教师占专业教师比一般不低于 60%。

(3) 建立相对固定的兼职教师库，承担部分专业课及专业实习实训指导等。

## 2. 专任教师

(1) 原则上应具有本专业或相关专业本科或研究生以上学历，具有较为深厚的管理学基础、健康教育、预防医学、基础医学、临床医学、社会医学等专业知识，以及宽广的相关学科知识和专业技能。

(2) 具有创新性思维，能够对学生进行创新教育。

(3) 具有一定的国际视野，了解健康管理行业现状及发展趋势，及时更新教学内容。

(4) 每 5 年累计不少于 6 个月的企业实践经历。

## 3. 专业带头人

(1) 具备本科或研究生以上学历，具有副教授以上专业职称。

(2) 了解行业前沿发展，熟悉行业标准，能对专业的未来发展进行设计和规划。

(3) 具有主持教学、培训及实训基地建设能力。

## 4. 专业实践教学(实训、实习)教师

校外实训基地师资：每个校外实训教学基地最少配备一名指导教师，实习指导教师一般应具有中级及以上职称，最好由高年资护师带教。

## (二) 教学设施

### 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) 职场礼仪实训室：主要包括微型办公模拟场所（会议桌、办公室桌椅、会客沙发等），礼仪镜，可移动桌椅等

(2) 健康监测实训室：主要包括体感音波治疗系统、生物反馈系统、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、蓝牙血压计、蓝牙血糖仪、蓝牙心率监测仪等。

(3) 健康风险评估实训室：主要包括健康管理系统/健康风险评估系统。

(4) 营养指导实训室：主要包括营养配餐软件、食物模型等。

(5) 运动指导实训室：主要包括运动能量水平测评仪、云跑步机、静态/动态平衡测试仪等。

(6) 心理咨询与指导实训室：主要包括心理健康评估系统、心理测评系统。

(7) 客户随访实训室：主要包括客户呼叫系统。每个实训室按照50个工位设计和建设。

## 3. 校外实训基地基本要求

具有稳定的校外实训基地。能够提供开展健康咨询与服务、健康教育与培训和智慧健康项目管理等实训活动，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。能提供健康咨询与服务、健康教育与培训、智慧健康项目管理等相关实习岗位，能涵盖当前健康管理产业发展的主流技术，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

#### 1. 教材

(1) 优先选用近 3 年出版的高职高专健康管理专业国家级规划教材，由学院教材选购及管理委员会确定教材书目。

(2) 学院可根据专业办学特色与需要，选用一定数量高质量的自编特色教材。自编教材需要由学院组织有关方面专家论证后方可批准使用。自编特色教材包括文字教材、实物教材和影像教材等。

(3) 实训教材或指导书应实现实训项目系列化、规范化，应反映教学改革成果。

#### 2. 图书及网络资源

学校专业图书资料必须能满足专业教学需要。专业相关的图书资料生均不少于 35 册，专业相关期刊的种类不少于 15 种。学院校园网

络通畅，应有两种以上的常用图书期刊数据库，主要专业课程应建立包括课件、视听教材、教学指导、实训指导、疑难解答等教学资源库。

#### （四）教学方法

##### 1. 教学组织与实施

教学要强化专业的实践性和操作性。理论教学采取课堂讲授、讨论、专题讲座等多种形式，开发建设数字化教学资源，利用图像、动画、视频等多媒体教学资源，运用现代化信息化教学手段，探索建设智慧课堂。实践教学采用校内实训、临床见习和实习、病例分析讨论、病例模拟等多种形式进行。多种教学方法和手段的灵活使用，使理论与实践有机结合。

(1) 积极探索任务驱动、项目导向、理实一体化等多种形式的“做中学、做中教”教学模式，学生参与从信息的搜集、计划的制订、方案的选择、目标的实施、信息的反馈到成果的评价等整个过程，成为活动中的主人、学习的主体。以工学结合为切入点，根据不同教学内容的需要，选择不同的教学场所如校内多媒体教室、校内智慧教室及校外实训基地来完成教学。学生边看边学，边做边学，学中做，做中学，有助于培养学生的职业岗位能力(包括专业知识、技能和素养)。

(2) 以学生为本，以教师为主导。教学内容要求突出重点且表达清晰，教学活动设计应具有可操作性，重在提高学生的技能应用。教师通过信息化手段及时掌握学生的学习情况，及时改进教学，提升课堂教学效果。

##### 2. 教学资源建设

校企合作、建设专业主干课程及核心课程的教学资源库。包括：多媒体课件、电子教材、教学录像、课程大纲、操作规范、试题库、文献资料库、案例库、学生课业库、网上考试系统、网上辅导、答疑等。

#### （五）学习评价

1. 突出过程性与阶段性评价，结合课堂提问、技能操作、加强实践性教学环节的教学评价。强调目标评价和理论与实践一体化评价，注重引导学生进行学习方式的改变。

2. 关注评价的多元性，结合课堂提问、学生作业、平时测验、实验实训、案例分析处理、技能竞赛及考试等情况，综合评价学生成绩。

考试是教学活动的重要组成部分，为了全面推进素质教育，提高教学质量，实行考教分离，建立各门专业课程的试卷库和评分标准，评估试卷的信度、效度和区分度等。

3. 应注重学生动手能力和在实践中分析问题、解决问题能力的考核，对在学习和应用上有创新的学生应予以特别鼓励，全面综合评价学生能力。

#### （六）质量管理

1. 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。

2. 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。

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、在校生学业水平、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。

## **九、毕业要求**

（一）必须在学院规定的学习年限内，修完教育教学计划规定的全部课程，修满本专业人才培养方案所规定的学时学分，完成规定的教学活动。

（二）思想品德鉴定合格。

（三）毕业实习按要求完成并考核合格。

## **十、附录**

### 健康管理专业（高职）教学计划进程表

课程类别	序号	课程名称	考核方式		学分	学时总数	学期学时		各学期周学时分配							
			考试	考查			理论	实践	一	二	三	四	五	六		
									16	18	18	18	40			
公共基础必修课	1	思想道德修养与法律基础	12		4	68	68	0	2	2						
	2	毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论		34	4	72	72	0			2	2				
	3	形势与政策		1234	2	32	32	0	1-4 学期共 32 学时							
	4	军事理论		1	2	32	32	0	2							
	5	大学体育		1234	8	140	4	136	2	2	2	2				
	6	高职英语	2	1	3	136	136	0	4	4						
	7	信息技术		12	4	68	34	34	2	2						
	8	大学生心理健康教育		1	2	32	32	0	2							
合计					29	580	410	170	14	10	4	4				
专业必修课	专业基础课	1	人体结构与机能	1		6	96	72	24	6						
		2	基础医学概要	12		6	104	88	16	2	4					
		3	中医学概论		2	4	72	58	14		4					
		4	预防医学		2	4	64	58	6	4						
		5	管理学基础		23	4	72	60	12		2	2				
		6	健康心理学	3		4	72	62	10		2	2				
		合计					28	480	398	82	12	12	4	0		
	专业核心课	1	临床医学概论	234		10	180	90	90		4	4	2			
		2	健康管理与健康促进		3	4	72	46	26			4				
		3	健康管理学概论	34		8	144	112	32			4	4			
		4	健康评价技术	34		7	126	94	32			3	4			
		5	健康监测技术		4	3	54	44	10					3		
		6	营养保健概论		4	3	54	44	10						3	
		合计					35	630	430	200	0	4	15	16		
专业拓展课	1	市场营销		4	2	36	28	8						2		
	2	健康体检应用知识		3	2	36	30	6			2					
	3	保险原理与实务		4	2	36	30	6						2		
	合计					6	108	88	20	0	0	2	4			
选修课	公共限选课	1	中华优秀传统文化概论		2	2	36	36	0		2					
		2	党史国史		2	2	36	36	0		2					
		3	大学语文		1	2	32	32	0	2						
		4	创新创业教育		4	2	36	30	6					2		
		5	劳动教育		2	2	36	30	6		2					
		6	公共外语		3	2	36	24	12			2				
		7	人际沟通与礼仪		1	2	32	18	14	2						
	专业任选课	8	养生保健知识		3	2	36	28	8			2				
		9	运动指导技术		4	2	36	24	12					2		
		10	应用文写作		2	2	36	24	12		2					
合计					20	352	282	70	4	8	4	4				
实践教学环节	1	军训			2	60	0	60	第1学期（2周）							
	2	劳动教育			1	30	0	30	第2或3学期（1周）							
	3	认知实习			1	30	0	30	第2或3学期（2周）							
	4	全员技能竞赛			1	30	0	30	第4学期（1周）							
	5	毕业实习			60	1080	0	1080	第5、6学期							
	合计					65	1230	0	1230							
共 计					183	3380	1608	1772	30	34	29	28				
总学分		183			总学时数		3380	周学时数		30	34	29	30			
毕业考试课程	1	健康管理学概论	必	每学期开课门次				合计	9	9	10	10				
	2	健康教育与健康促进	修	考试门次				合计	4	4	4	3				
	3	临床医学概论	课	考查门次				合计	5	5	6	7				

毕业实  
习