

郑州卫生健康职业学院

营养与保健专业（中职）人才培养方案

一、专业名称及代码

营养与保健（100400）

二、入学要求

初中毕业生或具有同等学历者

三、修业年限

3年

四、职业面向

表1 本专业职业面向

序号	对应职业（岗位）	职业资格证书举例	专业（技能）
1	营养师	临床营养师资格证	临床营养师
2	营养师、健康管理师	健康管理师、ACI 国际注册营养师资格证、	公共营养师

说明：可根据实际情况和专业（技能）方向取得1或2个证书。

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，具有一定的科学文化水平，良好的人文素养、职业道德和创新意识，精益求精的工匠精神，较强的就业能力和可持续发展的能力；掌握营养与保健专业的基本知识和技术技能，能够从事临床营养与保健、社区营养与保健、健康保健等岗位工作的技术技能人才。

（二）培养规格

本专业毕业生应在素质、知识和能力方面达到以下要求。

1. 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；

(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，养成良好的健身与卫生习惯，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。

2. 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、安全消防等相关知识；

(3) 掌握营养与保健基本理论和基本知识，以及一定的基础医学和临床医学知识；

(4) 掌握各系统常见疾病的概念、病因、发病机理、健康史、身心状况、辅助检查、治疗原则、营养与保健诊断、营养与保健措施及营养与保健评价相关知识；

(5) 掌握各系统常见疾病的营养与保健教育及健康促进相关知识；

(6) 熟悉社区传染病防治以及突发公共卫生事件应对知识;

3. 能力

(1) 具有为营养与保健对象的生理、心理、社会和文化等方面提供整体营养与保健的能力;

(2) 能够对常见疾病的病情变化、治疗效果及药物不良反应进行及时处理的能力;

(3) 具有探究学习、终身学习、分析问题和解决问题的能力;

(4) 具有良好的语言、文字表达能力和沟通能力;

(5) 能够规范地开展急危重症的抢救配合,具备一定的突发事件的应急救护能力;

(6) 能够独立进行常见疾病的健康教育和卫生保健指导;

(7) 具有完整记录营养与保健过程的能力;

(8) 会正确使用和维护常用仪器设备;

(9) 具有一定的信息技术应用和维护能力。

六、课程设置及要求

本专业课程设置分为公共基础课、专业技能课和选修课。公共基础课包括德育课、文化课、体育与健康、公共艺术、历史,以及其他自然科学和人文科学类公共选修课。专业技能课包括专业核心课、专业(技能)方向课和专业选修课,实习实训是专业技能课教学的重要内容,含校内外实训、认知实习、毕业实习等多种形式。

(一) 公共基础课

表2 公共基础课主要教学内容

序号	公共基础课程名称	主要内容与教学要求
1	职业生涯规划	依据《中等职业学校职业生涯规划教学大纲》开设,并与专业实际和行业发展密切结合。

2	职业道德与法律	依据《中等职业学校职业道德与法律教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合
3	经济政治与社会	依据《中等职业学校经济政治与社会教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合
4	哲学与人生	依据《中等职业学校哲学与人生教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合
5	语文	依据《中等职业学校语文教学大纲》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色
6	数学	依据《中等职业学校数学教学大纲》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色
7	英语	依据《中等职业学校英语教学大纲》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色
8	计算机应用基础	依据《中等职业学校计算机应用基础教学大纲》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色
9	体育与健康	依据《中等职业学校体育与健康教学指导纲要》开设，并与专业实际和行业发展密切结合
10	公共艺术	依据《中等职业学校公共艺术教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合
11	历史	依据《中等职业学校历史教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合

（二）专业技能课

包括 10 门专业核心课：正常人体结构与功能、临床诊断与疾病概要、基础营养与食品安全、特殊人群营养、临床营养、公共营养、营养软件实用技术、中医食疗药膳、健康管理等。

表 3 专业核心课程主要教学内容

序号	专业核心课程名称	主要内容与教学要求
1	正常人体结构与功能	人体各系统主要器官的位置、形态、结构特点，消化生理的基本知识，生物氧化、糖代谢、脂类代谢、蛋白质分解代谢等物质代谢；能正确辨认人体消化器官的解剖标本、模型，识别人体重要脏器的体表标志，解释人体物质能量代谢；会初步分析环境对人体功能的影响。
2	临床诊断与疾病概要	以临床常见症状为代表，讲述症状的临床表现及机体的病理生理或病理解剖学改变之间的联系。了解体格检查常用方法及其应用、注意事项、临床意义；掌握与营养、消化相关疾病的临床表现、治疗方法和预防措施；会识读理化检验报告
3	基础营养与食品安全	学生掌握营养学基础知识、各类食物营养价值、合理营养、食品卫生；能对食物营养成分做初步分析，能通过食物感官性状辨别食材的新鲜程度，能正确消毒餐具、炊具，保持环境卫生，能对食品进行采样和留样；会对公共卫生事件现场做初步处理。能够了解各类食品的营养素的

		组成、应用以及食品卫生的基础知识，并能运用所学的知识对常见各类伪劣食品进行鉴别的能力。
4	特殊人群营养	孕妇、乳母、儿童、老年人等特殊人群的生理变化；孕妇、乳母、儿童、老年人人群营养素及热能的需要；孕妇、乳母、儿童、老年人人群的膳食指南及营养与膳食的注意事项。
5	临床营养	1. 了解医院基本膳食，治疗、试验和代谢膳食； 2. 掌握与营养、消化相关疾病的营养治疗原则与方法；能对病人配合进行初步的临床营养治疗；会配制肠内营养膳食。 3. 培养学生深入理解营养学基本知识、食品中个营养素组成、食品与人体健康、疾病的关系，常见疾病的营养学营养与保健。使学生了解学科发展方向及在预防医学中的重要地位，并能结合实际工作中的问题和需求，从理论上加以提高，为改善人民营养水平，促进患者康复，增进人民体质做出贡献。使学生比较全面系统地掌握营养学的基本理论和基本技能。
6	公共营养	掌握特殊人群的营养需求，营养调查、咨询、健康教育的基本方法和技巧；能正确汇总饮食种类并初步进行相关统计，能针对常见病、慢性病和亚健康人群进行营养知识的咨询与宣教、营养评估、食谱编制和营养指导等；会撰写食谱评价报告。掌握医学、营养学、食品卫生学相关基础知识，掌握膳食调查和身体营养状况测定与评价的基本方法，能独立完成膳食指导和评估与社区营养管理及干预相关项目的技术环节。
7	营养软件实用技术	利用营养软件进行各类人群的营养健康管理。学会营养档案录入、营养评估、营养配餐，以及营养食谱管理、疾病管理、营养知识管理等。 1、掌握利用营养软件进行各类人群，包括孕妇、儿童、老年人等特殊人群的营养健康管理。2、学会营养档案录入、营养评估、营养配餐，以及营养食谱管理、疾病管理、营养知识管理等
8	中医食疗药膳	了解中医食疗与药膳的基本概念、基本理论，常用中药的药理特点；掌握中医保健理念、特点，食疗药膳调理作用、滋养作用、保健作用的主要机理和保健原则；能针对不同人群营养需要初步制定食疗药膳的基本概念、基本理论；常用中药的药理特点；菜点设计、菜单编制、宴席设计的主要环节。 2. 理解水平：理解中医保健理念、特点；食疗药膳调理作用、滋养作用、保健作用的主要机理和保健原则。 3. 应用水平：根据用户需要制定菜点、套餐、宴席说明。
9	健康管理	了解健康管理的基本流程；掌握社区人群慢性病监测随访以及健康档案的管理；能运用流行病学调查方法协助开展健康状况监测、信息收集和一般统计学分析；会进行健康风险评估、健康评价和健康干预。掌握健康管理的基础知识，能运用基本技能独立完成本职业信息收集、信息管理、风险识别、风险分析跟踪随访、健康教育、实施干预方案、监测干预效果等常规工作。
10	营养配餐与设计	培养与营养相关行业及餐饮业所需要的懂得营养基本理论知识并且具备一定的实践操作能力的高技能应用型人才，在教学中要向学生完整地介绍营养配餐人员、营养师、餐厅服务人员 餐饮管理人员等的工作所需的营养配餐知识、方法与技能操作。

(三) 选修课

选修课模块	公共选修课	中华优秀传统文化概论、实习指导与就业指导、医用化学、心理健康教育、人际沟通
-------	-------	---------------------------------------

	专业选修课	保健食品概要、食物成分表应用、营养与食品卫生法律法规、烹饪学基础
--	-------	----------------------------------

（四）综合实训

主要实训内容为膳食调查基本技能、营养评估基本技能、食谱编制基本技能、健康教育基本技能、肠内营养膳食制作基本技能。综合实训主要设备、设施配置应不低于相关标准，功能齐全，职业氛围浓厚，满足综合实训教学要求。

（五）毕业实习

毕业实习是学生职业技能和职业岗位工作能力培养的重要实践教学环节，要认真落实国家、教育部、财政部关于《中等职业学校学生实习管理办法》的有关要求，在确保学生实习总量的同时，保证实习岗位与本专业面向的岗位群一致，并覆盖执业准人标准的内容。

第三学年安排顶岗实习，共 40 周。在学校、幼儿园、餐饮行业及医疗卫生保健机构进行膳食调查、个体营养状况评价、营养咨询与健康教育、营养食谱编制及计算、肠内营养膳食制作、营养专业软件应用等实习内容。

七、 教学进程总体安排

每学年为 52 周，其中教学时间 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。课程开设顺序和周学时安排学校可根据实际情况调整。一般 16~18 学时为 1 学分，3 年制总学分不少于 170。军训、社会实践、入学教育、毕业教育等活

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1/3，允许根据行业人才培养的实际需要在规定的范围内适当调整但必须保证学生修完公共基础课的必修内容和学时。专业技能课学时约占总学时的2/3，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，对医疗机构及营养与保健岗位的认知实习应安排在第一学年。

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	入学教育	军训	课程教学	认知实习	劳动教育	技能竞赛	毕业实习	毕业教育	成绩考核	总计
一	1	1	1	17						1	20
	2			18	1					1	20
二	3			18		1				1	20
	4			18			1			1	20
三	5							36			38
	6								1	1	
总计		1	1	71	1	1	1	36	1	5	118

表5 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	712	182	3.91:1	28%
专业必修	必修	564	144	3.92:1	23%
选修	选修	268	62	4.32:1	11%
实践教学	必修	0	1200	0	38%
合计		1544	1558	0.99:1	100%

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）	1	1	第1学期	集中
认知实习	1	1	第2学期	分散
劳动教育	1	1	第3学期	集中

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

八、实施保障

（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%，专任教师队伍要在职称、年龄等方面形成合理的梯队结构。

2. 专任教师：具有教师资格证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营养与保健行业、专业发展，能广泛联系行业企业，了解行业企业对营养与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，在本区域或本领域具有一定的专业影响力。

4. 兼职教师：主要从医院和相关企业聘任，具备良好的思想政治素质、职业道德和工匠精神，具有扎实的营养与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

校内实训实习必须具备营养与保健实训实习室、人体系统解剖、组织胚胎、生理、病原生物与免疫、生物化学、病理、药理等实验室。还应设置模拟病区。实训实习室的建设应保障教学、贴近临床、注重人文。

按照教育部颁发《职业院校营养与保健专业仪器设备装备规范》的要求，配其实训设备、专职实训室管理人员以及完善的实训室管理制度，能满足专业校内实践教学、技能考核等多重功能要求。

3. 校外实训基地基本要求

具有与学生规模相适应的、稳定的校外实训基地。学校校外实训基地分为教学见习基地和毕业实习基地两类。教学见习基地应是教学医院、综合医院，其中临床指导教师、专业设施配备、业务范围能满足见习教学项目的要求。毕业实习基地应是教学医院、综合医院及与专业技能方向相关的机构，临床指导教师、专业设施配备等能满足毕业实习教学大纲的要求。能够提供开展营养与保健实训活动，实训管理及实施规章制度齐全。

学校应与校外实训基地签订协议书，明确管理职责；学校应设

置专职管理部门，配备专职人员进行校外实训基地的管理。

4. 学生在实习基地的基本要求

严格执行《中等职业学校普通营养与保健专业顶岗实习标准》相关要求内容。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。

（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、图书及数字化资源等。

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。

3. 专业类图书文献基本要求

营养与保健行业政策法规、行业标准、技术规范以及营养与保健类实验实训手册等；营养与保健专业操作技术类图书和实务案例类图书；5种以上营养与保健专业学术期刊。

4. 数字教学资源配置基本要求

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。

（四）教学方法

“以学生为中心”，根据学生特点，实行项目教学、案例教学、情景教学等教学方法，推广“做中学、做中教”的理实一体化教学模式，运用理论讲授、案例分析、小组研讨、情境模拟、专业技能比赛、课外实践等多种有效方法，激发学生学习兴趣，提高学生学习效率。

（五）学习评价

根据不同的课程，采取灵活多样的考核、考试形式，着重考核学生综合运用所学知识、解决实际问题的能力。考核分为考试和考查两种。成绩由平时成绩和学期考试成绩组成。

1. 学生平时成绩由作业（含未独立设课的实验、实习、调查等约占 30%）、课堂讨论、质疑答问（约占 30%）、平时测试（约占 40%）等组成。

2. 考试课程必须进行学期考试，形式有开卷、闭卷、笔试和口试等。平时成绩占 30%-50%，学期考试成绩占 50%-70%。选修课、讲座、实践性（如实验操作技术）的课程及毕业实习、毕业论文等，采用优、良、中、及格、不及格五级分制评定。

3. 实践性课程（含学期实习与实训、假期社会实践、毕业顶岗实习等）的考核以行业或企事业单位指导教师（行业专家）的考核为主，校内指导教师或课程授课教师为辅。通过测试方法改革使学生牢固掌握所学的理论知识，学以致用，重视职业能力的培养。

（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、系部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）取得的总学分达到规定 170 学分及以上。

（三）所有纪律处分影响期已经解除。

（四）毕业实习按要求完成并考核合格。

十、附录

营养与保健专业（中职）教学计划进程表

课程类别	课程编码	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
									17	18	18	18	40	
公共基础必修课	1	职业生涯规划		1	2	36	36	0	2					
	2	职业道德与法律		2	2	38	38	0		2				
	3	经济政治与社会（统考）	3		2	38	38	0			2			
	4	哲学与人生		4	2	38	38	0				2		
	5	语文	1.2		8	148	148	0	4	4				
	6	数学	2	1	8	148	148	0	4	4				
	7	历史		2	2	36	36	0		2				
	8	英语	2	1	8	148	148	0	4	4				
	9	计算机应用基础	3	2	4	76	40	36		2	2			
	10	体育与健康	1234		8	150	4	146	2	2	2	2		
	11	公共艺术		3	2	38	38	0			2			
	合计				48	894	712	182	16	20	8	4		
专业必修课	专业核心课	1	正常人体结构与功能	1		6	102	76	26	6				
		2	临床诊断与疾病概要	2		6	108	104	8		6			
		3	基础营养与食品安全	3		6	108	104	24			6		
		4	特殊人群营养	3		2	36	36	10			2		
		5	临床营养	4		4	54	50	10				4	
		6	公共营养	4		3	54	50	10				3	
		7	营养软件实用技术		4	3	34	24	12				3	
		8	中医食疗药膳		3	3	54	46	8			3		
		9	健康管理		4	5	54	44	24				5	
		10	营养配餐与设计	4		2	36	30	12				2	
		合计				40	708	564	144	6	6	11	17	
选修课	公共选修课	1	中华优秀传统文化概论		1	2	34	34	0	2				
		2	实习指导与就业指导		4	2	38	32	6				2	
		3	人际沟通		1	2	34	20	14	2				
		4	医用化学		1	2	44	32	12	2				
		5	心理健康教育		4	2	36	36	0				2	
	专业选修课	1	保健食品概要		2	2	36	32	4		2			
		2	烹饪学基础		2	2	36	32	4		2			
		3	食物成分表应用		3	2	36	20	16			2		
		4	营养与食品卫生法律法规		3	2	36	30	6			2		
		合计				18	330	268	62	6	4	4	4	
实践教学环节	1	军训			1	30	0	30	第一学期（一周）					
	2	认知实习			1	30	0	30	第二学期（一周）					
	3	劳动教育			1	30	0	30	第三学期（一周）					
	4	全员技能竞赛			1	30	0	30	第四学期（一周）					
	5	毕业实习			60	1080	0	1080	第五、六学期					
	合计				64	1200	0	1200						
共计				170	3132	1544	1588	28	30	23	25			
总学分		170		总学时数		3132	周学时数		28	30	23	25		
毕业考试课程	1	公共营养	必	每学期开课门次			合计	36	9	10	9			
	2	营养配餐与设计	修	考试门次			合计		3	5	5			
	3	健康管理	课	考查门次			合计		6	5	4			

毕业实习根据各专业情况安排30-40周