

健康管理微专业教学培养方案

一、培养目标

健康管理微专业致力于培养学习者掌握健康管理领域的基础理论与基本方法，具备分析和解决真实问题的能力，并能够将健康管理理论与方法、运动与健康促进、饮食营养等用于实际健康问题的分析和方案选择中。

通过健康管理微专业学习，有助于提高自我健康管理意识和水平，并对其生活方式相关的健康危险因素，通过健康信息采集、健康检测、健康评估、个性化健康管理方案、健康干预等加以改善。

二、培养对象

热爱健康管理专业，对健康管理领域知识感兴趣的本科在读学生。

三、推荐学制

健康管理微专业推荐学制为 1~2 年。

四、学分要求

学生在校期间修读本微专业培养方案的课程，达到 13 学分修读要求后，可授予华东理工大学健康管理微专业证书。

五、课程设置

课程名称	学分	学时	开课学期	建议先修课程
人体解剖学	2	32	春/秋	无
运动与健康促进	2	32	春/秋	无
饮食营养与健康促进	2	32	春/秋	无
健康管理理论与实践	2	32	春/秋	无
避险与自救	1	16	春	无
中华传统技艺与健康促进	2	32	春	无
健康教育	2	32	春	无