

## 中医药膳课程思政教学探索

刘娟<sup>2</sup>, 吴有根<sup>1,\*</sup>, 张成林<sup>3</sup>

<sup>1</sup>江西应用科技学院, 江西南昌, 中国

<sup>2</sup>南昌职业大学, 江西南昌, 中国

<sup>3</sup>临沂市人民医院, 山东临沂, 中国

\*通讯作者

**【摘要】**课程思政是将思想教育与专业理论课程有效融合, 让学生在学习专业知识的同时, 进一步领悟专业知识中内涵的思政元素, 培养学生的正确价值观。本文以临床营养学课程中医药膳教学内容为例, 挖掘与提炼中医药膳中内涵的思政元素, 探索如何在讲授药膳专业知识的同时, 进一步让学生领悟药膳中蕴含的历史文化、哲学思想、爱国主义情怀等, 激发了学生学习中医药膳的兴趣, 提升了教学效果和学生的综合素质, 为培养适应新时代需求的临床营养学专业人才提供了有益的探索和实践经验。

**【关键词】**中医药膳; 课程思政; 探索

**【基金项目】**2023年江西省高等学校教育教学改革研究课题(课题编号: JXJG-23-29-5); 2024年江西应用科技学院教学改革研究校级课题(课题编号: JXYKJG-24-62)

### 1. 前言

中医药膳是我国特有的养生饮食, 承载着深厚且多元的思政元素。一方面, 中医药膳扎根于中华传统文化土壤, 深入研究中医药膳, 能领略古人食疗养生之精妙, 感受传统文化魅力; 另一方面, 中医药哲学思想贯穿药膳始终, 依人体虚实与脏腑特性调配药膳, 可帮助学生辩证看待健康问题, 领悟中庸之道; 再者, 药膳配制需严谨遵循中医理论, 精准把握食材性味归经, 通过药膳制作实践可培养学生严谨治学态度。

在中医药膳课程中融入思政教育, 近年来取得了显著成效。一方面, 学生的文化自信得以提升, 通过学习药膳背后的中医文化、历史典故, 深刻领略到中华传统文化的魅力, 增强了传承和弘扬的使命感。在职业素养培育上, 以中医“大医精诚”理念为引导, 让学生明白从医的道德准则和责任担当。

但也存在一些问题。首先是思政与专业内容融合程度参差不齐, 部分教师只是简单地将思政元素生硬嵌入, 未能实现两者深度交融, 导致教学效果不佳。其次是师资队伍方面, 部分教师思政教育能力不足, 缺乏系统的思政教学培训, 难以精准挖掘和运用思政素材; 再次从评价体系来看, 尚未形成完善的课程思政教学评价机制, 多以传统的知识考核为主, 难以全面评估学生在思政方面

的收获与成长。另外, 教学资源整合不够, 缺乏丰富且针对性强的思政教学案例和资料, 在一定程度上限制了课程思政教学的发展。

为此, 本文在对临床营养学课程中的中医药膳章节内容和内涵思政元素的深入分析基础上, 基于为国家培养继承传统文化、掌握真技能的高素质中医药人才初衷, 探索将多元思政元素融入中医药膳教学内容中, 增强学生的民族自豪感、文化自信, 以及传承创新精神、职业道德素养等, 使学生成长为德才兼备、契合新时代需求的高素质中医药人才。

### 2. 挖掘思政元素

#### 2.1 历史文化元素

中医药膳中的历史文化元素涵盖了理念、理论、典籍、人物等多个方面。药食同源、寓医于食理念认为食物也是药物, 将医学知识融入到饮食之中, 通过合理搭配食物和药材, 制作出具有食疗作用的药膳, 可达到预防和治疗疾病、保健强身的目的。

中医众多医学典籍为中医药膳发展奠定了丰富的理论基础, 《黄帝内经》提出了“药以祛之, 食以随之”的观点; 《备急千金要方》设立了“食治”篇章; 《饮膳正要》从营养学的角度强调了饮食的重要性, 并详细记录了饮食卫生和服用药食的禁忌。

此外，中医药膳中很多食材和烹饪方式都蕴含着丰富的文化符号。如“莲子”，在传统文化中寓意“连生贵子”“多子多福”，同时又具有养心安神、益肾涩精的药用功效。在授课过程中引入这些文化符号，能让学生理解中医药膳不仅是简单的食物搭配，更是一种文化的表达。又如，中国传统的“煲汤”文化，讲究小火慢炖、食材搭配的均衡，体现了中国人对生活品质的追求和对和谐、平衡的哲学思考。通过对这些文化符号和象征的解读，培养学生对传统文化的认同感和审美能力。

## 2.2 哲学思想元素

中医药膳的哲学思想源于丰富的中医养生理念，比如天人合一、中和平衡、未病先防、五行相生相克等。“天人合一”说明人与自然的关系，强调膳食要顺应个体状况、自然天时状态进行养生保健，如春季阳气上升，适合食用具有疏肝理气功效的芹菜粥，因为春季对应肝脏，芹菜能顺应春季阳气生发的特点，帮助人体调节肝脏功能；“中和平衡”认为人体健康的关键在于气血、阴阳、脏腑的平衡和谐，中医药膳可通过食物与药物的巧妙配伍来纠正偏盛偏衰，从而使身体恢复健康；“未病先防”强调中医药膳不仅用于治病，更着重于预防疾病发生，日常饮食中巧妙融入具有保健功效的食材与药材，持续滋养身体，加固健康防线。这些哲学思想元素相互交织，让中医药膳成为融合美食、养生与哲理的独特文化瑰宝。

## 2.3 其他思政元素

中医药膳内容中同样蕴含丰富的其他思政元素。到历代名医如张仲景、孙思邈等在药膳领域的探索实践，他们心怀家国，致力于传承与发扬本土医药知识，体现浓厚的爱国主义情怀；中医药膳扎根于中医理论，融合阴阳五行、气血津液、经络学说等知识，构建起独有的食疗养生架构，展现出中医思维的精妙，彰显着中华传统文化的强大生命力，帮助人们树立文化自信。另外还包含辩证思维培养、敬业精神传承、社会责任意识等思政元素，可深入挖掘，充实课程思政教学内容。再比如，在讲授分析不同体质的食疗方案时，运用辨证论治思想，引导学生明白“同病异治”“异病同治”在食疗中的体现，即相同病症因个体体质差异需采用不同食疗方，不同病症若体质相同则可能有相

似食疗原则，使学生认识到具体问题具体分析的重要性，树立科学严谨的治学态度。

## 3.课程思政教学

### 3.1 课程思政教案设计

课程思政教案设计开展教学的重要文本，设计好坏将直接决定课程思政教学的成败。教师在做课程思政设计需要做好三方面工作，第一，学情调研，教师要深入开展学情调研，了解学生思想动态，发现学生在思想方面的不足，第二，专研教材，授课教师要深入挖掘中医药膳中蕴含的历史文化、哲学思想、文化自信、辩证思维等思政元素，与药膳的知识点进行有效融合，突出中医药膳以史为鉴，传承文化自信、德术兼修，塑造职业品格、融会贯通，培养辩证思维的教学理念。一方面可以以古代药膳案例为导向进行设计，比如当归生姜羊肉汤的教案，则以温暖中的传承与坚守为主线，讲授李桓用羊肉、生姜、当归几味简单的药材救助百姓的故事，体现了他医者仁心；再有茯苓糕，清廉自守的品格象征等，在设计中医食疗理论基础思政教案时，可引入《黄帝内经》中“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充”的膳食配伍原则，阐述其蕴含的平衡饮食、顺应自然的养生理念，引导学生思考传统文化对现代生活的指导意义，激发文化自信自豪感；另一方面，也可以现代发生的事为题材进行教案设计，比如剖析疫情期间中医药膳助力康复、提升免疫力的应用案例，增强学生对专业实用性与时代价值认知；第三，课程设计要尽可能运用现代数智化技术，比如采用AI技术模拟药膳制作，让课程教学生动、形象。

### 3.2 课堂讲授

课堂教授是实施课程思政提升的途径之一，中医药膳课程思政教学可采用对分课堂、任务驱动、情境模拟等多元教学法进行课程讲授。对分课堂主要是将课堂对分两半，将课堂一般的时间留给学生自主学习、内化吸收和小组讨论，增强学生在教与学中的参与度，课堂的另外一半时间为教师精讲和教学最后的教师总结。在精讲环节，授课教师首先快速讲解食材药用功效、配伍禁忌时，穿插历代本草典籍对食材记载逸事，阐述药膳调理慢病原理时，引入中医“治未病”理念，强化学生预防保健意识，培养为大众健康负责的担当；随后布置相应的任务，让学生讨论、解决问题，比如“不同

体质如何精准选药膳”问题，组织小组探究，促使学生运用知识解决实际问题，锻炼团队协作与自主学习能力；第三，小组答辩，不同小组提问，答辩小组各成员回答问题，并做好记录；最后，老师点评总结，引导学生正确领悟药膳中的专业知识和蕴含的思政元素。

任务驱动、情境模拟教学主要是解决理论课堂过程中教师讲授理论知识时间偏长，导致学生学习注意力下降，为此，在课堂讲授过程中，针对理论知识，设置相应的任务和情境，让学生分组、讨论，共同完成相应的任务，从而进一步加深对理论知识的理解，这些方法的应用需要授课教师根据学生学习状态、理论知识特点灵活开展，不是一成不变的。

### 3.3 实践教学

在理论讲授的基础上，积极开展中医药膳实践教学。实践教学是理论课堂的进一步延申，帮助学生从理解知识提升至掌握知识和技能。实践教学开展的方式可多种多样，在校内可开展（1）药膳制作工坊：首先，引导学生利用中医理论辩证分析人群体质，根据体质的不同，选择适宜的药材和食物，在根据药膳制作原理，针对不同体质、不同亚健康人群，制作相应的药膳，满足不同人群需求。这种实践教学不仅仅扎实学生的理论知识，更加提高学生中医养生健康服务技能。同时学生在制作药膳过程中，从食材处理到成品烹制，体会传统工艺精细，培养耐心专注品质；过程强调安全卫生、节约食材，强化责任意识；（2）校园药膳推广：可利用节假日的时间，组织学生在校园内开展中医药膳公益活动，向师生普及药膳知识，如药膳的来源、作用以及选择原则等，也可以让学生根据当时的气候、人群的一般特点制作相应的药膳，分发试吃药膳，这种教学活动不仅能锻炼学生表达与组织能力，增强职业认同感与成就感，还可以提升学生应变能力、健康服务技能；校外实践教学也

有多样形式，作者探索了校外实践主要有两种，第一种就是校外企业认识实践，主要是组织学生深入药膳企业，了解生产、研发、营销流程，学习现代管理理念与质量管控标准，明确职业发展方向；第二种就是校外专业技能实践，这种实践教学一般在暑期进行，时间大约2周，带领学生深入相应的中医养生馆，根据馆内人群具体情况，在带教师的指导下，完成相应的中医药膳制作，并记录使用人群的使用情况，反思药膳制作的合理性，不断修改和完善，此过程是将校内学习和未来工作场景有机的结合，让学生学以致用，实现学习与工作的有效对接，对教学和就业都有非常好的帮助。

### 3.4 考核评价

#### 3.4.1 考核指标。

考核评价引领教师的教法、学生的学法以及学校层面的人才培养方法。一个好的考核评价能让教师教有效果，学生学有收获，学校育人有成效。中医药膳课程思政教学考核评价不仅局限于总成绩含理论知识、实践操作等专业方面评价，课程考核指标更加注重思政表现，思政部分涵盖课堂互动积极性、实践团队协作、药膳文化、职业道德等，考查将设定药膳制作、药膳故事讲解、个体综合服务等方面，全面全面考量学生综合素质，理论知识主要偏向学生基础知识、相关理论分析以及实际案例解决等方面，目的是考核学生理论知识掌握程度和对案例分析解决问题的能力；实践操作主要是让学生根据不同人群特点，制作相应的药膳，并阐述制作依据和制作理由，阐述其背后的文化内涵、哲学思想或对当代社会健康观念的影响，主要考查学生应用知识解决实际问题的能力、制作药膳的技能、对药膳内涵的文化掌握程度。教师依据综合考核结果找短板，优化教学资源、改进教学方法、调整思政融入点，实现教学相长。

#### 3.4.2 教学效果评价。

表 1.中医药膳综合测试 results 分析表

成绩等级	90-100(优秀)	80-89(良好)	70-79(中等)	60-69(及格)	<60(不及格)
人数	3	29	3	0	0
所占比例	8.57%	82.86%	8.57%	0.0%	0.0%
平均值	85.54	最高分	90	最低分	77

在教学效果评价方面，作者采用多元化评价主体，除教师评价外，引入学生自评、互评。如在小组项目完成后，学生先自评对

团队的贡献、自身职业素养体现等，再互评队友表现，最后教师综合评定。通过多视角评价，促进学生自我反思、相互学习，强化

思政教育效果。2024-2025 学年第一学期的中医药膳在实施这种课程思政教学，学生的学习成绩得到了显著提升，学生对专业知识点的理解和记忆效果也得到了显著增强，对祖国传统文化的认同感进一步加强。

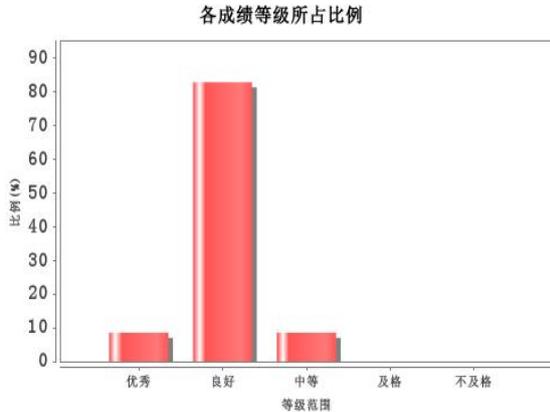


图 1. 学生考试成绩等级分布图

#### 4. 教学反思

##### 4.1 教学过程中要加强与学生的交流与沟通

作者授课的班级女生居多，其中女生人数占班级总人数的 85%，思维偏具象，抽象思维能力与逻辑思维能力较差，对医药知识的基础较薄弱。而中医药膳知识偏抽象，需具备一定的中医药基础，大部分学生学起来会比较吃力，对知识的理解度不高。教师要加强与学生的沟通，理解学生的基本情况，针对性的进行个性化、形象化教学，有利于提高教学质量。

授课教师定期收集学生对课程思政教学的反馈意见，通过问卷调查、课堂交流、课后访谈等形式，了解学生对思政元素融入的接受程度、兴趣点以及困惑之处。例如，问卷中设置“你认为哪些思政案例对你理解专业知识最有帮助”“课程思政教学环节中，你觉得哪部分最难理解或需要改进”等问题。在充分掌握学生诉求后，及时调整和优化课程思政教学设计，让教学更加贴切学生需求，从而推动教与学的良性互动。

##### 4.2 进一步激发学生学习兴趣

持续改进课程思政教学内容与方法，紧密结合时代发展、社会需求以及学生特点，不断更新思政元素，创新融入手段，使中医药膳食疗课程思政教学与时俱进，真正达到知识传授、能力培养与价值引领的有机统一。作者通过挖掘中医药膳发展历程中的故事，如古代医者为百姓调配药膳对抗疫病，让学生感受医者仁心与责任担当，这一思政融入点激发了学生的学习热情。但教学中发

现，部分学生对历史故事理解仅停留在表面，未能深入领悟其背后的精神内涵，后续应增加小组讨论环节，进一步激发学生学习兴趣，引导学生剖析故事中的价值理念，深化理解。

##### 4.3 要进一步强化实践教学，提高学生实践能力

加强中医药膳在应用上的实践教学，通过案例分析、药膳配餐设计等方式，提高学生的实践能力和思维模式，让学生通过实际操作来加深对药膳评估、药膳治疗和药膳教育理论知识的理解。实践操作环节，要求学生遵循“药食同源”原则组方，培养严谨科学态度。然而，个别学生急于求成，忽视食材与药材搭配禁忌。教学中要强化规则教育，融入诚信、负责的职业操守思政元素，以案例分析形式展示违规操作危害，让学生从思想上重视。

##### 4.4 要丰富线上学习资料，拓展教学途径、提高教学效率

在线下课堂上，学生惊叹于中医药膳融合中医理论与饮食文化的精妙，民族自豪感油然而生。但教学手段较单一，多为讲解灌输，可灵活应用多媒体技术和网络教学平台引入药膳制作技艺非遗传承人线上讲座或实地参观药膳坊等多元形式，拓宽学生文化视野，增强传承使命感。线下教学的 PPT 板书可适当增加动画，使学生更印象深刻，也可适当增加表格，运用表格进行小结，让知识融会贯通，教学效果达到理解透彻、记忆牢固。

##### 4.5 要有效整合教学内容，突出教学实用性

定期更新课程内容，确保教学材料反映最原汁原味的药膳知识。利用高质量的教学资源，如教科书、专业期刊中国知网等数据库，为学生提供丰富的学习材料，并积极鼓励学生撰写论文，提高研究能力。定期整合课程教学内容，使学生掌握中医药膳的基本知识和技能，以适应不断变化的教学需求和学生特点。

##### 4.6 要进一优化教学质量评价方法

当前药膳教学考核机制比较单一、缺乏量化考核，需建立有效及时的教学效果评估方法，通过学生反馈、考试成绩、实践表现、综合思政能力等多方面评估教学效果，并据此调整教学策略，帮助学生及时了解自己学习需要改进的地方。

## 5.小结

中医药膳课程思政教学意义深远，任务艰巨。教师团队需齐心协力，深耕教学各环节，以精心资料、精彩讲授、扎实实践、科学考评，结合持续反馈改进，将思政教育如春雨润物般融入课程，为中医药传承创新与人才培养筑牢根基，助力学生逐梦远航。

## 参考文献

- [1]李翠云,付甜甜,刘丽清,等.融合地方特色的课程思政改革探索——以《中医药膳学》为例[J/OL].陕西中医药大学学报, 1-5.
- [2]杨驰,秦华.基于体认翻译学的中医药膳翻译研究——以川菜博物馆的药膳翻译为例[C]外语教育与翻译发展创新研究(16).成都东软学院, 2024:2.
- [3]马玮玮.结合中医药膳与西方营养学的新膳食模式探索[J].中外食品工业, 2024, (08):80-82.
- [4]裴晶.中医药膳学教学改革与实践——以

四季养生药膳教学为例[J].卫生职业教育, 2023, 41(15):61-64.

- [5]黄书婷,曹峰,曲婉莹,等.基于 OBE 理念的中医药膳学实践教学改革探讨[J].中医药管理杂志, 2022,30(24):8-10.
- [6]郑金,谢亚东,王亚飞.中医药膳在治未病健康服务中的地位与发展探讨[J].中医药管理杂志, 2022,30(13):171-173.
- [7]韩辉,杨彬彬.中医药膳食疗的“三因制宜”理论思想应用浅析[C]//中国药膳研究会.2021 中国药膳学术研讨会论文集.山东中医药大学健康学院, 2021:3.
- [8]孙媛媛,丰光,郑淇,等.中医食疗与西医营养学之对比融合研究——评《中医药膳学》[J].食品安全质量检测学报, 2021, 12(20):8294.
- [9]裴晶.中医药膳学融入思政教育的教学探讨[J].卫生职业教育, 2021,39(10):74-76.
- [10]孙昊.中医药膳食疗中营养护理的实践[J].食品研究与开发, 2020,41(23):240.