

# 试论将高职生的德育教育融合成“四维一体”教育方法探索

简青

(湘中幼儿师范专科学校, 湖南 邵阳 422000)

**[摘要]**将高职生德育健康教育融合成“四维一体”的全面健康教育,是高校落实立德树人根本任务的要求。这就要求健康教育专业课程要与高校德育教育同向同行,形成协同效应。本文主要探讨了将高职生的德育教育理念有机结合到高职生健康教育专业知识之中,尝试构建“专业课程—前沿健康讲座—自我实践—应用社会”四维一体中都融入大健康的立体健康教育模式,探索健康专业知识进入立体四维一体模式的健康教育的办法与途径。

**[关键词]**高职生命健康专业教学; 前沿讲座; 自我实践; 应用社会

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.07.1435

## 一、引言

2021年8月2日,国家教育部等五部门联合印发《关于全面加强和改进新时代学校卫生与健康教育工作的意见》。该意见明确提出加强新时代学校卫生与健康教育工作,是大力发展素质教育、促进学生全面发展的重要举措。根据这一意见,把全面提升学生健康素养纳入高校教育体系,将高职生德育教育融入“四维一体”健康教育,在加强高职校学生健康教育的同时,培养高职生健康的思想道德品质,不仅体现了为党育人、为国育才之使命;也是促进学生身心健康、养成健康生活方式之必需。

近年来,我们在健康教育中,积极思考与探索教学改革,逐渐形成了建立终身身心大健康教育与卫生常识健康教育“四维一体”的立体教学形式。“四维”就是指专业课堂、前沿讲座、自我实践、社会实践;“一体”,就是指在这个四维教育活动中,将生理、心理、社区、社会、家庭等综合健康教育因素有机融合起来,使学生既有理论获得感,又有实践探索感;既避免了枯燥的学教带来的逆反心理,又增强了学生参与的兴趣热情,从而不自觉地提升思想道德水平,形成科学的世界观、人生观、价值观,养成良好的健康意识与行为规范。

## 二、“四维一体”立体健康教育模式

(一)准确的专业课堂知识,调节高职生的生命健康的温度情感

湘中幼儿师范专科学校开设小学生健康教育课,目前已经开设两年。与过去比较,我们现在的健康教育,无论从知识面,还是综合面,进行了很大的变化。比如,在讲述环境与健康知识的时候,我们融入了大自然环境与人类的健康和谐关系,特别播放了视频插播,让学生领会我国在共建地球生命共同体的理念。在此基础上,再让学生思考并列举在现实中看到的破坏环境对人类健康带来的危害。学生对这种教学方法非常感兴趣,课堂气氛非常活跃,学生发言踊跃。有的阐述了汽车尾气污染大气的危害,认识到低碳出行的意义;有的谈到了人在烟雾缭绕的环境下,会感觉胸闷,大脑迟钝,从而认识到无烟环境的重要,认识到了爱护心肺健康重要。这种教学方式将所学知识融合起来,生动有趣,让学生从心理去联想到现实,从课堂联想到现实,对学生的道德教育起到了润物无声的作

用。

教学反思:课堂上,老师根据课本教学内容,对学生进行国内外最新发展情况和生命知识的融合,能将生命健康的纯理论拓展到当前的国际国内形势的分析和应用。要实现这种融合,需要任课老师及时关注国际国内形势,精心准备,巧妙融合。这样的教学,会加大老师备课工作量,而且教学课时相对固定,不允许老师无边际的拓展。所以老师需要对收集的资料进行精心的筛选和提炼,达到画龙点睛的程度,才可以恰到好处地施展出来。

(二)科普讲座拓展,提升高职生生命健康情怀的高度感

我国在性教育传统观念方面,很多家长或教师面对性教育时难以启齿,认为儿童会随着年龄的增长而无师自通,也有人认为,过早对儿童进行性教育,可能会导致儿童过早的成熟,甚至认为青少年不懂得性知识是道德纯洁的表现,进行性教育会教坏孩子,对他们封闭性知识最保险。

有不少高职女生认为性教育就是性生理教育,这也是目前学校性教育方面内容存在的误区,应该从学生的实际出发,以性生理知识为起点,以性心理辅导为重点,与性道德和法治教育为核心,同时,还包括性审美、性自我保护的,这才是全面和科学的性教育内容。

针对我校基础院女高职生比较多的情况,我们组织开展了关于《做个关爱身体自尊健康女生》的知识讲座,在讲座上围绕女生的身体结构,生长和发育,性的自我保护等,尤其在性自我保护方面,我们列举了一些实际生活案例,从科学的角度去教育年轻的女大学生们,让她们对自身的身体真正的关爱,不再误区,健康的理解和健康的生活。

教学反思:教师给学生进行前沿讲座,需要为专题进行充分的准备,不但要考虑学过相关知识的学生,还需要考虑没有这方面知识的学生;既需要讲清楚有关专业知识,又要结合时情,给学生讲清楚党和国家的政策;因此需要教师精心备课。专题讲座一般时间为2小时左右,要学生静静地坐这么长时间,若老师的知识面不丰富,语言不幽默风趣,讲课手法单调,是很难调动学生长时间的保持精力旺盛听课,所以做讲座的老师,必须要下功夫,做好精心备课,熟悉自己的内容,增加知识的趣味性和互动性,让学生在不知不觉中,在兴趣盎然

中，完成讲座。

(三) 自我实践亲历，延伸高职生实践生命健康教育的立体感

较高素质的高职生，毕业后即要上岗，服务于社会，因此应该懂得如何关爱自己的生命健康，为将来能承担国家赋予的历史责任而做好必要的准备。

由于生活条件的不断改善，学生的生活水平不断提高，吃得好，穿得好成为这一代人的一个特点。这也带来另一个问题，越来越多的高职生成为亚健康人群，但高职生的心理发育是正处于走向成熟又未完全成熟的过渡时期，并由此导致各种心理活动十分活跃，充满着矛盾而自我调节能力还不完善，各种因素聚集，使高职生在大学期间成为各种心理问题和身体问题最容易出现的高发期，因此，保持健康的身体成为高职生健康成长的内在要求。

很多高职生通过手机、广播、抖音等看到钟南山院士在八十三岁高龄时候，于2020年1月18日，登上从广州开往武汉的高铁。临危受命担任国家卫健委高级别专家组组长。更加敬重钟院士高尚人格和佩服钟老健康的身体。我校健康课外活动小组的同学们在健康老师的指导下，设计了对2021年高职在校大学生健康状况调查问卷简表，他们尝试做些高职生自我实践活动。这些学生生活活用，呵护好自己的健康安全，他们戴着口罩和消毒液，向同龄人发放并收集问卷，进行统计和归类综合。

在这份设计的问卷里，有涉及学生平常习惯的问题，如你觉得自己在学校的饮食生活习惯？有涉及学生心理状态问题，如你认为学校帮助高职生进行调适个人心理情绪的方法？有涉及让学生展示自己想法的问题，如你希望学校能增加那些关于健康教育方面的内容？等等。一共发放出问卷100份，回收了99份。尤其在问卷里的希望学校增加健康教育的内容问题方面，很多同学提出希望学校加强健康教育宣传工作，增加体育锻炼增强体质活动，开展健康主题班会，加强心理健康咨询活动等。透过问卷，我们看到了高职生们的心理渴望着健康快乐。

自我实践反思：高职生是充满积极向上的心理，他们热爱生活，渴望健康快乐，但苦于一些学校环境条件的局限，课余时间，和学习压力等因素的影响，造成一定的心理矛盾。通过这次的问卷调查，让学校和老师们了解到了高职生一些心理需求，便于教师在以后教育工作中参考同学们的一些建设性意见和想法。

(四) 将知识融入现实社会，增加高职生在生命健康大爱的厚重感

为了增强健康教育的实效性，我们特别安排带领部分高职生走进了社区，小学，让他们与社会面对面的直接相接触，交流。用他们的所学知识，为他人服务，奉献爱心。

高职生们在紫苑社区，看到住着下岗职工的小街道卫生环

境比较脏乱，就主动的借来卫生工具进行打扫，生活在这里面的一些老人看着被打扫干净的环境，直夸赞这些高职生，我们学生还主动给过往的社区人介绍垃圾分类的好处，提醒大家都来爱护我们的居住环境，给自己一个健康的空间。看到同学们疲惫的脸上洋溢着自豪和快乐，真为他们高兴。

有天周末，我看到不少熟悉面孔的高职生们在闹市区的十字路口，当起劝导志愿者，劝导那些不遵守交通制度的大胆者。从他们晒得红扑扑的脸蛋上，看得出这些年轻学子已经义务在红绿灯下认真履职，用自己的汗水呵护着行人的生命健康。

社会实践活动反思：对高职生实行德育大爱健康教育，有利于陶冶学生的思想境界和高尚的情操，学生临其境，也会有感触的。作为教师，需要给学生设计一个比较完善的工作实践计划，而非头脑发热，突然冒出些想法。每次活动结束后，对活动及时总结，

### 三、结束语

综上所述，我们认为对高职生进行四维度的健康教育，目的就是培养他们真正地理解什么是健康的真谛，人的生命是有限的，如何健康的延长我们的生命的长度，需要将德育教育体现在老师课堂讲知识上，体现在前沿讲座的辅助补充，体现在学生自我实践中，体现在学生走向社会服务社会的应用。只有将他们巧妙的有机融合，才能达到教育的本质，培养出在身体、心理、道德的上健康的新风貌高职生。

### 参考文献

- [1] 5部门发文，全面加强和改进新时代学校卫生与健康教育工作，教育部新闻办. 中国教育报 2021. 9. 3.
- [2] 丁香医生&中青报：2020中国大学生健康调查报告. 行业数据观察报告. 2020-03-11
- [3] 王柳春. 弘扬大爱精神对大学生健康成长的作用研究[J]. 《商情》. 2017年第004期
- [4] 教育部、国家卫生健康委联合推进全力做好新时代学校卫生与健康教育工作. 中国教育新闻网(2019年4月)
- [5] 樊泽民. 新时代的学校工作应围绕"健康第一"的教育理念[J]. 中国教育报, 2019

基金项目：课题项目：本文是湖南省职业教育与成人教育学会科研规划项目2021年度课题《常态化疫情防控环境下对高职大学生实施四维度生命健康教育的探索与研究》(课题编号：XH2021299)的阶段性研究成果。

### 作者简介：

简青，湘中幼儿师范专科学校副教授，长期从事幼师生心理、生理健康教育教学，省级课题《对常态化疫情防控环境下高职大学生实施“四维一体”生命健康教育的探索与研究》主持人。