

构建“机制+师资+课程+资源+教法+教研” 六位一体的健康教育体系的研究与实践

——以河南机电职业学院为例

李文昌 王香耿 张金峰 黄珍珍 徐延勇

河南机电职业学院, 中国·河南 郑州 451100

【摘要】积极响应《教育部办公厅关于实施全国健康学校建设计划》等相关文件精神,河南机电职业学院致力于争创全国健康学校,坚定不移地落实立德树人的根本任务,深入贯彻“五育并举、健康第一”的教育理念。高质量构建职业院校健康教育体系,不仅关乎学生的身心健康与全面发展,更直接影响到校园的和谐稳定、教育质量的整体提升以及职业教育改革的顺利推进。在此背景下,河南机电职业学院在全国健康学校建设的实践中,勇于探索,创新性地构建了“机制保障+课程体系+师资培养+资源整合+教育形式创新+科研研究驱动”的六位一体健康教育体系,为培养身心健康、技能精湛的高素质技能型人才奠定了坚实基础。

【关键词】健康教育;课程体系;资源;优化

【基金课题】河南机电职业学院教育教学改革研究与实践项目“新质生产力背景下提升职校学生健康素养对策的研究与实践”

1 构建一种以“校长为主导、卫生健康中心为核心引领、多部门紧密协作、并实施明确责任分工”的健康教育领导机制

1.1 成立健康教育领导机构

1.2 人员职责分工

1.2.1 校长

负责全面审核并批准学校健康教育工作计划,确保健康教育成为学校年度工作计划的重要组成部分。

引领全校师生重视并积极参与健康教育工作,推动健康教育在学校各项工作中的深度融合。

1.2.2 主管副校长

协助校长高效推进健康教育工作,确保各项计划与目标得以顺利实施。

积极协调与校外单位的关系,搭建起学校与社会的桥梁,共同促进健康教育的发展。

1.2.3 校外参与部门

根据学校年度健康教育方案,结合本部门实际情况,制定切实可行的健康教育具体实施方案,并认真落实到位。

严格执行卫生健康中心的健康教育具体方案,确保各项健康教育活动在本部门得到有效实施。

按照要求及时报送相关健康教育的材料,为学校的健康教育工作提供有力的数据支持。

加强对学校健康教育的政策性指导,提供最新的健康教育理念和资源,推动学校健康教育工作的不断创新与发展。

协调学校与家庭、社会各方面的力量,形成健康教育合

河南机电职业学院健康教育领导小组



力,共同推进学校健康教育的全面发展。

1.2.4 专家库成员

凭借丰富的实践经验,为学校的健康教育提供宝贵的实践指导和建议。

运用科学、专业的知识,为健康教育提供精准、权威的指导,提升学校健康教育的质量和效果。

积极参与学校的健康教育活动,与师生共同探讨健康教育的热点问题,推动学校健康教育工作的不断进步。

2 致力于培育具备“主动外出学习交流”、“积极邀请专家指导”、“不断锤炼内在素养”以及“勇于创新教学方法”能力的健康教育师资队伍。

在健康教育的广阔领域中,教师作为实施健康教育的核心力量,其专业素养与教育水平对促进学生的健康成长具有决定性的影响。因此,强化师资队伍建设,提升教师的专业能力,是确保健康教育质量稳步提升的关键所在。

2.1 拓宽视野,走出去

学校高度重视师资培训,每年慷慨投入资金,选派健康教育队伍的骨干成员参加全国性的健康教育培训论坛,并积极参与河南省乃至全国的公益性卫生健康培训活动。同时,组织教师前往在健康教育领域取得显著成绩的高校进行实地考察与学习,以期吸收先进经验,拓宽教育视野。

2.2 专家引领,请进来

学校积极搭建平台,每年邀请河南省红十字会、祥和路社区服务中心、河南省第二人民医院、郑州大学第一附属医院、新郑市卫健委、郑州市疾控中心等多领域的专家团队莅临校园,为教师们提供专业技能培训。这些专家团队不仅带来了前沿的健康教育理念,更为教师们提供了宝贵的实践指导。

2.3 创新驱动,搞创新

学校依托自主研发的“机电卫健通”平台,构建了“学校—学院—班级—宿舍”四级责任网络,实现了健康教育内容的全面覆盖,包括健康行为与生活方式、疾病预防、心理健康、生长发育与青春期保健、安全应急与避险等多个方面。这一创新举措不仅确保了健康教育面向全体学生,更形成了人人有责、五育并举的教育体系,为培养学生的健康素养奠定了坚实基础。

3 构建一套全面涵盖“倡导健康生活方式”、“强化疾病预防意识”、“促进心理健康发展”、“普及性与生殖保健知识”以及“提升安全应急与避险能力”的综合性健康教育课程体系

健康教育课程作为实施健康教育的基石与行动指南,其在学校课程体系中的核心地位的确立,是确保其效能充分发挥的关键所在。健康教育课程不仅是健康教育体系不可或缺的组成部分,更是支撑学生终身可持续发展的教育需求,于健康教育进程中扮演着举足轻重的角色。

3.1 精进健康生活方式教育课程

营养健康: 深入阐述健康饮食、营养平衡的重要性,引导学生形成科学的饮食习惯,提升其身体健康水平。

运动健康: 普及运动的重要性,传授科学的运动知识,激励学生养成规律运动的习惯,以增强体魄,提升免疫力。

环境卫生: 教育学生维护个人卫生及环境清洁,正确处理垃圾,保护自然环境,避免污染,培养环保意识。

3.2 强化疾病预防教育课程

基本卫生知识: 传授个人卫生习惯的重要性,如勤洗手、口腔清洁、正确沐浴等,以降低疾病感染风险。

常见疾病预防: 解析传染病(如流感、感冒、肺炎)与慢性病(如高血压、糖尿病)的预防措施,强调疫苗接种的重要性。

安全用药: 教育学生正确用药,避免滥用抗生素,减少药物误用风险。

3.3 优化性与生殖保健教育课程

性健康知识: 涵盖性行为原理、避孕方法、性病预防与治疗、生育计划等。

性心理健康: 探讨性心理发展阶段、障碍识别与处理、心理咨询与治疗。

性别平等与权益: 强调性别平等概念,反对性别歧视,保护性权益。

社会文化影响: 分析社会文化对性健康观念与行为的影响,提供应对策略。

3.4 加强安全应急与避险教育课程

应急避险意识: 提升学生在日常生活中的应急避险意识。

逃生自救技能: 教授学生掌握各种逃生自救技能及常用医学急救手段。

心理素质培养: 锻炼学生坚韧的意志,培养良好的心理素质,以应对紧急情况。

4 致力于构建一套包含“丰富书籍与实用手册”、“多样化视频与音频资料”、“便捷网站与互动应用程序”以及“实地教育基地”在内的全方位、多层次健康教育资源体系

健康教育资源是指那些旨在提供健康、疾病预防及健康促进相关信息与工具的资源,它们在学校健康教育领域发挥着至关重要的作用,助力学生们深入理解并有效管理自身健康。

4.1 健康教育书籍与手册

作为最为普及的健康教育资源,健康教育书籍与手册涵盖了广泛的健康知识,从日常健康习惯的培养到疾病预防策略,再到营养膳食的科学指导,一应俱全。这些书籍与手册不仅是学生们获取知识的重要窗口,更是他们学习如何维护个人健康的宝贵指南。

4.2 健康教育视频与音频

健康教育视频与音频以其生动直观的表现形式,成为了一种深受学生喜爱的教育资源。通过专业医生、健康专家的精彩讲解,结合真实案例的展示,这些资源能够为学生提供更加具体、实用的健康知识与技能,使学习过程更加

生动有趣。

4.3 健康教育网站与应用程序

随着互联网与移动技术的飞速发展, 健康教育网站与应用程序如雨后春笋般涌现, 为学生们提供了便捷、丰富的健康信息获取途径。从健康讲座的在线观看, 到健康测评的个性化服务, 再到健康食谱的科学推荐, 这些网站与应用程序以其强大的功能性和实用性, 成为了学生们健康生活中的得力助手。

4.4 健康教育基地建设

为全面提升学校健康教育水平, 我们积极构建多元化的健康教育基地。以卫生健康中心为核心, 我们建立了公共卫生健康教育培训基地, 专注于提升学生的公共卫生意识与应对能力; 以马克思主义学院为依托, 我们设立了心理健康教育基地, 致力于培养学生的健康心态与心理素质; 以应急管理学院为主导, 我们打造了急救教育基地, 强化学生的急救技能与自救互救能力。三大基地相互补充, 共同构成了覆盖学校健康教育全领域的强大体系。

5 致力于打造集“深入课堂教学”、“课程内容的有机融合”以及“丰富多样的实践活动”为一体的多元化健康教育实施形式

健康教育的多元化实施策略极大地丰富了教育形式, 以更加引人入胜的方式吸引学生的关注, 有效激发了他们对健康知识的渴望, 显著提升了健康科普教育的效果, 为全校学生的健康素养奠定了坚实的基础。

5.1 健康教育课程融入日常教学

健康教育被正式纳入学校教育体系, 成为学生的选修课程之一, 旨在培养学生的健康意识, 塑造良好的行为习惯, 进而全面提升学生的身心健康水平。这一举措确保了健康教育内容的系统性和连贯性, 让学生在日常学习中潜移默化地接受健康知识的熏陶。

5.2 健康教育与其他学科深度融合

我们积极探索健康教育与其他学科的交叉融合, 通过内容整合、教学形式的创新以及评价体系的完善, 使健康教育在更广阔的领域内生根发芽。这种融合不仅拓宽了健康教育的知识面, 提高了其普及率, 还使学习过程更加生动有趣, 让学生在不同学科的学习中都能感受到健康的重要性。

5.3 健康教育活动与专业培训的开展

健康教育活动与专业培训以其互动性和实践性强的特点, 成为了一种深受师生喜爱的教育形式。我们定期举办健康讲座、主题班会、知识竞赛等丰富多彩的活动, 邀请专业从业人员与学生面对面交流, 传授实用的健康技能。这些活动不仅满足了学生对健康知识的个性化需求, 还为他们提供了更加具体、针对性的指导, 让健康教育真正走进了学生的日常生活。

6 深化对健康教育的综合研究, 重点强化“课程设计”的科学性、“教学方法”的创新性、“教育资源”的丰富性、“评价体系”的完善性, 同时注重“心理健康”的促进、“生活方式”的引导、“疾病预防”的策略, 以

及“校园环境”的优化

6.1 健康教育课程设计研究

深入探索如何科学设计与实施健康教育课程, 旨在精准对接大学生在不同成长阶段对健康知识、技能及态度的多元化需求, 促进其全面发展。

6.2 健康教育方法创新研究

系统研究并实践适合大学生的健康教育方法与策略, 涵盖讲座、研讨会、案例分析、角色扮演等多种形式, 旨在提升健康教育的趣味性与实效性, 增强学生参与感。

6.3 健康教育资源整合研究

全面挖掘并有效利用现有教育资源, 如图书馆资源、网络平台、社区资源等, 构建多元化健康信息与学习资源库, 为大学生提供丰富、便捷的健康学习途径。

6.4 健康教育效果评估研究

构建科学、全面的健康教育效果评价体系, 重点考察学生在健康知识掌握、技能提升、态度转变以及健康行为实际改善等方面的成效, 确保健康教育质量。

6.5 健康教育与心理健康促进研究

深入探究健康教育对大学生心理健康的积极影响, 旨在通过健康教育减轻焦虑、抑郁等心理问题, 提升心理素质, 增强应对生活压力的能力。

6.6 健康教育与生活方式优化研究

细致分析健康教育对大学生生活方式的影响, 包括饮食、运动、作息等方面, 旨在引导大学生形成科学、健康的生活习惯, 提升生活质量。

6.7 健康教育与疾病预防策略研究

重点关注健康教育在预防和控制传染病、慢性病等疾病方面的作用, 通过科学策略降低大学生疾病风险, 保障其身心健康。

6.8 健康教育与校园环境优化研究

积极探索如何通过优化校园环境, 如提供营养均衡的饮食选择、增设运动设施、营造健康文化氛围等, 为大学生创造一个有利于身心健康的学习与生活环境。

通过精心构建涵盖“机制构建、师资力量强化、课程体系完善、教育资源整合、教学方法创新、教育科研深化”六位一体的健康教育综合体系, 我们致力于显著提升高职学生的健康素养水平, 全面增强学校公共卫生服务能力, 为争创全国健康学校奠定坚实基础。这一体系的建立, 不仅旨在满足学生个人健康成长的迫切需求, 更是为了响应国家号召, 为国家培养具备德智体美劳全面发展特质的社会主义建设者和接班人, 为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献力量。

参考文献:

- [1] 毕云霄. 高职院校“六位一体”青春健康教育方案的构建与实践[J]. 教育教学论坛, 2020, (19): 234-236.
- [2] 崔杨. 高校“六位一体”青春健康教育模式构建[J]. 宁波教育学院学报, 2018, 20(05): 62-66.