

大学生素质教育丛书

主编 白君堂

「素质教育」 案例分析与指导

河南人民出版社

大 学 生 素 质 教 育 丛 书

主编 白君堂

素质教育案例分析与指导

河南人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

素质教育案例分析与指导/白君堂主编. - 郑州:河南人民出版社, 2005. 8(2006. 10 重印)

(大学生素质教育丛书)

ISBN 7-215-05769-0

I. 素… II. 白… III. 大学生-素质教育 IV. G640

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 076670 号

河南人民出版社出版发行

(地址:郑州市经五路 66 号 邮政编码:450002 电话:65723341)

新华书店经销 黄委会设计院印刷厂印刷

开本 890 毫米×1240 毫米 1/32 印张 11

字数 297 千字

2005 年 8 月第 1 版 2006 年 10 月第 2 次印刷

定价:20.50 元

编 委 会

主 任 周权生

副主任 马连凤 白君堂 陶 昆 徐宗华 郑运廷

张晓东 葛长龙 田建伟

成 员 汪红旗 支喜梅 于长征 易晓敏 马建新

张 颖 胡培雨 牛军涛 余君彦 李 军

赵 起 张兰英 郭爱茹 李 勇 胡云鹏

王海龙 桑改莲

编 者 的 话

今日莘莘学子,明天是社会的栋梁。

大学生是宝贵的人才资源,是未来社会主义现代化事业的建设者和接班人。在当代大学生身上,寄托着国家和民族的希望,社会和家庭的期待。成才、成功是大学生不懈的追求;培养、教育是高校神圣的使命。

大学生经过十年寒窗,奠定了较为扎实的知识功底,但走向成功所需要的其他素质尚显薄弱,而当今社会发展的趋势,对这方面的要求越来越高,“高分低能”难称优秀人才,已成为多数人的共识。所以,党和国家高度重视各级各类学校的素质教育,与时俱进,做出了一系列重要决策。《中共中央国务院关于进一步加强和改进大学生思想政治教育的意见》又明确要求“以大学生全面发展为目标,深入开展素质教育”,为高校大学生的培养指明了方向。

如何不断提高大学生的综合素质,各地高校都在积极探索。经过深入调查研究,广泛征求意见,我们尝试选编了这本《素质教育案例分析与指导》。全书把大学生应当具备的基本素质分为思想道德、专业知识、身体心理、方法能力四个方面,辟为四篇,每篇又依据该项素质所包含的具体内容分节阐释。本书不注重知识的系统性、完整性,旨在注重案例教学,突出学生的主体地位,从案例分析入手,辅以相应的课堂练习和知识讲授,意在引导学生进一步感悟综合素质的重要,明确必备

素质的内涵和要求,掌握知识要点,培养自育意识,课内课外相结合,将提高素质的追求落实到日常行为中。

高校的素质教育事关大局,任重道远。在本书编写过程中,我们参阅了许多相关的书籍、教材等,在此谨向作者表示诚挚的谢意。初编此类教材,加之时间仓促,势必多有疏谬。愿这株新苗,在各方面的关心、培育下,得以去芜存菁,渐臻丰茂。

2005 年 7 月 20 日

目 录

编者的话	(1)
案例一组	(1)

第一篇

塑造完美的人格——思想道德素质

第一章 理想信念	(7)
第一节 鼓起理想的风帆	(8)
第二节 树立科学的世界观、人生观和价值观	(16)
第二章 民族精神	(24)
第一节 爱国主义	(26)
第二节 民族气节	(34)
第三节 自强不息	(43)
第三章 道德品质	(53)
第一节 职业道德	(54)
第二节 社会公德	(61)

第三节 家庭美德	(67)
第四章 民主法制观念	(75)
第一节 正确行使民主权利	(76)
第二节 不断增强法治意识	(81)
第五章 奉献意识	(86)
第一节 爱心构建美丽社会	(86)
第二节 真心关爱他人	(95)
第三节 家庭是人生温暖的港湾	(106)

第二篇

实现充实的自我——科学文化素质

第六章 科学文化素质	(116)
第一节 知识的力量是无穷的	(116)
第二节 努力掌握科学文化知识	(126)

第三篇

铸就健康的身心——身体心理素质

第七章 身体素质	(137)
----------------	-------

第一节 增强体质靠运动	(137)
第二节 养成健康的生活习惯	(145)
第三节 平衡膳食 合理营养	(151)
第八章 心理素质	(159)
第一节 直面磨难 战胜挫折	(159)
第二节 健全自我 完善自我	(167)
第三节 锻炼意志 塑造人格	(176)
第四篇 插上腾飞的翅膀——方法能力素质	
第九章 学习能力	(185)
第一节 知识改变命运 学习成就未来	(186)
第二节 学习方法	(192)
第十章 观察分析能力	(200)
第一节 练就一双火眼金睛	(201)
第二节 培养你的分析能力	(208)
第十一章 自立交往能力	(218)
第一节 自立能力	(218)
第二节 交往能力	(225)
第十二章 合作竞争能力	(234)

第一节 成功源于合作	(234)
第二节 竞争合作时代潮流	(241)
第十三章 综合表达能力	(247)
第一节 口头表达能力	(247)
第二节 书面表达能力	(257)
第十四章 审美表现能力	(266)
第一节 学会欣赏美	(266)
第二节 自觉塑造美	(279)
第十五章 社会实践能力	(288)
第一节 实践能力是大学学生的必备素质	(288)
第二节 掌握科学的决策方法	(296)
第十六章 探索创新能力	(302)
第一节 增强创新意识	(302)
第二节 学会创新思维	(309)
第三节 掌握创新方法	(314)
第十七章 就业创业能力	(320)
第一节 双向选择与竞争就业	(321)
第二节 自强自立创新业	(328)
素质教育百句歌	(336)
编写说明	(338)

案 例 一 组

某国举办足球比赛,数万人观看,比赛结束,观众席上很难见到遗弃的纸屑、杂物。

二战期间,德国飞机在伦敦上空狂轰滥炸,市民在进入防空洞时,自觉排队、井然有序。青壮年主动让在一旁,让老人、妇女和儿童先进。

中日两国儿童共同组织夏令营,在“生存训练”活动中,日本儿童各尽所长、团结协作,而中国儿童大多束手无策。有日本人这样议论:几十年前,你们打败了我们,从下一代看,将来呢?

某公司招聘文秘人员,进入面试考场,离门口不远的地面上,横放了一把拖把,旁边还有一颗尖头向上的图钉,考生一个个从拖把上跨过,无视图钉,走向应试席。一名考生习惯性地捡起拖把置于墙边,又将图钉捡起来,放在桌上。结果,他被录用了。

教学楼门口,一名学生随手将吃剩的果核丢在地上,进楼去了。又一名学生看到地上的果核,说了句“谁这么缺德”,也进去了。后面一名学生看到果核,无声地捡起来,投进一旁的垃圾箱,进楼去了。

思考题

1. 素质随处可见,细节影响成败。结合以上案例,谈谈你的体会。
2. 如果你是一名外来人员,和我校学生共同生活一段,会发现学生

日常行为中有哪些地方体现出不文明的行为？提出你的改进建议。

【案例分析】

做一个高素质的人

学习目标

综合体会一组案例从不同侧面所给予的启示，深切感悟良好的素质对一个人、一个组织乃至一个民族和国家的重要，明确努力目标，强化“自育”意识，从日常生活一点一滴做起，努力成为一个品格高尚、勤奋好学、身心健康、一专多能的优秀人才。

知识要点

1. 素质及其重要性

从这组案例，联系日常生活实践，我们可以深切地感受到：素质高低决定成败，提高素质势在必行！

对“素质”的概念，解释很多，简单地讲素质就是影响和决定人们思想和行为的内在因素。素质包括很多方面，每个人的素质水平是不尽相同的。但是素质是为人、做事的基础，一个人、一个组织，包括一个国家和民族，能够取得多大的进步与成功，最终是由自身的素质所决定的。

2. 明确努力方向

素质是一个内涵丰富的综合体系，展现在许多侧面，除了必备的基本素质之外，不同的职业和岗位，对人员素质要求有不同的侧重点。比如，对一名军人的素质要求就异于一名企业家、科学家。我们是即将走向生产、建设、管理和服务一线的大学生，从未来社会需求和事业发展的需要看，我们应着重培养和强化四方面的素质：

(1) 思想道德素质。在整个素质体系中，思想道德素质居于核心

和关键的地位,起着统领和导向的作用。司马光在论及“德”与“才”的关系时曾说:“才者,德之资也;德者,才之帅也。”可见在古人眼里,思想道德的作用也是非常重要的。对大学生这一特定群体来说,应当牢固树立在社会主义现代化建设事业中建功立业的理想信念,大力弘扬以爱国主义为核心的民族精神,不断提高个人修养和道德水平,强化民主法制意识,立志做一个勇于拼搏、无私奉献的人。

(2)科学文化素质。一个人不能“缺德”,同样也不能“无知”。大量实例说明,知识积累越丰富,成功的几率就越大,对社会的贡献度也会更高。大学生可以这样搭建自己的知识结构:一是“宽”,即基础知识、综合知识面要宽,要扎实,这些知识是从事各项工作的根基;二是“深”,即专业知识要尽可能深一些,因为这些知识很可能是将来创新、成功的“突破口”;三是“新”,即适当掌握一些特色知识,多培养一些业余爱好,这对未来事业的发展是很有帮助的。

(3)身体和心理素质。要养成良好的生活习惯,积极参加体育锻炼,掌握必要的活动技能,培养一定的体育特长。健康的心理是避免行为偏差、实现人生目标的重要保证,要始终保持积极向上的生活态度,培养自信、乐观的心态和情绪,自觉克服消极心理的影响,努力缩短心理的“成熟期”。

(4)方法能力素质。有人形象地把身心素质和方法能力素质比作成功的“双翼”。大学生在校期间,要着重培养和提高自学能力(养成习惯,掌握方法,追求效率)、表达能力(能说、会写、且具备一定的外语和计算机基础)、审美和表现能力(欣赏美、追求美、创造美)、交往合作能力(友好相处、和衷共济)、观察分析能力(善于透过现象看本质,把握机遇,不断进取)、解决问题的能力(多谋善断、克难攻坚)、实践动手能力(掌握一线操作的实际技能)、探索创新能力(了解创新的一般规律,工作富有创意)。

3. 提高素质,从一点一滴做起

素质与先天因素有关,而更在于后天的培养和提高,尤其是在校学

生,潜力很大,条件也很优越,着意“打造”自我,发展的空间是不可估量的。

首先要对照标准,对个人素质现状作全面分析,以求“扬长补短”,增强培育的针对性和实效性。

其次要强化“自律”和“自育”意识。外因只是条件,真正能带来变化的是“内因”,即在于自身的努力。要坚定“天生我材必有用”的自信,坚忍不拔,持之以恒,把自己“百炼成钢”。

再次,要坚持从小事做起,从“现在”做起。不少同学也懂得素质重要,知道提高素质关键在于严于律己,但不屑于从小事做起,培养良好的习惯,也缺乏持久的耐力,影响了自身的进步。让我们经常用那句古诗提醒自己:“努力请从今日始!”

课外作业

对照课堂上所学的素质目标,对个人的素质现状作简要分析。

第一篇

塑造完美的人格——思想道德素质

大学生要努力掌握建设祖国的本领,全面提高思想道德素质、科学文化素质和身体素质,争取早日成为祖国的栋梁之才。尤其要重视思想道德素质的培养,它是人的综合素质的灵魂,决定着一个人能够走多远,能够为祖国和人民做出多大的贡献,能够在历史的长河中留下多大的浪花。

提高思想道德素质,要胸怀远大的理想。理想信念是人生的精神支柱和动力源泉,要注重养成良好的行为习惯。良好的行为习惯,是良好思想道德素质的外在体现。要严格要求自己,用实际行动成为“爱国守法、明礼诚信、团结友善、勤俭自强、敬业奉献”基本道德规范的忠实践行者。

从根本上来讲,思想道德素质和科学文化素质具有同等重要的意义,甚至在一定的环境和条件下,思想道德素质的重要性会超过科学文化素质。

就当代大学生来讲,整体思想政治状况或者思想道德素质是积极的、健康的、向上的。一是现代大学生的组织能力强,二是学习能力强,三是适应社会能力强。这三个方面就是一种综合素质。这三方面能力的增长表明,现在大学生的质量比以往大学生的质量是高的,整体素质也是高的。

历史经验告诫我们:国家的兴衰、经济的腾飞、国力的增强、社会的稳定、生活的富裕,无不取决于国民的素质,取决于人才的质量。当代大学生素质的高低,尤其是思想道德素质的高低关系到人才质量的健康发展,关系到社会主义现代化建设的根本方向。特别是思想道德素质的培养,既是素质教育的重要内容,更是教育适应社会主义现代化建设的需要。其中思想道德素质是主导,它对于其他素质及大学生的成才都起着主导作用,思想道德素质的培养应处于核心位置。在当今世界,不论是东方还是西方,人们越来越注重培养人才的思想道德素质。

第一章 理想信念

理想信念,是一个政党治国理政的旗帜,是一个民族奋力前行的向导,也是有志青年奋发向上的动力。理想信念教育是思想政治教育的“灵魂”和基础,是帮助大学生树立科学的世界观、人生观和价值观的基础与关键。所谓世界观也称宇宙观,是一个人对整个世界的根本看法,人生观就是人们对人生的根本看法和态度,价值观是人们对人生价值的总的、根本的看法。随着社会主义经济体制的逐步建立和改革开放的不断深入,我国经济基础和上层建筑的各个领域发生了剧烈的变化,我国高等教育的各个方面也受到冲击和挑战,并直接影响了当代大学生的世界观和人生价值取向。当代大学生在成长过程中会遇到各种困难和矛盾,将会产生各种困惑和问题,这些问题从根本上讲是世界观、人生观、价值观的形成与确立问题,核心是树立什么样的理想信念问题。大学生正处于世界观、人生观和价值观形成的关键时期,正在对理想信念问题进行着深入的思考。要坚持不懈地用马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想武装大学生头脑。同时,大学生要追求更高的目标,其中先进分子要树立共产主义的远大理想,确立马克思主义的坚定信念。广大大学生应树立理想,坚定信念,自觉把自己的人生追求同祖国的前途命运联系起来,树立为祖国繁荣富强贡献青春力量的远大志向,从小事做起,从一点一滴做起,时刻准备着担当历史重任,在为实现中华民族伟大复兴的奋斗中谱写壮美的青春