

中等职业学校德育用书

学生素养读本

主 编 王 容 董 欣

副主编 杨小琴 吴西林 杨 唯



河南大学出版社

中等职业学校德育用书

学生素养读本

主 编 王 容 董 欣
副主编 杨小琴 吴西林 杨 唯
参 编 向恩扬 解海粟
周 旭 邓 超
顾 问 杨 光 周 利

西南交通大学出版社

· 成 都 ·



数据加载失败，请稍后重试！

前 言

德育是学校素质教育的重要组成部分，贯穿于学校教育教学工作的全过程和学生日常生活的各个方面，渗透在智育、体育、美育和劳动教育中。学校德育的目的是全面提升学生的综合素养，综合素养的提升对青少年学生健康成长起着导向、动力和保证作用。职业教育培养的是具有高素质的专业技能人才，因此，在职业教育中必然要更加重视学生的职业道德和心理素质的养成训练。

职业教育的学生素养涵盖内容广泛，需要学校和学生双向融合。现有的教材普遍都存在着“涵盖面太广、知识体系过多、针对性不强”的问题。因此，基于职业学校德育工作的需要，基于学生发展的需要特别是新生入学教育的需要，我们共同编写了一本具有较强针对性的学生素养读本。

本书共分五章。第一章介绍了职业生涯规划的相关知识，旨在激发学生的工匠意识，做好职业规划，为实现制造强国而贡献力量，最大限度地实现人生价值。第二章阐述了在新的人生阶段，职业兴趣对学生选择专业的重要性，从而指导学生选准专业，确定职业方向，进而能自觉增进岗前意识，顺利进入职场。第三章从传统故事出发，重在提升个人修养，从道德角度分析了公民与国家和社会之间的关系、公民与公民之间的交往原则，最后落实到行动中，激励学生勤学修身、自立自强，实现人生价值。第四章从学生身边的安全隐患着手，结合真实案例，提升学生的安全意识和防范意识；通

过介绍我国的法律体系，普及相关的法律知识，增强学生的法律意识。第五章从心理学角度，阐述了新时期健康的含义，突出了心理健康，重在增强学生的生命意识，引起学生对身心健康的重视；最后介绍了一些调控情绪的方法，帮助学生养成积极向上的心态，去面对未来的人生。

编者与所在学院的德育教师通力合作，结合专业建设的需要，共同完成了本书的编写任务。各章执笔者：第一章，杨小琴；第二章，王容、向恩扬、杨唯；第三章，吴西林；第四章，董欣、解海粟；第五章，王容。最后由王容、董欣统稿。在此，谨向在本书中被提名或者未被提名的引文作者表示诚挚的谢意，同时感谢周旭、邓超等参编者，特别要感谢本次的编写顾问杨光、周利两位老师，感谢他们的热心帮助。

由于编者的理论水平和实践经验的局限，书中难免有疏漏之处，敬请各位读者批评指正。

编者

2019年9月

目 录

第一章 掌握职业知识 树立人生目标	001
第一节 职业的起源与发展	001
第二节 办好职业教育 打造制造强国	005
第三节 学好专业技能 树立工匠意识	006
第四节 做好职业规划 实现人生价值	013
第二章 坚定职业方向 培养岗前意识	024
第一节 选准专业 开启人生新篇章	024
第二节 培养岗前意识 走向精彩职场	038
第三章 规范个人行为 提升自我素质	055
第一节 爱国守法 提高思想境界	056
第二节 诚信友善 和谐人际关系	062
第三节 勤学自强 提升能力素质	066
第四章 培养安全意识 增强法律观念	072
第一节 培养安全意识 平安成长成才	072
第二节 增强法律观念 做守法好公民	092

第五章 注重身心健康 积极面对人生..... 103

第一节 重视身体健康 珍爱生命..... 104

第二节 积极乐观 培养健康心理..... 112

第三节 保持良好心态 拥有幸福人生..... 122

参考文献..... 124

第一章 掌握职业知识 树立人生目标

第一节 职业的起源与发展



我们的教育方针，应该使受教育者在德育、智育、体育几方面都得到发展，成为有社会主义觉悟的有文化的劳动者。

——毛泽东

一、职业的起源

职业对于每个人来说并不陌生。

职业是我们从事某项社会工作以获取主要生活来源的工作类别。比如农民、工人、医生、教师、警察、销售人员等。职业是社会分工的产物。人类经历了三次社会大分工（见图 1-1）。

人类在征服自然的过程中，长期的狩猎使人类认识到牛、马、羊、猪、鸡等动物可以驯养以取得乳、肉等生活资料；认识到某些植物可以靠人工种植以获取稳定的食物来源，于是产生了畜牧业和

农业；人类在生活中，需要衣物和日常生活用具，比如日常使用的陶具、铁器等，于是手工业也有所发展。可以说，在原始社会中已经形成了初步的畜牧业、农业和手工业，为后来职业的发展奠定了基础。直到奴隶社会初期，随着社会生产力的发展，人类为了满足生活需要，出现了商品交换，于是专门经营商品买卖的商人也应运而生，对社会进步产生重要影响的工业、商业等包含的职业也随之发展起来。

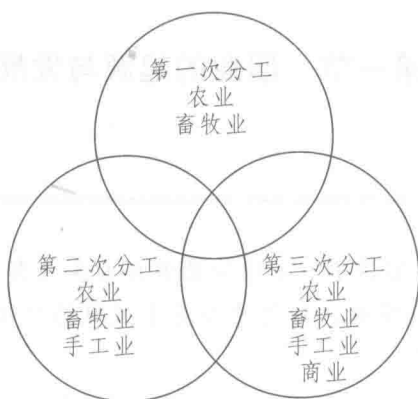


图 1-1 三次社会大分工

到了 18 世纪中叶，第一次工业革命以来，蒸汽机的应用使一些职业被机器所代替。例如纺织工消失，取而代之的是纺织机操作工；蒸汽机的应用推动了冶铁、采煤的发展；机械的发明又推动了重工业和交通运输业的发展。19 世纪，随着电的使用，发电机、电灯和电话等先后出现。第二次世界大战以后，随着第三次科技革命到来，电子计算机、自动化技术迅猛发展，开创了许多新兴的工业部门。随着新一代信息技术的发展，互联网、云计算、大数据、新能源、智能制造等行业的发展也推动了新的职业发展。

人类社会由最初的社会分工的产生，即农业与畜牧业的分离，商业与农业、畜牧业的分离逐渐产生了农民、牧民、商人等不同的

职业。随着科学技术的进步,社会生产力的发展,社会分工也越来越细,职业也越来越多。比如现在我们生活中出现了高科技研究员、电脑维修员、网络维护员、汽车维修员、数控编程师、机械制造师、电气自动化检测员等高科技相关人员。可以这样说,职业是劳动分工的具体体现,社会有多少分工就有多少职业。

二、职业的分类

职业分类以工作性质的同一性为基本原则,对社会职业进行系统的划分和归类。我国最早的职业分类典籍是《周礼·考工记》。根据记载,我国古代职业分为六种:王公、士大夫、百工、商旅、农夫和妇功。联合国于1958年颁发了《国际标准职业分类》,将职业分为9个大类,83个中类,284个小类,1506个细类。目前很多国家根据这一分类编制了符合自己国家国情的职业分类词典。中国也根据国情在不同阶段对职业分类进行了调整和补充(见表1-1)。

表 1-1 我国职业分类的变化

时间	文献	分类依据	分类	
1982	《职业分类标准》	从业人员本人所从事的工作性质同一性	大类	8
			中类	64
			小类	301
1984	《国民经济行业代码》	按企事业单位、机关、团体和个体从业人员所从事生产或其他经济社会活动的性质同一性	门类	8
			大类	92
			中类	368
			小类	864

续表

时间	文献	分类依据	分类	
1986	《中华人民共和国 国家标准职业分类 与代码》 (GB/T6565—1986)	以从业人员工作性质的 同一性	大类	8
			中类	63
			小类	303
1988	《职业岗位分类词典》	按各个职业的主要职责 或“从事的工作”进行分类	主类	23
			子类	81
			细类	498
1999	《中华人民共和国 职业分类大典》	从业人员工作性质的同 一性	大类	8
			中类	66
			小类	413
			细类	1 838
2015	《中华人民共和国 职业分类大典》	从业人员工作性质的同 一性	大类	8
			中类	75
			小类	434
			细类	1 481

从表 1-1 我们可以看出,职业分类是随着社会的变化而变化的,所有的分类必须适应社会的发展。作为从业人员,我们也应当不断学习和更新现有知识,以适应职业发展,适应社会发展。

2015 年的《中华人民共和国职业分类大典》将我国现有职业分为“党的机关、国家机关、群众群体和社会组织、企事业单位负责人”“专业技术人员”“办事人员和有关人员”“社会生产服务和生活服务人员”“农、林、牧、渔业生产人员及辅助人员”“生产制造及有关人员”“军人”“不便分类的其他从业人员”8 个大类,共计 1 481 个职业。

第二节 办好职业教育 打造制造强国



科学技术是生产力，而且是第一生产力。

——邓小平

一、制造强国离不开高技能人才

当代社会快速发展，科技进步日新月异，各国之间竞争日益激烈，对人才需求也日益增加。中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于进一步加强高技能人才工作的意见》（中办发〔2006〕15号）指出：“高技能人才是我国人才队伍的重要组成部分，是各行各业产业大军的优秀代表，是技术工人队伍的核心骨干。”但在实际工作当中，高技能人才的总量、结构和素质还不能适应经济社会发展的需要，特别是在制造、加工、建筑、能源、环保等传统产业和电子信息、航空航天等高新技术产业以及现代服务业领域，高技能人才严重短缺，已成为制约经济社会持续发展和阻碍产业升级的“瓶颈”。

2015年5月，国务院印发了《中国制造2025》，文件中指出：“制造业是国民经济的主体，是立国之本、兴国之器、强国之基。新中国成立尤其是改革开放以来，我国制造业持续快速发展，建成了门类齐全、独立完整的产业体系，有力推动工业化和现代化进程，显著增强综合国力，支撑世界大国地位。然而，与世界先进水平相比，我国制造业仍然大而不强，在自主创新能力、资源利用效率、产业结构水平、信息化程度、质量效益等方面差距明显。”

打造制造强国，离不开技能人才，尤其是作为“大国工匠”的高技能人才。国家为了培养高技能人才，先后出台了一系列政策，比如将“工匠精神”写入政府工作报告、建立企业首席技师制度、实施五年制高级工及预备技师培养制度，打造培养高技能人才摇篮的技师学院，完善技能人才培养的长效机制等。

二、职业教育是培养高技能人才的摇篮

2019年2月，为贯彻全国教育大会精神，进一步办好新时代职业教育，国务院印发了《国家职业教育改革实施方案》（国发〔2019〕4号）。方案中指出：“职业教育与普通教育是两种不同教育类型，具有同等重要地位。”随着我国进入新的发展阶段，产业升级和经济结构调整不断加快，各行各业对于技术技能人才的需求越来越紧迫，职业教育的重要地位和作用越来越凸显。要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，把职业教育摆在教育改革创新和经济社会发展中更加突出的位置。提高技术技能人才待遇水平，加强职业教育建设。

第三节 学好专业技能 树立工匠意识



要做就做到最好，要练就练出绝活

——韩利萍

作为一名职校生，我们应该看清当前国家对于高技能人才的需求、对于职业教育的重视，我们应该把握好机遇，努力学好专业技能和科学文化知识，时刻准备为国家、为社会做出贡献。

2016年3月，李克强总理在十二届全国人大四次会议上所做的《政府工作报告》中提出：“鼓励企业开展个性化定制、柔性化生产，

培育精益求精的工匠精神。”2019年，国务院办公厅印发的《职业技能提升行动方案（2019—2021年）》中明确指出：“加强职业技能、通用职业素质和求职能力等综合性培训，将职业道德、职业规范、工匠精神、质量意识、法律意识和相关法律法规、安全环保和健康卫生、就业指导等内容贯穿职业技能培训全过程。”在职业技能提升行动方案中明确指出了工匠精神在职能培训的重要性。

工匠精神是应时代需要而产生的，工匠精神是专业技术人员展现出的敬业专注、精益求精、持续创新的工作态度。树立工匠意识是每一个职校生学好专业知识的保障，是就业前必须补的“钙”，是实现个人成长、国家高质量发展不可或缺的力量。

那究竟什么是工匠精神？我国工匠精神源远流长，有着优秀的文化历史。无数杰出的工匠为我们留下了丰富的物质遗产，形成了我国特有的工匠文化。他们求真务实、严谨细致、执着专注、开拓创新，制造出了一件件精美的器物。下面就是一则当代大国工匠的故事。

大国工匠——韩利萍

韩利萍，从普通铣工、数控菜鸟到运载火箭技术研究院首席技能专家，她的成长和成功源于她对航天事业的热爱，她脚踏实地的责任感和一丝不苟的科研精神。中国的“航天梦”让她坚定信念和理想，攻克了一次次的技术难关，实现了一次次的工艺创新。



图 1-2 “随着难题一个一个被攻克，工作给我带来了乐趣和成就感。”

从无处下手到行家里手

韩利萍说：要做就做到最好

韩利萍出生于一个“航天”家庭，在清华装备公司的家属院长大。“从小听到的就是和航天有关的故事。大人们白天热火朝天忙生产，晚上不辞辛苦捡砖头盖厂房。为了给生产发射平台的工友们吃得好点，大家好几天吃粗粮，省下钱来兑换一顿肉。”韩利萍说，那时候条件虽然艰苦，但是父辈们有一种信念——自力更生、艰苦奋斗，创建起完整坚实的中国航天工业。1991年，韩利萍高中毕业后进入清华装备公司，当上铣工，成了一名真正的航天人。

“想要掌握铣削这项技能，加工出合格的航天产品，需要日积月累，不断下苦功夫。”韩利萍的师傅张建国是一名老劳模，他在韩利萍上班的第一天就给她敲响了警钟。

“小韩，你跟我学习有一段时间了，相信你一定能完成任务。”一次，师傅让韩利萍加工两份角钢工件。带着师傅的期许，韩利萍自信满满地站在机床前。因为没弄明白两份不同工件图纸上标注的实线与虚线的区别，导致工件全部报废。看着师傅失望的眼神、听着检验员责备的话语，韩利萍心中满是愧疚，“太丢人了，这件事过去好多年了，现在说起来都很难受”。



图 1-3 “学知识，赶上去，怎么也不能让这几张图纸把我难倒。”

由于进厂前没经过专业、系统的职业技能学习，最初工作的日子里，如何能看懂图纸成为韩利萍面临的难题。从此，韩利萍只要有空就待在家里研究《机械制图》《金属材料与热处理》《公差与配合》等专业书籍，遇到不懂的就追着师傅和工友问。

一天，她在家做饭，突然想到用土豆、萝卜切出零件模型，这样就可以很直观地帮助自己理解图纸了。于是，韩利萍与土豆有了不解之缘，她家的餐桌上也多出了一道道不明形状的“菜”。就是靠着这样的苦练和“毫厘不差”的执着，韩利萍慢慢地成长起来。

1999年，工厂数控加工刚刚起步，韩利萍作为首批数控操作工，开始了边学、边干、边摸索的数控加工之路。白天抱着机床操作说明书勤学苦练，夜晚自学数控专业理论知识，从初次尝试到熟练操作，韩利萍用了三个月时间。之后几年，韩利萍积极参加各种数控技术培训，数控加工技术的“神秘面纱”被她一层层揭开。她逐渐成长为精通工艺、编程和操作的复合型高技能人才，成为数控加工领域的行家里手。

从细微入手到大事有成

韩利萍说：要练就练出绝活

对于韩利萍来说，2005年是难忘的。当时，韩利萍正为攻克一项技术难关冥思苦想，她的女儿发水痘了，满身满脸都是小泡泡，高烧不退，白天晚上离不开人。那时班组的年轻人还缺乏经验，韩利萍一个人要承担多项工作。

韩利萍说：“一直以来，母亲都是我最坚强的后盾，帮我分担了很多。那时家里还有长年卧病在床需要人照顾的父亲，母亲的劳累可想而知。可瘦弱却坚强的母亲总说一句话：‘单位的事重要，家里有我呢。’”

有了家人的支持，韩利萍全身心投入到“单位的事”中，经过坚持不懈的努力，她攻克了技术难关，更为类似零件的加工提供了宝贵的经验。

人的一生中，所有走过的路都不会白走，付出终有回报。凭着过硬的技能，韩利萍在2006年第二届全国数控技能大赛中，夺得山西赛区数控铣工第二名，在2007年中国航天科技集团公司第四届职业技能竞赛中，夺得了数控铣工第一名。

2016年6月25日，我国新一代运载火箭长征七号首飞成功。听到直播画面中传来“发射成功”的声音，韩利萍和她的同事们都欢呼起来，“以前觉得自己只是一名工人，那一刻，觉得自己是和整个国家联系在一起的”。因为在长征七号火箭发射平台的4万个零件中，有一个关键控制零件是他们加工的。

“那段时间走路在琢磨、睡觉在琢磨，甚至吃饭时突然想到新点子，撂下碗筷就跑回单位做试验。”经过几十次的方案选择、上百次的切削试验、大量切削数据的筛选，反复进行验证，韩利萍终于确定了新的工艺方案，实现了对整个工艺过程的精准掌控，确保了零件加工一次成功。



图 1-4 工作中的韩利萍