

全国政协委员、中国科学院院士武向平：

鼓励孩子们做最好的自己

本报记者 张惠娟

在21世纪中叶把我国建成世界科技强国的战略目标。

鼓励青少年：不要迷信榜样的力量，做最好的自己

“我们要教育和引导孩子们，成功不可复制。要做最好的自己。即使今天把爱因斯坦复活，请到我们校园里作一次报告，学生们听后也不会再成为爱因斯坦；同样，听了比尔·盖茨成功之路的秘诀演说，同学们也不会成为比尔·盖茨。”武向平说：“我们树立榜样并不是让孩子们重复别人的道路，当然我们也没有必要让孩子们重复过去的老路。”

“时代发生了变化，我们要鼓励孩子们在新的更高的平台上发展和成长，学习榜样而又不迷信榜样的力量，要鼓励同学们做最好的自己！”武向平强调。

科学教育是一种养成教育

在武向平看来，科学教育不是简单的“科学+教育”，也不是科学的教育方法，更不是一门简单的综合性课程。“起源于西方的科学教育原本试图构建科学、技术、社会融为一体的教育模式，传播科学知识、教授科学方法、培养科学思维、理解科学精神。”武向平认为科学教育本身是一种养成性教育。“例如我们让学生学数学，并不是一定让他将来成为数学家，我们让学生学语文并不一定



近日，由上海科技馆和同济大学联合打造的“深海园林”展在上海自然博物馆开幕，共有数十件来自深海的珍稀标本与观众见面。图为家长带孩子参观深潜器。 新华社发

是培养这个学生未来去当作家。”在武向平看来，这些基础课程的学习和领会是一种养成性教育。同理，科学教育的目的是让孩子们

像科学家一样去思维，掌握科学的方式和方法，以便适应这个飞速发展的时代，成长对社会有用的栋梁之材。

我国慕课注册用户超过3.7亿人

本报讯(记者 张惠娟)记者日前从12月8—9日召开的“2022世界慕课与在线教育大会”上了解到，慕课发展十年来，我国在线教育日新月异，慕课数量已经达到6.19万门，注册用户超过3.7亿人。十年间，慕课数量增加了上万倍，注册用户增加了上百万倍。

教育部有关负责人指出，以慕课为牵引，我国正在推动高校持续深化教育教学改革，在全国高校掀起了一场学习革命，正在改变教师的教、学生的学、学校的管和教育的形态。目前教育部正在实施“慕课西部行”计划，积极扩大优质资源开放共享，促进更有质量的公平。特别是2022年教育部启动实施了教育数字化战略行动，利用丰富的慕课资源，建设上线了全球最大的国家高等教育智慧教育平台。平台与教学支持服务平台联合提供课程全过程服务，上线以来，访问总量达292亿次，选课学习接近5亿人次，已经成为中国高等教育提高质量、推进公平、改进方法、变革模式、深化合作的关键抓手。教育部还提出了四点中国倡议：一是加快资源开放共享，推进教育公平，二是深化技术应用，重塑高等教育形态，三是完善标准规范，推动在线教育创新健康发展，四是扩大开放合作，构建全球教育共同体。

据悉，该次会议由世界慕课与在线教育联盟和联合国教科文组织教育信息技术研究所联合主办。大会以“教育数字化引领未来”为主题，同步举行了“数字革命与大学教学变革”“智慧教育赋能多样化综合学习体系”“高等教育数字化转型与教师数字素养提升”“打造更具包容性的数字学习平台”等分论坛。

南开大学中国式现代化发展研究院成立

本报讯(记者 张原 李宇馨)为深入学习贯彻党的二十大精神，发挥南开哲学社会科学学科人才综合优势，助力中国自主知识体系建构，打造南开特色高端智库体系，日前，南开大学中国式现代化发展研究院成立大会暨高端论坛举行。

据了解，该研究院的成立，是南开大学贯彻落实党的二十大精神，对接服务中国式现代化重大战略需求的重要举措。研究院以实体研究机构为定位，以建成国家高端智库为目标，承担全校智库统筹管理的职能，紧密围绕中国式现代化的中国特色和本质要求以及推进中国式现代化发展进程中的关键领域和重大问题开展理论与实践研究。

该研究院成立后，将建立智库网络构建机制、首席专家负责制、开放合作共享机制、成果产出推广机制，聚焦“马克思主义中国化时代化”“高质量发展与数字化转型”“‘双循环’新发展格局与重大生产力布局”“中国式金融现代化”“国家安全治理现代化”“社会治理与共同富裕”“全球治理与人类文明新形态”等重点方向进行平台建设、队伍建设和创新研究，旨在通过整合校内外优质资源，产出服务国家重大战略的标志性、重量级咨政建言成果，为建构哲学社会科学自主知识体系、全面建设社会主义现代化国家作出贡献。

心怀“国之大者” 办好人民满意的职业教育 ——青岛市政协委员崔西展推动党的二十大精神进校园

本报记者 陈小艳 通讯员 陈笑蔚

“党的二十大报告指出，要统筹职业教育、高等教育、继续教育协同创新，推进职普融通、产教融合、科教融汇，优化职业教育类型定位。这对职业教育发展提出了新部署、新要求。”青岛市政协委员、青岛电子学校校长崔西展把学习宣传党的二十大精神作为当前和今后一个时期首要政治任务，在青岛电子学校兴起学习宣传贯彻党的二十大精神的热潮。他结合党的二十大精神总结梳理了“职教三问”，“办什么样的职业教育？办什么样的职业学校？培养什么样的职业学校？”

办什么样的职业教育？“新时代，我们要增强职业教育适应性，加快构建现代职业教育体系，培养更多高素质技术技能人才、能工巧匠、大国工匠。”崔西展表示，面向未来，职业教育将全方位融入经济社会发展大局，主动对接国家发展战略，为全面建设社会主义现代化国家、实现中华民族伟大复兴的中国梦提供有力人才和技能支撑。

办什么样的职业学校？作为一校之长，崔西展秉持“成就一个学生，幸福一个家庭，奉献整个社会”的办学理念，坚持以立德树人作为根本，以提高质量为核心，以产教融合为路径，搭建平台，拓宽渠道，构建起多专业、多层次的职业教育体系，服务地方经济，蹚出了一条职业教育与区域经济和谐互动的成功之路。

“党的二十大报告再次明确了职业教育的重要地位和产教融合这一职业教育办学模式的重要作用。报告中提到要‘办好人民满意的教育，统筹职业教育、高等教育、继续教育协同创新，推进职普融通、产教融合、科教融汇，优化职业教育类型定位’，为职业教育发展绘就了美好蓝图，我们自当努力让这一美好的愿景落地，提升质量，使学有优教，加快推进学校事业内涵式高质量发展的具体行动和实际成效，踔厉奋进，勇毅前行。”崔西展表示。

每个人都是自己健康的第一责任人。一个人对自己的健康负责，就是对家庭负责对社会负责。让孩子在习惯形成的关键时期，养成健康的生活方式、科学的饮食习惯和运动锻炼的意识，从而养成一生受益的健康素养极端重要。

中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》及国家卫生健康委负责制定的健康中国行动计划(2019—2030)，对促进青少年健康行动提出明确目标和具体要求，提出要把健康教育纳入国民教育体系，把健康教育作为所有教育阶段素质教育的重要内容，这为儿童健康成长和学校健康工作提供新的发展机遇。

本期特别邀约相关学者，从不同角度关注健康促进教育，以飨读者。

——编者

“有一种饿是妈妈觉得我饿”

——健康教育从重视青少年膳食营养开始

刘爱玲

食物与营养是人类生存的基本条件，也是反映一个国家经济水平和人民生活质量的重要指标。做好健康教育工作，是新阶段提升人民幸福感的内在要求，是构建“十四五”时期卫生健康新发展格局的重要内容，是全社会共同关注的面向未来的大事。

在全民营养膳食中，儿童成长的营养健康很重要。国务院发布的《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》显示，中国居民超重肥胖的形势严峻，成年居民超重率和肥胖率分别为34.3%和16.4%；6至17岁儿童青少年超重率和肥胖率分别为11.1%和7.9%；6岁以下儿童超重率和肥胖率分别为6.8%和3.6%。

如果不考虑遗传因素的影响，肥胖的产生与不科学的膳食直接相关。第一，家庭的过度喂养。在物质充足的今天，家长们高度重视孩子是否“吃饱”，“有一种饿是妈妈觉得我饿”。家长以自己的感觉决定孩子的饥饿，导致幼儿食物摄入量过多，加之食物的高脂高能量，幼儿难以消化，不仅损害孩子的肠胃，也由此埋下了肥胖的种

子。第二，饮食搭配不科学。饮食中荤素搭配失衡。荤是指动物性食物，素是指植物性食物，荤素都是机体发展所需，荤多素少不仅造成机体必要的维生素的缺乏还会导致脂肪堆积，产生肥胖。此外，吃快餐、吃零食等导致个体摄入过量的盐、油也是导致肥胖的重要因素。第三，缺乏运动。运动是促进消化，消耗能量的有效方式。缺少运动会造成体内能量过剩，从而造成脂肪沉积。第四，不科学的健康观念的影响。在现代社会中，仍有部分家长持有超越健康的观念。不仅不预防肥胖的发生，反而想尽办法让孩子胖起来。

肥胖对青少年成长的影响是长远的。它不仅直接影响青少年的心理、行动和智力发展，而且由于肥胖导致的糖尿病、高血压等慢性病会延续至成年期，影响成年期的心血管系统、内分泌系统、呼吸系统和肝脏、运动骨骼、心理行为及认知智力等。

合理科学的营养膳食是个体身心健康发展的基本保障。养成健康的饮食习惯是影响青少年终生发展的大事。

家庭是青少年儿童成长的第一场所，家

长的健康观念、饮食习惯是孩子的饮食健康的首要影响因素。首先，家长要持有科学的健康观念，正确认识肥胖与健康的关系，依据孩子的年龄、身体发展特点为孩子提供饮食，帮助孩子形成科学的饮食习惯。其次，科学合理膳食。坚持荤素搭配、粗细搭配、主副搭配。多吃蔬果、奶类、全谷、大豆食品，适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉，既保证膳食中所含营养素的种类齐全、数量充足又要保持营养素之间的数量平衡。另外，要坚持健康的烹饪方法。在食物加工中，多使用蒸、煮、少煎炸。蒸煮既能保持食物中最多的营养又避免了摄入量过多。坚持规律的饮食，一日三餐定时定量，减少零食饮料的食用。第三，坚持运动。《中国居民膳食指南2022》中明确提出了吃动平衡的原则。其中提出，各年龄段人群都应天天进行身体活动，保持健康体重。户外运动不仅保证了青少年合理的体重，而且有利于保护视力、缓解压力。

近年来，由于种种原因，学校开始向学生提供餐饮服务。学校成为保证青少年健康饮食的重要角色。2021年财政部、教育部联合

将健康教育融入学生日常学习生活中

杨玉春

新冠肺炎疫情发生以来，大家对健康教育越来越重视。尤其是2022年各地发生的校园疫情，引起各级政府和万千家庭的高度关注，校园防疫抗疫的实践证明，健康教育对传染病防控发挥了重要作用。但总体观之，我国健康教育还刚刚开始，尚需要各方面关注强化。

儿童青少年健康关系到国家的未来和民族的希望，关注儿童青少年健康成长，降低健康风险，是实施健康中国战略的重要内容，也是提高我国人口素质的强国之策。儿童青少年处于身体发育期，是全生命周期健康打基础的关键阶段。但因为儿童由于免疫力低，体质弱等问题，成为传染病的易发易感人群，如果错过预防和治疗的黄金期，会对其后续各阶段的生命健康造成危害。因此，我们有必要加强对学生健康问题的关注，在疫情尚未得到有效控制期间，帮助和引导青少年认清自身生理、心理特点，增强健康意识，习得科学预防传染性疾病的科学常识，培养自身的健康管理能力，为终身健康打下基础。

2021年底，中国疾控中心发布的艾滋病研究数据显示，2010—2019年期间，中国大陆范围内15—24岁年龄段艾滋病确诊病例有141557例，学生确诊艾

滋病的比例从8.5%（2010）上升至21.7%（2019）。2022年《国务院关于儿童健康促进工作情况的报告》指出，2021年0至18岁儿童法定传染病报告发病率为928.16/10万，与2012年相比，虽然儿童传染病得到了有效控制，但流行性腮腺炎、肺结核、病毒性肝炎、艾滋病和痢疾等传染病在学生群体中依然保持较高的比例。这些数据显示，在家庭、学校等少年儿童常态生存与发展的场所，健康教育的推广和普及依然是呵护健康的最重要手段。

传染病是由各种病原体引起的，且具有流行性、季节性、区域性和传染性等特点，其传播速度快、传播范围广、社会危害影响大，若不及时干预会给患者和家庭带来沉重的经济负担和心理压力，甚至会给整个人类生存发展带来巨大的威胁。学校是学生聚集的场所，人群密度大，接触频率高，在防控不力的情况下，容易导致传染病暴发和突发公共卫生事件。有研究表明，中国70%以上的突发公共卫生事件发生在学校。学校传染病的流行或暴发，不仅影响教学秩序，而且严重损害青少年的身心健康，对其生活和学习产生负面影响。因此，预防传染病对学生健康成长具有重要意义，在学校中开展健康教育，面向学生普及健康知识，引导学生

形成健康信念，通过实施健康教育有效降低学生被感染概率，是预防控制传染病传播最有效的措施。

健康教育是一种科学、有效的教育活动，学校可以从不同角度开展健康教育工作：

在教育理念上，加大健康教育宣传。大部分学生对传染病的认知不足，谈“病”色变。一方面，学生更加关注文化基础知识的学习，普遍缺少学习健康教育课程的主动性和积极性。另一方面，大部分学校没有完整、系统的健康教育课程，导致学生健康教育知识匮乏。因此，健康信息的传播是重要内容，指导学生如何预防和控制传染病是最基本的知识教育。在实施健康教育的过程中，加强健康教育工作的力度，增强传染病的知识讲座，把传染病的复杂理论知识同实际案例结合起来，深入讲解和宣传传染病易发人群、传播途径、传染源、预防方法等相关内容，让学生充分掌握防治手段，提高学生自我预防能力。

在教育方式上，丰富健康教育途径。学校在进行传染病预防控制健康教育时，可综合学校条件、学生成长特点等，采用口头教育、文字教育、图片教育、网络教育以及综合教育等方式，还可以采取互动式教学激发学习热情。构建相关学科教学与教育活动相

结合，课堂教育与课外实践相结合，经常性宣传教育与集中式宣传教育相结合的健康教育模式，从而提高传染病的最佳预防效果，扩大健康教育的覆盖范围，实现健康教育的价值最大化。同时，还可以培养健康教育师资队伍，将健康教育纳入中小学教师职前教育和职后培训内容。

在教育管理上，完善疾病防控机制。学校要建立定期监测、及时防控的预警机制，形成院—学校—家长—学生四位一体的管理体系，遵循早发现、早诊断、早隔离、早治疗和早上报的管理原则，配合医院制定有效的传染病管理规范，坚决落实任务到岗、责任到人的管理制度。例如，重点加强入学体检、入学健康教育工作；配备专业卫生人员，加强日常症状和缺课监测。此外，开展传染病预防控制的过程中，必须加强对学生的管理，在日常生活行为上加以引导，帮助学生改正不良的饮食习惯、运动习惯和睡眠习惯，增强免疫力。

总之，我们要持续推进多领域的健康教育，将健康教育渗透到学校教育教学中，将健康教育贯彻到学生的每个成长过程中，将健康教育融入学生的日常学习和生活中。在社会层面大力开展传染病防治相关健康科普和教育活动，比如通过组织开展健康知识普及及行动，举办新时代健康科普作品征集大赛、开展“健康知识进万家”试点等，让专业疫情防控知识转化为普通百姓能掌握的健康能力和理念。

(作者系北京师范大学中国教育政策研究院专职研究员、教育学部副教授)