

<<中职生安全教育读本>>

图书基本信息

书名：<<中职生安全教育读本>>

13位ISBN编号：9787564022846

10位ISBN编号：7564022841

出版时间：2009-6

出版时间：北京理工大学出版社

作者：陈露晓 编

页数：157

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

前言

社会的高速发展离不开高素质人才，只有具备良好职业技能和职业素养的劳动者才是社会所需要的。

职业教育院校和广大教育前沿的工作者都朝着这个目标培养学生，使学生不仅能够掌握和运用扎实的知识和本领，而且养成珍爱生命和遵守安全生产要求的职业操守，从而全方位综合发展，成为具有竞争实力的高素质技能人才。

温家宝总理在2005年召开的全国职教工作会议上强调，我国制造业面临的主要问题“是产业结构不合理，技术创新能加强，产品以低端为主，附加值低，资源消耗大，而且安全生产事故也多。

”这正表明现在亟需一支高技能、专业化，安全生产意识强的劳动大军。

本书正是为了这一目的而写，并根据国务院颁布的关于安全生产的法案和全国职教工作会议精神，从中等职业学校培养目标和中等职业学校实际出发，以就业为导向，结合中职生特点和需要编写而成。

全书共分为七章，分别从校园内、外的安全防范，中职生上网安全防范学生心理问题指导教育、国家安全保障和实际训练操作中的安全防范内容出发，深入剖析了学生在日常生活、学习和今后工作岗位上可能出现的安全危机，并详细阐明了预防和应对措施，本书文字浅显易懂，可读性、实操性强，还穿插知识库、小锦囊、案例搜索与知识模块，增强趣味性，从而加深学生对知识的理解和记忆。

本书配合现行德育必修的课程内容，注重实操安全教育和道德规范教育两个方面，可以作为中职生和广大社会教育工作者学习和研究的教材。

<<中职生安全教育读本>>

内容概要

心理健康教育是中等职业学校学生选修的一门德育课程。

本书的编写依照教育部最新大纲，课程以邓小平理论、“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，坚持心理和谐的教育理念，对学生进行心理健康的基本知识、方法和意识的教育，将有助于提高全体学生的心理素质，帮助学生正确认识和处理成长、学习、生活和求职就业中遇到的心理问题，促进其身心全面和谐发展。

总之，帮助学生了解心理健康的基本知识，树立心理健康意识，掌握心理调适的方法是本书的根本目的。

指导学生正确处理各种人际关系，学会合作与竞争，培养职业兴趣，提高应对挫折、求职就业、适应社会的能力是本书的目标。

帮助学生正确认识自我，学会有效学习，确立符合自身发展的积极生活目标，培养责任感、义务感和创新精神，养成自信、自律、敬业、乐群的心理品质，提高全体学生的心理健康水平和职业心理素质，则是本书所期待的成效。

希望本书能对成长中的中职朋友有所助益，成为你们人生中一段难忘的回忆。

书籍目录

第一章 心理健康基本知识 第一节 心理健康的概念和标准 第二节 中职生生理与心理发展特点
第三节 中职生自我心理调适方法第二章 悦纳自我, 健康成长 第一节 成长中的我 第二节
直面困难和挫折 第三节 青春期的话题 第四节 情绪的调适第三章 和谐关系, 快乐生活 第
一节 同伴交往助成长 第二节 建立良好师生关系 第三节 抵制校园暴力, 拒绝不良诱惑 第
四节 珍惜亲情, 学会感恩第四章 学会有效学习 第一节 增强学习兴趣和信心 第二节 学习方
法和学习能力 第三节 积极应对学习压力 第四节 终身学习和实践学习第五章 提升职业心理素
质 第一节 认识职业 第二节 职业角色 第三节 职业压力 第四节 职业倦怠 第五节 职业
适应 第六节 创业与创新

章节摘录

第一章 心理健康基本知识 教学目标 使学生了解心理健康的概念和标准，理解中职生心理健康蕴含的成长意义。

树立心理健康意识，掌握一定的心理调适方法，促进学生形成良好的个性心理品质。

教学要求 认知：了解心理健康的概念，理解心理健康的标准。

情感态度观念：关注自己生理和心理发展特点，追求身心的全面协调发展。

运用：能主动进行心理调适，做积极、乐观、勇于面对现实的人。

第一节 心理健康的概念和标准 一、了解心理健康 对于心理健康，历来有许多看法从不同的侧面来描述怎样才是心理健康。

我们的看法是，心理健康是建立在生理健康基础上的，二者不能截然分开，应将心理健康纳入到总体健康的定义中去。

（一）健康的含义 较确切的健康概念，是1948年世界卫生组织（WHO）在其宪章中所提出的：“健康是指保持生理、心理及社会适应三个方面的完美状态，而不仅仅是指没有生病或者体质健壮。

” 此定义认为人的健康是人的生理、心理健康和对社会良好适应的综合，充分反映了健康的生物学和社会学特征，成为了最具权威、最有影响的、现代世界各国都积极推崇的健康定义。

当然，也有一些人对此提出异议，认为世界卫生组织所倡导的“健康”是人生的完美状态，对每个人来说是可望而不可及的。

对此，我们应有客观的理解，应该说，世界卫生组织所提倡的健康概念，揭示了健康概念的精髓，也就是说，健康应是人的身体、心理健康和对社会环境良好适应的总和。

<<中职生安全教育读本>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>