《健康教育学》课程教学大纲

**一、课程基本信息**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **英文名称** | Health Education | **课程代码** | HUMK0001 |
| **课程性质** | 大类基础课程 | **授课对象** | 体教、康复、运训、民体 |
| **学 分** | 2 | **学 时** | 36 |
| **主讲教师** | 高凤明 | **修订日期** | 2021.4.18 |
| **指定教材** | 傅华主编，《健康教育学》，人民卫生出版社，2017年7月 | | |

**二、课程目标**

（一）**总体目标：**

能在工作岗位践行社会主义核心价值观，具备我国现阶段社会主义政治认同、思想认同和情感认同，具有高度的社会责任感和敬业精神。系统掌握健康教育的基本理论和基本方法，具备较强的理论水平。

（二）课程目标：

课程目标1：通过本课程的学习使学生能较全面系统地掌握健康教育的基本理论和方法，并能运用该课程的相关理论和方法进行健康教育的计划设计、实施和效果评价等，为今后能胜任体育教育、运动康复、运动促进健康的教学和的实践工作打下基础，从而达到改善、维护、促进个体和社会健康的目的。

课程目标2：通过本课程的学习让学生在本科阶段能把健康教育学的基本理论深深融入到其逐渐形成的大健康思维方式中，深化对基本理论的认识，树立理论联系实践、理论创新和科学探索的意识，了解健康教育学的国内外发展动态与学术前沿。

（三）课程目标与毕业要求、课程内容的对应关系

**表1：课程目标与课程内容、毕业要求的对应关系表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **课程目标** | **课程子目标** | **对应课程内容** | **对应毕业要求** |
| 课程目标1 | 1.1 | 健康教育、健康促进的内涵、影响健康的因素 | 基本素质、专业素质 |
| 1.2 | 计划设计的基本程序、人际传播、大众传播、影响健康传播效果的因素及对策、 | 专业类知识、社会服务能力 |
| 课程目标2 | 2.1 | 健康相关行为改变的理论、健康教育教学活动的教学方法 | 获取与应用知识的能力 |
| 2.2 | 学校健康教育的实施内容、学校心理健康教育的主要内容 | 创新创业能力 |

**三、教学内容**

第一章 绪论

1.教学目标

掌握健康教育、健康促进的涵义及社会作用。

2.教学重难点

健康教育、健康促进的内涵。

3.教学内容

第一章 绪论

第一节 健康教育与健康促进

一、健康的涵义

三维健康观（身体、心理、社会）、道德健康、健康标准

二、健康教育的涵义

信息传播、行为干预

三、健康促进的涵义

环境支持、综合体、健康促进策略

第二节 健康教育与健康促进的发展

一、中国健康教育与健康促进的发展

建国前、50-60年代、1978年后、90年代以来

二、国外健康教育与健康促进的发展

美国、加拿大、芬兰、瑞典、德国、西太区

第三节 健康教育与健康促进的社会作用和任务

一、社会作用

初级卫生保健、高效益、自我保健意识

二、任务

转变观念、创造健康环境、社区卫生服务、健康实践

第四节 健康教育与健康促进的相关学科

一、预防医学

二、社会医学

三、行为科学

四、教育学

五、传播学

六、心理学

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法

5.教学评价

教学目标明确，关注他们在学习过程中的思维、情感、态度等因素的和谐发展。

第二章 影响健康的因素

1.教学目标

掌握影响健康的主要因素。

2.教学重难点

行为与生活方式因素。

3.教学内容

第一节 行为与生活方式因素

一、概念

不良行为和生活方式、吸烟、酗酒、久坐不锻炼等

二、特点

潜袭性、累积性、广泛影响性

三、主要表现类型

吸烟、酗酒、不良饮食习惯、不合理膳食结构、缺乏运动

第二节 环境因素

一、自然环境

生态、气候、气温、噪声、微小气候、污染物

二、社会环境

社会制度、社会经济、人口、文化教育

第三节 人类生物学因素

一、病原微生物

致病菌、病毒、寄生虫、真菌

二、遗传与非遗传性人体内在缺陷

基因缺陷、近亲结婚

第四节 卫生服务制度因素

一、卫生保健服务设施

医疗设备、卫生人力资源、技术

二、卫生服务利用

卫生服务需求、卫生服务供给

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法、以问题为中心教学

5.教学评价

教学目标明确，及时了解学生对知识点掌握的情况。

第三章 健康教育与健康促进的计划设计

1.教学目标

掌握健康教育计划设计的基本程序（步骤）。

2.教学重难点

健康教育计划设计的模式、基本程序。

3.教学内容

第一节 计划设计概述

一、计划设计的意义

科学管理、行动指南、协调纲领、评价标尺

二、计划设计的原则

目标、整体、前瞻、弹性、从实际出发、参与

第二节 计划设计的基本程序（步骤）

一、社会诊断

生活质量及评估

二、流行病诊断

疾病与健康、危险因素、分布、强度

三、行为诊断

行为因素、非行为因素、重要行为、不重要行为、高可变行为、低可变行为

四、环境诊断

物理环境、政治环境、社会环境、经济环境

五、教育诊断

倾向因素、促成因素、强化因素

六、管理与政策诊断

组织评估、组织间分析、组织内分析、政策状况

第三节 确定优先项目

一、以严重程度排序

病死率、受累人群、危险因素分布、行为与疾病

二、以可干预性排序

可以测量、控制、干预措施易接受

第四节 明确计划目标

一、总目标（计划的目的）

二、具体目标（计划的目标）

SMART 4W 2H

第五节 制定教育策略

一、确定目标人群

一级、二级、三级

二、制定干预策略

健康教育策略、社会策略、环境策略

三、确定干预场所

教育机构、卫生机构、工作场所

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法、以问题为中心的教学

5.教学评价

关注学生在学习过程中的思维、情感、态度等因素的和谐发展，及时掌握学生对知识点的掌握情况。

第四章 健康信息传播

1.教学目标

掌握人际传播、大众传播、影响健康传播的因素。

2.教学重难点

人际传播、影响健康传播的因素

3.教学内容

第一节 传播概述

一、基本概念

传播、健康传播

二、基本特性与社会功能

基本特性：社会性、普遍性、符号性、互动性、共享性；社会功能；探测、协调、教导、娱乐

三、传播学模式与传播关系

传播学模式：拉斯韦尔五因素、施拉姆双向传播、受传者感知；传播关系：共同经验域、契约关系、反馈

第二节 人际传播

一、概念

人际交流：动作、手势、表情、信号

二、特点

不需自然媒介、反馈及时、信息量少、易走样

三、人际传播的应用

个别劝导、小组讨论、讲座、咨询、培训

四、人际传播技巧

说话技巧、非语言传播技巧、观察技巧倾听技巧、提问技巧举证技巧、示范技巧、反馈技巧

第三节 大众传播

一、概念

广播、电影、报纸、期刊、书籍等大众媒介、特定传播技术手段、范围广

二、特点

一般特点：公开、单向、距离远；共同特点：间接、覆盖面广、时效性、媒介组合

三、传播媒介的选择原则

保证效果、针对性、速度快、可及性、经济性

四、常见障碍

信息、语意学、符号、心理障碍

第四节 影响健康传播效果的因素及对策

一、传播效果

知晓健康信息、认同健康信念、转变态度、采纳行为和生活方式

二、影响健康传播效果的因素及对策

传播者方面、健康信息方面、媒介渠道方面、环境方面

第四节 有效传播项目的策划

一、社会市场学基本理论

4P理论、6P理论、7P理论、4C理论

二、健康传播项目策划程序

危险因素、目标人群、行为规范、态度转变、信息、传播渠道、媒介、干预

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法

5.教学评价

教学目标明确，认真点评学生的读书报告和信息交流。

第五章 健康相关行为

1.教学目标

掌握促进健康行为、危害健康行为、行为改变的理论。

2.教学重难点

行为改变的理论、危害健康行为的干预

3.教学内容

第一节 人类行为概述

一、行为的概念与分类

刺激、有机体、行为反应，本能行为、社会行为

二、行为的发展与适应

发展阶段、动态平衡

三、行为形成和发展的因素

遗传、环境、学习因素

第二节 健康相关行为

一、促进健康行为

基本健康行为、戒除不良嗜好、避开环境危害、合理利用卫生服务

二、危害健康行为

基本概念、特点、分类（疾病性行为、致病性行为模式、不健康生活方式、致意外行为、自杀行为）

第三节 健康相关行为改变的理论

一、认知理论（KAP）

知信行理论：知识、信念、行为

二、健康信念模式（HBM）

感知疾病威胁、感知健康行为的益处和障碍、自我效能、社会人口因素、提示因素

三、理性行动理论和计划行为理论

对行为的态度、主观行为准则

四、阶段变化理论

变化阶段、变化过程、决策平衡、自我效能、变化的螺旋模式

第四节 健康相关行为的干预与矫正

一、行为转变成功的理论

认知、知识、动机、技能和管理技术、社会支持、评估与监测

二、群体行为干预

争取领导、目标人群行为、创造支持环境

三、个体行为干预

矫正对象、矫正环境、矫正过程

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法

5.教学评价

教学目标明确，关注他们在学习过程中的思维、情感、态度等因素的和谐发展。

第六章 学校健康促进

1.教学目标

掌握学校健康促进的内涵、原则及实施内容。

2.教学重难点

学校健康促进教学原则、内容。

3.教学内容

第一节 学校健康促进的涵义和特征

一、学校健康促进的涵义

学校、家长、社区共同参与

二、学校健康促进的特征

模式完整、家庭参与、物质环境、地方与学校联合、正规健康课程、共同参与

第二节 学校健康促进的意义与任务

一、学校健康促进的意义

素质教育、基础保健、治本措施

二、学校健康教育与健康促进的任务

提高卫生知识水平、预防心理疾病、发挥健康潜能、保护环境

第三节 学校健康教育的教学原则

一、科学严谨

认真分析、有科学依据

二、与发育水平一致

低年级：图片，简单文字，高年级：实验、系统讲座

三、生动活泼

描述生动、比喻恰当、简单有趣

四、多渠道结合

课内课外、集体与个别、校内校外

第四节 学校健康教育的实施内容

一、学校健康政策

食品、禁烟、酒、药品分配、急救措施、健康筛查、HIV/AIDS控制

二、学校健康教育

健康课程教学、健康活动、健康咨询

三、学校健康社会环境

人际环境、事物环境、物质环境

四、社区关系

社区参与、合作

五、个人健康技能

理论联系实践、各种技巧

六、学校卫生服务

发育监测、健康筛查、计划免疫

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法

5.教学评价

认真评析学生的读书报告，及时关注他们的上课情感及积极性。

第七章 心理健康教育

1.教学目标

掌握心理健康标准。

2.教学重难点

心理健康标准、青年学生的挫折应对机制。

3.教学内容

第一节 心理健康概述

一、心理健康的重要性

健康三维观、心理与行为

二、心理健康标准

适应能力、恰当评价、人格和谐、学习的能力、人际关系、情绪宣泄、发挥个性、需求满足

第二节 学校心理健康教育的意义

一、社会发展与心理卫生

挑战、竞争、压力

二、学习依赖健康的心理

兴趣、注意力、潜能

三、学校德育内容之一

人生观、价值观、世界观、意志品质

第三节 学生心理健康的现状

心理健康状况不容乐观，尤其是学生

第四节 学校心理健康教育的主要内容

一、婴幼儿期的心理健康教育

游戏的心理卫生、教育过程的心理卫生

二、儿童期的心理健康教育

人际关系、学习成绩、预防心理疾病、性教育

三、少年期的心理健康教育

独立性、适应学习环境、学习卫生、心理卫生

四、青年期的心理健康教育

心理特征、挫折及挫折应对、完善气质、性心理卫生、学习心理卫生、人际关系、情绪意志

第四节 学校心理健康教育的途径和方法

一、学校教育

开设课程、讲座、系统与专题

二、心理咨询

心理疾病咨询、情绪障碍咨询、发展性咨询

三、社会实践

扩大生活领域、密切接触社会、适应社会、丰富生活

四、自我调节

主动、自觉、心理保健

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法、以问题为中心教学

5.教学评价

教学目标明确，关注他们在学习过程中的思维、情感、态度等因素的和谐发展。

第八章 传染病健康教育

1.教学目标

掌握传染病流行的环节、传染病的预防

2.教学重难点

传染病的特征、流行的环节。

3.教学内容

第一节 传染病概述

一、传染病的概念及其危害

病原微生物、寄生虫、传染性

二、传染病的基本特征

有病原体、有传染性、有流行性、有感染后免疫

三、传染病流行的环节

传染源、传播途径、易感人群

四、传染病的流行过程

疫源地、影响因素

五、传染病的预防

管理传染源、切断传播途径、保护易感人群

第二节 呼吸系统传染病

一、流行性感冒

流感病毒、传染源、传播途径、易感人群、预防

二、传染性非典肺炎与新冠肺炎

新型冠状病毒、严重急性呼吸道综合征（SARS）、传染源、传播途径、易感人群、预防

三、结核病

结核分枝杆菌、传染源、传播途径、易感人群、预防、卡介苗

第三节 消化系统传染病

一、霍乱

霍乱弧菌、传染源、传播途径、易感人群、预防

二、甲型肝炎

甲肝病毒、传染源、传播途径、易感人群、预防

三、乙型肝炎

乙肝病毒、传染源、传播途径、易感人群、预防

四、细菌性痢疾、伤寒、脊髓灰质炎、阿米巴痢疾

致病菌、传染源、传播途径、易感人群、预防

第四节 性传播传染病

一、概况

性接触或类似性接触、种类、流行情况

二、特点

传播途径多、病原体种类多、传播速度快、危害大、流行范围广、病程隐匿

三、流行三环节

传染源、传播途径、易感人群、预防

四、艾滋病

获得性免疫缺陷综合征AIDS、流行三环节、预防

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法

5.教学评价

关注他们在学习过程中的思维、情感、态度等因素的和谐发展，及时掌握学生对知识点掌握的情况。

第九章 健康教育教学活动的设计

1.教学目标

掌握健康教育教学活动的特点、影响因素、健康教育的教学方法。

2.教学重难点

健康教育教学活动的特点、教学方法。

3.教学内容

第一节 概述

一、健康教育教学活动类型

二、健康教育教学活动特点及其影响因素

三、健康教育教学活动设计的原则

第二节 健康教育的教学方法

一、教学方法简介

二、健康教育教学方法的分类

三、常用的健康教育教学方法

第三节 健康教育教学方法的综合应用

一、参与式教学法

二、同伴教育

第四节 “互联网+”时代的健康教育方法

一、“互联网+教育”的优势

二、“互联网+教育”的实践应用

4.教学方法

多媒体传统课堂讲授法、读书报告分享法

5.教学评价

教学目标明确，关注他们在学习过程中的思维、情感、态度等因素的和谐发展，重点关注和评价学生的实际应用能力。

**四、学时分配**

**表2：各章节的具体内容和学时分配表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 章节 | 章节内容 | 学时分配 |
| 第一章 | 绪论 | 2 |
| 第二章 | 影响健康的因素 | 4 |
| 第三章 | 健康教育与健康促进的计划设计 | 6 |
| 第四章 | 健康信息传播 | 4 |
| 第五章 | 健康相关行为 | 6 |
| 第六章 | 学校健康促进 | 2 |
| 第七章 | 心理健康教育 | 4 |
| 第八章 | 传染病健康教育 | 4 |
| 第九章 | 健康教育教学活动的设计 | 4 |

**五、教学进度**

**表3：教学进度表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 日期 | 章节名称 | 内容提要 | 授课时数 | 作业及要求 | 备注 |
| 1 |  | 第一章 绪论 | 健康、健康教育、健康促进的内涵，健康教育、健康促进的社会作用 | 2 |  |  |
| 2-3 |  | 第二章 影响健康的因素 | 行为生活方式因素、环境因素、生物学因素、卫生服务制度因素 | 4 |  |  |
| 4-6 |  | 第三章 健康教育与健康促进的计划设计 | 计划设计的基本程序（社会诊断、流行病诊断、行为诊断、环境诊断、教育诊断、管理与政策诊断）、确定优先项目、明确计划目标、制定教育策略 | 6 |  |  |
| 7-8 |  | 第四章 健康信息传播 | 传播概述、人际传播、、大众传播、影响健康传播效果的因素及对策、有效传播项目的策划 | 4 |  |  |
| 9-11 |  | 第五章 健康相关行为 | 人类行为概述、促进健康行为、危害健康行为、健康相关行为改变的理论（认知理论、健康信念模式、理性行动理论和计划行为理论、阶段变化理论）、健康相关行为的干预 | 6 |  |  |
| 12 |  | 第六章 学校健康促进 | 学校健康促进的涵义和特征、意义与任务、学校健康教育的教学原则、学校健康教育的实施内容 | 2 |  |  |
| 13-14 |  | 第七章 心理健康教育 | 心理健康标准、学校心理健康教育的意义、学校心理健康教育的主要内容、学校心理健康教育的途径和方法 | 4 |  |  |
| 15-16 |  | 第八章 传染病健康教育 | 传染病的概念、危害、传染病的基本特征、传染病流行的环节、传染病的流行过程、传染病的预防、呼吸系统传染病、消化系统传染病、性传播传染病 | 4 |  |  |
| 17-18 |  | 第九章 健康教育教学活动的设计 | 健康教育教学活动的特点、影响因素、教学方法、健康教育活动教学方法的综合应用 | 4 |  |  |

**六、教材及参考书目**

1、王健，马军，王翔 主编，健康教育学，高等教育出版社，2012年；

2、郑振佺，王宏 著，健康教育学，科学出版社，2016年；

3、王柳行，曹志友 著 健康教育与健康促进教程，中国中医药出版社，2009年；

4、余金明 编，健康行为与健康教育，复旦大学出版社，2013年；

5、田向阳，程玉兰 主编，健康教育与健康促进基本理论与实践，人民卫生出版社，2016年；

6、李晓阳，周德华 主编，健康教育与健康促进，北京大学医学出版社，2011年

7、郭清 主编，健康管理学，人民卫生出版社，2015年

8、黄敬亨，邢育健主编，健康教育学，复旦大学出版社，2012年

9、吕姿之 主编，健康教育与健康促进，北京大学医学出版社，2008年；

10、胡俊峰 主编，当代健康教育与健康促进，人民卫生出版社，2005年；

11、李春玉，王克芳　主编，健康教育，北京大学医学出版社，2015年；

12、孙宏伟 主编，心理健康教育学，人民卫生出版社，2013年；

13、黄敬亨 主编，健康教育学，人民卫生出版社，2006年

**七、教学方法**

1．多媒体传统课堂讲授法

这种方法便于老师向学生传授知识，教学效率高，学生对基础知识和基本技能掌握得比较牢固，教师的积极性、主导性能够得到较好发挥。对于本课程的基本理论和基本方法，主要采用这种方法进行讲授和解释。采用这种方法时应注意课件制作的知识性、趣味性和教师语言的通俗性、与学生的互动性，还应多举实例，以增加学生对基本概念和理论及方法的理解和掌握。

2、以问题为中心的教学模式

本方法以问题为基础，学生课后查阅资料自学和课堂小组讨论为主。教师以引导与指导为主，以教为辅。在掌握基本概念、基本理论和基本方法后，给学生列出要求掌握的内容提纲以及参考资料，为学生讨论提供相应的资料和背景介绍，激发学生课后学习、阅读相关资料和讨论的兴趣，课堂以小组为单位展开讨论，并鼓励学生针对课程教学主题与相关论题提出自己的观点，有自己独到的见解。

3、读书报告分享法

老师根据教学大纲及教学内容和教学进度，提出相关的教学主题，布置学生课后查阅相关的文献资料，鼓励学生查阅国内外最新的科研成果，学生将查阅的文献资料形成读书报告并在课堂上与大家分享。这种教学方法充分调动了学生学习的积极性和主动性，培养了他们开拓创新的能力、自学能力以及终身学习的意识，也拓宽了的学生获得更多知识的途径。

**八、考核方式及评定方法**

**（一）课程考核与课程目标的对应关系**

**表4：课程考核与课程目标的对应关系表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **课程目标** | **考核要点** | **考核方式** |
| 课程目标1 | 健康教育、健康促进的内涵、影响健康的因素、计划设计的基本程序、人际传播、大众传播、影响健康传播效果的因素及对策、 | 1.课堂出勤  2.课堂表现  3.读书报告  4.期末考试 |
| 课程目标2 | 学校健康教育的实施内容、学校心理健康教育的主要内容，健康相关行为改变的理论、健康教育教学活动的教学方法 | 1.课堂出勤  2.课堂回答问题  3.读书报告  4.期末考试 |

**（二）评定方法**

**1．评定方法**

平时成绩（30%）：出勤考核（缺课1/3，无成绩）、课堂纪律及表现包括提问回答、主题发言、作业展示、专题报告等环节，占总成绩的30 %。

期中考核（20%）：以闭卷或开卷方式。

期末考试（50%）：以闭卷方式进行。采用A、B卷的方式，从两份试卷中抽取一份进行闭卷考试。试题比重：基本理论知识题占50%；综合实践应用分析题占50%。

**2．课程目标的考核占比与达成度分析**

**表5：课程目标的考核占比与达成度分析表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **考核占比**  **课程目标** | **平时** | **期中** | **期末** | **总评达成度** |
| 课程目标1 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 课程目标1达成度={0.3ｘ平时成绩+0.2ｘ期中成绩+0.5ｘ期末成绩}/100。 |
| 课程目标2 | 0.3 | 0.2 | 0.5 | 课程目标2达成度={0.3ｘ平时成绩+0.2ｘ期中成绩+0.5ｘ期末成绩}/100。 |

**（三）评分标准**

| **课程**  **目标** | **评分标准** | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **90-100** | **80-89** | **70-79** | **60-69** | **＜60** |
| **优** | **良** | **中** | **合格** | **不合格** |
| **A** | **B** | **C** | **D** | **F** |
| **课程**  **目标1** |  |  |  |  |  |
| **课程**  **目标2** |  |  |  |  |  |