

“三全育人”视域下高校食育体系构建路径

姜程耀

白城医学高等专科学校, 吉林 白城 137000

DOI: 10.61369/ETR.2025380022

摘 要 : 随着健康中国战略的深入推进, 饮食健康作为国民健康的重要基石, 其教育价值在高等教育领域日益凸显。高校作为人才培养的主阵地, 肩负着传授知识和能力的重要使命, 肩负着引导学生树立科学健康生活观念的责任。然而, 当前我国高校食育工作仍然存在诸多短板, 包括食育内容碎片化的问题。“三全育人”理念作为新时代高校思想政治教育的方针, 更加强调全员育人、全程育人和全方位育人, 致力于打破育人的壁垒, 并整合育人资源, 构建协同高效的育人体系。基于此, 本文对“三全育人”视域下高校食育体系构建路径展开分析和研究, 以供参考。

关 键 词 : 三全育人; 高校; 食育体系; 构建

Research on the Construction Path of College Food Education System from the Perspective of "Three-Comprehensive Education"

Jiang Chengyao

Baicheng Medical College, Baicheng, Jilin 137000

Abstract : With the in-depth advancement of the "Healthy China" strategy, dietary health, as an important cornerstone of national health, has increasingly highlighted its educational value in the field of higher education. As the main position for talent cultivation, colleges and universities shoulder the important mission of imparting knowledge and abilities, as well as the responsibility of guiding students to establish scientific and healthy life concepts. However, there are still many shortcomings in the current food education work in Chinese colleges and universities, including the problem of fragmented food education content. The concept of "Three-Comprehensive Education" serves as the guideline for ideological and political education in colleges and universities in the new era. It emphasizes education by all staff, throughout the whole process, and in all aspects, and is committed to breaking down the barriers of education, integrating educational resources, and building a coordinated and efficient education system. Based on this, this paper analyzes and studies the construction path of the college food education system from the perspective of "Three-Comprehensive Education" for reference.

Keywords : three-comprehensive education; colleges and universities; food education system; construction

前言

饮食是人类生存和发展的基础, 而食育即饮食教育, 它旨在培养民众良好的饮食习惯。在健康中国战略下, 国民的健康素养提升已成为国家发展的关键目标, 高校作为人才培养的主要阵地, 肩负着为社会输送具备健康生活能力与综合素养人才的使命。将三全育人理念融入到高校食育体系建设之中, 不仅能有效破解当前食育工作中的主体单一等问题, 从而推动食育与思政教育之间的有效融合, 真正实现三全育人的目标。

一、“三全育人”视域下高校食育体系构建的价值意蕴

(一) 助力健康中国战略实施

健康中国战略明确提出“普及健康知识, 提高全民健康素养”的目标。而高校学生作为未来社会健康发展的主力军, 其健

康素养水平也直接影响到战略实施的成效。高校食育体系通过系统性的营养知识传授, 食品安全常识和健康饮食行为规范, 帮助学生树立更加科学的饮食观念, 养成良好的饮食习惯, 进一步减少因饮食不当引发的疾病问题出现。与此同时, 学生通过食育教育, 可以成为健康饮食文化的传播者, 将健康理念渗透到家庭和社会, 从而推动全民健康素质的提升, 为健康中国战略实施提供

人才支撑^[1]。

（二）弘扬推广传统饮食文化

一个国家和民族的饮食选择、饮食习惯、用餐礼仪是当地人民长期的历史沉淀，具有重要的文化属性。在人类学意义上，饮食是一个民族的文化符号，食育则是对民族文化的继承与传播。中华民族悠久的历史长河沉淀出了璀璨的饮食文化，蕴含了丰富的食礼文化。不仅如此，中华美食文化在饮食礼仪、食疗养生和烹饪技巧等方面都留下了宝贵的文化财富^[2]。面对如今纷繁复杂的国际形势和激烈的文化竞争，面对西方世界散播的西方文化优越论，在高校推进食育，有助于更好地进行中华优秀传统文化传播。

（三）促进学生全面发展

高校学生处于价值观形成和发展的关键时期，食育体系的建立有助于提高学生的健康素养，还能促进其综合素质能力发展。在知识层面，食育能够帮助学生掌握营养学、食品安全学、饮食文化学等跨学科知识。在能力层面，通过饮食实践活动，有助于提高学生的实践能力，创新能力和团队协作能力。在素养层面，食育中蕴含着节约粮食、尊重劳动、传承文化等理念，有助于培养学生的社会责任感，从而使其形成文化自信。因此，“三全育人”视域下高校食育体系的建设，有助于学生在知识、能力和素养方面实现综合性的发展^[3]。

二、高校食育体系建设的制约因素

（一）食育认知的缺失和边缘化

食育是一种低成本、高效益的健康干预方式，它对解决当前大学生健康问题具有重要的价值。大学生作为未来社会的重要力量，其健康水平和生活方式关系着个人的成长以及国家未来的发展。与幼儿园、小学作比较，高校拥有更加丰富的教育资源，开展系统化、精准化的饮食教育有助于学生形成良好的饮食习惯，形成健康的生活方式，并推动文化的发展^[4]。然而，现阶段在高校教育体系中，食育会被忽视，没能得到应有的关注。尽管食育和三全育人的教育理念存在密切关联，但其在引导大学生建立健康生活习惯方面的价值并没能被挖掘，这就导致了食育在整个教育体系中受到忽视。

（二）体系不完善与课程缺失

现阶段，高校食育研究仍然在前期起步阶段，课程体系并不完整，缺乏整体性和针对性。现有食育课程以选修课为主，内容较为零散，体系性较差，难以满足学生对食育知识和技能的需求，限制了食育的发展广度与深度，不利于其学科地位的建立。除此之外，高校一般会将会将食育内容渗透到其他学科的课程之中，这就导致了教学的目标不清晰，教学的内容难以有效开展，这也直接削弱了食育在高校教育体系中的价值，无法发挥其重要作用^[5]。

（三）硬件与软件的双重困境

大多数高校对食育实践场所和设施建设领域的重视度不足，投入也相对较少，很多高校缺乏专门的食育科普基地，硬件条件

不足也导致学生难以通过实践的方式深入理解食育的知识并体验食育文化。与此同时，食育领域专业师资力量薄弱，经费投入相对较少，这也制约了食育的深入推进。一方面，现有的食育教师大多数是兼职，缺乏系统性的培训，从而难以满足现阶段的教学需求；另一方面，高校在食育方面的经费相对有限，这也直接影响了食育课程体系的建设以及教学工作的开展。

三、“三全育人”视域下高校食育体系构建路径

（一）构建全员协同食育主体体系

明确多元主体职责，形成育人合力。高校应建立党委统一领导、行政统筹协调、多部门协同的食育工作机制，明确多方的主体职责。教务处则负责将食育融入到人才培养工作中，开设食育相关的课程，统筹课程教育资源。后勤管理处则负责提供食堂菜品营养信息，并开发健康饮食套餐，在食堂设置食育宣传区域，组织食堂工作人员积极参与到培训之中。马克思主义学院则可以与人文学院合作，共同挖掘中华饮食文化中涉及到的思政元素，从而将其有效渗透到课程教学之中^[6]。医学院、食品学院则负责食育专业师资与科研支持。辅导员负责在日常的管理工作中开展食育引导，跟踪学生的饮食行为。学生会可以组织一系列的食育实践活动，包括美食节、膳食搭配比赛等。校外合作单位则需要提供食育实践基地与专业指导，通过明确责任，做好相互的配合。

建立主体沟通机制也尤为关键。高校应搭建多主体的沟通机制，定期召开食育工作联席会议，并由学校领导牵头，各部门、学院、学生组织及校外合作单位代表进行交流，解决当前食育工作中存在的问题。其中，学校可以构建信息共享平台，整合食堂饮食数据、学生饮食数据等，实现资源之间的有效共享，确保各主体沟通之间的畅通性^[7]。

（二）构建多元融合食育课程体系

构建独立的食育课程，确保从理论到实践进行优化。独立的食育课程作为高校食育体系的核心，课程设计应包括理论和实践两部分。理论则主要包括食品安全法规、营养学基础、饮食文化等。实践则包括烹饪过程、食品检测等。

将食育融入思政课程之中，培养学生的健康饮食观和社会主义核心价值观。在思政课程中引入食品安全与社会责任、食品生产与可持续发展等领域的内容，从而让学生从社会、文化和伦理的角度分析当下的饮食问题。例如，在《马克思主义基本原理》中结合马克思关于劳动与人类发展的理论，深入探究饮食劳动在人类发展中的价值。在《思想道德与法治》中根据食品安全的案例，深入探讨其中和诚信有关的内容，具有重要的价值。其中，可以在《中国近现代史纲要》中引入饮食文化的变迁和发展历史，讲述从古代的五谷为养到近现代的饮食变化，让学生了解饮食在不同历史时期的发展特点，让学生了解更多的知识，从而增强个人的文化自信。这种融合的方式有助于拓宽了思政课程的内涵，还有助于为食育工作的开展提供思想支持，实现预期的人才培养目标。

与专业课程相结合。根据不同专业的学生，食育课程应与专

业课程有效结合。其中,对于食品科学与工程、烹饪与营养等专业的学生来讲,食育课程可以作为基础课程的延伸,让学生强化学习专业知识。对于非食品专业的学生,食育课程可以纳入通识教育或是作为辅助教学内容,助力学生在专业学习中深化对食育的理解。例如,在医学专业课程中加入临床营养学的知识,从而结合具体的病理探讨在疾病治疗中如何进行营养干预,培养学生的问题解决能力。在体育专业课程中融入运动营养学的内容,指导学生根据运动员的训练强度和目标制定科学的营养指导策略,从而让学生充分理解运动和饮食之间的关系^[8]。

(三) 构建全面覆盖食育教育体系

打造校园文化载体,营造食育氛围。高校应将食育融入到高校文化建设之中,构建食育文化校园,在食堂设置食育宣传区域,并通过海报、电子屏等方式展示营养健康知识,并展示相应的食品安全提示。在宿舍区、图书馆、教学楼等公共空间设置食育文化角,摆放食育书籍,定期举办食育主题的活动,包括校园美食文化节、节约粮食宣传周,吸引更多的学生参与到其中。除此之外,学校还可以利用校园广播、电视台和官方媒体推送食育的有关内容,包括每日营养贴士,营造良好的校园文化氛围。

拓展社会实践载体,提升食育实践能力。高校应注重与社区、医院和食品企业之间的合作,构建食育社会实践基地,组织

学生开展社区健康饮食宣传活动,为居民普及相应的营养知识和食品安全常识。开展医院营养科见习的活动,让学生了解临床营养的具体工作。开展食品企业参观的活动,让学生参与到活动中,体验和感受食品是如何生产出来的,并让他们学习和认识基本的安全标志。除此之外,学校可以开展校园农场种植活动,让学生进行蔬菜水果的种植,进一步体会劳动的价值^[9]。

搭建线上服务教育体系,覆盖教育范围。高校还应注重线上食育服务体系建设,构建高校食育 APP,提供营养知识查询、膳食搭配推荐、饮食行为记录等功能,让学生记录自己每日的饮食情况。高校还应建立线上食育交流群,并由专业教师和营养师担任群主,解答学生饮食的问题,促进学生之间的交流^[10]。

四、结语

综上所述,食育在高校教育中具有独特的价值和深远的意义,它是落实三全育人理念的重要载体。食育能够帮助学生掌握必要的食品安全知识,形成健康的饮食理念,并增强社会责任感和文化认同感,进一步推动全社会形成健康的良好风气。高校应注重食育机制建设,加强与多方的合作,构建协同育人的良好氛围,为食育实践提供更加广阔的空间。

参考文献

- [1] 周应恒,朱艳芳.食育推行国际经验与中国特色食育推进体系构建思路[J].食物经济与管理,2024,(05):54-66.
- [2] 王利强,周立斌.新时代高校“课程劳育”体系构建与实践探索[J].大学教育,2024,(22):71-75.
- [3] 胡玥.让劳育与食育同行——小学中年级劳动教育与食育融合的实践探索[J].试题与研究,2024,(32):150-152.
- [4] 李本一,徐菁.文化视域下河南食育的内涵意蕴、现实挑战及行动路径[J].河南教育(教师教育),2024,(11):50-51.
- [5] 胡双双.“三全育人”视域下高职院校食育体系构建研究[J].成才之路,2024,(25):53-56.
- [6] 徐文静.五育融合视角下的高质量项目化学习探索——以“二十四节气与食育”为例[J].教师博览,2024,(24):27-29.
- [7] 杨欢.顺时而食,因时而育——食育实践活动的校本探索[J].教育研究与评论,2024,(07):107-110.
- [8] 于环,王春华.“五育融合”视域下高校食育创新模式探索[J].食品工业,2024,45(07):197-200.
- [9] 舒春花,罗声平,姜迪友,等.乡村振兴背景下农村中小学食育体系构建研究[J].中国教育技术装备,2024,(13):124-128.
- [10] 吕慧.健康中国战略下新时代大学生食育体系构建与研究——以南京旅游职业学院为例[J].现代食品,2023,29(21):90-93.