

《名人生命历程解读》课程教学大纲

课程英文名	The Interpretation of the Celebrities' Life Course				
课程代码	C2392004	课程类别	通识选修课	课程性质	人文经典与人文修养
学 分	2		总学时数	32	
开课学院	马克思主义学院		开课基层教学组织	原理教研室	
面向专业	全校各专业		开课学期	每学年第 1/2 学期	

一、课程目标

借鉴名人，规划自我。本课程主要为大学生（尤其大一新生）开设，意在帮助他们**养成健康有序、向善向上、平和持久、通融自洽的生活方式**，为自主学习与适应社会生活奠定一定的理论基础。课程以点带面，通过追踪古今中外部分名人的生命历程（含生活习惯、价值观、爱情观、生命观等），探讨其背后的生活信念、生命感悟、内心追求及其生活方式形成的家庭根源与社会根源，总结他们的经验与教训，为学习者提供多姿多彩的生命历程之借鉴。教师讲授与学生研讨相结合，分析名人生命历程中的得与失，引导学生反观自身的优势与劣势，调准适合自己的努力方向与生活方式。引导学生学习**运用跨学科、多视角方法，提高综合分析人物的能力**。通过教学与研讨，以期达成如下目标：

- 1、学会运用**跨学科、多视角的方法**，运用**辩证思维、批判思维**，提高对人物进行综合分析和理性判断的能力。（强支撑课程目标 5 和 3）
- 2、能透过名人生命历程，把握其背后的生命动力及其成因，反观自身优势与劣势，**提升科学素养、工匠精神**。（强支撑课程目标 3 和 2）
- 3、帮助学生养成**健康有序、向善向上、平和持久、通融自洽**的生活方式，**帮助学生培养健全人格、社会责任感、家国情怀和自我管理能力**。（强支撑课程目标 6 和 1）

序号	课程目标
1	人文精神（人文修养、同情心、社会责任、奉献精神等）
2	科学素养（创新精神、探究能力、理性思维等）
3	批判思维（逻辑思考、问题意识、反思批判等）
4	沟通表达能力（读写、论辩、倾听、协作等）
5	广博视野（学科交融、国际视野、国家认同等）
6	自主发展（珍爱生命、健全人格、自我管理）
7	艺术审美（审美情趣、艺术鉴赏、艺术表达、创意表现等）
8	实践创新（动手能力、解决问题、工程思维等）

二、课程目标与教学内容和方法的对应关系

表 2 课程目标与教学内容、教学方法的对应关系

教学内容	教学方法	课程目标
第一讲人体衰老与人类寿命	讲授、案例分析	1、3
第二讲“愚钝”与“聪明” ——爱因斯坦的不可为与可为	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第三讲“死在幸福之峰巅者最光荣” ——海明威的硬汉形象与抑郁症	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第四讲从缺乏安全感到敬畏“自在之物” ——康德“谨小慎微”的学术生涯	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第五讲苦读、失明、桀骜不驯—— 陈寅恪“独立之精神，自由之思想”	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第六讲 荨麻疹、乳癌、车祸 ——世纪风华宋美龄的传奇人生	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第七讲 上帝的苹果 ——乔布斯对抗命运的智慧	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第八讲 “不养生”的寿星 ——爱好织毛衣的首相丘吉尔	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第九讲 家国狂徒 ——革命家陈独秀的悲壮人生	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第十讲 商业巨子、公益丰碑 ——邵逸夫的追求	讲授、研讨、案例分析	1、2、3
第十一讲 期末主题总汇，撰写心得 体会	讲授、习作	1、2、3

教学内容和方法等如下所述。

1、第一讲人体衰老与人类寿命

（1）教学内容：

- 1、衰老的社会学与生物学意义，人体衰老时间表（平均）
- 2、人类历代平均寿命及其主要影响因素
- 3、人类疾病谱的现代转向，影响现代人健康及寿命的主要因素。

（2）**教学重点：**人类疾病谱的现代转向，影响现代人健康及寿命的主要因素。

（3）**教学难点：**人类历代平均寿命（缺乏详实准确的资料，必须对比、分析、鉴别）

（4）**教学要求：**教师讲授为主，师生研讨为辅。教师提问相关问题，考察学生知识储备与应变能力。学生了解本学期教学与研讨专题，布置下次教学与研讨主题。

2、第二讲“愚钝”与“聪明”——爱因斯坦的不可为与可为

（1）教学内容：

- 1、爱因斯坦的“愚钝”与“聪明”
- 2、爱因斯坦的不可为与可为
- 3、爱因斯坦健康及其生活方式

4、爱因斯坦对待死亡

5、爱因斯坦的政治理想

(2) 教学重点：爱因斯坦“愚钝”与“聪明”之间的关系，体会其科学素养、创新精神。

(3) 教学难点：大学生转专业及自己从业的优势与劣势

(4) 教学要求：教师讲授主要内容，注意引导理解爱因斯坦“愚钝”与“聪明”之间的关系。安排部分学生专题演讲：①列举分析“入错行”的名人；②列举分析“改行”名人的成功之道；③分析大学生转专业及自己从业的优势与劣势。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

思政融合点 1：分析爱因斯坦“愚钝”与“聪明”关系时，体会其科学素养、辩证思维。

3.第三讲“死在幸福之峰巅者最光荣”——海明威的硬汉形象与抑郁症

(1) 教学内容：

1、海明威的体魄与气质

2、海明威作品中的硬汉形象及意义

3、海明威的健康与生命价值观

(2) 教学重点：海明威的硬汉形象与其抑郁症之间的关系，结合职业道德、个人品德分析。

(3) 教学难点：分析自己最抑郁或烦闷时的想法与原因（学生可能自我顾忌多，宜引导）

(4) 教学要求：讲授中，教师侧重引导学生理解：海明威的硬汉形象与其抑郁症之间的关系。安排部分学生专题演讲：①列举分析部分自杀名人；②分析抑郁症的后天因素及其对策；③分析自己最抑郁或烦闷时的想法与原因。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

思政融合点 2：分析海明威的硬汉形象时，注意结合职业道德修养、个人品德进行。

4.第四讲从缺乏安全感到敬畏“自在之物”——康德“谨小慎微”的学术生涯

(1) 教学内容：

1、康德的家境、体质与安全感

2、康德的生活方式与健康观念

3、康德的成就与遗憾

(2) 教学重点：领悟康德早年缺乏安全感与其以后生活方式（追求内在自由）之间的关系

(3) 教学难点：领悟康德早年缺乏安全感与其以后生活方式（追求内在自由）之间的关系，学习自我管理能力。

(4) 教学要求：教师讲授中侧重引导学生理解：康德缺乏安全感与其“谨小慎微”生活之间的关系。安排部分学生专题演讲：①举例分析安全感对一个人生活的影响；②列举分析终身未婚名人（分析利弊）；③分析社会中愈演愈烈的单身现象。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

思政融合点 3：了解康德生活方式养成时，引导学生领悟并提升自我管理能力。

5.第五讲苦读、失明、桀骜不驯——陈寅恪“独立之精神，自由之思想”

(1) 教学内容：

- 1、陈寅恪的苦读与学问
- 2、陈寅恪失明及其根源
- 3、陈寅恪失明后的生活及其学术人格

(2) 教学重点：陈寅恪的学术人格，学习其科学精神、批判精神。

(3) 教学难点：分析政治大潮时名人的选择与结局

(4) 教学要求：教师讲授主要内容，引导学生感受：陈寅恪求学精神、失明后的生活及其学术人格。安排部分学生专题演讲：①举例分析身残志坚名人事迹；②了解现代人常见的眼睛问题及后天因素；③列举分析政治大潮时名人的选择与结局（国民党败退时，明末清初等）。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

思政融合点 4：分析陈寅恪的学术人格时，引导学习其身残志坚的意志，治学上的科学精神、批判精神。

6.第六讲荨麻疹、乳癌、车祸——世纪风华宋美龄的传奇人生

(1) 教学内容：

- 1、宋美龄的体质
- 2、宋美龄的政治智慧与长寿因素

(2) 教学重点：宋美龄的政治智慧与长寿因素，从战略思维、辩证思维角度。

(3) 教学难点：女权运动及其趋势

(4) 教学要求：教师讲授主要内容，引导学生感受：宋美龄的政治智慧与长寿因素。安排部分学生专题演讲：①列举分析女名人的生活方式及其成就；②女性养生保健的特殊性；③分析女权运动及其趋势。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

7.第七讲上帝的苹果——乔布斯对抗命运的智慧

(1) 教学内容：

- 1、乔布斯的致命疾病
- 2、乔布斯对抗死神的生活方式
- 3、著名专家论严重疾病（癌症等）

(2) 教学重点：了解常见严重疾病（癌症、心脑血管疾病等）与生活方式的关系，学习乔布斯创新精神。

(3) 教学难点：分析自身健康方面的优势与劣势（认识、剖析自身最困难）

(4) 教学要求：教师侧重讲授乔布斯对抗死神的智慧与生活方式。播放医学专家讲解癌症等严重疾病的相关视频，了解医学界对癌症等疾病的最新认识。安排部分学生专题演讲：①举例分析名人对抗严重疾病的信念、策略；②了解常见严重疾病（癌症、心脑血管疾病等）与生活方式的关系；③分析自身健康方面的优势与劣势。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

思政融合点 5：了解乔布斯事迹时，注意激发学生不断创新精神。

8.第八讲“不养生”的寿星——爱好织毛衣的首相丘吉尔

（1）教学内容：

1、丘吉尔身上不利于长寿的先天与后天因素

2、丘吉尔长寿因素分析

（2）**教学重点：**丘吉尔长寿原因与生活方式，从战略思维、辩证思维角度分析。

（3）**教学难点：**区分丘吉尔生活方式中理性与非理性因素

（4）**教学要求：**教师讲授并分析丘吉尔长寿原因与生活方式，区分其生活方式中理性与非理性因素。安排部分学生专题演讲：①分析几位政治家的健康与政治生涯；②分析现代生活的减压方式及其原理。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

9.第九讲家国狂徒——革命家陈独秀的悲壮人生

（1）教学内容：

1、陈独秀的悲壮人生

2、陈独秀的影响

3、陈独秀的人生启示

（2）**教学重点：**陈独秀个性与其家庭、社会之间的关系，感受其家国情怀。

（3）**教学难点：**强烈叛逆性格的双重意义及其调适

（4）**教学要求：**教师讲授陈独秀的悲壮人生，分析其个性与其家庭、社会之间的关系。

安排部分学生专题演讲：①列举分析有强烈叛逆性格名人的生活；②分析强烈叛逆性格的双重意义及其调适。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

10.第十讲商业巨子、公益丰碑——寿星邵逸夫的追求

（1）教学内容：

1、商业奇才的创业之路

2、邵逸夫的公益事业与养生之道

（2）**教学重点：**分析邵逸夫的公益事业与养生之道，从社会公德与个人品德角度，学习其社会责任感。

（3）**教学难点：**慈善事业与个人养生的关系及其原理

（4）**教学要求：**教师讲授邵逸夫的创业之路，注意分析其如何转向公益事业。安排部分学生专题演讲：①列举分析慈善名人的创业与生活之路；②慈善事业与个人养生的关系及其原理。教师组织其他人分别就每个专题演讲展开讨论。

思政融合点 6：分析邵逸夫的公益事业与养生关系时，从社会公德与个人修养角度，学习其社会责任感、爱国情怀。

11.第十一讲期末主题总汇，撰写心得体会

（1）教师总汇本学期教学、研讨主题，提炼研讨闪光点与不足（15-20 分钟）。

(2) 组织学生总结本学期学习与研讨心得，尤其对自己生活方式的影响，当堂撰写成文，然后誊抄在规定纸张上（教师提前准备），1000 字左右（70-75 分钟）。

三、实践环节及要求

无

四、与其它课程的联系

无

五、学时分配

表 3. 学时分配表

教 学 内 容 (教学内容到章)	讲课 时数	实验 时数	实践 学时	课内 上机 时数	课外 上机 时数	自学 时数	习题 课	讨论 时数
第一讲 人体衰老与人类寿命	2							
第二讲 “愚钝”与“聪明”——爱因斯坦的不可为与可为	4							
第三讲 “死在幸福之峰巅者最光荣”——海明威的硬汉形象与抑郁症	4							
第四讲 从缺乏安全感到敬畏“自在之物”——康德“谨小慎微”的学术生涯	2							
第五讲 苦读、失明、桀骜不驯——陈寅恪“独立之精神，自由之思想”	4							
第六讲 荨麻疹、乳癌、车祸——世纪风华宋美龄的传奇人生	4							
第七讲 上帝的苹果——乔布斯对抗命运的智慧	4							
第八讲 “不养生”的寿星——爱好织毛衣的首相丘吉尔	2							
第九讲 家国狂徒——革命家陈独秀的悲壮人生	2							
第十讲 商业巨子、公益丰碑——邵逸夫的追求	2							
第十一讲 期末主题总汇，撰写心得体会							2	
合 计	30						2	
总 计	32							

六、课程目标达成途径及学生成绩评定方法

1. 课程目标达成途径

表 4 课程目标与达成途径

课程目标	达成途径
课程目标 1---学会运用跨学科、多视角的方法，提高对人物进行综合分析和理性判断的能力。	以启发式、分析式、研讨式教学方法为主，组织学生利用各自学科优势进行课堂讨论、辨析。
课程目标 2---能透过名人生命历程，把握其背后的生命动力及其成因，反观自身优势与劣势。	以批判式、比较式、分析式教学方法为主，组织学生进行课堂讨论，透过现象分析本质。
课程目标 3---帮助学生养成健康有序、向善向上、平和持久、通融自洽的生活方式。	以反思式、启发式教学方法为主，组织学生总结所学内容，形成自己的心得与感悟。

2. 学生成绩评定方法

本课程为考查课；总评成绩＝平时成绩×50%＋期末论文×50%

表 5. 课程考核与成绩评定方法

考核项目	考核内容	考核关联的课程目标	占总评成绩的比重
平时成绩	课程思政	1、2、3	5%
	主动问答	1、2	10%
	被动答问	1、2	10%
	专题演讲	2、3	20%
	反思演讲	1、2	5%
期末考试	撰写论文	1、2、3	50%
总评成绩			100%

表 6. 考核内容详细评分标准

考核内容	评分标准			
	90-100	75-89	60-74	<60
课程思政	具备课程目标 1、2、3 所有要求。	基本具备课程目标 1、2、3 所有要求。	具备课程目标 1、2、3 要求中 2 个。	具备课程目标 1、2、3 要求中 1 个。
主动问答	能主动提出问题，针对性强，综合分析和理性判断能力强。	能主动提出问题，针对性较，综合分析和理性判断能力较强。	能主动提出问题，有针对性，分析和判断能力一般。	能主动提出问题，针对性弱，分析和判断能力弱。
被动答问	反应迅速，思路明晰，综合分析和理性判断能力强。	反应迅速，思路较明晰，分析和判断能力较强。	反应一般，思路较明晰，分析和判断能力一般。	反应迟缓，思路不清，分析和判断能力一般。
专题演讲	内容详实，分析严密，观点有创意，形式美观。	内容详实，分析严密，观点清晰，形式美观。	内容较详实，分析较严密，观点清晰，形式一般。	内容不详实，分析不严密，观点模糊，形式一般。
反思演讲	自我反思能力强，明确自身的优点与缺点。	自我反思能力较强，知道自身的优点与缺点。	自我反思能力一般，基本知道自身的优点与缺点。	自我反思能力很弱，勉强知道自身的优点与缺点。
撰写论文	内容真实，有独立见解。表述准确，语言简洁、流畅。书写工整，清洁美观。	内容真实，有一定见解。表述准确，语言流畅。书写工整，清洁。	内容较真实，有一定见解。表述较准确，语言不流畅。书写清洁。	内容真实性不够，观点模糊。表述不流畅。书写不整洁。

七、教学资源

表 7. 课程的基本教学资源

资源类型	资源
教 材	无
参考书籍或文献	<p>1、《世界历史名人的真实死因》[德]汉斯·班克尔 著，上海社会科学出版社 2002 年版。</p> <p>2、《为古今名人会诊：点评古今名人的病与死》李定国 主编，湖北科学技术出版社 2015 年版。</p> <p>3、《名人死亡档案》孙友亮 主编，青岛出版社 2006 年版。</p> <p>4、《病夫治国》[法]皮埃尔·阿考斯，[瑞士]皮埃尔·朗契尼克。华东师范大学出版社 2013 年版。</p> <p>5、《历史课本中没写出的隐情》谭健铨 著，现代出版社 2015 年版。</p> <p>6、《爱因斯坦传》[德]于尔根·奈佛 著，中央编译出版社 2013 年版。</p> <p>7、《马克思传》[英]戴维·麦克莱伦 著，治国人民出版社 2016 年版。</p> <p>8、《成为乔布斯》[美]布伦特·施兰德，里克·特策利 著，中信出版社 2016 年版。</p> <p>9、《陈寅恪的最后 20 年：1949—1969 年》陆键东，生活·读书·新知三联书店 2013 年版。</p> <p>10、《人体的故事：进化、健康与疾病》[美]丹尼尔·利伯曼 著，：浙江人民出版社 2017 年版。</p> <p>11、《癌症·真相》菠萝 著，清华大学出版社 2015 年版。</p> <p>12、《中国医学文化史》（上下册），马伯英 著，上海人民出版社 2010 年版。</p> <p>13、《西医文化史》，[瑞士]亨利·E·西格里斯特博士 著，海南出版社 2012 年版。</p> <p>14、《生命科学史》[美]洛伊斯·N. 玛格纳 著，上海人民出版社出版社 2012 年版。</p> <p>15、《黄帝内经》姚春鹏 译注，中华书局 2009 年版。</p> <p>16、《希波克拉底文集》[古希腊]希波克拉底 原著，赵洪钧等 译，中国中医药出版社 2007 年版。</p> <p>17、《剑桥世界人类疾病史》肯尼思·F. 基普尔 主编，上海科技教育出版社 2007 年版。</p> <p>18、《医学之书》[美]克利福德·皮寇弗 著，重庆大学出版社 2020 年版。</p>
教学文档	无

八、课程目标达成度定量评价

表 8. 课程目标达成度定量评价方法

课程目标	课程目标达成度评价方式
课程目标 1---学会运用跨学科、多视角的方法，提高对人物进行综合分析和理性判断的能力。	课堂发言：0.3 专题演讲：0.2 期末论文：0.5
课程目标 2---能透过名人生命历程，把握其背后的生命动力及其成因，反观自身优势与劣势。	课堂发言：0.3 专题演讲：0.2 期末论文：0.5
课程目标 3---帮助学生养成健康有序、向善向上、平和持久、通融自洽的生活方式。	课堂发言：0.3 专题演讲：0.2

课程目标	课程目标达成度评价方式
	期末论文：0.5

九、说明

本大纲规定了杭州电子科技大学通识课《名人生命历程解读》课程的教学要求和教学规范，承担本课程的教师须遵照本大纲安排授课计划、实施教学过程，完成学生学习成绩评价、课程目标达成度评价和毕业要求指标点达成度评价。

本课程大纲自 2021 级开始执行，生效之日原先版本均不再使用。

十、编制与审核

表 9. 大纲编制与审核信息

工作内容	责任部门或机构	负责人	完成时间
执笔	原理教研室	张永忠	2022.02.10
审核	学院教学大纲审核小组	戚陈炯	2022.02.22
	学院教学大纲编审委员会	田世锭	2022.03.04
审定	马克思主义学院教学委员会	黄岩	2022.03.07