



职业教育新形态一体化教材

传统文化智慧 与职业素养培育 (数字教材)

主编 成青 周喏

书名 传统文化智慧与职业素养培育

ISBN 978-7-89391-608-3



理工智慧数字出版平台

卡号

密码



内容提要

本教材以传统文化智慧与职业素养培育为核心,构建了中华优秀传统文化与现代职业素养有机融合的知识体系。全书分为四个模块共十一单元,涵盖中华优秀传统文化的思想文化、行为文化、技艺文化,以及职业素养中的职业品格、职业心态、工匠精神、劳动精神等内容,并融入价值塑造的德育元素。每个模块通过内容导读、名人名言导入、案例导入、案例点评、拓展延伸等环节,帮助学生深入理解知识要点,筑牢知识根基,拓展知识视野,提升探究和实践应用能力,便于学生复习巩固,系统掌握知识。

本教材通过理论与实践相结合的方式,可帮助学生提升职业素养,增强对中华优秀传统文化的理解与认同,具有较强的实用性和文化价值,适用于高职院校学生及热爱中华优秀传统文化、欲提高自身职业素养的社会人士参考学习。



使用说明

- 输入网址 www.buptpress.com 或扫码进入理工智慧数字出版平台
- 在搜索栏输入书名、ISBN、作者,查找书籍
- 进入书籍详情页,点击“获取书籍”按钮
- 注册账号或使用已有账号登录
- 点击“使用密码”按钮,输入密码,开始阅读



北京理工大学出版社

BEIJING INSTITUTE OF TECHNOLOGY PRESS

通信地址:北京中关村学院路55号

邮政编码:100070

电话:(010) 68914725(总编室)

(010) 82893115(数字出版热线)

(010) 82893942(技术支撑热线)

网址: www.buptpress.com

ISBN 978-7-89391-608-3



定价:55.00元

书籍信息



传统文化智慧与职业素养培育

成青, 周喏

湖南省职业教育优质教材

¥55.00

购买书籍

图书申请

加入书架

内容简介

目录预览

出版信息

出版社: 北京理工大学出版社

版次信息: 2024年11月第1版

ISBN: 978-7-89391-608-3

与原件核对无误

核对人: 李金萍

版权信息

主 编

成 青 周 啸

副主编

沈 亚 朱菁菁 谢 艳 易 铮

参 编

王泳辉 李治国

责任编辑

牟 岚

出版单位

北京理工大学出版社有限责任公司

ISBN

978-7-89391-608-3

— 主题一 中华优秀传统文化概述

— 主题二 现代职业素养概述

模块二 心灵驿站——中国优秀传统文化思想文化

— 主题三 品传统文化之仁，树修身立德之品

— 主题四 品传统文化之礼，树谦逊圆融之行

— 主题五 品传统文化之道，树乐观坚韧之心

模块三 岁月留痕——中国优秀传统文化民俗文化

— 主题六 赏传统服饰之美，习得体典雅之技

— 主题七 赏传统饮食之美，习四时和谐之仪

— 主题八 赏传统建筑之妙，习和谐统一之道

模块四 巧夺天工——中国优秀传统文化技艺文化

— 主题九 赏传统剪纸之巧，传精湛技艺之美

— 主题十 赏传统皮影之趣，传守正创新之法

— 主题十一 赏传统陶瓷之精，传巧夺天工之

×

理工智慧
ipraclass.com

本教材模块一由成青负责编写。模块二由谢艳、周啸、成青负责编写。模块三由沈亚、谢艳、朱菁菁和易铮负责编写。

模块四由周啸、朱菁菁、沈亚负责编写。

吴升平、吴渊担任主题十传统皮影技艺的指导顾问。王泳辉和李治国承担了本教材编写秘书组工作，以上各位老师还同时参与了与本教材配套的微课设计和录制工作。

全教材由主编成青进行统稿，周啸进行审核校正。

本教材在编写过程中，参考了相关教材和论著，并援引了其中的部分资料和信息。鉴于编者水平有限，教材中难免存在疏漏之处，真诚欢迎广大读者提出宝贵意见和建议，以便在修订再版时能够进一步完善。

职业技能等级证书

一 中国传统饮食的发展

我国饮食文化有着十分悠久的历史，原始社会时期人们就开始利用火来烹饪食物。后来，我国的饮食文化在食材和烹饪技术等方面不断发展，最终形成了“食在中国”的美誉。总的来说，我国传统饮食文化的发展主要经历了以下几个阶段：

(一) 原始社会时期

我国最早的饮食历史，可以追溯到旧石器时代。当时，人们还不懂得人工取火，因而也就没有熟食，过着茹毛饮血的生活。后来，人们开始种植谷物和水稻等农作物，同时也饲养家畜，奠定了中国饮食以农产品为主、肉类为辅的杂食性饮食结构的基础。随后，人们学会了使用火来烹饪食物，进入了烹煮熟食的时代。

这一时期，用于烹煮食物的器具主要是陶器，它可以直接放到火塘里加热，但就不稳。后来，人们发明了“鼎”，它是一种三足两耳的煮食器，成为了一种重要的烹饪器具。随着鼎的发明，人们开始使用火来烹饪食物，这能集中火力，节省燃料，加快了烹煮食物的速度，人们的饮食状况也得到了很大的改善。

(二) 夏、商、西周时期

夏、商、西周时期是中国饮食文化真正形成时期。经过几千年的发展，中国传统饮食文化逐渐形成了以“和”为核心的烹饪理念，并在此基础上形成了独特的饮食文化体系。

与原件核对无误
核对人：余金萍

（一）川菜

川菜以成都菜为代表。其各地风味比较统一，主要流行于西南地区 and 湖北地区，全国大部分地区都有川菜馆。川菜是中国最有特色的菜系，也是民间最大的菜系。

川菜历来享有“一菜一格，百菜百味”的美誉。它以辣椒、胡椒、花椒、豆瓣酱等为主要调味品，做出了各种味型，包括麻辣、酸辣、椒麻、蒜泥、麻酱、芥末、红油、糖醋、鱼香、怪味等。每道菜肴无不厚实醇浓、脍炙人口。

川菜历来还有“七滋八味”之说。“七滋”是指酸、甜、苦、辣、麻、香、咸；“八味”是指酸辣、椒麻、麻辣、怪味、红油、姜汁、鱼香、家常。在口味上川菜尤其讲究“一菜一格”，著名的川菜有鱼香肉丝、宫保鸡丁、水煮肉片、水煮鱼、麻婆豆腐（图7-1）、回锅肉、东坡肘子等。



图7-1 麻婆豆腐

与原件核对无误
核对人：余红萍

二、八大菜系

我国的“八大菜系”是指川菜、鲁菜、粤菜、苏菜、浙菜、闽菜、湘菜和徽菜。“八大菜系”是我国饮食文化的重要组成部分，鲁菜系主要包括青岛菜、曲阜菜和济南菜三个小系。鲁菜系既有俗称“阳春白雪”的孔府菜，也有呈罗棋布的各种地方菜和风味小吃。鲁菜风味以青岛菜为代表，流行于胶东、辽东等地。胶辽菜起源于福山、烟台、青岛，以烹制海鲜见长。口味以鲜为主，注重清淡，讲究花色。青岛十大代表菜有：肉末海参、香酥鸭、家常烧子鸡、烧山鸡、原壳鲢鱼、锅贴鱼丸、炸蛰黄、拍黄瓜、大虾烧白菜、黄鱼烧豆腐。



八大菜系



孔府风味以曲阜菜为代表，流行于山东南部和河南地区，和江苏菜系的徐州风味相近，其有“食不厌精，脍不厌细”的特色，用料之精广、菜肴之丰盛堪北过古宫廷御膳，和江苏菜系中的淮扬风味并称为“国菜”。代表菜有：一品寿桃、翡翠虾环、海米珍珠笋、炸鸡蛋、燕菜四大件、菊花虾包、一品豆腐、寿字鸡羹、拔丝金枣。

齐鲁风味以济南菜为代表，在山东北部、天津、河北等地盛行。齐鲁菜清香、鲜嫩、味纯，尤重制汤，用高汤调制是济南菜的一大特色。德州菜也是齐鲁风味中重要的一支，代表菜有：德州脱骨扒鸡、糖醋鲤鱼、九转大肠（图7-2）、说爆双脆。

