

"不忘初心 牢记使命" 主题教育专题党课





坚守教育初心 坚持立德树人 全面提升江苏海洋大学本科人才培养质量

宁晓明 2019年11月12日



坚守教育初心 坚持立德树人 全面提升江苏海洋大学本科人才培养质量







一、坚持学深悟透,深刻理解思想的理论精髓



二、坚持实事求是, 客观分析本科教育基本情况



三、坚持以本为本,着力提高学校本科教育质量



四、坚持知行合一,切实提升党员干部执行力







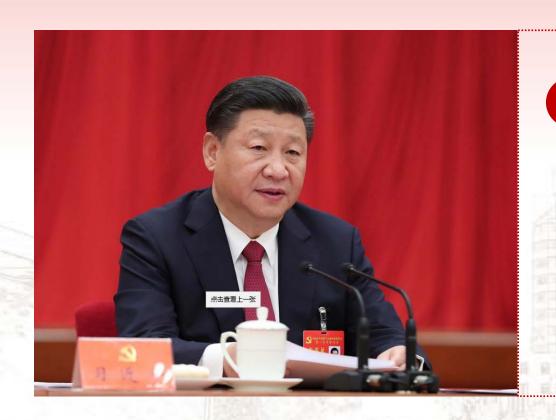
第一部分

坚持学深悟透,深刻领会习近平新时代 中国特色社会主义思想的理论精髓



一、坚持学深悟透,深刻理解习近平新时代中国特色社会主义思想的理论精髓





习近平新时代中国特色社会主义思想的理论精髓

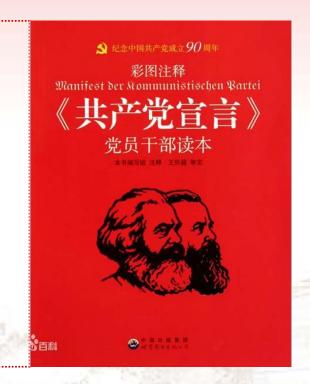
(一)理论精髓的基本内涵

(二)理论精髓的重要意义



1.坚持人民中心的价值维度

人民中心,是马克思主义价值观的生动表达,是中国特色社会主义本质的内在要求,是中国共产党的最高价值遵循。马克思主义创始人在《共产党宣言》中明确指出,共产党人"没有任何同整个无产阶级的利益不同的利益。他们不提出任何特殊的原则,用以塑造无产阶级的运动"。





1.坚持人民中心的价值维度



在十八届中共中央政治局常委同中外记者 见面时的讲话中,刚刚当选党的总书记的 习近平同志就饱含深情地强调:"人民对 美好生活的向往,就是我们的奋斗目标。"

在十八届五中全会上,习近平总书记提出,"必须坚持以人民为中心的发展思想,把增进人民福祉、促进人的全面发展作为发展的出发点和落脚点"。正是在这次会议上首次提出了以人民为中心的发展思想。





1.坚持人民中心的价值维度



在庆祝中国共产党成立95周年大会的讲话上,习近平总书记强调:"坚持不忘初心、继续前进,就要坚信党的根基在人民、党的力量在人民,坚持一切为了人民、一切依靠人民,充分发挥广大人民群众积极性、主动性、创造性,不断把为人民造福事业推向前进。人民立场是中国共产党的根本政治立场,是马克思主义政党区别于其他政党的显著标志。"





2.坚持实事求是的事实维度



实事求是,是对辩证唯物主义和历史唯物主义的高度概括,贯穿于唯物辩证法、实践认识论、价值论和唯物史观之中。在马克思主义中国化历史进程中,毛泽东同志将之用中国化的语言,形象概括为"实事求是":"'实事'就是客观存在着的一切事物,'是'就是客观事物的内部联系,即规律性,'求'就是我们去研究。"





2. 坚持实事求是的事实维度



在2013年12月3日中央政治局第十一次集体学习的讲话中,习近平总书记指出:"社会存在决定社会意识。我们党现阶段提出和实施的理论和路线方针政策,之所以正确,就是因为它们都是以我国现时代的社会存在为基础的。党的十八届三中全会对我国全面深化改革作出了总体部署,是从我国现在的社会存在出发的,即从我国现在的社会物质条件的总和出发的,也就是从我国基本国情和发展要求出发的。"

在2015年1月23日中央政治局第二十次集体学习的讲话中,他再次强调:"要学习掌握世界统一于物质、物质决定意识的原理,坚持从客观实际出发制定政策、推动工作。"



3.坚持知行合一的实践维度

只有坚持实事求是和人民中心的有机统一,才能达到对事物真正的"知",而"知"的目的在于"行"。马克思主义是科学性与实践性的有机统一。科学性强调的是知,即对事物的本质、发展规律、历史逻辑的真理性认识,使主观世界能更好地认识客观世界;实践性,强调的是行,即通过实践,在改造主观世界的同时更好地改造客观世界。

知行合一



习近平总书记数次强调,要多了解王阳明的"心学"和知行合一思想。正是基于对马克思主义实践认识论与中华优秀传统文化的深刻理解和认知,在新的历史起点上,习近平总书记多次强调在"知"的前提下的刚性执行力。他说:"知"是基础、是前提,"行"是重点、是关键,必须以"知"促"行"、以"行"促"知",做到知行合一。"





3.坚持知行合一的实践维度



习近平十分强调实干的重要性,他多次指出:

"空谈误国,实干兴邦"

"实干才能梦想成真"

"关键在于落实"

(二)习近平新时代中国特色社会主义思想理论精髓的重要意义



1.坚持人民中心

习近平总书记强调:"要着力践行以人民为中心的发展思想。人民为中心的发展思想,不是一个抽象的、玄奥的概念,不能只停留在口头上、止步于思想环节,而要体现在经济社会发展各个环节。"

人民中心



具体体现

坚持以人民为中心,具体到我们江苏海洋大学来说,就是要坚持立德树人,做好育人的工作,这是大学的立身之本,也是一所大学的初心和使命所在。学校现有本科生19500余名,对我们这样一所以本科教育为主的大学来说,本科人才培养质量是学校发展的生命线,也是检验我们是否践行初心和使命的重要标准。



(二)习近平新时代中国特色社会主义思想理论精髓的重要意义



2.坚持实事求是

习近平总书记在庆祝中国共产党成立95周年大会上明确指出:我国仍处于并将长期处于社会主义初级阶段的基本国情没有变,我国是世界最大发展中国家的国际地位没有变。这是我们谋划发展的基本依据。这一基本依据,鲜明体现了实事求是的理论精髓。

实事求是



具体要求

我们在理解和把握一所大学的初心和使命的过程中,也必须要坚持实事求是的事实维度,认真分析 目前本科教育所面临的基本形势,深刻领会国家和省级各个层面针对本科教育出台的一系列政策文 件,客观分析本科教育存在的主要问题,把影响本科人才培养质量的关键薄弱环节梳理清楚,这也 是我们谋划本科教育工作的基本依据。



(二)习近平新时代中国特色社会主义思想理论精髓的重要意义



3.坚持知行合一

习近平指出,每一项事业,不论大小,都是靠脚踏实地、一点一滴干出来的。"道虽迩,不行不至;事虽小,不为不成。"这是永恒的道理。他表示,"我在长期工作中最深切的体会就是:社会主义是干出来的"。

知行合一



具体指导

自去年6月份召开新时代全国高等学校本科教育工作会议以来,从国家和省级各个层面密集出台多个政策文件,全面加强本科教育已是大势所趋,现在的关键就是如何做到"知行合一",把上级精神落实为学校的具体举措,以强有力的执行力,以"抓铁留痕、踏石留印"的韧劲,把各项举措落实到位。







第二部分

坚持实事求是,客观分析本科教育基本情况



二、坚持实事求是,客观分析本科教育基本情况





本科教育基本情况

- (一)本科教育的政策分析
- (二)本科教育的主要问题





1.新时代全国高等学校本科教育工作会议



2018年6月21日,教育部在四川大学组织召开了新时代全国高等学校本科教育工作会议,会议主题为——坚持"以本为本",推进"四个回归",加快建设高水平本科教育,全面提高人才培养能力。改革开放40年来,教育部召开全国会议专门研究部署高等学校本科教育工作,这还是第一次。

吹响了新时代全面振兴本科教育的号角





2.关于加快建设高水平本科教育 全面提高人才培养能力的意见



2018年10月8日,教育部出台《关于加快建设高水平本科教育全面提高人才培养能力的意见》,简称"新时代高教40条",这是在新时代背景下,推进本科教育工作的战略性指导意见。该意见包括10个方面40条,分为重要意义和形势要求、指导思想和目标原则主要任务、加强组织实施等四个部分内容。

"新时代高教40条"是推进本科教育工作的战略性指导意见





3.关于实施一流本科专业建设"双万计划"的通知



2019年4月4日,教育部出台了《教育部办公厅关于实施一流本科专业建设"双万计划"的通知》。通知指出,2019—2021年,建设10000个左右国家级一流本科专业点和10000个左右省级一流本科专业点。"双万计划"面向各类高校、面向全部专业,采取分"赛道"建设、"两步走"实施。





4.关于深化本科教育教学改革 全面提高人才培养质量的意见



2019年10月12日,教育部出台了《关于深化本科教育教学改革全面提高人才培养质量的意见》。该意见从严格教育教学管理、深化教育教学制度改革、引导教师潜心育人、加强组织保障等4个方面,提出了22项举措。

学生 忙起来 教师 强起来

管理 严起来

效果 实起来





5.关于一流本科课程建设的实施意见



2019年10月31日,教育部出台了《关于一流本科课程建设的实施意见》。意见指出,全面开展一流本科课程建设,树立课程建设新理念,推进课程改革创新,实施科学课程评价,严格课程管理,立起教授上课、消灭"水课"、取消"清考"等硬规矩,夯实基层教学组织,提高教师教学能力,完善以质量为导向的课程建设激励机制,形成多类型、多样化的教学内容与课程体系。

经过三年左右时间,建成万门左右国家级和万门左右省级一流本科课程(简称一流本科课程"双万计划")。





6.关于加快培养一流人才 建设一流本科教育实施意见

江苏省教育厅文件

苏教高[2019]5号

省教育厅关于加快培养一流人才 建设一流本科教育的实施意见

各本科高等学校:

本科教育是高等教育之本,加快培养一流人才,建设一流本科教育,是教育现代化的重要方面,是深入推进教育强省建设的基础工程。为全面贯彻党的教育方针,落实《中国教育现代化2035》和《加快推进教育现代化实施方案(2018-2022年)》,坚持"以本为本",全面提高人才培养能力,现提出如下实施意见。

一、指导思想和发展目标

(一) 指导思想

深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想和党的

2019年4月15日,江苏省教育厅出台了《关于加快培养一流人才建设一流本科教育实施意见》,提出本科教育8个方面28项重点任务与举措, 并公布了5个专项实施方案,涵盖加强教风学风建设、规范教学秩序、加强基层教学组织建设、推进通识教育、试点荣誉教育制度等方面内容。





1.本科生思想政治教育方面

思政课师资数量不足且结构不合理。目前思想政治理论课师生比为1:486,距离《关于深化新时代学校思想政治理论课改革创新的若干意见》要求的师生比不低于1:350,仍有较大差距。现有23名专职教师中,45岁以上的占87%。博士引进比较困难,近5年,只引进了3名博士。

"课程思政"改革有待深入推进。仍有相当数量的教师对"课程思政"的重要性认识不充分,针对"课程思政"的研究相对比较少,"课程思政"的针对性、感染力和实效性还有待进一步增强。

3 "三全育人"思想政治教育格局和机制还有待进一步健全完善,学生思想政治工作实效性、针对性还有待加强。





2.本科生学习情况方面

学生参与课堂的活跃度比较低

数据显示,课堂上经常性提问或参与讨论的同学占26.09%,整体来看学生参与讨论的主动性不高;课堂上就某一主题做有预先准备的占33.61%,学生提前预习占比较低,一定程度上影响了课堂教学活跃程度。

课程学习更多地强调知识记忆

数据显示,强调经常性记忆课堂中的事实、观点或方法的同学占75.41%,而强调经常运用理论或概念解决实际问题,或将其运用于新的情境的同学占比仅为40.79%。

课程学习评价方式有待进一步优化

数据显示,"划定的范围和重点,但需理解和运用"的考试内容占比最高,经常性以上占比达到72.26%, 说明学校考前划范围及重点现象依然比较普遍。





2.本科生学习情况方面

学生投入学习精力不足

数据显示,本学年一周(7天)花在学习上的时间平均为27.2小时,参加社团活动平均为13.3小时,上网娱乐的时间平均为17.9小时。参加社团活动和上网娱乐的时间合计已经超过花在学习上的时间。

学生课外阅读量比较低

数据显示,学生在非指定的书籍(拓宽知识面或休闲)年阅读量方面,5.46%学生阅读量为0,50.96%的学生阅读量仅1-4本。





3.教师教学能力方面

- 教师的教育思想观念有待进一步解放,以学生为中心、产出导向、持续改进的"OBE"理念需要进一步有效落实。
- > 部分教师责任心不强,不敢或不愿对学生严格管理。
- > 教学培训制度体系尚不健全,教师教学能力有待进一步提升。
- 科研优势向教学优势的转化不足,教师投入教育教学改革,将科研成果转化为教学资源的积极性不高、动力不足,吸收学生参与科研的数量偏少,成果显示度还不够强。
- > 引导教师潜心投入本科教育教学的动力机制还有待完善。





4.专业建设方面

专业总量偏多,专业动态调整机制有待进一步健全;涉海专业优势还不够突出,专业结构与江苏海洋经济和连云港临港产业转型发展的契合度还不高。

适应区域经济社会发展新需求,多学科开放融合的"新工科、新医科、新农科、新文科"等新兴专业建设有待加强,部分传统学科专业需要进一步升级改造。

专业综合实力有待进一步提高。目前通过专业认证的专业数量还比较少,部分专业培养目标定位不够准确,培养理念不够先进,学科支撑度不强,对区域经济社会发展贡献度有待提高。





5.教育教学改革方面

- **立** 支撑高质量人才培养的教育教学资源仍显不足,体现办学水平的金师、金课、金教材数量不多,特别是在国家级精品在线开放课程、虚拟仿真实验项目建设等方面尚未取得重大突破。
- 2 优质课程数量相对不足,通识课程资源相对匮乏,在线开放课程建设覆盖面小,教学应用 还不普遍。
- 重大教育教学改革的顶层设计不够,超前布局、有效培育不足,难以催生在全省乃至全国有 影响、可推广的重大教改成果。
- 李验教学、实训管理和实习基地建设仍存在薄弱环节,特别是大量采用分散实习,实习管理 难度大,效果比较差。





6.质量保障方面

1 质量标准体系、评价体系和反馈机制还不够完善,全员育人的质量文化尚未充分建立,促进教学质量 持续改进的制度和举措比较少。

② 评价指标还不能充分体现课程高阶性,不能很好地体现学生为中心和成果导向理念,对学生的学习效果关注度还不够。

3 质量监控没有很好地形成闭环,监控结果还不能及时反馈到教学水平提升和培养方案修订中。







第三部分

坚持"以本为本",着力提升学校本科教育质量





深刻领会上级文件的精神

立足学校本科教育的问题

问题导向

加强学校本科 教育工作举措 把思想政治教育贯穿人才培养全过程

切实提升教师教书育人能力

着力提高专业建设水平

强化教学资源建设

深化教育教学改革

加强交流合作

健全质量保障体系

加强统筹协调





1.把思想政治教育贯穿人才培养全过程

- 坚持用习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人,加快构建思想政治工作体系,推动形成"三全育人"工作格局。
- 加强思想政治理论课建设。加大人才引进力度,进一步优化思想政治理论课教师队伍结构;推动思想政治理论课改革创新,不断增强思想政治理论课的思想性、理论性和亲和力、针对性。
- 把课程思政建设作为落实立德树人根本任务的关键环节,坚持知识传授与价值引领相统一、显性教育与 隐性教育相统一,充分发掘各类课程和教学方式中蕴含的思想政治教育资源,努力形成课程思政与思政 课程紧密结合、同向同行的育人格局。





2.切实提升教师教书育人能力

完善教师分类管理和分类评价办法,完善"学生评教、专家督导、同行评议、院系评价、自我诊断"五位一体的综合评价方式

以学科专业课程群为依托, 建设优秀教学团队。实行团 队负责人制,逐步推行团队 教学,逐步实施团队考核



完善师德师风建设机制 落实师德师风第一评价标准 建立健全教师荣誉体系

坚持新教师助课制度 坚持开展教研活动 坚持开展各类教学竞赛和示范公开课活动 建立教师教学能力培训积分制度





3.着力提高专业建设水平

适时调整专业结构

坚持"需求导向、规模适度、特色优先"的原则,完善专业建设规划,动态调整专业结构;开展"新工科、新医科、新农科、新文科"专业建设。构建国家、省、校三级一流专业建设体系;加强涉海洋类相关专业建设。

优化人才培养方案

贯彻成果导向(OBE)教育理念,改进人才培养模式,推进专业大类培养,优化"平台+模块"课程体系。 把思想政治教育和创新创业教育贯穿人才培养全过程,促进学生德智体美劳全面发展。

推进专业认证和综合评估

建立学校专业认证和专业评估常态化机制,完善管理和激励措施,以专业认证和专业评估为抓手,全面推进专业内涵建设,提高专业建设水平。





4.强化教学资源建设

积极打造"金课"

完善"国家级—省级—校级"三级课程建设体系,开展课程评估,建立健全教案审核制度。以建设国家和省级精品在线课程为重点,加大在线课程引进、建设和使用力度,制订在线课程学分认定办法。制定学校高水平应用研究型系列教材建设计划,以高水平课程和教材为基础,选配优秀教师,打造"金课"。

打造高水平实践平台

完善实验室建设和管理制度,强化实验室安全教育,加强实验室安全运行督导,提高仪器设备使用效益, 严格实验室绩效考核。提升实验室建设与管理的信息化水平,建设高水平虚拟仿真实验项目。





5.深化教育教学改革

- 提升课堂教学水平。加快推进信息技术与教育教学的深度融合,完善线上开放课程学分认定办法。打造适应学生自主学习的智慧课堂、智慧实验室。鼓励采取启发讨论、问题探究等教学方法和组织方式。
- 强化学习过程管理。优化课程学习评价方式,推动评价方式多样化。加强过程考核,从单次评价向多次评价转移。鼓励改革考核方式,逐步实行教考分离,确保课程学习达成度,推动学习风气健康发展。

3 完善通识教育方案。贯彻落实《江苏高校推进通识教育专项实施方案》,设立通识教育管理机构,进一步优化通识教育课程体系,融入海洋文化特色,创新通识教育教学模式和教学方法。





5.深化教育教学改革

- 深化美育教育。坚持社会主义核心价值观引领,成立美育教育中心,建设美育师资队伍,拓展美育教育 3 资源,完善美育课程体系,拓展美育"第二课堂",营造校园美育氛围,全面提高大学生审美素质和综合素养,真正做到"培根铸魂"。
- 加强劳动教育。制定劳动教育实施方案,创新劳动教育形式,提升劳动教育针对性,引导大学生形成对劳动的正确态度和看法,养成热爱劳动的习惯。
- 加强创新创业教育。开展优秀人才培养"领航计划",逐步推进"新工科""新商科""新文科"等创新人才培养实验班实践,健全创新创业教育体系,构建校院两级创新创业平台,引领大学生深度参与、融入科研。开设"海洋科学"菁英班,培养海洋类拔尖创新人才。





6.加强交流合作

加强国内外交流与合作

加强与海洋科研院所、涉海高校以及行业主管部门、地方政府等多层次、宽领域的交流与合作,鼓励教师在国际学术机构任职、担任国际刊物编委,举办和参加高水平国际学术会议。选拔优秀教师赴世界著名高校或科研院所访学交流。制定教师参与国际化课程建设及全英文教学的激励政策。

推进人才培养国际化

多渠道扩大学生海外学习交流规模,拓展国际视野和跨文化交际能力。充分实施江苏省、连云港市留学资助计划,完善留学生教学、管理、服务模式,提高留学生培养质量。





7.健全质量保障体系

- 完善教学质量标准体系。修订教学各环节质量标准。创新课堂评价方式,建立健全教师自我评价、学生评教、同行评教、校院两级督导评教和教师评学"全过程、多元参与"的课堂教学效果综合评价机制。
- 优化教学质量监控体系。完善学校、院系、师生三个层面的教学质量管理责任制度,优化"学生评教、 校院两级督导、质量年报、专业满意度调查、专项重点检查"五位一体的教学质量监控体系。构建覆 盖"生源输入—培养过程—毕业出口"完整的本科教学质量监控保障与评价数据分析体系。
- 强化教学质量过程督导。加强教学督导团队建设,建立专兼结合的校院两级教学督导队伍。拓展督导范围,形成"督学、督教、督管","导学、导教、导管"的教学督导机制。完善教学督导数据平台和督导评价指标体系。





7.健全质量保障体系







8.加强统筹协调

高度重视本科教育教学

学校定期召开本科教育教学工作会议,学校党委会定期听取本科教育教学工作专题汇报。各学院每学期召开本科教育教学工作会议,各学院党政联席会定期审议和决定本科教育的重点事项。

加强组织协调

加强教务、学工等部门的协同,研究部署一流本科教育教学,推进国家级、省级一流本科专业建设和课程建设任务落实。各学院结合实际情况,制定学院行动计划,精心组织,整体推进,确保落实。

加强基层教学组织建设

建设适应新时代发展要求的基层教学组织,制定基层教学组织的工作规范与管理制度,增强教师教书育人的责任感、使命感、荣誉感。





8.加强统筹协调

加大经费投入

切实提高本科教育经费投入,保障本科教学经费预算足额到位。完善教学奖励办法,提高教师投入教育教学积极性。鼓励学院利用各种渠道筹集经费,构建多元化的教学建设和改革经费来源体系。

注重宣传引导

推动全校全员高度重视本科教育教学改革,加强本科教育教学改革政策宣传和宣讲,积极选树先进典型,宣传和表彰多年潜心教学、教学成果突出的教师以及刻苦学习、学习成效显著的学生。鼓励各学院、各部门大力宣传本科教育教学改革过程中的好做法和经验。







第四部分

坚持知行合一,切实提升党员干部执行力







习近平总书记特别强调崇尚实干,"一分部署、九分落实"。他指出: "崇尚实干、狠抓落实是我反复强调的。如果不沉下心来抓落实,再好的目标,再好的蓝图,也只是镜中花、水中月。"

强调刚性落实、崇尚实干的知行合一,是习近平总书记治国理政的着力点和突出特点,也是习近平新时代中国特色社会主义思想一以贯之的理念。







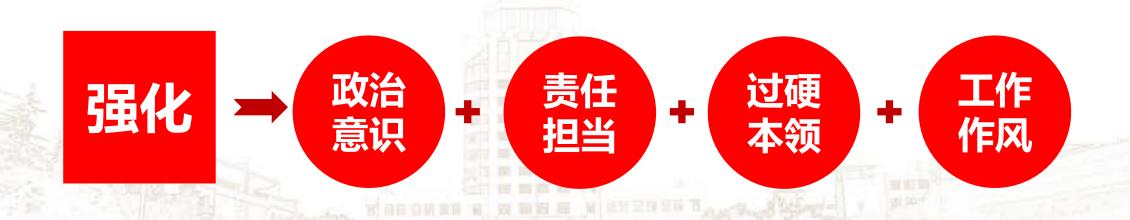
回顾学校事业发展的历程,我们每项事业的进步,每次发展的跨越,都是通过一件一件实事积累起来的,凝聚着大量具体而艰辛的劳动,"不行""不为",永远实现不了目标。

真抓实干、马上就办,狠抓落实、紧盯细节,通过强有力的执行力,把思路变成决策、把决策变成措施、把措施变成行动、把行动变成成果,才是不断前进的"成功密码"。





口 执行力就是学校的一种核心竞争力,是领导和推动事业发展、 决定事业成败的关键。







1. 必须强化政治意识

- 提高执行力,必须从讲政治的高度来认识,以政治意识确保执行方向,着力增强执行的自觉性、坚定性。
- > 要把认真领会学校党委精神、贯彻落实学校党委关于提升本科教育质量重要决策部署作为增强执行力的首要任务,做到认识统一、言行一致。
- 对学校明确的本科教育方面的重点工作,要高度重视、认真落实,不敷衍、不应付,以高度负责的态度、以严肃认真的作风,踏踏实实、认认真真完成各项工作任务,确保工作落实不迷航、不跑偏。





2. 必须强化责任担当

- 广大党员干部要积极履职尽责、主动担当作为,发扬忠于职守、埋头苦干的精神,全力提升本科教育质量。
- 要有迎难而上的勇气,面对矛盾敢于迎难而上,面对本科教育工作中的硬骨头、改革中的难题,敢于挺身而出,积极想办法、出对策、作决策,以大智慧去化解矛盾、推动发展。
- 还要有无怨无悔的奉献精神、博大的胸怀,切实发挥主人翁的精神,把育人工作当作自己的事业、当作自己毕生追求的奋斗目标,去推进、落实。





3. 必须强化过硬本领

提高领悟力

准确领会党委决策意图、吃透精神,强化战略思维、系统思维,善于立足大局、拓展视野,善于在学习、思考和分析中提炼核心思想,找准本质要害,善于结合工作实际,层层细化任务,提高执行精准度。

提高统筹力

坚持当前与长远、整体与局部相统一,抓重点、抓关键,将工作重心放在推进本科教育 高质量发展上来。

强化控制力

加强全过程监察督导,及时纠偏正向,把各项工作落到实处。

增强创新力

主动适应新形势新使命,重点关注学校本科教育工作中出现的新情况、新问题,不断总结新经验、探索新路子,在开拓创新中实现工作的新发展新突破。





4. 必须强化工作作风

- 执行力强弱反映作风高低,提高执行力必须弘扬求真务实的作风,用严实的作风提升执 行效率。
- 要强化时间观念和效率意识,对学校做出关于本科教育的决策、部署的工作、定下的事情,绝不拖沓,紧抓快办。
- 要精益求精、好上加好,把执行标准和执行规范立起来,把工作干到极致、潜力挖到极致,积极培育精品亮点,发挥示范引领作用。
- 要保持坚忍不拔的意志韧性,发扬钉钉子的精神狠抓落实,切实把精力用在谋实招、办实事、解难题上,将坚持"以本为本",推进"四个回归"的政策措施转化为各个岗位的实干苦干,真正做到抓铁有痕、踏石留印。



坚持"以本为本" 推进"四个回归"

为建设高水平本科教育、全面提高人才培养能力而努力奋斗

谢谢大家