

## 学校健康教育实施方案

### 篇1：学校健康教育实施方案

为进一步完善我校健康教育，不断提高健康教育的质量，学校对健康教育管理机构作了相应计划。《中共中央、国务院关于卫生改革与发展的决定》中指出：“健康教育是公民素质教育的重要内容，要十分重视健康教育”。结合我校工作实际和要求，实施健康教育工作如下：

#### 一、指导思想，以人为本

青少年是祖国的未来，健康教育为治本之策。学校健康教育以“健康第一”的思想为指导，一切为了学生，为了一切学生，为了学生的一切。学校发展以教师为本，学校教育以学生为本，培育学生养成良好的健康行为习惯，把学校建成师生生活的家园、学习的乐土、精神的圣殿、成才的摇篮。

#### 二、明确任务，重在落实

《学校卫生工作条例》明确规定了学校卫生工作的主要任务：监测学生健康情况；对学生进行健康教育，培养学生良好的卫生习惯；改善学校卫生环境和教学卫生条件；加强对传染病、学生常见病的预防和治疗。要求普通中小学必须开设健康教育课，加强心理卫生工作。

#### 三、健康教育，规范管理。

##### 1. 卫生教学，传授知识

(1)课堂健康教育，做到“五个有”：即有教材、教师、教案、教时、评价。我校三个年级使用的教材是由教育部规定的全日制普通中学教科书《体育与健康》，教材人手一册，师资安排落实，教师按课本授课，备好教案，期末有测试评价。

(2)为学生提供心理、生理卫生知识教育服务。在全校开设《体育与健康》课程的基础上，开设心理健康讲座。建立心理咨询室，开展心理咨询活动，培养青少年提高调控情绪的能力，形成坚强的意志品质，具有预防心理障碍和保持心理健康的能力，具有和谐的人际关系、良好的合作精神和积极的社会责任感，适应社会竞争发展的需求。

(3)提高预防疾病的意识和能力，让学生了解艾滋病、性病的传播途径和预防措施，了解流行性感冒、病毒性肝炎、细菌性痢疾等的传播途径和预防措施，了解心血管疾病、癌症、糖尿病、遗传性疾病、地方病等非传染性疾病的起因和预防措施。

(4)控烟知识教育。在办公室、公共场所、醒目位置设置明显的控烟、劝阻吸烟的标志、标识。加强教职工及家属行为规范管理，教职工不得在校园公区、学生面前吸烟。大

力营造吸烟有害健康的舆论。特别要教育青少年学生坚决不吸第一支烟。

(5)食品卫生。严格执行食品卫生法律法规，学校与食堂责任人签订安全责任状。严把食品进货关和加工操作关。掌握和应用营养知识，了解食物营养价值与合理膳食的构成，懂得学习、劳动、生活过程中对饮食营养卫生的要求，能设置简单的营养配餐处方。

(6)活动渗透健康教育，培养良好行为习惯。告别不文明不讲卫生的陋习，促进学生健康成长。

(7)巩固《学生健康教育校本课程研究》，指导学生的心理健康，让所有的学生以良好的心态完成高中学业，个个喜获成功。

## 2 . 卫生环境，有益健康。

(1)在硬件上，校舍、采光、用水、安全、厕所、桌椅配置等均达到国家标准，与环境自然和谐共处。在软件上，政策落实，制度到位，急救、防灾有预案，卫生服务优良，档案资料齐备，实行依法治理。

(2)通过宣传教育，让师生员工及家属懂得环境对身体健康的影响，避免在不利于身体健康的环境(如大雾、灰尘、噪声等)中进行体育活动等。提升绿色环保理念，理解可持续发展观。

(3)教育师生逐步形成健康的生活方式，自觉注意合理的营养和饮食卫生，较为合理地安排作息时间，自觉做到不吸烟、不酗酒、远离毒品，在形成自我健康生活方式的基础上影响家人并帮助同伴养成良好的生活习惯。

(4)搞好健康教育宣传橱窗，印发健康知识宣传资料，利用学校媒体加大宣传教育力度，组织物业管理人员负责除“四害”、厕所消毒、垃圾无害处理、及时外运垃圾等工作。

## 3 . 卫生服务，健康监测。

(1)每学期对学生进行一次全面的常规体检，健全中学生体质健康卡制度，分析体检数据，做好预防近视等工作。

(2)适时安排教职员每年体检一次，高级骨干教师体检两次。

(3)加强校保健室建设。保健室设正式医务职工4人，改革校保健室管理办法，不断提高业务水平，热情为广大师生提供优质保健服务。

## 4 . 争做文明人，自觉遵守文明卫生准则，从我做起影响他人。

(1)不随地吐痰；(2)不乱倒垃圾；(3)不乱扔杂物；(4)不乱穿街道；(5)不乱停

车辆；(6)不乱贴乱画；(7)不破坏绿化；(8)不损坏公共设施；(9)不说脏话粗话；(10)不在禁烟场所吸烟。

### 5.全面发展，健康心理

学校建立学生心理健康咨询室，配备了心理指导教师，定期进行心理讲座，发放心理健康知识手册，疏通学生心理困惑。

没有健康就没有尊严。健康是社会、经济和个人发展的主要资源，是生活质量的重要部分，让我们人人享有健康，为学校的稳定发展立足岗位做奉献。

2013.12

## 篇2：学校健康教育实施方案

### 一、指导思想

全面贯彻落实党的十九大精神和习近平新时代中国特色社会主义思想，在校园和广大师生中牢固树立“健康第一”理念，把健康教育融入学校教育教学各个环节，关注生命全周期、健康全过程，引导学生树立正确健康观，形成健康的行为和生活方式，发展素质教育，促进学生全面发展。

### 二、组织管理和制度建设

学校要成立校长或分管校长为组长的健康教育与健康促进工作领导小组，明确相关职能部门职责，每季度召开1次工作例会。要将健康教育与健康促进工作纳入学校重点工作，所需经费在学校公用经费中列支。每年要制定健康教育与健康促进工作计划，根据学校特点和学生主要健康问题，选择合适的健康问题作为切入点。要有专人负责健康教育与健康促进工作。要加强健康教育师资建设，严格落实健康教育师资配备要求，定期邀请专业机构开展专业培训，加强对专兼职健康教育教师的培养培训，不断提高健康教育教师上好健康教育课的能力和水平。要认真整理收集工作记录，完成年度工作总结。

按照《中小学健康教育指导纲要》《普通高等学校健康教育指导纲要》要求，结合学校实际和学生健康需求，进一步完善和细化包括校内全面禁烟、食品安全、饮水和环境设施、合理安排课时、保障学生每天不少于2小时体育活动时间、开设健康教育课、开展健康教育活动、提高学生健康素养、查验预防接种证、禁用违禁药物、确保学生安全、突发事件应急预案、困难学生帮扶等内容在内健康教育制度。

### 具体工作措施

(一) 加强学生健康管理。学校要建立健全学生健康档案，每年必须对学生进行1次常规健康体检，不得更改或减少规定的体检项目，严格省市有关文件执行，保证学生健康。

体检的质量，对体格检查中发现学生有器质性疾病的，要配合学生家长做好转诊治疗。要掌握学生成长发育、体质健康状况及变化趋势，在专业机构指导下，研究制定切实有效的改进和干预措施。要制定切实可行的学生常见病防治工作计划，认真做好近视眼、弱视、沙眼、龋齿、寄生虫、营养不良、贫血、脊柱弯曲、神经衰弱等学生常见疾病的群体预防和矫治工作。要开展超重、肥胖、血压偏高等慢性病高危个体的筛查，制定有针对性的干预方案，及时向家长反馈相关信息，预防慢性病发生。要推进学校心理健康指导服务，加强学校心理健康教师、心理辅导人员培训，规范学校心理健康教育指导中心设置，健全心理健康发展服务网络。

（二）强化学校健康教育工作。围绕学生健康需求，采取学科教学和班会、团会、校会、升旗仪式、专题讲座、墙报、板报、健康教育宣传栏等形式开展健康教育，提高健康教育质量。全面贯彻落实《中小学健康教育指导纲要》《普通高等学校健康教育指导纲要》要求，严格落实健康教育课时，学科教学每学期应安排6—7课时。切实把健康教育融入教育教学各个环节，发挥课堂教学主渠道作用，把体育与健康和生物、社会实践等课程和学科教育教学有机结合，因校制宜，创新工作举措。要重点围绕传染病预防、减盐、控烟、营养膳食、正确用眼、正确刷牙、科学锻炼等核心知识与技能，结合各类健康问题的季节性流行特点，有针对性地开展健康教育，要认真落实初中学段6课时、高中学段4课时预防艾滋病专题教育时间。

（三）积极开展健康教育宣传活动。要把开展“全国爱耳日”（3月3日）、“世界睡眠日”（3月21日）、“世界防治结核病日”（3月24日）、“世界卫生日”（4月7日）、“世界地球日”（4月22日）、“全国预防接种宣传日”（4月25日）、“世界红十字日”（5月8日）、“国际护士节”（5月12日）、“中国学生营养日”（5月20日）、“世界无烟日”（5月31日）、“世界环境日”（6月5日）、“全国爱眼日”（6月6日）、“世界献血日”（6月14日）、“世界人口日”（7月11日）、“中国医师节”（8月19日）、“全国爱牙日”（9月20日）、“世界精神卫生日”（10月10日）、“世界艾滋病日”（12月1日）和“全国爱国卫生月”（4月）、“全国禁毒宣传月”（6月）等重要时间节点活动纳入健康教育活动，充分利用互联网、广播、宣传栏（每年至少6期）、微信、微博等阵地和载体，采取学生喜闻乐见、易于接受的形式，开展寓教于学、寓教于乐的健康教育活动。

（四）增强学生体质。学校应当通过早操、体育课和课外体育活动等形式，保证学生在校期间每天校园体育活动不少于2小时。体育课课时应达到小学1-2年级每周4学时，3-6年级和初中每周3课时，高中每周2课时。体育锻炼时间和运动负荷应达到《中小学生体育锻炼运动负荷卫生标准（WS/T101-1998）》要求。学校应当按照国家学生体质健康标准，每学年对学生进行速度、耐力、柔韧性、爆发力等方面的测试，确保40%以上学生达到《国家学生体质健康标准》良好以上等级，并逐年增长。建立学生体质健康档案并确保相关数据真实、完整、有效。通过积极开展体育锻炼，切实增强学生体质，有效预防和减缓近视，提高免疫力和身体抗病能力。

（五）加强学生心理健康教育。

学校应当对学生进行心理健康教育，按照规定的标准配备心理健康教育教师、辅导人员，设立心理健康辅导场所，在《中小学心理健康教育指导纲要》指导下，根据不同年

级学生生理、心理发育特点，开展特定主题的心理健康教育活动，提高学生心理健康素养。为有需求的学生提供心理信箱、心理咨询等渠道的心理援助，不得泄露在心理辅导中知悉的学生个人信息。学校应动员学生家长关注学生的行为习惯和心理状况，加强与家长、社会力量相互沟通、配合，对行为有偏差、心理有障碍的学生及时给予关心、疏导和治疗。

（六）积极创建卫生健康校园环境。学校应当积极开展爱国卫生运动，加强卫生管理工作，改善卫生环境和卫生条件加强卫生管理工作，改善卫生环境和卫生条件。在新学期开学前，要对校内环境卫生进行彻底检查和清扫。每学期开学后，要加强教室、宿舍、图书馆、食堂、体育馆等人群聚集场所的通风换气，保持室内空气流通，确保学校环境整洁优美，无卫生死角，无安全隐患。

学校教学建筑、体育设施，教室和宿舍的采光、通风、照明、取暖、降温等环境质量，以及课桌椅的设置，应当符合国家有关标准。其中教室人均使用面积小学不低于1.15平方米,中学不低于1.12平方米；前排课桌前缘与黑板不低于2米；桌椅每人一席；教室应配备9盏以上40瓦荧光灯。新建教学楼每层设厕所，女生15人一蹲位，男生30人一蹲位，有洗手设施，厕所应保持卫生清洁。校园应符合无烟学校参考标准，校内无人吸烟，无烟头，无烟草销售和广告，有禁烟标识。

（七）加强食品安全管理。学校应当落实食品安全管理责任，建立食品安全管理制度，安排专门人员负责学校食品安全管理工作，确保饮食安全。严格管控食品、原材料和餐具采供渠道，定期开展食品安全隐患排查，严格加工制作、消毒清洗、留样管理等重点环节和重点岗位管理。规范食品加工制作流程和分区管理，严防食品交叉污染。积极推进学校食堂“明厨亮灶”工程，实行阳光操作和透明化管理。定期开展学校生活用水和师生饮用水水质监测，保障师生饮水安全。面向师生多途径、多形式开展食品安全宣传教育，强化食品安全科学知识和法律知识普及。鼓励学校食堂配备专职或者兼职营养师。

## 篇3：学校健康教育实施方案

健康教育是国家确定的基本公共卫生服务项目之一，健康教育在提高居民健康素养、倡导健康的生活方式、预防和控制传染病和慢性病等方面起着重要的作用。为实施国家基本公共卫生服务项目，加强健康教育工作，为全市居民提供优质健康教育服务，特制定本方案。

### 一、项目目标

#### （一）总目标

建立健全全市健康教育服务网络;提高城乡公共卫生服务机构健康教育人员专业技术服务水平;以公民健康素养66条为基本内容，在城乡居民中普及基本健康知识，培养基本健康行为，倡导健康文明的生活方式，使其掌握自我保健的基本技能，城乡居民健康素养普遍提高。

## (二)年度目标

20XX年城乡居民健康66条传播活动覆盖率和重点人群相关健康知识知晓率分别达到70%和60%以上。20XX年分别达到80%和70以上。

## 二、项目实施范围和内容

20XX年项目在全市所有县(区)开始实施，主要内容如下：

### (一)制定健康管理规范

严格执行卫生部制定的国家基本公共卫生服务项目《健康教育服务规范》，结合我市实际，必要时制定补充规定。统一规范服务对象、内容、方式、流程等。根据社会经济发展状况、居民健康素养水平和疾病预防控制需要等，现阶段城市社区卫生服务机构、乡镇卫生院、村卫生室等基层医疗卫生机构健康教育活动主要内容如下：

1.宣传普及《中国公民健康素养—基本知识与技能(试行)》。配合有关部门开展公民健康素养促进行动。

2.居民健康教育：合理膳食、控制体重、适当运动、心理平衡、改善睡眠、戒烟、限盐、限酒、控制药物依赖等可干预的健康危险因素基本知识健康教育。

3.重点人群健康教育：青少年、妇女、老年人、残疾人、0-36个月儿童父母等。  
。

4.重点慢性病和传染病健康教育：包括高血压、糖尿病、冠心病、哮喘、乳腺癌和宫颈癌、结核病、肝炎、艾滋病、流感、手足口病和狂犬病、布病等重点疾病健康教育。

5.公共卫生问题健康教育：包括食品卫生、突发公共卫生事件、职业卫生、放射卫生、环境卫生、饮水卫生、戒毒、计划生育等公共卫生问题健康教育。

### (二)开展健康教育活动

现阶段城市社区卫生服务中心(站)、乡镇卫生院、村卫生室等城乡基层医疗卫生机构必须开展下列健康教育活动：

1.制定年度健康教育工作计划。基层医疗卫生机构要做好健康教育年度计划，保证可操作性和可实施性。计划应包括六个方面的具体内容：健康教育的内容、形式与时间、实施和质量控制方法、组织实施流程、人员安排、设备和材料准备、效果评价等。

2.发放健康教育资源。一是发放印刷资料，包括健康教育折页、健康教育处方和健康手册等。放置在基层医疗卫生机构的候诊区、诊室、咨询台等处，供居民免费索取。每个机构每年提供不少于12种内容的印刷资料。二是播放音像资料，包括录像带、VCD、DVD等视

听传播资料，基层医疗卫生机构正常应诊时间，在门诊候诊区或观察室内循环播放。

3.设置健康教育宣传栏。社区卫生服务中心和乡镇卫生院宣传栏不少于2个，社区卫生服务站和村卫生室宣传栏不少于1个，每个宣传栏的面积不少于2平方米。宣传栏一般设置在机构的户外、健康教育室、候诊室、输液室或收费大厅的显眼处，距地面米高的位置。专栏应标有机构名称，应根据健康教育规律、季节、疾病流行情况、社会活动等及时更新，社区卫生服务中心和乡镇卫生院健康教育宣传栏内容每年更新不少于12次，社区卫生服务站和村卫生室每年更新不少于6次。

4.开展公众健康咨询活动。在各种卫生宣传日、健康主题日、节假日，利用会议、集会、电影放映等社会活动，开展特定主题的健康教育宣传活动和公众健康咨询活动，发放健康教育宣传资料。社区卫生服务中心和乡镇卫生院每年公众健康咨询宣传活动不少于6次。

5.举办健康教育讲座。以普及居民健康素养基本知识技能和预防传染病、慢性病、多发病为重点内容，以高血压、糖尿病、结核病等慢性病、精神分裂症患者及家属、孕产妇、0-36个月儿童家长等为主要对象，定期举办健康讲座，引导居民学习和掌握健康知识及必要的健康技能，促进辖区内居民的身心健康。社区卫生服务中心和乡镇卫生院每月至少需要举办1次健康教育知识讲座，站和村卫生室至少每2个月举办1次健康知识讲座。

6.健康教育工作资料档案管理。城市社区卫生服务机构、乡镇卫生院、村卫生室要有完整的健康教育活动记录，应及时收集、整理、妥善保管健康教育素材、记录、总结、评价等资料，包括文字、图片、影音文件等，逐步建立完备的工作档案，以便工作考核和效果评价。

### (三)健康教育服务网络建设

1.健康教育是城市社区卫生机构、乡镇卫生院和村卫生室的主要服务内容，各级疾病控制机构要加强健康教育工作，各级妇幼保健、医疗机构要重视健康教育工作。

2.各级疾病预防控制机构要按规定配齐健康教育专业人员，每个社区卫生服务中心和乡镇卫生院配备1名健康教育专业人员，社区卫生服务站和村卫生室有专人负责健康教育工作，保证城市社区和农村基层健康教育工作有人抓、有人管。

3.积极与大众媒体合作。认真研究，协调各级电视、广播、报纸等大众媒体，开设健康教育频道或栏目，提高大众健康教育宣传活动效果。

### (四)健康教育能力建设

1.健康教育设备配置。各级疾病预防控制机构要配齐相应的健康教育设备。社区卫生服务中心和乡镇卫生院应设健康教育室、宣传资料存放架、健康教育宣传专栏，并配备照相机、电视机、DVD机、投影仪等设备，社区卫生服务站和村卫生室应设健康教育宣传专栏，并配备必要的设备。

2. 基层健康教育服务机构专业人员培训。主要培训对象：社区卫生服务机构、乡镇卫生院、村卫生室负责健康教育工作的卫生技术人员和相关医务工作者，培训内容主要包括：健康教育基本理论、内容、方法、技巧，健康教育基本设备的使用，健康教育效果评价等。专(兼)职人员开展健康教育工作，每年至少接受上一级健康教育专业知识和技能培训不少于8学时。

3. 城乡健康教育技术指导。各级健康教育专业机构要定期参与城乡基层医疗卫生服务机构组织的健康教育活动，提供现场技术指导、质量控制、效果评价，及时掌握工作进展，了解和发现存在的问题，加以指导和纠正，为政府和卫生行政部门当好参谋。妇幼保健、卫生监督机构和二级以上公立医院也要根据自己的职责、服务内容等，加强对城乡基层健康教育工作的指导。

4. 统一制作健康教育宣传材料。为了降低宣传材料制作成本，节约经费，保证宣传材料的科学性和质量，达到健康教育宣传材料传播效果，基本公共卫生健康教育服务宣传材料主要由省、市级统一设计印刷，县(区)疾病预防控制机构负责发放至社区卫生服务中心和乡镇卫生院，再发放至社区卫生服务站和村卫生室。

### 三、项目组织与管理

1. 各级卫生行政部门负责项目实施的领导与管理，各级疾病预防控制机构负责项目的具体实施，包括制定实施计划、人员培训、技术指导、绩效考核、信息管理等。

2. 基本公共卫生服务健康教育主要由社区卫生服务机构、乡镇卫生院和村卫生室向所辖区居民提供，各级疾病预防控制、妇幼保健等专业机构负责组织社区和农村大型、集中性健康教育活动，其他医疗卫生机构要根据自己的职责和服务内容，提供相应的基本公共卫生健康教育服务。积极发挥大众媒体在基本公共卫生健康教育服务中的重要作用。

3. 妇幼保健及其他公立医疗卫生机构根据自己的职责和服务内容，负责对基本公共卫生服务健康教育的技术指导。

### 四、项目执行时间

20XX年3月1日至20XX年10月30日。

### 五、项目实施监督与考核

(一) 在当地政府的领导下，各级卫生行政部门要将基本公共卫生服务健康教育项目实施作为重点卫生工作年度目标考核项目，纳入各级承担健康教育任务机构的工作监督检查和绩效考核内容。社区卫生服务中心和乡镇卫生院分别负责对辖区内社区卫生服务站、村卫生室的健康教育工作进行经常性督导检查、效果评价。县(区)级疾病预防控制机构要定期对社区卫生服务中心和乡镇卫生院的健康教育工作进行督导检查、效果评价，每年不少于2次。市疾病预防控制机构对项目实施情况的监督检查每年不少于1次。考核结果与评优和经费安排挂钩。

(二)督导考核主要内容：项目实施计划制定、组织管理、经费使用、服务数量、服务质量、服务效果、居民满意度等。

### (三)主要考核指标

1.发放健康教育印刷资料的种类和数量。

2.播放健康教育音像资料的种类、次数和时间。

3.健康教育宣传栏设置和内容更新情况。

4.举办健康教育讲座和健康教育咨询活动次数和参加人数。

5.城乡居民健康66条传播活动覆盖率和重点人群相关健康知识知晓率。

6.项目管理，包括健康教育服务网络、工作资料档案等。

## 篇4：学校健康教育实施方案

根据《中小学健康教育指导刚要》、《学校卫生工作条例》及市教育局对学校健康教育工作的安排，并结合我校实际情况，特制定实施本方案。

### 一、指导思想

认真落实健康第一的指导思想，全面推进我校健康教育工作的开展，积极营造有益于健康的环境，传播健康信息，增强学生的健康意识和自我保健能力。

### 二、总体目标和工作原则

#### (一) 总体目标

传授健康知识，培养学生良好的卫生习惯和生活方式，监测学生健康状况，改善学校卫生环境和教学卫生条件，加强学生常见病的预防和控制，提高学生的健康素质。

#### (二) 工作原则

1、面向全体师生

2、身心兼顾：在内容上做到生理健康知识与心理健康知识并重。

3、统筹结合：在方式方法上统筹健康教育与安全教育等学校工作，把健康教育渗透到各种教育教学活动之中，坚持以学校教育带动家庭教育。

4、知行转化：在效果上注重将健康知识内化为学生的健康习惯和文明生活方

式，既关注学生健康教育知识知晓率，又关注健康行为形成率，为学生的可持续发展提供保障。

### 三、具体的目标要求和基本内容

健康教育内容包括五个领域：健康行为与生活方式、疾病预防、心理健康、生长发育与青春期保健、安全应急与避险。

根据儿童青少年生长发育的不同阶段，依照小学低年级、小学中年级、小学高年级，把三个领域的内容合理分配到五级水平中，分别为水平一（小学1-2年级）、水平二（小学3-4年级）。

#### （一）水平一（小学1-2年级）

##### 1、目标

知道个人卫生习惯对健康的影响，初步掌握正确的个人卫生知识；了解保护眼睛和牙齿的知识；知道偏食、挑食对健康的影响，养成良好的饮水、饮食习惯；了解自己的身体，学会自我保护；学会加入同伴群体的技能，能够与人友好相处；了解道路交通和玩耍中的安全常识，掌握一些简单的紧急求助方法；了解环境卫生对个人健康的影响，初步树立维护环境卫生意识。

##### 2、基本内容

（1）健康行为与生活方式：不随地吐痰，不乱丢果皮纸屑等垃圾；咳嗽、打喷嚏时遮掩口鼻；勤洗澡、勤换衣、勤洗头、勤剪指甲（包含头虱的预防）；不共用毛巾和牙刷等洗漱用品（包含沙眼的预防）；不随地大小便，饭前便后要洗手；正确的洗手方法；正确的身体坐、立、行姿势，预防脊柱弯曲异常；正确的读写姿势；正确做眼保健操；每天早晚刷牙，饭后漱口；正确的刷牙方法以及选择适宜的牙刷和牙膏；预防龋齿（认识龋齿的成因、注意口腔卫生、定期检查）；适量饮水有益健康，每日适宜饮水量，提倡喝白开水；吃好早餐，一日三餐有规律；偏食、挑食对健康的影响；经常喝牛奶、食用豆类及豆制品有益生长发育和健康；经常开窗通气有利健康；文明如厕、自觉维护厕所卫生；知道蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂等会传播疾病。

（2）疾病预防：接种疫苗可以预防一些传染病。

（3）心理健康：日常生活中的礼貌用语，与同学友好相处技能。

（4）生长发育与青春期保健：生命孕育、成长基本知识，知道“我从哪里来”。

（5）安全应急与避险：常见的交通安全标志；行人应遵守的基本交通规则；乘车安全知识；不玩危险游戏，注意游戏安全；燃放鞭炮要注意安全；不玩火，使用电源要注意安全；使用文具、玩具要注意卫生安全；远离野生动物，不与宠物打闹；家养犬要注射疫苗；发

生紧急情况，会拨打求助电话（医疗求助电话：120，火警电话：119，匪警电话：110）。

## （二）水平二（小学3-4年级）

### 1、目标

进一步了解保护眼睛、预防近视眼知识，学会合理用眼；了解食品卫生基本知识，初步树立食品卫生意识；了解体育锻炼对健康的作用，初步学会合理安排课外作息时间；初步了解烟草对健康的危害；了解肠道寄生虫病、常见呼吸道传染病和营养不良等疾病的基本知识及预防方法；了解容易导致意外伤害的危险因素，熟悉常见的意外伤害的预防与简单处理方法；了解日常生活中的安全常识，掌握简单的避险与逃生技能；初步了解生命的意义和价值，树立保护生命的意识。

### 2、基本内容

（1）健康行为与生活方式：读书写字、看电视、用电脑的卫生要求；预防近视（认识近视的成因、学会合理用眼、注意用眼卫生、定期检查）；预防眼外伤；不吃不洁、腐败变质、超过保质期的食品；生吃蔬菜水果要洗净；人体所需的主要营养素；体育锻炼有利于促进生长发育和预防疾病；睡眠卫生要求；生活垃圾应该分类放置；烟草中含有多种有害于健康的物质，避免被动吸烟。

（2）疾病预防：蛔虫、蛲虫等肠道寄生虫病对健康的危害与预防；营养不良、肥胖对健康的危害与预防；认识传染病（重点为传播链）；常见呼吸道传染病（流感、水痘、腮腺炎、麻疹、流脑等）的预防；冻疮的预防（可根据地方实际选择）；学生应接种的疫苗。

（3）生长发育与青春期保健：人的生命周期包括诞生、发育、成熟、衰老、死亡；初步了解儿童青少年身体主要器官的功能，学会保护自己。

（4）安全应急与避险：游泳和滑冰的安全知识；不乱服药物，火灾发生时的逃生与求助；地震发生时的逃生与求助；动物咬伤或抓伤后应立即冲洗伤口，及时就医，及时注射狂犬疫苗；鼻出血的简单处理；简便止血方法（指压法、加压包扎法）。

## 四、实施要求

（一）加强组织领导,完善网络建设。建立健全教育工作领导小组，加强组织领导：

组长：XX

副组长：XX

成员：XXX

我校按照要求建立相应的健康教育机构，健全健康教育工作网络。建立工作机制，形成领导重视，人人参与的局面。

(二) 明确工作目标，落实工作责任制。按照健康教育工作目标要求，建立目标责任制，制定切实可行的工作计划，层层落实责任，把健康教育纳入教师工作目标考核之中。

(三) 加大工作力度，扎实推进健康教育。通过学科教学和班会、团(队)会、广播、闭路电视、升旗仪式、专题讲座、宣传栏、板报等多种宣传教育形式开展健康教育，还可以通过与学科课程的有机结合、综合实践活动等形式向学生传授健康知识和技能。

(四) 规范工作档案。要做到健康教育工作有计划、有措施、有总结，健康教育档案资料、宣传材料底稿、培训及教育活动记录等保存完好，规范健康教育工作档案。

## 篇5：学校健康教育实施方案

健康教育是学校教育的重要组成部分，为认真贯彻《学校卫生工作条例》、《中小学健康教育指导纲要》，进一步提高广大师生健康意识和疾病预防能力，全面推进学校健康教育工作，牢固树立健康第一的指导思想，努力推进健康教育工作的发展，增强学生健康意识，提高学生健康水平，根据诸城市教育局下发的关于学校健康教育的实施意见和诸城市爱卫会的部署，特制定2013年学校健康教育工作计划及实施方案。

### 一、指导思想

认真落实健康第一”的指导思想，以提高师生健康素质为目标，把增强学生健康素质作为学校教育的基本目标之一，规范公共卫生行为，增强健康防病意识，倡导文明健康生活方式，努力提高卫生健康水平，促进学生健康成长。

### 二、加强领导，提高对健康教育的认识

学校成立了校长为组长的学校健康教育领导小组”；严格按照《学校卫生工作条例》，《学校体育工作条例》、《学校健康评价方案》的要求，做好学校健康教育和卫生工作。健康教师要有学年度教学计划及总结。组织全体教师认真学习，要充分认识健康教育工作的重要性和必要性，站在培养全面发展人才的高度，健全学校健康教育工作网络，落实监管职责。要建立健全卫生安全及健康教育工作领导小组，配备健康教育专职或兼职教师、卫生保健教师，落实健康教育工作责任制，不断增强开展健康教育工作的自觉性，认真落实健康知识的教育教学活动，努力营造健康的教育环境。

### 三、小学健康教育的目标

小学段：

## 一年级

- 1、通过课堂内外的教育，向学生传授卫生科学知识，培养学生生活自理能力、个人清洁习惯，使他们自幼养成讲卫生、爱清洁、维护环境的良好品德。
- 2、培养学生有规律的生活作息制度，养成早睡早起、定时定量进食，既不偏食、挑食、也不过量进食。懂得环境污染对人体的危害，自觉地保护环境，并懂得预防接种的好处，自觉接受预防接种。

## 二年级

- 1、让学生观察自己身高、体重的变化，了解儿童期的正常生长发育，并注意生长发育期应注意的事项。知道保护眼睛、牙齿、耳朵、鼻子的重要。
- 2、认识到阳光、空气、水与身体健康的关系。
- 3、了解均衡饮食对身体发育的好处，培养良好的饮食习惯。

## 三年级

- 1、培养学生独立生活的能力，学会自己的事情自己做，懂得并掌握保护视力、预防近视的方法。
- 2、教育学生交通安全知识，避免发生意外事故。
- 3、了解自身的发育及运动对身体的好处，教导学生安全用电，并知道触电急救的方法及小外伤的处理。

## 四年级

- 1、使同学们熟记急救、火警、盗警电话号码，在遇到急救病人、车祸、火警等急救、意外事故时，懂得如何打电话。
- 2、培养学生独立思维的能力，知道人体需要的营养素，知道常见传染病及其预防。
- 3、懂得体育与健康常识：运动前后的注意事项；过量饮水也会中毒；玩与心理健康；学会调控自己的情绪。

## 五、六年级

- 1、使学生理解健康的概念，培养健康的意识行为，懂得预防食物中毒的方法。  
◦

- 2、让学生了解适时、适体的穿着有益健康，引导学生培养朴素、大方、适时的穿着风格。
  - 3、使学生认识吸毒的危害，教育青少年千万不要因好奇去尝试吸毒。
  - 4、让学生了解心理健康的概念和心理健康的标淮使自己逐步具备良好的社会适应能力。正确看待自己身上的生理和心理变化，培养独立思考能力，善于听取别人的意见，控制自己的情绪，多参与集体活动，培养良好的兴趣，并懂得如何自我保护。
  - 5、了解环境卫生的重要作用，懂得爱护环境卫生从我做起。
  - 6、让学生了解学校健康促进的内容，并在行动上支持和参与学校健康促进活动。
- #### 四、扎实做好健康教育工作
- 1、学校切实加强对健康教育师资的培训，结合实际积极组织健康教育任课教师认真学习钻研教材，制定好教学计划，坚持集体备课，充分利用有关文稿、图片、光盘等开展校本培训，及时总结交流教学经验，努力提高健康教育教学质量。
  - 2、学校按照《中小学健康教育指导纲要》的要求具体目标和基本内容，开设好健康教育课，使健康教育开课率达到100%，做到开课率、课时、教材、教师和教案、考核和评价五落实”。在去年健康教育的基础上，继续创造性开展好民防知识教育（消防演练、地震演练等）等有针对性的教育内容，确保健康教育工作计划性强，针对性突出，教育成效明显。
  - 3、在保证健康教育教学质量的同时，要在各科教学中渗透健康教育知识，如在体育课教学中渗透个人卫生习惯教育，在自然课中渗透环境卫生和人口教育，在思想品德课中渗透心理健康教育等，使学生接受健康教育率达100%，健康知识知晓率和健康行为形成率达到90%以上。
  - 4、要把血吸虫病、碘缺乏病、地方性氟中毒等地方病防治知识列入健康教育内容，血防等地方病知识教育每学期安排2-3课时。要对中小学生进行艾滋病、肺结核病预防知识的宣传教育。
  - 5、学校在开设健康教育课程的基础上，还要积极举办心理健康教育讲座。继续完善心理咨询室，为广大留守儿童、中考应考学生及存在心理困惑的学生提供心理咨询服务，帮助他们提高情绪调控能力、心理障碍预防能力，促进坚强意志品质的磨练和团结协作人际关系的培养。
  - 6、着眼于师生疾病预防意识和自我保护能力的提高，通过灵活多样的教学形式，让学生了解非典型肺炎、甲型H1N1、流行性感冒、禽流感、手足口病、肺结核病、病毒性肝炎、霍乱、流行性腮腺炎、急性结膜炎等传染病的传播途径和预防措施，了解地方病（血吸虫病

、碘缺乏病、地方性氟中毒等)等非传染性疾病的起因和预防措施，了解性病、艾滋病等传播途径和预防措施。

7、积极开展青春期健康教育，开展口腔卫生和预防近视眼的健康教育。血吸虫病疫区学校要积极开展创建无急性血吸虫病人学校”活动。

8、强化食品安全教育，学校有专人负责对食堂餐厅食品进行卫生检查，严把面粉、菜、肉、油采购质量关，保证学校食品安全。同时通过教学，帮助学生掌握和应用营养知识，了解食物营养价值与合理膳食的构成，懂得学习、劳动、生活过程中对饮食营养卫生的要求。

## 五、通过开展各种活动，提高学校健康教育水平

学校要加大对健康知识的宣传力度，充分利用校园电视台、校园网、黑板报、橱窗、宣传栏等载体普及健康生活知识；以政教处牵头组织开展生动活泼形式多样的健康教育活动。

每年的3月3日全国爱耳日、在4月7日世界卫生日、5月20日全国学生营养日、5月31日世界无烟日、6月6日全国爱眼日、9月20日全国爱牙日、12月1日世界艾滋病日等开展相关活动。

同时，学对好习惯伴我行”六好活动常抓不懈。

通过开展内容丰富的各种活动，积极开展爱国卫生活动，努力改善校园环境卫生，为师生营造一个良好的教学环境，推进学校的整体卫生水平，提高学校健康教育水平