

盐城幼儿师范高等专科学校文件

盐幼专〔2017〕57号

关于印发《盐城幼儿师范高等专科学校健康教育 教育工作实施方案》的通知

各院（系）、各处室：

为贯彻落实省教育厅关于转发《普通高等学校健康教育指导纲要》的通知精神，加强我校健康教育，提高学生健康素养和体质健康水平，现印发《盐城幼儿师范高等专科学校健康教育教育工作实施方案》，请认真遵照执行。

盐城幼儿师范高等专科学校

2017年9月1日



盐城幼儿师范高等专科学校办公室

2017年9月1日印发

盐城幼儿师范高等专科学校

健康教育工作实施方案

为了贯彻落实省教育厅关于转发《普通高等学校健康教育指导纲要》的通知精神，做好我校健康教育工作，推动健康教育工作步入科学化、规范化、制度化，根据《普通学校健康教育指导纲要》、《高等学校体育工作基本标准》、《江苏省高校公共卫生管理规范（试行）》等政策法规的要求，结合我校工作实际，特制定如下实施方案：

一、指导思想

为深入贯彻落实《普通学校健康教育指导纲要》、《高等学校体育工作基本标准》、《江苏省高校公共卫生管理规范（试行）》，按照《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2010-2020年）》、《“健康中国 2030”规划纲要》的部署和要求，不断更新观念、创新形式、落实载体、完善制度，全方位、多途径、多形式开展健康教育活动，充分发挥健康教育在培育和践行社会主义核心价值观、推进素质教育中的综合作用，帮助学生树立健康意识，掌握维护健康的知识和技能，形成文明、健康生活方式，提高自身健康管理能力，增强维护全民健康的社会责任感，促进学生身心健康和全面发展。

二、组织领导

学校成立健康教育领导小组。

组 长：孙永龙

副组长：蔡旺庆、易忠兵、陈陶、刘根龙、席培华

成 员：李燕秋、俞为荣、陈存英、朱文会、朱平、周晓梅、张伟、马骥、鲁凌云、林琳、程永润、丁跃进、王月成、韩娜、曹静、徐曙、顾明、孔雪飞、王雪晴、胥传海、李长珍

三、教育内容

（一）健康生活方式。

1. 目标：树立现代健康意识，掌握健康管理和健康决策的基本方法，养成文明健康的生活方式，提高自觉规避、有效应对健康风险的能力。

2. 核心内容：现代健康的概念；高校学生面临的主要健康问题和影响因素；健康决策和健康管理的的基本原则；饮食行为与健康，中国居民膳食指南及其应用，日常生活常见的食品安全隐患与防范（食品安全五要素）；睡眠与健康，睡眠不足与睡眠障碍的危害，劳逸结合，规律作息，预防网络成瘾；运动与健康，科学锻炼原则及方法、运动负荷的自我监测；烟草危害及戒烟策略，毒品（新型毒品）危害及禁毒，物质滥用（酗酒、滥用镇静催眠药和镇痛剂等成瘾性药物等）的危害及防范；环境卫生与健康。（责任部门：教务处、体育教研室、后勤处）

（二）疾病预防。

1. 目标：增强防病意识，掌握常见疾病的预防原则和常规措施，提高防控传染病和慢性非传染性疾病的能力。

2. 核心内容：常见传染病（如流感、结核病、病毒性肝炎等）的预防；慢性非传染性疾病（如高血压、糖尿病、肿瘤等）

的基本知识、预防原则和常规措施；抗生素滥用对健康的危害，在医生指导下使用抗生素；定期进行健康体检的意义和项目选择；常用的健康指标、正常范围，测定身体健康状况的常用方法（如测量腋温和脉搏、血压等）；正确选择必要、有效的保健与保险服务。（责任部门：后勤处（医务室））

（三）心理健康。

1. 目标：树立自觉维护心理健康的意识，掌握正确应对学业、人际关系等方面的不良情绪和心理压力必需的相关技能，提高心理适应能力。

2. 核心内容：心理健康的概念；心理健康与身体健康的关系；学生心理发展特点和相关社会因素；抑郁症和焦虑症的表现，自我心理调适与技能，促进积极情绪与缓解不良情绪的基本方法；维护良好人际关系与有效交流的方法；心理咨询与服务利用，常见心理问题或危机的辨识与求助；珍爱生命。（责任部门：学生处、心理教研室）

（四）性与生殖健康。

1. 目标：树立自我保健意识，掌握维护性与生殖健康的知识和技能，提高维护性与生殖健康的能力。

2. 核心内容：性与生殖健康的基本知识；友谊、爱情、婚恋、家庭与伦理道德；优生优育与适宜有效的避孕方法；非意愿怀孕和应对措施；常见生殖健康问题与自我保健方法；无保护性行为对生殖健康的影响；常见性传播疾病和预防；艾滋病的传播、流行与控制，易感染艾滋病的高危行为和预防措施，

艾滋病咨询检测和服务，不歧视艾滋病感染者和病人；预防性侵害的方法和技能。（责任部门：团委、后勤处（医务室））

（五）安全应急与避险。

1. 目标：树立安全避险意识，掌握常见突发事件和伤害的应急处置方法，提高自救与互救能力。

2. 核心内容：突发事件与个人安全防范，意外伤害（触电、溺水、中暑、中毒、运动创伤等）的预防、自救与互救的基本原则和方法；无偿献血基本知识，无偿献血是公民的义务；休克、晕厥、骨折等急症的现场救护原则，心肺复苏、创伤救护（止血、包扎、固定、搬运）等院前急救技能；动物（犬、猫、蛇等）抓伤、咬伤后的应急处置；防范网络安全风险，甄别不科学、不健康信息的技能与方法；实验、实习等场所安全要求与防护技能，注意个人防护，避免职业伤害；旅行卫生保健的基本要求，规避旅行中的健康与安全风险的基本措施和策略。

（责任部门：保卫处、后勤处（医务室））

四、实施途径

（一）多渠道开展健康教育。

发挥课堂教学主渠道作用。按照《普通学校健康教育指导纲要》确定的原则、内容，制定健康教育教学计划，开设健康教育公共选修课，安排必要的课时，确定相应的学分。针对高校学生关注的健康问题，精选教学内容，吸引学生选修健康教育课程。（责任部门：教务处）

拓展健康教育载体。充分利用新生入学教育、军训等时机，

开展艾滋病、结核病等传染病预防、安全应急与急救等专题健康教育活动。充分利用广播、宣传栏、学生社团活动、校园网络、微博、微信等传统媒体和新兴媒体，经常性开展健康教育宣传活动。结合各种卫生主题宣传日，集中开展各类卫生主题宣传教育活动。结合阶段性、季节性疾病预防，以防病为切入点，传播健康生活方式及疾病预防知识和技能。（责任部门：学生处、团委、后勤处（医务室））

（二）多形式开展健康实践。

融入学生管理工作。注重培养学生健康素养和生活作息等行为习惯，及时了解学生心理状况和心理需求，有针对性开展心理健康教育、心理辅导与咨询。（责任部门：学生处、心理教研室）

发挥学生社团作用。把学生参与健康教育活动纳入学生志愿服务管理，鼓励学生积极参与健康教育实践活动，传播健康理念和知识。（责任部门：团委）

创设良好的校园卫生环境。配备必要的公共卫生设施，设置必要的卫生警示和标识，潜移默化地培养学生的公共卫生意识和卫生行为习惯。（责任部门：后勤处、学生处）

（三）多途径加强健康教育能力建设。

创新教学方法和模式。充分发挥在线课程作用,开发健康教育网络课程、慕课、微课等，为全体学生提供便捷的健康教育学习平台,增强学生运用网络资源学习的能力，扩大健康教育覆盖面。（责任部门：教务处）

丰富教育教学资源。结合本校实际，开发学生健康教育科

普读物、教学图文资料、多媒体课件等，丰富健康教育教学资源，保障健康教育教学活动顺利开展。（责任部门：教务处）

发挥专业组织的协同推进作用。积极争取卫生部门和健康教育专业机构的技术支持和专业指导。聘请专业人员培训健康教育师资、开展专题讲座等健康教育活动，增强健康教育的针对性和实效性。（责任部门：教务处、后勤处）

五、保障措施

（一）完善协同机制。切实把健康融入学校工作的各个环节，把维护和促进学生健康放在重要的地位，全力提升学生健康素养和身心健康水平。学校各部门和各院系加强组织领导和统筹协调，把健康教育作为学生素质教育的重要内容，纳入学校教育教学体系。

（二）加大经费投入。切实加大健康教育经费投入，强化健康教育的条件保障。配备必要的公共卫生设施，充分发挥健康环境育人功能，促进学生健康行为和习惯的养成。

（三）以活动为载体，认真做好健康教育的宣传和教育工作。营造良好环境。学校充分利用校报、校园广播、校园电视、网络等手段和途径，加强学校健康教育工作宣传力度。

（四）加大对健康教育的督查力度。确保我校健康教育工作向高质量、高水平迈进。

盐城幼儿师范高等专科学校

2017年9月1日

