

实际制定本实施方案，现印发你们，请遵照执行。



(全文公开)

西安外国语大学“师生健康 中国健康” 主题健康教育活动实施方案

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻落实习近平总书记关于教育、卫生健康的重要论述和全国教育大会精神，依据《“健康中国 2030”规划纲要》《“健康陕西 2030”规划纲要》《普通高等学校健康教育指导纲要》等文件要求，全力构建新时代、现代化、高质量健康教育体系，把健康教育融入学校教育教学各环节，深入开展新时代校园爱国卫生运动，引导师生树立正确健康观、提升健康素养和养成健康生活方式，让健康知识、行为和能力成为师生普遍具备的素质，全方位全周期保障师生健康，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

二、时间安排

主题健康教育活动贯穿 2021 年全年。

三、主要内容

（一）加强疫情常态化防控

教育引导广大师生按照疫情防控相关要求，坚持人物同防、多病共防，落实“四早”防控措施，坚持扫码、登记、戴口罩、健康监测等防控措施；保持勤洗手、常通风、分餐制、使用公勺公筷、不滥食野生动物、科学就医用药等健康行为和习惯，在日常生活中做好自我防护；保持充足睡眠、规律作息和身体活动；

健康足量饮水，减少饮料摄入。（牵头单位：疫情防控应急指挥部办公室，配合单位：各单位、各部门）

（二）构建健康教育宣传阵地

利用学校“两微一端”、抖音号、视频号等新媒体平台和“西外校医院”“西安外国语大学学生处”“平安西外”等一系列覆盖面较大的微信公众号，同时依托各类自媒体传播平台，通过文字、图片、视频、动漫等形式，构建健康教育宣传阵地；围绕健康行为与生活方式、疫情常态化防控、食品安全知识、疾病预防、心理健康、安全应急与避险、健康普法等方面，组织开展参与面广、互动性强的主题宣传，大力营造“师生健康 中国健康”主题健康教育活动的良好氛围。（牵头单位：宣传部·教师工作部·新闻中心，配合单位：校医院、学工部·学生处、研究生工作部、团委、保卫处、后勤管理处、各学院）

（三）加强健康教育课程建设

整合校内教师资源，加大健康教育师资队伍培训力度；发挥课堂教学主渠道作用，将健康教育融入教学全过程，开设大学生健康教育课程，纳入课时计划，重点围绕健康行为与生活方式、疫情常态化防控、疾病预防、膳食与健康、体育与健康、青少年生理心理特征等方面开展教学活动，全面提高大学生自我保健和预防疾病的能力，促进学生身心健康发展。（牵头单位：教务处、研究生院、校医院、体育部，配合单位：学工部·学生处、研究生工作部、各学院）

(四) 大力举办健康教育专题活动

结合“中国学生营养日”(5月20日)、“饮用水卫生宣传周”(5月第3周)、“世界无烟日”(5月31日)、“全国禁毒宣传月”(6月)、“世界环境日”(6月5日)、“全国爱眼日”(6月6日)、“世界肝炎日”(7月28日)、“全民健身日”(8月8日)、“全国爱牙日”(9月20日)、“世界精神卫生日”(10月10日)、“世界厕所日”(11月19日)、“世界艾滋病日”(12月1日)等重要时间节点,采用线上线下结合的方式,通过学生易于接受的形式,开展寓教于学的健康教育专题活动。(牵头单位:校医院、学工部·学生处、研究生工作部、团委、保卫处、后勤管理处、体育部,配合单位:各学院)

(五) 推动健康教育与体育的有机融合

深化体育课程内容体系改革,丰富校园群众性健身活动,将健康生活方式、科学健身方法、心理健康、预防保健等知识融入体育教育和群众性健身体育健身活动之中;通过组织运动会、越野赛等常规体育活动和开展篮球、足球、羽毛球、乒乓球等校级联赛,扩大师生参与度;通过组织学生参加省上各项体育赛事拓宽学生视野,以比赛带动师生体育运动;通过承接CUBA、陕西省中学生篮球赛等国家级、省级高水平体育赛事,为师生提供观赏比赛平台,激发师生参与体育运动的积极性和热情。(牵头单位:体育部、工会,配合单位:学工部·学生处、研究生工作部、团委、各学院)

（六）推进“绿色健康校园”建设

以创建健康绿色的生活学习环境为目标，通过绿化美化亮化校园环境，减少污染，促进健康。开展环保教育活动，引导大学生正确认识环境与健康的关系；开展卫生教育工作，培养大学生良好卫生习惯和公共卫生道德，形成讲卫生、爱清洁的校园风尚。积极开展爱国卫生运动，结合学生文明宿舍评比，对卫生进行常规性检查督促；大力宣传学校在公共卫生安全、食品和饮用水、文明如厕等方面的健康教育。深入开展营养健康主题教育活动，以全营养周和“5.20”中国学生营养日为契机，以献礼建党百年、巩固新冠肺炎疫情防控成果、倡导合理膳食、杜绝浪费、珍惜盘中餐，粒粒助健康为主旨，强化绿色营养健康对于增强免疫、防控疾病的重要意义，倡导“三减”、“三健”，树立健康饮食新风，全面普及师生营养健康知识，培养师生良好的文明饮食习惯。（**牵头单位：后勤管理处、校医院，配合单位：学工部·学生处、研究生工作部、团委、各学院**）

（七）切实加强心理健康教育

进一步完善心理健康教育教学和教材体系，开设心理健康必修、选修课程；定期开展优秀咨询案例评选，举办成功干预案例专题培训，加强心理健康专业队伍建设；开展阳光护航心理育人活动，组织疫情心理援助活动，打造系列化、品牌化的宣传教育实践活动，建立严重心理危机月报工作制度，积极开展生命教育、亲情教育和爱国主义教育，引导学生自觉维护心理健康，掌握正

确应对不良情绪和心理压力的相关技能，提高心理适应能力；建立二级学院心理辅导站，申报省级标准化心理健康中心。（牵头单位：学工部·学生处、研究生工作部，配合单位：教务处、各学院）

（八）认真做好疾病预防工作

坚持预防为主，将校园突发公共卫生事件作为重要工作内容，加强健康校园规范化建设。根据传染病在不同季节的流行特点，认真做好预防宣传工作、积极宣传公共卫生安全、传染病防治和卫生健康知识，加强学校传染病防控制度和措施建设，严防严控传染病聚集性疫情，提高广大师生传染病防控意识和能力。做好对师生中常见病的防治工作，消毒隔离工作，做到“防患于未然”。（牵头单位：校医院，配合单位：后勤管理处、各学院）

四、工作要求

（一）提高站位，加强领导

各单位要充分认识学校卫生与健康教育工作对实施健康中国、健康西外、加快推进学校教育现代化、高质量建设教学研究性大学的重要意义，要切实增强责任意识，把深入开展主题健康教育列入重要议事日程，明确工作重点和工作目标，强化工作责任。

（二）协同联动，力求实效

各单位要识大体，顾大局，各负其责，各司其职，既要完成好各自的任务，又要步调一致，通力协作，增强工作合力，形成

左右协调、前后衔接、上下联动、合力推进的良好局面。同时，要结合实际，细化工作方案，着力补齐短板和弱项，确保主题健康教育见实效、出成果。

（三）积累经验，总结成果

各单位要及时总结本单位“师生健康 中国健康”主题健康教育成果和经验、存在不足和加强举措并形成报告，于2021年12月10日前将正式报告（含PDF版和Word版）报送至党委办公室·校长办公室。

联系人：丁威 联系电话：85319245

邮 箱：dingwei@xisu.edu.cn

抄送：校党政领导，档（1）。

西安外国语大学党委办公室·校长办公室

2021年5月20日印发
