

石家庄装备制造学校健康学校建设实施方案

（含藏族学生、幼儿保育专业专项健康保障）

一、指导思想

以“健康第一、立德树人、民族团结、职教赋能”为宗旨，立足我校装备制造类、电子信息类、文化艺术类、教育与体育类、幼儿保育（含藏族学生）专业特色，全面推进健康环境、健康教育、体质健康、心理健康、民族融合健康服务、职业健康、安全防控七位一体建设，构建汉藏同心、身心两健、技能立身、安全文明的现代化健康校园。

二、建设目标

1. 校园安全卫生、无烟无扰、食品饮水安全达标。
2. 全体学生体质健康提升，近视、肥胖、脊柱侧弯、劳损有效防控。
3. 心理健康全覆盖，藏族学生心理适应、生活适应、民族交往交流交融专项保障。
4. 健康教育进课堂、进专业，幼儿保育专业（含藏族学生）健康素养、育婴保健、儿童照护技能突出。
5. 建立民族学生健康关爱机制，生活、饮食、作息、医疗、心理全方位支持。
6. 形成制度完善、台账齐全、特色鲜明、可迎检可示范的健康学校体系。

三、组织领导

组长：季 航

副组长：路 明

成员：陈雷 李飞 陈士芹 袁辉 乔彤瑜 王维纲 赵丽英 吴志花 赵晓彦

藏族住校教师 刘江岩

四、重点建设内容

（一）健康环境与民族生活保障工程

1. 校园公共环境

- （1）无烟校园、无垃圾校园、消杀通风、垃圾分类常态化。
- （2）教室、实训室、宿舍采光、照明、课桌椅达标，护眼防驼背。

2. 民族学生生活与饮食健康

(1) 尊重藏族学生饮食习惯，提供清真饮食保障，食材安全、营养均衡、卫生达标。

(2) 宿舍内务规范、保暖通风、作息统一，保障睡眠充足。

(3) 饮水、洗浴、洗衣设施完善，满足民族学生生活需求。

3. 食品与传染病防控

(1) 食堂明厨亮灶、溯源管理、餐具消毒、从业人员持证上岗。

(2) 晨午检、缺勤追踪、流感、水痘等传染病处置流程规范

(二) 健康教育课程（含藏族学生、幼儿保育专项）

1. 全体学生健康教育 每学期不少于 8 课时：健康生活、控烟禁毒、防艾急救、用眼卫生、睡眠饮食、安全防护。

2. 幼儿保育专业（含藏族学生）健康教育重点

3. 儿童生长发育、婴幼儿营养与喂养、常见疾病预防、儿童安全照护。

4. 幼儿急救、意外伤害处理、卫生消毒、情绪安抚、健康习惯培养。

5. 保育师职业健康：站姿坐姿、嗓音保护、手部卫生、耐心与情绪管理。

6. 藏族学生健康专题教育

(1) 内地生活适应、气候适应、饮食适应、作息适应指导；

(2) 民族团结教育、交往互助教育、语言沟通与心理健康引导；

(3) 高原体质特点关怀：感冒防控、运动适度、保暖防潮、及时就医。

(三) 心理健康与民族学生关爱工程

1. 全员心理健康

(1) 心理辅导室固定开放，专兼职教师值班。

(2) 新生心理普查、重点学生一生一档、危机干预闭环。

2. 藏族学生心理关爱专项

(1) 建立藏族学生心理健康档案，定期谈心谈话。

(2) 开展适应性团体辅导：想家情绪、学习压力、生活习惯、人际融入。

(3) 实行“汉藏结对互助”“班主任 + 管理教师 + 宿管”三重关爱。

(4) 重大节日、假期返乡前后重点心理关怀。

3. 幼儿保育专业学生心理支持

(1) 爱心、耐心、责任心培养，情绪压力管理，职业认同提升。

(四) 体质健康与职业体能提升工程

1. 落实每天 1 小时体育活动，大课间、跑操、课外锻炼常态化。
2. 每年体质健康测试、体检、视力监测 2 次，建立健康台账。
3. 重点防控：近视、肥胖、高低肩、腰肌劳损、久坐不适。
4. 幼儿保育专业加强：形体训练、体能训练、声乐呼吸、耐心耐力。
5. 藏族学生体质关怀：科学运动、避免剧烈运动受凉、预防呼吸道不适。

(五) 职业健康与实训安全

1. 装备制造类：防机械伤害、防尘防毒、防噪声、护腰护颈、劳动防护。
2. 电子信息类：防久坐、护眼、规范用网、防颈椎手腕劳损。
3. 文化艺术类：科学用眼、形体健康、舞台安全、心理抗压。
4. 教育与体育类：运动科学、急救技能、体态训练、健康示范。
5. 幼儿保育类（含藏族学生）：
 - (1) 实训安全、卫生消毒规范、儿童抱持姿势、防腰伤、防传染。
 - (2) 持证上岗意识：健康证、保育技能、儿童健康照护规范。

(六) 健康文化、民族团结与家校协同

1. 健康宣传：电子屏、公众号、宣传栏、广播站、主题班会。
2. 民族融合健康活动：

健康知识竞赛、民族体育活动、汉藏互助健康打卡。

爱国卫生月、心理健康月、护眼周、控烟周。
3. 家校（含藏族学生家长）沟通：

健康状况反馈、生活适应反馈、学习成长反馈。
4. 教职工健康：体检、减压、职业防护、健康办公。

五、实施步骤

1. 启动部署（1 个月）：方案发布、分工明确、制度完善、宣传动员。
2. 全面实施（1 学年）：课程落实、活动开展、民族学生关爱、体检监测、每月督查。
3. 巩固提升（长期）：自评整改、台账归档、打造幼儿保育健康特色 + 藏族学生健康关爱亮点，争创市级健康示范校。

六、保障措施

制度保障：健康教育、心理辅导、食品安全、传染病防控、实训安全、藏族学生管理与健康关爱、幼儿保育专业健康规范等制度齐全。

人员保障：班主任、心理教师、校医、藏族学生管理教师、保育专业教师定期培训。

经费保障：保障体检、药品、器材、活动、宣传、民族学生关爱经费。

考核保障：纳入班级考核、班主任考核、部门考核。

台账保障：计划、教案、记录、照片、数据、总结全套归档，迎检直接可用。

七、年度重点任务清单

1. 学生体检、视力监测每年 2 次
2. 每月 1 次健康主题班会
3. 体质健康测试与数据上报
4. 心理普查 + 心理辅导室开放 + 藏族学生重点关怀
5. 饮食保障、食品安全每月检查
6. 晨午检、传染病防控全年落实
7. 汉藏融合健康文化活动每学年不少于 2 次
8. 每学期 2 次应急演练（消防、急救、疏散）
9. 幼儿保育专业实训健康与安全规范化