

中华人民共和国教育部

教材函〔2021〕3号

教育部关于印发《生命安全与健康教育 进中小学课程教材指南》的通知

各省、自治区、直辖市教育厅（教委），新疆生产建设兵团教育局：

为贯彻习近平总书记关于教育、卫生与健康的重要论述，落实《“健康中国2030”规划纲要》，充分发挥中小学课程教材在生命安全与健康教育中的重要作用，我部制定了《生命安全与健康教育进中小学课程教材指南》，现印发给你们，请在课程教材、教育教学等育人环节认真贯彻落实。

教育部

2021年10月26日

生命安全与健康教育 进中小学课程教材指南

为贯彻习近平总书记关于教育、卫生与健康的重要论述，落实《“健康中国2030”规划纲要》，充分发挥中小学课程教材在生命安全与健康教育中的重要作用，特制定本指南。

一、重要意义

生命安全与健康是人类生存、发展的基本需求和永恒追求。生命权、身体权和健康权是每一位公民的权利。

良好的学校生命安全与健康教育有助于学生树立正确生命观、健康观、安全观，养成健康文明行为习惯和生活方式，自觉采纳和保持健康行为，为终身健康奠定坚实基础。

将生命安全与健康教育全面融入中小学课程教材，是实现生命安全与健康教育系列化、常态化、长效化的重要举措，对培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人具有重要意义。

二、基本原则

（一）坚持“生命至上、健康第一”理念

以学生健康成长和终身健康为核心，覆盖生理、心理和社会适应领域，关注影响生长发育的自然环境与社会环境因素，帮助学生树立关爱生命、热爱生活的观念，形成健康意识，养成健康生活方式，提升健康素养。

（二）增强“安全为本”意识和能力

立足日常生活情境，覆盖居家、校园及其他公共场所，关注网络空间，引导学生学会科学应对自然灾害、事故灾害和社会危机事件，增强防灾减灾意识，提升危险预判、紧急避险、求生逃生等自救和他救技能，培养应急救援能力，提高防范网络电信诈骗的意识和能力。

（三）遵循学生身心发展规律

充分考虑不同年龄学生身心发育特征和认知水平，对教育目标和内容进行系统设计，在小学、初中和高中三个学段有序铺开，总体呈现循序渐进、螺旋上升的特点。

（四）注重有机融入学科

依据学科特点，以核心素养为导向，选取生命安全与健康教育相关内容，作为学科教学素材，有机整合融入学科教育，注重趣味性、互动性、体验性、生成性，提升教育实效性。

三、总体目标

力求做到生命安全与健康教育进教材、进课堂、进学生头脑，在中小学课程教材中的布局安排更加系统、科学，内容更具针对性、适宜性、实用性。课程教材在有效增强学生“生命至上、健康第一”意识、提高心理社会能力、养成健康行为等方面的育人功能显著提升，为学生健康成长、终身发展和全民健康素养的提升奠定坚实基础。

四、主要内容

生命安全与健康教育内容主要涉及5个领域30个核心要点，如图1所示。

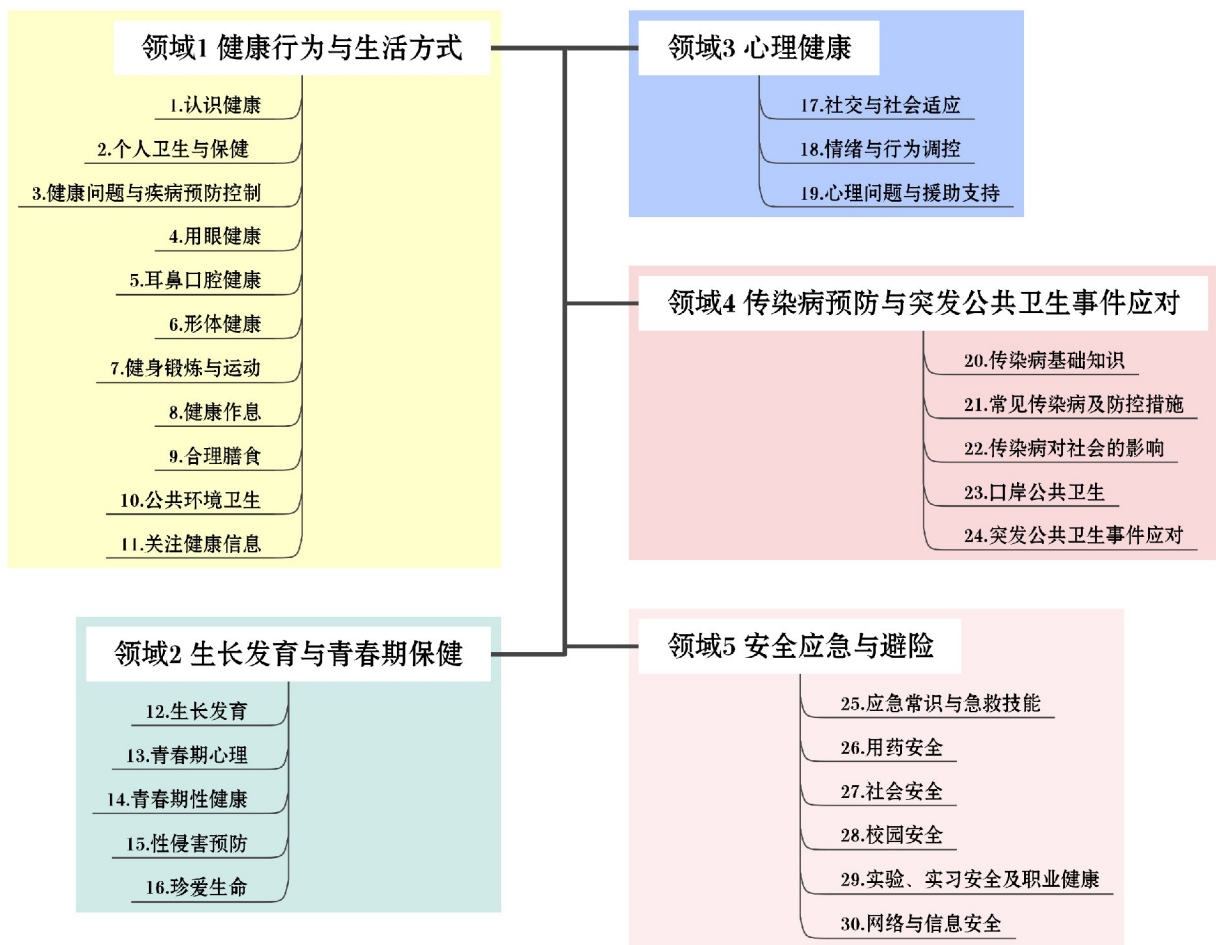


图 1 生命安全与健康教育领域及核心要点

（一）领域 1 健康行为与生活方式

很多疾病往往是由长期不良生活方式所导致的。在健康相关的社会环境因素中，“健康行为与生活方式”的可塑性最强。应教育学生从小认识日常行为和生活方式对健康的影响，学会正确理解健康信息，自觉采纳健康行为，注意养成良好生活习惯，形成健康的生活方式。

本领域要点包括：认识健康；个人卫生与保健；健康问题与疾病预防控制；用眼健康；耳鼻口腔健康；形体健康；健身锻炼与运动；健康作息；合理膳食；公共环境卫生；关注健康信息。

（二）领域2 生长发育与青春期保健

青春期是旺盛的生长发育期，是个体从童年向成年逐渐过渡的重要时期，也是预防成年期疾病（慢性非传染性疾病，如糖尿病、高血压、恶性肿瘤）的关键时期。针对这一时期的身心发展规律和变化特点，不断调整行为方式和生活习惯，适应自身以及学习和生活环境变化，对健康成长和维护终身健康至关重要。应教育学生了解生长发育和青春期保健的基本知识与技能，学会自我保护，减少健康风险行为及其危害。

本领域要点包括：生长发育；青春期心理；青春期内健康；性侵害预防；珍爱生命。

（三）领域3 心理健康

个体心理健康关乎家庭幸福和社会和谐。儿童青少年时期是培育积极心理品质的关键时期，应引导学生学习心理健康知识，增强社会适应能力，保持积极心理状态，了解并掌握解决心理问题的主要方法和途径，增强主动寻求帮助的意识，主动化解困扰，增强抗挫折能力，提升幸福感。

本领域核心要点包括：社交与社会适应；情绪与行为调控；心理问题与援助支持。

（四）领域4 传染病预防与突发公共卫生事件应对

儿童青少年往往是传统传染病和新发传染病的易感人群。学

校集体生活方式下，学生相互接触频繁，罹患传染病的风险较大，易引发突发公共卫生事件。应引导学生掌握传染病防控知识和技能，了解我国公共卫生体系及突发公共卫生事件应对机制，树立公共卫生意识，提高传染病预防能力。

本领域核心要点包括：传染病基础知识；常见传染病及防控措施；传染病对社会的影响；口岸公共卫生；突发公共卫生事件应对。

（五）领域5 安全应急与避险

伤害、暴力威胁等是影响儿童青少年生命安全及健康的主要因素。其中，溺水和交通伤害（道路交通事故）是常见的导致学生意外受伤和死亡的重要原因，校园欺凌和涉及学生的网络电信诈骗等时有发生。应引导儿童青少年增强安全防护意识，学会预防和规避危险，掌握应急常识和急救技能，提升信息素养，增强网络信息的辨别意识和能力。

本领域核心要点包括：应急常识与急救技能；用药安全；社会安全；校园安全；实验、实习安全及职业健康；网络与信息安全。

5个领域相对独立，自成体系，又相互影响，其内在逻辑如图2所示。

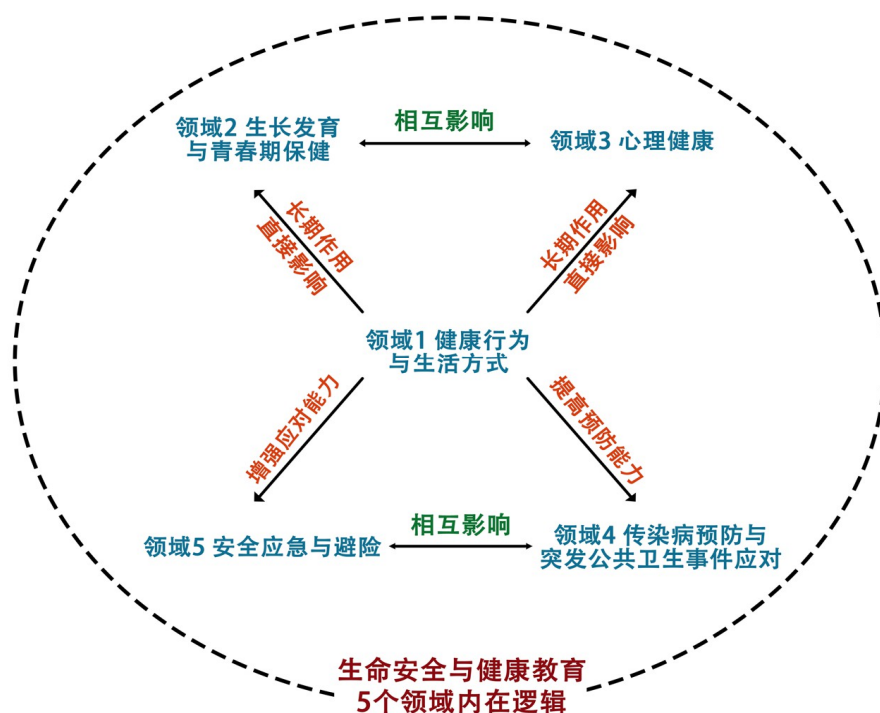


图 2 生命安全与健康教育 5 个领域内在逻辑

五、学段要求

（一）小学阶段

通过基本知识介绍、具体技能训练和个人卫生习惯培养，引导学生：

1.了解健康及其影响因素，知道预防常见健康问题和疾病的基本知识；了解个人日常行为和生活方式与健康之间的关系，养成爱护眼睛的习惯，预防近视，定期监测体重，预防超重；养成规律作息与文明卫生的习惯，保证充足睡眠，维护自身健康和公共环境卫生。

2.了解生命与生长发育知识；初步学习青春期发育、心理健康及相关保健知识与技能；树立珍爱生命的意识，学会自我保护。

3.了解自己，悦纳自己，养成礼貌友好的交往品质，学会与

家长、老师沟通；树立纪律意识、规则意识和时间管理意识，正确安排学习活动；科学合理使用电子设备，严格控制上网时间。

4.了解病原微生物的基本知识，初步认识常见传染病及预防措施，掌握个人防护防护技能，能够配合预防接种；能够认识传染病的影响，了解突发公共卫生事件的社会管控措施和个人行为要求。

5.掌握自我保护、求助、避险与逃生的基本技能；初步掌握急救知识，遇到紧急情况，能够拨打急救电话和报警电话；树立防拐等社会安全意识，识别校园欺凌、校园暴力并会求助；能够通过正规网站和权威媒体获得重大事件的准确信息，不信谣、不传谣。

（二）初中阶段

注重讲解原理和机制，深化学生认识，强化健康行为养成的主动性和自觉性，引导学生：

1.学会分析与评估健康影响因素，积极实践健康行为和生活方式，保证用眼健康，预防近视，合理规划时间保证睡眠，拒绝吸烟、饮酒、使用毒品等危害健康的行为；系统了解和主动预防儿童青少年常见病，采取实际行动保护自身健康；认同“人与自然和谐共生”理念，保护公共环境卫生。

2.理解生长发育的主要规律和影响因素，正确评估生长发育状况；学习青春期保健的基本知识和技能，提高预防性骚扰与性侵害的能力；积极应对青春期心理健康问题，学会正确对待挫折。

3.学会客观认识和对待自己，学会欣赏和宽容他人；做好进

入高中学习或就业的准备；提高情绪管理的能力，学会减压放松方法，学会克服焦虑情绪，提高应对挫折的能力，能够主动求助。

4.知道常见传染病及防控措施，了解疫苗接种和免疫规划的意义，掌握个人防护防护技能；了解艾滋病的传播途径及预防措施；了解口岸传染病预防控制；提高突发公共卫生事件应急准备意识和防护能力。

5.培养安全责任意识，学会急救知识，掌握相关技能，提高预防和应对自然灾害、事故灾害等突发事件的能力；了解安全用药基本知识，预防药物误用、滥用；了解实验和劳动实践中安全防范措施，预防校园安全事故；增强网络信息的辨别意识和能力，防范网络电信诈骗。

（三）高中阶段

主要强调学生的生命责任感和意义，以及发现问题和积极解决问题的能力，引导学生：

1.深入了解烟草、酒精和毒品危害身体健康的机制，营造无烟环境，远离酒精和毒品（含新型毒品）；了解慢性非传染性疾病的预防知识；坚持自觉规律的体育锻炼，科学用眼，健康作息，合理膳食，保持健康体重；关注健康信息，强化公共卫生意识。

2.深入理解健康生命的意义和价值，理解生长速度的变化规律，认同体态以健康自然为美；理解性、爱情和婚姻的关系，了解婚姻和生育相关知识及法律法规，能够有效预防和应对性骚扰与性侵害。

3.了解社交与心理健康的关系，提高健康的异性交往能力；

适应高中生活，学会正确应对校园欺凌和校园暴力，做好进入高校学习或就业的准备；正确认识 and 对待童年期不良经历，健康成长；理解竞争和合作的关系，学会公平竞争和团结合作；能够识别并预防焦虑抑郁等心理问题。

4.了解传染病基础知识及防控措施，能够识别可能感染艾滋病病毒的危险行为，提高防范能力，能够分析传染病对社会、经济和科技发展的影响；了解国门生物安全查验机制和现代口岸核生化有害因子防控；了解我国公共卫生体系及相应政策和传染病防治相关主要法律法规，能够以新型冠状病毒肺炎疫情防控为例，说明中国防疫抗疫的主要过程、关键做法及意义。

5.进一步掌握应急救护知识与技能，了解用药安全机理；遵守实验、实习场所的安全原则，强化社会安全意识；预防校园安全事故发生，营造校园安全氛围；遵守国家网络安全相关法律法规，进一步提升防范网络电信诈骗能力。

六、组织实施

（一）加强专业支持

组建以生命安全与健康教育专家为主的指导组，加强统筹、指导，确保生命安全与健康教育进课程教材的准确性、系统性。委托专业机构围绕生命安全与健康教育各领域各核心要点开发数字资源，供教学实施时选择使用。

（二）加强专题培训

组织开展对编写、审查团队的专题培训，加强对各学科课程教材生命安全与健康教育专题落实情况的审查把关，确保应进必

进，落到位。

（三）强化学科落实

坚持核心素养导向，结合学科特点，以体育与健康学科落实为主，有机融入其他相关学科，明确各学科各学段生命安全教育进课程教材的具体目标内容等，教学实施以实践体验为主，组织开展实验探究、情境体验、虚拟仿真、现场教学、演练等活动，确保有效落实。

（四）强化科学评价

科学确定评价重点，既要考评学生的健康认知水平，也要关注学生的健康行为和习惯养成，以及对他人健康行为的影响等。采取多元评价方式，注重学生学习过程及行为表现观察记录的基础上进行评价。有效使用评价结果，发挥评价的诊断促进、反思改进等作用。

附件：生命安全与健康教育进中小学课程教材目标内容及学科覆盖建议

(此件主动公开)

部内发送：有关部领导，办公厅、基教司、教师司、体卫艺司

教育部办公厅

2021年11月2日印发
