

最新提高自身健康素养 社区健康管理方案 (大全7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

提高自身健康素养篇一

一、目标：

通过开展形式多样的健康教育活动，进一步指导社区居民的健康，以达到营造健康优雅的生活环境，培育健康生活的理念，优化健康的设施、完善健康的服务，拥有健康的人群的目的。使辖区居民群众掌握有关的健康知识和卫生保健常识，增强社区居民的卫生健康意识、创建意识和自我保健的意识，形成一定的健康行为的规范，倡导良好的生活习惯和健康的生活方式。

二、计划安排：

1、办好健康教育学校。以各社区健康教育学校为主，做到授课有计划安排、有教师、有教材、有课时、有记录。开课率100%。

2、广泛开展宣传活动。紧紧围绕今年第十五个爱国卫生月“人人动手、清洁家园”和世界卫生日“妈妈健康、宝宝平安”的主题积极开展宣传活动，组织辖区单位设立宣传台、踊跃参加黑板报联展，进行评比；各社区(村)居委会定期在宣传栏中进行健康知识宣传，利用宣传形成一个较强烈的爱国卫生工作宣传氛围。

3、继续发挥示范点的表率作用。配合县有关部门通过抓好示范点的健教工作在辖区各单位中推广，各类公共场所、饮食、工厂等要求单位根据自身的行业特点开展健康教育活动，对照《公共场所管理条例》、《传染病防治法》、《食品卫生法》等法则、法规、条例，教育职工加强大卫生意识，严格操作规程，防止疾病传播；加强职工的“五期”保健教育，注意保护职工身体健康。

4、开展“健康社区”、“健康家庭”的试点工作。学习先进经验，结合城镇道实际，协调有关部门，在环南东路社区居委会开展“健康社区”“健康家庭”的试点工作。努力改善社区环境及体育设施，组织居民开展各类强身益体的文化体育活动；利用社区红十字诊所；开展医疗咨询，编印健康知识材料普及健康知识，提高居民的自我保健意识和抗病能力。

5、控烟教育。加强对公共场所控烟单位的控烟宣传，巩固无烟单位成果。

6、定期组织对辖区社区(村)居委会的健康教育档案进行检查。

提高自身健康素养篇二

根据国家公共卫生项目要求和卫生局的统一安排，我院对**镇的65岁以上老年人进行健康体检。

**镇居民中65周岁以上老年人。包括流动人口中在当地居住半年以上的65周岁以上老年人。一般情况下要到卫生院体检，行动不便人员择期上门体检。

**卫生院。

按着《健康体检表》中的相关要求，进行内科、外科、妇科、眼科、口腔科、耳鼻喉科等物理检查；心电图、胸透□b超（肝、胆）影像学检查；血常规、尿常规、肝功、肾功能、

血糖、血脂等实验室检查。

年10月15日至年11月15日。具体各村体检时间以通知为准。

1、档案管理人员尽快将全镇65周岁以上老年人的. 档案检出来，并登记造册。各村卫生室尽快统计本行政村65岁以上老年人名单（未建档案部分），并及时上报卫生院办公室。

2、各村卫生室负责动员和组织工作，并一定要按时通知到本人。

3、通知时特别提醒：

（1）携带个人健康信息卡、身份证。

（2）体检当日空腹。

（3）体弱多病者由家人陪同。

（4）体检前一天晚上，少食油腻食品。

4、办公室负责老年人健康体检档案的管理工作，体检工作结束后将档案重新归档，并及时输入电子档案。

居民健康档案的建立和老年人健康体检工作是国家的惠民政策，是公共卫生工作，各村卫生室要提高认识，高度重视，认真做好前期动员工作，尽快将上级布置的老年人健康体检工作完成，并做好、做实。

重点人群健康监测表

重点人群健康管理内容

提高自身健康素养篇三

xxx年4月15日

本班教室

班主任和全体队员

让学生了解运动的有关知识。，引导学生，积极参加各项活动，锻炼身体，全面提高自己的'综合素质与能力！

一、班主任：

生命是张白纸，自从有了赤、橙、黄、绿、青、蓝、紫，我便溺爱于我的`生命，我们都渴望有强健的体魄，那样我们的生活才能如彩虹一般绚烂。每天锻炼一小时，增强体魄，充满朝气，练好身体，为我中华更强盛，大家齐努力，全班齐呼口号：我运动，我健康，我快乐！

班主任：宣布：504班“我运动，我健康，我快乐”主题班会现在开始。

二、宣传有关体育知识

(1) 体育锻炼有哪些好处？

答：首先，可以改善呼吸系统的功能。

其次，可以提高消化系统的功能，体育锻炼会增强体内营养物质的消耗，使整个机体的代谢增强，从而提高食欲。

再次，可以控制体重与改变体型，体育锻炼能减少脂肪，增强肌肉力量，保持关节柔韧性，故可以控制体重，改善体形和外表。

(2) 体育锻炼好处的格言有哪些？

a铁不炼不成钢，人不锻炼不健康。

b发展体育运动，增强人民体质。

提高自身健康素养篇四

认真贯彻落实《_中央_关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》和《学校体育工作条例》，将学校体育作为素质教育的重要突破口，坚持以人为本，牢固树立“健康第一”的指导思想，吸引学生教工走向操场、走进大自然、走到阳光下，积极参加体育锻炼，不断提高我校学生的体质健康水平，创建和谐、高效和充满活力的我校校园体育文化。

我校开展阳光体育运动要以“达标争优、强健体魄”为目标，认真全面实施《国家学生体质健康标准》，确保我校每位学生能做到每天锻炼一小时，达到《国家学生体质健康标准》及格等级以上，学生的全面身体素质明显提高，逐步形成热爱体育、崇尚运动、积极参加体育活动的良好风气。

结合本校的传统和优势、学生的兴趣和需要，开发或选用适合本校的课程。”新一轮课程改革，使学生的学习方式与教师的教学方式正发生着深刻的变化，这就需要每位教师都能够重建课程理念，“使用教材而非教教材”，对体育教学要有全新的认识，进而创新体育教学模式，提高自己驾驭课程的能力，丰富已开设的国家、地方、学校三级课程，尽快成长为具有鲜明个性的专家型教师。

1、开齐开足并上好体育课

1) 要按照《新课程标准》的要求进行教学

2) 在教学过程中，注重体育教学常规，加强对教学过程的管理

理。

3) 要加强体操项目的教学，尽快将技巧列入体育课的主教材

4) 在体育课中，要增加身体素质练习的比重，积极推广长跑运动。

2、开展好丰富多彩的课外体育活动，组建各级各类运动队

1) 组织学生做好两操（广播操和眼保健操）。将广播操和眼保健操也编入课程，使每个学生每天能做一次广播操和两次眼保健操，并定期开展年级和校课间操比赛。以保证每个学生每天有一小时以上体育活动时间。

2) 积极开展丰富多彩的课外、校外体育活动。每班若当天没安排体育课的，在下午第三课以后安排体育活动课，要求做到内容丰富、组织有序、计划措施落实到位；放假期间，布置假期体育锻炼作业，要求学生通过“我选择、我喜欢、我活动、我健康”形式多样的体育活动，让学生以饱满的激情，良好的体育锻炼习惯，投身到“全国亿万学生阳光体育运动”中来，使这项利在当代，功在铅球的大好事能够广泛、深入、持久地开展下去。

3) 组建好各类运动队，运动队的训练要科学化、制度化、正常化。

我校是篮球、排球、田径运动开展的比较广泛学校，为各高校输送了多名体育人才，由于受到场地的影响，我校的体育活动的开展受到一定的影响。在我校创建省级示范高中，现代化的操场即将动工之际；我们应该抓住机遇，在注重学生训练同时，应关心学生的思想和文化成绩，力争把体育活动办成学校的品牌。组建好校篮球、排球、田径队，即作为向高一级的学校输送体育人才，又可以代表学校参加各级各类的田径比赛，为校争光。

3、积极举办形式多样的体育竞赛活动

1) 举办好每年一度的运动会：运动会的内容以田径项目为主，同时设置游戏类和球类项目，目的是使每位同学都能参与到运动会中，不再做出色的观众，而是做积极地参与者。

2) 组织开展好每年一度的“文体科技节”素质展示的小型体育竞赛，竞赛的内容为：跳绳、踢毽子、拔河、排球垫球、篮球定点投篮等项目，突出体现健身、娱乐的特点。

4、全面贯彻好《国家学生体质健康标准》：实施方案另附

1、加强领导，落实责任。学校要成立宜昌市第七中学阳光体育运动领导小组。

组长：龚文红、何儒培、陈秀峰

副组长：曾毅 成员：全体班主任、全体体育老师

2、完善各项制度，确保各项活动的安全中进行

对学校的场地器材要进行定期的检查和维护；为学生办理好合适的意外保险，为学校处理好意外保险提供保证。

3、大力宣传，营造良好的氛围

要充分利用学校里的广播、黑板报、晨会、班会等形式，大力宣传阳光体育运动，在学校里形成积极锻炼的校园氛围。

4、强化督查，表彰奖励先进，

由学校的相关部门定期组织人员进行督促检查，及时通过相关载体公布检查的情况，并表扬奖励先进。

提高自身健康素养篇五

一、为了贯彻《_中央_关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》提出的“学校教育要树立健康第一的指导思想，切实加强体育工作”的精神，促进学生积极参加体育锻炼，养成经常锻炼身体的习惯，提高自我保健能力和体质健康水平，特制订《学生体质健康标准（试行方案）》（以下简称《标准》）。

二、《标准》适用于全日制小学、初级中学、普通高中、中等职业学校和普通高等学校的在校学生。

三、《标准》从身体形态、身体机能、身体素质等方面综合评定学生的体质健康状况，《标准》按百分制记分。

四、《标准》根据学生的生长发育规律，将测试对象划分为以下组别：小学一、二年级为一组、小学三、四年级为一组、小学五、六年级为一组；初中及以上年级每年级为一组，大学为一组。

五、《标准》的测试项目

（一）小学一、二年级测试项目为身高、体重、坐位体前屈三项。

（二）小学三、四年级测试身高、体重、50米跑、立定跳远四项。

（三）小学五、六年级测试项目为六项，其中身高、体重、肺活量为必测项目。选测项目为三项：从台阶试验、50米x8往返跑中选测一项；从50米跑、立定跳远中选测一项；男生从坐位体前屈、握力中选测一项、女生从坐位体前屈、握力、仰卧起坐中选测一项。

（四）初中及以上各年级（含大学）测试项目为六项，其中身高、体重、肺活量为必测项目，选测项目为三项：从50米跑、立定跳远中选测一项；男生从台阶试验、1000米跑中选测一项，女生从台阶试验、800米跑中选测一项；男生从坐位体前屈、握力中选测一项，女生从坐位体前屈、仰卧起坐和握力中选测一项。

六、测试与评分标准

《标准》中的选测项目由各地（市）级教育行政部门在测试前随机确定。考虑到城乡的不同情况，《标准》中的台阶试验项目农村学校可选测相应项目，城市学校统一进行台阶试验的测试。

《标准》中的身体形态、身体机能和身体素质的测试方法按人民教育出版社出版的《学生体质健康标准（试行方案）解读》中的有关要求进行。《标准》的各项评分标准见附表1和附表2。

七、等级评定与登记

各个测试项目的得分之和为《标准》的最后得分，根据最后得分评定等级：86分以上为优秀，76分-85分为良好，60-75分为及格、59分及以下为不及格。每学年评定一次成绩并记入《学生体质健康标准登记卡片》，小学按照组别两年评定一次，其他年级每学年平均成绩（各占50%）之和评定。

八、本《标准》由教育部负责解释。

提高自身健康素养篇六

一、努力学习和认真贯彻《体育教学大纲》，明确体育教学的目的与任务。结合本校实际，制定学年、学期、单元教学计划。

二、了解学生，深入钻研教材，在个人认真备课的基础上，加强集体备课，明确课堂教学的目的任务和实施方法。没有课时教案，不能上课。

三、根据课时计划，课前要布置场地，备好器材，做好安全卫生检查工作，课上要重视做好安全保护工作。教师应以身作则，上课时必须穿运动服、运动鞋。

四、要做好体育委员的培训工作，充分发挥他们在课堂教学中的作用。

五、体育课上对学生既要严格要求，严格训练，又要关怀爱护，调动他们学习的积极性，不得采用简单粗暴的方式对待学生，禁止体罚和变相体罚。

六、体育课以实践为主，要保证足够的时间让学生得到充分锻炼。运动量和练习密度要适当，做到科学合理。教师讲课要语言精炼，重点突出，示范动作正确。课上要重视队列、队形练习与身体素质训练，室内课要注意加强体育基础理论知识教学。

七、教师应按大纲要求考核评定学生成绩。考核的时间、内容和标准要事前向学生公布。

八、课后应认真填写“课后记录”，注意积累学生考核与体质资料，并认真分析对比、不断改进教法，提高教学质量。要认真学习体育理论，不断总结教学经验，每学期应专题总结，不断提高业务水平。

提高自身健康素养篇七

20**年老年人健康管理工作方案为促进公共卫生服务均等化，更好的实施老年人健康管理服务项目，为老年人提供疾病预防，自我保健及伤害预防的指导，减少健康危险因素，有效

预防和控制慢性病。根据《国家基本公共卫生服务规范》中的老年人健康管理服务规范的要求，结合我场实际情况，制定本实施方案。

1、成立老年人健康管理领导小组，为保证健康检查工作顺利进行，成立健康检查工作领导小组。

2、合理安排体检，各科室各负其责中心制定便捷的健康检查流程，营造人性化的健康检查环境，严格按照健康检查方法、标准和要求，高效率、高质量地开展健康检查工作。合理科学的安排体检时间，场直地区将原来的集中式体检改为分散式体检，分场仍以巡回、预约集中体检式为主，各科室、各社区卫生服务站应积极配合体检工作，按要求抽调相关工作人员完成体检任务。

辖区内65岁及以上常住老年人。

1、通过实施老年人健康管理服务项目，对全场老年人进行健康危险因素调查和一般体格检查，提供疾病预防、自我保健及伤害预防、自救等健康指导，减少主要健康危险因素，有效预防和控制慢性病和伤害，逐步使老年人享有均等化基本公共卫生服务。

2、掌握辖区内老年人基本情况，并登记管理。20**年老年人健康管理率达75%以上。

3、每年为老年人免费进行一次体格检查，20**年老年人体检率达75%以上。发现慢病患者纳入慢性病管理。

对全场老年人登记管理，进行健康危险因素调查和一般体格检查，提供疾病预防、自我保健及伤害预防、自救等健康指导。

1、每年进行1次老年人健康管理，根据体检掌握新情况并认

真、仔细登记，规范填写健康体检表，并针对发现问题的老年人进行健康咨询指导和干预等。

2、生活方式和健康状况评估：包括吸烟、饮酒、体育锻炼、饮食、慢性疾病常见症状和既往所患疾病、治疗及目前用药情况。

3、体格检查：包括血压、体重、皮肤、淋巴结、乳腺、心脏、肺部、腹部、四肢肌肉关节等体格检查以及视力、听力和活动能力的一般检查。

4、辅助检查：血常规、尿常规、血糖、血脂、肝肾功能、心电图**□**超检查以及认知功能和情感状态的初筛检查。

5、告知居民健康体检结果并进行相应干预。

(1)对在健康检查中发现的高血压、糖尿病等高危人群、慢性病患者，要纳入相应病种的规范化管理。

(2)对存在危险因素且未纳入其他疾病管理的老年人建议定期复查。

(3)对可疑的慢性疾病、传染病等疾病患者，转上级医院或专科医院确诊，并及时随访掌握诊断结果；对已出现转诊症状的，须及时转上级医院。

6、对所有老年人进行慢性病危险因素、疫苗接种知识、骨质疏松预防及防跌倒措施、意外伤害和自救等健康教育。

1、社区卫生服务中心要加强与各社区卫生服务站的联系，掌握辖区内老年人口信息变化，建立辖区内老年人管理花名册并及时更新。

2、加强宣传，制作宣传资料，告知服务内容，使更多的老年居

民愿意接受服务。

3、预约老年人到社区卫生服务中心（站）接受健康管理，对行动不便、卧床居民可提供预约上门健康检查。

4、每次健康检查后及时将《老年人健康体检年检表》归入个人健康档案并录入省公共卫生网,未建立个人健康档案的，为其建立，并将资料归入个人健康档案。

5、做好老年人健康管理服务方案、计划、总结及相关资料。

6、做好管理人员培训记录、课件等资料，认真落实上级培训和自身培训工作。

1、居民健康体检工作量大、任务重，全体医务人员应加强学习，提高对居民健康体检的认识，强化体检责任，把好体检质量，保证体检的严肃认真，切忌走过场。

2、各科室要做好相应人员落实，精心组织、科学安排，按时参加体检，保质保量做好体检工作，让农民切实得到实惠。

3、体检服务人员应做到礼貌待人，态度和蔼，对体检老年人要细心、耐心、精心、虚心。

4、积极营造良好的体检环境，设计好合理的体检流程，方便老年人体检。