

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

领域	要点	目标内容		主要教授学段	除体育与健康外其他相关学科覆盖建议
		一级	二级		
1. 健康行为与生活方式	1.1 认识健康	了解健康及其影响因素	(1) 理解健康的概念	小学	
			(2) 能够列举各种健康影响因素	小学	
			(3) 认同生活习惯直接影响身心健康	小学	
		了解健康与疾病的基本知识	(1) 了解人体主要器官和系统	小学	
			(2) 理解疾病的概念以及健康与疾病的关系	小学	
			(3) 知道细菌、病毒能导致急性、慢性传染病	小学	
		养成健康生活方式	(1) 知道合理膳食，饮食有节	小学	
			(2) 养成良好作息习惯	小学	道德与法治
			(3) 保持心理健康	小学	
	(4) 坚持科学锻炼		小学		
	能够分析并评估健康影响因素	(1) 了解影响身心健康的行为	初中	生物学	
		(2) 能够从促进健康行为、安全、社会规范与法律、人际关系等角度分析并评估各种影响因素	初中	道德与法治	
	提高健康决策能力	(1) 能够运用动机理论分析健康影响行为的合理性	高中	思想政治	
		(2) 能够根据分析结果，决定采纳或规避	高中	思想政治	
	1.2 个人卫生与保健	培养个人卫生习惯	(1) 讲究仪表卫生，注意物品清洁	小学	道德与法治
			(2) 知道并能做到勤洗手、勤洗澡、勤刷牙、勤剪指甲、勤换衣	小学	道德与法治
(3) 不咬手指，不随地吐痰，不随地大小便，文明如厕，自觉维护厕所卫生			小学	道德与法治	
(4) 知道咳嗽、打喷嚏时要遮掩口鼻			小学	道德与法治	

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
			(5) 知道感冒或患呼吸道疾病时要戴口罩	小学	道德与法治
	拒绝吸烟, 抵制二手烟		(1) 知道吸烟有害健康	小学	
			(2) 不主动吸烟, 不尝试第一口烟	小学	
			(3) 避免被动吸烟(二手烟、三手烟)	小学	
			(4) 能够帮助家庭成员戒烟	小学	
	认识酒精, 拒绝饮酒		(1) 了解酒精对生长发育和健康的危害	小学	
			(2) 能够拒绝饮酒	小学	
	认识毒品, 杜绝毒品		(1) 能够列举毒品的常见种类(含新型毒品)	小学	道德与法治
			(2) 了解毒品对身体和心理的主要危害	小学	道德与法治
			(3) 学习预防毒品知识, 增强杜绝毒品的意识	小学	道德与法治
	了解并坚持体检		(1) 了解体检的意义	小学	
			(2) 养成定期体检的习惯	小学	
			(3) 能够向家庭成员讲解定期体检的益处	小学	
	拒绝吸烟, 拒绝饮酒		(1) 了解吸烟(含电子烟)、饮酒对身体多系统和器官的危害	初中	生物学
			(2) 了解我国关于烟草、饮酒的主要法律法规	初中	道德与法治
	了解毒品危害		(1) 了解毒品对个人、家庭、社会等的危害	初中	道德与法治
			(2) 杜绝毒品	初中	道德与法治
	主动了解并保持个人健康		(1) 知道常规体检的具体项目、指标及其意义	初中	生物学
			(2) 了解常见疾病的症状, 能够及时就医	初中	生物学
			(3) 养成健康生活习惯, 主动保持自身健康	初中	生物学
	倡导无偿献血		(1) 知道无偿献血对人体无害	初中	生物学
			(2) 理解无偿献血的意义	初中	生物学
	营造无烟环境		学习公共场所控烟条例, 倡导公共场所禁烟行动, 积极营造无烟环境	高中	思想政治
	远离烟草、酒精和毒品		了解烟草、酒精和毒品危害身体健康的机制	高中	思想政治
	了解酗酒、吸毒对公共安全的危害		了解酒后斗殴、酒驾、毒驾等行为的危害	高中	思想政治
	了解禁毒(毒品)相关的主要法律知识		了解《中华人民共和国刑法》《中华人民共和国禁毒法》中关于毒品的主要内容	高中	思想政治
	了解无偿献血法		了解无偿献血的制度, 以及对个人、家人和社会的意义	高中	思想政治

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
1.3 健康问题与疾病预防控制	预防健康问题和疾病		(1) 了解生活方式与慢性非传染性疾病的关系	小学	科学
			(2) 定期监测体重, 预防超重	小学	科学
			(3) 了解肠道蠕虫感染发生的原因和预防控制措施	小学	科学
			(4) 了解哮喘的分类、病因及影响因素, 能够预防哮喘	小学	科学
	预防儿童青少年常见病		(1) 了解常见病的类型与流行特征	初中	生物学
			(2) 了解常见病的危险因素	初中	生物学
			(3) 了解常见病的预防控制措施	初中	生物学
	预防肥胖		(1) 了解儿童青少年肥胖的概念和危害	初中	生物学
			(2) 学会分析导致肥胖的原因	初中	生物学
			(3) 知道儿童青少年超重肥胖的判断标准	初中	生物学
			(4) 了解预防为主的综合防控措施	初中	生物学
	预防蛋白质-能量营养不良		(1) 了解蛋白质-能量营养不良的概念和危害	初中	生物学
			(2) 知道造成蛋白质-能量营养不良的原因(疾病、营养素摄入不足、膳食结构不合理、不良饮食习惯等)	初中	生物学
			(3) 了解蛋白质-能量营养不良的预防控制措施	初中	生物学
	预防缺铁性贫血		(1) 了解缺铁性贫血的发生原因和危害	初中	生物学
			(2) 了解缺铁性贫血的预防控制措施	初中	生物学
	了解慢性非传染性疾病的预防知识		(1) 了解常见的慢性非传染性疾病	高中	生物学
			(2) 理解慢性非传染性疾病与生活方式、行为的关系	高中	生物学
			(3) 了解慢性非传染性疾病的预防措施	高中	生物学
	1.4 用眼健康	学会眼部放松方法		(1) 知道保护眼睛的重要性	小学
			(2) 学会正确的眼部放松方法	小学	科学
养成爱护眼睛的习惯, 预防近视			(1) 能够定时放松眼睛, 适当望远休息, 松弛眼部肌肉	小学	科学
			(2) 能够保持正确的读写姿势, 保证“一拳一尺一寸”, 预防眼疲劳	小学	科学
学会监测自己的视力			(1) 养成定期检查视力的习惯, 并坚持到正规医院眼科检查	小学	科学
			(2) 能够识别视力异常情况, 并及时就医	小学	科学
			(3) 了解眼镜佩戴的基本常识	小学	科学
保护眼睛, 预防眼外伤		(1) 在与同伴游戏时注意保护眼睛	小学		
		(2) 在体育活动中注意保护眼睛	小学		

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议	
		一级	二级			
	了解导致近视的因素和预防近视的策略		(1) 了解导致近视的内外因素	初中	生物学、物理	
			(2) 了解预防近视的主要策略和措施	初中	生物学、物理	
			(3) 了解并采用科学、规范的近视矫治方法	初中	生物学、物理	
	了解近视发生的主要机理		了解眼轴变长、晶状体屈光力过强、角膜屈光力过强导致近视的机理	初中	生物学、物理	
	预防高度近视		(1) 注意监测近视进展，预防发展过快	初中	生物学	
			(2) 能够矫正不良用眼习惯，预防高度近视，特别是病理性近视引发的眼底病变	初中	生物学	
	科学选择与佩戴眼镜		(1) 了解散瞳验光期间的用眼卫生	初中	生物学	
			(2) 注意在儿童期、青春期增加配镜频次，不过度矫正	初中	生物学	
	预防红眼病（传染性急性结膜炎）		(1) 了解红眼病的常见症状	初中	生物学	
			(2) 知道红眼病的传播途径	初中	生物学	
			(3) 掌握预防红眼病的方法	初中	生物学	
	预防严重眼病或眼外伤		(1) 预防视网膜和脉络膜萎缩	高中	生物学	
			(2) 了解高度近视的日常护眼方法	高中	生物学	
			(3) 了解运动安全知识，预防眼外伤	高中	生物学、物理	
	1.5 耳鼻 口腔健康	了解科学用耳的方法		(1) 树立保护听力的意识，避免长时间暴露在噪声环境里，减少使用耳机	小学	科学
				(2) 学会在噪声环境里保护听力的办法	小学	科学
		保持鼻腔卫生		学会清洁鼻腔的方法，不用力擤鼻子	小学	科学
保持口腔卫生			(1) 知道早晚要刷牙，学会正确刷牙	小学	科学	
			(2) 了解换牙的生理现象及应对措施、注意事项	小学	科学	
			(3) 养成饭后漱口或刷牙的习惯，每次刷牙不少于 2 分钟，能够主动预防龋齿	小学	科学	
			(4) 学会使用牙线，预防牙周病	小学	科学	
			(5) 发生龋齿或牙周病时，能够及时提醒家长陪同就医	小学	科学	
爱护耳，预防耳道感染和听力损伤			(1) 了解耳朵的结构和功能，预防外耳损伤和耳道感染	初中	生物学	
			(2) 理解声音大小、噪声与听力健康的关系	初中	生物学、物理	
	(3) 了解保护听力和预防听力损伤的方法		初中	生物学、物理		
知道听力损伤不可逆，学会保护听力		(1) 避免长时间使用耳机	初中	生物学、物理		
		(2) 注意预防爆震性耳聋	初中	生物学		
		(3) 听力异常时，及时就医	初中	生物学		

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
1.6 形体健康	掌握安全简便的止血方法 (含鼻出血)	(1) 能够克服出血时的慌乱和恐惧		初中	生物学
		(2) 初步掌握安全简便的止血方法(含鼻出血)		初中	生物学
		(3) 出血不止时,及时就医		初中	生物学
	定期洁治牙齿	养成定期洁治牙齿的习惯,预防口腔疾病		初中	生物学
	知道维护骨骼健康的方法	(1) 课内外学习时,能够保持坐姿端正		小学	
		(2) 行走时,能够保持直立、挺胸、身姿挺拔		小学	
		(3) 知道饮食对骨骼健康的影响		小学	
	理解吃动平衡的概念,保持健康体重	(1) 理解吃动平衡的概念		小学	
		(2) 理解健康体重、超重与肥胖、消瘦与生长迟缓的概念		小学	
		(3) 了解健康问题与体重的关系		小学	
		(4) 了解保持健康体重的方法		小学	
	预防脊柱弯曲异常	(1) 能够坚持锻炼,增强背肌发育,预防脊柱侧弯		初中	
		(2) 脊柱弯曲异常时,及时矫正		初中	
	了解体重的意义和科学保持体重的方法	(1) 了解科学评价体重的方法		初中	生物学
		(2) 依据体质量指数(BMI)的概念和评价标准,学会管理体重		初中	生物学
		(3) 能够运用所学知识预防超重、肥胖		初中	生物学
(4) 认同盲目减轻体重会造成身心伤害			初中	生物学	
理解形体与健康的关系	(1) 了解形体健康的意义,养成健康饮食和规律运动的习惯		初中	生物学	
	(2) 树立保持健康体重和健康自然体态的意识,避免进食障碍		初中	生物学	
1.7 健身锻炼与运动	认同科学锻炼促进健康	(1) 了解体育锻炼对生长发育和身心健康的意义		小学	
		(2) 了解体育课和体育竞赛的注意事项		小学	
	识别游戏活动中的安全与危险	(1) 能够积极参加课间户外游戏活动		小学	
		(2) 学会常见的户外游戏,能够与同伴安全地游戏		小学	
		(3) 掌握基本的危险处理方法和紧急情况的应对方法		小学	
	坚持科学锻炼	(1) 掌握体力活动时自我监护方法		初中	
		(2) 了解体温、脉搏的测量方法及测量意义		初中	
		(3) 坚持运动,提高体能,培养运动技能		初中	
(4) 掌握预防体育运动创伤和疾病的知识与技能			初中		
(5) 了解体育运动对释放压力、预防焦虑抑郁的作用			初中		

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议	
		一级	二级			
	坚持规律自觉的体育锻炼		(6) 了解体育运动对大脑健康的益处	初中		
			(1) 坚持科学、规律、持续地运动	高中		
			(2) 掌握安全运动知识, 预防运动外伤	高中		
			理解运动与健康的关系	(1) 能够通过运动提高学习和生活质量	高中	
				(2) 掌握正确处理运动外伤的方法	高中	
	营造积极运动的氛围		发挥同伴影响力, 积极带动身边的人共同运动	高中	综合实践活动	
	1.8 健康 作息	认同规律作息是有益健康的 基本行为方式		(1) 知道充足睡眠的益处	小学	科学
				(2) 养成规律的作息习惯	小学	科学
				(3) 学会制订学习计划并按计划完成学习任务	小学	科学、道德与法治
				(4) 能够协调课内外学习安排, 坚持运动, 及时就寝, 保证充足睡眠	小学	科学、道德与法治
掌握合理规划个人生活的方 法			(1) 养成适度使用网络的习惯, 能够合理控制视屏时间	初中	信息技术	
			(2) 知道兴趣爱好对健康的作用, 能够培养健康的兴趣爱好	初中		
			(3) 能够科学安排学习时间, 做到科学用脑、劳逸结合, 保证睡眠时间	初中	生物学	
理解睡眠与健康的关系			(1) 了解睡眠时间和质量对身心健康的影响	高中		
	(2) 知道睡眠质量的影响因素		高中			
	(3) 知道快速入睡的方法		高中			
	(4) 坚持合理作息, 保证睡眠时间和质量		高中			
1.9 合理 膳食	了解平衡膳食的概念, 培养 健康饮食行为		(1) 能够识别食物种类, 珍惜食物	小学	科学、劳动	
			(2) 了解一日三餐的营养要求	小学	科学	
			(3) 根据膳食指南, 能够分析一日三餐搭配是否合理	小学	科学	
			(4) 了解偏食、挑食、暴饮暴食等不良饮食行为的特点及对健康的影响, 能够坚持饮食多样化	小学	科学、劳动	
			(5) 了解基本的餐桌礼仪	小学	科学、劳动	
	合理饮用饮料		(1) 养成喝白开水的习惯, 坚持足量饮水	小学	科学	
			(2) 能够识别饮料的种类和成分	小学	科学	
			(3) 了解功能饮料、能量饮料对儿童身体健康可能造成的危害	小学	科学	
	注意饮食卫生		(1) 知道瓜果蔬菜需要清洗干净才能烹调或入口食用	小学	科学、劳动	
			(2) 少吃肥肉、烟熏和腌制肉制品	小学	科学	
学会阅读食品的营养标签,		(1) 能够选择质量合格的安全食品, 识别并且不食用“三无产品”	小学	综合实践活动、科学		

领域	要点	目标内容		主要教授学段	除体育与健康外其他相关学科覆盖建议
		一级	二级		
	掌握科学选购方法		(2) 树立预防食物过敏和食物中毒的意识	小学	综合实践活动、科学
			(3) 学会阅读食品营养标签，科学认识食品添加剂	小学	综合实践活动、科学、劳动
			(4) 养成选购食品时阅读食品营养标签的习惯，能够根据自己的营养需求购买食品	小学	综合实践活动、科学、劳动
	能够坚持健康合理的饮食习惯，倡导“三减三健”		(1) 了解六大营养素及其功能	初中	生物学
			(2) 预防高血压、高血脂和糖尿病，倡导饮食中“三减”（减盐、减糖、减油）	初中	生物学
			(3) 了解营养与“三健”（健康口腔、健康体重、健康骨骼）的关系，倡导“三健”	初中	生物学
			(4) 了解反式脂肪酸的危害及其食物来源	高中	化学、生物学
	了解有关食品安全和野生动物保护的法律法规		(1) 了解《中华人民共和国食品安全法》《中华人民共和国野生动物保护法》的主要内容	初中	生物学、化学
			(2) 了解食品中过量激素、抗生素等对人体的影响	初中	生物学、化学
			(3) 了解转基因技术和转基因食品	初中	生物学、化学
	了解肥胖或贫血、消瘦等人群的饮食策略		(1) 树立预防肥胖及肥胖可能带来心血管疾病风险的意识，能够在日常生活中注意减盐、减糖、减油，控制体重，增加运动	初中	生物学
			(2) 知道消瘦人群免疫力低，需要增加优质蛋白的摄入	初中	生物学
			(3) 了解缺铁性贫血的危害，知道预防和治疗缺铁性贫血的饮食原则	高中	化学
			(4) 知道碘缺乏对健康的主要危害和表现，掌握正确购买、存放和食用碘盐的方法及科学补碘，预防碘缺乏病	高中	化学
	理解膳食模式对健康的影响		(1) 理解热量摄入与消耗和超重与肥胖之间的关系	高中	化学
			(2) 了解健康膳食模式（膳食指南建议的平衡膳食、地中海膳食、高血压患者膳食指导等）特点，及其促进身体健康、降低慢性患病风险的作用	高中	生物学
	了解并掌握正确的食品选购、加工、储存方法		了解食品选购、加工、储存的方法及注意事项，并能正确实践	高中	综合实践活动
	杜绝食源性疾病		(1) 了解《中华人民共和国食品安全法》等法规的要求，了解食品安全溯源、管理的要求	高中	生物学
			(2) 了解生物与化学类食源性疾病的预防措施	高中	生物学
	1.10 公共	了解影响健康的环境因素		(1) 了解大气、水体、土壤污染对健康的影响	小学

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
领域	环境卫生		(2) 了解噪声污染对健康的影响	小学	科学
		了解并实施垃圾分类	(1) 了解有害垃圾、可回收物、厨余垃圾、其他垃圾的分类方法	小学	劳动、科学
			(2) 学会分类投放垃圾	小学	劳动、科学
		保护环境卫生	(1) 坚持文明如厕	小学	道德与法治
			(2) 不乱丢垃圾	小学	道德与法治
		能够采取实际行动保护环境	(1) 关注中国环境保护与治理新进展	初中	地理、道德与法治、 物理
			(2) 认同“人与自然和谐共生”的理念	初中	地理、道德与法治、 物理
		遵守生态环境行为规范，抵制环境污染行为	(1) 坚持简约适度、绿色低碳、有益健康的生活方式	初中	地理、道德与法治、 物理
			(2) 做到节约能源，做好垃圾分类	初中	地理、道德与法治、 物理
			(3) 坚持做环境健康的倡导者，带动他人共同保护环境	初中	地理、道德与法治、 物理
	认同并践行“绿水青山就是金山银山”的理念	(1) 了解地球污染现状	高中	地理、思想政治	
		(2) 了解自然环境对社会经济的影响	高中	地理、思想政治	
		(3) 了解国内外主要的环境保护组织及其行动	高中	地理、思想政治	
	了解国家对环境保护与治理的政策及行动等，明确国家对个人的要求	了解《中华人民共和国环境保护法》《中华人民共和国水污染防治法》《中华人民共和国土壤污染防治法》《中华人民共和国固体废物污染环境防治法》的主要内容及其对个人的要求	高中	地理、思想政治	
	1.11 关注 健康信息	能够关注并记录自身健康状况	(1) 了解体温、脉搏、体重和血压的测量意义和方法	小学	科学
(2) 能够关注并定期记录体温、脉搏、体重和血压			小学	科学	
主动了解个人健康信息		(1) 了解家族健康史	初中	综合实践活动	
		(2) 建立个人健康档案	初中	综合实践活动	
		(3) 关注个人身体状况	初中	综合实践活动	
	(4) 了解医院科室的基本分类及职能	初中	综合实践活动		
主动获取健康相关信息	能够从科学可靠的渠道主动获取并遴选健康相关信息	初中	信息科技		

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
	提高获取、理解、辨别和应用健康信息的能力		(1) 能够主动求证公共卫生信息，提高关于疫情信息的识别能力	高中	技术（含信息技术和通用技术）
			(2) 根据事实依据，能够分析公共卫生信息	高中	技术（含信息技术和通用技术）
	强化公共卫生意识		(1) 能够自觉抵制不良的生活习惯和行为	高中	思想政治
			(2) 养成自觉的卫生意识和良好的卫生公德	高中	思想政治
			(3) 能够自觉抵制影响和危害公共卫生的活动，提升公共卫生意识和社会责任感	高中	思想政治
	2. 生长发育与 青春期保健	初步了解生命知识		(1) 了解生命孕育的过程	小学
(2) 了解身体各部位、各器官的名称及其主要功能				小学	科学
了解生长发育			(1) 理解生长突增的概念	小学	科学
			(2) 知道生长突增是进入青春期的标志	小学	科学
			(3) 能够通过规律睡眠、合理营养、适当运动等促进生长发育	小学	科学、劳动
了解人体生长发育所需营养及营养的消化吸收			(1) 了解母乳是婴儿最理想、最安全的天然食物，科学喂养有利于促进儿童健康，为其一生发展奠定良好基础	小学	科学
			(2) 了解营养的作用，认同并能坚持饮食多样化	小学	科学、劳动
			(3) 认同适当运动有利于营养的消化吸收	小学	科学、劳动
了解生长发育的主要规律和影响因素			(1) 了解人体各系统生长发育的主要规律	初中	生物学
			(2) 能够列举影响生长发育的主要因素	初中	生物学
能够正确评估生长发育状况			(1) 了解评价儿童青少年生长发育的常用指标及特点	初中	生物学
			(2) 能够正确对待生长发育中可能出现的各种问题，并学会寻求帮助	初中	生物学
了解痤疮（青春痘）			(1) 了解痤疮的成因	初中	生物学
			(2) 掌握正确清洁面部的方法，养成清洁卫生的健康习惯	初中	生物学
			(3) 学会排解痤疮造成的情绪困扰	初中	生物学
理解生长速度的变化规律			理解生长速度减缓是趋于成熟的标志，保持健康体重	高中	生物学
认同体态以健康自然为美，保持积极的体像认知			(1) 树立体态以健康自然为美的意识	高中	生物学
			(2) 了解导致消极体像认知的因素	高中	生物学
	(3) 注意保持积极的体像认知		高中	生物学	
2.2 青春	初步具备正确的性别观		(1) 了解男女在生理上的差异	小学	科学

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
2.3 青春 期性健康	期心理		(2) 欣赏男孩、女孩各自的特点, 认同男女平等以及自己的性别	小学	科学
			(3) 学会做自尊、自信的男生或女生	小学	科学
	认识青春期心理健康		(1) 了解并接受青春期生理、心理的各种变化	初中	生物学
			(2) 理解自我意识发展的特点及其与“逆反”的关系	初中	生物学
	学会与异性相处		(1) 了解并能够正确看待与异性相处可能遇到的问题	初中	生物学
			(2) 了解和异性相处的正确方式和原则	初中	生物学
	积极应对青春期心理健康问题		(1) 关注自身心理健康	初中	道德与法治
			(2) 能够运用心理健康知识识别可能出现的心理健康和社会适应问题	初中	道德与法治
			(3) 积极应对学习、生活中各种压力和矛盾冲突	初中	道德与法治
	认识青春期及其特征		(1) 理解青春期、性别、第一性征、第二性征等概念	小学	科学
			(2) 了解并接受青春期身体的各种变化	初中	生物学
			(3) 了解妊娠和分娩的基本机理和过程, 理解乳房泌乳的基本机理	初中	生物学
	学会青春期保健		(1) 女生能够理解月经的形成过程和月经周期的概念, 做好经期卫生保健, 识别并正确应对经期不适症状, 知道如何与母亲或监护人交流月经相关事宜	小学	科学
			(2) 男生能够理解遗精的概念, 做好生殖器官的卫生保健, 知道如何与父亲或监护人交流遗精相关事宜	初中	生物学
			(3) 知道寻求专业途径解决青春期的困惑	小学	科学
掌握青春期保健的基本知识和技能		(1) 了解青春期生理与心理的发育特点	初中	生物学	
		(2) 知道生长激素、甲状腺激素和性激素等内分泌激素对青春期发育的调节作用	初中	生物学	
		(3) 女生掌握乳房保健、佩戴胸罩的基本知识和技能, 能够识别痛经症状并正确处理 and 求助	初中	生物学	
		(4) 注重个人卫生, 提高对自己身体负责的健康决策能力	初中	生物学	
		(5) 能够识别青春期生长发育异常并知道求助	初中	生物学	
理解性、爱情和婚姻的关系		(1) 知道平等、关爱、相互尊重和支持, 对于健康的恋爱关系、婚姻关系和家庭环境非常重要	高中	思想政治	
		(2) 了解爱情问题的基本处理原则	高中	思想政治	
重视青春期中性健康		(1) 了解婚前性行为可能造成的身心伤害	初中	生物学	
		(2) 了解未婚少女怀孕的现状及其影响	初中	生物学	

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议	
		一级	二级			
	了解预防出生缺陷的基本知识和技能		(3) 理解安全性行为、无保护性行为等概念	初中	生物学	
			(4) 了解无保护性行为可能造成的身心健康危害, 知道有效避孕措施	初中	生物学	
			(5) 学会自我保护, 知道必要时可使用安全套	初中	生物学	
			(1) 了解婚姻和生育相关法律法规和政策	高中	思想政治、生物学	
			(2) 树立文明健康的婚恋观、婚育观, 弘扬文明健康的婚育文化	高中	思想政治、生物学	
			(3) 了解婚前孕前保健、科学备孕、适龄生育对生殖健康和优生优育的影响	高中	生物学	
			(4) 了解预防出生缺陷的核心信息	高中	生物学	
		2.4 性侵害预防	学会自我保护, 远离性侵害	(1) 了解身体隐私部位, 了解人与人相处的边界	小学	道德与法治
				(2) 了解儿童性骚扰和性侵害的特点	小学	道德与法治
	(3) 能够识别容易发生性骚扰和性侵害的情境			小学	道德与法治	
	(4) 学会自我保护和寻求帮助			小学	道德与法治、综合实践活动、劳动	
	预防性骚扰与性侵害		(1) 学会识别性骚扰和性侵害	初中	道德与法治、综合实践活动	
			(2) 了解容易发生性骚扰和性侵害的危险因素	初中	道德与法治、综合实践活动	
			(3) 提高预防性骚扰和性侵害的能力	初中	道德与法治、综合实践活动	
	能够有效预防和应对性骚扰与性侵害		(1) 能够识别导致性骚扰和性侵害的危险因素	高中	综合实践活动	
			(2) 学会自我保护和寻求帮助	高中	综合实践活动	
			(3) 掌握预防性骚扰和性侵害的技能	高中	生物学	
			(4) 遇到性侵害时, 能够在保证安全的情况下及时报警	高中	生物学	
	2.5 珍爱生命		理解生命的意义和价值, 珍爱生命	(1) 知道生命只有一次, 懂得感恩父母	小学	道德与法治、科学
		(2) 了解生命权的有关知识		小学	道德与法治、科学	
		(3) 懂得生命的价值至高无上, 坚持追求有意义的生活		小学	道德与法治、科学	
学会正确对待挫折		(1) 树立正确的人生观和价值观, 热爱生活, 尊重和敬畏生命	初中	道德与法治、劳动		
		(2) 能够正确看待生活中的挫折, 初步具备迎接挑战的能力	初中	道德与法治、劳动		
		(3) 能够预防自伤与自杀	初中	道德与法治		
深入理解生命意义		(1) 理解生命的周期及其意义, 并能确定人生目标与理想	高中	思想政治、生物学		

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议	
		一级	二级			
			(2) 能够客观认识自身的优势、劣势、兴趣、目标等	高中	思想政治、综合实践活动	
			(3) 提高把握机会、实现人生理想的能力	高中	思想政治、劳动、综合实践活动	
			(4) 了解生命健康权（生命权、身体权、健康权）及其法律意义，掌握维护个人生命健康权的技能	高中	思想政治、综合实践活动	
3. 心理 健康	了解自己，悦纳自己		(1) 了解自己的优缺点	小学	道德与法治	
			(2) 能够改正自己明显的错误行为	小学	道德与法治	
			(3) 学会悦纳自己	小学	道德与法治	
	熟悉校园环境		了解并熟悉校园内外的不同环境和不同群体	小学	道德与法治、综合实践活动、劳动	
	养成礼貌友好的交往品质		(1) 乐于与老师、同学交往	小学	道德与法治	
			(2) 在日常生活中坚持使用礼貌用语	小学	道德与法治	
			(3) 在交往过程中保持谦让、友善，珍视友情	小学	道德与法治	
	提高自主参与各种活动的能 力		(1) 能够正确认识自己的爱好与特长	小学	道德与法治	
			(2) 学会自主参与各种活动	小学	道德与法治	
	3.1 社交 与社会适应	包容他人，培养集体意识和 团队精神		(1) 了解同学的特点	小学	道德与法治
				(2) 理解每个人都是独特的，学会包容和宽容	小学	道德与法治
				(3) 掌握良好的人际交往技能，养成合群且独立的健康人格	小学	道德与法治
				(4) 树立集体荣誉感	小学	道德与法治
	客观认识和对待自己			(1) 在他人（家庭成员、同学、朋友、老师、陌生人）的接触中认识自我	初中	道德与法治
				(2) 正确理解个人与集体、社会和国家的关系	初中	道德与法治
	理解自我认同			(1) 理解自我认同的重要性	初中	道德与法治
				(2) 提高自我认同的程度	初中	道德与法治
	理解不同的社会角色			(1) 理解“人是所有社会关系的总和”	初中	道德与法治
				(2) 理解不同角色（孩子、学生等）的权利与义务	初中	道德与法治
				(3) 尊敬医护人员、教师、军人、警察等职业人群，认同其崇高精神	初中	道德与法治、综合实践活动
				(4) 提升学习榜样的意识	初中	道德与法治

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议	
		一级	二级			
	了解并养成亲社会行为		(1) 了解亲社会行为的内涵	初中	道德与法治、综合实践活动、劳动	
			(2) 学会在生活中养成亲社会行为	初中	道德与法治、综合实践活动、劳动	
	了解社交与心理健康的关系		(1) 识别社交中危害健康的行为	高中	思想政治	
			(2) 提高沟通协商能力，防范健康危险行为	高中	思想政治	
			(3) 提高与健康决策相关的创造性思维和批判性思维能力，学会拒绝不健康的行为	高中	思想政治	
	提高健康的异性交往能力		(1) 树立健康、合乎社会规范的异性交往观念	高中	思想政治	
			(2) 能够正确处理与异性交往中可能出现的各种问题，提高健康的异性交往能力	高中	思想政治	
	做好进入高中学习或就业的初步准备		(1) 能够合理安排学习和生活，提高独立学习和生活能力	初中	道德与法治、劳动、综合实践活动	
			(2) 了解自己的兴趣、能力、性格、特长和社会需要，并据此确立自己的升学或职业志向	初中	道德与法治、综合实践活动、劳动	
	做好进入高校学习或就业的准备		(1) 做好告别高中的准备，提高独立生活的能力	高中	思想政治、劳动、综合实践活动	
			(2) 初步具备规划人生的能力	高中	思想政治、劳动、综合实践活动	
			(3) 能根据未来规划自主学习相关课程和技能	高中	思想政治、劳动、综合实践活动	
			(4) 如果选择就业，树立职业道德意识和担当意识，加强社会责任感	高中	思想政治、劳动、综合实践活动	
	3.2 情绪与行为调控	树立纪律意识与规则意识		(1) 熟悉并遵守学校、班级及其他日常学习生活环境中的基本规则	小学	道德与法治、综合实践活动
				(2) 了解学生的角色，适应小学环境	小学	道德与法治、综合实践活动
		初步感受学习知识的乐趣，养成自主学习的习惯		(1) 体会学到新知识的喜悦	小学	道德与法治
(2) 感受学习过程中的快乐				小学	道德与法治	

领域	要点	目标内容		主要教授 时段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
			(3) 养成自主学习的习惯, 提高学习兴趣	小学	道德与法治
	能够正确对待学习中的问题, 培养处理厌学等负面情绪的能力		(1) 提高自我效能感和自我价值感	小学	道德与法治
			(2) 学会对学习中出现的问题正确归因	小学	道德与法治
	树立时间管理意识, 正确安排学习活动		(1) 了解电子设备和网络的学习功能及娱乐功能	小学	信息科技
			(2) 树理想, 立长志, 养成专注学习的习惯	小学	道德与法治
			(3) 制订学习计划, 设定行为边界, 自觉抵制干扰	小学	道德与法治
			(4) 提高抵制干扰的能力, 学会自我鼓励, 增强信心	小学	道德与法治
	提高自我管理的能力		(1) 转变思想常态, 正确看待“被管”	初中	道德与法治
			(2) 学会自我管理时间、安排任务	初中	道德与法治、劳动
	了解网络成瘾、沉迷电子游戏等的危害		(1) 了解使用电子设备的利弊, 能够科学合理使用电子设备, 严格控制上网时间	小学	信息科技、道德与法治
			(2) 认同适当的体力游戏和有节制的益智游戏有益身心	小学	信息科技、道德与法治
			(3) 了解网络成瘾、沉迷电子游戏等的危害, 加强自我管理	初中	信息科技、道德与法治
	了解压力和减轻压力的基本方法		(1) 了解压力的概念与来源	初中	道德与法治
			(2) 理解压力与健康的关系	初中	道德与法治
			(3) 掌握常见的减轻压力的方法	初中	道德与法治
	识别积极与消极情绪		(1) 能够区分积极情绪与消极情绪, 如快乐与恐惧、兴奋与悲伤等	初中	道德与法治
			(2) 了解消极情绪对健康的危害	初中	道德与法治
			(3) 掌握情绪调控的基本方法	初中	道德与法治
	学会克服焦虑情绪		(1) 了解焦虑情绪的特征及表现	初中	道德与法治
			(2) 学会分析焦虑产生的原因	初中	道德与法治
			(3) 学会控制和调节焦虑情绪	初中	道德与法治
	提高应对失败和挫折的能力, 能够正确应对突发性负面事件		(1) 了解积极乐观地面对生活的重要性, 培养积极乐观的心理品质	初中	道德与法治
			(2) 了解适当宣泄情绪的益处和方式	初中	道德与法治
			(3) 能够理性看待生活中的失败和挫折	初中	道德与法治
			(4) 遇到失败和挫折时, 能够运用正确、积极的方式调适心理	初中	道德与法治

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
3.3 心理问题与援助支持	了解考试等特殊时期常见的心理问题与应对方法		(5) 学会寻求专业帮助	初中	道德与法治
		(1) 学会正确对待考试等压力	(1) 学会正确对待考试等压力	初中	道德与法治
			(2) 了解应试方法, 增强自信心	初中	道德与法治
			(3) 学会缓解压力的方法 (如保证高质量的睡眠、自我暗示、适度的体育锻炼等)	初中	道德与法治
		理解竞争的积极意义, 学会公平竞争	(1) 理解竞争无处不在	高中	思想政治
			(2) 了解竞争的利与弊, 认同良性竞争的作用和意义	高中	思想政治
			(3) 积极参与竞争, 学会公平竞争	高中	思想政治
			(4) 理解适度的压力可提高效率	高中	思想政治
		正确认识和对待童年期不良经历	(1) 了解童年期不良经历 (如忽视、虐待等) 的概念, 及其对健康的影响	高中	思想政治、综合实践活动
			(2) 增强心理弹性, 健康成长	高中	思想政治、综合实践活动
	学会与家长、老师沟通	(1) 理解家长、老师的角色	小学	道德与法治、科学、综合实践活动	
		(2) 知道日常生活中遇到问题时应求助家长、老师	小学	道德与法治、科学、综合实践活动	
		(3) 认同心理的成长将持续终身	小学	道德与法治、科学、综合实践活动	
		(4) 出现心理不适时, 愿意主动倾诉	小学	道德与法治、科学、综合实践活动	
		(5) 知道出现长时间心理困扰时, 应主动寻求专业支持与帮助	小学	道德与法治、科学、综合实践活动	
	认同专业心理咨询, 能够向专业心理咨询者主动求助	(1) 能够正确看待专业心理卫生服务	初中	综合实践活动、道德与法治、生物学	
		(2) 能够判断心理状态是否需要求助专业咨询	初中	综合实践活动、道德与法治、生物学	
		(3) 能够模拟寻求专业心理咨询服务的过程	初中	综合实践活动、道德与法治、生物学	

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议		
		一级	二级				
			(4) 学会分辨心理咨询机构的资质和专业性	初中	综合实践活动、道德与法治、生物学		
		适应高中生活	(1) 能够理性看待高中生活的变化	高中	思想政治、综合实践活动		
			(2) 提高适应高中生活的能力	高中	思想政治、综合实践活动		
		提高面对校园欺凌和校园暴力的心理调适能力	(1) 了解校园欺凌和校园暴力及其危害	高中	思想政治、综合实践活动		
			(2) 学会正确应对校园欺凌和校园暴力，并进行自我心理调适	高中	思想政治、综合实践活动		
			(3) 遇到校园欺凌和校园暴力时，能够及时寻求师长帮助和专业心理援助	高中	思想政治、综合实践活动		
		识别并预防焦虑抑郁	(1) 了解焦虑抑郁的外在表现	高中	综合实践活动		
			(2) 了解造成焦虑抑郁的主观和客观原因	高中	综合实践活动		
			(3) 认同焦虑症和抑郁症治疗需要心理和药物共同作用	高中	综合实践活动		
		4. 传染病预防与突发公共卫生事件应对	4.1 传染病基础知识	了解病原微生物基本知识	(1) 知道常见的传染病	小学	科学、劳动
					(2) 了解常见传染病的病因和症状	小学	科学、劳动
					(3) 知道常见传染病的传播途径	小学	科学、劳动
(4) 了解常见病原微生物可以生存的环境	小学				科学、劳动		
(5) 了解虫媒传染病的传播途径及其危害	初中				科学、劳动		
了解预防传染病的基本方法	(1) 不喝生水，不吃变质食物		小学	科学、劳动			
	(2) 坚持使用公筷，不与他人共用餐具、杯具以及毛巾等个人生活用品		小学	科学、劳动			
初步掌握个人防护技能	(1) 知道安全社交距离，并能保持安全社交距离		小学	科学、劳动			
	(2) 理解手卫生的重要性，会正确洗手		小学	科学、劳动			
	(3) 学会正确佩戴口罩		小学	科学、劳动			
	(4) 认同日常感冒也要佩戴口罩		小学	科学、劳动			
了解免疫规划的作用	(1) 了解接种疫苗的注意事项		小学	科学、劳动			
	(2) 能够积极配合预防接种		小学	科学、劳动			
学会请病假	(1) 能够清楚描述自己的症状、发病时间和检查结果		小学	科学			

领域	要点	目标内容		主要教授学段	除体育与健康外其他相关学科覆盖建议
		一级	二级		
			(2) 了解请病假的程序	小学	科学
	了解发热及与发热有关的疾病		能够列举与发热有关的疾病，包括传染病、寄生虫病等	初中	生物学
	了解传染病的概念、分类		(1) 理解传染病的概念	初中	生物学
			(2) 理解新发传染病和再发传染病等基本概念	初中	生物学
			(3) 了解《中华人民共和国传染病防治法》中的甲类、乙类和丙类传染病主要病种	初中	生物学、道德与法治
	认识新发呼吸道传染病与流感在防控措施上的不同		(1) 了解新型冠状病毒肺炎与流感在病原上的差异，能够比较分析二者在防控措施上的不同	初中	生物学、道德与法治
			(2) 了解不同级别防控措施的意义和具体做法	初中	生物学、道德与法治
	了解疫苗的起源、基本原理和作用，以及疫苗接种和免疫规划的意义		(1) 了解疫苗的起源、基本原理和作用	初中	生物学、历史
			(2) 了解疫苗接种的机制及其重要性	初中	生物学
			(3) 知道疫苗接种和免疫规划的意义	初中	生物学、道德与法治
	掌握个人防护防护的技能		(1) 理解安全社交距离的意义，并能保持安全社交距离	初中	生物学、道德与法治、劳动
			(2) 了解常见口罩的分类以及用途，能够为自己挑选合适的口罩	初中	生物学、劳动
			(3) 了解消毒剂的作用及其注意事项	初中	生物学、化学、劳动
	了解体温调节机制及人体发热的原因		(1) 了解体温调节机制	高中	生物学
			(2) 了解人体发热的原因	高中	生物学
	了解我国免疫规划的政策与流程		(1) 了解我国免疫规划的政策	高中	生物学、思想政治
			(2) 能够以乙肝疫苗免疫接种为例说明我国免疫规划的流程和作用	高中	生物学、思想政治、历史
4.2 常见传染病及防控措施	了解呼吸道传染病和消化道传染病的预防措施		(1) 了解流行性感冒、水痘、猩红热、流行性腮腺炎、结核病、传染性非典型肺炎、新型冠状病毒肺炎等呼吸道传染病的预防措施	小学	科学、综合实践活动
			(2) 了解手足口病、感染性腹泻、甲型肝炎等消化道传染病的预防措施	小学	科学、综合实践活动
			(3) 能够列举相关的个人防护方法和学校、社区防控措施	小学	科学、综合实践活动
	了解新发呼吸系统传染流行特征与预防措施		(1) 了解传染性非典型肺炎、新型冠状病毒肺炎、埃博拉病毒病、中东呼吸综合征等新发传染病的流行特征	初中	生物学、道德与法治、历史
		(2) 掌握新发呼吸系统传染病的个人预防保护措施	初中	生物学、道德与法治	

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
	了解经血液传播的常见传染病的预防措施		(1) 了解乙型肝炎、丙型肝炎的病原和流行特征	初中	生物学
			(2) 了解乙型肝炎、丙型肝炎的传播途径和防控措施	初中	生物学
	了解常见寄生虫病的流行特征、传播途径及防控措施		(1) 了解血吸虫病、肠道蠕虫病、包虫病、布鲁氏杆菌病、绦虫病等寄生虫的流行特征和传播途径	初中	生物学
			(2) 能够列举相关的个人防护方法和学校、社区防控措施	初中	生物学
	了解艾滋病的传播途径及预防措施		(1) 了解艾滋病的概念、病毒和三种传播途径（性传播、血液传播、母婴传播）等基本知识	初中	生物学
			(2) 了解预防艾滋病病毒的方法	初中	生物学
			(3) 能够列举相关的个人防护措施，如正确使用安全套，阻断经性传播艾滋病等	高中	生物学
			(4) 能够识别可能感染艾滋病病毒的危险行为，提高防范能力	高中	生物学
	了解威胁青少年健康的常见性传播疾病的种类、传播方式及预防措施		(1) 了解威胁青少年健康的常见性传播疾病的种类	初中	生物学
			(2) 知道性传播疾病的传播方式	初中	生物学
			(3) 了解性传播疾病的基本预防措施	初中	生物学
	减少和控制艾滋病的危害		(1) 了解艾滋病流行现状和趋势等知识	初中	生物学、综合实践活动
			(2) 了解艾滋病病人、艾滋病病毒感染者和“窗口期”等概念与意义	初中	生物学、综合实践活动
			(3) 能够分析不同行为感染艾滋病病毒的危险程度	初中	生物学、综合实践活动
			(4) 知道我国青年学生中艾滋病主要传播方式为男性同性性行为	初中	生物学、综合实践活动、道德与法治
			(5) 了解艾滋病相关的国家防控政策及法律法规，如《艾滋病防治条例》中的“四免一关怀”等	高中	生物学、综合实践活动、思想政治
			(6) 树立接纳、关爱艾滋病人和感染者的意识，反对歧视	高中	生物学、综合实践活动、思想政治
	减少和控制结核病危害		(1) 了解结核病的危害及防控措施	高中	生物学、思想政治、历史
			(2) 了解结核病治疗的减免政策	高中	生物学、思想政治

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
4.3 传染病对社会的影响	能够认识分析传染病的影响		能够以新型冠状病毒肺炎疫情为例，从个人、家庭、社区生活角度分析传染病的影响	小学	科学、道德与法治
	能够认识分析影响传染病防控的因素		(1) 了解传染病防控的影响因素，如个人的健康意识和健康素养，室内环境、城市环境、交通状况、人口流动状况、卫生服务水平、法律与制度等	初中	生物学、物理、化学、道德与法治
			(2) 能够初步分析传染病防控的有利因素和不利因素	初中	生物学、物理、化学、道德与法治
	能够分析传染病对社会、经济和科技发展的影响		能够以新型冠状病毒肺炎疫情为例，分析传染病对社会、经济和科技发展的影响	高中	生物学、思想政治、历史
4.4 口岸公共卫生	了解口岸的申报制度与意义		了解口岸关于发热与感染人员的申报制度与意义	小学	道德与法治、科学
	了解口岸传染病预防控制		(1) 了解检疫、隔离的概念和要求	初中	生物学、道德与法治
			(2) 了解传染病隔离与治疗的基本知识	初中	生物学、道德与法治
	了解国际动植物疫情疫病及有害生物跨境传播风险		(1) 了解国际动植物疫情疫病检疫的必要性、检疫要求和警示	初中	生物学、道德与法治
			(2) 理解进出口商品可能带来有害生物跨境传播的风险及相关检疫要求	初中	生物学、道德与法治
	防范物种资源丧失和外来物种入侵		(1) 防范物种资源丧失，了解禁止携带出境清单	高中	生物学、思想政治
			(2) 能够基于防范物种清单，防范外来物种入侵	高中	生物学、思想政治
了解国门生物安全查验机制和现代口岸核化生有害因子防控		(1) 了解国门生物安全查验机制、口岸动植物检验检疫规范化建设	高中	生物学、思想政治	
		(2) 了解现代口岸核化生有害因子防控、农产品优进优出等措施	高中	生物学、思想政治	
4.5 突发公共卫生事件应对	了解突发公共卫生事件，及相关的社会管控措施和个人行为要求		(1) 了解突发公共卫生事件的概念和分级标准	小学	道德与法治、科学
			(2) 了解不同级别突发公共卫生事件的社会管控措施和个人行为要求	小学	道德与法治、科学
			(3) 了解并服从政府在疫情期间提出的临时性防控要求，如及时上报健康信息、遵守学校及其他公共场所制度、做好个人防护等	小学	道德与法治、科学
			(4) 知道疫情中每个人的责任，并乐于贡献自己的力量	小学	道德与法治、科学
	提高突发公共卫生事件应急准备意识和防护能力		(1) 初步了解突发公共卫生事件的六大特点、应急响应分类和等级划分	初中	综合实践活动、生物学
			(2) 了解防控物资的准备要求	初中	综合实践活动、生物学
		(3) 掌握基本防护技能，如检测自我健康、采纳专业人员建议、了解就医流程、遵守社区管理规定等	初中	综合实践活动、生物学	

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
	了解突发公共卫生事件中的个人责任，树立正确的价值观，提高相关信息获取及辨识的能力	(1) 了解新出现的病原体		初中	生物学、道德与法治
		(2) 理解平等对待病患的重要性，避免歧视		初中	综合实践活动
		(3) 能够通过官方媒体正确获得公共卫生信息，不传谣，不信谣，掌握和提高有关疫情信息的辨识能力		初中	信息技术、道德与法治
	树立公共卫生意识	(1) 自觉抵制不良生活习惯和行为，养成文明的卫生意识和良好的卫生公德		小学	道德与法治
		(2) 自觉抵制影响和危害公共卫生安全的活动，提高社会责任感和国家安全意识		初中	道德与法治
		(3) 认同任何组织和个人应当接受、配合医疗卫生机构，为预防、控制、消除传染病危害依法采取的调查、检验、采集样本、隔离治疗、医学观察等措施		初中	道德与法治
		(4) 了解传染病治疗的基础知识，如发热门诊、肠道门诊、定点医院设置，以及出院随访要求等		初中	综合实践活动
	了解我国公共卫生体系及相应政策	(1) 了解国家和地区疾病预防与控制措施，并能够适当运用到日常生活与学习中		高中	思想政治
		(2) 了解我国传染病防控体系的概况和重大政策，知道我国传染病防控体系、疾病预防控制机构和医疗机构的职责		高中	思想政治
		(3) 了解历史上应对传染病疫情的措施，如流感、鼠疫、传染性非典型肺炎、新型冠状病毒肺炎等		高中	历史
	能够以新型冠状病毒肺炎疫情防控为例，说明我国防疫抗疫的主要过程、关键做法及意义	(1) 能够分析并理解个人、家庭、社区和国家等在新型冠状病毒肺炎疫情期间分别采取的措施		高中	思想政治、综合实践活动
		(2) 能够说出我国防疫抗疫的主要过程和关键做法		高中	思想政治、综合实践活动
		(3) 认同我国在新型冠状病毒肺炎疫情期间展现的积极价值观		高中	思想政治、综合实践活动
		(4) 理解新型冠状病毒肺炎疫情期间的公共卫生政策对于提高社会凝聚力的意义		高中	思想政治、综合实践活动
	了解《中华人民共和国传染病防治法》	(1) 了解《中华人民共和国传染病防治法》的基本内容、意义和作用		高中	思想政治、生物学
		(2) 了解传染病防治中的个人义务与权利		高中	思想政治、生物学

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
			(3) 掌握正确获得新发传染病信息的方法	高中	思想政治、技术（含信息技术和通用技术）
			(4) 能够区分法定报告传染病和非法定报告传染病在防控措施上的差异	高中	思想政治、生物学
		了解《突发公共卫生事件应急条例》	(1) 了解《突发公共卫生事件应急条例》的作用、意义、适用范围	高中	思想政治
			(2) 了解卫生健康、教育等部门在应对和处置突发公共卫生事件时的责任与义务	高中	思想政治
5. 安全 应急与 避险	掌握自我保护、求助、避险 与逃生的基本技能	(1) 能够遵守交通法规，安全出行	小学	科学、道德与法治、 英语	
		(2) 了解地震、大风、强降雨、洪水等灾害的危害，掌握基本避灾、避险与逃生方法	小学	科学、道德与法治、 英语	
		(3) 了解火灾预防措施，掌握基本的消防安全知识与疏散逃生方法	小学	科学、综合实践活 动、英语	
		(4) 掌握避免触电和雷击的方法	小学	科学、英语	
		(5) 了解水域安全常识，不得在没有成人带领时私自游泳或结伴到非游泳水域玩耍	小学	科学、英语	
		(6) 掌握被昆虫蜇伤、被常见动物咬伤或抓伤后的基本处理方法	小学	科学、劳动、综合实 践活动	
		(7) 了解中暑和冻伤的症状，掌握基本的处理方法	小学	科学、劳动、综合实 践活动	
	认识常见的危险标志，远离 危险源，并能劝阻他人接近 危险源	(1) 认识常见的高压、易燃、易爆、剧毒、放射、生物安全等危险标志	小学	科学、劳动、综合实 践活动	
		(2) 远离高压、易燃、易爆、剧毒、放射、生物危害等危险源，并能劝阻他人接近危险源	小学	科学、劳动、综合实 践活动	
	常见外伤预防及自我处理	预防割伤、刺伤、擦伤、挫伤的发生，掌握伤后的自我处理方法	小学	劳动、综合实践活动	
	预防和正确处理烧烫伤	(1) 掌握预防烧烫伤的方法	小学	劳动	
		(2) 掌握烧烫伤发生后的急救原则：冲、脱、泡、盖、送	小学	劳动	
	掌握急救基础知识	(1) 知道受伤出血时，应及时止血	小学	综合实践活动、劳动	
		(2) 知道骨折后需要固定，不可强行搬动	小学	综合实践活动、劳动	

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
			(3) 掌握患者搬运原则：考虑轻重和周围环境再进行处理	小学	综合实践活动、劳动
			(4) 初步了解心肺复苏知识与技能	小学	综合实践活动、劳动
	遇到紧急情况，能够拨打急救电话和报警电话	(1) 遇到意外伤病时，能够及时拨打急救电话 120	小学	科学、综合实践活动、信息科技	
		(2) 知道发生火灾时，能够及时拨打 119	小学	科学、综合实践活动、信息科技	
		(3) 遇到违法犯罪等紧急情况时，能够及时拨打报警电话 110	小学	道德与法治、综合实践活动、信息科技	
	遇到突发事件时，能够服从专业人员指挥	遇到突发事件（如自然灾害、事故灾难、突发公共卫生事件和社会安全事件）时，能够服从专业人员指挥	小学	道德与法治、科学、信息科技	
	掌握气象与地质自然灾害安全防护技能，积极参加紧急演练	(1) 了解大雾、灰霾、冰雹、道路结冰、台风、雷暴、洪灾、泥石流、地震等灾害的特征和危害	初中	地理、劳动	
		(2) 积极参加学校组织的相关紧急演练	初中	地理、劳动	
		(3) 掌握应对气象与地质自然灾害的安全防护技能和避险逃生方法，面对灾难能够保持沉着冷静	初中	地理、劳动	
	掌握应对突发事件的知识与技能	(1) 掌握地面坍塌、地窖塌陷、隧道坍塌、建筑物坍塌等事故中自我保护、避险逃生、自救与求救的基本方法与技能	初中	综合实践活动、劳动、物理	
		(2) 掌握预防拥挤、踩踏事故、触电、火灾等的常用办法，掌握在事故灾难发生时自我保护、避险逃生、自救与求救的基本方法及技能	初中	综合实践活动、物理、化学、劳动	
		(3) 了解预防电梯事故、煤气泄漏、化学品泄漏事故等的常用方法，掌握在事故灾难发生时自我保护、避险逃生、自救与求救的基本方法及技能	初中	综合实践活动、劳动、物理	
	预防急性中毒和过敏反应	(1) 了解急性中毒（煤气中毒、食物中毒、药物中毒、酒精中毒等）和过敏反应的分类、症状及预防方法	初中	综合实践活动、生物学	
		(2) 掌握中毒和过敏反应发生时的求救技能	初中	综合实践活动、生物学	
	掌握溺水急救措施与技能	(1) 外出游泳前，知晓自己的健康状况，避免独自游泳，或私自到江、河、湖、水库等地游泳	初中	生物学、综合实践活动	
		(2) 掌握溺水积极自救的方法，学会冷静处理游泳过程中四肢抽筋等紧急情况	初中	生物学、综合实践活动	

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
			(3) 掌握溺水后现场急救的正确方法, 及时拨打求助电话	初中	生物学、综合实践活动
	强化交通安全意识, 掌握交通事故救助方法		(1) 增强自觉遵守交通法规的意识	初中	道德与法治、综合实践活动
			(2) 能够合理安排出行方式, 分析出行时存在的安全隐患, 并寻求解决方法, 不乘坐“黑校车”“黑出租”“黑客车”等非法营运车辆	初中	综合实践活动、道德与法治、物理
			(3) 了解不安全行走和骑车等行为可能造成的严重后果, 并坚决杜绝	初中	综合实践活动、道德与法治、物理
			(4) 掌握交通事故报警与现场救助方法	初中	综合实践活动、道德与法治
	学会急救基础知识, 掌握相关技能		(1) 掌握骨折的现场救护知识与技能	初中	生物学
			(2) 学会异物堵塞气道的急救技能	初中	生物学、综合实践活动
			(3) 学会实施心肺复苏的技能	初中	生物学、综合实践活动
			(4) 了解自动体外除颤仪(AED)的作用	初中	生物学、综合实践活动
			(5) 掌握外出血止血和包扎的常用方法	初中	生物学
	了解重污染天气户外健康防护原则		(1) 重污染天气下, 减少户外活动, 取消户外健身活动	初中	生物学、劳动
			(2) 知道重污染天气下户外出行需要佩戴颗粒物防护口罩	初中	生物学、劳动
	掌握现场急救的原则, 知道报告途径		(1) 掌握现场急救的原则, 了解救护程序和注意事项	高中	综合实践活动
			(2) 树立自觉主动报告急救事件的意识, 知道报告的途径和方法	高中	综合实践活动
			(3) 提高准确、有效传递信息的能力	高中	综合实践活动
	掌握常见急救知识与基本技能		(1) 掌握电击伤急救的基本知识与技能	高中	综合实践活动
			(2) 了解常见急救药品及其使用方法	高中	综合实践活动
			(3) 掌握实施心肺复苏的技能	高中	综合实践活动
			(4) 掌握使用自动体外除颤仪(AED)的技能	高中	综合实践活动
	了解有效利用卫生服务资源的途径		了解常见卫生服务资源, 并知道如何获取这些资源	高中	综合实践活动

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议	
		一级	二级			
	了解公共安全相关的法律法规		(1) 了解《中华人民共和国戒严法》《中华人民共和国国防动员法》《中华人民共和国防震减灾法》《中华人民共和国消防法》等有关法律法规的主要内容	高中	思想政治、综合实践活动	
			(2) 能将公共安全相关法律知识运用在日常学习生活中	高中	综合实践活动	
	了解药物及其作用机制		(1) 知道药物与食物不同	初中	科学	
			(2) 了解药物对病人的帮助	初中	科学	
			(3) 了解药物的基本作用机制	初中	科学	
	了解安全用药基本知识		(1) 服用药物，必须在医生指导下，并获得父母或监护人同意后才能使用	初中	科学	
			(2) 知道要在用药前阅读药物使用说明，了解药物的有效期和副作用	初中	科学	
	理解药品与健康的关系		(1) 了解药物对促进康复的作用	初中	生物学	
			(2) 学会合理用药的基本知识和安全规则	初中	生物学、道德与法治	
			(3) 了解药物的基本分类（处方药和非处方药）	初中	生物学、道德与法治	
	预防药物误用和滥用		(1) 了解药物误用和滥用的特征与危害	初中	生物学、道德与法治	
			(2) 能够遵循处方药和非处方药的安全使用指南，正确阅读药品标签和说明书，避免药物误用和滥用	初中	生物学、道德与法治	
	了解安全用药机理		(1) 知道药物影响机体的机制，了解药物误用、滥用会对身体造成的影响	高中	生物学	
			(2) 了解药物依赖的机理	高中	生物学	
			(3) 知道药物滥用的危害	高中	生物学	
			(4) 了解相关法律法规，在就医时能够慎重选择医疗机构和卫生保健机构	高中	生物学	
	5.3 社会安全	初步树立社会安全意识		(1) 了解社会安全类突发事件的类型和危害	小学	道德与法治、信息科技
				(2) 遵守集体活动的安全规定	小学	道德与法治、综合实践活动
				(3) 拒绝参与影响和危害社会安全的活动	小学	道德与法治、信息科技
		树立安全自律意识		(1) 自觉远离未成年人不宜进入的场所	小学	道德与法治、综合实践活动
(2) 自觉遵守人际交往的基本规则和公共场所安全规范	小学			道德与法治、综合实践活动		

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议	
		一级	二级			
	提高自我保护技能，树立防拐意识		(1) 知道保护隐私的重要性	小学	道德与法治、综合实践活动	
			(2) 能够识别陌生环境，并谨慎和陌生人交谈、交往	小学	道德与法治、综合实践活动	
	增强安全自律意识		(1) 能够辨识并理性拒绝进入未成年人不宜的场所	初中	道德与法治	
			(2) 理解社会安全重要意义，树立正确的人生观和价值观	初中	道德与法治	
	掌握应对敲诈、恐吓等突发事件的基本技能		(1) 在保障安全的前提下，能够灵活应对，牢记“生命第一”	初中	道德与法治	
			(2) 能够记住报警关键信息，在安全场所拨打报警电话	初中	道德与法治	
	遵守人际交往的正确规则		(1) 理性选择与维持自己的社交范围	高中	思想政治	
			(2) 能够抵制诱惑，践行正确的人生观和价值观	高中	思想政治	
	强化社会安全意识		(1) 了解社会安全的内容及意义	高中	思想政治	
			(2) 强化社会安全意识，掌握生活安全、生产安全、交通安全等方面的知识和技能	高中	思想政治、物理	
	5.4 校园安全	识别校园欺凌和校园暴力，及时求助		(1) 遭遇校园欺凌和校园暴力，要勇于表达感受，及时和家长、老师等沟通	小学	道德与法治、综合实践活动
				(2) 发现暴力伤害现象时，能够及时向家长或老师报告，必要时可拨打 110 报警电话	小学	道德与法治、综合实践活动
		警惕校园中可能发生的公共安全事故，提高自我保护、逃生及求助的基本技能		(1) 了解校园中可能发生的公共安全事故种类	初中	道德与法治、综合实践活动
				(2) 掌握不同安全事故中的自我保护、逃生及求助的基本技能	初中	道德与法治、综合实践活动
		营造校园安全氛围，预防校园安全事故		(1) 掌握校园安全相关知识，增强防范意识	高中	思想政治
				(2) 掌握校园安全事故报警和处理的基本技能	高中	思想政治
				(3) 理解并遵守校园管理制度，服从并参与校园管理	高中	思想政治
了解保护未成年人的相关法律法规，维护校园安全		学习《中华人民共和国未成年人保护法》《未成年人学校保护规定》等法律法规的主要内容，防范校园暴力和人身侵害，维护校园安全	高中	思想政治		
5.5 实验、实习安全	了解并遵守实验安全的基本规则		(1) 了解实验室等劳动场所的基本安全守则	小学	科学、劳动、综合实践活动	

领域	要点	目标内容		主要教授 阶段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议	
		一级	二级			
及职业健康	初步掌握有害气体的安全应急措施		(2) 树立“实验安全，人人有责”的意识，并遵守实验安全的基本规则	小学	科学、劳动、综合实践活动	
			(1) 了解一氧化碳、甲醛、氮氧化物等常见有害气体的危害	小学	科学、劳动、综合实践活动	
			(2) 初步掌握常见有害气体的预防措施，能够识别有害气体的泄漏，并初步掌握中毒后的安全应急措施	小学	科学、劳动、综合实践活动	
			(3) 警惕空气中的有害气体，能够将所学知识、技能应用于日常生活和学习中	小学	科学、劳动、综合实践活动	
		学会正确使用实验室的各种设施	(1) 了解实验室各种设备的基本用途、特点和使用方法	初中	物理、化学、生物学	
			(2) 遵守实验室等实践场所的操作规程	初中	物理、化学、生物学、劳动、综合实践活动	
			(3) 知道实验室操作应该在老师的指导下进行	初中	物理、化学、生物学、劳动、综合实践活动	
		了解常见实验与劳动实践中人身和财产灾害，掌握防范方法	了解火灾、触电、煤气中毒等对人身和财产的危害，掌握防范方法		初中	物理、化学、生物学、劳动、综合实践活动
		遵守实验场所的安全原则	(1) 了解常见的实验室爆炸起火等安全事故及原因	初中	物理、化学、生物学、劳动、综合实践活动	
			(2) 遵守实验室安全防护原则和安全操作规程，落实安全防范措施	初中	物理、化学、生物学、劳动、综合实践活动	
		了解职业安全与健康保护的办 法和相关法律法规	(1) 了解职业安全与危险因素	高中	劳动、综合实践活动	
			(2) 了解职业相关的健康损害种类	高中	劳动、综合实践活动	
			(3) 了解劳动过程中的保护方法和技能	高中	劳动、综合实践活动	
			(4) 了解职业安全与健康保护的法律法规	高中	劳动、综合实践活动	
	5.6 网络与信息安全	能够通过网络获取重大事件的准确信息	(1) 了解正规网站	小学	信息科技、道德与法治	
(2) 知道权威媒体			小学	信息科技、道德与法治		

领域	要点	目标内容		主要教授 学段	除体育与健康外 其他相关学科 覆盖建议
		一级	二级		
	提高网络道德素养		(1) 强化网络交流中的安全意识	初中	信息技术、道德与法治
			(2) 认同网络交流应遵守道德规范、法律法规	初中	信息技术、道德与法治
	增强网络信息的辨别意识和能力		(1) 了解网络平台的开放性和信息的复杂性，增强对各种信息的辨别意识	初中	信息技术、道德与法治
			(2) 提高分析、识别网络信息的能力	初中	信息技术、道德与法治
			(3) 提高预见能力，能够判断信息可能带来的风险和危害，防范网络电信诈骗	初中	信息技术、道德与法治
	认识网络交友的危险性		(1) 了解网络社区的虚拟性与社交风险	初中	信息技术、道德与法治
			(2) 学会在网络交往中保护个人隐私	初中	信息技术、道德与法治
	遵守法律，自觉维护社会及国家安全		(1) 自觉遵守国家网络安全相关法律法规	高中	技术（含信息技术和通用技术）
			(2) 不制造、不传播不恰当的网络信息	高中	技术（含信息技术和通用技术）
			(3) 牢固树立责任意识，不利用网络发送散布有害信息，或进行反动、色情、迷信等宣传活动，以及窃取影响国家安全的保密信息	高中	技术（含信息技术和通用技术）