

# 常州市教育局 常州市卫生健康委员会

常教体〔2020〕9号

---

## 关于开展 2020 年常州市中小学健康教育 教学竞赛的通知

各辖市（区）教育局、卫生健康局，经开区社会事业局，局属各学校：

为全面贯彻党的十九大精神，落实《教育部办公厅关于开展 2019 年“师生健康中国健康”主题健康教育活动的通知》（教体艺厅函〔2019〕16 号）要求，大力推进常州教育“五大行动计划”之“学生身心健康促进行动”，促进教师专业发展，进一步提升全市中小学健康教育教学质量，丰富健康教育教学的载体、形式、内容和方式，经研究，决定组织开展 2020 年全市中小学健康教育

教学竞赛活动，现就相关事项通知如下：

## 一、参赛资格与分组

1. 全市中小学在职在编教师（含合同制在职教师），需担任校医（兼职校医）、保健教师、心理教师、健康教育教师或体育教师。

2. 比赛分小学、初中和高中三个组别。

3. 小学按行政区域分组。

4. 市区初中组由局属学校、天宁区、钟楼区初中组成，其他初中组按行政区域分组。

5. 市区高中组由局属学校、天宁区、新北、经开区高中学校组成，其他高中组按行政区域分组。

## 二、比赛时间与办法

### （一）比赛时间

第一阶段：区级初赛，2020年9月28日至11月10日，各辖市区由当地教育行政部门组织进行，市区初、高中组由市教育局体卫艺处组织进行。

第二阶段：市级总决赛，2020年12月，由市教育局体卫艺处与市卫健委疾控处组织进行。

### （二）比赛办法

1. 初赛市区初中组和市区高中组由市教育局体卫艺处组织进行。

2. 初赛市区初中组和市区高中组比赛分为两个阶段：第一阶段，要求每一所学校派1—2名教师参加，比赛内容包括心肺复苏

实践操作、教学设计和说课评选，具体分值心肺复苏实践操作 20%、教学设计 30%，说课评选 50%，根据总分排名选拔初中 12 名、高中 8 名选手，进入第二阶段比赛；第二阶段，课堂教学。第一阶段比赛成绩按 40%，第二阶段比赛占 60%，计总分。

3. 初赛小学组由当地教育、卫健行政部门组织进行、初中及高中组按分组分别由当地教育、卫健行政部门及市教育局体卫艺处组织进行，具体办法可参照市区比赛办法执行。

4. 市级总决赛比赛内容包括心肺复苏实践操作 10%、教学设计 10%，说课评选 20%、课堂教学 60%。

5. 市级总决赛参赛人员由各辖区初级比赛产生，具体名额为：

小学：武进区 2 人，溧阳市、金坛区、新北区、天宁区、钟楼区、经开区各 1 人；

初中：市区（局属、天宁、钟楼）3 人、溧阳市 1 人、金坛区 1 人、武进区 2 人、新北 2 人、经开区 1 人；

高中：市区（局属、天宁区、新北区、经开区）共 3 人、溧阳市 1 人、金坛区 1 人、武进区 1 人。

### 三、总决赛内容与要求

依据教育部《中小学健康教育指导纲要》（教体艺〔2008〕12 号），以“珍爱生命、健康生活”为竞赛主题，围绕健康行为与生活方式、疾病预防、心理健康、生长发育与青春期保健、安全应急与避险五个领域，按照学生适龄水平要求选择具体教学内容。

#### （一）教学设计

包括“学期计划”“课时教案”两个部分。学期计划、课时教案采取材料评审，交电子稿至规定邮箱即可。

1. “学期计划”为某一水平段（年级）的一学期7个课时的完整教学计划（五个领域均需涉及）。

2. “课时教案”为7个课时中的某一课时的教案，主要内容一般包括学校名称、上课年级、学生人数、课次、目标、内容、教学过程、教学方法和手段、教学器具等。

### （二）说课

具体内容从五个领域里抽签决定。说课时间10分钟，超时每一分钟扣5分（按百分制计算）。

### （三）心肺复苏实践操作

心肺复苏操作（评分标准见附件）。

### （四）课堂教学

1. 采取自然班借班上课的方式；
2. 小学为40分钟，中学为45分钟；
3. 授课形式为室内课。

## 四、奖励办法

（一）市区初赛设一、二、三等奖，市区初中组设：一等奖3人，二等奖4人，三等奖5人；市区高中组设：一等奖2人，二等奖3人，三等奖3人。

（二）市级比赛设一等奖和二等奖，一等奖40%，二等奖60%。

## 五、相关要求

1. 各辖市区、各校要高度重视，积极发动，要把组织初赛选拔工作作为推动“学生身心健康促进行动”的抓手扎实开展相关工作；

2. 局属学校比赛，各学校必须派一名选手参赛。

3. 本次比赛不收参赛费，选手食宿费用由所在单位承担。

4. 市区总决赛报名时间为，各辖市区于11月25日前将推选市级比赛选手推荐表（下附）和本区域竞赛的相关文件（包括通知、新闻报道、结果公示等）报市教育局体卫艺处，联系人：王晖，邮箱：61850559@qq.com，联系电话：0519-85681379。

附件：

1. 常州市\_\_\_\_\_（区、市）中小学健康教育竞赛推荐表

2. 成人心肺复苏评分标准



（此件公开发布）



2020年8月31日

附件 1

## 常州市\_\_\_\_\_（区、市）中小学健康教育竞赛推荐表

单位（签章）:

| 序号 | 姓名 | 单位 | 性别 | 任职岗位 | 所报组别 | 邮箱 | 手机 |
|----|----|----|----|------|------|----|----|
|    |    |    |    |      |      |    |    |
|    |    |    |    |      |      |    |    |
|    |    |    |    |      |      |    |    |
|    |    |    |    |      |      |    |    |
|    |    |    |    |      |      |    |    |

## 附件 2

# 技能操作个人评分表

1. 成人心肺复苏(操作时间: 3—3.5 分钟)

第 组 选手号:

| 序号 | 项目              | 技术标准                                                | 分值 | 扣分 |
|----|-----------------|-----------------------------------------------------|----|----|
| 1  | 观察环境            | 观察并报告险情已排除                                          | 4  |    |
|    |                 | 戴手套或口述已做好自我保护                                       |    |    |
| 2  | 判断意识            | 双手轻拍伤病员双侧肩膀                                         | 4  |    |
|    |                 | 俯身在伤病员耳边高声呼叫                                        |    |    |
| 3  | 判断呼吸            | 用扫视方法判断伤病员是否有呼吸、是否不能正常呼吸(叹息样呼吸)时间小于 10 秒            | 4  |    |
| 4  | 紧急呼救            | 快来人呀, 有人晕倒了, 我是红十字救护员                               | 8  |    |
|    |                 | 请这位先生(女士)帮忙拨打急救电话, 打完告诉我, 如果有除颤器请取来, 会救护的赶快来帮忙      |    |    |
| 5  | 确定胸外按压部位        | 解开伤病员衣服, 将一只手的掌根放在伤病员胸部两乳头连线中点或胸骨下 1/2 段            | 10 |    |
|    |                 | 双手掌根重叠, 十指相扣, 掌心翘起                                  |    |    |
|    |                 | 肩、肘、腕关节上下垂直, 上半身前倾                                  |    |    |
|    |                 | 以髌关节为轴, 向下垂直按压                                      |    |    |
| 6  | 按压频率            | 以 100—120 次/分钟的频率、垂直向下按压 30 次                       | 10 |    |
| 7  | 按压深度            | 按压深度至少 5 厘米不超过 6 厘米。每次按压后, 确保胸壁完全回弹                 | 10 |    |
| 8  | 检查口腔异物          | 观察伤病员口中是否有异物, 若有, 侧头将异物取出并放好呼吸膜                     | 5  |    |
| 9  | 打开气道<br>(仰头举颏法) | 一只手掌小鱼际(小手指侧的掌侧缘)压住伤病员额头, 另一手食指、中指并拢, 托住伤病员下颏(下颌骨处) | 10 |    |
|    |                 | 轻轻将气道打开, 使头后仰 90°                                   |    |    |

|                              |             |                                                                                                           |     |  |
|------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--|
| 10                           | 口对口吹气       | 张大嘴，包严伤病员口唇，捏紧鼻翼，抬头换气，松鼻翼等动作是否正确                                                                          | 5   |  |
|                              |             | 吹气 1 秒钟，可见胸廓隆起，观察胸廓是否回落<br>按上述标准吹第二口气                                                                     | 5   |  |
| 11                           | 按压与吹气之比     | 按压 30 次吹 2 口气为 1 组，连续做 5 组                                                                                | 5   |  |
| 12                           | 打开气道，评估呼吸循环 | 一只手小鱼际压住伤病员额头，另一只手食指、中指并拢在气管与颈侧肌肉之间沟内触摸其颈动脉搏动，同时用眼睛扫视伤病员的呼吸，时间不超过 10 秒钟，报告心肺复苏成功(比赛中，假设 5 组心肺复苏后，伤病员复苏成功) | 15  |  |
| 13                           | 复苏后护理       | 整理伤病员衣服，做好人文关怀，报告操作完毕                                                                                     | 5   |  |
| 小计                           |             |                                                                                                           | 100 |  |
| 超时扣 2 分，举手报告操作完成后继续操作的扣 10 分 |             |                                                                                                           |     |  |
| 最后得分                         |             |                                                                                                           |     |  |