

在校篇

学生疫情防控期间 学习生活健康指南

为落实国家发布的学校新冠肺炎疫情防控技术方案，支持学校封闭式管理、常态化防控和应急性处置，引导学生安全学习、健康生活，健康教育专家为学生疫情防控期间在校学习生活提出以下建议。



教育部体育卫生与艺术教育司
教育部应对新冠肺炎疫情工作领导小组办公室
2022年3月

1

疫情防控千万条 保持距离第一条

保持安全社交距离。在校内，进入教室、自习室、图书馆、室内运动场馆等公共场所，与他人保持安全社交距离。在校外，避免进入通风不良、人群密集的密闭空间。



2m距离



保持安全
社交距离



学校大门是关口 出入规定要遵守

遵守校门管理规定，寄宿学生尽量减少出校，遵守离校、返校规定。走读学生往返家校保持两点一线，在公共交通工具上全程佩戴好口罩，减少与他人交流。实习学生遵守所在单位的疫情防控规定。





口罩洗手常通风 校内校外不放松

坚持戴口罩、勤洗手、常通风。校内校外不聚集、不扎堆，注意个人卫生，做好个人防护。外出返校后及时洗手、更换口罩后方可正常活动。

戴口罩
勤洗手



常通风



4

健康监测很重要 有病没病早知道

遵守学校防疫规定，自觉接受健康监测，配合核酸检测、测量体温，主动及时报告身心健康状况。配合做好流行病学调查，必要时按照规定接受集中隔离医学观察或就医。





错峰错时错区域 食堂就餐有秩序

错峰、错时、错区域就餐，餐前、取餐、餐后戴口罩，就餐排队保持安全距离，不在餐厅久留。





宿舍通风不串门 收发快递要留神

严禁外来人员进入宿舍，不在宿舍区聚集、串门。保持宿舍通风换气、卫生清洁，定期晾晒、洗涤被褥及个人衣物。减少收发快递，接收快递时注意手部卫生和外包装消毒。



7

防病知识不可少 免疫屏障有疫苗

通过官方渠道了解疫情，接受健康教育，增强传染病防控意识，掌握传染病防控知识，提高传染病防控技能，提升自我健康素养。符合接种条件，主动接种新冠病毒疫苗。





每天锻炼一小时 健康生活好方式

坚持科学锻炼，保证充足睡眠，增强
机体免疫力。保持规律作息、均衡营养、
健康心态。



坚持锻炼
规律作息



封控、管控、防范区 严守规定为应急

学校一旦进入疫情防控应急状态，严格遵守当地封控、管控或防范管理的各项规定。按要求配合落实管控措施，配合做好消毒等工作。

配合落实
做好消毒



10

线上学习讲质量 线下学习保安全

按照学校要求完成学习任务，线上线
下学习相结合，学业健康两不误。学习红
色经典、抗疫先进人物和典型事迹，提升
思想境界，弘扬伟大抗疫精神，增强战胜
疫情信心。

