

专题 16-8-4：什么是健康素养

大家好！8月19至20日，在北京举行了全国卫生与健康大会。中共中央总书记、国家主席习近平出席会议并发表重要讲话。他强调：要把人民健康放在优先发展的战略地位。建立健全健康教育体系，提升全民健康素养，推动全民健身和全民健康深度融合。那么，什么是健康素养？

健康素养不等于体育学科核心素养，它是人们为有效促进和保障健康所具有的健康意识、健康知识、健康行为和保健能力等的综合体现。学校加强健康教育，关键要注重培养青少年的健康素养。体育不等于健康但能促进健康，培养健康素养，不仅要开足、开齐、上好体育课，还要注重处理好健康教育与体育教育的关系问题。