

体育提质增效中国特色健康学校建设的机制框架 与实施方略研究

夏露

南京体育学院，江苏省南京市，210000

摘 要：健康促进学校来源于 1995 年世界卫生组织首次提出健康促进学校的概念，我国随即启动“中国 /WHO 健康促进学校示范校合作项目”，并于 2016 年出台《健康促进学校规范》。2021 年 6 月，世界卫生组织 (WHO) 与联合国教科文组织 (UNESCO) 发布《让每一所学校都成为健康促进学校——全球标准与指标》，提出健康促进学校的 8 项全球标准。这一期间，“健康促进学校”指“能全面提升学生各个方面的健康与福祉，能为学生提供生活、学习、工作创造安全健康环境而不断加强自身能力建设的学校”。本研究采用文献分析法、专家访谈法、问卷调查法、数理统计法和逻辑分析法等方法，以“体育提质增效中国特色健康学校建设的机制框架与实施方略”为主题展开探讨。

关键词：健康学校；健康促进学校；体育健康促进；健康学校建设

1 绪论

研究背景来源于 1995 年世界卫生组织首次提出健康促进学校的概念，我国随即启动“中国 /WHO 健康促进学校示范校合作项目”，并于 2016 年出台《健康促进学校规范》。2021 年 6 月，世界卫生组织 (WHO) 与联合国教科文组织 (UNESCO) 发布《让每一所学校都成为健康促进学校——全球标准与指标》，提出健康促进学校的 8 项全球标准。这一期间，“健康促进学校”指“能全面提升学生各个方面的健康与福祉，能为学生提供生活、学习、工作创造安全健康环境而不断加强自身能力建设的学校”。

2 文献综述

健康学校并非简单的“无病”或“无疫”，而是一个多维度的综合性概念，其核心在于构建一个以健康为导向、以学生为中心、以学校为基础的健康促进生态系统。具体而言，健康学校是指以促进学生身心健康为目标，通过整合学校、家庭、社会等多方资源，构建完善的健康政策、健康服务、健康环境、健康教育体系，营造有利于学生健康成长的教育环境和生活方式，全面提升学生的健康素养和健康水平。

健康学校是新时代推进教育现代化、实现教育高质量

发展的重要举措，是落实“健康中国”战略、促进学生全面发展的必然要求。其核心在于以学生健康为中心，通过构建完善的健康促进机制，营造健康的教育环境和生活方式，全面提升学生的身心健康水平和社会适应能力，最终实现学生的全面发展。

3 研究对象与方法

3.1 研究对象

本研究以“体育提质增效中国特色健康学校建设的机制框架与实施方略”为研究对象。论文选取江苏省十二所中小学、高校作为调研样本。样本选择采用了目的性抽样结合适度的分层考虑：在江苏省范围内根据地域分布（苏南、苏中、苏北地区城乡）、学校类型（小学、初高中、高校不同学段）、发展水平（教育质量和体育工作水平）等因素进行筛选，兼顾抽样的可操作性。通过上述原则，确保所选取的十二所学校在地域和类型上具有代表性和多样性，能够较为全面地反映江苏省学校体育与健康学校建设的现状和特点。这些样本学校的基本情况详见表 1，研究以它们为例进行深入分析，有助于提炼出具有普遍指导意义的经验和模式。样本学校如下：

表 1 研究对象统计表

序号	学校名称	所在地区	学校类型	发展水平	备注
1	南京中国药科大学	南京	高等院校	高水平	医药类高校，体育课程以健康促进为主
2	南通江苏省海安高级中学	南通	重点中学	较高水平	南通地区重点高中，体育设施较为完善

3	南通江苏省南通中学	南通	重点中学	高水平	百年名校, 体育传统项目突出
4	徐州江苏师范大学	徐州	高等院校	较高水平	师范类高校, 体育教育专业实力较强
5	徐州市民富园小学	徐州	小学	中等水平	普通小学, 体育课程逐步优化
6	徐州市万科城民主小学	徐州	小学	较高水平	新兴小学, 体育设施较为完善
7	徐州中国矿业大学	徐州	高等院校	高水平	理工类高校, 体育课程多样化
8	扬州市汶河小学	扬州	小学	较高水平	扬州市重点小学, 体育特色鲜明
9	镇江江苏农林职业技术学院	镇江	高职院校	中等水平	农林类高职院校, 体育课程以实践为主
10	南京师范大学附属中学新城初级中学怡康街分校	南京	初中	较高水平	南京名校分校, 体育与健康教育结合较好
11	南京江苏卫生健康职业学院	南京	高职院校	较高水平	卫生健康类高职院校, 体育课程注重健康促进
12	南京市凤凰花园城小学	南京	小学	较高水平	南京市重点小学, 体育设施完善

3.2 研究方法

运用文献资料法奠定研究的理论基础。研究者通过中国知网、万方数据、Google Scholar 等学术数据库检索了 200 余篇中外文献, 检索关键词包括“健康学校”“健康促进学校”“学校体育”“体育健康促进”等; 并在南京体育学院图书馆查阅了相关专业书籍, 同时通过百度等搜索引擎查找了教育部、国家卫生健康委、世界卫生组织 (WHO) 等机构发布的政策文件和报告。通过对上述文献与资料的整理分析, 研究梳理了健康促进学校的概念起源、发展脉络和国内外实践证据, 明确了健康学校建设的内涵和国外经验借鉴; 总结了学校体育促进学生身心健康的作用机理和已有研究成果, 为本文的理论假设和框架构建提供了依据。在本研究中, 文献资料法的实际贡献主要体现在: ①帮助界定和明确核心概念 (如“体育提质增效”“中国特色健康学校”等), 确保研究的概念清晰、内涵准确; ②提供研究现状和政策背景信息, 揭示了当前学校体育与健康促进结合中存在的不足, 强化了本研究选题的必要性; ③为问卷指标设计和专家访谈提纲提供理论支撑和参考依据, 确保研究工具具有充分的内容效度。

4 研究结果与分析

4.1 相关理论基础与概念界定

4.1.1 体育提质增效的内涵与外延

体育提质增效是新时代中国特色健康学校建设的核心要义, 是实现学校体育高质量发展、促进学生全面发展的必然要求。其内涵丰富, 外延广泛, 既包含了对学校体育工作质量的提升, 也涵盖了体育对学生身心健康、综合素质培养的促进作用, 更体现了体育在构建中国特色健康学校中的独特价值。体育提质增效并非简单的“量”的增加, 而是“质”的提升与“效”的增强的有机统一, 其核心在于以学生为中心, 以健康为导向, 通过优化体育资源配置、创新体育教学

模式、完善体育评价体系等手段, 实现学校体育工作的高质量发展, 最终促进学生身心健康、全面发展。“提质”是体育提质增效的基础, 可以使体育课的质量得到增加, 构建科学合理的体育课程体系, 使课程的趣味性得到增加, 激发学生参与体育运动的兴趣和热情。同时还可以加强体育教师队伍, 提升体育教师的专业素养和教学能力, 打造一支高素质、专业化的体育教师队伍, 不断地提升教学的质量。

“增效”是体育提质增效的目标, 可以增强学生的体质健康水平, 通过科学系统的体育锻炼, 增强学生体质, 提高学生身体素质和运动能力, 预防和减少学生近视、肥胖等健康问题。也可以促进学生心理健康发展, 通过体育运动释放压力、调节情绪, 培养学生积极乐观、顽强拼搏的精神品质, 促进学生心理健康发展。最后, 体育还能健全学生人格, 通过体育运动磨练意志、挑战自我, 培养学生坚韧不拔、勇于拼搏的意志品质, 促进学生健全人格的形成。

4.1.2 健康学校建设的概念与特征

健康学校建设并非简单的“无病”或“无疫”, 而是一个多维度的综合性概念, 其核心在于构建一个以健康为导向、以学生为中心、以学校为基础的健康促进生态系统。具体而言, 健康学校建设是指以促进学生身心健康为目标, 通过整合学校、家庭、社会等多方资源, 构建完善的健康政策、健康服务、健康环境、健康教育体系, 营造有利于学生健康成长的教育环境和生活方式, 全面提升学生的健康素养和健康水平。

4.2 体育提质增效健康学校建设的作用机制

体育在健康学校建设中扮演着不可替代的角色, 其功能与价值不仅体现在对学生身心健康的直接促进作用上, 更在于其能够通过多维度的渗透与融合, 为健康学校建设提供系统性支持。

2022 年, 教育部启动全国健康学校建设计划, 明确了

建设目标和基本标准。政策要求学校改善体育设施,优化课程结构,建立健康监测体系,并加强与家庭和社区的合作。这一计划从“基础条件”“学校治理”“教育教学”“健康促进”四个方面,推动健康学校的系统化建设。同时,政策鼓励各地因地制宜,结合区域特点探索不同的健康学校建设模式。例如,部分城市试行“健康体检+运动干预”模式,通过数据分析制定个性化健康提升方案。

4.3 体育提质增效健康学校建设的实施方略构建

专家指出,实施方略的制定应以科学理论为依据,结合学生身心发展规律和健康学校建设的实际需求,借鉴健康促进学校(HPS)模型、生态系统理论等,确保实施方略的科学性和系统性。

专家强调,实施方略应充分考虑地区、学校和学生群体的差异性,避免“一刀切”,要因地制宜,结合江苏省十二所学校的实际情况,制定符合地方特色的实施方略,根据学校的资源条件、学生特点等,设计个性化的健康促进方案。

专家认为,实施方略应注重创新,探索符合时代要求的健康学校建设模式,借鉴国内外先进经验,探索具有中国特色的健康学校建设路径,为中国特色健康学校的建设提供重要的作用。

专家还指出,在实施方略构建过程中,需注意以下关键问题:政策与实际的衔接要科学,避免政策要求与学校实际需求脱节,确保实施方略的可操作性;资源分配要具有公平性,在资源有限的情况下,优先支持薄弱学校,促进教育公平;要完善评价机制,建立科学的评价体系,对实施效果进行动态监测和评估。

基于专家访谈结果,中国特色健康学校建设的实施方略应遵循科学性、系统性、差异性、可操作性、可持续性和创新性六大原则。江苏省十二所学校的实践经验为全国提供了重要借鉴,但在实施过程中仍需注意政策衔接、资源分配和评价机制等关键问题。未来研究可进一步探索实施方略的具体路径和优化策略,为中国特色健康学校建设提供更全面的理论支持和实践指导。

5 研究结论与建议

5.1 结论

“体育提质增效”是健康学校建设的核心驱动力。体育提质增效的内涵包括提升学校体育教育质量和增强其育人实效,这一理念契合了健康学校“促进学生全面健康发展”

的目标。在中国特色健康学校建设中,体育通过课程教学、课外活动、健康服务等途径,对学生身心健康产生深远影响,是驱动学校健康促进实践的关键要素。

构建了体育提质增效融入健康学校建设的机制框架模型。本文创新性地提出了一个包含政策支持、多方协同、体育策略、校园环境、健康教育、健康服务和学生健康发展等要素的系统模型。模型揭示了:政府政策和社会协同提供支持,学校制定并实施体育提质增效策略,从而带动校园环境优化、健康课程融入、卫生服务完善,最终促进学生的全面健康发展。该模型逻辑清晰、层次分明,为理解复杂的健康学校系统提供了直观工具。

5.2 建议

加强政策引导与经费保障。教育和卫生等主管部门应进一步完善健康学校建设相关政策体系,例如制定体育提质增效在健康学校建设中的评价标准,将其纳入对学校的督导考核。增加对欠发达地区学校的专项经费支持,用于改善体育场地设施、配备体育器材和卫生保健设备,促进教育公平。

健全多方协同机制。建议建立由教育部门牵头,卫生、体育部门及社区组织共同参与的健康学校建设协调小组,定期沟通学校健康促进工作的进展与需求。鼓励高校、医院、体育俱乐部等社会资源以共建或志愿服务形式对接中小学,为学校提供专业指导和人员支持,例如派驻公共卫生专家协助学校开展健康监测,或邀请运动专家定期为学生授课。

综上所述,体育提质增效为中国特色健康学校建设提供了有力抓手和鲜明路径。各级教育工作者应充分认识体育在“五育”中的独特价值,借助政策东风和社会合力,不断创新实践,将健康理念融入学校教育的方方面面,为青少年身心健康保驾护航,为“健康中国”战略夯实基础。今后研究可在更广泛地区和更多样化学校类型中检验和丰富本研究提出的理论模型与实施策略,以不断完善中国特色健康学校建设的理论与实践体系。

参考文献:

- [1] 杨燕国,汪晓赞,孔琳.重叠效应理论下我国儿童青少年体育健康促进多元联动的模式构建与推进路径[J].西安体育学院学报,2024,41(01):16-27.
- [2] 朱荣,王佳媛.我国体育健康促进模式研究[J].当代体育[J] 朱荣,王佳媛.我国体育健康促进模式研究[J].当代体育.

[3] 陈杰. 体育锻炼对大学生心理健康的促进作用 [J]. 中国学校卫生, 2024, 45(03): 467.

[4] 曹庆. 论课外体育对提高学生体质健康水平的作用 [J]. 当代体育科技, 2021, 11(08): 232-234. DOI: 10.16655/j.cnki.2095-2813.2006-5054-6604.

[5] 陈佩杰. 运动与健康促进 [J]. 体育科研, 2003, (01): 46-48.

[6] 吴海军, 谭志军, 梁英, 等. 学龄前儿童日常运动特征及影响因素 [J]. 中国妇幼健康研究, 2018, 29(04): 393-398.

[7] 刘海平, 汪洪波. “大健康”视域下中国城市社区“体医融合”健康促进服务体系的构建 [J]. 首都体育学院学报, 2020, 32(06): 492-498.

[8] 郇昌店, 杨涛. 新中国青少年体质健康政策的演进历程、逻辑转变和优化方向 [J]. 成都体育学院学报, 2023, 49(01): 104-110.

基金项目: 江苏省研究生科研与实践创新计划项目 (SJCX24_1231)