

· 中小学体育 ·

# 社会环境因素对学生健康教育的影响

宋光春, 刘 卫, 刘 瑛

(山东理工大学 体育系, 山东 淄博 255091)

**摘 要** 从社会环境的视角论述了影响学生身心健康的个人、家庭、学校、社区等主、客观因素, 分析了产生这些因素的政治、经济、教育诸原因。认为优越的政治环境有利于学生的身心健康, 营造良好的家庭、学校、社区和社会健康教育氛围, 对于培养具有健身、健心、健美的新人, 以适应 21 世纪对高素质人才的需求具有重要作用。

**关 键 词** 社会环境; 学生; 身心健康

中图分类号: G80-05 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2002)04-0086-04

## The impact of social environmental factor on student's health education

SONG Guang-chun, LIU Wei, LIU Ying

(Department of Physical Education, Shandong University of Technology, Zibo 255091, China)

**Abstract** This text through investigation method and document expound from the view of social environment subjective and the objective factors (such as individual, family, school, and community etc) that influence students' physical and mental healthy. It also analyses the political, economic and educational reasons from which these factors result. And then the author concludes that the superior political environment is favorable to students' physical and mental health and that building good family, school, community and social health education atmosphere plays an important role in training and bringing up the physically and mentally healthy, vigorous and graceful rookies who have lofty ideals and moralities and who are cultured and disciplinarian in order to meet the demand of high-quality talents in the 21st century.

**Key words** social environment; student; physical and mental healthy

学生是国家民族的希望, 学生的身心健康是一个民族繁荣昌盛的关键。目前我国学生的身心健康水平远不能适应 21 世纪高素质人才的要求。据资料显示, 我国有 1/3 的中小学生、23% 的大学生有心理疾病。<sup>①</sup>另据原国家教委对 99 级 38 857 名新生进行的 3 项素质检查(50 m 跑、推铅球、立定跳远), 有 69.56% 的大学新生不合格。北京 16 所高校连续 4 年对 4 242 名大学生的视力检查, 有 51.7% 以上的学生视力下降。上海在大学生、退、休学人员中, 因健康原因退、休学的年平均百分比为 37.3%, 是所有原因中百分率最高的<sup>[1]</sup>。大中小学生的肺活量 2000 年比 1995 年下降了 17~90 mL 左右, 高中生、大学生的近视率分别为 71.29% 和 73.01%, 体能素质下降明显, 耐力素质中学男、女生分别比 1995 年下降 9.6 s 和 12.6 s, 大学男、女生分别下降 20 s 和 15.1 s, 肥胖学生明显增多, 7~18 岁的学生肥胖检出率城市男生由 1995 年的 5.9% 上升到 2000 年的 10.1%<sup>[2]</sup>。是何原因使广大学生的身心健康水平每况愈下呢? 本研究以影响学生生理、心理和行为健康的社会原因为主要研究内容, 立足山东, 涉及北京、浙江、江苏、河北、沈阳、香港等省、市、自治区进行调

研, 收集资料, 在拥有大量资料的基础上, 采用类比、归纳、演绎、综合等方法, 探讨社会环境因素对学生身心健康的影响及改善对策。

## 1 研究方法

(1) 文献资料: 查阅了国内外有关健康教育、健康社会学、体育与健康、大学生心理健康、国际大众健康、中小学健康教育等书籍及国务院、国家体育总局有关学生健康教育的文件 48 部(篇), 查阅了淄博市 1 480 所中小学有关开展健康教育、师资情况等资料。对其中有关资料进行检索使用。

(2) 问卷调查: 对山东理工大学、沈阳师范学院、石油大学(华东)等 5 所高校和张店七中、淄博实验中学等 6 所中学发放 UPI 大学生人格问卷, SCL-90 症状自评量表和个人健康相关因素调查表共计 2 218 份, 收回有效问卷 1 905 份, 有效率占 85.88%。

(3) 访谈调查: 对香港浸会大学、北京体育大学、南京师范大学、宁波市体育局、沈阳师范学院、淄博市教委等有关同志及北京、济南、淄博等有关学生家长 32 人就社会环境因素

对学生身心健康的影响进行了访谈。

(4)统计分析:对几年间收集的资料采用 SPSS for windows 统计软件进行统计分析。

## 2 分析与讨论

### 2.1 社会政治环境因素对学生身心健康的影响

我国现有在校生中“小学有1.4亿人,初中近5500万人,高中(包括普通高中和中等职业学校)近2500万人,普通高校和成人高校近650万人”<sup>②</sup>,总计约2.27亿学生。针对广大学生的身心健康状况,国家制定了一系列促进学生身心发展的方针政策,早在20世纪50年代毛泽东就将身体好列为学生三好之首,特别在1999年6月召开的全国第三次教育工作会议上,在“中共中央国务院关于深化教育改革全国推进素质教育的决议”中,结合青少年学生的生理、心理和社会适应能力这一全方位的健康观,明确提出了“健康体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提,是中华民族旺盛生命力的体现。学校教育要树立健康第一的指导思想,切实加强体育工作,使学生掌握基本的运动技能,养成锻炼身体的良好习惯”;针对新形势下青少年成长的特点,加强学生的心理健康教育,培养学生坚忍不拔的意志,艰苦奋斗的精神,增强青少年适应社会生活的能力”<sup>③</sup>。这一提法与世界卫生组织对健康的界定“健康不仅是免于疾病和虚弱,而且是保持身体上、精神上和社会适应方面的完美状态”完全吻合。由此可见,我国在社会体制上为广大学生身心健康的成长提供了充分的政策保证和宽松的政治环境。同时为了使学生的身心健康真正落到实处,国家对学生的健康负责,又进一步具体落实在正向的强化——体育锻炼和反向的救治——医疗保健事业的发展上,各种类型的体育比赛、全民健身运动的开展使健康观念深入人心。特别是体育课改为体育与健康课的施行,充分证明了我国政府对广大学生身心健康的重视程度。与体育促进健康措施并驾齐驱的是政府对各大、中学校医疗卫生保健事业的高度重视,配备健康教师,对学生进行体检等措施,使“拥有健康人生”的观念在学生中日趋加强,并正在成为学生追求的目标。

我国优越的政治环境和提高学生身心健康水平的得力措施,极具魅力地吸引着广大学生。在这一浓厚的氛围中,学生的人生观、价值观、健康观、生命观得到了深深的浸润,从而对“增进健康是帮助人们改变生活方式而向最理想的健康状态前进的科学和艺术”<sup>④</sup>这一提法有了进一步的认识。

由此可见,良好的社会政治环境因素对学生健康人格的养成具有积极的影响。

### 2.2 学校健康教育滞后对学生健康观念和行为的影响

健康教育十分重要,国家对学生身心健康高度重视。然具体到贯彻学生健康教育的职能部门——学校,其情况就不那么乐观。淄博市1480所中小学校的569878名学生中,有40%的学校没有开设健康教育课,也即有近一半的中小学生学习得不到健康教育。

我国在2000年要实现学校健康教育平均开课率达到85%的目标,但淄博市中小学仅达60%。据调查,即便开设健康教育课的学校,有相当一部分也只是课程表上有,而实际课时挪做他用或有校医代替健康教师不定期授课,且校医也呈严重缺额。调查发现,截止到1999年,淄博市中小学校医尚缺334名(其中小学247名,初中74名,高中13名),造成这种状况的原因,具体体现在如下几个方面:

(1)学校健康教育目标不明确,健康教育课程形同虚设

《中小学健康教育基本要求》中明确规定了总目标:1)增进儿童青少年的卫生知识,明了健康的价值和意义,提高儿童青少年自我保健、预防疾病的意识;2)使儿童青少年逐步建立、形成有益于健康的生活方式,从而促进身心健康、改善生活质量。即通过学校健康教育培养终身健康的思想作为主要目标。但调查发现,许多学校普遍存在对健康及健康教育重要性认识不足的现象,有的学校认为不开健康课,学生身体也没什么问题;有的学校认为体育课就是健康课;有的学校开课的目的只是为了应付城市卫生检查,学生从未上过健康课。这一教育目标的不明确和轻视思想,严重影响着学生身、心健康的发展。

(2)健康教师奇缺,严重制约学生身心健康的发展

调查发现,各学校健康教育授课教师大多是校医和体育教师兼任,目前学校健康教育师资奇缺,兼职健康教育师资质量不高,且大部分教师知识结构不配套,即使为数不多的专职教师也大多毕业于医学、生物学和体育专业。造成这种状况的主要原因是,目前我国开设健康教育专业的高校太少了,仅有屈指可数的几所医学院校设有健康教育专业,如此稀罕的毕业生分到中小学工作的寥寥无几,怎么能保证中小学健康教育课的正常开设呢?据对淄博市五区三县开设健康教育课的880所学校统计发现,无一人是大学本科健康教育专业毕业,仅有11人是大学学历,且大多是生物、医药专业毕业(见表1)。

表1 淄博市中小学健康教育教师学历、专业结构

教师学历			医学专业			专业结构				按规定尚缺教师数		
大学	大专	中专	医学院	医专	卫校	生物专业	体育专业	师范	其它	小学	初中	高中
11	116	231	8	62	181	48	9	28	22	247	74	13

由于健康教师专业结构的不合理和人数的严重不足,加之在“减负”的口号下,许多学校减掉了健康教材,在这种没有师资,没有教材,教学时数又难以保证的情况下,健康教育的教学质量就可想而知了。由此而导致的学生常见病发病

人数居高不下,且有日趋增长之势。据山东省某高校97、98、99三级学生和淄博市中小学生的常见病调查发现,视力低下率大学生高达58.04%,城区中小學生达41.4%,城区中小学龋齿率达21.33%,肥胖率达4.79%(见表2)。

表2 学生常见病发病人数统计

人(%)

类别	n/人	视力低下	营养不良	肥胖	贫血	龋齿	沙眼	脊弯
农村中小学	270 793	36 55(13.49)	7 40(2.73)	7 41(2.74)		24 45(9.03)	4 19(1.55)	80(2.9)
城区中小学	67 490	27 94(41.40)	3 40(5.00)	3 23(4.78)		14 39(21.33)	5 95(8.82)	36(0.5)
大 学	2 188	1 27(58.04)	12(5.48)	5(2.46)	41(18.73)	25(11.79)	38(17.68)	

### (3) 书包过重对中小学生学习姿势的影响

根据德国 sander 1979 年的研究,儿童书包重量以达自身重量的 10% 为宜。香港中文大学洪友廉先生研究,儿童书包重量达体重 20%,行走 15 min,可构成对儿童学习姿势的显著影响<sup>[3]</sup>。调查发现,农村小学五年级的学生书包重量平均在 4.9 kg 左右,而学生的平均体重为 35.88 kg 左右,书包重量平均超过体重 13.66%,学生从家到达学校一般需 20 min 左右,远的则需半小时。这一书包重量和步行距离是构成农村学生脊柱弯曲的主要原因。

### 2.3 家庭环境对学生身心健康的影响

我国约有近 3 亿个家庭。对于 2 亿多学生而言,家庭既是接受早期教育的重要场所,学生行为、气质、习惯的养成与家庭有着不可分的联系。家庭健康的氛围,对学生健康观念、健康行为的养成具有极其重要的影响。

调查发现,无论是干部、知识分子家庭,还是工人、个体户家庭,无论是小康型家庭,还是温饱型家庭,无论是循循善诱的耐心说教,还是横眉冷目、棍棒式的教育,对孩子的家庭教育,都集中在一个目标上,学而优则仕——考上大学。学生日复一日,年复一年的在这种考学的重压下生活,每天所考虑的是学习分数,别说没有时间娱乐玩耍,即使有点时间,家长也会以各种理由引导孩子从事相关的学习辅导班,家长从时间上剥夺了孩子锻炼身体的自由,又从心理上给孩子施加了重负,试想在这样的家庭环境教育下,学生的身心长年累月的受着压抑,无论是生理、心理还是社会适应能力能得到健康发展吗?因此说,健康教育必须落实在家庭教育上。因为家庭是社会的细胞,是社会最基础的教育环境。家庭教育在学生校外生活中起着举足轻重的作用,甚至对学生一生的健康观念和行为的形成都发生着影响。要使学生健康成长,家庭健康教育势在必行,且刻不容缓。

### 2.4 社会环境对学生身心健康的影响

对学生的健康教育应该是一种政府行为,因此动员全社会力量,充分利用现代化手段,如广播、电视、计算机网络等

舆论工具和开展良好的社区健康教育内容,创造一种全社会健康教育的浓厚氛围,形成一个良好、健康的社会环境,无疑对学生的健康教育将会起到事半功倍的效果。我国 1995 年起推行的《全民健身计划纲要》、近期启动的《全民健康工程》、《九亿农民健康教育行动》以及《国家卫生城市创建》、《国家文明城市创建》、《体育现代化示范工程》、《全民健身路径工程》、《青少年体质调研》、《中国人口体质调研》等等,这一切活动的开展可以说创造了良好的社会健康氛围,使广大学生生活在这种社会健康大环境中,潜移默化地接受着健康教育的熏染。健康,体现着人类对自身前途和命运的基本关怀,在大力提倡素质教育的过程中,要逐渐扭转应试教育给广大青少年学生带来的不良生活方式,只有用体育的名义才能推行,只有用健康的魅力才能吸引学生,从这个意义上说,社会环境对学生的身心健康产生着重要的影响。

#### (1) 健康向上的社区体育对学生健康意识产生积极影响

现代科学技术文化的发展,揭示了社会条件在人的生命活动中的重要作用,人们对于健康与非健康这一系列有关生命质量与生存价值意义的基本概念认识有了根本性的变化。对健康的理解已从传统的生物学模式发展到新型的生物—心理—社会模式,将人的生物学特征与社会特征相结合,把人的生理活动与心理活动相结合。体育既是提高健康水平和生活质量的重要手段,又是追求健康的有益方式。

体育要满足人们的娱乐享受需求,要满足人们的健康、健美需求,就要以其趣味性来提高吸引力,以培养人们健康身体的方式来提供快乐。鉴于此,国家在开展全民健身运动中对社区体育的开展投入了大量的人力、物力。这一举措,对学生通过体育促进健康的认识产生了积极的影响。经对 377 名中学生的调查发现,凡居住区域附近有社区体育活动场所或家长有经常参加社区体育活动的家庭,学生对健康作用于学习、生活的重要性认识明确,且参加体育活动的积极性、乐于结交朋友的人数均呈良好发展趋势。反之,则比例下降(见表 3)。

表3 社区环境对中学生健康行为、观念的影响

人(%)

环境因素	n/人	健康很重要	必须开健康课	热爱体育活动	乐于结交朋友
居住区有活动场所	108	8(82.46)	8(75.92)	9(89.81)	6(62.96)
家长有参加体育活动习惯	105	9(86.66)	8(76.19)	9(94.28)	7(70.47)
居民区无活动场所	88	6(78.40)	5(65.90)	7(81.81)	6(70.45)
父母均不爱活动	76	4(57.89)	4(63.75)	3(50.00)	3(47.36)
合 计	377	29(77.71)	26(71.08)	30(81.16)	24(63.66)

#### (2) 激烈的社会竞争对学生心理健康产生负面效应

科技化社会的到来,人们的生活带来极大的便利,人

们在享受高科技恩惠的同时,也面临着前所未有的挑战。生活节奏急速加快,社会压力不断加大,家长望子成龙及对独

生子女的娇生惯养,导致了許多青少年学生心理上的严重失衡。特别是升学、上好学校、升名牌大学这一激烈的社会竞争,使许多学生因压力过大适应不了而产生心理障碍。据对1809名大学生采用大学生人格问卷(University Personality Inventory)简称UPI的心理健康调查发现,在16个身体症状项目调查中存在问题的学生有508人,占28.08%;在40个精神状态的项目调查中存在问题的有698人,占38.58%。这其中尤其是第16项“常常失眠”和第26项“对任何事都无兴趣”所占人数最多。“常常失眠”的学生有309人,占身体不良症状人数的60.82%;“对任何事都无兴趣”的有387名,占精神状态不良的55.44%。在与大学生的交谈中了解到,造成这种状况的主要原因是社会压力太大和各种不良社会风气的影响所致。大学生心理压力的困扰不仅给他们的心理发展造成伤害,也会对身体健康带来严重影响。因此,对青少年学生的心理健康教育必须引起有关部门的高度重视。

### (3)不良生活方式严重影响学生的身心健康水平

在过去人的生活方式对健康影响的研究中,世界各国的研究都不约而同地指向了吸烟、饮酒、膳食结构不合理、起居无规律、缺少运动、精神压力等6大因素。各种研究表明,此6大因素是不良生活方式中对健康威胁最主要的危险因素。据国家统计局调查,我国15岁以上的人口吸烟者近3亿,总吸烟率为34.9%,大、中、小学生吸烟率存在上升趋势,某高校男生吸烟率高达37.9%<sup>[5]</sup>。据对我校北校区99级168名学生(男98、女70)一学期的生活习惯追踪调查发现,有吸烟经历的占21.4%,饮过酒的45.8%,一周从不锻炼的有11.9%,双休日从不出操的88.6%,每周3次以上不吃早餐的占17.8%,认为学习压力大的占39.8%。

## 3 结论

(1)优越的政治环境为广大学生的身心健康发展提供了坚实的政策保证,国家将对青少年学生的身心健康发展主要集中在正向的强化——体育锻炼、健康教育和反向的救治——学校卫生保健方面,为学生的身心健康发展营造了一个良好的社会健康氛围。

(2)学校健康教育中,师资奇缺,教材匮乏,课程挪用,观念滞后,严重影响学生对健康知识的掌握,从而影响学生终身健康观念的形成和为提高健康水平而采取的健身行为的

养成,严重制约了学生身心健康的发展。鉴于此,改善学校健康教育环境,明确目标,采取措施,认真贯彻国家的各项健康教育政策,是提高学生身心健康水平的有效途径。

(3)家庭环境对学生的健康成长具有举足轻重的作用。营造良好的家庭健康氛围,拓展健康教育的视角和渠道,从微观社会环境——家庭教育的渠道入手,无疑对学生的健康成长将会起到事半功倍的作用。

(4)社会健康的大环境对学生的健康成长起着潜移默化的作用。加大健康宣传力度,搞好社区体育健身活动,用体育的名义推行健康教育,用健康的魅力吸引学生,使其在通过满足健身、娱乐、享受需求的过程中抵消因社会竞争激烈而造成的心理压力和改善不良的生活方式,增进健康,为未来投身国家建设奠定良好的身心素质。

## 参考文献:

- [1]徐斌.大学生身心健康[M].济南:山东大学出版社,1992:5-6.
- [2]赵建英.2000年全国学生体质健康调研结果公布[J].中国学校体育,2000(4):23-25.
- [3]洪友廉.书包重量对儿童身体的影响:生物力学和生理学研究[J].创新体育研究,2001(3):223-233.
- [4]陈文山.再论学校体育教育中的健康教育[J].北京体育师范学院学报,2000,12(1):15-17.
- [5]林志超.21世纪学校体育与运动科学的结合和探讨[M].香港:香港教育学院,2001:409-415.

## 注释:

- ①李建军.我国学校健康教育的现状及未来发展方向与对策.21世纪学校体育与运动科学的结合和探讨,2001:385-407.
- ②李岚清.在第三次全国教育工作会议上的讲话,1999-06-15.
- ③中共中央国务院关于深化教育改革全面推行素质教育的决定,1999-06-13.

[编辑:李寿荣]