

特别关注

借鉴国际经验 建设健康强国

# 如何补齐学校健康教育短板

刘芳丽 袁圣敏



▲美国肯塔基州的小学生在健康教育课上就什么是身体健康作答。李青 摄

▲重庆市涪陵第十四中学校的学生正在上英语教学的健康教育课。刘芳丽 摄

学校作为儿童青少年成长的主要场所,不仅要开发学生的学习潜力,更要促进学生身心健康成长,提升健康素养水平,为其未来健康发展奠定基础。双减背景下,学生有了更多参加科技、户外、文体、艺术、劳动等活动的机会,有利于促进学生身心健康与五育平衡发展。发达国家通常既是教育强国也是健康强国。从研究发达国家相关经验入手,探讨我国双减框架下学校健康教育的现状与应对策略,或能为我国未来教育改革提供一个新的视角。

美育大讲堂

## 美育实施的三个途径

梁存收 罗仕坚

美育不只局限于学校教育阶段,更是面向人生的终身教育。美育的落地应借助设计的力量,从生活美学、环境美学、生态美学中为美育做潜移默化的铺垫,重视设计对人趣味和修养的作用,提供相应的设施和空间,为学生搭建启真启善的自我学习环境,激发和满足学生的兴趣和想象力。概括起来,可以从生活美学的创设、环境美学的营造和生态文明的保护三个方面探讨美育的实施路径。

通过“设计”让生活中的美与效用相与为一

美和效用的联系在于美的事物是有效用的,区别在于有效用的事物不一定是美的。当下人类从农耕、工业经济形态步入了大审美经济形态,这种新兴经济超越了产品实用功能和以服务为重心的传统经济,具有越来越高的审美价值,慢慢渗透到我们的审美趣味、审美积淀与审美理想当中,形成了丰富多彩的生活美学。因此美育的落地,要从美学回归到大众,逐渐以美引真,去发现造物中美与效用相与为一的生活智慧。

生活中蕴藏着大量美,这些需要发现的美,完全可以通过设计来实现生活美的挖掘。美学大师佐藤卓监制的儿童教育节目《啊!设计》中,从设计的视角领略日常生活里普通事物的美好和惊奇,通过基础的设计原理以及多样化的视觉呈现对孩子进行思维认知和审美启蒙。例如茶壶、酱油瓶以及小朋友爱喝的可乐瓶子,为什么都拥有曲线腰身?这是因为一个小小的弧度改变,方便我们用手去握住和拿起,立马让拿取便利起来,一点小小的设计心思也让器物看上去更加柔和美观。利用设计来感受造物的智慧,实现审美的积淀,同时又在每一位观众的心里埋下了未来的设计思想种子,这种种子是审美与观察,是一种设计思维,对美有鉴赏力的人才能创造更多美。生活美学是开展美育的主要工具,生活美学的创设亦成为检验生活美育的试金石。

通过“设计”让环境中的美与文化相映成趣

在环境美学的营造中,建筑形态、城市色调,规划设计、城市治理等既受到人们审美水准和美学素养的影响,又会反作用于人们审美认知与文化积淀。无论是盛世长安的“啼花戏蝶千门侧,碧树银台万种色,还是六月西湖的接天莲叶无穷碧,映日荷花别样红,这些诗歌都能让人感受到生活环境的碧,也能感受到作者借景抒情、随物赋形的精神世界。因此美育的落地,要从美学回归到人们逐步循美而居的美好向往,去感受环境营造中美与文化相映成趣的风土人情。

在中国现代化征程中,人类的现代化与物质生活的现代化同等重要。从物理空间环境到人文社会空间环境都需要经过科学系统的设计与规划,除了拆建修补的物质转变,更不能忽视以美育人、以美育人的精神追求。近年来,浙江大学、同济大学、湖南大学等高校相继发起了社会创新项目,面向创新、创业、创造,营造美好生活,通过设计+科技改造社区和乡村,实现社区和乡村建设由乱变美、由美变智、由智变富,最终实现共同富裕。从欣赏中滋生的创造力不仅仅让城市和乡村向美而行,也帮助城市居民和村民发现美、留住美,我属于这里的身份认同感油然而生。如今,环境美学已成为开展美育的主要阵地,环境美学的营造关乎社会美育水平的提升,关乎城市 and 乡村的发展质量,更关乎发展的人文内涵和人民的幸福生活。

通过“设计”让生态文明中的美与人类文明各随其宜

生态美学的核心任务是自然美的赏析与生态文明的保护。自然的美与人力创造的对象相比,并非以具形示人,而是真正蕴含着宇宙感、历史感、生命感,从四季更迭到生命变换,万物皆各得其和以生,各得其养以成,因此,将生活美学引入美育是精神文明建设的应有之义。在人类与自然持续不断的互动中,人类逐渐领悟到只有遵循自然规律才能有效防止在开发利用自然资源上走弯路,人类文明才能得以延续。始建于两千年前的宏大水利工程都江堰,因势利导、无坝引水,创造了人与自然和谐共存的水利形式,并孕育了成都平原蜀文化的繁荣发展,其设计思想背后蕴藏的是灵活运用、随机变化的智慧与勇气。所以美育的落地,要从美学回归到人类越发以向善的共同梦想,以实现生态文明中美与人类文明各随其宜的和谐永续。

刚刚结束的北京冬奥会不仅向世界呈现了一场精彩纷呈的冰雪盛宴,也向世界展示了一整套绿色奥运的中国实践:推进能源结构改革,用张北的风点亮冬奥的灯;将国家游泳中心通过冰水转换变为兼具游泳馆和冰壶馆功能的场馆;采用氢气作为燃料实现手持火炬的零碳排放。绿色办奥的中国方案围绕零排放、绿色出行、清洁环境等方面统筹设计重点任务,在实践中牢固树立和切实践行绿水青山就是金山银山的生态理念,以兑现人类向大自然许下的共建地球生命共同体的承诺。生态美学是生态文明建设的哲学命题,也是孕育美育、滋养美育的生命摇篮,更是从人类与自然的和解到人与自然和谐共生的现代化的重要途径。

在探索美育的实施道路上,应积极发挥设计在美育中的促进作用,以美学观照生活,以美育浸润生命,向人与自然和谐共生的现代化迈进,践行中华民族伟大复兴的时代使命。

(作者梁存收系高等教育出版社副编审;罗仕坚系浙江大学计算机学院工业设计系教授、博导。本文系国家社科基金重点项目“新时代文化产业数字化战略实施路径研究[21AZD056]成果”)

## 1 发达国家学校健康教育的特点

随着国际经济、社会和文化的发展变迁,健康选择成为造成社会阶层差异的重要原因之一。行为决定于主体的价值判断,只有在年青一代的知识结构中,包含有关健康的正确信息,他们才有可能对健康形成正确的价值判断,从而做出正确的健康选择,这一理念突出表现在发达国家对健康教育的课程设置上。

核心课程拥有独立地位。在多数发达国家,健康学习和健康素养被认为是人的基本权利。

芬兰《基础教育法》和《普通高中教育法》中规定,健康教育是芬兰国家课程体系中一门独立的科目,并被纳入《国家基础教育核心课程》。日本《学校保健法》规定了保健科的独立学科地位,为实施学校保健教育活动提供了法律保障,并在《学习指导要领》中对强制性开展保健课程做出了要求。德国《青少年保护法》中规定,对4至18岁的少年儿童一律进行系统的健康教育。

立法和相关法规为学校提供了健康教育职责界定和支持策略,体现出国家健康均衡和教育公平的理念。

注重跨学科能力培养。发达国家将生命安全与健康教育贯穿全学段,融入多课程,保障青少年获得未来发展所需的健康相关能力。

芬兰强调学生通过学习获得的能力应能在各学科间自如迁移,在生活中自如运用。在小学一至六年级,健康教育融入了生物学、地理学、物理学、化学知识及可持续发展观等学科的环境研究课程,帮助儿童以整体观、联系观认识世界,利于儿童形成全面而自由的心智思维模式。

美国健康与幸福课程提出健康素养是生命基础的观点,该课程内容打通生理学、医学、心理学、社会学、教育学、伦理学和环境科学等多种学科的界限,在身体健康、心理健康、社区和环境健康、疾病预防、预防暴力与伤害等不同主题有机融合下组织课程内容。

法国将健康教育学科建立在多种学科基础之上,并融入学科教学。法国中

小学校要求将食品和营养教育与体育运动课结合,地理、科学、外语等教学内容中穿插食品和营养教学的内容,在生命和地球科学课、生物和人类生理病理学课、传媒和信息课以及公民教育课上结合控烟和防止毒品成瘾教育。

考试不多但学得不少。在美国,学校健康教育的重点是教给学生健康成长与幸福生活的技能,考核方式以完成活动、规划方案为主,让学生自主设计与健康知识相关的一系列实践体验活动。

芬兰的教育评估是持续进行、引导式、支持性的。健康教育的评估在每个单元都有目标和标准,除了纸笔考试,学生也可以通过实践项目、口头表达等方式来证明自己的应知所能。

教师素质优并持续学习。充足、高质量的健康教育师资力量为国外学校健康教育的广泛高效开展提供了重要支撑。

美国有200多所大学或学院设有授予健康教育学士学位的健康教育系,为学校健康教育提供充足的师资储备。美国大多数州教师资格不是终身制的,需要持续学习,修够足够的学分,才能更新该资格,如在阿拉斯加州、印第安纳州健康教育教师每5年需要获得6小时的学分。

芬兰健康教育教师除满足一至六年级教师必须至少拥有教育学硕士学位,七至九年级教师必须拥有所教科目的硕士学位,并获得教育学高级资格证书资质,还必须通过60学分的健康科学课或学校健康教育课考核。

日本的保健体育教师除了从事体育教学还要兼顾健康教育,因此要完成教育心理、生理学、卫生学等课程共计20学分的课程。

校外机构参与健康教育。美国从20世纪80年代开始,开展全国性的有计划地走向社区健康运动,将健康教育送到学校,学校健康教育被视为社区健康教育的重点方向之一。

德国医疗保险公司在承担医疗保险费用的同时,也积极主动地参与学校健康教育,学校教育及校外资源有效结合,提高了德国的健康教育覆盖率。

## 2 目前我国学校健康教育面临的难题

研究表明,提高学生健康素养最有效的手段是将健康教育纳入课程教学。近年来,我国儿童青少年近视率居高不下,各年龄段学生肥胖检出率持续上升,心理异常检出率不断攀升,与学校健康教育课程的不足有关,其背后的原因主要有:

一是相关制度缺失,难以保障健康教育的合法地位。缺少制度有力支持和系统保障使得我国学校健康教育无论在学科地位、课时保障、师资资质,还是在设立健康教育教师序列及相应岗位编制等方面都难以突破,致使学校健康教育流于形式。而当校园健康相关事故发生,又会追溯到健康教育缺失本位,如不从根本上确立健康教育学科建制,学校卫生、学生身心健康、安全事故和问题只会增无减,学校疲于应付。

二是内容相简,无法满足教学双方需求。由于学校健康教育课程体系不完善,现有教育内容和教育方式呈现碎片化、边缘化和应急性,高度依赖指令和重大事件推动,致使教育质量处于较低水平。根据要求,健康教育以体育与健康课程为载体,但课程标准仅以卫生宣

## 3 应对新时代发展需求的三条建议

一是抓住双减机遇,积极探索健康教育多层次协同发展路径。健康的学生学习更好,更好的教育培养出更健康的人。以核心素养为目标的教育改革越来越重视学生综合运用各类知识、技能,解决实际问题的能力,健康教育与生活场景深度连接,能触发学生理解现实世界、模型建构、解决实际问题等学习过程,适宜开展健康相关主题的素质教育、科学教育、户外活动等课后服务探索,双减之后,健康教育的空间变大。

二是强化顶层设计,完善健康教育立法保障和配套。改善我国学校健康教育学科现状可从以下三方面入手:一是制度设计上,明确健康教育独立的学科建制、岗位编制、教师资质与培养及学校课时保证;二是实践试点上,培养一批学校健康教育师范生,率

先试点学校开展健康教育;三是可持续发展上,完善健康教育学科体系建设,进一步细化健康教育框架的内容和教学方法,明确教育目标、质量标准 and 评价方法等。

三是夯实体系基础,完善健康教育内容、课程体系。一方面建构健康教育内容体系,充分研究健康知识的系统化,形成上下学段相关联、各相关学科横向融合的知识网络。另一方面建构健康教育课程群,在总体统筹各学段健康教育内容的基础上,通过各学科认领健康相关内容,形成跨学科健康教育课程群,开展跨学科健康教育路径,利用项目化学习、STEAM课程表现性任务等探索我国学校健康教育跨学科课程。

(作者单位系中国教育科学研究院体育卫生与艺术教育研究所)

一线采风

# 阳光体育让“折翼天使”逆风飞扬

范里

北京2022年冬残奥会开幕前夕,江苏省苏州工业园区仁爱学校收到了北京冬奥组委新闻宣传部、北京冬奥组委残奥部、中国残疾人联合会宣传文化部、中国残疾人事业新闻宣传促进会发来的感谢信和吉祥物雪容融,信中对仁爱学校师生积极参与冬奥活动,以及在特殊学生体育方面作出的努力给予肯定。

### 科学评估 教康结合

一直以来,苏州工业园区仁爱学校努力践行健康第一理念,五育并举,推进体教融合。基于四能课程架构,开设了包括运动与保健等指向基础体育知识和技能的健康课程,康复训练、感统训练、如动训练等聚焦补偿性教育康复的赋能课程,轮滑、旱地冰球、软式排球兴趣社团等强调自主发展和团队实践的展能课程,关注优势与特长培养的特奥

训练 优能课程。通过四能课程的落实,让学生学会和掌握运动知识与技能,努力以终身健康奠定基础。

### 寓教于乐 强健体魄

感兴趣是特殊学生积极参与活动的基础和前提。学校体育组将律动与舞蹈相结合,编排轻松愉悦的早操曲目,学生们在愉悦的律动游戏中开展晨练。在每天阳光大课间中创设多个活动项目,包括独轮车、足球、自行车、篮球、轮滑等运动项目及投掷、抛接球、蹦蹦跳等特殊学生喜爱的游戏活动。教师根据学生能力与兴趣精心设计练习方案,要求全体学生人人参与,让每名学生在阳光下享受快乐友爱的运动。

学校利用公益资源为学生提供特色课程。针对脑瘫及自闭症学生,仁爱学校

创造性地进行马术运动康复尝试;针对各种功能障碍和神经肌肉疾病病人的躯体、心理、认知、社会化及行为障碍进行治疗。三年的跟踪评估、测试显示,马术运动康复效果显著,在提升特殊学生专注力和共同注意力,提高脑瘫学生粗大、精细运动能力,提高自闭症谱系儿童的感觉统合能力,改善情绪行为等方面取得良好效果。

### 努力拼搏 追逐梦想

每天操场上欢快运动的学生成了仁爱学校的一道亮丽风景。学校组建的特奥队,让特殊学生感悟奥运精神,追逐更高梦想。主教练李文是国家级金牌运动员,作为领跑员带领队员获得了2016年里约残奥会比赛冠军,他和他的教练团队为特奥队日常训练提供了优质保障。

每天,教练团队都要带领学生们进行基础体能训练以及特奥项目训练,并开设了

特奥田径、旱地冰球、足球、硬地滚球、轮滑、游泳训练项目,一周四次专项训练不断提升了特殊学生的运动专项水平。

阳光体育助推特殊学生走上健康成长之路,折翼天使 逆风飞扬追逐未来。几年来,特奥团队及成员先后获得第十届残疾人运动会暨第七届特殊奥林匹克运动会篮球比赛冠军,在中国智力残疾人及亲友协会主办的全国线上特奥运动会上获得多项荣誉。2021年仁爱特奥队获评苏州市阳光团队,由苏州工业园区仁爱学校学生组成的江苏特奥田径队在全国第十一届残运会暨第八届特奥会上,为江苏省摘金夺银,共获得2枚金牌、5枚银牌、3枚铜牌的佳绩。

形式多样的体育课程与活动,不仅给特殊学生带来了活力,还赋予他们勇气和力量,让他们活力满满、青春洋溢。

(作者系江苏省苏州工业园区仁爱学校校长)